



Jaarverslag 2022

zwolleDOET!

Voor jezelf. Voor elkaar.



Inhoud

ZwolleDoet! als stimulerende kracht	3
Hoogtepunten	6
Thema 1: Mantelzorg	8
Ervaringsverhaal: ‘Er valt winst te behalen door mantelzorgers bij de zorg te betrekken’	14
Thema 2: Vrijwilligerswerk	16
Uitgelicht: Impacter Zwolle	24
Ervaringsverhaal: ‘Het is mooi om iets te kunnen betekenen voor een ander’	26
Ervaringsverhaal: ‘We hebben samen met ZwolleDoet! het vrijwilligersbeleid op poten gezet’	28
Thema 3: Informele zorg	30
Uitgelicht: Steunouders	36
Ervaringsverhaal: ‘Je verzacht het stervensproces voor patiënt en naasten’	38
Uitgelicht: SamenZwolle	40
Uitgelicht: Briljant	44
Blik vooruit	46
Partners	48
Ambities 2030	50

Leeswijzer



Voorwoord

ZwolleDoet! als stimulerende kracht

Rondom de inzet van vrijwilligers en mantelzorgers wordt vaak gedacht vanuit schaarste en overbelasting. Zeker, er is een dalende trend zichtbaar rondom vrijwilligerswerk en het aantal mantelzorgers in de toekomst, ook in Zwolle (CBS 2022 en 2023, buurt voor buurt Zwolle, 2022). Toch geloven we bij ZwolleDoet! dat met de juiste focus, ondersteuning, samenwerking én erkenning de vrijwillige energie en informele zorgkracht behouden en vergroot kan worden. Dit vraagt om een fundamentele andere manier van kijken en organiseren, waarin vrijwilligers en mantelzorgers het startpunt zijn en niet het sluitstuk. Of beter: waarin we betrokken inwoners de ruimte bieden en mogelijkheden geven om initiatief te nemen. Om op hun manier, passend bij hun leven, om te kijken naar elkaar.

In dit jaarverslag laten we zien hoe ZwolleDoet! dat doet. Door inwoners bewust te maken van hun talenten en ontwikkelingen die komen gaan. Door ze vroegtijdig te betrekken bij maatschappelijke vraagstukken. Door individuele vrijwilligers en mantelzorgers te ondersteunen, te trainen en te enthousiasmeren. Door professionals tools te bieden om goed samen te werken met vrijwilligers en mantelzorgers. En door heel veel partijen mee te nemen in de beweging. Wat hebben er ook in 2022 geweldig veel bedrijven, scholen, zorgpartijen, verenigingen en stichtingen zich ingezet voor een mantelzorg- en vrijwilligersvriendelijk Zwolle.

De ingezette koers van ZwolleDoet! naar meer bereik en kennisdeling is zichtbaar geworden in de loop van 2022. Het aantal organisaties in ons bestand is toegenomen, evenals het aantal mantelzorgers, het aantal abonnees op nieuwsbrieven en het aantal netwerk- en adviesgesprekken. De vraag naar individuele hulp is onverminderd hoog, zeker voor inwoners met een (psychische) kwetsbaarheid. Werven en matchen van vrijwilligers voor deze groepen vraagt wel meer van onze aandacht evenals de ondersteuning van mantelzorgers die te maken hebben met deze, soms echt pittige problematiek. Een grote taak van onze collega's ligt daarbij in het managen van verwachtingen. Vrijwilligers en mantelzorgers kunnen en willen niet 'alles', maar wel veel wanneer hun wens tot zorgen, helpen, delen (maar ook loslaten en ontspannen) centraal staat. ➡

ZwolleDoet!:



→ Maakt bewust van de meerwaarde en unieke rol van vrijwillige inzet en mantelzorg en signaleert maatschappelijke vraagstukken die met informele hulp en vrijwillige inzet kunnen worden opgepakt.



→ Motiveert Zwollenaren om zich vrijwillig in te zetten en om te kijken naar elkaar.



→ Koppelt vraag en aanbod.



→ Waardeert, steunt en faciliteert mantelzorgers, vrijwilligers en hun organisaties, individueel en collectief.



→ Deelt expertise rondom burgerbetrokkenheid, vrijwillige inzet en mantelzorg.

Zodat:

- maatschappelijke vraagstukken met en door inwoners worden opgepakt;
- zelfredzaamheid van Zwollenaren wordt vergroot;
- inwoners zo lang mogelijk (zelfstandig) kunnen wonen en mee kunnen doen;
- overbelasting wordt voorkomen;
- expertise en talent worden benut;
- zwaardere vormen van hulp en zorg worden voorkomen of uitgesteld;
- inwoners geluk ervaren en gezond blijven.

Veel beleidsvisies spelen momenteel in op het anders organiseren van onze samenleving. Landelijke akkoorden rondom gezond en actief leven bijvoorbeeld en visies op wonen en zorg. In het Zwolse college-akkoord staan preventie en meedoen door middel van een sterke sociale basis centraal, wat is uitgewerkt in een (concept) nieuw beleidskader voor vrijwilligerswerk en mantelzorg. Medewerkers van ZwolleDoet! hebben, met hun diverse expertises, in 2022 ruimschoots meegedacht in gesprektafels en (bestuurlijke) netwerken. Denk aan: de sociale basis, seniorenhuisvesting, Zwolse participatie aanpak, cultuur sensitieve zorg, Zwolle gezonde stad en W WZ038. Regionale en landelijke expertise wordt hierbij benut door onze actieve betrokkenheid bij brancheorganisaties als VOSVI, NOV, VPTZ en mantelzorg.nl.

In 2022 is na uitvraag bij onze klanten, samenwerkingspartners en opdrachtgevers, het Identiteitsbewijs geschreven met daarin mooie ambities richting 2030. Om de maatschappelijke impact van vrijwilligers(organisaties),

mantelzorgers en onze organisatie nog explicieter te kunnen maken zijn we in 2022, als vervolg op ons Identiteitsbewijs, gestart met het formuleren van de 'ZwolleDoet!-aanpak' en het aanscherpen van indicatoren. Deels opgenomen in dit verslag, met een vervolg in 2023.

Zichtbaar in dit jaarverslag wordt dat het aanboren van de vrijwillige energie sector, domein- en wijkoverstijgend is. Je inzetten als maatje voor iemand in een andere wijk omdat 'de klik' er is of je juist wat gepaste afstand prettig vindt. Kunst- en cultuur als middel om eenzaamheid te lijf te gaan; weer mee te doen (Briljant). Je maatschappelijke inzetten omdat je iets wil doen aan armoede, duurzaamheid, inclusie (SamenZwolle, Impacter). Trots zijn op jouw vrijwilligerswerk bij de vervoerspoole voor de voedselbank en dit uiten via een fotocampagne (Reizende Expositie). Een beeldende gesprekstoel voor vrijwilligers én professionals om verbinding te stimuleren (MijnWereldKaart Zwolle). Maatschappelijk betrokken ondernemen via de Beursvloer. ZwolleDoet! werkt voor én met betrokken inwoners, professionals, ondernemers, collega-organisaties en beleidsmakers. Samen. We benutten daarbij nadrukkelijk de 'crossovers' met de labels binnen de Travers holding: Travers Welzijn, Hedon en Doomijn om zo onze gezamenlijk beweging nog verder te brengen.

We geven met dit jaarverslag een beeld van onze activiteiten in 2022, maar bieden vooral ook inspiratie voor de toekomst.

Veel leesplezier!



Voor jezelf. Voor elkaar!

Elk mens heeft in het leven anderen nodig. In elke fase van het leven; van jong tot oud. Tegelijkertijd heeft ieder mens iets uit te delen: tijd, aandacht, praktische hulp of bestuurlijk talent.

"Voor jezelf, voor elkaar" zegt het al. Wij zien vrijwilligerswerk, informele zorg en mantelzorg als onderdeel van een grotere beweging. Een beweging die de onbenutte kracht in de samenleving mobiliseert. Bij ons krijg je de ruimte en de ondersteuning om initiatieven te nemen. We stellen je in staat om te delen wie je bent en wat jou beweegt. We laten je ervaren dat je kunt delen én kunt vragen.

Je vraagt je af wat er zou gebeuren als ieder mens zijn of haar potentieel helemaal zou aanspreken. Het potentieel waarvan je misschien nog niet eens weet dat je het bezit. Als ieder mens zo nog waardevoller zou zijn; voor de ander en voor zichzelf. Hoe zou de samenleving er dan uitzien?

Je vraagt je af wat er zou gebeuren als er organisaties zijn die de samenleving ingaan op zoek naar de onbenutte kracht van ieder mens. Organisaties die de handen ineenslaan, samen met burgers en andere organisaties, waardoor er een onstuitbare beweging ontstaat.

ZwolleDoet! heeft de ambitie om als onderdeel van Stichting Travers - Investeerders in onbenutte kracht - zo'n organisatie te zijn. Een beweging die talenten van burgers opspoor, herkent en ontwikkelt. •

- Wim Bosch

Raad van Bestuur Stichting Travers

Hoogtepunten

2022

februari

**Uitreiking
Mantelzorg-
waardering**

februari



februari

VOSVI symposium
ondersteuning van vrijwillige
inzet op de rails

april



april

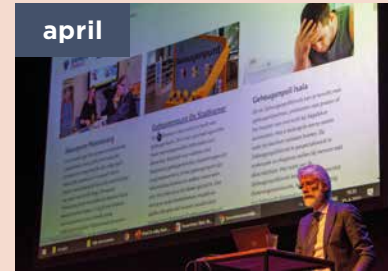
**13e editie van
Beursvloer Zwolle**
in de IJsseltoren

april



Lancering 'Onvergetelijk'
magazine over de vrijwillige
palliatieve terminale zorg in Zwolle

april



**Lancering Zwolle
dementievriendelijk**
op SamenZwolle met
Erik Scherder

juli en augustus



juli en augustus

**Zomeractie #WATJIJDOET
fotoshoots**
om vrijwilligers in Zwolle te waarderen

oktober



oktober

Eerste Tuinhulpdag
in samenwerking met
Stichting Present

december



december

**Dag van de
Vrijwilliger**

december

**Uitreiking Overijsselse
Vrijwilligersprijzen**

2023

NLdoet

de grootste vrijwilligersactie
van Nederland



maart

maart



maart

De Mantelzorgmonologen
interactieve theatervoorstelling
gebaseerd op verhalen van mantelzorgers

mei

**Professionalsbijeenkomst
SamenZwolle**

met 80 deelnemers, een record
na coronatijd

mei

september

september

**Opening Jungheimercafé
Zwolle**

ontmoetingsplek voor jonge mensen
met dementie

november



**Maand van de
Mantelzorg**

waarbij partners
in de stad
helpen Zwolse
mantelzorgers te
waarderen

Opening Reizende Expositie

in Stadkamer, om senioren te inspireren
tot vrijwilligerswerk



december



Facts 2022

- **7776** mantelzorgers geregistreerd
- **765** jonge mantelzorgers t/m 23 jaar geregistreerd
- **4747** mantelzorgwaarderingen toegekend
- **87** vragen over regelingen en voorzieningen
- **88** mantelzorgers emotionele ondersteuning geboden
- **565** individuele contactmomenten

Thema 1:

Mantelzorg

Mantelzorgers zorgen voor hun naasten, vaak langdurig en intensief. Iemand die dicht bij ze staat wordt ziek: een kind, ouder, vriend of buur. Ze nemen de zorg op zich uit liefde, en krijgen er ook veel mooie momenten voor terug. Met veel mantelzorgers gaat het goed, ze redden zich en er is niet veel ondersteuning nodig. Maar er is ook een steeds grotere groep mantelzorgers overbelast, waarbij de zorg ten koste van hunzelf gaat. Steunpunt Mantelzorg is er voor alle Zwolse mantelzorgers. Op dit moment staan er 7776 mantelzorgers bij ons geregistreerd. We bieden emotionele ondersteuning, trainingen, hulp bij regeltaken en lotgenotencontact. Daarnaast brengen we mantelzorgers in contact met vrijwilligers die kunnen helpen in de thuissituatie of een luisterend oor kunnen zijn. We focussen actief op preventie om overbelasting bij mantelzorgers te voorkomen. Dit doen we onder andere door onze kennis en expertise met andere organisaties in de stad en landelijk te delen.



Ondersteuning

In 2022 waren er 565 individuele contactmomenten met mantelzorgers, met als belangrijkste onderwerpen informatie over bijeenkomsten, trainingen en cursussen zoals Bordje Vol en omgaan

met verward gedrag (247), emotionele ondersteuning (88) en regelgeving en voorzieningen (87). Daarnaast zijn er 129 ondersteuningsvragen binnengekomen van jonge mantelzorgers. Hierbij was behoefte aan algemene informatie over ondersteuningsmogelijkheden (63), informatie over trainingen en bijeenkomsten zoals de How2Deal groep (46) en emotionele ondersteuning (16). Tot slot kwamen er 41 vragen binnen van mantelzorgers die vastliepen door cultuurverschillen.

Overbelasting speelt vaak al een grote rol wanneer mantelzorgers voor het eerst contact met ZwolleDoet! opnemen. In coronatijd zijn contacten weggefallen en niet meer teruggekomen, waardoor mantelzorgers minder mensen om zich heen hadden om op terug te vallen. Er moet veel geregeld worden rondom de zorg voor een naaste die ziek is. Voor veel mantelzorgers is het niet altijd duidelijk bij welke instantie ze kunnen aankloppen voor hulp en zo raken ze verstrikt in een web van formulieren en aanvraagprocedures. Bij ZwolleDoet! is een mantelzorgmakelaar aanwezig, die gratis advies en informatie kan bieden rondom regelingen en voorzieningen en tijdelijk regeltaken kan overnemen.

Een terugkerend thema in ondersteuningsgesprekken was het moeizame contact tussen naasten en de formele zorg. Mantelzorgers voelen zich niet gezien door overbelaste zorgprofessionals en het kost ze veel tijd en moeite om goed aangehaakt te blijven. Naast het contact met de formele zorg is de communicatie met andere mantelzorgers en familieleden ook een terugkerend thema. Daarom is er voor jonge mantelzorgers een bijeenkomst georganiseerd met een familiesysteemcoach en hebben alle consulenten



“Door de ondersteuning ben ik anders gaan kijken naar mijn situatie. Hoe ik mijn taken indeel en niet te veel blijf hangen in wat niet lukt, maar kijk naar wat wel lukt”

→ mantelzorger

een training Methode Familiezorg gevolgd van MantelzorgNL. Een andere veelgebruikte methodiek is BordjeVol. Deze helpt mantelzorgers in te zien welke taken er op hun bordje liggen en welke hulpbronnen er zijn binnen het eigen netwerk. Landelijk wordt er steeds meer gewerkt met het model van Positieve Gezondheid, ook bij ZwolleDoet! is dit het uitgangspunt voor individuele gesprekken met mantelzorgers.



Ondersteuning

In lotgenotengroepen delen mantelzorgers hun verhaal met elkaar en is er veel (h)erkenning. Er worden actuele thema's besproken en contacten gelegd die ook buiten de groep verdergaan. Dit jaar waren er vier groepen voor volwassen mantelzorgers met in totaal 34 bijeenkomsten voor naasten van mensen met een psychische kwetsbaarheid, niet-aangeboren hersenletsel (NAH), dementie, en een nieuwe groep 'rouw na mantelzorg' voor mantelzorgers die hun naaste zijn verloren. De lotgenotengroepen werden begeleid door een consulent en een vrijwillige gespreksleider. De vrijwillige gespreksleiders zijn door ZwolleDoet! getraind op het inzetten van ervaringskennis en ervaringsdeskundigheid.

Een andere vorm van collectieve ondersteuning is de cursus Kracht van Herinneringen. Deze is voor het eerst voor jonge mensen met dementie (vanaf 40 jaar) georganiseerd. De Kracht van Herinneringen

is een cursus voor thuiswonende mensen met dementie en hun mantelzorger. Door reminiscentie, het gericht ophalen van positieve herinneringen, wordt er op een fijne manier contact gelegd. Deelnemers nemen eigen voorwerpen mee en door sensorische stimuli in te zetten (zien, horen, proeven, ruiken en voelen) komen herinneringen weer op gang. De deelnemers met dementie raken enthousiast, ze kunnen zich iets herinneren. En de mantelzorgers hebben weer eens een ander, positief gesprek met hun naaste en kunnen onderling ervaringen uitwisselen.

“Een deelnemer mocht een cadeau bedenken voor in een lege verjaardagsdoos, zijn partner zat stil en dacht ‘Dit kan hij niet’. Na een stilte opende hij de doos en keek haar aan en zei: ‘Ons geluk!’.
De tranen staan weer in m'n ogen als ik eraan denk.”

→ Trainer Kracht van Herinneringen

Er zijn vier lotgenotengroepen voor jonge mantelzorgers georganiseerd. Ook jonge mantelzorgers vinden veel steun en herkenning bij elkaar, dit vermindert het eenzame gevoel. Jongeren gaven bij ons aan elkaar vaker te willen ontmoeten om ervaringen te delen en om informatie te krijgen over hoe ze hun mantelzorgtaken kunnen combineren met hun eigen leven. Ook was er behoefte aan meer informatie over het ziektebeeld van hun naaste. Naast de Brusjesgroep (broertjes en zusjes) en de training voor studerende jonge mantelzorgers zijn er twee nieuwe groepen bijgekomen. De eerste groep is ASS it is, voor jongeren met een broer of zus met autisme of ADHD. De tweede is de How2deal groep, voor mantelzorgers van 17 jaar en ouder. Beide groepen zullen in 2023 doorgaan.

Doelgroepgericht

ZwolleDoet! is er voor alle mantelzorgers, maar geeft twee doelgroepen specifiek extra aandacht: jonge mantelzorgers tot 24 jaar en mantelzorgers met een migratieachtergrond.

Jong & mantelzorg:

Van de Nederlandse kinderen en jongeren tot 24 jaar groeit één op de vijf op met een familielid dat extra aandacht nodig heeft. Een ouder, broer, zus, opa of oma heeft bijvoorbeeld een handicap, kanker, een spierziekte, autisme, een depressie of een verslaving. Kinderen en jongeren helpen met zorgen voor dit familielid, door thuis schoon te maken, eten te koken, broertjes of zusjes aan te kleden en naar school te brengen. En samen maken ze zich zorgen óm hun familielid.

Nieuwe cijfers laten zien dat ongeveer een half miljoen jongeren van 16 tot en met 24 jaar zorgt voor een naaste. Dit gaat vaak goed, maar niet altijd. Eerder publiceerde het Sociaal en Cultureel Planbureau (2020) dat middelbare scholieren met een zorgsituatie thuis minder goed scoren op levensvrede, gezondheid, psychosomatische klachten en schooldruk. Eén op de drie jonge mantelzorgers voelt zich matig of ernstig belast. Het geven van mantelzorg heeft consequenties voor het welzijn en de toekomst van die jongeren (Bron: SCP).

Cultuur & mantelzorg:

Mantelzorgers met een migratieachtergrond hebben specifieke aandacht en inzet nodig. Naast een taalbarrière is er ook sprake van een cultuurbarrière. Hoe de Nederlandse zorg nu is vormgegeven sluit niet altijd aan bij de manier waarop mensen met een migratieachtergrond naar zorg kijken en erover praten. Enerzijds weten deze mantelzorgers niet van welk aanbod zij gebruik kunnen maken en anderzijds past de bestaande zorg en ondersteuning niet altijd bij de culturele en religieuze behoeften. Hierdoor blijft er meer zorg bij henzelf liggen, één van de redenen dat de kans op overbelasting groter is dan bij autochtone mantelzorgers. (bron: MantelzorgNL).

“Ik wou dat ik al deze informatie had gekregen toen ik 12 jaar was. Ik was toen op zoek naar een uitweg voor de boosheid en het verdriet. Ik ben blij dat we vaker bij elkaar gaan komen”

→ Nino (15 jaar), deelnemers ASS it is

Individuele mantelzorgwaardering

De individuele mantelzorgwaardering is een blijk van waardering van de gemeente Zwolle voor mantelzorgers. Steunpunt mantelzorg reikt deze namens de gemeente uit. Oprechte waardering en erkenning van mantelzorgers draagt bij aan het volhouden van de mantelzorgtaken. De mantelzorgwaardering is bovendien een goed instrument om mantelzorgers in beeld te krijgen. In 2022 zijn er 4747 individuele mantelzorgwaarderingen toegekend, waarvan 146 aan kinderen t/m 12 jaar en 181 voor jongeren van 13 t/m 17 jaar. In totaal kwamen er 400 aanvragen meer binnen dan in 2021. Door corona konden we geen uitreikingsdagen organiseren, daarom is de waardering middels de post naar mantelzorgers toegestuurd. Dat mantelzorgers niet op locatie konden komen om elkaar te ontmoeten, bleek een groot gemis te zijn.

Maand van de Mantelzorg

In Zwolle organiseren we de Maand van de Mantelzorg in november. Een maand waarin mantelzorgers door de hele stad gewaardeerd worden met attenties en culturele en informatieve activiteiten. Dit jaar waren er 1819 deelnemers, die deelnamen aan 19 activiteiten. Denk aan bijeenkomsten met informatie over bijvoorbeeld PGB en het stellen van grenzen. Maar ook ontspannende momenten in het theater, tijdens een stadswandeling of een muziekworkshop. Er zijn met behulp van lokale ondernemers 1457 attenties verzorgd. ➡



Werving & matching

Ervaringsmaatjes

Een Ervaringsmaatje is een (jong)volwassen vrijwilliger die als kind zelf jonge mantelzorger was en voor een familielid zorgde. Ouders melden hun kind aan voor een Ervaringsmaatje omdat ze hun kind een moment van onverdeelde aandacht gunnen. Door druk op de ouders met mantelzorgtaken lukt het ze niet om deze aandacht zelf altijd te geven. Ervaringsmaatjes zijn er voor een luisterend oor en advies. Kinderen zien hun ouders moe en gestrest en zullen daardoor minder snel zeggen dat er iets is. Een maatje is iemand waarbij ze hun verhaal kwijt kunnen. Afgelopen jaar zijn er 15 matchingsvragen binnengekomen, waarvan er elf zijn gekoppeld en waarvan de overige vier een andere vorm van ondersteuning kregen. De Ervaringsmaatjes worden door ons getraind op thema's als Positieve Gezondheid, suïcide preventie en vieren van successen.

Mantelzorgmaatjes

Een mantelzorgmaatje is een vrijwilliger die gekoppeld wordt aan een mantelzorger. De inzet duurt doorgaans één jaar en het doel is dan ook om te zorgen dat de mantelzorger na de inzet van de vrijwilliger zelf weer verder kan. Tijdens het contact is het maatje vooral een luisterend oor voor de mantelzorger. In 2022 zijn er vier inzetten van mantelzorgmaatjes geweest, waarbij we op regelmatige basis contact hadden met zowel het maatje als de mantelzorger om te zien hoe het verliep.



Bewustwording

Steunpunt Mantelzorg helpt mantelzorgers hun rol op zo'n manier te vervullen dat het past bij hun leven en dat er ook genoeg tijd en ruimte is voor henzelf. Ook in 2022 zijn er diverse informatieve online bijeenkomsten georganiseerd,



waaronder bijvoorbeeld grenzen aangeven. Twee succesvolle cursussen waren 'Omgaan met onbegrepen gedrag bij dementie' en 'In evenwicht met jezelf'. Beide cursussen bestonden uit meerdere dagdelen, waarbij kennis en praktische tips werden gedeeld door ervaren trainers.

Steunpunt Mantelzorg is actief lid van JMZPro, de landelijke organisatie voor jonge mantelzorgers en professionals, en neemt ook deel aan het provinciale netwerk van jonge mantelzorgondersteuners. Het landelijke project 'Niet alleen ziek', waarin de impact van langdurige ziekte van een vader of moeder op verschillende gezinsleden zichtbaar wordt gemaakt, leidde tot een gesprek met professionals uit de medische wereld, opvoedondersteuning, jeugdgezondheidszorg, gemeentes en patiëntenorganisaties. Hierbij is informatie gehaald en gesproken over dit onderwerp.

Voorlichting op scholen

Mantelzorgers vinden niet altijd de juiste aansluiting bij de professionele zorg. Professionals hebben veelal (nog) onvoldoende oog voor de deskundigheid en kracht, maar ook voor de kwetsbaarheid. Het is daarom van belang om, naast al werkende beroepskrachten, studenten die in de zorg gaan werken goed voor te lichten over mantelzorg. Naast de jaarlijkse voorlichtingssessies voor studenten Social Work van Windesheim is dit jaar ook een voorlichtingsbijeenkomst georganiseerd voor meer dan 150 studenten Sociaal Werk van Landstede.

Cultuur & mantelzorg

Mantelzorgers met een migratieachtergrond hebben behoefte aan stabiliteit, een ondersteuner die hen kent en begrijpt en bij wie zij zich veilig voelen. Om deze ondersteuning te kunnen bieden is er in september 2022 een nieuwe mantelzorgconsulent aan het team toegevoegd die zich volledig focust op bewustwording en ondersteuning rondom cultuur en mantelzorg.

Hierbij zijn samenwerkingen met netwerken van verschillende zorgpartijen gestart, maar is de doelgroep ook opgezocht op plekken als het vrouwencafé, buurtkamers en multiculturele dagbestedingen. Daarnaast is de in 2021 gemaakte documentaire 'Ik zie jou' opnieuw ingezet met de toevoeging van een handboek, waardoor organisaties handvatten hebben om na het kijken van de documentaire het gesprek aan te gaan met mantelzorgers en professionals. In de korte documentaire vertellen vier mantelzorgers met verschillende culturele achtergronden hun verhaal. Zij vertellen onder andere hoe zij de mantelzorgtaken hebben ervaren en waar zij tegenaanliepen. Organisaties als MantelzorgNL, Fatoş Ipek- Demir (Sr adviseur sociaal domein & ervaringsdeskundige mantelzorg) en de gemeente Tilburg hebben hun interesse in de documentaire en het handboek geuit.



Kennisdeling

Steunpunt Mantelzorg heeft een rol als pleitbezorger, om het geluid van mantelzorgers te vertegenwoordigen in bijvoorbeeld netwerkgesprekken en gesprekstafels rondom de sociale basis. Regelmatig worden we benaderd door landelijke pers, onderzoeksbureaus en samenwerkingspartners die de stem van de mantelzorger willen horen. Een teken dat ZwolleDoet! actief werkt aan de zichtbaarheid van mantelzorg. Onze consulenten hebben contact met professionals in de zorg, onderwijs en andere werkgebieden om expertise te delen over mantelzorg(ondersteuning). Professionals benaderen consulenten om mee te denken bij situaties van mantelzorgers die zij zelf ondersteunen of hebben behoefte aan expertise om mantelzorgers binnen de eigen organisatie beter te kunnen bereiken. In 2022 werkten we met 50 organisaties samen, zowel in Zwolle als landelijk.

In voor Mantelzorg thuis

Een voorbeeld van zo'n samenwerking is het project 'In voor mantelzorg thuis'. Om mantelzorgers beter voorbereid te laten zijn op zowel opname van hun naaste in het ziekenhuis, maar vooral ook op een zachte landing na opname richting de thuissituatie, is een nieuwe samenwerking gestart met de afdeling ouderengeneeskunde van Isala. Isala heeft een scholing ontwikkeld voor verpleegkundigen en protocollen en werkwijzen herzien om meer gebruik te maken van de expertise van mantelzorgers. Daarnaast is er samen met Steunpunt Mantelzorg een checklist ontwikkeld voor mantelzorgers met aandachtspunten voor, tijdens en na opname van je naaste. De lancering van deze checklist heeft brede mediabelangstelling gekregen.



Jong & mantelzorg

Scholen werken samen met ZwolleDoet! om leerlingen en studenten die mantelzorger zijn zo goed mogelijk te begeleiden door hun schoolcarrière heen. Er is nauw contact met Windesheim, Viaa, Landstede en Deltion. Sommige scholen verwerken mantelzorg in het curriculum en anderen zorgen ervoor dat het personeel door ons wordt voorgelicht over mantelzorg. Steunpunt Mantelzorg is daarnaast betrokken als coördinator van het Studentenwelzijn team tijdens de Bruijsweek. Dit is een samenwerking met Buro Ruis, Viaa en Windesheim om ervoor te zorgen dat studenten een fijne en veilige introductieweek beleven. Het team was niet alleen tijdens de Bruijsweek aanwezig op de camping voor studenten die vastlopen, ook in de voorbereiding werd een voorlichting gegeven aan alle mentoren die de nieuwe studenten gingen begeleiden.

Cultuur & mantelzorg

Steunpunt Mantelzorg organiseerde drie netwerkbijeenkomsten voor professionals rondom cultuursensitieve zorg in samenwerking met Alzheimer Nederland, het sociaal wijkteam, WijZ en Travers Welzijn. Zo waren er bijeenkomsten in de Ulu Moskee en in de Bolle Bieste Huisartsenpraktijk. Hierbij werd kennis met professionals gedeeld en werden onderlinge ervaringen uitgewisseld. •

“Had iemand mij
maar eerder verteld
dat dit soort hulp
bestond. Gewoon
een briefje met
informatie over waar
ik als mantelzorger
terecht kon.”

→ mantelzorger

‘Er valt winst te behalen door mantelzorgers bij de zorg te betrekken’

Jeanine de Vos

consulent mantelzorgondersteuning



Ervaringsverhaal

‘Mantelzorgers kloppen vaak pas aan voor hulp wanneer ze al overbelast zijn. Steunpunt Mantelzorg in Zwolle heeft ze dus vaak pas in beeld als de zorg voor de ander hen al te veel is geworden. En dat terwijl ze aangeven dat ze eerder aan de bel hadden getrokken als ze wisten dat er hulp voor hen was. Toen vanuit Movisie en Vilans het landelijke project ‘In voor mantelzorg thuis’ van start ging, besloten wij dan ook direct om mee te doen. Samen met afdeling interne/ouderengeneeskunde van ziekenhuis Isala’, zegt Jeanine de Vos, consulent mantelzorgondersteuning.

‘Iedere deelnemende gemeente had zijn eigen invalshoek. Vanuit Zwolle besloten we samen met Isala om hun afdeling interne/ouderengeneeskunde bewust te maken van mantelzorg. In een ziekenhuis is alles – logischerwijs – gericht op de zorg dáár, op wat de artsen en verpleegkundigen ter plekke voor de patiënt doen. Er valt winst te behalen door mantelzorgers daarbij te betrekken en hen voor te bereiden op momenten als opname en thuiskomst. Want een patiënt ligt vaak maar voor even in het ziekenhuis, soms maar één dag, maar de zorg thuis gaat meestal veel langer door.’

Klantreis

‘Samen hebben we de weg die patiënten en mantelzorgers bewandelen in kaart gebracht. Van ziekenhuisopname tot aan ontslag. Aan de hand daarvan zijn we met mantelzorgers in gesprek gegaan: hoe hebben zij deze route ervaren? Wat kan beter? Wanneer willen zij betrokken worden bij de zorg? Ook met verpleegkundigen hebben we het gehad over het proces.

Vervolgens hebben we thema’s vastgesteld die extra aandacht verdienen, waaronder: meer emotionele support bieden en mantelzorgers onderdeel maken van het ontslagproces. Door mantelzorgers mee te laten praten kunnen behoeftes beter in kaart gebracht worden, zoals het laten bezorgen van medicatie in plaats van zelf ophalen, het benutten van de kennis van een mantelzorger in het ziekenhuis en vaste afstemmomenten tussen professionele zorg en mantelzorger.

De klantreis heeft de verpleegkundigen van Isala bewust gemaakt van mantelzorg: wie is eigenlijk de mantelzorger? Is dat degene die als eerste contactpersoon bij het ziekenhuis bekend is of zijn er meer mantelzorgers? En zijn de handelingen die de artsen en verpleegkundigen dag in dag uit verrichten bij patiënten ook zo vanzelfsprekend voor de mensen om de patiënt heen? Of is er uitleg nodig?’

Communicatie en afstemming

‘Goede communicatie en afstemming met de mantelzorger helpt overbelasting voorkomen. Dat is - los van een mogelijke burn-out voor de mantelzorger - voor alle betrokkenen belangrijk. Als de mantelzorger overbelast raakt, liggen foutjes in de verzorging namelijk ook op de loer. Dat is gevaarlijk voor de patiënt én kan ervoor zorgen dat het ziekenhuis iemand opnieuw moet opnemen. Ons doel is dat mantelzorgers zelf de regie kunnen pakken. Daar hoort ook

“Een patiënt ligt maar even in het ziekenhuis, maar de zorg thuis gaat veel langer door.”

→ Jeanine, Steunpunt Mantelzorg

bij dat ze op tijd hulp vragen en dat ze keuzevrijheid hebben in wat ze zelf doen en wat ze aan een ander overlaten. Hoe eerder ze weten waar ze terecht kunnen voor advies en ondersteuning, hoe makkelijker dat gaat.’

Scholing en voorlichtingsmateriaal

‘De komende tijd wordt gewerkt aan scholing voor verpleegkundigen op het gebied van mantelzorg. Ook komt er een folder over advies en ondersteuning voor mantelzorgers en is er een checklist met informatie rondom ziekenhuisopname en -ontslag gerealiseerd.

Los van deze praktische uitkomsten is het van grote waarde dat het steunpunt en Isala elkaar weten te vinden op het vlak van mantelzorg. Dankzij dit traject kennen we elkaar nu goed en weten we wat we voor elkaar kunnen betekenen. Ik merk dat Isala het thema mantelzorg belangrijk vindt. Alleen al het feit dat het traject in coronatijd nooit is stopgezet, zegt genoeg.’

Zwolle mantelzorgvriendelijk

‘De uitkomsten van ‘In voor mantelzorg thuis’ hebben we gepresenteerd aan collega’s van Isala en Steunpunt Mantelzorg en aan de sociale wijkteams en casemanagers dementie in Zwolle. De reacties waren enthousiast. De initiatieven voor mantelzorgers versterken Zwolle als mantelzorgvriendelijke stad.’



‘Het is fijn om ergens onderdeel van te zijn’

→ John, vrijwilliger bij de Herman Brood Experience.

Thema 2:

Vrijwilligerswerk

Er zijn, je kennis delen, je tijd vrijmaken voor een ander of voor een vereniging, stichting of de politiek is betekenisvol. Voor jezelf én voor elkaar. Het geeft voldoening, je leert ervan en komt op nieuwe plekken. Het is waardevol omdat je iemand ziet opfleuren of ontwikkelen omdat jij er bent. Je brengt iets wat voor jou misschien als een kleine moeite voelt, maar voor de ander een groot verschil maakt. Startpunt Vrijwilligerswerk helpt vrijwilligers én organisaties die werken met vrijwilligers verder. Door vraag en aanbod bij elkaar te brengen, door het delen van kennis, het opzetten van netwerken en door scholing en training. Daarnaast zetten wij ons in voor het waarderen van vrijwilligers in Zwolle, want zij zijn goud waard.

“ De grote tuin van Kringloop Berkum werd onder handen genomen door de medewerkers van Haute Equipe. Normaal gesproken werken ze als adviseurs door het hele land, met expertise in onder andere bedrijfsvoering en juridisch domein.

Maar nu gingen ze in Zwolle aan de slag met planten, struiken en onkruid. De vrijwilligersactiviteit is voor hen een goede manier om de nieuwe collega's beter te leren kennen en iets te kunnen betekenen voor een ander.”

Facts 2022

- **855** vrijwilligersvacatures in de vacaturebank
- **141** bemiddelingsgesprekken
- **52** Beursvloer-matches
- **148** informatie- & adviesvragen
- **11** groepsbemiddelingen
- **171** vrijwilligers getraind
- **97** nieuwe organisaties in het bestand
- **53.692** bezoekers op de website



Beursvloer Zwolle



Matching

In de vacaturebank op www.zwolledoet.nl zijn de vrijwilligersvacatures in de regio Zwolle te vinden. Vrijwilligersorganisaties plaatsen hier hun vacatures en geïnteresseerden kunnen via een digitaal formulier contact leggen met de organisatie, waarna het matchingsproces start. Het afgelopen jaar stonden er 855 vacatures in de vacaturebank, voor korte of langere periode. Veel vacatures blijven ook na aanmelding van een vrijwilliger open staan omdat er meerdere vrijwilligers gezocht worden. Naast individuele matching werkt ZwolleDoet! ook met groepsbemiddelingen. Maar liefst elf groepen met 182 deelnemers gingen aan de slag op dertien verschillende locaties. We zien dat steeds meer bedrijven op zoek zijn naar duurzamere verbindingen in plaats van eenmalige matchplekken.

Beursvloer Zwolle

Het matchingsevent van het jaar is Beursvloer Zwolle. Op de Beursvloer komen Zwolse bedrijven en maatschappelijke organisaties samen om matches te maken met gesloten beurs, en zo nieuwe verbindingen te maken en zo onze stad nog mooier en socialer te maken. Dit jaar vond de 13e editie plaats bij ABN AMRO Verzekeringen in de IJsseltoren. Na twee jaar afwezigheid van een fysiek evenement was er weer veel enthousiasme vanuit maatschappelijke organisaties om mee te doen met de Beursvloer. Er werden 52 matches gemaakt met een maatschappelijke waarde van €33.505,-. Veel deelnemers hebben aangegeven dat zij naast het maken van matches ook veel (nieuwe) contacten hebben kunnen leggen, dus ook als netwerkevenement was de Beursvloer erg geslaagd.

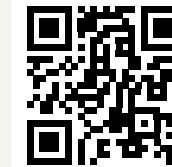


Werving

Voor de ruim 800 vrijwilligersvacatures in de vacaturebank werden het hele jaar door vrijwilligers geworven. Om verschillende doelgroepen te bereiken werd dit op verschillende manieren gedaan: via traditionele media zoals de krant, maar ook via social media als Instagram en vlogs op YouTube. Ook evenementen kunnen bijdragen aan het werven van vrijwilligers. Zo wordt ieder jaar NLdoet georganiseerd door het Oranje Fonds, de grootste vrijwilligersactie van Nederland. ZwolleDoet! spoort organisaties aan om hun klussen op de site aan te bieden en werft vervolgens vrijwilligers voor deze klussen. Dit jaar werden er 69 klussen aangeboden waarop 153 deelnemers hebben gereageerd. We mochten het college van B&W matchen aan een activiteit bij Stichting Paardrijden Gehandicapten 't Hoefijzer. Door een samenwerking met Pathé konden we vrijwilligers die deelnamen aan NLdoet verrassen met een bioscoopbon.

Reizende Expositie

Een andere nieuwe manier om vrijwilligers te werven vonden we in het ontwikkelen van een expositie. We portretteerden tien Zwolse vrijwilligers van rond de pensioensleeftijd en vroegen hen hun mooiste verhalen over hun werk als vrijwilliger te delen. Deze expositie is onderdeel van het provinciale project Goed Bezig om senioren kennis te laten maken met vrijwilligerswerk. Senioren vormen een groeiende groep mensen met een enorm potentieel aan kennis, ervaring en tijd. Bovendien kan vrijwilligerswerk hen óók heel veel brengen, zoals te lezen is in de verhalen die worden gedeeld in de expositie. De expositie werd gelanceerd in de Stadkamer op 7 december, de Dag van de Vrijwilliger en reist in 2023 rond in Zwolle langs diverse organisaties. ➔



Reizende Expositie



Ondersteuning

Startpunt Vrijwilligerswerk biedt ondersteuning op zowel individueel niveau als op organisatieniveau. Zwollenaren die op zoek zijn naar passend vrijwilligerswerk kunnen terecht op onze online vacaturebank, maar ook langskomen voor een persoonlijk adviesgesprek. Het afgelopen jaar werden er 141 bemiddelingsgesprekken gevoerd met 67 mensen. Opvallend is dat het aantal gesprekken per persoon is toegenomen. Er is een steeds grotere groep potentiële vrijwilligers die extra ondersteuning en begeleiding nodig hebben. Wanneer er geen begeleider in beeld is vanuit bijvoorbeeld het RIBW, dan verzorgen wij het eerste contact tussen de vrijwilliger en de vrijwilligersorganisatie. Daarnaast komen er ook vragen binnen voor vrijwilligerswerk via Zinvolle Daginulling (SamenZwolle). Deze toename in extra ondersteuning in de zoektocht en bemiddeling, betekent ook dat er behoefte is aan plekken waar deze mensen aan de slag kunnen en lichte ondersteuning kunnen krijgen.

Persoonlijke bemiddeling op maat blijft belangrijk voor een duurzame match. In bemiddelingsgesprekken worden met regelmaat vragen gesteld over eenzaamheid, belastbaarheid willen opbouwen, maatschappelijk participeren, lichte begeleiding op een plek, maatjesvragen, vrijwilligerswerk in plaats van betaald werk en nieuwe Nederlanders die de taal willen verbeteren of willen integreren. We merken moeizameheden op in het vinden van een vrijwilligersplek voor Nieuwe Nederlanders, mensen met een lichamelijke beperking en mensen die lichte begeleiding nodig hebben of een strafblad hebben. Wanneer blijkt dat er meer dan lichte ondersteuning nodig is, verwijzen we door naar

een participatietraject of een Sociaal Wijkteam voor dagbesteding. Jongeren (14-27 jaar) worden naar sociaal maatschappelijke activiteiten bemiddeld en begeleid door Impacter in hun zoektocht naar vrijwilligerswerk. Dit kan zowel individueel als in groepen.

Organisaties

ZwolleDoet! biedt ook ondersteuning en advies aan organisaties die met vrijwilligers werken. Hierbij gaat het om thema's als relatiebeheer, scholing, vrijwilligersbeleid, waardering, werving van vrijwilligers en wet- en regelgeving. Er werden 36 accountgesprekken gevoerd, waarin vaak terugkwam dat organisaties moeite hebben met het vinden van geschikte vrijwilligers. Met name voor de wat zwaardere, coördinerende functies en voor vaste structurele taken is het lastig voldoende vrijwilligers te vinden. Veel vrijwilligers zijn op zoek naar meer flexibiliteit en we merken dat organisaties het lastig vinden om hierop in te spelen. Organisaties laten ook horen dat veel belangstellende vrijwilligers nog niet in staat zijn om het vrijwilligerswerk zelfstandig op te pakken, maar daarbij meer begeleiding nodig hebben. Dit jaar was sociale veiligheid een belangrijk item. Er werden veel vragen gesteld en gesprekken gevoerd over gedragscodes en de functie van een vertrouwens(contact) persoon. Naar aanleiding daarvan organiseerden we meerdere keren de training tot Vertrouwenscontactpersoon en zijn we gaan onderzoeken of ZwolleDoet! een centrale rol kan spelen in het ondersteunen van de kleinere vrijwilligersorganisaties hierin, door het 'ter beschikking stellen' van een vertrouwenspersoon.

Collectieve ondersteuning

ZwolleDoet! organiseert en faciliteert netwerken van vrijwilligersorganisaties en coördinatoren om op collectief niveau ervaringen en expertise uit te wisselen. Zo kwam het Maatjesplatform vier keer bij elkaar over thema's als de samenwerking tussen formele en informele zorg, de toename in zwaardere casuïstiek rondom dementie, het trainen en werven van vrijwilligers en samenwerking in het voorveld. De maatjesinitiatieven zijn met hun aanbod, vrijwilligersvacatures en oproepen terug te vinden op SamenZwolle. Een ander netwerk, is het netwerk van zorgcoördinatoren. Hier werd een bijeenkomst georganiseerd met als thema: hoe ziet de vrijwilliger er anno 2022 uit? Daarbij werd onder andere gekeken naar innovatief vrijwilligersmanagement.

Een andere vorm van collectieve ondersteuning is de door ZwolleDoet! ontworpen vrijwilligerswaarderingcampagne #watjijdoet. Organisaties konden ons uitnodigen bij hun zomerborrels, -barbecues en vrijwilligersfeesten voor een #watjijdoet fotoshoot. We bezochten tien organisaties en maakten foto's van al hun vrijwilligers die stadsbreed werden gedeeld. De campagne blijft een succesvolle manier om vrijwilligers in de spotlight te zetten en te laten zien wat zij doen, dit creëert een gevoel van trots bij zowel de vrijwilligers zelf als de organisatie en veel positieve reacties in de media. ➤





VOSVI



Bewustwording

ZwolleDoet! is onderdeel van de provinciale branchevereniging VOSVI. Samen organiseerden we een online symposium met het thema 'Ondersteuning van vrijwillige inzet op de rails'. Beleidsmakers, raadsleden en wethouders uit Overijssel werden uitgenodigd om te kijken naar de rol van vrijwilligers in de samenleving en kansen voor de toekomst. Het doel: meer aandacht en bewustzijn voor de waarde van vrijwillige inzet in onze regio. Gasten aan tafel waren gedeputeerde Roy de Witte, directeur van vereniging NOV Joost van Alkemade en manager van ZwolleDoet! Bianca Talen. In deelsessies werd informatie uitgewisseld over gemeentelijk en provinciaal vrijwilligersbeleid en ondersteuning van vrijwilligerswerk door vrijwilligerscentrales en -steunpunten.

Een andere tool die wordt ingezet om meer bewustwording rondom vrijwillige inzet te creëren, is waardering. Waardering zorgt ervoor dat mensen zich gezien voelen, dat ze ervaren dat hun bijdrage ertoe doet en zij dus ook. Bovendien helpt waardering bij het in beeld krijgen van potentiële vrijwilligers, die door inspirerende verhalen van anderen zelf ook worden aangespoord. ZwolleDoet! werkte mee aan de uitreiking van de Overijsselse Vrijwilligersprijs en selecteerde drie organisaties die een waardering van de Provincie Overijssel ontvingen. Daarnaast werd de Groene Vrijwilligersprijs uitgereikt aan Beleeftuin Buiten Zinnig bij revalidatiecentrum de Vogellanden, deze prijs is speciaal voor vrijwilligers die zich inzetten voor een groener Overijssel. Op 7 december, de Dag van de Vrijwilliger, zetten we onze eigen waarderingsactie op en konden vrijwilligers uit Zwolle deelnemen aan diverse activiteiten bij lokale ondernemers. Van een culturele beleef tour, tot een bezoek aan het PEC

stadion en muziekbingo in Hedon, de actie bleek een succes en zorgde voor positieve reacties van zowel vrijwilligers als betrokken ondernemers.



Kennisdeling

Startpunt Vrijwilligerswerk organiseerde 13 verschillende trainingen voor vrijwilligers én organisaties om hun kennis te verbreden, waarmee 171 mensen werden bereikt. De thema's waren divers:

- ➔ Online vragenruimte WBTR, een Webinar SEO Zoekmachine optimalisatie en een online vragenruimte voor penningmeesters.
- ➔ Workshops rondom het thema social media, over het schrijven van pakkende teksten, videocontent en vormgeving.
- ➔ Een training pitchen voor de Beursvloer, de start van het programma Sponsorondersteuning en een basis communicatietraining 'Hoe bedoel je?'
- ➔ Twee keer de training Vertrouwenscontactpersoon.

Er vond ook kennisdeling plaats met de organisaties die aan de slag gingen met Sociale Activering en Herstel. Zij zoeken advies over het voeren van intakegesprekken en ondersteuningsmogelijkheden voor kwetsbare inwoners. ZwolleDoet! speelt hierop in en denkt mee in de breedte en op individueel niveau.

BestuurdersCentraal

Zwolle is een stad waar veel vrijwilligers én organisaties actief zijn. Die actieve betrokkenheid willen we onderhouden en blijven stimuleren. Daarom bundelen we de kracht van bestuurders van vrijwilligersorganisaties,

ondernemers, overheid en onderwijsinstellingen in een lokaal netwerk waarin kennis en ervaring worden gedeeld: BestuurdersCentraal Zwolle. In Zwolle zijn zeven experts actief die hun kennis delen op bijvoorbeeld juridisch gebied, werving en conflictmanagement. Via het in het najaar nieuw gelanceerde platform BestuurdersCentraal Overijssel kan het netwerk informatie delen, sessies organiseren, vraag en aanbod delen. Er zijn 146 bestuurders aangehaakt bij het online netwerk.

Het mes scherp houden

Om ook eigen expertise te blijven ontwikkelen namen de medewerkers van Startpunt Vrijwilligerswerk deel aan diverse trainingen:

- ➔ Expeditie Nieuwe gezichten van NOV
- ➔ Online sessie over vrijwillige inzet voor Oekraïners
- ➔ Mensen maken Nederland Event van NOV
- ➔ Online sessie over Vrijwilligerscentrales & de rol van Vertrouwenscontactpersoon
- ➔ Bijeenkomst Lokale intermediairs & Good Busy over medewerkersvrijwilligerswerk
- ➔ Training zakelijk vloggen
- ➔ Landelijke conferentie voor vrijwilligerscentrales
- ➔ Congres toekomst vrijwilligerswerk Overijssel
- ➔ Thematafel kwetsbare vrijwilligers •



Uitgelicht:

Impacter Zwolle

‘Door Impacter had ik weer een reden om uit bed te komen’.

Bij Impacter zetten jongeren tussen de 12 en 30 jaar oud zich vrijwillig in voor een ander, ontdekken hun talenten, ontmoeten nieuwe mensen en maken de samenleving sterker. Ze krijgen de kans om te leren in een omgeving waar experimenteren oké is en waar je gewaardeerd wordt om wie je bent. Dat zorgt voor meer vertrouwen in jezelf, jouw talenten en je plek in de maatschappij. Impact maken kan individueel met ondersteuning van een jongerencoach of in groepsvorm in een ImpacterLAB. Impacter is ontstaan in Zwolle in 2018 uit het Actieprogramma Maatschappelijke Diensttijd van ZonMw. Het is uitgegroeid tot een zelfstandig project met meerdere werknemers, dat valt onder Travers Welzijn en ZwolleDoet! Eind 2022 is Impacter opnieuw uitgebreid, we zijn nu actief in veertien gemeentes in Noordost-Nederland.

Er nu al toe doen

Jongeren komen bij Impacter met vragen rondom identiteit, studie- of werkkeuze, talentontwikkeling, maatschappelijke betrokkenheid of het ontmoeten van anderen. Het maatwerkprogramma helpt de jongeren hun talenten te ontdekken, ontwikkelen en waarborgen. Zo krijgen ze antwoorden op hun vragen door te doen. Wat jongeren écht helpt is dat ze bij Impacter niet continu aan hun ‘toekomstige ik’ hoeven te werken, maar ervaren dat zij er nu al toe doen. Dit ontstaat door jongeren direct van waarde te laten zijn voor anderen, maar ook door naar hen te luisteren en hen invloed te laten uitoefenen op het gebied dat zij belangrijk vinden.

Er zijn 101 Impacters gestart in 2022, waarvan er 52 gematcht zijn aan een organisatie. Een aantal voorbeelden van matchplekken waar jongeren aan gekoppeld zijn: Because we Carry, stichting de Knuffelkonijntjes, woonlocatie de Stuwwal, Kadera, FutureProof, Frion, Rode Kruis, YMCA en Wijkboerderij de Schellerhoeve. Jongeren komen terecht bij Impacter door de nauwe samenwerking met het onderwijs, via bemiddelingsgesprekken vanuit ZwolleDoet! maar ook door aanwezigheid op grote evenementen zoals de Bruisweken en het Bevrijdingsfestival. In 2022 is ook Impacter Windesheim gestart. Deze tak van Impacter richt zich op alle Windesheim studenten tot 27 jaar en in het bijzonder op studenten die vastlopen in hun studie of persoonlijke leven, studenten die een uitdaging zoeken en studenten die impact willen maken op anderen of de maatschappij.

Van idee naar platform

Ieder jaar organiseert Impacter de Raadsafari, een manier voor jongeren om zich te mengen in de politiek en op een laagdrempelige manier in gesprek te gaan met raadsleden. Al tijdens de eerste Raadsafari begin 2021 werd er een behoefte uitgesproken aan een online platform voor jongeren om anderen te ontmoeten, hun mening te geven over belangrijke thema's en ideeën te delen. Dit jaar werd tijdens Raadsafari #4 het eerste prototype van het nieuwe jongerenplatform Blauwhaus getest. Een initiatief dat ook door wethouder Michiel van Willigen van harte werd aangemoedigd. Blauwhaus is het bewijs dat er op de Raadsafari echt geluisterd wordt en dat ideeën werkelijkheid worden.

Effecten

Doordat Impacter coaches transparant zijn over hun eigen struggles en zoektocht, voelen jongeren zich begrepen. Ze zijn niet de enige bij wie niet alles vanzelf gaat. Janine (24) gaf tijdens het eindfeest in haar toespraak aan dat zij mede dankzij Impacter uit haar depressie was gekomen. Ze had weer een reden om uit haar bed te komen. ‘Voorheen had ik nóóit een toespraak gehouden voor zo veel mensen, maar door Impacter is mijn zelfvertrouwen enorm gegroeid.’ Een paar weken later liet ze weten dat ze inmiddels succesvol een sollicitatieprocedure voor een baan heeft doorlopen. •



‘Het is mooi om iets te kunnen betekenen voor een ander’

De medewerkers van CMC Worldwide uit Zwolle gaan twee keer per jaar een dagdeel aan de slag bij organisaties die wel een helpende hand kunnen gebruiken. Officemanager Laura Leusink: ‘Het geeft ons een goed gevoel én het is goed voor de teambuilding. Maar voor mij persoonlijk is het belangrijkste punt het verschil dat we kunnen maken voor de mensen die we helpen.’

Wat doet CMC Worldwide?

‘CMC staat voor Credit Management Company. In de volksmond beter bekend als een incassobureau. Kortgezegd zorgen wij ervoor dat onbetaalde facturen betaald worden. Dat doen we voor zelfstandig ondernemers, mkb'ers en multinationals wereldwijd.’

Jullie doen twee keer per jaar een vrijwilligersklus met collega's. Waarom eigenlijk?

‘We zijn ons ervan bewust dat we super bevoorrecht zijn. Onze medewerkers hebben goede banen en een netwerk om op terug te vallen. We realiseren ons, ook vanuit ons werk waarin we te maken hebben met mensen die de rekeningen niet kunnen betalen, dat niet iedereen dat heeft. Dan is het des te mooier om op deze manier iets te kunnen betekenen voor een ander. Het bedrijf stimuleert ons om vrijwilligerswerk te doen en stelt uren beschikbaar, maar iedereen heeft de vrije keuze om wel of niet mee te doen.’

“Wij doen vooral activiteiten waar de organisatie zelf niet genoeg vrijwilligers of medewerkers voor heeft.”

→ Laura Leusink

Wat doen jullie zoal?

‘Vorig voorjaar hebben we geholpen met het opknappen van Kinderboerderij Wezenlanden. Later dat jaar hebben we met een groep collega's 500 kaartjes gemaakt en geschreven voor ouderen. We konden toen vanwege corona niet ergens binnen aan de slag, dus dit was een mooie oplossing. We hebben ook een keer kerstversiering opgehangen in een verzorgingstehuis. Afgelopen zomer hebben we de tuin van een woongroep van zorginstelling Philadelphia netjes gemaakt. Het zijn over het algemeen activiteiten waar de organisatie zelf niet genoeg vrijwilligers of medewerkers voor heeft.’

Wat levert het jullie op?

‘Het voelt fijn om anderen te kunnen helpen. Daar groei je zelf ook van. Daarnaast zie ik het ook als teambuilding. Tijdens zo'n vrijwilligersklus zie je elkaar in een informele setting en werk je op een andere manier met elkaar samen. Na afloop drinken we vaak nog even wat met elkaar, dan heb je andere gesprekken dan op kantoor. Het is ook leuk om elkaar eens in casual kleding te zien, op kantoor zijn we toch vaak netjes gekleed. En wat mooi meegenomen is, is dat we op deze manier ook iets aan onze beeldvorming kunnen doen. Bij incassobureaus denken mensen toch vaak aan mannen die boos voor je deur staan om je spullen op te halen. Zo zijn we dus niet.’

Wat betekent ZwolleDoet! voor jullie?

‘De afgelopen jaren zocht CMC zelf naar organisaties waar we aan de slag konden. Dat kostte veel tijd. Dit jaar heb ik voor het eerst ZwolleDoet! benaderd. Ik heb Odelia uitgelegd wie we zijn en wat we willen. Zij heeft onze vraag meteen intern uitgezet en al snel kwam de aanmelding vanuit Philadelphia voor het werk in de tuin. Vervolgens heeft Odelia ons aan elkaar voorgesteld. Dat ZwolleDoet! zo'n groot netwerk heeft scheelt mij tijd. Bovendien bereiken we nu sneller die organisaties die echt behoefte aan vrijwilligers hebben.’

Wat wordt jullie komende klus?

‘We gaan naar De Nieuwe Haven, een locatie met verschillende woonvormen voor ouderen. Daar gaan we kerstversiering ophangen en vervolgens houden we met de bewoners een gezellige middag met leuke activiteiten. We hebben er veel zin in. Het type klus maakt ons eigenlijk niet zoveel uit. We staan overal open voor, als wij maar een toevoeging kunnen zijn in mensenlevens en natuurlijk de instanties die dat nodig hebben.’ •

“Via ZwolleDoet! bereiken we snel die organisaties die echt behoefte aan vrijwilligers hebben.”

→ Laura Leusink

‘We hebben samen met ZwolleDoet! het vrijwilligersbeleid op poten gezet’

Marijne Bos

Vrijwilligerscoördinator Stadkamer

Ervaringsverhaal

Stadkamer werkt met maar liefst 270 vrijwilligers. Marijne Bos coördineert het team. Een hele klus en verantwoordelijkheid. ‘ZwolleDoet! dacht mee over de werving en begeleiding van de vrijwilligers en het op poten zetten van het totale vrijwilligersbeleid’.

Waarom werkt Stadkamer met vrijwilligers?

‘Door vrijwilligers in te zetten kunnen we meer activiteiten en projecten uitvoeren dan wanneer we alleen met betaalde krachten zouden werken. Daarnaast kunnen mensen die bijvoorbeeld met pensioen gaan maar nog wel actief willen blijven, hier hun kwaliteiten of talenten blijven inzetten. En we bieden zo een kans aan mensen die wel graag iets willen doen, maar nog niet de arbeidsmarkt op kunnen en mensen die zich op een voor hen nieuw vlak willen ontwikkelen.’

Kun je daar een voorbeeld van geven?

‘Een aantal jaren geleden kwam een vrijwilligster bij ons via DOCK24. Zij wilde meer onder de mensen komen en meer structuur aanbrengen in haar dagen. Dat is haar gelukt. En het beviel van beide kanten goed, want ze werkt nog steeds bij ons. We hebben ook een vrijwilligster gehad die een baan als jurist had en graag met ouderen

wilde werken. Via vrijwilligerswerk bij Stadkamer kon ze uitproberen of dat inderdaad bij haar paste. En dat bleek zo te zijn.’

“ZwolleDoet! is voor ons een waardevolle sparringpartner.”

→ Marijne Bos

Waarmee helpt ZwolleDoet! jullie?

‘Toen we vijf jaar geleden met Stadkamer begonnen, dachten ze mee over het ontwikkelen van ons vrijwilligersbeleid. Onder meer over het werven van vrijwilligers en hoe je als organisatie aantrekkelijk blijft. In een bepaalde periode hadden we wat minder aanwas. Toen keek ZwolleDoet! heel specifiek mee naar waarin wij als organisatie uitblinken en hoe we ons daarmee kunnen profileren. Ook voor praktische zaken is ZwolleDoet! een heel waardevolle sparringpartner gebleken. Ze hebben ons bijvoorbeeld geadviseerd over goede begeleiding van vrijwilligers, wat daar allemaal onder valt en hoe je mensen goed inwerkt.’

Schakelen jullie ZwolleDoet! nog steeds in voor het werven van vrijwilligers?

‘Ja, wij plaatsen onze vrijwilligersvacatures in de database van ZwolleDoet! Als mensen op zo’n vacature reageren, krijgen wij daar een melding van. Wij nemen dan contact op met hem of haar. Een enkele keer, als we een vacature lastig ingevuld krijgen, vragen we ZwolleDoet! hun sociale media-kanalen in te zetten om extra aandacht te krijgen. En het werkt goed, we hebben hier veel vrijwilligers via ZwolleDoet!’

Jullie hebben een paar jaar geleden gezamenlijk een activiteit georganiseerd. Wat hield dat in?

‘We hebben op Nationale Vrijwilligersdag samen een waarderingsactiviteit georganiseerd. Op die dag konden vrijwilligers van verschillende organisaties een activiteit doen. Wij boden bijvoorbeeld een workshop verhalen vertellen aan en het Dominicanenklooster een rondleiding. Allereerst een leuk uitstapje en daarnaast konden vrijwilligers zo natuurlijk een kijkje nemen in de keuken van een andere organisatie.’

Zou je andere organisaties aanraden om de expertise van ZwolleDoet! te gebruiken?

‘Jazeker. Zowel vanwege de enorme vakkennis die ze hebben, als vanwege de mensen die er werken. Het zijn toegankelijke en mensgerichte types die vanuit de praktijk meedenken. Nuchter en zonder beleidsmatige terminologie te gebruiken. Ze hebben bovendien een groot netwerk, wat heel handig kan zijn. Tijdens het opzetten van ons vrijwilligersbeleid verwees ZwolleDoet! ons bijvoorbeeld naar een andere organisatie die dezelfde ontwikkeling had doorgemaakt. Dat was heel handig. Maar vooral het meedenken over uiteenlopende zaken, van dingen die spelen op de werkvloer tot beleidsmatige taken, was voor ons heel waardevol.’



Thema 3:

Informele zorg

Startpunt Informele Zorg coördineert de inzet van vrijwilligers in de thuissituatie. Het gaat om hulp en ondersteuning naast professionele zorg en mantelzorg. De meeste mensen wonen op een zelfgekozen fijne plek, die veiligheid geeft en waar hun netwerk in de buurt is. Daarom willen mensen graag thuis blijven wonen, ook als ziekte of ouderdom dat soms moeilijk maakt. Startpunt Informele Zorg ondersteunt deze mensen in hun wens om zo lang mogelijk thuis te kunnen blijven wonen.



Ondersteuning

Op individueel niveau ondersteunt Startpunt Informele zorg hulpvragers met complexere problematiek met het inzetten van gespecialiseerde vrijwilligers. Dit lichten we verderop bij de matching toe. Op collectief niveau bieden we de training Bruggenbouwers aan, de activiteit JIJ MAG! en hebben we een nieuwe gesprekstool ontwikkeld. ➔

We zetten de volgende vrijwilligers in:

- ➔ **Plusmaatjes:** voor mensen met een psychische kwetsbaarheid
- ➔ **Gezelschapsmaatjes:** bij eenzaamheid door ziekte, ouderdom of een beperking
- ➔ **Geheugensteuntjes:** voor mensen met dementie
- ➔ **Vrijwilligers in de Vrijwillige Palliatieve Terminale Zorg (VPTZ):** waken bij terminaal zieke mensen en ondersteunen mantelzorgers bij de zorg in de laatste levensfase
- ➔ **Ziekenhuis vervoerspoule:** bieden vervoer en begeleiding naar het ziekenhuis of specialisten
- ➔ **Voedselbank vervoerspoule:** brengen de voedselpakketten bij mensen thuis die niet in staat zijn deze zelf op te halen
- ➔ **Praktische hulp vrijwilligers:** helpen met praktische klussen in en rondom huis

vaardigheden te voorzien. Training, scholing en waardering zijn van enorme toegevoegde waarde in het matchingsproces en behouden van de vrijwilligers.

Deze vrijwilligers worden door de coördinatoren van Startpunt Informele Zorg opgeleid met specifieke workshops en trainingen om hen van de juiste kennis en

Facts 2022

- ➔ **757** hulpvragen in totaal gesteld
- ➔ **120** vragen voor een Plusmaatje
- ➔ **90** vragen voor een VPTZ vrijwilliger
- ➔ **133** vervoersvragen
- ➔ **383** vrijwilligers

Bruggenbouwers

Bruggenbouwers zijn Zwollenaren die wat ze hebben meegemaakt willen omzetten in een positieve kracht die het verschil maakt in het leven van anderen. Het doel van de training is om vanuit de eigen persoonlijke ervaringen andere mensen in dezelfde situatie te bereiken, inspireren en hen te ondersteunen in actie te komen. In eerdere trainingen gingen we met deelnemers in op thema's als emotionele stabiliteit, de capaciteit om nieuwe vaardigheden eigen te maken, praktische regelzaken en de connectie maken met je doelgroep. Dit jaar hebben we het programma aangepast, waarbij er geen wekelijkse bijeenkomsten waren maar twee trainingsdagen. Na deze trainingsdagen was er wekelijks wel ruimte voor persoonlijke intervisie. Het voordeel hiervan is dat deelnemers op hun eigen niveau stappen kunnen maken en kunnen inzoomen op de onderdelen die zij nodig hebben om concreet hun eigen activiteit te ontwikkelen. De kleine groep van 2022 werkt aan thema's als het verwerken van een verleden met verslaving, jongeren helpen met gezond koken met een kleine portemonnee en nieuwe Nederlanders helpen wegwijs maken. Enkelen zijn al bezig aan hun pilot activiteit. Daarbij hebben ze actief gewerkt aan hun netwerk, zodat ook na de training ze succesvol hun activiteit kunnen (blijven) uitvoeren.

MijnWereldKaart Zwolle

Een nieuwe gesprekstoel voor vrijwilligers en professionals die een ander ondersteunen op het gebied van zingeving, dagelijkse activiteiten en sociaal netwerk. Eind 2021 is ZwolleDoet! gestart met het ontwikkelen van een eigen gesprekstoel. Het aangaan van een eerste gesprek is soms moeilijk, vanwege bijvoorbeeld een leeftijdsverschil of ontbreken van een vertrouwensband. De kaart kan worden ingezet in maatjescontact en in gesprekken rondom vrijwilligerswerk, eenzaamheid, dementie, mantelzorg en/of activering. Het is een visueel prikkelend ontwerp dat eenvoudig leidt tot persoonlijke onderwerpen en verrassende invalshoeken. In 2022 is een pilot gestart met vrijwilligers en medewerkers van ZwolleDoet! die de kaart hebben getest. In april 2023 zal de kaart worden gelanceerd en gedeeld met Zwolse maatschappelijke organisaties, professionals en vrijwilligers.

JIJ MAG!

Deze collectieve activiteit, gestart in 2018, is opgezet voor mensen tussen de 20 en 50 jaar met een psychische kwetsbaarheid, die zelfstandig wonen in Zwolle. De deelnemers zijn veelal gediagnostiseerd in DSM 5 en hebben te maken met eenzaamheid, angststoornissen, geen passende daginvulling of een wachtlijst voor een behandeling. In de groep mogen deelnemers hun talent ontdekken en creatief bezig zijn. In 2022 waren er 17 deelnemers. Wat op blijft vallen is dat zeker de helft van de deelnemers in het Autisme Spectrum Stoornis zit en bijna nergens aansluiting vindt. Vaak speelt er ook andere problematiek, bijvoorbeeld een complexe thuissituatie. Voor 2022 was het voornemen om dezelfde bakken te blijven voor mensen die psychisch kwetsbaar zijn en in te zetten op meer in- en uitstroom van deelnemers. Er deden vier nieuwe deelnemers mee en drie vonden hun uitstroom naar (vrijwilligers)werk.

**Matching en werving****Plusmaatjes**

Iedereen kan gedurende het leven te maken krijgen met psychische klachten en/of niet-aangeboren hersenletsel. Een Plusmaatje kan bijdragen aan herstel of een betekenisvol leven, door samen dingen te ondernemen of aan een laagdrempelig doel te werken zoals netwerkversterking. Ze kijken naar meer dan iemands kwetsbaarheid: sterke kanten, interesses, toekomstwensen en mogelijkheden. Gemiddeld genomen loopt een Plusmaatje één tot twee jaar mee op iemands levenspad. De meeste hulpvrager zijn er na deze periode klaar voor om weer op eigen kracht of met andere vormen van ondersteuning verder te gaan. Tussendoor coachen, begeleiden en evalueren de coördinatoren waar nodig. Er is (bijna) altijd contact met een betrokken professional, zodat er goed afgestemd wordt tussen de formele en informele zorg. Grenzen, verwachtingen en communicatie zijn daarin belangrijk. In 2022 waren er 120 hulpvragen, waarop 59 vrijwilligers zijn ingezet. Het aantal vragen stijgt nog steeds ieder jaar, waardoor in 2023 werving van nieuwe vrijwilligers van belang is.

Geheugensteuntjes

Een Geheugensteuntje is een gespecialiseerde vrijwilliger die ingezet wordt bij iemand met dementie, zodat diegene langer thuis kan blijven wonen. Door op tijd een vrijwilliger in te zetten kunnen we de druk op mantelzorgers verlagen. De vrijwilligers worden gevonden via ZwolleDoet! maar ook veel via oproepen op SamenZwolle. Er zijn 51 vragen gesteld rondom een Geheugensteuntje, waar 34 vrijwilligers zich hebben aangemeld als vrijwilliger. Het vinden van vrijwilligers wordt lastiger, dus wordt er ook gekeken naar andere mogelijkheden. Zo zijn er drie mensen doorverwezen naar het Project Briljant of lotgenotengroepen. Als er een vrijwilliger wordt gematcht, dan is de match vaak van lange duur. We werken altijd samen met de casemanager dementie. Als deze (nog) niet in beeld is, zorgen we dat er contact wordt gelegd met deze onmisbare professional.

Vrijwillige Palliatieve Terminale Zorg (VPTZ)

Vrijwillige Palliatieve Terminale Zorg is de zorg voor mensen voor wie geen genezende behandeling meer mogelijk is en die zich in de laatste drie tot zes maanden van hun leven bevinden. Door de aanwezigheid van een vrijwilliger kan de zorg voor de partner of familie dragelijker worden. Vrijwilligers verrichten geen medische of huishoudelijke taken, maar uitsluitend hulp bij de persoonlijke verzorging van de patiënt. Ook zijn zij beschikbaar om bij de zieke te waken, zowel overdag als 's nachts. ZwolleDoet! wordt gefinancierd voor deze vorm van zorg vanuit het Ministerie van VWS. Er wordt echter nauw samengewerkt met de vrijwillige thuiszorg wat versterkend werkt. Zo worden vrijwilligers van de VPTZ ook ingezet bij complexe hulpvragen van de informele zorg.

In 2022 zijn er 90 aanvragen geweest. Bij 61 cliënten zijn vrijwilligers ingezet, waarvan 59 in de thuissituatie en 2 in een zorginstelling. Een lichte stijging, terwijl landelijk een sterk afnemende trend is te zien. Bijna de helft van de inzetten was overdag, een positieve ontwikkeling omdat veel vrijwilligers overdag ingezet willen worden. Er zijn op dit moment 47 vrijwilligers, waarvan er zeven nieuw zijn gestart dit jaar. Naast de uitgevoerde inzetten zijn we 30 keer benaderd om te waken. Bij de helft van deze aanvragen overleed de cliënt enkele uren voor de eerste waak of werd deze opgenomen in het hospice of ziekenhuis. De overige keren is informatie gegeven over onze mogelijkheden. Weten 'dat het kan' is voor veel mantelzorgers een geruststellende gedachte. Dit jaar viel op dat er steeds meer vraag kwam voor het waken bij mensen die niet terminaal zijn, bijvoorbeeld bij chronisch zieke mensen of mensen met dementie. Mantelzorgers zijn overbelast, of de hulpvragers zijn alleenstaand en hebben een grotere zorgbehoefte dan de thuiszorg kan bieden. Onze vrijwilligers bieden dan tijdelijk hulp.

We hebben veel netwerkgesprekken gevoerd en presentaties gegeven over onze mogelijkheden en onze werkwijze. Dat hebben we gedaan bij diverse thuiszorgorganisaties in ons verzorgingsgebied, verzorgings- en verpleeghuizen in Zwolle en Isala. Deze manier van verbinden en samenwerken in het netwerk en met de formele zorg lijkt zijn vruchten af te werpen, want met name zorginstellingen weten ons goed te vinden.

Vertaalmaatjes

In 2022 zijn er 30 vragen voor een Vertaalmaatje binnengekomen. Vertaalmaatjes helpen anderstaligen bij het vertalen van gesprekken met bijvoorbeeld zorginstanties. Door het starten van een nieuwe coördinator dit jaar is er



ingezet op het opnieuw informeren van organisaties en het versterken van de relatie met de vrijwilligers. Organisaties gaven aan Vertaalmaatjes te willen inzetten en het belang ervan te zien om hiermee de mantelzorger te ontlasten.

Praktische Hulp

We zetten vrijwilligers incidenteel in voor kleine klusjes in huis en tuin en doorlopend voor mensen die boodschappenhulp nodig hebben. Hiermee vergroten we de zelfredzaamheid van mensen en wordt er voorkomen dat kleine problemen uit de hand lopen en tot groot achterstallig onderhoud of gezondheidsproblemen leiden. De behoeften van hulpvragers en vrijwilligers rondom deze vorm van helpen zijn continu in beweging. In het najaar besloten we een Tuinhulpdag te organiseren in samenwerking ➔

met stichting Present, om samen met een grote groep vrijwilligers éénmalig zoveel mogelijk tuin hulpvragen op te lossen. Dit was een groot succes, er was veel enthousiasme van de vrijwilligers en er was positieve persaandacht (de Swollenaer, RTV Oost). De Tuinhulpdag heeft daarmee een onbenutte groep vrijwilligers weten aan te trekken, en thema's als ontmoeting, gezondheid en duurzaamheid op de kaart gezet. Naast de vragen die we oplossen proberen we ook mensen te helpen wanneer ze niet bij ons terecht kunnen. Dit loopt uiteen van grote klusvragen tot helpen bij computerproblemen, zorgpersoneel dat geen balkon mag schoonmaken of iemand zonder familie die thuis een tas met kleren moet ophalen om van het ziekenhuis naar de revalidatie te kunnen. Met kennis van onze vrijwilligers, flexibiliteit en kennis van het voorveld proberen we ook voor deze vragen een oplossing te vinden.

Ziekenhuis vervoerspoule

Voor mensen die vervoer of begeleiding naar het ziekenhuis nodig hebben is er een poule van vrijwilligers die met hen meegaan. Soms kunnen mensen wel de taxi betalen, maar hebben ze begeleiding nodig omdat ze (zeer) slecht ter been zijn of niet meer alles onthouden wat de dokter zegt. Anderen kunnen de taxi niet betalen en komen niet in aanmerking voor WMO omdat ze naar een ziekenhuis verder weg moeten. Voor die mensen die tussen wal en schip vallen gaan onze vrijwilligers mee. De kwaliteit van matching is erg hoog. De vrijwilligers zijn ervaren, meedenkend en pakken veel vragen op. Vaak kunnen we dit type vragen binnen een of twee dagen matchen. Dit jaar zijn er 95 vragen geweest en waren er 62 vrijwilligers actief.

Voedselbank vervoerspoule

Voor Zwollenaren die gebruik maken van de Voedselbank en niet in staat zijn om zelf de pakketten op te halen hebben we een groep vrijwilligers die deze bij hen thuis bezorgen. Wekelijks hielpen vier vrijwilligers om bij zestien huishoudens te bezorgen, sinds het najaar van 2022 zijn dit wekelijks vijf vrijwilligers en twintig huishoudens. De vrijwilligers doen dit met veel enthousiasme en vertellen ons dat ze er veel voldoening uithalen. Omdat het hebben van een kleine portemonnee veel in de actualiteit is geweest hebben we elf nieuwe vrijwilligers aangetrokken. De locatie van de Voedselbank, regeldruk bij hulpvragers en hulpverleners die nauwelijks tijd hebben voor onderliggende problematiek blijven een knelpunt. Het aantal inwoners met financiële krapte groeit, waardoor we voortdurend een wachtlijst hadden. Dat zijn stressvolle periodes voor mensen die van bezorging afhankelijk zijn. Het probleem vraagt om een bredere en duurzamere aanpak, voorbij de inzet van vrijwilligers. Tijdens de Stadsdialoog Zwolle Armoedevrij hield Tim 's Jongers een betoog voor systeemverandering: het aanpakken van de oorzaken en anders inrichten van bestaande structuren, voor het centraal stellen van de inwoners en voor het veel meer inzetten van mensen met ervaringskennis. Voor ons zou de winst van systeemverandering zijn dat we onze vrijwillige inzet kunnen verschuiven van helpen overleven naar helpen meedoen en welzijn vergroten.



Bewustwording

Training Gericht Communiseren

Deze tweedaagse training is tweemaal aangeboden aan ruim dertig vrijwilligers van ZwolleDoet! en het Maatjesplatform. Onder leiding van trainer Jacqueline Diepman komen thema's



als grenzen, normen en waarden, feedback geven en het stellen van de juiste vragen aan bod. Zo kunnen vrijwilligers zelfverzekerd aan de slag gaan. Vrijwilligers beoordelen de training met een 8,3 en noemen het een eye-opener, omdat zij tijdens deze training bewust werden van hun eigen manier van communiceren en wat dit doet met een ander.

Zwolle Dementievriendelijke stad

Begin 2022 is de samenwerking tussen SamenZwolle, WijZ en ZwolleDoet! gestart binnen het project Zwolle Dementievriendelijke stad. Er is een overzichtspagina gelanceerd op SamenZwolle waar mantelzorgers, vrijwilligers en professionals alle voorzieningen vinden rondom dementie en ook hulpvragen kunnen plaatsen of erop reageren. De pagina moet bijdragen aan het bewustzijn van alle inwoners van Zwolle over wat dementie inhoudt en hoe jij kunt helpen in de ondersteuning. Daarnaast is in september het Jungheimercafé voor jonge mensen met dementie geopend, om ook aandacht te vragen voor deze groep mensen die op jonge leeftijd al met de gevolgen van dementie te maken heeft.

Ook bij het Startpunt Informele Zorg zien we waardering als een vorm van bewustwording, voor vrijwilligers, organisaties en de mensen eromheen. Zo organiseerden we in het voorjaar een vrijwilligersfeest en in december een kerstinloop voor alle vrijwilligers die zich als maatje inzetten.

Kennisdeling

Het afgelopen jaar lag de focus in expertisedeling op Zwolle als dementievriendelijke stad en de bekendheid van de VPTZ op zowel lokaal als regionaal niveau. Daarbuiten hebben we deelgenomen aan het Maatjesplatform, de kerngroep SamenOuderen, het beheerteam van SamenZwolle en het PrisMaatjes overleg van PrismaPsychologie. Hierin wordt kennis en expertise over en weer gedeeld.

Vanuit het netwerk Zwolle dementievriendelijke stad is er gesproken op het jubileumfeest van Alzheimer Nederland over de recente ontwikkelingen. Daarnaast is er een bewaarkaart ontwikkeld die makkelijk op de koelkast of aan het prikbord gehangen kan worden met de signalen van dementie en de doe GOED methode.

Lectoraat Windesheim Goed leven met dementie

Samen met hogeschool Windesheim en het Centrum voor levensvragen zijn we aan het onderzoeken op welke manier vrijwilligers getraind moeten worden om met mensen in gesprek te gaan met dementie die een vraag hebben over zingeving. ZwolleDoet! is hierbij betrokken als expert in het werkveld. •

“Soms had ik geen zin om naar de Steunouder te gaan. Maar als ik er dan eenmaal was, was het eigenlijk altijd leuk. We knutselen, dansen en elastieken en we zijn ook een keer naar een museum gegaan, daar was dan ook een speurtocht die je kon doen. De Steunouder kwam ons vaak ophalen van school en op de fiets bedachten we dan wat we die middag gingen doen.”

→ Kind, 9 jaar



Uitgelicht:

Steunouders

Het project Steunouders van ZwolleDoet! en Travers Welzijn kan ouders met kinderen tot 18 jaar een steuntje in de rug geven om zelf weer op adem te komen. Steunouders bieden hulp door het kind een dagdeel per week op te vangen. De ouder(s) worden tijdelijk ontlast, kunnen energie opdoen en zaken regelen waar ze vaak niet aan toekomen. Tegelijkertijd kan het kind bij de Steunouder zijn verhaal kwijt en mag het kind even gewoon kind zijn. De Steungezinnen kunnen alleenstaanden zijn, maar ook gezinnen met of zonder kinderen.

Tijdelijke verlichting

De voornaamste reden waarom mensen gebruik willen maken van een Steunouder is omdat ze behoefte hebben aan tijdelijke verlichting van hun ouderlijke taken. Daarnaast gunnen ze het een van hun kinderen dat er meer individuele aandacht is. Door persoonlijke problematiek, gezondheidsklachten of problematieken met een van de andere kinderen, raakt een kind ondergesneeuwd. Andere redenen die aangedragen worden zijn verruiming van het netwerk van het kind en het kind laten meegenieten van andere gezinssituaties. Dat kan een Steunouder bieden, maar dat kunnen ook andere initiatieven bieden. We zoeken actief naar deze alternatieven, zoals bijvoorbeeld de inzet van het VVE Platform of inzet van andere projecten binnen ZwolleDoet!, SamenZwolle, of al het andere wat Travers Welzijn te bieden heeft. De alternatieven richten zich niet alleen op het kind, maar ook op het systeem.

Vraagstukken

De vragen die binnenkwamen waren divers. We zagen veel oververmoeide ouders en behoefte aan praktische (opvoed)ondersteuning. Bij 16 gezinnen ontstond de vraag vanuit gedrag van het kind in het gezin en bij 16 andere gezinnen was er sprake van problematiek bij ouders. In 35 gezinnen kwam de vraag vanuit een alleenstaande ouder, waarbij bijvoorbeeld sprake was van een beperkt netwerk in de eigen omgeving.

“Ik merk dat mijn kinderen het fijn hebben bij de Steunouder, mijn kinderen komen blij terug als ze er zijn geweest. Dat doet mij als ouder ook goed en ik heb even de tijd voor mijn andere kinderen om samen wat leuks te doen.”

→ Vraagouder

De vraagstukken worden breder en complexer, naast ontlasting en netwerkverbreding is er ook behoefte aan praktische (opvoed)ondersteuning. Vragen komen binnen bij Steunouders, maar er wordt breder (binnen Travers Welzijn, ZwolleDoet! en SamenZwolle) gekeken wat er preventief ingezet kan worden. Samenwerking met de hulpverlening is van essentieel belang. De inzet van een Steunouder is een puzzelstukje in het hele plaatje.

Facts 2022

Steunouders heeft 59 vrijwilligers op de lijst staan. In 2022 kwamen er 33 nieuwe aanvragen binnen waarvan er eind 2022 nog 21 hulpvragen open staan. Er waren 18 lopende matches eind 2022 en 15 afgeronde matches. Vaak (80%) blijft het contact tussen Steun- en Vraagouder bestaan, ook na afronding van de match. Via o.a. social media, de Swollenaer en het ouderplatform van Doomijn, RTV Oost en scholen zijn nieuwe vrijwilligers geworven. In totaal zijn er 26 nieuwe Steunouders in 2022 gestart. •

Effect

- Ouders geven aan ademruimte te ervaren en tot rust te komen.
- Ouders geven aan dat het contact met hun kind positiever is geworden.
- Alleenstaande ouders geven aan dat hun netwerk is vergroot net als hun vertrouwen in anderen.
- Ouders zien hun kind genieten, blij weggaan en thuiskomen, dat geeft hun rust.
- Band met het kind wat thuis blijft wordt verbeterd. Meer contact, meer aandacht, meer verbinding.
- Door een andere omgeving, wordt het kind op een andere manier geprikkeld en gestimuleerd.
- Ouder geeft aan ruimte voor verwerking, herstel, opdrachten vanuit hulpverlening te hebben gekregen.
- Netwerk van ouder en kind wordt vergroot, wanneer er contact blijft met de Steunouder.
- Contacten blijven bestaan.
- Vrijwilligers geven aan het fijn te vinden om van betekenis te zijn voor een ander.
- Vrijwilligers genieten van het contact met het kind.
- De match is waardevol en betekenisvol voor de Vraag- en Steunouder.
- Vrijwilligers zijn tevreden over de afstemming en communicatie met de coördinatoren.

“Als ik bij iemand kom om te waken, is het voor de partner vaak de eerste keer dat die een stervensproces meemaakt. Het is heel waardevol om hem of haar bij dat proces te kunnen begeleiden.”

→ Geertje, vrijwilliger terminale thuiszorg

In haar jonge jaren werkte Geertje Douma als verpleegkundige en directeur van een bejaardentehuis. De laatste twintig jaar voor haar pensioen was ze reisleader. “Maar het bloed kruipt waar het niet gaan kan, dus toen ik een oproep zag voor vrijwilligers voor terminale thuiszorg, heb ik me aangemeld.”

“Als ik bij iemand kom om te waken, is het voor de partner vaak de eerste keer dat die een stervensproces meemaakt. Het is heel waardevol om hem of haar bij dat proces te kunnen begeleiden. Om op zo’n belangrijk moment echt iets voor iemand te kunnen betekenen, al is het maar het bieden van een rustpauze in de zorg voor hun naaste. Als voormalig verpleegkundige weet ik wat er bij komt kijken als iemand sterft, maar de vrijwillige terminale zorg van ZwolleDoet! geeft daarover ook trainingen aan vrijwilligers. Een medische achtergrond voor dit werk is niet nodig. Ik mag in deze rol geen medische handelingen verrichten. Wanneer een patiënt midden in de nacht een injectie nodig heeft die ik zou kunnen toedienen, moet ik toch de thuiszorg inschakelen.”

De tijd nemen

“Het grootste verschil tussen werken als zorgprofessional en als vrijwilliger is de tijd en aandacht die je de patiënt kunt geven. Als verpleegkundige zit een uitgebreid gesprek er vaak niet in. Ook ontbreekt de tijd om een hele nacht bij iemand te zitten. Terwijl ook verpleegkundigen koste wat kost willen voorkomen dat iemand alleen sterft. Het geeft rust om te weten dat ik (of een andere vrijwilliger) vaak bij een patiënt. Ook is het voor de zorgprofessionals prettig als iemand met wat meer afstand tot de patiënt kan helpen bij bepaalde taken. Iemand omdraaien in bed kan pijnlijk zijn, maar het moet wel gebeuren. Een mantelzorger is vaak emotioneel betrokken. Een vrijwilliger kan dan soms net iets beter doorpakken.”

Stervensproces verzachten

“Doodgaan is voor veel mensen iets engs. Ze willen er het liefst niet over praten. Maar als je dat wel doet en ze uitlegt wat ze kunnen verwachten, welke mogelijkheden er zijn om pijn en benauwdheid te verlichten of te voorkomen, dan worden ze rustiger. Zo verzacht je het stervensproces voor de patiënt én voor zijn of haar naasten. Dat geeft veel voldoening.”

Onze vrijwilligers zijn actief in Zwolle, Hattem, Zwartewaterland en Kampen.

ZwolleDoet! is aangesloten bij VPTZ NL. In heel Nederland zijn vrijwilligers actief zijn die dit bijzondere werk belangeloos doen. ●



‘Je verzacht het stervensproces voor patiënt én naasten’

Geertje Douma

vrijwilliger terminale thuiszorg



Uitgelicht:

SamenZwolle

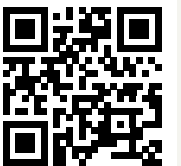
SamenZwolle is een online sociaal platform waarop burgers én professionals hulp kunnen vragen en hun hulp kunnen aanbieden. Dit bevordert de leefbaarheid van de stad. Inwoners kunnen op SamenZwolle ontdekken wat ze kunnen doen in Zwolle, via de sociale kaart informatie vinden over diverse onderwerpen en betrokken organisaties, scrollen door de vrijwilligersvacatures van ZwolleDoet! en hulp vragen en aanbieden. Voor organisaties en professionals is SamenZwolle een manier om extra zichtbaar te zijn onder de Zwollenaren. Door activiteiten, hulpvragen en vrijwilligersvacatures te combineren met een zo compleet mogelijk profiel worden organisaties gevonden op voor hen relevante thema's. Daarnaast ondersteunt SamenZwolle professionals bij hun werkzaamheden, door een platform te bieden waarop ze hulp kunnen vragen voor en met hun cliënten.

Thema's die leven in de maatschappij

Met SamenZwolle wordt het vinden van activiteiten, het vragen en bieden van hulp, het vinden van informatie over actuele onderwerpen en organisaties in het maatschappelijk voorveld makkelijker en laagdrempeliger. Is er een thema wat extra uitleg of informatie nodig heeft omdat er veel vragen over zijn of het een tijdelijk extra relevant onderwerp is? Dan wordt altijd gekeken naar collectieve oplossingen, zoals het bouwen van een aparte verzamelplek voor dit thema, waarop alle informatie overzichtelijk samenkomt. Deze themapagina's maken het voor professionals en inwoners makkelijker doordat alle informatie over één bepaald thema (bijvoorbeeld dierenwelzijn, maatjesinitiatieven, activiteiten voor ouderen) overzichtelijk gebundeld zichtbaar is. In 2022 zette SamenZwolle zich onder andere in op de thema's vluchtelingenhulp en Zwolle dementievriendelijke stad.

Signalen

- ➔ Er is een toename in het aantal praktische hulpvragen, voor bijvoorbeeld klusjes in en om huis, de tuin en tijdelijk de hond uitlaten bij ziekte of lichamelijke beperking. Deze hulpvragen zijn niet altijd makkelijk op te lossen. Hulporganisaties die dit doorgaans doen (Karwij, Klus in de Wijk) zijn drukbezet, hebben een wachtlijst en professionals plaatsen de vraag omdat ze zelf geen tijd krijgen hiervoor. Na het langdurige signaal van veel openstaande tuinvragen is in samenwerking met ZwolleDoet! en stichting Present een Tuinhulpdag georganiseerd waarbij op één dag meerdere tuinen werden aangepakt door diverse vrijwilligers.
- ➔ Net als voorgaande jaren zijn er veel vragen rondom eenzaamheid, maatjes en sociaal contact. Deze vragen worden met wisselend succes opgelost. Soms zien we dezelfde hulpvrager na een tijd opnieuw om hulp vragen omdat er geen klik is of er lijkt toch grotere problematiek achter de hulpvraag te schuilen.
- ➔ Vanwege de lange wachtlijsten voor WMO-hulp, worden spoedeisende hulpvragen voor huishoudelijke hulp in schrijnende situaties door SWT medewerkers op SamenZwolle geplaatst.
- ➔ Financiële krapte bij inwoners: veel vragen hebben te maken met armoede, ook merken we dat door het taboe op armoede niet (op tijd) om hulp wordt gevraagd, terwijl professionals de vragen wel zien liggen. Er zijn vanuit de gemeente veel voorzieningen die nog niet altijd worden benut. Daarom is er een overzichtspagina op SamenZwolle gezet in samenwerking met de ervaringswerker armoedebestrijding bij de gemeente Zwolle. ➔



Meer samenwerking in het voorveld

Door projecten en themapagina's werkt SamenZwolle aan het bundelen van initiatieven en het stimuleren van de samenwerking in het voorveld en afstemming met formele partijen. Voorbeelden hiervan zijn het ontwikkelen van de themapagina SamenDieren, platform voor alle dierenwelzijnsorganisaties in Zwolle, en het doorwikkelen van de themapagina Oekraïnehelp naar een algemene themapagina rondom Vluchtelingenhelp. SamenZwolle neemt het voortouw in het overleg tussen gemeente en andere betrokken organisaties. Er was extra aandacht voor het project Zinnvolle Dagingvulling en het thema Zwolle Dementievriendelijk is in de schijnwerpers gezet door o.a. een uitgebreid ontwikkelde themapagina met informatie over het thema dementie inclusief vrijwilligersvacatures en activiteiten op dit gebied. Daarnaast zijn de lopende projecten SamenKids, hulp bij Armoede, SamenMaatjes voortgezet. De themapagina SamenOuderen wordt maandelijks gemiddeld 280 keer bezocht. Er is extra aandacht voor de doelgroep migrantenouderen. SamenZwolle is aangesloten bij het kernteam cultuursensitief werken van ZwolleDoet! en WijZ. Hierbij wordt onze expertise op het gebied van communicatie ingezet om deze doelgroep zo goed mogelijk te bereiken. We onderzoeken wat SamenZwolle kan betekenen voor de pilot Wooncoach, samenwerking met MEE, Openbaar Belang en de Gemeente Zwolle en wat SamenZwolle kan betekenen voor het project OutdoorGym Zwolle. Een beweegproject met maatschappelijk doel.

Zinnvolle Dagingvulling

SamenZwolle is ook aanspreekpunt voor inwoners die op zoek zijn naar een zinnvolle invulling van de dag. Sinds januari 2019 heeft SamenZwolle officieel de loketfunctie voor Zinnvolle Dagingvulling. We verzorgen een zorgvuldige intake en daar waar nodig lichte begeleiding richting goede dagingvulling. Waar behoefte is aan vrijwilligerswerk wordt de bemiddeling opgepakt door ZwolleDoet! Uitgangspunten zijn integratie, inclusie en normalisatie. Iedere inwoner moet de kans krijgen om op alle mogelijke gebieden te kunnen deelnemen aan het maatschappelijk leven. SamenZwolle stimuleert en ondersteunt in het vinden van ruimte voor deze doelgroep binnen het voorveld. We zijn begonnen met inventariseren welke vrijwilligersorganisaties lichte ondersteuning kunnen bieden. Ook inventariseren we wat er nodig is om dit op plekken waar het nu niet kan, wel te realiseren. De organisaties die onder Sociale Activatie en Herstel vallen, hebben we gestimuleerd om het aanbod onder de aandacht te brengen op SamenZwolle. We verwijzen inwoners door naar de plek waar zij passen en tot hun recht komen. Met ingang van april is een medewerker van SamenZwolle twee dagdelen per week aanwezig tijdens de inloophmomenten van de Sociale Wijkteams Noord en Midden. Hierdoor is er ruimte om mee te denken in mogelijkheden in het voorveld voor casussen die op deze momenten voorbij komen. Het aanhaken tijdens de inloophmomenten resulteert in meer afstemming met elkaar.

Facts 2022

- Livegang vernieuwde sociale kaart met **937** organisaties
- **40** netwerkbijeenkomsten en presentaties
- **31** betalende partners
- **390** geplaatste oproepen, 621 reacties, 79% opgelost
- **298** activiteiten geplaatst
- **120** inwoners ondersteund bij het vinden van een zinnvolle dagingvulling
- Gemiddeld **6538** websitebezoekers per maand
- **4025** likes op Facebook
- **2389** volgers op Instagram
- **547** abonnees professionals nieuwsbrief •



“Briljant betekent voor mij: kennis maken met nieuwe mensen en nieuwe materie. De aandacht van de mensen in dit traject heeft mij heel veel goed gedaan. Ik ben dan ook trots op het eindresultaat.”

Uitgelicht:

Briljant

“Briljant is voor mij van grote waarde omdat ik in een heel leuke groep ben opgenomen die na de cursus activiteiten blijft organiseren, waarbij ze oplossingen zoeken voor mij om mee te kunnen doen.”

Zwolle barst van het talent en de creativiteit onder alle generaties. Het kunstparticipatieproject Briljant richt zich op Zwolse 65-plussers die aan de slag willen gaan met passie en creativiteit om hun verhaal, kennis en talent vorm te geven. Dit kan op het gebied van beeldende kunst, muziek, theater en dans. In samenwerking met een kunstenaar gaat een groep ouderen aan het werk om in acht bijeenkomsten een kunstwerk te maken dat gepresenteerd wordt aan familie, vrienden en stadsgenoten. Participeren staat centraal, deelnemers zijn zelf verantwoordelijk voor de inhoud en richting van het project.

De eerste helft van 2022 besloeg de pilotfase. In deze periode is de werkwijze ontwikkeld en is onderzocht welke vorm deze moest hebben om de doelen te behalen. Er is zichtbaarheid

gecreëerd in Zwolle middels netwerkgesprekken, bijeenkomsten en sociale media. Uit de pilotfase is voortgekomen dat ouderen in groepen willen werken met een kunstenaar op vastgestelde tijden. In de tweede helft van 2022 is deze werkwijze toegepast. In totaal hebben 79 ouderen deelgenomen aan een traject bij Briljant. Meer dan 80% van de ouderen ervaren een verhoogd geluksgevoel door deelname aan Briljant. In (intensief) contact staan met andere ouderen en het creatief uitgedaagd worden zijn de voornaamste redenen die gegeven worden. Er ontstond een knelpunt rondom de verwachtingen van ouderen vooraf, deze bleken niet altijd te matchen met de praktijk. Sommige deelnemers verwachtten een creatieve cursus, en hadden het participatieve karakter onderschat. In 2023 wordt de werkwijze opnieuw onder de loep genomen. Het afgelopen jaar is er samengewerkt met Deltion, Buurtkamer Kembang Baru, Fermate, Arcadia, De Terp, de Schellerhoeve en Odeon.

Briljant is een project van Stadkamer, WijZ Welzijn en ZwolleDoet! en wordt mede mogelijk gemaakt door het Fonds voor Cultuurparticipatie en het VSB Fonds. ZwolleDoet! ziet in Briljant een vorm van mantelzorgondersteuning. Door mee te doen aan een traject krijgen mantelzorgers een moment voor zichzelf. Het is een manier om hun netwerk uit te breiden en op een positieve manier weer contact met hun naaste te maken. Ook speelt het een rol in Zwolle dementievriendelijke stad: er hebben al meerdere deelnemers met dementie succesvol meegedaan, waarbij ook hun mantelzorgers welkom waren.

Met een traject bij Briljant wordt gewerkt aan:

- ➔ Het stimuleren van kunstparticipatie bij ouderen
- ➔ Het faciliteren van contactmomenten tussen ouderen
- ➔ Het bieden van een zinvolle daginvulling
- ➔ Een platform bieden voor ouderen om verhalen te vertellen

Facts

- ➔ Bijna **80** senioren namen deel aan een traject
- ➔ Er waren **5** pilots en **8** trajecten
- ➔ Er waren **10** afsluitende presentatiemomenten
- ➔ De presentaties trokken in totaal **326** bezoekers •

Blik vooruit

Zorgtechnologie

Zorgtechnologie ontwikkelt zich erg snel. Hierdoor kunnen mensen langer thuis blijven wonen. In 2023 zal Steunpunt Mantelzorg zich verder verdiepen in de mogelijkheden voor mantelzorgers om hier gebruik van te maken en onderzoeken wat de rol van het steunpunt is.

Nieuwe lotgenotengroepen

Na meerdere signalen van mantelzorgers zijn voorbereidingen getroffen voor twee nieuwe lotgenotengroepen in 2023: voor ouders van kinderen met ASS en een groep voor naasten van mensen met een licht verstandelijke beperking.

Werk en mantelzorg

Werk en mantelzorg zal de komende jaren een steeds groter thema gaan worden. Voor zowel de werknemers met mantelzorgtaken, maar ook voor de werkgevers. De website van ZwolleDoet! is verbeterd met informatie over combineren van werk en mantelzorg. Dit zal in 2023 verder worden ontwikkeld. Om meer werkgevers te bereiken voor bewustwording en bespreekbaar maken op de werkvloer, is er contact gelegd met de voorzitter van VNO-NCW regio Zwolle. Begin 2023 zal het 1e gesprek plaatsvinden.

Samenwerkingsrelatie met huisartsenpraktijken

Binnen huisartsenpraktijken is er vaak nog te weinig aandacht voor de mantelzorgers. Vanuit de Landelijke Huisartsenvereniging is dit erkend door de lancering van een Toolkit rondom het thema Mantelzorg. Met name de ondersteuning van mantelzorgers van chronisch zieke patiënten vraagt aandacht. Het zou in vele gevallen wenselijk zijn als praktijkondersteuners mantelzorgers zouden betrekken in de begeleiding die ze de patiënten geven. Om huisartsen in Zwolle gezamenlijk te informeren over de ondersteuningsmogelijkheden voor mantelzorgers is contact gezocht met de programmamanagers van Ouderenzorg en GGZ van Medrie. De uitrol hiervan zal in 2023 plaatsvinden.

Cultuur en mantelzorg

Samen met de Samen aan de slag groep zijn we de mogelijkheden rondom een theehuis voor mantelzorgers met een migratieachtergrond aan het onderzoeken. Hierbij zijn ook WijZ, Alzheimer Nederland, het SWT betrokken. Hierbij worden de ervaringen en kennis van het Steunpunt Utrecht ook meegenomen. De organisatie Onbegrepen Gedrag Thuis geeft op het moment trainingen aan mantelzorgers en professionals, waar er wordt ingegaan op de ziekte Dementie en praktische handvatten worden gereikt. Komend jaar willen we deze training cultuursensitief maken. Dat wil zeggen een training waarin mantelzorgers met een migratieachtergrond zich beter kunnen herkennen en tools krijgen hoe zij beter met de ziekte om kunnen gaan. Naast de organisatie Onbegrepen Gedrag Thuis is WijZ hier ook bij betrokken.

uitvallen of vertrekken. Zo zijn we op initiatief van een Zwolse werkende mantelzorger bezig het thema werk en mantelzorg op te zetten binnen Ahold. Door begin 2023 een enquête uit te zetten willen we inventariseren hoeveel mantelzorgers in Zwolle hun mantelzorgtaken combineren met een betaalde baan en of er behoefte is in aanbod specifiek op dit thema.

Huishoudelijke hulp en PGB

Steeds meer mantelzorgers hebben interesse in het aanvragen van een persoonsgebonden budget (PGB). Tekorten in huishoudelijke hulp en wachtlijsten spelen daar een grote rol in, in de gemeente Zwolle is er een wachtlijst van zo'n twee jaar. Ook komen er vragen binnen over afwijzing van huishoudelijke hulp na dit te hebben aangevraagd. (Overbelaste) mantelzorgers ervaren dit als zeer negatief. We zien dat mensen met hogere zorgzwaartepakketten langer thuis moeten wonen, met als gevolg dat mantelzorgers zwaardere taken erbij krijgen. Huishoudelijke hulp zou in veel gevallen een relatief eenvoudige en goedkope interventie kunnen zijn, waardoor overbelasting kan worden voorkomen.

Casus:

Een dame met verstandelijke beperking heeft een A2 indicatie, en krijgt al een aantal jaren huishoudelijke hulp. Deze huishoudelijke hulp stopt ineens, zonder een bericht hierover te ontvangen van de thuiszorgorganisatie. De mantelzorger van deze dame neemt contact met ons op, want zij is ten einde raad. De mantelzorger is door eigen fysieke gesteldheid niet in staat om zelf de woning van deze dame te onderhouden. Daarnaast betekende dit niet alleen huishoudelijke hulp, maar ook begeleiding en structuur in de week voor deze vrouw. Steunpunt Mantelzorg heeft erachteraan gebeld en het bleek onderbezetting vanuit de thuiszorgorganisatie te zijn.

Na bemiddeling van het steunpunt is er een PGB oplossing gevonden bij een particuliere organisatie. De mantelzorger en haar hulpvrager waren hier erg mee geholpen en de rust was weer terug.

Vrijwilligerswerk met (lichte) begeleiding

Er zijn op dit moment onvoldoende plekken in het voorveld om vrijwilligers die lichte begeleiding nodig hebben een plek te geven. In 2023 gaan we onderzoeken waarom er onvoldoende plekken zijn en welke factoren hier een rol in kunnen spelen. ZwolleDoet! kijkt naar de ondersteuningsbehoeften van zowel potentiële vrijwilligers als van vrijwilligersorganisaties.

Vertrouwenspersoon

In 2022 kwamen er veel vragen van vrijwilligesorganisaties rondom sociale veiligheid, grensoverschrijdend gedrag en de rol van een vertrouwens(contact)persoon. ZwolleDoet! gaat in 2023 onderzoeken of we een centrale rol kunnen spelen in het ondersteunen van kleinere vrijwilligersorganisaties hierin door een vertrouwenspersoon beschikbaar te stellen.

VR- Beelding

Voor het onderzoeksproject VRbeelding brengen we met hogeschool Windesheim in beeld hoe we met zijn allen tegen leven met dementie aankijken. Het doel van VRbeelding is om tot een breed beeld van leven met dementie te komen, om betere ondersteuning te kunnen bieden. Inmiddels hebben al meer dan 200 mensen hun beelden ingestuurd. De beelden en onderschriften hebben we bekeken en gelezen. We kunnen hieruit al mooie indrukken halen. Om goed te kunnen interpreteren wat de beelden voorstellen en welke conclusies we daaruit kunnen trekken, willen we in 2023 met een grote groep mensen in gesprek.

MijnWereldKaart Zwolle

In 2023 zullen we onze nieuwe gesprekstoel genaamd MijnWereldKaart Zwolle lanceren. Vanuit onze expertise hopen we diverse organisaties te ondersteunen met deze gesprekstoel. Dit gaan we doen door workshops te organiseren die professionals en vrijwilligers handvatten geven. Doordat zij verschillende invalshoeken zullen ervaren en extra tips krijgen over het gebruik, kunnen ze zelf aan de slag gaan met MijnWereldKaart Zwolle. ●

Belangenbehartiging en kennisinstituten

- KBO-PCOB
- De Nederlandse Vereniging voor Autisme
- MantelzorgNL
- JmzPro
- NOV
- Participatieraad
- Klankbordgroep Mantelzorg

- VOSVI
- Movisie
- Vilans
- Kernteam MDT
- Stimuland
- VPTZ Nederland
- Zorgbelang Overijssel

Media

- Beeldprikkel
- MCM tekst
- Swollenaer
- Fotografie Anke Olthof
- Drukkerij Zalsman
- Drukkerij Assendorp
- ZwolleNu
- Onwijs Marketing

Overheid

- Gemeente Zwolle
- Provincie Overijssel
- Ministerie van OCW
- Ministerie van VWS

Sport

- SportService Zwolle
- PEC Zwolle United

Onderwijs

- Landstede & Landstede Groei Opleidingen
- Deltion
- Windesheim
- VIAA
- OOZ
- de Sluis

Welzijn

- Travers Welzijn
- WijZ Welzijn
- Stichting Focus
- Stichting Present
- Hart voor Zwolle
- Sociale Wijkteams
- TIEM
- Leger des Heils
- Voor Elkaar Zwolle
- GGD Jeugdconsulenten
- Voedselbank
- Oranjefonds
- Alzheimer Café
- Vuurkracht

Zorg

- Zorgspectrum 't Zand
- Zonnehuisgroep
- Frion
- BEMA
- Icare
- Buurtzorg
- Carinova
- Isala
- Autlook
- Interakt Contour
- Dimence
- RIBW
- Autismehuis
- Limor
- Trias Jeugdhulp
- MEESamen
- Driezorg
- Tactus
- Kadera
- PGVZ
- Vogellanden
- Zorgcoöporatie Klaver4You

- IJsselheem
- JP van den Bent
- Netwerk Dementie IJssel- en Vechtstromen
- Triade Vitree
- GewoonZes
- Allergzorg
- Karakter
- JBOV
- Impluz
- Medrie

Samen werken we aan een mantelzorg- en vrijwilligersvriendelijke stad.

Netwerken

- WWZ038
- Maatjesplatform
- Netwerk vrijwilligerscoördinatoren zorgorganisaties
- BestuurdersCentraal
- Netwerk senioren gezonde stad
- Bestuurdersnetwerk cultuursensitieve ouderenzorg Zwolle
- Doetank Zwolse participatieaanpak
- Gesprekstafels sociale basis
- Klankbordgroep dementievriendelijke stad
- MDT netwerk vrijwillige inzet

Kunst & cultuur

- Stadkamer Amateurkunst
- Stadkamer
- Hedon
- Buro Ruis
- Trotse Muren
- Zwolse theaters

Bedrijfsleven

- Storm in Recruitment
- Sander Dol
- Pathé
- ABN AMRO Verzekeringen
- Deelnemers Beursvloer Zwolle 2022
- Partners Maand van de Mantelzorg 2022

Natuur, milieu & dieren

- Dierenteam Zwolle
- NME Zwolle

Wonen

- Openbaar Belang
- DeltaWonen
- SWZ

Een greep uit de samenwerkingspartners en netwerken in 2022:

“ZwolleDoet! is een krachtige speler in het sociaal domein. Zij zijn innovatief en professioneel.”

→ **Liesbeth Hoogendijk**, bestuurder MantelzorgNL

“ZwolleDoet! zet een norm neer die voor de sector richtinggevend is.”

→ **Relatie ZwolleDoet! in de Betekenisweek**

“Vrijwilligerswerk doen en mantelzorger zijn, zal steeds gewoner worden. Veel mensen waarderen dat ook; het hoort bij het leven en is, op grond van zingeving, verrijkend.”

→ **Relatie ZwolleDoet! in de Betekenisweek**

“Er is een taak weggelegd voor ZwolleDoet! om de kracht van de vrijwilligers in de informele zorg en die van de beroepskracht met elkaar in lijn te brengen, zodat ze elkaar versterken.”

→ **Relatie ZwolleDoet! in de Betekenisweek**

Ambities in 2030

Ambities Zwolle als mantelzorgvriendelijke stad:

- Toename bewustwording: iedereen heeft een keer hulp nodig. Durf te vragen en je netwerk in te zetten.
- Meer bewustwording: iedereen wordt geconfronteerd met mantelzorg. Bereid je voor: wat wil en kun je (niet) doen?
- Minder belemmerende regels en verwachtingen.
- Ondersteuningsmogelijkheden zijn bekend en worden benut.
- Toename vervangende zorg waardoor mantelzorgers minder overbelast raken.
- Beroepskrachten en werkgevers zien en erkennen mantelzorgers, werken met hen samen.
- Essentiële partijen werken meer samen om (informele) zorgkracht te vergroten.
- Er is een (meet)instrument voor mantelzorgvriendelijkheid.

Bron: ID-bewijs ZwolleDoet! (mei 2022)

Ambities Zwolle als meest vrijwilligersvriendelijke stad:

- Toename samenwerking om vrijwillige energie duurzaam te benutten.
- Snellere verbinding van onze kennis & expertise bij actuele maatschappelijke vraagstukken (o.a. duurzaamheid, armoede).
- Meer erkenning voor unieke waarde en positie van vrijwilligers naast beroepskrachten.
- Meer erkenning en aandacht voor rol van vrijwilligerscoördinatoren.
- Aankaarten belemmerende verwachtingen wet- & regelgeving.
- Er is een (meet)instrument voor vrijwilligersvriendelijkheid.
- Toename aantal bedrijven dat vrijwilligerswerk inzet als HRM instrument.

Bron: ID-bewijs ZwolleDoet! (mei 2022)

Ambities ZwolleDoet! als kennishub en pleitbezorger:

- Kennis, expertise, data en persoonlijke verhalen worden proactief gedeeld.
- Waarde en effect van vrijwilligerswerk en informele zorg zijn aantoonbaar.
- Toekomstige beroepskrachten worden 'anders' toegerust i.s.m. het onderwijs.
- Technologische toepassingen worden onderzocht.
- De branche wordt versterkt.

Voor jezelf, voor elkaar.

zwolleDOET!

Contact

Burgemeester Drijbersingel 11
8021 DA Zwolle

Telefoon: (038) 422 52 00

WhatsApp: 06 - 3900 8072

E-mail: info@zwolledoet.nl

Volg ZwolleDoet! op:

 ZwolleDoet!

 ZwolleDoet!

 [zwolledoet](https://www.linkedin.com/company/zwolledoet)