



**Stichting Omgaan met Angst**  
Postbus 88, 6200 AB Maastricht

2011 een jaar van bezinning en het zoeken naar nieuwe wegen om de bekendheid te vergroten en meer aan de weg te timmeren, met een redelijk succes.

Evenals in de voorgaande jaren heeft het lotgenotencontact in de vorm van praatgroepen niet meer plaatsgevonden. Er wordt gewerkt aan een enquête om bij de achterban te peilen wat de oorzaken van het niet willen of kunnen deelnemen zijn en wat de wensen zijn ten aanzien van lotgenotencontacten. De uitvoering hiervan zal in het jaar 2012 moeten worden gepland.

De wandelingen als lotgenotencontact zijn en blijven een succesformule met een steeds licht stijgende lijn wat betreft de deelname. Niet alleen worden door hulpverleners de wandelingen aanbevolen aan patiënten, ook is er een vraag vanuit midden-Limburg om daar te starten met wandelingen. Hiertoe zijn contacten gelegd met o.a. Riagg-Zuid te Roermond. De financiering voor deze wandeltochten moet vooralsnog geheel geschieden vanuit donaties en sponsoring. Wel wordt naar verwachting een start gemaakt medio 2012. In de loop van het jaar zijn de wandeltochten in de media, met name in het tijdschrift "Mijn Geheim" onder het voetlicht gebracht. Twee vrijwilligers van de stichting zijn hiertoe geïnterviewd en al dan niet onder pseudoniem zijn hun verhalen gepubliceerd.

Voor de activiteiten op het internet verwijs ik naar het hierna opgenomen statistische overzicht. De fora van de stichting op Hyves en het eigen forum lieten een tendens zien die over het algemeen voor veel fora gelden: een gestage continuïteit zonder uitersten. Opgemerkt dient te worden dat de fora in de loop van de tweede helft van het jaar noodgedwongen zijn gesloten in verband met de overvloed van spam, vooral van onzedelijke aard, waardoor onze moderatoren meer tijd nodig hadden om deze spam te verwijderen en de ip-nummers te blokkeren dan dat er aandacht aan het forum besteed kon worden. Er wordt overwogen een nieuwe vorm van forum op te starten. Ook is de Stichting actief gaan worden op Facebook.

Ten aanzien van de thema-avonden geldt het volgende overzicht:

- 9 februari 2011: "Angst bij ouderen", in samenwerking met Zij-actief afdeling Ransdaal, locatie gemeenschapshuis te Ransdaal. 34 bezoeksters, allen afkomstig uit de regio Ransdaal; 31 evaluatieformulieren retour.
- 19 april 2011: "Wees Angst de baas", in samenwerking met Katholieke Vrouwengilde Sittard, locatie Sociëteit Sittard. Aantal evaluatieformulieren retour: 39, Aantal bezoeksters lag boven de 60, hetgeen wij weten omdat de klaargemaakte documentatiemappen net niet toereikend waren. Bezoekster waren allemaal afkomstig uit de regio Sittard.

- **16 mei 2011: “Angst en eetstoornissen”**, gehouden in samenwerking met SABN, locatie Casino Treebeek, Hoensbroek, 12 evaluatieformulieren retour.
- **6 juni 2011: “Angst en eetstoornissen”**, locatie Podium Posjet, Vijverdal, Maastricht. 23 evaluatieformulieren retour, postcodes voornamelijk 62\*\*.
- 6 september 2011: “Omgaan met Angst”, in samenwerking met Sensor Telehulpverlening, locatie Heerlen.
- 27 september 2011: “Omgaan met Angst”, in samenwerking met Sensor Telehulpverlening, locatie Venlo.
- **3 oktober 2011: “Angst bij verzamelwoede”**, locatie Podium Posjet, Vijverdal, Maastricht. Ruim 40 bezoekers, 28 evaluatieformulieren retour, zonder opgave postcodes.
- **13 december 2011: “Angst voor de tandarts”**, in samenwerking met Amaliakliniek Kerkrade, locatie “De Boerderij”, Geleen. 8 evaluatieformulieren retour zonder opgave postcodes.

Vetgedrukte datums geven de bijeenkomsten weer die waren gepland overeenkomstig de subsidieaanvraag, De overige avonden worden uit andere bronnen gefinancierd.

Op 8 november heeft de Stichting acte-de-presence gegeven op een inloopmarkt over psychiatrie in de brede zin van het woord in Heerlen. Er zijn naast folderverspreiding ook enkele nieuwe contacten gelegd.

Bij aanvang van de avonden wordt door ons altijd verzocht de evaluatieformulieren in te vullen en rechtsboven in de hoek de eerste drie cijfers van de postcode te vermelden in verband met de het vergaren van statistische gegevens ten behoeve van de subsidieverstrekking. Helaas worden nog altijd de formulieren onvoldoende ingevuld aan ons geretourneerd en de cijfers van de postcodes worden slechts zeer incidenteel verstrekt. Dit heeft ertoe geleid dat wij onze evaluatieformulieren moeten herzien. Doorgaans ligt, zoals ook in voorgaande jaren, de participatie gemiddeld ruim tweemaal zo hoog als het aantal retour ontvangen formulieren.

De avond over verzamelwoede heeft de interesse gewekt van de plaatselijke media, een reporter van Dagblad De Limburger is op de avond aanwezig geweest en is voornemens een artikel aan het onderwerp te gaan wijden.

De informatiebijeenkomsten bij Sensor dienden vooral het uitwisselen van kennisinformatie en deskundigheidsbevordering, dit omdat wij als Stichting geen telefonische hulpdienst aan patiënten met angst- en paniekstoornissen kunnen aanbieden, enerzijds vanwege het financiële aspect, anderzijds vanwege de bemensing van de telefoon. Door het aanbieden van onze kennis zal in dit opzicht de bestaande organisatie Sensor onze doelgroep kunnen opvangen.

In 2011 zijn de contacten en samenwerking met zowel universiteit als ook met PsyQ waar mogelijk verder uitgebreid. Zo heeft de Stichting wederom haar medewerking verleent aan een aantal projecten binnen het onderwijsprogramma van de universiteit: “adoptie van een patiëntenorganisatie” in januari (derdejaars studenten) en in september/oktober (tweedejaars studenten) welke met een bevredigend

resultaat voor zowel de Stichting als ook voor de studenten konden worden afgesloten. De banden met de universiteit dienen voor wat betreft het wetenschappelijk onderzoek nog verder te worden aangehaald. Daarnaast zijn vrijwilligers van de stichting gevraagd mee te werken aan diverse blokken bij de opleiding tot huisarts etc. De samenwerking met onder andere PsyQ bestaat hierin dat wij als volwaardige partner kunnen meedenken en blijft onze inbreng gewaardeerd.

Hoewel de Stichting regelmatig uitnodigingen ontvangt voor deelname aan overkoepelende organisaties en symposia door het hele land, moet in verband met de geringe bezetting aan vrijwilligers een weloverwogen keuze gemaakt worden. Vanzelfsprekend genieten de netwerkbijeenkomsten op provinciaal niveau (Huis van de Zorg) de hoogste prioriteit. Hier worden dan ook regelmatig nieuwe contacten gelegd die op termijn moeten bijdragen aan samenwerking, al is het in eerste instantie alleen maar op het gebied van informatiebijeenkomsten.

De boekenlijst op de site groeit langzaam, het streven om elke titel van een eigen recensie te laten voorzien blijft gehandhaafd. Bij nieuwe publicaties wordt altijd getracht een presentexemplaar voor onze bibliotheek te krijgen. Onze presentie op Boerderijpop bleef dit jaar beperkt tot het uitdelen van een aantal folders. Daar waar mogelijk zorgt de Stichting ervoor minimaal met een vrijwilliger aanwezig te zijn om promotiemateriaal te verspreiden.

In samenwerking met het Huis voor de Zorg zijn in het najaar workshops aangeboden met als titel "Opkomen voor jezelf". Uiteraard bleef en blijft de Stichting voorzover mogelijk actief deelnemen aan netwerkbijeenkomsten, o.a. die welke door het Huis van de Zorg worden georganiseerd.

De financiële verantwoording over 2011 ziet er als volgt uit:

	<u>BATEN</u>		<u>LASTEN</u>
Saldo 1-1-2011 Kas/Bank	1003,36	Vergoeding vrijwilligers	1302,00
Subsidie 2011	8733,00	Materiele kosten (verzekering)	230,41
Donaties	98,40	Vergaderingen	516,61
Creditrente	95,69	Website	441,49
		Kantoorkosten	575,64
		Promotiemateriaal	569,71
		Thema/infoavonden/sprekers	1774,74
		Wandelingen	649,19
		Advertentiekosten	1919,61
		Diversen	537,39
		Lotgenoten/Partnercontactgroepen	556,99
		Saldo 31-12-2011 Kas/Bank	856,67
	9930,45		9930,45