

Beleidsplan Stichting NaastenOuder



www.naastenuouder.nl

Ouders kracht en houvast geven terwijl zij leven met de pijn, onzekerheid en liefde rond een kind dat worstelt met verslaving en nog niet klaar is voor hulp.

"Omdat je het niet alleen hoeft te dragen."

"Jouw verhaal, onze erkenning."

"De kracht van samen, de rust van begrip."

Oldenzaal, juni 2026 (bestuursleden bij oprichting)

Ceciel Lotgerink (voorzitter)

Karin Gelhever (secretaris)

Rob Lotgerink (penningmeester)

Focus

Ondersteuning van ouders met een verslaafd kind in de Pre-hulpvraag fase.

Inleiding/aanleiding

Als ouder van een kind met een verslaving kom je terecht in een wereld waar je niet op voorbereid bent.

Je twijfelt, schaamt je, raakt het overzicht kwijt en weet niet meer wat helpt of juist schaadt.

Veel ouders houden hun situatie verborgen. Niet uit onwil, maar uit gevoel van eenzaamheid, onbegrip en vooroordeel. Daardoor blijven zij alleen, terwijl de impact op hun leven groot is: constante angst, emotioneel leeg, opgebrand, relatieproblemen, isolement en onzekerheid over de toekomst.

Wij zijn drie ouders uit Oldenzaal die deze situatie zelf hebben doorgemaakt. Vanuit onze eigen ervaring zien wij dat er behoefte is aan herkenning, informatie en een veilige plek om het verhaal te delen.

Met dit project willen wij het zwijgen doorbreken en andere ouders helpen om hun weg te vinden in wat vaak voelt als een doolhof.

Missie & Visie

Missie: Ouders kracht en houvast geven terwijl zij leven met de pijn, onzekerheid en liefde rond een kind dat worstelt met verslaving en nog niet klaar is voor hulp.

Visie: Door de ouder te versterken en uit het isolement te halen, doorbreken we de machteloosheid. Een veerkrachtige ouder is de beste basis voor eventueel toekomstig herstel van het kind.

Kernproblematiek (De 'Pre-hulpvraag' fase)

Ouders in deze fase ervaren extreme stress door:

- **Machteloosheid:** De reguliere zorg start vaak pas bij een eigen hulpvraag van het kind.
- **Facilitering:** Onbewust de verslaving in stand houden uit angst of schuldgevoel.
- **Sociale isolatie:** Zwijgen over de situatie uit schaamte, wat leidt tot uitputting.

1. Doelstellingen

1. **Emotionele steun:** Herkenning bieden en de schaamte rondom de thuissituatie bespreekbaar maken.
2. **Zelfzorg & Grenzen:** Ouders leren hun eigen grenzen te bewaken en de regie over hun eigen leven terug te nemen. De sociale verbinding weer versterken.
3. **Kennisoverdracht:** De drempel naar hulp verlagen. Inzicht geven in de werking van het verslaafde brein en motiverende communicatie.

2. Kernactiviteit

- **(H)erkenning & Luisterend oor:** Laagdrempelige (online via Podcast) en fysieke ontmoetingsplekken voor lotgenotencontact zonder oordeel.

3. Strategie & Organisatie

- **Drempelverlaging:** Geen wachtlijsten, geen officiële indicatie nodig, anonimiteit gewaarborgd.
- **Ervaringsdeskundigheid:** Inzet van getrainde vrijwilligers die de situatie uit eigen ervaring kennen.
- **Samenwerking:** Fungeren als brug tussen de 'onmachtige' thuissituatie en de professionele ketenzorg (GGZ, politie, maatschappelijk werk). De stap naar behandeling van het kind.

4. Werkwijze/aanpak

Middels het ontwikkelen van een Podcastserie waarin ouders hun persoonlijke verhaal delen, thema's als schaamte, zoeken naar hulp en herstel bespreken. Aangevuld door feedback van professionals, zoals huisartsen en verslavingsprofessionals, willen we drempelverlagend ouders uit hun isolement proberen te halen en te verleiden naar inloopbijeenkomsten te komen.

Informatieavonden (pilot). Wij zullen in 2026 tenminste 3 bijeenkomsten organiseren in Oldenzaal met kleine groepen (10-20 ouders).

Er komt een website voor doorverwijzing en eventuele aanmelding.

5. Beoogde impact

Ouders die minder overbelast raken, uit hun isolement treden en beschikken over de juiste tools om met de verslaving van hun kind om te gaan, ongeacht of het kind al in behandeling is.

a. Podcast

Wij ontwikkelen een podcastserie van 8 afleveringen waarin:

- ouders hun persoonlijke verhaal delen
- thema's als schaamte, zoeken naar hulp en herstel centraal staan
- professionals (zoals huisartsen en verslavingsprofessionals) reflecteren

Doel:

- herkenning en bewustwording
- vergroten bereik doelgroep

b. Website

Een eenvoudige website waarop:

- de podcast wordt gedeeld
- praktische informatie beschikbaar is
- ouders (anoniem) contact kunnen opnemen

c. Informatieavonden (pilot)

Wij organiseren 3 bijeenkomsten in Oldenzaal:

- kleine groepen (10–20 ouders)
- delen van ervaringen
- praktische handvatten

Doel:

- verbinding
- steun
- kennisdeling

d. Netwerkopbouw

Wij betrekken:

- huisartsen uit Oldenzaal
- verslavingsprofessionals

Doel:

- erkenning en herkenning ouders
- vergroten bereik doelgroep

6. Resultaten (meetbaar)

a. Bereik

- minimaal 500 luisteraars van de podcast
- minimaal 50 websitebezoekers per maand

b. Directe impact

- minimaal 20 ouders bereikt
- minimaal 10 ouders nemen contact op

c. Activiteiten

- 3 bijeenkomsten georganiseerd
- minimaal 10 deelnemers per bijeenkomst

7. Kwalitatieve opbrengst

Deelnemers geven aan:

- erkenning en herkenning
- beter te weten waar zij terecht kunnen
- meer grip te ervaren op hun situatie

8. Planning

Periode	Activiteit
juli – augustus 2026	voorbereiding en opnames podcast
september – november 2026	publicatie podcast
oktober – december 2026	organiseren bijeenkomsten
doorlopend	website en netwerk

9. Bijdrage aan doelen gemeente

Dit project draagt bij aan:

- **gezondheid:** vermindering stress en overbelasting ouders
- **zelfredzaamheid:** ouders leren omgaan met situatie
- **verbondenheid:** ontmoeting en herkenning
- **veiligheid:** stabielere thuissituaties

10. Duurzaamheid

Dit project is een eerste stap naar:

- een blijvende community
- structurele bijeenkomsten
- oprichting van een stichting

11. Organisatiestructuur

Voor een stichting is een heldere taakverdeling essentieel, zeker bij een gevoelig onderwerp als verslaving.

- **Het Bestuur (Onbezoldigd)**
 - **Voorzitter:** Boegbeeld, onderhoudt contacten met gemeente en GGZ-instellingen.
 - **Secretaris:** Verantwoordelijk voor correspondentie, verslaglegging en beleidsstukken.
 - **Penningmeester:** Beheert de financiën, stelt begrotingen op en legt financiële verantwoording af.
- **De Coördinator (Mogelijk op termijn; Vrijwillig of kleine vergoeding)**
 - Het aanspreekpunt voor de dagelijkse gang van zaken.
 - Begeleidt de vrijwilligers en koppelt ouders aan de juiste activiteit.
- **Vrijwillige Ervaringsdeskundigen**
 - Ouders die de fase van 'geen hulpvraag' zelf hebben doorleefd en getraind zijn in het bieden van een luisterend oor (zonder direct advies op te dringen).

- **Raad van Advies (Mogelijk op termijn)**

- Professionals uit de verslavingszorg of juridische wereld die op de achtergrond meedenken over de inhoudelijke kwaliteit.
-

12. Financiële Bronnen

Omdat je laagdrempelig wilt zijn, kun je geen hoge eigen bijdrage van ouders vragen. Je zult moeten putten uit verschillende potjes:

- **Gemeentelijke Subsidies (Wmo):**
 - De Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) is er om isolement te voorkomen en mantelzorgers (wat deze ouders feitelijk zijn) te ondersteunen. Dien een plan in bij de lokale afdeling 'Sociaal Domein'.
 - **Private Fondsen:**
 - **Kansfonds:** Richt zich op kwetsbare mensen en het doorbreken van isolement.
 - **Oranje Fonds:** Steunt sociale initiatieven die mensen met elkaar verbinden.
 - **Lokaal/Regionaal:** Veel gemeenten hebben eigen stimuleringsfondsen voor burgerinitiatieven.
 - **Donaties & Giften:**
 - Vrienden van de stichting, lokale serviceclubs (zoals de Lions of Rotary) of periodieke giften van particulieren.
 - **Bedrijfssponsoring:**
 - Lokale ondernemers die maatschappelijk betrokken willen zijn (SROI).
 - **Kleine Eigen Bijdrage:**
 - Een symbolisch bedrag voor koffie/thee tijdens inloophmomenten om de drempel laag te houden maar betrokkenheid te vergroten.
-

13. Juridische Checklist voor de Start

1. **Statuten:** vastlegging bij de notaris (nodig voor KvK en bankrekening).
 2. **ANBI-status:** aanvraag ANBI-status aan bij de Belastingdienst; dit maakt doneren voor derden fiscaal aantrekkelijk en is vaak een eis van fondsen.
 3. **VOG:** Verklaring Omtrent het Gedrag (VOG) verplicht voor alle vrijwilligers.
-

1. Concept Statuten (De juridische doelomschrijving)

Bij de notaris moet je exact omschrijven wat de stichting gaat doen. Voor de **ANBI-status** (belastingvoordeel voor donateurs) is het belangrijk dat het algemeen nut voorop staat.

Artikel: Doelstelling

1. De stichting heeft ten doel:

1. Het bieden van laagdrempelige ondersteuning, informatie en een luisterend oor aan ouders van kinderen met een verslaving, in het bijzonder in de fase waarin het kind (nog) geen hulpvraag heeft.
2. Het doorbreken van het sociaal isolement van deze ouders.
3. Het bespreekbaar maken en verminderen van schaamte en taboe rondom verslaving in het gezin.
4. Het versterken van de zelfzorg en de weerbaarheid van de ouder(s).

2. De stichting tracht dit doel onder meer te bereiken door:

1. Het organiseren van lotgenotencontact en informatiebijeenkomsten.
 2. Het inzetten van getrainde ervaringsdeskundige vrijwilligers.
 3. Het fungeren als wegwijzer naar bestaande zorg- en hulpverleningsinstanties.
 4. Alle overige middelen die aan het doel bevorderlijk kunnen zijn, in de ruimste zin van het woord.
-

14. Concept Begroting (Jaar 1)

Dit is een schatting voor een kleinschalige start. Veel posten zijn afhankelijk van of je een ruimte moet huren of deze (om niet) krijgt van bijvoorbeeld een buurthuis.

Post	Kosten (indicatie)	Toelichting
Kosten: Oprichting	€ 150,-	Notaris, inschrijving KvK., e.d.
Kosten: Huisvesting	€ 1.200,-	Huur/vergoeding ruimte
Kosten: Divers	€ 750,-	Trainingen, VOG's-aanvragen, bankkosten
Kosten: Communicatie/PodCast/Website	€ 4.500,-	Website (hosting), flyers en promotiemateriaal.
Kosten: Activiteiten	€ 1.000,-	Koffie/thee, gastsprekers, kleine materialen.
Kosten: Verzekering	€ 400,-	Aansprakelijkheidsverzekering voor de stichting.
TOTAAL UITGAVEN	€ 8.000,-	

Mogelijke Inkomsten (Dekking):

- Gemeentelijke startsubsidie (eenmalig): € 3.000,-
- Lokale fondsen (bijv. Oranje Fonds/Kansfonds): € 2.500,-
- Donaties: € 2.000,-
- Sponsoring lokaal bedrijfsleven: € 500,-
- **TOTAAL INKOMSTEN: € 8.000,-**