

# Omkijken naar elkaar: bouwstenen uit de praktijk

in de Deventer wijken Borgele en Keizerslanden



Voor professionals die werken aan sociale, zorgzame en toekomstbestendige wijken waarin jong en oud(er) naar elkaar omkijken en ouderen fijn en zelfstandig kunnen blijven wonen.

01

## Wijkgenootaanpak: wat & waarom

p.4

Verhalen uit de praktijk

p.8



### Colofon

#### Samenstelling

Gea Sijpkens, Anne van Grinsven,  
Wilco Jansen, Peter Bisschop

Met dank aan alle geïnterviewde  
wijkgenoten

#### Redactie

AMV Redactie & Communicatie,  
Anne-Marie Veldkamp · [aveldkamp.nl](mailto:aveldkamp.nl)

#### Eindredactie

Marjan Vroonland  
[marjan@connect4impact.nl](mailto:marjan@connect4impact.nl)

#### Fotografie

Erwin Zijlstra · [erwinzijlstra.nl](http://erwinzijlstra.nl)  
Jeroen Jazet (pag. 3, 62) · [jeroenjazet.nl](http://jeroenjazet.nl)  
Sushilla Kouwen en eigen foto's van  
Corinda van Tilburg, Kim Snijders en  
Renate van der Lende

#### Ontwerp

Budelinc · [budelinc.com](http://budelinc.com)

#### Meer weten? Mail naar

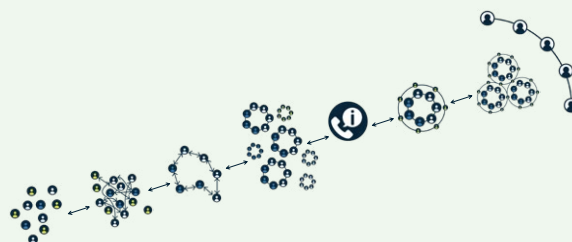
[wijkgenoot@humanitasdeventer.nl](mailto:wijkgenoot@humanitasdeventer.nl)

2025

02

## Wijkgenootmodel in beeld

p.18



03

# Wijkgenootaanpak in de praktijk: wat werkt?

p.20

p.20

**Zien:** wijkbewoners in beeld  
Bouwstenen

Verhalen uit de praktijk

p.22



p.30

Verhalen uit de praktijk

p.28

**Ontmoeten:** op weg naar verbinding  
Bouwstenen

p.50

**Verenigen:** voorzorgcirkels vormen  
Bouwstenen

Verhalen uit de praktijk

p.52



p.66

Verhalen uit de praktijk

p.64

**Voorzorgen:** naar elkaar omkijken  
Bouwstenen

04

## Dóór met de 'beweging'

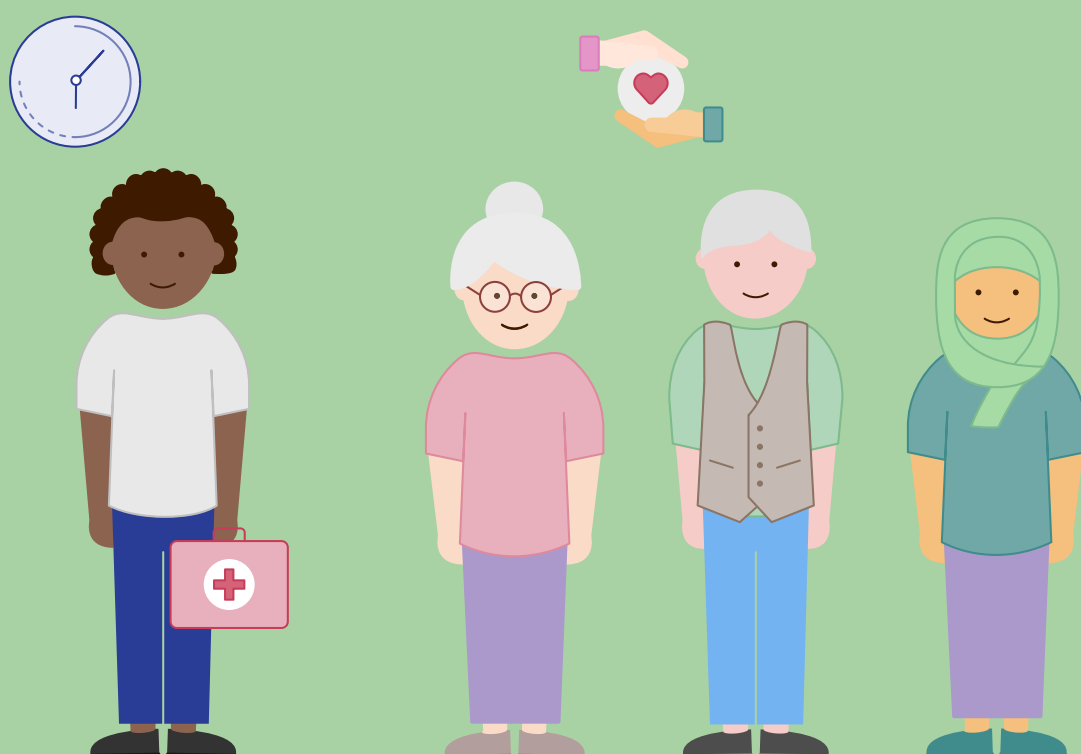
p.76

Verhalen uit de praktijk

p.78



# Wijkgenootaanpak: wat & waarom



## Waarom een Wijkgenootaanpak?

Ouderen die kunnen rekenen op een sterk sociaal netwerk, hebben meer plezier in het leven, kunnen langer zelfstandig wonen én doen minder snel een beroep op langdurige medische zorg. Met meer ouderen en het groeiend tekort aan zorgprofessionals, is het noodzakelijk dat wij investeren in zorgzame en toekomstbestendige wijken.

In Deventer is in 2024 gestart met een experiment: **de Wijkgenootaanpak**. In de wijken Borgele en Keizerslanden hebben we veel ervaring opgedaan met het versterken van de sociale samenhang, door ons ook wel het 'sociaal weefsel' in de wijk genoemd. En we leren nog steeds! In deze handreiking hebben we onze ervaringen uit anderhalf jaar experimenteren gebundeld: welke elementen uit onze aanpak werken nu écht?

Professionals en bestuurders vinden in deze handreiking bouwstenen en verhalen uit de praktijk die hopelijk inspireren om óók zelf aan de slag te gaan. Met als doel: duurzaam (blijven) werken aan het opbouwen en versterken van netwerken in de eigen straat, buurt of wijk.

Met de Specifieke uitkering domeinoverstijgend samenwerken (SPUK DOS) van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport in 2024 en 2025 is onze Wijkgenootaanpak versterkt en versneld.

## Wijkgenootaanpak in het kort

Als wijkgenoten elkaar ontmoeten en leren kennen, is het makkelijker om elkaar te helpen wanneer dat nodig is. Elkaar helpen: dat willen de meeste ouderen wel en soms is er toch een drempel. Bijvoorbeeld omdat mensen elkaar niet – of niet goed genoeg – kennen of zich verlegen voelen om 'zomaar' op iemand af te stappen.

De Wijkgenootaanpak zet in op het stimuleren van ontmoeting en ondersteuning van bestaande sociale groepen. Aansluiten bij wat er is dus. Zo hebben we als professionals en vrijwilligers met bewoners gewerkt aan versterking van het 'sociaal weefsel' in de wijk.

Want als wijkgenoten naar elkaar omkijken als er hulp nodig is, nemen zij professionele zorgmedewerkers werk uit handen, zodat die zich meer kunnen richten op medische zorg. En die medische zorg kan bovendien vaak korter duren. Veel mensen vinden naar elkaar omkijken heel gewoon en belangrijk. Het geeft een veilig gevoel en je bent van betekenis.

Door te investeren in 'domeinoverstijgend' samenwerken, hebben we mooie stappen kunnen zetten. Zo zijn wij ook als professionals in zorg, welzijn, wonen, werk en sport meer elkaars wijkgenoten geworden. Samen hebben we meer bewoners gestimuleerd om elkaar te leren kennen, elkaar vaker te ontmoeten en (meer) te 'voorzorgen'. Daar zijn we natuurlijk nog niet mee klaar: we blijven bewust investeren in duurzaam domeinoverstijgend samenwerken.



Bekijk de  
wijkgenootanimatie.

## Wat zijn voorzorgcirkels?

Voorzorgcirkels zijn sterke sociale netwerken van wijkgenoten die samen leuke dingen doen en die ook naar elkaar omkijken als dat nodig is. Voorzorgcirkels zijn niet nieuw en er is niet één blauwdruk voor.

Wie toch graag een beeldende omschrijving wil: het gaat om groepen van zo'n tien vaak oudere mensen (familieleden, burens, vrijwilligers), die elkaar helpen en ondersteunen. Van praktische hulp zoals vervoer tot gezelschap bieden, samen eten en een luisterend oor.



Scan & lees meer over voorzorgcirkels.



## Op naar een zorgzame wijk waarin bewoners naar elkaar omkijken

Voorzorgcirkels waren een belangrijk vertrekpunt voor ons experiment. Maar het vormen van voorzorgcirkels is (natuurlijk) niet het doel op zich. Een zorgzame wijk waarin bewoners naar elkaar omkijken is dat wél. Wijkgenoten ontwikkelden met elkaar en werkenderwijs een nieuwe taal in de samenwerking: van 'voorzorgcirkel' naar 'zorgzame samenleving'. Heel normaal? Inderdaad. Omkijken naar elkaar maken we graag (weer) onderdeel van het normale leven!

## Leidende principes

### 1 meer sociale gezondheid en welzijn

We werken vanuit de visie van positieve gezondheid en zetten als professionals in de wijk allemaal onze sociale gezondheidsbril op.

### 2 verbinden staat centraal

Ouderen en hun netwerk (mantelzorgers, burens, vrienden, familie) zijn altijd ons vertrekpunt. Wij ondersteunen onderlinge verbindingen, waarbij we óók sociale interactie tussen jong en oud stimuleren. Intergenerationeel verbinden dus.

### 3 aansluiten bij wat er is

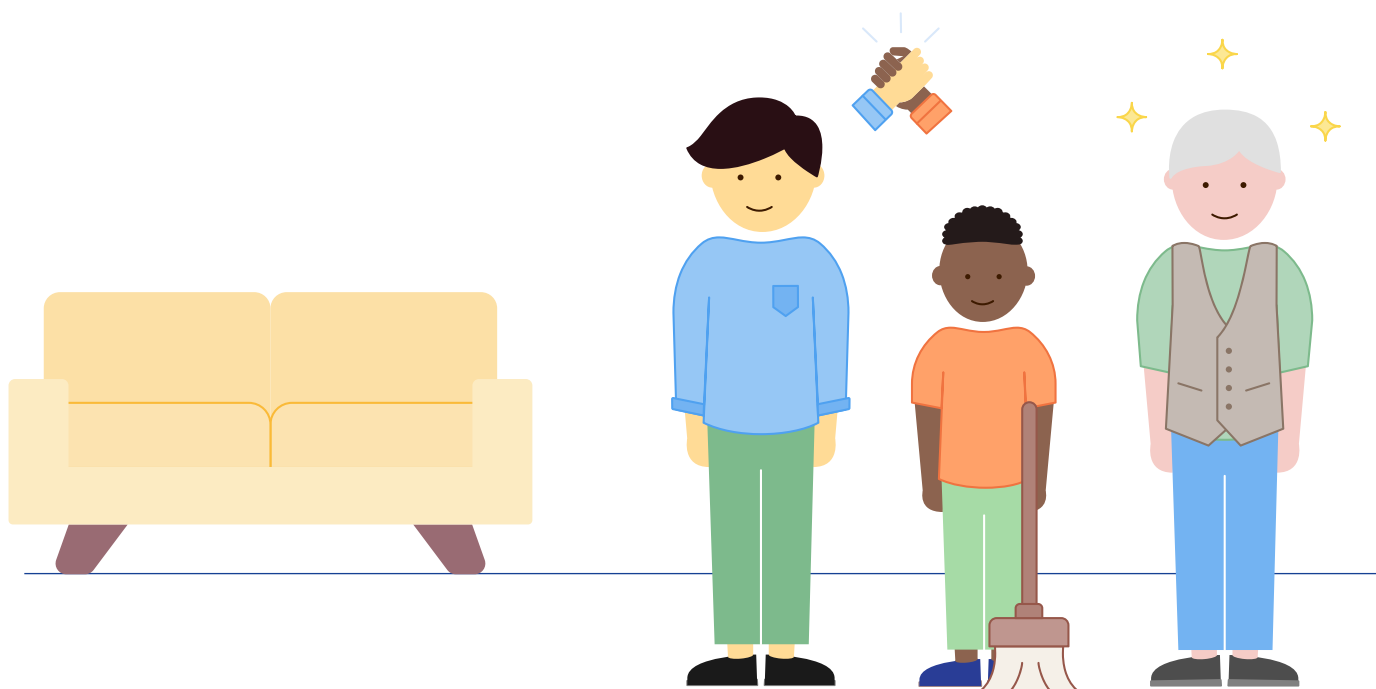
We sluiten aan bij de bestaande sociale groepen, professionele organisaties en netwerken die al actief zijn in de wijk. Wij investeren in domeinoverstijgende samenwerking tussen professionals die met elkaar zorg, welzijn, wonen, werk en sport in de wijk regelen.

### 4 ABCD-model plús

De basis voor onze Wijkgenootaanpak is het ABCD-model dat in Deventer wordt gebruikt voor gemeenschapsvorming; vanuit dat model werken wij aan een sterke sociale wijk met (steeds) meer voorzorgcirkels. Zo dragen we bij aan toekomstbestendige wijken.

### 5 leren terwijl we doordacht doen

Wij ontwikkelen de beweging door reflexief te monitoren op de werkende elementen van de beweging. We versterken ons handelen via 'action learning' en blijven dat doen: géén project, maar investeren in een duurzame beweging. We bieden ruimte om creatief en out of the box te pionieren en te experimenteren.



## Wie heb je zeker nodig?

### Je hebt een 'dinges' nodig

Domeinoverstijgend gaan samenwerken vraagt om een 'oliermanneltje', een verbinder, een aanjager, een motivator, een creatieveling, een out of the box-denker, een samen-brenger, een organisator, een 'vanuit de bedoeling-werker', een makelaar die makelt en schakelt tussen bestuurder en uitvoerder, een metselaar die het cement aanbrengt tussen professionals, vrijwilligers en bewoners ... Tja: welke naam zet je dan op een visitekaartje? In Keizerslanden en Borgele zeggen wij: een 'dinges'!

Lees de interviews met Wilco en Peter op pagina 10 en 14 in deze handreiking.

De 'dinges' werd geïntroduceerd door Han Bosselaar van de Vrije Universiteit Amsterdam.



Scan en lees meer over de 'dinges'.



### Leve de superbuur!

Woonzorgcentrum Humanitas in Keizerslanden had ze al: superburen! De superbuur zorgt ervoor dat mensen weer prettig thuis kunnen wonen na hun revalidatie en geeft net dat beetje extra zorg en aandacht als dat nodig is. Zoals het neerzetten van de vuilnisbak, het doen van de eerste boodschappen of het regelen van andere praktische zaken. De superbuur houdt ook een oogje in het zeil om te zorgen dat alles goed blijft gaan. Zelfs nadat iemand weer helemaal gesetteld is.

Lees de interviews met Jolanda en Jorien op pagina 34 en 38 in deze handreiking.

### Creatieve kwartiermakers

In Borgele en Keizerslanden werken we met creatieve kwartiermakers die bewoners op allerlei vernieuwende manieren uitnodigen om elkaar te ontmoeten en beter te leren kennen. Die heb je zéker nodig als je aan de slag wilt met (meer) verzorgcirkels. Er moet iemand zijn die – namens samenwerkende organisaties – met een grote glimlach aanbelt bij bewoners!

Lees de interviews met Corinda en Kim op pagina 22 en 30 in deze handreiking.



### Regel (ritsel)ruimte!

Anders en domeinoverstijgend leren samenwerken en spelenderwijs nieuwe spelregels ontwikkelen vraagt om regel- én ritselruimte. Die moet er dus wel zijn! Anders wordt experimenteren erg lastig.

Elke organisatie in de wijk heeft zijn eigen (spel)regels en kaders waarbinnen hun professionals werken. In Borgele en Keizerslanden verbonden de coalitiepartners de wijkaanpak met hun eigen (strategisch) beleid. Mooi en nodig.

Domeinoverstijgend (samen)werken vraagt óók om (meer) regel- én ritselruimte voor professionals. In de praktijk gaat het om het krijgen van experimenteerruimte om out of the box te kunnen en mogen handelen. En dan komt het ook aan op dúrven en dóen.

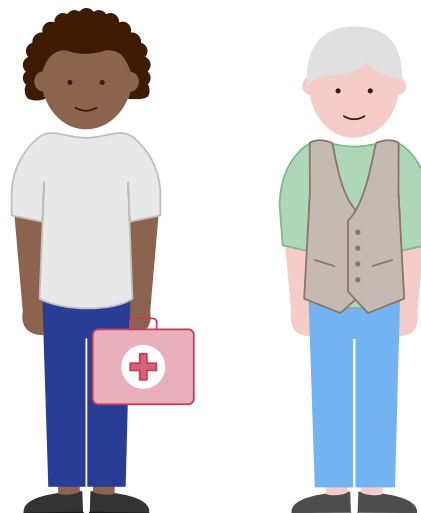
Hier past geen projectmatige aanpak bij. Wat voor ons in Keizerslanden en Borgele wel heeft gewerkt, is met een helder doel voor ogen werken aan een beweging die aansluit bij wat elke straat, buurt en wijk nodig heeft.

Lees het interview met Anne en Gea op pagina 78 in deze handreiking.

### Domeinoverstijgend werken: coalitie wijkaanpak

De coalitiepartners die in Borgele en Keizerslanden aan de slag zijn vanuit overheid, zorg, welzijn, wonen, werk en sport:

- Gemeente Deventer
- Woonzorg Nederland
- Woonzorgcentrum Humanitas
- Zorggroep Solis
- Raster Groep
- KonnecteD
- Woonbedrijf ieder1
- Buurtbrouwerij
- FC RDC



**Verhalen uit de praktijk**

# Waarom een 'dinges' nodig is voor domeinoverstijgend samenwerken in de wijk

Vanuit de Wijkgenootaanpak in Borgele en Keizerslanden vervulden Wilco Jansen en Peter Bisschop een rol die zij gaandeweg 'dinges' zijn gaan noemen. Wat nemen en geven zij mee voor domeinoverstijgend samenwerken?

“Mensen willen graag iets voor elkaar doen, maar dan moeten ze elkaar wel kennen.”



**Manager Samenleven Woonzorgcentrum Humanitas Wilco Jansen**

# “Welzijn ontzorgt, begin in de wijk”

“Welzijn ontzorgt”, daar is manager Samenleven van Humanitas Wilco Jansen van overtuigd. In ‘zijn’ woonzorgcentrum staat het léven centraal en vormen ouderen een gemeenschap met elkaar, met de jongeren die er wonen, leren en werken, en met de professionals. “Als we dat hier in huis zo doen, waarom zou dat dan niet lukken in de wijk?”



Wilco gelooft in de kracht van eenvoud. Op weg naar meer groepjes wijkgenoten die elkaar in het dagelijks leven kunnen steunen, moet je de wijk en zijn bewoners kennen. Je organiseert dat zij elkaar kunnen ontmoeten, en dat

zij elkaar – bijvoorbeeld op basis van gedeelde interesses – kunnen blijven ontmoeten. Dán zul je zien dat zij ook iets voor elkaar willen betekenen als zij in het dagelijks leven problemen ervaren.

## “Vertrouwen onder professionals in de wijk ontstaat niet door allerlei beleidsstukken en formulieren, maar door ontmoeting.”

“Mensen willen graag iets voor elkaar doen, maar dan moeten ze elkaar wel kennen. Zo simpel is dat. Daarom bieden we hier in huis ook ontmoetingsmogelijkheden voor allerlei groepen – van de Afrikaanse gemeenschap die hier vieringen houdt tot de linedancegroep. En daarom hebben we een buurtkamer geopend met een soepmoment, zodat wijkgenoten elkaar kunnen ontmoeten.”

### Ruimte maken

Als de ‘dinges’ in Keizerslanden bracht Wilco afgelopen anderhalf jaar organisaties die actief zijn in de wijk bij elkaar om meer samen te werken. Programma’s en openingstijden werden op elkaar afgestemd en er zijn nu drie buurtkamers open voor wijkgenoten. Elke dag kunnen zij ergens binnenlopen voor een kop koffie, een praatje of een activiteit.

“Vaak is dat praatje al genoeg, mensen willen zich vooral gezien en gehoord voelen. Dat is uiteindelijk wat we doen: ruimte maken voor warmte, veiligheid én hun verhaal. “We haken zoveel mogelijk aan bij wat bewoners zelf bedenken en organiseren. Wel stimuleren dus, niet overnemen.”

Mensen persoonlijk uitnodigen, zorgen voor een warm welkom, iets lekkers te eten en te drinken en dat vooral blijven doen: dat werkt. Herhaalde ontmoetingen maken vertrouwen laten groeien mogelijk, ziet Wilco. “Vertrouwen bouw je op door oprecht contact, dat groeit in kleine stappen.”

### Een helikopterblik op de wijk helpt

In het gezamenlijke buurtkameraanbod is aandacht voor sociale activiteiten en ook voor voor leefstijl, veiligheid, basisvaardigheden en preventie. In een wijk waar veel verschillende nationaliteiten wonen en relatief veel armoede en eenzaamheid is, sluit dit aan bij de behoeften die er zijn.

Dit is een belangrijke taak als ‘dinges’ in de wijk, merkt Wilco: naast alles wat bewoners zelf al doen, is er iemand nodig met een ‘helikopterblik’. Die bruggen slaat. Die ziet wat er nog meer nodig is. Die ontmoetingsmomenten organiseert. En die signalen die daar worden opgevangen, vertaalt naar acties die wijkgenoten steunen.

### Bruggen bouwen

“Het leven is ingewikkeld geworden, alles gaat snel. We hebben met onze telefoon de hele wereld in onze broekzak. Tegelijkertijd lijkt er steeds meer afstand te zijn met onze burens en buurt. Dat zie je ook bij organisaties waar veel op afkomt, die gaan muurtjes of dijken om zich heen bouwen. Wij bouwen juist bruggen. Tussen jong en oud, tussen burens, tussen culturen, tussen vrijwilligers en professionals en tussen organisaties in de wijk.”

Net zoals bij bewoners, groeit vertrouwen onder professionals in de wijk niet door allerlei beleidsstukken en formulieren, maar door ontmoeting. Eens per drie weken stemt Wilco met collega’s van ‘de andere buurtkamers’ af. En er is een duurzame samenwerking ontstaan tussen professionals van organisaties die een vaste plek hebben in de wijk. “Ook als er een nieuwe Wilco komt, blijft Humanitas als buurtkamer in de wijk bestaan”, illustreert Wilco.

“Zorg begint in de wijk, bij de signalen die burens, vrijwilligers, de woonconsulent, thuiszorg of een buurtkamermedewerker opvangen. Als je elkaar kent en samenwerkt, kun je eerder handelen en doen wat nodig is. Soms moet je zorg bieden, maar soms voorkom je die ook, omdat juist iets anders nodig is.”

[Lees ook de interviews over de drie buurtkamers op pagina’s 34, 44, 54 en 66.](#)



# Tips van Wilco

1

Ken je wijk: weet wie er wonen en wat de behoeften van bewoners zijn – dat ontdek je tijdens ontmoetingen en activiteiten en hoor je ook via netwerkpartners zoals woningcorporaties en thuiszorg.

5

Maak zichtbaar wat er gebeurt en deel verhalen, foto's en filmpjes – in Keizerslanden is bijvoorbeeld een glossy gemaakt voor de wijk met ons aanbod – dit inspireert anderen om mee te doen.

2

Zorg voor laagdrempelige ontmoetingsplekken en 'kleine' activiteiten zoals een koffieochtend, een soepmoment of een spelletjesmiddag, waar iedereen welkom is en zichzelf kan zijn.

6

Verbind jong en oud met elkaar – in Woonzorgcentrum Humanitas wonen studenten, doen jongeren leerwerkervaring op en komt de kinderopvang op bezoek. Jong en oud genieten van het contact en helpen elkaar: maak gebruik van wederkerigheid als kracht.

3

Vorm vaste ontmoetingsgroepen rondom gezamenlijke interesses: in deze kleine netwerken kunnen wijkgenoten elkaar (gaan) ondersteunen bij dagelijkse vragen en problemen.

7

Wees flexibel en houd ruimte voor spontaniteit en improviseren, je moet dingen laten ontstaan.

4

Sluit zoveel mogelijk aan bij activiteiten en initiatieven van wijkgenoten zelf: ondersteun en zorg dat die gratis of betaalbaar zijn en open voor iedereen.

8

Domeinoverstijgend samenwerken vraagt van professionals dat zij betrouwbaar zijn, nabij, toegankelijk, verbindend, flexibel en dat zij praktisch kunnen organiseren en blijven improviseren.

Kwartiermaker Wijkgenootaanpak in Borgele Peter Bisschop

# “Er moet iemand zijn die het vuurtje blijft aanwakkeren”

Peter Bisschop was vanuit woningcorporatie Woonzorg Nederland afgelopen anderhalf jaar de ‘dinges’ in de wijk Borgele, om daar domeinoverstijgend samenwerken tussen organisaties voor wonen, welzijn en zorg te versterken en te versnellen. Welke lessen leerde hij daar?

“Borgele is geen ‘aandachtswijk’ zoals Keizerslanden”, vertelt Peter. “Op het eerste gezicht lijkt het hier in de wijk allemaal wel goed te gaan, maar kijk je nauwkeuriger, dan kom je toch veel eenzaamheid tegen onder ouderen. En: in Borgele zijn ook minder ontmoetingsplekken dan in Keizerslanden.”

Goed dus, dat in de Bloemendal sinds zo’n twee jaar wél een ontmoetingsplek is gekomen, waar ook buurtbewoners welkom zijn. “Een fijne, gezellige plek waar gastvrijheid en een persoonlijke benadering voorop staan, is echt nodig als je wijkgenoten elkaar wilt laten

ontmoeten”, vindt Peter. “Leuke activiteiten organiseren werkt heel goed. Wij hebben geleerd dat je wijkbewoners vooral persoonlijk moet benaderen en uitnodigen daarvoor. Een uitnodiging in de brievenbus stoppen, werkt niet.”

## Gedeeld eigenaarschap is ontstaan

Om iets te willen doen voor een ander, moet je elkaar leren kennen. Dat geldt voor wijkbewoners en ook voor de professionals die zich inzetten voor wonen, welzijn en zorg. Die vormden in Borgele nog nauwelijks een netwerk dat structureel samenwerkte.





“Gaandeweg steeds kijken wat werkt, wat niet en dan weer bijstellen. Dat was ook samen ontdekken.”



“De ‘dinges’: noem het een aanjager, een oliemannetje, dat maakt niet uit.”

Nu doen ze dat wél en zijn ze elkaars professionele wijkgenoten geworden.

“Hier is echt een hele slag mee gemaakt”, vindt Peter. “Dat heeft tijd nodig gehad. Nu kijken netwerkpartners over de grenzen van hun eigen organisaties heen en werken steeds beter samen. Er is meer gedeeld eigenaarschap gekomen.”

Wat aandacht blijft vragen: voldoende regel- en ritseruimte voor deze professionals. Zodat je niet meer hoort: ‘dat past niet in mijn taak’, of ‘daar heb ik te weinig uren voor’. “Er zijn tijd en ruimte nodig om samen creatief te kunnen zijn,” legt Peter uit. “Dat moeten organisaties mogelijk maken.”

### Doen vanuit de bedoeling

De doeners in het netwerk in Borgele wilden vooral snel aan de slag. Samen trokken zij de wijk in, om bewoners van de laagbouw-woningen bij de Bloemendal en verschillende flats te bezoeken en te enthousiasmeren om elkaar te ontmoeten.

“Zij keken gaandeweg steeds: wat werkt, wat niet en dan stelden we weer bij. Dat was ook samen ontdekken.” Zo bleken de High Tea-bijeenkomsten in de Bloemendal een gouden greep om mensen over de drempel te trekken om elkaar vaker te ontmoeten. “Nu organiseert een aantal bewoners die bijeenkomsten zelf.”

Naast deze praktische aanpak, dachten Peter en een aantal netwerkpartners ook na over duurzame samenwerking op de langere termijn. “Het is goed geweest dat we dit uit elkaar hebben getrokken. Ik heb gemerkt dat

de professionals hier in Borgele het fijn vinden om aan een concrete buurtagenda te werken, aan onze gezamenlijke stip aan de horizon: een sociaal sterke wijk waar ouderen lang fijn zelfstandig kunnen wonen, waar burens elkaar kennen en naar elkaar omkijken.”

Zelf worstelt hij daar nog wel wat mee. “Voor je het weet heb je een nieuw projectteam ingericht en een ‘systeem’ gecreëerd, terwijl het daar niet om gaat. Je wilt vooral de beweging die de Wijkgenootaanpak in gang heeft gezet, door laten bewegen.”

Juist om ‘de bedoeling’ scherp te houden, blijft een ‘dinges’ nodig, denkt Peter. “Noem het een aanjager, een oliemannetje, dat maakt niet uit. Er moet iemand zijn die het vuurtje blijft aanwakkeren en zorgt dat professionals af en toe bij elkaar komen om te verkennen waar kansen liggen.”

### Houd het simpel

Zeker in het begin werd het begrip ‘voorzorgcirkel’ als heel formeel beleefd, merkte Peter. “We zijn daar anders en ook lossier naar gaan kijken. Er is niet één ‘format’ voor, dat is altijd maatwerk.”

Ook bewoners die samen alleen een app-groep hebben om elkaar in te schakelen als er iets is, kun je als een beginnende voorzorgcirkel zien. Er zijn verschillende behoeftes en gradaties in. “Je moet het vooral niet te ingewikkeld maken en de kleine successen waarderen”, vindt Peter. “Zoals die ene mevrouw van wie je ontdekt dat zij eigenlijk geen zorg nodig heeft, maar gezelschap.”



# Tips van Peter

“Voor je het weet heb je een nieuw projectteam ingericht en een ‘systeem’ gecreëerd, terwijl het daar niet om gaat. Je wilt vooral de beweging die de Wijkgenootaanpak in gang heeft gezet, door laten bewegen.”

1

Kies voor een persoonlijke benadering: bel aan, nodig wijkbewoners persoonlijk uit voor een activiteit waarbij zij anderen kunnen ontmoeten.

---

2

Zorg voor een ontmoetingsplek waar gastvrijheid en die persoonlijke benadering voorop staan.

---

3

Geef professionals voldoende tijd en regel- en ritelruimte om creatief te kunnen zijn.

---

4

Vier kleine successen en waardeer verschillende vormen van verzorgcirkels.

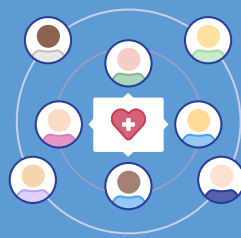
---

5

Een ‘dinges’, ‘oliamannetje’ of ‘aanjager’ blijft nodig om wijkgenoten te ondersteunen.

---

# Wijkgenootmodel in beeld



## Bouwstenen in beeld gebracht

Veel van wat we vanuit de Wijkgenootaanpak doen om ouderen langer fijn zelfstandig thuis te laten wonen, is niet nieuw. Wel zijn de werkzame elementen in ons werk duidelijker zichtbaar geworden, wat daar nog in ontbrak én waar we beter geen energie meer in konden steken. Deze bouwstenen brengen we in deze handreiking in beeld.



## Als wijkgenoten naar elkaar omkijken

We onderscheiden grofweg vier stappen op de weg naar meer zorgcirkels waarin wijkbewoners als wijkgenoten naar elkaar omkijken:

1 zien

---

2 ontmoeten

---

3 verenigen

---

4 voorzorgen

---

Deze vier stappen zijn de concrete vertaling van het wijkgenootmodel dat bij de start van het ontwikkelen van de Wijkgenootaanpak is gemaakt. Dit model vind je achterin deze handreiking, op pagina 82.



Meer lezen?

Henk Geene is de bedenker van zorgcirkels. Bekijk meer in deze video.

# Wijkgenootaanpak in de praktijk: wat werkt?

Wat is er de afgelopen anderhalf jaar geleerd in de praktijk? Wat zijn bruikbare bouwstenen voor professionals die (door) willen werken aan een zorgzame wijk waarin wijkgenoten naar elkaar omkijken? En welke visie, ervaringen en tips geven bewoners, vrijwilligers en professionals daarvoor mee uit hun praktijk?

## 1

### **Zien:** wijkbewoners in beeld

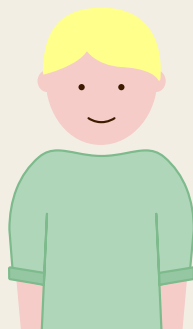
Stap één: wijkbewoners écht zien. Of je nu werkt als professional in welzijn, zorg, wonen, werk, of als sleutel-figuur of vrijwilliger. Vervolgens kun je hun sociale situatie in beeld brengen en kun je alert zijn op signalen van isolement, eenzaamheid en kwetsbaarheid.

## Bouwstenen



### Sluit aan bij wat er al is

Bestaande natuurlijke verbanden en sociale groepjes in de buurt (huizen), bij sportverenigingen of andere ontmoetingsplekken zijn een belangrijke ingang: wie zijn deze wijkbewoners en wie kennen zij nog meer?



### Neem (bewust) de tijd

Werkelijk aansluiten bij inwoners van de wijk betekent ook dat je niet met een 'planning' of vooraf bepaald tijdpad met doelen het gesprek ingaat. Wel dat je werkelijk luistert. Het vraagt tijd om kennis te ontwikkelen over bestaande sociale verbanden en om relaties op of uit te bouwen. En die duurzame relaties vragen om langdurige toewijding.

### Word onderdeel van de wijk!

Om stevig 'sociaal weefsel' te creëren, moet je er onderdeel van zijn. Kennis van dat weefsel (informele netwerken, vrijwilligers, et cetera) is dus niet genoeg: als onderdeel van het sociaal ecosysteem in de wijk kun je echt aansluiten bij bewoners. Anders gezegd: écht onderdeel zijn van de wijk dus!

### Ga erop af!

Voor flats, wooncomplexen of buurten waar wijkbewoners elkaar niet of nauwelijks kennen, geldt: ga erop af! Bel aan, maak contact, ga in gesprek, zoek verbinding. De sociale kaart van buurten in/en de wijk kan een goed begin zijn om de verbanden in beeld te krijgen.

### Positieve benadering

Contact hebben met je burens of andere buurtbewoners, je met elkaar verbonden voelen: dat is fijn. Die positieve insteek in het contact met wijkbewoners werkt het beste. Begin niet meteen over 'zorgen voor elkaar'. Vraag eerst wat de ander interesseert.

### Verras wijkbewoners met contact

Inzet van een professional met een theaterachtergrond bleek een gouden greep te zijn in onze aanpak. Het verrassingselement van de theatrale benadering werkte goed en bleek een vruchtbare voedingsbodem voor het verdere gesprek met wijkbewoners.

Lees het verhaal van Corinda op pagina 22.

### Betrek studenten

Honderden studenten van Hogeschool Saxion gingen in gesprek met ouderen in onze wijken, als onderdeel van hun studie toegepaste psychologie. En dan blijkt dat het voeren van 'Het goede gesprek' wel wat oefening vraagt en ook veel waardevolle ontmoetingen en inzichten opleverde.

**Vrijwilliger Rineke van Deudekom en medewerker activiteiten en verbinder bij Woonzorgcentrum Humanitas Corinda van Tilborg**

# Oprechte interesse: dat is de grote kracht als je echt wilt afstemmen op de ander

Rineke en Corinda worden door collega's wel een 'golden team' genoemd. Wie luistert naar hun verhaal, snapt waarom. In gesprek over succesfactoren voor wie verbinding wil stimuleren.

Als bewoner van de flat Dreefstaete in Borgele, maakte Rineke in coronatijd een groepsapp aan. Zo konden flatgenoten elkaar helpen bij ziekte. "Gewoon, een boodschap doen, medicijnen ophalen, dat soort dingen", vertelt ze. "Een beetje omkijken naar elkaar. Dat dit een voorzorgcirkel heet, wist ik toen helemaal niet."

Nu weet Rineke dat wél. Als vrijwilliger is zij al jaren nauw betrokken bij voorzorgcirkels in Borgele en Keizerslanden. Ze werkt samen met Corinda in Woonzorgcentrum Humanitas. En ze is ook aanwezig tijdens de gesprekken die Saxion-studenten toegepaste psychologie voeren met bewoners en wijkgenoten, om hun gespreksvaardigheden te oefenen. 'Gewoon' is de rode draad gebleven in haar werk. "Ik vind het heel

normaal om even een praatje te maken met iemand die ik tegenkom in de flat", legt ze uit. Wel werd ze zich steeds meer bewust van de positieve impact die 'gewone aandacht' kan hebben op medemensen. In de afgelopen jaren leerde Rineke ook dat je geduld moet hebben om het vertrouwen van de ander te winnen. "Nu durven mensen mij in vertrouwen te nemen, hulp te vragen."

Zo werd Rineke contactpersoon voor de gemeente voor een aantal bureaus dat een beroep wilde doen op de Wet maatschappelijke ondersteuning, voor bijvoorbeeld een taxi-pas of scootmobiel. "Het valt me op dat mensen hun weg lastig kunnen vinden, terwijl hulpmiddelen hun leven een stuk makkelijker en leuker kunnen maken."

“Aandacht geven, dat doe je  
niet zozeer als professional,  
dat doe je als méns.”



“Naast aandacht, verrassing en humor  
is gelijkwaardigheid belangrijk.”



### Van naast elkaar, naar sámen

Samen met Corinda zocht Rineke in de afgelopen jaren verbinding met bewoners van de aanleunwoningen. “Daar was veel eenzaamheid”, vertelt ze. “We zijn gaan kennismaken en begonnen met een koffiemiddag eens in de drie, vier weken. Zaten mensen eerst op een rijtje náást elkaar koffie te drinken, als je nu binnenkomt, dan zie je mensen die echt in contact zijn met elkaar. Zo mooi! Er is een grote verschuiving geweest. Het vertrouwen is echt gegroeid.”

“Er zijn mooie verbindingen ontstaan”, bevestigt Corinda. “Dat komt ook doordat jij het snápt”, zegt ze tegen Rineke. “Je hebt zelf ervaren hoe je in een isolement kunt komen.” “Dat is zo”, reageert Rineke. “Ik ben zelf ziek geweest en ben ook een paar weken in het zorghotel geweest bij Woonzorgcentrum Humanitas. Daar heb ik gevoeld hoe het is om afhankelijk te zijn. En veilig. Hoe waardevol het is dat je ‘s nachts iemand kan bellen als je hulp nodig hebt.”

Haar eigen ervaringen zorgden ervoor dat Rineke nog meer motivatie vond om zelfbewust regie te nemen in haar leven en om anderen daar ook toe aan te moedigen. “Ik voel me thuis hier, het werk breidt zich steeds uit en ik blijf groeien.” Rineke is nu – met veel plezier en voldoening – ook aan de slag tijdens de activiteiten die Corinda organiseert voor bewoners van Woonzorgcentrum Humanitas.

Rineke: “Ik zeg tegenwoordig: ik ga wérken. Ik leer hier veel van Corinda. Zij is gewoon een lichtje voor de mensen”, complimenteert ze. “Mensen voelen zich op hun gemak bij haar, weten zich gezien en willen mee in haar energie. Ze is open en straalt optimisme uit vanuit haar hart.”

### Gewoon: daar houden we van

“Voor mij is dat heel gewoon”, reageert Corinda. “En gewoon: daar houd ik zo van.” Net als Rineke, benadrukt Corinda als professional het ‘normale’ in wat zij doet.

“Het is geen hogere wiskunde. Ik zou zeggen: het is terug naar waar wij als mens vandaan komen. Ik denk dat niemand geboren is om alleen voor zichzelf te leven. Aandacht geven aan de ander, aan je omgeving, een glimlach of een dankjewel: dat kost niks hè? Oprechte interesse in de ander, afstemmen op die ander: dat is de grote kracht.”

## “Wat wil je later worden als je oud bent?”

Toch lijkt juist dat normale soms zo ver weg. Hoe komt dat toch? “We zijn ver afgeraakt van het ‘normale’”, bevestigt Corinda. “Dat heeft met allerlei dingen te maken. De wereld is natuurlijk veel sneller geworden en ik denk ook dat we ons zelfbeeld tegenwoordig sterk ontleen aan ons beroep, aan functietitels. Dat geldt zowel voor professionals als vrijwilligers, of voor mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt. Iederéén heeft een talent om ten goede te benutten.”

Een les van de afgelopen jaren is wel: in buurten of gemeenschappen waar mensen ‘ver van elkaar vandaan zijn’, kan een professional nodig zijn die als vertrouwd gezicht weer verbinding tot stand brengt. En om uit te vinden wat dan nodig is in die straat of buurt, is tijd nodig. “Mensen leren kennen, ontdekken wie zij zijn: dat doe je meestal niet in een paar maanden.”

Aandacht geven: dat doe je niet zozeer als professional, dat doe je als méns. “Dat doe ik ook in mijn eigen woonwijk, of op straat”, legt Corinda uit. “Als ik bijvoorbeeld tegen een voorbijganger zeg dat iemand er mooi uitziet. Of in de supermarkt. Ik heb een kassière wel eens een grote bos bloemen gegeven om te laten weten: ik zie hoe mooi het is hoe jij alle klanten aandacht geeft en een praatje maakt.” “Een kleine moeite, met een groot effect”, vult Rineke aan. Een gemeend compliment, oprechte aandacht: daarmee zaai je iets. Je hoopt dat méér mensen die aandacht gaan uitdelen, legt Corinda uit. “Dat is ook aan het gebeuren! Organisaties hier in de wijk zijn meer gaan samenwerken. Ik merk het ook in de buurtkamer, waar Rineke en ik ook wel eens soep mee-eten op maandag. Daar zitten we dan aan tafel met professionals, vrijwilligers, bewoners en wijkgenoten. Samen. En daar zit ik dan zelf ook gewoon als mens. Naast een ander mens. In gesprek over het normale leven.”

### Mooie echte gesprekken

Precies dát gesprek van mens tot mens ervaren de hbo-studenten die in gesprek gaan met ouderen ook, zien Corinda en Rineke. "Studenten zijn gewend om met jongeren te praten, nu gaan ze in gesprek met mensen in een andere levensfase", legt Corinda uit. "En die reflecteren weer op zichzelf door die gesprekken met studenten. Er ontstaat vaak ongelofelijk leuk contact. Sommige 'duo's' houden na deze gesprekken contact met elkaar, blijven elkaar schrijven of bellen." Rineke: "Als je die ouderen dan ziet in zo'n gesprek, stralend, met blosjes op de wangen: daar word ik echt gelukkig van!"

Steevast onderwerp van gesprek: wat wil je worden als je oud bent? Na een aanvankelijke reactie in de sfeer van 'ik ben toch al oud?', komen de gesprekken wel op gang. "Je kunt 84 zijn," licht Corinda toe, "maar misschien word je wel 100. Wat zou je graag willen?" Soms leidt zo'n gesprek tot een kleine stap die grote invloed kan hebben op iemands welzijn.

"Eén mevrouw gaf aan dat ze zo graag meer buiten wilde zijn, in de natuur, de wind weer eens door haar haren voelen. Een student zei: 'daar is toch een tuin, waarom gaat u daar niet heen?' Ze is gegaan. Eerst met haar dochter, toen met een medebewoner en nu gaat ze zelf."

De studenten van nu werken straks als professionals in de zorg, met een nieuwe generatie veel mondigere ouderen. Juist daarom is het zo belangrijk om te investeren in die jeugd, benadrukt Corinda. "Studenten moeten veel kennis opdoen over 'de zorg' én welzijn mag in die opleidingen veel belangrijker worden."



### Verrassing in het normale leven

Normaal ... oké. Toch wist Corinda wijkgenoten te verrassen met een dosis theater in verschillende buurten van Borgele en Keizerslanden. Samen met Rineke bezorgde zij deur aan deur 'bloemetjes met een lach': aan burens, van burens. Die waren zo verrast dat er 'reuring en geroezemoes' ontstond en gaandeweg steeds meer onderlinge verbinding.

De twee deelden de 'opsteker van de week' uit, trakteerden op chocolademelk. Ook zat Corinda met koffie en appeltaart in de lift in een flat, om daar bewoners die de lift namen te verrassen met iets lekkers én een praatje. "We hebben wat afgesjouwd met tafels en koffiekannen", lacht Corinda. "En we hebben heel wat afgelachen ook. Lachen is zó belangrijk. Rineke en ik hebben samen tranen met tuiten gelachen en we lachen ook veel mét de mensen. Lachen, eten, muziek: dat verbindt allemaal."

Naast aandacht, verrassing en humor is gelijkwaardigheid belangrijk, vinden Corinda en Rineke. "De ander is gelijk aan jezelf", verwoordt Corinda. "En dat moet die ander ook voelen. Het is geen kunstje, het gaat erom dat je je bewust bent van je omgeving en afstemt op de ander. En dat je vooral de regie niet overneemt. Je moet er als professionals niet bovenop willen zitten. Wat bewoners zelf doen? Blijf daar vooral vanaf." Blijf wél in de buurt, vult Rineke aan. "Ik merk in de flat wel dat je moet blijven kijken. Vanuit een open houding open blijven staan voor contact, dat is mijn tip."





### Het goede gesprek tussen studenten en ouderen

Huurde Hogeschool Saxion vroeger een acteur in om studenten toegepaste psychologie te laten oefenen in gesprekstechnieken, tegenwoordig komen de studenten langs bij de Bloemendal en Woonzorgcentrum Humanitas voor een écht gesprek. Zo kunnen bewoners hun verhaal delen, leren studenten gesprekken voeren en ontstaat verbinding. Sommige studenten blijven een kaartje sturen naar hun gesprekspartners.

### De bibliotheek gaat eropuit

Bibliotheek Keizerslanden zoekt ook verbinding met wijkbewoners buiten de muren van de bieb. Superbuur Jorien van Buurtkamer Woonzorgcentrum Humanitas ging ook mee om een kop koffie te drinken en een praatje te maken met voorbijgangers.



### Camper Deef

Deef is een initiatief van meerdere (maatschappelijke) organisaties in Deventer die eenzaamheid willen voorkomen en bestrijden. Camper Deef brengt het vakantiegevoel tot op de stoep bij bewoners in Deventer wijken en vanuit de buurtkamers zijn ook professionals uit Keizerslanden en Borgele aangehaakt.

Lees meer over Camper Deef.



# 2

## Ontmoeten: op weg naar verbinding

Elkaar kennen is iets anders dan elkaar écht ontmoeten. Ontmoeting leidt tot enthousiasme, energie en gemeenschapszin. Ontmoeten is wel een werkwoord. Wat zijn bouwstenen voor het organiseren en stimuleren van die ontmoeting?

### Bouwstenen

#### **Bied warme ontmoetingsplekken met warme mensen**

Een cruciale bouwsteen: bied ouderen dichtbij huis een warme ontmoetingsplek waar zij elkaar én professionals in de wijk kunnen treffen. In Borgele is de Bloemendal een bruisende ontmoetingsplek voor eigen bewoners én wijkbewoners. In Keizerslanden is Woonzorgcentrum Humanitas dat ook voor omwonenden. Zo'n plek waar wijkbewoners graag samenkomen, is nodig. We noemen dit de sociale ruggengraat van de wijk.

Alleen die warme plekken zijn niet genoeg, het zijn natuurlijk de mensen die zo'n plek betekenis geven. Dit is ook een belangrijk vertrekpunt voor de ABCD-methodiek: zorg ervoor dat wijkbewoners het zinvol vinden om elkaar te blijven ontmoeten, zónder ander doel dan die ontmoeting.

Lees de verhalen vanuit de buurtkamers op pagina's 34, 44, 54 en 66.

#### **Verbinders van professionals**

In Borgele en Keizerslanden hebben kwartiermakers vanuit de Bloemendal en Woonzorgcentrum Humanitas gezorgd voor ontmoetingen tussen professionals, met als doel het sociaal weefsel in de wijk te versterken. De focus: ouderen langer fijn thuis laten wonen. Belangrijk is dat deze kwartiermakers écht onderdeel zijn van het ecosysteem in de wijk en ook zo gezien worden door inwoners. Zij verbinden, faciliteren en coördineren.

Lees de verhalen van Kim en Renate pagina's 30 en 56.



### Maak actieve vrijwilligers tot ambassadeurs

Betrek actieve vrijwilligers en nodig ze uit om hun sociale gezondheidsbril op te zetten en de boodschap van de Wijkgenootaanpak actief te delen. Zo speelde 'superbuur' Jolanda met haar positieve energie bijvoorbeeld een belangrijke rol in de Wijkgenootaanpak in Keizerslanden.

Lees het verhaal van Rineke, Tamara en Ineke op pagina's 22, 44 en 46.

### Eén verhaal, eigen taal

Professionals in zorg, wonen, welzijn, cultuur en sport: allemaal spreken zij hun eigen taal met bewoners. De verschillen zijn belangrijk en zorgen dat iedereen in de wijk aansluiting kan vinden via een kanaal. De gezamenlijke opdracht in de wijk waaraan we werken is afgestemd en gelijkgericht. Het wijkgenootverhaal vatte de boodschap waarmee professionals de wijk in gaan mooi samen. En dat verhaal ondersteunden we met een korte animatie die we maakten over de Wijkgenootaanpak.

Zie pagina 5 de wijkgenootanimatie.

### Niet perse méér doen, wel sámen doen

In Borgele en Keizerslanden werden al veel activiteiten georganiseerd die zich prima leenden om meer wijkbewoners bij aan te laten haken. Doe dus niet persé meer, doe het vooral samen. In Keizerslanden zijn de Bibliotheek, de Buurtkamers in het Oranjekwartier en Woonzorgcentrum Humanitas hun bestaande open huistijden en spreekuren voor wijkbewoners op elkaar gaan afstemmen. Hierdoor kunnen bewoners altijd ergens terecht in de wijk en is het aanbod overzichtelijker en toegankelijker geworden.

Lees de verhalen vanuit de buurtkamers op pagina's 34, 44, 54 en 66.

### Communiceer via bestaande en 'eigen' communicatiekanalen

Aanhaken bij wat er al is en gebeurt: dat geldt ook voor 'communicatie'. De belangrijkste communicatie gebeurt natuurlijk tussen professional(s) en wijkbewoners (zie ook de bouwsteen 'Eén verhaal, eigen taal').

Maak voor het communiceren van activiteiten – om de ontmoeting tussen wijkbewoners te ondersteunen – vooral gebruik van bestaande communicatiekanalen van de samenwerkende organisaties. Die kennen bewoners namelijk al.

In Keizerslanden en Borgele is samen nagedacht over hoe te communiceren over en vanuit de Wijkgenootaanpak. Strategische keuzes zijn verkend en afgestemd met de communicatieprofessionals van de samenwerkende partners in de wijk. En er zijn afspraken gemaakt. Alle organisaties nemen de 'wijkgenootboodschap' – waar dat logisch is – mee in de verhalen die zij delen. En in hun (interne) communicatie met professionals.

Het experiment gaf een 'boost' aan de communicatie over wat er allemaal te doen is voor, door en met wijkgenoten. Zo maakte Woonzorgcentrum Humanitas een 'glossy' voor wijkbewoners. En in Borgele is met vrijwilligers een buurtkrant gemaakt om activiteiten in en rond de Bloemendal bekend te maken. Trots zijn op de (kleine) successen en positieve verhalen delen, helpt om de beweging naar een sociale, zorgzame wijk te versterken en de positieve energie erin te houden.



“Hier komen verschillende doelgroepen bij elkaar, dat is zo mooi.”



**Kwartiermaker voorzorgcirkels Borgele Kim Snijders**

# Georganiseerde ontmoetingen leveren mooie verbindingen op

Met haar hele ziel en zaligheid zet Kim Snijders zich vanuit de Buurtbrouwerij in om het te laten bruisen in de ontmoetingsruimte van de Bloemendal. Ze is stagedocent van leerlingen uit het gespecialiseerd onderwijs en het praktijkonderwijs én ze is kwartiermaker van voorzorgcirkels in Borgele. En dat valt allemaal prachtig in elkaar, merkt Kim.

Verbinden zit in haar DNA. Kim doet de hele dag niet anders. Tevreden kijkt ze rond in de ontmoetingsruimte, die om 10 uur deze ochtend al bijna helemaal vol is. Aan tafeltjes zitten bezoekers te kletsen, een activiteitenbegeleidster doet een spelletje met een oudere dame en een groepje mannen is aan het biljarten. “Van de driehonderd bewoners van de Bloemendal is een derde actief betrokken. En er zijn nog eens zo’n 35 actieve vrijwilligers aangehaakt, waarvan vijf uit de wijk”, vertelt Kim. “Hier komen

verschillende doelgroepen bij elkaar, dat is zo mooi.” In de ontmoetingsruimte treft een mix aan mensen elkaar. De 55-plussers die zelfstandig wonen in de Bloemendal, bewoners met een verstandelijke beperking, ouderen uit de zorgwoningen, jongeren uit het voortgezet speciaal onderwijs en het praktijkonderwijs, buurt- en wijkgenoten, vrijwilligers en ook de professionals die werkzaam zijn in de zorg of technische dienst, drinken hier hun koffie. “Iedereen hoort erbij”, benadrukt Kim.

### High Tea: terugkerende ontmoeting

Kim is de afgelopen periode ook volop bezig geweest met het betrekken van bewoners uit de laagbouwoningen en flats rondom de Bloemendal, om die te motiveren elkaar te leren kennen, ontmoeten en naar elkaar om te kijken.

“Ik heb gemerkt dat deze plek heel belangrijk is om mensen met elkaar in contact te brengen. Met wat budget voor een hapje, een drankje en wat muziek kun je al veel doen”, vertelt Kim. “Elke maand komen er nu zo’n dertig bewoners uit de laagbouw naar de High Tea in de ontmoetingsruimte. Om wijkgenoten met elkaar te verbinden, werkt ‘de georganiseerde ontmoeting’ hier goed.”

Er ontstonden al mooie dingen. “Een aantal bewoners ziet elkaar nu elke vrijdagmiddag voor een borrel, andere mensen zijn samen gaan sjoelen”, illustreert Kim. Deze mensen bezorgen elkaar gezelligheid en zijn er voor elkaar als dat nodig is.

### De wijk in

Kim: “Ik ga geregeld de wijk in om ook buiten de Bloemendal mijn gezicht te laten zien. Ik trek dan vaak samen op met professionals van het Voor Elkaar-team, Solis en Woonbedrijf ieder1. Zo was er laatst een opruimactie in een flat waar we met bewoners koffie hebben gedronken.

Zo simpel kan het zijn. In een andere flat hebben we een borrel georganiseerd en in flat nummer drie maakten vrijwilligers een Chinese rijsttafel.”

Zo creëert Kim met collega’s in de wijk steeds momenten om met bewoners in kaart te brengen wat zij voor een ander willen en kunnen betekenen. “Daar komen mooie vervolgstappen uit. Zo willen flatbewoners in hun gemeenschappelijke ruimte meer gaan organiseren, die hebben alleen nog een klein zetje nodig.”

Een ander voorbeeld vindt Kim die bewoner die voor vijf mensen die lastiger ter been zijn, hun hond uitlaat. Anderen leerden hun buurvrouw beter kennen en nemen haar nu mee naar de High Tea. “We konden voor iemand die het hard nodig had een huishulp regelen en een andere dame is een trouw bezoeker van de gym geworden”, somt Kim op.

Dit is slechts een greep uit de verbindingen die Kim heel natuurlijk ziet ontstaan. “Mensen hoeven meestal maar éven die drempel over om aan te haken of mee te doen”, merkt zij. “Echt: het gaat niet over kapitalen die je hierin moet stoppen: het draait vooral om aandacht en tijd. En om een klein beetje geld om ontmoetingen te organiseren. Maak het niet zo ingewikkeld, houd het juist klein en simpel.”





# Tips van Kim

De Buurtbrouwerij werkt in de Bloemendal in Borgele samen met eigenaar Woonzorg Nederland, Zorggroep Solis, de Dimence Groep, de Parabool en MatchPOind (Matchen Passend Onderwijs in Deventer) aan een toekomstbestendig concept, waarbij mensen samen wonen in een mix van kleinschalige woonzorgomgevingen. Dit alles in een sociale leefomgeving waar 'noaberschap' voorop staat.



Scan en bekijk wat er allemaal gebeurt in de ontmoetingsruimte SAAM van de Bloemendal!

1

Stem je aanpak af op wat past bij de wijk: in Borgele is dat bijvoorbeeld georganiseerd ontmoeten.

2

Je moet een plek hebben in de buurt waar je wijkgenoten met een glimlach en een vriendelijk praatje ontvangt.

3

Een beperkt budget voor een aantal activiteiten is echt genoeg. Zorg dat dit budget duurzaam inzetbaar blijft over meerdere jaren.

4

Trek als professionals in de wijk samen op met elkaar: ik ga vaak samen met het Voor Elkaar-team de wijk in, of haak aan bij hun activiteiten – en andersom.

5

Een ontmoetingsruimte zoals die in de Bloemendal heeft een professionele coördinator – of noem het 'community-manager' – nodig, die vrijwilligers ondersteunt en die verbinding maakt met de wijk.

**Superbuur Jolanda Muilerman is gastvrouw in de Buurtkamer Woonzorgcentrum Humanitas**

# “Leuk dat je er bent, voel je thuis, voel je welkom”

Buiten staat de welkomstvlag klaar, binnen is de tafel gedekt. Superbuur Jolanda is elke maandag gastvrouw in de buurtkamer van Woonzorgcentrum Humanitas in Keizerslanden. Hoeveel bewoners uit het woonzorgcentrum én de wijk aanschuiven, ziet ze straks vanzelf. “De ene week zijn het er 20, de andere week 35. Soep genoeg voor iedereen!”

Jolanda werkt al jaren als helpende in de zorg bij Humanitas. Daarnaast is ze superbuur voor de jongeren die in het ‘powerhouse’ in de buurt van het woonzorgcentrum wonen. Die hebben net iets meer ondersteuning nodig om zelfstandigheid op te bouwen. Jolanda houdt een oogje in het zeil en ondersteunt ze bij het vinden van ritme in hun leven. Kort samengevat: ze is gewoon een goede buur. “Als er iets is, ben ik er”, legt ze uit.

Zo is het ook in de buurtkamer. “Ik ben er gewoon de hele dag. Soms komt een wijkbewoner hier ‘s ochtends al op tijd binnenlopen. Dan doen we een bakje koffie, maken een praatje, of gaan even rummikuppen. Een andere vaste bezoeker gaat hier zitten handwerken en dan kletsen we wat, terwijl ik de tafel dek. Ik laat vooral merken: leuk dat je er bent, voel je thuis, voel je welkom. Het gaat om aanspraak.”





“Je moet wel begrip kunnen opbrengen voor andermans ‘gedoe’.”

“Ik denk dat het helpt dat ik de taal van de straat spreek, ik praat hoe de mensen hier in de wijk ook praten.”



#### “Gewoon laten gaan”

Laatst hielp Jolanda een buurtkamerbezoeker even met het invullen van formulieren en verwees ze een andere buurtbewoner naar het Geldfitspreekuur in de Bibliotheek Keizerslanden. Ook vond ze een maatje voor iemand die aangaf best eenzaam te zijn en vertelt ze vaak over de activiteiten waaraan je bij Humanitas mee kunt doen. “Ik laat het gewoon gaan zoals het gaat. En komt er dan een vraag waarmee ik kan helpen? Prima. Zo niet, óók goed.”

Vaste prik is dat er tussen de middag soep is. “Ook het Voor Elkaar-team schuift dan aan”, vertelt Jolanda. “Die vertellen in de buurt over de buurtkamer en omgekeerd kunnen ze hier een praatje maken met mensen uit de wijk.” Ook de jongeren die leerwerkervaring opdoen in het woonzorgcentrum en van daaruit ook in de wijk, eten vaak een soepje mee.

#### Fijn: eigen plan trekken

De buurtkamer was ook een avond per week open, maar daar kwamen weinig mensen op af. “Daarom is er nu een extra middag. Ik denk dat ik daar een tostimomentje van maak. Dat is het fijne: ik kan hier mijn eigen plan trekken,

dingen uitproberen. Ik geef niet op. Dit is gewoon mijn passie: er zijn voor de mensen, iemand helpen als er problemen zijn.”

Mooi! Wat vraagt dat? “Ik denk dat het helpt dat ik de taal van de straat spreek, ik praat hoe de mensen hier in de wijk ook praten. Ik kom uit Sluiswijk, een echte volkswijk in Deventer. Ik ben wel wat gewend en laat me niet zo snel uit het veld slaan. Ik ga respectvol om met iedereen en dat verwacht ik ook terug.”

Nog iets belangrijks: je moet wel begrip kunnen opbrengen voor anderzins ‘gedoe’. Jolanda: “Mijn eigen leven was ook niet altijd makkelijk. Daardoor weet ik als geen ander dat iedereen in zijn leven in een moeilijke situatie kan komen. Ik kan me daar goed in inleven.”

Dankzij de voordracht van één van de oud-bewoners van het powerhouse kreeg Jolanda in 2025 een lintje. Óók vanwege haar vrijwilligerswerk voor Wijk- en Speeltuinenvereniging de Driehoek en voor de Supportersvereniging Go Ahead Eagles. “Een hele verrassing!”



“Het gaat om aanspraak.”

“We vinden het in onze samenleving vaak ongemakkelijk: omgaan met andermans eenzaamheid.”



**Superbuur Jorien Schulten van Woonzorgcentrum Humanitas**

# Verbinden vanuit eigen ervaringen

Superbuur Jorien verbindt bewoners en wijkgenoten vanuit haar eigen ervaringen. Als geen ander weet zij dat daarvoor geen standaard draaiboek bestaat. "Het is per mens zo anders wat helpt om verbinding te maken. Het enige dat je in mijn ogen kunt doen is daar ruimte voor bieden, zodat mensen die ruimte vervolgens zelf kunnen verkennen."

Het soepmoment dat collega superbuur Jolanda elke maandag organiseert, is een mooi voorbeeld van ruimte maken, vindt Jorien. Buren schuiven aan en

blijken dan al pratend allebei van biljarten te houden. Dan is de stap om dat samen te gaan doen snel gezet. Soms kan het zo makkelijk zijn.



“Ik merk dat als ik mij kwetsbaar opstel, ik ook kwetsbaarheid van de ander terugkrijg.”

#### Voorzorgcirkel geeft duidelijkheid

“Ik heb zelf meegemaakt wat existentiële eenzaamheid is”, vertelt Jorien. “Ik had in die periode nooit naar zo’n soepmoment gekúnd. Sterker nog: ik wilde helemaal niet opgevrolijkt worden. Ik had helemaal geen ruimte voor iets sociaals en was niet in staat om iets wederkerigs te doen. Maar een pannetje soep voor de deur was wél fijn geweest.”

Dit is het mooie aan een voorzorgcirkel, vindt Jorien. Je kunt samen afspreken dat het een periode zo kan werken dat de één iets voor een ander doet zónder dat er iets voor terug hoeft te komen. “Dat is duidelijk en schept óók ruimte”, is haar overtuiging. Een voorzorgcirkel waarin je de ander mag vragen om een pannetje soep voor de deur dus, zónder dat je meegaat naar de Bingo of een andere activiteit.

#### Kwetsbaarheid laten zien

Jorien: “We vinden het in onze samenleving vaak ongemakkelijk: omgaan met andermans eenzaamheid, met de donkere kant van het leven, met rouw. Terwijl ieder mens die fases doormaakt in het leven. Dat mag er ook zijn. Ik zou daarom bijvoorbeeld graag een rouwcafé oprichten voor wijkgenoten.”

Natuurlijk is het fijn als er familie en vrienden zijn die in moeilijke tijden met je begaan zijn. Jorien merkte zelf dat zij juist de steun van mensen in de ring daarbuiten zo prettig vond. De mensen die je kunt vragen om dat pannetje soep. Met wie je verder niets ‘hoeft’.

“Ik heb een periode lang veel steun gekregen van mijn voorzorgcirkel”, vertelt Jorien. “Nu ben ik weer in staat om veel te geven. Mijn ideaal is dat we als stam of als community zó met elkaar kunnen samenleven. Ik merk dat als ik mij kwetsbaar opstel, ik ook kwetsbaarheid van de ander terugkrijg. Dat gebeurt als je verbindt vanuit je eigen ervaringen.”

[Lees het blog van Jorien op pagina 42.](#)



“Ik kan mijn eigen ervaringen inzetten, dus dat is wat ik doe.”



# Noaberschap weer hip maken

“Toen ik gevraagd werd om Superbuur te worden, dacht ik: die baan is mij op het lijf geschreven. Praatjes maken met buurtbewoners, erachter komen wie zij zijn en waar ze behoefte aan hebben. Mensen samenbrengen en blij maken met een bloemetje, ijsje of kaartje. En meedenken hoe we onze buurtbewoners kunnen betrekken bij Woonzorgcentrum Humanitas. ‘We zijn op zoek naar iemand die op een positieve manier reuring brengt’, was de vraag. Ah: dat kan ik!

Inmiddels heb ik een aantal mooie dingen mogen doen, zoals de organisatie van het muziekfestival ‘Gluren bij de Buren’ in onze binnentuin en een uitje naar de StöppelHaene in Raalte. Ik heb ijsjes uitgedeeld op Burendag en met collega’s van de Bibliotheek Keizerslanden koffieprijtjes gehouden in de buurt tijdens de Week van de Verbinding.

Ook ben ik vaak te vinden in onze buurtkamer, bij het drukbezochte soepmomentje voor burens. En met Woonbedrijf ieder1 kijk ik hoe we ook jonge mensen en andere culturen kunnen laten aansluiten bij activiteiten.

Het zijn zeer uiteenlopende en diverse dingen. Wat de gemene deler is? Aandacht en verbinding. Mensen écht zien en écht luisteren naar wat ze te vertellen hebben. Ruimte creëren, zodat mensen zichzelf kunnen zijn en vanuit daar verbinding kunnen maken met anderen. Begrippen die nu zeldzaam lijken, maar die ooit doodnormaal waren. Ik ben bezig om noaberschap weer hip te maken!

Voordat ik deze baan in mijn schoot geworpen kreeg, kwam ik uit een hele pittige periode waarin ik, door een aantal levensveranderende gebeurtenissen, op mijzelf teruggeworpen was. Ik kwam terecht in een stacaravan op een camping in de Achterhoek, omdat ik geen huis meer had.

Dankzij mijn hond maakte ik elke dag een rondje over de camping. Zo leerde ik iedereen daar al snel kennen en zag ik hoe ik in een warm bad terecht gekomen was.

Mijn buurman Jeroen, die van tuinieren houdt en de tuinen bijhoudt van mensen die dat zelf niet willen of kunnen, in ruil voor koekjes of een maaltijd. Mijn buurvrouw Carolien, die graag haar ovenmaaltijd deelt, omdat ze die zelf niet op kan. Femke, die een campingkoortje begint omdat ze van zingen houdt. Sam, die kleding doorgeeft omdat het bij een ander beter staat. Een boek dat ik leen van Erna, of de staafmixer die ik van Emma mag gebruiken. Het universum had mij een voorzorgcirkel gegeven!

Mijn hele leven al, ervaar ik een groot gemis aan verbondenheid, een stam, een community, waarin we met elkaar samenleven en voor elkaar zorgen op een manier die bij ons past. Een plek waar iedereen zichzelf kan en mag zijn en waar ieders kwaliteiten ingezet worden voor het grotere geheel. Ineens zag ik het: deze baan als superbuur heb ik gekregen, omdat ik nu mijn eigen ervaringen kan inzetten! Dus dat is wat ik doe. Ik vertel over mijn gemis, over hoe ik er mee omgegaan ben, over wat niet werkte en wat wel. En ik vraag: ‘hoe was dat voor jou?’ Ik heb gemerkt dat als ikzelf kwetsbaar durf te zijn en iets over mijzelf deel, de ander dat ook doet. Pas dan ontstaat er echte verbinding.

Therapeut Gabor Maté, die zich bezighoudt met trauma, zei: ‘Veiligheid is niet de afwezigheid van gevaar, maar de aanwezigheid van verbinding’. Laten we onszelf die veiligheid teruggeven!”

Gastvrouw van Buurtkamer de Koning Tamara Harsveldt

“Doordat ik al tien jaar een vertrouwd gezicht ben, nemen mensen vaak wel iets van mij aan”

Wie Buurtkamer de Koning zegt, zegt Tamara. Zij is een bekend en vertrouwd gezicht in het Oranjekwartier en is daar elke dinsdag en vrijdag gastvrouw. Ze organiseert er kinderactiviteiten, meidenmomenten, is soms bij de wekelijkse spelletjesavond en helpt bij Samen aan tafel!. En dan zit ze ook nog in de redactie van de Oranjekrant die huis-aan-huis wordt verspreid.

“Ik vind het leuk om dingen te bedenken en te organiseren”, vertelt Tamara enthousiast. “Ik praat makkelijk met mensen en leg snel contact. Dat is mijn kracht.” Dat klopt als een bus, want Tamara bezorgt bezoekers van de buurtkamer een warm welkom en een grote glimlach. “Dat geeft me gewoon energie”, zegt ze bescheiden.

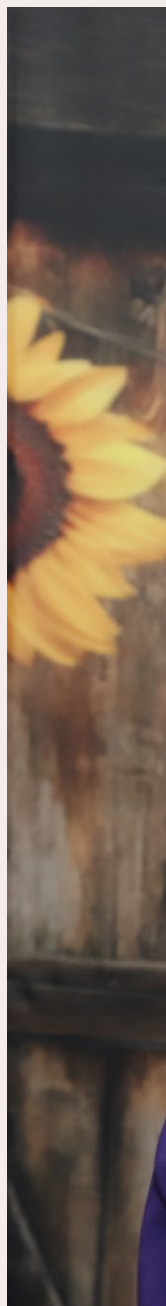
Tamara werkte jarenlang fulltime en pakte van alles aan. “Ik ben helaas afgekeurd, dus dat lukt niet meer. Maar ik houd niet van stilzitten. Dat komt ook door mijn ADHD: mijn hoofd staat altijd aan. Daarom vind ik het hier ook zo fijn, omdat ik hier veel kan doen. En het is ook goed voor de buurt, deze buurtkamer. Hier mag iederéén zichzelf zijn, hier

hoef je niet het gevoel te hebben dat je raar bent. Hier is een luisterend oor.”

#### Vertrouwen

Wat óók belangrijk is: als er meer hulp nodig is, dan kan Tamara buurtbewoners verbinden met professionals. “Veel mensen hebben negatieve ervaringen met instanties”, weet ze. “Daardoor is er weinig vertrouwen. Doordat ik al tien jaar een bekend gezicht voor ze ben, nemen mensen van mij vaak wel iets aan.”

Het vertrouwen dat Tamara zélf voelt met professionals Babette en Aniek die in de buurtkamer werken, is voor haar superbelangrijk. “Zij weten dat ik een vrolijke stuiterbal ben, maar ook dat het soms een strijd is in mijn hoofd. Ik word





Scan en bekijk alle  
activiteiten in  
Buurtkamer de Koning.



in mijn waarde gelaten en ik word gewaardeerd om wat ik kan en doe. Er zijn genoeg mensen die dat niet zien en die mij onderschatten. Hier mag ik groeien en dat is zó'n fijn gevoel. Ik leer mijzelf beter kennen. Door het samen eten hier in de buurtkamer, eet ik bijvoorbeeld ook dingen die ik niet kende."

#### **Tamara's droom**

Tamara's hart gaat voorál uit naar alles wat de buurtkamer voor de kinderen en jongeren in het Oranjekwartier kan betekenen.

"Ze vertellen hier verhalen waarmee ze thuis niet altijd terecht kunnen. En ouders vragen hier ook wel om opvoedhulp. Daar ben ik trots op, want kinderen staan toch aan het begin."

Samen met onder andere vriendin en wijkgenoot Brenda maakte Tamara zich jarenlang sterk voor een buurtkamer. Dat die er nu is, maakt haar natuurlijk heel blij. "Als ik hier later met Brenda op een bankje op het plein tegenover de buurtkamer zit, dan hoop ik dat de buurtkamer nog steeds bestaat."

“Het mooie is dat jong  
en oud samenkomen.”



**Ineke Braker is vrijwilliger en 'verbinder' in de Bloemendal**

“Op elkaar letten  
doe je toch gewoon,  
als mens?”

Ineke heeft het ideale 'vrijwilligers-CV'. Zij werkte als verpleegkundige en heeft jarenlange ervaring in de horeca. Een echte aanpakker, die zich als vrijwilliger inzet in de Bloemendal in Borgele. Zelf vindt de geboren Twentse dat heel normaal. “Een beetje op elkaar letten, dat is toch gewoon noaberschap?”



Ineke is lid van de bewonerscommissie van de Bloemendal, zit sinds kort in de cliëntenraad van zorgorganisatie Solis en ze kookt en organiseert heel wat af in samenwerking met de Buurtbrouwerij.

Door gezondheidsklachten moest Ineke zo'n vijf jaar geleden helaas stoppen met werken. Ze verhuisde vanuit Hengelo naar Deventer – waar haar drie kinderen wonen – en vond een 55+-appartement in de Bloemendal. “Een fijne ruimte, alles gelijkvloers en ik kan mijn hondje uitlaten in het park hier dichtbij. Ideaal.”

### Gelukkig weer actief

Toen de Buurtbrouwerij vrijwilligers zocht om te helpen met het kerstdiner in de nieuwe ontmoetingsruimte van de Bloemendal, meldde Ineke zich aan. "Ik dacht: zo leer ik snel mensen kennen."

Sindsdien is Ineke veel uurtjes in de weer als vrijwilliger. Doordat ze dit zelf kan plannen en tussendoor kan rusten, kan ze bergen werk verzetten. En dat doet ook haarzelf heel goed. "Als je altijd heel actief bent geweest en dat kan ineens niet meer, is dat heel moeilijk. De Bloemendal is mijn redding geweest."

Samen met de Buurtbrouwerij organiseert Ineke allerlei leuke activiteiten, zoals een kermisweek, of binnenkort een jaren zestig-/zeventigweek. Dan is er elke dag iets anders te beleven waar veel mensen op af komen.

"Dit soort activiteiten is heel belangrijk, want er is best veel eenzaamheid in de buurt", weet Ineke. "Er zijn mensen in de zorgwoningen die nooit bezoek krijgen bijvoorbeeld. Die kunnen hier dan wel een praatje maken en onder de mensen komen."

### Eten verbindt

Naast organiseren is koken Inekes grote hobby. "Twee keer per maand kook ik in de keuken van de ontmoetingsruimte. Bij ons wereldmenu laatst schoven tachtig bezoekers aan, hier uit het gebouw en uit de buurt." Ineke maakte Spaanse tapas, Italiaanse minestrone-soep, Hongaarse goulash en Nederlandse andijviestamppot. Met hulp van veel andere vrijwilligers werd de avond een groot succes. Met eenzelfde inzet organiseert Ineke ook (mede) High Teas voor wijkgenoten. Samen eten verbindt en zo leren de buurtbewoners elkaar beter kennen. En dat werkt: Ineke zag al mooie contacten ontstaan. Het zijn ook de momenten om goed te peilen hoe het met mensen gaat, vertelt Ineke.

"Ik zie veel. Zo was hier een meneer die er steeds slechter uit ging zien en die zelf geen actie ondernam. Uiteindelijk heb ik de huisarts gebeld en dat was maar goed ook ..." Ineke sprak ook al eens iemand aan op overmatig alcoholgebruik en die nam een tijdje toch een glaasje minder. "Als buurtgenoten kun je elkaar wat meer zeggen", merkt zij.

En nee, je hoeft de ander niet eens perse aardig te vinden om op elkaar te letten, is Inekes overtuiging. Zo kijkt zij ook om naar een 'eigenwijze' bewoner van 95 en checkt elke dag even of het goed gaat. "Dat doe je toch gewoon, als mens?"

### Samen leven

Het mooie van de ontmoetingsruimte in de Bloemendal is dat jong en oud(er) samenkomen, die allemaal een zeer verschillende achtergrond hebben. De bewoners uit de zorgappartementen, de bewoners met een verstandelijke beperking die begeleid wonen, de bewoners met psychische uitdagingen ... Dat mixt mooi met de bewoners die zelfstandig wonen in een van de 55+-woningen. "En dan hebben we nog de bewoners uit de woningen om de Bloemendal heen."

Ineke geniet ook van het contact met de leerlingen van het voortgezet speciaal onderwijs en praktijkonderwijs, die in de Bloemendal leren en werken. Met haar horeca-ervaring kan ze die zo nu en dan op een fijne manier coachen. "Iederéén kan hier van betekenis zijn, op zijn eigen manier. Zo helpen er bijvoorbeeld ook vrijwilligers achter de informatiebalie. Dat werk is zo belangrijk voor ze, maar schrijven vinden ze lastig. Nou: dan schrijf ik dat briefje toch even als dat moet?"

"Iederéén kan hier van betekenis zijn, op zijn eigen manier."





### Ontmoetingen mogelijk maken

De Buurtbrouwerij runt de ontmoetingsruimte van de Bloemendal. In en vanuit die plek wordt door samenwerkingspartners in de wijk van alles georganiseerd om ontmoetingen tussen wijkgenoten mogelijk te maken, zoals een burendag of een cultuurfestival.



Scan en bekijk wat er te ontmoeten valt in de Bloemendal!

# 3

## Verenigen: voorzorgcirkels vormen

Hoe nodig je wijkbewoners die elkaar geregeld ontmoeten uit om als wijkgenoten een voorzorgcirkel te gaan vormen?

### Bouwstenen

#### **Werk vanuit een samenwerkingsagenda**

De ontmoetingsbijeenkomsten voor professionals hebben geleid tot een samenwerkingsagenda die past bij de dynamiek in de wijk. Zo'n agenda helpt om focus te krijgen en te houden en maakt ook concreet wat professionals op welk moment doen om wijkbewoners elkaar te laten ontmoeten en aan te moedigen om een voorzorgcirkel te vormen. In de wijk Keizerslanden wordt de activiteitenkalender breed gedeeld.

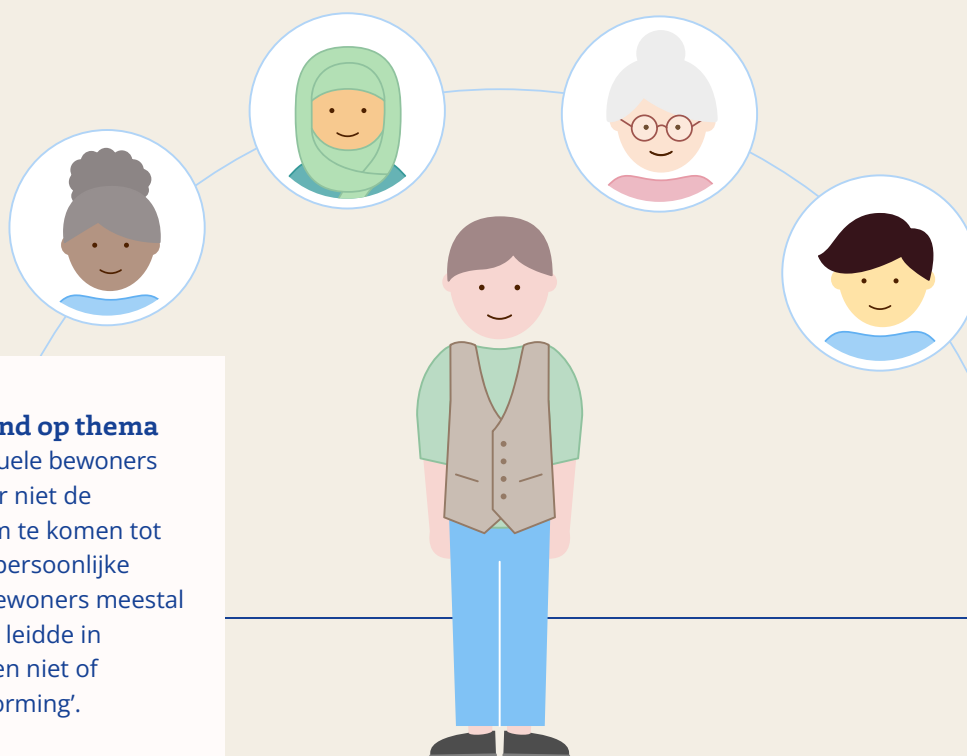
#### **Vragen kunnen stellen, problemen kwijt kunnen**

Een of meerdere plekken waar bewoners eenvoudig kunnen binnenlopen, zijn niet alleen belangrijk als ontmoetingsplek(ken). Het zijn ook landingsplekken voor vragen, worstelingen, uitdagingen of problemen. Professionals die hier aanwezig zijn en werken, bieden een luisterend oor en kunnen, als het gewenst is, hulp regelen. Want elk verhaal wil gehoord worden, maar niet alle verhalen zijn hulpvragen.

Lees de verhalen over en vanuit de buurtkamers op pagina's 34, 44, 54 en 66.

#### **Ook een kleine groep is een groep**

Een voorzorgcirkel bestaat in de ideale situatie uit zo'n tien tot vijftien wijkgenoten. Ook in kleiner verband kunnen wijkgenoten natuurlijk naar elkaar omkijken. Bovendien: wat klein begint kan groeien. Ga vooral van start! Zo groeide een klein groepje biljarters in Woonzorgcentrum Humanitas uit tot een voorzorgcirkel van wijkgenoten.



### Organiseer en verbind op thema

Gesprekken met individuele bewoners bieden wel inzicht, maar niet de gewenste verbinding om te komen tot een voorzorgcirkel. De persoonlijke aandacht wordt door bewoners meestal wel gewaardeerd, maar leidde in Borgele en Keizerslanden niet of nauwelijks tot 'groepsvorming'.

Begin dus vooral bij/met groepjes of clubs waarin wijkbewoners elkaar al ontmoeten. Of nodig bewoners uit tot die ontmoeting. Daarvoor helpt een gemeenschappelijke interesse of gedeeld 'belang' écht. Denk aan samen sporten, werken in de moestuin, samen eten of zingen in een koor.

In Keizerslanden is een gezamenlijke activiteitenagenda gemaakt met voor elk wat wils: van kinderactiviteiten tot spelletjesmiddagen en van koffieochtenden voor ouderen tot filmmiddagen.

**Lees het verhaal van Jos op pagina 52 en de verhalen over en vanuit de buurtkamers op pagina's 34, 44, 54 en 66.**

### Train de trainer!

Om voorzorgcirkelkennis verder te verspreiden, is een train-de-trainer-aanpak helpend. In Borgele en Keizerslanden is de kwartiermaker voorzorgcirkel gestart met een training geven aan professionals en actieve vrijwilligers in de wijk. Hier waren ook ervaringsdeskundigen uit bestaande voorzorgcirkels bij betrokken. Een jaar later kunnen de meeste professionals en actieve vrijwilligers zo'n training geven. Hierdoor bereiken we meer ouderen en wijkgenoten.

### Zorg dat bewoners elke dag 'ergens' welkom zijn

In Borgele zijn wijkbewoners elke dag welkom in de Bloemendal, voor een kop koffie of een activiteit. In Keizerslanden zijn er drie warme ontmoetingsplekken waar bewoners kunnen binnenlopen: Bibliotheek Keizerslanden, Buurtkamer de Koning en Woonzorgcentrum Humanitas. De professionals die werken in en vanuit de ontmoetingsplekken zorgen met elkaar voor de sociale ruggengraat van de wijk: bewoners zijn altijd 'ergens' welkom.

**Lees de verhalen over en vanuit de buurtkamers op pagina's 34, 44, 54 en 66.**

### Uitspreken: wij kijken naar elkaar om!

Het is belangrijk dat een groep wijkbewoners samen uitspreekt en afsprekt dat zij naar elkaar willen omkijken en op elkaar letten. Sommige groepen maken ook echt een afspraak om een voorzorgcirkel te vormen. Dat hoeft niet perse, hebben wij geleerd in Keizerslanden en Borgele. Een 'clubgevoel' uitdragen is belangrijk om de verbinding kracht bij te zetten. Zo heeft één van de voorzorgcirkels in Borgele zelfs een eigen voorzorgcirkelvlag die vrolijk wappert aan het gebouw!

### Bedenk geen oplossingen vóór bewoners

Er is geen blauwdruk voor een voorzorgcirkel. Laat het vooral uit wijkgenoten zélf komen hoe zij hun voorzorgcirkel willen vormgeven. Tips geven kan natuurlijk wel, en uitwisseling tussen voorzorgcirkels stimuleren ook. Zij kunnen van elkaar leren en elkaar inspireren.

**Lees het verhaal van Bert op pagina 68.**

Linedancers blij met hun oefenplek in Woonzorgcentrum Humanitas

# Bewoners uit de buurt zijn trouwe supporters

Elke dinsdagavond installeert Jos Ververda zijn muziekinstallatie en boxen – aangeschaft met een bijdrage van WijDeventer – in het Proathuis van Woonzorgcentrum Humanitas. Het is tijd om te dansen! De linedancers kennen elkaar al heel lang en kijken als hechte groep echt naar elkaar om.

“We zijn heel blij met deze plek”, vertelt Jos. “Onze tegenprestatie is dat bewoners uit het woonzorgcentrum en uit de buurt naar ons kunnen komen kijken. Ouderen hebben een leuke avond en wij hebben publiek.” Soms neemt de groep iets lekkers voor ze mee voor in de pauze, maar ook de trouwe supporters trakteren wel eens.

De dames die vanavond langs de dansvloer zitten, genieten zichtbaar van de muziek en de optredens van de linedancers. Er komt regelmatig applaus en de bezoekers bewegen mee op hun stoel. “Hartstikke leuk”, vertelt Yvonne. Zij woont in een aanleunwoning achter Humanitas en komt met haar rollator binnenwandelen. “Hier word je toch vrolijk van?”

## Blij met een oefenplek

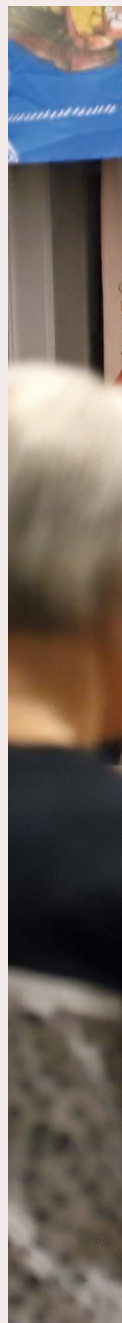
De dansgroep danst twee keer per week. Op vrijdag is woonzorgcentrum Ludgerus gastlocatie en op dinsdag Humanitas. “Dankzij Carla van het Voor Elkaar-team hebben we deze plek gevonden. We dansten altijd in een ander gebouw, maar daar moesten we uit. Na tig jaar

samen dansen was dat natuurlijk wel heel sneu, dus hier zijn we echt blij mee.” Jos danste ook jaren mee. Helaas lukt dat vanwege zijn gezondheid nu niet meer. Nu regelt hij de muziek. En hoe! Het ene na het andere nummer wordt gestart en de voetjes gaan van de vloer. “Het blijft een mooie hobby”, glundert Jos, terwijl hij kijkt naar de dansmoves op de vloer.

## Alles kan en mag

Iedereen is welkom bij de dansgroep. De harde kern bestaat al lang. “We zijn hier puur voor de fun”, benadrukt Jos. “Het is allemaal heel vrij, of je de dansen nu goed kent of niet, of je nu één nummer meedoet, of allemaal. Alles kan en mag.”

“Ik dans al twintig jaar mee”, vertelt Annie. Ook nu ze ziek is, komt ze trouw. Al kan ze niet meer elke dans meedoen. “Thuis zit ik maar alleen en dit geeft veel afleiding. Dat is heel fijn. Iedereen in de groep leeft met mij mee. Ze zien aan mijn gezicht al of het goed met me gaat, of iets minder. En af en toe sturen ze een WhatsAppje.”





Zowel Woonzorgcentrum Humanitas in Keizerslanden als de Bloemendal zijn locaties die ontmoeting tussen bewoners en buurtbewoners ondersteunen. Zij bieden ruimte en faciliteiten voor activiteiten: van biljarten tot een buurtband, van samen eten tot koffieochtenden en buurtfeesten: de lijst is lang. In Woonzorgcentrum Humanitas betalen groepen en clubs een zeer gering huurbedrag, in ruil voor een 'tegenprestatie' die bewoners en wijkgenoten ten goede komt.

**Community librarian Minka Hebing van Bibliotheek Keizerslanden**

“Wij willen graag  
de bibliotheek van  
de wijk zijn”



“We willen graag de bibliotheek van de wijk en voor wijkgenoten zijn”, vertelt Minka Hebing enthousiast in het café Koek & Boek van Bibliotheek Keizerslanden. Samen met collega Gertrude is Minka ‘community librarian’, oftewel: een wijkverbinder. “De bibliotheek is meer dan ‘boeken’, het is ook een plek voor wijkbewoners om te verblijven, rust of aansluiting te vinden en hun zelfredzaamheid te vergroten.”



De bibliotheek wordt meer en meer een plek waar je niet alleen komt om een boek te lenen of even te gaan zitten lezen. Wijkbewoners kunnen bijvoorbeeld ook terecht op het Ontwikkelplein, waar zij hun taal of digitale vaardigheden oefenen. Of praten met bijvoorbeeld Woonbedrijf ieder1, het Voor Elkaar-team, de wijkagent, of juridische hulp krijgen. Ook is er een spreekuur van Geldfit voor vragen over financiën en administratie.

#### Steeds meer van de wijk

De bibliotheek biedt ruimte aan tal van activiteiten: voorlezen voor de kleintjes, kennismaken met techniek, spelletjesmiddagen, een senioren-voorleeslunch, creatieve clubjes, noem maar op.

“Als iemand uit de wijk een goed idee heeft voor iets nieuws, dan kijken we of we dat samen kunnen organiseren”, vertelt Minka. En natuurlijk mag je ook gewoon gezellig in het café zitten. Om de bibliotheek nog meer een huiskamergevoel te geven, komt er binnenkort een gezellige bank met kussens te staan.

#### Samen een rijker aanbod voor wijkgenoten

Samen met onder meer Buurtkamer de Koning en Buurtkamer Woonzorgcentrum Humanitas is Bibliotheek Keizerslanden een vaste ‘ontmoetingsplek’ geworden voor bewoners in de wijk Keizerslanden. Minka is blij met deze samenwerkingen.

“Wij gunnen elkaar als organisaties veel. Als er in de wijk al een wandelclub is, hoeven wij die niet te starten”, geeft ze als voorbeeld. “Ook verwijzen we wijkgenoten door. Zo komen

er mensen via de buurtkamers naar ons Ontwikkelplein en heb ik mensen bijvoorbeeld gewezen op de cursus tekenen en schilderen in Woonzorgcentrum Humanitas. “Als organisaties houden we korte lijntjes met elkaar, zo kunnen we goed aansluiten bij bewoners. Dit werkt fijn en daar zijn we trots op.”

Als organisaties kun je samen niet alleen een rijker activiteitenaanbod bieden, maar ook beter voldoen aan verschillende behoeftes van wijkgenoten. Minka: “De één kiest graag voor de gezelligheid of een activiteit in een buurtkamer, terwijl een ander liever bij ons de krant leest of hier gewoon wil verblijven, zonder dat ‘ie hoeft te kletsen. Ook dat is betekenisvol en kan iemand minder eenzaam laten voelen.”

#### De wijk in

Niet alleen in de bibliotheek maken de medewerkers verbinding met wijkgenoten, ook daarbuiten. “Zo zijn we tijdens de Week van de Verbinding samen met de superbuur van Woonzorgcentrum Humanitas de wijk in gegaan met onze biebbakfiets. We maakten een praatje, dronken een kop koffie met wijkgenoten, zonder dat we iets van mensen ‘willen’ of vragen. We gaan gewoon als onszelf, zonder agenda, en maken contact. Met die instelling gaan we ook mee met Camper Deef\*.”

Van het organiseren van een buurtlunch tot buiten gaan stoepkrijttekenen, of spontaan gaan zingen in de bibliotheek: het is ook zien waar mensen op af komen en van gaan stralen. “Uitnodigend zijn en laten weten dat we er zijn: we proberen met elkaar uit wat werkt”, vat Minka samen.

Scan en bekijk wat er te doen is in de bibliotheek en op het Ontwikkelplein.



\* Camper Deef is een ‘rijdende’ buurtkamer en een initiatief van Deef: een netwerk van samenwerkende organisaties die eenzaamheid in Deventer bestrijden.

**Superbuur en coördinator aanleunwoningen Renate van der Lende**

# “Als buurvrouw kijk ik naar de buren om”

Eens in de drie weken nodigt Renate de bewoners van de circa veertig aanleunwoningen naast Humanitas uit voor de ‘gezellige middag’ in het ‘Proathuus’ van het woonzorgcentrum. Als coördinerend superbuur en seniorencoach gaat ze soms ook op bezoek, ondersteunt waar nodig, verbindt bewoners met elkaar en regelt hulp: wat maar nodig is. “Deze rol is mij op het lijf geschreven; ik krijg er zóveel energie van!”

De aanleunwoningen die bij Woonzorg Nederland worden gehuurd, bieden bewoners de mogelijkheid zelfstandig te wonen. Als buren van Humanitas zijn zij altijd welkom om te komen eten in het woonzorgcentrum, of om aan te haken bij activiteiten. “Er zijn bewoners die bij ons biljarten, die naar het Sociaal Café komen, of die soep komen eten in de buurtkamer”, schetst Renate. “Sommige bewoners drinken koffie bij elkaar, of wandelen samen naar het winkelcentrum.”

Deze burencontacten ontstonden niet vanzelf: daarvoor was ‘buurt maken’ nodig, zoals dat vroeger in veel buurten heel normaal was. Door aan te bellen, contact te maken en dat vooral te blijven doen, is een echt buurtje ontstaan, merkt Renate. Om die reden nodigt zij ook oud-bewoners van de aanleunwoningen, die zijn verhuisd naar het woonzorgcentrum, nog steeds uit voor de gezellige middagen. “Ik zorg dan voor een kaasje, een worstje, een chipje en een drankje.”





“Burencontacten ontstonden niet vanzelf:  
daarvoor was ‘buurt maken’ nodig.”

### Weten wie er in je buurt woont

Dankzij het buurt maken leerden veel bewoners niet alleen Renate en haar voorganger Corinda beter kennen, maar ook elkaar. Zij vroegen Renate om een telefooncirkel te maken, zodat zij elkaar ook kunnen bellen als iemand zich bijvoorbeeld onveilig voelt, om te vragen of iemand mee wil naar een afspraak in het ziekenhuis of als iemand een boodschap nodig heeft. En belandt iemand in het ziekenhuis, dan wordt een bloemetje geregeld. "Vaak word ik wel ingeseind of ingeschakeld. Mooi, want dan weet ik ook weer van ieders wel en wee."

Zo is een zorgcirkel ontstaan waarin Renate, vrijwilligers en de bewoners van de aanleunwoningen samen optrekken. "Gewoon een beetje terug naar hoe het vroeger ging, wat in de huidige tijd niet meer zo vanzelfsprekend is. En je hoeft echt niet alle ins en outs van elkaar te weten, elkaar kénnen vind ik zelfs al een groot woord. Alleen weten wie er in je buurt woont, helpt al om naar elkaar om te kijken als dat een keer nodig is. Ik ben in deze zorgcirkel ook de buurvrouw die naar burens omkijkt."

### Doen wat nodig is (en dan weer loslaten)

Renate: "Eén bewoonster is een tijd terug helaas overvallen in haar woning. Verschrikkelijk natuurlijk. Ik heb Slachtofferhulp geregeld, heb zelf een paar coachingsgesprekken gevoerd en heb in overleg ook de burens ingeschakeld om haar te steunen. Eerst vond ze het bijvoorbeeld lastig om weer alleen naar de gezellige middag te komen, dus haalden burens haar op. Inmiddels doet ze dat weer zelfstandig. Dat is mooi: ondersteunen, op weg helpen en weer loslaten als je ziet dat het goed gaat."

Een ander voorbeeld. Vlak voor haar vakantie, kreeg Renate een seintje van vrijwilliger Rineke die bij een meneer aan de deur was. Hij bleek plotseling dermate gezondheidsklachten te hebben dat Renate de huisarts belde. "Hij was zo slecht ter been dat hij zelf geen boodschappen meer kon doen of eten kon maken. Zijn suikerspiegel was helemaal ontregeld. Was dit niet signaleerd, dan was er geen zorg geregeld." Wel een doorn in het oog: het was vier dagen 'touwtrekken' met de huisarts om de noodzakelijke zorg te organiseren. "Dat maakt zo'n coördinatorrol ook noodzakelijk."

### Zelfstandig wonen, met net iets meer steun

Niet alle bewoners doen actief mee. "Sommige mensen zijn graag op zichzelf. Bij één dame ga ik eens in de drie, vier maanden op bezoek en heb ik een keer geholpen om wat formulieren in te vullen. Andere bewoners geven aan dat ze nog zo fit zijn dat ze geen ondersteuning nodig hebben. Overal blijf ik aanbellen, zodat bewoners weten wie ik ben. Ik laat mijn kaartje achter en zeg erbij dat je nooit weet wat er op je pad komt. Het leven kabbelt door en als je een dagje ouder wordt kan er een tijd komen dat je wél iemand nodig hebt."

Het merendeel van de bewoners is heel blij met de verbinding met Renate en met de vrijwilligers Rineke en Steffanie. "Bewoners wonen zelfstandig met wel iets meer toezicht en steun. Dat geeft een veilig gevoel. Zo zou het op veel meer plekken in de wijk kunnen. Samen met superbuur Jolanda kan ik bijvoorbeeld goed afstemmen: wie van de wijkbewoners die soep komt eten in de buurtkamer, zou eens een extra bezoekje nodig hebben?"

### Wat vraagt deze rol?

Wat je nodig hebt om deze rol goed in te vullen? "Je moet inlevingsvermogen hebben, goed kunnen observeren en het gesprek durven aangaan", somt Renate op. "Ik ben niet alleen seniorencoach, maar ook AlzheimerFluisteraar: een methodiek om in verbinding te blijven met mensen met dementie. Die kennis en vaardigheden zet ik allemaal in."

En o ja: kunnen omgaan met menselijke relaties die níet altijd soepel verlopen, is ook handig. "Overal zijn er mensen die elkaar niet liggen en overal kom je geroddel tegen. Ook hier. Dan leg ik uit dat iedereen een eigen mening mag hebben, maar dat je elkaar nog niet meteen in de haren hoeft te vliegen."



“Er is een voorzorgcirkel ontstaan waarin Renate, vrijwilligers en de bewoners van de aanleunwoningen samen optrekken.”



Renate werkt als buurtmaatje (lees: welzijnsmedewerker) bij Woonzorgcentrum Humanitas en besteedt daarnaast drie uur per week aan haar rol als coördinator aanleunwoningen/superbuur/ seniorencoach. “Dat worden er meestal meer.”



Om zoveel mogelijk bewoners van de aanleunwoningen naast Woonzorgcentrum Humanitas te motiveren mee te doen met een valpreventietraining, gaan superburen Renate en Jorien langs alle deuren om de informatiefolder daarover persoonlijk af te geven. "We bellen aan, maken een praatje. Weer een mooi contactmomentje. Bewoners hebben ons gezicht weer even gezien."



Danny was voor haar verhuizing naar een aanleunwoning al actief als vrijwilliger bij Woonzorgcentrum Humanitas en is dat nog.

**Jong en oud(er) kunnen veel aan elkaar hebben**

# Maatjes Herman en Sven verrijken elkaars leven



Woonzorgcentrum Humanitas in Keizerslanden is er zeker niet alleen voor ouderen, je komt er ook veel jongeren tegen. Zo wonen er studenten die als 'goede buur' bijdragen aan een warm en gezellig huis. En doen er jongeren leerwerkervaring op onder begeleiding van een jobcoach. Zo ook Sven (22). Door zijn werk met en voor ouderen werd hij socialer en meer zelfredzaam en staat hij met meer zelfvertrouwen in het leven. Hij is 'maatje' van Herman (86) en gaat regelmatig op de koffie in diens aanleunwoning.

Herman Mulder moet zijn echtgenote helaas alweer een tijd missen, maar gelukkig heeft hij een schat aan mooie herinneringen. Bijvoorbeeld aan de vele vakanties. “We gingen er elk jaar op uit met de caravan”, vertelt hij. “Nadat ik gestopt was met werken hebben we twintig jaar door Europa gezworven. Dat was heerlijk.”

### Best eenzaam

Herman werkte in de chemie, was actief in de vakbond en had naast zijn werk veel hobby's. Hij verzamelde bijvoorbeeld schelpen en was druk met modelbouwtreinen. “Bij Humanitas is een aantal mannen ook bezig met treintjes, ik ga wel eens met ze mee”, vertelt hij. “En elke vrijdagmiddag is er Sociaal Café, daar ga ik ook naartoe.”

Hoe gezellig ook: er blijven veel uren alleen zijn over. “Eerlijk gezegd voelde ik mij soms best eenzaam”, zegt Herman. “Ik heb geen kinderen en ik heb ook geen familie in de buurt. Dus ik vind het écht gezellig als Sven langskomt voor een praatje.”

### Mooie verhalen

“We hebben eerst eens een kopje koffie gedronken in Humanitas”, vertelt Sven over de kennismaking met Herman. “En dat klikte wel. Daarna kwam ik zeker een jaar lang elke maandag bij Herman thuis.”

Omdat Svens dienstrooster veranderde, kwam de klad even in de wekelijkse bezoeken. Nu pakken ze de draad weer op. “Ik zet weer

sinaasappelsap op mijn boodschappenlijstje”, lacht Herman. “Want dat drinkt Sven graag.” Zo nu en dan helpt Sven Herman met de planten op het terras en hij regelde ook een computerhulp voor Herman. “Het is fijn om iets te betekenen”, vindt Sven. Hij geniet van de levensverhalen van Herman, of die nu over zijn loopbaan, hobby's of vakanties gaan. “Vooral de reisverhalen vind ik mooi”, benadrukt hij. In de aanleunwoning hangen heel veel reisfoto's, die zijn meestal aanleiding voor verhalen vol vakantieavontuur.

### Samen naar het terras

Ook serieuzere onderwerpen komen aan bod. Zo krijgt Sven wel eens advies van Herman over zijn toekomstplannen. “Ik ga steeds meer uren werken en wil graag een betaalde baan”, vertelt Sven. En zijn er persoonlijke zorgen, dan vertelt Herman hoe hij met dat soort zaken omging in zijn leven.

“Ik ben samen met mijn vriendin ook een keer mee geweest met Herman naar het terras bij het Vogeleiland”, vertelt Sven. “Wandelen lukt niet meer zo goed, maar fietsen gaat nog wel”, vult Herman aan. “In het weekend ga ik op mijn driewiel fiets er dus graag op uit. Leuk om Sven en zijn vriendin daar te trakteren op een gebakje.”

.....  
Dit verhaal verscheen eerder als Mooi Verhaal op de gemeentelijke pagina van Deventer in Stedendriehoek Nieuws.



Lees meer over hoe jong en oud naar elkaar omkijkt in Woonzorgcentrum Humanitas en hoeveel zij voor elkaar kunnen betekenen.

### Jong en oud zijn goede burens

In Woonzorgcentrum Humanitas wonen ook studenten. Zij zijn goede burens die minimaal dertig uur per maand bijdragen aan een warm en sociaal huis. Door samen te eten, boodschappen te doen, een praatje te maken en deel te nemen aan activiteiten, zorgen zij voor de leuke momenten.

# 4

## Voorzorgen: naar elkaar omkijken

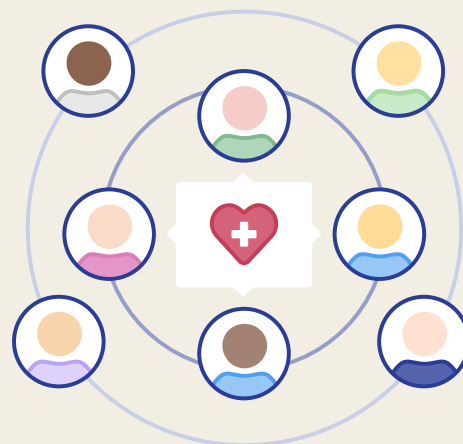
In verzorgcirkels kijken wijkgenoten naar elkaar om. Hoe kun je verzorgcirkels actief houden en steun bieden als dat nodig is?



## Bouwstenen

### Maak duidelijk waar voorzorgcirkels terecht kunnen

In Keizerslanden en Borgele werd duidelijk dat de meeste voorzorgcirkels die al langer 'draaien', nauwelijks behoefte hebben aan begeleiding. Een steunsysteem van professionals is wel nodig voor de continuïteit, bijvoorbeeld als kartrekkers uitvallen of er veel verloop is in een voorzorgcirkel. Voorzorgcirkels moeten vooral weten bij wie en waar zij terecht kunnen met hun vragen. Dit hoeft niet één 'organisatie' te zijn; het kan ook een georganiseerd verband van meerdere organisaties zijn die elkaar goed weten te vinden.



### Organiseer een steunnetwerk voor voorzorgcirkels

Buren, mantelzorgers, familie en professionals: een steunnetwerk voor voorzorgcirkels is belangrijk. In onze wijken kunnen voorzitters van voorzorgcirkels terecht bij de Voor Elkaar-teams. Keizerslanden kent ook een zogenoemd 'signaleringsoverleg', waar welzijn voorop staat (en niet de 'klassieke zorgvragen'). De wijkmanager, wijkbeheerder, woningcorporatie, politie en het Voor Elkaar-team bespreken 'signalen' uit de wijk en spreken ook af wie er iets mee doet. Door ons Wijkgenootexperiment is het overleg inhoudelijk aan het veranderen, dankzij de inbreng van superburen, wijkgenoten en buurtkamers.

### Blijf investeren in samenwerken

Herkenbare ontmoetingsplekken zijn belangrijk voor wijkbewoners en ook voor professionele wijkgenoten. Voor een goede samenwerking tussen professionals geldt dat elkaar kennen en elkaar regelmatig ontmoeten cruciaal is. In Keizerslanden heeft het Voor Elkaar-team bijvoorbeeld een werkplek in Woonzorgcentrum Humanitas en dat heeft de samenwerking tussen beide organisaties versterkt. Ook in de Bloemendal heeft het Voor Elkaar-team een plek en kunnen eveneens andere professionals terecht om elkaar te ontmoeten.

### Organiseer zorg en ondersteuning dichtbij voorzorgcirkels

Richt geen 'loketten' in, maar wel ontmoetingsplekken! Zorg dat er herkenbare, benaderbare professionals (en/of vrijwilligers) zijn in de wijk die bewoners in een voorzorgcirkel kunnen aanspreken en dat zij terechtkunnen bij ontmoetingsplekken in de buurt. Belangrijk is dat mensen ergens terecht kunnen. Bij wie volgt vaak automatisch op de vraag.

### Breng oud en jong met elkaar in contact

Ouderen kunnen veel voor elkaar betekenen in een voorzorgcirkel. Dat geldt natuurlijk ook voor jongere burens, vrienden of familie. In Woonzorgcentrum Humanitas is bijvoorbeeld positieve ervaring opgedaan met woonstudenten en in de Bloemendal doen studenten leerwerkervaring op. Op die basis is doorgewerkt. Jongeren bieden diversiteit en een frisse blik in de voorzorgcirkels.

### Hoe kunnen voorzorgcirkels elkaar helpen?

Vorzorgcirkels kunnen elkaar helpen door ervaringen te delen. In Borgele en Keizerslanden vertelden leden van een al langer bestaande voorzorgcirkel bijvoorbeeld over hun ervaringen aan startende voorzorgcirkels. Verhalen delen wordt zeer gewaardeerd en inspireert anderen om zelf een voorzorgcirkel te starten.

**Projectleider Buurtkamer de Koning in het Oranjekwartier Babette te Winkel**

# Buurtkamer is een steun voor sociale netwerken

Projectleider Babette te Winkel van Buurtkamer de Koning stemt regelmatig af met collega's van de buurtkamers in Woonzorgcentrum Humanitas en Bibliotheek Keizerslanden. Zo kunnen de buurtkamers elkaar versterken. Toch is het goed dat elke buurtkamer ook een eigen identiteit heeft. In het Oranjekwartier is de buurtkamer bijvoorbeeld echt een steun voor de sociale netwerken die er al zijn.

Als Babette één ding heeft geleerd in de afgelopen anderhalf jaar dat zij betrokken is bij Buurtkamer de Koning, is het wel dat elke buurt – zelfs elke straat – weer anders is. Daar kun je nooit één aanpak op loslaten. “Ik ben hier een paar keer per week en trek intensief op met mensen. Ik weet ontzettend veel over deze buurt, maar toch begin ik nu pas te zien wat er eigenlijk speelt. Ik realiseer me steeds meer hoe weinig ik nog weet.”

Een vraag die Babette vaak kreeg: ‘Ben jij een blijvertje?’ Want bewoners van het Oranjekwartier hebben in de afgelopen jaren door de vele personeelwisselingen héél wat professionals zien langskomen in hun wijk. Ze kunnen gerust zijn. “Ik ga hier nooit meer weg”, zegt Babette. “Dit werk is het meest zingevende dat ik ooit heb gedaan.”

## Veel informele zorg

Voorzorgcirkels? Die zijn er zeker al in het Oranjekwartier, ziet Babette. Al zouden

bewoners dat nooit zo noemen. “Er is al zoveel informele zorg hier”, vertelt Babette. “Buren helpen elkaar schoonmaken, opruimen, boodschappen doen. Mensen staan echt voor elkaar klaar. Als de één last heeft van de rug, doet een ander even het werk dat daardoor niet lukt, dat lost zich op.”

Dit werk wordt nu beloond met aandacht en waardering, maar Babette zou het geweldig vinden om dit ook financieel te kunnen belonen. Misschien kan een groepje bewoners samen wel één functie van een huishoudelijk hulp via de Wet maatschappelijke opvang overnemen bij een wijkgenoot. “Dan kan het geld dat dit bespaart naar deze mensen, die dat goed kunnen gebruiken.”

## Ontmoetingsplek is nodig

De komst van de buurtkamer is een enorme steun voor de sociale netwerken in het Oranjekwartier, merkt Babette. “Niet iedereen in de buurt komt makkelijk bij elkaar over de



vloer”, weet zij. Als je het bijvoorbeeld lastig vindt om je leven te organiseren en je huis opgeruimd en schoon te houden, nodig je niet snel buren uit. “Juist daarom is een ontmoetingsplek als deze heel goed.”

Mensen vinden gezelligheid in de buurtkamer en kunnen er hun verhaal doen. “Veel mensen hier in de buurt kampen met stress en trauma”, vertelt Babette. “Ook veiligheid is een issue. Je hoort nogal eens wat sirenes. Een tijd terug is er een aantal autobranden geweest. Toen merkte je ook hoe fijn het was dat mensen elkaar hier konden ontmoeten en hun angst konden delen.”

### Een tweede thuis

In korte tijd is Buurtkamer de Koning uitgegroeid tot een plek waar jong en oud zich thuis kan voelen. Van koffiedrinken voor ouders van jonge kinderen tot kinderactiviteiten en van meidengroepen tot creatieve clubjes, spelletjesavonden en samen eten: met inzet van vrijwilligers uit de buurt is veel bereikt. Babette: “Er is één functie-eis voor vrijwilligers hier: als iemand binnenkomt, zeg je goeiedag. En laat je met je ogen zien dat die welkom is.”

[Lees ook het interview met gastvrouw Tamara van Buurtkamer de Koning op pagina 44.](#)

Mensen in beweging brengen en hen uitdagen om mee te doen: dat is wat maatschappijwerker Babette te Winkel drijft in al haar werkzaamheden. Ze is directeur-bestuurder van Stichting 2Gether, dat maatschappelijke participatie faciliteert, stimuleert en organiseert. Ze is ook projectleider van Buurtkamer de Koning in het Oranjekwartier in Keizerslanden.



Scan en bekijk alle activiteiten in Buurtkamer de Koning.

**Bert Roetert, bewoner van appartementencomplex De Landheer**

“Positiviteit zaaien, zodat we elkaar als het nodig is, kunnen helpen”



Als bewoner van appartementencomplex De Landheer én als lokaal politicus, motiveert Bert Roetert buurtbewoners en 'de politiek' om anders te kijken naar ouderenzorg. Stap voor stap wil hij werken aan een eigentijdse voorzorgcirkel – met vooral verbinding tussen verschillende generaties.

Bert Roetert is een bekend gezicht in Deventer. Hij was eigenaar van restaurant de Roetertshof in Diepenveen en is alweer jaren actief in de plaatselijke politiek voor Gemeentebelang Deventer. In zijn appartementencomplex De Landheer – met 61 55+-appartementen – is Bert ook actief in de bewonerscommissie.

"Ik wil zo lang mogelijk zelfstandig wonen", benadrukt Bert. "Ik ben dan wel begin zeventig, maar zo voel ik me niet. Dat zal voor meer mensen gelden." En dat is precies de reden waarom hij zich inzet voor meer onderlinge verbinding in zijn buurt: zodat bewoners er samen voor kunnen zorgen dat iedereen zo lang mogelijk fijn, gezellig én zelfstandig kan wonen.

### Normaliseren

"Ik wil positiviteit zaaien zodat we elkaar kunnen helpen als het nodig is", vat Bert zijn missie samen. "Daar ga ik ook in de politiek voor pleiten. Als we minder mensen in de zorg hebben en meer ouderen in de wijk, dan kunnen we als buurtbewoners meer voor elkaar betekenen. Maar dan moet je wel met elkaar in contact komen natuurlijk. Omzien naar elkaar moeten we als iets normaal gaan zien."

Zelf werkt Bert nog zo'n dertig uur per week. Naast zijn politieke werk is hij onder meer examinator op de hotelschool en lid van de ledenraad van Salland Zorg. Hij weet ook dat er bewoners zijn die veel meer thuis zitten. "Er is bij ons in het appartementencomplex wel een activiteitencommissie. Een groepje bewoners gaat samen jeu-de-boulen en in de hal wordt ook gedart."

### Ambitie voor méér

Bert heeft méér ambitie. Onderin De Landheer vind je een mooie ruimte waarvan Woonzorg

Nederland een gemeenschappelijke ontmoetingsplek wil maken. Samen met de andere leden van de bewonerscommissie wil Bert graag dat dit een plek wordt voor en door de buurt. Daar zou je goed samen kunnen eten en allerlei activiteiten kunnen organiseren. "Van leuke sprekers tot een cursus ICT en van een leesclub tot sjoelen", vat hij samen. "En natuurlijk moet de bar soms open!"

Bert: "Ik wil hier ook jongere mensen bij betrekken. Zo brengen we verschillende generaties bij elkaar. Het moeten niet alleen 'oudjes' zijn die elkaar helpen, maar álle wijkgenoten. Zo houden we ouderen ook zoveel mogelijk betrokken in en bij de samenleving. En het zou helemaal mooi zijn als we verschillende voorzorgcirkels of woonzorgcirkels met elkaar verbinden. Ook bij de buurtkamers in Humanitas en in de Bloemendal kun je bijvoorbeeld gezellig binnenlopen. Daar zijn ook jongeren actief: goed voor de contacten. Fijne voorbeelden."

### Stap voor stap

Bert hoopt dat hij de komende tijd meer burens kan overtuigen van zijn ideeën. "Stap voor stap. Ik ben ervan overtuigd dat we op zoek moeten naar nieuwe vormen van seniorenzorg. Zodat we als wijkgenoten op eigen kracht zorgen dat we zo lang mogelijk zelfstandig kunnen blijven wonen."



**Verpleegkundig consulent Demi Peeters en opbouwwerker en ouderenadviseur Jacqueline Petersen van het Voor Elkaar-team**

“Er gewoon zijn als  
wijkgenoot, op zoek  
naar wat iemand  
zélf graag wil”

Leve de Wijkgenootaanpak, vinden ouderenadviseur Jacqueline Petersen en verpleegkundig consulent Demi Peeters, die collega's zijn in het Voor Elkaar-team. “We moeten het met elkaar doen”, verwoordt Jacqueline. “Zorg en welzijn: die horen gewoon bij elkaar.”

Jacqueline Petersen was dertig jaar wijkverpleegkundige en werkt nu als ouderenadviseur. “In deze rol heb ik meer tijd om met ouderen in gesprek te gaan en samen te kijken wat zij nodig hebben om op een fijne manier zelfstandig te blijven wonen.”

Een vraag om huishoudelijke hulp of een taxi-pas is vaak aanleiding voor een heel ander gesprek, merkt Jacqueline. “Soms zegt mijn onderbuikgevoel: hier is meer aan de hand. Eigenlijk blijkt iemand dan eenzaam te zijn. Maar dat zéggen mensen niet zomaar.”





“Soms zegt mijn onderbuikgevoel: hier is meer aan de hand. Eigenlijk blijkt iemand dan eenzaam te zijn. Maar dat zéggén mensen niet zomaar.”



### Scherp signaleren

Waar Jacqueline door haar achtergrond in haar gesprekken soms signaleert dat iemand zorg nodig heeft, merkt collega Demi Peeters juist dat een vraag om zorg niet altijd gaat om zorg. Of om zorg alleen. Zij komt in (onder meer) Borgele en Keizerslanden ook veel over de vloer bij ouderen.

“Ik werk nu ruim een jaar in het Voor Elkaar-team en ben verbaasd over wat ik soms achter de voordeur zie en hoor. Er is veel eenzaamheid. Daar ben ik behoorlijk van geschrokken. Ook zijn mantelzorgers soms overbelast. Ik vraag natuurlijk of familie of vrienden dan iets kunnen betekenen, maar zeker ook of burens dat kunnen. Ken je je burens? Kunnen zij iets voor je doen? En andersom?”

Door de korte lijntjes in het Voor Elkaar-team kan Jacqueline – of een andere collega – in zo’n situatie snel aanhaken. Soms betekent dit bewoners in contact brengen met die burens, soms uitnodigen voor een activiteit, soms een kop koffie en alleen luisteren. “Ik ben er gewoon als wijkgenoot”, vat Jacqueline samen.

“Op zoek naar wat iemand zélf graag wil.” Haar ervaring? “Vaak is het helpen om een eerste stap te zetten. Een keertje meegaan naar de zit-gym, meelopen naar de burens om kennis te maken, een bewoner ophalen voor de koffie-ochtend. Nog een keer meegaan, dan bellen óf iemand de derde keer zelf is gegaan, checken of dat allemaal lukt ... Niet loslaten.”

## Zichtbaar en dichtbij

"In het Voor Elkaar-team vullen we elkaar goed aan", vindt Jacqueline. "We bespreken eens per week de vragen van bewoners uit Borgele en Keizerslanden, en wie wat oppakt. Dan beslissen we ook wie de Wally is."

Naar het bekende prentenboek waarin kinderen op overvol getekende afbeeldingen steeds het figuurtje 'Wally' kunnen zoeken, krijgt elke huisarts een Wally toegewezen als aanspreekpunt in het Voor Elkaar-team. Die houdt verbinding met collega teamleden, zodat bewoners goed in beeld blijven.

Jacqueline: "We hebben elkaar allemaal nodig: van woonconsulenten tot politieagenten en van sociaal raadslieden tot alle zorgverleners. Gelukkig weten we elkaar als professionals in de wijk steeds beter te vinden."

Hier heeft de Wijkgenootaanpak zeker aan bijgedragen. Niet alleen Jacqueline en Demi zelf kijken in hun contacten met bewoners breder dan hun eigen 'vak', dat doen meer collega's, merken zij. En door de netwerkbijeenkomsten hebben netwerkpartners elkaar steeds beter leren kennen.

"Door de contacten met Humanitas hebben we in het woonzorgcentrum ook een ruimte gekregen", vertelt Jacqueline. "Naar onze plek in de Bloemendal komen bewoners uit Keizerslanden niet, dat is te ver. Nu zijn we dichtbij, in hun buurt en weten bewoners ons beter te vinden. We zijn in de buurtkamers te vinden, maar ook hier op het winkelcentrum maak ik een praatje met mensen en laat weten: ik zie je."

Het Voor Elkaar-team organiseert ook (mede) High Teas in de Bloemendal en in Woonzorgcentrum Humanitas. "Die lopen als een dolle,"

merkt Jacqueline, "omdat het zo laagdrempelig is. We flyeren, bellen aan om mensen uit te nodigen en zeggen dan: neem iemand mee. Eten verbindt altijd! Het is elke keer weer een kippenhok, zó wordt er gekletst!"

## Beleid kan de praktijk meer volgen

Wat helpt om die samenwerking duurzaam te maken? De praktijk uit de wijk mag meer terugkomen in 'beleid', vinden Demi en Jacqueline. Hoe in de wijk steeds meer domeinoverstijgend wordt samengewerkt, kan zich nog meer vertalen in de opdrachten en faciliteiten die bestuurders en beleidsmakers meegeven.

Demi geeft als voorbeeld: "Wij hebben als zorgorganisatie een opdracht van de zorgverzekeraar en een opdracht om samen te werken in het Voor Elkaar-team. Het is fijn als de doelen die we allemaal meekrijgen goed op elkaar aansluiten." Jacqueline: "Ik zou graag meer tijd hebben om vaker in de wijk te zijn en nog meer aan te haken bij wat daar allemaal gebeurt."

Ook belangrijk: de vrijheid hebben om te kunnen doen wat nodig is. "Soms moet je buiten de lijntjes kleuren", merkt Jacqueline. "Zo hebben we de huisvesting van ons team in Keizerslanden onderling kunnen regelen als samenwerkingspartners, terwijl daar geen budget voor was."

De beleidstaal kan nog een slag maken. Toekomstbestendige wijken, dementievriendelijke wijken, voorzorgcirkels ... "Zo praten we niet met bewoners", onderstreept Jacqueline. "Die zouden zeggen: wat is dat voor gekkigheid?" Demi: "Het gaat gewoon om samenwerken en de vragen: wat kan ik voor je doen en wat kun jij voor een ander doen?"

In de Voor Elkaar-teams in Deventer werken preventieverpleegkundigen, ouderenadviseurs, maatschappelijk werkers, opbouwwerkers en cliëntondersteuners domein-overstijgend met elkaar samen. Zij zetten zich in voor een fijne wijk, waar kansen zijn om te leren, talenten en ideeën te ontwikkelen en waar oog en aandacht is voor elkaar. Professionals zijn dichtbij in het normale leven en sluiten aan bij wat er leeft en speelt.



Scan en lees meer over Voor Elkaar-teams.



**Coördinerend wijkverpleegkundige Joep Blom van Carinova**

“Een gevoel van  
verbinding en zingeving  
is heel belangrijk voor  
zelfstandigheid”

Tijdens zijn studie aan de hogere hotelschool liep Joep Blom stage in de ouderenzorg. Zijn interesse was gewekt en zelfs zo dat hij zich liet omscholen en verpleegkundige werd. Nu coördineert hij de zorginzet van zorgprofessionals in de wijk bij Carinova en zet alles wat hij eerder leerde over ‘hospitality’ dagelijks in. “Het komt uiteindelijk altijd neer op de vraag: wie is iemand als persoon en wat is zijn behoefte?”

Joep liep een aantal jaren geleden stage bij Woonzorgcentrum Humanitas in Keizerslanden en onderzocht daar hoe de gastvrijheidsbeleving van bewoners nog beter kon. Na zijn afstuderen bleef hij er nog een tijd werken: het bleek een ervaring die zijn werkende leven zou veranderen. "Het vak van verpleegkundige vond ik prachtig: mensen helpen als ze op hun kwetsbaarst zijn en ze vertrouwen geven in een betere toekomst: dat was de reden om ook verpleegkunde te gaan studeren."

Als coördinator gaat Joep met wijkbewoners in gesprek. "Wie is die persoon en wat is de zorgvraag?", vat hij samen. "Wij kijken naar hoe iemand zich voelt, naar wie en wat kan helpen bij herstel en welzijn. Daar sluit de Wijkgenootaanpak helemaal op aan. Hoe iemand zich voelt, hééft natuurlijk veel invloed op wat die nodig heeft om het zelfstandig te redden. Een gevoel van verbinding met anderen, van zingeving is daarvoor heel belangrijk."

Zo maakte Joep mee dat een dame die allang weer in staat was om zelfstandig te douchen daar toch niet aan wilde. "Omdat het zo leuk was dat er iemand langskwam", vertelt Joep. Waarmee hij maar wil zeggen: niet alles is een zórgvraag. "Deze dame had geen zorg nodig. Zij zou beter af zijn met sociaal contact met vrienden, familie of buurtgenoten."

### In een beweging

Voldoen aan die sociale behoeften van mensen is voor veel verpleegkundigen ooit reden geweest om te kiezen voor de zorg, denkt Joep. Terwijl juist dat sociale deel ook door bijvoorbeeld het Voor Elkaar-team opgepakt kan worden. "We zitten in een beweging", denkt Joep. "En dat is voor collega's best spannend. Er moet iets veranderen, omdat het straks niet allemaal meer gaat passen met te veel zorgvragers en te weinig zorgprofessionals. Daarnaast heeft zelfredzaamheid natuurlijk vooral meerwaarde voor mensen zelf. Hoe zelfredzamer, hoe meer eigen regie. En dat verhoogt welzijn en kwaliteit van leven. Hoe zelfredzamer, hoe langer je thuis kunt wonen."

Ook de inzet van technologie gaat deels helpen om mensen langer zelfstandig te laten wonen, denkt Joep. Bijvoorbeeld beeldzorg, waarbij mensen digitaal ondersteund worden. Los van dit soort hulpmiddelen zijn mensen wat Joep betreft vooral ook zélf aan zet om actief deel te nemen aan de maatschappij.

"Ben je betrokken gebleven bij je omgeving, heb je contact opgebouwd met je burens?", geeft hij als voorbeeld.

"Deventer heeft zóveel te bieden aan activiteiten, clubjes, ondersteuning, maar mensen moeten wel zelf de stap zetten. In hoeverre spreken we ook hun eigen verantwoordelijkheid aan?", vraagt hij zich af.

### Het gesprek aan durven gaan

Zelf doet Joep dat wel, ook tijdens zijn diensten in de wijkverpleging. Die draait hij nog altijd, omdat hij dat leuk vindt. "Als je dan veertig minuten bezig bent met iemand douchen, dan ben je daar zeker dertig minuten van met elkaar in gesprek. Je hoort, ziet en ontdekt veel. Die informatie neem je mee, ook in gesprekken met familie of het Voor Elkaar-team."

Mogelijk kan iemand van wie Joep hoort dat hij muzikant is geweest, dan aangemoedigd worden om iets sociaals te gaan doen met muziek. Of kan iemand die moeite heeft het huis opgeruimd te houden, ondersteuning krijgen van een buddy. "Ik vraag altijd naar het eigen netwerk. En zeg tegen mantelzorgende kinderen juist soms: misschien is het goed dat je iets leuks gaat doen met je ouder en minder gaat zorgen. Misschien willen de burens ook wel iets doen?" Zeker als het gaat om de periode ná de zorginzet zijn de lijntjes met andere wijkgenoten – vrijwilligers of professionals – belangrijk. "Mensen houden vaak tijdelijk een ondersteuningsbehoefte waarvoor nu vaak thuiszorgmedewerkers worden ingezet. Denk aan wandelen, samen boodschappen doen of iets leuks ondernemen. Dit soort dingen zou natuurlijk prima door wijkgenoten kunnen worden gedaan. En misschien geldt dat ook wel voor het helpen aantrekken van steunkousen."

### Langer Thuis Scan

Als ouderen graag lang zelfstandig thuis willen blijven wonen, is het goed als hun persoonlijke woon- en leefomgeving prettig en veilig is. Wat is daarvoor nodig? De Langer Thuis Scan geeft daar antwoord op. Met deze online scan krijgen zij inzicht in wat zij zelf kunnen doen om prettig én veilig langer thuis te blijven wonen.



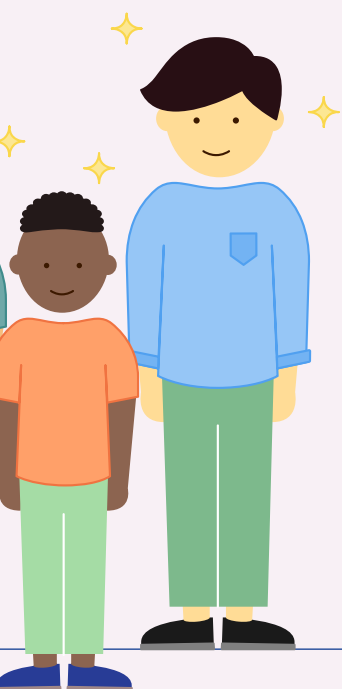
Scan en lees meer.

# Dóór met de 'beweging'



## Klaar zijn we natuurlijk nooit

Er is bijna twee jaar hard gewerkt aan het versnellen en versterken van domeinoverstijgend samenwerken in Borgele en Keizerslanden, aan meer sociale verbinding en aan voorzorgcirkels. Klaar zijn we natuurlijk nooit. Als coalitiepartners gaan we dóór en blijven we investeren in een krachtige samenwerking tussen professionals die in de wijk ondersteunen bij wonen, werken, welzijn of gezondheid.



## Samen werken aan sociaal sterke wijken

In deze handreiking zijn bouwstenen en verhalen uit de praktijk verzameld tot eind 2025, om vooral vast te houden wat we samen hebben geleerd en ervaren. En om ándere organisaties en professionals te inspireren, binnen en buiten Deventer. Samen werken aan sociale gezondheid. Waarbij wij hopen dat meer bewoners, vrijwilligers en professionals van meer organisaties willen aansluiten bij deze beweging, om met interesse in en aandacht voor elkaar steeds te blijven onderzoeken hoe we met elkaar kunnen werken aan zorgzame, toekomstbestendige wijken.

**Programmamanager Zorgzame Buurten bij Woonzorg Nederland Anne van Grinsven en directeur-bestuurder Woonzorgcentrum Humanitas Gea Sijpkens**

# Meer welzijn, minder zorg: daar moeten bestuurders professionals ruimte voor geven

Er zit bijna twee jaar domeinoverstijgend samenwerken op, tussen organisaties voor wonen, welzijn en zorg in de Deventer wijken Borgele en Keizerslanden. Programmamanager Zorgzame Buurten Anne van Grinsven van Woonzorg Nederland en directeur-bestuurder Gea Sijpkens van Woonzorgcentrum Humanitas vertellen welke lessen zij meenemen om de komende jaren door te bouwen aan sociaal sterke wijken.

Anne van Grinsven en Gea Sijpkens hebben een duidelijke missie. Zij willen werken aan zorgzame buurten. Aan buurten waar jong en oud naar elkaar omzien en waar ouderen lang fijn en zelfstandig kunnen wonen.

Investeren in woongeluk en welzijn, om daarmee 'zorg' uit te kunnen stellen. Dat is in een tijd met een groeiende groep ouder wordende ouderen en steeds minder zorg-professionals geen luxe, maar noodzaak.

## **Bouwen van gemeenschappen**

Het nieuwe wonen voor senioren is veel meer dan vroeger gericht op ontmoeten en elkaar helpen als dat nodig is, legt Anne uit. Vandaar ook het programma Zorgzame Buurten. Daarmee stimuleert Woonzorg Nederland nieuwe woonvormen die het welzijn van bewoners verhogen. Zoals BuurtG'oud: een woonvorm die je ook vindt in de Bloemendal in Borgele. Hier is veel verbinding tussen huurders en burens in de wijk en tussen jong en oud(er). En je vindt er een gezellige ontmoetingsruimte waar veel te doen is en waar huurders en burens zelf een actieve rol spelen.





“Investeren in woongeluk en welzijn,  
om daarmee ‘zorg’ uit te kunnen stellen.”

“Wij bouwen gemeenschappen. Een woonomgeving kan echt helpen om zo lang mogelijk zelfstandig te kunnen leven”, vertelt Anne. Dat vraagt dat je anders kijkt naar het ontwerp en de inrichting van de woonomgeving. Nodigt die uit tot ontmoeten en bewegen? Is er bijvoorbeeld een leuk zitje waar je andere mensen tegenkomt? Durf je makkelijk een ontmoetingsruimte binnen te gaan? Licht, kleuren, de ligging van de tuin: het doet er allemaal toe.

‘Ontmoetingsvriendelijk wonen’ heeft nu een plek in de programma’s van eisen voor de gebouwen van Woonzorg Nederland, zoals dat ook zo is voor dementievriendelijk wonen. “We weten al heel lang dat dit moet, omdat er steeds meer mensen met dementie zullen komen en het zo belangrijk is dat zij zich zelfstandig kunnen oriënteren in hun eigen buurt. Toch duurt het lang voor zoiets geregeld is, terwijl het landelijk de standaard zou moeten zijn”, vindt Anne. “Iedereen die ‘bouwt’ en betrokken is bij de inrichting van woonomgevingen zou zich hier bewust van moeten zijn. Belemmer je bewegen en ontmoeten, of creëer je daar juist kansen. Soms is dat duurder, vaak is het gewoon net even iets anders ontwerpen en bouwen.”

Nu er de komende jaren veel nieuwe woningen bij moeten komen, hoopt Anne dat het niet ‘te snel stenen stapelen’ wordt, maar dat er vooral zorgzame wijken gebouwd worden.

### Lokale binding is een must

Naast een gezonde woon- en leefomgeving, is er nog iets nodig: een sterke sociale structuur waarin bewoners en professionals van maatschappelijke organisaties dicht bij elkaar staan. “Een onsje welzijn, scheelt een kilo zorg”, vat Anne samen. Die ambitie staat als een huis. Hoe je dat waarmaakt, daarin zijn de afgelopen jaren ook lessen geleerd. Een greep.

“Er is echt iemand nodig die verbinding tussen bewoners en professionals aanjaagt en steunt. We hebben in de afgelopen jaren gezien dat het werkt: iemand die de wijk ingaat, aanbelt, luistert, uitnodigt, aansluit. Dat vraagt om lokale binding.”

Dat vraagt echt een andere manier van kijken en werken dan we vanuit ‘de systemen’ gewend zijn. “We zijn de afgelopen decennia meegegaan in het ‘klantdenken’ en hebben allerlei kritische prestatie-indicatoren geformuleerd. Iets als ‘aandacht’ is daar niet in te vangen. Taal speelt een belangrijke rol. We moeten onze collega’s die lokaal werken niet alleen bevragen op leegstand, ook op wat zij horen als zij huurders spreken.”

De bewonersconsulent van Woonzorg Nederland die meer op locatie werkt, kent de huurders en het lokale netwerk. “We zullen die echt meer ruimte moeten geven”,

denkt Anne. En het is belangrijk dat we samenwerken met partners die hetzelfde doel voor ogen hebben. In de Bloemendal is met de ‘huisgenoten’ bijvoorbeeld vooraf gesproken over de bruisende ontmoetingsplek die we voor ogen hadden. En wat iedereen daaraan kan bijdragen. Bij de verhuur van bedrijfsruimten vraagt dat ook een andere blik: kiezen voor partijen die zowel financieel als maatschappelijk bijdragen.”

Anne wil er mee zeggen: het sociaal weefsel in de buurt versterken, moet in ieders DNA komen. En dat vraagt ook iets van bestuurders en leidinggevendenden. Minder managen, meer laten ‘ritselen’. “Het is aan ons om ook in onze eigen organisaties uit te dragen dat dit kán, dat je de ruimte mag nemen. Het is ingewikkeld om alle neuzen dezelfde kant op te krijgen, maar uiteindelijk bereiken we méér.”

### Binnenshuis en buitenshuis verbinden

In en vanuit Woonzorgcentrum Humanitas wordt al tien jaar gewerkt aan verbinding, zowel binnenshuis als buitenshuis met de wijk, vertelt directeur-bestuurder Gea Sijpkens. Zo introduceerde Gea de ‘woonstudent’, die voor een paar uur gezelschap of hulp voordelig kan wonen in het woonzorgcentrum. Er kwamen straatassistenten, buurtmaatjes en superburen die bewoners en buurtgenoten een fijne dag bezorgen en met elkaar verbinden. Buren zijn welkom in het woonzorgcentrum, komen er op de koffie en eten mee.

Er zijn ook jongeren die in het woonzorgcentrum én in de wijk onder begeleiding van een jobcoach leerwerkervaring opdoen. Ze leren zelfstandig werken, worden socialer en doen iets voor een ander. En dan is er nog het Powerhouse, waar jongeren die een dak boven hun hoofd nodig hebben, zelfstandig leren wonen en leven. Superbuur Jolanda kijkt naar ze om.

Zo is stap voor stap een stevige ‘sociale infrastructuur’ ontstaan en werd Woonzorgcentrum Humanitas ‘generalist in zorg en specialist in leven’, vertelt Gea. “Kort samengevat kun je zeggen dat we geleerd hebben om meer aan te sluiten bij mensen in ons huis en in de wijk. We zijn meer met en vanuit bewoners gaan doen, in plaats van ons ‘aanbod’ centraal te zetten.”

De Wijkgenootaanpak gaf dit nóg een flinke boost. “Corinda\* was onze paradijsgoedje”, lacht Gea. Zij trok de buurten in, belde aan bij bewoners, bracht ze met elkaar in contact en bracht ook verrassing en humor de wijk in. Zo schepte Corinda ruimte voor verbinding. “Die positieve energie brengen in de publieke ruimte bleek heel waardevol en dat nemen we mee. Vanuit zien, ervaren, bewegen en proberen gaan we steeds een stapje verder om meer wijkgenoten een thuisgevoel te geven.”

### Perspectief bieden en natuurlijke momenten aangrijpen

Ook Gea herkent dat in het dagelijkse werk, in 'hoe' uitdagingen kunnen ontstaan. "De kunst is om natuurlijke momenten aan te grijpen," is haar ervaring, "en perspectief bieden."

"Toen het bij ons 's zomers piepte en kraakte om de vakantieroosters rond te krijgen, was dat hét moment om het anders te gaan doen. We hebben zestien medewerkers aangenomen die als buurtmaatjes bewoners een warme dag bezorgen. Alleen als het echt nodig is, betrekken ze hun zorgcollega's." Dat zorgde voor minder druk op de zorgprofessionals. En meer welzijn voor bewoners.

Ook de komst van de woonstudenten riep aanvankelijk wel onrust op, bijvoorbeeld toen de lift een keer naar alcohol stonk nadat de studenten uit waren geweest, lacht Gea. "Studenten zijn een BHV-cursus gaan doen, zodat ze in nood iets kunnen doen als een medewerker 's nachts hulp nodig heeft. Dat was een kantelmoment, want ineens waren die studenten toch wel handig ..."

Ook nu is het voor sommige collega's nog wennen. Want meer welzijn, minder zorg. Mooi, maar als de inhoud van je werk verandert, kan dat ook vragen oproepen. Wie ben je dan nog als professional? "Mijn diepste wens is dat iedereen terug kan gaan naar waarom je ooit voor je vak koos: er zijn voor mensen. Als je vanuit die menselijke drijfveren in alle ruimte kunt handelen, word je daar, denk ik, echt een gelukkiger mens van."

"Wil je domeinoverstijgend samenwerken, dan moet je je als organisatie echt in de keuken laten kijken. En soms ook durven loslaten wat je deed."

### Zachter praten helpt

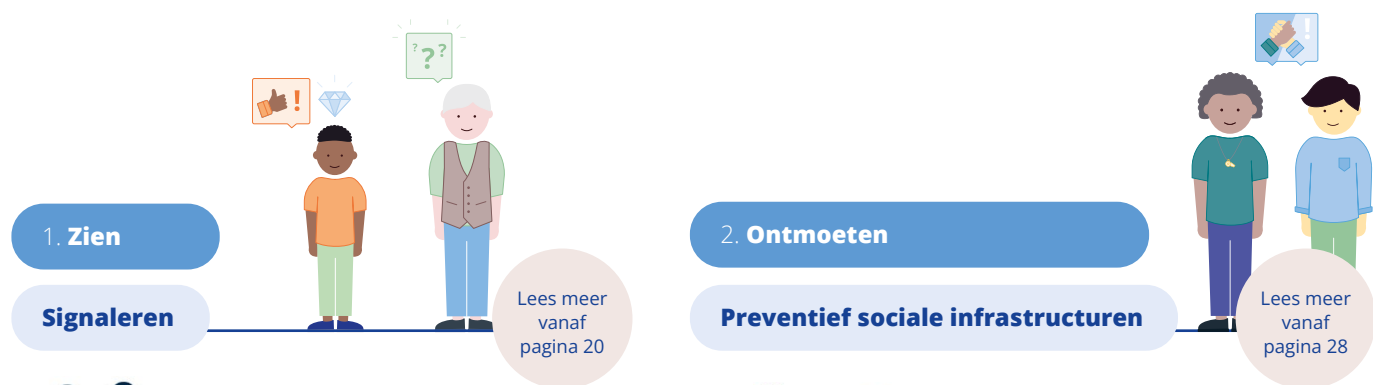
In haar boek *Tricky Tijden* verwijst Jitske Kramer naar de 'tussentijd' van verandering. Die herken je aan een verlies van oude zekerheden, terwijl de nieuwe vormen en paden soms nog onduidelijk zijn. Gea leerde dat het juist dan ook helpt om als leider - zonder je droom kleiner te maken - soms zachter te spreken. Te vertragen, achterover te leunen, de ander mee te nemen en de tijd te geven om mee te gaan.

Gea herkent eenzelfde veranderingsproces bij samenwerkingspartners in de wijk. "Wil je domeinoverstijgend samenwerken, dan moet je je als organisatie echt in de keuken laten kijken. En soms ook durven loslaten wat je deed. Dat vraagt nogal wat van bestuurders. Van controle naar laten 'ritselen', van aanbod naar aansluiten, van managementtaal naar 'samen zoeken', en van 'systeemwereld' naar leefwereld."

**\* Lees ook het interview met Corinda en Rineke en met Jolanda en Jorien op pagina's 22, 34 en 38.**



# Wijkgenootaanpak in (werk)model



**Losse verbanden en individuele vragen**



**Open verbinden op basis van interesses, nabijheid et cetera**

## Doel

Natuurlijke en bestaande verbanden tussen mensen signaleren, herkennen en erkennen. Denk aan signaleren op eenzaamheid, sociale isolement en potentiële kwetsbaarheid. Inventariseren wat er is aan sociale verbanden en clubjes.

## Wie

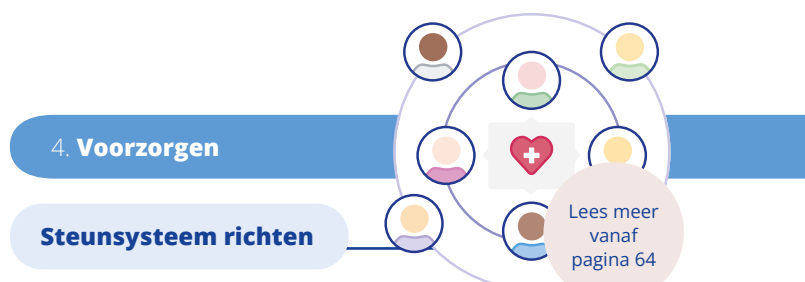
Bijvoorbeeld (actieve) vrijwilligers en bekende sleutelfiguren in de wijk, getrainde en betaalde vrijwilligers (Buurtverbinders), zorgverleners, welzijnsmedewerkers.

## Wat

Georganiseerd open verbinden en ontwikkelen van een preventief sociale infrastructuur door het organiseren van ontmoetingen. Mensen uit de wijk worden gestimuleerd en uitgenodigd elkaar informeel te ontmoeten, kennis te maken en ideeën uit te wisselen. Hieruit kunnen mogelijk subgroepen worden gevormd.

## Wie

Ontmoetingsplekken in de wijk.



**Wijkgenoten in de wijk**



**Steunnetwerk maken rondom voorzorgcirkel**

## Wat

Herkenbare partijen in de wijk die ondersteuning bieden bij vragen over het doorleiden, verbinden en faciliteren van de zelfstandigheid van de voorzorgcirkel met als doel dat de behoefte aan ondersteuning afneemt en zelfredzaamheid toeneemt.

## Wie

Wijkmanager, Voor Elkaar-teams in de wijken, professionals die de signalen en vragen samenbrengen.

## Wat

Het coördinatieteam in de wijk ondersteunt hulpvragen die komen uit de voorzorgcirkels. Op deze wijze bouwt het coördinatieteam een informeel steunnetwerk op rondom de vragen van de voorzorgcirkel. Wij noemen dit de tweede ring van ondersteuning.

## Wie

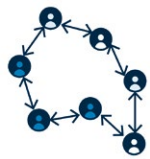
Het coördinatieteam ondersteunt de voorzorgcirkel met het organiseren van gesprekken die de voorzorgcirkel helpen hun hulpvragen te identificeren en te formuleren. De gesprekken worden gevoerd door een voorzorgcirkel. In de tweede ring worden relevante verbanden uitgenodigd.

### 3. Verenigen

#### Kwartiermaken voorzorgcirkels

Lees meer vanaf pagina 50

#### Leren en ontwikkelen



Potentieel netwerk ontwikkelen



Voorzorgcirkels

#### Wat

Een groep (van 5 – 12 mensen) met eenzelfde interesse, vraag of bijvoorbeeld woonachtig in dezelfde flat/straat wordt gevraagd of er bereidheid is om naar elkaar om te kijken, voor elkaar te zorgen wanneer een groepslid een vraag heeft en of zij met elkaar een voorzorgcirkel willen vormen.

#### Wie

Kwartiermaker voorzorgcirkel brengt de mensen samen en neemt de groep mee in de spelregels van een voorzorgcirkel. Het beoogde resultaat is een georganiseerd verband (voorzorgcirkel).

#### Wat

De cirkels worden begeleid in hun ontwikkeling. Denk aan familie en eigen netwerk te betrekken, activiteiten op thema te organiseren en in het versterken van de eigen regie van groep. Bouwen aan en gebruik maken van ervaringsdeskundigheid is hierbij belangrijk.

#### Wie

Door een zelf te benoemen aanspreekpunt/voorzitter. Deze krijgt ondersteuning en coaching.

#### Sociale cohesie versterken

#### Interventieschild



Sociale cohesie in de wijk uitbouwen en versterken



Interventieschild formele zorg structuren

#### Wat

Meerdere steunnetwerken vormen samen het sociale fundament en weefsel in de wijk.

#### Wie

Belangrijk is intergenerationeel verbinden en delen van ervaringsdeskundigheid om de algehele cohesie in de wijk te versterken en stevig te borgen.

#### Wat

Het interventieschild biedt formele zorg en ondersteuning aan de voorzorgcirkel en maakt hierbij gebruik van bewezen instrumenten zoals de Langer thuis-scan, Leefondersteuner, Co-housing, Advanced Care Planning, respijtzorg, (thuis) technologie et cetera.

#### Wie

(Tijdelijk) gerichte inzet van formele zorg met passende inzet van professionals die aansluit bij de vraag van de oudere (als lid van een voorzorgcirkel) en hun naaste/mantelzorg. Doel is dat de oudere terug kan naar zijn/haar eigen sociaal fundament (voorzorgcirkel).



Meer weten over de Wijkgenootaanpak? We vertellen er graag over:  
mail naar [wijkgenoot@humanitasdeventer.nl](mailto:wijkgenoot@humanitasdeventer.nl).