



Arkin *Plus*

Jaarverslag 2024



Hans Nusselder, Wieke Nolet, Joseff Iping, Marijke Lans, Udo Nabitz

Samenvatting in cijfers

Het vijfde jaar met de vierde ArkinPlus bijeenkomst in de Keizersgrachtkerk ou(KGK) was wederom succesvol. In 2024 hadden we weer een druk jaar met een reeks nieuwe activiteiten. Hier de belangrijkste cijfermatige resultaten:

- Aantal leden van ArkinPlus: op 31 december 2024 telde de ledenadministratie 200 leden: een groei van 35 leden in 2024.
- Aantal deelnemers in de KGK: op 17 oktober 2024 waren er 52 leden bij de vierde bijeenkomst en 32 leden hadden een bericht van verhindering gemaild.
- Aantal websitegebruikers: per kwartaal wordt de website door gemiddeld 120 nieuwe gebruikers geraadpleegd. In totaal wordt de website 300 – 400 keer geraadpleegd per kwartaal.
- Aantal Nieuwsbrieven: er werden 3 digitale nieuwsbrieven van elk 10 pagina's naar de leden van ArkinPlus gemaild en gepubliceerd op de website.
- Aantal activiteiten: er is een diversiteit aan activiteiten voor de pensionado's. O.a. museumbezoek, sloeptocht, Stamtafel en de bijeenkomst in de KGK.
- Aantal euro's uitgegeven: voor de onkosten werd 5.000 euro uitgegeven, dat is 20% minder dan begroot.

De activiteiten van 2024 beschrijven we hieronder met foto's en korte toelichtingen. De volgorde is chronologisch gevolgd door een korte slotbeschouwing. In de bijlage geven wij een overzicht van onze werkwijze. De details en de uitvoerige rapportages zijn in de nieuwsbrieven en op de website te vinden: www.arkinplus.nl.

Activiteiten in 2024

a. Wetenschappelijke publicaties (januari 2024)

De pensionado's Marijke Lans, Udo Nabitz en Dick Osseman vierden samen met twee ex-leden van zowel de Raad van Bestuur (RvB) als de Raad van Toezicht (RvT) de wetenschappelijke publicatie over het kwaliteitsbeleid en de fusie van Arkin (zie foto). Deze publicatie laat de kwalitatieve verbeteringen gedurende vijf jaar zien. De auteurs werden voor een etentje uitgenodigd bij restaurant Wildschut in Amsterdam. Naast dit wetenschappelijke artikel hebben Louk van de Post, Hans Nusselder, Jack Dekker, Jaap Peen en Udo Nabitz de resultaten van Dwang en Drang gepubliceerd. Tot op heden zijn bij ons niet alle publicaties van de Arkin pensionado's bekend.



b. Overleg met de RvB (februari 2024)

De werkgroep van ArkinPlus overlegt een keer per jaar met Floor van Dijk van de RvB van Arkin over het jaarverslag, het jaarplan en de financiën. Het overleg met taart was aan de keukentafel bij Hans Nusselder (zie foto).

Floor van Dijk, die als bestuurder zeer positief staat tegenover onze activiteiten, besprak met de werkgroep de jaarlijkse bijeenkomst in de KGK en toonde zich verheugd over de verschillende activiteiten die in de loop van het jaar zijn georganiseerd.

Zij ondersteunt de initiatieven van de werkgroep om in samenwerking met de stafafdeling M&O Arkins (bijna) pensionado's actief te benaderen om zich aan te sluiten bij ArkinPlus. Floor werd ook geïnformeerd over het initiatief om informatiegesprekken te starten met medewerkers die bijna met pensioen gaan.

De werkgroep heeft een goede samenwerking met de afdeling Communicatie, waardoor (ex-)medewerkers ArkinPlus snel kunnen lokaliseren op de website. Het aantal aanmeldingen neemt toe. Er zijn nu ongeveer 200 leden. Zij waarderen de nieuwsbrief die regelmatig verschijnt.

Tot slot gaf Floor de tip over de tentoonstelling in het H'ART museum over psychiatrie in de Tweede Wereldoorlog. Een groep pensionado's heeft in mei deze boeiende tentoonstelling vervolgens bezocht (zie verderop in het jaarverslag).



c. Stamtafel Freud (april, september, november 2024)

Drie keer kwam een aantal Arkin pensionado's in restaurant Freud bij elkaar om verhalen te delen en op ervaringen te reflecteren. Dan gaat het over de wekelijkse roeitocht naar Ouderkerk, de wandelingen in Amsterdam, de vakanties of het familiebezoek op Gomera. Maar ook de reorganisaties bij Jellinek en Mentrum en de grote fusie van Jellinek, Mentrum en AMC de Meren werden opnieuw bediscussieerd. Er werden mooie herinneringen opgehaald: denk aan de New York City Marathon die door 27 Arkin medewerkers werd gelopen in 2009. De stamtafel is altijd interessant, gezellig en veel te kort.



d. Museum van de Geest in H'ART museum (mei 2024)

Op advies van de RvB werd er een boeiende rondleiding in het Museum van de Geest in het H'ART museum in Amsterdam gegeven over psychiatrie in de Tweede Wereldoorlog. 15 deelnemers (zie foto) namen deel en genoten daarna samen van een zonnige versnapering. De rondleiding werd ons aangeboden door het Museum van de Geest. Het enthousiasme over en de wens naar kleine, persoonlijke en culturele bijeenkomsten met ex-collega's is groot.



e. Kleuren van Arkin (juli 2024)

Voor de uitgave van het rapport 'De Kleuren van Arkin' werden Marijke Lans en Hans Nusselder geïnterviewd over het thema Diversiteit en Inclusie. Ook na het pensioen voelen veel medewerkers zich nog verbonden met Arkin. Het rapport is voor het vierde jaar op rij gemaakt en bevat verhalen over Diversiteit en Inclusie vanuit de gehele organisatie (zie foto). Zo ook leeftijdsbewust beleid. Je leest mooie interviews met betrokken collega's die zich inzetten voor dit thema. Van een diversiteitsfeest bij Inforsa tot het nieuw opgerichte Jong Arkin en van Herstelwerkt tot neurodiversiteit.



f. Halfjaarlijkse evaluatie (augustus 2024)

Naast de maandelijkse werkgroep overleggen via Zoom werd in de zomer een tussentijdse evaluatie van de ArkinPlus werkgroep gehouden. De binnentuin van het H'ART museum biedt een mooie, centrale setting voor dit evaluatiemoment. Op de foto zijn van links naar rechts Hans Nusselder, Wieke Nolet, Joseff Iping, Marijke Lans en Udo Nabitz te zien.

Er werd geconstateerd dat er veel werkzaamheden worden verricht door de werkgroep leden. De nieuwbrief vraagt constante energie en overleg. De processen om tot resultaten te komen zijn echter goed gereguleerd en de opgedane ervaring werpt direct vruchten af.

De werkgroep heeft een proactieve attitude ten aanzien van de samenwerking van ArkinPlus met de Arkin-afdelingen: Communicatie, M&O en Crediteuren. Dat werkt plezierig.

Gezamenlijk wordt geconcludeerd dat we onze werkzaamheden goed moeten doseren en verdelen, en we gaan werven voor aanvullende ondersteuning van meerdere actieve pensionado's. Nu is de werkgroep verantwoordelijk voor de inhoud en organisatie van grote en kleine activiteiten die door de deelnemers wordt toegejuicht.



g. Sloeptocht (augustus 2024)

Met de sloep van de Kliniek op de Eerste Constantijn Huygensstraat werd bij mooi weer een uitgebreide tocht door de Amsterdamse grachten gemaakt. Ervaren schipper Rick van Harten vertelde vele wetenswaardige anekdotes. Verschillende locaties van Arkin waren vanaf het water langs de route te zien. Als ArkinPlussers voeren we tijdens deze drie uur durende vaartocht natuurlijk langs bekende locaties, zoals de methadon verstrekking unit op de Keizersgracht en het AIAR-kantoor van Jellinek op de Keizersgracht 818. Het bezorgde de zeven deelnemers een ontspannen tocht vol herinneringen.



h. Vierde KGK-bijeenkomst (oktober 2024)

De jaarlijkse bijeenkomst van (bijna-) pensionado's in de KGK met het motto 'Heden, verleden en toekomst' trok 55 deelnemers. Nota bene meer dan 20 leden van ArkinPlus hadden zich afgemeld en vonden het jammer dat ze er niet bij konden zijn. De gastspreker was Dorly Deeg, emeritus hoogleraar aan de Vrije Universiteit van Amsterdam. Zij hield een lezing met als titel 'Oud worden is steeds normaler', gebaseerd op 25 jaar LASA onderzoek bij oudere Amsterdammers.

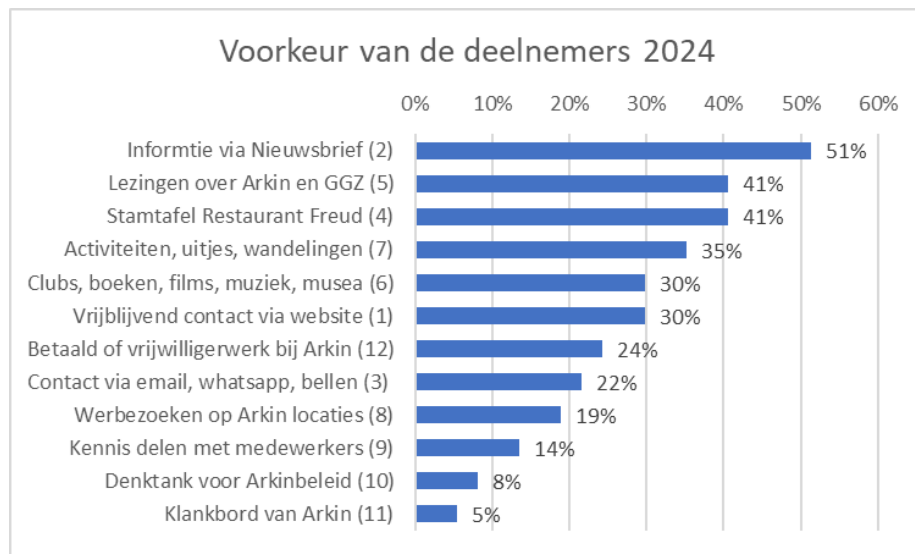
Daarna waren er verhalen van de oud-medewerkers Lodewijk van Grasstek, Leonoor Hermanides en Jan Drost. Oral history was dan ook het thema van het tweede gedeelte met presentaties en een interview. Ook werd een bevlogen toelichting gegeven over de rol en de belangen van de verpleegkundige in het Arkin van nu. Tenslotte was er een swingende bijdrage van Joseff Iping en de band GustaGroove van oud-verpleegkundige Gust de Wit.

Onze fotograaf Pim Duurkoop heeft een hele serie foto's gemaakt die op de website beschikbaar zijn. Voor dit jaarverslag zijn de twee onderstaande foto's geselecteerd.



i. Evaluatie in Arti et Amicitiae (november 2024)

Na de grote inspanning voor de organisatie van het jaarlijkse symposium in de KGK komen de leden van de werkgroep van ArkinPlus bij Arti 'live' bij elkaar. De rode draad voor de evaluatie zijn de bevindingen van de gehouden enquête. Van alle deelnemers aan de KGK-bijeenkomst heeft 88 procent hun waardering in de enquête afgegeven. De reacties zijn ook dit jaar ronduit positief. De rapportcijfers zijn hoog: voor inhoud een 8, voor vorm een 8 en voor sfeer een 9. De deelnemers pleiten unaniem voor voortzetting van de jaarlijkse KGK-bijeenkomsten. De drie topprioriteiten voor ArkinPlus 2025 zijn 1) Nieuwsbrief, 2) Lezingen en 3) Stamtafel. De resultaten van de enquête zijn op de website in te zien.



j. Vitaal Leven van Arkin (december 2024)

De cursus 'Vitaal leven boven de 60' is een mooie mix van kennisdelen, coaching, uitwisseling en reflectie. De thema's zijn: Kans of zwart gat, Gezond en fit, Verlies en herstel, Gedachten en emoties, Zingeving en Dromen. Het zijn onderwerpen die ook op het internet en in boeken worden behandeld maar het is heel anders als je in een groep (zie foto) je eigen ervaringen, meningen en kennis over die thema's deelt. Udo Nabitz heeft deelgenomen en kan de cursus aanbevelen voor (bijna) pensionado's van Arkin.



Slotbeschouwing

Als werkgroep kijken we tevreden terug op 2024. Het is gelukt om als groep goed te functioneren, we hebben activiteiten geïnitieerd en het pensionado netwerk van Arkin verder uitgebouwd. De resultaten van de enquête na de 4e KGK-bijeenkomst bevestigen dat beeld. Het motto voor ArkinPlus: “Maak er een traditie van” werd weer waargemaakt.

Ons enthousiasme hopen we via de nieuwsbrief, de website, de activiteiten en de mond-tot-mondreclame te kunnen delen met onze leden. Jaarlijks gaan zo’n 50 medewerkers van Arkin met pensioen. Ruim voor hun laatste werkdag worden zij met een flyer van ArkinPlus geïnformeerd en uitgenodigd om zich aan te sluiten bij ArkinPlus. Daarvoor is de samenwerking met M&O en het persoonlijke contact heel belangrijk.

We danken Arkin en de oud-collega’s, want de steun van de RvB en de afdelingen van Arkin stellen ons in staat om de activiteiten voort te zetten en uit te breiden. Als werkgroep ArkinPlus zijn wij gemotiveerd om ook in 2025 geëngageerd aan de slag te gaan.

Redactie: Marijke Lans Udo Nabitz

Werkgroep: Wieke Nolet, Hans Nusselder, Joseff Iping

Fotograaf: Pim Duurkoop

Bestand: Jaarverslag ArkinPlus 2024 versie 7

Amsterdam, 28 januari 2025

Bijlage: Werkwijze

a. Ledenadministratie

De administratie van 202 geregistreerde leden wordt door Wieke Nolet nauwlettend beheerd. Het is de ruggengraat van ArkinPlus. De gegevens worden conform het Privacyreglement veilig opgeslagen en bewaard. Uitnodigingen, contacten en de verzending van de nieuwsbrief gaan altijd via de ledenadministratie in samenwerking met Communicatie. Wanneer bekend is dat mensen met pensioen gaan worden zij door Wieke Nolet persoonlijk benaderd, attent gemaakt op het bestaan van ArkinPlus en na inschrijving wordt hen het boek Gewonnen Jaren van Dorly Deeg aangeboden. Bij persoonlijke bijzondere gebeurtenissen worden soms ansichtkaarten en/of een bloemetje opgestuurd.

b. Maandelijks Zoomoverleg

Het kernstuk van ArkinPlus zijn de maandelijkse Zoom-overleggen met roulerend voorzitterschap, een schrijver en een timekeeper. Meestal is 30 minuten niet genoeg om de 5 tot 10 agendapunten te doorlopen, stappen te bepalen, beleid uit te zetten en te evalueren. We kwamen bijna 20 keer bij elkaar en waren bijna altijd compleet. Naast de directe persoonlijke contacten en de vele e-mails zijn de Zoom-overleggen belangrijk voor de werkgroep van ArkinPlus.

c. Nieuwsbrieven 5, 6 en 7

Uit de enquête onder de pensionado's komt dit jaar als de belangrijkste wens de nieuwsbrief naar voren met daarin ook columns van pensionado's zoals in nr. 7 het Internationale Jellinekproject van Wim Buisman. De nieuwsbrief werd door Communicatie opgemaakt in Laposta. Pensionado Elmy van Not heeft deze taak onlangs overgenomen. De nieuwsbrief wordt vervolgens met Wieke Nolet in samenwerking met de afdeling Communicatie naar alle 200 leden van ArkinPlus gemaild en op de website geplaatst. Daarna constateren we altijd een piek in de statistieken van de bezoeken aan de website. De onderwerpen in de nieuwsbrief zijn gevarieerd: o.a. terugblikken, nieuwe plannen voor activiteiten en tips voor pensionado's. De redactie wordt gevoerd door Marijke Lans en Udo Nabitz. De foto's komen met name van Pim Duurkoop.

d. Website ArkinPlus

De statistieken van de ArkinPlus website laten zien dat er 120 nieuwe bezoekers per kwartaal op de website komen. In totaal zijn het tussen de 300 en 400 bezoekers per kwartaal, dat wil zeggen 100 per maand. De pieken in de statistieken wijzen op mailingen die naar de ArkinPlus leden gingen (zie afbeelding hieronder).



e. Financiële cijfers 2024

De werkgroep – allemaal vrijwilligers – ging zorgvuldig om met het jaarbudget van 7.000 euro. Er werd minder besteed dan begroot. De grootste kostenpost met 3.500 euro was de bijeenkomst in de KGK op 19 oktober. Samen met de uitgaven voor boeken, werkgroepen, de website, Freud, etc. lopen de uitgaven op tot bijna 5.000 euro. De afhandeling van de declaraties en de facturen van de debiteuren verliep via Elvira Mooi en Mieke Voet. Dat ging snel, coöperatief en correct. Voor de werkgroep hield Udo Nabitz een oog op de financiën.

f. Extern contact: Stichting Mentorschap Amsterdam

Wieke Nolet en Marijke Lans, twee leden van de werkgroep ArkinPlus, hadden enige tijd geleden een gesprek met Jan Schans, directeur van Mentorschap Amsterdam over de betekenis van mentorschap en mogelijke raakvlakken met ons als pensionado's in de ggz. Jan Schans en een van de mentoren hebben uitgelegd wat mentorschap op vrijwillige basis te bieden heeft. Nadat je gepensioneerd bent, kun je met al je professionele ervaring nog steeds bijdragen aan het welzijn van kwetsbare mensen. Stichting Mentorschap Amsterdam biedt een mooie kans om als vrijwilliger mentor te worden. Een mentor fungeert als belangenbehartiger en biedt begeleiding en ondersteuning waar een cliënt dat zelf niet meer kan. Je bent gesprekspartner voor zorgverleners, hebt toegang tot het zorgdossier en indien nodig neem je beslissingen in het belang van de cliënt. Een oproep om vrijwilliger te worden werd gedaan in de nieuwsbrief nr. 7.

g. M&O Overleg

Met de afdeling M&O was er regelmatig overleg. Peter Fleijman, Hans Nusselder en andere leden van de werkgroep kwamen bij elkaar om zaken af te stemmen. Voor ArkinPlus is het belangrijk om proactief in contact te kunnen komen met (bijna) pensionado's. Hierin is een vervolgstap gezet in 2024. Bespreekpunten gaan ook over meer aandacht voor met pensioen gaan bij Arkin en over de vindbaarheid van ArkinPlus. De vrijwilliger-status van de leden van de werkgroep werd geregeld. Een eerste opzet voor het pilotproject Informatieve Interviews (exit interviews) in samenwerking met M&O werd gestart. In 2025 vindt mogelijk gezamenlijk verdere uitwerking plaats. Mooi nieuws: er is gebleken dat de flyer van ArkinPlus doorgaans zijn weg vindt naar nieuwe pensionado's.