

A group of diverse people, including men and women of various ages and ethnicities, are smiling and posing for a photo in front of a brick building entrance. The image is partially obscured by a large, semi-transparent white circle that contains the main text.

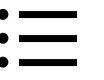
de
Nederlandse
ggz

Laagdrempelige steun- punten als springplank naar meer Volwaardig burgerschap

Een artikel gebaseerd op gesprekken die zijn gevoerd in het waardenetwerk Volwaardig burgerschap, themagroep Herstelgericht werken in 2023 en begin 2024 met deelnemers uit de ggz, herstelinitiatieven, gemeenten en welzijn.

april 2024

MINDSET
IS
everything



Inhoud

1.	Inleiding – waarom laagdrempelige steunpunten?	3
2.	Waarden en kenmerken	4
3.	Deelnemers en ‘je welkom voelen’	6
4.	Varianten en keuzemogelijkheden	9
5.	Samenwerking	11
6.	Op weg naar een landelijk dekkend netwerk	13
7.	Hoe gemeenten laagdrempelige steunpunten succesvol maken	15
8.	Conclusie	17

1. Inleiding – waarom laagdrempelige steunpunten?

“De grootste onvervulde zorgbehoeften van Amsterdammers met een EPA liggen dan ook op het gebied van maatschappelijk herstel, met name wat betreft sociaal en emotioneel contact. Hulp bij het verkrijgen van gezelschap en het aangaan van en het onderhouden van intieme relaties zijn de meest genoemde zorgbehoeften die nog niet vervuld zijn.” Uit Wonen in de wijk met een ernstige psychische aandoening, 1 feb 2024, GGD Amsterdam.

Bovenstaande citaat uit een recent onderzoek van de GGD Amsterdam illustreert waarom in het Integraal Zorgakkoord (IZA) is afgesproken om tot “een landelijk dekkend netwerk te komen van laagdrempelige steunpunten, zoals zelfregie en herstelinitiatieven, waar mensen met ernstige psychische aandoeningen zich ook welkom voelen”. Er zijn aanwijzingen dat deze steunpunten mensen helpen bij hun herstel, maar ook mogelijkheden bieden voor ‘sociaal en emotioneel contact’.

“Uit de interviews blijkt dat het bij herstel gaat over heel individuele processen. Het gaat over heroriënteren op jezelf en op de samenleving. Het is vaak een eenzame route waarop allerlei barrières liggen. De zorg helpt bij

klachtvermindering, maar we willen ook ondersteuning bieden bij de weg naar herstel.”

Psychiater hoog specialistische depressiepoli

De IZA-afpraak roept vragen op als: wat houden laagdrempelige steunpunten precies in? Voor wie zijn ze? Wanneer voelt iemand met EPA zich thuis? Hoe werken ze samen met de ggz en het sociaal domein? Wat is landelijk dekkend, en hoe kom je tot een landelijk dekkend netwerk, waarin de specifieke kenmerken van steunpunten gewaarborgd zijn, maar waarin ook voldoende ruimte is voor regionaal maatwerk en variëteit?

De themagroep herstelgericht werken van het waardenetwerk volwaardig burgerschap heeft zich het

afgelopen jaar over dit soort vragen gebogen. Mooie en inspirerende praktijken hebben zich gepresenteerd en er was veel uitwisseling. Dit artikel geeft een samenvatting van wat in de themagroep besproken is.

Eerst nog iets over de terminologie. In de praktijk hebben initiatieven verschillende namen, zoals steunpunt, zelfregiecentrum, herstelacademie of recovery college. In dit artikel gebruiken we voor de leesbaarheid zoveel mogelijk één term: laagdrempelig steunpunt. Dit sluit aan op het IZA. We proberen de variëteit achter die ene term wel zichtbaar te maken en geven verschillende voorbeelden.

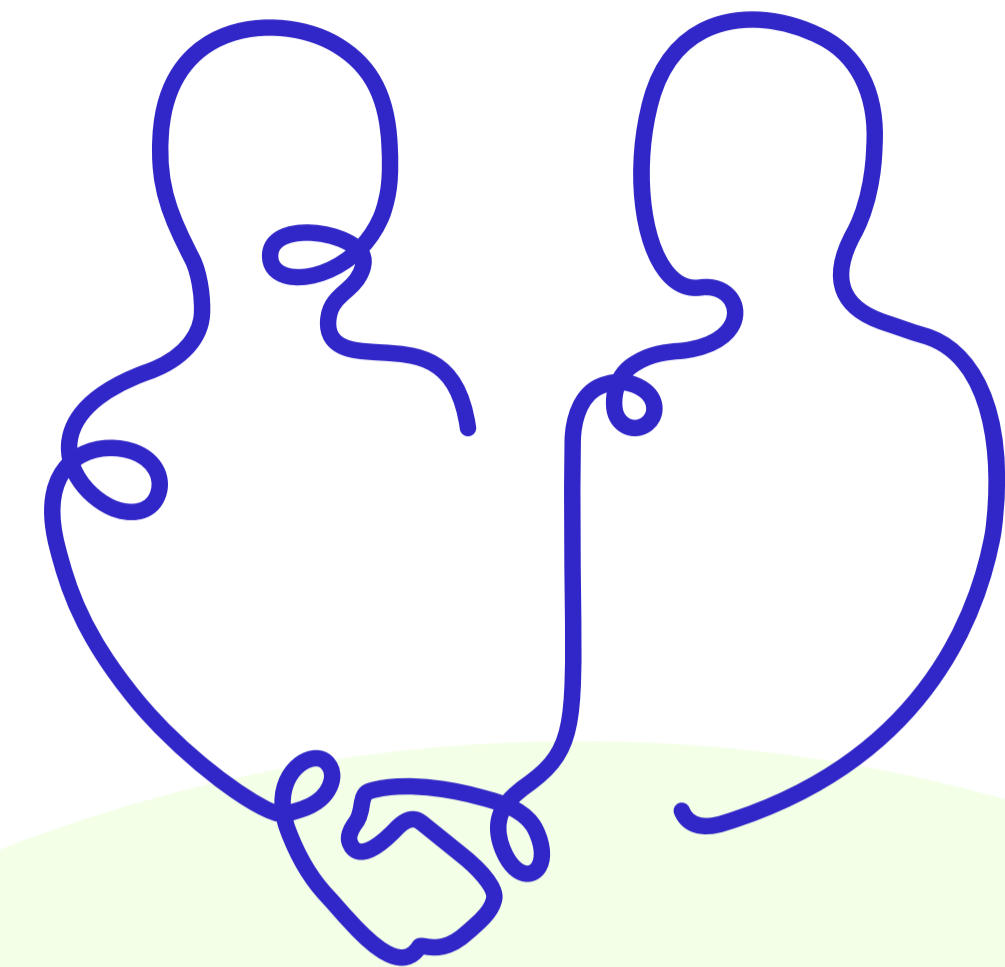
2. Waarden en kenmerken

Nederland kent een rijke variatie aan zelfregie- en herstelinitiatieven (nu zo'n 130). In het verleden zijn de meeste laagdrempelige steunpunten vrij geleidelijk en organisch gegroeid, bottom-up. Vanaf 2022 was er een extra stimulans door het programma Herstel Dichtbij van MIND en het Oranjefonds. Door het IZA is er nu meer tijdsdruk, zijn meer partijen betrokken en is er meer geld beschikbaar.

Om regio's te ondersteunen heeft een IZA-werkgroep onder leiding van de VNG een [handvattendocument Netwerk Laagdrempelige Steunpunten - IZA](#) uitgebracht. Hierin staan 10 kenmerken van laagdrempelige steunpunten. In de themagroep kwamen de volgende waarden en kenmerken vaak voorbij:

- **Community:** Een plek waar mensen zich aan elkaar verbinden en uitgenodigd worden om zich te ontwikkelen en te herstellen. Het steunpunt biedt een combinatie van inloop, ontmoeting, activiteiten en herstelaanbod.
- **Peer-to-peer support:** Deelnemers helpen elkaar, er is geen sprake van een traditionele cliënt-hulpverlener-relatie, want deelnemers en medewerkers zijn gelijkwaardig. Iedereen komt iets halen én brengen.
- **Vrije ruimte:** De radicale vrijheid van deelnemers om zelf invulling te geven aan hun herstel en ontwikkeling. Ze volgen hun eigen pad en eigen tempo. Het steunpunt biedt vooral een kansrijke omgeving.

Tegelijkertijd vinden deelnemers aan de themagroep dat we open-minded moeten blijven. Eén plek of één type steunpunt is niet zo'n goed idee en zal niet voor iedereen en in elke context werken. Sowieso vindt herstel niet alleen in een steunpunt of herstelcentrum plaats, maar ook door mee te doen met bijvoorbeeld een sportactiviteit of het zingen in een koor. Herstelprocessen zijn niet te plannen en voorspelbaar, wat werkt moeten we telkens opnieuw ontdekken. Een deelnemer: "In mijn eigen herstel heb ik veel dingen geprobeerd waarvan ik vooraf niet had verwacht dat het zou werken. Dus laten we vooral zorgen voor een divers aanbod voor verschillende type mensen". Een mooi voorbeeld van zo'n out-of-the-box plaats voor herstel is de Vitaliteitsfabriek.



De Vitaliteitsfabriek in Friesland

Bij de Vitaliteitsfabriek leer je vaardigheden om je veerkracht te versterken. Je zou het een brein-fitnesscentrum kunnen noemen, want net als je spieren kun je je hersenen trainen. Uitgangspunt is dat een gezonde leefstijl én een bepaalde mate van stress helpen bij herstel en gezond blijven. Stress kan worden opgewekt door bijvoorbeeld intervaltrainingen, periodiek vasten of een kort ijsbad. Het idee is dat je iets doet met de stress in plaats van erover te praten.

“We werken met het ABC-principe: het doorlopen van de fases Activatie, Breintraining en Consolidatie. Zo leer je het snelst. We beginnen met een activiteit om je hartslag omhoog te krijgen, daarna doe je een ademhalingsoefening, dan een training, daarna heb je rust/kalmte nodig om het te laten settelen in je brein. Daarvoor gebruiken we bijvoorbeeld Mindfulness of VRelax (een virtuele omgeving waar je heerlijk kunt ontspannen).”

In de Vitaliteitsfabriek is veel aandacht voor een goede sfeer: “We zorgen ervoor dat mensen het bij ons ontzettend leuk vinden. Er is ook een hospitalitymanager die helpt dat mensen dit zo ervaren. Er komen mensen die door de huisarts naar de ggz zijn doorverwezen (en anders op een wachtlijst staan), en werknemers van bijv. GGZ Friesland en huisartsen. Dus klanten en werknemers lopen bij ons door elkaar heen.”

Werknemers van de Vitaliteitsfabriek hoeven geen specialist te zijn. Er werken ook veel vrijwilligers en de Vitaliteitsfabriek neemt nu ook mensen aan vanuit sociale werkplaatsen. Zij hebben veel tijd. Voor de ggz moeten medewerkers wel gediplomeerd zijn, anders wordt er niet betaald.

www.de-vitaliteits-fabriek.nl



3. Deelnemers en ‘je welkom voelen’

In de themagroep is de vraag opgeworpen hoe een steunpunt een plek kan worden waar mensen zich thuis voelen, in het bijzonder mensen met ernstige psychische aandoeningen.

Elk steunpunt heeft een ander karakter en trekt ook andere deelnemers. Zo kan het aandeel van mensen met een achtergrond in de ggz of maatschappelijke opvang erg verschillen.

De vraag is of je alle burgers met algemene voorzieningen, zoals buurtcentra, kunt bereiken. In de praktijk blijkt dat mensen met een ggz-achtergrond toch graag ‘onder elkaar’ activiteiten doen en dat zij de reguliere buurtcentra niet altijd als toegankelijk ervaren. Omgekeerd geldt hetzelfde. Bij zelfregie en herstelcentra is ‘iedereen welkom’ maar hebben de deelnemers veelal toch te kampen met psychiatrische problematiek¹. De verklaring hiervoor is dat mensen met psychiatrische en/of verslavingsproblematiek veel met uitsluiting te maken hebben, waardoor het moeilijk voor ze is om met enig zelfvertrouwen deel te nemen aan publieke activiteiten. Daarom zijn peers support omgevingen zo belangrijk omdat ze daar hun eigenwaarde en identiteit kunnen hervinden.

“Soms is de bank voor mensen hun enige veilige plek. Als hulpverleners moeten we voorkomen dat zij erin berusten dat er in de maatschappij voor hen geen plek is”

Ton Verspoor, Enik Herstelacademie

Er is in ieder geval extra inspanning nodig om laagdrempelige steunpunten gastvrij te maken en mensen te helpen om daar ook naartoe te gaan. Dit kan bijvoorbeeld door de inzet van ervaringsdeskundigen en het trainen van medewerkers. In Amsterdam is hiervoor het project ‘[W-in de wijk](#)’ gestart (loopt tot 2025), een samenwerking tussen zorg en welzijn, ervaringsdeskundigen en gemeenten. In dit project zijn welzijns- of ggz-coaches aanwezig die vrijwilligers trainen, coaching bieden en betaalde medewerkers ondersteunen om met ggz-cliënten om te gaan. De ervaringsdeskundigen van Team ED hebben hierin een belangrijke bijdrage.

¹ Loon, E. van, Benjamins, H. Metze, R., Scholtmeijer, J. & Weerman, A. (2023). Stap in de Wijk. Ervaringen met de aanpak van de RIBW Overijssel voor een maatschappelijke ggz. Participatie en Herstel, 4, 44-55.

Eerste bevindingen uit een promotieonderzoek van Caroline van Genk naar Beschermd Thuis, laten zien dat ook als er veel activiteiten in een buurt zijn om sociale verbondenheid te bevorderen, mensen die 'beschermd thuis-hulp' ontvangen vaak moeilijk bereikt worden. Veel initiatieven sluiten niet aan bij de behoefte van de doelgroep. Hoewel sociale verbondenheid op buurtniveau dus lastig blijkt te organiseren, lukt het op kleinere schaal soms wél. Structurele activiteiten van bewonersorganisaties binnen bijvoorbeeld een appartementencomplex kunnen succesvol zijn. Ook een sleutelfiguur die mensen met gelijkwaardige interesses en behoeften met elkaar verbindt, kan veel voor de doelgroep betekenen!

Sommigen in de themagroep houden een pleidooi om specifieke voorzieningen voor ggz-cliënten zoals dagactiviteitencentra te behouden. "Ggz-cliënten hebben soms extra bescherming nodig". Een voorbeeld van een mooie mengvorm heeft Epe. In deze gemeente is een onderscheid tussen buurthuizen en buurtpunten. Buurtpunten zijn voor mensen met zwaardere problemen, maar ze zijn zonder beschikking toegankelijk. Als iemand op een bepaalde locatie vastloopt, kan hij zonder formeel besluit naar een andere locatie overstappen. (Zie kader Epe)

Epe: dagbesteding als algemene voorziening

Epe kent Huizen in de Buurt en buurtpunten. De buurtpunten zijn voor mensen met zwaardere problemen, maar het zijn toch algemene voorzieningen die zonder beschikking toegankelijk zijn. Als iemand vastloopt op een bepaalde locatie kan hij zonder formeel besluit overstappen naar een andere locatie. De locaties werken wel goed samen.

Er zijn dertien van dit soort locaties in Epe met in totaal circa 125 deelnemers. De activiteiten hebben deels een arbeidsmatig karakter, deels niet. "Er zijn ook mensen die alleen vogels kijken." Mensen nemen in de buurtpunten verschillende rollen in. Iemand is bijvoorbeeld deelnemer in de ene locatie en geeft schilderles in een andere locatie.

Er zijn in totaal zes zorgorganisaties betrokken met verschillende specialisaties: ouderen, lvb, ggz en twee meer klassieke zorgboerderijen. Hoewel er dus geen beschikking of indicatie is, krijgen mensen wel een intakegesprek en wordt hun ontwikkeling gemonitord. Als het nodig is krijgen deelnemers aanvullend een individuele maatwerkvoorziening.

De keuze om in de buurtpunten zonder beschikkingen te werken is een lang proces geweest. Epe is een kleine gemeente, heeft geen eigen wijkteam, en veel expertise moet van buitenaf worden ingevlogen. Het werken zonder beschikkingen levert geen kostenbesparing op. Maar het betekent een verlichting voor de Wmo-consulenten: geen discussies meer over hoeveel uur hulp iemand mag ontvangen; geen herindicaties, minder bureaucratie. Bewoners zijn ook blij. Een bijkomend voordeel is dat mensen gebruik van de buurtpunten kunnen blijven maken als ze een Wlz-indicatie krijgen.



In hoeverre is het mogelijk en wenselijk om zeer diverse doelgroepen mensen bij elkaar te brengen?

- Er kan ongemak ontstaan als je verschillende groepen mengt. Mensen met een verslavingsachtergrond mengen bijvoorbeeld soms minder goed met mensen die (alleen) ggz problematiek hebben. Het is goed om als er spanningen zijn die niet te negeren. Tijd helpt soms ook om aan elkaar te wennen.
- Als vrijwilligers en andere medewerkers van een steunpunt goed begeleid worden door bijvoorbeeld ggz-coaches, kunnen ze meer diversiteit aan. Denk dan aan psycho-educatie en beeldvorming.
- Er zit altijd dynamiek in de groep deelnemers, want mensen ontwikkelen zich, herstellen en ondersteunen elkaar.
- Het is belangrijk je altijd bewust te zijn van groepen die je niet bereikt. Dat kan aanleiding zijn om de eigen activiteiten aan te passen; maar ook om breder te kijken naar het bestaande en gewenste aanbod in de regio.

Speciale aandacht is nodig voor jongeren. Enik en Altrecht hebben samengewerkt om iets voor jongeren op te zetten. “We hebben met Altrecht gekeken welke vragen zij vanuit de behandelkant hebben. Vervolgens hebben we met jonge ervaringsdeskundigen een jongerencafé opgezet. Samen met het ROC en Hogeschool Utrecht is dat uitgegroeid tot een jongerencommunity. Altrecht heeft zich vervolgens weer teruggetrokken.”

4. Varianten en keuzemogelijkheden

Binnen laagdrempelige steunpunten is veel variatie mogelijk, en zelfs wenselijk. Die variatie zien we in de praktijk en die zal ook zichtbaar zijn als elke regio een eigen invulling geeft aan een dekkend netwerk.

Positionering

Van oudsher is er onderscheid tussen steunpunten die een zelfstandig rechtspersoon zijn en steunpunten die onderdeel zijn van een zorginstelling. Tegenwoordig zijn er ook steunpunten die onderdeel zijn van een grotere welzijnsorganisatie. Essentieel is dat een steunpunt in de praktijk onafhankelijk is en dat ervaringsdeskundigen in de lead zijn. De rol van de ggz moet niet dominant zijn, anders ga je deelnemers en bezoekers vanuit het zorgkader benaderen en duw je hen in een cliëntrol. “We moeten een ver-ggz-ing van het voorveld voorkómen.” Een steunpunt op het terrein van een zorginstelling heeft daarom niet de voorkeur. Het is wel belangrijk dat je waar nodig de ggz kunt benutten.

Er is nog wel een stap te zetten door welzijnsorganisaties om mensen met ernstige psychische aandoeningen te ondersteunen in hun herstel. In het eerdergenoemde onderzoek van de GGD Amsterdam rapporteren cliënten op elk van de genoemde domeinen (onder

meer psychische gezondheid, activiteiten overdag, gezelschap) de ggz als partij waarvan zij ondersteuning krijgen. Maatschappelijke (opvang) partners zoals Leger des Heils, HVO-Querido, Cordaan en perMens zijn op alle niet-medische domeinen vertegenwoordigd. Maar het aandeel van welzijnswerk en buurtteams in de ondersteuning is volgens de doelgroep op alle domeinen nog zeer beperkt.

Locatie

Vooraf grote steunpunten hebben een eigen locatie, soms zelfs meerdere locaties. Een eigen gebouw heeft voordelen. Het versterkt de community-vorming en bevordert het thuisgevoel en het eigenaarschap van deelnemers.

Maar een eigen locatie is niet altijd haalbaar. Daarom vinden veel steunpunten onderdak in een Huis van de Wijk of buurthuis. Ook dit kan voordelen hebben: onderlinge kruisbestuiving, deelnemers die makkelijker

mengen met andere wijkbewoners. Voorwaarde is dat de voorziening als geheel gastvrij is en dat het steunpunt herkenbaar is, bijvoorbeeld met een eigen programma en/of een eigen fysieke ruimte. Deelgemeenten in Amsterdam doen veel om de Huizen van de Buurt toegankelijk te maken voor mensen met een ggz-achtergrond. (Zie kader Amsterdam).

Amsterdam: algemene voorzieningen op buurtniveau

In Amsterdam zijn de stadsdelen verantwoordelijk voor de sociale basis. Belangrijke algemene voorzieningen op buurtniveau zijn:

- Het Huis van de Buurt. Hier zijn op sommige momenten van de week ervarings- of herstelwerkplaatsen die specifiek toegankelijk zijn voor mensen uit de ggz. In het project W in de Wijk krijgen medewerkers van de Huizen van de Buurt training en coaching, onder meer van ervaringsdeskundigen, zodat zij beter om leren gaan met mensen met een ggz-achtergrond.
- De buurtteams. Hier kan iedereen terecht met vragen; de buurtteammedewerkers kijken dan of zij zelf kunnen helpen of dat specialistische hulp nodig is.
- Maatjesprojecten voor mensen met lichte of zware problematiek die zonder indicatie toegankelijk zijn.

Inhoud

Elk steunpunt heeft een eigen inhoudelijk profiel met een eigen mix aan activiteiten op het gebied van inloop/ ontmoeting, ontspanning, dagbesteding en herstel. Bovendien ontwikkelt het programma zich voortdurend, want het komt in co-creatie met alle deelnemers en medewerkers tot stand. Belangrijkste is dat mensen het leuk vinden om er te zijn en dat alle activiteiten samen bijdragen aan een omgeving die uitnodigt tot groei, ontwikkeling en leren.

Werkwijzen en procedures

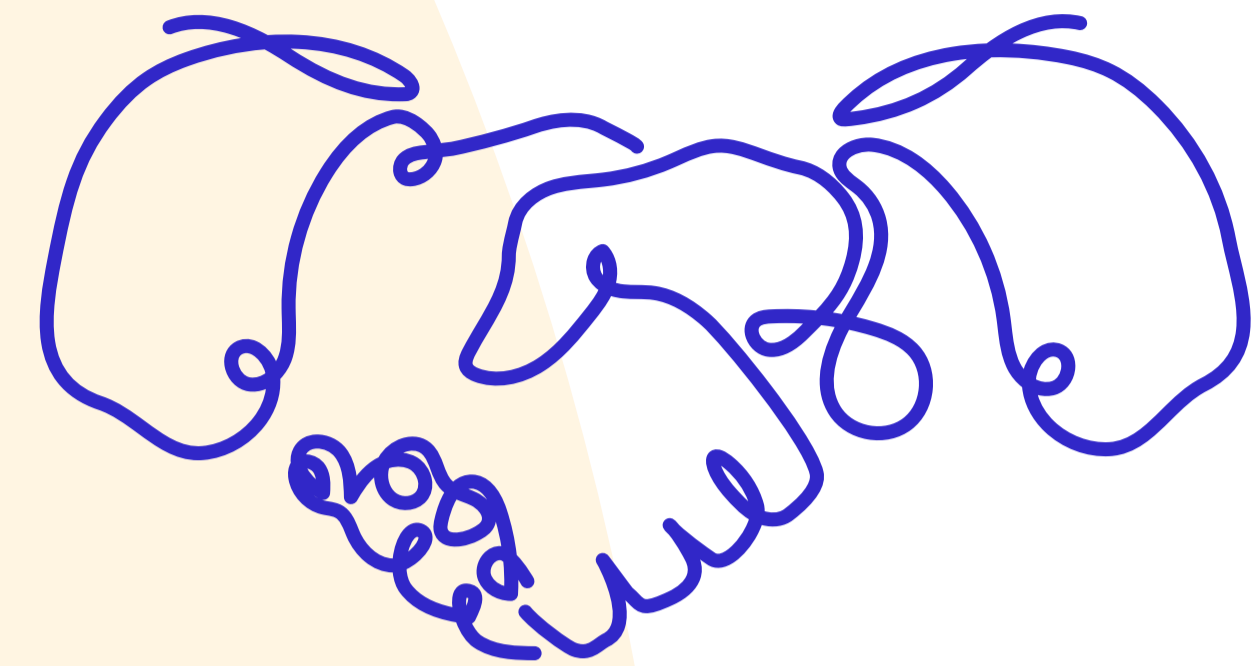
Laagdrempeligheid is altijd een belangrijk uitgangspunt. Bij sommige steunpunten betekent dit dat er helemaal niet gewerkt wordt met intakegesprekken of herstelplannen. “Het is toch niet de bedoeling dat wij dezelfde vragen gaan stellen die professionals in de zorg steeds stellen: waar wil je aan werken, wat zijn je doelen?” Andere steunpunten werken wel met plannen, maar alleen als hulpmiddel voor de persoon zelf om te bepalen waar hij staat en wat de volgende stap kan zijn.

Vrije ruimte is belangrijk. Dat betekent niet dat er geen enkele methode is. Zo vertelt Ton Verspoor: “Bij Enik werken we cursorisch in een peer-supported omgeving aan herstel. Daar zit dus zeker een duidelijke visie en methode achter. Uitgangspunt is wel dat het goed moet aansluiten bij de vraag en de behoeften van de deelnemers zelf. De gemeente of professionals moeten niet hun eigen visie daarover heen gaan leggen. Behoud de cultuur van ervaringsdeskundigen².”



² De Nederlandse Vereniging voor Zelfregie en Herstel (nvzh.nl) heeft deze cultuur beschreven met een aantal waarden: [De mens om wie het gaat centraal.pdf](#)

5. Samenwerking



Laagdrempelige steunpunten nemen binnen het landschap van zorg en welzijn een unieke positie in, maar ze zijn niet geïsoleerd. Ze zijn onderdeel van een breed netwerk of ecosysteem voor ondersteuning, herstel en mentale gezondheid. Huisartsen, welzijnswerk en ggz-instellingen behoren ook tot dat ecosysteem; en nog breder: ook woningcorporaties, werkgevers, sport- en cultuurorganisaties, enzovoort. De mentale gezondheidsnetwerken die in het kader van IZA zijn voorzien kunnen de verbinding tussen onderdelen van het ecosysteem versterken.

Korte lijnen binnen het netwerk of ecosysteem zijn essentieel. Elkaar persoonlijk kennen en contactgegevens uitwisselen helpen daarbij. Herstelacademie Korak werkt samen met gemeenten, POH's, ggz-instellingen en aanbieders van thuiszorg en dagbesteding. "In het begin hebben we een netwerklunch georganiseerd voor alle partners. Daar is een kerngroep uit voortgekomen die elke twee-drie maanden bij elkaar komt. Daar bespreken we wat we kunnen verbeteren en welke mensen we kunnen benaderen."

“Onze ervaring laat zien dat het belangrijk is vanuit de vraag van bezoekers activiteiten te verzinnen en niet omgekeerd. Ook de co-creatie met andere ketenpartners kan alleen goed van de grond komen door het echt samen te doen, vanuit de vraag van bezoekers. De plek zal voor de bezoekers eigen moeten voelen. Organisaties die individuele zorg bieden werken mee, maar stellen zich dienstbaar op. Hun professionals zijn een buitenste schil met expertise die ingezet kan worden als het nodig is.”

Medewerker bij Fameus, herstelacademie van GGz Breburg

In de themagroep is vooral dieper ingegaan op de samenwerking tussen steunpunten en de ggz. Er zijn veel mooie praktijkvoorbeelden. Bijvoorbeeld: de inzet van steunpunten bij wachttijdbegeleiding of herstelactiviteiten van het steunpunt in de kliniek of op de poli. In Hengelo hebben Mediant, Ixta Noa en Wijkkracht een gezamenlijke inloopvoorziening. Elke organisatie verzorgt een aantal dagdelen. Het selecteert zichzelf uit. Mensen die meer behoefte hebben aan begeleiding komen vooral op dagdelen van Mediant.

Bijzonder is de samenwerking tussen Ixta Noa en Pro Persona, onder het motto: wel verbinding, geen vermenging (zie kader).

Samenwerking Ixta Noa en specialistische ggz Pro Persona

[Ixta Noa](#) heeft 7 praktijkhuizen in Noord- en Oost-Nederland. Die lijken op herstelacademies; ze werken in ieder geval vanuit dezelfde waarden. De praktijkhuizen bieden inloop, herstelgroepen, logeer-/respijtvorzieningen. Alle betaalde en vrijwillige medewerkers zijn ervaringsdeskundig. Ixta Noa heeft een intern opleidingstraject. Mensen die als deelnemer binnenkomen, kunnen doorstromen naar een rol als begeleider. Vrijwilligers ‘runnen’ de tent, hebben de sleutel van het pand, doen de bedrijfshulpverlening.

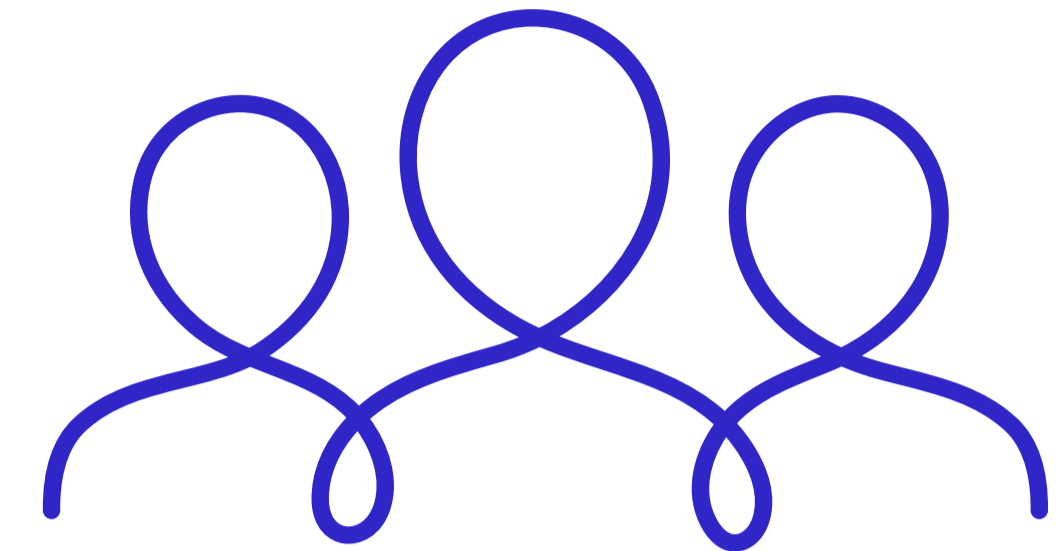
Ixta Noa werkt samen met het [expertisecentrum depressie](#) van Pro Persona. Medewerkers van Ixta Noa komen op de ggz-afdeling en cliënten van de afdeling bezoeken Ixta Noa. Het is geen volgordelijk proces. Behandeling en herstel kunnen gelijktijdig plaatsvinden en naadloos aansluiten.

Jan Spijker, Pro Persona: “We moeten herstel beter borgen in behandelingen door samenwerking met partners in onze omgeving. We moeten de herstelactiviteiten niet overnemen, maar wel zorgen dat onze cliënten weten wat er mogelijk is en goede toegang hebben.”

Gerard de Roos, Ixta Noa: “We brengen onze ervaringskennis en de wetenschappelijke kennis vanuit behandelaars bij elkaar. Je moet behandeling en herstel wel verbinden, maar niet vermengen, want dan treedt verdunning op. Als iedereen doet waar hij goed in is en het sluit goed aan, dan komt ieders werk het best tot zijn recht.”



6. Op weg naar een landelijk dekkend netwerk



Regioplannen en beelden

Het is een grote opgave om tot een landelijk dekkend netwerk van laagdrempelige steunpunten te komen. Er zijn al veel herstel- en zelfregie-initiatieven, maar sommige leiden een onzeker bestaan. Duurzame meerjarige financiering is daarom essentieel. Daarnaast zijn er witte vlekken op de landkaart die opgevuld moeten worden.

Gemeenten hebben een leidende rol in het realiseren van een regionaal en landelijk dekkend netwerk voor laagdrempelige steunpunten. Hoe ze dit aanpakken wordt als het goed is in het regioplan beschreven, waarin alle partners vanuit zorg, welzijn en gemeenten participeren. Zij kunnen hiervoor vanuit het IZA middelen aanvragen.

Een regio zal eerst een beeld moeten hebben van bestaande zelfregie- en herstelinitiatieven in de regio. De [kenniswerkplaats onbegrepen gedrag Flevoland](#) heeft zo'n beeld gemaakt. Hier hebben de hogeschool Windeheim en de GGD samen herstelnetwerken en de daarbij betrokken ervaringsdeskundigen in Flevoland in kaart

gebracht³. Daarna hebben zij een regionaal visiedocument op herstel en ervaringsdeskundigheid opgesteld. Elke gemeente vult deze visie vervolgens weer op eigen wijze in. Momenteel verbinden de ervaringsdeskundigen in de verschillende gemeenten van Flevoland zich verder met elkaar. Zij spelen een centrale rol bij de verder ontwikkeling van herstelactiviteiten, waarbij ook aandacht is voor naasten. Alie Weerman: “In onze zoektocht wilden we door in beeld te brengen wat er is, een antwoord krijgen op vragen zoals ‘hoe herstelpunten zich verhouden tot welzijnswerk en tot de ggz’.”

Regionaal dekkend, wat is dat?

Om regionaal dekkend te zijn moet een laagdrempelig steunpunt in de buurt zijn, een herkenbare locatie hebben en voldoende frequent activiteiten aanbieden. In de buurt omdat mensen zich gehecht voelen aan hun eigen gemeente en niet snel geneigd zijn om naar een buurgemeente te gaan. Voor reizen zijn mensen vaak afhankelijk van anderen voor vervoer. Activiteiten moeten daarnaast voldoende frequent zijn en vanuit een vaste locatie worden georganiseerd.

“Satellieten, waar je een paar keer per jaar komt om een training of workshop te organiseren, werken maar beperkt. Dan krijg je een identiteit als trainingsbureau. Je moet echt een community opbouwen. Dan kan er veiligheid en vertrouwen ontstaan.”

Driesje Verdonck van Korak

Als je als ggz constateert dat er een witte vlek in de regio is, dan is het advies om daarover contact op te nemen met de betreffende gemeente en de cliëntorganisatie in de regio.

Kleine gemeenten en plattelandsgebieden vragen om eigen oplossingen. Het is goed om stil te staan hoe je in afgelegen gebieden mensen wil bereiken. Een goede vervoersvoorziening kan helpen. Maar ook: outreachend werken, bijvoorbeeld met een touringcar door de regio. Een voorbeeld van een nieuw steunpunt starten in een kleine gemeente is Korak in Heerde (zie kader).

³ [Herstelnetwerken Flevoland 2023 Eindverslag.pdf](#)

Van stad naar plattelandsgemeenten

“Vanuit onze kleine gemeenten was er echt behoefte aan een eigen locatie. Het past ook in de beweging naar beschermd thuis. Je wil mensen die uit een zorgtraject komen dichtbij huis een mogelijkheid bieden om hun leven weer vorm te geven. In onze gemeenten worden heel veel vragen informeel opgepakt, er is veel cohesie en noaberschap. Maar op psychische kwetsbaarheid rust nog wel een taboe. Daar delen mensen niet zo makkelijk ervaringen over.”

[Korak](#) heeft een herstelacademie in Apeldoorn. Daarnaast geeft Korak regelmatig trainingen en workshops in regiogemeenten. In november 2023 is een eigen nieuwe locatie in Heerde geopend, die ook bedoeld is voor inwoners van Epe en Hattem. Er was vraag naar vanuit de regiogemeenten, POH's en zorgaanbieders. Ook bezoekers van Korak die niet uit Apeldoorn komen hadden graag een locatie dicht in de buurt. De locatie in Heerde start drie dagen in de week. “Andere regiogemeenten hebben ook belangstelling, maar we nemen de tijd. We zijn afhankelijk van vrijwilligers. Die willen we eerst werven en goed inwerken, zodat ze ook echt vanuit onze missie en visie werken. Dus we willen eerst Heerde goed neerzetten, voordat we weer verder kijken.”



7. Hoe gemeenten laagdrempelige steunpunten succesvol maken

Vertrouwen is een belangrijke voorwaarde voor laagdrempelige steunpunten om succesvol te kunnen zijn. Gemeenten doen er goed aan dat vertrouwen te bieden, ‘nabij te zijn’, en zich terughoudend op te stellen met registratie-eisen, outputcriteria en andere formele eisen.

Andere succesfactoren bij de ontwikkeling van (nieuwe) initiatieven zijn:

- **Tijd en vrije ruimte:** “Mooie dingen kosten tijd.” Voldoende tijd is nodig voor het betrekken van ervaringsdeskundigen en vrijwilligers, het ontwikkelen van de gemeenschappelijke visie, training en begeleiding van vrijwilligers, enzovoort. De ontwikkeling van een steunpunt moet een organisch proces blijven; het werkt averechts om vooraf bepaalde doelen en resultaten precies vast te leggen. Het IZA geeft een belangrijke impuls aan de ontwikkeling van steunpunten, maar mag er niet toe leiden dat die ontwikkeling geforceerd wordt.
- **Visie:** Een gemeenschappelijke visie en gedeelde waarden is het beginpunt. Betrokkenheid van inwoners en ervaringsdeskundigen is essentieel. Denk niet vanuit het individu of hulpvragen, maar

vanuit het ontwikkelen van omgevingen waar meerdere expertises bij elkaar komen. Bied iets generiek aan als het kan en specifiek als het moet.

- **Gevoel voor de context:** Elke context is anders. Om hier goed op aan te sluiten is het raadzaam eerst in beeld te brengen welke voorzieningen er al zijn en om samen met bewoners te kijken waar behoeften liggen. Het is niet nodig om altijd alles in één locatie samen te brengen. En het is belangrijk om behoeften van verschillende subgroepen en het totaalaanbod van voorzieningen in het oog te houden.

“Het is belangrijk het tempo van initiatiefnemers en betrokken ervaringsdeskundigen te volgen. De herstelacademie heeft het laatste woord bij de snelheid van het proces, niet de deelnemende gemeenten.”

Medewerker gemeente over de uitbreiding van een herstelacademie naar nieuwe locaties).

Uitstromeisen of doorgroeien?

In de relatie tussen gemeente en steunpunt kunnen verwachtingen en wensen ten aanzien van doorstroom of uitstroom een rol spelen. Denkend vanuit de prestatieladder kun je je afvragen: wanneer is het klaar, wanneer kan iemand naar een gewoon buurthuis doorstromen?

Er zijn veel voorbeelden van ontwikkeling en groei die deelnemers in een steunpunt kunnen doormaken. Ixta Noa heeft een intern opleidingstraject; betaalde medewerkers zijn vaak zelf ooit als deelnemer binnen komen lopen. Bij Korak is de ervaring dat bezoekers regelmatig doorstromen naar een rol als vrijwilliger. Een volgende stap is soms een opleiding ervaringsdeskundigheid of iets buiten Korak. In Zwolle loopt een apart project om mensen vanuit een herstelvoorziening te ondersteunen bij een volgende stap. En in Amsterdam zijn herstelacademies ondergebracht in Huizen van de Buurt, dus daar kan doorstroming al heel natuurlijk plaatsvinden.

Maar dwingend sturen op doorstroom of uitstroom en daar criteria voor opstellen is niet gewenst. Het zou een druk op deelnemers betekenen die haaks staat op de principes van een laagdrempelig steunpunt, want iedereen is welkom zo lang als hij wenst. Het zou bovendien de suggestie wekken dat je in een laagdrempelig steunpunt buiten de samenleving staat, terwijl deze initiatieven zich juist ontwikkelen als publieke voorzieningen.

Gemeenten kunnen doorstroom wel zelf bevorderen. Ze zijn verantwoordelijk voor de gehele sociale basis en hebben daarmee ook de opdracht om andere algemene voorzieningen in het ecosysteem zo toegankelijk mogelijk te maken voor kwetsbare mensen.

Een laatste tip van een medewerker van een gemeente is dat er ook samenwerking nodig is tussen gemeenten: Medewerker van een gemeente: “In sommige situaties zou je willen dat de cliëntondersteuning van de ene gemeente mee kan gaan naar de volgende, dat voorkomt dat mensen ‘opnieuw’ moeten beginnen of dat mensen geen begeleiding meer willen.”

8. Concluderend

Laagdrempelige steunpunten zijn voor een deel van de groep mensen met ernstige psychische aandoeningen een belangrijke plek om te werken aan herstel en om verbinding met de maatschappij te krijgen. Omdat deze groep veel met uitsluiting te maken krijgt, is juist een omgeving met 'peer support' en de inzet van ervaringsdeskundigheid belangrijk om mensen 'over de drempel' te helpen. Een omgeving waar vrije ruimte is, waar gelijkwaardig en wederkerig contact mogelijk is. Zodat herstel vorm kan krijgen en de eigenwaarde groeit.

Gemeenten hebben de taak deze steunpunten te ondersteunen en te faciliteren. Duurzame financiering, nabijheid en actieve betrokkenheid tonen zijn daarbij gewenst. Tegelijk is het goed om ruimte te bieden voor een bottom-up aanpak, waarin steunpunten zich op organische wijze kunnen ontwikkelen en initiatieven van de deelnemers ruimte krijgen. Dwingende criteria voor doorstroom en uitstroom werken niet. De uiteindelijke toets is of het steunpunt bijdraagt aan het erbij horen en meedoen van mensen met ernstige psychische aandoeningen.

Het is belangrijk om daarnaast te accepteren dat steunpunten verschillende verschijningsvormen hebben, afhankelijk van de context en de bezoekers. De tien kenmerken van steunpunten die in het handvattendocument van de IZA werkgroep staan beschreven, moeten we daarom met een open blik blijven bezien en niet als een afvinklijstje waaraan elk steunpunt moet voldoen.

Laten we ons daarom steeds samen met de deelnemers zelf afvragen: draagt dit steunpunt eraan bij dat mensen met ernstige psychische aandoeningen zich erbij voelen horen en weer meedoen in onze maatschappij?



Verantwoording

Auteurs:

Liesbeth van Gent, netwerkcoördinator waardenetwerk Volwaardig burgerschap

Nic Vos-de Wael, bureau Lenz

© april 2024



Liesbeth van Gent,
Netwerkcoördinator
waardenetwerk Volwaardig
Burgerschap

Meer informatie

- VNG: [Handvattendocument Netwerk Laagdrempelige Steunpunten - IZA](#)
- Trimbos [Bevordering inclusie van inwoners met een psychische beperking](#)
- Oranjefonds en MIND: [Het programma Herstel Dichtbij](#)
- De [Nederlandse Vereniging voor Zelfregie en Herstel](#)
- De Nederlandse ggz - [Volwaardig-burgerschap](#)
- RIBW Overijssel en Hogeschool Windesheim: [Stap in de wijk](#)
- C. Muusse & J. Boumans (2016). Ruimte voor Peer Support! Een onderzoek naar de totstandkoming van Enik Recovery College, Lister.
- [MIND-atlas](#) overzicht cliënt- en naasteninitiatieven in Nederland
- [www.ervaringskennisplein.nl](#) informatie over inzet ervaringskennis en ervaringsdeskundigheid
- [VWS/VNG: Overzicht geldstromen t.b.v. laagdrempelige steunpunten](#)

