



Vrijwilligersnieuwsbrief - april 2023

Welkom bij de nieuwsbrief van WerV

Hierbij ontvangt u onze nieuwsbrief van WerV. WerV is de organisatie in de Dimence Groep die alle zaken organiseert op het gebied van vrijwilligerswerk en participatie. En dat doet zij voor alle onderdelen van alle Stichtingen zoals WijZ, Dimence, Transfore, Jeugd enz. WerV is de schakel voor mensen die graag vrijwilligerswerk willen doen in onze organisatie. Maar WerV biedt met haar inzet en activiteiten ook mensen kansen om zo optimaal mogelijk weer deel te nemen aan allerlei mogelijkheden die onze samenleving biedt. Met name aan mensen waarvoor meedoen niet altijd vanzelfsprekend is. We zijn enorm trots dat het ons lukt om vooral met de ondersteuning van heel veel vrijwilligers mensen een perspectief te bieden. Vrijwilligers helpen ons bij het maken van de verbinding tussen zorg en welzijn en slaan zo de brug naar de samenleving. Daardoor leveren we een belangrijke bijdrage aan kansen en mogelijkheden die mensen hebben om in de thuissituatie op een fijne, bij hen passende manier, richting te geven aan hun leven. Binnen WerV doen we dat op veel verschillende manieren: buurtkamers binnen WijZ, WelThuis binnen de zorg, participatiemogelijkheden binnen en buiten de organisatie; dagbesteding in de natuur enz.

Mocht de nieuwsbrief vragen oproepen of wil u ook dingen delen via de nieuwsbrief dan kan dit door te mailen met info@wervd.nl

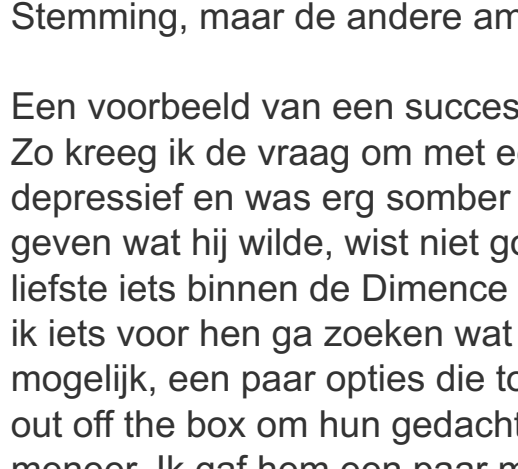
Veel leesplezier!

NL Doet bij Huis aan de Dijk een succes!



Er is tijdens NLDoet hard gewerkt door vrijwilligers, cliënten en oud collega's bij Huis aan de Dijk, afdeling de Burcht. We zijn de dag begonnen met een warm kopje koffie en wat lekkers om vervolgens samen de handen uit te mouwen te steken. De terrassen zijn opgeknapt, de tuinen onkruidvrij gemaakt en al het tuinmeubilair is schoongemaakt. Tussendoor was er tijd voor een lekkere lunch samen met cliënten. Onze zorgondersteuner leverde een bijdrage door eieren te bakken. Een goede bodem om de dag vol energie weer aan te kunnen, want er moesten ook nog potten gevuld worden met vrolijke violen. Het was een gezellige dag en de afdeling is blij met het resultaat. Onze cliënten en collega's kunnen nu genieten van een mooie tuin.

WerV inloop Pikeursbaan



Pikeursbaan

Vanuit een frisse lentedag in Deventer een bericht over de informatie inloop bij een van de ambulante locaties van Dimence in Deventer.

Sinds mijn komst afgelopen september bij WerV ben ik gaan onderzoeken welke activiteiten WerV in Deventer te bieden had. Ik kwam er achter dat er bij de ambulante teams op de Pikeursbaan (nog) geen inloopspreekuren waren gestart. Nu vind ik "inloopspreekuur" een klinische term alsof er een dokter de cliënten te woord kan staan dus noem ik het iets laagdrempeliger *een info inloop*. Door mijn contacten op de Pikeursbaan, dat was voorheen de locatie waar ik werkzaam was in mijn vorige functie, heb ik gesprekken gehad met teamleiders en behandelaren om te onderzoeken of de behoefte aan een info inloop er überhaupt wel was. En die bleek er te zijn.

Sinds januari van dit jaar ben ik gestart met de info inloop op de Pikeursbaan. Best spannend vond ik dat want, komen er wel cliënten, met welke vragen komen zij dan en belangrijker nog, heb ik daar dan wel een passend antwoord op? Die "angst" bleek ongegrond. De eerste paar weken kwamen voornamelijk medewerkers bij mij aan tafel zitten om meer te weten te komen wat WerV te bieden heeft en hoe wij aanvullend kunnen zijn in de behandeling. En daarna kwamen er ook cliënten. Het gekke is dat het tijdens de inloop niet echt storm loopt bij mij aan tafel, ik zit op de begane grond bij de ingang naast de receptie, maar het loopt inmiddels wel storm met aanmeldingen. De behandelaren weten mij te vinden en elke week komen er nieuwe aanmeldingen bij me binnen. Nu voornamelijk nog met team Angst & Stemming, maar de andere ambulante teams hebben ook interesse.

Een voorbeeld van een succesverhaal, althans, dat vind ik zelf... ☺ Zo kreeg ik de vraag om met een meneer mee te denken over zijn vrijwilligerswerk. Meneer is erg depressief en was erg somber toen ik kennismaakte met hem. Hij had er moeite mee om aan te geven wat hij wilde, wist niet goed te omschrijven waar zijn interesse lag, maar gaf wel aan het liefste iets binnen de Dimence muren te willen gaan doen. Hij kwam er achter dat er bij de ambulante teams op de Pikeursbaan (nog) geen inloopspreekuren waren gestart. Nu vind ik "inloopspreekuur" een klinische term alsof er een dokter de cliënten te woord kan staan dus noem ik het iets laagdrempeliger *een info inloop*. Door mijn contacten op de Pikeursbaan, dat was voorheen de locatie waar ik werkzaam was in mijn vorige functie, heb ik gesprekken gehad met teamleiders en behandelaren om te onderzoeken of de behoefte aan een info inloop er überhaupt wel was. En die bleek er te zijn.

Eigenlijk tot mijn stomme verbazing reageerde hij al heel snel dat 1 van de "out off the box" opties hem aantrok, een fietsmaatje van een oudere man. Ik gaf aan dat ik wel met hem mee wilde gaan op kennismakingsgesprek, maar dat hoefde niet zei hij, hij ging alleen. Super toch? Omdat meneer niet uit Deventer komt regelde ik een goede fiets voor hem en zo ging hij voortvarend als fietsmaatje aan de slag. De mannen moesten er wennen aan elkaar, maar meneer heeft het een paar weken volgehouden om er uiteindelijk achter te komen dat het voor hem niet een juiste match was. Hij heeft dat zelf aangegeven bij zijn fietsmaatje en is er mee gestopt.

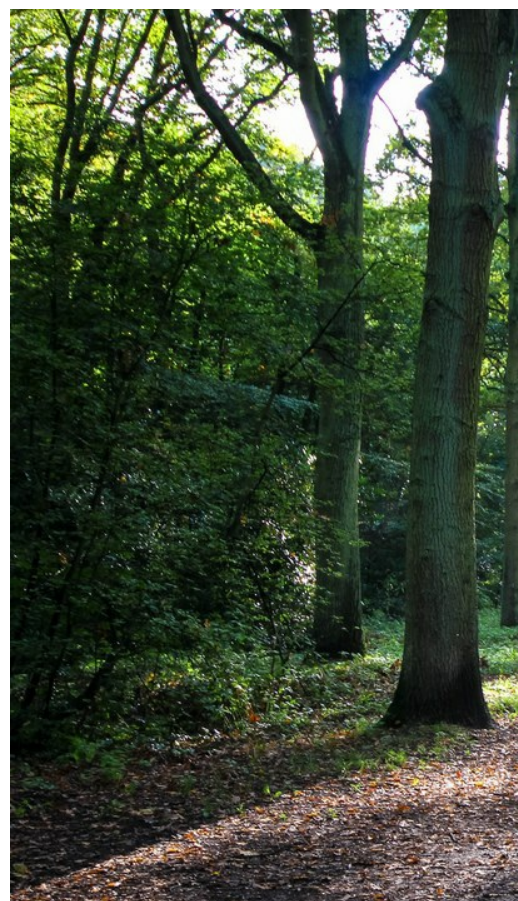
In de tussentijd liet hij mij weten dat hij ook interesse had in mijn andere "out off the box" optie om bij de Kringloop in Deventer. Zij hadden een plekje beschikbaar achter de schermen op de boekenafdeling. Hij vond het wel fijn als ik daar samen met hem naar toe wilde gaan voor een kennismaking. Hij werd gelijk enthousiast en de week er op liep hij een dagdeel mee en is er sindsdien niet meer weggegaan. Omdat hij inmiddels als fietsmaatje was gestopt heeft hij zelf geregeld dat hij niet 1, maar 2 dagdelen bij de Kringloop achter de schermen aan de slag kan gaan.

Het klinkt wellicht vreemd, maar wat ben ik trots op deze meneer. Hij kwam zeer depressief de eerste keer bij mij binnen en heeft inmiddels zulke mooie stappen gemaakt, dat is mede wat mijn werk zo mooi maakt. Iemand weer zien groeien en ziet opbloeien, daar doen we het toch voor?

Er is nog veel winst te behalen in Deventer, er zijn nog een aantal teams die ook willen aanhaken bij WerV, de presentaties in de teams lopen ook nog door, de contacten met externe partijen breiden zich steeds verder uit, er zijn kansen genoeg om aan te pakken, kortom genoeg te doen in deze mooie Hanzestad. Die kansen wil ik graag pakken en zien te benutten, maar in de tussentijd doe ik het werk met ontzettend veel plezier en kan ik ervan genieten als de deelnemers een mooie daginvulling hebben waardoor zij zich weer wat beter in hun vel gaan voelen.

Geschreven door: Wendy Rotteveel-Mansveld

Groene GGZ



De laatste jaren is er in de GGZ steeds meer aandacht voor het belang van bewegen en de natuur. Het is belangrijk om een goede omgeving en beweging zijn bevorderlijk voor de mentale gezondheid. WerV wil deze elementen meer in gaan zetten in onder andere haar projecten Wachtkracht en Welthuis. WerV is een onderdeel van de welzijnstak van de Dimence groep, en ondersteunt en stimuleert alle vormen van vrijwilligerswerk en participatie. We brengen mensen letterlijk in beweging door begeleiding naar werk en deelname aan activiteiten. Zo slaan we een brug tussen de zorg en de samenleving. Wachtkracht is een project om mensen die nog op de wachtlijst staan voor behandeling binnen Dimence groep, te ondersteunen op alle leefgebieden. Denk aan het aangaan van sociale contacten, school/werk/dagbesteding, hulp bij financiën/administratie/planning, maar vooral een luisterend oor. Voor welthuis geldt dit ook, maar dan tijdens of na de behandeling, om weer goed en wel thuis te komen.

Sociaal Werkers Ian Mol en Natasja Nijman (beide WerV) liepen een middag mee met psycholoog Leonie Belshof, senior verpleegkundige Anne Varenbrink en Daisy van der Werff, allen vanuit Mindfit. Zij gebruiken de natuur en beweging als toevoeging op de behandeling van hun patiënten.

De middag begon met een wandeling van ongeveer een uur door het bos met psycholoog Leonie Belshof. Tijdens de wandeling vertelde ze wat over de natuur, hebben we een stukje mindfulness mee mogen maken en gebruikte Leonie verschillende metafoeren om bepaalde casussen uit te kunnen diepen. Leonie: "De natuur kan veel inzicht geven, bijvoorbeeld als je de seizoenen volgt. Nu zitten we in de periode van de winter. De natuur is stiller, trekt zich terug en alles lijkt tot stilstand te komen. Juist in deze periode herstelt de natuur ook en bereid zich voor op groei in de lente. Door in deze metafoere met cliënten naar hun 'winter' te kijken kan dit ook vertrouwen en inzicht geven."

Na deze ontspannende en leerzame wandeling, vertrokken we naar de sport en spel locatie. Elke week is er tijdens deze les, een ander thema. Vandaag was het thema voetbal. Als individuen, in tweetallen én in groepjes mochten we verschillende oefeningen met de bal uitvoeren. Iedereen op zijn of haar eigen tempo. Mooi om te zien was, dat er naarmate het spel vorderde steeds meer communicatie en openheid was tussen de deelnemers. Maar je in het begin nog wat weerstand voelde bij een aantal deelnemers, deed na een aantal oefeningen iedereen fanatiek mee. Er waren dan ook geen spelvarianten waarbij je kon verliezen of winnen, het ging puur om het lekker samen bewegen in de buitenlucht. Voor de meeste deelnemers een laagdrempelig opstapje naar een reguliere sportclub in de toekomst.



Arbeidsmatige Dagbesteding WerV Zwolle

Vanaf 1 januari 2023 heeft WerV een aantal arbeidsmatige dagbestedingslocaties overgenomen van het RIBW in Zwolle.

Het RIBW is al jaren een prettige samenwerkingspartner en de afgelopen 3 jaar is deze samenwerking versterkt in het gezamenlijke project "SamenWerken" de Pol waar we samen met RIBW en Interakt Contour activiteiten bieden voor mensen die niet in aanmerking komen voor dagbesteding of re-integratie trajecten maar die wel een steuntje in de rug nodig hebben. RIBW heeft WerV afgelopen december, samen met de gemeente Zwolle, gevraagd om de dagbestedingslocaties over te nemen. Daar hoefden wij niet lang over na te denken want we vinden immers dat iedereen recht heeft op een goede en zinvolle daginvulling dicht bij de woonomgeving. We geloven in samenwerking met andere partijen en maken deze dagbestedingsplekken ook beschikbaar voor cliënten van andere zorgpartijen. Een mooie kans dus voor WerV om onze visie mogelijk te maken in Zwolle.

Zwolle-zuid
Zo hebben we in Zwolle-zuid in januari met werkdagen De Pol het kleinschalige tweedehandswinkel Op-Nieuw. Op-Nieuw wordt al vijf jaar met plezier gerund door vrijwilligers en deelnemers die hier dames- en kinderklleding, riemen, sieraden, tassen, sjaals en nog veel meer accessoires verkopen. Daarnaast zijn er in wijkcentrum De Pol ook 2 groepen waar we bakken en creatief bezig zijn. Wil je de winkel bezoeken? Kom gezellig langst! We zijn er van dinsdag tot en met vrijdag van 10:00 tot 16:00.

Holtenbroek
In Holtenbroek hebben we twee dagbestedingslocaties overgenomen: op kinderboerderij De Kloottenberg en het Grand Café De Balie in Fermate. Op de kinderboerderij houden mensen zich bezig met het zorgen voor de dieren en het bijhouden en onderhouden van het terrein. Daarnaast organiseren we in de stal ook nog een groep die creatief aan de slag gaat. Hier maken mensen bijvoorbeeld zeep of tassen van vilt. Deze producten kan je binnenkort ook bewonderen in de verschillende vitrines op WijZ locaties binnen Zwolle. In het Grand Café van Fermate gaan we op woensdag de lunch en op vrijdag het diner verzorgen voor iedereen die bij ons wil komen eten. Van het boodschappen doen tot het uitschutten, alles wordt gedaan door de deelnemers van deze dagbesteding. In de professionele keuken heeft onze chef-kok de leiding over de keukenbrigade. We hebben een snijploeg, deelnemers die de afwas doen en onze ontvangstmedewerkers in het Grand Café. Met z'n allen zorgen we ervoor dat er een lekkere en gezonde maaltijd bereid wordt. Tijdens de lunch is er altijd weer soep en voor het diner is er een maandelijks menu wat we vooraf delen zodat gasten weten waar ze naar uit kunnen kijken tijdens het diner

Schrijverscafé "Licht het Anker"

Het ontmoetingscentrum het Anker is de plek van waaruit "Licht het Anker" zich aanbodt als een plek voor passende dag invulling. Bij binnenkomst is er een ruime "kantine" waar je de andere deelnemers kan ontmoeten onder het genot van een kop koffie. De entree is ruim opgezet en heeft open karakter. In één van de zalen wordt de workshop van het schrijverscafé gegeven.

De reden dat ik hier graag ben heeft te maken met het feit, dat ik mij hier als schrijver verder kan ontwikkelen. Als schrijvende redacteur van een krant heb ik mijn ambities naar beneden bijgesteld. Schrijven doe ik alleen nog voor mijn eigen blog. Thema van mijn blog: mijn fietsavonturen en mijn bijdrage aan een leefbaar inkomen en vakantie reizen voor iedereen.

Als ik in het schrijfcafé ben dan voel ik mij op mijn gemak. Het is heerlijk bezig te zijn met iets wat ik graag doe. Namelijk schrijven. Ik voel mij hier gezien en gehoord. Een diep gevoelde dankbaarheid voor het leven maakt zich meester van mij dat ik hier mij als schrijver verder mag ontwikkelen. Het zijn misschien kleine stappen in mijn ontwikkeling als schrijver; het voelt wel alsof dit heel belangrijk momenten gaan worden in mijn leven. Deze plek betekend voor mij dat ik een kans krijg mij verder te ontwikkelen als schrijver. Een kans die ik, gretig als ik nog ben, met beide handen aanpak.

Behalve dat ik als schrijver in Het Anker kom heeft Het Anker voor mij ook een andere betekenis. Het is namelijk het vertrekpunt van de wandelgroep waar ik in mee wandel. Elke woensdagavond vertrekken we om 19.00 uur voor een wandeling en elke zaterdag tegen de klok van 09.30 uur vertrekken we naar een boslocatie in de omgeving. Kortom Het Anker is op dit moment een baken van licht voor de omgeving. Vooral ook vanwege het feit dat ik nu kansen en mogelijkheden krijg mij als schrijver verder te ontwikkelen.

Behalve voor mijn blog schrijven, zie ik ook mogelijkheden en kansen hier inspiratie op te doen verder te werken aan een lied wat ik aan het schrijven ben. Sinds 2009 werk ik aan een lied naar aanleiding van het overlijden van mijn vader. Soms ligt dit project tijden stil dan weer ben ik er weer een beetje mee bezig. Het schrijven van een lied vind ik wel het meest ingewikkelde. Het is heel persoonlijk en het komt heel dichtbij. Het schrijverscafé is een plek waar ik mij veilig voel hier verder aan te werken. Kortom ik had geen mij betere plek kunnen wensen.

Een diep gevoelde dankbaarheid voor het leven dat WerV, Focus en SportService Zwolle deze laagdrempelige mogelijkheid aanbiedt!

Namens Harry Bartelds
www.harrybartelds.com

Eindejaarsbijeenkomst 2022 - Een gezellige middag

Vanmiddag de hele leuke bijeenkomst van vrijwilligers en medewerkers van WijZ beleefd. Omdat de Pol (te) ver af ligt van Stadshagen en de datum van dit evenement in het Cultuurhuis ongunstig uitkwam, bleef - gelukkig - de Terp over. Bij binnenkomst pakten we een kopje koffie en iets verder lopend kregen we 2 kerstkransjes mee. De zaal bleef al flink gevuld met grotendeels grijze koppies, kalende schedels en vrij veel gehoorapparaten op de (flap)oren 😊😊. De leeftijds categorie 70+ is rijkelijk aanwezig. Omdat ik vrij laat arriveerde waren de meeste tafels met daar omheen 7 of 8 stoelen bezet. Ik spotte enkele "mannenkringen" en enkele "vrouwenkringen". En wat gemengde tafels. Je staat dan een paar tellen in dubio: waar zal ik aanschuiven, ik (her)kende helemaal niemand. Maar: langs de rand, lekker dichtbij de hete radiator zag ik een tafel met 4 vrouwen, een klein meisje en enkele vrije stoelen. Drie van de 4 dragen een hoofddoekje en van de laatste is wel te zien dat haar voorouders ook uit de Arabische wereld komen. Op de vraag of ik welkom was en mocht aanschuiven werd enthousiast gereageerd. Van beide kanten keken we even de kat uit de boom. Iemand van WijZ hield een kort toespraakje waarna om elke tafel een pen en een lijstje met te kiezen drankjes werden uitgedeeld. Een prima systeem, in no time kwamen de medewerkers met een dienblad vol glazen aanlopen. Daarna volgden in rap tempo koude en warme snacks, zoveel als je maar op kon. Dat maakt de tongen los, ontzettend leuk om andere verhalen en belevenissen te horen. De buurvrouw links van mij is medewerkster van WijZ, zij werkt in een moskee in Holtenbroek waar ze oudere allichtone vrouwen samenbrengt en die ze met activiteiten begeleidt. De buurvrouw rechts van mij doet in die moskee vrijwilligerswerk; wil je iemand laten praten dan moet je altijd naar de kinderen vragen, en ja dat was een schot in de roos, de telefoon komt uit de tas en scrollend door de foto's weet ik nu (bijna) alles over die familie. Ook met de 2 andere dames praatte het makkelijk, ik denk dat de 4 allemaal verrast waren dat een oudere witte man voor hen belangstelling toonde. Het was al met al een hele gezellige ontspannen, interessante middag. We vertrokken iets voor vijven, de meeste gasten waren toen al verdwenen. Bedank WijZ ook voor de cadeaubon, de chocolaatjes en de mooie woorden en wensen. Trots ziens. Groet, Sieb

Symposium Valpreventie & Eenzaamheid

Op maandag 13 februari 2023 organiseerde Vitaal & Veilig Thuis in samenwerking met het ministerie van Volksgezondheid, Valpreventie en Eén tegen eenzaamheid een interactief symposium over eenzaamheid en valpreventie waarbij interessante sprekers en workshops een inspirerende middag vulden. Zo'n 175 professionals en vrijwilligers uit de zorg- en welzijnssector kwamen welkom geheten door dagvoorzitter Marjolien Kerjend en Wethouder Dorrit de Jong.

Interessante sprekers en workshops

Alet Klarenbeek, schrijfster van het boek 'Ik ben niet eenzaam', gaf een kijkje in de wereld van ouderen en eenzaamheid. Wietske Hoekstra van Veiligheid NL gaf een presentatie over de opgave waar de gemeente nu voor staat op het gebied van valpreventie en hoe motiveer je nu ouderen om deel te nemen aan de effectieve programma's. Het [Preventiepad Valrisico Senioren Zwolle](#) werd gepresenteerd door projectleider Vitaal & Veilig Thuis, Marloes Holtzman en Jeannette Bensink, manager van FysioZwolle. Michelle Vollers werkzaam bij Ministerie van Volksgezondheid sprak over het project Eén tegen eenzaamheid.

Tussen de presentaties door werden twee workshoprondes gehouden, deelnemers konden kiezen tussen maar liefst [zeven inspirerende workshops](#). Al met al een mooie middag met nieuwe inzichten en informatie! Wil je er een beeld bij? [Kijk op deze pagina van Vitaal & Veilig Thuis](#).

Het is weer voorjaar, vogeltjes fluiten 's morgens al vroeg hun deuntje, de natuur die ontwaakt en paaseitjes... Wij wensen u hele fijne, gezellige Paasdagen toe met veel zonnestralen.

Hartelijke groet,
Namens alle medewerkers van team WerV

Deze e-mail is verzonden aan [\[email\]](#).
Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#).
U kunt ook uw [gegevens inzien](#) en [wijzigen](#).
Voor een goede ontvangst voegt u info@wervd.nl toe aan uw adresboek.