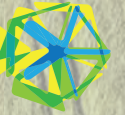


Een kruispunt van wegen

Jaarverslag 2025
Ammekare Burgh-Haamstede



Een kruispunt van wegen

Jaarverslag 2025 Ammekare Burgh-Haamstede

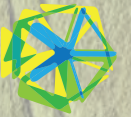
Ter attentie van de gemeente Schouwen - Duiveland

Door: Irene van de Giessen en Klazine Tuinier

Medewerkers van Ammekare Burgh-Haamstede:

Toby Hof
Carlijn Koenen
Justin Quist
Klazine Tuinier

*Met dank aan alle medewerkers en bezoekers van de Ammekares
voor het mogelijk maken van dit verslag!*

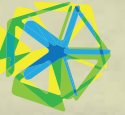


Inhoudsopgave

Voorwoord	6
Deel 1 Algemeen	8
Aanleiding	8
Wat is een laagdrempelig steunpunt	8
Voor wie is het laagdrempelig steunpunt	8
Stichting HerstelTalent	8
Ervaringsdeskundigen	9
Ammekare Burgh-Haamstede en het Integraal	9
Zorgakkoord	9
Leeswijzer	9
Deel 2a Evaluatiepunten vanuit HerstelTalent .	10
Bezoekersaantallens	10
Uitkomsten Kwaliteitsvragenlijsten	10
Analyse	11
Groepen	12
Thema's en signalen van ontbrekende hulp	14
Samenwerking en netwerkbijeenkomsten	14
(Social) media	15
Deel 2b - Evaluatiepunten vanuit de gemeente.	16
Onderhouden van inlooplocatie	16
Betalen van de huur	16
Inzet van ervaringsdeskundigen	16
Bieden van ondersteuning aan inwoner die hulp en advies vragen	16
Organiseren van activiteiten en cursussen	16
Deelnemen aan overleggen	17
Deel 3 Interviews	19
Bijlagen	25

Voorwoord

Een kruispunt van wegen



In een dorp als Burgh-Haamstede lopen wegen vaak langs elkaar heen: het pad naar de huisarts, een omweg langs de bibliotheek, of het korte stukje naar het dorpshuis. Laagdrempelig centrum Ammekare ligt op het kruispunt van die wegen. Een plek zonder drempel -letterlijk en figuurlijk -waar mensen binnenlopen zoals je een huiskamer binnenstapt: met nieuwsgierigheid, soms met twijfel, vaak met vermoeidheid, maar ook met hoop.

Wat wij doen is in essentie eenvoudig, maar nooit simpel: we ontvangen mensen zoals ze zijn. Niet met een behandelplan of intakeformulier, maar met tijd, onbevangenheid en een stoel naast ons. Vanuit die basis ontstonden in het afgelopen jaar veranderingen die we graag met u delen. Zij zijn niet altijd in cijfers te vangen, maar ze bepalen wel de betekenis van die cijfers.

We zagen in 2025 dat contact meer kan zijn dan een kop koffie of een groet. De onderlinge relaties verdiepten zich. Mensen die elkaar voorheen alleen kenden van een kort praatje, zochten elkaar steeds meer op om samen iets te ondernemen. Er werd gewandeld, geknutseld, boodschappen gedaan, maar vooral werd er geluisterd. Bezoekers ontdekten dat ze niet alleen cliënten of dorpsgenoten zijn, maar mede-dragers van elkaars verhalen.

Sommige van die verhalen zijn zwaar. In Ammekare worden ernstige chronische fysieke problemen niet weggepoetst, maar besproken. Niet als medisch dossier, maar als leef realiteit. We horen hoe iemand 's ochtends uit bed komt, wat het betekent als het lichaam grenzen stelt die niemand ziet, hoe je nog een ritme vindt als energie schaars is. Deze gesprekken zijn geen therapie; het zijn momenten van betekenisgeving. Mensen zoeken samen antwoorden op vragen die je niet in een folder vindt: *Hoe draag je pijn? Wat betekent autonomie als je lichaam je beperkt? Hoe blijf je mens te midden van ziekte?*

Naast fysieke kwetsbaarheid is er een andere stille bezoeker die vaak zonder woorden binnenkomt: eenzaamheid. Niet altijd dramatisch, soms gewoon het besef dat je dagen voorbijgaan zonder dat iemand je naam noemt.

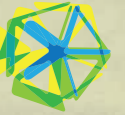
In Ammekare beginnen we daarom niet met diagnoses, maar met uitnodiging. *“Neem plaats.”* Uit die eenvoud ontstaat soms een gesprek, soms een lach, soms alleen de geruststelling dat je er mag zijn – en dat is vaak meer dan genoeg om opnieuw buiten te durven ademen.

Ons centrum staat nooit los van het dorp. De deuren van Ammekare openen naar binnen én naar buiten.

In het afgelopen jaar warmden de contacten met huisartsen verder op: we worden sneller gevonden wanneer iemand behoefte heeft aan een plek die niet zorgt vanuit protocollen, maar vanuit nabijheid. De samenwerking met SMWO, het dorpshuis en de bibliotheek groeit organisch. Deze partners herkennen steeds beter dat laagdrempelig contact geen “zachte rand” is, maar een stabiel fundament voor welzijn in onze gemeenschap.

Er is ruimte voor groei: we willen het contact met het bredere netwerk versterken, zodat Ammekare niet alleen een kruispunt binnen het dorp is, maar ook een ankerpunt voor het dorp. In dit verslag vindt u de cijfers, aantallen bezoekers en activiteiten, en de concrete resultaten van ons werk. Maar achter elk cijfer staat een ontmoeting: een vrouw die het aandurfde iemand anders te laten weten dat ze bang is, een man die voor het eerst in jaren iets samen ondernam, of twee mensen die elkaar troffen bij de koffie en nu samen hun boodschappen doen.

Dit is de waarde van een laagdrempelig centrum: het telt niet alleen hoofden, maar harten. En juist daarin herkennen wij het belang van gemeentelijk beleid dat ruimte laat voor menselijke relaties, voor plekken waar kwetsbaarheid geen tekort is, maar een uitnodiging tot verbondenheid.



Deel 1 Algemeen

Aanleiding

Dit jaarverslag is opgesteld in opdracht van de gemeente Schouwen-Duiveland. De gemeente zet in op het versterken van mentale gezondheid, preventie en informele ondersteuning, en ziet in laagdrempelige steunpunten een belangrijke voorziening voor inwoners die ondersteuning nodig hebben buiten of naast de formele zorg. Het laagdrempelig steunpunt Ammekare Burgh-Haamstede voorziet in deze behoefte door een toegankelijke plek te bieden waar inwoners zonder indicatie of verwijzing terecht kunnen.

Wat is een laagdrempelig steunpunt

Een laagdrempelig steunpunt is, volgens de uitgangspunten van de Nederlandse Vereniging voor Zelfregie en Herstel (NVZH), een vrij toegankelijke ontmoetingsplek waar mensen op eigen initiatief kunnen binnenlopen voor ondersteuning, ontmoeting en herstel. Er wordt niet gewerkt vanuit diagnoses of zorgindicaties, maar vanuit eigen regie en gelijkwaardigheid. Het steunpunt is aanvullend op zorg en welzijn en biedt ruimte vóór, naast en na formele ondersteuning.

Voor wie is het laagdrempelig steunpunt

Het steunpunt is er voor inwoners van Burgh-Haamstede en de gemeente Schouwen-Duiveland die te maken hebben met psychische kwetsbaarheid, stress, eenzaamheid, verlies of andere ontwrichtingen in het dagelijks leven. Ook inwoners die (nog) geen gebruik maken van zorg, of voor wie de stap naar formele hulp te groot is, weten het steunpunt te vinden. De laagdrempeligheid maakt dat mensen in een vroeg stadium ondersteuning kunnen krijgen, wat bijdraagt aan preventie en het voorkomen van zwaardere zorg.

Stichting HerstelTalent

Ammekare Burgh-Haamstede wordt uitgevoerd door Stichting HerstelTalent. HerstelTalent is een organisatie die werkt vanuit de overtuiging dat herstel en welzijn worden versterkt wanneer mensen hun eigen ervaringen, kwaliteiten en veerkracht kunnen inzetten. Binnen het steunpunt richt HerstelTalent zich op het creëren van een veilige en toegankelijke omgeving waarin bezoekers ruimte krijgen om hun eigen weg in herstel te verkennen, in contact met anderen.

Ervaringsdeskundigen

Een belangrijk kenmerk van het steunpunt is de inzet van ervaringsdeskundigen.

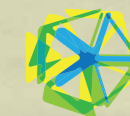
Ervaringsdeskundigen zijn opgeleid om te werken vanuit hun eigen herstel ervaring en bieden ondersteuning op basis van herkenning en gelijkwaardigheid. Zij spelen een centrale rol in het dagelijks functioneren van het steunpunt en dragen bij aan een open sfeer waarin bezoekers zich gezien en gehoord voelen. Naast ervaringsdeskundigen zijn ook vrijwilligers en professionals betrokken, die samen zorgen voor continuïteit, kwaliteit en aansluiting bij het bredere zorg- en welzijnsnetwerk.

Ammekare Burgh-Haamstede en het Integraal Zorgakkoord

Het laagdrempelig steunpunt Ammekare Burgh-Haamstede sluit aan bij de beweging die wordt ingezet in het Integraal Zorgakkoord en het Aanvullend Zorg- en Welzijn Akkoord, waarin de nadruk ligt op preventie, mentale gezondheid en het versterken van het sociaal domein. Door vroegtijdige, toegankelijke ondersteuning te bieden, draagt het steunpunt bij aan het welzijn van inwoners en aan het ontlasten van formele zorg.

Leeswijzer

Dit jaarverslag beschrijft de uitvoering en resultaten van het laagdrempelig steunpunt Ammekare Burgh-Haamstede en volgt de evaluatie afspraken die HerstelTalent met de gemeente Schouwen-Duiveland heeft gemaakt in de subsidieaanvraag namelijk: bezoekersaantallen, uitkomsten van kwaliteitsvragenlijsten, groepen, terugkerende thema's en signalen uit de praktijk, samenwerking en netwerkbijeenkomsten en inzet van social media. Daarnaast wordt op verzoek van de gemeente ingegaan op het onderhouden van de inlooplocaties, het betalen van de huur, de inzet van ervaringsdeskundigen, het bieden van ondersteuning aan inwoners die hulp en advies vragen, het organiseren van activiteiten en cursussen en het deelnemen aan overleggen. Door het rapport heen zijn interviews opgenomen ter verdieping en duiding van de cijfers en bevindingen.



Deel 2a Evaluatiepunten vanuit HerstelTalent

Bezoekersaantallen

In Burgh-Haamstede was het totaal aantal bezoekers in 2025: 404. In 2024 was het aantal bezoekers nog 230. Het bezoekersaantal in Burgh-Haamstede is daarmee bijna verdubbeld. Nieuwe bezoekers komen vooral via flyers, de praktijkondersteuner van de huisarts en mond- op-mondreclame.

jan	feb	ma	april	mei	juni	juli	aug	sep	okt	nov	dec	tot
23	34	46	25	43	39	29	25	36	35	29	40	404

Uitkomsten Kwaliteitsvragenlijsten

Leeftijd	v/m	Verwijzer	Frequentie	Hoe waarschijnlijk is het dat de inloop aanbeveelt?	Hoe behulpzaam waren onze medewerkers?	In hoeverre voelde u zich welkom?	In hoeverre voelde u zich gesteund?	Verbeterpunten
Tussen de 30 en 45 jaar	m	Via de huisarts of praktijkondersteuner	1 keer per week	9	9	10	8	Niks, het is altijd prima in orde!
Jonger dan 30 jaar	v	Via een flyer	1 keer per week	9	10	10	10	Niets, ik ben erg tevreden over Ammekare Burgh-Haamstede. Het zou van mij meerdere dagen mogen!
Tussen 45 en 65 jaar	v	Via een flyer	1 tot 3 keer per maand	10	9	10	9	
Tussen 45 en 65 jaar	v	Ik hoorde het van een bekende	1 keer per week	9	8	9	8	Vaker open zijn.
Totaal				7,6	8,1	9,3	8,6	8,4

Analyse

Uit de kwaliteitsvragenlijst blijkt dat Inloopcentrum Ammekare in Burgh-Haamstede door bezoekers zeer positief wordt gewaardeerd. De gemiddelde scores liggen hoog op alle kernaspecten van een laagdrempelig steunpunt: bezoekers voelen zich welkom (9,75), gesteund (8,75) en ervaren de medewerkers als behulpzaam (9). Ook de bereidheid om Ammekare aan te bevelen is groot (9,25).

De diversiteit in leeftijd, verwijzing en bezoekfrequentie laat zien dat Ammekare toegankelijk is voor verschillende doelgroepen en zowel via formele als informele routes wordt gevonden. De open reacties bevatten nauwelijks verbeterpunten; de enige genoemde wens is om vaker open te zijn, wat duidt op betrokkenheid en behoefte aan uitbreiding.

Concluderend functioneert Ammekare als een kwalitatief sterk, laagdrempelig steunpunt dat voorziet in een duidelijke behoefte aan nabijheid, veiligheid en ondersteuning.

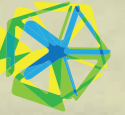
Groepen

In Burgh-Haamstede werd de WRAP gegeven en diverse themabijeenkomsten georganiseerd. Onder andere naar aanleiding van de week van de positieve gezondheid. Mensen waarderen de afwisselingen tussen diepgaande gesprekken en creatieve activiteiten.

Thema's en signalen van ontbrekende hulp

Het zelfregiecentrum functioneert als een veilige en betekenisvolle ontmoetingsplek. Bezoekers benadrukken dat zij welkom zijn zonder oordeel, juist in periodes van kwetsbaarheid, zoals tijdens feestdagen, herfst- en wintermaanden. Het centrum doorbreekt isolement, dagelijkse sleur en eenzaamheid en biedt een plek waar mensen zich weer mens kunnen voelen, in plaats van alleen cliënt. Bezoekers bepalen zelf wanneer en waarom ze komen, wat bijdraagt aan gevoel van veiligheid, emotionele stabiliteit en preventie van terugval.

Naast veiligheid is er een sterke verbinding tussen bezoekers, gebaseerd op herkenning, onderlinge steun en gedeelde ervaringen. Gesprekken gaan spontaan over gezondheid, verlies, verhuizingen, ouder worden, angst, ziekte en rouw. Herkenning normaliseert emoties, vermindert schaamte en versterkt de eigen identiteit. Bezoekers ondersteunen elkaar actief en zijn minder afhankelijk van formele zorg.



Het steunpunt biedt tevens ruimte voor omgaan met kwetsbaarheid, verlies en gezondheid. Bezoekers delen ervaringen rondom fysieke en mentale klachten, ziekenhuisbezoeken, somberheid, angst en cognitieve achteruitgang. Het delen van deze ervaringen zonder directe oplossing of oordeel helpt bij het erkennen van emoties, het herkennen van grenzen en het versterken van eigen copingstrategieën.

Regelmatige inloopmomenten en activiteiten bieden dagstructuur en zingeving. Voor veel bezoekers is dit cruciaal om passiviteit of somberheid te voorkomen. Kleine verantwoordelijkheden, zoals helpen bij koken of organiseren van activiteiten, versterken het gevoel van nut en betekenis en stimuleren actieve participatie, ook buiten het steunpunt.

Creativiteit fungeert als laagdrempelige ingang voor zelfexpressie. Activiteiten zoals aquarellen, kleien, handwerken, bakken en spelvormen roepen gesprekken en herinneringen op, bevorderen zelfwaardering en maken emoties bespreekbaar, zelfs zonder woorden.

Het centrum biedt een oefenruimte voor autonomie, keuzes maken en grenzen aangeven. Bezoekers leren kleine beslissingen te nemen, hun eigen behoeften te uiten en assertiviteit te ontwikkelen in een veilige omgeving. Ook groepsdynamiek en sociale vaardigheden worden geoefend: meningen uiten, luisteren, omgaan met spanning en respecteren van grenzen. Dit versterkt communicatieve vaardigheden en zelfregie in sociale situaties.

Tot slot heeft het centrum een duidelijke preventieve en maatschappelijke waarde. Veel signalen, zoals somberheid, overbelasting, angst, rouw en sociale terugtrekking, worden hier vroegtijdig gesignaleerd. Laagdrempeligheid stimuleert bezoekers om eerder te komen en te delen, waardoor escalatie wordt voorkomen en veerkracht wordt vergroot.

Signalen van ontbrekende of onvoldoende passende hulp

Hoewel het zelfregiecentrum veel opvang en ondersteuning biedt, signaleren bezoekers ook lacunes in het aanbod:

- Praktische ondersteuning thuis: wegvallende huishoudelijke hulp of ondersteuning bij verhuizen en dagelijkse taken leidt tot overbelasting en verminderde draagkracht.
- Beperkte toegang tot passende (mentale) zorg: weerstand of eerdere negatieve ervaringen zorgen dat formele zorg niet altijd effectief wordt benut; laagdrempelige steun kan de stap naar passende hulp vergemakkelijken.
- Rouw, verlies en ingrijpende gebeurtenissen: behoefte aan erkenning en nabijheid bij verlies

van dierbaren, gezondheid of relaties. Het steunpunt biedt eerste opvang, maar specialistische rouwondersteuning kan nodig zijn.

- Gezondheid en hersteltrajecten: bezoekers ervaren onzekerheid rond medische trajecten en herstel, met behoefte aan individuele aandacht, nazorg en continuïteit van begeleiding.
- Mobiliteit en vervoer: beperkingen in vervoer vormen een drempel voor deelname en kunnen leiden tot sociale uitsluiting.
- Financiële stress en bestaansonzekerheid: zorgen over kosten, toeslagen en administratie veroorzaken stress; het steunpunt biedt praktische steun, maar extra hulp kan nodig zijn.
- Sociale kwetsbaarheid en beperkt netwerk: eenzaamheid en kleine netwerken maken het steunpunt cruciaal als sociaal vangnet.
- Behoeftte aan meer aanbod of bereik: wens voor meer inloopmomenten en bekendheid van het centrum om preventieve impact te vergroten.

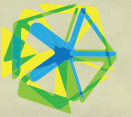
Conclusie voor de gemeente

Het zelfregiecentrum biedt een onmisbare sociale en emotionele basisvoorziening. Zelfregie wordt versterkt door veiligheid, erkenning, keuzevrijheid en de combinatie van ontmoeting, gesprek, creativiteit en praktische activiteiten. Het centrum fungeert als stabiel vangnet, voorkomt terugval en versterkt veerkracht bij kwetsbare inwoners.

Tegelijkertijd wijzen de signalen op structurele lacunes in ondersteuning: praktische hulp, toegang tot zorg, mobiliteit, rouwbegeleiding, financiële stress en beperkte netwerken. Het zelfregiecentrum vangt deze vroegtijdig op, maar kan specialistische en structurele ondersteuning niet vervangen. Dit onderstreept het belang van goed verbonden, geïntegreerd beleid tussen sociale basisvoorzieningen, informele steun en formele zorg om preventieve en maatschappelijke effecten te maximaliseren.


Samenwerking en netwerkbijeenkomsten

In Burgh-Haamstede zijn twee netwerklunches georganiseerd in 2025. Dit resulteerde in mooie gesprekken met SMWO, Zeeuwland, de voedselbank, het Leger des Heils, de coördinator van de dorpsauto en een diaken van de plaatselijke kerk.



(Social) media

Op onze (sociale) media geven wij een beeld van de activiteiten die in Ammekare ondernomen worden.

 **Stichting HerstelTalent**
Gepubliceerd door Klazine Tuinier · 14 april 2025 ·

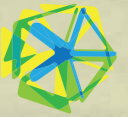
En nog even een 'proefje' uit onze brunch in Haamstede.. we hebben de lat hoog gelegd voor de andere locaties de komende week! Welkom in onder andere Zierikzee (as. Donderdag) en Middelburg (op tweede paasdag)!



 **Stichting HerstelTalent**
Gepubliceerd door Klazine Tuinier · 13 januari 2025 ·

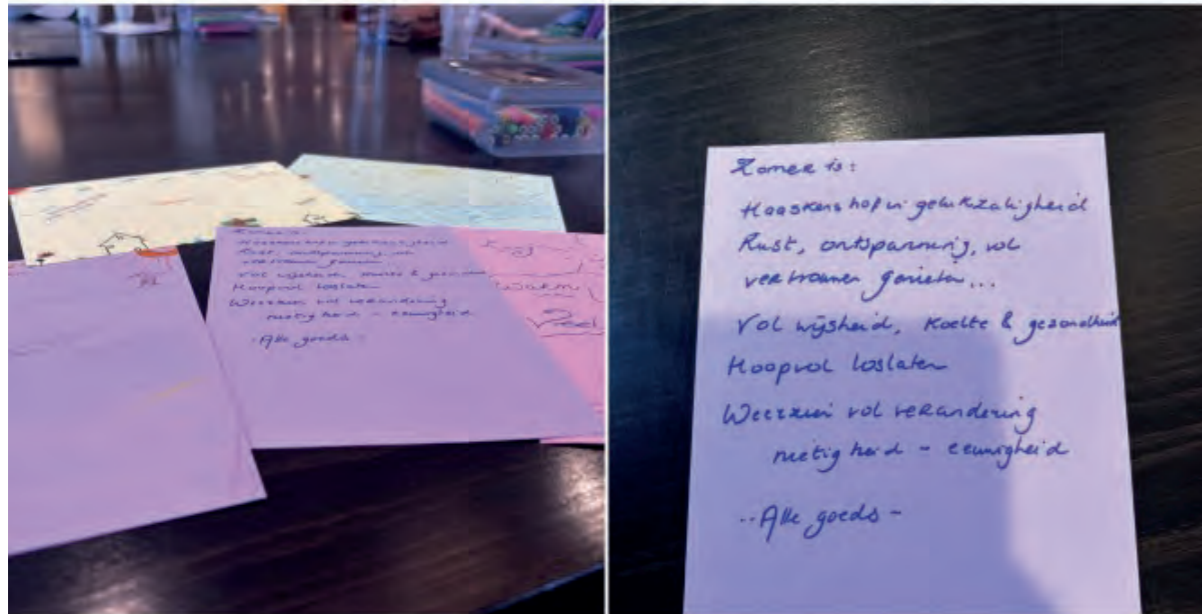
Hier een mooie kiek van ons Mozaïek... In **Ammekare** Burgh Haamstede zijn wij vanmiddag aan het Mozaïeken... en dat is geweldig! Aldus onze bezoekers. Volgende week gaan we met elkaar in gesprek aan de hand van het thema: 'En zij leefden nog lang en gelukkig...' ingebracht door één van onze bezoekers. Van harte welkom om mee te praten vanaf 12.00 uur bij dorps huis de Schutse.





Stichting HerstelTalent
Gepubliceerd door Klazine Tuinier · 16 juni 2025 ·

Zomer gesprekken in **Ammekare** Burgh Haamstede... met als resultaat een hoopvol gedicht met woorden die ons steunen in de komende maanden! Volgende week zijn we in verband met de vakantie van de Schutse enkel open van 13.00 tot 15.00 uur. Dus mocht je even willen koffie drinken kan dat toch ondanks dat op de flyer staat dat we dicht zijn.



Stichting HerstelTalent
Gepubliceerd door Klazine Tuinier · 14 april 2025 ·

De paasbrunch in **Ammekare** Burgh Haamstede is gezellig... en we hebben nog genoeg.. kom je met ons mee-eten? We zijn er nog tot 16.00 uur



Stichting HerstelTalent
Gepubliceerd door Klazine Tuinier · 19 december 2025 om 13:16 ·

Bij de inloopcentra van HerstelTalent is altijd iets te doen. Zoals hier in Burgh-Haamstede, waar bezoekers samen feestelijke kerststukjes maakten. Elke week staat er weer een andere activiteit klaar.

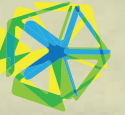
Ammekare Burgh Haamstede
 Dorpshuis de Schutse
 Julianastraat 22, Burgh-Haamstede
 Maandag van 12.00 uur tot 16.00 uur - Vrije inloop
<https://metelkaarzeeland.nl/locatie/burgh-haamstede/>

Kerstbrunches:

Aanstaande maandag 22 december is er kerstbrunch in Burgh Haamstede, Hulst en 's Gravenpolder. Op dinsdag bent u welkom in Zierikzee op woensdag (kerstavond) in Goes tot 21.00 uur en op vrijdag (tweede kerstdag) in Middelburg en Vlissingen!

Voor vragen of aanmelden: 06-22889296 of info@hersteltalent.nl Er zijn geen kosten aan verbonden.





Deel 2b Evaluatiepunten vanuit de gemeente

In de subsidiebeschikking wordt een aantal verplichtingen gevraagd.

Onderhouden van inlooplocatie

Ammekare Burgh-Haamstede is gelegen in het dorps huis in Dorpshuis in Burgh-Haamstede. Daar is ook de bibliotheek gevestigd naar een aantal andere vaste activiteiten. Het maakt dat er een natuurlijke dynamiek ontstaat met andere inwoners. Ammekare is uitnodigend en veel mensen nemen ook anderen mee.

Betalen van de huur

De huur is betaald volgens planning en begroting. De beheerder van het dorps huis verandert per 1 januari 2026. We kijken uit naar een goede samenwerking met de nieuwe beheerder en kijken terug op een prettige samenwerking met Peter Brussé.

Inzet van ervaringsdeskundigen

In Burgh-Haamstede werken twee ervaringsdeskundigen en een stagiair. Deze extra inzet is nodig vanwege de complexe problemen waar de bezoekers tegenaan lopen. De sfeer in de groep is rustig en vriendelijk.

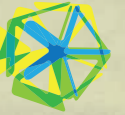
Bieden van ondersteuning aan inwoners die hulp en advies vragen

In Ammekare Burgh-Haamstede valt de fysieke problematiek naar mentale problemen op. Mensen wachten lang op behandeling zowel in de geestelijke als algemene gezondheidszorg. De wachttijd tot operaties en uitslagen is spannend. Verder worden mensen ondersteund bij het verwoorden van hun hulpvragen en opkomen voor zichzelf. Een aantal bezoekers kampt ook met chronische fysieke aandoeningen, wat een uitdaging is voor het vormgeven van het dagelijks leven.

Organiseren van activiteiten en cursussen

Ammekare organiseert tijdens elk openingsmoment een activiteit en daarnaast cursussen en





groepen. Zie voor de activiteiten de bijlagen met de activiteitschema's en voor de groepen deel 2a.

Deelnemen aan overleggen

Ammekare nam in 2025 deel aan een bijeenkomst waarbij alle initiatieven in Burgh-Haamstede vertegenwoordigd waren. Daarnaast neemt HerstelTalent standaard deel aan het OGGZ-overleg in Schouwen-Duiveland. Zeeuws Breed is HerstelTalent onderdeel van de ggz-werkgroep van de Huisartsenconnectie en diverse werkgroepen rondom het ontwikkelen van het Netwerk Mentale Gezondheid Zeeland, Zorg- en Veiligheid, beschermd wonen en maatschappelijke opvang, de werkgroep zorgwekkend gedrag, de Zeeuwse Zorg Coalitie en het PACT-mentale gezondheid. HerstelTalent heeft de wens om deel te nemen aan het Sociaal Medisch Overleg in Burgh-Haamstede/Renese en aan het Lokaal Team als het meer vorm heeft gekregen.

Deel 3 Interviews

In deel 3 leest u achtereenvolgens hoe drie bezoekers hun tijd bij Ammekare Burgh-Haamstede ervaren.



Interview 1

“Hoe ik bij het zelfregiecentrum terecht ben gekomen? Gewoon via mond-tot-mond reclame. Voor mij betekent het centrum eigenlijk vooral een uitje, een rustpuntje in de week. Het fijnste vind ik de gezelligheid, het praten en kletsen, gewoon samen koffie drinken. Het contact met de andere bezoekers en de begeleiders voelt heel goed; je kunt er echt je ei kwijt.

Wat er niet mag ontbreken? Koffie, natuurlijk, en de mensen die hier komen – de vaste club maakt het echt leuk. Ik heb er niet echt nieuwe dingen over mezelf ontdekt, en er zijn ook geen dingen die ik nu doe terwijl ik dat vroeger niet durfde. Maar het is gewoon een plek waar je andere mensen leert kennen en waar je veel leuke dingen kunt doen.

Wat zou er nog kunnen? Misschien wat maandelijkse uitjes. Die mogen ver weg zijn of dichtbij, maar het is wel belangrijk dat het financieel haalbaar blijft voor iedereen. Ik ben twee jaar geleden nog naar Portugal geweest met een paar mensen die in budgetbeheer zaten. Achteraf was dat financieel niet ideaal, maar als alles netjes geregeld wordt, kan er echt veel. Het centrum is gewoon een gezellige, fijne plek om te zijn en dat maakt het voor mij waardevol.”



Interview 2

“Hoe ik bij Ammekare terecht ben gekomen? Via het SMWO, maar eerlijk gezegd had ik er in het begin helemaal geen zin in. Op een dag moest ik in Haamstede zijn en zag ik jullie bezig. Ik ben even binnen gelopen en daarna weer weggegaan. Vanaf dat moment ben ik echter wekelijks gekomen, zowel naar Zierikzee als naar Haamstede.

Ik vind het hier hartstikke leuk. Dingen zoals haken zijn niets voor mij, maar dat is helemaal prima. Ammekare geeft een hele belangrijke invulling aan mijn week. Thuis zat ik gewoon dood te gaan, ik had niks en niemand. Hier kan ik gesprekken voeren met iedereen over van alles en nog wat, en dat vind ik heel waardevol. Het helpt me ook om weer meer grip op mijn leven te krijgen, om een invulling te hebben en iets om naar uit te kijken.

Het contact met de andere mensen hier is leuk. Ik help graag mee waar ik kan, zoals met nieuwe mensen of bij het busje, en ik neem ook anderen mee die nieuw zijn. Het geeft een fijn gevoel om iets te betekenen voor anderen.

Wat er niet mag ontbreken bij Ammekare? Muziek, absoluut. Ik heb thuis 24 uur per dag muziek aan. En een stukje eten hoort er ook bij. Alles moet leuk blijven, maar deze elementen mogen niet verdwijnen.

Soms doe ik dingen die ik eerder niet had verwacht, zoals meedoen met spelletjes of bingo. Vorige week nog, op mijn tachtigste, deed ik mee met bingo – dat had ik niet gedacht!

Als iemand vraagt wat Ammekare is, zeg ik: kom gewoon een keer mee. Of je nu van knutselen houdt, koffie drinken of gezelligheid, het is een plek waar je je welkom voelt en waar je veel leuke dingen kunt doen. Zo heb ik ook een nieuwe mevrouw meegenomen; ze wist niet wat ze kon verwachten, maar nu vindt ze het hartstikke leuk.”



Interview 3

“Hoe ik bij Ammekare terecht ben gekomen? Ik kreeg een folder door de bus en was benieuwd. Er stonden allerlei creatieve activiteiten in, en dat leek me wel leuk. Voor mij is het centrum een belangrijk moment in de week. Ik ben even weg van huis, heb contact met andere mensen, doe leuke dingen en word er echt blij van.

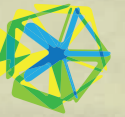
Wat ik het fijnst vind, is dat mensen elkaar begrijpen. Je mag zelf meedenken over de activiteiten en ik heb al allerlei nieuwe dingen gedaan. Bovendien kan ik hier mijn zorgen uitspreken zonder dat iemand meteen oordeelt. Ik ben gewend dat mensen snel een oordeel klaar hebben over mij als moeder of vrouw, maar hier begrijpen ze mijn angsten en voelen ze mee.

Het centrum heeft mij ook iets over mezelf laten ontdekken: ik wil graag weer gaan werken. Ik heb nog nooit gewerkt en hier werken ook mensen die nog nooit of lang niet hebben gewerkt. Dat geeft me hoop. Ammekare helpt me grip op mijn leven te houden doordat het me iets geeft om naar uit te kijken en de verhalen van anderen me steun en perspectief bieden.

Het contact met andere bezoekers en begeleiders is heel fijn. Soms zegt iemand iets wat ik niet prettig vind, maar ik leer steeds beter mijn grenzen aan te geven.

Wat er niet mag ontbreken bij Ammekare? De creatieve activiteiten en de momenten waarop je je verhaal kwijt kunt. Ik zou het wel fijn vinden als we wat meer diepgaande gesprekken zouden voeren. Door het centrum durf ik nu ook over mezelf te vertellen, over mijn tijd in opname, mijn twijfels en zorgen – dingen die ik eerder nooit aan iemand durfde toe te vertrouwen.

Als iemand vraagt wat Ammekare is, zeg ik: het is een fijne plek waar je je verhaal kwijt kunt en tegelijk leuke dingen kunt doen.”



Bijlagen

Activiteitenprogramma's Ammekare Burgh-Haamstede 2025

Ammekare
Burgh-Haamstede

Flet nieuwe jaar bij Ammekare

De eerste maanden van het nieuwe jaar zijn er weer leuke activiteiten op maandagmiddag bij Ammekare Burgh-Haamstede. In deze folder vind je het programma voor januari tot en met april van 2025.

Ammekare Burgh-Haamstede is open op maandagmiddag vanaf 12.00 uur tot 16.00 uur. Je bent tijdens de openingstijd welkom, zo lang of kort als je wilt. Je kan zelf kiezen of je meedoet aan de activiteit. Je hoeft je niet aan te melden en er zijn geen kosten aan verbonden.

Wil je meer weten stuur dan een mail naar info@hersteltalent.nl of bel 06-22889296.

Je vind Ammekare Burgh-Haamstede in dorps huis de Schutse, Julianastraat 22, Burgh-Haamstede.

Ben jij er ook bij?!

Januari

6 jan. 2025

**Moodboard maken -
wensen voor het nieuwe jaar**

13 jan. 2025

Mozaiek Tegeltjes maken

20 jan. 2025

Groepsgesprek met kaartjes

27 jan. 2025

Spiegels versieren met plakkaatverf

Februari

3 febr. 2025

Piepschuimversieringen

10 febr. 2025

Valentijnskaarten maken

17 febr. 2025

Gedichten schrijven - Elfjes

24 febr. 2025

Origami

Maart

3 mrt. 2025

Happy stones

10 mrt. 2025

Happy stones uitdelen

17 mrt. 2025

High Tea

24 mrt. 2025

Bloemenkrans

31 mrt. 2025

T-shirts versieren met textielstiften

April

7 april 2025

Groepsgesprek over het thema Lente

14 april 2025

Paasbrunch en bloempotjes versieren

21 april 2025

Dicht in verband met tweede Paasdag

28 april 2025

Plantenhanger Macrameën

Ammekare
Burgh-Haamstede

doe mee met Ammekare

De komende maanden zijn er weer elke week leuke activiteiten bij Ammekare Burgh-Haamstede. In deze folder vind je het programma van mei tot en met augustus 2025.

Ammekare Burgh-Haamstede is open op maandagmiddag vanaf 12.00 uur tot 16.00 uur. Je bent tijdens de openingstijd welkom, zo lang of kort als je wilt. Je kan zelf kiezen of je meedoet aan de activiteit. Je hoeft je niet aan te melden en er zijn geen kosten aan verbonden.

Wil je meer weten stuur dan een mail naar info@hersteltalent.nl of bel 06-22889296.

Je vindt Ammekare Burgh-Haamstede in dorpshuis de Schutse, Julianastraat 22, Burgh-Haamstede.

ben jij er ook bij?!

Mei

Juli

Maandag	5 mei	Cognitieve fitness
Maandag	12 mei	Lenteknutsels maken
Maandag	19 mei	Kletsspot/Ammekare spel
Maandag	26 mei	Muziekquiz

Maandag	7 juli	Picknick
Maandag	14 juli	Zomerknutsels maken
Maandag	21 juli	Zomerse verhalen en gedichten
Maandag	28 juli	Bloemschikken

Juni

Maandag	2 juni	Photovoice
Maandag	9 juni	Bingo
Maandag	16 juni	Themagesprek: hoe steun ik mijzelf en anderen in de zomer?
Maandag	23 juni	gesloten (vakantie)
Maandag	31 juni	gesloten (vakantie)

Augustus

Maandag	4 aug.	Decoupage
Maandag	11 aug.	Spelletjesmiddag
Maandag	18 aug.	Tekenen met Toby (onder voorbehoud)
Maandag	25 aug.	Diamond painting

doe mee met Ammekare

De komende maanden zijn er weer elke week leuke activiteiten bij Ammekare Burgh-Haamstede. In deze folder vind je het programma tot en met december 2025.

Ammekare Burgh-Haamstede is open op maandagmiddag vanaf 12.00 uur tot 16.00 uur. Je bent tijdens de openingstijd welkom, zo lang of kort als je wilt. Je kan zelf kiezen of je meedoet aan de activiteit. Je hoeft je niet aan te melden en er zijn geen kosten aan verbonden.

Wil je meer weten stuur dan een mail naar info@hersteltalent.nl of bel 06-22889296.

Je vind Ammekare Burgh-Haamstede in dorps huis de Schutse, Julianastraat 22, Burgh-Haamstede.

ben jij er ook bij?!

September

- 1 september **Vlechten met stro**
- 08 september **Aquarel maken**
- 15 september **Workshop 'Schrijf je eigen verhaal'**
- 22 september **Themagesprek *Afscheid*
met een hapje en een drankje
*Week van de Positieve Gezondheid***
- 29 september **Kaarten maken**

Oktober

- 6 oktober **Pompoenkunst
Netwerklunch**
- 13 oktober **Knutselen met herfstmateriaal**
- 20 oktober **Sieraden maken met kralen**
- 27 oktober **Bezoek aan de 'Burghse Schoole'**

November

- 3 november **Gesloten in verband met scholing**
- 10 november **Creatief met haken**
- 17 november **Waxinelichtjes maken**
- 24 november **Pepernoten bakken**

December

- 1 december **Sinterklaasspel**
- 8 december **Kerstballen creëren**
- 15 december **Kerststukjes**
- 22 december **Kerstbrunch**
- 29 december **Eindejaarsquiz**



Herstel
Talent 

Stichting HerstelTalent
Oranjelaan 19
4332 VA Middelburg

06 22 88 92 96
info@hersteltalent.nl

  hersteltalent

hersteltalent.nl