

A photograph of a man and a woman in a warm, indoor setting. The man, with a beard and mustache, is wearing a grey jacket over a dark blue shirt and is smiling while holding a light-colored mug. The woman, with short dark hair, is wearing a grey sweater and is hugging the man from behind, also smiling. In the background, there are some clothes hanging on a rack.

NV
ZH

Feiten & cijfers

Verdiepende interviews bij
25 zelfregie en herstelorganisaties
met in totaal 118 locaties

In 2024 vroegen we aan al onze leden of we hen een uitgebreide vragenlijst mochten afnemen. Van de (in 2024) 49 leden gaven 25 van hen hier gehoor aan. Samen bieden deze 25 zelfregie en herstelorganisaties (ZHO's) op 118 locaties door heel Nederland laagdrempelige mogelijkheden voor zelfregie en herstel. We reisden naar hen af en verzamelden een schat aan informatie. Veel lees- en kijkplezier gewenst!

Inleiding	3
1 Mensen en activiteiten	5
Wie bereiken ze?	6
Wat doen ze?	9
Met wie werken ze samen?	15
2 Financiering en organisatie	17
Een blik op de beweging	18
Hoeveel locaties hebben ze?	19
Hoe lang bestaan ze?	20
Wat is de omzet?	21
Uit welke bron worden ze gefinancierd?	22
Welke vormen van financiering zijn er?	23
3 Kwaliteit en toekomst	25
Kwaliteit	26
Plannen	27
Uitdagingen	29
Nawoord	31

Zelfregie en herstelorganisaties, de context

Al sinds de 70-er jaren van de vorige eeuw bestaan er maatschappelijke initiatieven door en voor mensen met psychische kwetsbaarheden. Destijds met namen zoals Regionale Cliëntorganisatie, Maatschappelijke ggz, Wegloophuis en Inloophuis. Onder andere door de inzet van MIND groeide het aantal initiatieven.

Sinds de oprichting van de Nederlandse Vereniging voor Zelfregie en Herstel (NVZH) in 2021 hebben veel door en voor initiatieven zich verenigd onder de verzamelnaam *Zelfregie en herstelorganisaties*.

In het Integraal Zorgakkoord (IZA) van 2023, en ook in het Aanvullende Zorg en Welzijnsakkoord (AZWA) van 2025, hebben deze initiatieven onder de naam Laagdrempelig Steunpunt een belangrijke plek gekregen. De landelijke IZA-werkgroep, waar we als NVZH deelnemer van zijn, stelde de kenmerken van deze door en voor initiatieven vast, zie hiervoor het handvattendocument van de IZA-werkgroep: www.nvzh.nl/iza.

In deze uitgave spreken we van zelfregie en herstelorganisaties (ZHO's).



1

Mensen en activiteiten

Voor wie zijn ze er? Wat doen ze? En met wie werken ze samen?

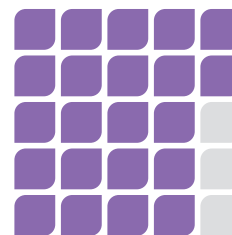
Wie bereiken ze?

De meeste zelfregie en herstelorganisaties – zo'n 88% – bereiken een brede groep inwoners met (ernstige) psychische en/of maatschappelijke problemen en hun naasten. Met 'breed' bedoelen we:

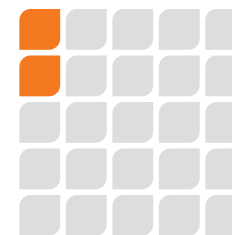
- Inwoners met grote en kleine psychische en/of maatschappelijke problemen (waaronder ook verslaving en dakloosheid)
- Naasten
- Leeftijd 17 – 90
- Zonder en met een migratieachtergrond

Er zijn ook zelfregie en herstelorganisaties door en voor een specifieke doelgroep. Twee van de 25 organisaties richten zich op inwoners en hun naasten met eetproblemen. En één organisatie is er specifiek voor naasten.

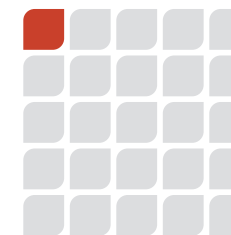
Groepen bereikt bij aantal ZHO's



● Brede groep inwoners met (ernstige) psychische en/of maatschappelijke problemen en hun naasten
22 ZHO's (88%)

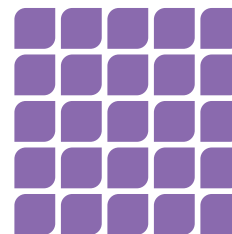


● Specifiek inwoners (en hun naasten) die te maken hebben met eetproblemen
2 ZHO's (8%)

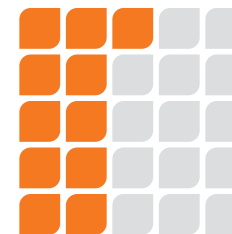


● Specifiek naasten van inwoners die te maken hebben met (ernstige) psychische en/of maatschappelijke problemen
1 ZHO (4%)

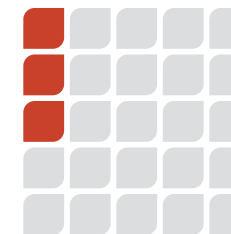
Leeftijd inwoners bereikt bij aantal ZHO's



● Volwassenen (vanaf 18 jaar)
25 ZHO's (100%)



● Jong-volwassen middels specifiek aanbod (16-27 jaar)
11 ZHO's (44%)



● Jongeren middels specifiek aanbod (tot 16 jaar)
3 ZHO's (12%)

De 22 zelfregie en herstelorganisaties die een brede groep inwoners bereiken, noemen soms ook specifieke groepen binnen die brede groep. Ze bereiken een specifieke doelgroep door bijvoorbeeld zelfhulpgroepen, lotgenotengroepen of door en voor activiteiten. Specifieke groepen inwoners die bereikt worden, zijn:

- Mensen met suïcidale gedachten
- Mensen met een zelfde diagnose
- Mensen die nergens anders terecht kunnen
- Kwetsbare ouderen
- Nieuwkomers
- Mensen met een migratieachtergrond
- Jongvolwassenen die te maken hebben gehad met justitie
- Wijkbewoners
- Mensen met eetproblemen
- Naasten
- Jongeren

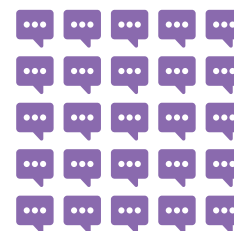
Wat doen zelfregie en herstelorganisaties?

Alle 25 zelfregie en herstelorganisaties hebben de vier kenmerkende onderdelen inloop & ontmoeting, door en voor activiteiten, herstel aanbod en de groei-vijver. De verhouding van de aanwezigheid van deze vier onderdelen verschilt per zelfregie en herstelorganisatie.

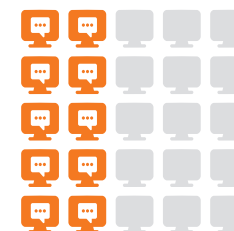
Inloop en ontmoeting

Alle 25 zelfregie en herstelorganisaties hebben inloop & ontmoeting. Een aantal biedt het ook online.

Inloop & ontmoeting



● Fysiek: 25 (100 %)



● Online: 10 (37 %)

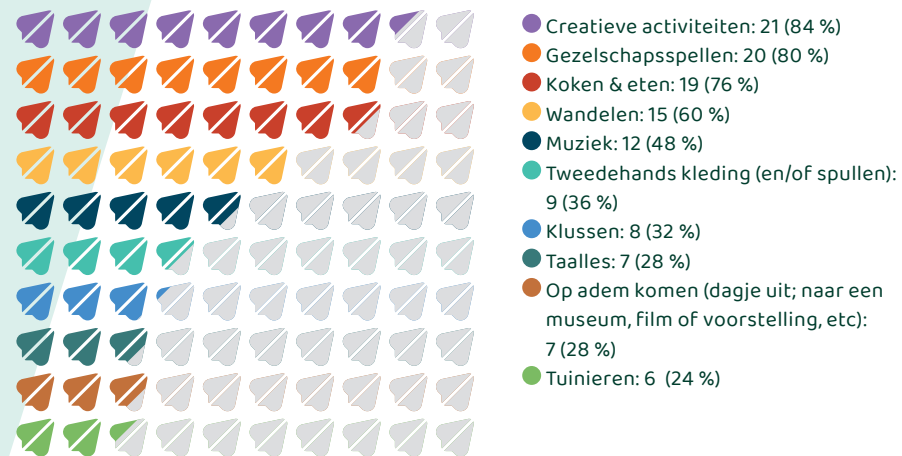
Door en voor activiteiten

Bij alle 25 zelfregie en herstelorganisaties tref je door en voor activiteiten aan. Het aantal activiteiten verschilt en ook wisselt het aanbod. Dat komt onder andere door de bottom-up werkwijze en de lokale kleur. Het is een initiatief van een bezoeker/deelnemer zelf om iets op te starten samen met andere bezoekers. Al dan niet ondersteund door een vrijwilliger of medewerker.

Aantal door en voor activiteiten



Aanbod door en voor activiteiten



Andere door en voor activiteiten die genoemd zijn:

- Praktische administratieve ondersteuning
- Budget-kapper
- Buiten zwemmen
- Freecycling van kleding
- Kledingruil
- Fietsen repareren

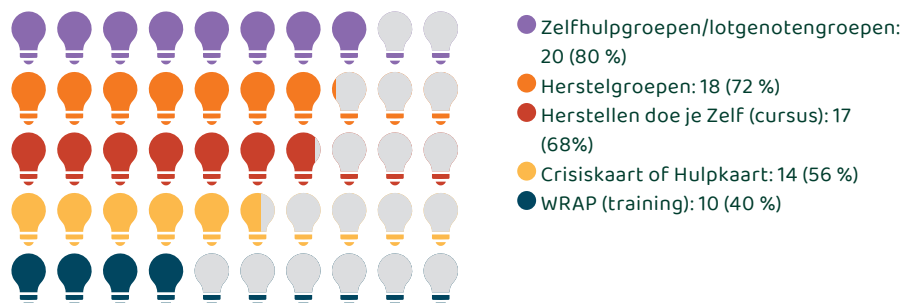
Onder de noemer 'creatieve activiteiten' wordt zoal genoemd:

- Naai-atelier
- Open podium
- Schrijf een kaart voor jezelf

Herstelaanbod

Alle 25 zelfregie en herstelorganisaties hebben een divers herstelaanbod van herstelcursussen, hersteltrainingen, herstelgroepen en zelfhulpgroepen.

Aanbod herstelcursussen, -trainingen, -groepen en zelfhulpgroepen



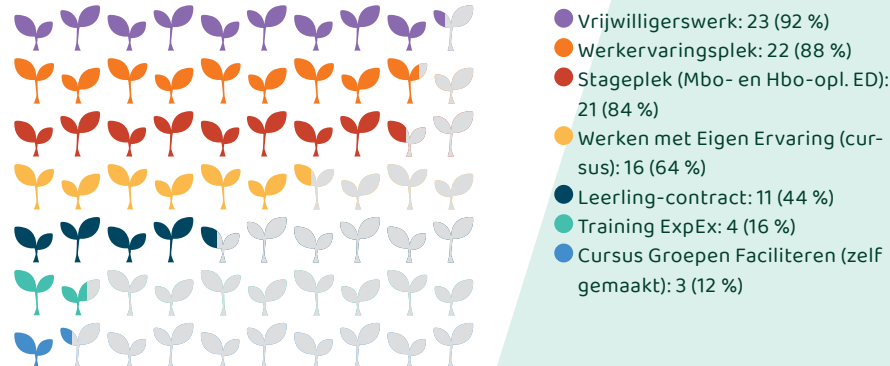
Ander herstelaanbod dat wordt genoemd:

- HOP (cursus)
- Cursus Oké
- Zelfgemaakte herstelcursussen
- Diverse thema-bijeenkomsten
- Digitaal herstelverhaal
- Voor elkaar boxen (training)
- Photovoice
- Positief Bekeken (cursus)
- Positive Poetry
- Zicht op herstel (cursus)

Groeivijver

Alle 25 zelfregie en herstelorganisaties zijn tevens een groeivijver waarbinnen je als bezoeker/deelnemer 'omhoog kunt struikelen' en kunt oefenen in verschillende rollen om van iemand met ervaring naar ervaringsdeskundigheid te groeien. De groeivijver wordt gevormd door een 'pakket' van diverse oefenplekken, cursussen en scholing.

Hoe geven de ZHO's de groeivijver vorm?

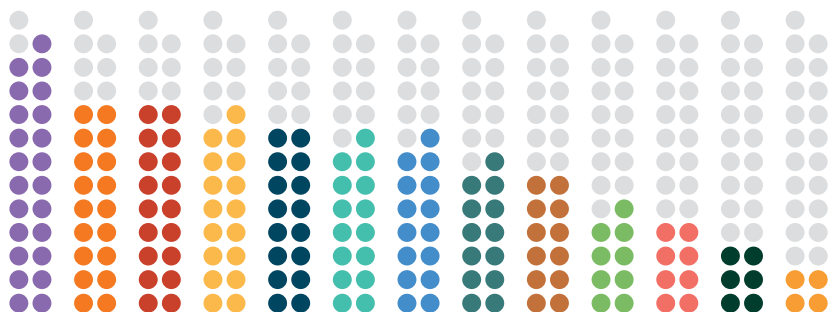


NOTE De zelfregie en herstelorganisaties doen veel om de kwaliteit van het (leren) werken voortdurend op peil te houden en te ontwikkelen. Hierin worden ook de deelnemers in de groeivijver meegenomen. Zie hierover hoofdstuk 3: Kwaliteit en toekomst.

Meer aanbod

Naast de vier kenmerkende onderdelen – inloop & ontmoeting, door en voor activiteiten, herstelaanbod en de groeivijver – hebben de 25 zelfregie en herstelorganisaties nog tal van andere activiteiten.

Overig aanbod



- Voorlichting / anti-stigma activiteiten: 23 (92 %)
- Individueel herstelcontact: 18 (72 %)
- Ervaringsdeskundigen van ons werken in een samenwerkingsverband: 18 (72 %)
- Vrijwilligerswerk (anders dan gericht op groei naar ervaringsdeskundigheid): 17 (68 %)
- Collectieve belangenbehartiging / beleidsparticipatie: 16 (64 %)
- Werkervaringsplek (anders dan gericht op groei naar ervaringsdeskundigheid): 15 (60 %)
- Scholen/trainen medewerkers van andere organisaties: 15 (60 %)
- Spreekuur: 13 (52 %)
- Ervaringsdeskundigen van ons werken op locaties van andere organisaties: 12 (48 %)
- Onafhankelijke ggz-cliëntondersteuning: 9 (36 %)
- Laagdrempelige ondersteuning op het gebied van financiën: 8 (32 %)
- Ervaringsdeskundigen van ons detacheren we naar andere organisaties: 6 (24 %)
- Herstelhuis / respijthuis: 4 (16 %)

Verder nog genoemd:

- Mantelzorgondersteuning
- Wachtlijdondersteuning
- Cultuursensitieve aanpak
- Deelname aan casus-overleg
- Organiseren herstelweken
- Kintsugi

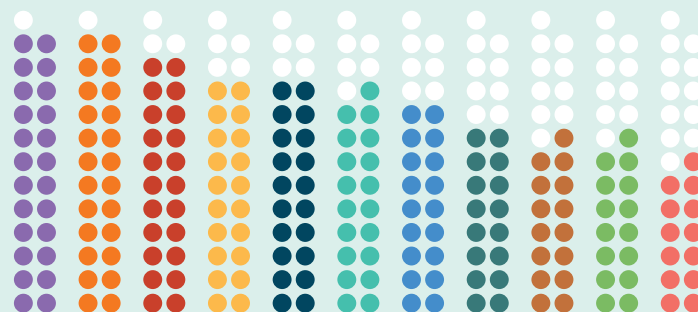
Externe trainers voor:

- Yoga / Tai chi
- Ademhalingscursus
- Mindfulness
- Zingeving

Met wie werken ze samen?

De 25 zelfregie en herstelorganisaties hebben veel samenwerkingspartners.

Samenwerkingspartners



- Specialistische ggz: 24 (96 %)
- Vrijwilligersorganisaties: 24 (96 %)
- Sociaal werk: 22 (88 %)
- Wijkteam: 20 (80 %)
- Basis-ggz: 20 (80 %)
- Huisarts / poh-ggz: 19 (76 %)
- Maatschappelijke opvang: 18 (72 %)
- Beschermd Wonen: 16 (64 %)
- Politie: 15 (60 %)
- Woningcorporatie: 15 (60 %)
- Jeugdzorg: 13 (52 %)

Verder nog genoemd:

- Bibliotheek
- Buurtvereniging
- UWV
- GGD
- Hbo
- Collega's in een netwerk
- Winkels
- Bemoeizorg
- Veiligheidshuis



2

Financiering en organisatie

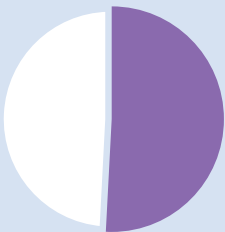
Hoe worden de zelfregie en herstelorganisaties gefinancierd? En welke vormen van financiering hebben ze? In dit hoofdstuk lees je er meer over.

Een blik op de beweging

In deze uitgave kijken we naar 25 van de 49 zelfregie en herstelorganisaties die lid zijn van de Nederlandse Vereniging voor Zelfregie en Herstel in 2024.

Dit is 51% van alle leden. Deze 25 zelfregie en herstelorganisaties hebben samen 118 locaties door heel Nederland (behalve in Drenthe). Alle 49 leden hadden in 2024 samen 206 locaties.

Aantal leden dat deelnam aan het verdiepende interview



25 (51%) van de 49

Aantal locaties die zij hebben



118 (57%) van de 206

Hoeveel locaties hebben ze?

Hieronder zie je hoeveel locaties de 25 zelfregie en herstelorganisaties hebben. Onder een locatie verstaan wij een fysieke plek waar inwoners terecht kunnen voor zelfregie en herstel. De grootte van de 118 locaties en de openingstijden verschillen onderling enorm. Van 1 dagdeel per week (bijvoorbeeld inloop en een herstelcursus binnen een welzijnslocatie of bibliotheek) tot 7 dagen open voor zelfregie en herstel op een eigen locatie.

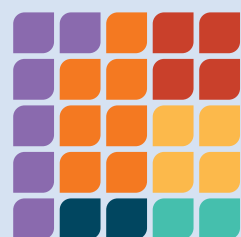
Aantal locaties per ZHO

9 ZHO's	1 locatie
3 ZHO's	2 locaties
2 ZHO's	3 locaties
3 ZHO's	4 locaties
2 ZHO's	5 locaties
2 ZHO's	7 locaties
1 ZHO	8 locaties
1 ZHO	12 locaties
1 ZHO	17 locaties
1 ZHO	24 locaties
25 ZHO's	118 locaties

Hoe lang bestaan ze?

Er is een enorm verschil in 'leeftijd' tussen de 25 zelfregie en herstelorganisaties. Sommige bestaan pas een paar jaar, andere al meer dan 25 jaar!

Leeftijd organisaties

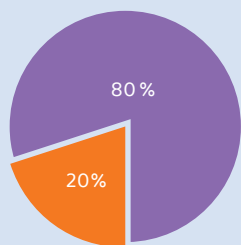


- 0 t/m 5 jaar: 6 ZHO's
- 6 t/m 10 jaar: 7 ZHO's
- 11 t/m 15 jaar: 4 ZHO's
- 16 t/m 20 jaar: 4 ZHO's
- 21 t/m 25 jaar: 2 ZHO's
- 26 jaar en ouder: 2 ZHO's

Helemaal zelfstandig of onderdeel van?

Van de 25 zelfregie en herstelorganisaties zijn 20 een zelfstandige organisatie. En 5 zijn onderdeel van een andere organisatie zoals een ggz-instelling of een ribw.

Rechtspersoon organisaties



- zelfstandig rechtspersoon (20 ZHO's)
- onderdeel van rechtspersoon (5 ZHO's)

Wat is de omzet?

De totale omzet van de 25 zelfregie en herstelorganisaties in 2024 is 23.463.188 euro.

Omzet organisaties

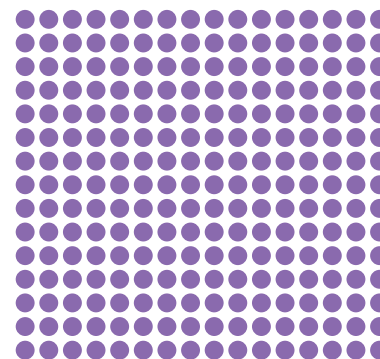


- Omzet totaal 25 ZHO's: € 23.463.188,-
- Omzet gemiddeld per ZHO (25): € 938.528,-
- Omzet gemiddeld per locatie (118): € 198.841,-

Hoeveel mensen werken er?

In 2024 werkten er in totaal 240,56 fte voor de 25 ZHO's.

Aantal fte werkzaam

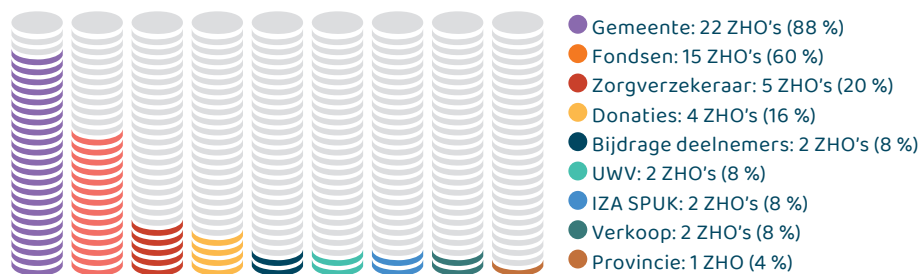


- Totaal aantal fte 25 ZHO's: 240,56
- Gemiddeld fte per ZHO (25): 9,62
- Gemiddeld fte per locatie (118): 2,04

Uit welke bron worden ze gefinancierd?

De 25 ZHO's hebben gemiddeld 2,2 verschillende van de hieronder genoemde financieringsbronnen.

Financieringsbronnen

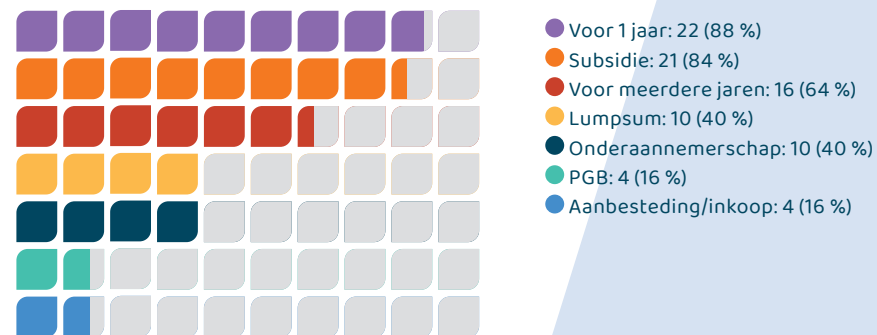


Welke vormen van financiering zijn er?

De 25 zelfregie en herstelorganisaties noemden zeven verschillende vormen van financiering.

Ze hebben met gemiddeld 3,5 van de hier genoemde vormen te maken.

Financieringsvormen





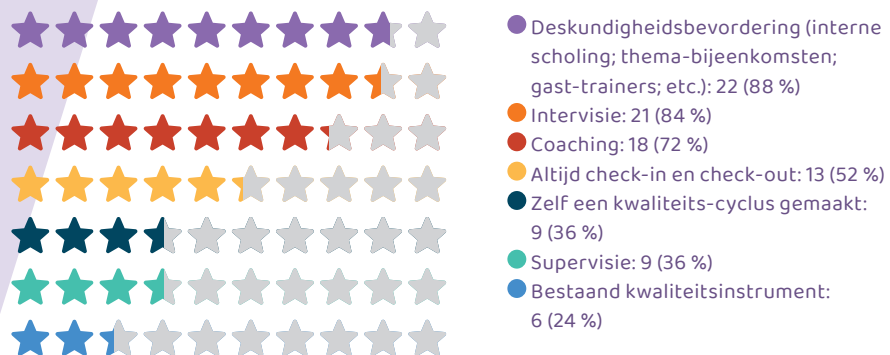
3 Kwaliteit en toekomst

Wat doen zelfregie en herstelorganisaties om de kwaliteit van het vak op peil te houden, te bewaken en te blijven ontwikkelen?
Welke plannen hebben de zelfregie en herstelorganisaties voor de toekomst en welke zorgen of uitdagingen hebben ze?

Kwaliteit

De 25 zelfregie en herstelorganisaties doen veel om de kwaliteit hoog te houden. Medewerkers, vrijwilligers en deelnemers in de groeivijver spelen hier een belangrijke rol in.

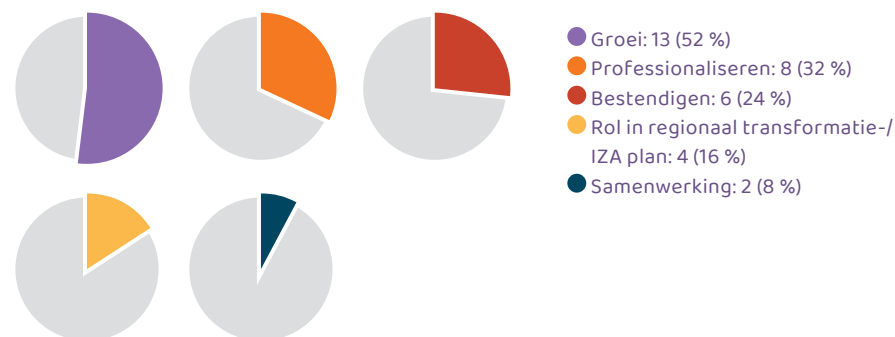
Kwaliteitsbewaking en -ontwikkeling bij de ZHO's



Plannen

De plannen voor de (nabije) toekomst die de 25 zelfregie en herstelorganisaties noemden zijn te clusteren naar 5 gebieden: groei, professionaliseren, samenwerking, regionale transformatieplannen en bestendigen. Een aantal ZHO's heeft plannen op meerdere gebieden.

Plannen bij de ZHO's



Binnen de gebieden waar de plannen zich op richten worden verschillende onderwerpen ter aanvulling genoemd:

Groei

- Uitbreiden naar alle dagen inloop
- Dekkend netwerk in de regio
- Aanbod door en voor jongeren
- Aanbod in bibliotheken
- Opening respijthuis
- Meer ervaringsdeskundigen
- Participeren in Verkennende Gesprekken

Professionaliseren

- Meer focus op herstelaanbod
- Organisatie meer herstelondersteunend inrichten
- Concept zelfregie doorontwikkelen
- Financieel gezonder maken van de organisatie
- Zichtbaarder worden
- Bestuurswisseling
- Kwaliteit

Bestendigen

- Comprimeren (afbouw kleine locaties ten gunste van verstevigen grote locaties)
- Bestendigen wat er is
- Verhuizen, pas op de plaats
- Met minder geld hetzelfde (of meer) doen

Rol in regionaal transformatieplan

- Rol in transformatieplan
- Rol in IZA plan
- Overzicht zien te houden in de plannen van de verschillende regio's waar we actief zijn

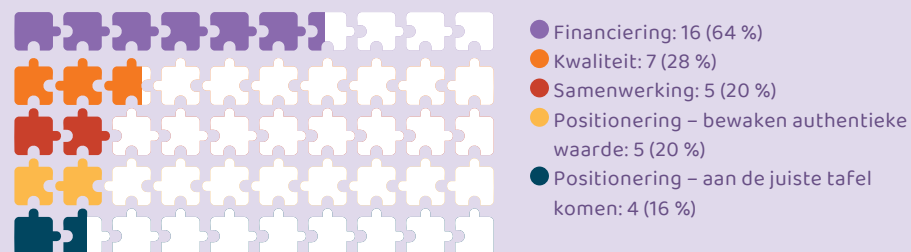
Samenwerking

- Meer samenwerking met vrijwilligersorganisaties
- Meer gaan samenwerken ihkv het IZA

Uitdagingen

De zorgen en uitdagingen die de 25 zelfregie en herstelorganisaties noemden zijn te clusteren naar 5 gebieden: financiering, kwaliteit, samenwerking, positionering tav het bewaken van de authentieke waarde en positionering tav het aan de juiste tafel komen. Een aantal ZHO's heeft uitdagingen op meerdere gebieden.

Zorgen en uitdagingen bij aantal ZHO's



Binnen de gebieden waar de zorgen en uitdagingen over gaan worden verschillende onderwerpen ter aanvulling genoemd:

Financiering

- Van 1-jarige financiering(en) naar meer-jarige (of structurele) financieringen komen
- IZA SPUK-middelen worden niet of aan de verkeerde inzet besteed
- Het krijgen van IZA SPUK-middelen
- Bezuiniging sociaal domein
- De ggz pleit sterk voor behoud bestaande financiering waardoor er weinig geld overblijft voor transformatie
- Financiering nu deels gekoppeld aan transformatieplan, maar wat als dat plan niet wordt goedgekeurd?

- Nauwelijks reserves meer
- Wisseling van ambtenaar waarmee over financiering werd gesproken, nu opnieuw relatie opbouwen met nieuwe ambtenaar

Kwaliteit

- Behoud van mensen / goede ervaringsdeskundigen
- Op zoek naar vrijwilligers / het vinden van de juiste mensen
- Voldoende aandacht kunnen geven aan vrijwilligers
- Keuzes maken mbt de juiste impact
- Groei in het juiste tempo houden

Samenwerking

- Ggz lijkt niet te willen (ver)schuiven
- Samenwerking eerste lijn
- Vooralsnog meer concurrentie dan samenwerking
- Andere organisaties willen optimaliseren; wij willen transformeren

Positionering – bewaken authentieke waarde

- Bewaken dat we niet als oplossing voor andermans probleem worden gezien
- In het transformatieplan blijken laagdrempelige steunpunten ineens van iedereen te zijn
- Er worden steeds meer eisen aan verantwoording/declarabiliteit gesteld
- Gemeente weet niet wat onze waarde is
- Onze waarden bewaken; geen standaardisatie van boven af

Positionering – aan de juiste tafel komen

- Het ontbreekt ons aan de middelen / menskracht om aan de juiste tafel(s) te komen
- Het ontbreekt ons aan de middelen / menskracht om een gelijkwaardige inbreng te hebben aan de juiste tafel(s)

Landelijk dekkend netwerk van zelfregie en herstelorganisaties

Zelfregie en herstelorganisaties zijn kansrijke contexten voor inwoners. Kansen om je weer gezien, verbonden en van betekenis te voelen als dat vanwege psychische problemen niet meer vanzelfsprekend is. En ook andersom: een context waarbinnen je ervaringen en ontwrichtingen kunt delen en (h)erkennen om te voorkomen dat je (meer) psychische problemen krijgt.

De impact is groot. Op individueel niveau halen én brengen mensen betekenisvolle contacten, rollen en activiteiten. Een bijvangst voor een aantal van hen is dat zorg afgebouwd of voorkomen kan worden. Ook op collectief niveau is er impact: op deze plekken wordt inclusie voorgeleefd en inwoners voelen zich weer toegerust om mede-maker van de samenleving te zijn. Ook struikelen mensen in de groeivijver omhoog van arbeidsongeschikt naar heel geschikt om te gaan werken als ervaringsdeskundige binnen een ZHO, de zorg of welzijn.

Het maken van die kansrijke context door, voor en met de mensen om wie het gaat is een vak. In deze uitgave geven 25 zelfregie en herstelorganisaties een inkijk daarin. Beleidsprogramma's zoals het IZA en het AZWA (Aanvullend Zorg en Welzijnsakkoord) erkennen de waarde van deze kansrijke contexten en streven naar een landelijk dekkend netwerk in 2030. Als NVZH delen we onze kennis graag om deze ambitie mogelijk te maken!



Dit is een uitgave van
**Nederlandse Vereniging voor
Zelfregie en Herstel**

Deze uitgave is mogelijk
gemaakt voor het Oranje Fonds
en het ministerie van VWS

info@nvzh.nl
www.nvzh.nl

INTERVIEWS Irene Piets
REDACTIE NVZH
ONTWERP OVERHAUS
BEELD Edwin van Zandvoort