



DEPRESSIE
VERENIGING

Inhoudelijk Jaarverslag Depressie Vereniging 2016

Nathalie Kelderman
Amersfoort, 10-05-2017

Inhoud

1. Samenvatting.....	3
2. Activiteiten	3
2.1 Informatievoorziening.....	3
Bureau: email, telefoon.....	3
Website: www.depressievereniging.nl	3
Social media: https://www.facebook.com/dedepressievereniging	3
Digitale Nieuwsbrief	3
MindBlue: www.mindblue.nl	4
2.2 Lotgenotencontact	4
Lotgenotengroepen.....	4
Depressielijn	4
2.3 Belangenbehartiging	4
Zorgstandaard	4
2.4 Wetenschappelijk onderzoek.....	5
Internationale Conferentie ISAD-ISBD 'Challenging Moods', Amsterdam.....	5
Bijeenkomst cliëntenparticipatie bij onderzoek.....	5
Invitational Conference NEDKAD	5
3. Externe contacten	6
Ministerie van VWS	6
Samenwerking zorgverzekeraar Zilveren Kruis	6
4. Projecten	6
5. Organisatie	7
Bestuur	7
Bureau	7
Financiële administratie	7
Vrijwilligers	7

1. Samenvatting

In het jaar 2016 is de Depressie Vereniging met meer partners gaan samenwerken. Zo was zij betrokken bij het eerste Depressiegala, zijn we een samenwerking aangegaan met zorgverzekeraar Zilveren Kruis en zaten we om de tafel bij het ministerie van VWS om mee te denken over de landelijke depressiecampagne. Ook werd intensief samengewerkt met LPGGZ/FPG (MIND) bij het opzetten van de depressieportal MINDBlue.

Daarnaast werd het aantal lotgenotengroepen depressie sterk uitgebreid met subsidie van het VSB Fonds en het KANSfonds. Hierdoor zijn er meer vrijwilligers betrokken bij de Depressie Vereniging. Dit zorgde eveneens voor een groei van het ledenbestand. Gezien de omvang van de doelgroep is deze echter nog steeds gering.

Onze inzet bij onderzoek heeft zich in 2016 verder voortgezet. Er is een start gemaakt met het vormen van een poule van onderzoeksvrijwilligers die namens de Depressie Vereniging het cliënten perspectief in wetenschappelijk onderzoek inbrengen.

Al deze activiteiten zorgen voor een grotere naamsbekendheid van de Depressie Vereniging. Daarnaast betekent het een grotere druk op de beschikbare capaciteit van de bestuursleden en het bureau. De grenzen van deze capaciteit kwamen in 2016 in zicht.

2. Activiteiten

2.1 Informatievoorziening

Beleidsplan 2016: verbeteren informatievoorziening, bekendheid vereniging en bevorderen positieve beeldvorming over mensen met een depressie. Eén plek voor informatie en delen ervaringen.

Bureau: email, telefoon

Het bureau van de Depressie Vereniging wordt dagelijks benaderd via telefoon en mail. De vrijwillige medewerkers van het bureau en de directeur beantwoorden deze vragen waarbij naast inhoudelijke expertise ook de ervaringsdeskundigheid van de vrijwilligers wordt ingezet. Via de mail worden vooral vragen gesteld over hulp, behandeling en medicatie.

Website: www.depressievereniging.nl

De website van de Depressie Vereniging is een belangrijk visitekaartje. In 2016 is de website verder ontwikkeld. Zowel inhoudelijk als qua vormgeving. Zo zijn de FAQ over antidepressiva op bepaalde onderdeel herschreven, zodat zij beter de visie van de vereniging weerspiegelen.

Het bezoek aan de website is gegroeid, het gemiddelde bezoekersaantal per dag in 2016 was 1200.

Social media: <https://www.facebook.com/dedepressievereniging>

De facebook pagina van de Depressie Vereniging wordt goed bezocht. Het aantal likes eind 2016 was 1516 (vgl. eind 2015 was dit 476) Oproepen voor deelname aan bijv. onderzoek worden regelmatig geplaatst op de facebookpagina. De respons en betrokkenheid per bericht is gestegen in 2016.

Digitale Nieuwsbrief

De nieuwsbrief is in 2016 4x verschenen. Eind 2016 had de nieuwsbrief 970 abonnees.

MindBlue: www.mindblue.nl

De Depressie Vereniging heeft in 2016 werk gemaakt van haar beleidsdoelstelling om één plek te creëren op internet voor informatie over depressie en voor het delen van ervaringen. Eind september is de depressieportal MindBlue live gegaan. Deze portal is een samenwerking tussen MIND (Landelijk Platform Psychische Gezondheid en Fonds Psychische Gezondheid), de Depressie Vereniging en psychiater Robert Schoevers. De gedachte achter deze portal is dat hier alle informatie, kennis en ervaringsverhalen over depressie te vinden is. Eind 2016 waren er circa 100 ervaringsverhalen verzameld. Mensen kunnen deze verhalen zelf 'doneren' via de site. De komende jaren wordt het portal uitgebreid met andere functionaliteiten en wordt deze verder ontwikkeld. De Depressie Vereniging zet hierbij in op de vorming van een digitale community. De Depressie Vereniging heeft voor het inbrengen van haar ervaringskennis in 2016 een subsidie gekregen van het FPG. MindBlue vormt voor de Depressie Vereniging ook een extra kanaal voor het verspreiden van nieuws en oproepen. Eind 2016 hadden 120.000 bezoekers de site bezocht.

2.2 Lotgenotencontact

Beleidsplan: Mensen met depressieve klachten kunnen ervaringen delen met lotgenoten

Lotgenotengroepen

In mei 2016 is gestart met het project Netwerk lotgenotengroepen depressie. Voor dit project is subsidie verkregen van het VSB fonds en het KANSfonds. Het is een vervolg van het eenjarige project 'Uit het isolement' dat in 2015 werd uitgevoerd. Het doel van dit tweejarige project is het aantal lotgenotengroepen uit te breiden over Nederland, met in totaal 50 nieuwe groepen in twee jaar en de mogelijkheden te onderzoeken voor structurele financiering van de groepen na de projectperiode.

De resultaten van het project zijn boven verwachting. Het aantal groepen eind 2016 was 40. Het aantal deelnemers was 262. Wegens de grote belangstelling voor de groepen is er inmiddels ook een wachtlijst van deelnemers.

Depressielijn

Eind 2016 is besloten te stoppen met de Depressielijn. De reden hiervoor was de constante uitval van vrijwilligers voor de Depressielijn. Daarnaast is er alternatief aanbod dat ook op de website wordt genoemd in de vorm van Sensor, Korrelatie en 113online.

2.3 Belangenbehartiging

Zorgstandaard

In 2015 is gestart met het ontwikkelen van de Zorgstandaard Depressie en Dysthymie. Dit is een initiatief vanuit het netwerk kwaliteitsontwikkeling GGZ. <http://bit.ly/19n8MjX>. De directeur van de Depressie Vereniging en twee ervaringsdeskundigen hebben deelgenomen aan de werkgroep die de Zorgstandaard ontwikkelt. O.a. door het inbrengen van de resultaten van een focusgroep over dysthymie en een enquête onder de leden over terugvalpreventie heeft de Depressie Vereniging ervaringskennis in deze Zorgstandaard gebracht. Over dit laatste onderwerp werd gepubliceerd in de landelijke krant Trouw. Ook de lotgenotengroepen van de Depressie Vereniging worden genoemd in de Zorgstandaard. De Zorgstandaard bevindt zich momenteel in de autorisatiefase.

<https://www.trouw.nl/home/patienten-vaak-niet-voorbereid-op-terugkeer-depressie~a5845b0e/>

N.a.v. van dit artikel over terugvalpreventie is de directeur ook geïnterviewd door de Reformatorische Omroep.

2.4 Wetenschappelijk onderzoek

Beleidsplan: Actieve deelname ervaringsdeskundigen aan ontwikkeling nieuwe behandelmogelijkheden en onderzoek

Internationale Conferentie ISAD-ISBD¹ 'Challenging Moods', Amsterdam

In juli 2016 heeft de Depressie Vereniging meegewerkt aan de internationale conferentie van ISAD/ISBD Challenging Moods die werd gehouden in Amsterdam. Op de conferentie werd een programma aangeboden aan onderzoekers en was er een speciale dag voor ervaringsdeskundigen op 16 juli. Voor de samenstelling van het programma van deze dag heeft de Depressie Vereniging samengewerkt met de VMDB² en twee psychiaters. Gabriëlle Verbeek, bestuurslid onderzoek en innovatie, Stefan Groothuis, ambassadeur van de Depressie Vereniging, en een actief lid van de DV, Peter Oostelbos hebben tijdens deze dag een lezing gehouden.

Met een subsidie van het Fonds Psychische Gezondheid konden leden van de Depressie Vereniging tegen sterk gereduceerd tarief deelnemen. Ook was er de mogelijkheid voor in totaal vier personen (2 van de VMDB en 2 van de Depressie Vereniging) om via een subsidie van het KENBIS³ en NEDKAD de inschrijving voor de conferentie en de reis-en verblijfskosten tot een maximum van €750 vergoed te krijgen.

<http://www.depressievereniging.nl/actueel/agenda/welkom-bij-internationaal-congres-depressies-en-bipolaire-stoornissen-in-amsterdam/>

Bijeenkomst cliëntenparticipatie bij onderzoek

In november werd i.s.m. PGO support een bijeenkomst georganiseerd over cliëntenparticipatie bij onderzoek. Van de geïnteresseerde leden die daarbij aanwezig waren wordt een poule gevormd van onderzoeksvrijwilligers, die namens de Depressie Vereniging hun ervaringskennis in wetenschappelijk onderzoek naar depressie inbrengen. In 2017 wordt een vervolgbijeenkomst georganiseerd. Eind 2016 waren de onderzoeksvrijwilligers betrokken bij 5 onderzoeken.

<http://www.depressievereniging.nl/actueel/bijdragen-aan-onderzoek-depressie-hoe-we/>

Invitational Conference NEDKAD

Op 7 oktober organiseerde het Nederlands Kenniscentrum voor Angst en Depressie (NEDKAD) een invitational conference. De Depressie Vereniging is lid van NEDKAD. Bestuurslid Gabriëlle Verbeek hield een lezing op deze dag over implementatie van wetenschappelijke kennis in de praktijk.

<http://nedkad.nl/wp-content/uploads/2016/10/Gabrielle-Verbeek.pdf>

¹ ISBD: International Society of Bipolar Disorders. ISAD: International Society of Affective Disorders

² VMDB: Vereniging voor Manisch Depressieven en Betrokkenen

³ KENBIS: Kenniscentrum Bipolaire Stoornissen

3. Externe contacten

Ministerie van VWS

Het ministerie van VWS is in september 2016 een landelijke publiekscampagne over depressie gestart: omgaanmetdepressie.nl. De Depressie Vereniging heeft deelgenomen aan de klankbordgroep voor deze campagne. Het is een vijfjarige campagne die zich ieder jaar op een andere doelgroep richt. In 2016 was dit jongeren en jonge vrouwen.

Het ministerie van VWS werkte in 2016 eveneens aan een meer jaren depressiepreventie programma. De Depressie Vereniging leverde input aan dit programma d.m.v. deelname aan een aantal ronde tafel bijeenkomsten.

Via deelname aan deze overleggen werd het netwerk binnen het ministerie versterkt.

Samenwerking zorgverzekeraar Zilveren Kruis

In de zomermaanden heeft de Depressie Vereniging deelgenomen aan de zorginkoop depressie van het Zilveren Kruis. De directeur was deel van het inkoopteam samen met de medewerkers van het Zilveren Kruis. Op deze manier werd rechtstreeks de ervaringskennis over depressie en behandeling in de inkoop van depressiezorg gebracht. Voor de inzet van de directeur werd een financiële compensatie overeengekomen, die in de reserves van de Depressie Vereniging is gestort.

De samenwerking met het Zilveren Kruis zorgde voor meer bekendheid van de Depressie Vereniging o.a. door de communicatie hierover op de website van het Zilveren Kruis en een artikel in SKIPR.

<https://www.zilverenkruis.nl/Consumenten/zorg-regelen/uw-gezondheid/Paginas/depressie.aspx>
<http://nieuws.zilverenkruis.nl/depressie> <https://www.skipr.nl/partnernieuws/id28849-samen-op-zoek-naar-de-beste-depressiezorg-.html>

Daarnaast heeft de samenwerking veel inhoudelijke informatie over depressiebehandeling en terugvalpreventie van een groot aantal deelnemende GGZ-instellingen opgeleverd. Dit is kennis die weer gebruikt kan worden bij de dienstverlening naar mensen met vragen over behandeling.

De samenwerking met het Zilveren Kruis leverde ook een nieuw product op dat de Depressie Vereniging aan haar leden aan kan bieden, nl. de collectiviteitskorting op de zorgverzekering van het Zilveren Kruis. Voor de basisverzekering is dit 3% en voor de aanvullende en tandartsverzekering 5%. Het aantal mensen dat hier gebruik van heeft gemaakt is nog beperkt tot 10. Wellicht maken de komende jaren mensen hier meer gebruik van. De korting kan namelijk oplopen tot circa €30-40 per jaar. <http://www.depressievereniging.nl/actueel/word-lid-25-euro-en-bespaar-meer-op-zorgverzekering/>

4. Projecten

In 2016 is gestart met het voucherproject Naasten in Kracht. Dit project heeft tot doel om de kracht van naasten van mensen met een psychische kwetsbaarheid te versterken en is een samenwerking tussen een tiental landelijke cliënten en familieorganisaties. Het resultaat van het project is een digitale toolkit met handvatten en instrumenten voor naasten om overbelasting te voorkomen en ondersteuning van de cliënt door de naasten te bevorderen.

5. Organisatie

Beleidsplan: Professionele aansturing vrijwilligersorganisatie/inrichting bureau

Bestuur

In 2016 was er een aantal mutaties in het bestuur. De penningmeester, Anja van der Aa trad in het tweede kwartaal af. Eind 2016 werd een opvolger voor haar gevonden: Bert Coté. In 2016 werd Teun Griffioen benoemd als secretaris. Tot onze grote spijt is Teun eind 2016 plotseling overleden. Teun had een grote inzet voor de Depressie Vereniging en had nog veel plannen. Zijn overleden is dan ook een groot verlies voor de Depressie Vereniging. Ingrid van Ee is enige maanden betrokken geweest als notulist voor de bestuursvergaderingen, maar heeft zich teruggetrokken. Een bestuurslid vrijwilligers werd gevonden in de persoon van Ilse Hendriks. Eind 2016 bestond het bestuur uit 5 leden (2 aspirant leden en 3 benoemde leden) en een adviseur. Openstaande vacature eind 2016 was die van secretaris.

Bureau

De directeur heeft m.i.v. 1 juli 2016 een uitbreiding van haar contracturen gekregen van 15 naar 20 uur. Haar feitelijke inzet is meer dan 20 uur, waardoor een deel van haar uren op vrijwillige basis worden gewerkt. Op deze situatie zal de komende periode een antwoord gevonden moeten worden.

In 2016 is er veel wisseling geweest van vrijwilligers op het bureau. Halverwege 2016 startten 2 nieuwe vrijwillige bureaumedewerkers. Een van hen is na een paar maanden gestopt, vanwege terugkerende depressieve klachten. Eind 2016 werd wederom een tweede medewerker geworven.

De in 2015 geworven vrijwillige beleidsmedewerker vond een betaalde baan en is daarom gestopt met haar werk. Er werd in halverwege 2016 een nieuwe vrijwillige beleidsmedewerker gevonden. Deze medewerker richt zich met name op het opzetten en coördineren van de poule van onderzoeksvrijwilligers.

De wisselingen in de ondersteuning op het bureau betekenen een grotere werklast voor de directeur. Als medewerkers stoppen, betekent dit dat een aantal werkzaamheden bij de directeur terecht komt. Daarnaast kost het werven en inwerken van nieuwe vrijwilligers veel tijd en energie. Dit is een direct gevolg van het werken met vrijwilligers. Om verder te kunnen groeien zal een professionalisering van het bureau moeten plaatsvinden. Dit is ook een van de doelen van het beleidsplan. Dit betekent concreet financiën vinden voor het aantrekken van een betaalde parttime medewerker op kantoor.

Financiële administratie

Tot 2016 werd de financiële administratie van de Depressie Vereniging gedaan door Henk van Bentum, voormalig accountant. Hij is met zijn (vrijwillige) werk gestopt, waarna we in 2016 zijn overgestapt naar de Zorgaccountants. Deze overstap, alsmede het plotselinge vertrek van de penningmeester halverwege het jaar is niet geheel vlekkeloos verlopen, waardoor er veel extra werk bij de directeur kwam te liggen. Eind 2016 is besloten over te stappen naar een andere financieel administratiekantoor, te weten PEER administratie.

Vrijwilligers

De Depressie Vereniging is een vrijwilligersorganisatie. De vrijwilligers vormen de spil van de vereniging. Een belangrijke groep zijn de gespreksbegeleiders van de lotgenotengroepen. Eind 2016 waren 66 mensen werkzaam als gespreksbegeleider. Deze vrijwilligers leveren een belangrijke bijdrage aan het bespreekbaar maken van depressie binnen de lotgenotengroepen en daarbuiten.

Ook op andere plekken binnen de vereniging zijn vrijwilligers actief, zoals voor social media, als onderzoeksvrijwilliger, op het bureau. Maar ook de bestuursleden zetten zich belangeloos voor de vereniging in. Voor de gespreksbegeleiders is er een jaarlijkse terugkomdag. In het nieuwe jaar zal aandacht moeten worden besteed aan het uitwerken van een meer structureel vrijwilligersbeleid.