

# Jaarverslag 2015

Landelijke Stichting Zelfbeschadiging



**Auteurs:** J. Strengers  
D. Meijnckens  
**juni 2016**

**“Alleen snijden stopte de oorlog  
in mijn hoofd”**

- Trinette (*lotgenoot*)

# Inhoudsopgave

**Voorwoord**

**Jaarverslag**

Kantoor

Bestuur

Lotgenoten

Bondgenoten

Beschadigd

**Jaarrekening**



# Voorwoord

Het jaar 2015 was een bewogen jaar voor de Landelijke Stichting Zelfbeschadiging (LSZ), zowel in de figuurlijke als letterlijke zin van het woord. Zo heeft oprichtster Sonja Nijon ons, met pijn in het hart, definitief verlaten om zelf op zoek te gaan naar vernieuwde energie en om plaats te maken voor een nieuwe lichting. Zij was de steunpilaar van de stichting, door via projectontwikkeling de stichting staande te houden en ons inhoudelijk te positioneren. Vanuit het bestuur willen we haar nogmaals hartelijk danken voor de inzet al die jaren. In de nasleep van haar vertrek is er wisseling geweest op bestuurlijk vlak en, zoals wel vaker bij vrijwilligersorganisaties, zijn er in 2015 ook veel wisselingen in het vrijwilligersteam geweest. In letterlijke zin is de stichting bewogen richting een nieuw kantoor; sinds 1 januari 2015 zijn wij gehuisvest in de Kargadoor. Een mooi pand aan de Oudegracht in Utrecht, met een activistisch verleden. In hetzelfde pand is ook Stichting Borderline gehuisvest, met wie we nu makkelijker samenwerken.

Zoals al enkele jaren het geval was het altijd spannend of de stichting ook in het nieuwe jaar weer zou bestaan. Als cliëntenorganisatie is het niet altijd makkelijk om het hoofd boven water te houden en de kernactiviteiten uit te voeren. Toch is dat gelukt, met prachtig resultaat. Met **384** telefonisch beantwoorde hulpvragen, **50** wekelijkse één-op-één mailcontacten tussen vrijwilligers en lotgenoten, het beheer van **350** actieve leden van ons lotgenotenforum en onze bijeenkomsten voor familie en naasten, kunnen we zeggen dat we succesvol zijn geweest in het faciliteren van lotgenotencontact voor mensen die zichzelf beschadigen en hun omgeving. Daarnaast hebben we ook op het gebied van informatievoorziening voldoende bereikt: via **30** bestellingen uit de webshop, **17** voorlichtingen door heel het land en ruim **18.000** website bezoeken hebben we goede, betrouwbare informatie kunnen geven over zelfbeschadiging vanuit onze ervaringsdeskundigheid. Ten slotte hebben we op het gebied van belangenbehartiging actief meegedaan aan projecten vanuit het Landelijk Platform GGz, zoals meedenken over hoe de huisartsenzorg eruit moet zien in de toekomst. Verder hebben we een stem gekregen bij de beschrijving van goede zorg via een richtlijn rondom suïcidaal gedrag. Een belangrijke eerste stap om goede zorg voor zelfbeschadiging in een richtlijn te gaan vatten.

# Voorwoord

Ook traden we naar buiten via de media. Het absolute hoogtepunt van de LSZ was de documentaire serie '**Beschadigd**' door Jessica Villerius. Hierin hebben we samen met Jessica gewerkt aan het doorbreken van het taboe., door portretten van verschillende mensen die zichzelf beschadig(d)en te laten zien. Ieder zijn eigen verhaal en achtergrond, maar allemaal verbonden door de zelfbeschadiging. Het leverde de LSZ een nieuw nationaal publiek op en zette zelfbeschadiging op de kaart.

Maar wat is de LSZ zonder de vrijwilligers? Zij zijn het absolute fundament van de stichting. Hun inzet zorgt ervoor dat we kunnen bereiken wat we nu bereiken voor de mensen die ons nodig hebben. Daarom wil ik hen extra in het zonnetje zetten namens het hele bestuur: super bedankt voor jullie inzet en toewijding!

Nu het jaar 2015 is afgesloten, staat het jaar 2016 voor de deur. In dat jaar willen we de focus leggen op het verstevigen van de Landelijke Stichting Zelfbeschadiging als organisatie. We gaan aan de slag met visieontwikkeling rond zelfbeschadiging, de organisatie verder professionaliseren en toewerken naar een structurele financiële basis. Op deze manier kunnen we onze activiteiten uitbreiden en meer mensen bereiken.

Op naar een mooi jaar!

**Dwayne Meijnckens**

Vicevoorzitter



# Jaarverslag | Kantoor

## Kantoor

In januari 2015 verhuisde het kantoor van de Landelijke Stichting Zelfbeschadiging (LSZ) naar de **Oudegracht 36** in Utrecht.

Het kantoor van de LSZ is nu twee dagen per week geopend. Op maandag en woensdag van 11.00u tot 15.00u. Een team van vijf vrijwilligers draagt hier de zorg voor het beantwoorden van de mail en de telefonische hulplijn. Vanaf mei 2015 is er op kantoor ook een inloopsprekkuur op woensdag.

Het team wordt aangestuurd door een teamleider die beide dagen aanwezig is. De teamleider is tevens verantwoordelijk voor het inwerken van de nieuwe vrijwilligers.

In de periode Maart, April en Mei is de hoeveelheid mail en telefoon die we binnen kregen flink gestegen. Dit werd veroorzaakt door de uitzending van de vierdelige Tv-documentaire "Beschadigd" van Jessica Villerius. Onze stichting had ineens veel meer bekendheid gekregen. Veel mensen zochten contact om een mailmaatje aan te vragen of omdat ze interesse hadden in vrijwilligerswerk voor onze stichting. Enkele weken zijn de openingstijden van het kantoor en de telefoonlijn aangepast om alle aanvragen te kunnen verwerken.

## Mail

Elke week komen er tal van mailtjes binnen. Een gedeelte daarvan zijn mails van ons mailmaatjesproject.

(zie verderop). Verder wordt er via de mail veel advies, informatie en ondersteuning gevraagd door onder andere mensen die zichzelf beschadigen, bezorgde familieleden en naasten, studenten, andere organisaties en hulpverleners. Deze mails worden zo spoedig mogelijk behandeld. Alle medewerkers kunnen ook vanuit huis inloggen in de mail. De dagen dat het kantoor niet geopend is wordt de mail dus wel gelezen en beantwoord.

Ook komen via de mail verzoeken binnen vanuit de media. Dit zijn onder andere interviewverzoeken voor tijdschriften als Viva of Girlz Magazine, fotografen die een model zoeken of redacties die mensen zoeken voor een Tv-programma of documentaire. Deze verzoeken worden verspreid onder de medewerkers van de LSZ, gepubliceerd op de website en vermeld op ons forum. Verder ontvangen we regelmatig mails van mensen die interesse hebben om vrijwilligerswerk te doen voor de LSZ. Deze mensen worden door de teamleider op kennismakingsgesprek uitgenodigd.

# Jaarverslag | Kantoor

## Mailmaatjes

De LSZ biedt mensen die zichzelf beschadigen het mailmaatjesproject aan. Om zich aan te melden vullen zij een contactformulier op onze website in. Na aanmelding koppelen wij hen aan een medewerker van ons die ervaring heeft met zelfbeschadiging. Hierbij wordt rekening gehouden met de leeftijden van beide. We proberen altijd om iemand te zoeken die qua leeftijd in de buurt zit van degene die zich aanmeldt. De medewerker van de LSZ stuurt een kennismakingsmail en houdt daarna wekelijks contact met zijn of haar mailmaatje. Voor veel mensen is het een veilige en laagdrempelige manier om (voor het eerst) over hun zelfbeschadiging en andere problemen te praten. Nadat de documentaire "Beschadigd" van Jessica Villerius was uitgezonden is het aantal mensen dat een mailmaatje aanvroeg flink gestegen. Sinds die tijd is er een wachtlijst. Gemiddeld maken er zo'n 45 tot 50 mensen gebruik van dit project. Op de wachtlijst staan gemiddeld 8 tot 10 mensen. Zij worden meestal binnen 2 maanden geholpen. Er zijn ongeveer 8 tot 10 medewerkers van de LSZ die een of meerdere mailmaatjes hebben.

## De telefonische hulpdienst

Op maandag en woensdag van 11.00u tot 13.00u is onze telefonische hulpdienst geopend. Mensen kunnen hierheen bellen als zij een vraag hebben over zelfbeschadiging of als zij even hun verhaal kwijt willen. We worden het meest gebeld door familieleden en naasten van mensen die zichzelf

beschadigen. Zij bellen vooral voor informatie over hoe om te gaan met hun naaste die zichzelf beschadigt. Verder worden we ook gebeld door mensen die zichzelf beschadigen. Zij bellen meestal omdat ze een luisterend oor zoeken. Ook krijgen we soms telefoontjes van studenten of bijvoorbeeld hulpverleners die informatie zoeken over zelfbeschadiging of bijvoorbeeld een voorlichting willen aanvragen.

***" Een luisterend oor is soms al genoeg om even wat lucht te krijgen "***

## Inloopspreekuur

Iedere woensdag is er een inloopspreekuur van 13.00 tot 14.00 uur. Dan kunnen mensen zonder afspraak binnenlopen om hun verhaal te doen of om informatie of advies te vragen. Het inloopspreekuur wordt af en toe bezocht door mensen die zichzelf beschadigen of door familie en naasten.



# Jaarverslag | **Kantoor**

## **Bestellingen**

Via de webwinkel kunnen mensen onze producten bestellen.

Bijvoorbeeld een boek, informatiefolder of dvd. Deze bestellingen worden op kantoor verwerkt.

Gemiddeld hebben we een bestelling per twee weken.

## **Voorlichtingen**

De aanvragen voor voorlichtingen komen via de mail en telefoon binnen. De medewerkers van het kantoor beantwoorden deze aanvragen. Elke aanvraag wordt vervolgens bekend gemaakt binnen het team. Zodra we twee medewerkers hebben gevonden die de voorlichting kunnen geven wordt de aanvraag bevestigd. Op het kantoor worden de presentaties die we geven bij deze voorlichtingen en de koffer met informatiemateriaal die we meenemen bijgehouden. Omdat we met een klein team van vrijwilligers werken moet een voorlichting soms worden uitgesteld of afgezegd. In 2015 is er 8 keer voorlichting gegeven. (zie ook het hoofdstuk voorlichtingen)





**“Ik was altijd bang haar over het randje  
te duwen”**

– Pieter (*bondgenoot*)



# Jaarverslag | Bestuur

In 2015 bestond de Landelijke Stichting Zelfbeschadiging 10 jaar. De kernactiviteit van de LSZ was en is een laagdrempelige ingang bieden voor lotgenoten en bondgenoten met betrekking tot zelfbeschadigend gedrag en wordt volledig gedraaid door vrijwilligers. Zonder vrijwilligers zou de LSZ niet bestaan en het bestuur wil haar grote bewondering en dank uitspreken aan de vrijwilligers die zich met hart en ziel inzetten om dit belangrijke werk te doen.

De ambitie is groot, in 2015 is een start gemaakt om een Kenniscentrum en een Behandelcentrum op te zetten. Echter, financiële onzekerheid heeft de LSZ gedwongen tot het verleggen van de prioriteit naar het zoeken van mogelijkheden voor structurele financiering. Dit betekent dat 2015 in het teken stond van enerzijds het ondersteunen van mensen die zichzelf beschadigen en voorlichting geven, en anderzijds op het verkennen van mogelijkheden voor financiële zekerheid.

Activiteiten die zich voortzetten in 2016.

Voor het bestuur was 2015 een onrustig jaar. Doordat niet alle bestuursleden bij de vergaderingen aanwezig konden zijn, werd er regelmatig per mail gecommuniceerd en was er af en toe sprake van miscommunicatie. Tevens heeft er een wisseling van bestuursleden plaatsgevonden: de secretaris heeft haar functie neergelegd en er was een interim-penningsmeester. Beide functies worden nu door nieuwe bestuursleden bekleed en er zijn nieuwe afspraken gemaakt over de communicatie binnen het bestuur.

Het bestuur bestaat per 1 januari 2016 uit de volgende personen:

- Voorzitter: **Jos Govers**
- Vice-voorzitter: **Dwayne Meijnckens**
- Penningmeester: **Paul Ulrich**
- Secretaris: **Nienke Kool**
- Algemeen bestuurslid: **Saskia Spee**

# Jaarverslag | Bestuur

Het bestuur streeft ernaar om eens per zes weken te vergaderen, en geeft een terugkoppeling van hun vergadering tijdens de teamvergadering (de vergadering waar zoveel mogelijk vrijwilligers bij aanwezig zijn). Het bestuur staat voor transparantie van haar eigen activiteiten en voor ondersteuning van de vrijwilligers. Zij wil bijdragen aan de ontwikkeling van de LSZ tot een gevestigde netwerk-organisatie voor en door mensen die zichzelf beschadigen of beschadigd hebben. Om dit te bereiken wordt er gewerkt aan een verdere professionalisering van de vrijwilligers en betere positionering van de organisatie. Training en begeleiding van vrijwilligers zijn hier onderdelen van, net als intervisie. Maar ook een financiële vergoeding voor de ingezette uren en reiskostenvergoeding.

Er wordt aansluiting gezocht en gevonden bij zowel landelijke als regionale organisaties die vergelijkbare doelen nastreven als de LSZ. De ambitie is om vanuit de kernactiviteit van professionele ervaringsdeskundigheid een gerenommeerd herstelondersteunend ontmoetingscentrum te realiseren, waar lotgenoten, familie en naasten, zorgprofessionals en wetenschappers terecht kunnen voor vragen en advies over zelfbeschadiging.

Een gezonde financiële basis is noodzakelijk om deze ambitie te kunnen realiseren. Daarom wordt er in 2016 hard gewerkt om te voldoen aan de voorwaarden om een structurele subsidie te kunnen ontvangen. Maar ook worden er projecten in de steigers gezet waarmee enerzijds de kennis van de LSZ verspreid kan worden en lot – en bondgenoten gesteund kunnen worden. Anderzijds komen hierdoor financiën binnen die samen met de structurele subsidie het financiële fundament kunnen leggen.

Ook in 2016 zal het bestuur zich blijven inzetten om de vrijwilligers zo goed mogelijk ten dienste te staan. Hierbij houdt zij oog voor de kernactiviteit van de LSZ, maar vooral voor de kracht én de kwetsbaarheid van de vrijwilligers, in voortdurende samenspraak met hen.



# Jaarverslag | **Het forum /Lotgenoten**

## **Forum**

De Landelijke Stichting Zelfbeschadiging (LSZ) beschikt over een online forum voor iedereen die te maken heeft (gehad) met zelfbeschadiging. Op het forum kunnen zij onder andere hun verhaal delen, met elkaar in gesprek gaan en advies aan elkaar vragen.

## **Voor wie is het forum?**

De leden die zich aanmelden op het forum kunnen onderverdeeld worden in verschillende groepen. Dit zijn lotgenoten, bondgenoten, professioneel betrokkenen en andere geïnteresseerden. Voor iedere doelgroep is er een afgesloten gedeelte dat gebruikt wordt voor verschillende doeleinden.

## **Lotgenoten**

Lotgenoten zijn mensen die zichzelf beschadigen of in het verleden beschadigd hebben. Zij vormen op het forum de grootste en meest actieve groep. In het lotgenotengedeelte van het forum zijn er verschillende subfora, met elk een eigen 'doel'. Zo kunnen lotgenoten bijvoorbeeld een online dagboek bijhouden, zijn er topics die gericht zijn op het stoppen met zelfbeschadiging, organiseren ze zelf (kleine) meetings, kan er advies gevraagd worden over wondverzorging en is er ruimte om luchtig met elkaar te praten.

## **Bondgenoten**

Met de term bondgenoten spreken wij familie en naasten aan, te denken aan ouders, vrienden, broers of zussen van iemand die zichzelf beschadigt of beschadigd heeft. Het bondgenotengedeelte van het forum is erg summier, de bondgenoten die er zijn (ouders) leveren wel een actieve bijdrage en gaan met name in gesprek over hun thuissituaties, vooruitgang, hulpverlening en knelpunten.

## **Professioneel betrokkenen**

Er is een apart gedeelte voor GGZ & onderwijs. Helaas wordt hier nog weinig van gemaakt. Dit kan te maken hebben met dat het minder bekend is, of dat er minder behoefte aan is. Dit is iets wat we in 2016 zeker uit willen gaan zoeken.

## **Andere geïnteresseerden**

Naast lotgenoten, bondgenoten en professioneel betrokkenen is er nog een groep die soms gebruik maakt van het forum. Deze leden worden ondergebracht onder de categorie 'Studie, media en kunst'. Studenten die op zoek zijn naar participanten voor hun onderzoek, tijdschriften die op zoek zijn naar verhalen voor in hun blad of fotografen die zelfbeschadiging middels foto's onder de aandacht willen brengen, melden zich ook op het forum. Soms gebeurt dit via de stichtingmail, maar vaak openen zij zelf ook een topic hierover.

# Jaarverslag | Het forum/ Lotgenoten

## Wat is er in het afgelopen jaar veranderd?

De grootste veranderingen op het forum hangen samen met de wisselingen binnen het beheerdersteam. Het beheerdersteam bestond aan het begin van het jaar uit Andrea, Meike (coördinator), Hilke en Kira. In februari heeft Iris zich aan het team toegevoegd, in april versterkte ook Rachel het team. Andrea heeft in juli aangekondigd te stoppen als forumbeheerder. In oktober kwam Melike erbij en nam Iris de coördinatie van het forum over van Meike. In december kondigde Rachel aan te stoppen als forumbeheerder.

In 2015 zijn ook de forumvergaderingen weer in het leven geroepen, deze vinden tweemaandelijks plaats via Skype.

## Waar heeft het forum een bijdrage aan geleverd?

In 2015 werd de Jan Boer Poëzieprijs uitgereikt. Lentis wil met de poëzieprijs aandacht vragen voor het schrijf talent van (ex-)cliënten van de GGZ. Er was een grote geldprijs beschikbaar en 25 van de ingezonden gedichten zijn gebundeld.

Dit jaar was het thema 'Schoamt joe nait veur t aigen wezen'. Een aantal lotgenoten hebben hiervoor hun zelfgeschreven gedichten ingestuurd en 3 van de ingestuurde gedichten zijn in de bundel verwerkt.

Daarnaast hebben een aantal leden van het forum meegewerkt aan artikelen voor de **Girtz!**, een groot Nederlands meidenblad. Dit jaar

zijn er 2 meiden geïnterviewd en hun verhalen zijn in het blad gepubliceerd.

## Incidenten

Dit jaar hebben we niet veel te maken gehad met grote incidenten. Zoals al eerder geschreven werd, is dit forum voor mensen die zichzelf beschadigen of beschadigd hebben. Deze groep is het grootst en ook het meest actief. Dat maakt dat we te maken krijgen met mensen die met zichzelf in de knoop zitten, goede hulp nodig hebben (en dat niet altijd krijgen) en (concrete) suïcidale uitspraken doen. Wanneer iemand aangeeft dat hij of zij plannen heeft om er een einde aan te maken, is dat iets waar de beheerders op inspelen. Er wordt dan contact opgenomen met het desbetreffende lid en gekeken naar oplossingen. Als er sprake is van acuut gevaar wordt er contact opgenomen en doorverwezen naar de crisisdienst of politie.

Een enkele keer probeerde iemand iets af te dwingen rondom een vertrek, dit koste veel energie van de beheerders. Dit is met elkaar goed en in samenwerking opgelost. Wat weer voor rust op het forum heeft gezorgd en een nog positievere samenwerking op het forum.



# Jaarverslag | **Bondgenoten**

## **Bijeenkomsten voor familieleden en naasten van mensen die zichzelf beschadigen**

Sinds 2014 organiseert de Landelijke Stichting Zelfbeschadiging (LSZ) bijeenkomsten speciaal voor familieleden en naasten van mensen die zichzelf beschadigen, ook wel bondgenoten genoemd.

Onze doelgroep zijn alle mensen die hun omgeving te maken hebben met zelfbeschadiging van een naaste bijvoorbeeld ouders, broers, zussen, partners of vrienden/vriendinnen.

Er worden 2 bijeenkomsten van 3 uur georganiseerd. Tussen deze bijeenkomsten zit een periode van minimaal twee weken. De deelnemers krijgen zo de kans de informatie te verwerken.

Aan de hand van een presentatie, het delen van ervaringen en groepsgesprekken proberen we te bereiken dat de deelnemers meer inzicht krijgen in zelfbeschadiging en de functies ervan. Verder werken we aan het vergroten van vaardigheden in de dagelijkse omgang met iemand die zichzelf beschadigt en het verhogen van het zelfvertrouwen in het omgaan met iemand die zichzelf beschadigt.

De deelnemers geven en ontvangen steun door het delen van ervaringen met elkaar.

De bijeenkomsten worden gegeven door twee ervaringsdeskundigen. Dit zijn twee cursusleiders die zichzelf in het verleden hebben beschadigd. Zij hebben hun ervaringen zodanig verwerkt en hier afstand van genomen zodat zij in staat zijn deze in te zetten om de deelnemers te ondersteunen. Zij gebruiken hun ervaringen om de theoretische informatie te illustreren, aangevuld door hun persoonlijke verhaal. Ook bieden zij bondgenoten hoop door te laten zien dat het mogelijk is te herstellen.

# Jaarverslag | Bondgenoten

Tijdens de bijeenkomsten vinden de deelnemers erkenning voor hun lastige situatie en herkenning bij anderen in een soortgelijke situatie. Ook zijn de bijeenkomsten een goede en veilige plek om frustratie en verdriet te uiten.

Een andere succesfactor is dat er na de bijeenkomsten een netwerk blijft bestaan van lotgenoten die elkaar blijvend kunnen ondersteunen. Daarnaast kunnen zij ontvangen informatie, opgedane ervaringen en aangereikte handvatten inzetten maar ook verder verspreiden.

Doordat deelnemers het tijdens de bijeenkomsten vergaarde inzicht in zelfbeschadiging in hun eigen omgeving kunnen doorgeven werken zij ook na de bijeenkomsten aan het wegnemen van onbegrip, onwetendheid en stigma rondom zelfbeschadiging.

In 2015 is er een ronde bijeenkomsten gehouden. Deze zijn bezocht door 5 mensen. Er was een grotere groep die zich wilde opgeven maar voor hen was tweemaal een doordeweekse dag vrij nemen niet mogelijk. Vanaf volgend jaar worden de bijeenkomsten op zaterdag gehouden om meer mensen de kans te geven erbij aanwezig te zijn.

De groep die heeft deelgenomen was erg positief over de bijeenkomsten.



# Jaarverslag | **Beschadigd**

Documentairemaakster Jessica Villerius wilde graag een documentaire over zelfbeschadiging maken. In de oriënterende fase zocht zij naar kennis en contacten om deze documentaire vorm te geven. De LSZ raakte betrokken op het moment dat zij de stichting mailde.

Naar aanleiding van deze mail heeft ze vervolgens het kantoor van de LSZ bezocht. In een gesprek met twee vrijwilligers en een bestuurslid bleek dat we allemaal op een lijn zaten met wat we met de documentaire zouden willen uitdragen en bereiken en wat belangrijke pijlers zouden worden.

## **Vierdelige documentaire**

We besloten samen te gaan werken en een vierdelige documentaire te maken waarin een aantal hoofdlijnen gevolgd zouden worden (mensen die zichzelf op dat moment beschadigden) gedurende meerdere afleveringen. Daarnaast werden in de afleveringen sublijnen verwerkt: een aantal mensen die de zelfbeschadiging achter zich hebben gelaten, ervaringsdeskundigen en een professional. Daarnaast is er aandacht besteed aan de directe omgeving van mensen die zichzelf beschadigen door een deel van de bijeenkomst voor familie en naasten en een workshop voor ouders in de documentaire te verwerken.

## **Sleutelrol LSZ**

Gedurende het hele proces van het tot stand komen van de documentaire hebben de LSZ en Posh Productions nauw samengewerkt. De LSZ heeft een sleutelrol gespeeld in het contact leggen met de hoofd- en sublijnen van de documentaire en in de begeleiding van deelnemers. Dit werd vormgegeven door persoonlijk contact en groepsbijeenkomsten, begeleid door professionals en ervaringsdeskundigen. De LSZ heeft een consulterende en raadgevende functie gehad met betrekking tot de inhoud van de documentaire. Ten tijde van de uitzending van de documentaire heeft de LSZ uitgebreid zorg gedragen voor telefonische nazorg.



# Jaarverslag | Beschadigd

## *“Hoe ‘Beschadigd’ de sleutel tot verwerking werd”*

auteur: A.Reyneveld

Het was december 2014. Mijn borderline persoonlijkheidsstoornis had ik na jaren therapie eindelijk leefbaar kunnen maken. Ik had mijn léven weer leefbaar kunnen maken. Zelfbeschadiging was inmiddels gedegradeerd tot een voetnootje in mijn persoonlijke geschiedenisboek.

Dacht ik...

De LSZ had mijn contactgegevens na medewerking aan een eerdere publicatie, en in de zoektocht naar mannen voor de documentaire werd ik gevraagd mee te doen. Dat pakte ik met beide handen aan. Ik dacht alles achter me gelaten te hebben en was klaar om tegen de rest van de wereld te zeggen dat ‘wij ook maar gewoon mensen zijn’. Maar was ik er wel écht klaar voor?

### **Duizend priemende ogen**

Het eerste moment dat ik me dat afvroeg, was medio januari toen ik op het schoolplein stond, klaar om mijn twee zoons op te halen. Met in mijn kielzog Jessica Villerius, een cameraman en een geluidsman. Ik voelde de blik van duizend priemende ogen in mijn rug. Na alle diplomatie richting school en ouders om te mogen filmen, wist nu elke ouder op het schoolplein mijn diepste geheim...

*“Jij vertelt niet jouw verhaal, maar óns verhaal”*



# Jaarverslag | **Beschadigd**

...Het tweede moment was een dinsdagavond in februari, zo rond 21.00 uur, toen ik met mijn vrouw op het Amsterdamse Rembrandtplein zat. Schuin tegenover het hotel waar ik die avond te gast zou zijn bij **RTL Late Night**. Het deed me rillen van angst. Miljoenen kijkers, zoveel meningen. Hoe zouden mensen me na die avond aankijken? Zouden mensen me voor **gek** verslijten?

## **Veilige afstand**

De reacties naar aanleiding van het tv-optreden en de documentaire overtroffen mijn stoutste verwachtingen. Ik werd geprezen voor mijn openheid en durf om zoiets persoonlijk op tv te vertellen. Mensen vertelden me spontaan persoonlijke verhalen die ze tot dan toe verborgen hadden gehouden. Over angststoornissen, seksueel misbruik of andere jeugdtrauma's. Maar het mooiste compliment kwam vanuit een groep die ik tot dan toe op veilige afstand had gehouden: mijn lotgenoten. "**Jij vertelt niet jouw verhaal, maar óns verhaal**" was wat ik meer dan eens te horen kreeg.

Mijn deelname aan '**Beschadigd**' bleek de verwerking van wat tot dan alleen behandeling was geweest. Het was de laatste hindernis die ik, blijkbaar onbewust, had moeten nemen. Mijn deelname had me ambassadeur gemaakt. Het was tijd om die verantwoordelijkheid te nemen.

*Als vrijwilliger van de LSZ.*

# Financieel Jaarverslag

## Balans

<i>Activa</i>	<i>Primo</i>	<i>Ultimo</i>	<i>Mutatie</i>
Banksaldo	21.148	10.767	- 10.382
Kassaldo	171	3	- 176
Fiscus	747	1.120	373
Interest	176	55	- 121
Subsidies	8.340	---	- 8.340
Debiteur	112	1.266	1.154
<b>Totaal</b>	<b>30.694</b>	<b>13.211</b>	<b>-17.483</b>

<i>Passiva</i>	<i>Primo</i>	<i>Ultimo</i>	<i>Mutatie</i>
Crediteur	1.027	501	- 562
Reserves	358	358	--
Projecten	15.742	---	- 15.742
Vermogen	13.567	12.352	- 1.215
<b>Totaal</b>	<b>30.694</b>	<b>13.211</b>	<b>- 17.483</b>



# Financieel Jaarverslag

## Exploitatie

<i>Baten</i>	<i>2014</i>	<i>2015</i>	<i>Vershil</i>
Webwinkel	1.869	970	- 899
Voorlichten	1.200	2.320	1.120
Donaties	1.534	2.002	468
Bijdragen	914	938	25
Projecten	27.616	---	- 27.616
Interest	176	55	- 121
<b>Totaal</b>	<b>33.309</b>	<b>6.286</b>	<b>-27.023</b>

<i>Lasten</i>	<i>2014</i>	<i>2015</i>	<i>Vershil</i>
Kantoor/Zaal	7.135	4.516	- 2.620
Vrijwilligers	4.480	7.566	3.086
Algemeen	3.964	2.695	- 1.270
Projecten	23.975	8.467	-15.508
<b>Totaal</b>	<b>39.555</b>	<b>23.243</b>	<b>- 16.311</b>

## Resultaat

<i>Exploitatie</i>	<i>2014</i>	<i>2015</i>	<i>Vershil</i>
Regulier	- 9.886	-8.489	1.397
Projecten	3.641	-8.467	- 12.108
<b>Integraal</b>	<b>- 6.245</b>	<b>- 16.957</b>	<b>- 10.711</b>

# Jaarrapport Financiën

De LSZ heeft het jaar afgesloten met een integraal tekort van 16.957 euro, opgebouwd uit het tekort van 8.489 euro op de reguliere exploitatie en de uitgaven van 8.467 euro voor het project Samen Sterk tegen Stigma. De uitgaven voor het project worden ruimschoots gedekt door balanspost voor het project van 15.742 euro. Aangezien het project is afgesloten kan het restant van het projectsaldo ad 7.275 euro worden gebruikt om het exploitatietekort te financieren. Derhalve daalt het vermogen van de LSZ per saldo met 1.215 euro.

De opbrengsten van de verkopen van de webwinkel zijn ongeveer gehalveerd. Tegelijkertijd zijn de opbrengsten van voorlichtingen en trainingen ongeveer verdubbeld. De LSZ heeft in het jaar 2015 geen subsidies voor projecten kunnen krijgen; een aanvraag bij het CZ-fonds voor een professionele doorstart is afgewezen. De kosten voor kantoor en zaalhuur zijn flink afgenomen door de verhuizing naar de Kargadoor. Tegelijkertijd zijn de vrijwillierskosten en de reiskosten toegenomen aangezien minder kosten ten laste van de projecten gebracht konden worden. Per saldo zijn de reguliere kosten met ca 1.400 euro afgenomen.

De financiële toekomst van de LSZ is onzeker. De stichting probeert een structurele subsidie van VWS te krijgen. Om voor een structurele subsidie in aanmerking te komen moet de LSZ over minimaal 100 donateurs beschikken. De stichting is in 2016 gestart met een donateurs-campagne in de hoop om het aantal te behalen. Het is helaas niet gelukt om het aantal per september 2016 te halen. De LSZ heeft voor 2016 een subsidie van 7.000 euro van het Fonds Psychische Gezondheid gekregen als overbruggingsfinanciering. De subsidie stelt de LSZ in staat om het jaar 2016 financieel te overleven. Verder zal de LSZ inkomsten uit projecten werven, zodat we onze activiteiten voor onze doelgroep kunnen voortzetten.

Utrecht 26-09-2016



