

Aandacht voor elkaar



Jaarverslag 2024



De Ontmoeting

Huiskamer in de wijk

<http://www.inloophuisdeontmoeting.nl>

"De Ontmoeting"

Onderdeel van Stichting Inloophuizen Amersfoort

De Bekroning 2

3823 EA Amersfoort

Telefoon: 033 - 4562805

info@inloophuisdeontmoeting.nl

Inleiding

Hierbij presenteert het lokale bestuur van 'De Ontmoeting' haar jaarverslag over 2024.

2024 was voor De Ontmoeting een jaar met hoogte- en helaas ook dieptepunten. Zeer recent is overleden Hans van de Molen, zeer betrokken en al langer als vrijwilliger actief bij De Ontmoeting. Hans was net begonnen als penningmeester. We zijn hem zeer dankbaar voor zijn inzet.

Zonder vrijwilligers geen Ontmoeting. En dat blijkt ook als we kijken naar een paar van de hoogtepunten. Zo heeft de Tuingroep veel werk verzet om het geheel een mooie, warme uitstraling te geven.

Verder is het Mobiele Buurtterras als onderdeel van De Ontmoeting inmiddels ook nauw betrokken bij activiteiten van ons Inloophuis. Het Buurtterras brengt mensen in de buurten, dicht bij huis, met elkaar in gesprek.

In 2024 waren weer veel activiteiten. Het thema van 2024 was: 'Aandacht voor elkaar'. Alle activiteiten zijn met dit uitgangspunt georganiseerd, en met een goed resultaat. Iets om trots op te zijn!

Er waren vijf boekenmarkten, waar zowel de belangstelling als de opbrengst toe neemt in vergelijking met voorgaande jaren. Verder waren er 9 uitstapjes en 16 workshops, naast de lezingen die werden gegeven. Ook kwamen er veel nieuwe jonge ouders met hun peuters naar de Voorlees- en muziek activiteiten bij Bakkie Kroost.

We kijken ook even vooruit naar 2025, een jaar waarin de inlooptijden worden verlengd van twee naar drie uur, een extra inloop start met mogelijkheid om samen creatief bezig te zijn en vele activiteiten plaatsvinden zoals uitstapjes, workshops en samen eten.

Tot slot, heel veel dank aan alle vrijwilligers voor hun enthousiasme, betrokkenheid en inzet bij alles waar de Ontmoeting voor staat en doet.



Presentie benadering en Positieve Gezondheid

De Ontmoeting geeft al **32 jaar** een warm welkom aan vele bezoekers en ziet om naar kwetsbare mensen die niet (meer) kunnen komen. De gastvrije mentaliteit van onze vrijwilligers biedt ruimte en aandacht aan vele bekende en ook nieuwe gasten. Zowel de dagelijkse inloop en de activiteiten als het bezoeken van mensen die niet naar de inloop kunnen komen dragen bij aan gemeenschapsvorming en de Positieve Gezondheid en welzijn van mensen.

Presentie benadering

Onze aanpak is gebaseerd op het gedachtengoed van de Presentie benadering: mensen bouwen een relatie op met elkaar en vanuit die relatie kun je aansluiten op en afstemmen met de ander wat hij of zij nodig heeft. We willen omzien naar de mensen om ons heen en er zijn voor wie het nodig heeft. We komen de ander tegemoet om, als dat gewenst is, samen verder te gaan: dat is De Ontmoeting.

De Ontmoeting organiseert veelal herhalende activiteiten voor langere tijd, waarvan de inloop de basis is. Deze is primair gericht op betekenisvol ontmoeten en aandacht voor elkaar. Eenmalige activiteiten zijn om nieuwe bezoekers te trekken en te binden. Het effect is volgens de vrijwilligers dat mensen zich gezien en gehoord voelen, ontspannen en geactiveerd worden. Een gastvrouw omschreef de essentie van wat we betekenen: “We verwachten niets van mensen. Ze mogen gewoon zijn wie ze zijn.”

De inloop en activiteiten dragen eraan bij dat mensen zich beter voelen. Dit draagt bij aan activering en hun geestelijk en lichamelijk welzijn. Omdat mensen zichzelf mogen zijn, ontstaat ontspanning. De knusse ruimte en inrichting met iedereen aan één grote tafel ondersteunen en versterken dat iedereen er mag zijn. Mensen komen binnen ‘zonder lading’, zonder stempel. Ze worden nooit afgewezen, maar kunnen ‘altijd’ terecht, hoe ze zich ook voelen op dat moment. Gasten zijn betrokken bij elkaar en leveren zo een nuttige bijdrage aan elkaar. Ze geven tips aan elkaar, vinden (h)erkenning en leren van elkaar.

Training van vrijwilligers

Op SIA-niveau is afgelopen jaar weer een workshop Presentie benadering georganiseerd, om vrijwilligers bewust te maken van onze werkwijze en om ervaringen te delen. Een BHV cursus is aangeboden aan alle vrijwilligers en coördinatoren van de SIA Inloophuizen. De vrijwilligers van De Ontmoeting hebben een (vervolg)training gehad in ‘GOED omgaan met dementie.’ Regelmatig is er een deskundige van Indebuurt033 bij het gastmensen overleg geweest om iets te vertellen over wat zij kunnen betekenen.

Buurtterras

Het Buurtterras droeg bij aan het mogelijk maken van ontmoeting, het geven van een aanleiding voor een gesprek en waar nodig en mogelijk mensen doorverwijzen of aan anderen koppelen.

De Babboe bakfiets van het buurtterras heeft in 2024 lange tijd stilgestaan totdat deze veilig was gekeurd om weer de weg op te gaan. Uiteindelijk heeft het Buurtterras Kattenbroek nog een aantal keren in de wijk gestaan. 20 juni was een speciale gelegenheid, want die viel samen met de eerste landelijke bijeenkomst van mobiele ontmoetingsplekken bij ONE. Ook 8 juli was geen gewone editie, omdat we toen gastlocatie waren voor het wijkspreekuur van wijkwethouder Micheline Paffen. In z’n algemeenheid varieert het aantal mensen dat bij het buurtterras komt van enkele professionals en 5 tot 15 bewoners. Het gaat echter niet om aantallen; het enige dat telt is de waarde van het contact en die is voor iedereen weer anders. We stonden viermaal op straat. Een aantal geplande wijkbezoeken ging niet door vanwege ziekte en slecht weer. Leuk detail is dat in september en oktober de buurtnetwerker van Indebuurt033 het Buurtterras verzorgde, samen met zijn collega uit Nieuwland.

Positieve Gezondheid en Gezonde Wijk Kattenbroek

In De Ontmoeting wordt daarbij gewerkt vanuit het gedachtengoed van Positieve Gezondheid. Aan de verschillende dimensies ervan wordt aandacht besteed: kwaliteit van leven, zingeving, meedoen, mentaal welbevinden, dagelijks functioneren en lichaamsfuncties. Doelen ervan zijn:

1. Het vergroten van de eigen regie en veerkracht van mensen, zodat zij beter in staat zijn om te gaan met tegenslagen of ziekten in hun leven en daarmee een gelukkiger leven leiden;
2. Bijdragen aan betekenisvol leven van bewoners en aansluiten bij wat voor hen belangrijk is;
3. Verbinding tussen professionals in de wijk en bewoners onderling. Met een goede wederzijdse verbinding / samenwerking en onderlinge uitwisseling van informatie, wordt de juiste zorg verleend waar de bewoner behoefte aan heeft.

Hier is invulling aan gegeven met de volgende activiteiten:

- Ontmoeten, omzien naar elkaar en je talenten inzetten voor elkaar draagt bij aan de positieve gezondheid van mensen, zowel aan de lichamelijke gezondheid als aan mentaal welbevinden, zingeving, kwaliteit van leven, meedoen en dagelijks functioneren.
- Ook de beweegactiviteiten in en vanuit De Ontmoeting dragen daaraan bij: Fit op de stoel, Yoga op de stoel en de twee wandelgroepen.
- Samen met SRO is er een voorlichtingsmiddag georganiseerd over Vallen Voorkomen. Naast voorlichting en oefeningen kregen mensen informatie over de cursus "In Balans".
- HBO studenten Mondzorgkunde hebben onderzoek gedaan onder de gasten over hun mondzorg. Vervolgens hebben ze als interventie een quiz gehouden onder 17 gasten, om in gesprek te gaan over (verbetering van) mondzorg.
- Samen met GGZ Centraal is 2x de training WRAP gegeven, een herstelmethode waardoor mensen beter grip krijgen op hun leven (resp. 9 en 8 bijeenkomsten, met 8 deelnemers per keer).
- Bij de maandelijkse thema avonden "alle ballen laten vallen" voor mensen met stress- en spanningsklachten, stond steeds een dimensie van Positieve Gezondheid centraal. Deelnemers kregen handvatten hoe hiermee om te gaan.
- Er werd regelmatig een workshop Positieve Gezondheid of Stamtafelgesprek aan wijkbewoners en vrijwilligers aangeboden. Daar was helaas weinig belangstelling voor.
- De coördinator neemt deel aan het overleg Gezonde Wijk Kattenbroek en zette Positieve Gezondheid op de agenda bij andere wijkprofessionals. Zo is aan eerstelijns professionals uit de wijk een verdiepende workshop gegeven over het werken met Positieve Gezondheid.
- Gasten uit Japan kwamen op werkbezoek in De Ontmoeting waarbij we gepresenteerd hebben hoe we invulling geven aan Positieve Gezondheid in de wijk.
- Bij een stedelijke bijeenkomst hebben we een presentatie gegeven over de wiksamenwerking in het kader van Positieve Gezondheid met de succesfactoren en de uitdagingen.

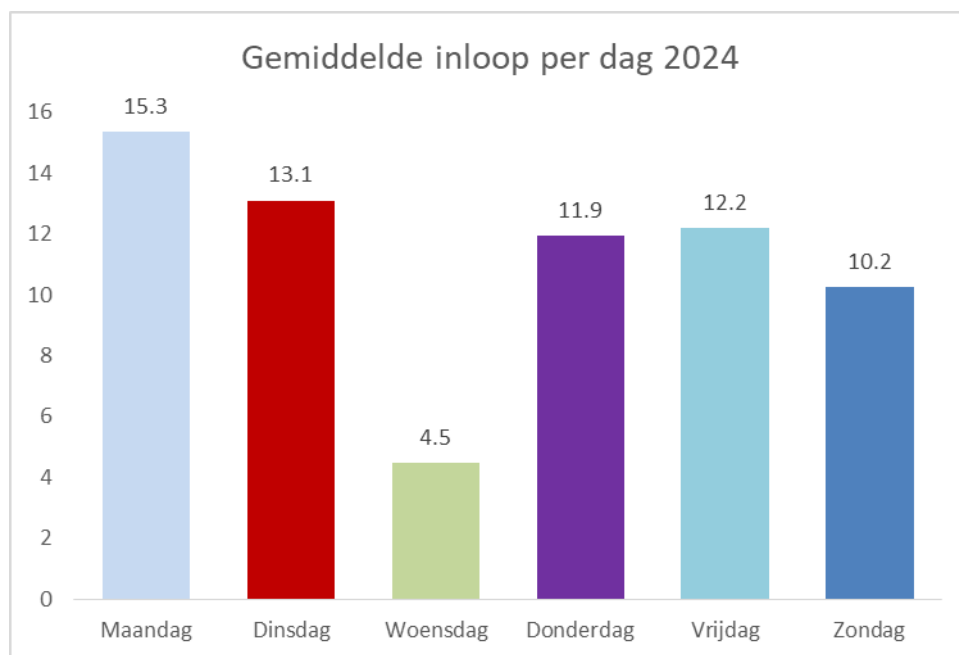
Wat kengetallen

Hieronder staat een overzicht van georganiseerde activiteiten in 2024, hoe vaak (per week/maand/jaar), hoeveel deelnemers per keer en het totaal aantal vrijwilligers dat bij de organisatie en uitvoering betrokken was. In totaal waren er eind 2024 ruim 70 vrijwilligers actief voor De Ontmoeting.

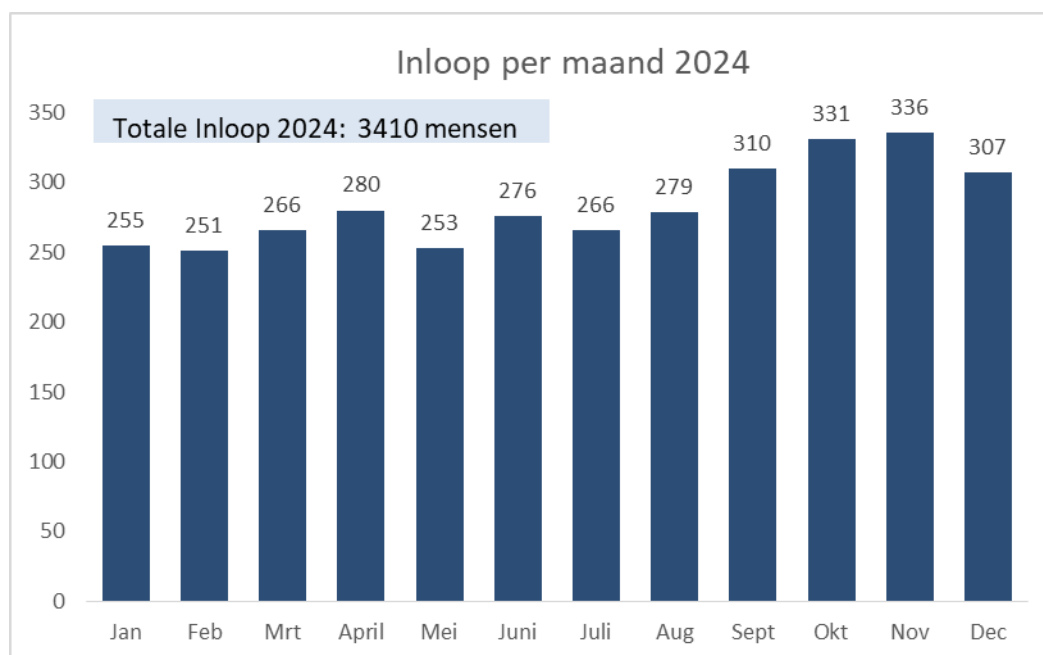


Activiteit	Hoe vaak georganiseerd in 2024	Aantal deelnemers: Gemiddeld per keer (Uniek - schatting)	Totaal aantal vrijwilligers
Ontmoetingsactiviteiten			
Inloop	5 dagdelen per week	13 (50)	20 (2 per keer)
Bakkie Kroost, inloop voor jonge moeders met kinderen	Wekelijks (m.u.v. schoolvakanties)	4 a 5 ouders (27) met 1 a 2 kinderen	3
Brei- en haak inloop	25x. even woensdagen	9 (15)	2
Samen eten	14x	15 (30)	10 (3 per keer)
Extra activiteiten: 9x uitje, 14x workshop, 2x lezing, 2x spelletjes	27x	8 (40)	6
Leeskring	14x	8	1
Burendag	1x per jaar	50	8
Boekenmarkt	5x per jaar	50	10
Tuingroep	3x per jaar samen	8 (10)	8
Buurtterras	4x per jaar	10	1
Expositie	4x per jaar		2
Omzien naar elkaar			
Uitloop: De Lief & Leedgroep geeft extra aandacht aan wijkbewoners die niet kunnen komen, middels kaarten, bloemen, dekentjes, telefonisch contact en bezoek		50 wijkbewoners zijn bezocht of hebben een kaart ontvangen.	5
Gratis juridisch spreekuur	2x per maand	2 (20)	1
Voor wijkbewoners met financiële zorgen wordt een bijdrage uit 'vakantiegeld delen', Paasactie, een kerstgift en het armoedefonds aangevraagd.	4x per jaar	14	2
Een leven lang gezond: Gezond en prettig ouder worden			
Fit op de stoel	wekelijks	9 (20)	2
Yoga de op de stoel	wekelijks	10 (16)	1
Snelle Wandelgroep	wekelijks	4 (8)	1
Rustige wandelgroep	2x per maand	5 (8)	3
Alle ballen even laten vallen			
Thema-avond met ruimte voor ontmoeten, verbinden en ervaringen delen, voor mensen met stress en spanning.	8x georganiseerd, 6x gegeven	8	3
Positieve Gezondheid			
Periodieke workshop	3x georganiseerd, 0x gegeven	3	2

Gemiddelde inloop per dag en maand:

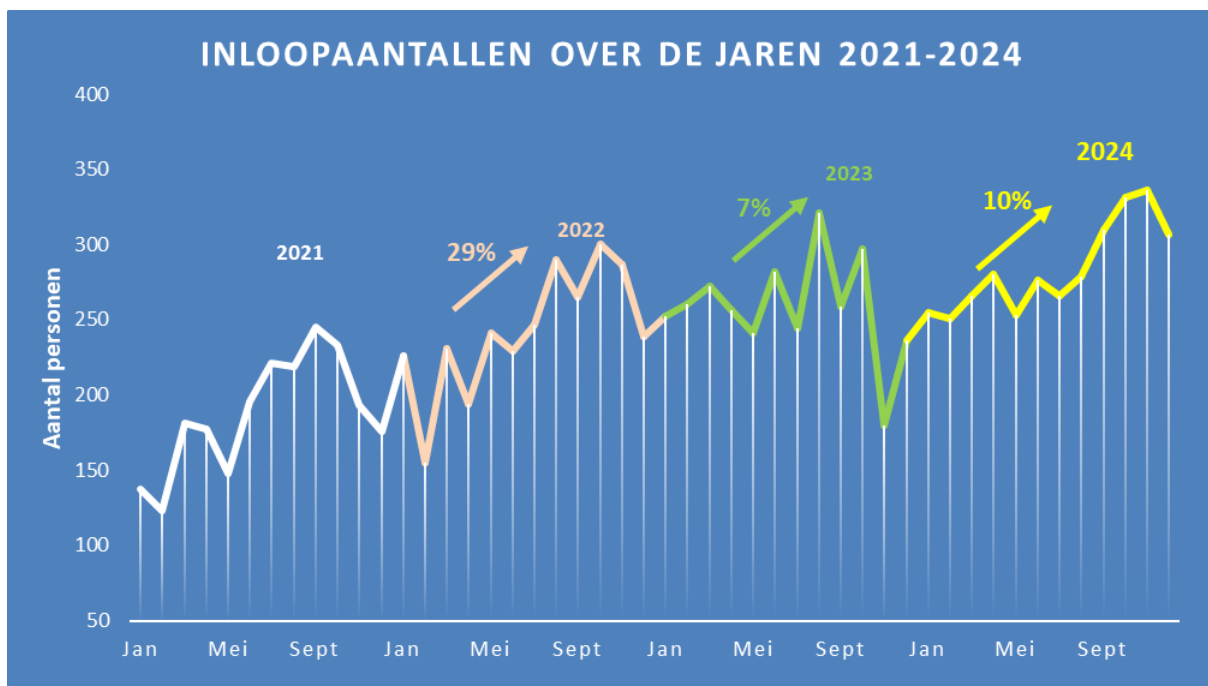


De Inloop is per dag gestegen ten opzichte van 2023. De maandag is de drukste inloop. Dan is er eerst Fit op de stoel, waar veel mensen voor komen. Woensdag betreft Bakkie Kroost, inloop voor jonge ouders met kleine kinderen. Ze hebben 1 of 2 kinderen mee. In het najaar is er vaker een extra activiteit (Voorleesfeestje en Muziek op schoot) geweest onder de inloop. Daardoor kwamen er meer ouders.



Voor de aantallen van de totale inloop zijn de gasten inclusief ouders van Bakkie Kroost meegenomen. De aantallen zijn zonder burendag, nieuwjaarsreceptie en koningsdag. Gasten bij activiteiten van Bakkie Kroost tijdens de inloop zijn wel meegenomen.

In oktober en november kwamen de meeste inlopers.



In 2024 is de inloop 10% gestegen ten opzichte van 2023.

Het aantal inlopers is nog steeds niet op het niveau van voor COVID in 2019, maar er blijft een stijgende lijn zichtbaar. Helaas zijn er ook in 2024 weer vaste gasten overleden.

Gelukkig weten steeds weer nieuwe mensen ons te vinden. Nieuwe mensen komen vaak af op activiteiten of een bekende of wijkprofessional neemt hen mee. Om een levendige ontmoetingsplek en zorgzame gemeenschap te blijven, is regelmatige aanloop van nieuwe mensen belangrijk. Daarbij helpt het als de (eerstelijns zorg) professionals in de wijk doorverwijzen, de eerste keer meekomen en mensen over de drempel helpen.

Evaluatie

Waar zijn we tevreden over?

We zijn tevreden over wat we voor mensen hebben kunnen betekenen in goede samenwerking met vrijwilligers, professionals en organisaties in de wijk. Ook in 2024 hebben wij onze doelen weten te realiseren. Wij bieden een veilige, warme, gezellige plek aan kwetsbare, eenzame wijkbewoners. Nieuwe mensen weten ons te vinden voor de dagelijkse inloop, Bakkie Kroost, Brei-café, Fit op de stoel, yoga, wandelgroepen en andere activiteiten. Het seniorenboekje van de gemeente en het meegaan van professionals bij het eerste bezoek droegen eraan bij dat nieuwe mensen over de drempel kwamen. Ook Burendag, de uitjes en de workshops waren een succes.

De coördinator heeft veel geïnvesteerd in externe samenwerkingen en bekendheid, waardoor we vanuit de aspecten van Positieve Gezondheid samen iets extra's kunnen betekenen voor kwetsbare wijkbewoners. Daartoe nam ze deel aan o.a. het overleg Gezonde Wijk Kattenbroek en met de scholen. Er is veel aandacht besteed aan publiciteit via Nieuwsbrieven, Samenindebuurt033, Facebook, mailingen, posters en 'Kijk op de wijk. Ze gaf namens de SIA presentaties, o.a. bij het politiek café van de ChristenUnie en stedelijk over Positieve Gezondheid, en stond met een kraam op de Herstelmarkt.' Ook Erik van Marissing, coördinator Buurtterras, versterkte de zichtbaarheid en organiseerde een landelijke bijeenkomst voor mobiele ontmoetingsplekken, gaf een workshop bij Netwerk DAK en schreef artikelen op het platform Buurtwjs.

De coördinatoren binnen SIA hebben goed samengewerkt als het gaat om leren van elkaars activiteiten, subsidie aanvragen, PR, elkaar /SIA vertegenwoordigen bij stedelijk en landelijk overleg, gezamenlijke workshop Presentie benadering voor vrijwilligers en het organiseren van de SIA-hei-dag. Door de samenwerking leren wij van elkaar, benutten wij elkaars talenten en besparen we tijd. We zijn met elkaar ook naar de landelijke dag van Netwerk DAK geweest. In het kader van het programma van Fonds Franciscus is er op SIA-niveau gewerkt aan het in kaart brengen en verbeteren van de interne en externe communicatie.

Waar zijn we trots op

We zijn trots op wie we zijn: al bijna 32 jaar een huiskamer in de wijk waar iedereen welkom is, een gastvrije plek met aandacht voor en omzien naar elkaar, verbindende ontmoeting en versterking van de veerkracht om te kunnen omgaan met de fysieke, mentale en sociale uitdagingen van het leven (positieve gezondheid). Hierdoor hebben mensen minder of later reguliere zorg nodig en kunnen langer thuis wonen, bijv. bij psychische kwetsbaarheid, beginnende dementie, fysieke beperkingen en geen of een klein sociaal netwerk. Naast de inloop zijn er weer vele extra activiteiten georganiseerd, die aansloten op de vraag en behoefte van wijkbewoners. We zijn trots op alle vrijwilligers die veerkrachtig met grote inzet en betrokkenheid eraan hebben bijgedragen, ieder vanuit eigen kracht en talenten!

Waar maken we ons zorgen over

Een zorg die continue aandacht heeft is de **kwetsbaarheid van vrijwilligers en het vinden van nieuwe geschikte, betrokken vrijwilligers**. Er is een vacature voor penningmeester. Mensen die willen en kunnen coördineren en organiseren (en daarmee de beroepskracht ontlasten) en langer inzetbaar willen zijn (bijv. als gastvrouw of voor PR en communicatie), zijn lastig te vinden. Vrijwilligers stoppen vanwege leeftijd, ziekte, verhuizing, ander werk of overlijden. Gelukkig is er nog steeds aanwas van nieuwe vrijwilligers. Verjonging en vernieuwing van het vrijwilligersbestand blijft een belangrijk aandachtspunt. Deskundigheidsbevordering en extra begeleiding van vrijwilligers is belangrijk, omdat de doelgroepen complexer worden.

Veel tijd en aandacht is nodig voor **PR en samenwerking**, om zichtbaar en herkenbaar te zijn en blijven in de omliggende wijken, zodat kwetsbare mensen en ook jongere en nieuwe doelgroepen ons steeds weer weten te vinden. Sinds de zomer zijn we op zoek naar een of meerdere vrijwilligers die de coördinator daarbij willen ondersteunen en ontlasten. Het tweemaandelijks blad 'Kijk op de wijk' met ook onze activiteiten is helaas gestopt; nieuwe mensen werden daardoor geattendeerd op onze activiteiten. Verder is samenwerking met de wijkontmoetingsplek ONE vlak in de buurt is belangrijk, om elkaar aan te vullen en versterken.

De **financiële continuïteit** blijft een zorg. Door de tendens van verminderde financiële bijdragen vanuit sponsoring, subsidies, bijdragen, kerken en fondsen, is het steeds lastiger om onze basis (dagelijkse inloop en activiteiten en coördineren van het geheel door de beroepskracht) te financieren. Subsidie inkomsten zijn niet meer vanzelfsprekend. In het najaar 2024 is veel tijd en energie besteed aan de aanvraag van de nieuwe subsidies via de gemeente voor wijkontmoetingsplekken en wijkactiviteiten. Voor 2025 is dat gehonoreerd.

Ook in 2025 zullen wij verder werk maken van het vergroten van de bekendheid van De Ontmoeting, het werven van fondsen en vrijwilligers en de samenwerking met zorg- en welzijnsprofessionals en de gemeente. Daarbij is het belangrijk om onze kracht en toegevoegde waarde als ontmoetingsplek met een

professionele coördinator te benadrukken, namelijk het werken vanuit de **Presentie benadering** waarbij we bijdragen aan omzien naar elkaar, gemeenschapsvorming en de zes dimensies van **Positieve Gezondheid**.

Dankwoord

In het afgelopen jaar hebben de ruim 70 vrijwilligers vanuit eigen kracht en talenten bijgedragen aan De Ontmoeting, de activiteiten en het welzijn van de mensen: de inloop, de activiteiten, de maaltijden, de boekenmarkt, tuinonderhoud, brei inloop, leeskring, workshops, de verzorging van de inloopruimte, administratie en PR. Het jaarthema 'Aandacht voor elkaar' hebben we waargemaakt: tijdens de laagdrempelig, verbindende ontmoetingen bij de inloop en activiteiten en ook daarbuiten was er aandacht voor elkaar. Daardoor dragen we bij aan het welzijn en de positieve gezondheid van mensen.

Wij danken iedereen voor de samenwerking en voor de bijdragen daaraan.

Wij hopen en vertrouwen erop dat er ook in 2025 weer op uw inzet en uw gulheid gerekend mag worden.

De Ontmoeting brengt samen!



Bijlage 1 Verslag Lief en Leed activiteiten

Omzien naar elkaar: ondersteuning van kwetsbare inwoners

Naast inloop en activiteiten binnen De Ontmoeting wordt ook op andere wijze omgezien naar elkaar. Dit wordt gedaan door de Lief- en leedgroep. De groep bestaat uit 5 leden. De Lief en leed groep is de trekker van de activiteiten om te blijven verbinden met mensen die niet naar De Ontmoeting kunnen komen. Dit draagt bij aan de kern van De Ontmoeting, namelijk vanuit de Presentie benadering een relatie opbouwen met kwetsbare mensen om te kunnen aansluiten op hun behoefte.

Ze hebben een appgroep om elkaar beter op de hoogte te houden van nieuwe berichten over alle wel en wee binnen onze 'Huiskamer in de wijk'. Mensen weten hen goed te vinden.

- Er zijn dit jaar 10 mensen overleden waaronder enkele vrijwilligers (waaronder de net aangetreden penningmeester en enkele trouwe gasten. Dat heeft veel impact gehad op iedereen. Velen bezochten de uitvaart en betuigden hun condoleance. Bij een alleenstaande trouwe inloopster die jarenlang elke dag kwam, verschenen wel 50 mensen van de Ontmoeting op het afscheid. Indrukwekkend. Zij beschouwde de mensen van de Ontmoeting als familie.
- Er werden weer ca 50 kaarten gestuurd, telefoontjes gepleegd en bezoeken afgelegd.
- Veel dekentjes van de breigroep kregen ook weer hun bestemming bij mensen die wat 'warmte' nodig hadden. Vanwege hun gezondheid maar ook als dank voor hun positieve aanwezigheid, of anderszins. Dit wordt steeds zeer op prijs gesteld. Er zijn in totaal al 40 uitgedeeld! De breiclub werd weer verrast met een zelfgebakken appeltaart van Ria.

Dit jaar hebben de vrijwilligers ook weer zo'n 120 uur besteed aan alle activiteiten.