



Vitale Verbindingen 2023

INHOUDSOPGAVE

1.	Inleiding	2
2.	Vitale Verbindingen	3
	2.1 Organisatie	3
	2.2 Professionalisering 2023 en verder	5
3.	Ontmoeting en activiteiten	6
	3.1 Buurthuis De Nieuwe Hommel	6
	3.2 MFC De Wetering	7
	3.3 De Fontein	7
	3.4 Project Ik hoor erbij!	8
	3.5 De Stapmaatjes	8
	3.6 Nieuwe activiteiten	8
4.	Ondersteuning in herstel en participatie	8
	4.1 Ondersteuning ervaringsdeskundigen	8
	4.2 Begeleiding	9
	4.3 Herstelwerkgroep	9
5.	WijkAcademie	10
	5.1 Training Ervaringswerker in de Wijk	10
	5.2 Honest Open and Proud (HOP) training	10
	5.3 Zomerschool	11
	5.4 WijkAcademie workshops	11
6.	Samenwerkingen	11

1. Inleiding

Vitale Verbindingen bestaat tien jaar. In april 2022 hebben we dat gevierd. Tegelijkertijd heeft Marjet Zeegers, de pionier en grondlegger van Vitale Verbindingen, afscheid genomen. Het was een feest van terugkijken én van vooruitzien naar de komende jaren. 2022 is een overgangsjaar, niet alleen omdat we een nieuwe trekker moesten zoeken en gevonden hebben. Ook symboliseert het afscheid van Marjet Zeegers de overgang van de pioniersfase naar een verdere professionalisering van Vitale Verbindingen. Deze overgang is mogelijk én nodig, omdat Vitale Verbindingen haar bestaansrecht op een bijzondere wijze bewezen heeft. Arnhem en Vitale Verbindingen hebben elkaar gevonden. Vitale Verbindingen is een erkende en gewaardeerde partner in Arnhem en dat uit zich in een structurele subsidie vanuit de gemeente Arnhem en veel verzoeken tot samenwerking vanuit diverse hoeken. Vitale Verbindingen bestaat door en voor mensen, die uit ervaring weten wat het is om ontwrichtende levenservaringen mee te maken, zoals bijvoorbeeld drugsverslaving, psychose of depressie.

Zoals gezegd willen we dat doen door meer professionalisering van Vitale Verbindingen. Dat betekent vooral versteviging en uitbreiding van het fundament van Vitale Verbindingen, zodat Vitale Verbindingen versterking kan bieden van de eigen doelen en van de plek in het gemeentelijk beleid. Tegelijk nodigt de gemeente ons uit onze bijdrage te leveren in een brede aanpak van maatschappelijke doelen van het Sociaal Domein.

De gemeente Arnhem wil daartoe de komende jaren een nieuw subsidiehuis bouwen, een proces waaraan Vitale Verbindingen graag en intensief wil meedenken en meewerken. Een uitdaging voor vele organisaties in de stad, en ook voor Vitale Verbindingen, is echter dat de gemeente zeker tot 2026 niet weet welke financiële mogelijkheden van rijkswege beschikbaar komen.

Voor de gewenste doorontwikkeling en professionalisering betekent dit dat Vitale Verbindingen voor de uitdaging staat de noodzakelijke voorwaarden te vinden. Toename van gemeentelijke subsidie is de komende jaren niet of nauwelijks mogelijk, de maatschappelijke vraag naar inzet van Vitale Verbindingen zal de komende jaren zeker groeien. Vitale Verbindingen wil het komende jaar (en ook de jaren daarna) deze uitdaging graag aangaan en met tal van andere organisaties de schouders eronder zetten!

18 oktober 2022

Marius Schoormans, voorzitter

2. Vitale Verbindingen

2.1 Organisatie

Vitale Verbindingen is op de eerste plaats een Arnhemse herstel community, een gemeenschap van mensen die in herstel zijn - of zijn geweest - van ontwrichtende omstandigheden zoals verslaving of (andere) psychiatrische kwetsbaarheid, armoede of eenzaamheid. Herstelervaringen worden ingezet om elkaar te helpen, te ondersteunen en te groeien. Participatie en inclusie is voor Vitale Verbindingen de dagelijkse praktijk. Het gaat bij ons niet om je specifieke 'rugzakje'. Bij Vitale Verbindingen ontdekken de mensen dat ze niet hun diagnose zijn, maar mens en onderdeel van de samenleving. Vitale Verbindingen is voor alle Arnhemse inwoners en wordt ook gevonden door mensen uit de regio.

Herstel gaat over het (leren) leven met een ontwrichtende aandoening, beperking of kwetsbaarheid. De mogelijkheden en kracht van de mens staan hierbij centraal, en niet de onmogelijkheden van de beperking, aandoening of kwetsbaarheid. Herstel is dan ook een individueel en persoonlijk proces, met als belangrijk streven het (weer) gaan functioneren in sociale rollen. Hierbij moeten we herstel steeds blijven zien als een proces dat niet altijd een afgebakende uitkomst heeft: herstellen is ook zeer goed mogelijk wanneer de aandoening niet geheel verdwijnt. Het gaat vooral over de acceptatie van kwetsbaarheden, problemen en beperkingen en een geleidelijke weg van 'patiënt-zijn' naar burgerschap.

Ieder herstelproces is een persoonlijk en individueel proces. Het gaat hierbij niet om een lineair proces. Soms zetten mensen de stap naar een voorgaande fase, een andere keer naar een volgende fase en soms zijn de fases nauwelijks te onderscheiden. Desondanks kan de indeling helpen om te begrijpen wat er gebeurt en om de ondersteuning beter af te stemmen op wat nodig is. Voor Vitale Verbinders¹ is het van belang dat zij dit proces onderkennen en leren om mensen de tijd en ruimte te geven om hierin hun eigen weg te vinden. In de literatuur en beroepspraktijk worden meerdere definities van de fases gebruikt. In deze module hanteren wij de vier fasen van Gagne (2004):

- Overweldigd worden door de aandoening. De ontredde en verwarring van de persoon staan op de voorgrond.
- Worstelen met de aandoening. De persoon kent nog steeds angst om overspoeld te worden door de aandoening, maar vraagt zich nu ook af hoe hij ermee verder kan leven.
- Leven met de aandoening. In deze fase beseft de persoon meer en meer dat hij in staat is om met de aandoening om te gaan.
- Leven voorbij de aandoening. De aandoening raakt steeds meer op de achtergrond.

Binnen Vitale Verbindingen is er de ruimte om deel te nemen aan het activiteiten aanbod ongeacht in welke fase van herstel men zit.

¹ Onder Vitale Verbinders worden alle mensen die betrokken zijn bij Stichting Vitale Verbindingen bedoeld (deelnemer, vrijwilliger, (betaalde) ervaringsdeskundige, beroepskracht)

Alle activiteiten en diensten worden **gedragen door** vrijwilligers, ondersteund vanuit (betaalde) ervaringsdeskundigen en het aandrijvend wiel. Het aandrijvend wiel bestaat uit de Coördinator Herstel Community, een financieel administrateur en een management assistent / ondersteuner communicatie/PR.

Vitale Verbinders vervullen vaak meerdere rollen; op het ene moment zijn zij deelnemer bij een activiteit en/of training, en op het andere moment zetten zij zich vrijwillig in ten behoeve van de herstel community. Tegelijkertijd is het belangrijk om een goede professionele standaard te hebben en verder uit te bouwen. Daarvoor vinden wij de inzet van betaalde ervaringsdeskundigen essentieel. Mensen komen en gaan. Er is een kern die blijft en die de boel bij elkaar houdt. Vanuit haar activiteiten draagt Vitale Verbindingen bij aan inclusieve gemeenschapsvorming in de verschillende wijken.

Bij Vitale Verbindingen wordt gewerkt vanuit de Asset Based Community Development. ABCD is het proces dat mensen samenbrengt om in hun buurt, wijk of dorp zelf en samen verandering teweeg te brengen. Werken vanuit ABCD is duurzaam werken aan sterke en verbonden gemeenschappen. Asset Based Community Development biedt het fundament voor community building. Vertrekpunt is alles wat er al in een gemeenschap aanwezig is aan gaven, vaardigheden en passies. En culturele, historische, economische en fysieke bronnen en middelen. Community building verbindt dit op een zodanige manier dat mensen in een gemeenschap alles wat er aanwezig is zelf gaan ervaren en benutten. Voor hun buurt, in relatie tot elkaar én in relatie tot professionele organisaties. Asset Based Community Development is het proces dat mensen samenbrengt om in hun buurt, wijk of dorp zelf en samen verandering teweeg te brengen. En dat zo de democratische kracht van een gemeenschap versterkt. Bij ABCD is, net als bij Vitale Verbindingen, iedereen welkom!

Vitale Verbindingen ontvangt steeds meer vragen vanuit de wijk, maar ook van professionals om mee te werken aan de opbouw van zogenoemde 'voorliggende voorzieningen'. Tevens is ook de individuele problematiek die in de wijken (deels) op het bordje van Vitale Verbindingen komt in toenemende mate ernstig en complex.

Vitale Verbindingen vervult graag een rol in het versterken van informele netwerken om de zelfregie van inwoners te versterken.

Zoals te zien in onderstaand figuur is Vitale Verbindingen te verdelen in drie lagen die elkaar nodig hebben. Deze 3 lagen worden verderop in de aanvraag verder beschreven en geven weer wat we in 2023 gaan doen.



2.2 Professionalisering 2023 en verder

Vitale Verbindingen bevindt zich op het punt van doorontwikkeling. Het is tijd om verder te professionaliseren en over te gaan tot kwalitatieve groei van de organisatie. Ruim negen jaar heeft pionier en oprichtster Marjet Zeegers zich met ziel en zaligheid ingezet om Vitale Verbindingen op te richten en uit te laten groeien tot een mooie vrijplaats waar iedereen zichzelf mag zijn. Tevens wordt de organisatie goed gevonden door collega organisaties op zowel lokaal, regionaal als landelijk niveau. De organisatie is uitgegroeid tot een mooie laagdrempelige plek waar iedereen welkom is en naar eigen kunnen een bijdrage mag en kan leveren aan de organisatie.

De tijd van pionieren is voorbij. Het is noodzakelijk om de zogenoemde fundering op orde te krijgen. Pas als de fundering op orde is kan je verder uitbouwen. Om de fundering op orde te krijgen is het van belang, om samen met Vitale Verbinders, een proces daarvoor in te gaan. Gelijk hebben we hier het knelpunt te pakken. De huidige financiële situatie maakt het niet mogelijk om dit proces goed vorm te geven en uit te voeren. De beschikbare uren voor de Coördinator Herstel Community zijn zeer krap om de organisatie in huidige vorm draaiende te houden, laat staan om een proces te ontwikkelen en uit te voeren om te komen tot kwalitatieve groei. Om deze reden is Vitale Verbindingen onder andere in gesprek met een fondsenwerver om te kijken of er mogelijkheden zijn om bij (stille) fondsen een 'overbruggingsfinanciering' aan te vragen. Een financiering die het mogelijk maakt om gezamenlijk aan de slag te gaan met zaken als een visietraject, deskundigheidsbevordering Vitale Verbinders, doorontwikkelen PR en communicatie, ontwikkelen vernieuwde organisatiestructuur en -cultuur en andere.

Tevens vindt Vitale Verbindingen het van belang dat er inzet is en blijft vanuit een Meewerkend Coach die in staat is om zowel deelnemers als vrijwilligers te coachen in hun rol bij Vitale Verbindingen, eigen herstel en in contact met elkaar. Er is vanuit de doelgroep hierover een duidelijke uitgesproken behoefte aan deze functie. De functie van Meewerkend Coach is voor een klein deel meegenomen in deze subsidieaanvraag, echter is dit onvoldoende inzet om recht te doen aan onze Vitale Verbinders. Mensen die aandacht en zorg verdienen en ruimte om zich te laten horen en ontwikkelen.

Herstel Dichtbij - samen voor mentale gezondheid, is een gezamenlijk driejarig programma van het Oranje Fonds en Mind voor initiatieven die ruimte bieden aan psychisch kwetsbare mensen om te werken aan hun eigen herstelproces. Het programma is begin 2022 gestart en er wordt jaarlijks met de deelnemers geëvalueerd en bekeken of het jaar erop er een vervolg aan wordt gegeven. Vitale Verbindingen is deelnemer van dit programma, samen met nog 29 andere herstel initiatieven uit heel Nederland. Het doel van het programma is dat iedereen die daar behoefte aan heeft dichtbij huis gebruik kan maken van een zelfregie- of herstel initiatief. Maar ook dat deze initiatieven meer kans krijgen op duurzame financiering. Als deelnemer wordt je ondersteund bij: financiële steun, kennisdeling, deskundigheidsbevordering, coaching en onderzoek. Daarnaast werken, experimenteren en leren we als Vitale Verbindingen binnen onze eigen praktijk, maar ook van andere deelnemers. Tijdens het programma loopt een evaluatieonderzoek mee om de impact van het programma als geheel, de opbrengsten voor de initiatieven en doelgroep in kaart te brengen en deze direct weer te delen met het veld.

Naast bovenstaande inzet blijft Vitale Verbindingen graag in gesprek met gemeente Arnhem om gezamenlijk te kijken naar mogelijkheden om de organisatie te professionaliseren alsook te continueren. Zo zijn er gebleken waardevolle activiteiten die Vitale Verbindingen al een aantal jaren uitvoert, maar die niet in de huidige beschikbare financiering passen en dus niet geborgd kunnen worden. Denk hierbij onder andere aan de Honest Open en Proud training, Project dakloze jongvolwassenen i.s.m. Pactum Jonahuis, Zomerschool en de WijkAcademie workshops. De afgelopen jaren zijn deze activiteiten gefinancierd door fondsen en sponsoring, echter is dit niet van structurele aard. Vitale Verbindingen is van mening dat de activiteiten bijdragen aan de fysieke en mentale fitheid van de Arnhemse inwoners en zou graag zien dat deze geborgd worden.

Zoals bovenstaande weergeeft zit Vitale Verbindingen in een doorontwikkeling evenals een situatie waarin het continueren van bestaande activiteiten van belang is.

3. Ontmoeting en activiteiten

Ontmoeting en activiteiten is de onderste laag van de piramide zoals te zien is in het figuur van hoofdstuk 2 op pagina 5. De ontmoeting en activiteiten vinden geïntegreerd plaats in de wijk en hebben aansluiting op en afstemming met burgerinitiatieven en (andere) partners in het sociale domein. Onze ontmoeting en activiteiten zijn gericht op en toegankelijk voor alle Arnhemse inwoners. Vitale Verbindingen wordt door de Arnhemse inwoners goed gevonden, ook door mensen uit de regio. Vitale Verbindingen draagt hiermee - als voorliggende voorziening - bij aan:

- verminderen eenzaamheid
- verminderen armoede
- verminderen (zelf-)stigma
- toename zelfvertrouwen en bijdrage aan de maatschappij
- suïcidepreventie

En daarmee aan het lerend vermogen van netwerken in GGz, sociale domein en burgerinitiatieven.

In 2023 is Vitale Verbindingen actief en zichtbaar aanwezig op drie locaties te Arnhem. Verschillende activiteiten gericht op ontmoeting en activiteiten vinden daar plaats. Al deze ontmoetingen en activiteiten worden **gedragen door** vrijwilligers, ondersteund vanuit ervaringsdeskundigen en aandrijvend wiel.

3.1 Buurthuis De Nieuwe Hommel

In De Nieuwe Hommel is Vitale Verbindingen een partner die niet alleen reuring brengt, maar ook gastvrijheid voor andere partners hoog in het vaandel heeft.

Vitale Inloop Noord/Pannenkoekinloop; elke woensdag op lunchtijd zijn tijdens de inloop overheerlijke pannenkoeken in verschillende varianten voor een zacht prijsje te koop. Een lekkere en leuke gelegenheid om laagdrempelig met elkaar een gesprek aan te gaan.

Vitale Inloop Noord/Soepinloop; elke vrijdag op lunchtijd vindt de eerste en nog steeds lopende inloop van Vitale Verbindingen plaats. Deze geniet inmiddels ruime belangstelling, vooral door de

heerlijke soep die wekelijks gratis wordt verstrekt aan de bezoekers. Iedere keer weer slaagt het horecateam erin om te verrassen met wéér een bijzonder soepgerecht.

Daarnaast maken de vrijwilligers op de dinsdag en donderdag voor bezoekers van Buurtcentrum De Nieuwe Hommel ook salades, hamburgers en taart.

Knutselinloop; elke vrijdagmiddag kan men samen met wijkgenoten creatief aan de slag. Men leert technieken delen ervaringen en leren mensen kennen. De knutselclub wordt begeleid door mensen die ervaring hebben op creatief gebied. Vaardigheid is niet het belangrijkste, sfeer en gezelligheid staan voorop.

Herstelclub; bij de Herstelclub kan men elke woensdagmiddag het hoofd leegmaken. Op creatieve wijze raken we luchtig onderwerpen aan, zoals eigenwaarde, vertrouwen, wie je bent en kunt zijn, je talenten, je grenzen, hoe je je thuis voelt. Dit doen we m.b.v diverse creatieve materialen.

Schaakclub; is er op iedere woensdagmiddag voor liefhebbers van schaken. Tijdens de inloop is er de mogelijkheid om op eigen niveau te schaken. Laagdrempelig en gezellig. De bezoeker hoeft geen goede schaker te zijn, plezier in het schaakspel staat voorop.

Computerinloop; elke dinsdagmiddag kan men terecht met allerlei vragen die betrekking hebben op het gebruik van je laptop, pc, tablet, smartphone etcetera. Bijvoorbeeld als het gaat om het versturen van een e-mail, het installeren van apps op je smartphone of het downloaden van informatie materialen. Men krijgt ook praktische tips die het gebruik van je pc (e.d.) makkelijker maken. De inloop is *niet* bedoeld voor (al te) technische vragen of voor reparatieverzoeken met betrekking tot je computer.

Naast bovenstaande activiteiten, welke zijn opgenomen in deze subsidieaanvraag, voert Vitale Verbindingen beheer en gastheerschap uit op alle dagen van de week. Hierover zijn afspraken gemaakt met Stichting De Nieuwe Hommel en dus niet opgenomen in deze subsidieaanvraag.

3.2 MFC De Wetering

De Vitale Inloop Geitenkamp op vrijdagochtend is er voor iedereen die mee wil doen of praten: met elkaar in gesprek over een (actueel) thema, voorlichting, creatief of iets anders wat de deelnemers willen doen.

3.3 De Fontein

De Vitale Inloop Zuid op iedere donderdagmiddag is er voor iedereen die mee wil doen of praten. Met elkaar in gesprek over een (actueel) thema, voorlichting, creatief of iets anders wat de deelnemers willen doen.

3.4 Project Ik hoor erbij!

*Het project **Ik hoor erbij!** richt zich op Arnhemse jongeren die psychische kwetsbaarheid hebben en die dak-thuisloos zijn of dreigen te worden. Deze jongeren hebben moeite met de terugkeer in de maatschappij. Ze weten niet waar ze moeten starten en waar ze hulp kunnen vragen en ontvangen. De jongeren ontvangen van vrijwillige ervaringsdeskundigen ondersteuning. Deze ondersteuning is gericht op activering en deelname in de wijk, versterken zelfbeeld, persoonlijk herstel, bewustwording van kwaliteit van leven en zingeving, omgaan met (zelf)stigma. Dit zodat zij de basis ontwikkelen om vervolgstappen te kunnen zetten in onze samenleving.*

3.5 De Stapmaatjes

Zowel in Arnhem Noord als Arnhem Zuid is er behoefte aan een maatje om mee op stap te gaan. Het maatje maakt verbinding met mensen die het gevoel hebben dat ze niet gehoord en/of begrepen worden.

3.6 Nieuwe activiteiten

Nieuwe activiteiten welke ontstaan vanuit de behoefte van de Vitale Verbinders middels de ABCD methode.

4. Ondersteuning in herstel en participatie

Ondersteuning in herstel en participatie is de middelste laag van de piramide zoals te zien is in het figuur van hoofdstuk 2 op pagina 5. Ondersteuning in herstel en participatie wordt bij Vitale Verbindingen op verschillende manieren vormgegeven. Door ervaringsdeskundigen, zo nodig op indicatie, maar ook onderling peer2peer² in dagelijks contact en/ of in herstelgroepen.

4.1 Ondersteuning ervaringsdeskundigen

Binnen Vitale Verbindingen vinden wij het van groot belang dat alle Vitale Verbinders deskundige begeleiding, ondersteuning en aandacht krijgen die zij verdienen en waar gebleken behoefte aan is. Om hier goede en kwalitatieve uitvoering aan te geven zijn er verschillende overlegmomenten/bijeenkomsten om met elkaar casuïstiek te bespreken. Zo kan men elkaar ondersteunen, motiveren, stimuleren en van feedback voorzien. Het is een vorm om 'te brengen alsook te halen'. We leren van elkaar. Zo komen de betaalde ervaringsdeskundigen eenmaal per maand bij elkaar samen met de Coördinator Herstel Community en de Meewerkend Coach. Zij zijn de eerste aanspreekpunten van de vrijwillige ervaringsdeskundigen en ontvangen handvatten om begeleiding en ondersteuning te bieden aan de vrijwillige ervaringsdeskundigen alsook de deelnemers.

Daarnaast komen de vrijwillige ervaringsdeskundigen eenmaal per maand bij elkaar samen met de betaalde ervaringsdeskundigen en Meewerkend Coach. De vrijwillige ervaringsdeskundigen staan in

² **Peercoaching** is een proces waarbij twee of meer professionals met elkaar samenwerken en reflecteren op de praktijk, nieuwe vaardigheden ontwikkelen, ideeën delen en met en van elkaar leren (Robbins, 1991)

nauw contact met de deelnemers van activiteiten en zijn ook maatjes van elkaar. Aan hen wordt actief voorafgaand de bijeenkomst opgeroepen om casuïstiek aan te leveren om gezamenlijk te bespreken en van elkaar te leren. Zo krijgt men handvatten om goede deskundige begeleiding en ondersteuning aan te bieden aan de deelnemers van verschillende activiteiten.

4.2 Begeleiding

Vitale Verbindingen heeft een raamovereenkomst met Inkoop Sociaal Domein om voor de gemeente Arnhem Activerend Werk en WMO Basisbegeleiding aan te bieden. Beide kunnen uitgevoerd worden als de persoon een indicatie heeft ontvangen.

Activerend Werk is een manier om Arnhemse inwoners vanaf zestien jaar tot aan de pensioenleeftijd te ondersteunen om te participeren in de samenleving. Deze inwoners kunnen bijvoorbeeld niet zelfstandig vrijwilligerswerk uitvoeren. Bij Vitale Verbindingen kan je een traject volgen om (weer) stappen te zetten richting werk. Onze Activerend Werk begeleider ondersteunt de mensen hierbij.

WMO basisbegeleiding houdt in dat de persoon met indicatie individuele ondersteuning door een ervaringsdeskundige ontvangt. De ervaringsdeskundigen van Vitale Verbindingen werken herstelgericht. Dat betekent dat zij een traject aangaan met de bewoner met specifieke doelstellingen en vanuit de vraag werken. Het is geen maatjescontact of beperkt tot samen een activiteit ondernemen. Er is binnen het coachingstraject wel ruimte voor gelijkwaardigheid en wederzijdse uitwisseling op basis van ervaringen, maar ervaringsdeskundigen werken met name vanuit een houding van breed en overstijgend inzicht op herstel.

Daarnaast zijn er ook mogelijkheden als een persoon geen indicatie heeft. Binnen Vitale Verbindingen zijn veel vrijwilligers werkzaam die samen met bewoners activiteiten kunnen en willen opzetten of bezoeken. Het maken van verbinding met elkaar en inclusief burgerschap staat hoog in het vaandel en daarbij helpen we graag eventuele belemmeringen weg te nemen die 'erbij horen' in de weg staan.

4.3 Herstelwerkgroep

Activiteit waar (nog) geen budget voor is:

De herstelwerkgroep is een thematische groepsbijeenkomst voor mensen die stappen willen zetten in hun herstel. Tijdens deze bijeenkomst gaan we met elkaar in gesprek over onze herstelervaringen en ondersteunen we elkaar bij het versterken van zelfregie, veerkracht en zelfvertrouwen.

5. WijkAcademie

DeWijkAcademie is de top van de piramide zoals te zien is in het figuur van hoofdstuk 2 op pagina 5. De WijkAcademie stoelt op principes van de lerende organisatie (beter nog: lerende netwerken) en 'leven lang leren'. Het is de educatieve pijler van Vitale Verbindingen en is gericht op inclusie, empowerment, verminderen (zelf)stigma, leren omgaan met anders zijn en talenten ontwikkelen.

Wijkbewoners, vrijwilligers en professionals geven vorm, inhoud en uitvoering hieraan. Het aanbod is niet alleen gericht op bewoners in herstel van een psychische kwetsbaarheid of andere vormen van een ontwrichtende situatie, maar ook op hun omgeving en de professionals die deze mensen ondersteunen. De dialoog en uitwisseling staat hierin centraal.

Het programma is tevens een brug naar het herstelaanbod van GGz-instellingen en verslavingszorg in Arnhem. En andersom kunnen deelnemers van het herstelaanbod van de GGz- instellingen uitstromen naar ons aanbod.

5.1 Training Ervaringswerker in de Wijk

Tijdens deze training leren de mensen hoe zijn hun eigen ervaringen, levensverhaal en kracht in kunt zetten voor zichzelf en anderen. De training biedt handvatten om stappen te zetten in het herstel vanuit de eigen passie. Men ontwikkelt praktische vaardigheden waarmee ze aan de slag kunnen gaan in de (eigen) wijk als ervaringswerker. Zelfregie en zelforganisatie vormen het uitgangspunt. Ook wordt er een basis geboden voor het leren vertellen van hun eigen (herstel)verhaal, het ontdekken van hun passies en talenten en het toepassen van gesprekstechnieken in de praktijk. De training Ervaringswerker in de Wijk, helpt men: een verdere stap te zetten in je eigen herstel, te verkennen of en hoe de eigen ervaring ingezet kan worden voor anderen, praktische vaardigheden op te doen om de ervaring functioneel in te zetten en aan de slag te gaan in de eigen wijk of gemeenschap om te bevorderen dat anderen met een soortgelijke ervaring als hen, ook kunnen meedoen.

Deze training is ontwikkeld door de ervaringsdeskundigen van Vitale Verbindingen. Deze training wordt geboden vanuit Vitale Verbindingen aan vrijwilligers en bewoners van Arnhem die aan de slag willen, of dit al zijn, binnen Vitale Verbindingen met het inzetten van eigen ervaringen waarbij men de eigen kwaliteiten en vaardigheden leren kennen en gebruiken.

De training bestaat uit twee dagdelen in de week voor vijf weken en een eindpresentatie met certificaat tijdens de terugkomdag.

5.2 Honest Open and Proud (HOP) training

HOP training is een kortdurende, effectieve training voor personen die kampen met (zelf)stigma ondersteunt in het maken van een weloverwogen keuze om wel of geen openheid te geven over hun psychische aandoening .

Doel: bewust een eigen keuze maken over openheid niet: pleiten voor openheid) - empowerment HOP is ontwikkeld door onderzoeksinstituut NAMI-Chicago onder leiding van Patrick Corrigan en Robert Ludin. In Amerika is de training geregistreerd als evidence based. Onderzoeken daar hebben

aangetoond dat de HOP-training mensen met een psychische aandoening enorm kan empoweren en het zelfstigma doet verminderen. De training is volledig vertaald naar de Nederlandse context. De HOP-training wordt gegeven door twee HOP-facilitators. Een facilitator is altijd een persoon die zelf ervaring heeft gehad met een psychische kwetsbaarheid. De training is populair en Vitale Verbindingen hanteert hiervoor een wachtlijst.

5.3 Zomerschool

De verbindende zomerworkshops zijn gericht op het opdoen van positieve herstel-ervaringen en vaardigheden om vanuit een ontwrichtende situatie opnieuw te kunnen deelnemen aan een inclusieve samenleving. Binnen de inclusieve samenleving staat het normaliseren van kwetsbaarheid centraal. De zomerschool is voor wijkbewoners, met name voor mensen die in herstel zijn - of zijn geweest - van ontwrichtende omstandigheden, hun naasten, hun eventuele professionele ondersteuners en buurt- en stadsgenoten.

De workshops zijn heel divers. Van theater- en zangactiviteiten tot creatieve workshops. Daarnaast zijn er workshops gericht op persoonlijke ontwikkeling, zoals 'Je eigen powerstory schrijven' en 'Het ontdekken van je eigen kwaliteiten'. De zomerschool duurt zes weken en vindt wekelijks een dagdeel plaats in zowel Buurtcentrum De Nieuwe Hommel te Arnhem Noord als in de Madser te Arnhem Zuid. Per dagdeel worden er twee workshops aangeboden.

5.4 WijkAcademie workshops

De workshops van de WijkAcademie zijn workshops met een verdiepingsthema en vinden het gehele jaar door plaats op verschillende locaties te Arnhem. Voor de workshops worden externe leiders gevraagd om hier invulling aan te geven alsook beroepskrachten van samenwerkingspartners. De workshops zijn te volgen voor alle Arnhemse bewoners alsook beroepskrachten uit het sociale domein.

6. Samenwerkingen

Vitale Verbindingen wordt door veel partners gevonden, zeker als het gaat om verwijzing van hun cliënten naar 'ontmoeting en activiteiten' als voorliggende voorziening.

Vitale Verbindingen werkt nauw samen met verschillende Arnhemse alsook regionale en landelijke organisaties. Denk hierbij aan onder andere het sociale wijkteam, teams leefomgeving, Rijnstad, Het Inloophuis, Stichting De Nieuwe Hommel als het om Arnhem gaat.

Daarnaast weten regionale en landelijke organisaties met aandacht voor herstel ons ook steeds meer te vinden. Dit om ervaringen uit te wisselen en van elkaar te leren alsook de vraag van inzet van onze ervaringsdeskundigen (meedenken, adviseren, geven van trainingen/workshops) bij hun organisatie/project.

Tevens werken wij samen met onderwijsaanbieders om studenten een leerplek te bieden waar zij zich kunnen ontwikkelen tot deskundige beroepskrachten binnen het sociale domein. Denk hierbij

aan praktijkopleidingen en maatschappelijke opleidingen als maatschappelijk werk, social work, creatieve therapie, ervaringsdeskundigheid