

JAARPLAN 2021

Vitale Verbindingen 2021

Inhoudsopgave

1. Inleiding	2
2. Wat Vitale Verbindingen wil zijn	4
3. Korte terugblik 2020 tot hiertoe (jan-aug)	5
3.1. Ontmoeting en activiteiten in 2020	5
3.2. Ondersteuning in herstel en participatie (en doorontwikkeling inzet ED)	5
3.3. Samenwerkingen in 2020	6
3.4. Wijksschool en trainingen	8
4. Plan Vitale Verbindingen 2021	9
4.1. De welzijnsopdracht en samenwerkingen	9
4.2. Ontmoeting en activiteiten 2021	10
4.3. Ondersteuning in herstel en participatie 2021	10
4.4. Wijksschool en trainingen 2021	12

1. Inleiding

Vitale Verbindingen is gestart in 2013 door en voor mensen, die zelf uit ervaring weten wat het is om ontwrichtende levenservaringen mee te maken, zoals bijvoorbeeld een drugsverslaving, een psychose of een depressie. Vitale Verbindingen werkt vanuit een herstelvisie¹ en zet ervaringsdeskundigen² in om deze visie uit te dragen en in praktijk in uitvoering te brengen. Daarbij werkt Vitale Verbindingen vanuit de wijken met de zogenoemde ABCD-aanpak.³ Dit houdt onder meer in dat Vitale Verbindingen gebruik maakt van wat er aanwezig is in de wijk en ervan uitgaat dat je mensen en wijken niet kunt “fixen”, maar wel het beste naar voren kan halen uit wat er in de basis al is. Vitale Verbindingen ziet graag dat wijken meer inclusief zijn en ruimte maken voor veerkracht.

Vitale Verbindingen vond de eerste jaren van haar bestaan onderdak bij Zorgbelang Inclusief en werd in december 2017 een zelfstandige stichting met een bestuur van vrijwilligers met een goede staat van dienst in onderwijs, welzijnswerk, gemeentelijk beleid en/of ggz. In totaal zijn er vijf bestuursleden die samen een rijkdom aan ervaring inbrengen.

Vitale Verbindingen is ingericht als een ‘ondernemende community’ en wil graag ‘van onderaf’ organiseren. Om te zorgen dat de boel blijft draaien is het zogenoemde ‘aandrijvend wiel’ ingericht, een klein team van zzp’ers die zorgdragen voor projectleiding en projectondersteuning, (financieel) administratief en inhoudelijk.

Binnen de herstel-community zijn tientallen mensen actief als vrijwillige ervaringswerker, drie mensen worden (voor een deel van hun inzet) betaald. Verder bestaat de community uit tientallen deelnemers en bezoekers. Hieronder zijn er mensen die een training en of coaching (hebben) doorlopen. Vitale Verbindingen plaatst tevens stagiaires. Deze komen voor het grootste deel van Rijn IJssel Sociaal Werk en Social Work van de HAN. Ook stagiaires van opleidingen tot ervaringsdeskundige zijn zeer welkom.

Vitale Verbindingen bereikt veel kwetsbare mensen, die vrijwel direct een beroep kunnen doen op ondersteuning en daarin op de eerste plaats zelf geactiveerd worden. De inzet van Vitale Verbindingen maakt dat mensen minder snel afhankelijk worden van professionele basiszorg of specialistische zorg. Ook is Vitale Verbindingen voor veel mensen aanvullend op deze zorg.

Vitale Verbindingen vindt naast de gemeente praktische ondersteuning en/of een luisterend oor en advies bij Praktische Zaken, de Ideeënmakelaar, de Adviesbrigade, de vrijwilligerscentrale, het Burger Service Lab, de Rozet, Indigo, de leefbaarheidsalliantie, de provincie en vele andere partners en stakeholders. Vitale Verbindingen doet het graag zelf, maar doet het niet alleen!

Het jaarplan 2021 is tot stand gekomen in overleg tussen (vertegenwoordiging van) de herstel-community, het aandrijvend wiel en het bestuur van Vitale Verbindingen. Ten aanzien van de herijking van de welzijnsopdracht haakt deze aanvraag in op de pijlers: maatschappelijke verbinding en zelf- en samenredzaamheid. Vitale Verbindingen ziet zichzelf als (onderdeel van) de sociale basis

¹ Herstel gaat over het geven van betekenis aan wat het ook is waardoor je overweldigd bent geraakt en het gaat over niet langer de symptomen je leven laten beheersen. Herstel betekent de moed hebben om onder ogen te zien wat er in je leven aan de hand is en accepteren dat er werk op je bord ligt. Het betekent durven vertrouwen op je eigen veerkracht en je eigen weg.

² Ervaringsdeskundigheid is het vermogen om op grond van eigen herstelervaring voor anderen ruimte te maken voor herstel (Uit: Beroepscompetentieprofiel Ervaringsdeskundigheid.) Vitale Verbindingen zet ervaringsdeskundigheid in het sociale domein in als (versterking van) informele zorg of in aansluiting op behandeling of begeleiding door een formele zorginstelling

³ ABCD staat voor Asset-Based Community Development. Meer info hierover vind je op wijzijnabcd.nl.

die de gemeente beoogt en tevens als een “(welzijns-) organisatie” die deze basis kan helpen versterken en een brug kan vormen naar en vanuit de inzet van interventies vanuit de ggz.

2. Wat Vitale Verbindingen wil zijn

Om de bedoeling van Vitale Verbindingen te schetsen grijpen we graag terug op een citaat van Brené Brown⁴: *“Erbij horen betekent dat je ergens graag wil zijn en dat de anderen jou er ook graag bij willen hebben. Als je je aanpast ben je ergens waar je wil zijn, maar waar het de anderen niet uitmaakt of jij er wel of niet bij bent. Erbij horen is geaccepteerd worden om wie je bent. Als je je aanpast word je geaccepteerd omdat je hetzelfde bent als de rest. Als ik mezelf mag zijn, dan hoor ik erbij. Als ik net zo moet zijn als jij dan pas ik me aan.”*

Brené Brown beschrijft dat er echt bij horen niet passief is. Het is niet het erbij horen dat ontstaat als je gewoon lid wordt van een groep. Het is niet je aanpassen of ‘doen alsof’ of compromissen sluiten omdat het veiliger is. Ze benoemt dat het een gewoonte is die vraagt dat we ons kwetsbaar opstellen, dat het ongemakkelijk wordt en dat we leren aanwezig te zijn bij mensen zonder op te offeren wie we zelf zijn. Dit vraagt veel vertrouwen en moed. Vitale Verbindingen wil zowel op individueel niveau als op wijk- en buurniveau ‘erbij horen’ in deze zin mogelijk maken. Eigenlijk is alles wat we doen daarop gericht. Onze activiteiten zijn ook te rangschikken als ‘herstelondersteuning’ en ‘community-building’. Dat is ook hoe we het zien: enerzijds mensen ondersteunen in hun proces van herstel en participatie en anderzijds wijken helpen om hier actief ruimte voor te maken. Daarom sluiten we graag aan op burgerinitiatieven, buurthuizen en welzijnswerk in de wijken, altijd met het motto: “Zet ons in! Wij willen bijdragen!”

Vitale Verbindingen is op de eerste plaats een herstel-community. Dat houdt in dat we een gemeenschap vormen, een netwerk van mensen die in herstel zijn - of zijn geweest - van ontwrichtende omstandigheden zoals verslaving of (andere) psychiatrische aandoeningen, armoede of eenzaamheid. Mensen komen en gaan binnen onze community. Er is een kern die blijft en die de boel bij elkaar houdt. Vanuit onze herstel-community dragen we bij aan gemeenschapsvorming in de verschillende wijken. Waarbij we ons er steeds sterk voor maken dat er niet óver kwetsbare mensen gesproken wordt, maar dat ze actief worden betrokken en ingezet om de wijken leefbaar en veilig te maken.

De manier waarop Vitale Verbindingen bijdraagt met ontmoeting en activiteiten kan per wijk verschillen. In De Nieuwe Hommel (Noord-West), De Beijer (Noord-Oost) en Huis voor de Wijk (Malburgen, Immerlo) zijn we wekelijks actief met diverse bijdragen. In andere wijken is dat nog niet op deze manier van de grond kunnen komen. We willen nog steeds de ruimte geven aan ervaringswerkers die in hun eigen wijk iets tot ontwikkeling weten te brengen en werken mee aan het ontstaan van buurtplekken waar dit kan. Waar het kan is waar bewoners met ondersteuning van organisaties iets van de grond willen krijgen. Daar kunnen wij helpen om inclusie mogelijk te maken. Investeren in buurtbewoners als netwerk is de moeite waard, zoals een buurvrouw het uitdrukte: “Wij gaan niet weg. Wij wonen hier.” Professionals moeten het niet (willen) overnemen van buurtbewoners. Zij kunnen wel helpen om ruimte te maken voor iedereen, de buurt helpen om inclusief te zijn.

Ontmoeten, ondersteunen, ontwikkelen en ondernemen zijn de vier O’s van Vitale Verbindingen. Aan de hand van deze vier O’s richt Vitale Verbindingen haar activiteiten in.

⁴ Brené Brown is onderzoek professor aan de faculteit Social Work van de universiteit van Houston. Zij is wereldwijd bekend met haar publicaties en lezingen over de kracht van kwetsbaarheid.

3. Korte terugblik 2020 tot hiertoe (jan-aug)

3.1. Ontmoeting en activiteiten in 2020

- **Noord-West:** In De Nieuwe Hommel vonden wekelijkse pannenkoek-, soep-, knutsel-, schaak- en computerinlopen plaats en is op woensdagmiddag een creatieve herstelclub gestart. Tijdens de lockdown onderhielden veel vitale verbinders contact met elkaar en andere wijkbewoners. Een mooi voorbeeld is het knutselpakket dat kort voor Pasen werd bezorgd bij de trouwe deelnemers van de creatieve groepen. In Noord-West is de samenwerking met groepjes van wijkbewoners, inloophuis Sint Marten, de wasplaats en de bewonersondersteuners van Rijnstad gegroeid, mede door gezamenlijke inzet in de Corona-hulp.
- **Noord-Oost:** De Vitale Inloop in De Beijer vindt nog steeds trouw plaats op de maandagmiddag. Twee ervaringsdeskundigen geven hier leiding aan een lokale herstelcommunity met een afwisselend programma. Ook hier is tijdens de lockdown contact met elkaar onderhouden en werd er bijvoorbeeld in kleine groepjes gewandeld.
- **Malburgen:** In Malburgen is doorgezet op het realiseren van een vaste ontmoetingsplek in het Huis voor de Wijk in Immerlo. Na de lockdown konden we hier van start met Verbindende Zomeractiviteiten, waarna hier een min/meer vast groepje mensen elkaar wekelijks weet te vinden en ondersteund wordt door een ervaringsdeskundige.
- **Rijkerswoerd, Kronenburg, Vredenburg:** De buurtplek die in samenwerking met de bewonersondersteuner en de stadskok werd ontwikkeld in de Rijnlandflat in Stedumhof is tijdens de lockdown stil komen te liggen en daarna ook niet meer opgestart.

3.2. Ondersteuning in herstel en participatie (en doorontwikkeling inzet ED) in 2020

Vitale Verbindingen biedt ondersteuning aan individuele bewoners. Bewoners kunnen via een wijkprofessional of direct aangemeld worden. Ondersteuningsvragen kunnen heel divers zijn. Vitale Verbindingen zet hierop ervaringsdeskundigheid in en werkt herstelondersteunend. Ook in 2020 wisten zowel bewoners als wijkprofessionals Vitale Verbindingen te vinden voor een herstelondersteunend en/of activerend traject. In enkele gevallen is het product Ambulante Begeleiding of Activerend Werk geboden. Deze wordt dan uitgevoerd door een gekwalificeerde ervaringsdeskundige.

Binnen Vitale Verbindingen is een Team ED (ervaringsdeskundigheid) gevormd dat wekelijks bij elkaar komt, tijdens de lockdown in online meetings. Kort voor de lockdown werd gestart met een serie inspiratiesessies onder leiding van een extern deskundige, die online is voortgezet en afgerond. Ook zijn de banden aangetrokken met ervaringsdeskundigen uit andere organisaties, zoals RIBW, Pro Persona, Woonzorgnet etc. De lockdown maakte het niet gemakkelijk, maar er is wel een groei in kwaliteit en onderlinge samenwerking. Tevens zijn beschrijvingen gemaakt en is er een kwaliteitshandboek gemaakt.

3.3. Samenwerkingen in 2020:

- De **Nieuwe Hommel** in Arnhem Noord-West is vanaf de start van Vitale Verbindingen een ‘thuisvestiging’ geweest. In 2019 verhuisde het hoofdkantoor van Rijnstad naar De Nieuwe Hommel. De gemeente heeft zich ingezet om het overgebleven deel als buurthuis te behouden. Vitale Verbindingen heeft tijdelijk het hoofdbeheer op zich genomen – naast het dag-beheer dat al enkele jaren wordt uitgevoerd – om partijen uit de wijk in gelegenheid te stellen zelfbestuur van De Nieuwe Hommel voor te bereiden. In de Nieuwe Hommel is Vitale Verbindingen zichtbaar en te bereiken op tenminste twee dagen per week.
- De **Beijer** is al enige jaren de thuisbasis voor Vitale Verbindingen in Noord-Oost. Elke maandagmiddag vindt hier de Vitale Inloop plaats met een afwisselend programma. Er is een community van wijkbewoners die actief zijn voor Vitale Verbindingen en andere initiatieven. Ervaringsdeskundigen zijn hier goed bereikbaar voor wijkbewoners en professionals.
- In de **Lommerd**, buurthuis in zelfbeheer in het Spijkerkwartier, houdt Vitale Verbindingen kantoor en is als zodanig ook meer zichtbaar voor deze buurt en voor het Sociale Wijkteam en Buurtzorg T die hier ook gevestigd zijn.
- In het **Huis voor de wijk in Malburgen** heeft Vitale Verbindingen een structurele ontmoetingsplek en organiseert hier activiteiten. Via Vitale Verbindingen vinden ook hier mensen met een ggz-achtergrond hun weg naar vrijwilligerswerk ten behoeve van het buurthuis.
- **Onze Huisartsen** voeren proeftuinen uit voor de verbetering van zorg voor mensen met een Ernstige Psychiatrische Aandoening (EPA). Deze vinden plaats in Malburgen en Elderveld. Vitale Verbindingen zet in deze proeftuinen ervaringsdeskundigen in en werkt mee aan ontwikkeling van ondersteunende netwerken.
- In Malburgen is door TLO en het Sociale Wijkteam ingezet op een ‘**Coalitie tegen Eenzaamheid**’. Dit wordt gefaciliteerd door De Wijkmakers. Vitale Verbindingen participeert hierin met de inzet van ervaringsdeskundigheid. **Ook in Elderveld** gaat een ‘coalitie tegen eenzaamheid’ starten. Hierin wil men veel breder inzetten op ervaringsdeskundige wijkbewoners, die participeren in de coalitie. Vitale Verbindingen is gevraagd deze mensen te trainen en te coachen.
- Met de initiatiefnemer van het project **Buurtschakel** is in de loop van 2020 een goed contact opgebouwd. In Elden/De Laar en CSA (Centrum, Spijkerkwartier, Arnhemse Broek) gaat dit project van start in november 2020. We houden contact om te zien waar we elkaar (en de Buurtcirkels van RIBW AVV) kunnen aanvullen.
- Met **Rijn IJssel** en met **de HAN** wordt al meerdere jaren samengewerkt in de vorm van stageprojecten. Nadruk ligt hier op Social Work, maar ook studenten van andere richtingen sluiten soms prima aan, bijvoorbeeld vanuit vak-therapie. Daarnaast vinden studenten van diverse **opleidingen⁵ tot Ervaringsdeskundigheid** hun weg binnen Vitale Verbindingen. In Noord-West en -Oost gaat Vitale Verbindingen participeren in de **Praktijkleerroute**. Hiervoor heeft Vitale Verbindingen zich ook al langere tijd laten zien en horen in de voorbereidende route.
- Zorgorganisaties zoals – naast de bekende grotere instellingen zoals **IrisZorg, Pro Persona, RIBW AVV en Siza** - onder meer **GGz-Praktijk, +Home, Zorgplus, NeoCura en 4yourecare**

⁵ In schooljaar 2019-2020 had Vitale Verbindingen drie stagiaires van opleidingen tot ervaringsdeskundige respectievelijk studierend bij Howie the Harp, Zadkine en Windesheim.

zoeken in Vitale Verbindingen partnerschap om samen in de wijken plek te creëren voor herstel en participatie van hun doelgroep. Vanuit +Home is bovendien de stichting **Versterk'tNetwerk** ingericht, waarmee Vitale Verbindingen graag samenwerkt in voorlichtingen over psychische aandoeningen. In deze voorlichtingen wordt de theoretische kennis van stagiaires Toegepaste Psychologie verbonden met de ervaringsdeskundigheid waarover Vitale Verbindingen beschikt.

- Met de organisatie **Indigo / preventieafdeling van Pro Persona** is al jarenlang een samenwerking ontstaan. Deze leidt er zelfs toe dat de samenwerking met de voormalige coördinator en preventiewerker na pensionering wordt voortgezet in vrijwilligerswerk. De samenwerking wordt intussen met de opvolgende coördinator voortgezet.
- Vitale Verbindingen is erkend als **aanbieder van Activerend Werk** en biedt ontwikkeltrajecten tot op niveau 4 van de participatieladder. Doorontwikkeling tot aanbieder van ontwikkeltrajecten tot (en met) niveau betaald werk wordt opgepakt in samenwerking met een externe partner die job-coaching kan bieden, terwijl Vitale Verbindingen de werkplek biedt. Op termijn wil Vitale Verbindingen ook zelf job-coaching bieden en bijvoorbeeld ervaringsdeskundigen begeleiden die binnen de instellingen een leerwerkplek vinden.
- De Gelderse organisatie **Woonzorgnet** heeft een locatie in Rheden en een locatie in/nabij het centrum van Arnhem. Vanuit deze organisatie vinden veel deelnemers/bezoekers hun weg naar Vitale Verbindingen. Ervaringsdeskundigen vinden en versterken elkaar over en weer.
- Vanzelfsprekend is er ook **samenwerking met de Sociale Wijkteams en met de Teams Leefomgeving**. Dit is niet in alle acht gebieden sterk ontwikkeld, omdat dit gezien de menskracht vanuit Vitale Verbindingen ook niet altijd waar te maken is. Waar Vitale Verbindingen veel bewoners heeft bereikt en kan inzetten als vrijwilliger of betaald medewerker, zien we ook een actievere samenwerking ontstaan. Dit vraagt aandacht en ondersteuning vanuit de wijkprofessionals.
- Met **MEE Gelderse poort** is in voorgaande jaren zeker samenwerking geweest, maar heeft dat afgelopen jaar een terugslag gehad. MEE Gelderse poort kiest een eigen richting wat betreft vorm (organisatieonderdeel ErvaarMEE) en inhoud van ervaringsdeskundigheid. Er is een verschil in focus vanuit ErvaarMEE en Vitale Verbindingen, die heel goed aanvullend op elkaar kan worden ingezet. Waar Vitale Verbindingen hetzelfde doet als ErvaarMEE kan dat zeker gezamenlijk worden opgepakt.
- **Samenwerking rond thema's** als eenzaamheid, suïcide, armoede, pestgedrag e.d. wordt vanuit verschillende kanten gezocht met Vitale Verbindingen. Het zijn ook bij uitstek thema's waarop Vitale Verbindingen ervaringsdeskundigheid in huis heeft en/of kan ondersteunen en faciliteren. Om aan alle vragen tegemoet te kunnen komen is een **groei in beschikbare metingen zeer belangrijk**. Vitale Verbindingen kan dit niet af met alleen de inzet van vrijwilligers.

3.4. Wijkschool en trainingen in 2020

Het is gelukt om voor de Wijkschool en de verbindende zomeractiviteiten in aanloop daar naartoe fondsen te werven. Er is een programma opgezet dat in Noord wordt uitgevoerd in De Nieuwe Hommel en Inloophuis Sint Marten en in Zuid in het Huis voor de Wijk in Malburgen, Immerlo. Dit met dank aan de Dullertsstichting en de provincie.

De training Ervaringswerker in de Wijk is nog net voor de lockdown afgerond met zes deelnemers die in 2019 al gestart waren. Voor 2020 staat er nog één training in de planning. Daarnaast is de training Honest Open Proud uitgevoerd. Dit is vanwege Corona online gebeurd.

4. Plan Vitale Verbindingen 2021

4.1. De welzijnsopdracht en samenwerkingen

Met betrekking tot de nota herijking van de welzijnsopdracht haakt Vitale Verbindingen aan op de pijlers maatschappelijke verbinding en zelf- en samenredzaamheid. Dit zijn bij uitstek de pijlers waar Vitale Verbindingen zich thuis voelt, en van waaruit Vitale Verbindingen 'en passant' ook bijdraagt aan de beide andere pijlers. De (vrijwillige en betaalde) medewerkers van Vitale Verbindingen vatten de kracht van Vitale Verbindingen als volgt samen:

- *Laagdrempeligheid: We zijn informeel en toegankelijk (in de wijk), waardoor de drempel laag is.*
- *Verwijzen en/of bevorderen zelfredzaamheid: We kunnen vanuit die rol mensen begeleiden naar de juiste hulp als dat nodig is of ze leren dit zelf te doen.*
- *Eigen kracht/zelfregie: Onze benadering is gericht op de hele mens en zijn/haar kracht en talenten, niet op beperkingen.*
- *Ruimte jezelf te zijn: Vitale Verbindingen maakt het mogelijk dat mensen zichzelf zijn en kunnen groeien. Je kunt binnen Vitale Verbindingen deelnemer en ook begeleider (facilitator) zijn.*
- *Stigma-doorbrekend: We werken stigma-doorbrekend, we kijken welke kwaliteiten er in de 'rugzak' zitten en wat je ermee kunt.*
- *We doen niet hetzelfde als de formele zorg, maar als we dat wel doen, doen we het samen.*
- *Onze kracht is dat we snel kunnen aansluiten als er problemen zijn. Als 'buren' zien we vaak eerder dat het misgaat met iemand, dan dat de formele hulpverlening dat ziet.*

Ook in 2021 zet Vitale Verbindingen haar kracht graag in met de producten zoals die ook in eerdere jaren beschreven zijn. Daarbij geven de medewerkers aan dat het binnen elk van die producten mogelijk blijft om de vier O's te onderscheiden: Ontmoeten, Ondersteunen, Ontwikkelen en Ondernemen. Dit is te zien als te onderscheiden rollen. De nadruk kan per persoon per product anders liggen. Zo kan het bijvoorbeeld voorkomen dat iemand een afnemer is van het product 'ondersteuning in herstel en participatie' en zich tegelijkertijd laat zien als 'ondernemer' in het product 'ontmoeting en activiteiten. Juist in de kruisbestuivingen ligt de kracht van Vitale Verbindingen.

Er zijn al veel samenwerkingen en Vitale Verbindingen blijft voortdurend uitkijken naar nieuwe samenwerkingen. In de Geitenkamp is Vitale Verbindingen onder meer betrokken bij 'Kracht op de Bult', in Sint Marten en Klarendal vinden partners elkaar gemakkelijk en versterken elkaar waar het kan. In Malburgen maakt Vitale Verbindingen deel uit van de Coalitie tegen Eenzaamheid. In Malburgen en Elderveld participeert Vitale Verbindingen in de proeftuinen 'Ernstig Psychiatrische Aandoeningen' van Onze Huisartsen. De insteek voor samenwerking is voor Vitale Verbindingen steeds gericht op versterken van herstelondersteuning en participatiemogelijkheden. De wijksschool is bij uitstek geschikt als basis voor (uitbreiding van) samenwerking met de diverse ggz-aanbieders en MEE Geldersepoort.

4.2. Ontmoeting en activiteiten 2021

Het zou prachtig zijn als elke wijk een Vitale Verbindingen herstel-community had, maar het vraagt jaren om de basis goed neer te zetten. Om een herstel-community te bouwen heb je een lange adem nodig, de praktijk is weerbarstig. Het gaat nu goed in Noord-West en Noord-Oost. In Malburgen (Immerlo) is Vitale Verbindingen aan het groeien. Vitale Verbindingen kiest ervoor om de laagdrempelige ontmoetingen en activiteiten op de drie plekken waar het nu goed loopt (De Nieuwe Hommel in Noord-West, De Beijer in Noord-Oost en het Huis voor de Wijk in Malburgen) nog verder te versterken. Plekken, die vertrouwd en herkenbaar zijn en vrije ruimte bieden zijn belangrijk voor de ontwikkeling van de herstel-community. Via de wijkschool (zie paragraaf 3.3 en 4.4) werkt Vitale Verbindingen aan zichtbaarheid en bereikt op die manier ook bewoners, wijkprofessionals en buurthuizen in andere wijken.

Waar Vitale Verbindingen mogelijkheden ziet, waar ook vanuit de wijk zelf behoefte gesignaleerd wordt en waar bewoners actief willen worden op dit gebied, zet Vitale Verbindingen graag ervaringsdeskundigheid in om te helpen bouwen aan inclusieve wijken.

In de begroting vragen we financiering van:

- Ontmoeting en activiteiten in en vanuit De Beijer (Noord-Oost) op maandag.
- Ontmoeting en activiteiten in en vanuit De Nieuwe Hommel (Noord-West) op dinsdag, woensdag en vrijdag.
- Ontmoeting en activiteiten in en vanuit Huis voor de Wijk (Malburgen) op donderdag.

Met name in De Nieuwe Hommel heeft Vitale Verbindingen een stedelijk bereik, maar ook op andere ontmoetingsplekken worden bezoekers uit andere wijken en omliggende gemeenten ontvangen.

In andere wijken zullen wij aansluiting zoeken op bestaande ontmoetingsplekken en -momenten en werken hierin zoveel mogelijk samen met ervaringsdeskundigen van andere organisaties, zoals MEE, Zorgbelang Inclusief, Rijnstad, Iriszorg, Woonzorgnet en Pro Persona.

‘Ontmoeting en activiteiten’ wordt voor het grootste deel uitgevoerd door vrijwilligers, die in herstel zijn van of zijn geweest van een (vaak ernstige) psychische aandoening. Zowel deelnemers/bezoekers als vrijwilligers van Vitale Verbindingen zijn mensen die in verschillende fasen van herstel zijn. Het kunnen doorlopen van deze fasen met een goede kwaliteit van leven wordt nagestreefd en mogelijk gemaakt door de inzet van ervaringsdeskundigen, die op hun beurt samenwerken met wijkbewoners en professionals. Ten behoeve van de kwaliteit en continuïteit van ontmoeting en activiteiten zetten we graag voor 10 % van de uren betaalde ervaringsdeskundigen in tijdens ontmoetingen en activiteiten, zowel voor Noord als voor Zuid te begroten op zeven-acht uur per week.

4.3. Ondersteuning in herstel en participatie 2021

Vitale Verbindingen is een herstel-community, een voorziening vergelijkbaar met de zelfregiecentra die in meerdere steden bestaan/ontstaan. Mensen in of na herstel van ggz-problematiek vinden hier peer-support, laagdrempelige inloop, trainingen, activiteiten et cetera, alles gericht op herstel en participatie. Vitale Verbindingen sluit aan op burgerinitiatieven en andere sociale voorzieningen in de

Arnhemse wijken en wordt voor het grootste deel gedragen door de (kwetsbare) mensen zelf. Daarmee sluit Vitale Verbindingen tevens aan op de ambulantisering van de ggz, waardoor we in de wijken te maken krijgen met meer kwetsbare mensen met soms hoog-complexe zorgvragen.

Vanuit doorleefde ervaring, kennis en deskundigheid kunnen ervaringswerkers van Vitale Verbindingen aansluiten op de vraag van de inwoner in welke van onderstaande 4 fasen deze zich ook bevindt:

- 1) Overweldigd worden door de aandoening.
- 2) Worstelen met de aandoening.
- 3) Leven met de aandoening.
- 4) Leven voorbij de aandoening.

De draaglast van de inwoner wordt onderkend en ervaringswerkers kunnen deze vanuit eigen ervaring invoelen, maar leggen de nadruk op talenten en mogelijkheden die betrokken zelf kan inzetten. Zij onderzoeken met de betrokkene welke kracht deze kan putten uit zijn eigen netwerk en helpen hem deze te vergroten. Zij zijn zelf het levende voorbeeld om te laten zien dat er hoop is op een betere toekomst. Het product 'ambulante begeleiding' (inkoop) wordt ingezet wanneer andere – meer laagdrempelige contacten – voor betrokkene niet toereikend zijn.

Vitale Verbindingen ziet herstel en participatie als twee kanten van dezelfde medaille: het een kan niet zonder het ander. Daarom werkt Vitale Verbindingen altijd vanuit het principe van wederkerigheid: "Wat kom je halen? Wat wil je brengen? Wat heb je te bieden, wat zijn je talenten? Wat heb je nodig om deze in te zetten?" Door deze aanpak kunnen mensen verschuiven in de fasen zoals hierboven weergegeven. Van deelnemer/bezoeker tot vrijwilliger ontwikkelt iemand zich bijvoorbeeld naar de fase van 'leven met de aandoening.' Een vrijwilliger is een ervaringswerker zodra deze de ervaring met een psychische aandoening (bewust) inzet, hij/zij kan leven met of voorbij de aandoening en kan anderen helpen in diens ontwikkeling naar herstel en participatie. Een ervaringsdeskundige heeft zelf ervaring met herstel tot het niveau van 'leven voorbij de aandoening' – wat wil zeggen dat de aandoening niet meer of veel minder bepalend is in het dagelijkse leven - en wil en kan deze ervaring op professioneel niveau inzetten.

De belangrijkste pijler van Vitale Verbindingen is 'activerend ontmoeten'; inwoners krijgen op een heel laagdrempelige manier de mogelijkheid om weer de deur uit te komen en actief te worden. Bij Vitale Verbindingen kun je aan de slag, niet alleen ondanks de uitdagingen die het leven je biedt, maar juist mét inzet van die uitdagingen. Uitgangspunt is dat iedereen kan bijdragen (bijvoorbeeld aan inclusieve, duurzame groene wijken). Doordat Vitale Verbindingen een groot netwerk heeft in Arnhem, kunnen inwoners vanuit Vitale Verbindingen ook weer heel makkelijk vervolgstappen zetten.

Inzet op herstel en participatie is altijd op maat van de individuele deelnemer/bezoeker, vrijwilliger en/of coachee (of cliënt). Hierbij zet Vitale Verbindingen sterk in op zelf- en samenredzaamheid. Binnen de community is op de eerste plaats sprake van onderlinge ondersteuning in gelijkwaardigheid. De meeste mensen die bij Vitale Verbindingen bekend zijn hebben te maken met meervoudige problematiek. Dit betekent onder meer dat trajecten vaak niet een rechte lijn van A naar B doorlopen, maar een grillig verloop kennen. De kracht van Vitale Verbindingen is dat ook de kwetsbaarheid er mag zijn.

Ondersteuning in herstel en participatie wordt in vijf vormen geboden:

1. Binnen de community is veelal sprake van onderlinge ondersteuning en/of peersupport. Dit ontstaat bijvoorbeeld tijdens de inloop of tijdens het werken in een teamverband.
2. Ervaringsdeskundige vrijwilligers ondersteunen een individuele bewoner. Dit ontstaat soms spontaan, maar vaker nog op verzoek van een wijkcoach, die de bewoner telefonisch of per e-mail (ed@vitaleverbindingen.nl) aanmeldt.
3. Er worden herstelwerkgroepen opgestart onder leiding van een ervaringsdeskundige coach. Deze groepen gaan na een bepaald aantal sessies zelfstandig verder.
4. Ervaringsdeskundige herstelcoaches kunnen door de wijkcoaches worden ingezet op ambulante begeleiding. Dit gebeurt sporadisch, bijvoorbeeld bij een inwoner die als zorgmijder bekend staat en (niet langer) formele hulpverlening over de vloer wil krijgen.
5. Een klein aantal inwoners heeft extra ondersteuning nodig om passende vervolgstappen te zetten en een bijdrage te leveren. Om deze inwoners goed te kunnen ondersteunen kan Vitale Verbindingen op verzoek van een wijkcoach een arrangement Activerend Werk inzetten.

In de begroting vragen we financiering van:

- Inzet van vrijwillige (ervaringsdeskundige) coaches.
- Inzet van betaalde (ervaringsdeskundige) coaches.
- Ondersteuning vanuit aandrijvend wiel (administratie, organisatie, netwerkontwikkeling etc).

4.4. Wijkschool en trainingen 2021

Training Ervaringswerker in de Wijk

Vrijwilligers die bij Vitale Verbindingen aan de slag willen, volgen vaak eerst de training Ervaringswerker in de Wijk. De training is door ervaringsdeskundigen ontwikkeld voor mensen die hun (ggz-) herstel-ervaring willen inzetten in de wijk. De training bestaat uit 5 blokken van 2 dagdelen. De inhoud van deze blokken is zorgvuldig opgebouwd: van het eigen verhaal, via ontdekken van talenten en valkuilen en het ontwikkelen van basale gespreksvaardigheden naar thema's als zelfregie en zelforganisatie bij inzet in de wijk. Dit werkt goed en sluit aan op verschillende niveaus.

In de begroting vragen we financiering van twee trainingen.

Daarnaast biedt Vitale Verbindingen een korte introductie cursus waar elke vrijwilliger van Vitale Vrijwilliger een basis krijgt en trainingen/groepen waarmee mensen meer de diepte in kunnen als zij dat willen. Hiervoor vragen we geen aparte financiering, maar nemen we mee in het activiteitenaanbod.

In het onderstaande bespreken we de plannen die Vitale Verbindingen heeft met de wijkschool en samenwerking rond de inzet van erkende trainingen. Hiervoor vraagt Vitale Verbindingen (op dit moment) van de gemeente geen financiële ondersteuning, maar zoekt graag ondersteuning bij het betrekken van de verschillende partijen waarmee Vitale Verbindingen wil gaan (of blijven) samenwerken.

Wijkschool Vitale Verbindingen

De Wijkschool is een programma dat wordt opgezet voor en door wijkbewoners met en zonder psychische kwetsbaarheid. Vitale Verbindingen heeft hiervoor in samenwerking met Indigo, De Bagagedrager en de Rozet subsidie aangevraagd bij de provincie en deze is toegekend. Binnen het kader van de toegekende subsidie voert de Wijkschool zowel in Arnhem-Noord als in Arnhem-Zuid tenminste één activiteit per twee weken uit, met in beide stadsdelen een kerngroep van 25 mensen. Andere wijkcentra, burgerinitiatieven en ggz-ervaringsdeskundigen kunnen hierbij aansluiten, zodat de wijkschool zich verder verspreid in de stad. Om dit te realiseren zullen ook professionals ingezet worden om met bewoners uit de wijken kennis te delen over bepaalde aspecten en psychische klachten. Zodat herkenning en acceptatie worden ontwikkeld.

De Wijkschool bevordert inclusie en eigen regie van wijkbewoners met/zonder een psychische aandoening. Activiteiten worden in onderlinge samenwerking uitgevoerd. En er nemen jaarlijks minimaal 50 deelnemers deel aan het structurele aanbod van de Wijkschool.

De activiteiten en hun doelstelling zijn drieledig:

- Activiteiten gericht op ontspanning en ontmoeting. Doelstelling is het zetten van stappen om überhaupt van huis weg te kunnen, achter de voordeur vandaan en in beweging te komen (deze zijn opgenomen onder Ontmoeting en activiteiten, paragraaf 4.2).
- Activiteiten die gericht zijn op meedoen en gericht op creativiteit of beweging, maar met onderliggende doelen richting herstel (deze vinden plaats op snijvlak van 'ontmoeting en activiteiten en wijkschool en hier kunnen per wijk/gebied aanvullende afspraken worden gemaakt).
- Activiteiten waarbij vaardigheden aangeleerd worden voor herstel. Bijvoorbeeld assertiviteit, omgaan met een laag inkomen, etc. Deze trainingen vragen een commitment van de deelnemers.

De geplande activiteiten van de Wijkschool zijn geconcentreerd in De Nieuwe Hommel en De Beijer voor Arnhem-Noord en het Huis voor de Wijk voor Arnhem-Zuid. Het aanbod van de Wijkschool laat zich gemakkelijk uitbreiden naar andere wijkcentra. Of en in welke mate dit gebeurt, laten we graag afhangen van de behoefte die betreffende teams leefomgeving en sociale wijkteams in kaart brengen. Vitale Verbindingen heeft de expertise in huis om samen met alle betrokkenen tot een gedragen plan per gebied te komen.

De Wijkschool is door de provincie toegekend tot juli 2021. Voor de periode daarna wordt een aanvraag ingediend bij ZON MW (in november krijgen we antwoord op de vooraanmelding). Vitale Verbindingen wil de Wijkschool structureel maken door deze op te tuigen als een netwerkorganisatie waarin burgerinitiatieven en professionele organisaties in gelijkwaardigheid bijdragen aan een structureel programma dat aansluit op de vragen en behoeften van wijkbewoners die te maken hebben met psychische aandoeningen en de stigma's en taboes die daarmee samenhangen.

Samenwerking rond uitvoering van erkende trainingen

In aansluiting op de activiteiten die Vitale Verbindingen via de Wijkschool aanbiedt, maakt Vitale Verbindingen graag doorstroom naar erkende trainingen mogelijk, zoals de training 'Honest Open Proud' (van Samen Sterk zonder Stigma en waarvoor voldoende gecertificeerde medewerkers binnen

Vitale Verbindingen), 'Welness Recovery Action Plan' (onder andere door RIBW AVV en Woonzorgnet aangeboden), 'Mental Health First Aid' (aangeboden door Indigo) etcetera. Het organiseren van een netwerk waarin dit mogelijk wordt gemaakt, is al langere tijd een wens waarvoor Vitale Verbindingen zich al eerder heeft ingezet binnen het zogenoemde netwerk 'Herstel in Uitvoering'. Dit netwerk voortzetten vraagt om een gedragen plan van meerdere partijen.

Voor het organiseren van een samenhangend aanbod van (herstelondersteunende) trainingen zou Vitale Verbindingen een beroep willen doen op de leefbaarheidsalliantie om een traject van community processing in te zetten. Een CP-traject houdt de volgende fasen in:

1. Kader stellende gesprekken met gemeente, Menzis, instellingen.
2. Voorbereidende gesprekken met alle betrokkenen.
3. Besluitvormingsbijeenkomst (2 procesbegeleiders voor een dag die 8 uur of meer kan duren; locatie waar alle betrokkenen ontvangen kunnen worden en/of mee kunnen praten).

Hiermee zouden we inzetten op een gedragen plan voor een eigentijdse herstelacademie.

Het gaat hierbij dus om een intensief traject. Maar dat is soms nodig om van veel gedoe naar een gedragen plan te komen! Hiervoor vragen we op dit moment dus geen financiering van de gemeente, maar wel vertrouwen en steun!

Nb. Voor de uitvoering van 2-3 trainingen Honest Open Proud zoeken we graag draagvlak bij een of meerdere Teams Leefomgeving.