



Jaarverslag Stichting Borderline over het jaar 2023

2023





## Inhoudsopgave

Samenvatting en dankwoord .....	3
1. Inleiding.....	4
2. Wat is Borderline Persoonlijkheidsstoornis.....	5
3. Financiële zaken.....	6
4. Medewerkers .....	7
4.1 Vrijwilligers	
4.2 Bestuur	
4.3 Raad van Advies	
4.4 Landelijke coördinator	
5. Activiteiten 2023.....	8
5.1 Kantoor	
5.2 Telefoon	
5.3 E-mail	
5.4 Bestellingen	
5.5 Chat	
5.6 Nieuwsbrief	
5.7 Website en sociale media	
5.8 Voorlichting	
5.9 Publieksdag	
5.10 Boven Jan	
6. Belangenbehartiging.....	10
7. Positie Stichting Borderline eind 2022 en visie op de toekomst.....	11

## Samenvatting en dankwoord

Stichting Borderline kijkt terug op een mooi jaar! We zijn het jaar 2023 gestart met voldoende vrijwilligers, een betere financiële positie en uitzicht op een fysieke publieksdag, na jaren van Corona beperkingen.

Onze vrijwilligers zetten zich in voor lotgenotencontact en voorlichting. De werkplek in Utrecht, bij het GGZ steunpunt, werd echter nog amper door hen gebruikt. Veelal wordt gewerkt vanuit huis met alle technische mogelijkheden. Het bestuur heeft dan ook besloten om de huurovereenkomst met het GGZ steunpunt eind 2023 op te zeggen. Van groot belang voor het bestuur is wel dat we voldoende met elkaar in verbinding blijven nu er geen fysieke werkplek meer is, hier blijven we actief aan werken.

We hebben door het jaar heen wisselingen van vrijwilligers, met een aantal vaste vrijwilligers die de Stichting al vele jarenlang trouw zijn. Gelukkig hebben we samen alle vragen kunnen beantwoorden, hebben we voldoende voorlichtingen kunnen geven en heeft het bestuur alle taken kunnen vervullen. Toch blijft ook voor ons als Stichting, zoals voor veel patiëntenorganisaties, de werving en het behoud van vrijwilligers altijd een uitdaging.

Stichting Borderline is lid geworden van Boven Jan, een community platform rond mentale gezondheid. Met dit lidmaatschap bieden wij online lotgenotencontact en een platform voor iedereen die met Borderline te maken heeft, hierover later in dit verslag meer.

Een groot dankjewel aan al onze ervaringsdeskundigen, zij zetten eigen ervaring in ten behoeve van de Stichting én anderen die daar behoefte aan hebben.

En tot slot een dankwoord aan alle medewerkers van MEO, die ons als Stichting ondersteunen in al ons werk!

Wij wensen u leesplezier

Bestuur Stichting Borderline, maart 2024

## 1. Inleiding

Stichting Borderline is een landelijk erkende patiëntenorganisatie die al meer dan twintig jaar de belangen behartigt van mensen met BPS.

Er zijn in Nederland naar schatting bijna 200 duizend mensen met een borderline persoonlijkheidsstoornis (BPS). Dat zijn er mogelijk zelfs nog meer omdat niet iedereen een diagnose krijgt of alleen wordt behandeld voor symptomen als depressie of verslaving.

De beeldvorming over deze mensen is in onze maatschappij nog steeds erg negatief. Ze zouden manipulatief, onbetrouwbaar en onbehandelbaar zijn. De Stichting Borderline vindt dat deze eenzijdige benadering geen recht doet aan de mensen die met symptomen van borderline kampen, en het stigma kan herstel flink in de weg staan.

Door het geven van informatie en voorlichting aan verschillende doelgroepen, zoals aan studenten op hogescholen en hulpverleningsinstanties, proberen wij een genuanceerder beeld te geven van deze problematiek. We hopen daarmee een bijdrage te leveren aan het veranderen van dit ten onrechte slechte imago zodat patiënten en hun naasten de hulp krijgen die ze nodig hebben en onbegrip verandert in begrip voor deze complexe persoonlijkheidsstoornis.

## 2. Wat is Borderline Persoonlijkheidsstoornis

Mensen met Borderline persoonlijkheidsstoornis (kortweg BPS of Borderline) hebben last van sterke wisselingen in hun stemming, gedachten en gedrag. Hierdoor lopen ze vaak vast in het dagelijks leven. Ze zeggen bijvoorbeeld plotseling hun baan op, slagen er maar niet in om een opleiding af te maken of hebben vaak moeite om vriendschappen en relaties te behouden, bij Borderline spelen relationele problemen daarin vaak een rol.

Iemand met BPS heeft moeite om zijn emoties te reguleren en heeft vaak het gevoel dat die hem overspoelen. Een kleine tegenslag kan al leiden tot een intense woedeaanval of depressie. Deze onvoorspelbare stemmingswisselingen duren vaak een paar uur en bijna nooit langer dan een paar dagen. Iemand met Borderline reageert vaak impulsief en dat kan leiden tot negatieve gevolgen zoals geldverspilling, alcohol- en drugsmisbruik, instabiele (seksuele) contacten of eetbuien. Ook kan het zijn dat iemand met BPS zichzelf snijdt of op een andere manier beschadigt.

Mensen met Borderline zijn vaak bang om in de steek gelaten te worden en voelen zich snel afgewezen. Zij voelen zich eenzaam en hebben een wisselend beeld van zichzelf. Iemand met BPS weet soms niet meer wie hij nou eigenlijk is, of wat hij voelt. BPS is erg pijnlijk voor degenen die het hebben, maar ook voor de mensen die van hen houden.

Mensen met BPS hebben vaak het gevoel dat hun symptomen een normaal leven in de weg staan. Een behandeling voor borderline-problematiek leidt echter vaak tot minder klachten en soms zelfs tot volledig herstel. Welke behandeling het beste bij jou past, hangt af van de ernst van je problematiek, je privéomstandigheden, je draagkracht (wat je aankan) en je reisafstand. Het is belangrijk dat je jezelf uitgebreid laat informeren over de behandelmogelijkheden. Daarnaast is de therapeut ook van groot belang. Hier kun je tips lezen over waar op te letten bij het vinden van een geschikte therapeut.

### 3. Financiële zaken

In 2023 kreeg Stichting Borderline een instellingssubsidie van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport om de kerntaken uit te kunnen voeren, daarnaast een aanvullende subsidie waarmee onze backoffice kon worden gefinancierd.

Het totale subsidiebedrag bedroeg € 55.000,- (€ 45.000,- instellingssubsidie en € 10.000,- voor uitbesteding backoffice)

De financiële administratie is in handen van MEO.

Stichting Borderline had bij de start van 2023 133 donateurs, 2023 werd afgesloten met 185 donateurs.

Met de verkregen subsidie en donateursgelden hebben wij onze kerntaken uit kunnen voeren, te weten lotgenotencontact, belangenbehartiging en voorlichting.



## 4. Medewerkers

### 4.1 Vrijwilligers

Stichting Borderline heeft voor de kernactiviteiten, belangenbehartiging, voorlichting en lotgenotencontact de beschikking over betrokken vrijwilligers. Deze vrijwilligers hebben allemaal een vrijwilligersovereenkomst met de Stichting en krijgen een vergoeding voor de werkzaamheden.

De vrijwilligers zijn deels verbonden aan lotgenotencontact, voor een ander deel aan voorlichting of vormen de redactie. De redactie houdt zich bezig met het vormgeven van de nieuwsbrief, plaatsen van artikelen op de website en de socials. De vrijwilligers worden ondersteund door de vrijwilligerscoördinator. Deze coördinator voert periodieke gesprekken met de vrijwilligers. Tevens is zij het aanspreekpunt voor eerste praktische vragen en voert de eerste gesprekken met nieuwe vrijwilligers.

De vrijwilligers staan tevens in nauw contact met het bestuur, bestuursleden sluiten regelmatig aan bij overleggen of activiteiten.

In 2023 heeft de Stichting om en nabij 10 vrijwilligers actief gehad.

### 4.2 Bestuur

Het jaar 2023 is het bestuur stabiel gebleven met 4 bestuursleden

- Ine Woudstra, (naaste) voorzitter
- Hans de Jong, (behandelaar) penningmeester
- Ferry van Groeningen (naaste) algemeen bestuurslid met als portefeuille 'naasten'
- Isa van der Singel (ervaringsdeskundige) secretaris

Het bestuur bepaalt het beleid, stuurt en stelt prioriteiten in de uitvoering. Dit doen zij in nauwe samenwerking met de landelijk coördinator.

Het bestuur werkt volledig onbezoldigd en krijgt alleen onkostenvergoeding vanuit de Stichting.



### 4.3 Raad van Advies

In 2023 kent de Raad van Advies geen leden, maar zijn wel de eerste stappen gezet om te komen tot een Raad van Advies. Er is een reglement opgesteld, er zijn leden geworven, de verwachting is dat half 2024 de Raad van Advies actief in functie zal zijn.

### 4.4 Landelijke coördinator

Vanuit MEO is er in 2023 landelijke coördinator verbonden aan de Stichting. Deze coördinator wordt volop ingezet op de begeleiding, ondersteuning en werving van vrijwilligers en alle andere kernactiviteiten. Er is een goede afstemming tussen de landelijk coördinator en het bestuur. Periodiek vinden er afstemmingsoverleggen plaats en daar waar nodig sluit de coördinator aan bij bestuursvergaderingen.

## 5. Activiteiten 2023

### 5.1 Kantoor

Stichting Borderline gebruikt kantoorruimte binnen het GGZ steunpunt aan de Kaatstraat in Utrecht. Hier kunnen op vastgestelde dagdelen vrijwilligers samenwerken, maar ook de gespreksgroepen plaatsvinden. Het bestuur gebruikt deze ruimten als vergaderruimte voor de bestuursvergaderingen. Vrijwilligers hebben een hybride werkbeleid, zij werken zowel vanuit de kantoorruimte als vanuit huis.

In 2023 is gebleken dat het kantoor te weinig wordt gebruikt. De huurovereenkomst met GGZ Steunpunt is opgezegd. Wel blijft het mogelijk om de locatie te gebruiken voor bestuursvergaderingen en de supportgroep, dit zonder dat daar kosten mee gemoeid zijn. Stichting Borderline is het GGZ steunpunt hier zeer erkentelijk voor.

### 5.2 Telefoon

Stichting Borderline is telefonisch bereikbaar via de back-office van MEO. Tevens kan er een verzoek worden gedaan voor lotgenotencontact. In 2023 heeft Stichting Borderline 745 telefonische contacten gehad. De gesprekken kunnen impactvol zijn, komen van naasten of van ervaringsdeskundigen. Omdat de gesprekken niet altijd makkelijk zijn, en het bestuur het belangrijk vindt dat vrijwilligers hier goed in worden begeleid, is er directe begeleiding door Hans de Jong, ervaren behandelaar. Vrijwilligers leveren een rapportage aan ten aanzien van het lotgenotencontact, en er wordt nabesproken wat de gesprekken met de vrijwilligers zelf heeft gedaan.

### 5.3 E-mail

Via mail is Stichting Borderline op diverse manieren bereikbaar, in totaal zijn 331 email berichten ontvangen. De mails worden intern doorgestuurd aan diverse contactpersonen die zorgen voor de verdere afhandeling.

### 5.4 Bestellingen

Bij de beantwoording van mails worden folders als bijlage toegevoegd.

In 2023 zijn geen betaalde bestellingen gedaan

### 5.5 Chat

In 2023 is de chatfunctie niet ingezet.

### 5.6 Nieuwsbrief

In 2023 zijn 4 digitale nieuwsbrieven verschenen en verzorgt door de redactie van Stichting Borderline.

- Nieuwsbrief 1 maart, 1512 mensen ontvangen, 705 keer gelezen
- Nieuwsbrief 26 juni, 1679 ontvangen, 883 keer gelezen
- Nieuwsbrief 2 oktober, 1749 ontvangen, 1034 gelezen
- Nieuwsbrief 23 december, 1904 ontvangen, 1052 gelezen.



## 5.7 Website en sociale media

Stichting Borderline is actief op Facebook en Instagram en LinkedIn. Op alle social media is ons bereik (aantal volgers) toegenomen in 2023.

De website is in 2023 goed bezocht, met duidelijke pieken rond de publieksdag. MEO levert het bestuur een maandelijkse rapportage over bezoekers en veel bezochte pagina's. Websitebeheer ligt bij MEO, één van de vrijwilligers is actief als contentbeheerder.

## 5.8 Voorlichting

Ook in 2023 was er veel vraag naar de voorlichtingen die Stichting Borderline aanbiedt.

Voor de voorlichting vraagt de Stichting een kostendeekkende vergoeding.

Er zijn in 2023 19 voorlichtingsbijeenkomsten geweest waar Stichting Borderline voorlichting heeft gegeven. Dit betroffen voorlichtingen bij Hogescholen, Beschermd woonvormen, ambulante GGZ-wijkteams, jeugdzorginstellingen.

## 5.9 Publieksdag

De Publieksdag werd in 2023, na lange tijd van Corona, weer live gehouden op het Corderius College in Amersfoort. Alle deelnemers werden om 12:00 uur verwacht voor de registratie. Hierna volgden een lunch waarbij de eerste kennismakingen plaatsvonden.

Ine Woudstra (voorzitter) opende om 13:00 uur de publieksdag. Hierna volgde Erwin van Meekeren (psychiater/psychotherapeut) en Mandy Rol (ervaringsdeskundige) met een dialoog waarbij het onderwerp was “Van binnen en van buiten uit”. Erwin vertelde inhoudelijk over de Borderline persoonlijkheid stoornis en Mandy gaf een inkijkje hoe het “*van binnen*” eraan toe gaat. Bijna 215 deelnemers zaten met enthousiasme en interesse te luisteren naar de dialoog.



In de middag waren er diverse workshops, en de dag is afgesloten met een borrel. Het was goed om met zovelen weer bij elkaar te zijn, elkaar te informeren, ondersteunen en om zo steeds meer aandacht te kunnen vragen voor het leven met BPS.

## 5.10 BovenJan

In 2023 heeft Stichting Borderline zich aangesloten bij community platform Boven Jan. BovenJan is een digitaal platform: een plek waar je elkaar gemakkelijk vindt. Als in een open, warm, uitnodigend, dichtbij en gemakkelijk te bereiken huis. Ontmoeting, contact en gesprekken met mensen die soortgelijke vragen en ervaringen hebben als jij. Want niets fijner dan praten met mensen die precies weten waar je het over hebt, die je niets hoeft uit te leggen. Je steunt, troost, bemoedigt en informeert elkaar. BovenJan is dus bovenal een plek waar je vragen kunt stellen, samen kennis en ideeën kunt opdoen en waar we onze ervaringskennis gebruiken om vooruit te komen.

## 6. Belangenbehartiging

Stichting Borderline is lid van koepelorganisatie MIND. Hierdoor is er, samen met de andere lidorganisaties een vertegenwoordiging van meer dan een miljoen mensen die jaarlijks een beroep doen op de GGZ.

Ook is er steeds meer samenwerking tussen de Stichting en andere GGZ-PG organisaties. Dit kan op inhoudelijk thema zijn, maar ook op uitdagingen als het vinden van vrijwilligers, of het profileren binnen de wereld van informele zorg.

## 7. Positie Stichting Borderline eind 2023 en visie op 2024

Na een mooi jaar met veel bereik, impact én fysieke ontmoeting gaat Stichting Borderline een bijzonder jaar tegemoet.

Niet alleen bestaat de Stichting 25 jaar, ook zal komend jaar oprichter en voormalig voorzitter Hans de Jong afscheid nemen als bestuurslid. Gelukkig blijft hij wel betrokken binnen de Raad van Advies die halverwege 2024 actief zal worden.

Er is sprake van een stabiel, maar klein bestuur. Met de middelen en capaciteit die beschikbaar is zal, met ondersteuning van MEO ook in 2024 onverminderd worden ingezet op alle doelen die de Stichting haarzelf stelt.

Uitdagingen die Stichting Borderline kent, gelden ook voor andere patiëntenorganisaties binnen de GGZ. Samenwerking en verbinden blijft dus ook voor 2024 van groot belang.

Wij zetten ons ook in 2024 in voor een warm en betrokken vrijwilligersbestand, de Stichting mag een plek zijn waar iedere ervaringsdeskundige zich in kan zetten naar eigen vermogen en in een veilige omgeving waar op geen enkele manier sprake is van vooroordeel of stigma.

Wij kijken met vertrouwen naar de toekomst!

Bestuur Stichting Borderline, april 2024