

## Jaarverslag 2023 Een Handreiking

Het is gebruikelijk op de jaarlijkse ledenvergadering terug te kijken op het voorgaande jaar, te weten het jaar 2023. Graag willen we dat als vereniging ook deze keer doen in het besef dat dit zich beperkt tot een feitelijk overzicht. Persoonlijke zorgen en leed van onze leden staan hier niet in, terwijl die er zeker wel waren en zijn! Tegelijk is dat ook de reden waarom we als vereniging bestaan en ons werk doen.

### Bevorderen van onderling contact

Ook dit jaar hebben de regiobesturen zich ingezet voor het organiseren van de regiobijeenkomsten. Veel avonden zijn (heel) goed bezocht. De regio-avonden voorzien duidelijk in een behoefte.

In het verslagjaar heeft ds. D.E. van de Kieft ook gesproken tijdens een bijeenkomst op 16 maart voor ambtsdragers. Die avond waren er ambtsdragers bijeen uit alle delen van het land. Ds. Van de Kieft heeft als ervaringsdeskundige de ambtsdragers handvatten kunnen geven voor het pastoraat aan nabestaanden van mensen die met suïcide te maken kregen. Er was veel waardering voor deze avond.

Het was de bedoeling in regio Zeeland nog een avond te beleggen voor nabestaanden van mensen die met suïcide te maken kregen. Door een ongeval van ds. Van de Kieft is dat niet meer gelukt. Het bestuur houdt contact met ds. Van de Kieft. Wanneer mogelijk zal de avond in regio Zeeland alsnog worden belegd.

### Nieuwjaarsbijeenkomst

Op 26 januari 2023 ontmoetten de regiobesturen, redactie en het landelijk bestuur elkaar in het kerkgebouw van de Gereformeerde Gemeente te Amersfoort. In een sfeer van onderlinge betrokkenheid hebben we de situatie van onze Vereniging besproken. Ook is kennis gemaakt met nieuwe vrijwilligers voor verschillende functies, namelijk:

- Mariëlle Bouwman: landelijk bestuur
- Adrie Kramer: redactie
- Willem Biesheuvel: regio Veluwe
- Hanneke van Dijk: regio Noord

### Landelijke dag

De landelijke dag is gehouden op **zaterdag 18 november**. Spreker was mw. S. Brons-van der Wekken, psycholoog bij Eleos. Zij hield een professionele en praktische lezing over het thema: *Strijd of houvast; Over de rol van geloof bij psychische klachten*.

Ook dit keer kwamen we samen in de Driestar te Gouda en kreeg iedereen na afloop een lunch aangeboden. De opkomst was weer goed, ruim honderd. Ook is weer het belang van voldoende tijd voor ontmoeting gebleken. De onderlinge contacten worden zo gewaardeerd!

### Regio's

Evenals in 2022 zijn er in 2023 weer twee nieuwe regio's gestart, te weten Twente en Duin en Bollenstreek. Voor beide regio's zijn bestuursleden gevonden en de avonden voorzien ook daar in een behoefte. Het maakt het bestuur dankbaar dat we steeds mensen kunnen vinden die hun schouders onder dit vrijwilligerswerk willen zetten.

De avonden werden over het algemeen goed bezocht; de lezingen werden gewaardeerd en er werd met aandacht beluisterd. Thema's die onder andere zijn behandeld, zijn: *Gods leiding in psychisch lijden, Huiselijk geweld, Jong en depressief, ons Godsbeeld, Burn-out, Verlieservaring rond diagnose, Dwangstoornissen, Narcisme, Tuin coaching tegen depressie, de psychische kant van rouwverwerking, Depressie*. Een veelheid van thema's dus! De avonden die online komen, worden veel beluisterd of nagekeken.

### **Het geven van advies en voorlichting**

#### *Luisterend oor*

Het luisterend oor blijft een belangrijke functie van de vereniging. Door toename van het aantal vragen is het Luisterend Oor, naast onze voorzitter, versterkt in de persoon van Corrie Boogaard en van Anneke van Toor. Het bestuur is dankbaar voor de professionele inzet van Corrie en Anneke. Om de binnenkomende vragen te kunnen verdelen is het mailadres: [luisterend-oor@eenhandreiking.nl](mailto:luisterend-oor@eenhandreiking.nl) in leven geroepen.

#### *Verenigingsblad*

Advies en voorlichting vindt niet alleen via de regiobijeenkomsten het luisterend oor plaats, maar ook via het verenigingsblad. Het afgelopen jaar is het blad 4 keer verschenen en daarin werden de volgende thema's behandeld:

- ***Suicide***
- ***Leegte***
- ***Narcisme***
- ***Structuur geeft rust***

Vanaf deze plaats veel dank aan de redactie die elke keer weer zorgt voor een verenigingsblad dat er mag zijn en in behoefte voorziet. Een van de veel gehoorde reacties is dat het blad laagdrempelig is en van a tot z gelezen wordt. Waarvan akte!

#### *Lezingen/informatie*

Verschillende bestuursleden hebben lezingen gehouden op verschillende verenigingen in den lande (Vrouwenverenigingen, NPV, vrijwilligersgroepen in kerkelijke gemeenten) of tijdens een zangavond verteld wat Vereniging Een Handreiking doet. Op die manier wordt meer bekendheid gegeven aan onze vereniging, maar ook advies gegeven over het omgaan met onze psychisch zieke naaste.

### **Belangenbehartiging**

Bij de voortduur worden de belangen van onze leden onder de aandacht gebracht. Te denken valt daarbij bijvoorbeeld aan het informeren van kerkenraden over onze activiteiten. Zo ontvangen alle

kerken uit de achterband de vereniging het verenigingsblad digitaal. Zie voor het toerusten van ambtsdragers ook de alinea *Bevorderen onderling contact*.

### **Boekjes Wim Visser**

In het verslagjaar is er weer een boekje van de hand van onze voorzitter verschenen. Dit keer over Psalm 73. De verkoopopbrengst van dit boekje komt ten goede van de vereniging.

### **Algemeen Bestuur**

In het verslagjaar mochten we weer een nieuw bestuurslid verwelkomen, te weten Mariëlle Bouwman-Brand. Mariëlle zet zich graag in voor praktische klussen. Zo heeft zij o.a. geregeld dat de informatiebladen voor de nieuwe website zijn geüpdatet en regelde zij de pennen en notitieblokjes.

We hebben vergaderd (5 keer) om de belangen van onze Vereniging te bespreken en in het jaarverslag mogen we opmerken dat we in een heel goede sfeer samenkomen.

Om de continuïteit in het landelijk bestuur zoveel als mogelijk te waarborgen zijn in het verslagjaar afspraken gemaakt over secundes voor de functies van voorzitter, penningmeester en secretaris.

Secundus voor penningmeester: In noodsituatie wordt een financieel deskundige gevraagd. Op lange termijn zoeken naar een nieuw bestuurslid die secundus wil zijn.

Secundus voor voorzitter: Jan van Hell, samen met Carolien Nijse.

Secundes voor secretariaat: Jenny Neuteboom.

Het ledenaantal bedroeg op 1 januari 2023: 365 en het aantal donateurs: 19. Per 31 december 2023 is dit respectievelijk: 507 en 19. In het verslagjaar is het 500<sup>e</sup> lid bereikt! De familie Dunnink uit Staphorst was het 500<sup>e</sup> lid en heeft een bos bloemen ontvangen.

### **Professionalisering**

#### *Conscribo*

De groei van de vereniging noodzaakt tot professionalisering. In het verslagjaar is dan ook een programma in gebruik genomen voor de ledenadministratie, Conscribo. Via dat programma vindt ook de correspondentie met de leden plaats. Op die wijze voldoen we aan de AVG-normen. Met ingang van het jaar 2024 zullen de secretariaten van de regio's ook gaan werken met het Conscribo. Daarover meer in het jaarverslag van 2024 D.V.

#### *RMU*

In 2024 heeft het bestuur ook besloten lid te worden van de RMU. Binnen het lidmaatschap kan gebruik gemaakt worden van 5 uur advies per jaar.

#### *Nieuwe website en verenigingsblad*

No3 heeft naar tevredenheid de website van de Vereniging gerestyled. De website heeft een frisse uitstraling met een vertrouwde inhoud. Dat geldt tevens de lay-out en inhoud van het verenigingsblad. Op beide updates heeft het bestuur veel positieve reacties ontvangen.

Na jarenlange en zeer gewaardeerde inzet voor de redactie van het verenigingsblad heeft Carolien Nijse afscheid genomen van de redactie. Adrie Kramer heeft met veel enthousiasme de redactietaak van Carolien overgenomen.

#### *Pr-materiaal*

In het verslagjaar is er pr-materiaal ontwikkeld zoals pennen en notitieblokjes. Er zijn standaard aangeschaft waarin vervangbare flyers kunnen worden geplaatst voor de verkooptafels. Ook is er voor elk (regio)bestuurslid een badge gemaakt, zodat zij herkenbaar zijn tijdens bijeenkomsten van de vereniging.

#### **Afsluitend**

Vanaf deze plaats een hartelijk woord van dank aan iedereen die zich op welke wijze dan ook voor de vereniging heeft ingezet of die ons (financieel) heeft gesteund. Zonder u zou onze Vereniging niet bestaan, maar we merken steeds dat we bestaansrecht hebben. Via de regioavonden, maar ook via Luisterend Oor komen heel veel verdrietige verhalen tot ons. We beseffen dat het de Heere was, Die ons moed en krachten gaf om het werk te kunnen doen. Hem zij alle dank en eer daarvoor.

Voor het toekomstige wensen we u in alle omstandigheden van harte de hulp en bijstand van de Heere. 'Wentel uw weg op den HEERE, en vertrouw op Hem; Hij zal het maken.' (Psalm 37:5)

Het Bestuur