
Jaarverslag Stichting Borderline

2019



Samenvatting en dankwoord

Stichting Borderline verkeerde in 2019 in rustig vaarwater. De bureau coördinator, de vrijwilligers en een bestuurslid hielden het bureau draaiende, stonden mensen te woord aan de lotgenotentelefoon, beantwoordden mails, en hielden website en social media bij. En ook de voorlichting werd met enthousiasme gedaan, zij het dat het aantal aanvragen voor voorlichting licht is gedaald. De Publieksdag in november 2019 was wederom een hoogtepunt in het jaar. En voor de derde keer sinds 2017 was de drukbezochte Naastendag op 8 juni 2019.

Het bestuur had als beleid om de personele basis van bureau coördinator en vrijwilligers zo solide mogelijk te houden als ook de basis werkzaamheden van lotgenotencontact en voorlichting.

Ook financieel was het een rustig jaar. De financiën zijn op orde, de Stichting is gezond en eindigde het jaar met een positieve balans.

Het bestuur van Stichting Borderline dankt alle medewerkers, donateurs, vrijwilligers, subsidiegevers en samenwerkingspartners van harte bedanken voor hun inzet en/of geschonken vertrouwen in 2019.

Inhoudsopgave

Samenvatting en dankwoord.....	2
1. Inleiding	4
2. Wat is borderline?	4
3. Financiën en donateurs	4
4. Medewerkers.....	5
4.1. Bestuur	5
4.2. Raad van Advies.....	5
4.3. Landelijk coördinator.....	5
4.4. Vrijwilligers	5
5. Activiteiten 2019.....	6
5.1. Kantoor	6
5.1.1. Telefoon.....	6
5.1.2. E-mail.....	7
5.1.3. Bestellingen	8
5.2.....Chat.....	8
5.3. Nieuwsbrief	8
5.4. Website en social media.....	8
5.5. Voorlichting	8
5.6. PR.....	8
5.7. Publieksdag.....	9
5.8. Afvaardiging in het LPGGz	9
6. Positie Stichting Borderline eind 2019	9
7. Visie bestuur op de nabije toekomst.....	10

1. Inleiding

Stichting Borderline is een landelijk erkende cliënten- en familieorganisatie. Stichting Borderline richt zich in eerste instantie op mensen met BPS, hun omstanders en hulpverleners. Zij kunnen bij de Stichting terecht voor lotgenotencontact en advies maar ook voor schriftelijke en mondelinge informatie. Er is een team dat voorlichting over borderline geeft op onderwijsinstellingen en bij diverse organisaties. Stichting Borderline onderhoud een website met actuele informatie over borderline en ervaringsverhalen. Jaarlijks organiseert de Stichting een landelijke Publieksdag en een Naastendag.

De Stichting wil het negatieve en eenzijdige beeld, dat er in de samenleving over het algemeen over borderline bestaat, nuanceren door goede voorlichting en informatie over borderline te geven.

In dit jaarverslag vindt u een overzicht van de activiteiten van Stichting Borderline in het jaar 2019.

2. Wat is borderline?

Borderline is een persoonlijkheidsstoornis waaraan in Nederland ongeveer 150.000 tot 200.000 mensen lijden. De stoornis komt drie keer vaker voor bij vrouwen dan bij mannen. De diagnose Borderline Persoonlijkheidsstoornis kan alleen door een psychiater of psychotherapeut worden gesteld. Volgens de DSMV moet er voor het verkrijgen van de diagnose borderline aan vijf van de negen onderstaande criteria worden voldaan:

- Krampachtig proberen te voorkomen om feitelijk of vermeend in de steek gelaten te worden.
- Een patroon van instabiele en intense relaties met anderen, gekenmerkt door wisselingen tussen overmatig idealiseren en kleineren (extreem zwart-witdenken, iemand is geweldig of waardeloos).
- Identiteitsstoornis: aanhoudend wisselend zelfbeeld of zelfgevoel.
- Impulsiviteit met negatieve gevolgen voor zichzelf op minstens twee gebieden. Bijvoorbeeld: geldverspilling, veel wisselende seksuele contacten, middelenmisbruik, roekeloos rijgedrag, vreetbuien.
- Terugkerende pogingen tot zelfdoding, gestes of dreigingen, of zelfverwonding.
- Sterk wisselende stemmingen, als reactie op gebeurtenissen. Dit kan leiden tot periodes van intense somberheid, prikkelbaarheid of angst, meestal enkele uren durend en slechts zelden langer dan een paar dagen.
- Een chronisch gevoel van leegte.
- Inadequate, intense woede of moeite boosheid te beheersen. Dit uit zich in driftbuien, aanhoudende woede of herhaaldelijke vechtpartijen.
- Voorbijgaande, aan stress gebonden paranoïde ideeën of ernstige dissociatieve verschijnselen.

3. Financiën en donateurs

In 2019 kreeg de Stichting een instellingssubsidie van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport van € 45.000 voor voorlichting en lotgenotencontact. Daarnaast werd een aanvraag gedaan voor een extra €10.000,- die gegeven wordt indien een patiëntenvereniging overgaat tot het uitbesteden van de backoffice. Deze aanvraag is positief toegewezen. Overige baten komen uit donateursbijdragen het

geven van voorlichting, de verkoop van voorlichtingsmateriaal, bijdragen voor de organisatie van de Publieksdag en de toegangsgelden voor de Publieksdag.

In 2019 had Stichting Borderline op de peildatum 1 september *** vaste donateurs.

De financiële administratie is in handen van ***MEO administratiekantoor Figaro, een leerwerkbedrijf voor mensen met psychiatrische en/of verslavingsproblemen.

Financieel gezien staat de stichting er goed voor.

4. Medewerkers

4.1. Bestuur

Het bestuur bepaalt het beleid, stuurt en stelt prioriteiten in de uitvoering, maakt jaarplannen en stuurt het kantoor aan.

Het bestuur bestond eind 2019 uit de volgende personen:

- Ad Kaasenbrood: voorzitter - psychiater
- Hans de Jong: *penningmeester* – maatschappelijk werker
- Wil van der Sluis-Bont : *secretaris* - lotgenoot
- Ferry van Groeningen: *algemeen bestuurslid*, portefeuille naasten.

Het bestuur kwam in 2019 tien keer bijeen. Van de vergaderingen zijn notulen gemaakt. De bureau coördinator is altijd een deel van de vergadering aanwezig.

4.2. Raad van Advies

De Raad van Advies geeft gevraagd en ongevraagd advies aan het bestuur.

De Raad van Advies had in 2019 geen leden en kwam niet bijeen.

4.3. Landelijk coördinator

Karlijn Smits was heel 2019 bureau coördinator. Zij heeft een aanstelling voor twintig uur. Haar belangrijkste taken zijn: het aanspreekpunt zijn van de stichting, het werven en coachen van de vrijwilligers, planning en coördinatie van activiteiten en producten.

4.4. Vrijwilligers

Stichting Borderline kan haar kernwerkzaamheden (lotgenotencontact en voorlichting over borderline) alleen doen wanneer er voldoende vrijwilligers zijn. Op 1 januari 2019 waren er ** vrijwilligers en op 31 december 2019 ** vrijwilligers (exclusief het bestuur). Dat betekent dat het vrijwilligersbestand in 2019 redelijk stabiel was.

Zij hielden zich bezig met diverse vormen van lotgenotencontact, kantoorwerkzaamheden, het organiseren van de Publieksdag, promotie activiteiten, voorlichting, de redactie van de nieuwsbrief, website en social media.

In 2019 was er geen vrijwilligersbijeenkomst.

5. Activiteiten 2019

In de volgende paragrafen worden de diverse activiteiten van Stichting Borderline beschreven.

5.1. Kantoor

Het kantoor is drie dagen per week bemenst, op maandag, woensdag en vrijdag van 10:30 uur tot 14:30 uur.

Naast de bureau coördinator waren er in 2019 **16** vrijwilligers die allen één dag in de week op kantoor werkten. Zij deden de lotgenotentelefoon, de email, donateursadministratie, de website, de social media, en andere voorkomende werkzaamheden.

De Landelijke Stichting Zelfbeschadiging houdt ook kantoor in de Kargadoor. Er is inhoudelijke overlap tussen beide organisaties in zoverre dat veel mensen met BPS zichzelf beschadigen. Omgekeerd hebben niet alle mensen die zichzelf beschadigen BPS.

Er is geregeld contact tussen medewerkers van beide stichtingen. De stichtingen verwijzen naar elkaar, zijn aanwezig op elkaars publieksdagen en werken samen in een aantal projecten.

5.1.1. Telefoon

Drie dagen per week is Stichting Borderline een aantal uren bereikbaar voor informatie over borderline en het omgaan met borderline, lotgenotencontact en een luisterend oor.

In totaal zijn in 2019

- * telefoongesprekken gevoerd met lotgenoten (***) , omstanders (***) en anderen (***) .

In 2018 zijn 382 telefoongesprekken gevoerd met lotgenoten (162) en omstanders (218) en anderen (2),

In 2017 zijn 216 telefoongesprekken gevoerd met lotgenoten (98) omstanders (118) en 3 anderen.

***Wederom zijn er meer gesprekken gevoerd met omstanders dan met lotgenoten.

Na het gesprek noteren de medewerkers aard en thema('s) van het gesprek. De bureau coördinator schat dat 85% van de gesprekken is geregistreerd.

Bij de omstanders waren de meeste bellers ouders of partners. Zij wilden bespreken hoe om te gaan met hun naaste met BPS, hun bezorgdheid uiten en praten over relatieproblemen.

Lotgenoten belden over uiteenlopende zaken maar ook bij hen ging het vaak om relatieproblemen en het contact met anderen. Ook gevoelens van somberheid, boosheid en leegte kwamen vaak voor. De telefoonmedewerkers vertelden dat de intensiteit van de gesprekken toeneemt. Werd een paar jaar geleden nog vaak de vraag gesteld wat borderline is, nu krijgen telefoonmedewerkers ook onderwerpen als suïcide te bespreken of emotionele ouders aan de telefoon die niet meer weten waar ze zorg voor hun kind kunnen vinden.

Telefoon

Maand	Aantal telefoontjes
januari	31
februari	26
maart	31
april	26
mei	36
juni	16
juli	19
augustus	7
september	18
oktober	46
november	34
december	23

Lotgenoot 105
Omstander 206
Informatief 50
Luisterend oor 249

Duur gesprek	Aantal telefoontjes
0-5 min	16
5-10 min	29
10-15 min	44
15-20 min	47
20-25 min	75
25-30 min	23
30-35 min	33
35-40 min	15
40+ min	27

Licht 222
Matig 76
Zwaar 15

5.1.2. E-mail

De vrijwilligers op kantoor beantwoorden de mail. Het mailcontact kent dezelfde functies als het telefooncontact. Lotgenotencontact en informatieverstrekking. In 2019 zijn **361** lotgenotenmails beantwoord (in 2018 464, 2017 269, in 2016 163, in 2015 281, en in 2014 167).

5.1.3. Bestellingen

Mensen kunnen via de website informatieve brochure van de NVVP en het beknopt boekje 'Alles of niets' over borderline, de DVD van de theatervoorstelling over borderline en enkele artikelen, zoals de T-shirts uit de theater voorstelling en een Stichting Borderline armbandje, bestellen. De bestellingen worden vanuit kantoor verstuurd. Helaas heeft de webwinkel in 2019 niet of nauwelijks gefunctioneerd, er zijn maar 2 dvd's verkocht. In 2020 zal de webwinkel weer online zijn.

5.2. Chat

In 2019 is de chat-functie van start gegaan op de openingstijden van het bureau. De chatfunctie loopt goed en wordt druk bezocht.

5.3. Nieuwsbrief/Magazine

In 2019 is een nieuwe website opgezet. Vooral de ervaringsverhalen en de columns trokken de aandacht. Ook de aankondigingen van de Publieksdag en Naastendag waren goed zichtbaar en inschrijven op die dagen via de website is goed verlopen.

De thema's op de website zijn:

1. Borderline en stigma
2. Borderline en naasten
3. Borderline en hulpverlening (bij crisis)

5.4. Website en social media

Stichting borderline is actief op facebook en twitter.

Op facebook zijn in 2019 **262** berichten geplaatst (in 2018 233, 2017 155, in 2016 43, in 2015 73, en in 2014 50). Het aantal vind-ik-leuks bedroeg **2.329**.

Op twitter zijn **121** tweets geplaatst (in 2019 90, 2017 59, 2016 41, in 2015 55, en in 2014 59). Op twitter had Stichting Borderline eind 2019 **1243** volgers (eind 2018 1820, 2016 979, 2015 826 en eind 2014 658 volgers). Er zit nog steeds een stijgende lijn in het aantal volgers op twitter en bereikte personen via facebook. Aan de website wordt bij voortduring gewerkt om deze zo actueel mogelijk te houden.

Op Instagram kwamen **91** post plaats en kent **350** volgers.

5.5. Voorlichting

Stichting Borderline geeft voorlichting bij diverse instanties. Hierbij wordt het algemene verhaal over borderline verteld, ondersteund door een powerpoint presentatie. Het verhaal wordt gecombineerd met het persoonlijke ervaringsverhaal van de voorlichter. Dit jaar heeft het voorlichtingsteam van Stichting Borderline **vijf** presentaties gegeven.

5.6. PR

In 2019 was er geen pr-groep.

5.7. Publieksdag

In 2019 vond de Publieksdag plaats op **9 november in Seats to Meet** te Utrecht. De Publieksdag had als thema: *Borderline 25 jaar*. Er waren 109 aanmeldingen, waarvan 92 betalende bezoekers. Inclusief de medewerkers aan de dag en de standhouders waren er bijna 130 personen aanwezig.

De workshop werden gegeven door ervaringsdeskundigen, familieleden en hulpverleners.

Als waardering voor deze publieksdag gaf het publiek gemiddeld een **7.6**.

De dag begon met een plenair gedeelte met een verslag van voorzitter Ad Kaasenbrood, met een schets van de ontwikkelingen, wetenschappelijke inzichten, behandelmethodes en de vooruitgang hierin. Vrijwilligster Annika volgde met een aangrijpend ervaringsverhaal en daarna beantwoordde zij vragen uit het publiek.

De dagvoorzitter was bestuurslid Ferry van Groeningen.

Daarna waren er twee rondes met workshops. Thema's van de workshops betroffen o.a.:

- 'Vraag maar raak' voor familieleden van mensen met borderline,
- 'Vraag maar raak' voor alle geïnteresseerden,
- 'Vraag maar raak' voor mensen met borderline en partner;
- EQfit mentale coaching combineren met fysieke oefeningen.

De Workshop van vrijwilligster Kate kreeg een dikke voldoende.

Ook dit jaar was er een kleine informatiemarkt met stands van diverse instellingen en organisaties, o.a. het Kenniscentrum Persoonlijkheidsstoornissen Meer dan de helft van de bezoekers vulde een evaluatieformulier in. Daaruit bleek onder andere dat de meeste bezoekers de duur van de publieksdag precies goed vonden zo. Maar er waren ook enkele bezoekers die voortijdig de bijeenkomst verlieten omdat de confrontatie met het ziektebeeld toch te heftig voor ze bleek te zijn.

5.8. Afvaardiging MIND

Stichting Borderline maakt als lid deel uit van Mind. Mind werd in november 2016 gelanceerd met een grote bijeenkomst in het Beatrixtheater.

Bestuurslid Mady Alexander was de eerste helft van 2019 afgevaardigde naar diverse commissies van MIND en nam deel aan vergaderingen en verschillende werkgroepen,

Stichting Borderline participeert met bestuurslid Ferry van Groeningen in het voucherproject 'Naasten in kracht'. Doel van het project is het maken van een digitale vorm van ondersteuning van naasten.

6. Positie Stichting Borderline eind 2019

De stichting is qua bestuur en kantoor eind 2019 niet op sterkte. Er waren 4 bestuursleden.

Er zijn 3 vacatures op de website gezet, voor de portefeuilles voorlichting, belangenbehartiging en website. Er zijn voldoende vrijwilligers voor lotgenotencontact, kantoor, de redactie van de nieuwsbrief, voorlichting. Het aantal donateurs is krap. Financieel is de stichting gezond met een klein overschot op de balans.

7. Visie bestuur op de nabije toekomst

Het bestuur is van mening, dat Stichting Borderline in de jaren 2020 moet consolideren, maar inzetten op een verbetering van de website, waarop ook wetenschappelijke artikelen moeten komen. In 2020 zal het aantal donateurs moeten toenemen. Verder moet Stichting Borderline ook in 2020 zich vooral richten op het kwalitatief verbeteren van de bestaande activiteiten. Hierbij is het van belang om niet teveel tegelijk aan te willen pakken, maar te focussen en prioriteiten te stellen. In 2020 zal Stichting Borderline weer een bestuurslid afvaardigen naar MIND. Prioriteiten blijven het werven van donateurs en nieuwe vrijwilligers, vooral voor lotgenotencontact. Nu het bureau redelijk stabiel op sterkte lijkt te zijn, is het ook tijd om de te werken aan de kwaliteit van de lotgenotentelefoon. De vrijwilligers op training en intervisie van oudgedienden.

Het bestuur gaat in 2020 door met het verkennen van de mogelijkheden om samen te werken met de Landelijke Stichting Zelfbeschadiging.