

Stichting Zorg en Zelfdoding, Jaarverslag 2015

Inleiding

Het inhoudelijk jaarverslag 2015 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 2015 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 maandelijks 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 20 tot 25 deelnemers de bijeenkomsten.

De data voor de bijeenkomsten worden in het jaar voorafgaand aan 2015 vastgelegd en op de website gepubliceerd.

JAARLIJKSE NABESTAANDENBIJEENKOMST DECEMBER 2015

De Werkgroep Nabestaanden na zelfdoding Zaanstreek/Waterland en Omstreken organiseerde op vrijdag 11 december 2015 de jaarlijkse bijeenkomst voor nabestaanden van mensen die een einde aan hun leven hebben gemaakt. Ook anders betrokkenen en belangstellenden zijn zeer welkom.

Onze gastspreker op deze middag is psychiater Saskia Palmen. Saskia Palmen is psychiater in het UMCU en verbonden aan de afdeling waar jongeren met een eerste psychose worden opgenomen. Zij heeft een aansprekende opvatting over haar taak. Centraal staat voor haar het leggen van contact. Dat begint bij het luisteren naar iemands verhaal, in gesprek gaan en proberen te begrijpen wat voor iemand zo onbegrijpelijk is. Daarnaast hecht zij sterk aan betrokkenheid van de naaste familie. Saskia Palmen doet haar werk anders dan menige collega en is een krachtig pleitbezorger voor een andere, warme psychiatrie. Het thema van de middag luidt: MEER BEGRIP – MEER RUST ?

Zelfdoding van een naaste laat nabestaanden achter met meer vragen dan antwoorden. Soms alleen maar vragen. Hoe heeft dit kunnen gebeuren? Wat was er in mijn kind, vader, broer, zus, partner, vriend dat zelfdoding onontkoombaar was? Of hadden we het toch kunnen voorkomen? En voor wie wel iets van een antwoord heeft, blijven ook nog veel vragen over. Bijvoorbeeld: hoe verder te kunnen met dit verlies? Bij wie kan ik terecht met mijn verhaal, mijn vragen, mijn machteloosheid? Psychiater Saskia Palmen verheldert op een toegankelijke manier een aantal achtergronden die mensen tot zelfdoding brengen. Meer begrip betekent vaak meer troost en daarmee meer rust, maar niet altijd en zeker niet onmiddellijk. Ook dit zal aan bod komen.

Opening door Jannie Schuit-Lemstra, namens Werkgroep Nabestaande

Korte inleiding door Hans van Dam, voorzitter Stichting Zorg en zelfdoding. Lezing door Saskia Palmen, psychiater

Saskia Palmen gaat in gesprek met de zaal. eventueel terzijde gestaan door Jannie Schuit, ervaringsdeskundige en begeleidster van de Zelfhulpgroep Z/W Siem Groot, ervaringsdeskundige en begeleider van de Zelfhulpgroep Z/W Hans van Dam, voorzitter van

de Stichting Zorg en Zelfdoding 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