



Stichting
Zorg en Zelfdoding

Jaarverslag 2023

Inleiding

Voor u ligt het inhoudelijk jaarverslag 2023 van de stichting Zorg en Zelfdoding. In dit verslag wordt de stichting aangeduid als StZeZ.

Het verslag geeft een beeld van de wijze waarop de stichting in 2023 uitvoering gegeven heeft aan haar activiteiten en een deel van haar doelstellingen.

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

Het jaar 2023 is het jaar waarin het bestuur zich zoals altijd heeft ingezet om met name de groep nabestaanden na een zelfdoding van een dierbare in hun omgeving op deskundige wijze te begeleiden en vooral de samenwerking met andere nabestaandenorganisaties te intensiveren in de hoop zo de nazorg aan nabestaanden te verbeteren.

Het bestuur heeft zich intern ingezet om de administratie te actualiseren en te professionaliseren. Daarnaast heeft het zich ingezet om de positie van nabestaanden na een zelfdoding van een naaste binnen de hele zorgketen te versterken door samen te werken met andere maatschappelijke organisaties in de regio. Het jaarverslag 2023 is opgedeeld in een hoofdstuk bestuurlijke organisatie en een hoofdstuk inhoudelijke verslaglegging.

Het bestuur van StZeZ wenst u veel leesplezier toe.

1 – Bestuurlijke organisatie.

Beleidsplan

Het beleidsplan is geldig tot 2025. In 2022 is het beleidsplan richtinggevend geweest op basis van de haalbare activiteiten en de landelijke bijeenkomsten. Het beleidsplan is geldig tot 2025.

Bestuur

StZeZ bestaat uit nabestaanden, onbezoldigde bestuursleden en gekwalificeerde vrijwilligers voor organisatietaken.

Wij hebben dit jaar afscheid moeten nemen van ons bestuurslid Siem Groot op 4 juli jl. We ervaren dit als een buitengewoon groot verlies.

Christa van Houten is toegetreden tot ons bestuur, waarmee we erg blij zijn.

AGV

De Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG) is Europese regelgeving en per 25 mei 2018 is de Wet Bescherming Persoonsgegevens in werking getreden. De administratie en persoonsgegevens zijn dienstengevolge aangepast. Borging van de gegevens die noodzakelijk zijn voor de nabestaandegroep worden in een kennismakingsgesprek met nabestaanden gegarandeerd. StZeZ voldoet hiermee aan de voorwaarden van de Europese regelgeving.

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. Hiermee kunnen we op deskundige wijze deelnemen aan de zorg voor nabestaanden.

Missie en Visie

Deze zijn in 2021 uitgewerkt en als volgt verwoord:

Missie:

StZeZ is vanaf 2013 actief. Deskundige vrijwilligers voeren persoonlijke - en groepsgesprekken 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. Onder nabestaanden bestaat er een verhoogd risico op dat zij uit het leven stappen. We willen "rouw na zelfdoding" binnen alle groepen van de samenleving beter bespreekbaar maken en daarmee het "zwijgen" ofwel taboe doorbreken. Welkom zijn nabestaanden in de brede zin van het woord: familie, vrienden, collega's, leraren, hulpverleners en vertrouwenspersonen. Met elkaar en voor elkaar. De ervaringen van nabestaanden dienen meegenomen te worden bij het opstellen van landelijke kaders van beleidsadviezen op levensbeschouwelijk en maatschappelijk terrein en zelfs van wetgeving. Wij gaan ervan uit dat rouw en verdriet universeel zijn en mensen niet van elkaar laten onderscheiden. De taal, etnische achtergrond en uitingvormen kunnen wel verschillend zijn.

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 en deskundige opvang van nabestaanden.

- ✓ Organiseren van samenkomsten zoals symposia, themamiddagen en lezingen (met als doelstelling: zelfdoding en rouw na zelfdoding bespreekbaar maken voor een breder publiek).
- ✓ Preventieaanpak door inzet van ervaringsdeskundigen – kennisinstrumentarium – en meer samenwerking en structurele communicatie met en tussen (zorg)partijen.
- ✓ Up to date blijven in de kennisontwikkeling rondom psychische kwetsbaarheid en ziekten, met bijzondere aandacht voor vaak 'vergeten' aspecten (bijdragen aan innovatie).
- ✓ Ontwikkelen en ondersteunen van een krachtigere positie van patiënt en naasten (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.
- ✓ StZ&Z heeft bijgedragen aan de totstandkoming van de handreiking hoe naasten c.q. betrokkenen te handelen na een zelfdoding; (Zie Adviesnota NESP Netwerk Ervaringsdeskundigen Suïcide Preventie).
- ✓ Ondersteuning van debat, onderzoek en nieuwe mogelijkheden.
- ✓ Door samenwerkingen met andere nabestaandenorganisaties, 113, Slachtofferhulp Nederland en Mind meer mogelijk maken rondom zorg en opvang van nabestaanden en preventie.

Donaties

StZeZ is ieder jaar aangewezen op een donatie van GGZ-instelling Parnassia van € 1000,- en op donaties van nabestaanden. Op termijn kan dit tot financiële problemen leiden. Het vinden van nieuwe donateurs is daarom voor de nabije toekomst een speerpunt voor StZeZ.

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 eenmaal per jaar een brief in het kader van de ANBI-erkenning.

Bestuurstaken.

- ✓ Ondersteuning bieden bij de begeleiding van de nabestaande door middel van kennismakingsgesprekken en groepsbijeenkomsten en thema's voortkomend uit de groepsbijeenkomsten.
- ✓ Organiseren van regionale thema- en informatiebijeenkomsten en/of lezingen.
- ✓ Zitting nemen in regionale en landelijke overlegstructuren die de positie van nabestaanden na zelfdoding versterken.
- ✓ Het volgen van wetenschappelijke en maatschappelijke ontwikkelingen.
- ✓ Fondsenwerving en/of subsidie aanvragen t.b.v. uitvoeren van de door ons gestelde taken.
- ✓ Ten minste 6 x per jaar vergaderen waarbij taken, voortgang en afspraken worden besproken.
- ✓ Uitvoeren en verantwoording van secretariële en financiële administratie.

2 – Inhoudelijk verslag.

Nabestaanden na zelfdoding - groepsbijeenkomsten

Elke laatste zaterdag van de maand is er een lotgenotenbijeenkomst die voor iedere nabestaande toegankelijk is. De groepsbijeenkomsten zijn een open en doorlopende groep d.w.z. dat nabestaanden zelf bepalen te willen deelnemen en op enig moment te stoppen. De 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 eenieder vijf intieme naasten (ouders, broers, zussen, kinderen, persoonlijke vrienden). Dit betekent dat ruim 9000 mensen per jaar met dit verlies door zelfdoding te maken krijgen. Uit wetenschappelijk onderzoek en de praktijk blijkt dat dit verlies in hun verdere leven blijvend meegaat. Bij een groot aantal mensen blijft de behoefte aan lotgenotencontact vele jaren bestaan.

Gemiddeld bezoeken 8 tot 12 deelnemers de groepsbijeenkomsten.

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

Kennismakingsgesprekken en individuele begeleiding.

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

Themabijeenkomsten, mini-symposia.

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

Een vervolg op de Themabijeenkomst van 9 december 2022 waarbij we de documentaire “Mijn Grote Broer” van Mercedes Stalenhoef hebben getoond, zijn wij als stichting in 2023 tweemaal uitgenodigd om samen Mercedes Stalenhoef en de familie, nagesprekken bij te wonen na vertoning van deze film. Met onze aanwezigheid konden we vragen beantwoorden over wat nabestaanden ervaren in hun rouw na de zelfdoding van een dierbare. Tevens konden wij aangeven waar nabestaanden behoeften aan hebben of wat ze daarin juist missen.

De eerste keer was op 31 maart 2023 tijdens het Movies That Matter Festival in Den Haag.

De tweede keer was 14 april 2023 in De Fabriek te Zaandam toen de film “Mijn Grote Broer” in première ging in diverse filmhuizen in Nederland. Wij hebben samen met het Suïcide Preventie Team van de GGD Zaanstreek-Waterland de vragen van de aanwezigen beantwoord en tevens voorlichting gegeven over hoe suïcidepreventie en nazorg zijn georganiseerd en waar mensen terecht kunnen met hun zorgen of vragen.

Bijzonder om te vermelden is dat de documentaire Mijn Grote Broer in april 2023 bekroond is met de Movies That Matters Award en met een Gouden Kalf voor de beste documentaire 2023!

Boekpresentatie

Op 24 maart 2023 presenteerden Marjan Spelbrink (schrijfster) en Emilio Veendorp (beeldend kunstenaar) in Filmtheater De Fabriek te Zaandam hun boek ***Zeg me waarom*** over de gevolgen van een zelfdoding voor nabestaanden. Het boek biedt de lezer 14 ervaringsverhalen van nabestaanden en is geïllustreerd met op bewerkte beelden van de overledenen.

De auteurs deelden deze middag diverse ervaringen van nabestaanden die ze voor het boek hadden geïnterviewd. Ze gingen in op de vragen van de belangstellende aanwezigen (40 in totaal). Na de presentatie was er nog een nazit waar de mogelijkheid was om met elkaar na te praten.

Oploskoffie Theatervoorstelling van Eva Nagel – 29 juni 2023

Op donderdagavond 29 juni organiseerden wij in samenwerking met De Hoofdzaak (een zelfregie- en herstelorganisatie voor, door en met mensen met een psychische kwetsbaarheid en hun naasten) de theatervoorstelling ‘Oploskoffie’ van Eva Nagel.

Eva Nagel, theatermaakster, zangeres en actrice, nam ons op aangrijpende wijze mee in het verhaal over de zelfdoding van haar zus en de gevolgen die deze daad voor haar en haar omgeving hebben gehad. Met haar theaterstuk lukte het haar om de vele pijnlijke aspecten van rouw na zelfdoding aan ons te tonen en daarover met de aanwezigen in gesprek te gaan. Er waren totaal waren er 40 belangstellenden aanwezig.

Themamiddag ‘Een stille strijd’

Op 8 december 2022 vond bovenstaande themamiddag plaats in De Ontmoeting te Zanddijk. Wanneer mensen een dierbare door zelfdoding hebben verloren, worden zij gelukkig vaak omringd door familie en vrienden die steun en troost geven. Maar na verloop van tijd kan het voorkomen dat die hulp en aandacht minder worden: het gewone leven gaat immers door. Achtergeblevenen kunnen het als onaangenaam ervaren wanneer diezelfde vrienden en familie minder of niet meer informeren hoe het met hen gaat. Zij voelen zich steeds meer alleen staan. Daarbij komt ook nog eens dat het vaak lastig is om zelf het gesprek te beginnen over hoe zij zich voelen: ze voeren een ‘stille strijd’ met hun omgeving. Hoe ga je met die omgeving om die niet meer informeert en minder aandacht geeft, terwijl jezelf nog volop in de rouw bent? Om over dit thema te praten heeft StZeZ twee gasten uitgenodigd: professor Paul Boelen en rouwbegeleidster en psychologe Lore Vonck.

Samenwerking met andere maatschappelijke organisaties en hulpverlening instanties:

1. Deelname aan Klankbordgroep overleg suïcidepreventie Zaanstreek/Waterland die gemiddeld 4 x per jaar wordt gehouden. Hierbij kan de Stichting een bijdrage leveren om een kader te bieden voor het verbeteren van de preventiezorg en de nazorg aan nabestaanden. Bijzonder om te vermelden is dat 16 november 2023 een delegatie van het samenwerkingsverband Toezicht Sociaal Domein (TSD) op werkbezoek was bij het GGD/Team Suïcidepreventie. Met dit bezoek heeft TSD, waarin een viertal inspecties samenwerken, kennis opgedaan van de integrale aanpak rondom suïcidepreventie in Zaanstreek-Waterland. Als een van de ondertekenaars van de Landelijke Agenda Suïcidepreventie 2021-2025, ziet ook TSD een rol voor zichzelf in het terugdringen van het aantal suïcides in Nederland. Na een eerder werkbezoek aan 113 suïcidepreventie, stond dit keer onze regio op de agenda. Aanwezig waren onder meer samenwerkingspartners 113 Zelfmoordpreventie, gemeenten, politie, Huisartsenzorg Zaanstreek-Waterland, Slachtofferhulp, GGD-GHOR Nederland, Zaans Medisch Centrum en GGZ - Parnassia Groep. StZeZ heeft de nazorg aan nabestaanden onder aandacht gebracht met diverse opties met mogelijkheden voor verbeteringen.
2. De Stichting onderhoudt contact met de Gemeente Zaanstad en omliggende gemeenten in de GGD-regio Zaanstreek/Waterland.
3. Op 12 april 2023 heeft de Stichting Zorg en Zelfdoding op verzoek van de Vereniging Leven met de Dood een Webinar: Rouw na Zelfdoding gehouden. Bij deze vereniging bieden dagelijks vrijwilligers telefonische hulp aan rouwendes. Zij ervaren enige schroom als het gaat om zelfdoding. Na kennismaking is er de wens om vooral meer kennis en informatie op te doen over de specifieke aspecten van rouw na zelfdoding. Aan dit Webinar namen 12 vrijwilligers deel en is het uitgeschreven Webinar doorgezonden naar de organisatie.
4. In samenwerking met Stadsdorp Goud en de Gemeente Amsterdam Zuid Oost heeft de st. Z&Z op 21 juni 2023 een bijdrage geleverd aan een themamiddag suïcide preventie en mentale gezondheid. Hierbij werd de documentaire: Mijn Grote Broer getoond aan diverse gemeenteambtenaren, gezondheidswerkers, politieagenten en onderwijs, GGD Amsterdam en andere maatschappelijke organisaties. Na de film was er een nagesprek waarbij het echtpaar uit de film en filmmaakster; Mercedes Stalenhoef, aanwezig waren om de vragen van de aanwezigen te beantwoorden.
5. Jaarlijks is een van de bestuursleden van de stichting aanwezig op het landelijk overleg met de andere Stichtingen/Lotgenotengroepen van Nabestaanden en zetten we ons actief in om andere groepen op de hoogte te houden van elkaars activiteiten.
6. In de Nederlandse zorg voor nabestaanden van mensen die door zelfdoding overlijden is nog veel te verbeteren. Het aanbod is nu reactief, versnipperd, moeilijk vindbaar en niet landelijk dekkend. Uitgangspunt is zelfredzaamheid terwijl nabestaanden volledig in shock zijn. Daarom hebben wij ons verenigd om landelijk georganiseerde proactieve opvang van de grond te krijgen

in de Coalitie Nabestaandenzorg Suïcide. Deze coalitie bestaat uit Stichting Aurora, de Ivonne van de Ven-Stichting, 113 Zelfmoordpreventie, Slachtofferhulp Nederland, MIND en StZeZ.

7. De Dag van de Nabestaanden van Suïcide 2023

Op zaterdag 18 november 2023 vond de internationale Dag voor de Nabestaanden plaats. Jaarlijks wordt er in de maand November wereldwijd stilgestaan bij nabestaanden die iemand door zelfdoding hebben verloren. De Coalitie Nabestaandenzorg na Suïcide heeft een bijeenkomst voor nabestaanden en hun omgeving, georganiseerd in Houten. Het doel van dag was samenkomen, verbinden en ons laten inspireren. Het programma bestond uit ontmoetingen met andere nabestaanden, bevlogen sprekers, kunst/cultuur en informatieve keuzeworkshops. Deze dag werd door de aanwezigen als zeer positief ervaren.

8. Wij brengen vier keer per jaar een nieuwsbrief uit waarin wij aan al onze nabestaanden en contacten informatie delen rondom diverse thema's zoals rouw na zelfdoding voor nabestaanden en professionals.

9. Via onze website en e-mailadres geven we antwoord op diverse vragen w.b. expertise, doorverwijzingen etc. etc. zie <https://zorgenzelfdoding.nl/>

3 – Toelichting financieel overzicht

Financieel jaaroverzicht 2023 - Inkomsten en uitgaven Stichting Zorg en Zelfdoding			
	Inkomsten	Uitgaven	
Parnassia	€ 1.000,00	Bijeenkomst Marjan Spelbrink De Fabriek	€ 341,57
Boodschappen AH retour themamiddag	€ 276,71	Film Mijn grote broer met GGD De Fabriek	€ 165,80
Bijdragen deelnemers Jaarlijkse bijeenkomst	€ 740,00	Eva Nagel	€ 1.039,50
Overige giften en bijdragen deelnamen	€ 95,00	Jaarlijkse themamiddag excl. zaalhuur 2023	€ 746,23
Gemeente Amsterdam	€ 200,00	Bestuursleden voor bijdrage aan gemeente Amsterdam	€ 100,00
Webinar	€ 150,00	Webinar	€ 150,00
		Bloemen voor Siem	€ 61,20
		Norton	€ 40,00
		Ypsilon	€ 64,00
		Flyers	40,96
		Kosten Rabobank	€ 173,94
		Overige	€ 19,24
	€ 2.461,71		€ 2.942,44
Resultaat negatief	€ 480,73		
	€ 2.942,44		€ 2.942,44

Uit bovenstaand financieel overzicht blijkt dat StZeZ over 2023 een negatief resultaat heeft geboekt van € 480,73. Dit is te verklaren uit het feit dat wij onze bijeenkomsten zo laagdrempelig mogelijk willen houden. Voor de nabestaanden betekent dit dat wij alleen voor onze jaarlijkse bijeenkomst een kleine bijdrage in de kosten van € 10,- vragen en voor de overige bijeenkomsten niet. Aan zorgpersoneel en andere professionals vragen wij resp. € 20,- en € 10,-. Wij beseffen dat dit beleid op langere termijn niet houdbaar is. We kunnen dit alleen maar doordat wij momenteel goed bij kas zitten. Op termijn zullen wij echter naar meer donateurs en sponsors op zoek moeten gaan.

Het banksaldo bedroeg op 1 januari 2023 € 10.105,54 en op 31 december 2023 € 10.288,51.