

SAMENDOEN

MAGAZINE OVER SAMEN ZORG EN WELZIJN ORGANISEREN

*24 pagina's
inspiratie!*

**De kracht van
wederkerigheid:
meer betekenen
voor elkaar**

IN KLEINE STAPJES NAAR EEN FIJNER LEVEN (VOOR IEDEREEN)

Hoe samen doen ieders leven net wat mooier maakt

Een fijn en betekenisvol leven voor mensen met een verstandelijke beperking is een leven met zorg, welzijn en liefdevolle mensen om je heen. Bij zorgorganisaties Amsta, Cordaan en Ons Tweede Thuis spannen we ons elke dag in om dat waar te maken. We willen nog nadrukkelijker samenwerken met naasten, vrijwilligers en buurtgenoten. Dat verrijkt niet alleen het leven van cliënten, het helpt ons ook om onze zorg in de toekomst te garanderen. Met de vergrijzing, stijgende zorgvraag en personeelstekorten is dat best een uitdaging.



Krachtenbundeling

Met het project 'Samen zorg en welzijn organiseren' hebben we de krachten van onze organisaties gebundeld om de volgende lijn uit het landelijk akkoord 'toekomstbestendige gehandicaptenzorg' in te vullen: het stimuleren van het eigen en vrijwilligersnetwerk om een rol te spelen in de zorg en ondersteuning. Financieel ondersteund door zorgverzekeraar Zilveren Kruis zijn we op 20 september 2023 aan de slag gegaan vanuit een duidelijke visie (zie hiernaast).

Van en met elkaar leren

Binnen drie locaties met verschillende soorten cliënten, teams, naasten en woonomgevingen hebben we een jaar lang gekeken hoe we nog meer samen kunnen optrekken. Daarbij hebben we continu aandacht gehad voor het 'van en met elkaar leren'. Hoe werkt iets in de praktijk? Wat vraagt het van alle betrokkenen? Is een idee haalbaar en hoe dan? Elke deelnemende locatie had de vrijheid om het proces vanuit de eigen praktijk vorm te geven. Dat werkte aanstekelijk: steeds meer zorgprofessionals, naasten, vrijwilligers en buurtgenoten haakten aan.

Inspiratie voor iedereen

Dit inspiratiemagazine geeft je een indruk van al onze ervaringen. Wat hebben zorgprofessionals en naasten geleerd op de locaties De Marius Meijboom (*Ons Tweede Huis*), Schinkelhoek (*Amsta*) en Parkhof (*Cordaan*)? Al met al was het een breed gedragen zoektocht waarin de grootste vooruitgang in de kleinste stapjes zat.

Elkaar leren kennen is belangrijk

We kwamen erachter dat het begint met elkaar leren kennen als mens. Weet je bijvoorbeeld waar iemand enthousiast van wordt, dan kun je diegene ook makkelijker vragen. Verder ontdekten we dat je door activiteiten buiten te doen, beter zichtbaar bent voor de buurt. Stuk voor stuk mooie stappen op weg naar een verdere samenwerking.

Op weg naar verdere samenwerking

We hopen dat onze verhalen ook andere locaties inspireren om de stap naar samen te maken. Wij wensen iedereen alvast veel lef en inspiratie toe. Prettige gedachte: jullie inspanningen lonen sowieso, want van samen doen wordt ieders leven net wat mooier.

Namens het projectteam,

*Mark Hiddema, Anne-Marie Jansen, Manuelle Moens,
Dorien Konst, Karin Dorissen en Femke Bekker*



De visie achter het project 'Samen zorg en welzijn organiseren'

“Wij streven naar een gelijkwaardig samenspel tussen mensen met een beperking, naasten, buurtgenoten, vrijwilligers en zorgprofessionals. Iedereen draagt naar vermogen bij aan een fijn en betekenisvol leven met: een prettige woonomgeving, een netwerk met mensen die van je houden en waarmee je gelukkige momenten beleeft, kwaliteit van leven/welzijn en goede zorg. Samen vormen we een team en maken we van de woonomgeving een gezamenlijke leefomgeving.”

Samen zorg en welzijn organiseren



Versterkt
het welzijn
van iedereen
(het hele
systeem)



Cliënt

Technologie en hulpmiddelen

Naasten/Familie

Vrijwilligers/Buurt

Professionals

Iedereen
draagt bij naar
vermogen



Professional

Goed, leuk en
betekenisvol
(samen)werken



Fijn en betek

Fijn leven:
wat heeft deze
cliënt nodig en
hoe doen we
het samen?

Cli

Betekenisvol
bijdragen aan
leven cliënt



Vrijwilligers/Buurt

Betekenisvol
onderdeel zijn
van leven
cliënt



Naasten/Familie

enischvol leven



ënt

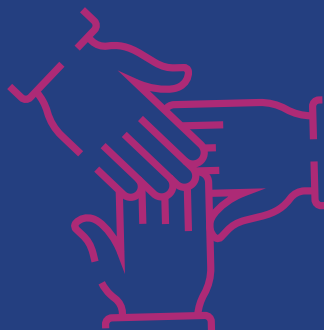
Leren met en
van elkaar



Waarderen
wat er al is
en daar op
aansluiten



Iedereen doet
mee; ieders
perspectief doet
ertoe en is
belangrijk



Inspiratiebijeenkomsten:

van elkaar leren en elkaar inspireren

Elke drie maanden organiseerde de projectgroep 'Samen zorg en welzijn organiseren' een bijeenkomst voor iedereen die vanuit de verschillende organisaties bij het project betrokken is. Medewerkers, naasten, cliëntenraadsleden en vrijwilligers(coördinatoren) – ze deden allemaal mee.

'Vooruitlopers' inspireerden de deelnemers met praktijkvoorbeelden. Daarnaast leerden ze met en van elkaar door dilemma's op elke locatie te bespreken. Iedereen deelde persoonlijke verhalen en valkuilen, wat de sfeer bij de bijeenkomsten open en vrij maakte. Door de bijeenkomsten bleef het thema en project onder de aandacht bij iedereen. Leuke bijkomstigheid: steeds meer mensen werden nieuwsgierig en haakten aan.



Inspiratiesessie 1: waar gaat het over?

Deze sessie vormde het startpunt voor alle locaties. Projectleider Karin Dorissen had op basis van startinterviews een eerste visieplaat gemaakt: wat willen we bereiken? Iedereen vulde de plaat aan. Zo ontstond een gezamenlijk beeld. Verder stonden deelnemers stil bij verschillende vragen. Wat verstaan we onder 'Samen zorg en welzijn organiseren'? Waarom moeten we hiermee aan de slag? En waar zitten de zorgen? Per locatie bespraken groepjes de stand van zaken nu – wat hebben we al bereikt? – en het uiteindelijke doel. Ook bedachten de groepjes wat het eerste vervolgstapje zou zijn.

Inspiratiesessie 2: anders kijken, anders doen

Tijdens de tweede sessie kwam de inspiratie van kunstenaar en social designer Sjaak Langenberg. Hij bedenkt samen met zorgmedewerkers nieuwe manieren om mensen elkaar te laten ontmoeten. Hij liet vernieuwende praktijkvoorbeelden zien: een houtwerkplaats bij zorgorganisatie Reinaerde en een sociale sportschool waar ouderen en jongeren met elkaar sporten. Deelnemers gingen ook zelf aan de slag: hoe kunnen zij hun eigen inspiratie en talenten inzetten? Ander hoogtepunt van



de tweede sessie: de locatiemanagers deelden trots de eerste stappen die ze met hun team, naasten en vrijwilligers hadden gezet.

Inspiratiesessie 3: haakjes in de wijk

De derde keer namen Ewald Swinkels en Eline Swart van Philadelphia ons mee in de wereld van communitybuilding: hoe vind je haakjes in de wijk? Hun advies: ga naar buiten en werk vanuit wat bewoners blij maakt en waar hun talent ligt. Peter Bakker van Philadelphia en Renske Stienstra van Amsta vertelden over de wijksafari's bij Amsta-locatie De Admiraal. Zij lieten zien hoe de wereld van de cliënten groter werd door aan te sluiten bij wat er in de wijk is. Verder was er ruimte voor intervisie. Welke vragen hielden de locatiemanagers nu bezig? Bijvoorbeeld: hoe vinden we vrijwilligers die langer blijven? Verschillende groepjes dachten erover na en gaven elkaar tips.

Inspiratiesessie 4: dilemma's in samenwerking

Welke dilemma's spelen er vanuit bewoners, naasten, vrijwilligers en professionals in de samenwerking? Hoe kun je die met elkaar bespreken, zodat de verbinding sterker wordt? Onder leiding van Sandra Hopkins gingen deelnemers hiermee aan de slag. Dilemma's uit de praktijk werden gedeeld. Filmpjes gaven inzicht in hoe vaak we dingen invullen voor anderen in plaats van ernaar te vragen. Belangrijk bleek ook: spreek je verwachtingen uit en kijk naar je eigen rol en normen en waarden. We sloten de sessie af met: wat ga je morgen anders doen?



Begeleider Lisa en ouder Geraldine van Schinkelhoek:

“Het is juist leuk om het samen te doen”



Hoe kunnen zorgprofessionals, naasten, vrijwilligers en buurtgenoten nog meer samenwerken? Al bijna een jaar werken ze eraan op Amsta-locatie Schinkelhoek. Welke stappen hebben ze ondernomen? En wat zijn hun ervaringen? Begeleider Lisa Ypinga en ouder Geraldine Raap vertellen.

De interne projectgroep begon het jaar goed. Lisa: “Om teamleden en naasten enthousiast te krijgen, hebben we tijdens een nieuwjaarsborrel verteld over het project ‘Samen zorg en welzijn organiseren’. Toen we vroegen wat iedereen leuk vond om te doen, stelden twee moeders meteen voor om een avond te koken. En zo volgden er meer activiteiten.”

Hoogtepunt vormde de clean-updag: “De naasten maakten de kamer van hun kind schoon, terwijl vrijwilligers leuke dingen met de bewoners deden. Ze kregen een lunch toe. Dat ging heel mooi samen.”

Groepsapp

‘Nieuw’ communicatiemiddel met naasten vormt de groepsapp. Die is er niet alleen om foto’s te delen, maar ook om met elkaar in contact te blijven.

Geraldine: “We zijn daarin nog zoekende. Zo vroeg ik naasten om te komen wandelen op een bepaalde dag en tijd. Toen bleef het stil. Uiteindelijk kwamen er toch verschillende ouders opdaven. Blijkbaar moet je het aan het moment overlaten.”

Anders denken

Behalve concrete activiteiten leidde het project ook tot een andere denkwijze. Lisa: “Vroeger zeiden we bij een jarige: ‘Gaat de buddy met de bewoner op stap of doen wij dat?’ Maar het blijkt juist leuk om dat samen te doen. Dat heeft zoveel waarde voor die bewoner. Of neem die keer dat we de bezetting niet rondkregen. Vroeger durfden we naasten niet te vragen, nu wel. Met resultaat.”

Uit je groef komen

Het project zette ook Geraldine aan het denken: “Ik kom altijd met plezier hier en toch ben ik nog steeds op bezoek. Thuis is mijn dochter van mij, hier is ze van Schinkelhoek. Wat dat betreft zit ik in een soort van groef. Dit project nodigt uit om dat comfortabele denken los te laten.”

Lisa benadrukt dat het verhaal hier twee zijden kent. “Ik kwam erachter dat naasten soms niet eens weten wat zij voor hun kind mogen doen. Als begeleiders hebben we zoveel overgenomen. Het is fijn dat we nu kleine stukjes aan hen teruggeven door meer samen te doen. Dat begint wel met elkaar kennen. Met een ouder die zichtbaar is, loopt het contact soepeler.”



Vrijwilligers en netwerk

Behalve naasten richtte de projectgroep zich ook op vrijwilligers. Lisa: “Zonder goede opvang ben je zo kwijt. Ook hier zijn we anders gaan denken: een vrijwilliger goed opvangen kost tijd, maar levert ook op. Nu koppelen we een vaste begeleider aan een vrijwilliger.”

Breng het netwerk in kaart

Ondertussen bouwt het projectteam gestaag verder. “We zijn bezig met het project Samen Rijk, waarmee we het netwerk van bewoners in kaart brengen. Als begeleiders zien we vooral de directe naasten, niet de andere familieleden. Mogelijk kunnen we ook met hen voor een fijn en betekenisvol leven zorgen.”

Geraldine is blij dat het project nog even doorloopt, maar maakt zich ook zorgen: “Na een jaar stopt de subsidie, maar we zijn nog lang niet klaar om het op eigen kracht te doen. Ik hoop dat er een oplossing komt, want we hebben elkaar hard nodig.”

10x INSPIRATIE

om samen te doen

**Start vanuit je hart:
wat is jouw inspiratie?**



Wil je als team meer samenwerken met familie, vrienden, kennissen en anderen in het netwerk? Een mooie oefening is om te starten met de vraag:

“Waarom wil jij bijdragen aan sterke netwerken rondom de cliënt?”

Praat hier tijdens het teamoverleg over in groepjes van drie. Iedereen krijgt vier minuten per persoon.

Anderen mogen dan alleen luisteren.

Ontdek hoeveel inspiratie dit oplevert.

**Meer contact tussen
naaste en vrijwilliger**



Wist jij dat naasten en vrijwilligers het leuk vinden om elkaar te leren kennen? Als belangrijk onderdeel in het leven van cliënten kunnen ze elkaar inspireren. Organiseer daarom eens een activiteit voor hen.

DOE EEN CLEAN-UPDAG!

Naasten van de cliënt geven de kamers van hun verwanten een extra schoonmaakbeurt, terwijl vrijwilligers met bewoners gaan wandelen. Op Amsta-locatie Schinkelhoek was het een succes.



Wederkerigheid: meer betekenen voor elkaar

Iedereen is van waarde voor een ander. Zo hebben ze bij De Marius Meijboom een wandelclub opgericht. Wijkbewoners die wekelijks lekker buiten willen bewegen, wandelen met cliënten in een rolstoel.



Geluksmomenten delen

Niets leuker dan kleine geluksmomenten delen. Verras naasten met leuke foto's op bijvoorbeeld Familienet. En nodig ook hen uit om foto's van thuis te delen, bijvoorbeeld in een appgroep voor naasten. Zo ben je meer verbonden met elkaars leven.

Ingrid Leijen, De Marius Meijboom:

Wie waarde hecht aan kiezels, ziet overal schatten

Alle kleine stappen doen ertoe en dragen bij aan meer samen doen.



10x INSPIRATIE

om samen te doen

Tessa Siepe, begeleider/expert

De Marius Meijboom (Ons Tweede Thuis):

“Het is een
proces van
continu
ontwikkelen



Zo voelt iedereen zich thuis

Maak afspraken over hoe je als verwanten en begeleiders met elkaar om wilt gaan. Op Amsta-locatie Schinkelhoek zijn er twee welkomstkaartjes voor verwanten en medewerkers.

Aandacht voor het Kleine Geluk

Elkaar ontmoeten van mens tot mens. Je zintuigen gebruiken om anders contact te maken. Bij De Marius Meijboom maken ze tijdens de dagelijkse routines tijd voor het Kleine Geluk.





Hulp uit (on)verwachte hoek

Deel alle activiteiten uitbundig via flyers, appgroep en/of sociale media. Het kan zomaar zijn dat je hulp uit onverwachte hoek krijgt. Dat kan een broer, zus, oom of tante zijn, maar ook een oud-collega of een naaste van een vroegere cliënt. Als je leuke dingen om te doen organiseert én deelt, kun je samen genieten.



SAMEN DROMEN, SAMEN DOEN

Wat zijn wensen van cliënten en naasten voor een fijn leven? En hoe kunnen we dat samen voor elkaar krijgen? Haal hun dromen op, bijvoorbeeld tijdens een nieuwjaarsborrel. Op Amsta-locatie Schinkelhoek leverde dat deze wensen op.



*Locatiemanager Efilay Eraslan en
ervaringsdeskundige Leontien Sauerwein:*

“Het is stapje voor stapje leren omdenken”

W “We hebben een gezamenlijk doel. De zorg wil goede zorg en welzijn voor bewoners. En naasten willen dat ook. Hoe mooi is het als we dat samen doen?”

Vanuit die gedachte zijn ze op Cordaan-locatie Parkhof aan de slag gegaan. Locatiemanager Efilay Eraslan en ervaringsdeskundige Leontien Sauerwein vertellen over de vorderingen.

Efilay en Leontien startten met drie bijeenkomsten: één voor medewerkers, één voor naasten en één voor beide groepen. Hoofdvraag: als we beter willen samenwerken, waar liggen de kansen en zorgen dan? Leontien: “Mooi was dat iedereen, van naaste tot medewerker, kansen zag voor betere zorg en welzijn voor bewoners.”

Concrete taken

Efilay zegt over de bijeenkomsten: “Naasten wilden graag concreet weten wat ze kunnen doen. Daar hebben we samen over nagedacht. Alle ideeën hebben we in vier groepen ingedeeld: leuke dingen organiseren, bijdragen aan het gebouw, zorgtaken en relatie versterken. Met de ideeën gaan de persoonlijk begeleiders aan de slag. Welke afdeling pakt wat op?”

Behalve kansen zagen medewerkers en naasten ook zorgen. Leontien: “Neem de ouders van oudere cliënten. Die zijn vaak al op leeftijd. Moeten zij dan nog meer doen? Bij zorgmedewerkers en ouders is de kwaliteit van zorg een thema. Hoe bewaak je die als meer mensen van buiten binnenkomen? En als anderen alle leuke taken doen, wat blijft er dan voor medewerkers over?”

Omdenken

Volgens Efilay is er geen pasklaar antwoord op deze vragen. “Zo’n visieverandering is voor iedereen spannend. Het is stapje voor stapje leren omdenken door telkens iets positiefs mee te maken en een andere blik te krijgen.” Leontien noemt de tuincommissie als positief voorbeeld: “Een groep ouders is gewoon aan de slag gegaan met de tuin.” Efilay voegt toe: “Ouders helpen vaker met koken en feestjes. Gevolg: bewoners zijn trots én je verbindt hun thuiswereld met de wereld waarin ze wonen.”

Om beter samen te werken, is het volgens Leontien belangrijk dat naasten en medewerkers elkaar en elkaars behoefte kennen: “Wanneer je als naaste een begeleider echt kent, begrijp je beter waarom diegene iets wel of



niet doet. Andersom werkt het ook: als een begeleider weet waar naasten echt enthousiast van worden, kun je veel meer op hen rekenen.”

Feest

De kennismaking tussen naasten en zorgmedewerkers heeft volgens Efilay een mooi neveneffect: “Bij families was er ook de behoefte om elkaar te leren kennen. Ze ontmoetten elkaar wel tijdens feestjes, maar gingen niet echt met elkaar in gesprek.”

Hoe nu verder? Efilay: “Het is een traject van de lange adem. Ondertussen vieren we de kleine succesjes met feest en samen eten. Grote winst vind ik alvast dat de relatie tussen medewerkers en naasten verbeterd is.”

Inzet van ervaringsdeskundigheid

Efilay is blij met de ondersteuning die ze kreeg van Leontien. “Zij is projectmanager bij Cordaan en heeft zelf een dochter met een verstandelijke beperking en autisme. Behalve dat zij veel van procesondersteuning weet, begrijpt zij ook de familie goed.” Leontien vult aan: “Door mijn dubbelrol is het makkelijker om een brug te slaan tussen zorg en naasten. Ik weet wat er speelt in de zorg en weet hoe het voelt om ouder van een kind met beperkingen te zijn.”

Zo begin je met ‘Samen zorg en welzijn organiseren’

Een simpele handleiding voor leidinggevenden en kartrekkers



1 Begin vanuit je hart

Waarom wil jij graag bijdragen aan een sterke samenwerking met naasten, vrijwilligers en de buurt? Welke ervaring heb jij als naaste, buurtgenoot of vrijwilliger voor iemand die zorg nodig heeft? Wat maakte die ervaring waardevol of uitdagend? Ga op zoek naar jouw motivatie en die van je collega's.

2 Neem het voortouw

Maak de samenwerking met naasten, vrijwilligers en de buurt prioriteit in het team. Zorg voor tijd en ruimte en inspireer teamleden met filmpjes, verhalen, locatie-bezoeken en deelname aan symposia.

3 Weet waar je team staat

Teamleden hebben overtuigingen over: samenwerking met naasten, vrijwilligers en wat 'goede zorg' is. Gebruik dit als startpunt. Onderzoek met elkaar waarom samenwerken met mensen dichtbij belangrijk is en wat iedereen inspireert. Check ook of er zorgen leven. Waar staat jouw team? En wat is een eerste stap?

“Het is altijd maatwerk: ieder team heeft een ander startpunt.”

Anna Riemersma, programmamanager informele zorg (Cordaan)

4 Houd het doel voor ogen

Veel organisaties hebben een toekomstvisie rondom samenwerken met het netwerk. Als leidinggevende bouw je de brug tussen waar het team nu staat en deze visie. Houd daarbij het doel voor ogen. Voor wie doe je dit en wat is passend? Draagt dit bij aan een sterker netwerk en een fijner en betekenisvoller leven voor de cliënt? Vaak moet je dan even omdenken.

5 Werk samen met heel de organisatie

Zorg- en welzijnsmedewerkers, vrijwilligerscoördinatoren, behandelaren, gedragsdeskundigen, ondersteunende afdelingen en facilitair medewerkers... Het optrekken met naasten, vrijwilligers en de buurt is van ons allemaal.

6 Doe het samen met een bevlogen kartrekker of kernteam

Je kunt de kar niet alleen trekken. Betrek een begeleider of kleine kerngroep. In ieder team is wel iemand enthousiast over dit onderwerp. Zet de talenten van de kartrekker in om met het team tot ideeën te komen en collega's te enthousiasmeren. Vraag ook ouders en vrijwilligerscoördinatoren bij een kernteam.



7 Het start met contact: maak het leuk

Investeer in het contact met naasten, vrijwilligers en de buurt. Organiseer gezellige bijeenkomsten en leuke activiteiten, en deel foto's via Familienet of groepsapp. Ga van hieruit in gesprek. Hoe kunnen we vanuit ieders ervaring, talent en behoefte samen voor een fijn en betekenisvol leven zorgen?

8 Besteed tijd en aandacht aan samenwerking

Samenwerken vraagt tijd, aandacht en ritme. Bekijk regelmatig met het kernteam waar je staat en wat een vervolgstap kan zijn. Maak 'samen doen' onderdeel van het dagelijks werk en van je overleggen. Faciliteer je mensen ook daarin.

“Doordat we maandelijks bij elkaar kwamen, verwaterde het niet.”

Lisa Ypinga, persoonlijk begeleider Schinkelhoek (Amsta)

9 Wees trots op ieder stapje

Een sterkere samenwerking ontstaat alleen in stapjes. Vier daarom ieder succesje. En realiseer je: dingen die mislukken, helpen ons om vervolgstappen te zetten.

10 Vraag hulp en laat je inspireren

Zoek steun om met deze verandering aan de slag te gaan. Kies liefst voor iemand buiten je team die met je meedenkt. Mensen die anders denken, kijken en doen, vormen de inspiratie voor jou en je team. Vraag ook ondersteuning van de regiomanager of directeur.

A photograph of two women walking on a paved sidewalk in front of a brick building. The woman on the left is wearing a black long-sleeved shirt and dark jeans, and the woman on the right is wearing a dark blue cardigan over a floral patterned top and blue jeans. They are both smiling and looking at each other. The background shows a brick building with white window frames and some potted plants.

*Begeleider/expert Tessa Siepe
en locatiemanager Ingrid Leijen
van de Marius Meijboom:*

“Zet kleine stappen – het hoeft niet radicaal anders”

Samen doen komt niet alleen ten goede aan de kwaliteit van leven van onze bewoners. Het verrijkt ook het leven van iedereen die met de bewoners optrekt.”

Begeleider/expert Tessa en locatiemanager Ingrid van De Marius Meijboom (Cordaan/Ons Tweede Thuis) vertellen over hun ervaringen met het project ‘Samen zorg en welzijn organiseren’.

“In eerste instantie richtten we ons nog op de wijk. Hoe kunnen we meer buurtgenoten betrekken?”, vertelt Ingrid. “Maar gaandeweg kwamen we erachter dat we onze focus moesten verleggen. Wat is er nu echt nodig om bewoners een rijker leven te bezorgen? En hoe zorgen we ervoor dat anderen makkelijk kunnen instappen?”

Wederkerigheid en zichtbaarheid

Om mensen enthousiast te krijgen, is wederkerigheid belangrijk, weet Ingrid: “Vroeger waren vrijwilligers er vooral voor de bewoners. Nu kijken we hoe ook bewoners betekenisvol kunnen zijn voor de ander. Want niet alleen de bewoners staan centraal, iedereen mag centraal staan.”

Tessa geeft een voorbeeld: “Eerst waren we bezig met losse aanvragen van vrijwilligers die met bewoners wilden wandelen. Nu hebben we een wandelgroep op een vaste avond. In plaats van ‘Kom je helpen?’ hebben we gezegd: ‘Wil je ook meer bewegen? Laat ons die stok achter de deur zijn’. Het werkt om mensen aan te spreken op wat hen beweegt. Sterker nog, door zo’n groepsvorm zien we dat vrijwilligers minder snel afhaken, omdat ze met elkaar optrekken.”

Ook zichtbaarheid speelt een rol. Ingrid: “We kunnen wel zeggen dat de maatschappij niet omkijkt naar mensen met een ernstige meervoudige beperking, maar het is ook belangrijk om te kijken naar je eigen rol. Wij organiseerden bijvoorbeeld alles binnen onze muren.” Tessa: “Door onder andere onze sportdag nu buiten te organiseren, zijn we zichtbaar in de buurt. Buren en hun kinderen komen vanuit eigen interesse in contact met ons – niet omdat wij dat vragen.”

Motivatie

In gesprek met Tessa en Ingrid komt telkens naar voren dat ‘samen doen’ vooral werkt wanneer mensen dat uit eigen motivatie doen. Ingrid: “We zien dat anderen het soms moeilijk vinden om de stap over de drempel te zetten. ‘Doe ik het wel goed?’ Als je je daarvan bewust bent, kun je keuzes maken in hoe je je activiteiten aanbiedt. Zo kunnen anderen makkelijker aansluiten.”

Tip van Tessa: “Naast alle formele gesprekken die we met naasten hebben, is het belangrijk om elkaar meer van mens tot mens te kennen. Ik ben niet alleen ‘de begeleider van’ en de ander is niet alleen ‘de moeder van’. Als je dat ziet, kun je veel meer met elkaar.”

Kleine stappen

Na het eerste projectjaar zijn Ingrid, Tessa en collega’s nog lang niet klaar. “Het vlammetje is hier onderling steeds meer gaan branden, maar het vraagt om een langere adem. Het werkte goed dat Tessa extra uren hiervoor had en we hopen dat die ook blijven.” Tessa: “Door kleine informele momenten en positieve activiteiten heb ik veel mensen kunnen meekrijgen in de beweging. En nu inspireren we elkaar een beetje.”

Of Ingrid en Tessa nog een advies hebben voor collega’s in de zorg? “Zet kleine stappen. Het hoeft niet radicaal anders. Alles wat je doet is goed. Je leert van elke stap – ook als die niet lukt.”

10 tips voor begeleiders

Wat kunnen begeleiders doen om meer samen te werken met naasten, vrijwilligers en de buurt?

1 Zoek het in de kleine dingen

Geruststellende gedachte: je hoeft niet méér te doen, maar gaat je werk 'anders' doen en meer samen. Dat zit 'm in de kleine dingen. Nodig naasten bijvoorbeeld uit om zelf koffie te zetten. Of doe een activiteit buiten, zodat jullie zichtbaar worden in de buurt.

2 Investeer in de relatie

Hoe goed ken jij de naasten en vrijwilligers eigenlijk? Je zult verbaasd zijn wat elkaar kennen oplevert. Wat vindt iemand belangrijk? Waar liggen behoeften en interesses? En wat vindt iemand leuk om te doen? Wees nieuwsgierig naar elkaar. En deel ook de mooie momenten met elkaar.

3 Zet stappen waar jullie blij van worden

De weg naar 'samen doen' is geen uitgestippelde route. Na elke stap kijk je met je collega's en leidinggevende waar je staat en wat het uitzicht is. Waar krijgen jullie energie van en hoe zetten jullie een volgende stap?

4 Kijk met de blik van de ander

De naaste kent de cliënt het beste, terwijl jij bent geschoold in de begeleiding. Iedereen kijkt vanuit zijn eigen blik en doet dingen op een eigen manier. Dat geeft houvast, maar draagt het wel bij aan het fijne leven van de cliënt? Wat zijn jouw ideeën? Ziet een cliënt of naaste dat ook zo? Praat erover, zet de bril van de ander op en probeer elkaar te begrijpen.





5 Kijk verder: wie kan dit het beste doen?

Bedenk bij elke activiteit: moet 'de zorg' dit doen of kunnen anderen dat ook? Denk bijvoorbeeld aan artsen-bezoek, kleding kopen of meegaan met activiteiten. Ga in overleg wat er mogelijk is. Het is maatwerk. Het werkt niet voor iedereen hetzelfde.

“Wat jij als begeleider
belangrijk vindt,
is soms anders dan
wat ik als naaste vind

*Leontien Sauerwein, ervaringsdeskundige en
projectmanager met familie erbij (Cordaan)*

6 Durf te vragen

Veel naasten en vrijwilligers waarderen het als je een concrete hulpvraag stelt: “Wilt u helpen volgende week?” Hoe vroeger je het vraagt, hoe groter de kans dat het lukt. Zeker als je elkaar beter kent, zijn naasten bereid om iets te doen en komen ze vaak zelf ook met voorstellen.

7 Doe eens gek

Houd gesprekken eens bij de naasten thuis. Organiseer een clean-up-dag met naasten én vrijwilligers. Of nodig een naaste uit om het haarritueel van haar kind te laten zien.



“Als collega's een goed idee hebben, denk ik mee om dat vorm te geven

*Tessa Siepe, begeleider/expert
De Marius Meijboom (Ons Tweede Thuis)*

8 Kijk en doe anders door informele gesprekken

Stel tijdens kleine gesprekjes met collega's, naasten of vrijwilligers vragen als: "Waarom doen we dit zo?" of "Hoe kunnen we dit met de buurt doen?". Zo wordt dit steeds meer een 'gewone manier van denken'.



9 Goed idee? Doen!

Komt je collega, een naaste of vrijwilliger met een goed idee? Geef elkaar de ruimte om nieuwe dingen uit te proberen. Zorg voor ondersteuning om dat op te pakken. Ook belangrijk: waardeer ieders inbreng en deel de successen.

10 Ga gluren bij de burens

Je kunt veel leren van inspiratiebijeenkomsten, locatiebezoeken en de uitwisseling van ervaringen. Deel vooral ook de kwetsbaarheden en dilemma's met elkaar.

“Doordat ik bij een ouder thuis een gesprek heb gevoerd, leerde ik meer over de thuissituatie

*Lisa Ypinga, persoonlijk begeleider
Schinkelhoek (Amsta)*

HANDIGE BRONNEN EN CONTACTPERSONEN

Klik op onderstaande bronnen voor meer informatie.

Samenwerken met naasten & vrijwilligers

- Netwerk-/regiecirkel voor ondersteuning cliënt (LUMC)
- Aan de slag met sociale netwerken
- Samen Rijk: handreiking voor samen optrekken met naasten (*contactpersoon Amsta: Helga Hoek*)
- Onderzoek bij Amsta: naastenparticipatie
- Mantelzorgers en naasten betrekken met familiestartgesprek, o.a. de Activiteitenplacemat
- COUP-model: samenwerken met familie
- WIFA-model: gelijkwaardig samenwerken met vrijwilligers
- Schijf van vijf
- Familienet: dé communicatieapp voor de zorg
- Bevindingen vooronderzoek behoefte aan een gereedschapskist: op te vragen bij *Femke Bekker* of *Anne-Marie Jansen*

Grenzen aan samenwerking

- Notitie grenzen verkennen informele zorg
- Samenwerken met naasten en vrijwilligers, wie waarvoor verantwoordelijk: Richtlijnen IGJ

Samenwerken met de buurt: community building & wijksafari

- Inspiratieboek community building Philadelphia (*Eline Swart* en *Ewald Swinkels, Philadelphia*)
- De wijksafari: maak kennis met organisaties uit het sociaal domein in de wijk (*Peter Bakker Philadelphia* en *Renske Stienstra Amsta*)

Samenwerken in de driehoek

- Affinities, Sandra Hopkins
- Marjolein Wouters

Samenwerken vanuit ieders talenten, anders dan anders

Sjaak Langenberg, social designer

- Sjaak Langenberg
- Re-creatie Reinaerde
- Filmpje Samen op avontuur: Het ontstaan van de Kleinkijkacademie
- Winnaars Dutch design awards 2022
- Sociale sportschool

Waardevolle informatiebronnen over 'Samen zorg en welzijn organiseren'

- Vilans: kennisorganisatie voor zorg en ondersteuning, Wegwijzer samenwerken informele zorg
- Zorg voor beter
- Kennisplein gehandicaptensector
- VGN visie 2030, film VGN visie 2030
- Kanslijn 5: stimuleren van eigen en vrijwilligersnetwerk t.b.v. rol in de zorg en ondersteuning
- Waardigheid en trots
- IZI: lerend netwerk VVT: duurzame en toekomstbestendige zorg kan niet zonder informele zorg

Promotieonderzoek samenwerken met naasten

- Mirjam Wouda Ons Tweede Thuis

Contactpersonen

Karin Dorissen, overall projectleider karin.dorissen@xs4all.nl

Anne-Marie Jansen (Amsta) programmamanager informele zorg a.jansen@amsta.nl

Ingrid Leijen (Ons Tweede Thuis) locatiemanager De Marius Meijboom ileijen@demariusmeijboom.nl

Leontien Sauerwein (Cordaan) programmaleider familie, ervaringsdeskundige lsauerwein@cordaan.nl





Colofon

Samendoen is een uitgave van:
Amsta, Cordaan en Ons Tweede Thuis

Redactie en eindredactie:
Karin Dorissen (*Amsta, Cordaan
en Ons Tweede Thuis*)
Anne-Marie Jansen (*Amsta*)
Femke Bekker (*Amsta*)
Leontien Sauerwein (*Cordaan*)

Tekstbijdragen:
Marcel Butterhof (*bureau Zuurstof*)

Vormgeving:
Ernst van Veenendaal (*bureau Zuurstof*)

Coördinatie:
Michael Ryan (*bureau Zuurstof*)
Karin Dorissen (*Amsta, Cordaan
en Ons Tweede Thuis*)
Nickel Didde en Andrea Janssen
(*Communicatie Amsta*)

Fotografie interviews:
Suzanne Blanchard

Met grote dank aan iedereen die
betrokken is geweest bij ons project,
voor alle enthousiaste inzet.
In het bijzonder alle deelnemers van
de locaties: Schinkelhoek, Parkhof en
De Marius Meijboom.
Daarnaast dank aan Zilveren Kruis Achmea
voor het mogelijk maken van dit project.

AMSTA

 **cordaan**

**ons
TWEEDE
thuis**