

Lumen

Holland Rijnland



JAARVERSLAG

2023



april 2024

Inhoudsopgave

Voorwoord	3
Lumenbreed aanbod voor Holland Rijnland	4
Aanbod in de Leidse regio	11
Aanbod in de Duin- en Bollenstreek	19
ExpEx Katwijk	24
Aanbod in de Rijnstreek	27
Bijlagen	34
• Bijlage 1: Overleggen, bijeenkomsten	
• Bijlage 2: Brief aan wethouder J. Terpstra	
Contact en colofon	37

VOORWOORD

Waar staan we bij Lumen voor? Op die vraag hebben het afgelopen jaar met elkaar antwoord proberen te geven. We hebben dit vastgelegd in wat we onze Kernwaarden noemen. Met deze woorden en zinnen willen we aan onszelf maar ook aan anderen laten weten wie we zijn en waar we voor staan. Deze Kernwaarden zijn tot stand gekomen met de inbreng van ervaringsdeskundigen, medewerkers en onze vrijwilligers.

Lumen **behartigt de belangen** van de mensen die het moeilijk(er) hebben en biedt hun een **veilige** plek voor ontmoeting en ondersteuning. Lumen is een plek van **verbinding**, die **toegankelijk** en **vertrouwelijk** voelt door onze grote **betrokkenheid**. We zijn **gelijkwaardig**, we zijn er voor elkaar en we zien naar anderen om. Wij zijn **(ervarings)deskundig** en dagen onszelf en anderen uit om mensen bij hun eigen, **unieke herstelproces** te ondersteunen.

Vanuit die Kernwaarden rolt Lumen in de drie sub-regio's een breed scala aan activiteiten uit gericht op collectieve belangenbehartiging, herstelondersteuning en scholing met behulp van een grote groep ervaringsdeskundige vrijwilligers.

Nieuw in 2023 was het feit dat Lumen de coördinatie van het meedenkersnetwerk in de Duin en Bollenstreek heeft overgenomen en is gestart met een zelfregiecentrum in het Vriendenhuis in Lisse.

In het afgelopen jaar zijn de gesprekken over uitvoering van het Integraal Zorgakkoord (IZA) in de regio Holland Rijnland gestart. Hoewel Lumen zich in overleggen en in een advies kritisch heeft uitgesproken over de wijze waarop in deze regio de plannen van de grond komen, zien we voor Lumen binnen de IZA-afspraken ook grote mogelijkheden om in het belang van onze achterban zaken nu echt anders te gaan aanpakken waardoor mensen eerder en sneller de juiste zorg en/of ondersteuning kunnen krijgen. De introductie van het Ecosysteem Mentale Gezondheid (GEM) zou daarbij een stap in de goede richting zijn.

Bart Smith

Directeur

Lumenbreed aanbod voor Holland Rijnland

Belangenbehartiging

Armoede

Lumen was aanwezig bij de netwerkbijeenkomst van de Adviesraad Sociaal Domein Leiden over dit thema, evenals bij de Armoedebijeenkomst georganiseerd door de gemeente Leiden. In oktober was er bij Lumen een Politieke avond, verzorgd door D66 Leiden, om het over het armoedebeleid te hebben voordat dit in december in de gemeenteraad besproken werd. Steeds gaf Lumen aan dat een goede bekendheid met aanvullende gemeentelijke regelingen alleen niet voldoende is om bestaanszekerheid te garanderen of te verbeteren.

Grip op Onbegrip

Voor (betere) zorg en ondersteuning van mensen met onbegrepen gedrag heeft Lumen samen met de GGD en de Werkplaats Sociaal Domein (Hogeschool Leiden) gekeken of er een Kenniswerkplaats Onbegrepen Gedrag opgericht kon worden. Deze pogingen strandden, helaas, maar in 2024 organiseert het Zorg & Veiligheidshuis Hollands Midden een Werkconferentie 'Verward Gedrag', een doorstart van het eerdere programma 'Zorg en Ondersteuning voor mensen met onbegrepen gedrag'.

Regionale Werkgroep GGZ / Integraal Zorg Akkoord

Gaandeweg 2023 liep de Regionale WG GGZ, voorheen Samenwerkingsagenda GGZ, over in de voorbereidingen om concrete plannen in het kader van het Integraal Zorg Akkoord uit te kunnen werken. Eind 2023 is een eerste Regioplan naar het Ministerie van VWS gestuurd, begin 2024 gaat Lumen hier mee verder.

Preventie Dakloosheid

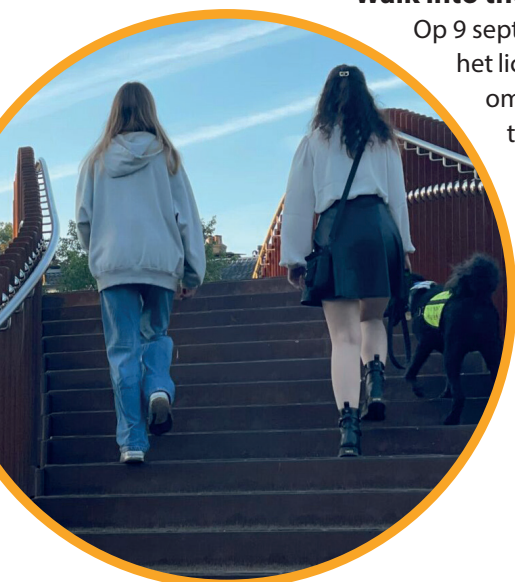
Kennismaking met Housing First en Straatconsulaat Den Haag, met de laatstgenoemde partij over het oprichten van een landelijke coalitie. Lumen was eind augustus aanwezig bij Summer School Nationaal Actieplan Dakloosheid (IPW en VWS) te Utrecht. Hierna sloot Lumen zich aan bij het landelijke platform Dakloosheid Voorbij!. Tot aan de verkiezingen was dit een gelegenheidscoalitie, vervolgens een officieel samenwerkingsverband. Met een subsidie van het Kansfonds gaat Lumen zich meer en zichtbaarder inzetten met collectieve belangenbehartiging voor dakloze mensen, regionaal en landelijk. Eind 2023 nam Lumen plaats in de Werkgroep ETHOS-telling Holland Rijnland die de tel-dag 11 april voorbereidt.

Walk into the Light

Op 9 september liepen ongeveer 50 mensen mee tijdens deze tocht. Een wandeling naar het licht toe om stil te staan bij de mensen die door suïcide om het leven zijn gekomen, om aandacht te vragen voor/te geven aan naasten van suïcidaliteit, om aandacht te geven/vragen aan mensen die zelf te maken hebben met suïcidale gedachten. Georganiseerd i.s.m. Cardea/Next Chapter en De Bakkerij. Het afsluitende ontbijt met ervaringsverhalen vond plaats bij Lumen.

<https://sleutelstad.nl/2023/09/07/walk-into-the-light-je-hoeft-niets-te-zeggen-maar-blijf-naast-me-staan/>

<https://walkintothelight.nl/leiden-zuid-holland-2023/>



Wlz / Passende zorg en ondersteuning

De instroom in de Wet langdurige zorg (Wlz) van mensen met een ggz-hulpvraag blijkt groter dan verwacht en voorspeld. De opgave vanuit VWS om de instroom te beperken wordt regionaal aangepakt om de zorg en ondersteuning voor deze mensen te verbeteren. Tijdens 2 bijeenkomsten bij Z&Z zijn er knelpunten geïnventariseerd en wordt er gekeken naar mogelijke oplossingen. Eind 2023 is een Plan van Aanpak opgesteld. In 2024 worden er concrete actielijnen uitgezet. Lumen blijft betrokken bij zorg en ondersteuning zo dicht bij de mensen als mogelijk; hierin wordt goed gekeken naar de plannen die uit het IZA Regioplan voortkomen.

Platform Gehandicapten Leiden

N.a.v. een deelname aan de netwerkbijeenkomst van PGL is Hooigracht 12-14 getest op (rolstoel)toegankelijkheid. De website van Lumen bevat sindsdien informatie over de toegankelijkheid van de locaties die Lumen huurt of waarvan Lumen gebruik maakt. Op de locatie in Leiden op de Hooigracht 12-14 worden aanvullende maatregelen getroffen om de toegankelijkheid van dit historische pand te verbeteren.

Lumen Panel / Maatschappelijke Zorg Leidse regio

- 7 bijeenkomsten op verzoek van gemeenten uit de Leidse regio
(Thema's: MO/BW, bejegening (eerste contact), Leidraden Programma MZ, evaluatie Regionale Kennis- en Inspiratiedag, passende ondersteuning, preventie/voorzorg, preventie/herstelzorg)
- 2 grote bijeenkomsten Regionale Kennis- en Inspiratiedag & Gesprek Ontwikkelopgaves MZ/Wmo (Eind 2023 hebben 3 ervaringsdeskundigen hun ervaringsverhalen aangeleverd voor het Programma MZ (te verschijnen in 2024).
- 4 interne bijeenkomsten: Kernwaarden Lumen & wensen voor Regionale Mentale Gezondheidscentra (een van de IZA-opgaven).

Overleggen en bijeenkomsten

Lumen nam deel aan diverse overleggen en bijeenkomsten in het kader van belangenbehartiging. Zie bijlage 1 voor een overzicht hiervan.

Brief aan wethouder Terpstra over IZA/GALA

Lumen stuurde eind juli 2023 een brief aan wethouder Julius Terpstra, verantwoordelijk voor het thema GGZ in het Integraal Zorgakkoord. Lumen uitte grote zorgen over de ontwikkelingen rondom het Integraal Zorgakkoord (IZA) en het Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA) en vroeg om een duidelijke opdracht en sturing vanuit de gemeenten in de regio hierin. De brief tref je aan in bijlage 2

Naar aanleiding van deze brief heeft Lumen overleg gevoerd met betrokken ambtenaren waarin werd aangegeven dat het signaal van Lumen serieus is genomen en wordt opgepakt. Het heeft geleid tot de transformatie van de Werkgroep Samenwerkingsagenda GGZ naar de stuurgroep IZA.

Panels Leidse regio

Op verzoek van de gemeenten uit de Leidse regio heeft Lumen een panel bijeengebracht die op regelmatige basis met vertegenwoordigers vanuit de gemeenten praten over de maatschappelijke zorg vanuit het cliëntenperspectief.

- 14/2 MO/BW o.l.v. JSO (rapport)
- 14/3 Toegang: communicatie en bejegening (eerste contact)
- 11/4 Leidraden

- 29/8 *Intern: IZA en GALA – een verkennend wensenonderzoek*

- 12/9 Passende Ondersteuning (Doel-Inspanningen-Netwerk) (DIN)
- 10/10 Evaluatie Regionale Kennis- en Inspiratiedag
- 21/11 DIN Preventie / Voorzorg
- 12/12 DIN Preventie / Herstelzorg

2023 t.o.v. 2022

- In 2022 waren er 4 vaste Panelleden. In 2023 is dit aantal gegroeid tot **7**.
- **3** mensen zijn verkennend een keer aangeschoven. In 2022 was er 1 gastbezoek.
- Individuele Panelleden hebben stappen gezet als belangenbehartigers (buiten het Panel om). Na verdere kennismakingsgesprekken met coördinator zijn **3** vrijwilligers ook (zelfstandig) op pad gegaan naar bijeenkomsten namens Lumen.
- Daarnaast zijn er **2** Werkgroepen ontstaan: WG Beleid (2 leden), WG Inclusie (3 leden). Leidend bij het instellen van de WG'en waren de wensen van vrijwilligers. Na de zomer zijn deze werkgroepen gestopt vanwege vertrek van vrijwilligers.
- **2** vrijwilligers zijn actief betrokken geweest bij de overleggen met o.a. GGD in het kader van 'Grip op onbegrip'.
- Eind 2023 meldden zich **2** nieuwe belangstellenden om als belangenbehartiger aan de slag te gaan.

Secretariaat

Op het secretariaat worden werkzaamheden verricht ten ondersteuning van alle medewerkers en vrijwilligers van Lumen. Van cursusmappen maken tot het verzorgen van het archief en de financiën. Het secretariaat biedt beschut vrijwilligerswerk. Het vrijwilligerswerk wordt volledig afgestemd op de mogelijkheden, wensen en behoeften van de vrijwilliger en is daarom een zeer toegankelijke vorm van vrijwilligerswerk. In januari 2023 werkten er 3 vrijwilligers en één medewerker (0,17 fte). In 2023 is één vrijwilliger met zwangerschapsverlof gegaan, voor haar werkzaamheden is een nieuwe vrijwilliger aangenomen. Één vrijwilliger is minder gaan werken ivm regulier vrijwilligerswerk. Daarnaast is er een aantal maanden een vrijwilliger geweest, die dit deed in verband met een re-integratietraject. Dit is succesvol afgesloten.

Herstelaanbod

Zicht op Herstel

Herstellen is een zoektocht naar hoe iemand, ondanks psychische klachten, psychosociale problemen en/of verslaving een leven op kan bouwen dat hij/zij als zinvol ervaart. De cursus Zicht op Herstel kan een waardevolle aanvulling zijn bij deze zoektocht.

Deze cursus is bedoeld voor mensen die te maken hebben (gehad) met psychische aandoeningen, iedereen die bezig is of wil zijn met herstel, is welkom om deel te nemen aan de cursus. De cursus vormt ook een basis voor de ontwikkeling van ervaringsdeskundigheid binnen Stichting Lumen Holland Rijnland.

Het doel van de cursus is dat deelnemers zicht krijgen op hun herstelproces tot nu toe. Welke factoren werkten belemmerend en welke bevorderend? In negen bijeenkomsten gaan deelnemers gericht aan de slag met wat kan helpen bij het verdere herstel. Aan de hand van de verschillende thema's en tools die aangeboden worden in de cursus, brengen deelnemers hun eigen unieke herstelproces in kaart.



Op verschillende locaties in de regio Holland Rijnland zijn in totaal zeven cursussen Zicht op Herstel verzorgd door een team van ervaringsdeskundig cursusbegeleiders. Om de cursus op verschillende locaties te kunnen aanbieden en om potentiële deelnemers te bereiken is contact gezocht en samengewerkt met diverse partijen in de regio.

- In de Leidse regio bij Stichting Lumen Holland Rijnland te Leiden.
- In de Rijnstreek op locatie de Josef in Alphen aan den Rijn
- In de Duin- en Bollenstreek in het Vriendenhuis in Lisse.
- In Katwijk op locatie Het Anker.

In totaal hebben 45 deelnemers de cursus met goed gevolg afgerond en een certificaat ontvangen. Voor 11 deelnemers is Zicht op Herstel de start geweest van een verder traject bij Lumen, in de vorm het volgen van cursussen ter ontwikkeling van ervaringskundigheid en/of het doen van vrijwilligerswerk.

ZICHT OP HERSTEL Leidse regio 2023 deelnemers per gemeente:	
Leiden	10
Oegstgeest	1
Voorschoten	1
Leiderdorp	1
Zoeterwoude	1
totaal	14

ZICHT OP HERSTEL Rijnstreek 2023 deelnemers per gemeente:	
Alphen ad Rijn	9
Boskoop	1
Gouda	1
Hazerswoudedorp	1
Woubrugge	1
Roelofarendsveen	1
Nieuwveen	1
totaal	15

ZICHT OP HERSTEL Duin-en Bollenstreek 2023 deelnemers per gemeente	
Sassenheim	1
Lisse	4
Noordwijk	2
Voorhout	1
Oude wetering	1
Hillegom	1
Rijnsburg	1
Katwijk	4
Noordwijkerhout	1
totaal	16

Verwijzing via	
Hulpverlener	16
Website	9
Sociale media	5
Lokale media	4
Poster/flyer	4
Familie/vrienden	5
Anders nl: huisarts	2

Effectmeting

Om beter zicht te kunnen krijgen op het effect dat het volgen van de cursus Zicht op Herstel mogelijk heeft voor de deelnemers is door we bij elke cursus een zogenoemde effectmeting.

Aan de hand van een aantal mogelijke leerdoelen van de cursus zijn 5 stellingen geformuleerd waarvan aan de deelnemers werd gevraagd om op een doorlopende lijn aan te geven in hoeverre ze het hiermee eens waren. Bij de start van de cursus werd een beginmeting gedaan en tijdens de laatste les werden dezelfde stellingen nog eens aan de cursisten voorgelegd. Uitkomst van deze metingen was dat voor alle stellingen gemiddeld genomen een verbetering was te zien. Wat een goede indicatie geeft voor het belang van deze cursus voor de deelnemers.

1	Ik weet wat het begrip Herstel inhoudt.	↑ 28%
2	Ik heb zicht op wat voor mij tot nu toe belemmerend en bevorderend heeft gewerkt.	↑ 22%
3	Ik weet hoe ik mijn leven vorm kan geven ondanks/met mijn klachten of problemen.	↑ 26%
4	Ik ervaar herkenning, erkenning en steun in contact met mensen om mijn heen.	↑ 30%
5	Ik ben hoopvol als het gaat om mijn toekomst.	↑ 24%

Evaluaties

De cursus Zicht op Herstel werd zeer positief ontvangen, gemiddelde waardering van de deelnemers was een 8,6.

"De cursus was een begin naar een betekenisvolle invulling van mijn leven. Nieuwe doelen stellen. Praten over gebeurtenissen in mijn leven. Steun, hoeft er niet alleen voor te staan."

"Met name de begeleiding van de cursusbegeleiders en de samenstelling en de verbinding en de dynamiek van de hele groep was heel bijzonder!!!"

"De cursus gaf mij handvatten voor (focus)punten die in zijn geheel het herstel vormen. Onbevengden praten over knelpunten en herstelstappen, de fasen van herstel geven mij inzicht en rust voor hetgeen wat nog te wachten staat. De interactie met mensen die voor een soortgelijke uitdaging staan verkleint de eenzaamheid op dit gebied"

"Ik heb overzicht gekregen van mijn leven tot nu toe (dit is een heel groot iets), dit geeft inzicht op vele vlakken in mijn leven, niet alleen herstel. Mijn zelfvertrouwen en vertrouwen in mijzelf is daardoor vergroot, Bedankt Lumen!"



Scholing

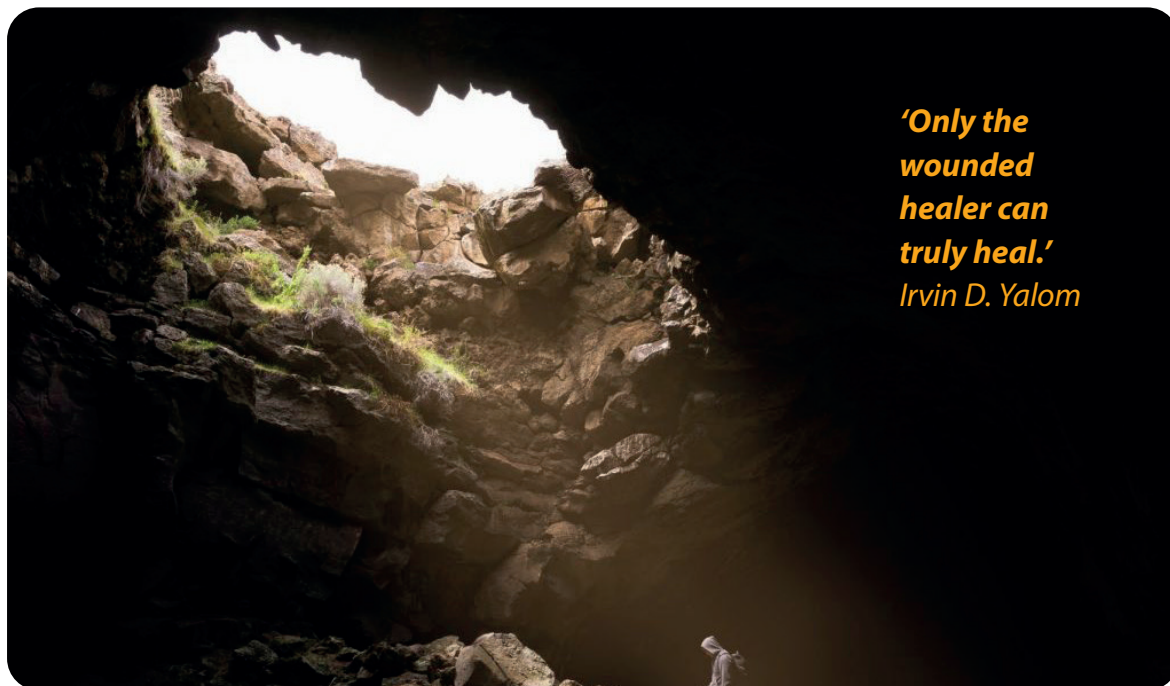
Lumen heeft haar eigen scholingsprogramma voor medewerkers en vrijwilligers, het Lumen opleidingstraject ervaringsdeskundigheid (LOT). Hierin leren zij om de eigen ervaringen met psychische/psychosociale ontwrichting en herstel in te zetten ten behoeve van een ander. Meer informatie over het programma van deze interne opleiding is te vinden op onze website: <https://lumen-hollandrijnland.nl/leren/ervaringsdeskundigheid>



Zoals ieder jaar werd voor beginnende vrijwilligers drie keer de basis-cursussen Herstelverhalen schrijven en Ervaringsdeskundigheid aangeboden. Twee nieuwe vrijwilligers zijn opgeleid als trainer voor deze basiscursussen. Voor meer gevorderde ervaringsdeskundigen werden diverse verdiepende workshops gehouden gericht op het verwerven van meer specifieke kennis en vaardigheden relevant voor de functie van ervaringsdeskundige in verschillende rollen: Praktijklessen Ervaringsdeskundigheid, Verbindende Communicatie, Onafhankelijke cliëntondersteuning, Herstelgroepen begeleiden, de cursus voor Consulenten Crisiskaart, train-de-trainer cursus voor begeleiders van de basiscursussen.

Dit jaar werd er, net als in 2019 en 2020 ook weer een Lumen Summerschool gehouden. Het thema dit jaar was 'Van praten naar ervaren'. Vrijwilligers en medewerkers konden drie dagen genieten van inspirerende ervaringsgerichte workshops rondom ervaringsdeskundigheid.

Nieuw dit jaar waren de Inspiratiesessies Ervaringsdeskundigheid. Deze maandelijkse lezingen worden georganiseerd in samenwerking met onze collega-ervaringsdeskundigen van Ggz Rivierduinen.



'Only the wounded healer can truly heal.'
Irvin D. Yalom

Plaats in de opleiding	Cursus / Workshop	Aantal bijeenkomsten		Duin- en Bollenstreek					Leidse Regio				Rijnstreek				
		Totaal aantal deelnemers		Noordwijk	Katwijk	Hillegom	Lisse	Teylingen	Voorschoten	Leiden	Oegstgeest	Leiderdorp	Zoeterwoude	Alphen a/d Rijn	Nieuwkoop	Kaag en Braassem	Elders
Ervaringsdeskundigheid: Basis	Herstelverhalen Schrijven (BC1)	15	19		1	2	2			6	1	1		3		3	
	Ervaringsdeskundigheid (BC2)	15	12		1	2	2			2				2	3		
Ervaringsdeskundigheid: Specialisatie	Praktijklessen Ervaringsdeskundigheid	4	22				2		1	8		1		9			1
	Verbindende Communicatie	4	10							4				4		2	
	Onafhankelijke Cliënt-ondersteuning	4	19	1	1		1	1		5	1			7		2	
	Herstelgroepen Begeleiden	6	36		2	2	6	2		9				5		2	8
	Cursus voor Consulenten Crisiskaart	6	13					1	1	3				6		1	1
	Train-De-Trainer basiscursussen	3	6								1			2			3
	Lumen Summerschool	6	44	1			1	1	1	19				16		5	

Aanbod in de Leidse regio

Inloophuizen Leiden en Oegstgeest

Met het Inloophuizen in Leiden en Oegstgeest wil Lumen een veilige plek bieden aan mensen met psychische problemen, waar zij anderen kunnen ontmoeten en waar af en toe extra activiteiten georganiseerd worden. Het Inloophuis in Leiden is gedurende het hele jaar 4 avonden en een middag open, In Oegstgeest is de Inloop 3 middagen per week geopend. Er zijn voldoende (geschoolde) vrijwilligers en ondersteunende inlopers die diensten draaien in het Inloophuis.

De vrijwilligers krijgen jaarlijks de training omgaan met agressie en grensoverschrijdend gedrag en een AED training. Voor de inlopers worden er door het jaar heen activiteiten georganiseerd zoals: maaltijden, muziek-, spelletjes-, quizmiddagen/avonden, lezingen, feestavonden, uitjes en gezelligheid met de feestdagen.

	Leiden	Oegstgeest
Aantal dagen geopend	260	153
Aantal activiteiten	33	19
Bezoekers		
Totaal aantal bezoeken	8.580	1.989
Uniek aantal bezoekers	151	108
Percentage man	70	62
Percentage vrouw	30	38
Gemiddeld aantal per avond/middag	33	13
Herkomst bezoekers		
Leiden	74	34
Oegstgeest	6	54
Leiderdorp	4	0
Duin- en Bollenstreek	13	9
Buiten de regio's	1	0
Vrijwilligers		
Aantal actieve vrijwilligers gedurende het hele jaar	35	10

Trainingen en activiteiten voor vrijwilligers

- AED training
- Omgaan met agressie en grensoverschrijdend gedrag
- Vrijwilligersvergaderingen.
- Facultatief: andere trainingen en cursussen voor vrijwilligers Lumen
- Vrijwilligers uitje

Samenwerkingsprojecten

Samenwerkingspartner	Project
Hogeschool Leiden	Walk the Line
Hogeschool Leiden	Beroepsoriëntatiemarkt SW en TP
Bakkerij	Boottocht
Kapper Smittenaar	Knippen in de Inloop
Rivierduinen: KIZ	Faciliteren van meer inloop vanuit KIZ
Gemeente Oegstgeest	Samen tegen Eenzaamheid
NVOO	Samenwerking andere vrijwilligersorganisaties



Donaties

- De Vrienden van het Inloophuis doneerden geld voor een tafeltennistafel, een kleine verbouwing, het Lustrumfeest voor vrijwilligers, een uitje en Hemabonnen als kerst attentie voor inlopers.
- Eén van de inlopers heeft ca 200 euro gedoneerd voor extraatjes.
- Fonds 1818 heeft een aanvraag gehonoreerd voor zaken die de toegankelijkheid en de duurzaamheid van het pand aan de Hooigracht verhogen en tevens de inrichting opfrissen.
- Het Cultuur Fonds Oegstgeest heeft een bezoek aan Naturalis in de week van de Eenzaamheid mogelijk gemaakt.

Vergelijking met 2022

In Leiden is het gemiddeld aantal bezoekers per avond met 10% gestegen tov 2022. Wellicht heeft dit te maken met het feit dat er wat meer activiteiten zijn georganiseerd en met de opening van het Respijthuis. Er kwamen iets meer vrouwen als het jaar ervoor maar het is nog niet gelukt de aantallen wat gelijkertje te krijgen zoals in Oegstgeest. Daarnaast kwamen er iets meer mensen uit Leiden dit jaar.

In Oegstgeest waren er meer unieke bezoekers maar het gemiddeld aantal per middag bleef gelijk. Dit komt mogelijk door het feit dat er regelmatig bezoekers van de KIZ met begeleiding komen. Het lukt deze bezoekers niet altijd om daarna ook zelfstandig te komen. Er kwamen iets meer mannen in vergelijking met 2022 en de plaats van herkomst is niet veranderd.

Verwachting naar 2024

2024 is een Lustrumjaar, de Inloop bestaat dan 40 jaar en dit zal feestelijk gevierd worden.

Het streven is om weer alle dagen open te zijn voor zoveel mogelijk inlopers met voldoende vrijwilligers. Extra aandacht voor het binnen halen van vrouwen in Leiden is niet nieuw maar wel gewenst.

In Oegstgeest zal aandacht besteed worden aan het zelfstandig laten komen van bezoekers van de KIZ.

“Gedurende 2023 zijn er verschillende activiteiten geïnitieerd door de inlopers zelf. Er is 2 keer een maaltijd bereid door de inlopers voor de inlopers en er is een succesvol koor gestart dat tijdens de kerstmaaltijd heeft opgetreden. Mooi om te zien hoe betrokken de inlopers zijn”.

Coördinator

“Een van de bezoekers van het Inloophuis die lange tijd niet meer geweest was kwam weer eens een kijkje nemen. Dat bleek een goede zet want hij voelde zich er na aanvankelijk even wennen weer steeds meer thuis. Zijn muzikale talent bleef niet onopgemerkt en na enige schroom konden mede inlopers genieten van zijn spel. Tijdens een bezoek van een groepje mensen van Rivierduinen aan de Inloop bleek daar behoefte te zijn aan een muziekvrijwilliger. De verbinding was snel gemaakt en de inloper is nu succesvol aan de slag als vrijwilliger bij een andere organisatie.”

Een vrijwilligster van het Inloophuis

Lotgenotencafé

Het Lotgenotencafé is een veilige ontmoetingsplek voor iedereen die werkt aan zijn of haar herstel. Ook mensen die vastlopen in hun leven en/of weinig aanspraak hebben zijn altijd welkom. Ervaringsdeskundige gastvrouwen en -heren runnen het Lotgenotencafé en voeren herstelgerichte gesprekken. Opvallend is dat mensen afspreken om elkaar te ontmoeten in het lotgenotencafé. Elke donderdag kunnen bezoekers terecht in het Lotgenotencafé.



Resultaten

Aantal dagen geopend	53
Bezoekers	
Totaal aantal bezoekers 2023	1.060
Uniek aantal bezoekers	103
Gemiddeld aantal bezoekers per middag	20
% man	57
% vrouw	43
Plaats van herkomst %	
Leiden	71
Oegstgeest	6
Leiderdorp	4
Duin en Bollenstreek	12
Buiten de regio's	6
Vrijwilligers	
Aantal actieve vrijwilligers gedurende het jaar	9

In het Lotgenotencafé kwamen dit jaar gemiddeld 10% meer bezoekers in vergelijking met 2023. Wellicht heeft dit te maken gehad met de start van het Respijthuis. Er komen meer vrouwen in het Lotgenotencafé dan in de Inloop 's avonds. De verwachting is dat in 2024 een vergelijkbaar aantal bezoekers in het Lotgenotencafé zal komen.

Krachtsirkels

De Krachtsirkel verbindt en brengt mensen die vaak eenzaam zijn of zelfs in een isolement zijn geraakt door de psychische en/of verslavingsproblematiek bij elkaar. Doordat deelnemers wekelijks bij elkaar komen en vandaar uit sociale contacten op kunnen bouwen komen zij weer in hun kracht. Het doel om meer zelfvertrouwen, minder eenzaamheid, makkelijker contact te leggen met anderen en meer energie te verkrijgen wordt vaak genoeg in de praktijk waargenomen. Op deze bijeenkomsten kan men op diverse manieren iets voor elkaar betekenen t.w. verhalen delen, luisteren, naast de wekelijkse bijeenkomsten afspraken maken maar ook gewoon een spelletje doen. Een steuntje in de rug voor iedereen die wil werken aan zijn ontwikkeling en herstel!



Krachtsirkel Oegstgeest

Deze vindt wekelijks plaats op de dinsdagmiddag van 15 tot 17 uur in het dorpscentrum in Oegstgeest. Dit jaar waren er totaal zeven deelnemers, 6 uit Oegstgeest en 1 uit Lisse. De cirkel wordt gedraaid door een vrijwilliger met ondersteuning van de coördinator.

Deze groep heeft de voorkeur voor thema-gesprekken met de gehele groep, en het bespreken van zaken waar ze in het dagelijks leven tegenaan lopen. Daarbij ervaren ze de Krachtsirkel als zeer ondersteunend.

Een aantal deelnemers is verwezen door de sociaal makelaar van Oegstgeest, een deelnemer via een vrouwengroep autisme. Ook zijn er enkele deelnemers vanuit FACT teams Rivierduinen en/of andere behandelaren (bv bij de Brijder) doorverwezen. Ook via Welzijnskompas uit Lisse, de activiteit "Oegstgeest ontmoet" en via een persoonlijke begeleider van Jouwbegeleiding kwamen deelnemers bij de Krachtsirkel. Er zijn mensen voor enkele maanden geweest en er zijn mensen die altijd komen. Er zijn nu vijf vaste mensen.

De coördinator onderhoudt contact met de lokale samenwerkingspartners zoals de sociaal makelaar, wijkteams, poh-ggz's en mensen van buurtnetwerk en de kerk. Er is ook contact met een initiatief voor een groep voor mensen met autisme in Oegstgeest om de krachten te bundelen.

"We luisteren naar elkaar en steunen elkaar. Ik vind het fijn dat er continuïteit is"



Wat betekent de krachtsirkel voor deelnemers:

Mevr. is altijd heel actief aanwezig, zij heeft dingen om te vertellen/delen en vraagt de anderen om raad. Stappen die zij heeft gezet: met buurtbewoners leuke dingen ondernemen. Het was een doel van haar om nieuwe mensen te leren kennen. We hebben geoefend met hoe ze directer kan vragen waar ze behoefte aan heeft. Ze heeft altijd de ervaring dat ze niet gehoord wordt. Ze heeft geleerd om meer structuur aan te brengen in haar dagen en meer het overzicht te behouden.

Krachtsirkel Leiden

Deze vindt wekelijks plaats op de woensdagmiddag van 14 tot 16 uur in de locatie van Lumen op de Hooigracht. Er waren dit jaar in totaal 17 deelnemers, twee deelnemers uit Zoeterwoude, een uit Voorschoten en 14 uit Leiden.

Deze groep doet regelmatig een gezamenlijke activiteit, dat wordt zeer gewaardeerd. Aan de andere kant is het vaak ook gewoon kletsen en contact maken en sommige deelnemers gaan een puzzel leggen of een spel doen. Iedereen voelt zich vrij om te doen waar hij/zij zich goed bij voelt. De Krachtsirkel geeft de mensen een vast structuurmoment in de week en ze waarderen de contacten die ze dan hebben.

Zij zijn verwezen door: ggz-behandelaars, de ggz-factteams of poh-ggz's, maar de meeste mensen hebben zelf de folder gevonden in wachtkamers van de ggz of bij de huisarts/ poh-ggz of hebben de krachtsirkel gevonden via internet (onze website). Enkelingen hebben Lumen/krachtsirkel op facebook gezien en zichzelf aangemeld. Enkele deelnemers hebben eerst een andere activiteit gedaan bij Lumen. Een deelnemer komt via de inloop in Leiden.

De coördinator onderhoudt contact met het netwerk, onder meer sociaal makelaar, de vrijwilligers, fact-teams, poh-ggz.

Gemiddeld blijven mensen een half jaar in de Krachtcirkel. Dit zegt echter niet heel veel omdat de spreiding heel groot is. Een deelnemer is uitgestroomd omdat zij een ervaringsdeskundigheidsopleiding is gaan doen (Zij is gemotiveerd geraakt daartoe en heeft de moed gevonden dankzij de Krachtcirkel).

Er zijn mensen die enkele keren komen en dan weer stoppen, en er is een vast kern van ongeveer 6 tot 8 mensen die er altijd zijn. Deze mensen zoeken elkaar ook doordeweeks op voor een wandeling, een kop koffie of een rondje over de markt. Men houdt contact met elkaar via de app bij ziekte e.d. We vieren altijd ieders verjaardag. We vieren Sinterklaas en Valentijnsdag. Ook aan de feestdagen Kerst en Pasen wordt aandacht besteed.

Wat betekent de krachtcirkel voor deelnemers:

Een van de deelnemers was in het begin erg stil. Hij is helemaal opgebloeid en doet mee met gesprekken, maakt grapjes en doet mee als we een spelletje doen. Anderen gaan bewust een praatje met hem maken en bij hem zitten.

Onafhankelijke clientondersteuning (OCO)

Vanuit het STIP op de Hooigracht in Leiden biedt Lumen ervaringsdeskundige ondersteuning aan iedereen die te maken heeft (gehad) met een psychische aandoening, psychosociale problemen en/of een verslaving. Ervaringsdeskundig vrijwilligers bieden een luisterend oor, ondersteunen, denken graag mee en gaan uit van de wensen en belangen van degene die ondersteuning zoekt. De ondersteuning van het STIP is onafhankelijk, gratis en zonder verwijzing. Ook familieleden, mantelzorgers, andere betrokkenen en professionals kunnen terecht voor informatie en advies.



15

Het STIP is fysiek geopend op de woensdagochtend van 10 tot 12 uur. Dit geeft gelegenheid voor mensen om binnen te lopen met een vraag, maar is ook een moment waarop men terecht kan voor een kop koffie en een praatje. Wekelijks komen hier zo'n 10-12 mensen op af. Deze ochtend wordt gedraaid door een aantal vaste vrijwilligers.

Ondersteuningsvragen komen daarnaast vooral binnen via de website, de algemene mail van Lumen en via het Respijthuis of rechtstreeks bij de medewerkers cliëntondersteuning. Samenwerkingspartners uit de regio nemen geregeld contact op voor informatie en advies of leggen samen met hun cliënt contact voor het bespreken van een ondersteuningsvraag.

In totaal zijn er in 2023 56 ondersteuningsvragen opgepakt en waren er rond 250 contactmomenten. Ondersteuningstrajecten varieerden van een eenmalig contact tot langer durende trajecten van wekelijks contact gedurende meerdere maanden en van praktische vragen m.b.t. huisvesting of uitbreiden van netwerk en het maken van een Crisiskaart tot het bieden van een luisterend oor en individuele belangenbehartiging.

De cliëntondersteuning wordt geboden door een vaste medewerker in samenwerking met een ervaringsdeskundig vrijwilliger. Hierbij wordt zo veel als mogelijk en nodig de samenwerking gezocht met andere betrokken partijen.

Afgelopen jaar was er contact met onder meer GGZ Rivierduinen (wijkteams psychiatrie), Sociaal team Oegstgeest, Voorschoten voor Elkaar, de Binnenvest, Aemosa, de Mantelaar, diverse sociaal wijkteams in Leiden, Veilig Thuis, Rosa Manus, Oranjefonds (maatjesgezocht), Humanitas en IPW.

"Ik heb nu eindelijk het gevoel dat iemand naast me staat en niet tegenover me zit."

Respijthuis Leidse regio

Het Respijthuis Leidse regio is een kleinschalige logeerplek voor mensen met psychische problemen uit de gemeenten Leiden, Oegstgeest, Leiderdorp, Voorschoten en Zoeterwoude. Op de tweede etage van ons monumentale pand in het centrum van Leiden kunnen vier gasten (maximaal 2 weken) logeren. Daarnaast bieden we ook plek om overdag in het Respijthuis te verblijven. Een team van ervaringsdeskundigen zorgt voor een warme huiselijk sfeer waar gasten kunnen opladen, bijkomen, uitrusten en vooral gewoon kunnen 'zijn'.

Met 'respijt' wordt een tijdelijk verblijf bedoeld als iemand behoefte heeft aan een veilige en ondersteunende omgeving. Bijvoorbeeld als er sprake is van oplopende stress, waardoor het risico bestaat dat psychische en/of sociale problemen verergeren. Om een terugval of zelfs een crisis te voorkomen kan men in het Respijthuis op adem komen en weer grip krijgen op herstel.

2023 was het eerste volledige kalenderjaar dat Respijthuis Leidse regio draaide. Op 22 september vierden we ons 1-jarig bestaan met een open dag. In het kader hiervan was er een interview bij radio Sleutelstad waarin werd teruggeblikt op het eerste jaar.

<https://sleutelstad.nl/2023/09/20/respijthuis-lumen-een-soort-bb-met-een-luisterend-oor/>

16



Lumen
Holland Rijnland

OPEN DAG
Respijthuis Leidse regio

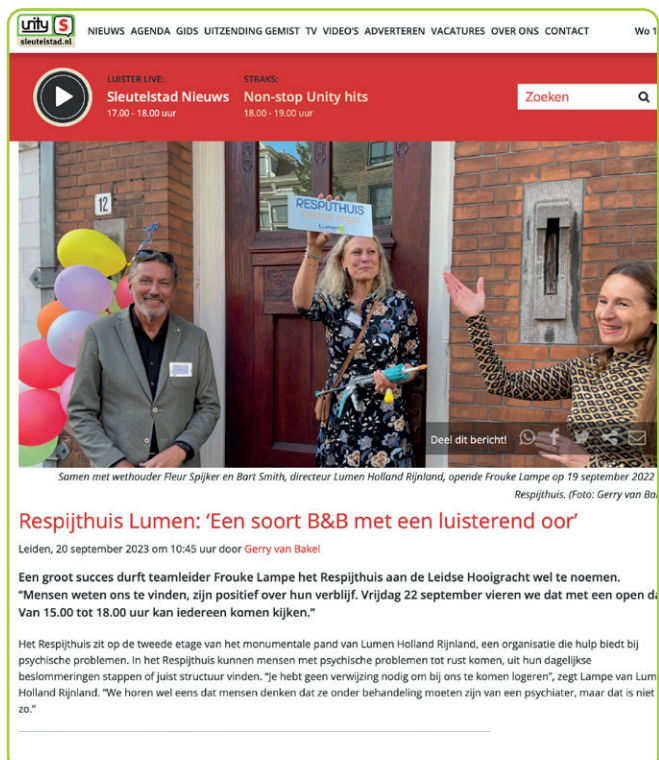
Vrijdag 22 September
15:00 tot 18:00

September vorig jaar openden wij voor het eerst onze deuren. We hebben veel gasten mogen ontvangen die we, samen met ons team vrijwilligers, steun konden geven in hun roerige tijd. Om ons 1 jarig bestaan te vieren openen wij op vrijdag 22 September weer onze deuren voor een ieder die langs wil komen. Zien we je dan?

Het Respijthuis is bedoeld voor mensen met een psychische kwetsbaarheid, die de behoefte hebben om 'even op adem te komen'. Aanleiding kan bijvoorbeeld oplopende stress in de thuissituatie zijn of een depressie, waardoor het risico bestaat dat de psychische en/of sociale problemen verergeren. In het Respijthuis kunnen gasten logeren en weer grip krijgen op herstel. Hierdoor kan een terugval of zelfs een crisis worden voorkomen. Inzet van eigen ervaringskennis is daarbij van grote waarde. Het team in het Respijthuis bestaat uit ervaringsdeskundige vrijwilligers en vaste medewerkers.

Wij hopen je te ontmoeten op vrijdagmiddag!
Ben je erbij? Laat het ons per mail weten svp:
respijthuisleidse regio@lumen-hollandrijnland.nl

Hooigracht 12-14,
2312 KS, Leiden



unity sleutelstad.nl NIEUWS AGENDA GIDS UITZENDING GEMIST TV VIDEOS ADVERTEREN VACATURES OVER ONS CONTACT Wo 1

LUISTER LIVE: Sleutelstad Nieuws 17.00 - 18.00 uur
STRAKS: Non-stop Unity hits 18.00 - 19.00 uur

Zoeken

Deel dit bericht!

Samen met wethouder Fleur Spijker en Bart Smith, directeur Lumen Holland Rijnland, opende Frouke Lampe op 19 september 2022 Respijthuis. (Foto: Gerry van Ba)

Respijthuis Lumen: 'Een soort B&B met een luisterend oor'

Leiden, 20 september 2023 om 10:45 uur door Gerry van Bakel

Een groot succes durft teamleider Frouke Lampe het Respijthuis aan de Leidse Hooigracht wel te noemen. "Mensen weten ons te vinden, zijn positief over hun verblijf. Vrijdag 22 september vieren we dat met een open dag. Van 15.00 tot 18.00 uur kan iedereen komen kijken."

Het Respijthuis zit op de tweede etage van het monumentale pand van Lumen Holland Rijnland, een organisatie die hulp biedt bij psychische problemen. In het Respijthuis kunnen mensen met psychische problemen tot rust komen, uit hun dagelijkse beslomeringen stappen of juist structuur vinden. "Je hebt geen verwijzing nodig om bij ons te komen logeren", zegt Lampe van Lumen Holland Rijnland. "We horen wel eens dat mensen denken dat ze onder behandeling moeten zijn van een psychiater, maar dat is niet zo."

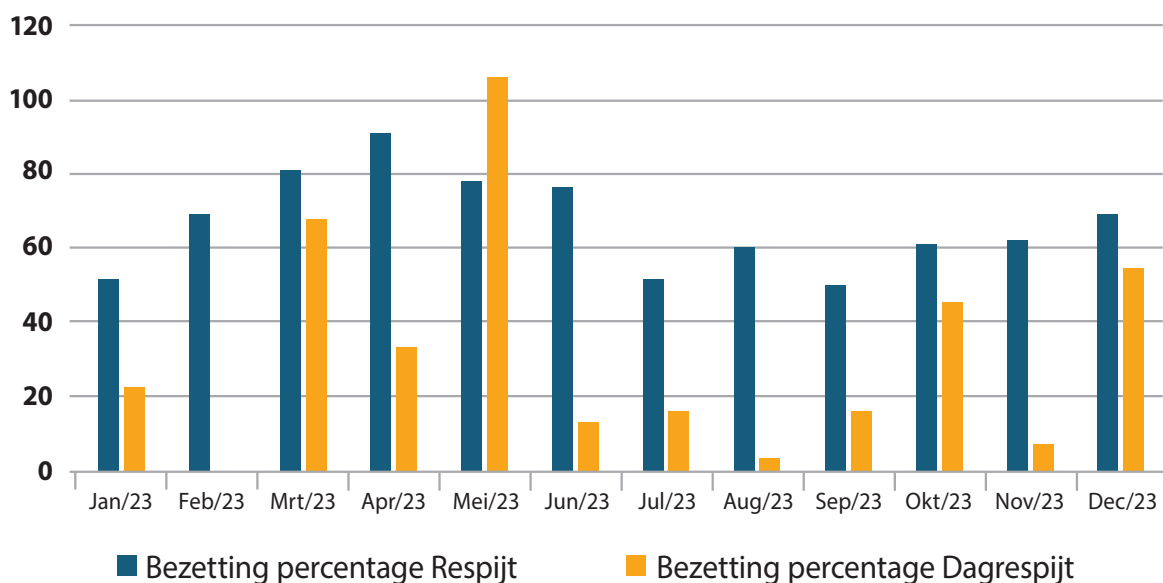
Unieke gasten per gemeente Respijthuis Leidse regio 2023	
Leiden	40
Leiderdorp	2
Oegstgeest	10
Voorschoten	3
Zoeterwoude	0
Rijnstreek	3
Totaal	58

Dagen respijt naar herkomst Respijthuis Leidse regio 2023	
Leiden	796
Leiderdorp	43
Oegstgeest	121
Voorschoten	80
Zoeterwoude	0
Rijnstreek	48
Totaal	1088

De gasten meldden zich zelf aan bij het Respijthuis, maar werden vaak erop geattendeerd door hulpverleners zoals GGZ Rivierduinen (12), Transparant GGZ (2), Jeugd/Jongerenwerk (3), POH GGZ (3), Sociale wijkteams (5), WMO begeleiding (6), Lumen intern (17) of door lokale media/flyers (8).

De helft van de gasten kwam 1 keer logeren, de andere helft kwam meerdere keren. De gemiddelde verblijfsduur was ongeveer 11 dagen. Daarnaast werd ook 120 keer gebruik gemaakt van de mogelijkheid om op dagrespijt te komen. De gemiddelde bezetting over dit jaar was 67%.

Respijthuis Leidse regio 2023



We horen van gasten terug dat ze het verblijf ervaren als een warm bad. Hieronder een greep uit de feedback die wij van hen kregen:

Het was goed voor me om hier te komen, ook rust voor mijn partner. Iedereen bedankt, ook voor de steunende gesprekken en het heerlijke eten. Soms had ik even een vakantiegevoel.

Troost, liefdevol welkom, zorg, aandacht en héérlijk eten. Heeft mij weer verder geholpen. Jullie zijn allen fantastisch, stuk voor stuk.

Wat een fijne rustplek. Je even terugtrekken en op adem komen geeft ruimte in je hoofd. Het is een eiland van rust. Mij gaf het mooie inzichten, relativering en bracht mij kalmte. Dank voor jullie goede zorgen!

Wat ben ik hier in een warm bad terecht gekomen met zoveel liefde, warmte en begrip. Er is zo goed naar mij geluisterd en voor mij gezorgd, zodat ik op adem kon komen en ik na een hectische tijd het weer aandurf om naar huis te gaan. Jullie hebben mij weer vertrouwen in mijzelf gegeven.

Een wonderlijke wereld zo in het hartje van Leiden, waarin ik door jullie met open armen ontvangen ben en omringd door zoveel warmte. Nieuwe gezichten, nieuwe verhalen. Mooi, ook regelmatig intens en vooral de kracht die ik bij jullie zie zal me altijd bijblijven.

Wat een mooie plek is hier gecreëerd. Ik heb hier een stukje van mijzelf mogen vinden door de warmte en de veiligheid die jullie mij gaven.

Bedankt voor de praktische steun en structuur! Mijn overzicht op de wereld is weer op zijn plek.

Enorm bedankt voor het warme bad gedurende mijn verblijf! Jullie zijn allemaal pracht-mensen en het hele concept van dit Respijthuis is geweldig!

Regelmatig komt er een vervolg binnen Lumen op het verblijf, bijvoorbeeld omdat gasten naar het Inloophuis gaan, er aanvullende onafhankelijke cliëntondersteuning wordt geboden of mensen een cursus gaan volgen. Een paar oudgasten wilden zich graag inzetten voor het Respijthuis en komen nu als vrijwilliger koken.

Er is dit jaar in het Respijthuis een afstudeeronderzoek gedaan door een student Toegepaste Psychologie van Hogeschool Leiden met als onderzoeksvraag: "Wat is de ervaring van gasten van het Respijthuis in Leiden als het gaat om de overgang van het Respijthuis naar hun eigen woonomgeving?"

Conclusie van het onderzoek was dat deze voor de meerderheid van de respondenten als niet makkelijk is ervaren. Dit komt met name door het alleen zijn thuis, moeite hebben met zelfredzaamheid en zelfzorg, en het ervaren van weinig steun vanuit het netwerk. Ook komt het omdat het contrast met het Respijthuis en thuis erg groot is. Helpende factoren die in het onderzoek naar voren kwamen zijn voornamelijk het voeren van gesprekken voor het vertrek, het opbouwen van de overgang, het gezellig maken thuis en het zorgen voor een dagstructuur.

Eind 2023 waren er 15 (ervaringsdeskundig) vrijwilligers en 7 stagiairs actief in het Respijthuis. De stagiairs zijn van Hogeschool Leiden en Inholland (Social works), MBO Rijnland (persoonlijk begeleider specifieke doelgroepen), Howie de Harp (Opleiding Ervaringsdeskundige) en de Hogeschool van Amsterdam (Associate Degree Ervaringsdeskundige in Zorg en Welzijn).



Aanbod in de Duin- en Bollenstreek

Krachtsirkels

De Krachtcirkel verbindt en brengt mensen die vaak eenzaam zijn of zelfs in een isolement zijn geraakt door de psychische en/of verslavingsproblematiek bij elkaar. Doordat deelnemers wekelijks bij elkaar komen en vandaar uit sociale contacten op kunnen bouwen komen zij weer in hun kracht. Het doel om meer zelfvertrouwen, minder eenzaamheid, makkelijker contact te leggen met anderen en meer energie te verkrijgen wordt vaak genoeg in de praktijk waargenomen. Op deze bijeenkomsten kan men op diverse manieren iets voor elkaar betekenen t.w. verhalen delen, luisteren, naast de wekelijkse bijeenkomsten afspraken maken maar ook gewoon een spelletje doen.

Een steuntje in de rug voor iedereen die wil werken aan zijn ontwikkeling en herstel!

Noordwijk

De krachtcirkel Noordwijk is per 1 oktober gestart, heeft nu 6 deelnemers en wordt gedraaid door een coördinator uit de Duin en Bollenstreek en een collega.

Resultaten

1 vrijwilliger
1 coördinator
1 medewerker

6 deelnemers
2 vanuit Voorleder1
1 vanuit Provalu
2 vanuit het Raamwerk
1 vanuit Flyer actie

In korte tijd hebben de deelnemers van de Krachtcirkel onderling een fijne band opgebouwd. Ze komen graag en leren elkaar beter kennen en houden contact via een groepsapp. In de gesprekken durven zij zich kwetsbaar op te stellen waardoor de vertrouwensband en gevoel in de groep groot is.

Er zijn tijdens de krachtcirkel diverse activiteiten geweest. Van mooie en lastige dingen delen tot aan ontspannen kerstukjes maken. We zijn nog niet lang bezig dus dit zal zich alleen maar verder ontwikkelen.

Katwijk

Resultaten

1 vrijwilliger
1 coördinator
1 vrijwilliger Hoge School

15 deelnemers
7 via Rivierduinen
3 via POH
1 via flyer
1 via via
3 wijkteam

De sfeer is heel goed. Je kunt merken dat de deelnemers elkaar nu beter kennen, zich meer op hun gemak voelen en zich veilig voelen binnen de groep.

Het is mooi om te zien hoe respectvol iedereen naar elkaar is. Ook groeit de openheid en eerlijkheid in de groep. Verjaardagen worden bijgehouden en iedere verjaardag wordt gevierd. Er worden spelletjes gedaan en ook diepgaande gesprekken gevoerd. Per week verschillend. Het idee van de Krachtcirkel dat mensen steun bij elkaar kunnen vinden, uit het isolement en daardoor in eigen kracht komen, lijkt behoorlijk geslaagd. Men vindt onder meer steun op het gebied van bijvoorbeeld solliciteren en het omgaan met lastige situaties.

De verbinding STIP en Krachtcirkel begint ook te werken. Vanuit het STIP verwijzen wij naar de Krachtcirkel en de deelnemers van de Krachtcirkel maken ook gebruik van de hulp van het STIP.

Hillegom

Resultaten

2 vrijwilligers
1 Coördinator

18 deelnemers
7 vanuit Rivierduinen
4 vanuit Raamwerk,
4 vanuit de Lumen website
2 vanuit de Lumen flyer in de wijk
1 via een huidige deelnemers

De krachtcirkel Hillegom is een drukbezochte cirkel, er zijn veel vaste deelnemers die wekelijks komen en heeft een actieve groepsapp.

Deelnemers vinden zingeving. Met rust en warmte worden de deelnemers ontvangen door de groep. Er is nu een actief deelnemer die ook regelmatig afspreekt buiten de Krachtcirkel met twee andere deelnemers van de groep waardoor hij weer zingeving in het leven ervaart. Twee deelnemers zijn nu aan de slag als vrijwilliger bij Lumen! Wat een mooi verloop voor het herstel van deze twee deelnemers.

In het afgelopen jaar gebeurde er veel in de levens van de deelnemers. Fijn dat wij hier een positieve rol in hebben kunnen spelen en mede door de STIP medewerkers van Lumen de deelnemers goed zijn geholpen. Het is mooi om te zien dat de doelstelling van de Krachtcirkel keer op keer behaald wordt en duidelijk zicht- en voelbaar is. De deelnemers hebben onderling veel contact.

Lisse

Resultaten

2 vrijwilligers
1 coördinator

8 deelnemers
2 uit Vriendenhuis
4 uit Lumen Zicht op Herstel
3 Rivierduinen

De Krachtcirkel Lisse draait nu een half jaar en heeft 8 vaste deelnemers. Elke vrijdagmiddag komt de groep bijeen.

Deelnemers maken afspraken met elkaar buiten de Krachtcirkel om. Dit waren voorheen zeer eenzame mensen. Ze gaan wandelen, naar markten en spreken af voor een bakkie koffie. De Krachtcirkel heeft ook een groepsapp waarin mensen dingen delen en elkaar ondersteunen.

Er zijn meerdere vriendschappen ontstaan. Een aantal mensen zijn uit hun isolement gekomen en hebben contacten opgedaan. De Krachtcirkel geeft mensen een positieve boost en haalt mooie dingen naar boven. Ook is er doorstroom naar de cursus Zicht op Herstel dat ook weer een toegang zou kunnen zijn naar de weg tot vrijwilliger.



De krachtcirkel is echt mijn wekelijkse uitje, het zorgt ervoor dat ik de deur uit kom en in verbinding blijf.

Eigenlijk durfde ik niet meer alleen naar buiten maar dat gaat nu stukken beter sinds ik bij de krachtcirkel zit. Ik ga nu zonder begeleiding naar de krachtcirkel toe en voel me wat zekerder.

Mijn psycholoog heeft gezegd dat ik wat meer mag delen over mijn gevoel. Hier bij de Krachtcirkel kan ik dat oefenen en leren. Ik merk dat het delen van mijn gevoelens nu een stuk beter gaat ook al vind ik het behoorlijk lastig.

Steun en Informatiepunten

Het STIP (Steun- en Informatiepunt) wil ervaringsdeskundige ondersteuning bieden aan iedereen die te maken heeft (gehad) met een psychische aandoening, psychosociale problemen en/of een verslaving. We staan naast en denken mee met de hulpvrager. Ook familieleden, mantelzorgers, andere betrokkenen en professionals kunnen contact met ons opnemen voor informatie en advies.

De doelstelling is om samen met andere hulpverleners/organisatie samen te werken binnen de geestelijke gezondheidszorg en op deze manier sneller en adequater hulp te kunnen bieden.



STIP Noordwijkerhout

Resultaten

1 vrijwilliger van Lumen,
later betaalde kracht.

72 zorg/hulpvragen

2 hulpvragen via Huisarts /
Praktijkondersteuner

3 hulpvragen via GGZ

59 hulpvragen kwamen
binnen via Reuring

Veel hulpvragen komen binnen via Reuring die op dezelfde locatie zit en waar wij een zeer goede samenwerking mee hebben. De hulpvragen lopen uiteen van eenzaamheid, hulp met belastingdienst of administratie, GGZ problematiek, verslaving problematiek, relatie/huwelijk problemen, WMO aanvragen, hulp met huishouding en tuinonderhoud, woningzoekende etc. Uit de hulpvragen komen ook wel eens ondersteuningstrajecten voort. Er zijn nu een aantal lopend.

Ook zijn er cursisten voor de cursus Zicht op Herstel uit voort gekomen met de insteek vrijwilligerswerk bij Lumen te gaan verrichten. Er is in het afgelopen jaar goed geïnvesteerd in het STIP Noordwijkerhout. We zijn bezig geweest om het STIP goed zichtbaar te maken en te houden. Denk aan flyeren, social media, de krant benaderen, afspraken maken met hulpverleners.

Het doel voor 2024 is om meer mensen van buitenaf aan te trekken via netwerken, social media, flyeren, langsgaan bij hulpverlenende instanties/huisartsen etc. Ook wordt het komende jaar gezocht naar een extra vrijwilliger die als back-up zal fungeren wanneer de cliëntondersteuner niet aanwezig kan zijn.

STIP Lisse

Resultaten

1 coördinator

15 hulpvragen

3 vanuit Raamwerk

7 vanuit GGZ Rivierduinen

3 van de flyer

2 via POH

Veel verschillende vragen komen binnen, hulp bij verslaving, eenzaamheid, hulp bij het zoeken naar een dagbesteding en structuur. En soms ook gewoon even een luisterend oor en een goed gesprek met een ervaringsdeskundige kan ook wonderen doen.

Cliënten zijn niet alle terugkomend maar aantal wel. Er wordt met voorkeur op afspraak met cliënten gewerkt zodat wij daarvoor ook tijd vrij kunnen maken.

STIP Noordwijk

Resultaten

- 1 coördinator
- 1 medewerker
- 12 hulpvragen
- 9 cliënten via flyers, mond op mond,
- 2 cliënten via Reuring
- 2 cliënten via Voorleder1

STIP Noordwijk is gestart op 01-10-2023 op locatie de Wieken te Noordwijk. In korte tijd hebben we veel mensen weten te bereiken en mogen helpen. Vanuit de 12 cliënten zijn er ook twee trajecten opgestart waarvan er eentje inmiddels goed is afgerond. We kijken zeer uit naar het komend jaar, het afgelopen kwartaal is veelbelovend geweest. Cliënten wisten zowel hun weg zelf naar ons te vinden als zijnde doorverwezen.

Wij steken veel tijd in het zoeken naar de samenwerking met diverse organisaties en dit werpt zijn vruchten af.

STIP Hillegom

Resultaten

- 1 coördinator
- 2 vrijwilligers
- 26 hulpvragen
- 14 vanuit en via de krachtcirkel
- 5 vanuit het Raamwerk
- 4 vanuit GGZ Rivierduinen
- 2 via Flyers
- 1 via Veilig Thuis

Door langdurige ziekte van onze vorige coördinator heeft het STIP Hillegom even iets minder aandacht gekregen. Daar hebben wij in de tweede helft van dit jaar verandering in gebracht. Er is het afgelopen jaar goed geïnvesteerd in het STIP Hillegom. We hebben een nieuwe coördinator aangenomen en twee fantastische vrijwilligers die met passie en hun hart het STIP bemannen.

Daarnaast zijn wij bezig om het STIP goed zichtbaar te maken en te houden. Denk aan flyereren, krant benaderen, afspraken maken met hulpverleners. Wij hebben inmiddels vele hulpvragers kunnen bedienen. De hulpvragers kwamen vanuit de Krachtcirkel en uit Hillegom zelf.

Ook een aantal hulpvragers in crisis die wij door hebben kunnen verwijzen naar een organisatie die de juiste hulp in crisis kan verlenen. Wij hebben een goede samenwerking met Plein28, het Raamwerk en het Welzijnswartier. Ook vanuit huisartspraktijken krijgen wij inmiddels hulpvragers doorverwezen. Uit de hulpvragen komen ook vaak trajecten voort.



STIP Teylingen

Resultaten

- 1 coördinator
- 23 hulpvragen
- 10 hulpvragers via Rivierduinen
- 5 Vooriedereen 1
- 8 Hebben de weg zelf gevonden.

Er is heel hard gewerkt om het STIP weer bemand, vol en krachtig, up-en-running te houden/krijgen op de nieuwe mooie locatie te Voorhout. Cliënten komen terug en zijn erg tevreden.

Voorheen was het STIP Teylingen gevestigd in Sassenheim JoJo en sinds 01-09 is het STIP gevestigd in de Spelewey in Voorhout. De locatie de Spelewey is een strategisch goed punt, we werken nauw samen met Welzijn Teylingen en lunchen altijd mee met de buurtkamer en zijn met het STIP onder de mensen en onze doelgroep. Stichting Lumen is in Teylingen onder andere betrokken bij de kerngroep Een tegen Eenzaamheid (vanuit Welzijn Teylingen en gemeente) en bij de kerngroep Aanpak Armoedebeleid (Samenwerking van verschillende netwerken). We hebben deelgenomen aan de vrijwilligersproeverij van Welzijn Teylingen op 16-06 en we zijn op diverse activiteiten en evenementen van Welzijn Teylingen actief en zichtbaar geweest zoals het maandelijks sociaal koken voor een groep van gemiddeld 60 mensen.

STIP Katwijk

Resultaten

2 vrijwilligers
2 nieuwe betaalde krachten van Lumen
23 hulpvragen
3 vanuit het Wijkteam Katwijk
3 vanuit GGZ Rivierduinen
1 via Welzijnswartier
3 via familie
3 via de Regiomanager
10 via Lumen

Door langdurige ziekte van onze vorige vrijwilliger heeft het STIP en Krachtcirkel Katwijk even iets minder aandacht gekregen in de eerste helft van 2023. Daar hebben wij in de laatste helft van dit jaar verandering in gebracht. Er is in de afgelopen periode goed geïnvesteerd in het STIP/Krachtcirkel Katwijk. We hebben een nieuwe coördinator aangenomen en nog een betaalde kracht vanuit Lumen. Twee ervaringsdeskundige mensen die vanuit het hart en met passie het STIP bemannen. Deze twee nieuwe krachten hebben beide de cursus 'Zicht op Herstel' afgerond in 2023. Ook zijn er verschillende workshops gevolgd.

Wij zijn bezig om het STIP goed zichtbaar te maken en te houden. Denk aan flyereren, Social Media, de krant benaderen, afspraken maken met hulpverleners.

Daarnaast hebben we goede samenwerking met diverse belangrijke partijen zoals bijvoorbeeld het Welzijnswartier, Wijkteam Katwijk en Zorggroep Katwijk en schuiven wij aan bij tafels en platforms zoals Kocon.

De hulpvragen die worden gesteld bij het Steun en Informatiepunt kunnen wij vaak met succes beantwoorden. Wij kunnen zelf hulp bieden of wij verwijzen door naar een organisatie die passende ondersteuning kan bieden. Wij zoeken samen met de hulpzoeker naar een oplossing voor het probleem. Er komen ook nog wel eens trajecten uit voort, dat wij de hulpvrager voor een langer termijn onder onze hoede hebben. Mensen stromen ook door naar ander aanbod binnen Lumen, zo hebben 9 personen die verbonden zijn met STIP/Krachtcirkel Katwijk zich in 2023 opgegeven voor de cursus 'Zicht op Herstel'.

Wat voor vragen komen er binnen op het STIP:

- ? We hadden een hulpvrager in crisis en suïcidaal. Wij hebben haar na een lang gesprek op een veilige manier door kunnen verwijzen naar haar huisarts die haar verder kon helpen.
- ? Een dame met straatangst die slechts onder begeleiding wel eens naar buiten ging kwam bij het STIP. Wij hebben haar een aantal malen mogen ontvangen en daarna naar de Krachtcirkel verwezen. Zij komt nu zonder begeleider en sterker nog, zij wordt vrijwilliger bij ons. Wat een sprongen naar herstel worden er gemaakt.

'Tijdens mijn wandeling door Voorhout zag ik het bord van het STIP staan, toen ik binnenliep en zo warm ontvangen werd en ook nog met mijn hulpvraag geholpen ben voelt voor mij als een klein wonder'

'Wat een goed gevoel dat ik bij jullie zo mocht binnenstappen, en er echt naar me werd geluisterd'

'Zooo, jullie weten waar je het over hebt'

'Wat ben ik blij met mijn WMO-indicatie zodat ik hulp in huis kan aanvragen. Ik heb geen kinderen, man of familie maar voel me nu echt geholpen'. En een warme en emotionele omhelzing van deze cliënt.

'Jij mag hier nooit meer weggaan, we hebben jou echt nodig.'

ExpEx Katwijk

Stichting Lumen Holland Rijnland wil samen met FamilySupporters ervoor zorgen dat in Katwijk jongeren uit de jeugdhulp hun talenten kunnen ontwikkelen zodat zij als Experience Experts (ExpEx) mee kunnen denken bij het verbeteren van de jeugdhulp en jongeren ondersteunen in de jeugdhulp en/of toeleiden naar hulpverlening.

Veel jongeren die langdurig hulp hebben gehad willen er graag voor zorgen dat andere jongeren beter geholpen of ondersteund worden dan zij. Zij kunnen vaak goed aangeven wat zij zelf gemist hebben en hebben goede ideeën over hoe het anders zou kunnen. Deze jongeren krijgen de kans dit te doen.



De ExpEx en de jongeren die zij begeleiden kunnen een klankbord/denktank zijn voor de gemeente Katwijk met betrekking tot maatschappelijke vraagstukken betreffende de jeugdhulp.

Aantal getrainde vrijwilligers (deelnemers)

Het jaar 2023 begon met 9 nieuw getrainde jongeren.

- 5 uit Katwijk/ Rijnsburg
- 1 uit Oegstgeest
- 2 uit Duin & Bollenstreek (Voorhout, Hillegom) waarvan 1 inmiddels naar Katwijk verhuisd
- 1 uit Leiden

Er zijn eind 2023 in totaal (1e en 2e groep) nog 9 Expex actief waarvan 2 tijdelijk op een lager pitje i.v.m. persoonlijke omstandigheden. De nieuwe training zou eind sept 2023 starten maar is wegens te weinig deelnemers helaas uitgesteld naar januari.

Hoewel er zich 13 deelnemers hadden aangemeld (6 uit Katwijk) bleven er 4 over. Redenen:

- extra inzetbaar moeten zijn/ promotie op werk (2x)
- opleiding begonnen waardoor nu geen ruimte (1x)
- zwanger geraakt (1x)
- toch nog laatste stukje therapie/ herstel (3x),
- niet meer kunnen op het tijdstip (2x)
- afgeraden door ons omdat het herstelproces nog niet ver genoeg bleek, iemand was nog in crisis (1x).

In januari start de training op een andere dag waarop we een oud- deelnemer kunnen opleiden tot co-trainer. Daarna hebben we zelf de training in beheer.

Er is via Lumen een jonge vrijwilliger (31) in beeld met Vlog ervaring. Daarnaast is een stagiair vanuit Howie the harp (30) ingevoegd in de ExpEx groep. Beiden zijn inzetbaar voor opdrachten. Waarmee eind 2023 er 9 ExpEx actief zijn en 2 op de achtergrond.

Intervisie en begeleiding

Maandelijkse intervisie en regelmatige individuele contacten met de deelnemende ExpEx.

Meet and Eat

Laagdrempelige ontmoeting voor jongeren waar even niets hoeft en begrip is voor mentale gezondheid. Heeft 5 vaste deelnemers en 3 wisselende. Er zijn 10 Meet and Eats georganiseerd in 2023.

Maatjes

In 2023 zijn we begonnen met de pilot ‘maatjesproject’. Vanuit Wijkteam AZC kwamen 2 aanvragen,

- Een is succesvol maar eerder dan verwacht afgesloten wegens terugzending jongere naar land van herkomst.
- Een aanvraag is na een kennismakingsgesprek niet doorgegaan vanuit de jongere op het AZC.

Er heeft een evaluatie plaatsgevonden met ExpEx en Nina van Tol van het Wijkteam AZC. Daarmee zijn we een stapje verder gekomen in de vormgeving van het maatjesproject. De succesvolle matching zat in de klik en het er samen op uit kunnen. De jongere had vertrouwen in de ExpEx en deelde van daaruit ook moeilijke onderwerpen. Voornaamste aandachtspunt is een ‘natuurlijker’ matchingsproces. Het is moeilijk gebleken aan te geven als er geen match gevoeld wordt. We zetten daarom in op een langere kennismakingsperiode en kunnen mogelijk de Meet and Eat benutten voor laagdrempelige kennismaking.

Voor het ExpEx maatje was het moeilijk dat de jongere acuut het land uit moest. Het was voor beiden waardevol dat de wijkteammedewerker tijdig communiceerde waardoor een afscheid mogelijk werd.

Eind 2023 kwam er vanuit het jongerenwerk van Welzijnswijk een aanvraag voor een maatje.

Meisje (19), masker op, lijkt goed te gaan maar is somber en nog jaar wachtlijst bij de GGZ. Zij komt inmiddels naar Meet and eat en wordt mogelijk in het nieuwe jaar gekoppeld aan een ExpEx maatje. Tijdens de Meet and eat kan ‘laagdrempelig’ en natuurlijker een match ontstaan omdat een aantal Hosts ook maatje kunnen zijn.

ExpEx Katwijk kreeg 4 buiten-regionale maatjes-aanvragen (2 uit Leiden, 2 uit Duin – en Bollenstreek). Deze hebben we afgewezen.

Meedenkragen casuïstiek

Vanuit Wijkteam Katwijk: Een meedenkvraag met meisje (14) op wachtlijst Horizon met een romantisch beeld daarbij (strekking: als ik niet meer thuis woon heb ik alle vrijheid). ExpEx hebben een brief geschreven vanuit hun eigen ervaringen over de realistische versie van hoe niet thuis wonen werkelijk is.

Meedenken beleid

In februari hebben twee ExpEx meegedacht met de gemeente Katwijk over ‘wonen en zorg’. Tip: maak ook begeleid wonen zo huiselijk mogelijk. Al is het een ‘instelling’, het is op dat moment ook gewoon je thuis. En voorkom onnodig verhuizen.

In maart was een ExpEx bij een bijeenkomst van de universiteit Leiden. Dit in het kader van onderzoek in hoeverre er na een uithuisplaatsing wordt gewerkt aan terugkeer naar huis.

Netwerk en samenwerking

Na het bijwonen van diverse netwerkactiviteiten zijn we als project zichtbaarder geworden. Dat is te merken aan diverse uitnodigingen en maatjesaanvragen.

- **Mantelzorg** vanuit Welzijnswijk vond een gesprek plaats met wethouder Soetendal. Een van de mantelzorgende ExpEx is aanwezig geweest, samen met mantelzorgerclub van WZK
- **Eenzaamheid** Op uitnodiging van het Welzijnswijk hebben ExpEx in september hun ervaringen met eenzaamheid gedeeld op een bijeenkomst over eenzaamheid.
- **Samenwerking Welzijnswijk** Na deze bijeenkomst is de samenwerking nader onderzocht. Tweejaarlijks hebben we nu een overleg om te zien waar we elkaar kunnen versterken. ExpEx hebben een presentatie gegeven bij Join Us. Dat heeft vooralsnog niet tot aanmeldingen geleid voor de aankomende training. Een van de ExpEx wil meedoen in het LHTBQI project. ExpEx sluit nu ook aan bij Kocon.
- **RET (regionaal Expertteam)** in samenwerking met Haaglanden en Midden Holland wordt voor 2024 een kleine poule ervaringsdeskundige jongeren gevormd/ projectplan geschreven i.v.m. structurele deelname aan het RET Holland Rijnland.

Verdere activiteiten

- **Leernetwerk**

We doen mee met een leernetwerk van Hogeschool Leiden over informele steun. Van daaruit is een kleine subsidie voor een mini filmproject toegekend over onze versie van het ervaringscafé (Meet and eat). Doel de werkzame elementen (overdraagbare kennis) van de Meet and Eat voor het tweeledig kennisdelen en PR middels maken minidocu.

- **Netwerkbijeenkomsten**

In Tripodia over positieve gezondheid en bij Doe mee in Katwijk; Informatiestand bemand en kennis gemaakt met andere informele vrijwilligersprojecten

- **Hogeschool Leiden**

Regelmatige bijdragen (4x) aan diverse gastlessen en symposia over mentale gezondheid, ervaringsdeskundigheid, wat is goede hulp en informele steun.

- **Cardea community** Twee ExpEx hebben vanuit hun perspectief op dit nieuwe residentiële project in de regio Duin en Bollenstreek hun visie gedeeld op het belang van ergens mogen blijven wonen. Dat is immers de basis van hersteld vertrouwen en jezelf kunnen ontwikkelen

- **Moreel beraad** Hulpverleners staan in dat mensenwerk weleens voor moeilijke dilemma's. Het "juiste" doen is vaak niet meteen duidelijk. In een moreel beraad wordt stilgestaan bij alle kanten daarvan en welke principes en waarden er mee kunnen spelen. Twee ExpEx hebben meegedacht met hulpverleners bij Cardea tijdens een Moreel beraad en zo het cliëntperspectief extra onder de aandacht gebracht. Het was voor zowel hulpverleners als jongeren een leerzame ervaring.

Doorgroeien mede mogelijk maken

- Twee ExpEx van de eerste groep zijn (gedeeltelijk) betaald aan de slag bij Binnenvest en Curium
- Een ExpEx van de eerste groep is afgestudeerd als HBO ervaringsdeskundige en werkzaam bij Youz
- Een ExpEx van de tweede groep heeft een voorlichtingstraining bij ExpEx Landelijk gevolgd. Na afloop geeft ze haar kennis door aan ExpEx Katwijk hoe we onze voorlichtingen nóg beter kunnen maken
- Een ExpEx van de eerste groep is opgeleid tot trainer "werken met eigen ervaring" (ExpEx training)

Uitbreiding ExpEx 2024

Vanuit Lumen hebben we in de overleggen met ambtenaren in de regio Duin en Bollenstreek aangegeven dat de uitbreiding van het ExpEx-project in Katwijk veel voordelen kan bieden. Het gebied voor de werking en inzetbaarheid van ExpEx wordt groter waardoor het naar onze mening makkelijker te organiseren is. Veel ExpEx projecten in Nederland bestrijken een groter gebied. Het project wordt daarmee financieel voordeliger voor de deelnemende gemeenten.

Vanuit de regio Holland Rijnland krijgen we steeds meer geluiden dat men de ExpEx ook in andere sub-regio's zou willen inzetten. Wij juichen deze ontwikkeling erg toe. Het is al weer vier jaar geleden dat er vanuit Holland Rijnland een eerste wens voor het regio-breed inzetten van ervaringsdeskundigen uit de jeugdzorg werd geuit. Het zou mooi zijn als we dit het komend jaar kunnen concretiseren.

Aanbod in de Rijnstreek

Cliëntondersteuning

In 2023 heeft uitbreiding plaatsgevonden van uren van cliëntondersteuning. Dit zien we terug in de groei van cijfers t.o.v. 2022. Het lijkt erop dat professionals/verwijzers ons steeds beter weten te vinden en dat er ook meer bekendheid met elkaars werk ontstaat. Zie verder ook het stuk over de inzet van ervaringsdeskundigheid in de wijkteams.

Bemoeizorg

Ook daar een lichte groei te zien. Er is door Lumen geïnvesteerd in het werven en opleiden van vrijwilligers in de cliëntenorganisatie. We zijn heel blij om te zien dat inmiddels twee vrijwilligers zelfstandig (onder supervisie) aan het werk zijn, waaronder iemand die ook ervaren is in de bemoeizorg.

Crisiskaart

We willen de crisiskaart meer in het algemene werk integreren (bijvoorbeeld ook voor gasten van het Respijthuis). Hiervoor heeft een extra scholing in 2023 plaatsgevonden van medewerkers en vrijwilligers. We gaan ervan uit dat het aanbieden van de crisiskaart hierdoor nog verder zal groeien.

Zicht op Herstel

In 2023 zijn drie cursussen Zicht op Herstel aangeboden in de Rijnstreek. Wanneer dit zo uitkomt, kunnen inwoners van de Rijnstreek ook deelnemen aan een van de cursussen die door Lumen in de andere regio's worden gegeven. Deelnemers aan ZOH kunnen na het behalen van hun certificaat ook aan vervolgtreiningsdeelname, zoals herstelverhalen schrijven.

Ont-moetengroep

Iedere maandagmiddag komt de ont-moetengroep bij elkaar. Deze groep is bedoeld als extra ondersteuning van elkaar, om in veilige en vertrouwde sfeer ervaringen uit te wisselen. Bedoeld om van daaruit verder te groeien en stappen te zetten in het verdere herstel.

Norwood-groep

Gemiddeld hebben 6 vrouwen wekelijks deelgenomen aan de Norwood-groep. Daarnaast hebben vrouwen de mogelijkheid om deel te nemen aan een specifieke WhatsAppgroep. Naast de deelnemersgroep hebben 5 vrouwen zich ook vrijwillig ingezet in een ondersteuningsgroep, zij hebben zich zowel individueel als in groepsverband ingezet voor onze deelnemers.

We zien een groeiende belangstelling voor de Norwood-groep en hopen te kunnen uitbreiden, wellicht met een avond.

Vrijdagmiddag inloop in 't Trefpunt

Iedere vrijdagmiddag vrije inloop, gericht op ontmoeting. Begeleid door vrijwilligers van Lumen. Deze groep is vanaf januari 2024 verhuisd naar de nieuwe locatie De Wielewaal, waar de inloop wordt voortgezet. In de laatste weken van 2023 is het aantal deelnemers wat teruggelopen, wat waarschijnlijk te maken had met de aangekondigde verhuizing en de onrust op het Trefpunt wat dat met zich meebracht.



Het Respijthuis

Het respijthuis heeft goed gedraaid in 2023, de gemiddelde bezetting was 783,4%. Er zijn drie klusdagen en een open huis voor belangstellenden (partners, gemeente, buurtgenoten) georganiseerd.

Cijfers Lumen-Rijnstreek Overall 2023:

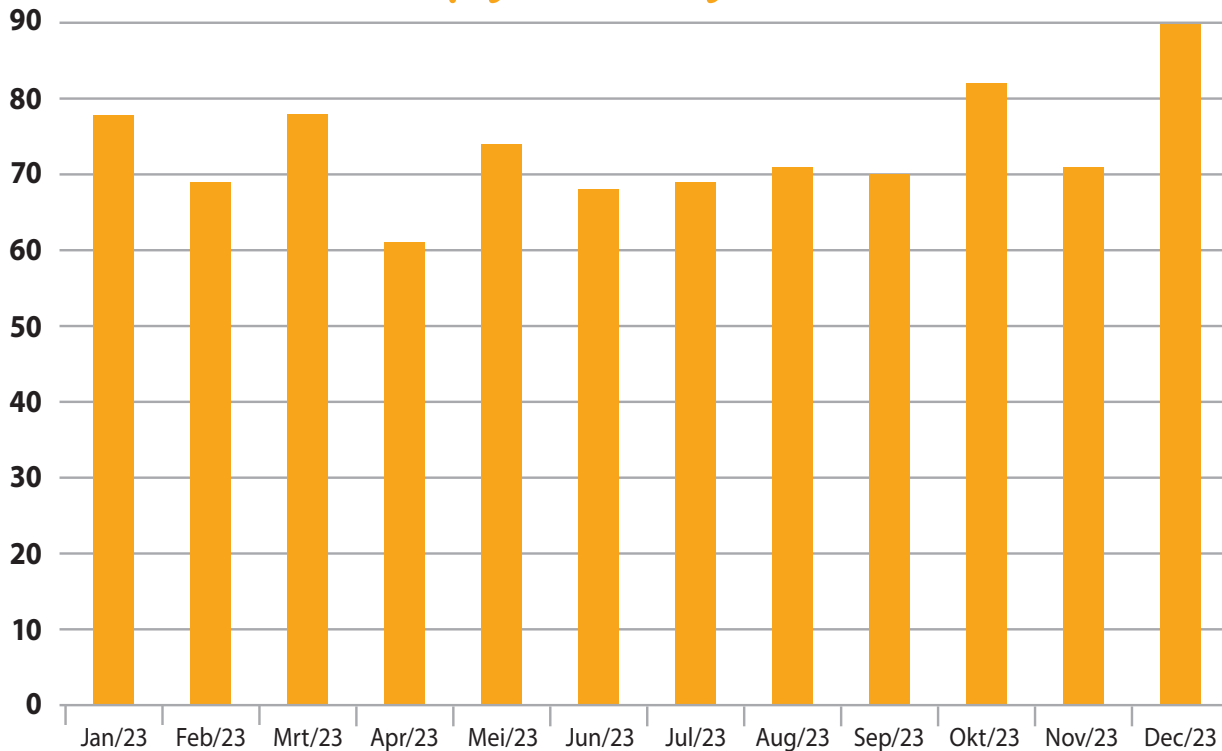
Geleverde cliënt ondersteuning:		
	Geheel 2022	Per 31-12-2023
Onafhankelijke cliëntondersteuning:	204 cliënten (38 Nieuwkoop, 148 Alphen, 18 K&B)	223 cliënten Alphen 37 cliënten Kaag en Braassem 25 cliënten Nieuwkoop
Bemoeizorg:	41 cliënten (23 Nieuwkoop, 16 Alphen, 2 K&B)	42 cliënten Alphen 7 cliënten K&B 3 cliënt Nieuwkoop
Crisiskaart:	7 cliënten (2 Nieuwkoop, 4 Alphen, 1 zonder vaste woonplaats)	13 Alphen 6 K&B 2 Nieuwkoop
Totaal:	252 cliënten	358 cliënten

Groepsaanbod voor herstel en peer-to-peer support:		
	Geheel 2022	Per 31-12-2023
Groepsaanbod:		
Cursus zicht op herstel (herstel cursus)	16 deelnemers	15 deelnemers Alphen 1 deelnemer K&B 2 deelnemers Nieuwkoop
Ont-moetengroep (lotgenoten groep)	7,3 deelnemers gemiddeld	7 deelnemers gemiddeld
Norwood groep (peer-to-peer support)	5 deelnemers gemiddeld	Totaal aantal deelnemers 24. 6 deelnemers gemiddeld per wekelijkse bijeenkomst
Inloop Trefpunt	Wisselend	Wisselend tussen 5 - 12

Respijthuis Alphen aan den Rijn		
	Geheel 2022	Per 31-12-2023
Logeergasten:	73, bleven gemiddeld 7 dagen	123 logeergasten (80 unieke personen)
Dagrespijt gasten:	156	219 daggasten (68 unieke personen)

Herkomst gasten:		
	Geheel 2022	Per 31-12-2023
Alphen aan den Rijn	70%	74 %
Kaag en Braassem	11%	5 %
Nieuwkoop	4%	7 %
Elders:	15%	9% overig (thuisloos of buiten regio) 5 % Leiden

Respijthuis Rijnstreek



Samenwerking Tom in de Buurt en Stichting Lumen

Lumen zet zich in voor mensen met psychische, psychosociale en verslavingsproblematiek in de regio Holland Rijnland. Lumen biedt een veilige plek voor ontmoeting en ondersteunen mensen in hun persoonlijk en maatschappelijk herstel. Daarbij staat (het ontdekken van) de eigen wensen, doelen en mogelijkheden altijd centraal. Zelfregie en herstel zijn belangrijke kernwaarden.

Samenwerking Tom in de Buurt en stichting Lumen

In de Rijnstreek werkt Lumen nauw samen met Tom in de Buurt. Als onderaannemer voor de coöperatie Dichtbij in de Rijnstreek biedt Lumen verschillende activiteiten aan, zoals het Respijthuis, ontmoetingsactiviteiten en deskundigheidsbevordering. Daarbij is het werken met ervaringsdeskundigen cruciaal. Met de inzet van ervaringsdeskundigheid vormt het eigen perspectief van de deelnemer, bezoeker of gast het vertrekpunt. Mensen die het proces van ontwrichting en herstel aan den lijve hebben ondervonden weten hoeveel moeite herstellen kost. Daardoor kunnen zij zich goed inleven in een ander en weten zij bij uitstek hoe die het beste ondersteund kan worden bij het herstel. De (vaste en vrijwillige) ervaringsdeskundigen van Lumen zijn allen geschoold en hebben zo geleerd hoe ze hun persoonlijke ervaringen met ontwrichting en herstel kunnen gebruiken om lotgenoten te ondersteunen.

De ervaringen tot nu toe zijn goed en smaken naar meer. Zo zijn we in 2023 bezig geweest met voorbereidingen om een gezamenlijke locatie in Alphen in te richten, de Wielewaal. Op deze plek zullen activiteiten van Tom in de Buurt en Lumen gezamenlijk worden uitgevoerd. Het belooft een bijzondere plek te worden waar mensen een warme, veilige plek vinden die optimaal ruimte biedt om aan hun herstel te werken.

Inzet van ervaringsdeskundigen in de wijkteams

Bijzonder in de Rijnstreek is de structurele inzet van ervaringsdeskundigen in de wijkteams van Tom in de Buurt. Het afgelopen jaar is deze inzet verder uitgebouwd. Er is bewust gekozen voor een geleidelijke opbouw en uitbreiding in afstemming met de afzonderlijke wijkteams. Eind 2023 heeft ieder wijkteam een vaste ervaringsdeskundige van Lumen voor een dag in de week, team Noord heeft er twee, vanwege de omvang en complexiteit van de hulpvragen. Lumen zet ook in de bemoeizorg ervaringsdeskundigheid in. Naast een vaste medewerker, worden ook ervaringsdeskundige vrijwilligers in de individuele cliëntondersteuning ingezet. Zij werken altijd onder de verantwoordelijkheid van de vaste medewerker.

Meerwaarde

De samenwerking tussen professionals en ervaringsdeskundigen is van een grote waarde voor de cliënten. Men versterkt elkaar in wat een professional en ervaringsdeskundige kan bieden. De mogelijkheden om ondersteuning te bieden aan mensen die met een hulpvraag bij Tom in de Buurt komen worden vergroot en worden meer divers; met andere woorden, er kan nog beter maatwerk worden geboden. De samenwerking ligt soms in elkaars verlengde, maar wordt vaak ook gelijktijdig ingezet. Mensen van Lumen en Tom in de Buurt leren door deze intensieve samenwerking veel van elkaar, zowel inhoudelijk als in bijvoorbeeld omgang en bejegening. Ook het zoeken naar creatieve oplossingen, 'out of the box'-denken, wordt door de uitwisseling tussen professionals en ervaringsdeskundigen gestimuleerd. Zeker wanneer mensen complexe hulpvragen hebben, zorgt een meer onorthodoxe aanpak soms voor een doorbraak die anders niet zo snel zou zijn gevonden. Dit alles is iets wat nog dagelijks groeit, en steeds bewuster wordt ingezet naarmate men elkaar en elkaars werk beter leert kennen.

Unieke ontwikkeling

Natuurlijk vraagt deze samenwerking ook de nodige aandacht en tijd. Het is mooi om te zien dat er steeds vaker gezamenlijke activiteiten worden ondernomen, gezamenlijk scholingen worden gevolgd. Voor zover er landelijk onderzoek is gedaan naar de inzet van ervaringsdeskundigheid bij sociaal werk, zijn de resultaten vaak positief, zeker ook vanuit het perspectief van de cliënt. De structurele inzet in de Rijnstreek is uniek te noemen en zal voor andere regio's en teams een van de belangrijke voorbeelden kunnen worden. In 2023 is een onderzoek uitgevoerd door een student Social Work, die in de Rijnstreek specifiek heeft gekeken naar de inzet van ervaringsdeskundigheid in de cliëntondersteuning. Op dit moment zijn daar de uitkomsten nog niet van bekend, maar deze zullen zeker gedeeld en besproken worden om zo de inzet nog meer te kunnen versterken. We kijken van beide kanten uit naar de komende jaren van samenwerking, vanuit het perspectief van de cliënt en versterking van de ondersteuning die we gezamenlijk kunnen bieden.

Cijfers Lumen Alphen aan den Rijn 2023:

Geleverde cliënt ondersteuning:		
	Geheel 2022	Per 31-12-2023
Onafhankelijke cliëntondersteuning:	148	223
Bemoeizorg:	16	42
Crisiskaart:	4	13
Totaal:	168 cliënten	278

Groepsaanbod voor herstel en peer-to-peer support:		
Groepsaanbod:	Geheel 2022	Per 31-12-2023
Cursus zicht op herstel (herstel cursus)		15
Ont-moetengroep (lotgenoten groep)		Gemiddeld 7 deelnemers totaal
Norwood groep (peer-to-peer support)		Totaal aantal deelnemers 24 (merendeel uit Alphen), 6 deelnemers gemiddeld per wekelijkse bijeenkomst
Inloop Trefpunt		Wisselend aantal tussen 5 – 12, merendeel uit Alphen.

Respijthuis Alphen aan den Rijn		
	Geheel 2022	Per 31-12-2023
Logeergasten:		97 (63 uniek)
Dagrespijt gasten:		190 (59 uniek)
Totaal:		287 (122)

Herkomst gasten:		
	Geheel 2022	Per 31-12-2023
Alphen aan den Rijn	70%	74%

Cijfers Lumen Nieuwkoop 2023:

Geleverde cliënt ondersteuning:		
	Geheel 2022	Per 31-12-2023
Onafhankelijke cliëntondersteuning:	38	25
Bemoeizorg:	23	3
Crisiskaart:	2	2
Totaal:	63 cliënten	30

Vershil (en vooral terugloop) nog niet kunnen duiden. Mogelijk dat in registratie iets niet goed is gegaan, wordt nog uitgezocht.

Groepsaanbod voor herstel en peer-to-peer support:		
Groepsaanbod:	Geheel 2022	Per 31-12-2023
Cursus zicht op herstel (herstel cursus)		2 deelnemers Nieuwkoop
Ont-moetengroep (lotgenoten groep)		Gemiddeld 7 deelnemers totaal Rijnstreek
Norwood groep (peer-to-peer support)		Totaal aantal deelnemers Rijnstreek 24 waaronder een aantal uit Nieuwkoop, 6 deelnemers gemiddeld per wekelijkse bijeenkomst
Inloop Trefpunt		Wisselend aantal tussen 5 – 12, merendeel uit Alphen.

Respijthuis Alphen aan den Rijn

	Geheel 2022	Per 31-12-2023
Logeergasten:		12 (8 unieke cliënten)
Dagrespijt gasten:		19 (6 unieke cliënten)

Herkomst gasten:

	Geheel 2022	Per 31-12-2023
Nieuwkoop	4%	7%

Cijfers Lumen Kaag en Braassem 2023:

Geleverde cliënt ondersteuning:

	Geheel 2022	Per 31-12-2023
Outreachinge cliëntondersteuning:	18	37
Bemoeizorg:	2	7
Crisiskaart:	0	6
Totaal:	20 cliënten	50

Groepsaanbod voor herstel en peer-to-peer support:

	Geheel 2022	Per 31-12-2023
Groepsaanbod:		
Cursus zicht op herstel (herstel cursus)		1
Ont-moetengroep (lotgenoten groep)		Gemiddeld 7 deelnemers totaal Rijnstreek
Norwood groep (peer-to-peer support)		Totaal aantal deelnemers 24 Rijnstreek. 6 deelnemers gemiddeld per wekelijkse bijeenkomst
Inloop Trefpunt		Wisselend aantal tussen 5 – 12, merendeel uit Alphen.

Respijthuis Alphen aan den Rijn

	Geheel 2022	Per 31-12-2023
Logeergasten:		14 (9 unieke cliënten)
Dagrespijt gasten:		10 (3 unieke cliënten)

Herkomst gasten:

	Geheel 2022	Per 31-12-2023
Kaag en Braassem	11%	5%

Vrijwilligers

In 2023 zijn meerdere bijeenkomsten gehouden voor vrijwilligers. We zien een lichte groei in de belangstelling en werving van vrijwilligers, zowel voor het respijthuis als ook voor cliëntenondersteuning, begeleiding van groepen en het geven van trainingen. Iedere vrijwilliger heeft een 1e contactpersoon om aandacht te geven aan eigen groei en ontwikkeling. Dit willen we in 2024 nog extra versterken. De medewerker die extra uren heeft gekregen tbv vrijwilligers heeft de focus op werving, versterking van de begeleiding van vrijwilligers en het vormgeven van intervisie-mogelijkheden. Alle vrijwilligers volgen minstens de training Zicht op Herstel, vaak ook vervolg-trainingen.

Bijlagen

Bijlage 1

Overleggen, bijeenkomsten

Hieronder een overzicht van de bijeenkomsten waaraan Lumen deelnam in het kader van belangenbehartiging:

4/1	Meedenkersnetwerk HLTN - rol van Lumen bij coördinatie
9/1	Overleg Koploper OCO Leiden
19/1	Grip op Onbegrip, eerste verkensessie
19/1	Ins Blau, n.a.v. Sunflower keycord: 'inclusiviteitslag' (+Theaterwerkplaats SMIT)
24/1	MIND: Werkveldsessie PG-kaders (online)
25/1	Informatiebijeenkomst B&B / Lumen Panel
26/1	Regionale Werkgroep GGZ, Alphen/online
2/2	Kennismaking Clientenraad Anton Constandse
6/2	Portefeuillehouder overleg HLT - Maatschappelijke zorg
9/2	Adviesraad Sociaal Domein Leiden / Armoede
10/2	Netwerkborrel Noordwijk
15/2	De Drempel over bijeenkomst
13/3	Grip op Onbegrip, tweede verkensessie GGD
13/3	Weg van de Wachtlijst (online), Bestuurlijke Overlegtafel Hollands Midden
17/3	Transparant (Next), verkennend overleg JZOJP & IZA
27/3	Leids Woondebat
30/3	Regionale WG GGZ
11/4	Armoedebijeenkomst gemeente Leiden
12/4	Kennismaking Straatconsulaat Den Haag
13/4	Z&Z = voorbereiding Regionale WG GGZ
17/4	BuZz: besprekingsoverleg rapport Blaauwberg
17/4	Fractievergadering D66 Leiden @ Lumen
19/4	Mind en Oranjefonds op bezoek in Zelfregiecentrum i.o. Vriendenhuis Lisse
20/4	Regionale WG GGZ
20/4	Grip on Onbegrip, derde verkensessie + Hogeschool Leiden
25/4	Platform Gehandicapten Leiden
8/5	Kennismaking Housing First Leiden
10/5	Transmuralis (jubileum)
16/5	Gemeente Katwijk op bezoek bij Lumen
23/5	Doorstart Koploperstraject OCO Leiden met MEE
26/5	PvdA bijeenkomst, lezing Tim 'S Jongers (+gemeenteraadsleden Leidse fractie)
30/5	Grip on Onbegrip, vierde (en laatste) verkensessie
31/5	Online bijeenkomst input Regiobeeld
6/6	Online bijeenkomst MIND: Handreiking Huisartsen – ED
6/6	Platform Kocon Katwijk overleg
7/6	Kennismaking Leids Steunloket Migranten
12/6	Landelijke netwerkbijeenkomst Koepels @Utrecht
12/6	Bijeenkomst cruciale zorg IZA
13/6	Online bijeenkomst beperken uitstroom Wlz
15/6	Regionale WG GGZ
16/6	Kennismaking vrijwilligerscoördinatoren Includio (Team Binnenstad)
21/6	Kennismaking CR Prodeba (voorzitter en lid)
21/6	Haringparty Katwijk netwerkbijeenkomst
22/6	Overleg "De Drempel over"
27/6	Evaluatie herstelworkshops met Rivierduinen
27/6	Netwerkborrel Tom in de buurt
29/6	Plan van aanpak GALA Noordwijk
29/6	Uitnodiging bestuurlijk overleg zorgverleners eerste lijn / Noordwijk
3/7	Reos - metaalwelbevinden centra overleg

7/7 Online overleg Kansfonds – landelijke samenwerking belangenbehartiging dakloosheid
10/7 Online voorbereiding Regionale WG beperken instroom Wlz HR
11/7 Overleg met Steenrots Katwijk
11/7 Overleg met Rivierduinen over IZA/ mentaal gezondheidscentrum
19/7 Online voorbereiding Regionale WG beperken instroom (Passende Zorg ...) Wlz HR
20/7 Samenwerking werkgroepen IZA
26/7 Online voorbereiding Regionale WG Wlz
21/8 Overleg i.v.m. programmering Cultuur raakt (alles), HLT
22/8 Kennismaking Bakkerij
24/8 Overleg m.b.t. Walk into the Light
29/8 Lumen Panel Extra: Voorstellingen Mentale gezondheidscentra
30/8 Overleg organisatie Energieparkfestival
30/8 Kennismaking Voor Elkaar Leiden
31/8 Summer School Nationaal Actieplan Dakloosheid @Utrecht
1/9 Telefonisch bijpraten/stavaza landelijke coalitie Dakloosheid Voorbij!
1/9 Cultuur raakt (alles) / Oploop Zonnige dagen voor Cultuur te Warmond
5/9 Online overleg Landelijke Coalitie Dakloosheid / verkiezingsstrategie
7/9 Walk into the Light, ontbijt bij Lumen
12/9 Online voorbereiding Regionale WG Wlz
12/9 Laatste (online) voorbereidingen grote bijeenkomst Wlz @ Z&Z 18/9
13/9 Voorbereiding PVA Wlz 18/8, cliëntperspectief
14/9 Netwerkborrel Wmo / Leidse regio
18/9 Wlz PVA bijeenkomst @ Z&Z
19/9 Online bijeenkomst coalitie Dakloosheid Voorbij!
20/9 Kennis-en Inspiratiedag Maatschappelijke Zorg Holland Rijnland
26/9 Regionale WG GGZ
26/9 Platform Gehandicapten Leiden
2/10 Lobbyworkshop MIND
3/10 Online overleg (verkiezings)campagne Dakloosheid
5/10 tweede landelijke kennisdag Programma Herstel Dichtbij
5/10 Online voorbereiding 2e bijeenkomst Wlz
5/10 (Online) overleg Coalitie Dakloosheid, intro-campagne, beeldmerk etc.
5/10 Deelname aan Bestuurlijk Overleg Duin en Bollenstreek BODS over Meedenkersnetwerk
6/10 Bijeenkomst werkgroep mentale gezondheidscentra
6/10 Toegankelijkheidstoets Hooigracht
10/10 Online voorbereiding 2e bijeenkomst Wlz
10/10 MIND festival Antropia Driebergen
11/10 Adviesraad Sociaal Domein Leiden: Themabijeenkomst Jeugdzorg en -hulp
12/10 Online overleg Coalitie Dakloosheid: intro-campagne en aanvraag Kansfonds
17/10 Online bijeenkomst MIND inzake IZA
17/10 Politieke Avond D66 Leiden: Armoedebeleid gemeente
23/10 Netwerkborrel @ease (contact met Fonds1818 voor opknapsubsidie Hooigracht)
25/10 Wlz PVA bijeenkomst 2 @ Z&Z
31/10 Terugkoppeling Wlz, op naar een PVA
31/10 OverlegTransmuralis, over burgerparticipatie
1/11 Voorbereiding Lumen Panel november met Ervaringsverhalen -Programmaplan MZ/Wmo
2/11 Netwerkontbijt Voorhout met wethouder i.h.k.v. 'Cultuur raakt (alles)
2/11 Gesprek Pluut & Significant, Kwartiermaken voor een Regionale Participatie "hub"
7/11 Platformoverleg Kocon Katwijk
10/11 Stuurgroep IZA GGZ
14/11 Overleg doorstart OCO Leiden
15/11 Algemene Ledenvergadering NVZH
23/11 @ Scheltema: Gesprek Ontwikkelopgaves MZ/Wmo Leidse regio
23/11 IZA overleg Netwerk Next
24/11 Overleg met Kansfonds over subsidieaanvraag belangenbehartiging Dakloosheid
28/11 Online overleg Wlz: start PVA
28/11 Dakloosheid Voorbij: na de verkiezingen, geen gelegenheidscoalitie meer, maar samenwerkingsverband
1/12 Bezoek Adviesraad Sociaal Domein
7/12 Burgerpanel IZA/Transmuralis, Noordwijkerhout

Bijlage 2

Aan wethouder J. Terpstra

Betreft: zorgen over de ontwikkelingen IZA/GALA in de regio Holland Rijnland
Leiden, 27 juli 2023

Geachte heer Terpstra, beste Julius,

Zoals bekend staan op het gebied van (de GG) Zorg en (algemeen en/of mentaal) Welzijn dit jaar het IZA en GALA hoog op de agenda. Helaas, constateren we bij Stichting Lumen Holland Rijnland, ook op veel maar vooral verschillende agenda's, van veel organisaties, die elkaar soms wel soms niet tegenkomen.

Waar het GALA individuele gemeenten aanspoort Zorg meer naar 'de voorkant' te krijgen i.s.m. Welzijn, met o.a. aandacht voor preventie, roept het IZA op regionaal de handen ineen te slaan. Holland Rijnland telt dertien gemeenten die, volgens de opdracht van het IZA, een en ander gezamenlijk op te bouwen hebben (Mentale gezondheidscentra, bijvoorbeeld). Tegelijkertijd gaan deze dertien gemeenten, ieder voor zich, lokale inspanningen doen voor o.a. laagdrempelige ontmoetingsplekken. Voor de IZA-plannen, bovendien, staan zorgorganisaties vooraan in de rij als beoogde kartrekkers, gemeenten vooralsnog in het midden, soms nog achteraan.

In aanloop naar concrete, uitvoerende stappen, draaien in verschillende gremia de overleggen in het rond. Bij Lumen krijgen we steeds harder de indruk dat ontwikkelingen, die samen zouden moeten hangen, langs elkaar heen aan het lopen zijn. Tot dusver is er voor de regio Holland Rijnland nog geen regioplan, elke gemeente is voor zichzelf bezig – overwegend intern, vaak zonder het gesprek met samenwerkingspartners aan te gaan – een GALA-scenario op te stellen.

Zowel bij het IZA als het GALA staan de 'doelgroepen' centraal. Lumen maakt zich in toenemende mate zorgen dat de wensen en behoeften van de inwoners niet, of niet voldoende, bij het opstellen en vervolgens uitwerken van de plannen worden meegenomen. Door gevoelde verplichtingen bij zowel zorgpartijen als gemeenten die hun eigen specifieke belangen hebben, een ervaren tijdsdruk (klaar voor het einde van het jaar), en een gewirwar van overleggremia dreigen er constructen opgetuigd te worden met het idee dat de 'kwetsbare burger' er wel baat bij heeft.

Hiermee dreigen veel van de transformatiemiddelen niet op efficiënte wijze te worden ingezet. Lumen heeft haar bedenkingen of dit zal leiden tot de gewenste verandering binnen de zorg in het algemeen en op gebied van mentale gezondheid in het bijzonder. Voor zover wij hebben begrepen is Transmuralis aan zet om een en ander rondom IZA aan elkaar te knopen. Daarnaast begrepen wij dat jij als wethouder verantwoordelijk bent voor het thema GGZ voor de regio Holland Rijnland (waar jouw twee collega-wethouders Preventie en Ouderen voor hun rekening nemen).

Gezien het feit dat in beide akkoorden nadrukkelijk de verbinding tussen Zorg en Welzijn (het 'sociaal domein') moet worden gezocht is een duidelijke opdracht en sturing voor de gemeenten in Holland Rijnland naar onze mening vereist. Als de voor de regionale ggz verantwoordelijke wethouder kan jij daarin een belangrijke rol spelen. Wellicht is dat voor ons nog onvoldoende zichtbaar, maar we zouden je graag willen oproepen om hierbij het roer stevig in handen te nemen. Het regiobeeld (waarin slechts de kale cijfers van het zorggebruik/-aanbod worden gemonitord, maar niet de behoeften en wensen van om hulp vragende inwoners in kaart worden gebracht) is inmiddels in de fase van een 'definitief concept'. We staan aan de vooravond van het maken van een regioplan op basis van deze cijfers. Nu lijkt een goed moment om te aan te sturen op een goed resultaat via duidelijke en eenduidige koersbepalingen, waarbij samenwerking, innovatie, én de wensen van inwoners voorop moeten staan én waarbij – idealiter – IZA en GALA elkaar tegenkomen. Uiteraard zijn we bereid dit signaal in een persoonlijk gesprek nader toe te lichten.

Met vriendelijke groet

Bart Smith, directeur

Lars van Wezel, beleidsmedewerker belangenbehartiging

CONTACT EN COLOFON

Contact

Lumen Holland-Rijnland

Hooigracht 12-14

2312 KS Leiden

Info@lumen-hollandrijnland.nl

071 – 514 7420

Colofon

Tekst en foto's: Lumen

Samenstelling/redactie: Frouke Lampe/ Bart Smith

Vormgeving: DC Studio Haarlem



Aantekeningen

