

Jaaroverzicht 2025

Samen werken aan zelfregie

Het Zelfregiecentrum Nijmegen helpt mensen om meer **grip** op hun leven te krijgen. Dat doen we door ontmoeting, training, coaching en lotgenotencontact.

Ook geven we gastlessen en workshops over leven met een beperking of kwetsbaarheid. Vanuit ervaringsdeskundigheid zetten we ons in voor inclusie, de Wmo, toegankelijkheid, wonen, vervoer en participatie.



Wandelgroepen kregen steeds meer deelnemers

Ontmoeting

In 2025 namen 553 bezoekers deel aan **ontmoetingsactiviteiten**. Bezoekers kwamen naar de open inloop, wandelgroepen, sportactiviteiten, creatieve en muzikale groepen, kookactiviteiten en de Zomervitaminen. Het pannenkoekencafé en de wekelijkse tostilunch waren zeer populair.

De Oefentuin

De **Oefentuin** is een veilige plek waar deelnemers stap voor stap kunnen groeien. Zij werken onder coaching en begeleiding aan meer zelfkennis, zelfvertrouwen en zelfherstel. Naast deelname aan de activiteiten kunnen zij ook vrijwilligersrollen vervullen, zoals gastheer, receptionist of begeleider van een activiteit.

In 2025 is door alle betrokkenen hard gewerkt aan het uitwerken en verfijnen van de methodiek van de Oefentuin. In 2026 zal deze een prominente plaats krijgen binnen onze activiteiten.

Ervaringsdeskundigheid

We blijven ijveren voor de inzet van **ervaringsdeskundigen** naast professionals. We verzorgden presentaties voor onder meer buurtteams, werkten samen met de HAN en namen deel aan regionale netwerken om ervaringsdeskundigheid verder te versterken.

Wmo Denktank

De Wmo-Denktank komt op voor de gezamenlijke belangen van mensen die gebruikmaken van Wmo-voorzieningen of andere ondersteuning.

Met het oog op de **verkiezingen** voor de gemeenteraad bespraken we de programma's van de politieke partijen. Vanuit het VN-Verdrag Handicap kozen we drie rechten: het recht op gelijke behandeling, het recht op vrijheid en veiligheid en het recht op goede zorg. We maakten op basis hiervan ons eigen programma met actiepunten. De Denktank dacht verder mee over de aanbesteding van Wmo-hulpmiddelen.

Medewerkers en vrijwilligers

In 2025 waren 135 **vrijwilligers** actief bij het Zelfregiecentrum. Daarnaast werkten er zeven **medewerkers** via het Werkbedrijf en tien medewerkers in dienst (6,11 fte).

Ook liepen verschillende **studenten** stage, onder andere vanuit de opleidingen Vaktherapie Beeldend, Vaktherapie Muziek en Social Work. Twee medewerkers volgen een opleiding tot ervaringsdeskundige aan de Sterkplaats van de HAN.

Training en coaching

In 2025 volgden 80 mensen een **training** of **workshop** bij het Zelfregiecentrum Nijmegen, zoals Jezelf Presenteren, Levend Verlies of de workshop Neurodiversiteit.

Coaching bleef een belangrijk onderdeel van ons aanbod. In totaal kregen 127 mensen persoonlijke begeleiding. Vooral de vraag naar loopbaancoaching en ondersteuning bij verlies en rouw nam toe.

Toegankelijkheid

We gaven advies aan onder meer het Radboudumc, filmfestival Go Short en de Vierdaagsefeesten over **toegankelijkheid**. We deden onderzoeken naar de toegankelijkheid van publieke voorzieningen zoals winkels, stembureaus en het stationsgebied. Ook verzorgden we trainingen, spreekuren en ervaringstochten voor professionals en gemeenteambtenaren.

De petitie voor behoud van de **hellingbaan** op station Nijmegen werd 2000 keer ondertekend. We werkten mee aan de actualisatie van het Handboek Nijmegen Toegankelijk en organiseerden bijeenkomsten over begrijpelijke taal en sociale toegankelijkheid voor mensen met een onzichtbare beperking.

Inclusie

We leverden een actieve bijdrage aan het inclusiebeleid van de gemeente Nijmegen. Zo dachten we mee over de nieuwe **uitvoeringsagenda**, namen deel aan werkconferenties en werkgroepen.



Onderling Sterk

Onderling Sterk komt op voor de belangen van mensen met een **licht verstandelijke beperking** en mensen die moeilijk leren. In 2025 gaf OS advies over de inclusienota van de gemeente en telefonische Wmo-indicatie. OS deed mee aan de anti-discriminatiecampagne, de Gezonde Prokkel Op Pad, de werkconferentie over het VN-Verdrag Handicap en de start van het inclusieleernetwerk IN.