

## **Stichting Zorg en Zelfdoding, Jaarverslag 2014**

### **Inleiding**

Het inhoudelijk jaarverslag 2014 van de stichting Zorg en Zelfdoding, die verder in dit verslag wordt aangeduid als Z&Z.

Het jaarverslag is mede gemaakt voor de ANBI ter verantwoording van de niet commerciële activiteiten, donaties en bijdragen. Het verslag geeft een beeld van de wijze waarop de stichting in 2014 uitvoering gegeven heeft aan een deel van haar doelstellingen.

Het bestuur van Z&Z wenst u veel leesplezier toe.

## **1 - Bestuurlijke organisatie**

### **Beleidsplan**

Stichting Zorg en Zelfdoding is opgericht op 24 oktober 2013 en kwam voort uit een actieve werkgroep nabestaanden na zelfdoding die maandelijks bijeenkomsten organiseerden voor nabestaanden in de Zaanstreek waterland en omstreken.

Doelen en Strategie:

Organiseren van laagdrempelige maandelijkse nabestaanden bijeenkomsten; om nabestaanden een mogelijk te bieden om met lotgenoten te delen in hun rouw en verlies ervaringen. Belangrijke kerndoelen: bieden van steun, veiligheid, continuïteit en hoop.

Het organiseren van een jaarlijkse thema bijeenkomst voor nabestaanden, professioneels en anders betrokkenen. Met als doelen:

### **Bestuurlijke zaken**

Het bestuur vergaderde diverse malen en heeft een breed netwerk aan landelijke contacten.

De werkgroep Nabestaanden is intensief betrokken bij de voorbereidingen en evaluatie van de bijeenkomsten. Er zijn zeer actieve leden van de werkgroep die een uitstekende bijdrage leveren aan een gastvrije ontvangst.

## **2 - Inhoudelijk verslag**

### **Kennismakingsgesprekken.**

Voorafgaand aan de groepsbijeenkomsten volgt een uitnodiging waarin samen met de familie of deelnemers bekeken wordt of de verwachtingen en mogelijkheden aansluiten. Uitsluitings-criteria en overlap met therapieën worden duidelijk besproken met al dan niet een gewogen advies voor hulpverlening. Men is vrij om deel te nemen aan half-open groep waarin op professionele wijze begeleiding wordt gegeven aan rouw en ondersteuning.

### **Lotgenoten groep van nabestaanden na zelfdoding.**

Elke laatste zaterdag van de maand is er een lotgenotenbijeenkomst die voor iedere betrokkene toegankelijk is. De mensen die voor het eerst een bijeenkomst willen bezoeken, vragen wij om vooraf een afspraak te maken voor kennismakingsgesprek. De stichting wil deze lotgenotencontacten, zowel in groepsverband als individueel, waarborgen en mogelijk uitbreiden. De behoefte is groot en het aantal mensen dat in gezin of familie met zelfdoding te maken krijgt eveneens. Jaarlijks maken ongeveer 1700 mensen een eind aan hun leven. Gemiddeld heeft iedereen vijf intieme naasten (ouders, broers, zussen, kinderen, persoonlijke vrienden). Dat brengt al op ruim 4000 mensen per jaar die met dit verlies te maken krijgen. En dit verlies gaat nooit over en bij een groot aantal mensen blijft de behoefte aan lotgenotencontact vele jaren bestaan, soms altijd.

Gemiddeld bezoeken 18 tot 23 deelnemers de bijeenkomsten.

De data voor de bijeenkomsten worden in het jaar voorafgaand aan 2014 vastgelegd en op de website gepubliceerd.

### **JAARLIJKSE NABESTAANDENBIJEENKOMST DECEMBER 2014**

De Zelfhulpgroep Nabestaanden na zelfdoding Zaanstreek/Waterland en Omstreken organiseert op vrijdag 12 december aanstaande de jaarlijkse bijeenkomst voor nabestaanden van mensen die een einde aan hun leven hebben gemaakt (en eventueel ook andere belangstellenden).

Het thema van de middag luidt:

#### **VERDER.....**

Inleiding door Jannie Schuit-Lemstra, nabestaande en begeleidster Zelfhulpgroep

Lezing door **Anne Polet**, psychologe en ervaringsdeskundige

Anne Polet gaat in gesprek met de zaal.

eventueel terzijde gestaan door

Jannie Schuit, nabestaande en begeleidster van de Zelfhulpgroep Z/W

Siem Groot, nabestaande en begeleider van de Zelfhulpgroep Z/W

Hans van Dam, voorzitter van de Stichting Zorg en Zelfdoding Z/W

### **Bijzondere lezing in 2014**

De Stichting Zorg en zelfdoding organiseert lezingen over hun gedachtegoed en bijeenkomsten voor betrokkenen.

#### **Thema: DE DONKERE GLOED VAN DE FEESTDAGEN**

**Leven met een psychiatrische ziekte in donkere decemberdagen.**

De periode rond kerst en de jaarwisseling zijn voor veel mensen met een psychiatrische ziekte moeilijk. Velen hopen diep weg iets van een vertroostende warme gloed mee te krijgen, maar de werkelijkheid in hun leven is dat ze die niet kunnen ervaren. Iedereen praat over gezelligheid, maar zij vinden geen aansluiting en voelen zich daarin vaak onbegrepen. Menigeen voelt druk om toch vooral ergens heen

te gaan en raken hierdoor juist terneergeslagen of in verwarring. Een aantal komt zelfs gevaarlijk dichtbij een crisis of raakt daarin. In deze crisis denkt een aantal ook aan zelfdoding of gaat daartoe over. Psychiater Don Linszen spreekt deze middag over dit onderwerp. Hij was oprichter van de eerste kliniek voor jonge mensen met een eerste psychose in Amsterdam (AMC) en heeft veel ervaring met mensen met ernstige psychiatrische problemen. Momenteel is hij actief op het terrein van suïcidepreventie, ook in internationaal verband. Er is ruim gelegenheid tot bespreken van situaties met elkaar en Don Linszen.

### **Samenwerking met andere maatschappelijke organisaties en hulpverlening instanties:**

1. Zorg te bieden en deze te verbeteren na suïcidaliteit, verlies en rouw.
2. Door bekendheid met elkaars organisaties gebruik maken van elkaars kennis en expertise.
3. Landelijk overleg met diverse organisaties o.a. en samenwerking in de regio Amsterdam.

Als professional, hulpverlener en belangstellende, kunt u de verslagen van de lezingen opvragen via [lezing@zorgenzelfdoding.nl](mailto:lezing@zorgenzelfdoding.nl)