**CONCEPT JAARVERSLAG 2021**

**Inleiding**

Evenals vorig jaar werd dit jaar voor een belangrijk gedeelte gekleurd door corona. Ondanks corona is er veel gebeurd bij Plusminus. De digitalisering heeft zich voortgezet. Zo zijn wij gestart met webinars en het is gebleken dat een online webinar zeker in een behoefte voorziet bij een deel van onze achterban. Deze ontwikkeling is dan ook een reden om de komende jaren fors in te gaan zetten op de digitale transformatie. Live contact zal ook van groot belang blijven maar een e-community zal ons naar verwachting veel mogelijkheden gaan bieden.

**1 Organisatie**

**1.1 Bestuur**

Het is de taak van het bestuur om leiding te geven aan de vereniging en daarbij de doelen verbetering kwaliteit van zorg en leven voor mensen met een bipolaire aandoening en hun naasten te verbeteren. Plannen geven richting aan deze doelen. Afgelopen jaar is er een nieuw meerjarenbeleidsplan voor de periode 2022-2025 opgesteld. Het bestuur bestaat idealiter uit 7 personen. Tijdens het afgelopen jaar zijn er twee aspirant bestuursleden toegetreden tot het bestuur. Siebe Haagsma voor de portefeuille secretaris en Desiree Bruggeling voor de portefeuille onderzoek. Helaas hebben beide aspirant bestuursleden om diverse redenen moeten besluiten hun functie neer te leggen.

**1.2. Leden en Ledenraad**

Het is voor plusminus van belang om voldoende leden te hebben. Het aantal leden laat de laatste jaren een licht dalende tendens zien. Dit past in een maatschappelijke tendens waarbij mensen zich minder snel aansluiten als lid van een vereniging. We zullen de komende jaren ook naar andere wegen moeten zoeken om financiële steun te krijgen van onze achterban.

|  |  |
| --- | --- |
| **Jaar** | **Aantal** |
| 1-1-2019 | 2290 |
| 1-1-2020 | 2266 |
| 1-1-2021 | 2210 |
| 1-1-2022 | 2155 |

De ledenraad is het hoogste orgaan van de vereniging en ziet erop toe dat het bestuur op de juiste wijze uitvoering geeft aan het beleid. De ledenraad is samengesteld uit gekozen vertegenwoordigers van de regio’s. Het idee dat elke regio een afgevaardigde benoemt die zitting neemt in de ledenraad, is nooit gerealiseerd, met als gevolg dat de ledenraad nooit op de juiste wijze samengesteld is geweest. Omdat (vrijwel) alle besluiten van de vereniging de instemming/goedkeuring van de ledenraad dienen te hebben om rechtsgeldig te zijn, zijn de (meeste) besluiten en rechtshandelingen ongeldig. Voor al deze handelingen blijft het bestuur aansprakelijk, dit omdat de ledenraad niet op rechtsgeldige wijze decharge kan verlenen. Door terug te gaan naar een Algemene Ledenvergadering gelden deze bezwaren niet. Daarnaast hopen wij de verenigingsdemocratie te versterken door alle leden de mogelijkheid te geven deel te nemen aan de Algemene Leden Vergadering. Met de noodzakelijke statutenwijziging heeft de Ledenraad ingestemd met als gevolg dat deze per 1-1-2022 zijn ingegaan. Het is de wens van het bestuur om naast de ALV een zogenaamde adviesraad in te stellen.

**1.3 Regio’s**

De regio’s zijn het kloppend hart van onze organisatie en worden ondersteund door de landelijk coördinator. Voor onze leden is het belangrijk dat er sterke regio’s zijn met voldoende activiteiten.

Vanwege de lockdown en daarna aanhoudende verscherpte maatregelen is het werk binnen de regio’s er anders uit komen te zien. De meeste huiskamergroepen stopten; wel kwam hier na enige tijd weer beweging in. Zoals huiskamergroepen die weer samen konden komen in ruimtes die de 1,5 meter regel en hygiënevoorschriften konden waarborgen en bestaande huiskamergroepen die (voorlopig) online doorgang kregen. En konden regiodagen niet doorgaan of gepland worden. Deze veranderingen maakten dat we ons in 2021 nogmaals hebben gebogen over de visie: “de regio als kloppend hart van de vereniging”. Wat zijn de kernactiviteiten? Wat is de ambitie? Is dit haalbaar? Waar zit de energie? Wat zijn kansen en wat zijn bedreigingen? En welke ondersteuning biedt de landelijk coördinator en het bestuur? Natalie heeft op basis van deze vragen het memo ‘Uitvoeringsplan regio’s’ geschreven.

Dit memo is door het bestuur vastgesteld en is in 2021 verder geïmplementeerd.

Om de regio coördinatoren te ondersteunen bij het uitvoeren van deze kerntaken werd het onderstaande ingezet:

* Inzage (deels) in het ledenbestand; dit proces wordt begeleid door de backoffice (MEO). In mei organiseerde Lisa Groenendijk van MEO een online uitleg om de coördinatoren wegwijs te maken in het gebruik van Go-Global, dit is het programma van onze ledenadministratie. Lisa heeft haar uitleg opgenomen zodat ook de mensen die er niet bij waren de uitleg nog kunnen zien. Daarnaast had zij nog een aantal verzoeken/actiepunten ontvangen vanuit de groep die de uitleg wel had bijgewoond. Deze vragen en acties gaat zij verwerken om vervolgens een mailing uit te sturen van de opname en een bijlage met de vragen en antwoorden.
* Een handboek waarin de processen beschreven staan; dit document heeft Natalie gemaakt en is rondgestuurd. Ieder jaar wordt dit handboek geactualiseerd en gedeeld met de coördinatoren.
* Regioteam overleg; met iedere regio had Natalie regelmatig contact. Telefonisch en/of minstens twee keer online via zoom.
* Online regiocoördinatoren overleg; 29 april kwamen we met de regiocoördinatoren samen in een online bijeenkomst. Deze bijeenkomst werd positief ontvangen. De strekking was om elkaar te ontmoeten en o.a. de actualiteiten binnen plusminus, de kerntaken, de ondersteuning vanuit het bureau en lopende zaken binnen de regio’s te bespreken.

Ondanks de Coronatijd zijn er een aantal regiobijeenkomsten georganiseerd.

* Brabant/Eindhoven, d.d. 10 september, thema: Alles wat leeft, heeft licht nodig.
* Zuid-Holland/Denhaag, d.d. 30 november, thema: Ontmoeten en in gesprek met Richard Wesseloo (GGZ) en Nadya van der Sluis (Auteur van kwetsbaarheid naar kracht).
* Utrecht, d.d.19 oktober, thema: praktische spiritualiteit.

Tot slot was er op 30 oktober een RCP-dag in Amersfoort onder begeleiding van Liesbeth Louwerens - trainster bij PGO-support en eigenaresse van communicatiebureau ‘Superscript’- Liesbeth heeft ons tijdens de RCP-dag met een nieuwe blik laten kijken naar de communicatie met onze (nieuwe) leden.

We hebben de reis besproken die een nieuw lid maakt als hij/zij zich aanmeldt via de website. Dit door een aantal van onze leden fictief als ‘persona’ uit te werken. In de communicatie en marketing is een persona **een gedetailleerde beschrijving van je klant. Je zou kunnen denken dat deze benadering niets te maken heeft met hoe wij het contact leggen en onderhouden met onze leden. Maar het leuke was te ervaren dat als je van te voren nadenkt over wie onze leden zijn, je juist beter kunt aansluiten op wat mensen vragen en te bieden hebben.**

**1.4 Young**

Het Young team heeft vier keer vergaderd om activiteiten te bespreken. De website is verder uitgebreid met een een onderdeel persoonlijke verhalen. Daarbij worden aan de hand van een thema zoals bijvoorbeeld studeren persoonlijke verhalen geplaatst om ervaringen te delen en te informeren hoe je als bipolaire jongere omgaat met het betreffende thema. Het forum is ook nog actief en heeft nu 71 gebruikers die regelmatig nieuwe topics aansnijden. In 2021 is er ook een bijeenkomst geweest speciaal voor jonge bipolairen. Er is een pubquiz georganiseerd waar zo’n 20 mensen op af zijn gekomen. Het was een succes. Er werd positief gereageerd op de vragen en na afloop was er voldoende ruimte om onderling contact te hebben en ervaringen uit te wisselen.

**1.5 Vrijwilligers**

Vrijwilligers vormen de kurk waarop onze vereniging drijft. Dankzij een actief vrijwilligersbeleid is het aantal vrijwilligers goed te noemen en dat geldt ook voor de kwaliteit en talenten die zij inzetten. Hier mogen we met recht trots op zijn.

In 2021 is het vrijwilligersbeleid zo goed als geïmplementeerd en zijn de daarbij horende acties uitgevoerd. Het vrijwilligersbestand werd geactualiseerd. De ongeveer 140 actieve vrijwilligers kregen een contract thuis gestuurd. De vrijwilligers die niet meer actief waren werden benaderd en indien van toepassing uit het bestand van actieve vrijwilligers verwijderd.

Het up-to-date houden van het vrijwilligersbestand blijft een aandachtspunt. Daarom is het nodig dat de regio coördinatoren en de overige coördinator up-to-date blijven en weten wie de actieve en niet-actieve vrijwilligers binnen hun regio en/of dienst zijn, en dit doorgeven aan de landelijk coördinator. Samen met Godelinde de kantoorvrijwilliger wordt er een werkwijze bedacht om hen daar vanuit het kantoor regelmatig naar te vragen.

Het doel van de vrijwilligersnieuwsbrief is de vrijwilligers te informeren, enthousiasmeren, te inspireren, en om de scholingsmogelijkheden bij PGO onder de aandacht te brengen.

Vanaf de tweede editie werkten we in een nieuw team samen om de nieuwsbrief te maken. Dit is een fijne en creatieve samenwerking. Natalie Spaans (coördinator landelijk) zet de productie in gang. Samen brainstormt het team over wie ze kunnen vragen om te interviewen en wat voor thema/kop zij aan de nieuwsbrief kunnen hangen om zo het vertrekpunt en een daar bijpassend gevoel te creëren. Thera Dusseldorp (vrijwilliger) levert een foto of beeld aan op basis van de gezamenlijke geschreven inleiding.Annette Katiman (vrijwilliger) belt mensen om naar hun verhaal te vragen en schrijft er een leuk stuk over. En Farijal Emanuels (vrijwilliger) zorgt voor de extra’s onder de rubriekjes cursus, kunst, cultuur en muziek, maakt de nieuwsbrief op, en zorgt voor de verzending via MailChimp.

In 2021 is de vrijwilligersnieuwsbrief vier keer verschenen.

**2.0 Lotgenotencontact**

**2.1. Lotgenotenlijn**

Vorig jaar hadden we al geconstateerd dat corona niet echt invloed heeft op het aantal bellers. De belangrijkste reden om te bellen is de mentale gesteldheid van de beller alsmede eenzaamheid.

Wat cijfers op een rij: Er waren vorig jaar 2200 telefoontjes, in totaal 31.000 minuten. Gemiddeld duurt een telefoontje 15 minuten. Alle dagen is er contact van 1 tot 13 gesprekken.

Er kwamen en gingen weer medewerkers. Er zijn nu 20 medewerkers. Omdat er voor de zaterdag onvoldoende vrijwilligers zijn, is deze dag geskipt uit de planning. De rest van de week is al lange tijd bijna geheel opgevuld. We zijn op een andere manier gaan werken. Er zijn 3 medewerkers die geen vast blok hebben.  De nieuwe medewerkers worden in het begin flexibel ingezet, als ze een vast blok krijgen, vallen ze bovendien in als iemand uitvalt. De coördinatie is in handen van Akkeline van der Veen. Zij houd goed contact met de meeste medewerkers. De oude garde is trouw, maar wel vasthoudend aan het oude systeem.

Verder hebben we 2x een bijeenkomst gehouden met als conclusie dat het goed is om elkaar een paar keer per jaar te zien.

**2.2 Landelijke dagen**

Corona heeft ook invloed gehad op het verloop van de landelijke dagen. Van de vier bijeenkomsten kon er slechts één doorgaan met publiek. De keuze om de landelijke dagen te live streamen is een goede gebleken. Mensen kunnen live kijken of de uitzending terugkijken. We zien in de aantallen kijkers dat het bereik en daarmee de impact flink is toegenomen. Wat wel een nadeel is van de uitzendingen zonder publiek is het gemis aan lotgenotencontact. Het ochtendgedeelte staat de voorlichting over het thema en de gesprekken met de gasten op de voorgrond. Dit onder leiding van onze talkshow host Linda Jeekel. In de middag kunnen bezoekers deelnemen aan de gespreksgroepen voor lotgenoten. Bij een livestream is dit helaas niet mogelijk.

De volgende thema’s zijn aan de orde gekomen:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Maand | Thema | Aantal kijkers |
| Maart | Voeding en beweging |  |
| Juni | Open Dialogue |  |
| September | Seksualiteit |  |
| December | Slaap |  |

**2.3 Lotgenotengroepen**

Door corona konden de meeste lotgenotengroepen niet fysiek bij elkaar komen. Sommige groepen hebben het contact voortgezet via whatsapp of via online gespreksgroepen. Landelijk zijn er ook online gespreksgroepen opgezet. Dit zijn er zes, waarvan twee voor Engelstaligen en één specifiek voor jongeren.

Ook is er een landelijke partnergroep opgezet door Annie van Kessel (vrijwilliger team Drenthe). Via de regio’s en coördinator landelijk kwamen regelmatig vragen van partners door die opzoek waren naar een vertrouwenspersoon om eens van gedachten mee te wisselen. In de meeste gevallen was de vraag urgent en het doel om eenmalig of zo nu en dan contact met iemand te hebben over wat zij tegenkomen in de relatie met hun partner. Omdat partnergroepen binnen de regio’s er niet of nog matig zijn, heeft Annie aangeboden om zich als landelijk contact voor partners in te zetten. Zo is de eerste landelijke partnergroep ontstaan. Naast het onderhouden van één- op- één contacten organiseert zij eens in de zoveel tijd een middag waarbij de groep samenkomt voor een ontmoeting en/of activiteit.

**2.4 Maatjesproject**

Team Utrecht met als kartrekker Peter Spaans (vrijwilliger) constateerde dat er leden en niet-leden binnen hun regio zijn die meer mensen wilden leren kennen die ook met een bipolaire kwetsbaarheid te maken hebben. Deze vraag werd met name zichtbaar door de Coronatijd waarin de reguliere ontmoetingen via gespreksgroepen niet of minder plaatsvinden. Daarnaast gaven sommige mensen aan ook behoefte te hebben aan één-op-één of kleinschalige contact(en) met mensen met overeenkomstige behoeften, bezigheden en wensen etc. Als antwoord op deze behoefte van leden en niet-leden is het team dit jaar een pilot gestart onder de naam ‘Oproepenproject’. Dit is een aanvullende activiteit op de huiskamergroepen en de landelijke events.

In 2021 zijn er circa 40 oproepen gedaan en uit de evaluatie is gebleken dat deze mensen tevreden zijn. Ook is de pilot in een bestuursvergadering besproken.

Peter heeft een werkwijze ontwikkeld waarin o.a. wordt beschreven waar de oproepen aan moeten voldoen, hoe het zit met privacy en verantwoordelijkheid, hoe de matches tot stand komen en wat de rol is van de plusminus vrijwilliger. In de bestuursvergadering van december is een voorstel besproken dat het doel heeft het ‘Oproepenproject’ van Utrecht voor heel Nederland te implementeren onder de naam ‘Maatjesproject 2.0’.

**3.0 Voorlichting en informatievoorziening**

**3.1 Psycho-educatie**

De cursus psycho-educatie die bij de bij KenBiS aangesloten instellingen wordt gegeven is van belangrijke waarde voor mensen die recent hun diagnose hebben gekregen. Ook voor naasten voorziet het in een behoefte. Vrijwilligers van Plusminus verzorgen een van de twaalf lessen van de cursus. Om nieuwe vrijwilligers goed toe te rusten is er dit jaar een train de trainer georganiseerd. Om onze invloed op de inhoud van de training te versterken heeft Plusminus zitting genomen in de werkgroep psychotherapie van KenBiS. Tevens vinden wij het een punt van zorg dat onderzoek uitwijst dat maar ongeveer de helft van de mensen die in aanmerking komen voor de training deze aangeboden krijgt. Dit wordt voornamelijk veroorzaakt door instellingen en vrijgevestigde die niet bij KenBiS zijn aangesloten. Binnen KenBiS zijn dit jaar de eerste signalen afgegeven met het verzoek na te denken over mogelijke oplossingen.

**3.2 Webinars**

Mede ingegeven door corona zijn wij dit jaar gestart met zogenaamde webinars. Een webinar is een lezing, workshop, college of soortgelijke presentatie of vorm van kennisoverdracht die plaatsvindt via het internet. Afgelopen jaar hebben wij de volgende webinars georganiseerd:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Titel | Door wie | Aantal kijkers |
| Bipolariteit vanuit energetisch perspectief | Merel de Waard |  |
| Bipolariteit en naasten | Henri de Wit in samenwerking met mantelzorg West Brabant | 139 |
| Zingeving en spiritualiteit |  | 135 |
| Mario Onderzoek | Annabel Vreeker |  |
| Bi-Zonder Studie | Annemieke Dols en Marieke van Eijkelen | 300 |
| Vertel ik het wel, vertel ik het niet | Anita Hubner en Annette Katiman | 210 |

**3.3 Magazine**

Sinds eind vorig jaar is er vanwege het plotseling overlijden van Ton Stassen in de persoon van Edzard de Vries - aanvankelijk tijdelijk en later definitief - een nieuwe hoofdredacteur aangesteld. Sindsdien heeft de redactie een aantal veranderingen in het blad doorgevoerd. De belangrijkste daarvan zijn:

* Vormgeving en kleurstelling zijn strakker en logischer gemaakt, en er wordt zo veel mogelijk gebruik gemaakt van professionele (aangekochte) stockfoto’s;
* Op veler verzoek is het aantal recensies gereduceerd; daarentegen reserveren we meer ruimte voor uitgebreide interviews van lotgenoten en naasten;
* Er is een aantal nieuwe rubrieken geïntroduceerd die erop gericht zijn onze lezers actiever bij het magazine te betrekken (Opinie & Debat, In de Marge);
* De redactie besteedt veel aandacht aan de schrijfkwaliteit van de artikelen door selectie en redigeren van de teksten, en hecht sterk aan een goede leesbaarheid en een minimum aan storende spel- en taalfouten.

In de Coronatijd blijkt het een opgave om een vaste redactie van voldoende kwaliteit te bemensen. Het verloop was dit jaar groot, en dat is een punt van zorg. Als we weer meer bij fysiek elkaar kunnen komen, en de betrokkenheid dus groter is, zal dat hopelijk verbeteren.

**3.4. Website en social media**

De website heeft afgelopen jaar meer dan 275 duizend bezoekers gehad waarvan 31% binnenkomt via onze google ads campagne die MEO voor ons verzorgd. We hebben dit jaar tweeduizend bezoekers minder gehad dan vorig jaar. Er is een start gemaakt met het onderzoek naar het ontwikkelen van een e-community en met welke partijen we dit willen realiseren. Verdere stappen tot het daadwerkelijke realiseren van de e-community worden verwacht in het eerste en tweede kwartaal van 2022.

Op Facebook hebben we 100 meer volgers erbij gekregen dit jaar waardoor we op een totaal van 1319 volgers zitten. Via Twitter hebben we 2151 volgers wat ongeveer gelijk is gebleven met vorig jaar. Het sociale media team post regelmatig berichten op zowel facebook als twitter en die worden goed bekeken.

**3.5 Nieuwsbrief**

De nieuwsbrief komt nog steeds vier keer per jaar uit. Een week voor de Landelijke Dag. De nieuwsbrief heeft 3039 abonnees.

**4.0 Belangenbehartiging**

Belangenbehartiging bestaat uit een collectief deel en daarnaast ook een individuele vorm van belangenbehartiging. Er komen incidenteel vragen naar ons toe van leden. Een vraag voor de komende jaren is of we de individuele belangenbehartiging verder moeten inbedden in de organisatie.

**4.1 KenBiS**

Samenwerking met KenBiS is voor ons van belang om de aandacht voor de kwaliteit van zorg voor mensen met een bipolaire aandoening en hun naasten op de agenda te houden. Deelname aan KenBiS biedt ons toegang tot ongeveer 18 GGZ instellingen 4 academische centra. Overigens betekent onze deelname aan KenBiS niet dat wij niet open staan voor samenwerking met andere organisaties. De volgende resultaten zijn het vermelden waaard:

* World Bipolar Day met als thema kunst en cultuur in Vlaanderen en Nederland. Hierin werd ook samengewerkt met onze zusterorganisatie in Vlaanderen Ups en Downs.
* Advies uitgebracht over inhoud van de masterclass bipolariteit. Dit is een vijfdaagse opleiding voor professionals over de zorg voor mensen met een bipolaire aandoening. Een van onze adviezen is om het cliënten- en naastenperspectief een belangrijkere rol te geven in de opleiding.
* Meegewerkt aan een advies over organisatie van zorg binnen bipolaire poli’s met als belangrijke aanbeveling om de aandacht voor persoonlijk en maatschappelijk herstel te versterken.

**4.2. Mind**

Mind is de organisatie waar wij ons mee verbonden hebben om de generieke thema’s op de agenda te krijgen. Wij zijn zeer actief binnen Mind op tal van terreinen zoals kwaliteit van zorg, psychofarmaca. In 2021 hebben wij meegewerkt aan de realisatie van een generieke module diagnostiek waarin beschreven wordt waar een goede diagnose aan moet voldoen. De nieuwe module zal begin 2022 ter autorisatie worden voorgelegd aan alle partijen in de GGZ. Tot slot is het vermeldenswaardig dat wij binnen Mind meer aandacht hebben gevraagd voor het onderwerp diversiteit. Dit heeft geleid tot het instellen van een werkgroep die het onderwerp verder zal oppakken.

**5 Onderzoek**

De werkgroep onderzoek heeft dit jaar een training gevolgd bij PGO support. Door het uitvallen van ons bestuurslid onderzoek en uiteindelijk het terugtreden van het bestuurslid moeten we constateren dat er afgelopen jaar onvoldoende voortgang heeft gezeten in het werken aan de doelstellingen van deze werkgroep.

**6 Financiën (Henri)**

**7Fondsenwerving (Johan)**

**8 .Communicatie, marketing en PR**

**8.1 Communicatiebeleid en Marketing en PR**

Het communicatie beleid is uitgevoerd zoals afgesproken in het communicatieplan. Er is nog steeds een marketingplan met MEO waarbij er regelmatig contact is over wat er kan worden verbeterd op de website om de vindbaarheid en het aantal bezoekers te verhogen. De contacten met andere verenigingen, Kenbis en MIND wordt gedaan door de voorzitter. Deze worden op een andere plek in het verslag toegelicht. Om haar kennis uit te breiden over het vakgebied communicatie is bestuurslid communicatie Tineke begonnen met een studie communicatie deze studie zal ze in het voorjaar van 2022 afronden.

**9 Naasten (Johan en Henri)**

Bijlage: Samenstelling bestuur per 31-12-2021

Henk Mathijssen Voorzitter

Henri de Wit Secretaris en naasten

Tineke Mollema Communicatie en voorlichting

Johan van Heerde Fondsenwerving en naasten

Vacature Young

Siebe Haagsma Secretaris

Desiree Bruggeling Onderzoek en projecten