Tussenevaluatie Wijchen Zuid

1. Wat hebben we gedaan?

Voor de overname van de inloop en de vrijwilligers hebben we goed de tijd genomen omdat de geschiedenis van deze inloop nogal wat impact heeft gehad. Belangrijk voor ons vanuit Ixta Noa was om hier niet aan voorbij te gaan en een goede basis te leggen bij het overnemen en de doorstart van de inloop. Onze insteek was om in deze fase ook te leren van wat er niet gelukt was. Hiervoor was het van belang om voor de nieuwe medewerker die de inloop zou gaan organiseren en verzorgen een goed inwerk traject te realiseren. Ze moest bekend worden met de functie en de nieuwe locatie en betreffend netwerk en daarbij zo volledig mogelijk op de hoogte zijn van en voeling hebben met de situatie rondom de oude inloop.

Naast dat proces was het ook belangrijk om de overgebleven vrijwilligers de ruimte en de tijd te geven om goed af te ronden met de voorgaande betrokken organisaties, zodat we samen een frisse blik vooruit konden werpen. Daarna hebben we hun opleidings- en inwerkproces in gang gezet om ze wegwijs te maken in onze manier van werken. Het opleidingsproces bestaat uit een traject van onder begeleiding 10x meelopen op verschillende locaties van Ixta Noa, het volgen van e-learning modules in onze Ixta Noa Academy (ons opleidingssysteem) en de Ixta op Start training, bestaande uit twee trainingsdagen die succesvol afgerond dienen te worden om ervaringsdeskundige vrijwilliger te kunnen worden. De training (net als onze andere interne trainingen) wordt gegeven door een medewerker en een vrijwilliger. Na het behalen van de training mogen vrijwilligers deze training na verloop van tijd ook zelf geven als dit hun wens is. Hiervoor worden ze dan ook weer verder opgeleid.

Naast het opleiden van de vrijwilligers zijn we ook druk bezig geweest om kennis te maken met andere organisaties in het gebouw. Uiteraard eerst met MeervoorMekaar en het Sociaal Team, en ook met Miranda van Amersfoort van het Breincafé.

Daarnaast zijn we door middel van een kwartiermaak-actie in contact gekomen met potentiële netwerkpartners. Als onderdeel voor een schoolopdracht, hebben we een actie uitgevoerd in 't Mozaiëk om door middel van wenskaarten Ixta Noa zichtbaar te maken en in gesprek te gaan met mensen (zowel bezoekers van 't Mozaiëk als medewerkers van andere organisaties) over psychische kwetsbaarheid en wat hun wensen zouden zijn voor een inloop gericht op deze doelgroep. Op deze manier zijn we in nader contact gekomen met de Driestroom. Ondanks de verschillen in onze doelgroepen, werken we beide krachtgericht en met oog op herstel. Zo zijn zij ook betrokken geraakt bij de feestelijke opening van de inloop en zijn we met elkaar in gesprek over een eventuele samenwerking in het organiseren van activiteiten.
Naast de Driestroom hebben we kennis gemaakt met twee participatiecoaches van de gemeente Wijchen. Met hen hebben we gesproken over wat Ixta Noa en de inloop te bieden heeft voor hun cliënten. Ze zouden zowel deelnemer als vrijwilliger kunnen worden afhankelijk van waar ze in hun herstel staan. Bij Ixta Noa is het namelijk zo dat het niet uitmaakt of je deelnemer, vrijwilliger of medewerker bent, je bent in elke rol op een passende manier bezig met herstel.

Ik geef graag mezelf als voorbeeld hierin. Vier jaar geleden stapte ik bij Ixta Noa binnen als vrijwilliger. Op dat moment leefde ik al jaren van een uitkering, had ik al een flink aantal therapieën erop zitten en was ik klaar voor een volgende stap in mijn herstel. Ik hoopte bij Ixta Noa weer een weg te vinden om weer mee te doen in de maatschappij en niet meer langs de zijlijn te staan. Ik voelde me meteen welkom

toen ik binnen stapte en mijn verwondering werd aangewakkerd door alle mogelijkheden die Ixta Noa te bieden had. Door simpelweg koffie te drinken en te praten met anderen die ook langs de zijlijn hebben gestaan, voelde ik weer de ruimte om verdere stappen te zetten in mijn herstel. Ik leerde hoe ik mijn ervaringen kon inzetten om anderen dezelfde veilige omgeving en handvatten voor herstel te bieden. Ik leerde mijn kwetsbaarheden en klachten zo om te zetten als krachten en ik durfde weer vooruit te kijken. En wanneer ik vooruitkeek, zag ik mezelf als ervaringsdeskundige professional in zorg en welzijn. Ik heb er heel hard voor moeten werken en ik heb het allemaal wel uiteindelijk zelf gedaan, maar dankzij Ixta Noa doe ik weer mee in de maatschappij, heb ik een baan en mag volgend jaar mijn diploma in ontvangst nemen als ervaringsdeskundige professional.

De opening op vrijdag 27 september was druk bezocht, er waren ruim 50 mensen aanwezig, en we hebben ons best gedaan om het voor iedereen toegankelijk te maken. We hebben de opening bekend gemaakt via twee mailrondes naar onze netwerkpartners, huisartsenpraktijken en poh's in Wijchen en andere organisaties in 't Mozaiëk, maar ook naar de deelnemers van de andere inloop in Wijchen. Daarnaast hebben we in de Wegwijs en op abri-borden gestaan voor meer zichtbaarheid en bekendmaking. Er zijn uiteindelijk verschillende bezoekers geweest, zowel van organisaties (bekend en nóg onbekend) als potentiële vrijwilligers en deelnemers. Onze directie was aanwezig om de opening te openen en te vertellen over Ixta Noa. De Driestroom heeft een rol gekregen, hun huisband heeft gespeeld en we hebben gebak uit hun bakkerij gehaald. Door dit soort samenwerkingen aan te gaan, hopen we verbinding te leggen met andere welzijnsorganisaties in Wijchen zodat we elkaar beter weten te vinden en onze cliënten/bezoekers/deelnemers een mooi divers palet aan mogelijkheden te kunnen bieden in hun herstel. Dit palet hopen we in de toekomst stapsgewijs verder uit te breiden en vorm te geven.

Tijdens de opening hebben we ook een VR experience georganiseerd vanuit Psychisch Gedoe in samenwerking met Pro Persona. Dit gaf bezoekers de kans om verschillende psychische kwetsbaarheden te ervaren en diende net als de creatieve ruimte en het spel 'Een steekje Los' als voorbeeld van de activiteiten die we zoal ondernemen.

2. Wat biedt de inloop nu?

De inloop is de week na de opening van start gegaan op dinsdagmiddag en vrijdagochtend. Vanaf de start tot op heden hebben we elk dagdeel minstens 4 deelnemers mogen ontvangen. Het is nog zoeken hoe we kunnen voldoen aan ieders behoefte wat betreft activiteiten, hier zijn we vanaf het begin al met hen over in gesprek om de inloop zo in te richten dat iedereen er uit kan halen wat voor hen aansluit. Op dit moment hebben we het zo ingericht dat de inloop plaatsvindt in de grote ruimte, en de kleinere ruimte is ingericht als creatieve ruimte. Hier kunnen deelnemers met of zonder opdracht (gericht op herstel en mentale gezondheid) creatief bezig gaan met verschillende materialen naar keuze. Deze materialen worden in de komende periode steeds aangevuld op behoefte van deelnemers en/of wanneer dit nodig is voor een activiteit.

Tijdens de inloop worden er ook graag spellen gespeeld die gericht zijn op thema's die verband houden met herstel en mentale gezondheid, een voorbeeld hiervan is het kaartenspel 'Openhartig.' Deze wordt meegenomen door een van onze vaste deelnemers. Omdat we een veilige omgeving willen bieden waarin onze deelnemers bezig kunnen zijn met herstel, maken we graag gebruik van dit soort spellen die de drempel helpen verlagen.

Overigens is het zo dat alleen het deelnemen aan een inloop van Ixta Noa al een herstelgerichte activiteit is. Om dit toe te lichten, vertel ik graag over een gesprek dat ik vorige week had met een van de deelnemers. In een gesprek vertelde ze me dat ze al jaren last heeft van een angststoornis en het daardoor moeilijk vindt om de deur uit te gaan en onder de mensen te zijn. Hierdoor voelt ze zich wel enorm eenzaam en ziet ze niemand anders dan haar echtgenoot. Naar de inloop van Ixta Noa durft ze echter wel te gaan! Dit zorgt ervoor dat ze toch contact heeft met andere mensen, zich minder eenzaam voelt en ze zichzelf wel ertoe kan zetten om de deur uit te gaan. Bij ons kan ze haar verhalen kwijt, vindt ze herkenning en wellicht zal het haar inspireren om haar wereld nog verder te verbreden dan Ixta Noa.

Naast de inloop en de huidige activiteiten zijn we bezig met het opleiden van nog meer vrijwilligers zodat we ons aanbod verder kunnen verbreden. We zijn ook bezig met vergroten van de zichtbaarheid, er wordt gewerkt aan een social mediapagina waarmee we onze doelgroep beter willen kunnen bereiken en ook onze activiteiten op onder de aandacht willen gaan brengen en verspreiden.

Tot slot, we hebben inmiddels een samenwerking met het Breincafé. Het Breincafé is bedacht en wordt verzorgd door Miranda van Amersfoort. Zij geeft zes keer per jaar themabijeenkomsten/ voorlichtingsavonden over onderwerpen omtrent herstel en psychische kwetsbaarheid, bijv. trauma, persoonlijkheidsstoornissen in de bibliotheek van 't Mozaiëk. Miranda nodigt elke bijeenkomst een of twee gasten uit die affiniteit hebben met het thema, waaronder ook ervaringsdeskundigen. Er zijn dit jaar twee bijeenkomsten geweest en er staat er binnenkort (op 12 november) nog een gepland waarbij een ervaringsdeskundige vanuit Ixta Noa of uit ons netwerk betrokken is. Door aan te sluiten hopen we nog meer bekendheid en kennis te geven over psychische kwetsbaarheid, ervaringsdeskundigheid en herstel(ondersteuning).

3. Wat zijn de toekomstplannen?

Voor de toekomst is het idee om ons (activiteiten) aanbod nog verder uit te breiden, Ixta Noa nog dichter bij de doelgroep in Wijchen te brengen en meer zichtbaar te maken. Dit gaan we onder andere doen door met andere organisaties samenwerkingen aan te (blijven) gaan om tot een mooi en divers aanbod aan herstelgerichte activiteiten te komen. Herstellen doet men namelijk wel zelf, maar niet alleen. We hebben wel elkaar nodig voor een goed bereik.

We zijn een doorlopende inventarisatielijst met ideeën voor activiteiten die we dan wel zelf bedacht hebben dan wel die komen vanuit de deelnemers zelf. In de komende periode zullen we een aantal van deze activiteiten gaan inplannen en uitvoeren. Een voorbeeld van een dergelijke activiteit is: 'Vraag me alles' met een ervaringsdeskundige, een open bijeenkomst waarin bezoekers van 't Mozaiëk alles mogen vragen over psychische kwetsbaarheid en/of herstel aan een ervaringsdeskundige.

Verder zijn we van plan naast het Breincafé ook zelf themabijeenkomsten te organiseren. Het opleiden van (meer) vrijwilligers om de inloopmomenten uit te breiden, een lunch aan te kunnen bieden of een andere vorm van herstelondersteuning zoals een depressiegroep en/of een WRAP cursus mogelijk te maken, blijft continu doorlopen.

Naast het aanbod verbreden, blijven we ook aandacht besteden aan onze zichtbaarheid. Om de inloop nog meer bekendheid te geven zullen we in gesprek blijven met samenwerkingspartners, op zoek gaan naar nieuwe partners, deelnemen aan 'infomarkten' in Wijchen, een social media inrichten, onze activiteiten publiceren in de Wegwijs, op WijWijchen en in de nieuwsbrief van 't Mozaiëk.

4. Cijfers

Zoals eerder verteld, hebben we elke week minstens 4 deelnemers gehad sinds we open zijn. In week 42 waren we één dinsdag gesloten in verband met een gastles (uitwisselingsprogramma met Hogescholen) voor alle vrijwilligers.

Men weet nu al de weg te vinden naar ons, vooral via de poh wordt er op de mogelijkheden bij ons gewezen. Hieronder een overzicht van de afgelopen weken waarin aantallen deelnemers, vrijwilligers, medewerkers weergegeven worden en is opgenomen welke herstelgerichte activiteiten al hebben plaats gevonden.

Week	Unieke deelnemers	Aantal bezoeken deelnemers	Vrijwilligers/ stagiaires	Medewerkers	Herstelgerichte activiteiten	Trainingen (door vrijwilligers)
Voorbereidingsfase			Werving/ opleiding/ begeleiding	-Inwerkproces -Begeleiden stagiaire/vrijwilligers -Opleiden vrijwilligers -Kwartiermaken -Netwerken -Promotie -Opening organiseren -Algemene organisatiewerkzaamheden -Trainingen geven	- VR experience - Tekenen met een opdracht - Schilderen met opdracht - Steekje los - Openhartig spel - Breincafé - Tafelgesprekken - Begeleiding door vrijwilligers - Inloop - Muziek sessie	-Ixta op Start -Ixta basis -Weerbaarheids training
40	7	9	3	1		
41	5	7	4	1		
42	4	4	4	1		
43	7	11	2	1		

Herstelgerichte activiteiten

-VR experience

Ervaren hoe het is om een psychische kwetsbaarheid te hebben door middel van VR (virtual reality). Tijdens de opening hebben we een VR bril in bruikleen genomen van het RIBW om bezoekers te laten ervaren hoe het is om een psychose, ASS of sociale angst te hebben. Naderhand was er ruimte voor gesprek en inzichten in de ervaring.

-Tekenen met een opdracht/Schilderen met opdracht

Op de inloop bedenken we voor wie daar behoefte aan heeft een teken en/of schilderopdracht die laagdrempelig samenhangt met het thema herstel. Een voorbeeld hiervan is het tekenen/schilderen van een boom die aan de kant weergeeft hoe de deelnemer zich voelt als het goed gaat en aan de andere kant hoe die zich voelt als het niet goed gaat. Zowel tijdens als na de opdracht gaan we laagdrempelig in gesprek over de beleving van de deelnemer en hoe hun kwetsbaarheid/herstel eruit ziet.

-Een Steekje los

Dit bordspel is ontwikkeld door de Bagagedrager en heeft als doel om in gesprek te gaan over psyhische gezondheid aan de hand van een kaarten met vragen en opdrachten, opgedeeld in 8 levensthema's. Deze thema's worden aan de hand van verschillende werkvormen gespeeld (tekenen/uitbeelden, kennisvragen, raad het woord). Het kan gespeeld worden als gezelschapsspel, maar ook worden ingezet bij gastlessen, teambuilding, intervisie en zo ook op een inloop om met meer diepgang kennis te maken met elkaar. Spelenderwijs doe je meer kennis op over psychische gezondheid, vaardigheden en krijgen deelnemers meer inzicht in hun eigen herstel als in die van medespelers.

-Openhartig spel

Dit kaartenspel heeft meerdere edities met elk een ander thema. Elke editie bestaat uit een serie vragen en opdrachten binnen een bepaald thema met als doel om deelnemers zichzelf en elkaar beter te laten leren kennen.

-Breincafé

Elk jaar organiseert Miranda van Amersfoort in totaal 6 bijeenkomsten in 't Mozaiëk over een onderwerp die samenhangt met psychische kwetsbaarheid. Ze nodigt hierbij altijd een gastspreker uit die affiniteit heeft met het desbetreffende onderwerp. Om de bijeenkomsten nog meer body en gelaagdheid te geven, is er ook een ervaringsdeskundige (of meer) aanwezig die diens ervaringskennis ter beschikking stelt en helpt om de bijeenkomst te begeleiden.

-Tafelgesprekken/inloop

Wanneer deelnemers geen behoefte hebben om een activiteit te doen, mag dat ook en gaan we gewoon met ze in gesprek over wat hun bezig houdt, hoe hun week verloopt en waar ze hulp bij nodig hebben. Hierbij vallen we terug op het bieden van een luisterend oor en het zijn van een klankbord. Dit doen we bij Ixta Noa door middel van de presentiebenadering.

-Begeleiding door vrijwilligers

Onze vrijwilligers begeleiden de inloop. Daarnaast zijn wij doorlopend bezig met het opleiden van nieuwe vrijwilligers. Onderdeel van het opleidingsproces is het meelopen op de inloop. Wanneer een vrijwilliger in opleiding meeloopt, wordt deze naast een medewerker ook begeleidt/meegenomen door de vrijwilligers die op de inloop staan.

-Muziek sessie

Bij een muziek sessie kiest elke deelnemer een liedje of muziek stuk uit die van betekenis is (geweest) in herstel of die op een bepaalde manier belangrijk is voor ze. We luisteren samen naar ieders uitgekozen muziek en gaan met elkaar erover in gesprek.

-Ixta op Start en Ixta basis

Deze trainingen horen bij het opleidingsproces van een nieuwe vrijwilliger. Tijdens deze modules wordt er informatie gegeven over onze werkwijze en leren ze hoe ze een inloop begeleiden vanuit ervaringsdeskundigheid. Hierbij horen het aanleren van vaardigheden om te begrenzen, wat er gebeurt moet worden bij een calamiteit, het schrijven/inzetten van het herstel-/ervaringsverhaal, een stuk over zelfmoordpreventie en het geven/ontvangen van feedback.

-Weerbaarheidstraining

Deze training wordt een paar keer per jaar aangeboden aan onze vrijwilligers om aan de slag te gaan met weerbaarheid. In deze training krijgen ze handvatten over hoe om te gaan met verschillende vormen van agressie. Dit kunnen casussen zijn met direct zichtbaar ongewenst gedrag, casussen met licht ongewenst gedrag en casussen die misschien niet direct kunnen worden herkend als agressie.

5. Exploitatie

Prognose kosten pilot Herstelgerichte Inloop Ixta Noa 2024		
Personeel	€	26.500
Reiskosten	€	1.500
Huisvesting	€	14.500
Vrijwilligers	€	4.000
Activiteiten	€	3.000
Applicatiekosten		
Organisatiekosten	€	2.300
Kosten financiële administratie en verantwoording		
Overig	€	3.500
Totaal kosten	**€**	**55.300**

Huisvestingskosten: de huurkosten zijn, als we dit vergelijken met andere huursituaties die we kennen, erg hoog. Deze kosten kunnen dit jaar binnen de begroting bekostigd worden omdat we later in het jaar (per april) pas personele kosten zijn gaan maken. Als we gedurende een geheel jaar personele kosten hebben, dan zouden de begrote kosten met zo'n €7.000 overschreden worden. Voor 2025 betekent dit bij onveranderde huisvestingskosten en aan de inkomstenkant 'slechts' indexeren dat geen dekkende begroting mogelijk is. Binnenkort vindt overleg over de huurkosten plaats.

Overig: Kosten Markieza (€1.020) Kosten MeerVoormekaar (€2.330).