

STAPPENPLAN EN SCENARIO'S VOOR GEMEENTEN

Zelfregie en herstel in het palet van laagdrempelige mogelijkheden voor onze inwoners

Een zelfregie en herstelinitiatief (in het IZA een 'laagdrempelig steunpunt' genoemd) in je gemeente. Niet klakkeloos doen omdat het moet, maar onderzoeken

- of
- voor wie
- op welke manier
- en wat

het kan toevoegen.

Een **stappenplan** om recht te doen aan:

- De maatschappelijke opgaven van gemeenten en de complexiteit hiervan
- Inwoners die om uiteenlopende redenen baat zouden hebben bij laagdrempelige mogelijkheden, maar met name inwoners met psychische en/of maatschappelijke kwetsbaarheden
- Wat er al is aan laagdrempelige mogelijkheden voor inwoners
- De toegevoegde waarde van zelfregie en herstelinitiatieven

En als na stap 8 blijkt dat er inwoners zijn voor wie een zelfregie en herstelinitiatief iets toevoegt, ook in het licht van de maatschappelijke opgaven van de gemeente, dan betreft stap 9 een aantal **scenario's** om zelfregie en herstel voor inwoners mogelijk te maken.

In dit document nemen we je mee langs deze stappen:

Stap 1: Wat is er al in onze gemeente?

Stap 2: Wie worden bereikt?

Stap 3: Wat halen en brengen deelnemers?

Stap 4: Zijn er inwoners die nog niet bereikt worden?

Stap 5: Wat kan een zelfregie en herstelinitiatief in het palet aanvullen?

Stap 6: Wat zien we (niet)?

Stap 7: Beeld nog verrijken of toetsen en definitief maken

Stap 8: Ja/nee en welk (financieel) kader?

Stap 9: Scenario's zelfregie en herstel voor inwoners

Stap 1: Wat is er al in onze gemeente?

Denk aan:

- Laagdrempelige ontmoeting, diverse plekken
- Meedoen
- Door & voor activiteiten
- Midden in de samenleving
- Plekken om in aanraking te komen met ervaringsdeskundigheid
- Laagdrempelige herstelcursussen of -groepen of zelfhulpgroepen
- Probeer ook om de hoeveelheid en openingstijden te kwantificeren

Hoe aan het antwoord te komen?

1. Sociale kaart.
2. Subsidierelaties
3. Inwonersinitiatieven
4. Beleidsdocumenten van gemeente
5. In gesprekken met ketenpartners
6. ...

Stap 2: Wie worden bereikt?

Denk aan:

- Brede groep inwoners?
- Alle leeftijden?
- Inwoners die iets willen halen?
- Inwoners die iets willen brengen?

Hoe aan het antwoord te komen?

1. In gesprek met medewerkers van wat er is
2. Uit verantwoordingsverslagen van wat er is
3. Opdrachtgevers
4. ...

Stap 3: Wat halen en brengen deelnemers?

Denk aan:

- Een netwerk (minder eenzaamheid)
- Betekenisgeving
- Een rol in de samenleving
- Gezien en gehoord worden
- Zijn er plekken waar mensen kunnen oefenen met verschillende rollen?
- ...

Hoe aan het antwoord te komen?

1. Gesprekken met bezoekers/deelnemers van wat er is
2. Gesprekken met naasten
3. Wellicht staan er ook verhalen van bezoekers/deelnemers in verantwoordingsverslagen van wat er is
4. Bevraag of deelnemers de ene dag deelnemen aan een activiteit, en misschien de volgende dag de koffie inschenken. Of ze gastheer- of vrouw kunnen worden en misschien wel mogelijkheden voor trainingen en opleidingen in ervaringsdeskundigheid hebben
5. ...

Stap 4: Zijn er inwoners die nog niet bereikt worden?

Denk aan:

- Mensen die vanwege (ernstige/langdurige) psychische problemen eenzaam zijn en/of betekenisgeving in hun leven missen? En andersom:
- Mensen die eenzaam zijn en/of betekenisgeving missen, en daardoor mogelijk psychische problemen kunnen krijgen?
- Mensen die vanwege (ernstige/langdurige) psychische problemen afhankelijk van ggz of maatwerk-Wmo of een uitkering zijn geworden en tegelijkertijd gewoon in een huis, in een straat in een wijk wonen?
- Mensen voor wie het lastig is om zich ergens welkom te voelen?
- Bepaalde leeftijdsgroepen?
- Doelgroepen waarvan bekend is dat ze kwetsbaar zijn? (Denk aan jongeren met suïcidale gedachten)

Hoe aan het antwoord te komen?

1. Gesprekken met medewerkers van wat er al is.
2. Landelijke cijfers vertalen naar eigen gemeente
3. Ophalen bij relevante partners. De vraag aan hen is: hoeveel cliënten van u vinden momenteel niet de weg naar de laagdrempelige mogelijkheden die er zijn en zouden hier mogelijk wél behoefte aan hebben cq. baat bij hebben? Relevante partners zijn o.a.:
 - Wijkteam / gebiedsteam
 - HA / POH-ggz
 - Fact
 - Bemoeizorg
 - Jeugdzorg
 - Coaches ParticipatieWet
 - Woningcorporaties
 - Beschermd Wonen
 - Regionaal transfermechanisme met inzicht in wachtenden ggz
 - Zorgverzekeraar

P.S. Denk ook aan onderwijs

Stap 5: Wat kan een zelfregie en herstelinitiatief in het palet aanvullen?

Denk aan:

- Omgaan met ontwrichting van een psychische aandoening (van jezelf of van een naaste)
- Voorbij komen aan een ontwrichtende ervaring
- Kennis halen uit je ervaringen (vergroten zelfregie)
- Inclusie ook van mensen met (ernstige/langdurige) psychische problemen
- Los van zorg een plek waar je kunt 'landen' en gelijkgestemden ontmoet
- Je (weer) gezien voelen als iemand die méér is dan z'n psychische aandoening waardoor je jezelf weer kunt gaan zien als iemand die méér is dan 'een mens met een psychische aandoening'
- In je eigen tempo van arbeidsongeschikt naar geschikt om te werken als ervaringsdeskundige
- En ook:
- Extra keuzemogelijkheid in het palet waar je je als inwoner welkom kunt voelen

Hoe aan het antwoord te komen?

1. Lees de 10 kenmerken van zelfregie en herstelorganisaties in de praktijk: [10 Kenmerken in de praktijk](#)
2. Lees het Handvattendocument van de IZA-werkgroep Laagdrempelige Steunpunten: [Handvattendocument Laagdrempelige steunpunten](#)
3. Informeer je bij de Nederlandse Vereniging voor Zelfregie en Herstel [NVZH](#) of het Loket Laagdrempelige Steunpunten [Loket Laagdrempelige Steunpunten](#)
4. Vraag het een zelfregie en herstelinitiatief in je gemeente (of een naburige gemeente)
5. Nodig een deelnemer van een zelfregie en herstelinitiatief uit
6. Ga op werkbezoek bij verschillende initiatieven

Stap 6: Wat zien we (niet)?

Denk aan:

- In het ophalen van alle informatie:
 - welk beeld ontstaat er: wat zie ik? wat zien anderen?
 - zien we hetzelfde?
 - en ook: wat zien we **niet**?
 - wat is de relatie met de maatschappelijke opgaven van onze gemeente?
- Wie wil je in dit proces meenemen en hoe kun je hen betrekken?
- Wat hebben zij nodig om tot gezamenlijke beeldvorming te komen?

Hoe aan het antwoord te komen?

1. Maak een conceptbeeld van de uitkomsten van de stappen 1 t/m 5. Hierin:
 - a. geschatte aantal inwoners met psychische of mentale problemen dat bereikt wordt met hetgeen er al is aan laagdrempelige mogelijkheden
 - b. wat halen/brengen inwoners met psychische of mentale problemen die bereikt worden bij hetgeen er al is aan laagdrempelige mogelijkheden?
 - c. welke en geschat aantal inwoners worden niet bereikt?
 - d. aard van de vragen en of mogelijke behoeften van de inwoners die niet bereikt worden
 - e. wat lijkt op te vallen? Missen er leeftijdsgroepen? Drijft er een bepaald beeld van 'de inwoner met psychische of mentale problemen' boven? Hebben we een compleet beeld van 'de inwoner met psychische of mentale problemen'?
2. Bepaal wie je mee wilt nemen in het komen tot een gezamenlijk beeld
3. Organiseer een bijeenkomst waarin je:
 - a. de deelnemers meeneemt in het hoe en waarom van dit stappenplan
 - b. de deelnemers informeert over de opbrengsten van de stappen 1 t/m 5. **Tip: Bewaak dat de informatie uit stap 5 over het *wát* niet overgaat in een gesprek over het wel/niet *dát* (dat is namelijk pas de laatste stap)**
 - c. expliciet ruimte geeft aan de deelnemers om hun eigen beelden te delen. **Tip: Daarnaast kan het delen van *eigen ervaringen* (van zichzelf of van een naaste) bijdragen aan de *bedoeling van normaliseren en inclusie***
 - d. met de deelnemers kijkt wat de relatie is met de maatschappelijke opgaven van de gemeente
 - e. met de deelnemers kijkt of er nog extra inzet binnen de stappen 1 t/m 5 gedaan kan worden

Stap 7: Beeld nog verrijken of toetsen en definitief maken

Denk aan:

- Kwamen er uit de bijeenkomst vragen, beelden of ideeën naar voren waar je aanvullende informatie bij zou kunnen zoeken?
- Wil je opgehaalde informatie extra verduidelijken of toetsen? Bij wie?
- De eindconclusie:
 - x-aantal inwoners met psychische kwetsbaarheden worden bereikt door wat er al is en vinden daar mogelijkheden voor zelfregie en herstel
 - x-aantal inwoners met psychische kwetsbaarheden, voor wie we denken dat laagdrempelige mogelijkheden voor zelfregie en herstel iets zouden toevoegen, ook in het licht bezien van onze gemeentelijke maatschappelijke opgaven, worden nog niet bereikt door wat er al is en vinden nog niet hun weg naar laagdrempelige mogelijkheden voor zelfregie en herstel

Hoe aan het antwoord te komen?

1. Bepaal wat nog *need to know* en wat nog *nice to know* is
2. Vraag lokale mensen/sleutelpersonen naar de verhalen over de gemeente. Vraag naar de bijzonderheden en wat deze gemeente zo uniek maakt. Vraag waar de mensen vanuit vroeger tegenaan liepen, of juist waar mensen nu tegenaan lopen
3. ...

Stap 8: Ja/nee en welk (financieel) kader?

Denk aan:

- Werk toe naar een ja/nee moment. Is er behoefte aan een zelfregie en herstelinitiatief? Legitimeert de uitkomst van het stappenplan dat je het palet van laagdrempelige mogelijkheden in je gemeente wilt verrijken? Of heeft het stappenplan opgeleverd dat het palet 'rijk genoeg' is?
Als het antwoord 'nee' is, dan stopt hier het onderzoek en rond je af met verslaglegging over de genomen stappen en het definitieve beeld
Is het antwoord 'ja' dan:
- Onderzoek de financierings (on)mogelijkheden. Bepaal het financiële kader
- Opdrachtformulering op basis van beschikbare financiering. Wat is het kader waarmee men aan de slag gaat?

Hoe aan het antwoord te komen?

- Besluitvormingsmoment bij gemeente. Collegevoorstel (of wellicht een raadsvoorstel) op basis van bovenstaande stappen
- Onderzoek naar financiering: wat kan lokale gemeente; wat kan/wil de regio; IZA SPUK; Transformatieplan en daarbinnen SPUK Transformatie voor sociaal domein; is er vanuit 'aanpalende' beleidsterreinen iets mogelijk (beschermde wonen, Wmo, Jeugdwet, Participatiewet); zijn er contacten bij de zorgverzekeraar?

Stap 9: Scenario's zelfregie en herstel voor inwoners

Er zijn drie scenario's:

1. In eigen gemeente verrijken van wat er al is
2. In eigen gemeente toevoegen *naast* wat er al is
3. In samenwerking met een nabije andere gemeente verrijken wat er al is of toevoegen

De eindconclusie van het opgestelde beeld (stap 7) is de basis om te gaan kiezen voor een scenario.

Argumenten per scenario:

1: In eigen gemeente verrijken van wat er is.

- het aantal inwoners met psychische kwetsbaarheden dat we willen gaan bereiken legitimeert niet dat we er een aparte voorziening voor gaan realiseren
- een (of meer) bestaande laagdrempelige plek(ken) heeft al een 'loop' van inwoners met psychische kwetsbaarheden; ook deze inwoners voelen zich er welkom
- we verwachten dat inwoners met psychische kwetsbaarheden prima kunnen 'mengen' met de huidige bezoekers van een (of meer) bestaande laagdrempelige plek(ken)
- een (of meer) bestaande laagdrempelige plek(ken) heeft qua fysieke locatie prima mogelijkheden om er binnenshuis een zelfregie- en herstelinitiatief in te realiseren
- een (of meer) bestaande laagdrempelige plek(ken) is al bekend met de peersupport-methode en heeft de potentie/intentie om ook de andere onderdelen van het zijn van een zelfregie- en herstelplek te willen ontwikkelen

2: In eigen gemeente toevoegen naast wat er al is.

- het aantal inwoners met psychische kwetsbaarheden dat we willen gaan bereiken legitimeert dat we er een aparte voorziening voor gaan realiseren
- we willen het zelfregie- en herstelinitiatief nadrukkelijk als nieuwe keus voor onze inwoners positioneren, daarmee het palet aan laagdrempelige mogelijkheden verrijken
- we willen op zoek gaan naar een locatie die ook de fysieke mogelijkheden heeft die passen bij de vraag. (Denk aan zowel ruimte voor inloop en 'de grote plant' van waarachter de kat uit de boom gekeken kan worden, als ruimtes voor herstelcursussen en door&voor-activiteiten)
- we denken dat het 'mengen' van bezoekers van een (of meer) bestaande laagdrempelige plek(ken) met bezoekers met psychische kwetsbaarheden geen recht doet aan ieders behoefte om zich ergens welkom te voelen
- we willen van meet af aan alle onderdelen van het zijn van een zelfregie- en herstelinitiatief er laten zijn

3: In samenwerking met een nabije andere gemeente verrijken wat er al is of toevoegen.

- het aantal inwoners met psychische kwetsbaarheden dat we willen gaan bereiken legitimeert niet dat we er in onze gemeente een aparte voorziening voor gaan realiseren
- we denken dat we alleen in samenwerking met een nabije gemeente en diens inwoners de juiste schaalgrootte hebben om een volwaardig zelfregie- en herstelinitiatief te kunnen realiseren

Hoe aan het antwoord te komen?

- Vraag naar de voorkeuren van betrokken personen
- Bundel lokaal beleid, regionaal beleid en IZA ambities. Kijk of er een logische samenhang inzit. Onderzoek vervolgens wat de passende schaal is om te organiseren. Buurt/wijk/dorp of stad/gemeente/regio/bovenregionaal?
- Zijn er geografische of demografische bijzonderheden die de keus kunnen beïnvloeden?
 - Bevolkingsdichtheid
 - Aan- of afwezigheid van openbaar vervoer
 - Afbakening door water, zoals rivier of zee, waardoor het achterland minder groot is
 - Arbeidsmigratie, oude industrie die niet meer bestaat of juist nieuwe industrie? Ze zijn van invloed op de manier waarop mensen omgaan met de uitdagingen van het leven en dus waar inwoners behoefte aan hebben
- Ambitie?
 - Vorm
 - Locatie

- Aantal dagen/dagdelen open
- Omvang van de aanwezige professionele ervaringsdeskundigheid
- Aantal activiteiten
- Bereik van (specifieke) inwoners
- Onderzoek of er inwoners of organisaties zijn die een rol willen spelen in het vormgeven aan zelfregie en herstelinitiatief
- Zoek uit of er lokaal ervaringsdeskundigen zijn die hun eigen woonplaats willen verbeteren
- Vraag een ervaren initiatiefnemer van een zelfregie en herstelorganisatie om eens mee te denken over het opgehaalde beeld i.r.t. jullie maatschappelijke opgaven en de scenario's

Meer weten?

In dit stadium kan het ook helpend zijn om een aantal **publicaties te lezen** die gaan over zelfregie en herstelinitiatieven i.r.t. maatschappelijke opgaven en de (financiële) inbedding in gemeenten:

MIND en VNG 2020:

[Financiering en inbedding van zelfregie en herstelinitiatieven](#)

VNG, NLGGZ, Valente, SWN, NVZH en VWS 2023:

[Handvatten voor een landelijk dekkend netwerk van laagdrempelige steunpunten](#)

NVZH en IPW 2025:

[De waarde en inbedding van de zelfregie- en herstelbeweging](#)

NVZH 2025:

[Feiten & Cijfers](#)

Voor nog meer informatie, zoals MKBA's en onderzoek:

[Impact en onderzoek](#)

Ervaringstips

Als we verder willen met een zelfregie en herstelinitiatief, op welke manier willen we dat bereiken?

- Denk als gemeente (ambtelijk en bestuurlijk) na of je écht bereid bent om de regie uit handen te geven, of dat je altijd betrokken wil zijn. Neem daar een besluit over.
 - Van bovenaf, met gemeente (of regio) als opdrachtgever?

Tip: een zelfregie en herstelinitiatief starten van bovenaf, is in de praktijk zéér weerbarstig. Het blijkt dan als opdrachtgever ingewikkeld om niet op de stoel van de ervaringsdeskundige te gaan zitten. Het vraagt een zeer genuanceerde benadering en een ruime mate van kennis over zelfregie en herstel om het op deze manier in te steken.
 - Van onderop, door inwoners ruimte en middelen te geven om dit te organiseren?
 - In cocreatie: samenspel met inwoners, maatschappelijke partners en gemeente?

Contact

Wil je meer weten over een zelfregie en herstelorganisatie in jouw gemeente? Of heb je vragen over het stappenplan? Neem dan contact op met de Nederlandse Vereniging voor Zelfregie en Herstel (NVZH). Dat kan via info@nvzh.nl of laat een bericht achter op:

www.nvzh.nl