



Stichting
Zorg en Zelfdoding

Jaarverslag 2020

Inleiding

Voor u is het inhoudelijk jaarverslag 2020 van de stichting Zorg en Zelfdoding. In dit verslag wordt aangeduid de Stichting Zorg en Zelfdoding aangeduid als StZeZ.

Het verslag geeft een beeld van de wijze waarop de stichting in 2020 uitvoering gegeven heeft aan activiteiten en een deel van haar doelstellingen.

Het jaarverslag is mede gemaakt ter verantwoording aan de ANBI-status voor onze niet commerciële activiteiten, donaties en bijdragen.

Het jaar 2020 is het jaar waarin het bestuur zich heeft ingezet om met name de groep nabestaanden, professioneel te begeleiden ondanks de Corona maatregelen. We zagen een afname van aanmeldingen en volgen daarmee de landelijke trend.

Het bestuur werd dit jaar versterkt met twee nieuwe bestuursleden. Het bestuur heeft zich intern ingezet om actief een groot deel van de administratie te actualiseren en verder professionaliseren. Daarnaast hebben zij zich ingezet om de positie van nabestaanden na zelfdoding binnen de hele zorgketen te versterken door samen te werken met andere maatschappelijke organisaties in de regio. Het jaarverslag 2020 is opgedeeld in; bestuurlijke organisatie en inhoudelijke verslaglegging van StZeZ.

Het bestuur van StZeZ wenst u veel leesplezier toe.

1 - Bestuurlijke organisatie.

Beleidsplan

In 2020 is het beleidsplan richtinggevend geweest op basis van de haalbare activiteiten en de landelijke bijeenkomsten. StZeZ is samengesteld door nabestaanden, onbezoldigde bestuursleden met gekwalificeerde vrijwilligers voor organisatietaken. Het beleidsplan is geldig tot 2021.

AGV

De Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG) is een Europese regelgeving en per 25 mei 2018 is de Wet bescherming persoonsgegevens in werking getreden. De administratie en persoonsgegevens zijn dientengevolge aangepast. StZeZ voldoet hiermee aan de voorwaarden van de Europese regelgeving. Borging van de gegevens die noodzakelijk zijn voor de nabestaandegroep worden in een kennismakingsgesprek besproken en dienen om de continuïteit van de groep te waarborgen.

Vrijwilligersovereenkomst stichting Zorg en Zelfdoding

Het bestuur heeft een verklaring opgesteld die als richtlijn geldt zowel voor het bestuur als vrijwilligers van StZeZ. Aan het vrijwilligerscontract is een ethische code verbonden. Deze ethische code dient als richtlijn voor het handelen binnen de stichting en als kader voor de Nabestaandegroep. Met deze kunnen we op professionele wijze deelnemen in de ketenzorg voor nabestaanden.

Missie en Visie: Deze zijn in 2020 verder uitgewerkt en als het volgt verwoord:

Missie :

StZeZ is vanaf 2013 actief, professionele vrijwilligers voeren persoonlijke en groeps gesprekken met nabestaanden die dierbaren door zelfdoding hebben verloren. Deze gesprekken zijn broodnodig, door de jaren heen is gebleken dat het delen van ervaringen met mensen die een soortgelijk verlies hebben geleden, troostend en heilzaam werkt. Nabestaanden hebben een verhoogd risico op zelfdoding. We willen "rouw na zelfdoding" binnen alle groepen van de samenleving beter bespreekbaar maken en daarmee het mogelijke "zwijgen" ofwel taboe doorbreken. Welkom zijn nabestaanden na zelfdoding in de brede zin van het woord: familie, vrienden, collega's, leraren, hulpverleners en vertrouwenspersonen. Met elkaar en voor elkaar. Nabestaanden dienen meegenomen te worden in landelijke kaders bij beleidsadviezen en daarmee een definitieve positie in te nemen bij nieuwe wetgeving en bij de diverse levens- of maatschappelijke beleidsterreinen. Wij gaan ervan uit dat rouw en verdriet universeel is en mensen niet onderscheid. De taal, etnische achtergrond en uitingsvormen zijn verschillend.

Visie: Wat willen we nu en voor de toekomst?

- ✓ Ruimte bieden voor het gesprek, rouw na zelfdoding. Rouw na zelfdoding kent een begin maar geen eind. Het rouwen is een levenslang, sociaal en interactief proces waarin gezocht wordt naar betekenisgeving, groei en verbinding;
- ✓ Structurele inzet op laagdrempelige–deskundige- opvang van nabestaanden en samenkomsten zoals symposia (met als doelstelling: beschikbaar in alle gemeenten);

- ✓ Preventieaanpak door inzet van ervaringsdeskundigen–kennisinstrumentarium- en meer samenwerking en structurele communicatie met en tussen (zorg)partijen;
- ✓ Kennisontwikkeling rondom psychiatrische ziekten, met bijzondere aandacht voor vaak 'vergeten' aspecten (bijdragen aan innovatie, ontwikkeling);
- ✓ Ontwikkelen en ondersteunen van een krachtiger positie van patiënt en familie in de zorg;
- ✓ Ontwikkelen en ondersteunen van verdere ontwikkeling van kennis over zelfdoding, voortekenen van zelfdoding en de problematiek en noodzakelijke opvang en begeleiding van mensen in nood;
- ✓ Ontwikkeling van een protocol / handreiking hoe naasten c.q. betrokkenen te behandelen na een zelfdoding;
- ✓ Ondersteuning van debat, onderzoek en nieuwe mogelijkheden;
- ✓ Door samenwerking meer mogelijk maken, realiseren, rondom zorg en opvang van nabestaanden en inzet op preventie (jong tot oud).

Donatiebrief.

StZeZ ontvangt op dit moment (nog) geen subsidie voor haar activiteiten in de Zaanstreek-Waterland en in bredere omgeving. Zij is afhankelijk van donaties. Ten behoeve van donateurs en organisaties die belangstelling hebben voor de activiteiten en werkwijze van de stichting is een Donatiebrief opgesteld. Dit document is toegevoegd aan de website van StZeZ. De donateurs ontvangen één maal per jaar een brief in het kader van de ANBI-erkenning.

Bestuur ondersteuning.

Het bestuur heeft op 12 maart 2020 een brainstormsessie georganiseerd.

Het doel van deze bijeenkomst was; is een netwerk van diverse professionals te creëren die StZeZ willen helpen ondersteunen op het gebied van:

- ✓ Het volgen van wetenschap en maatschappelijke ontwikkeling willen.
- ✓ Bestuur ondersteuning bij het werven van fondsen of subsidie aanvragen.
- ✓ Ondersteuning bieden bij de begeleiding van de nabestaande groep en thema's voortkomend uit deze groep.

Als vervolg op deze brainstorm bijeenkomst hebben twee nieuwe bestuursleden zich aan de stichting verbonden. Ondersteuning van de Nabestaandengroep en mandatering van het bestuur voor deze activiteiten zullen in 2021 worden voortgezet.

2 - Inhoudelijk verslag.

Nabestaanden na zelfdoding. 12 x per jaar groepsbijeenkomst.

Elke laatste zaterdag van de maand is er een lotgenotenbijeenkomst die voor iedere nabestaande na zelfdoding toegankelijk is. De groepsbijeenkomsten is een open/doorlopende groep, d.w.z. dat nabestaande zelf aangeven te willen deelnemen en enig moment te eindigen. Deze bijeenkomsten worden geleid door twee ervaringsdeskundige professionals op het gebied van rouw en verlies.

De stichting wil deze lotgenotencontacten, zowel in groepsverband als individueel, waarborgen en waar mogelijk uitbreiden. De behoefte is groot en het aantal mensen dat in

gezin of familie met zelfdoding te maken krijgt eveneens. Jaarlijks beëindigen ongeveer 1800 mensen hun leven door zelfdoding. Gemiddeld heeft een ieder vijf intieme naasten (ouders, broers, zussen, kinderen, persoonlijke vrienden). Dit betekent dat ruim 4000 mensen per jaar met dit verlies door een zelfdoding te maken krijgen. Uit wetenschap en ervaring blijkt dat dit verlies in hun verder leven blijvend meegaat. Bij een groot aantal mensen blijft de behoefte aan lotgenotencontact vele jaren bestaan.

Gemiddeld bezoeken 12 tot 20 deelnemers de groepsbijeenkomsten. Dit jaar 2020 vonden er in de maanden maart t/m juni geen groepsbijeenkomsten plaats. En na de maand juli daalde het aantal deelnemers (nabestaanden) ten gevolge corona maatregelen.

De data voor de bijeenkomsten worden op de agenda/website gepubliceerd. Via het contact formulier op onze website kunnen nabestaanden zich aanmelden voor deelname.

Kennismakingsgesprekken/ individuele begeleiding.

De mensen die voor het eerst een nabestaanden bijeenkomst willen bezoeken, nodigen wij vooraf uit voor kennismakingsgesprek. In dit gesprek wordt er samen bekeken of de verwachtingen en mogelijkheden van deelname aan de bijeenkomsten aansluiten. Indien samen besloten wordt dat deelname passend is, dan is men vrij om deel te nemen aan de groepsbijeenkomsten.

In januari 2020 is mede de uitwisseling gestart voor individuele begeleiding bij nabestaanden thuis door Humanitas. Deze werkwijze is een uitstekend aanbod en aanvulling op de doelstelling van StZeZ. Helaas is er door de corona maatregelen de samenwerking nog niet tot stand gekomen.

Themabijeenkomsten, mini symposia.

Elk jaar organiseert de StZeZ een grote bijeenkomst voor nabestaanden, professionals en andere belangstellenden.

Symposium “Houdt het ooit op? – Rouwverwerking onder jong en oud

Op 11 december 2020 vond bovenstaand symposium plaats in “de Ontmoeting” te Zaanwijk. Rouw is een intens proces dat iedereen meemaakt die een dierbare heeft verloren.

Nabestaanden die een dierbare verloren hebben door zelfdoding blijven ook nog vaak achter met onbeantwoorde vragen die de verwerking van de rouw bemoeilijken. Hoe verschillend die rouw voor een ieder ook is, zeker is dat die niet aan een bepaalde leeftijd gebonden is. Daarom is er op dit symposium grote aandacht besteed naast verwerking van rouw ook ruime aandacht aan rouw onder jongeren.

Op dit symposium spraken voor ons twee keynote-sprekers;

- Dr. Marianne Snijdewind, universitair docente Medische Ethiek aan het Amsterdam UMC.

Marianne Snijdewind doet momenteel onderzoek naar rouwverwerking onder nabestaanden die iemand hebben verloren door zelfdoding of na euthanasie bij ondraaglijk geestelijk lijden. Door dit onderzoek hoopt zij de overeenkomsten en verschillen in rouwverwerking duidelijker te kunnen beschrijven. Met deze onderzoek resultaten zou de begeleiding in rouwverwerking kunnen worden verbeterd.

- Milou Gevers, documentairemaakster en ervaringsdeskundige. Zij studeerde onlangs af aan de Nederlandse Filmacademie, Amsterdam met haar documentaire “Waarom bleef je niet voor mij?” waarin zij vier kinderen vragen stelt die zij destijds zelf niet kreeg. Met deze bekroonde documentaire vraagt zij aandacht voor rouw onder kinderen en hoopt zij het taboe op zelfdoding te doorbreken.

Door Corona-maatregelen ten gevolge van Covid -19 was er een beperkte groep aanwezig. Omdat voorheen onze symposia altijd door 80 tot 100 deelnemers werd bezocht is er dit jaar voor gekozen om deze bijeenkomst ook via een live-stream kanaal online aan te bieden. Na afloop bleek dat er 29 deelnemers in de zaal aanwezig waren en dat er 97 deelnemers die via de live-streaming de bijeenkomst hebben bijgewoond.

Na de lezing werd de live-stream nog eens door 174 personen bekeken. De video boodschap van mw. Natasja Groothuismink, wethouder Zorg en Welzijn Gemeente Zaanstad, werd naderhand 37 maal bekeken. Het succes van deelnemers en bezoekers heeft onze verwachtingen dit jaar overtroffen.

Programma;

13.00 uur Cunera Brugman, welkomstwoord namens het bestuur

13.10 uur Dr. Marianne Snijdewind – over haar nog lopende onderzoek

14.20 uur Milou Gevers – ‘Waarom bleef je niet voor mij?’

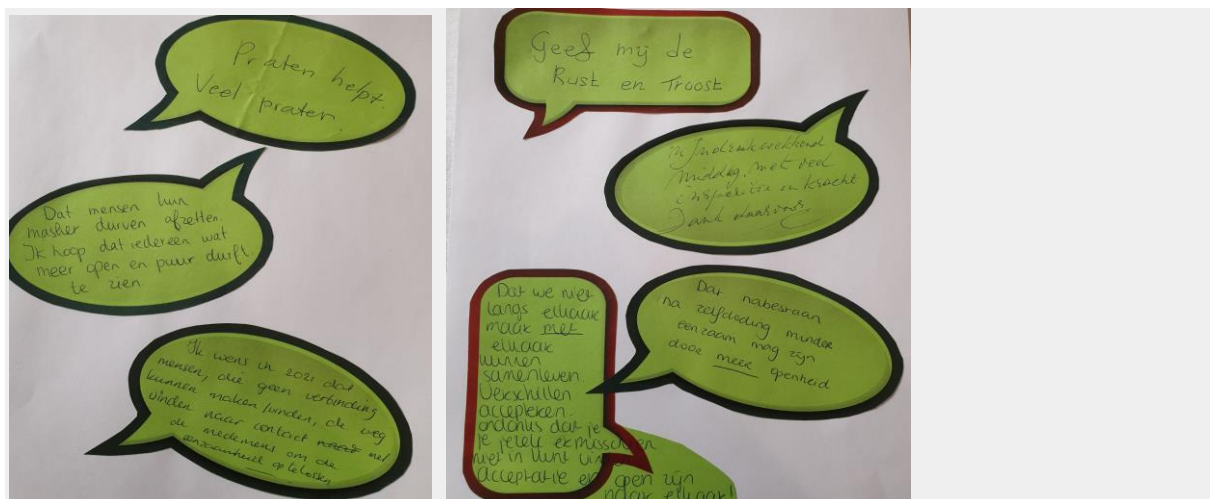
15.20 uur Nagesprek met Marianne Snijdewind en Milou Gevers en deelnemers

16.10 uur Sluiting

Dagvoorzitter: Marian van Vliet, bestuurslid van de Stichting Zorg & Zelfdoding



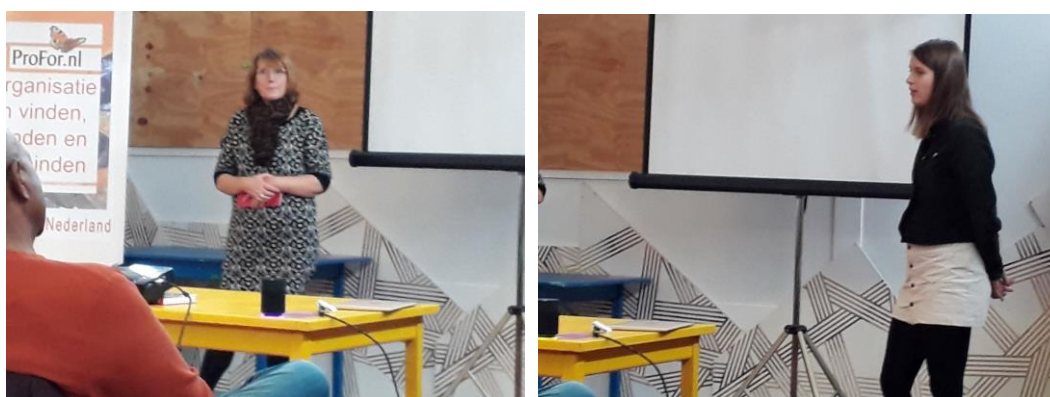
Nadien zijn er door deelnemers reacties beschreven op de groene afbeeldingen. **Zie de foto's**



Met, voor en door nabestaanden werd deze middag als bijzonder ervaren.

Ook zijn er op 15 oktober en 26 november 2020 in samenwerking met de stichting ProFor, Stadsdorp Goud en de Politie Amsterdam-Zuidoost twee bijeenkomsten georganiseerd in Amsterdam-Zuidoost. Op de locaties No-Limit (15-10-2020) en Lola Buitenpost, Amsterdam Zuidoost (26-11-2020).

In beide bijeenkomsten werd er een verdiepingsgesprek / dialoog gehouden met de aanwezigen naar aanleiding van de filmdocumentaire "Waarom bleef je niet voor mij"?



Voor de vierde maal werd in samenwerking met stichting ProFor en stichting Zorg en Zelfdoding en met ondersteuning van Stadsdorp Goud een middag gesproken over zelfdoding en de gevolgen ervan.

De samenwerking en dienstbaarheid aan de bevolking van Amsterdam=Zuidoost zijn verbindend en overstijgend in deze samenleving.

Samenvatting van deze twee bijeenkomsten:

Nabestaande die op jonge leeftijd een ouder verliezen door zelfdoding zijn kwetsbaar en kunnen in een overlevingsmodus en isolement raken omdat begeleiders, onderwijzers en zorgmedewerkers veelal onbekend zijn met gesprekken over deze precare onderwerpen. Na jaren later komt naar buiten wat voor kinderen juist normaal is door niemand wordt gevraagd. Kortom rouw en specifieke rouw bij kinderen met een ouder overleden door zelfdoding blijft veelal onbesproken (ook nu nog anno 2020). Door de vertoning van het

filmdocument ontstond in het nagesprek het bewustzijn dat hier lessen uit vallen te leren, voor families, hulpverleners, politie, leerkrachten en schoolbegeleiders en iedereen die wil werken aan het welzijn van kinderen. De kinderen in de film willen geen medelijden maar medeleven. Milou Gevers en de filmcrew hebben met dit filmdocument een lans gebroken voor deze groepen. “Waarom bleef je niet voor mij”?.

Milou Gevers, documentairemaakster en ervaringsdeskundige. Zij studeerde onlangs af aan de Nederlandse Filmacademie te Amsterdam met haar documentaire “Waarom bleef je niet voor mij?” waarin zij vier kinderen vragen stelt die zij destijds zelf niet kreeg. Met deze bekroonde documentaire vraagt zij aandacht voor rouw onder kinderen en hoopt zij het taboe op zelfdoding te doorbreken.

<https://www.youtube.com/watch?v=QKThRLmkEfQ> (trailer)

De gesprekken tussen de aanwezigen verliepen met zeer veel respect naar elkaar waarbij een ieder in zijn of haar waarde werd gelaten en er zeer goed naar elkaar werd geluisterd en men elkaar waardevolle aanvullingen kon geven.



Samenwerking met andere maatschappelijke organisaties en hulpverlening instanties:

1. Deelname Stuurgroep suïcidepreventie Zaanstreek/- Waterland.
Overleg en kader bieden voor het verbeteren van preventie voorafgaand en na suïcide.
2. Op verzoek van de geneesheer- directeur van PGB Parnassia zijn gesprekken gestart met de Crisisdienst voor verbetering van Ketenzorg.
3. Met twee stichtingen zijn er in Amsterdam- Zuidoost twee bijeenkomsten georganiseerd rond het thema nabestaanden en uitwisseling van informatie met professionals en een politiekorps Amsterdam.
4. Het landelijk overleg van StZeZ met de andere Stichtingen/Lotgenotengroepen van Nabestaanden.
5. Het delen van informatie met vragen, expertise, doorverwijzingen etc.etc.
6. Jaarlijks rapportage en overleg Gemeente Zaanstad en omliggende gemeente in de GGD regio Zaanstreek/ Waterland..

Als professional, hulpverlener en belangstellende, kunt u de verslagen van de lezingen opvragen via contact@zorgenzelfdoding.nl