

INFORMATIEKAART HERSTELGROEPEN

WAT IS EEN HERSTELGROEP

Een herstelgroep is een zelfhulpgroep en bestaat uit 6 tot 10 deelnemers met een (psychische) kwetsbaarheid. De herstelgroepen worden geleid door opgeleide ervaringsdeskundigen die zelf ervaringen hebben met hertstellen van (psychische) kwetsbaarheid.

In de herstelgroep wordt met gelijkgestemden, ervaringsgenoten, herstel bewandelaars ervaringen gedeeld, kan je werken aan het verkrijgen van meer grip, regie, richting, zingeving in je leven.

BEGELEIDER HERSTELGROEP IS GEEN HULPVERLENER

Begeleiders herstelgroepen zijn geen hulpverleners. Begeleiders herstelgroepen zetten de eigen ervaring functioneel in en de herstelgroep kan aanvullend zijn op bestaande en/of toekomstige hulpverlening. Begeleiders herstelgroepen zijn als vrijwilliger werkzaam binnen het project Herstel & Participatie.

WAT BIEDT EEN HERSTELGROEP?

- ✓ Een luisterend oor
- ✓ Tips en handvaten hoe met jouw kwetsbaarheid om te gaan
- ✓ Een klankbord
- ✓ Ervaringen delen of juist horen
- ✓ Bron van hoop en (h)erkenning

WAT WORDT ER BESPROKEN IN EEN HERSTELGROEP?

In de herstelgroepen wordt gewerkt volgen herstelwensen van de deelnemers. Vanuit deze herstelwensen kunnen bepaalde onderwerpen of thema's naar voren komen. Met de deelnemers van de herstelgroepen worden deze thema's geïnventariseerd en de groep bepaalt zelf welke thema's er aan bod gaan komen. Begeleiders herstelgroepen bereiden de gekozen thema's voor, met werkvormen, spelelementen en brengen eigen ervaringen in.

Voorbeelden van thema's zijn:

- Hoe houd je zelf de regie en zorg je er voor dat jouw kwaliteiten en mogelijkheden ook benut worden?
- Hoe vraag je om hulp of ondersteuning wanneer je je bevindt in een kwetsbare situatie?
- Hoe leg je uit aan je omgeving dat je niet lekker in je vel zit?
- Hoe ga je om met eenzaamheid?
- Kan ik ooit nog herstellen?

SAMENWERKING MEDEWERKERS STIP (STEUN EN INFORMATIEPUNT)

Heeft de klant vragen over o.a. werk, financiën, uitkeringen, WMO, invullen van formulieren, weg vinden binnen de GGZ, etc Dan kan de begeleider herstelgroep de deelnemer adviseren een afspraak te maken of langs te gaan bij een inloopsprekkuur van STIP

<http://www.zogmh.nl/wat-doen-wij/stip/>

PRIVACY

Vertrouwelijke informatie die de deelnemer in de groep deelt wordt niet zonder toestemming met anderen besproken. Tenzij dit wenselijk is voor de deelnemer ter bevordering van zijn/haar herstel. Bijvoorbeeld op verzoek van de deelnemer samen de weg vinden naar professionele hulpverlening. Of wanneer de deelnemer een gevaar is voor zichzelf of voor de omgeving zal de begeleider herstelgroep (zoveel als mogelijk in overleg met de klant) contact zoeken met derden.

GEVAARLIJKE SITUATIES

- * Bij levensbedreigende situaties belt de begeleider herstelgroep het alarmnummer 112
- * bij niet spoedeisende zaken en altijd eerst in overleg met de ZOG MH belt de begeleider herstelgroep 0900-8844

ONDERSTEUNING BEGELEIDERS HERSTELGROEPEN

Met begeleider herstelgroep zijn individuele ondersteuningsafspraken gemaakt en vastgelegd in een vrijwilligerscontract. De begeleider herstelgroep heeft minimaal 1 keer per jaar een evaluatiegesprek met de coördinator van het project Herstel en Participatie.

ONDERSTEUNING MEDEWERKERS/VERWIJZERS

Medewerkers/verwijzers kunnen voor vragen, onduidelijkheden of meer informatie over de herstelgroepen contact op nemen met Marrig van der Werf, coördinator project Herstel & Participatie

AANMELDEN HERSTELGROEP

Het deelnemen aan een herstelgroep is gratis voor inwoners van Midden-Holland. Na aanmelding bij de gekozen herstelgroep volgt een kennismaking waarin verwachtingen worden besproken.

CONTACT EN MEER INFORMATIE OVER HERSTELGROEPEN MIDDEN-HOLLAND

Marrig van der Werf, coördinator project Herstel & Participatie

T: 0182 519060 / 06-16701969 of E: mvdwerf@zogmh.nl

Het project **Herstel & Participatie** heeft als doel herstel toegankelijk te maken voor iedereen en zo dicht mogelijk in de buurt. De ruimte krijgen om naar eigen mogelijkheden te kunnen werken aan herstel zal leiden tot (meer) passende participatie.

