



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

2012 een jaar van consolidering en vergroten van de regionale bekendheid, daarnaast werd in Midden-Limburg een start gemaakt met de wandelingen in navolging van de succesformule in Zuid-Limburg.

Naar aanleiding van vragen vanuit de achterban is een enquête via het internet gehouden naar behoefte en mogelijkheden inzake het lotgenotencontact. De respons was zeer slecht en niet bruikbaar om op basis daarvan actie te ondernemen. Wellicht dat de vraagstelling niet goed was, maar de intentie is aanwezig in de loop van 2013 nogmaals een peiling te houden over behoefte naar en vorm waarin lotgenotencontact dient te worden gegoten. De ervaring met betrekking tot praatgroepen als lotgenotencontact die ook door meerdere patiëntenorganisaties wordt gedeeld, kan worden omschreven als afnemend qua interesse en de moeilijkheid deze op te starten en draaiende te houden.

Zoals voorgaande jaren al werd opgemerkt, waren ook dit jaar de wandelingen als lotgenotencontact een succesformule met een steeds licht stijgende lijn wat betreft de deelname. Dit jaar zijn wij als Stichting in samenwerking met Riagg-Zuid ook begonnen met het aanbieden van wandelingen in Midden-Limburg, in het najaar werd een wandeling georganiseerd die gesponsord werd door het FPG en de Rabobank. Hoewel wij zoveel mogelijk reclame voor deze wandeling hebben gemaakt viel het ons tegen dat vanuit de sponsors weinig aan PR is gedaan, ook de afwezigheid van (vertegenwoordigers van) de sponsors was een domper. Desalniettemin is er wel een goede aanzet gegeven.

Voor de activiteiten op het internet zijn dit jaar helaas geen statistische gegevens beschikbaar. Dit vindt zijn oorzaak in de verhuizing naar een andere "host": samen met het volledig vernieuwen van de site is ook gekozen voor de nieuwe hosting vanwege de kosten, er werd op dit punt een besparing bereikt van 50% waardoor de bouw van een nieuwe site kon worden gerealiseerd. Wij zijn nu moderner en meer passend in de tijd. Helaas zijn de fora gesloten gebleven vanwege enorme toestroom van ongewenst spam. De activiteit van de Stichting op vooral Face-book nam gestaag in omvang toe. Hoewel Hyves als sociaal medium sterk inboet ten opzichte van Face-book, bleef en blijft de Stichting voalsnog actief op dit medium.

Ten aanzien van de thema-avonden het volgende overzicht:

- 16 januari 2012: "Angst bij ouderen", in samenwerking met en op uitnodiging van de Damesvereniging Melick. Ruim 55 bezoeksters, allen afkomstig uit de regio Melick; 55 evaluatieformulieren retour.
- 27 januari 2012: "Angstdag PsyQ", op ons dringende verzoek konden wij acte-de-presence geven in de Bonbonniere te Maastricht.
- 7 maart 2012: "Angststoornissen", gehouden in samenwerking met en in het Atrium MC te Heerlen. Een bijzonder goed bezocht avond, de zaal (130 personen) was volledig geboekt, er moest helaas zelfs "Vol" worden verkocht.
- 14 maart 2013: "Workshop opkomen voor jezelf", een samenwerking met het Huis voor de Zorg,
- **22 mei 2012: "Angst en Overgang"**, locatie Heerlen, 12 bezoekers die de avond waardeerden met een gemiddeld cijfer van 8,3. Respons d.m.v. de nieuwe versie evaluatieformulieren was 75%, op basis van de ingevulde postcodes konden wij zien dat niet alleen vanuit Parkstad mensen aanwezig waren, maar ook vanuit Maastricht, Sittard-Geleen en het Heuvelland.
- **4 juni 2013: "Vliegangst"**, locatie Beek, 83 bezoekers die een gemiddeld cijfer gaven van 7,1. Respons via evaluatieformulieren 45%, waardoor wij weten dat ook geïnteresseerden afkomstig waren uit Roermond en zelfs Duitsland.
- 19 september 2012: "Angst voor het ziekenhuis", gehouden in samenwerking met Patiëntenvoorlichting van het AZM, locatie AZM. Aantal bezoekers 16, respons 81%, gemiddeld cijfer 7,6. De bezoekers, voor het merendeel professionals waren hoofdzakelijk afkomstig uit Maastricht.
- 1 november 2012: "Angst bij ouderen", in samenwerking met en op uitnodiging van de Damesvereniging St.Joost. 34 bezoeksters, allen afkomstig uit de regio St. Joost; respons 88 %, cijfer 7,6.
- **7 november 2012: "Angst en Overgang"**, locatie Maastricht, 28 bezoekers die de avond waardeerden met een gemiddeld cijfer van 7,9. Respons was 75%, op basis van de ingevulde postcodes viel op dat naast het grootste percentage bezoekers uit Maastricht, ook mensen aanwezig waren uit het Heuvelland, Parkstad, Noord-Limburg en zelfs uit de regio Leiden.
- **3 december 2012: "Dat doet vast pijn, angst voor pijn"**, locatie "Het Martinushuis", Maastricht. 6 bezoekers, respons 67 % met een gemiddeld cijfer van 8,8.

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

De statistieken van de afgelopen jaren hebben ertoe bijgedragen dat wij voor de komende jaren besloten hebben geen avonden meer zelf te organiseren in december. In deze maand worden de avonden zeer slecht bezocht; de avonden op verzoek zullen indien in december gepland wel doorgang vinden omdat daarvoor de financiering komt vanuit andere bronnen (vaak zijn de kosten voor rekening van de uitnodigende instantie).

Bij aanvang van de avonden wordt door ons altijd verzocht de evaluatieformulieren in te vullen, de nieuwe versie wordt voor elke avond aangepast, waarop de eerste

vraag de invuller verzoekt de eerste drie cijfers van de postcode in te vullen in verband met het vergaren van statistische gegevens ten behoeve van de subsidieverstrekkingen. Hoewel nog altijd de formulieren onvoldoende ingevuld worden, wordt de eerste vraag beter ingevuld dan voorheen waarbij wij verzochten de cijfers rechtsboven op het formulier te plaatsen. De participatie ligt minimaal 30 procent hoger als het aantal retour ontvangen formulieren.

Door het succes van de avond in het Atrium MC zullen wij ook proberen in samenwerking met patiëntevoorlichting van ziekenhuizen in de rest van Limburg soortgelijke avonden te organiseren. De avond in Maastricht viel sterk tegen, hiervoor waren wij al gewaarschuwd. Een avond bij Orbis zal vooralsnog niet plaatsvinden vanwege de hoge kosten.

In 2012 zijn de contacten en samenwerking met zowel universiteit als ook met PsyQ geconsolideerd en 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 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 nog altijd actief bij bijvoorbeeld de opleiding tot huisarts etc. De samenwerking met andere PsyQ bestaat hierin dat wij als volwaardige partner kunnen meedenken en blijft onze inbreng gewaardeerd:

1. de stichting levert ervaringsdeskundigen voor een onderdeel van de behandeling bij PsyQ namelijk de psycho-educatie;
2. de stichting participeert in de werkgroep angststoornissen van PsyQ om dit zorgprogramma van Mondriaan kritisch te blijven volgen en advies in te geven.

Ook dit jaar moest een weloverwogen keuze gemaakt worden om gehoor te geven c.q. deel te nemen aan uitnodigingen van overkoepelende organisaties en symposia door het hele land, in verband met de geringe bezetting aan vrijwilligers en uiteraard de vaak hoge kosten die hieraan verbonden kunnen zijn. Vanzelfsprekend genieten de netwerkbijeenkomsten op provinciaal niveau (Huis van de Zorg) de hoogste prioriteit.

De financiële verantwoording over 2012 ziet er als volgt uit:

	<b><u>BATEN</u></b>		<b><u>LASTEN</u></b>
Saldo 1-1-2012 Kas/Bank	856,67	Vergoeding vrijwilligers	1449,00
Subsidie 2012	8929,50	Materiele kosten (verzekering)	230,58
Donaties	230,45	Vergaderingen	184,19
Creditrente	87,52	Website	918,33
		Kantoorkosten	471,52
		Promotiemateriaal	587,84
		Thema/infoavonden/sprekers	1755,16
		Wandelingen	960,75
		Advertentiekosten	1959,13
		Diversen	425,44
		Lotgenoten/Partnercontactgroepen	356,08
		Saldo 31-12-2012 Kas/Bank	806,12
	10104,14		10104,14