



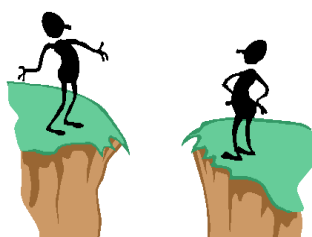
## Samen Buurten,

een voorlichtingsproject GGZ in de Indische Buurt

### Inleiding

Als gevolg van ambulantisering van de geestelijke gezondheidszorg wonen GGZ-cliënten steeds vaker zelfstandig in de wijk. Zij willen deelnemen aan het sociale leven in de wijk, als volwaardige burgers en niet als mensen met een beperking die hulp nodig hebben. Dit noemen we *sociale inclusie*.

In de Indische Buurt van Amsterdam Oost wonen relatief veel personen met een psychische kwetsbaarheid. Uit het veld komen signalen dat er onder buurtbewoners vooroordelen en angst bestaan rond mensen met een psychiatrische aandoening; er is sprake van een stigma. Het is algemeen bekend dat stigma en vooroordelen het moeilijker maken voor GGZ-cliënten om toegang te krijgen tot buurtvoorzieningen, sociale contacten aan te gaan, woonruimte te vinden en werk te vinden en te behouden. Om sociale inclusie van deze inwoners te bevorderen is het van groot belang dat zij zich in hun directe buurtomgeving thuis en welkom voelen.



### Doel

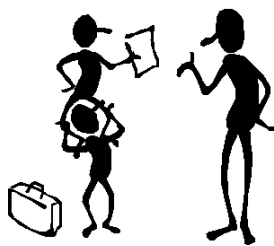
Met dit project willen Arkin (Preventie), GGD Amsterdam en het stadsdeel Oost een vraaggestuurde voorlichtingscampagne opzetten gericht op het omgaan met mensen met een psychische kwetsbaarheid in de Indische Buurt. Hiermee willen we een bijdrage leveren aan het bevorderen van de acceptatie en sociale participatie van mensen met psychische problematiek in de Indische Buurt.

### Aanpak

In dit project richtten we ons nadrukkelijk op intermediairs uit de buurt en sleutelfiguren van buurtorganisaties. Enerzijds om via hen inwoners van de Indische Buurt te bereiken en angsten en vooroordelen m.b.t. mensen met GGZ-problematiek bespreekbaar te kunnen maken. Anderzijds om te bevorderen dat projectactiviteiten goed aansluiten bij, en een plaats krijgen in, het beleid en de programmering van de buurtorganisaties.



De volgende stappen waren onderdeel van het project:



- Inventariserend onderzoek naar de heersende angsten en vooroordelen m.b.t. GGZ-cliënten onder sleutelfiguren en bewoners van de Indische Buurt door middel van korte interviews en gesprekken;
  - Het creëren van draagvlak voor het project en het op de agenda zetten van de sociale inclusie van mensen met GGZ-problematiek binnen buurt- en welzijnsorganisaties, door middel van uitgebreide gesprekken met intermediairs en sleutelfiguren.
- Inventariserend onderzoek naar ervaren kansen en knelpunten en naar de behoeften van sleutelfiguren en intermediairs met betrekking tot activiteiten, voorlichting, ondersteuning e.d. door middel van het organiseren van een buurtnetwerkbijeenkomst over het thema GGZ
  - Het naar behoefte toerusten van intermediairs, sleutelfiguren en vrijwilligers in het signaleren van GGZ-problematiek en het omgaan met mensen met GGZ-problematiek door deskundigheidsbevordering in de vorm van voorlichting en training;
  - Het versterken van samenwerking tussen maatschappelijke voorzieningen in de buurt en GGZ aanbieders en het ondersteunen van de buurtorganisaties (sleutelfiguren) bij het betrekken mensen met GGZ-problematiek bij activiteiten in de buurt;
  - Het opzetten van een gerichte voorlichtingscampagne voor inwoners van de Indische Buurt in samenwerking met sleutelfiguren van buurtorganisaties en ervaringsdeskundigen. Hiervoor zijn flyers, social media, maar ook activiteiten tijdens het Indische Buurt festival gebruikt. Tevens zijn naar behoefte voorlichtingsbijeenkomsten voor bewoners georganiseerd;
  - Het inschakelen van GGZ-ervaringsdeskundigen bij ontwikkelen en uitvoeren van de projectactiviteiten;
  - De formatie van een actieve klankbordgroep, bestaand uit 4 à 5 sleutelfiguren, om het project te ondersteunen. In deze klankbordgroep waren de volgende organisaties vertegenwoordigd: Civic, StreetsmArt, team Ed, en de Dappere Dames, Life & Style.



## Acties

Concrete acties die in het kader van het project hebben plaatsgevonden, zijn:

### *Interviews met (buurt)organisaties:*

In de loop van het project zijn 35 sleutelfiguren en intermediairen geïnterviewd of gesproken. Op deze wijze zijn de volgende (buurt)organisaties bij het project betrokken:

|   |                   |
|---|-------------------|
| Elhoussaine Hminou  | Streetsmart       |
| Erik van Langkruis, Marieke Soeterik, Daya Elzenga, Monique Dames | Civic             |
| Shazia Ishaq  | MOI               |
| Farnosh Forozesh  | De Meevaart       |
| Jeanette de Waard   | Buurthulp         |
| Annemarije Wilmlink   | Plein coördinator |
| Ouarda El Morabet   | Life en Style     |
| Mieke Maas  | Atelier K&K       |
| Malika Frindi   | Dappere Dames     |
| Erik Parmanand  | SHID              |
| Mustapha El Jarmouni  | Schaakschool      |
| Septimia Khulman  | Batjan Buren      |
| Don Becker  | BA Werkmakelaar   |

Peter Galterius  
Simone Hoogevorst  
Jennifer Veldman  
Martha Swinkels  
Jerrit Vellenga  
Petra Kulderij  
Yvonne Spring in 't Veld  
Heleen vd Niet  
Mira de Vos  
Roy Kroonenburg  
Rob van Veelen  
Danielle Veljovic  
Marieke Starreveld, Vanessa Nassi  
Maarten Muis  
Jurrit Stoeten  
Gadija Wijngaard  
Demet Akpinar

Blije Buren  
Tante Gerritje  
Makkie Winkel  
Cybersoek  
Diaconaal opbouwwerker  
Eigenhaard  
GGD  
De Key  
Ymere  
De Alliantie  
Voormalig Kwartiermaker  
Kwartiermaker Oost  
Roads  
Team ED  
BOOT/ UvA  
Sipi  
BA groep

De meeste sleutelfiguren waren erg enthousiast over de gedachte achter Samen Buurten. Ze waren zeer bereid om mee te denken maar gaven wel aan dat Samen Buurten het zoveelste project is dat langs komt en waarschijnlijk weer verdwijnt op het moment dat het net een beetje gaat lopen. Bovendien wordt men overspoeld door allerlei partijen die voorlichting en training wil geven in de buurt. De wat beter georganiseerde informele organisaties hebben hun eigen kanalen en contacten waar ze kennis halen. Alleen bij een duidelijk aanbod is er mogelijk interesse.

Veel buurtorganisaties gaven aan wel mensen met GGZ kwetsbaarheid binnen te krijgen, zonder dat men daarvoor doelbewuste acties onderneemt. Blijkbaar spreekt hun aanbod ook GGZ-(ex)cliënten aan omdat het aansluit bij hun talent of interesse. In de praktijk blijkt dat veel buurtinitiatieven gaandeweg creatieve manieren vinden om met de GGZ populatie om te gaan.

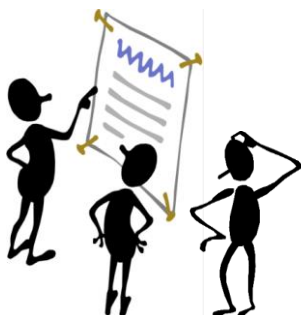


Men ziet echter geen heil in het organiseren van specifieke activiteiten voor mensen met een GGZ-kwetsbaarheid. Mensen willen vaak niet toegeven bij deze doelgroep te horen. Het is voor deze mensen belangrijk dat zij gewoon welkom zijn en zich welkom voelen maar dat er daarnaast wel oog is voor hun specifieke behoeften, die soms iets anders kunnen zijn dan waar de activiteit oorspronkelijk voor bedoeld was.

Een belangrijk ervaren knelpunt is dat de contacten met formele GGZ-instellingen niet altijd goed lopen en dat buurtorganisaties soms lang moeten wachten voordat ze antwoord krijgen op specifieke vragen. Mensen van de verschillende partijen kennen elkaar niet en weten onvoldoende van elkaar wie ze zijn en wat ze doen en hoe ze elkaar zouden kunnen ondersteunen. Er is nog altijd weinig verbinding tussen het formele en informele circuit, waardoor veel kansen verloren gaan. Verder ziet men woningcorporaties als belangrijke partijen om te betrekken omdat zij weten welke (verborgen) GGZ problematiek er onder bewoners is.



### **Buurtnetwerkbijeenkomst**



Op 20 februari 2017 is een buurnetwerkbijeenkomst gehouden, waarvoor veel buurtorganisaties uit de Indische Buurt waren uitgenodigd. Ook ervaringsdeskundigen waren aanwezig. In totaal waren er 30 mensen aanwezig

Na een gezellige ontvangst met heerlijke, door lokale buurtinitiatieven gemaakte, hapjes, werd de avond gestart met de presentatie van een groepje studenten die een inventariserend onderzoek hadden gedaan naar

sociale inclusie van GGZ-cliënten in de Indische Buurt. Dit leverde veel reacties van herkenning en erkenning op. Na de pauze werd de avond voortgezet in een wereldcafé-setting waarin verschillende onderwerpen binnen het thema van sociale inclusie van GGZ-cliënten in groepjes besproken werden. Aan bod kwamen het stigma rond en zelfstigma van GGZ-clienten en de behoeften van GGZ cliënten en buurtorganisaties ten aanzien van ondersteuning, samenwerking, kennis, etc. Verderop in dit verslag worden de bevindingen samengevat.

### ***Kraam op Indische Buurtfestival***

Op zaterdag 1 juni, tijdens het jaarlijkse Indische Buurt Festival, stond Samen Buurten op de Javastraat met een grote kraam. Veel buurtbewoners kwamen langs. Velen kenden wel iemand met psychische klachten en deelden onze mening dat psychische stoornissen of klachten dezelfde lading zouden moeten hebben als lichamelijke klachten zoals Diabetes, een hartkwaal of een hersenschudding.



Tegelijkertijd herkenden de meeste bezoekers het taboe dat er nog altijd heerst op psychische gezondheid. Men was het erover met ons eens dat er nog veel winst te behalen valt.

### ***Facebookpagina***

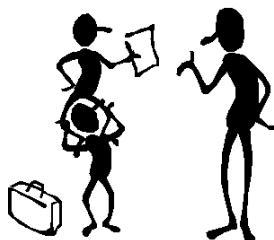
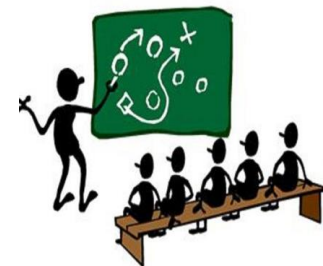


Een van de projectmedewerkers heeft een Facebookpagina gelanceerd, waarop de activiteiten van Samen Buurten vermeld worden maar ook andere onderwerpen rondom GGZ-kwetsbaarheid en sociale inclusie gedeeld worden. Deze pagina wordt druk bezocht door actieve buurtbewoners.

### ***Trainingen en voorlichtingen***

Een heel belangrijk onderdeel van Samen Buurten bestaat uit het organiseren van voorlichtings- en trainingsbijeenkomsten voor professionals en vrijwilligers van buurtorganisaties. De volgende organisaties hebben een training of voorlichting voor hun achterban aangevraagd:

- Stichting de Bloem: Voorlichting voor vrouwen; 10 november 11 deelnemers. Zij willen graag nog een vervolg.
- Vonk: Voorlichting over GGZ ziektebeelden en over hoe taboe rond GGZ te doorbreken. Doelgroep: vrouwen van alle nationaliteiten. 17 oktober 18 deelnemers. Deze dames wille graag meer horen over specifieke onderwerpen als Schizofrenie en Psychoses.
- Post Oost: 2x training deskundigheidsbevordering op het gebied van psychische problemen voor vrijwilligers, 21 deelnemers.
- Dynamo: 2x training deskundigheidsbevordering op het gebied van psychische problemen voor beroepskrachten, 22 deelnemers.



- Er wordt nog een voorlichting gegeven aan vrijwilligers van de Dappere Dames, Makkie winkel, Tante Gerritje en Life&Style. Deze partijen hadden veel interesse, maar doordat er nog geen passende datum is gevonden, is er nog geen voorlichting geweest.
- Op verzoek van StreetSmart wordt door een Marokkaanse psychiater en een Marokkaanse ervaringsdeskundige een voorlichting over psychische ziekte-

beelden gepland voor de Marokkaanse achterban. Er is contact gezocht met Ipsy, die een ervaren Marokkaanse Psychiater hebben.

- In februari 2018 wordt een brede voorlichtingsbijeenkomst voor bewoners rond het onderwerp georganiseerd in de Meevaart in het kader van Wetenschap in de Wijk.

## Stigma en zelfstigma

Uit de diverse interviews, gesprekken en bijeenkomsten blijkt dat er inderdaad nogal een taboe heerst op GGZ-kwetsbaarheid. Vooral mensen die er weinig mee te maken hebben en er niet bekend mee zijn, hebben de neiging alle GGZ-cliënten over



één kam te scheren en ze te beschouwen als niet normaal, niet volwaardig functionerend, onberekenbaar, gek en soms zelfs als gevaarlijk.



Daarnaast blijken GGZ-cliënten zelf nogal vaak last te hebben van een 'zelfstigma'. Ze hebben een laag zelfbeeld en weinig zelfvertrouwen. Ze zijn bang om onder de mensen te komen, wat vaak leidt tot vereenzaming. Veel mensen met GGZ problemen, ook de (nog) ongediagnostiseerden, durven er niet openlijk voor uit te komen omdat dat hun sociale dan wel professionele status in gevaar zou kunnen brengen en ze bang zijn vrienden of baan te verliezen.

Bij de meeste gesproken mensen, heerste het besef dat er nog veel moet gebeuren op het vlak van de sociale inclusie van mensen met een GGZ-kwetsbaarheid. Het gedeelde ideaalbeeld is dat met psychische stoornissen of klachten op dezelfde wijze wordt omgegaan als met lichamelijke klachten, zoals diabetes, een gebroken been of een hartkwaal.

## Aanbevelingen

Uit gesprekken, interviews en bijeenkomsten kwamen de volgende aanbevelingen naar voren:

1. Vergroten van de bekendheid met GGZ problematiek onder bewoners, door:
  - algemene voorlichting voor bewoners, sleutelfiguren, vrijwilligers, enz. over GGZ-problematieken, de impact en hoe daarmee om te gaan. Zowel voor een breed publiek als voor specifieke doelgroepen;
  - het organiseren van een podium voor de doelgroep;
  - gebruik te maken van ervaringsdeskundigheid. Ervaringsdeskundigen die al weten te dealen met hun kwetsbaarheid kunnen een positief signaal afgeven en tevens een inspiratiebron zijn voor andere mensen met een psychische kwetsbaarheid.
2. Meer samenwerking tussen formele en informele buurtorganisaties, zodat
  - er een gedeeld eigenaarschap met betrekking tot de noodzaak van sociale inclusie ontstaat en niet 1 partij de kar trekt;
  - professionals en buurtinitiatieven elkaar kennen en weten te vinden zodat ze beter en vaker naar elkaar kunnen doorverwijzen.
3. Betere ondersteuning van GGZ-cliënten in participatie, door:
  - betere koppeling van GGZ behandeling aan meedoen/participatie;
  - beter informeren van GGZ-cliënten en behandelaars over welk (geschikt) aanbod er in de buurt is;
  - zoeken naar en aansluiten bij hobby's, interesses en talenten van cliënten;





- aanpak zelfstigma tijdens de behandeling;
- ondersteuning van GGZ-cliënten in de zoektocht naar geschikte activiteiten, bijvoorbeeld door maatjes. Ervareingsdeskundigen zouden hier een rol in kunnen krijgen;
- de vorming van een 'convooi' van (kwetsbare) bewoners tegen vereenzaming.

4. Versterking klimaat van gelijkwaardigheid, veiligheid en vertrouwen binnen aanbod in de buurt, door:

- continuïteit van activiteiten en begeleiders, zodat er onderling vertrouwen opgebouwd kan worden;
- geïnteresseerd, respectvolle bejegening van iedereen door normaliserende benadering ("Zo gaan wij hier met elkaar om");
- tegelijkertijd waar nodig zorgen voor maatwerk richting de deelnemer van de activiteit;
- deelnemers te betrekken bij het organiseren of uitvoeren van de activiteit zodat ze zich welkom, gewenst en belangrijk voelen;
- activiteiten organiseren die de saamhorigheid vergroten: uitjes, etentjes,..



5. Meer en beter gebruik van bestaande voorzieningen en kanalen, zoals:

- een woningcorporatie, die veel doet voor haar bewoners;
- "Buren, we zijn er", van stichting Prisma, de Regenboog, Team ED en anderen: een lokaal netwerk voor kwetsbare (Ivb, GGZ maar ook andere) Amsterdammers;
- Post Oost-plus, specifiek gericht op moeilijk bereikbare groepen, met name mensen met GGZ problemen of andere beperkingen;
- Ander laagdrempelig aanbod in de buurt, zoals:
  - Prisma : Stamtafel en Buurtmaatjes
  - Arkin/ PuntP : gratis trainingen
  - Civic : Participatie winkel Post Oost
  - Assadaaka : bewonersinitiatieven
  - Team Ed : Ervareingsdeskundige voorlichtingen en maatjes
  - ROADS : inloop in de Meevaart, Kunstkop, dagbesteding Obiplein
  - Tante Gerritje : Creatieve activiteiten voor Jong en oud
  - Studio K&K : inloop zelfhulp groep, lunch groep en pilates voor dames.
  - Street smart : inloop in de Niasstraat vanaf 15.00 uur



## Vervolg

Op verschillende wijzen wordt gepoogd het gedachtegoed van Samen Buurten te borgen in de buurt. De volgende activiteiten zijn daar onderdeel van:

- Het vervolgen van het proactieve proces van trainen en voorlichten van organisaties, vrijwilligers, bewoners, en professionals
- De in de lucht blijvende Facebookpagina Samen Buurten. Beheerd door Saskia van Geel
- De organisatie van een eindbijeenkomst voor alle sleutelfiguren uit de buurt om de opgedane kennis over te dragen en partijen te stimuleren zelf aan de slag te gaan
- Om het onderwerp GGZ levend te houden zou Samen Buurten gekoppeld moeten worden aan een ander onderdeel binnen Arkin (Preventie ROADS Herstel werkplaats of een combinatie daarvan)

- De buurt heeft behoefte aan meer zichtbaarheid van Arkin in de buurt, als laagdrempelige organisatie waar men terecht kan met vragen over GGZ-kwetsbaarheid. Om dat voor elkaar te krijgen zal er een vast aanspreek punt, of eigenlijk persoon, moeten zijn die makkelijk te benaderen is in de buurt. De buurt is gevoelig voor mensen die benaderbaar zijn en met wie ze samen willen werken. Het gaat hier ook voornamelijk om een "gun" factor.
- Evaluatie van effect van voorlichtingen en trainingen door begin 2018 nog een kort, inventariserend onderzoek te doen de stand van zaken van sociale inclusie.



**Amsterdam, december 2017**

Saskia van Geel, Arkin Preventie  
Mhamed El Ouafassi, Arkin Preventie  
Francisca Flinterman, GGD Amsterdam

