

Over ZeBra³post

ZeBra POST verschijnt onregelmatig, wanneer we iets te melden hebben. Deze nieuwsbrief is voor deelnemers aan ZeBra JOP, cliëntvertegenwoordigers en geïnteresseerde jongeren en ouders die nú steun zoeken bij gelijkgestemden en straks misschien wel met beleidsmakers en bestuurders willen samenwerken aan betere jeugdhulp.



Voorwoord

Eerst begrijpen, dan pas (be)handelen

Terwijl we met ZeBra blijven ontwikkelen, leer ik ook nog steeds veel over mijzelf. In 2023 kwam ik tot het inzicht dat ervaringsdeskundigheid mag schuren met andere expertises, maar dat we wel moeten doseren. Afgelopen jaar ging ik op een andere manier begrijpen wat ouders en jongeren bedoelen als ze zeggen dat ze zich niet gezien en gehoord hebben gevoeld door de hulpverlening. Terwijl hulpverleners denken dat ze wel degelijk goed gekeken en geluisterd hebben.

Niet voor niks is onze missie: goede en passende jeugdhulp bestaat alleen met ouders en jongeren als gelijkwaardige partner. En op die gelijkwaardigheid gaat het, ondanks alle goede bedoelingen, nog vaak mis. Om die reden ben ik me steeds meer gaan storen aan de titel van het verder uitstekende rapport van Ketenbreed Leren 'Betrekt mij gewoon'.

Ten eerste zijn wij het, jongeren en gezinnen, die de hulpverlening bij ons leven betrekken. Niet andersom. Wij willen aan de knoppen zitten van ons eigen hulpverleningstraject. En ten tweede willen we samenwerken vanuit de expertise die we hebben: de expertise op ons gezin. Wij ouders kennen ons kind door en door; weten wat de interesses zijn, waar het goed in is, waar het blij van wordt en wie het aardig, leuk of geweldig vindt. Maar ook wat het irriteert, wat het moeilijk vindt, waar het boos of verdrietig van wordt en wie het stom vindt.

In de praktijk krijgen we regelmatig de vraag wat we nodig hebben, wat volgens ons beste zou zijn om te doen. Maar dáár hebben we niet voor doorgeleerd. En de vragen die ons helpen om het verhaal van ons gezin beter te gaan begrijpen, die worden juist nog niet genoeg gesteld. Hoe kun je aan de slag met de boosheid, de angst of het verdriet van je kind als je niet begrijpt waarom je kind op dít moment, op déze plaats, dít gedrag heeft? Laat staan dat je snapt waar ze vandaan komen? Als je niet doorhebt wat je je kind, vaak onbewust en onbedoeld, hebt geleerd. Hoe ging je zelf om met ingrijpende dingen in je leven, hoe deden je ouders vóór jou dat? Gebeurtenissen waar je zelf niet eens bij was kunnen invloed hebben op hoe jouw kind zich voelt en zich gedraagt.

Van hulpverleners vraagt dit de kunst om nieuwsgierig en open te zijn, om van daaruit zónder oordeel dóór te vragen. Van ouders is de moed nodig om te

kijken naar wat je eerder nog niet kon zien en misschien liever nog steeds niet wilt zien. Moed die we pas kunnen tonen als we daar op een sensitieve manier toe uitgenodigd worden. En dan is het er, gelijkwaardigheid. Dan werken ouder(s) en hulpverlening echt samen, elk vanuit hun eigen kracht expertise.

Samen éérs begrijpen, dan pas (be)handelen. Dat maakt in iedere situatie, aan elke tafel het verschil.

Sjoek de Vries

Netwerkcoördinator

Mede namens
Pierre, Miranda, Katie,
Nikita, Nadia, Petra en
Frans van het
Actieteam ZeBra JOP
(zie ook pagina 6)



Inhoudsopgave

Terugblik 2024	pag. 2
Actueel in 2024	pag. 3-5
Hoe kun je deelnemen?	pag. 6

Terugblik: de ontwikkeling van ZeBra JOP



Het ZeBra Actieteam

Boven vlnr: Frans vogels, Katie Verroen, Pierre van Herk, Miranda van de Loo, Sjoek de Vries, Nikita Jilesen
Onder vlnr: Petra Peperkamp, Nadia Tabla

Actueel: zó maken we samen verschil

Blok 3 september in je agenda!

Bijeenkomst Diversiteit in Ervaringsdeskundigheid

Plaats: Rond Breda - Tilburg

3 september, 10.00 - 15.00 uur

- Welke soorten en maten zijn er?
- Welke organisaties bestaan naast elkaar in Zeeland en Brabant?
- Wat zijn de (soms grote) verschillen?
- Wat kunnen we van elkaar leren?
- *En last but not least:* Hoe kunnen we elkaar versterken!

Elke maandagavond welkom bij Inloophuis Voor Jou **Eerstoorndissen**

Nikki en Britt weten vanuit eigen ervaring en als professional hoe belangrijk laagdrempelige ondersteuning is voor mensen met een eetstoornis. Elke maandagavond houden ze inloopavond in het Inloophuis dat ze samen gestart zijn. Ze organiseren ook thema-bijeenkomsten voor professionals en aparte avonden voor naasten.

Een plek waar je:

- Lotgenotencontact kunt ervaren
- Je jezelf kunt zijn
- Vanuit zelfregie aan herstel kunt werken
- Kan experimenteren met verschillende activiteiten

Contact
MAIL:
INLOOPHUISVOORJOU@GMAIL.COM
WHATSAPP:
06 45 17 83 72
INSTAGRAM & LINKEDIN:
@INLOOPHUIS_VOORJOU
WEBSITE:
INLOOPHUISVOORJOU.NL

NIKKI VAN DEN HOVEN
Ervaringsdeskundige en
Sociotherapeut

BRITT BOUWMAN
Ervaringsdeskundige en
Verpleegkundige i.o.

‘Ook ouders hebben steun nodig!’

Vierde ouderbijeenkomst Opvoeden en Trauma - Hoe moeilijk of lastig is dat?

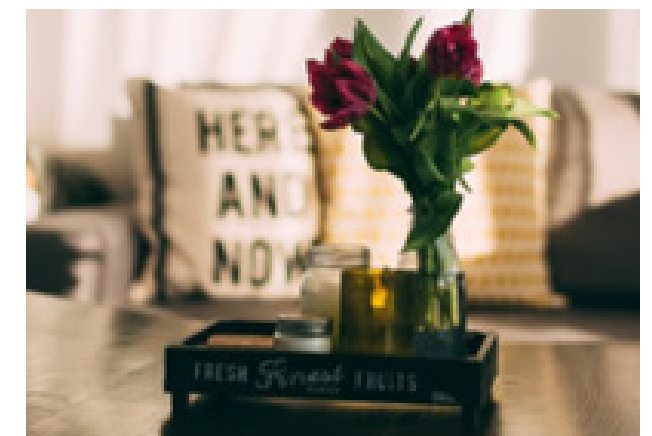
Plaats: Eindhoven

19 mei, 19.30 - 21.30 uur

Katie Verroen organiseert met steun van Miranda van de Loo ontmoetingen, speciaal voor ouders met vroegkinderlijk trauma of ouders van kinderen die een trauma hebben doorgemaakt. Katie is ervaringsdeskundige moeder met expertise op vroegkinderlijk trauma en ouder van kinderen die een trauma hebben doorgemaakt.

Wat mag je verwachten?

- Open in gesprek gaan, zonder oordeel. Alles is welkom.
- Schaamte doorbreken: praten over opvoeden is normaal!
- Iedere ouder, ongeacht trauma, loopt tegen uitdagingen aan bij het opvoeden. Trauma maakt het vaak een stukje ingewikkelder.
- Als door jouw jeugd de opvoeding anders is verlopen dan dat je graag had gewild, kan het zijn dat je nog erg zoekende bent in hoe je de



opvoeding van je kinderen wilt vormgeven. Wij geven ruimte voor jouw zoektocht.

- Een luisterend oor, herkenning en erkenning voor alles wat er is.
- Een plek waar je van elkaar kunt leren
- Vanuit verbinding en rust verwachten we kracht en helderheid te vinden om weer verder te gaan.

Meer weten? Eerst kennismaken met Katie en Miranda? Aanmelden? Kijk op de [website](#)!

Actueel: zó maken we samen verschil

‘Ook ouders hebben steun nodig!’

Nieuwe bijeenkomsten voor ouders van een kind met zelfbeschadigend en/of gevaarlijk gedrag

Miranda van de Loo organiseert bijeenkomsten voor (pleeg)ouders van een kind/jongere met zelfbeschadigend en/of gevaarlijk gedrag.

De reacties van ouders die al mee hebben gedaan, zeggen alles over de betekenis van deze avonden:

- Ik heb hoop gekregen!
- Ik kon niet beter, ik ben ouder, ik ben geen zorgverlener. Ik heb echt mijn best gedaan en jullie ook dus voel je niet schuldig.
- Super nuttig!
- Wat een herkenning! Fijn om te horen dat anderen het ook zo beleven, dat ik dus niet degene ben die het fout doet.

- ‘Fijn’ om te horen dat anderen ook deze ellende hebben. Ben ook lief voor jezelf!
- Ouders moeten echt gehoord worden.
- Wat ontzettend fijn om eindelijk eens te praten met iemand die me begrijpt, die weet wat ik voel.

Meer weten? Eerst kennismaken met en Miranda? Aanmelden? Kijk op de [website](#)!

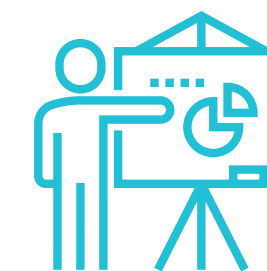
Miranda van de Loo zit voortaan als expert aan tafel in het regionale netwerk voor de behandeling en begeleiding van mensen met een eetstoornis en hun naasten: K-EET in Zeeland en West-Brabant. Miranda is een ervaringsdeskundige moeder van een dochter met een eetstoornis.



LANDELIJKE KETENAANPAK
EETSTOORNISSEN

In actie

Ervaringsdeskundigheid als gelijkwaardig perspectief aan tafel wordt steeds gewoner. In het eerste kwartaal van dit jaar hebben we onze kennis en kunde al in verschillende regio's op verschillende thema's kunnen inzetten. Het gaat dan vooral over thema's van de Hervormingsagenda: een landelijke agenda met thema's voor betere jeugdhulp waar de gemeentes mee aan de slag moeten.



- **Online feedbacksessie: presentatie Sterke Lokale Teams** (regio Hart van Brabant). Wat is vanuit jongeren en ouderperspectief belangrijk om van de huidige lokale wijkteams en toegangsteams een Sterk Lokaal Team te maken?
- **Consultatiesessie gemeente Middelburg**. Participatietraject ontwikkeling beleidskader Jeugd 2025 – 2029
- **Co-creatiesessie Stevige Lokale Teams** (regio West-Brabant Oost)
- **Co-creatiesessie Hoog Specialistisch (regio West-Brabant Oost)**. Meedenken over de hervorming van Hoog Specialistische zorg in deze regio.
- **Ontwikkeling Handelingskader – Toekomstscenario**. Organisaties binnen het huidige systeem gebruiken verschillende methodieken, protocollen, kaders, visies en instrumenten. Het Handelingskader moet professionals helpen samen weloverwogen beslissingen te nemen en deze te verantwoorden, vanuit een gemeenschappelijk kader. Het Toekomstscenario wil bereiken dat gezinnen waarin onveiligheid speelt sneller hulp krijgen die helpt, bij voorkeur thuis of in ieder geval zo thuis mogelijk.
- **Interview ‘Hoe doen we wat werkt?’** over het benutten van resultaten in de jeugdzorg. Het interview is gebruikt voor een congres over het verzamelen én benutten van data over de zorg. Een bijeenkomst van Praktikon Nijmegen en het lectoraat Werkzame Factoren in de Jeugd- en Opvoedhulp van de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen (HAN).
- **Inspirerende presentatie Heppie (t)Huis**. Eigenlijk zou er in elke gemeente een Heppie (t)Huis moeten zijn, waar kinderen zo -dichtbij- thuis mogelijk mogen wonen, onvoorwaardelijk en zo lang als nodig is!

Actueel: zó maken we samen verschil

Meewerken aan de uitvoering van de hervormingsagenda: *Work in Progress*.



Petra Peperkamp en Frans Vogels leiden, met inbreng en ondersteuning van de andere leden van het Actieteam, de zes ZeBra-werkgroepen over thema's uit de Hervormingsagenda. In de georganiseerde bijeenkomsten halen we op wat jongeren en ouders NU belangrijk vinden. In deze editie van ZeBraPOST vind je enkele voorbeelden uit het eerste kwartaal van 2025.

Consultatiesessie afbakening Jeugdhulp Zeeland

Zeeland wil alleen nog individuele jeugdhulp inzetten wanneer dat nodig is. Soms komt een hulpvraag voort uit een gangbare ontwikkeling op een bepaalde leeftijd en is jeugdhulp helemaal niet nodig. Soms kan een vraag veel beter beantwoord worden met hulp vanuit het eigen netwerk, met sport, cultuur of een hobby, vanuit school of is er hulp vanuit een andere wet nodig, zoals de wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO) of de Zorgverzekeringswet.

Onze inbreng van ouders en de ZeBra-ExpEx:

Belangrijk is dat de jeugdige en/of ouder(s) en de hulpverlener op basis van gelijkwaardigheid aan

tafel zitten. De hulpverlener heeft algemene kennis en expertise over gedrag van en hulp aan jeugdigen en ouders binnen het gezin. De jeugdige en/of ouder(s) hebben specifieke kennis over hun gezinssituatie. Het is de bedoeling dat een hulpverlener voor korte of langere tijd meeloopt met het gezin, en dat het hele gezinsverhaal duidelijk is en niet alleen het vergrootglas boven de jongere wordt gehouden. De jongere en het gezin zijn een samenspel en niet los te zien van elkaar. Dit vereist wel het investeren in een gelijkwaardige relatie met het gezin aan de voorkant.

Concreet: kies in de verordening liever voor de term ondersteuningsvraag dan voor hulvraag.

Ondersteuning klinkt voor jeugdigen en/of ouders minder beladen dan hulp. En het zet jeugdigen en/of ouders in hun kracht: zij hebben zelf de regie en zijn een gelijkwaardige gesprekspartner. Benadruk ook wat er wél goed gaat.

Om- en afbouw JeugdzorgPlus (gesloten jeugdzorg) De koers naar duurzame alternatieven



Het doel is helder: een toekomst waarin gesloten plaatsingen niet meer nodig zijn. Niet omdat we zorg willen beperken, maar omdat we betere, vroegtijdige ondersteuning willen organiseren. Dichtbij, effectief en afgestemd op de jongere. De regio's Zeeland, West-Brabant West, West-Brabant Oost en Hart van Brabant trekken samen op om voldoende en duurzame alternatieven te ontwikkelen voor gesloten jeugdhulp.

Onze inbreng

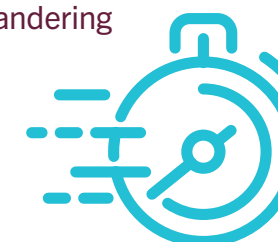
We vertegenwoordigen één van de vele perspectieven aan tafel. Samen komen we tot de volgende inzichten:

- vroeg signaleren en tijdige inzet zijn essentieel om escalatie te voorkomen;
- het vraagt lef en samenwerking om oude structuren los te laten.

- Werken aan échte verandering is mensenwerk én doe je samen met partners
- Alternatieven bouwen begint bij het kennen van je partners en het delen van visie

We willen vaker, meer en sneller!

Nu we steeds vaker aan tafel zitten, willen we méér. Professioneel schuren, omdat we zien dat het professionals vanuit andere perspectieven verder helpt. Maar ook zeker van praten naar doen. Samen in de actiestand. Maar we weten ook: voor wie de noodzaak van verandering en verbetering zo sterk voelt, gaat elke ontwikkeling te langzaam.



Actueel: Talitha en Romina presenteren gedichtenbundel 'Niks is wat het lijkt'

Op 2 mei is de gedichtenbundel *Niks Is Wat Het Lijkt* gelanceerd in het prachtige en in het groen liggende Koetshuis van Aurore. Talitha Ermen (links op de foto) maakte de illustraties, Romina van der Kelen (rechts) schreef de gedichten. Hun inspiratiebron: de twaalf bijeenkomsten van de ZeBra ExpEx-training tot Ervaringsdeskundige.

Met deze bundel willen Talitha en Romina laten zien hoe belangrijk



is het om je op je eigen manier te kunnen uiten. Omdat het een manier kan zijn om ervaringen om te zetten in kracht. Voor de makers zelf én voor anderen.

[Download 'Niks is wat het lijkt' op de website.](#)

Hoe kun je deelnemen aan ZeBra JOP?

Ervaringen delen / Elkaar steunen

ZeBra JOP is een warm bad voor alle ouders en jongeren die hun verhaal willen delen. Hier ervaar je herkenning en steun. Er is ruimte voor elk geluid – ook het positieve – en je kunt je optrekken aan wat anderen al geleerd hebben.

Ervaringsdeskundigheid verder ontwikkelen

Als je interesse hebt, kun je deelnemen aan trainingen om je ervaringen verder te ontwikkelen tot ervaringskennis en ervaringsdeskundigheid.

Inzicht krijgen: hoe staat de jeugdhulp ervoor?

Wil je je gaan inzetten als ervaringsprofessional of ervaringsdeskundige? Dan ga je leren hoe het huidige jeugdhulplandschap is georganiseerd, wat de kwetsbaarheden in het stelsel zijn en welk effect die kunnen hebben op jeugdigen en gezinnen. Ook leer je de vaardigheden die je nodig hebt om gelijkwaardig samen te kunnen werken met jongeren, ouders en professionals.

Beleidsmakers prikkelen om te leren van onze ervaringskennis

Voel je je prettig in gesprekken met beleidsmakers en bestuurders? Dan kun je ons helpen om samen met gemeenten en zorgaanbieders de jeugdhulp beter te maken.

Of neem gewoon contact op met het actieteam



Boven vlnr: Frans vogels, Katie Verroen, Pierre van Herk, Miranda van de Loo, Sjoek de Vries, Nikita Jilesen
Onder vlnr: Petra Peperkamp, Nadia Tabla

Frans Vogels: Organisator van 3 Hervormingsagenda-groepen, gedwongen jeugdhulp: frans.zebranetwerk@gmail.com

Katie Verroen: Hoogbegaafdheid, autisme, trauma, onderzoek: k.verroenzebra@hotmail.com

Pierre van Herk: Toekomstscenario, gedwongen jeugdhulp en complexe scheidingen, Linking Pin West-Brabant Oost: pierrevanherk@gmail.com

Miranda van de Loo: Zelfbeschadigend gedrag, eetstoornissen, specialistische zorg: miranda.zebranetwerk@gmail.com

Sjoek de Vries: netwerkcoördinator ZeBra JOP: zebra-ben@sjoekdevries.nl
Nikita Jilesen: 18- 18+, residentiële jeugdhulp, ExpEx-Jongere-perspectief: nikita@nej24.nl

Petra Peperkamp: Organisator van 3 Hervormingsagenda-groepen, gedwongen jeugdhulp: petra.zebranetwerk@gmail.com

Nadia Tabla: Coördinator ZeBra-ExpEx, Jongere-perspectief, Linking Pin Zeeland: info@andiahelpt.nl