Informatie van WerV **Bekijk de webversie**

Vrijwilligersnieuwsbrief - september 2023

Welkom bij de nieuwsbrief van WerV

Graag presenteren wij u weer een nieuwe editie van onze WerV en WijZ Nieuwsbrief! Een nieuwsbrief speciaal voor vrijwilligers van de Dimencegroep en WijZ Welzijn Zwolle. Een gecombineerde nieuwsbrief dus.
WerV regelt binnen de Dimence Groep alles rondom vrijwilligerswerk en participatie voor al haar stichtingen, zoals WijZ Welzijn, Dimence, Transfore en Jeugd-GGZ.

Zij is de schakel voor mensen die graag vrijwilligerswerk willen doen in onze organisatie en ondersteunt bv WijZ Welzijn daarbij. Daarnaast biedt WerV ook kansen aan mensen om via vrijwilligerswerk weer deel te nemen de maatschappij, zeer waardevol voor mensen bij wie meedoen niet altijd vanzelfsprekend is. We zijn met elkaar enorm trots dat het ons lukt om vooral met de ondersteuning van heel veel vrijwilligers mensen een perspectief te bieden. Dit doen we op veel verschillende manieren, zoals via buurtkamers bij WijZ Welzijn, WelThuis binnen Dimence, dagbesteding in de natuur vanuit WerV etc.

Mocht de nieuwsbrief vragen oproepen of wilt u ook dingen delen via de nieuwsbrief dan kan dit door te malen met info@wervdg.nl of info@wijz.nu

Veel leesplezier!

Even voorstellen: nieuwe WerV collega Lotte Ter Maat

Ik ben Lotte ter Maat. Sinds 1 september werk ik bij WerV in Almelo. Hiernaast loop ik stage bij het Werk Leer Centrum (WLC) Almelo van Dimence. Graag vertel ik jullie meer over wie ik ben en waar ik vandaan kom. Mijn route is namelijk vrij uniek. Ooit ben ik begonnen bij Dimence als cliënt. Ik had last van PTSS (Post Traumatische Stres Stoornis), depressies, een angst- en paniekstoornis en heb nog steeds ADD (Attention Deficit Disorder). Vroeg had ik schulden en vond ik het eng om mijn post te openen.

Dat is gelukkig niet meer zo. Ik heb behandelingen ondergaan van Dimence. Ik was gedurende mijn behandeling aan het werk bij een callcenter in een zogeheten kantoortuin. Dit gaf te veel prikkels en in combinatie met de behandeling merkte ik dat het mij te veel werd en ben ik uiteindelijk in de ziektewet terecht gekomen. Ik wilde graag iets doen overdag en zo ben ik bij het WLC Almelo terecht gekomen en heb ik deelgenomen aan de dagbesteding.

Toen mijn behandelingen afgerond waren ben ik gestopt bij het WLC Almelo. Hier ben ik vrijwilligerswerk gaan doen op een dagbesteding. Dit werk beviel me niet goed en hier ben ik gestopt. Hierdoor belandde ik in een gat en merkte ik dat mijn depressie terugkwam. Ik had ook veel last van mijn buik. Later bleek dat ik een sluimerende blindedarmontsteking had. Het herstel hiervan heeft langer geduurd dan gehoopt, waardoor het langer duurde voor ik kon re-integreren. Na een half jaar merkte ik dat ik graag iets wilde doen. Dit was tijdens de coronapandemie. Vrijwilligerswerk in de zorg was toen moeilijk te vinden. Dat wilde ik wel graag.

Tijdens het herstel van de operatie ging ik af en toe op bezoek bij het WLC Almelo om bij te kletsen. Daar vroeg mijn collega of ik kon helpen met het verzorgen van de binnen beplanting. Dat wilde ik wel. In deze tijd heb ik samen met cliënten een plantenbieb opgezet en ben ik lid geworden van de ambitiegroep Dimence Groep DuurSaam.

Na enige tijd begon de wens om terug te gaan naar school weer te prikkelen. De keuze was al gevallen op iets met ervaringsdeskundigheid. Na onderzoek stuitte ik op de Associate Degree Sociaal Werk in de Zorg bij hogeschool Windesheim. Dit leek me een goede opleiding. Hier kon ik namelijk een extra minor ervaringsdeskundigheid volgen en dat leek me een combinatie die goed bij mij past. Sinds de start van de opleiding ben ik stagiaire geworden in plaats van vrijwilliger. De minor Ervaringsdeskundigheid heb ik afgerond. In februari 2024 studeer ik af en mag ik me officieel Sociaal werker met Ervaringsdeskundigheid noemen.

Het werk bij WerV heeft me altijd al geïnteresseerd. Het welzijnswerk is iets dat mij op het lijf geschreven is. Ik heb zelf ervaren in welk gat iemand kan vallen wanneer de behandeling stopt en vind het fijn dat ik nu mensen kan helpen bij WelThuis met het thuis komen na de behandeling. In mijn herstelperiode heb ik veel geleerd over waar iemand terecht kan met bepaalde hulpvragen en die kennis kan ik inzetten bij WerV. Naast de werkzaamheden voor WelThuis en WachtKracht help ik ook bij de inloop van WerV die iedere dinsdagochtend gehouden wordt bij het WLC Almelo. Dat is erg leuk om te doen. Zoals ik eerder schreef ben ik sinds 1 september in dienst bij WerV Almelo voor 8 uur per week. Deze uren zijn aangeboden aan mij en ik vind het een mooie kans om weer verder te komen in mijn proces.

Even voorstellen Jeroen Fix

Hoi!

Ik ben Jeroen Fix, 27 jaartjes oud en sinds maart Activiteitenbegeleider Dagbesteding.
Ik draai twee locaties: De Klooienberg en Fermate De balie in Zwolle. Op de Klooienberg hebben we twee groepen.
Een hiervan is dierenverzorging, waarbij we de dieren voeren en water geven, Stallen/verblijven verschonen en het terrein netjes houden.

Naast dierenverzorging hebben we een ruimte, waar we bezig zijn met creatieve producten. Zo maken we tassen, sieraden, scrunchies, windvangers en allerlei andere producten.
Op de Fermate Balie koken wij voor een serviceflat waarbij we op de woensdag voor lunch zorgen en vrijdag een avondmaal. We hebben hier ook een professionele keuken tot onze beschikking en een restaurant gedeelte.

Dit is allemaal werk gerelateerd, maar na m'n werk vind ik het heel leuk om kringlopen af te gaan en hier koopjes te scoren. Ik hou er ook van om te kamperen met het mooie weer. Momenteel doe ik dit nog met mijn camperbusje. Daarnaast, om mezelf ook te ontladen, vind ik het lekker om te gamen, series/films te kijken en ook om te klussen. In het weekend ben ik ook veel te vinden bij een scouting vereniging in Zwolle, waar ik leiding ben van een groep 15-18 jarigen en ook beheerder ben van het gebouw.

Groetjes,
Jeroen Fix

Even voorstellen: Nelleke Gerritsen

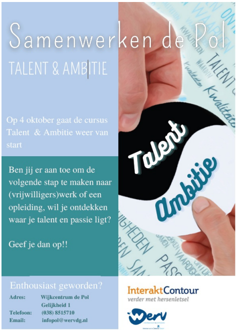
Hoi,
Mijn naam is Nelleke Gerritsen, sinds 1 juli werkzaam bij WerV in Hardenberg. Ik ben al wat langer bekend binnen de Dimence Groep; in 2014 ben ik begonnen bij Dimence als maatschappelijk werker en dat doe ik nog steeds – naast mijn werk voor WerV.

Elke maandagmiddag heb ik inloopspreekuur in Hardenberg en kan iedereen binnenlopen met vragen. Het leuke aan werken bij WerV vind ik, dat geen een vraag die ik binnenkrijg, hetzelfde is. Wel gaat het heel vaak over weer meer willen deelnemen in de maatschappij. Of dat nou door vrijwilligerswerk is of door het uitbreiden van het sociale netwerk. De vraag (of wens) gaat vaak over het weer mee willen doen, van betekenis willen zijn en weer meer in verbinding willen staan met anderen.

Ik vind het een uitdaging om samen met de hulpvrager op zoek te gaan naar plekken, activiteiten of contacten die aansluiten bij hun wensen. Soms is dat meteen gevonden en soms is het een wat langere zoektocht, waarbij we gebruik maken van het netwerk in de regio. Omdat ik inmiddels alweer bijna 10 jaar in Hardenberg werk, ben ik gelukkig goed op de hoogte van het aanbod.

Naast mijn werk ben ik moeder van een zoon (4) en dochter (3) en ben ik zelf vrijwilliger op zowel de opvang van de kinderen als de basisschool van mijn zoon. Niet per se omdat ik tijd over heb, maar wel omdat ik het leuk en belangrijk vind om in verbinding te zijn met de plekken waar mijn kinderen ook veel tijd doorbrengen. En op die plekken tref ik weer anderen, raak ik geïnspireerd of is het gewoon gezellig. Erg waardevol dus, dat vrijwilligerswerk!

Cursus Talent & Ambitie



Samenwerken de Pol

TALENT & AMBITIE

Op 4 oktober gaat de cursus Talent & Ambitie weer van start

Ben jij er aan toe om de volgende stap te maken naar (vrijwilligers)werk of een opleiding, wil je ontdekken waar je talent en passie ligt?

Geef je dan op!!

Enthousiast geworden?

Adres: Wijkcentrum de Pol
Gelijkheid 1
Telefoon: (038) 8515710
Email: infopol@wervdg.nl

InteraktContour
verder met hersenletsel

Werv

Op 4 oktober start de cursus Talent & Ambitie voor iedereen die toe is aan een volgende stap richting (vrijwilligers)werk of een opleiding, maar eerst nog wil onderzoeken wat hij/zij wil, kan en wat haalbaar is.
Door middel van laagdrempelige opdrachten, gesprekken, spellen en presentaties onderzoeken we wat bij de deelnemer past. Denk daarbij aan een vaardighedenspel, het maken van een mindmap, het maken van een visionboard en een schrijfopdracht. Voorlichting over solliciteren maakt ook onderdeel uit van de cursus, zodat de deelnemer weet hoe hij/zij de volgende stap daadwerkelijk kan zetten.
Na de cursus heb je als deelnemer een goed beeld van:

- Wat je leuk vindt
- Wat je enthousiast maakt
- Wat je vaardigheden zijn
- Wat voor jou haalbaar is
- Welke volgende stap bij je past

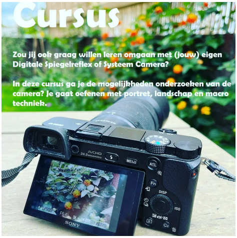
De cursus wordt gegeven in Zwolle, in het buurthuis Wijkcentrum De Pol (Gelijkheid 1) en start op 4 oktober. De overige data van de training tref je hieronder aan:

- 4 oktober 2023
- 18 oktober 2023
- 1 november 2023
- 15 november 2023
- 29 november 2023
- 13 december 2023
- 10 januari 2024
- 24 januari 2024

Ben jij eraan toe om de volgende stap te maken naar(vrijwilligers)werk of een opleiding, wil je ontdekken waar je talent en passie ligt?
Geef je dan op!!

Contactgegevens
Telefoon: (038)8515710
Email: infopol@wervdg.nl

Cursus Digitale Spiegel Reflex of Systeem Camera



Cursus

Zou jij ook graag willen leren omgaan met (jouw) eigen Digitale Spiegelreflex of Systeem Camera?

In deze cursus ga je de mogelijkheden onderzoeken van de camera? Je gaat oefenen met portret, landschap en macro techniek.

SONY
MENU
AEL
Fn
DISP
ISO
F5.6

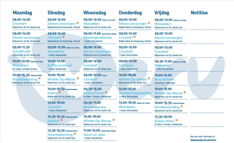
Heb jij een Digitale Spiegel Reflex of Systeem Camera en zou je hier graag, meer mee willen en kunnen doen?

We hebben een aantal camera's (beperkt) die je zou kunnen gebruiken voor het geval je er zelf geen één hebt.
Je krijgt training van een ervaren fotograaf die graag zijn ervaring met jou deelt. De cursus neemt 12 bijeenkomsten in beslag en wordt op de dinsdagochtend gegeven en start vanaf 3 oktober 2023, je kun je opgeven bij Emma: licht@ochetanker.nl Gratis deelname!

Deze activiteit wordt georganiseerd vanuit het Project "LichthetAnker" een samenwerking tussen Sportservice, stichtingFocus en WerV.

Misschien heeft u nog een Digitale Spiegelreflex en of Systeem camera liggen waar u niets mee doet en u zou deze willen doneren aan deze leuke activiteit, dan is deze meer dan welkom.

Weekschema WerV activiteiten in Zwolle



Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Notities
09.00-12.00 Creatief Wijkcentrum de Pol, Zwolle Zuid	09.00-12.00 Dieren verzorgen * Wijkboerderij de Klooienberg, H'broek	09.00-12.00 Natuur op recept Wandelen Wijkcentrum de Pol, Zwolle Zuid	09.00-12.00 Dieren verzorgen * Wijkboerderij de Klooienberg, H'broek	09.00-12.00 Natuur op recept Wandelen Wijkcentrum de Pol, Zwolle Zuid	
09.00-12.00 Dieren verzorgen Wijkcentrum de Pol, Zwolle Zuid	09.00-12.00 Creatief * Wijkboerderij de Klooienberg, H'broek	09.00-11.00 Sportservice Zwolle Beweegmakelaar 't Anker, Westenholte	09.00-12.00 Creatief * Wijkboerderij de Klooienberg, H'broek	09.00-12.00 Dieren verzorgen Wijkcentrum de Pol, Zwolle Zuid	
09.00-11.30 Schrijfcafé Wijkcentrum de Pol, Zwolle Zuid	09.00-12.00 Natuur op recept Wandelen 't Anker, Westenholte	09.00-12.00 Dieren verzorgen Wijkcentrum de Pol, Zwolle Zuid	09.00-12.00 Creatief 't Anker, Westenholte	09.00-12.00 Creatief Wijkcentrum de Pol, Zwolle Zuid	
10.00-12.00 Natuur op recept Wandelen Aa-landen, variabele locaties	10.00-12.00 Koffie ochtend 't Anker, Westenholte	09.00-12.00 Creatief Wijkcentrum de Pol, Zwolle Zuid	09.00-12.00 Schrijven 't Anker, Westenholte	09.30-11.00 Natuur op recept Wandelen 't Anker, Westenholte	
10.00-15.30 Houtbewerking * Wijkcentrum de Pol, Zwolle Zuid	10.00-16.00 Winkel Op-Nieuw * Wijkcentrum de Pol, Zwolle Zuid	09.00-12.00 Creatief 't Anker, Westenholte	10.00-16.00 Winkel Op-Nieuw * Wijkcentrum de Pol, Zwolle Zuid	10.00-12.00 Buurtkamer Cultuurhuis, Stadshagen	
	10.00-12.30 Koken * Wijkcentrum de Pol, Zwolle Zuid	09.30-15.00 Koken/lunch * De Balie / Fermata, Holtenbroek	13.00-16.00 Gezelschapsspellen 't Anker, Westenholte	10.00-16.00 Winkel Op-Nieuw * Wijkcentrum de Pol, Zwolle Zuid	
	13.00-16.00 Creatief 't Anker, Westenholte	09.30-11.00 Beweeggroep Wijkcentrum de Pol, Zwolle Zuid	13.00-16.00 Natuur op recept Wandelen 't Anker, Westenholte	10.00-15.30 Houtbewerking * Wijkcentrum de Pol, Zwolle Zuid	
	13.30-15.30 Bakken * Wijkcentrum de Pol, Zwolle Zuid	10.00-16.00 Winkel Op-Nieuw * Wijkcentrum de Pol, Zwolle Zuid		13.30-20.00 Koken/diner * De Balie / Fermata, Holtenbroek	
	13.30-15.30 Houtbewerking * Wijkcentrum de Pol, Zwolle Zuid	11.00-12.00 Sportservice Zwolle Sport en Spel 't Anker, Westenholte			Kijk voor meer informatie op

Hierbij een overzicht van het weekschema aan activiteiten in Zwolle, zowel voor Dagbesteding als Sociale activiatie.

Zuidmarkt Zwolle Zuid

"Op woensdag 13 september vond de Zuidmarkt in Zwolle zuid plaats. Een plek voor verschillende organisaties, initiatieven, en personen die actief zijn in de omgeving om te laten zien wat ze in huis hadden. Ook werV was hier goed vertegenwoordigd met een pop-up winkeltje. Hier gaven ze informatie over de vele activiteiten die door WerV worden georganiseerd en verkochten ze spullen die onder andere zijn gemaakt tijdens de dagbesteding in wijkcentrum De Pol en de wijkboerderij De Klooienberg.
Een leuke middag!"

Werv
Activiteiten bij jou in de buurt

Een dagje op stap met WerV collega Erik van Rosmalen

Een dagje op stap met...
ERIK
WerV

Wat leuk dat ik jullie mag gaan vertellen over mijn leuke werk. Voordat ik jullie ga vertellen over hoe een gemiddelde werkdag er voor mij uitziet wil ik even mijn rol toelichten.
Als Sociaalwerker mag ik vanuit WerV de verbindende schakel zijn met de stadsklinieken in Zwolle en Raalte. Ik werk aanvullend op de teams en mijn taak is, dat ik mensen die worden behandeld, begeleidt richting deelname aan de maatschappij. Dit doe ik bijvoorbeeld door samen met hen op zoek te gaan naar zinvolle dag invulling. Hieronder beschrijf ik hoe een werkdag in Raalte eruit ziet.

Het is dinsdag en dat is mijn “Raalte dag”. Ik start om 8.45 uur bij team Zorgappartementen, waar ik bij de overdracht aanwezig ben. Samen met psychiater en twee teamleden sparren we over patiënten en bespreken we of ik vanuit mijn rol als sociaal werker nog een bijdrage kan leveren.

Rond 9. 15 loop ik langs bij de collega’s van de activiteiten begeleiding. Wij overleggen over de vrijwillige chauffeurs, die patiënten vervoeren van en naar dagbesteding en allerlei andere zaken die spelen. Een nauwe samenwerking met de activiteitenbegeleiding is belangrijk, omdat zij een belangrijke schakel zijn als het gaat over participatie van mensen die wij begeleiden. Rond 9.30 uur loop ik naar een ruimte waar ik elke dinsdag gebruik van mag maken. Omdat ik zo toegankelijk mogelijk wil werken, heb ik de deur altijd wagenwijd open staan. Hierdoor zien mensen mij letterlijk zitten en is de drempel om bij mij binnen te lopen minder hoog. Om 10.00 uur komt er een mevrouw bij mij binnen wandelen. Zij is op zoek naar leuke daginvulling en hier denk ik graag in mee. Om een passende plek te vinden is het belangrijk om van haar te horen waar haar interesses liggen. Om te weten waar ze blij van wordt vraag ik haar letterlijk: waar zij “haar bed voor uit komt”?. Zo ontdekken we samen waar iemands passie ligt; dit werkt motiverend wat belangrijk is voor succesvol participeren. Voor deze mevrouw komen we uit op een (werk)plek op een zorgboerderij en als activiteit wil ze Yoga gaan doen. Samen met mevrouw bellen we de zorgboerderij en we maken een afspraak voor de volgende week. Omdat zelfregie en eigenaarschap belangrijk is spreek ik met mevrouw af dat zij zelf contact opneemt met de Yoga clubs om te informeren naar mogelijkheden. We spreken ook af dat als dit niet lukt ze weer een beroep op mij kan doen.

Na het bezoek van mevrouw neem ik een moment pauze, een moment van bezinning…ja… met een sigaretje erbij en niet op het terrein want we zijn immers rookvrij 😊
Na mijn kort pauze stap ik in mijn auto, want ik heb een afspraak met de coördinator van het Activiteiten Centrum.
Ik loop binnen bij productie hal en tref hier meerdere mensen die aan het werk zijn, met onder andere het inpakken van verzorgingsproducten. Ik zeg een ieder gedag en met een aantal van hen maak ik een praatje en vraag hoe het gaat. Ik vind het namelijk belangrijk om naast de bevindingen van de begeleiders ook de ervaringen van cliënten zelf te horen. Ik loop door naar de voorzijde van het complex, waar ik de coördinator tref. We kennen elkaar al 25 jaar (nog van mijn eerste jaar stage in Olst), dus heel serieus doen hoeft gelukkig niet. We spreken de cliënten door die vanuit Dimence werkzaam zijn op het Activiteiten centrum. Intussen maak ik de nodige aantekeningen om deze later op de dag te bespreken in het MDO.

Na mijn bezoek bij het activiteitencentrum bezoek ik een locatie van de Zorgappartementen Dimence Raalte, een complex waar ongeveer 16 cliënten wonen verdeeld over twee woonlagen. Hier zoek ik één van bewoners op, om terug te blikken op de voorgaande weken waar hij bij Stichting De Enk Lemelerveld was geweest. Een leuke plek waar veel met hout wordt gewerkt en waar ook een kaarsenmakerij is. De heer in kwestie heeft in zijn jeugdjaren veel aan houtbewerking gedaan, dus een fantastische plek voor hem waar hij de juiste ondersteuning krijgt waardoor hij zich kan ontwikkelen.
Ik zorg ervoor dat ik rond 12.30 uur terug ben op de Monumentstraat om te lunchen met de vele collega’s die in het gebouw werken om zo ook het contact met hen te onderhouden.

Na de lunch spreek ik met de ervaringsdeskundige van het Fact Team. Zij begeleidt een client die zijn ervaringsverhaal graag wil delen met bijvoorbeeld het onderwijs. Een mooi initiatief dus ik beloof haar mijn netwerk in het onderwijs te bevragen of zij in deze client met zijn ervaringsverhaal geïnteresseerd zijn.
Nog even wat mailtjes wegwerken en mij voorbereiden op het MDO (multidisciplenairoverleg) van 14.00 uur. Een overleg van 30 minuten wat standaard altijd uitloopt. We zitten aan tafel met de verpleegkundigen van de dagdienst, psychiater, maatschappelijk werker, verpleegkundig specialist, ervaringsdeskundige en ik zelf. We bespreken een aantal cliënten waar zorgen bij zijn, om zo goed op elkaar af te stemmen. Als sociaal werker een aanvulling op het team, kan en mag ik hen adviseren in oplossingen die niet zo voor de hand liggen, kijkend naar de mogelijkheden, gericht op ondersteuning of activiteiten anders dan behandeling.

Om 15.00 uur heb ik een volgende afspraak staan. Mevrouw in kwestie heeft in haar verleden de opleiding Maatschappelijke Zorg gedaan en is daar ook werkzaam in geweest. Zij wil in de toekomst hier wel weer een betaalde functie in. Ik spreek met haar af, dat we de tijd nemen om haar draag kracht te onderzoeken en op zoek te gaan naar mogelijkheden die bij haar passen. Type werk, welke doelgroep, leeftijden etc. In de voorbereiding op dit gesprek had ik al het nodige uitgezocht en dit heb ik haar kunnen voorleggen. Belangrijk is dat zij de ruimte krijgt om zich stapje voor stapje te ontwikkelen, op haar eigen tempo.

Op de website van het Vrijwilligerspunt Raalte komen we leuke vacatures tegen. Toevallig ook een vacature die vanuit onze collega organisatie WijZ welzijn in samenwerking met stichting Mee wordt aangeboden. Het is een vacature voor vrijwillige begeleider van vriendenkringen 1x per 4 weken. We zien nog meer leuke passende vacatures en we spreken af dat mevrouw gaat reageren op meerdere vacatures.

Vier weken later (na mijn vakantie) tref ik mevrouw aan met een brede glimlach en zij geeft aan, dat zij inmiddels voor één vacature al wordt ingezet, bij de ander een positief intake gesprek heeft gehad en vervolg afspraken heeft gemaakt, voor de derde heeft zij volgende week een kennismakingsgesprek.

Om 16.00 uur ronden we het gesprek af; ik loop nog even naar boven om gedag te zeggen, om vervolgens terug te rijden naar Zwolle; hier wacht mijn fijne gezin op mij.

Dagbesteding De Balie - een succes verhaal van Rob

Op 6 februari half 10 heb ik, Debbie Hart - Nuboer, een afspraak met Ellen en Rob. Ellen is de ambulant begeleider van Rob en zij heeft een rondleiding aangevraagd om samen met Rob te kijken wat wij bij de Balie voor hem kunnen betekenen.

Ellen en Rob komen binnen bij het Grand café en Rob geeft meteen bij mij aan dat hij het erg spannend vindt allemaal. Ik vraag hem wat hij precies spannend vind. Hij geeft aan, dat hij het niet precies weet en zegt: “het zal de nieuwe omgeving wel zijn”.

Na de rondleiding vraagt Ellen aan Rob wat hij ervan vindt. “Wel leuk” zegt Rob, maar ik weet niet of ik dit wel wil zo de hele dag gelijk. Ik vraag aan Rob of hij het misschien een idee vindt om de week erop eerst eens koffie te komen drinken, zodat hij kennis kan maken met de rest van de groep. Koffie wil Rob niet, maar eerst even kennis maken vindt hij prima. We wisselen gegevens uit en Ellen beloofd nog even contact op te nemen.

De week erop 10 uur, ik krijg een appje van Rob, “Ik voel mij vandaag niet lekker, dus ik kom niet”. Even zit ik in tweestrijd; voelt Rob zich echt niet lekker? Of vind hij het zo spannend dat hij niet durft? Ik besluit om in plaats van meteen te bellen Rob een appje terug te sturen; “Vervelend Rob, ik keek ernaar uit om je weer te zien. Ik wens je veel beterschap en tot volgende week!” Ik laat Ellen weten dat Rob zich heeft afgemeld voor vandaag.

De volgende woensdag 9.50 uur; ik ben aangenaam verrast door het feit dat Rob als eerste van de deelnemers binnen komt. “Wat fijn dat je er bent! Voel je je weer wat beter?” Rob kijkt mij aan twijfelt even en zegt; “Eigenlijk was ik niet ziek, ik durfde niet goed”. Ik zie dat hij zich een beetje schaamt voor zijn gevoel en zeg: “Fijn dat je eerlijk bent en nog fijner dat je vandaag wel durfde te komen”. Rob richt zijn blik naar mij en stuurt een glimlach. Hij gaat zitten aan de verste tafel met zijn gezicht naar de deuropening. Bij iedereen die binnen komt vertel ik dat Rob daar zit en elke keer heft Rob zijn hand op. Koffie wil hij niet en wanneer de deelnemers starten geeft Rob aan, dat het genoeg is geweest voor vandaag.

Een nieuwe woensdag is aangebroken en weer is Rob vroeg binnen; ik vraag hem of hij wat wil drinken. “Een decafé graag”. Bij het koffie apparaat kom ik erachter, dat dat er helaas niets in zit. Rob zegt dat het niks uitmaakt en pakt zijn eigen waterfles. Kleine stapjes denk ik en ergens ben ik toch wel blij dat Rob iets wou drinken. Ik vraag Rob of hij thuis ook decafé koffie drinkt en wanneer Rob dit beaamt besluit ik voor de volgende woensdag “zijn” koffie mee te nemen. Wanneer Rob die ochtend binnen komt hou ik de decafé pot omhoog, Deze?! Voor het eerst hoor ik hem hardop lachen, heb JIJ die voor mij gekocht!!? “Zeker” zeg ik! Er is niets fijner dan je werkdag beginnen met een goed kop koffie! We bedenken samen een plek waar zijn koffie opgeborgen kan worden en ik zeg tegen Rob dat hij zo zelf kan beslissen of hij koffie wil. Wanneer de overige deelnemers naar de keuken vertrekken om aan het werk te gaan twijfelt Rob even voor hij naar huis wil gaan. Wil je anders heel even mee om te kijken? Ik kan niet zo lang staan zegt Rob. Nou?! Dan pakken we een stoel en maken we een plek voor je. Zonder een antwoord af te wachten haal ik een stoel voor Rob en zet deze bij de deuropening neer. Rob doet zijn koptelefoon op en gaat zitten. Na een half uur zoekt Rob mij op zegt gedag en gaat naar huis.

Rob en ik noemen dit het ritueel van de stoel. Dit ritueel herhalen we nog 3 woensdagen. Tot de 4de woensdag vertrekt Rob elke keer 5 tot 10 minuten later. Echter deze woensdag staat hij na 10 minuten zitten op, loopt naar de snijploeg en zegt:‘mag ik misschien helpen?’ Hij krijgt een snijplank een mes en broccoli en helpt de gehele ochtend mee in de keuken om de lunch te bereiden.
Tijdens het snijden vraag ik aan Rob wat ervoor heeft gezorgd dat hij niet meer alleen op de stoel wou zitten. Rob blijft stil en snijdt driftig door. Aan het einde van de dag komt Rob naar mij toe en zegt: “weet je Debbie’ ik voel mij welkom hier”. Ik voel geen druk om mij aan te passen en wanneer ik hier s `ochtends heen ga ben ik enthousiast. Voor ik hier kwam ging ik de deur alleen uit om boodschappen te doen en nu ga ik soms zelfs wandelen…

Het verhaal van Rob is er 1 van de velen die wij als team WerV kunnen vertellen. Met het verhaal van Rob wil ik vooral laten zien dat het soms alleen al voldoende is om er te zijn. Om mee te gaan in het gevoel van de deelnemer maar ook dat babystapjes genoeg zijn.
Ik ben trots op Rob, op wat hij heeft bereikt hoe hij zichzelf heeft gegeven in een vreemde omgeving met vreemde mensen. Hij heeft hele grote stappen gemaakt en is daardoor ook trots op zichzelf.
Rob denkt misschien dat ik alleen hem heb geholpen, maar hij heeft mij ook geholpen. Rob heeft mij laten zien, dat er zijn en iemand zien, kleine gebaren maken, genoeg is om een vertrouwensband op te bouwen. Vertrouwen is the key.

Meedoen en opbloeien door creatieve activiteiten bij Samenwerken De Pol en Licht Het Anker

Wanneer meedoen niet vanzelf gaat en je om wat voor een reden dan ook, thuis bent komen te zitten, is het vaak ook lastig om een invulling te geven aan je dag. Om de eerste stappen te zetten richting een passende dag invulling kan je op de maandag-, woensdag- en vrijdagochtend vanaf 9.00 uur aanschuiven aan de koffietafel in wijkcentrum de Pol in Zwolle-Zuid. Of op de dinsdag en donderdag in het Anker, Westenholte.
Dit is elke ochtend weer een gezellige start van de dag. Er wordt geklets, gelachen en natuurlijk koffie of theegedronken. Zo tegen 9.30 uur splitsen de groepen op en starten de activiteiten. Elke maandag en woensdagochtend werk ik als vrijwilliger mee met de creatieve ochtend. Iets wat ik met veel plezier doe, sowieso om zelf creatief bezig te zijn, maar vooral om de processen van deelnemers te mogen volgen en hieraan bij te dragen.
Bij ons aan tafel zorgen we voor een veilige omgeving en voor genoeg materiaal om lekker bezig te zijn. Eén keer in de vier tot zes weken hebben we een nieuw thema en bedenken we een project. Zo zijn we regelmatig met wat anders bezig en is er voor ieder wat wils. Natuurlijk wordt er ook eigen werk meegenomen of kiezen mensen ervoor om even te tekenen of te

kleuren.

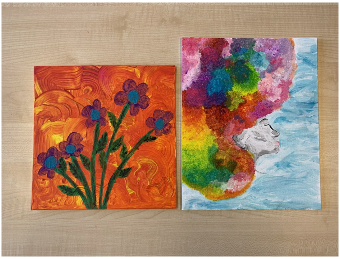
Wat ik het mooiste vind aan het werk wat ik doe, is dat ik de mensen echt zie op bloeien.

Mensen die om wat voor reden dan ook in een sociaal isolement zijn geraakt, komen met anderen in contact en vinden weer een reden om de deur uit te gaan. Mensen die gaandeweg hebben aangeleerd om zich klein en op te achtergrond houden, durven steeds meer ruimte in te nemen en bouwen daarmee het afgebrokkelde zelfvertrouwen weer op. Voor de wereld buiten de GGZ lijken de stappen die gezet worden door onze deelnemers misschien klein, maar de stappen die gemaakt worden, hebben ze, naast dat ze groter zijn dan, dat ze lijken. Ook groot effect in het leven van de mensen die deze stappen zetten.

Een mooi voorbeeld, eentje die eigenlijk alles zegt, vind ik dat er iemand was die in het begin van hun deelname aan onze activiteiten echt alles vroeg. En met alles bedoel ik ook echt alles. Van “Is het goed dat ik naar het toilet ga? Tot “Eigenlijk heb ik heel erge dorst, mag ik een beetje water pakken?” Voor mij en ik denk zo goed als iedereen, is het heel normaal om gewoon naar het toilet te gaan als je moet en water te pakken wanneer je dorst hebt. Om hier toestemming voor te vragen komt bij mij niet op. Nu enige tijd later vraagt deze persoon allang geen toestemming meer voor deze banale dingen als toiletteren of water drinken. Sterker nog zij halen op eigen initiatief drinken voor iedereen en helpen ze zodanig mee in de groep dat ze niet minder doen dan gemiddelde vrijwilliger.

De activiteiten worden gegeven in Wijkcentrum de Pol in Zwolle-Zuid en Het Anker in Westenholte, hieronder de links voor meer informatie.

https://www.wervdg.nl/samenwerken-de-pol
https://www.wervdg.nl/licht-het-anker



Inspiratiebijeenkomst in Zwolle over dementie & vrijwilligerswerk

Welkom
Certificaat Zwolle Dementievriendelijk

Op 21 september was het Wereld Alzheimer Dag; een themadag ter bevordering van wereldwijde aandacht voor de ziekte van Alzheimer en dementie. Zwolle als Dementie-vriendelijke stad heeft dit niet ongemerkt voorbij laten gaan. Daarom werd er een inspiratiebijeenkomst georganiseerd over dementie en vrijwilligerswerk in de Stadkamer en heeft wethouder Dorrit de Jong het ‘certificaat Zwolle Dementievriendelijk’ (samen met de klankbordgroep Zwolle Dementievriendelijk) in ontvangst genomen.

De inspiratiebijeenkomst ‘dementie & vrijwilligerswerk’, georganiseerd door WijZ Welzijn, ZwolleDoet! en SamenZwolle was een succes. Inspirerende voorbeelden waar mensen met dementie aan vrijwilligerswerk doen kwamen aan bod, zoals: restaurant Deksels (kringloop Zwolle) en Dierenweide Stadshagen. Er zijn diverse plannen en ideeën om in Zwolle meer van dit soort mooie plekken te creëren.

Ook ontving de gemeente Zwolle het certificaat dementievriendelijke gemeente van Alzheimer Nederland op deze dag. In een dementievriendelijke gemeente kunnen mensen met dementie zo lang mogelijk mee blijven doen in de samenleving. In Zwolle hebben ruim 1800 mensen dementie en dit aantal loopt op. Een gevolg is dat steeds meer Zwollenaren te maken krijgen met dementie. Daarom worden burgers en vrijwilligers ook gestimuleerd om bv een korte online training te volgen op Samen Dementievriendelijk.

Facebook LinkedIn Website

DIMENCE GROEP

Deze e-mail is verstuurd 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@wervdg.nl toe aan uw adresboek.