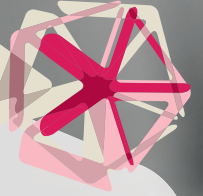


Herstel
Talent



De WRAP beschikbaar en toegankelijk Dichtbij Huis

Eindrapportage
Herstel Dichtbij - samen voor mentale gezondheid

*Module 1 Versterken, verduurzamen
en doorontwikkelen van
bestaande initiatieven*

Ter attentie van: Oranje Fonds
Door: Irene van de Giessen, bestuurder
Klazine Tuinier, directeur
Middelburg, februari 2025



De WRAP beschikbaar en toegankelijk Dichtbij Huis

Eindrapportage
Herstel Dichtbij - samen voor mentale gezondheid

*Module 1 Versterken, verduurzamen
en doorontwikkelen van
bestaande initiatieven*



Inhoudsopgave

Inhoudsopgave.	2
Aanleiding.	3
Over Stichting HerstelTalent en de WRAP	3
Hoe is het gegaan en wat zijn de resultaten?	5
1. Voorbereiding project	5
2. Refresh- en reflectiebijeenkomsten voor WRAP-facilitators	6
3. Overleg en afstemming met kenniscentrum Phrenos over het project	6
Vervolg	8
1. Overleggen met de projectgroep	8
2. Voorlichtingen over de pilot voor huisartsen	8
3. Geven van trainingen	8
4. Voor- en nametingen.	8
5. Interviews deelnemers	9
6. Spiegelgesprekken voorbereiding en uitvoering	9
7. Gesprekken rondom duurzame financiering	10
8. Analyse en rapport	11
Wat betekenen de resultaten voor onze doelen?	12
1. Uitbreiden van de doelgroep	12
2. Uitbreiden netwerk samenwerkingspartners	12
3. Goede kwaliteit van de WRAP en het WRAP-gedachtegoed door heel de organisatie	12
Bijlage 1 Vragenlijsten.	14
Bijlage 2 Infographic	16



Aanleiding

In januari 2022 zijn wij gestart met het project: De WRAP beschikbaar en toegankelijk Dichtbij Huis als onderdeel van het programma Herstel Dichtbij. Het programma Herstel Dichtbij is van het oranje fonds in samenwerking met Wij Zijn Mind. Het heeft als doel om zelfregie- en herstel initiatieven te ondersteunen in opzet en verduurzaming. De projecttijd van drie jaar is inmiddels verstreken en graag doen wij verslag van onze bevindingen.



Over Stichting HerstelTalent en de WRAP

Stichting HerstelTalent (hierna: HerstelTalent) is een bedrijf in Zeeland. Wij zijn aangesloten bij de Nederlandse Vereniging voor Zelfregie en Herstel (NVZH). Alle mensen die bij HerstelTalent werken hebben zelf ervaring met een periode van ontwrichting en herstel in hun leven. Deze ervaringen hebben wij ontwikkeld tot ervaringskennis en zetten wij deskundig in op verschillende manieren. Zo bieden wij onder andere individuele begeleiding bij herstelprocessen, verlenen wij onafhankelijke cliëntondersteuning, geven wij les en advies over herstel en ervaringsdeskundigheid aan organisaties in de ggz, het sociaal domein en de gemeenten, bieden wij de crisiskaart en hulpkaart aan en hebben wij diverse ZelfRegieCentra (ZRC). In Middelburg is er al sinds 2017 een ZRC en vanaf 1 januari 2022 zijn er ook vier ZRC's in de gemeente Schouwen-Duiveland. In 2024 is een zelfregiecentrum gestart in de gemeente Goes en Kapelle en voor 2025 staat uitbreiding in de gemeenten Borsele, Vlissingen, Hulst, Terneuzen en Sluis op de planning.

Onze missie is: 'Mensen ondersteunen bij het vinden van hun eigen unieke betekenis.'

Eén van de zelfhulpgroepen die wij aanbieden is het Wellness Recovery Action Plan (WRAP). De WRAP is een zelfhulpinstrument om het eigen welbevinden te onderzoeken en te verbeteren. WRAP is in 1997 in de Verenigde Staten ontwikkeld door Mary Ellen Copeland en anderen mensen die zelf ervaring hebben met aanhoudende psychische problematiek en herstel. Een WRAP bestaat uit een vijftal sleutelbegrippen (hoop, persoonlijke verantwoordelijkheid, eigen ontwikkeling, opkomen voor jezelf, steun), een gereedschapskoffer voor een goed gevoel, zes actieplannen voor de verschillende fasen van welbevinden (dagelijks onderhoud, triggers, vroege waarschuwingstekens, signalen van ontsporing, crisis, post crisis) en herstel thema's. De WRAP wordt groepsgewijs aangeboden door geschoolde facilitators.

De WRAP is niet gebonden aan een specifieke aandoening of achtergrond maar kan door iedereen gebruikt worden om het eigen welbevinden te onderzoeken en verbeteren. Uit onderzoek blijkt dat de WRAP een bewezen effectieve methode is die herstel en zelfregie ondersteunt. Dit staat beschreven in een literatuuronderzoek wat is uitgevoerd door het Trimbos instituut¹.

Door middel van de WRAP willen wij met behulp van het programma 'Herstel Dichtbij' onder andere nieuwe doelgroepen en samenwerkingspartners bereiken. Op deze manier hopen wij ons herstel initiatief te verstevigen en uit te breiden. Verder leggen wij een deel van onze inzet vast om deze evidentie te gebruiken als onderbouwing voor duurzame financiering en daarmee verduurzaming van ons herstel- en zelfregie-initiatief. In 2024 is tevens een rapport gepubliceerd door Kenniscentrum Phrenos in samenwerking met het Trimbos instituut over de implementatie van WRAP in het sociaal domein. HerstelTalent heeft hieraan bijgedragen, mede door de bevindingen uit het programma Herstel Dichtbij. Deze samenwerking heeft het project verstevigd².

¹ <https://www.trimbos.nl/docs/9aa6e1bd-b3d3-4387-9f8e-b17e25ee3601.pdf>

² <https://kenniscentrumphrenos.nl/kennisproduct/samenwerken-rond-wrap-rapport/>



Hoe is het gegaan en wat zijn de resultaten?

Van tevoren hebben wij in onze projectaanvraag diverse doelen en activiteiten beschreven. In dit hoofdstuk is per activiteit of doel te lezen hoe het is verlopen en wat de resultaten zijn.

1. Voorbereiding project

In het derde en laatste jaar was het de bedoeling om de samenwerking te zoeken met het Algemeen Ziekenhuis in Zeeland: Het ADRZ. In de eerste maanden van 2024 is op diverse manieren geprobeerd om contact te leggen. Eerst via de afdeling beleid, kwaliteit en opleidingen en later via het Maatschappelijk Werk en de Raad van Bestuur. Geen van deze pogingen leverde een concreet resultaat op. Dit maakte dat ons vooropgestelde plan niet door kon gaan. De voorbereidingstijd is wel nuttig besteed door op verschillende manieren contact te leggen en de interviews alvast voor te bereiden. Na wijziging van onze doelen voor 2024 werd er alsnog contact gelegd met het ADRZ. Dit was in september 2024. Er zijn twee gesprekken geweest met de Verpleegkundig Manager en de GZ-psycholoog van het ziekenhuis. Zij gaven in de gesprekken/interviews aan dat het voor hen belangrijk is om te weten wie ze kunnen doorverwijzen, hoe ze kunnen doorverwijzen en waar ze naartoe verwijzen. Om dit te ondersteunen is een aparte flyer opgesteld en een filmpje opgenomen. Het filmpje is te vinden via: <https://vimeo.com/1033388803>. De flyer is speciaal ontworpen voor het ADRZ.





Herstel
Talent



Cursus WRAP

Wellness Recovery Action Plan

Wat is het?

De WRAP is in feite een groot plan dat je in stappen gaat samenstellen en wat je gaat leren toepassen in jouw eigen leven. Jij bepaalt wat werkt voor jou. Je doet dat op basis van jouw ervaringen, waarvan je hebt gemerkt dat het een goed effect heeft. En op basis van ideeën van anderen die jij wel eens uit wil proberen.

Hoe werkt het?

De WRAP bestaat uit 6 onderdelen:

- Gereedschapskoffer voor welbevinden
- Plan voor dagelijks onderhoud
- Triggers en een actieplan
- Vroege waarschuwingstekens en een actieplan
- Crisisplan
- Plan voor na de crisis

Voor wie is WRAP?

Voor iedereen die wel eens een tegenslag in zijn leven heeft meegemaakt en meer grip op het eigen bestaan wil hebben.

Door wie wordt de cursus gegeven?

De cursus wordt gegeven door twee ervaringsdeskundige facilitators van Stichting HerstelTalent die gecertificeerd zijn door Kenniscentrum Phrenos.

Hoe meld je je aan?

Je kunt je aanmelden via info@hersteltalent.nl of 06-22889296. Na aanmelding krijg je bericht met informatie over de data, tijden, plaats en de groep.

Neem vrijblijvend contact op voor meer informatie.



hersteltalent

[hersteltalent.nl](https://www.hersteltalent.nl)



2. Refresh- en reflectiebijeenkomsten voor WRAP-facilitators

De refresh- en reflectiebijeenkomsten zijn inmiddels omgevormd tot een vast element bij de maandelijkse intervisie. Alle medewerkers van HerstelTalent hebben de mogelijkheid gehad om WRAP-facilitator te worden en zij nemen de ethische waarden van de WRAP mee in hun werk. Tijdens elke teambijeenkomst of intervisie wordt verwezen naar de basis van de WRAP als morele bodem voor maken van beslissingen in het werk als ervaringsdeskundige. Waarden als: onvoorwaardelijk hoogachting, emoties die het normale gevolg zijn van abnormale omstandigheden en de waarde dat een ander altijd zelf het beste weet wat goed is voor hem/haar zijn hierbij heel belangrijk. Alle facilitators krijgen de kans om elk jaar een aantal WRAP's te geven. Op deze manier houden we de kwaliteit hoog en daarmee de effectiviteit van WRAP. Het is mooi om te zien hoe mensen de werkwijze steeds meer eigen maken. In 2024 is Dienke Boertien van Kenniscentrum Phrenos meerdere malen te gast geweest om met de groep te spreken over deze ethische waarden en hoe deze in de praktijk van ervaringsdeskundigheid vorm te geven. Dit zijn waardevolle bijeenkomsten die wij doorzetten, ook na afloop van het project. Daarnaast zijn er vijf nieuwe WRAP-facilitators opgeleid en hebben vier facilitators een refresh-cursus gevolgd.

3. Overleg en afstemming met kenniscentrum Phrenos over het project

Het overleg met Dienke is in 2024 geïntensiveerd enerzijds vanwege haar meerwaarde voor de implementatie van de WRAP en anderzijds voor een verdieping van de ethische waarden van de WRAP binnen HerstelTalent. Zie punt 2 hierboven. Daarnaast heeft HerstelTalent meegedaan met een webinar over de WRAP bij huisartsen.

**Kenniscentrum Phrenos**
4.327 volgers
8 mnd • 

Op 26 juni a.s. is er een lunchwebinar over het vergroten van de toegankelijkheid van WRAP (Wellness Recovery Action Plan). In de webinar maak je kennis met inhoud en aanbod van WRAP en op welke manier samenwerking tussen herstelinitiatieven en regionale partners in de eerstelijnszorg, het sociaal domein en onderwijs tot stand komt. En hoe deze samenwerking mensen met psychische problemen ten goede kan komen.

Het webinar vloeit voort uit de afronding van het actieonderzoek over WRAP van Phrenos en [Trimbos-instituut](#).

Sprekers zijn o.a. Lucia Walter, Huisartsencoöperatie Zeeland [Klazine Tuinier](#) ([HerstelTalent](#)), [Jenny Boumans](#) (onderzoeker [Trimbos-instituut](#)), [Dienke Boertien](#) (Kenniscentrum Phrenos)

<https://lnkd.in/eDaCZfMJ>

**Lunchwebinar Vergroten toegankelijkheid van WRAP vanuit herstelinitiatieven - Kenniscentrum Phrenos**
kenniscentrumphrenos.nl

  26

7 commentaren • 5 reposts



HerstelTalent heeft op 14 november 2024 op de slotdag van Herstel Dichtbij samen met Dienne Boertien van Kenniscentrum Phrenos en Kea Verhulst van de Huisartsenconnectie een workshop verzorgd over de samenwerking.



Vervolg

De overige doelen zoals het interviewen, analyseren en het geven van de groepen zijn niet volgens het oorspronkelijke plan uitgevoerd. Het Oranje Fonds heeft toestemming gegeven voor een alternatief plan. De doelen van dit plan volgen hieronder met de resultaten.

1. Overleggen met de projectgroep

Het idee van het herziene plan was om de samenwerking met de Huisartsenconnectie te verdiepen om zodoende meer informatie te verzamelen die kan bijdragen aan meer kennis over herstel (en WRAP) bij huisartsen en praktijkondersteuners. De projectgroep bestond uit Lucia Walter en Lobke Bron van de Huisartsenconnectie. Een grote coöperatie waar zo'n 75% van de Zeeuwse huisartsen bij aangesloten zijn. Dienke Boertien (Kenniscentrum Phrenos) en Stephan Hermesen (Institute for Positive Health). De vergaderingen vonden plaats op 19 juli, 2 augustus en 7 oktober.

2. Voorlichtingen over de pilot voor huisartsen

Het idee was om huisartsen informatie te geven die zij met patiënten konden delen om mensen door te verwijzen naar de WRAP. Deze voorlichtingen vonden online plaats op 16 september, 19 september en 4 oktober aan in totaal zes verschillende praktijken. De voorlichtingen verliepen prettig en er was veel interesse van de huisartsen en praktijkondersteuners voor de training.

3. Geven van trainingen

Er zijn in totaal vier trainingen gegeven. In totaal deden dertig mensen mee. Twee groepen vonden plaats in Middelburg, de andere twee in Haamstede. Er deden mensen mee die verwezen waren door de zes verschillende praktijken.

4. Voor- en nametingen

Alle deelnemers kregen voor- en achteraf een vragenlijst om in te vullen. De vragenlijst staat in bijlage 1. De vragenlijst is tot stand gekomen in samenwerking met Dienke Boertien. De resultaten van de vragenlijsten staan hieronder:

Resultaten voormeting

In totaal deden dertig mensen mee met de training. Zij hebben de vragenlijst aangeboden gekregen. De gemiddelde leeftijd van de deelnemers was 51 jaar. Alle mensen werden verwezen door de praktijkondersteuner of de huisarts. De verwachtingen van de WRAP-groep varieerden van behoefte aan handvatten en inzichten. Andere mensen hadden vooral behoefte aan contact en meer grip op hun situatie.

Resultaten nameting

De belangrijkste 'winst' van deelname aan de WRAP groep was het



contact met elkaar en de herkenning/erkenning.

Daarnaast waren mensen verrast over de mate waarin ze meer grip ervaren in hun leven. Het waren geen heel grote veranderingen maar wel dusdanig dat levens verschillende wendingen namen. Zoals iemand die weer werk ging oppakken, een hobby ging doen of meer steun ging vragen bij naasten.

5. Interviews deelnemers

In totaal zijn twintig mensen geïnterviewd. Niet iedereen wilde namelijk meedoen aan het interview. Het uitwerken en analyseren van de interviews duurde wel langer dan verwacht. Met name het contact leggen en benaderen van mensen kostte veel tijd.

- 75% van de deelnemers gaf als reden voor deelname aan dat zij behoefte hebben handvatten om, om te gaan met ingewikkelde omstandigheden in hun leven. Zoals het bewaken van grenzen, opkomen voor henzelf of een betere balans tussen inspanning en ontspanning.
- Een greep uit de mooiste momenten: *'Ik kwam tot het inzicht dat ik dingen eigenlijk al best goed doe. Nu is het alleen concreet'; 'Tijdens de WRAP dacht ik eerst dat ik niemand had om mij te steunen in crisis maar dit bleek toch zo te zijn.'; 'De WRAP heeft mij de steun gegeven om op mijn werk te vertellen dat ik meer rust nodig heb en om tegen mijn ouders te zeggen dat ik niet meer wil dat ze ongevraagd mijn huis inkomen.'*
- Als meerwaarde van de WRAP worden onder andere genoemd: Het fijne en open karakter van de groep, de ruimte om te delen, de ervaringen van anderen, het inzicht en de ruimte voor zelfreflectie en het maken van een plan voor hoe nu verder ondanks de omstandigheden.
- Een greep uit de lastige momenten: *"Ik vond het moeilijk dat sommige mensen heel veel praatten waardoor ik weinig kon zeggen."; "Ik vind het moeilijk dat de WRAP niet over ziekte en diagnoses gaat"; "Het was confronterend om te beseffen dat ik zelf wat kan veranderen." "Ik vond het leeftijdsverschil lastig, hierdoor herkende ik sommige dingen niet. Het maakte wel dat ik dacht: zo ga ik het in ieder geval niet doen."*
- De WRAP heeft deelnemers inzicht, hoop en nieuwe contacten opgeleverd.

6. Spiegelgesprekken voorbereiding en uitvoering

De spiegelgesprekken werden als heel positief ervaren. Er deden in totaal twaalf mensen mee. In aanwezigheid van drie POH's, een huisarts en een beleidsmedewerker van de Huisartsenconnectie. De voorbereiding verliep tussen de projectleider en Irene als adviseur en gespreksleider. De belangrijkste inzichten waren van de deelnemers waren:

- **Motivatatie om hulp te zoeken:** Sommigen werden door hun omgeving aangemoedigd, terwijl anderen zelf de stap zetten na een dieptepunt.
- **Herkenning en erkenning:** Het besef dat anderen soortgelijke problemen hebben, gaf steun en een gevoel van verbondenheid.
- **Vrijwilligerswerk en actieve deelname:** Voor velen bood het traject niet alleen ondersteuning, maar ook nieuwe kansen, zoals vrijwilligerswerk of het ontwikkelen van vaardigheden.
- **Gestructureerde ondersteuning:** Mensen leren omgaan met hun emoties, grenzen stellen en meer



zelfvertrouwen opbouwen.

- **Nieuwe inzichten en persoonlijke groei:** Sommigen ontdekten nieuwe manieren om met hun situatie om te gaan en voelden zich gesteund door de begeleiding.

Over het algemeen benadrukken de deelnemers hoe belangrijk het voor hen was om gehoord en begrepen te worden, en hoe deze trajecten hen hielpen om weer actief deel te nemen aan het leven.

De praktijkondersteuners kregen de gelegenheid om te reageren. Dit viel hen op:

- **Waardering voor de groep** – Deelnemers ervaren de groep als waardevol, vooral vanwege de openheid, kwetsbaarheid en saamhorigheid.
- **Impact op deelnemers** – Deelnemers merken dat de groep hen helpt in hun proces, soms op manieren die pas later duidelijk worden.
- **Groep ten opzichte van individuele begeleiding** – POH's zien dat groepsinterventies soms sneller effect hebben dan een-op-een-gesprekken.
- **Eigen verantwoordelijkheid** – Deelnemers ervaren dat ze zelf stappen moeten zetten, maar dat de groep daarbij helpt.
- **Delen met de buitenwereld** – Het is lastig om uit te leggen aan anderen wat dit traject inhoudt en hoe het helpt.
- **Rol van huisarts en POH** – Er wordt besproken hoe bepaald kan worden of een patiënt baat heeft bij dit soort trajecten.
- **Alternatief voor andere hulpverlening** – Dit traject kan een waardevolle aanvulling of zelfs alternatief zijn voor andere vormen van zorg.

7. Gesprekken rondom duurzame financiering

HerstelTalent heeft gedurende de drie jaar van Herstel Dichtbij haar samenwerkingscontacten kunnen intensiveren. Dit heeft er mede toe geleid dat er nu meer financieringsafspraken zijn met diverse gemeenten. Tegelijkertijd zijn deze nog steeds grotendeels tijdelijk van aard. Dit maakt lange termijnplanning en duurzaamheid lastig. Met de Zeeuwse Zorg Coalitie worden gesprekken gevoerd over een vervolg van deze WRAP-groepen. Dit zou een langerdurend transformatieplan bevatten en lijkt vooralsnog kansrijk. De informatie die is opgehaald gedurende het programma Herstel Dichtbij heeft hier zeker aan bijgedragen.

8. Analyse en rapport

Alle resultaten uit de spiegelgesprekken, interviews en vragenlijsten zijn samengevat tot informatie die als basis dient voor een infographic voor (huis)artsen zodat zij meer zicht hebben op wie zij naar een WRAP of andere herstelgroep kunnen verwijzen. De infographic is te vinden in bijlage 2.



Wat betekenen de resultaten voor onze doelen?

Voorafgaande aan het project hebben wij onszelf de volgende doelen gesteld:

Hoofddoel: *Het doel van dit project is om de WRAP toegankelijk en beschikbaar te maken in het sociaal domein en om de WRAP-principes door te voeren binnen onze organisatie.*

Het eerste jaar wilden wij dit realiseren door ons te richten op huisartsen en POH's ggz en het tweede jaar via contact met maatschappelijk werk organisaties en in het laatste jaar via het algemeen ziekenhuis.

In dit hoofdstuk bespreken wij aan de hand van de subdoelen in hoeverre wij ons doel hebben bereikt.

1. Uitbreiden van de doelgroep

Het project Herstel Dichtbij heeft duidelijk bijgedragen aan het uitbreiden van onze doelgroep. Zeker 25% van de mensen die ons nu bezoeken is verwezen via de huisarts, het maatschappelijk werk of het welzijnswerk. Deze ontwikkeling was boven verwachting.

2. Uitbreiden netwerk samenwerkingspartners

De samenwerking met de huisartsen is tijdens de projectperiode begonnen, versterkt en verdiept. Met name het laatste jaar zien wij een toename in het contact met de huisartsen en voor de praktijkondersteuners van de huisarts. Zij verwijzen meer mensen door en vragen ons vaker om advies. Hetzelfde geldt voor de samenwerking met het Maatschappelijk Werk en Welzijnswerk. Waar drie jaar geleden HerstelTalent vaak nog onbekend was of het contact onwennig is, is dat nu meer vanzelfsprekend en soms zelfs goed te noemen. Het heeft de medewerkers van HerstelTalent ook sterker gemaakt in het naar buiten brengen van hun boodschap en het actief aangaan van samenwerkingen. We zijn trots op wat we doen en mensen mogen dat weten. Zo geven we nu ook netwerk lunches, die goed bezocht worden.

3. Goede kwaliteit van de WRAP en het WRAP-gedachtegoed door heel de organisatie

De ethische waarden van de WRAP ondersteunen onze vrijwilligers en medewerkers in hun dagelijks werk en bij het ondersteunen van anderen. De intensieve intervisie en uitwisseling hebben hun effect. Het heeft bijgedragen aan het ondersteunen van onze bezoekers en klanten, maar ook in het samenwerken. Want de waarden werken niet alleen voor ons en de mensen die wij ondersteunen maar ook voor onze samenwerkingspartners. We gaan hier ook zeker mee door.

4. Onderbouwing van onze activiteiten

Wij zijn bezig om onze activiteiten wetenschappelijk te onderbouwen door middel van evaluatie- en actieonderzoek. Dit onderzoek loopt en we hopen eind 2025 hier meer zichtbaar van te maken.



5. Duurzame financiering

Ondanks alle goede ideeën die het Integraal Zorg Akkoord biedt, blijkt het voor HerstelTalent lastig om aanspraak te maken op de financiële middelen die hierbij horen. Desondanks hebben de dertien Zeeuwse gemeenten geld beschikbaar gesteld om in elke gemeente voor 2025 een Zelfregiecentrum op te zetten. Hoewel dit niet met ons overlegd was, is het uiteraard goed nieuws. HerstelTalent wordt aanbevolen om dit uit te voeren. Verder zijn wij bezig met het indienen van een zogenaamde 'snelle toets' om het project dat wij voor Herstel Dichtbij hebben uitgevoerd, op grote schaal in Zeeland uit te breiden. Hierbij worden wij gesteund door de Zeeuwse Zorg Coalitie. Een aantal gemeenten heeft toegezegd ons voor meerdere jaren te willen financieren.

6. Conclusie

Wij zijn tevreden over de resultaten die behaald zijn. Dit was veel meer dan verwacht en gedacht. Het geld en daarmee de tijd van het project Herstel Dichtbij heeft het mogelijk gemaakt om in te zetten op netwerken, contacten leggen en verdiepen. Dit heeft zich zeker uitbetaald! Het bezoek van Koningin Máxima was daarbij een hoogtepunt wat op moreel gebied zeker heeft bijgedragen bij onze overleggen met de gemeenten. Wij zijn het Oranje Fonds en WijzijnMind dan ook zeer dankbaar voor onze deelname aan het project.



Bijlage 1 Vragenlijsten



Vragen voor deelname aan WRAP

Deze WRAP groep maakt deel uit van een onderzoek naar mensen die via een huisarts of praktijkondersteuner WRAP gaan volgen. Daarom willen we je een aantal vragen stellen over je deelname. De gegevens worden anoniem verwerkt en alleen gebruikt voor het onderzoek. Door je antwoorden te geven, geef je toestemming dat ze worden gebruikt voor dit onderzoek.

1. Wat is je leeftijd?
2. Wie heeft je op deze groep gewezen?
3. Wat hoop je dat deze WRAP groep je brengt?
4. Heb je een aanleiding of reden om aan deze WRAP groep deel te nemen? Zo ja, wil je daar in een paar woorden wat over opschrijven?
5. Wat sprak je aan in de uitleg die je over WRAP van je huisarts of POH hebt gekregen?

Dankjewel, mocht je nog vragen of bedenkingen hebben, mail dan naar info@hersteltalent.nl.



Vragen voor deelname aan WRAP (achteraf)

Deze WRAP groep maakt deel uit van een onderzoek naar mensen die via een huisarts of praktijkondersteuner WRAP gaan volgen. Daarom willen we je een aantal vragen stellen over je deelname. De gegevens worden anoniem verwerkt en alleen gebruikt voor het onderzoek. Door je antwoorden te geven, geef je toestemming dat ze worden gebruikt voor dit onderzoek.

1. Wat is je leeftijd?
2. Wie heeft je op deze groep gewezen?
3. Wat heeft de WRAP groep je gebracht?
4. Wat was een moment wat je bij blijft uit de WRAP-training?
5. Welke informatie over de WRAP had je voorafgaande aan de training willen hebben?

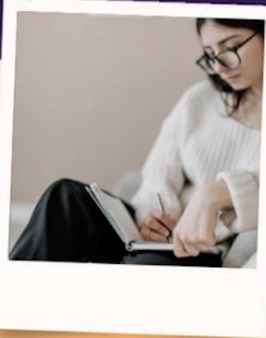
Dankjewel, mocht je nog vragen of bedenkingen hebben, mail dan naar info@hersteltalent.nl.



Bijlage 2 Infographic

De kracht van WRAP

WRAP is een programma dat mensen helpt om met moeilijke situaties om te gaan door middel van inzicht, steun en concrete stappen.



1 Inzicht en groei

Deelnemers krijgen meer inzicht in hun eigen emoties en ontwikkelen vaardigheden om deze te reguleren.



2 Steun en erkenning

De groeps sfeer creëert een veilige ruimte waar deelnemers hun ervaringen kunnen delen en erkenning vinden.



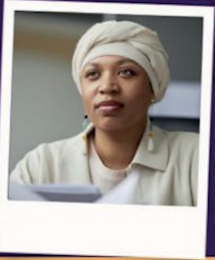
3 Concreet plan

De WRAP helpt deelnemers om een eigen plan te maken met concrete stappen voor de toekomst.



WRAP werkt

WRAP helpt deelnemers om grip te krijgen op hun leven door middel van inzicht, steun en concrete stappen, waardoor ze met meer zelfvertrouwen en veerkracht de toekomst tegemoet kunnen gaan.





Stichting HerstelTalent
Oranjelaan 19
4332 VA Middelburg

06 22 88 92 96
info@hersteltalent.nl