



## Vrijwilligersnieuwsbrief - Juni 2024

### Welkom bij de nieuwsbrief van WerV

Graag presenteren wij u weer een nieuwe editie van onze WerV Nieuwsbrief! Een nieuwsbrief speciaal voor vrijwilligers van de Dimencegroep. 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@wervdgd.nl](mailto:info@wervdgd.nl)

Veel leesplezier!

### Even voorstellen: Lian Tent



Beste lezer,  
Sinds half april ben ik team Werv komen versterken. Ik heb de rol van Floris als aandachtsfunctionaris overgenomen voor 20 uur per week.

Mijn naam is Lian Tent en ik ben al 3 jaar vrijwilliger binnen Werv. Begonnen met een werffit-traject en met een belastbaarheid van 2 uur per week is dat nu gegroeid tot een prachtige baan!

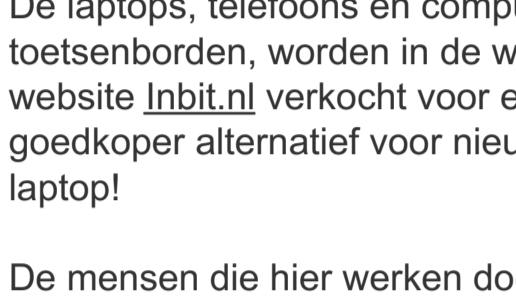
Binnen Werv deed ik vrijwilligerswerk aan de uitvoerende kant van Wachtkracht en Welthuis en werkte ik mee aan de training Talent en Ambitie. Nu zal ik aandachtsfunctionaris zijn voor Wachtkracht en Welthuis en deze projecten ook uitvoeren met mijn fijne collega's. Ik heb al een aantal jaren werkervaring binnen het sociaal domein in verschillende functies en ben geschoold sociaaljuridisch dienstverlener.

Ik woon met mijn kleuter en vriend in Zwolle en we houden van buiten zijn, lekker eten en leuke dingen doen. In mijn vrije tijd lees ik graag boeken, ben ik creatief bezig of kijk ontspannen een serie. Ik heb mijn eigen ervaring binnen de GGZ en genoeg in mijn spreekwoordelijke rugzak. Ik ben een open boek en maak graag kennis met jullie. Dus benader me vooral als je dat ook leuk vindt of vragen hebt!

Je kunt me bereiken op: [L.tent@wervdgd.nl](mailto:L.tent@wervdgd.nl) of telefonisch op 06-57086085.

Met vriendelijke groet,  
Lian Tent

### Ibit, wat doen ze daar toch?



Als je in de Terp langs de ruimtes van Inbit loopt, dan valt al gauw op, dat daar wat nieuws gebeurt. Kantoor, werkplekken, gereedschap, en vooral veel, heel veel laptops! Maar wat gebeurt daar nou eigenlijk?

Wij van Inbit zijn een afdeling van WerV, waar mensen werken aan het refurbishen van tweedehands computers, laptops, beamers en mobiele telefoons, om deze refurbished producten daarna te verkopen.

Wij ontvangen hiervoor bruikbare tweedehandse apparatuur van bedrijven en instellingen, zoals van de Dimence Groep. Als de apparatuur daar afgeschreven is, kunnen die bij ons binnen. Voor het normale internetverkeer en het gebruikbare, huiselijk gebruik zijn deze zeker nog een aantal jaren te gebruiken. Dus waarom weggeven, als ze hergebruikt kunnen worden?!

Wij zorgen ervoor dat alle informatie die op de apparaten staat, volledig verwijderd wordt. Dit proces heet wipen. Het is belangrijk dat dit goed gebeurt, zodat er later niet ongewenst informatie van de apparaten in te zien valt. Daarom gebruiken wij hiervoor gecertificeerde software.

Na het wipen worden de apparaten helemaal nagekeken en indien nodig gerepareerd. Daarna worden ze volledig getest en schoongemaakt. Er wordt een nieuwe versie van Windows 10 op gezet, en indien gewenst zelfs een versie van Windows 11. Mocht u dit willen, dan kan zelfs – afhankelijk van het model van uw oude laptop en tegen een kleine meerprijs – uw oude harde schijf worden overgezet naar uw nieuwe laptop. Zo werkt u gelijk verder aan de bestanden waarmee u bezig was!

De laptops, telefoons en computers, maar ook beamers en beeldschermen, muizen en toetsenborden, worden in de winkel (aan het eind van de gang), maar ook via onze nieuwe website [Inbit.nl](http://Inbit.nl) verkocht voor een vriendelijke prijs. Hiermee leveren we een duurzaam en goedkoop alternatief voor nieuwe apparaten. Al vanaf € 140,- koopt u bij ons een uitstekende laptop!

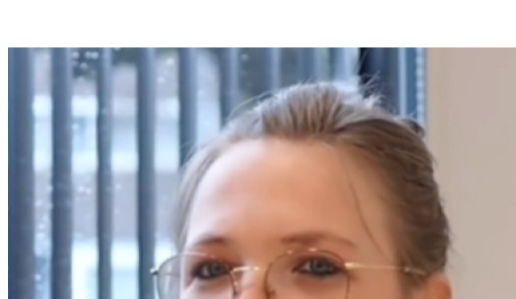
De mensen die hier werken doen dit vaak in het kader van een participatietraject. Een ideaal traject voor mensen met affiniteit met computers en techniek.

Kom ook eens kijken in onze winkel in de Terp, aan de Radewijnsstraat 1 in Zwolle, of bezoek onze webshop [Inbit.nl](http://Inbit.nl), waar u ons actuele aanbod online kunt bekijken en bestellen. Op gekochte producten geven wij standaard 1 jaar garantie, op de accu's 3 maanden. Ook wordt service geboden aan particulieren in de regio. Problemen met de computer? Medewerkers van Inbit vinden in het algemeen de oplossing. De openingstijden van de winkel in de Terp zijn van maandag tot en met donderdag van 09:00 tot 16:00. U bent van harte welkom. Wij adviseren u graag!

Wil je een computer kopen met korting en ons team ontmoeten? Kom dan eens langs in Cultureel Centrum De Terp, Radewijnsstraat 1 in Zwolle.

Ben je geïnteresseerd in een carrière in de IT, maar heb je misschien nog geen aansluiting met de arbeidsmarkt gevonden? Kom dan ook langs! We vertellen je graag wat we voor je kunnen betekenen en je krijgt de kans om ons IT-team persoonlijk te ontmoeten. Ze staan klaar om al jouw vragen te beantwoorden.

### Stal Cura ontvangt zelf gemaakte sjaals van cliënten WLC



Toen ik bij WerV kwam werken heb ik op verschillende locaties meegeluken, waaronder bij Stal Cura in Okkenbroek. Daar rijdt meerdere dagdelen per week een busje vanaf Brinkgreven naartoe. Cliënten van Esquirol, Tollerink en Lorna Wing kunnen op deze pensionsteden voor paarden aan de slag met allerlei werkzaamheden. Het was die bewuste dag erg koud en het viel mij op dat de cliënten geen sjaals om hadden tegen de kou.

Daar moest iets aan gedaan worden vond ik...

Ik ben met Marco in 't Hof, Teamleider van WLC Deventer en Almelo, om tafel gegaan en heb hem gevraagd of de cliënten van het textielatelier misschien een aantal sjaals konden gaan brenen. Dat idee werd goed ontvangen en zo zijn er 6 prachtige sjaals gebreid door Els, Joke en Asya.

Toen de sjaals klaar waren, heb ik de dames gevraagd of zij met mij mee wilden gaan om deze op stal Cura te overhandigen. Helaas kon Joke die dag niet mee, dus ben ik met Els en Asya op pad gegaan. Ik heb de dames opgehaald bij het WLC in Deventer en samen zijn we door de binnenlanden naar Okkenbroek gereden.

Enmaal bij stal Cura aangekomen keken de dames hun ogen uit. We hebben een rondleiding gekregen van Wilma, zij is degene die de cliënten naar stal rijdt in de elektrische bus van de Dimence Groep. We hebben koffie en thee gedronken en hebben de sjaals overhandigd; daar waren we uiteindelijk voor gekomen. Eenieder die op stal aan de slag gaat, kan van de sjaals gebruik gaan maken. De dames vonden het leuk om te zien voor wie zij de sjaals hebben gebreid en waar ze terecht zijn gekomen. Na de koffie heb ik natuurlijk de dames weer terug naar het WLC gebracht, waar we al vrolijk babbelend een mooie route terug naar Brinkgreven hebben gereden. Ik kijk terug op een gezellige ochtend.

Ik ben er trots op dat de dames van het textielatelier de sjaals hebben gemaakt en ik wil Marco ook enorm bedanken voor de medewerking vanuit het WLC.

WerV, Wendy Rotteveel Mansveld

### De resultaten van een jaar Wachtkracht in de gemeente Zwolle zijn veelbelovend!



De resultaten van een jaar Wachtkracht in de gemeente Zwolle zijn veelbelovend!

Wachtkracht is een initiatief vanuit het sociaal domein en de ggz. Wij helpen mensen die wachten op een ggz-traject om zo snel mogelijk te starten met hun weg naar herstel.

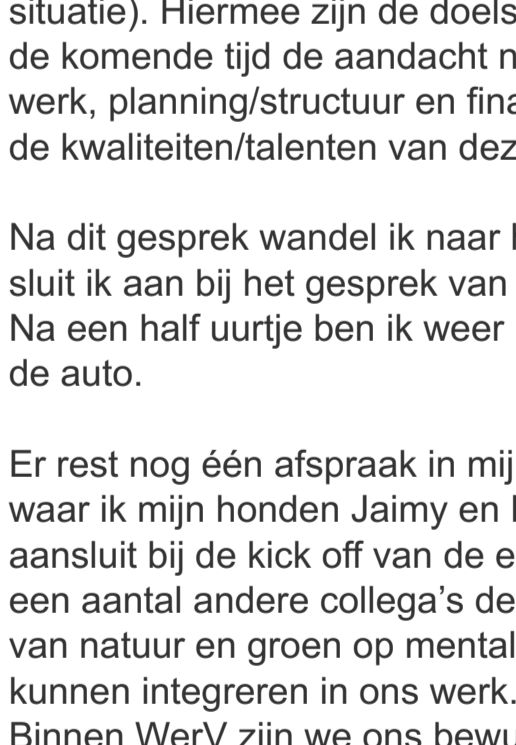
Het afgelopen jaar hebben onze ervaringsdeskundige professionals met bijna 200 mensen een verkennend gesprek gevoerd. Ruim de helft daarvan hebben ze opties in de sociale basis kunnen aanbieden. In 5% van de gevallen bleek een ggz-traject zelfs niet meer nodig. Wachtkracht laat zien dat domeinoverstijgend werken en dat niet alles met zorg ongelost hoeft te worden. De gesprekken van Wachtkracht zijn te vergelijken met het verkennend gesprek dat vanaf 2025 voor elke inwoner in Nederland beschikbaar is.

Fleur Landsmeer is ervaringsdeskundige bij Wachtkracht en weet uit eigen ervaring hoe belangrijk een gesprek van mens tot mens is: "De kracht van Wachtkracht is dat wij mensen kunnen zien voor wie ze zijn op het moment dat ze hulp vragen. Het belangrijkste is dat ze iemand hebben bij wie ze hun verhaal kwijt kunnen, dus dat ze gehoord en gezien worden. We helpen ze ook met koppelingen maken naar het sociaal domein. Dus het zorgen voor daginvulling, financiële ondersteuning, mogelijk een buddy, dat soort dingen."

Kijk [hier](#) de video over Wachtkracht

Wachtkracht is een initiatief van WerV (de sociaal werk-tak van de Dimence Groep), Prisma Psychologie en PsyQ Zwolle (onderdeel van Lentis). De Gemeente Zwolle en Zilveren Kruis (en haar innovatiestichting SAG) zijn betrokken en financieren het project.

### Geslaagde vrijwilligerstraining in Almelo



De afgelopen weken hebben zes vrijwilligers binnen Dimence in Almelo de WerV basistraining vrijwilliger gevolgd, onder leiding van Linda Tuijman:  
Branko - Westerdok (kookgroep)  
Lien - Stadskliniek (kookgroep)  
Ibo - Westerdok (huismeester ondersteuner)  
Ashleigh - Westerdok (ouderen wandelen)  
Nico - Westerdok (maatje afdeling autisme)  
Tess - coördinatrice Werv (WerkLeerCentrum)

Tijdens deze training wordt onder meer stilgestaan bij de vraag waarom iemand vrijwilligerswerk doet, hoe hij/zij dit vooral leuk en zinvol voor zichzelf kan houden en hoe je er door vaak kleine dingetjes voor iemand binnen de ggz kunt zijn.

Een vrijwilliger via WerV is vaak - net zoals ik - een (oud-)hulpvrager, die weet hoe het is/voelt als iets even niet lukt, gaat of meezit.

De vrijwilligerstraining wordt ieder voorjaar en najaar in drie dagdelen in zowel Almelo, Deventer als Zwolle onder leiding van een trainer en ervaringsdeskundige gegeven. Daarom, collega's denk er eens aan als iemand in jouw omgeving of werkplek iets zoekt. Vrijwilligers zijn er namelijk nooit genoeg en uit eigen ervaring weet ik dat vrijwilligerswerk de opstap en onderdeel van een verder zinvol leven KAN (niet per definitie ISI) zijn/betekenen.

Voor meer informatie kun je contact opnemen met Ilona Wiltink ([i.wiltink@wervdgd.nl](mailto:i.wiltink@wervdgd.nl)).

#### Tot slot

Nico kwam op de laatste dag met bijgevoegd gedicht. Dit vat eigenlijk voor een groot gedeelte de training maar ook ons werk samen.

#### Luistergedicht

*Als ik je vraag naar mij te luisteren  
En jij begint mij adviezen te geven  
Dan doe je niet wat ik je vraag.  
Als ik je vraag naar mij te luisteren  
En jij begint te vertellen  
Waarom ik iets niet zo moet voelen  
Als ik voel,  
Dan neem jij mijn gevoelens niet serieus.  
Als ik je vraag naar mij te luisteren  
En jij denkt dat jij iets moet doen  
Om mijn problemen op te lossen  
Dan laat je mij in de steek  
Hoe vreemd dat ook mag lijken.  
Dus, alsjeblijft luister alleen maar naar me  
En probeer me te begrijpen  
En als je wilt praten,  
Wat ik dan even en ik maar joo zal luisteren.*

door de Amerikaanse psycholoog Leo Buscaglia (1924-1995) - auteur van onder meer 'Liever leren leven!'

### Een dagje op stap met WerV collega Colette Steenbergen



**En wat doen jullie dan zoal bij WerV? Vandaag neem ik jullie een dagje mee in mijn werk bij WerV.**

Samen met mijn WerV Almelo collega's starten we de dag met een teamrijenkomst. WerV Almelo mag gebruik maken van een mooie ruimte in het Werk Leer Centrum (WLC) in Almelo. Voor het team WerV de plek om te ontmoeten, af te stemmen, te vergaderen en soms ook afspraken met cliënten te plannen.

Na het teamoverleg begint de inloopgroep van WerV. Cliënten van de Dimence-Groep kunnen daar elke week een uur komen (10.45 - 11.45) voor sociale activatie. Een kopje koffie, een goed gesprek, vragen over het sociaal domein en of een leuke activiteit. We zetten bijvoorbeeld de welbekende "Kletsstof" op tafel, kleuren mandala's, gaan wandelen, badmintonnen, een spelletje doen of de Verzipten en andere creatieve activiteit. Belangrijk vinden we dat de cliënt met een positieve mindset weer vertrekt. Ik check of iedereen goed naar huis gaat en ik praat nog een half uurtje door met een deelnemer van de inloop.

Het is tijd om even af te schakelen en ik neem een kwartiertje voor een broodje en een kop koffie. Vervolgens rij ik naar de locatie Dimence Groep Westerdok, waar ik een intakegesprek heb met een nieuwe cliënt. We werken bij WerV met de methodiek positieve gezondheid en dat betekent dat we de 6 levensgebieden doorspreken. Omdat ik een achtergrond heb als coach vind ik het leuk om dit op een speelse wijze te doen met behulp van de levensgebieden cirkel. Een cliënt kan met behulp van een kleur zelf aangeven waar ze op dit moment staan (huidige situatie) én met een ander kleurtje waar ze graag naar toe zouden willen gaan (gewenste situatie). Hiermee zijn de doelstellingen in één oogopslag zichtbaar en weten we precies waar de komende tijd de aandacht naar toe kan gaan. In dit geval gaat de focus liggen op school of werk, planning/structuur en financiën. We spreken af dat we de volgende keer gaan kijken naar de kwaliteiten/talenten van deze cliënt en planning.

Na dit gesprek wandel ik naar het gemeentehuis Almelo. Omdat een cliënt het spannend vindt sluit ik aan bij het gesprek van de cliënt met de werkcoach voor de aanvraag van een uitkering. Na een half uurtje ben ik weer buiten, praat nog even na met de cliënt en wandel terug richting de auto.

Er rest nog één afspraak in mijn planning van vandaag en deze afspraak rij ik naar huis waar ik mijn honden Jaimey en Meghan begroet, een kop thee zet, mijn laptop open en online aansluit bij de kick off van de educatiemodule groene GGZ van IVN-natuureducatie. Samen met een aantal andere collega's denken we mee met het project Groene GGZ. De positieve effecten van natuur en groen op mentale veerkracht kan beter worden benut. De vraag is hoe we dit kunnen integreren in ons werk. Een educatiemodule zou daarbij behulpzaam kunnen zijn. Binnen WerV zijn we ons bewust van de positieve invloed van natuur op gezondheid en er wordt binnen WerV (Zwolle) al gewerkt met het project "Natuur op Recept". Een educatieve werkdag met vrijwilligers en deelnemers waarbij bewustwording wordt vergroot van de natuur. Wat zie je/wat hoor je, kortom volledig wandelen. Wat vertelt de natuur jou en hoe voelt dit voor je. Een mooi project dat bijdraagt aan herstel en participatie.

Ik bereid me nog even voor op een afspraak die gepland staat voor de volgende ochtend. Een afspraak over transitiepsychiatrie. Een mooi woord dat staat voor het anders samenwerken GGZ/JGGZ aan de mentale gezondheid van jongeren van 14-23 jaar. Met mijn achtergrond als coach voor jongeren en jongvolwassenen staat het thema "mentale gezondheid van jongeren", mij dicht aan het hart. Dus ik kijk uit naar een zinvol begin van de volgende werkdag.

### Een dagje op stap met WerV collega Emma van Schaick



Beste lezers,  
Vandaag mag ik jullie een dagje meenemen in mijn werk. Mijn naam is Emma van Schaick en ik ben 22 jaar oud. Ik werk nu ongeveer 2 jaar bij WerV. Ik werk voor de Sociale Activatie en Herstel groepen in de Pol en in het Anker.

Vanuit de gemeente Zwolle hebben we de subsidieregeling Sociale Activatie en Herstel gekregen. Deze subsidieregeling heeft als doel om activiteiten te bieden vanuit een algemene voorziening. We geven een mogelijkheid om zo zelfstandig mogelijk sociale contacten op te doen of tot een zinvolle dag invulling te komen voor mensen met bijvoorbeeld psychische klachten. We proberen hun zelfredzaamheid te versterken, activiteiten aan te bieden om herstel te bevorderen en te ondersteunen bij sociale contacten/dag invulling. Elke dag is voor mij anders en dat maakt mij werk erg leuk. Hiernaast doe ik de deeltijd opleiding Social Work aan de Hogeschool Windesheim.

De donderdagen ben ik te vinden in het Anker (Westenholtte). In de ochtend geven we de activiteiten Creatief en Schrijven. We starten met een inloop van 09:00 uur tot 09:30 uur met koffie en thee. In dit half uurtje wachten we op de deelnemers die we verwachten en kletsen we bijvoorbeeld hoe het gaat en wat we deze week hebben gedaan. We proberen het zo laagdrempelig mogelijk te maken, zodat het voor de mensen toegankelijk is om aan te sluiten bij de activiteiten. De activiteiten begeleiden doen we samen met vrijwilligers en stagiaires. Als het 09:30 uur is gaan we beginnen met de activiteiten. De deelnemers die komen voor de activiteit Schrijven gaan met de stagiaire (voormalige vrijwilliger) mee naar een andere ruimte. De stagiaire heeft een programma gemaakt wat de werke elke week gaat doen, bijvoorbeeld schrijven over verschillende onderwerpen 'Wat is jou plek' en het experimenteren met schrijfformen.

De deelnemers voor creatief begeleid ik samen met een andere stagiaire. Samen halen we de materialen dat we nodig hebben. Om de 4 weken proberen we een nieuw creatief aanbod aan te bieden, zodat de deelnemers nieuwe creaties maken die ze thuis niet zo snel zouden doen. De activiteit is een hulpmiddel om met de deelnemers in contact te komen. Tijdens de activiteit is er ruimte voor mij om met de deelnemers individuele gesprekken, intake gesprekken en evaluatie gesprekken te hebben. De activiteiten duren tot 11:30 uur. De deelnemers van Schrijven komen weer terug bij ons zitten en samen drinken we nog een kopje koffie of thee. Rond 12:00 uur gaat iedereen weer richting huis.

Van 12:00 uur tot 13:00 uur hebben we pauze.

Rond 12:45 uur komt er nog een extra collega om ons te ondersteunen. In de middag hebben we de activiteit Spelletjes spelen. We hebben weer een inloop van 13:00 uur tot 13:30 uur met koffie en thee. Als de deelnemers er zijn halen we de spelletjes op uit de kast. Sommige deelnemers vinden spelletjes spelen zo leuk dat ze hun eigen nieuwe spellen meenemen om deze met de groep te spelen. Deze middag heb ik ook de tijd om met deelnemers in gesprek te gaan en mijn mail weg te werken.

Rond 16:00 uur is de activiteit afgelopen en gaan de deelnemers weer naar huis. Samen met collega's en stagiaires bespreken we de dag door en wat ons eventueel is opgevallen. Deze gegevens rapporteren we om zo de voortgang te volgen. Rond 17:00 uur gaan we weer richting huis en zit mijn werk dag erop.

### Fijne zomer!

Wij wensen u een mooie zomer toe met veel zonnestralen!

