

Stichting Focus



Jaarverslag 2023



Stichting Focus
Zerboltstraat 63
8022 RW Zwolle

038 4525802

www.focuszwolle.nl
info@focuszwolle.nl

Bestuur

Henk de Vos, secretaris
Jannet Jongman, penningmeester
Steven Makkink, voorzitter

Team

Adita Majdanac, hersteltrainingen
Arianne Nummerdor, muziek
Erna Spijker, kunstatelier
Feike van der Molen, Plantenasiel
Hans Tjoelker, teamleiding
Hans Zuidema, voorlichting en Herstelteams
Hedwig van der Geest, sociale activiteiten
Jasha Minkjan, textielatelier
Judith Pots, Schrijfcafé
Kimberley Fidom, Licht het Anker
Marie-Suzan Venema, leergangontwikkeling
Rianne Hooisma, lunchroom
Roel Suidgeest, directie
Sandra van de Belt, reïntegratie en participatie
Saskia Dalhuisen, Buurttuin
Willem Wisselink, Herstelteams
Yosja Lamberink, winkel

Aangesloten bij:



De foto's in dit jaarverslag zijn van Cobie Uiterwijk



Voorwoord

In 2025 bestaat Focus 30 jaar. Met het jubileum in het vooruitzicht is het mooi om terug te kijken, naar 1995 toen een groep patiënten en familieleden een informatiepunt openden in de Franciscushof in Raalte, zich ervan onbewust dat het zou uitgroeien tot wat we nu zijn: een van de oudste zelfregie- en herstelinitiatieven van het land. We zullen er nog uitgebreid bij stilstaan.

In dit jaarverslag kijken we alleen terug naar 2023. Een jaar met hoogte- en dieptepunten. Verdrietig zijn we door het overlijden van twee geliefde en gewaardeerde collega's: Lidy Ideler en Hans Zuidema. Blij zijn we met de start van de Leergang Ervaringsdeskundigheid Focus. De LEF is oorspronkelijk het geesteskind van Hans, en nu na maanden voorbereiding een unieke leergang, gebouwd op de collectieve ervaringskennis van tientallen medewerkers, vrijwilligers en deelnemers van Focus en zusterorganisaties.

Tussen alle 'grote' gebeurtenissen vieren we ook de kleine. Een vrijwilliger die voor de eerste keer een voorlichting geeft. Een deelnemer die afscheid neemt omdat hij een baan heeft gevonden. Een buurtbewoner die verwonderd voor het eerst binnenloopt. We noemen het klein maar voor de mensen kunnen het reuzenstappen zijn op de weg van hun herstel.

Graag bedanken we iedereen die ons heeft geholpen dit alles mogelijk te maken. Hier een speciaal woord van dank voor de gemeente Zwolle, de gemeente Kampen en het Oranje Fonds. We zien ernaar uit verder samen te werken aan het verwezenlijken van zelfregie en herstel voor alle inwoners.

Zwolle, mei 2024

Focus in het kort

Stichting Focus heeft tot doel het inspireren en faciliteren van initiatieven van mensen met een psychische of sociale kwetsbaarheid, gericht op het verbeteren van de individuele en collectieve sociale, maatschappelijke en economische positie. We zijn er voor iedereen die na een psychose, depressie, verslaving of andere ontwrichtende ervaring zijn leven weer op de rit wil krijgen, voor mensen tot wie de arbeidsmarkt een grote afstand heeft, voor mensen in een sociaal isolement, voor mensen in armoede en verder voor iedereen die een steun in de rug kan gebruiken.

In 1995 richtten patiënten en familieleden een informatiepunt op in de Franciscushof in Raalte. Begin deze eeuw is het naar Zwolle verhuisd. In 2004 is officieel Stichting Focus opgericht, en in 2011 zijn we gefuseerd met Stichting Uitweg. Sindsdien zijn we uitgegroeid tot een brede zelfregie- en herstelorganisatie.

Als zelfregie- en herstelorganisatie biedt Focus vrije ruimte aan mensen met en zonder ervaringsdeskundigheid om herstelondersteunende activiteiten te organiseren. We creëren een sociale omgeving op basis van *peer support* met gelijkwaardigheid en wederkerigheid als kenmerkende waarden. Focus staat voor ervaringsdeskundigheid, zichtbaarheid, samenwerking, stabiliteit en persoonlijke groei.

Focus is een plek waar je onder de mensen bent, gezien wordt, jezelf kan zijn, op adem kan komen, talenten en mogelijkheden kan ontwikkelen, van betekenis zijn voor anderen. Een plek zonder medisch jargon, onbegrip, uitsluiting of stigma. Waar je met lotgenoten activiteiten kan organiseren om samen te werken aan je herstel. Vanwaar je stappen kunt nemen de maatschappij in.

Stichting Focus bekostigt haar activiteiten uit verschillende bronnen. De belangrijkste is subsidie Sociale Activatie en Herstel van de gemeente Zwolle. Andere financieringsstromen, incidenteel en structureel, zijn:

- subsidie Versterken van de Sociale Basis van de gemeente Kampen;
- lange en korte reïntegratietrajecten voor het UWV;
- dagbesteding in onderaannemerschap of vanuit PGB;
- een subsidie van het Oranje Fonds voor het programma Herstel Dichtbij;
- inkomsten vanuit verkoop van kunst, vintage en kleding;
- voorlichting, cursussen en trainingen;
- sociale verhuur.

Het boekjaar is afgesloten met een positief resultaat. Het bedrag is toegevoegd aan het eigen vermogen.

Focus in cijfers

Kunstatelier

Aantal vrijwilligers: 16
Aantal deelnemers: 137

Textielatelier

Aantal vrijwilligers: 16
Aantal deelnemers: 68

Schrijfcafé

Aantal vrijwilligers: 1
Aantal deelnemers: 20

Muziek

Aantal vrijwilligers: 1
Aantal deelnemers: 7

Sociale activiteiten

Aantal vrijwilligers: 8
Aantal deelnemers: 202

Lunchroom

Aantal vrijwilligers: 3
Aantal deelnemers: 30

Leergang Ervaringsdeskundigheid

Aantal vrijwilligers: 11
Aantal deelnemers: 8

Financieel

Betaalde medewerkers: 11 (6,33 fte)

Jaarbudget: € 694.784
Resultaat: € 2.223

Winkel

Aantal vrijwilligers: 17

Buurttuin

Aantal vrijwilligers: 14

Plantenasiel

Aantal vrijwilligers: 20

Voorlichting

Aantal vrijwilligers: 12
Aantal deelnemers: 510
Aantal voorlichtingen: 53

Hersteltrainingen

Aantal vrijwilligers: 8
Aantal deelnemers: 46
Aantal trainingen: 8

Reïntegratie en participatie

Persoonlijke trajecten: 51
Reïntegratietrajecten gestart: 11
Reïntegratietrajecten afgesloten: 10

Activiteiten

Kunstatelier

In het kunstatelier leren mensen van ervaren atelierbegeleiders over beeldende werkvormen. Al tekenend en schilderend kunnen deelnemers uiting geven aan ervaringen waar nog geen woorden voor zijn. Het kunstatelier brengt hen zinvolle daginvulling en sociaal contact.

Het atelier is dagelijks open en goed bezocht. Vanwege de grote animo werd er een tweede ruimte in gebruik genomen waar deelnemers in een rustige omgeving aan de slag kunnen. Er is een betaalde coördinator en een onbetaalde assistent-coördinator. Ze worden bijgestaan door tien vrijwilligers. Om de creaties van het Kunstatelier te kunnen aanbieden aan een groter publiek, worden kaarten gemaakt door deelnemers aangeboden op de website van Kaartje2go. Een deelnemer heeft dit opgezet. Inmiddels wordt er een collectie van tientallen kaarten met succes aangeboden en verder uitgebreid.



Textielatelier

In het textielatelier leren mensen van ervaren atelierbegeleiders over textiele werkvormen. Het textielatelier biedt deelnemers zinvolle daginvulling en sociaal contact. Het textielatelier is een gezamenlijke activiteit van Focus en InteraktContour.

Het afgelopen jaar overleed de coördinator van het textielatelier vrij plotseling. Ondanks de schok en het verdriet van haar overlijden, hebben de overige vrijwilligers ervoor gezorgd dat de activiteiten voor de deelnemers doorgingen. Inmiddels is er weer een vrijwilligere coördinator gevonden.

Er was meer belangstelling voor het textielatelier dan dat er plaats was. Dit is deels ingelopen door het efficiënter benutten van de huidige ruimte; van wekelijks 44 naar 48 deelnemers. De wens voor 2024 is om meer vrijwilligers te vinden waardoor er ook op woensdagmiddag activiteiten kunnen aangeboden. De verwachting is dat iedereen dan kan meedoen.

Schrijfcafé

Aan de hand van concrete opdrachten schrijven deelnemers verhalen en gedichten over alledaagse en persoonlijke thema's.

Het Schrijfcafé is een groot succes. De waardering door de deelnemers is groot. Naast een stabiele groep van acht deelnemers zijn er regelmatig zo'n vier wisselende of nieuwe deelnemers, dus wekelijks 12 deelnemers die het Schrijfcafé bezoeken. In het najaar vond een onderzoek plaats door het Lectoraat GGz en Samenleving van Hogeschool Windesheim. In drie bijeenkomsten van het Schrijfcafé werd onderzocht hoe zingeving wordt beleefd door deelnemers. De geschreven teksten zijn anoniem naar de onderzoekster gegaan (die ook bij deze bijeenkomsten zelf aanwezig was en meeschreef). De deelnemers zijn hierover ingelicht en hebben hier allen volmondig hun medewerking aan gegeven. Het waren geweldig mooie en inspirerende bijeenkomsten.

Muziek

Sinds een jaar heeft Focus een muziekgroep. Iedere vrijdagochtend komen ze bij elkaar en spelen covers en eigen composities.

Jarenlang is er bij Focus af en aan muziek gemaakt, bij bijzondere gelegenheden zoals het Kerstfeest. Er zijn veel mensen die van muziek houden en een instrument besteden. Eind 2022 wilde een vrijwilliger er een terugkerende activiteit van maken. Het is een ongedwongen bijeenkomst waar iedereen welkom is om op zijn eigen niveau mee te spelen. Er is een vaste club van zes deelnemers en wekelijks een of twee anderen.

Winkel



Focus De Winkel is een werkervaringsplaats waar deelnemers, vrijwilligers en stagiaires hun arbeidsvaardigheden kunnen oefenen. We verkopen kunst, vintage en kleding. Mensen met een kleine beurs kunnen er mooie spullen kopen of laten verkopen.

Het werken in Focus De Winkel is gericht op uitdaging, zelfontplooiing en groei. Elke deelnemer of vrijwilliger heeft op eigen manier hieraan kunnen werken. In 2023 zijn elf deelnemers uitgestroomd; twee naar een betaalde baan, één naar een Werkfit-traject en zes naar regulier vrijwilligerswerk.

Afgelopen jaar hebben we contact gehad met Stichting Kringloop Zwolle, Kleedkracht en de dames van Klerezooi voor samenwerkingen. Kleedkracht is een schakel in de hele sollicitatieprocedure voor mensen met een laag inkomen en biedt gepaste kleding en ondersteuning voor een verzorgd en goed voorbereid sollicitatiegesprek. Kleedkracht is in oktober opgepakt door twee vrijwilligers die dit project opnieuw in elkaar zetten en gaan uitvoeren.

Sociale activiteiten

Focus op Verbinden organiseert en faciliteert activiteiten met een sociaal-maatschappelijk oogmerk. We werken samen met verschillende partners, waarbij onze betrokkenheid varieert van actief organiseren tot alleen een ruimte ter beschikking stellen. Via sociale verhuur stellen we particulieren in de gelegenheid om voor een betaalbaar bedrag feesten of familiebijeenkomsten te kunnen houden.

Er waren opvallend veel nieuwe initiatieven op het gebied van mentaal welzijn, zoals ademcoach en familieopstellingen. Mensen weten ons goed te vinden. Huurders vertellen dat ze via mond-op-mond reclame bij Focus komen. Het team van Focus op Verbinden bestaat uit een betaalde coördinator en drie vrijwilligers. De vrijwilliger voor de sociale verhuur heeft zich zodanig ontwikkeld dat zij alle voorkomende taken zelfstandig kan uitvoeren.

Bij Focus komen ook jongeren via de Raad voor de Kinderbescherming een taakstraf uitvoeren. Zij worden meestal bij Focus op Verbinden aan het werk gezet. In 2023 zijn er 12 jongeren geweest.

Mijn naam is C., ik ben 16 jaar en ik ben hier terecht gekomen voor mijn taakstraf. Mijn taakstrafervaring bij stichting Focus is redelijk positief. Ze zijn aardig, niet echt streng en ze behandelen je gewoon op een normale manier niet als crimineel bijvoorbeeld. Ze geven je gewoon normale klusjes en niet expres van die stomme klusjes omdat je taakstraf hebt en het moet doen.

Lunchroom

Iedere vrijdag wordt er een warme lunch geserveerd, waar onze deelnemers, vrijwilligers en medewerkers zich voor op kunnen geven.

De lunchroom is een initiatief van een stagiaire. Na haar vertrek in juli heeft een vrijwilliger het stokje overgenomen. Dankzij de continuïteit en de smakelijke gerechten is de belangstelling toegenomen. Wekelijks eten er tussen de 15 en 20 personen, en daarmee zit de Lunchroom aan de grens van de beschikbare capaciteit. We zien regelmatig gasten vanuit de wijk. Dit is weer goed voor de winkel en de naamsbekendheid van Focus. Doordat de dynamiek anders is tijdens zo'n lunch, ontstaan er leuke gesprekken en contacten.

Het eetcafé heeft twee vaste vrijwilligers als basis. Daarnaast is er nog een vrijwilliger voor hand- en spandiensten. Een deelnemer heeft het bedienen van de kassa en afrekenen op zich genomen, wat een mooie ontwikkeling is. De vrijwilligers groeien in hun rol, krijgen meer zelfvertrouwen en nemen andere deelnemers en vrijwilligers hierin mee.

Buurttuin en Plantenasiel

In de Buurttuin werken buurtgenoten en andere vrijwilligers aan een gezamenlijke groene plek voor de wijk. Het Plantenasiel vangt verweesde en verwaarloosde planten op en verzorgt ze tot ze gereed zijn om aan mensen mee te geven.

Het Plantenasiel wordt gerund door een enthousiaste vrijwilliger. Mede door zijn frequente meldingen op Facebook - het Plantenasiel heeft meer dan 4.000 volgers - wordt het Plantenasiel veel bezocht, en zijn er veel planten gedoneerd en weggegeven. Goed om te zien dat er veel mensen met een beperkt budget toch planten of stekjes kunnen halen.

Door de belangstelling van buiten voor het Plantenasiel komen er meerdere mensen in aanraking met Focus. Dit is goed voor de naamsbekendheid en betekent vaak ook meer en nieuwe klandizie voor de winkel.

Na een telling bleken er meer dan 600 planten te staan in het pand. De vrijwilliger Feike verzorgt met wisselende hulp van andere vrijwilligers en deelnemers om deze hoeveelheid planten te verzorgen.



De Buurttuin wordt gerund door een vrijwillige coördinator. Ook in 2023 zijn in de Buurttuin moestuinen die door deelnemers, vrijwilligers en buurtbewoners worden gebruikt, verzorgd en vol gewassen hebben gestaan. Daarnaast heeft de Buurttuin een siertuin.

Voorlichting

De ervaringsdeskundige voorlichters van de GGz Voorlichtingspool geven gastlessen, voorlichting en training aan docenten, studenten, politie, hulpverleners, welzijnswerkers en vrijwilligersorganisaties over o.a. herstel, beeldvorming en bejegening.

In 2023 bestond de voorlichtingspool uit 12 voorlichters. Er zijn vijf nieuwe voorlichters opgeleid en twee uitgestroomd. Er werd voorlichting gegeven aan onderwijsinstellingen als Deltion College, Landstede MBO, Hogeschool Windesheim, Hogeschool Gent, Menso Alting, ROC Nijmegen en Politie Academie. Verder aan de politie, Dimence, Gek op je Brein en het Vrijwilligers Centrum Wageningen. In totaal werden er meer dan 400 mensen met deze voorlichting bereikt.



De pool heeft in samenwerking met het Deltion het project Grensontmoetingen uitgevoerd. Een groep studenten ontmoet ervaringsdeskundigen. Dit heeft geresulteerd in een mooi magazine.

Ervaringsdeskundigen zijn mensen die een levensontwrichtende ervaring hebben meegemaakt. Ze hebben geworsteld met het anders zijn of anders voelen. Door opleiding en/of levenservaring hebben ze inzicht gekregen in hun eigen herstelweg. Deze kennis zetten ze in ten bate van het herstelproces van anderen.

Hersteltrainingen

Bij Focus op Herstel kunnen deelnemers herstelondersteunende trainingen volgen. Deze trainingen worden ontwikkeld, georganiseerd en gegeven door onze ervaringsdeskundige trainers.

Het team van Focus op Herstel bestaat uit acht vrijwilligers, een stagiaire en een betaalde coördinator. Twee trainers hebben deelgenomen aan de landelijke opleiding cursusleider 'Herstellen doe je zelf' van Kenniscentrum Phrenos. Er is drie keer 'Herstellen doe je zelf' aangeboden en vijf keer 'Herstel+' aan in totaal 46 deelnemers. Vraag en aanbod sluiten goed op elkaar aan; er is geen wachtlijst. De deelnemers van 'Herstellen doe je zelf' stromen vrijwel allemaal door naar 'Herstel+'. Veel deelnemers van 'Herstel+' willen graag na deze training zelf ook trainingen gaan geven. Ook zijn er deelnemers die zich willen inzetten in de voorlichtingspool.

In september zijn we een project gestart in samenwerking met Zwolse kunstenaars waarin we de jongeren willen bereiken en ruimte bieden om hun mentale gezondheid in kaart te brengen en te ontdekken via een artistieke weg zoals beeldende kunst, theater en muziek. Hierin bouwen we samen met de jongeren aan hun ontwikkeling, zelfvertrouwen en zelfreflectie waarin ze nauw betrokken zijn in het hele proces en volledig eigen regie hebben.

Mijn werkzaamheden binnen Stichting focus zijn het ondersteunen van de coördinator Focus op Herstel bij haar verantwoordelijkheden. Bijvoorbeeld het inplannen en bijwonen van gesprekken met deelnemers of organisaties. Alsook het geven van diverse trainingen waarvoor ik gekwalificeerd ben. Verder ben ik aanspreekbaar voor informatie omtrent psychoses. Ik doe dit alles drie dagen in de week en merk dat het mij enorm in mijn kracht zet. Ik voel me empowered. - Kevin

Reïntegratie en participatie

Focus op Meedoen verzorgt diensten rond sociale activering, maatschappelijke participatie en arbeidsreïntegratie. Nieuwe vrijwilligers en deelnemers komen binnen via Focus op Meedoen met een oriënteringsgesprek over wat ze willen, wat ze kunnen en wat ze willen leren. Iedereen binnen Focus kan terecht voor coaching en advies bij zijn of haar ontwikkeling. Ook bieden we reïntegratiediensten in opdracht van het UWV. Voor alle deelnemers binnen Focus is de mogelijkheid voor een traject bij de reïntegratieconsulent als er behoefte is aan begeleiding op het gebied van vrijwilligerswerk, betaald werk of andere stappen in het herstel na een levensontwrichtende ervaring.

In het eerste halfjaar zijn er 48 oriënteringsgesprekken geweest, en in het tweede halfjaar maar liefst 83 oriënteringsgesprekken. Een instroom van 131 personen is de hoogste ooit.

Voor het UWV zijn er tien trajecten afgerond en elf nieuwe trajecten opgestart. Uit het jaarlijkse klanttevredenheidsonderzoek kwam het mooie rapportcijfer van een 9,3. Van onze eigen deelnemers (niet in opdracht van UWV) hebben we er 51 een zgn. persoonlijk traject geboden. Veertien van het zijn begeleid naar werk, twee naar een woning en vier naar een opleiding. Zes krijgen nog begeleiding in de vorm van jobcoaching. Een deelnemer van de Leergang Ervaringsdeskundigheid Focus wordt door ons begeleid bij het vinden van werk. Een andere deelnemer heeft werk gevonden en krijgt jobcoaching.

In mei zijn we gestart met de samenwerking met TEAM ED in Amsterdam. Daardoor kunnen mensen die een Werkfit-traject volgen bij Focus, in traineeship gaan bij TEAM ED. Er lopen nu drie trajecten via TEAM ED.

In 2023 is een registratiesysteem geïmplementeerd. Voor sommigen was het even wennen, maar inmiddels is de administratie voor iedereen makkelijker geworden, en is het ook inzichtelijker hoeveel mensen er betrokken zijn bij Focus.

De coördinator van Focus op Meedoen heeft met goed gevolg de Leergang Maatschappelijk Ondernemen gevolgd van het Instituut voor Publieke Waarden. De leergang geeft meer kennis over wat het inhoudt om een maatschappelijke onderneming zoals een zelfregie- en herstelinitiatief te runnen.

Het herstelverhaal van Inge

Drie jaar geleden vond Inge Focus via de website ZwolleDoet. Daar zag ze een vrijwilligersvacature die haar aansprak. Ze belde naar Focus en maakte een afspraak voor een kennismakingsgesprek. Op de dag dat ze zou beginnen werd ze ziek, dus dat ging niet door. Door omstandigheden (corona en een verhuizing) is Focus nog een tijd op een laag pitje blijven staan.

Focus bleef wel in Inge's hoofd zitten en anderhalf jaar geleden besloot ze weer te bellen. Toen is ze echt begonnen bij het textielatelier. Daar maakte ze kleding achter de naaimachine. Inge zegt dat ze erg gegroeid is binnen focus. Toen ze binnenkwam vond ze alles heel eng, ze voelde meteen veel druk en verwachtingen, en dat kostte veel energie.

Toch is ze steeds meer in de flow gekomen. Ze merkte dat er binnen Focus ruimte was om af te zeggen als het even niet ging, waardoor de druk er af ging. Het is heel laagdrempelig. Ze leerde de mensen van het textielatelier beter kennen en kon het goed met ze vinden.

En toen ging het steeds beter met haar. Ze werd minder stil en vond het werken op het textielatelier heel leuk. Ze was steeds minder moe na een dag bij Focus en zegde niet meer af. Daardoor lukte het om steeds meer vertrouwen in zichzelf te krijgen. Ze gaat nu elke dag met veel plezier naar Focus.

Een paar maanden geleden raakte Inge met Sandra aan de praat. Inge vertelde Sandra dat ze het jammer vond dat ze in het textielatelier eigenlijk geen nieuwe technieken leerde. Sandra vroeg of ze er verder in wilde en stelde een opleiding bij Oost& voor. Inge was meteen ontzettend enthousiast.

Sandra zette dingen in werking en ze zijn samen bij Karin van Oost& geweest om kennis te maken. Ook is financiële hulp gezocht bij Groei Vooruit. De opleiding moest natuurlijk wel ergens van betaald worden. Inge vond het best wel snel gaan, Groei Vooruit mag 12 weken over de beslissing doen en na drie weken was de aanvraag al goedgekeurd.

Vandaag is Inge haar laatste dag en neemt ze afscheid. Ze heeft er zin in om aan de opleiding te beginnen maar vindt het ook nog steeds best wel spannend. Het is jammer om weg te gaan bij Focus, ze gaat de gezelligheid missen. Gelukkig blijft ze altijd welkom voor een praatje en een kopje koffie. Wie weet kan ze na de opleiding aan de slag als vrijwilliger in het textielatelier. Ze houdt contact met de mensen van het textielatelier, ze praten zelfs over het zelf organiseren van naaidagen.

Herstelteams

De Herstelteams zijn multidisciplinaire teams bestaande uit twee medewerkers van de sociaal wijkteams, twee GGz-consulenten van Dimence en twee ervaringsdeskundigen van Focus. Zij werken vanuit de herstelvisie en zoeken actief en outreachend contact met mensen met complexe problematiek die daarbij (nog) geen hulp (willen) ontvangen.

In Zwolle-Noord zijn we een samenwerking aangegaan met Dimence, SWZ, DeltaWonen, politie, Tactus en Sociaal Wijkteam Noord. We merken dat onze expertise wordt gewaardeerd en dat er in de wijk duidelijk behoefte is aan ondersteuning vanuit het Herstelteam. Door de beperkte menskracht zal onze inbreng beperkt blijven. Om die reden gaan we in Zwolle-Zuid, waar ook belangstelling is, nog niet aan het werk.

De ervaringsdeskundigen van de Herstelteams hebben deelgenomen aan de leerarena Vroegsignalering van Hogeschool Viaa in het kader van de Agenda Zorg en Veiligheid. Ook zijn er interviews met ons afgenomen die in het onderzoek worden meegenomen.

We zijn beter gaan registreren hoeveel mensen we bereiken. Dat is ruim 20 personen per maand. We helpen hen vanuit eenzaamheid en psychische kwetsbaarheid op weg naar zinvolle daginvulling, een hersteltraining, vrijwilligerswerk of hulpverlening.

Licht het Anker

In Ontmoetingscentrum Het Anker in Westenholte organiseren WerV, Sportservice Zwolle en Focus sociale en creatieve activiteiten gericht op sociale activering en herstel.

Van Licht het Anker verschijnt een apart verslag onder gezamenlijke verantwoordelijkheid van de samenwerkingspartners. Focus treedt op als penvoerder.

Gemeente Kampen

In 2023 was Focus in overleg met de gemeente Kampen over het inrichten van een zelfregiecentrum. In tussentijd zijn we vast begonnen met het bieden van laagdrempelige herstelactiviteiten. Het zelfregiecentrum is op 26 april 2024 geopend.

Het organiseren van hersteltrainingen begon met een paar tegenslagen. De coördinator hersteltrainingen kreeg een andere baan. Ook vertrok van Dimence de ervaringsdeskundige met wie we samen zouden werken, en hadden we moeite huisvesting te vinden. We konden daarom niet zo snel met de trainingen beginnen als we hadden gewild. In januari 2023 begonnen de trainingen 'Herstellen doe je zelf' in woonzorgcentrum Margaretha. Het aantal aanmeldingen was echter laag. We hebben zelfs een training afgezegd bij gebrek aan belangstelling. Dat verbaasde ons, want we hadden de stellige indruk dat er wel vraag naar was. We vermoedden dat mensen ons eerst moesten leren kennen en hebben daarom onze aandacht verlegd naar naamsbekendheid en uitbreiding van het netwerk door middel van samenwerking en openbare voorlichtingsbijeenkomsten.

Ons vermoeden werd bevestigd in de Week van de Psychiatrie. Onze voorlichters en trainers organiseerden een inloop-informatiemiddag in de openbare bibliotheek in de Oudestraat. De bibliotheek werkte enthousiast mee om publiciteit te genereren. Toch was er weinig aanloop. Daarop besloten we ter plekke om flyers uit te delen in de Oudestraat. Aan de reacties merkten we dat veel mensen eerst de kat uit de boom willen kijken. Onze contactpersoon van de bibliotheek herkende dat. We zullen hard moeten werken om zelfregie en herstel in de hoofden en harten te krijgen.

Van contacten in Kampen hoorden we dat de Full Color Markt altijd druk bezocht wordt, en een goede manier is om met mensen in contact te komen. We hebben daarom een kraam gehuurd en de verwachting kwam uit. We presenteerden ons met kleding, sieraden, vintage en kunst. Belangstellenden voor onze producten toonden ook belangstelling voor wie we zijn en wat we doen. We hebben mooie gesprekken gevoerd en informatiemateriaal verspreid. Voor de medewerkers was het een feestelijke dag en een goede gelegenheid om Kampen te leren kennen.

Ook op de Full Color Markt presenteerde de voorlichtingspool zich met een praattafel. Aan de hand van prikkelende stellingen gingen voorlichters het gesprek aan met voorbijgangers. De stellingen gingen over ziekte en stigma. Doel van deze voorlichtingen is tweeledig. Enerzijds willen we een inclusieve samenleving bevorderen en stigma verminderen door te werken aan een meer positieve en realistische beeldvorming. Anderzijds is het voor de voorlichters een manier om te groeien in hun ervaringsdeskundigheid en herstel.

In tussentijd hadden we kennisgemaakt met Gek op je Brein, een initiatief van cliënten van Dimence en RIBW, ondersteund door WijZ en RIBW, die informatiebijeenkomsten wilden gaan organiseren aan de hand van voor hen zelf relevante thema's. Na een bezoek aan ons zelfregiecentrum in Zwolle hebben we elkaar nog vaak ontmoet. Gek op je Brein is, zou je kunnen noemen, zelfregie in de knop en werd voor ons een belangrijk netwerkcontact onder inwoners van Kampen met een psychische kwetsbaarheid.

September 2022 organiseerde Gek op je Brein haar eerste bijeenkomst in 't Ukien, over het thema 'stigma'. Daarna volgden maandelijkse bijeenkomsten over onder andere de kracht van openheid, en eenzaamheid tijdens de feestdagen. De voorlichtingspool is vanaf het begin bij Gek op je Brein betrokken geweest. Onze ervaringsdeskundigen hebben aan bijna alle bijeenkomsten deelgenomen. We waren vereerd toen we werden gevraagd om een training te verzorgen over het leiden van groepsgesprekken. Gek op je Brein gaat haar bijeenkomsten voortaan vanuit de Eeka-fabriek organiseren. We zien uit naar een langdurende samenwerking.

Ook ons professionele netwerk hebben we uitgebreid. Gedurende de voorbereidingen voor het zelfregiecentrum hebben we de volgende organisaties in en rond Kampen nader leren kennen door de gesprekken en/of de uitvraag van de gemeente naar laagdrempelige voorzieningen: Creating Balance, Dimence, Eleos, GewoonZeS, Hof van Sion, Humanitas, Leger des Heils, MEE IJsseloevers, PerspektieV, RIBW Overijssel, Tactus, Triade Vitree, Wagterveld Zorg, WijZ Kampen en Woonvorm De Maten. Vanuit Focus namen hieraan deel onze directeur en een ervaringsdeskundige die in Kampen woont.

Op initiatief van Focus en RIBW zijn ervaringsdeskundigen van Dimence, Intact, Eleos, Focus en RIBW verkennende gesprekken begonnen over het oprichten van een herstelnetwerk. De organisaties hebben elk hun eigen cultuur en werkwijze. De gesprekken zijn in eerste instantie bedoeld om elkaar beter te leren kennen en een gezamenlijke visie te ontwikkelen op samenwerking, ervaringsdeskundigheid en herstel.

Ondanks de wat stroeve start hebben we in relatief weinig tijd een stabiele basis kunnen bouwen. Dat blijkt mede uit de hulp die krijgen bij het inrichten van het zelfregiecentrum en het werven van een coördinator op dit moment. Naast professionele contacten hebben we enkele tientallen mensen leren kennen die actief willen zijn met zelfregie en herstel. We hebben zowel zelfstandig als in samenwerking met Gek op je Brein voorlichting gegeven over het leven met een psychische kwetsbaarheid, en ook nog hersteltrainingen kunnen organiseren. Impact hiervan is moeilijk te meten, maar we halen positieve signalen uit gesprekken met inwoners. Daarin troffen we niet zozeer stigma als wel onbekendheid. Onze ervaringsdeskundigen laten zien dat je ondanks een psychische kwetsbaarheid een vervullend leven kan leiden en een bijdrage kan leveren aan de samenleving. Voor velen is dat nieuw.

Expertisecentrum

Als expertisecentrum werkt Focus voortdurend aan de deskundigheidsbevordering van onze medewerkers en vrijwilligers, en we stellen onze kennis en ervaring ter beschikking aan andere organisaties.

In 2023 heeft een projectmedewerker met ondersteuning van een stagiair en vrijwilliger de Leergang Ervaringsdeskundigheid (LEF) doorontwikkeld. Hierbij is een breed draagvlak gecreëerd door alle betrokkenen binnen Focus te vragen naar de best passende vorm van de opleiding binnen Focus en netwerkcontacten te raadplegen.

Deze leergang leidt op tot ervaringsdeskundigheid aan deelnemers van Focus. Deelnemers kunnen zich ontwikkelen in het ondersteunen van anderen in hun herstel door te putten uit hun eigen ervaringen van psychische ontwrichting en het herstel daarvan.

De groepsbijeenkomsten binnen de leergang die aan alle deelnemers worden aangeboden, zijn: een keer per maand een kennisbijeenkomst in een groep met zes tot acht deelnemers, en vier reflectiebijeenkomsten in een groepsbijeenkomst met drie tot vier deelnemers. Daarnaast is er een praktijkdeel, waarvan de deelnemer zelf de inhoud en duur bepaalt. De deelnemer kan kiezen uit het totale aanbod van Focus. Een trajectbegeleider en een leerbegeleider ondersteunen de deelnemer hierbij. Hiervoor zijn vaste start- en evaluatiegesprekken ingepland.

De eerste groep (de pilot) is in november 2023 gestart met acht deelnemers, zeven leerbegeleiders, twee facilitators voor de kennisbijeenkomsten en twee begeleiders van de reflectiebijeenkomsten. De eerste indrukken en opbrengsten van de pilot zijn veelbelovend.

De ontwikkeling van de LEF en de pilot worden uitgevoerd in samenwerking met het Lectoraat GGz en Samenleving van Hogeschool Windesheim. MIND en het Oranje Fonds ondersteunen het project inhoudelijk en financieel.

Door mijn tijd bij LEF heb ik een hoop mogen leren in samenwerking met Marie-Suzan en later Asjeliene. Ik heb mij mogen ontwikkelen in vaardigheden en mijn zelfverzekerdheid. Ik durfde in het begin van mijn deelname aan LEF niet voor de groep te staan. Dit is gegroeid door de dingen die ik heb mogen doen binnen het project. Eerst was het spannend om me te bemoeien met een gesprek over ervaringsdeskundigheid binnen een bijeenkomst van het team. De bijeenkomst erna legde ik een onderdeel uit. Zo is mijn zelfvertrouwen door mijn bijdrage en de successen die daaruit volgden gegroeid. Uiteindelijk heb ik zelf een pilot mogen geven en nam ik actiever deel aan de bijeenkomsten en de voorbereiding. Hierbij heb ik veel gehad aan het contact met mijn collega's. - een deelnemer