



## Inleiding

2023 is weer een jaar geweest vol activiteiten. De groepen waren goed bezet. Het thema voor 2023 was bewegen en daar is ook dankbaar gebruik van gemaakt. De nieuwe activiteit duofietsen heeft een nieuwe groep vrijwilligers opgeleverd en een groep gastfietsers, die het fijn vonden om op deze manier van de omgeving te kunnen genieten. Yoga, stoelyoga en de sportinstuif hebben een groeiende belangstelling. In oktober hebben we de beweegmiddag georganiseerd in samenwerking met Olga Commandeur, bekend van de bewegingsoefeningen op televisie. De Wijzer-activiteiten waren heel succesvol, informatief en goed bezocht. In november hebben we in samenwerking met de BVL en Lions het Verwendiner georganiseerd.

## Samenwerking

De samenwerking met de ketenpartners is verder vormgegeven. Aanpak Eenzaamheid, scholing over dementie, Samen Leuke Dingen Doen, de koffie- en lunchochtend in De Zoete Inval én het Danspaleis begin december zijn hier goede voorbeelden van.

## Innovatie

Ook in 2023 zijn we blijvend actief om SamenMeer een krachtiger organisatie te maken met een groeiend aantal gebruikers en een verscheidenheid aan activiteiten. SamenMeer heeft twee HBO-stagiaires ingezet voor het invoeren van een VOG-verklaring voor alle vrijwilligers, duofietsen en een onderzoek naar de werkwijze van de buffet- en vervoersgroep. Daaruit zijn een aantal aanbevelingen gekomen ter verbetering van de werkprocessen. Mede dankzij de samenwerking met WelzijnWonenPlus kan SamenMeer zich goed profileren als een laagdrempelige organisatie voor iedere oudere Landsmeerder.

## Continuïteit en groei

De financiële situatie van SamenMeer is gezond maar blijft een punt van aandacht voor de komende jaren. Nieuwbouw op de korte termijn zit er niet in, het pand moet echter wel in goede en veilige staat blijven om aan alle eisen te kunnen voldoen.

In 2024 willen we het ingezette pad van 2023 voortzetten en SamenMeer het centrum voor de oudere Landsmeerder laten zijn als het gaat om informatie, bewegen, cultuur en spel, maar vooral ook om verbinding te maken met elkaar. Daarbij zijn we ook altijd op zoek naar weer nieuwe activiteiten en vraagt de begeleiding van het opnieuw gegroeide aantal vrijwilligers ook veel aandacht.



## Wat verwacht de gemeente?

Uit de subsidiebrief:

“Te leveren prestaties en kwaliteitseisen

- Het aanbieden van diensten betreffende individuele hulpvragen van senioren (50+) en mensen met een beperking;
- Het leveren van praktische ondersteuning aan kwetsbare inwoners van Landsmeer door middel van vrijwilligersdiensten;
- Het begeleiden van vrijwilligers;
- Het bevorderen van het welbevinden van de zelfstandigheid van senioren en het verminderen van eenzaamheid door het ontwikkelen en in stand houden van (preventie-)activiteiten, diensten en voorzieningen;
- Het organiseren van activiteiten rondom het thema dementie;
- Het organiseren van minimaal 35 sportinstuiven voor senioren;
- Deelnemen aan het Platformoverleg (4x per jaar) en het Overleg Wonen, zorg en veiligheid (2x per jaar);
- Deelnemen aan de werkgroep Eén tegen eenzaamheid.
- Samenwerken met De Zoete Inval.

Het werkplan met een beschrijving van de activiteiten voor 2023 en de begroting 2023 die uw organisatie heeft bijgevoegd dienen voor het komende jaar als prestatie-eis, gericht op de gemeente Landsmeer.

### Algemeen

- Uw organisatie beschikt over een protocol 'Meldcode Huiselijk Geweld en Kindermishandeling';
- Uw organisatie is in staat om medewerkingsbereidheid te creëren bij de doelgroep om bij zorg- of ondersteuningsbehoeften op vrijwillige basis de zorgbehoefte te signaleren en te melden bij het Middelpunt;
- Uw organisatie is instaat synergie te creëren in de samenwerking met collega-professionals, ook van andere organisaties;
- Onderdeel van de taak van uw medewerker is het doorgeven van zorgsignalen aan het Middelpunt Landsmeer. Zorgsignalen worden aan het Middelpunt uitsluitend doorgegeven met toestemming van betrokkene;
- In het geval de veiligheid van een persoon bedreigd wordt, meldt de medekers in alle gevallen bij Veilig Thuis.



Daarnaast is door de gemeente op grond van de Uitvoeringsregeling Subsidie Versterken Maatschappelijke Sector Noord-Holland 2021 met een aanvraag bij de provincie een bedrag van € 10.000 (over 2022 én 2023) toegekend voor activiteiten die gericht zijn op het faciliteren, herstellen of vernieuwen van ontmoetingen. Van de subsidie van de gemeente moet in verband met de voorwaarde van cofinanciering 35% als geormerkt budget worden verantwoord.



## Activiteitenverslag 2023

De activiteiten bij SamenMeer worden georganiseerd volgens de volgende thema's:

- a) Preventie
- b) Signalering
- c) Informatie
- d) Ontmoeting
- e) Beweging en recreatie
- f) Vervoer en mobiliteit

Daarnaast wordt het kader gevormd door de centrale doelstelling van de WMO dat alle inwoners, jong en oud, met of zonder beperking, kunnen meedoen aan de samenleving. Ook het Meerjarenbeleidsplan Sociaal Domein 2019-2023 van de gemeente Landsmeer was in 2023 nog steeds richtinggevend kader. De hierin verwoorde opgaven liggen voornamelijk bij de thema's preventie, dementie, vrijwilligerswerk en aandacht voor mantelzorgers. Ons beleid is er op gericht om de wensen en behoeften van onze (potentiële) bezoekers en onze vrijwilligers te kennen en van daaruit de activiteiten te organiseren.

- a) Preventie
  - Er is vijf dagen per week inloop, het buffet is bezet. Er is altijd iemand aanwezig voor aandacht en een praatje.
  - Er is voor de buffetgroep een Hygiënescholing verzorgd.
  - Bieden van zinvol vrijwilligerswerk o.a. aan mensen met achterstand tot de arbeidsmarkt/taalproblemen.
  - Nauwe samenwerking met WelzijnWonenPlus rond individuele bezoekers.
  - SamenMeer levert de backup voor de wekelijkse koffie/lunchochtend in De Zoete Inval voor mensen die extra aandacht nodig hebben, bijv. mensen met dementie of zeer beperkte mobiliteit. De ochtend wordt geleid door een activiteiten begeleider van Zorgcirkel. SamenMeer levert de benodigde vrijwilligers, is actieve bemiddelaar voor nieuwe deelnemers, zorgt voor vervoer voor degenen die dat nodig hebben, organiseert één à twee uitjes voor de deelnemers en hun begeleiders, overlegt over individuele deelnemers, en stemt af met Zorgcirkel en gemeente over randvoorwaarden en financiële continuïteit. Gemiddeld nemen circa 12 mensen deel.
  - We blijven aandacht besteden aan veilig fietsen. Doortrappen heeft een actieve bijdrage geleverd aan de twee Open Huizen in mei en juli. Het maandelijkse fietsgroepje gaat nog steeds regelmatig op pad, een nieuwe vrijwilliger heeft zich hierbij aangesloten.

- In de werkgroep Aanpak Eenzaamheid werken de ketenpartners samen.
    - o Een maandelijks column voor het Nieuwsblad Landsmeer is gerealiseerd – met elke keer een voorbeeld uit de praktijk van een van de deelnemende organisaties.
    - o Het Steunpunt Eenzaamheid (telefoonlijn en emailaanspraakpunt) leidde een kwakkelend bestaan en is in 2023 definitief opgeheven.
    - o In mei en juli zijn Open Huizen georganiseerd, waarvoor veel en gericht geflyerd is. Met name de bijeenkomst in mei is goed bezocht.
    - o In de zomer is meegewerkt aan de productie en verspreiding van een flyer.
    - o Tijdens de Week tegen de Eenzaamheid is in samenwerking met deelnemende organisaties een voorlichtingskraam op de markt bemenst.
    - o In november is met een financiële bijdrage van de gemeente, in samenwerking met de Bedrijvenvereniging Landsmeer en Lions, een Verwendiner georganiseerd voor 45 gasten. SamenMeer bood de accommodatie, leverde de namenlijst voor de gasten aan, voerde de regie over de voorbereiding en het vervoer.
    - o In december heeft SamenMeer bijgedragen aan de voorbereiding van het Danspaleis, o.a. een actieve rol bij de werving van gasten gehad.
  - Het organiseren van een cursus Valpreventie is niet gelukt, mede doordat de fysio praktijk die in ons pand zat per oktober 2023 gesloten is. Wel is meegepraat over de keten Valpreventie die in een iets ruimere aanpak wordt georganiseerd. Ook op de diverse Open Huizen heeft valpreventie de nodige aandacht gekregen.
- b) Signalering
- Deelgenomen aan afstemmingsoverleg in het Platform.
  - Samenwerking met WelzijnWonenPlus om gezamenlijk mensen die zelf moeizaam tot initiatief komen te activeren of mensen die achteruit gaan in beeld te houden.
  - Attent zijn naar individuele bezoekers en in incidentele situaties contact met andere instanties zoeken.
- c) Informatie
- SamenMagazine is volgens normaal schema, dus 3 keer verschenen.
  - Er is weer een bloeiend seizoen Wijzer geweest, met in totaal 14 lezingen en film. Vanwege het groeiende bezoekersaantal worden de bijeenkomsten weer in de grote zaal gehouden.
  - Basisinformatie over en doorverwijzing voor zorg en WMO-voorzieningen zoals aanvullende OV en rolstoelen. Soms wordt al direct een oplossing gevonden, soms wordt doorverwezen naar het Middelpunt. Regelmatig worden rolstoel en rollator uitgeleend.



## SAMENMEER

- Met de coördinator Digitale Inclusie van bibliotheek Waterland en de vrijwilligers van SeniorWeb is afstemming geweest over hoe de bibliotheek en onze SeniorWeb en helpdesk elkaar kunnen aanvullen en versterken. Dit heeft geleid tot uitwisseling van informatie over elkaars werkwijze en een aantal concrete afspraken over verwijzing. In de toekomst te bezien of meer samenwerking mogelijk is.
- Actieve deelname aan social media: eigen Facebookpagina, Facebookgroep 'Je bent een Landsmeerder als', Instagram account. Er wordt gezocht naar een vrijwilliger die hierin actief gaat ondersteunen, maar dit is in de praktijk lastig.
- Op de website worden alle activiteiten bijgehouden.
- Invullen van belastingaangiftes voor ouderen en anderen met lage inkomens. Tevens het doen van aanvragen van toeslagen en advisering inzake andere financiële aangelegenheden en familierecht voor dezelfde groepen mensen. Helpen met problemen met DigiD.
- SeniorWeb houdt (behalve in de zomerperiode) elke dinsdagochtend haar wekelijkse inloopspreekuur en organiseert maandelijks een informatiemiddag over uiteenlopende onderwerpen, vaak over digitale veiligheid en digitale zelfstandigheid.
- In januari is in samenwerking met de casemanager dementie van de Zorgcirkel een scholing over dementie georganiseerd voor circa 25 vrijwilligers en andere geïnteresseerden.

### d) Ontmoeting

- Continue aandacht voor een sfeer van veiligheid, activiteit en gezelligheid
- Dagelijks open inloop om elkaar te ontmoeten, waar nodig met sociale ondersteuning door een vrijwilliger of een van de medewerkers van SamenMeer
- Aandacht voor een continue en gemotiveerde buffetbezetting en hygiëneregels
- Wekelijks georganiseerde koffieochtend
- Wekelijks een creatieve inloopmiddag met begeleiding door gekwalificeerde vrijwilligers
- Zondagslunch, in 2023 vier keer.

### e) Beweging en recreatie

- Het duofietsproject is in 2023 verder ontwikkeld dankzij de bijdragen van twee fondsen waarmee de duo-fiets eind 2022 is besteld en in het begin van 2023 werd geleverd. In korte tijd werden circa 25 vrijwilligers en 25 gastfietsers geworven. Vanaf maart 2023 zijn de vrijwilligers geïnstrueerd, is één-op-één kennis gemaakt met de aangemelde gastfietsers, zijn proefritten gemaakt en gebruiksafspraken gemaakt. Vanaf juli waren de kinderziektes er zo'n beetje uit en werd bij de deelnemers een bijdrage in rekening gebracht, met de bedoeling om in de toekomst het onderhoud van de fiets te kunnen financieren en – uiteindelijk – budget voor vervanging op te bouwen. In de zomer werd besloten een tweede accu aan te schaffen, zodat per dag drie ritten konden worden ingepland.



## SAMENMEER

De deelnemers zijn zonder uitzondering kwetsbare oudere mensen, die blij zijn dat ze weer kunnen fietsen. Ook nemen een aantal mensen deel die zich als setje aanmeldde, een nicht met haar oude tante, een vrouw met haar gehandicapte man, een dochter met haar ouders; ook een professional uit Purmerend (als vrijwilliger!) met haar Landsmeerse cliënt.

- In april is meegewerkt aan de Fiets-vaarexcursie.
- Wekelijkse Sportinstuif 50+, gemiddeld 37 deelnemers, 34 bijeenkomsten in 2023.
- Gymnastiek voor ouderen onder leiding van een fysiotherapeut
- Dansen voor iedereen, speciaal voor mensen met chronische pijnklachten
- 9 groepen Yoga, waarvan 4 door externe docenten
- 3 groepen Tai Chi, waarvan 1 groep 65+
- Country line dance
- Zaalkoersbal
- Maandelijks Fietsgroepje, met een vrijwilliger van SamenMeer
- Klein wandelgroepje op dinsdagmiddag
- Zwemgroep (vervoer naar Noorderparkbad)
- Stoelyoga
- Twee groepen Salsa, sinds het najaar van 2023
- In oktober werd een Beweegmiddag georganiseerd, met een breed aanbod aan beweegactiviteiten en met Olga Commandeur die een Vitaliteitsworkshop gaf
- 6 groepen Biljart, daarnaast gelegenheid tot vrij biljarten
- Bridgeclub
- Creatieve club en Creatieve inloopclub
- Schaken
- Tekenen/schilderen 3 clubs.
- 2 Culturele clubs. Gezamenlijke uitjes, concerten, voorstellingen, musea enz.
- Tweewekelijks een lezing of film van Wijzer.
- In februari 2023 een lezing over Wittgenstein.
- Koor onder leiding van een professionele dirigent
- Maandelijkse Literatuurgroep
- Kienen voor circa 30-35 mensen, om de week.
- Wekelijkse koffie inloopochtend
- Kijken naar Kunst (kunstgeschiedenis), diverse cursussen over Vrouwen in de Kunst en over Rome (met afsluitende reis naar Rome in maart 2024).
- Gratis gebruik van de computer in de hal en internet, eventueel met ondersteuning
- SeniorWeb: langlopende cursus Paint Shop Pro.



- f) Vervoer en mobiliteit, gereden busritten
- Wekelijks vervoer van pakketten voor de Purmerendse Voedselbank naar gemiddeld 6 gezinnen in Landsmeer
  - Op basis van het contract met de Zorgcirkel werden thuiswonende inwoners met dementie op 3 dagen naar de dagbesteding en vice versa gebracht.
  - Vervoer naar en van activiteiten bij SamenMeer.
  - Vervoer naar en van Noorderparkbad, 1 groep van 8 personen.
  - Vervoer van huis naar het centrum van het dorp, wekelijks naar de markt.
  - Wekelijks vervoer naar Resto van Harte en de koffie-/lunchochtend in De Zoete Inval.

### Overige activiteiten

- Verhuur van ruimte aan WelzijnWonenPlus en Meet your feet, verhuur van ruimte op vaste tijden aan trombosedienst ATAL.
- Incidentele verhuur van ruimte ten behoeve van activiteiten en diensten in het kader van welzijn, gezondheid, educatie of voorlichting. In 2023 concreet aan de Zonnebloem en politieke partijen.

### Nog of niet te realiseren ten opzichte van het jaarplan 2023

- Het met de gemeente invulling geven aan "Landsmeer Dementievriendelijke Gemeente" kan nog verder uitgewerkt worden. Successen zijn ook te melden: in januari 2023 is een cursus voor vrijwilligers en andere geïnteresseerden over dementie georganiseerd, de organisatie van en ondersteuning aan de koffie/lunchochtend heeft continuïteit gekregen. Er wordt met meer resultaat op ingezet dat mensen met dementie langer lid kunnen blijven van hun clubje, door hier alert op te zijn en clubleden hier een rol in te geven. Ook wordt bij steeds meer deelnemers gevraagd om contactgegevens van bijv. kinderen, met name als mensen geestelijk merkbaar achteruit gaan. Ook dit helpt om mensen langer te laten deelnemen.
- Aparte programma's over "Gezondheid" en "In beweging" zijn (nog) een brug te ver gebleken. Deze thema's krijgen veel aandacht in de ontwikkeling van het activiteitenaanbod maar aparte projecten hiervoor zijn tot nu niet haalbaar.
- Na de bijeenkomst "Gesprek over laatste levensfase" bestond er de wens om dit thema in kleine groepjes een vervolg te geven, maar hiervoor bleek geen belangstelling te bestaan.





- Het scholen van vrijwilligers op het vlak van reanimatie, eerste hulp en hygiëneregels lukt wel, maar de belangstelling voor scholing op het terrein van dementie en vroegsignalering is beperkt.
- Kookcursussen zijn nog niet van de grond gekomen. Wel is in 2023 bijzondere aandacht besteed aan de technische kwaliteit van onze keuken, om deze in de toekomst in elk geval met vertrouwen te kunnen verhuren.
- Een nieuwe cursus Filosofie en een nieuwe collegeserie Oud Geleerd, Jong Gedaan, zijn in 2023 niet georganiseerd. Wel is er een college gegeven over Wittgenstein.

## Vrijwilligers en stagiairs

SamenMeer biedt aan een grote groep vrijwilligers een waardevolle tijdsbesteding. Het aantal vrijwilligers is gegroeid van 110 in 2022 naar ruim 125 per eind december 2023, mede door het flinke aantal duofiets-vrijwilligers. Dit project blijkt een nieuwe categorie vrijwilligers aan te spreken. De vrijwilligers organiseren en begeleiden activiteiten, geven les, besturen de bussen, runnen het buffet, doen kluswerk in ons gebouw, werken mee aan voorlichting en publiciteit, enzovoorts. De begeleiding van dit grote aantal vrijwilligers vraagt veel aandacht en expertise. De vrijwilligers worden begeleid in zelfstandigheid en eigenaarschap. De ervaring leert dat vrijwilligers eigen verantwoordelijkheid en een goede sfeer erg waarderen en daarin goed gefaciliteerd willen worden. Doordat hieraan veel aandacht wordt besteed kunnen de vrijwilligers plezier en voldoening ervaren en is er weinig verloop.

Ook voor mensen met een zwakkere positie op de arbeidsmarkt, en voor mensen die na bijvoorbeeld ziekte aan het reintegreren zijn naar betaald werk, kan vrijwilligerswerk met de nodige ondersteuning en begeleiding, een win-win situatie opleveren. Ook kandidaten die de Nederlandse taal aan het leren zijn kunnen, met xtra begeleiding, vrijwilligerswerk uitvoeren.

Met de vrijwilligers wordt o.a. gecommuniceerd via de Nieuwsbrief. Ook worden zij 3 à 4 keer per jaar uitgenodigd voor een vrijwilligersborrel of bijvoorbeeld een Open Huis.

In 2023 is voor nagenoeg alle vrijwilligers een VOG geregeld. Dit project kon mede worden gerealiseerd dankzij de hulp van een stagiair HBO Toegepaste psychologie. Deze stagiaire heeft ook geholpen bij het duofiets-project (afspraken maken en proeffietsen met de aspirant-vrijwilligers).

Een tweede stagiaire van dezelfde studie heeft twee onderzoeken uitgevoerd, namelijk bij de vervoergroep en bij de buffetgroep. Deze onderzoeken gingen over de motivatie van de vrijwilligers en de randvoorwaarden waar onder zij maximaal uit de verf komen. Uit deze onderzoeken kwamen een aantal 'blinde vlekken' bij de organisatie naar voren.



Ook werd duidelijk dat het veel inzet en aandacht vraagt om zaken structureel 'volgens het boekje' te laten verlopen. Ook van de vrijwilligers zelf moet hier inzet gevraagd worden. O.a. is van belang dat de groep ook als groep functioneert en met elkaar afspraken maakt. Als vrijwilligersorganisatie hebben wij hier zeker nog iets in te doen, maar dit inzicht is hierin al een goede eerste stap. Het was merkbaar dat de zelfstandigheid onder de vrijwilligers in deze groepen al is toegenomen doordat zij zich gehoord en gezien en daarmee serieus genomen voelden.

Ook in 2023 is er weer een aantal keer contact geweest met de Vrijwilligerscentrale, met name op beleidsmatig vlak.

## Samenwerking met andere organisaties

In Landsmeer wordt samengewerkt in de keten, onder meer door actieve deelname aan het Platform. Doel is bestaande behoeften te signaleren en activiteiten met en voor senioren te initiëren en onderling af te stemmen. Voorbeelden hiervan in 2023:

- De samenwerking in de Werkgroep Aanpak eenzaamheid. Met elkaar een flyer gemaakt, activiteiten tijdens de Week tegen Eenzaamheid georganiseerd, Danspaleis georganiseerd.
- Met WelzijnWonenPlus wordt op dagelijkse basis samengewerkt rond individuele bezoekers, en gezamenlijke activiteiten.
- De lijntjes met de organisaties zijn kort, wij worden over oudere inwoners gebeld door praktijkondersteuners, wij bellen zelf met de casemanager dementie, we benaderen het Middelpunt of de SMD, bijv. de consulent mantelzorg of maatschappelijk werker.

## Overige zaken

SamenMeer beschikt over een privacyreglement conform de AVG en over een Meldcode Huiselijk Geweld en Mishandeling. Sinds 2020 beschikt de organisatie ook over een Gedragscode, een Klachtenregeling en Regeling Vertrouwenspersoon. Van vrijwilligersfuncties waarvoor dit van belang is (bijv. voor de werving) zijn functiebeschrijvingen gemaakt.