



De kracht van zorgzame gemeenschappen



Het belang en de bijdrage van zorgzame gemeenschappen van bewonersbeweging Kracht van de Veenkoloniën



Inhoud

9



5



11



7



4 Kracht van de Veenkoloniën en zorgzame gemeenschappen

5 Inleiding

6 Wat zijn zorgzame gemeenschappen?

8 Hoe dragen zorgzame gemeenschappen bij?

11 Belang van een gelijkwaardige positie

12 Sprankelende voorbeelden

14 Ter afsluiting

Colofon

Teksten

Daphne Wiebing
Lisa Zwierts
Roelof Dilling
Piet Wolters
Toine Fennis

Vormgeving

Graffito - Jiska Ravor
info@graffito.nl



Kracht van de Veenkoloniën en zorgzame gemeenschappen

Kracht van de Veenkoloniën is een sterke en zelfstandige bewonersbeweging. Een bundeling van veel bewonersinitiatieven die er is voor en door bewonersinitiatieven en draagkracht heeft binnen de elf Veenkoloniale gemeenten.

Kracht van de Veenkoloniën wil structureel meerwaarde genereren voor de inwoners van de Veenkoloniën op het gebied van ontwikkeling, gezondheid & welzijn. Binnen Kracht van de Veenkoloniën staan de kernwaarden zelfregie, eigenaarschap en bottom-up werken centraal. De bewonersbeweging is actief in de zes Groningse en vijf Drentse veenkoloniale gemeenten. Kracht voor de Veenkoloniën zet zich actief in voor bewonersinitiatieven. Met onze kennis en ervaring inspireren, adviseren en ondersteunen we andere initiatieven. We maken de verbinding tussen de leef- en systeemwereld en worden (steeds meer) gezien als een onmisbare gesprekspartner voor gemeenten en provincies.

Bewoners aan zet

Binnen Kracht van de Veenkoloniën zijn de inwoners aan zet. Alleen zij weten wat hun

dorp of wijk nodig heeft. Kracht van de Veenkoloniën ondersteunt inwoners die hun eigen zorgzame gemeenschap (willen) oprichten. In deze brochure is meer te lezen over zorgzame gemeenschappen. Wat zijn zorgzame gemeenschappen, hoe dragen ze bij en wat is belangrijk. En natuurlijk kunnen goede voorbeelden niet ontbreken.

Meedoen

Wilt u met uw bewonersinitiatief of zorgzame gemeenschap aansluiten bij Kracht van de Veenkoloniën? Mail dan naar bewonersraad@krachtvandeveenkolonien.nl!



CONTACT

OOK MEEDOEN? MAIL DAN NAAR

BEWONERSRAAD@KRACHTVANDEVEENKOLONIEN.NL

Op weg naar een gezondere samenleving

Het aantal zorgzame gemeenschappen neemt in Nederland de laatste jaren flink toe. Al deze initiatieven dragen bij aan het welzijn van inwoners. Zij helpen ons op weg naar een gezondere samenleving. Dat weten we inmiddels uit landelijk onderzoek en talloze ervaringsverhalen uit gemeenschappen. De manier waarop zij bijdragen is laagdrempelig, preventief en dichtbij inwoners. Deze ontwikkeling biedt zich aan als kans voor beleidsmakers en organisaties om de zorg anders in te richten. Landelijke uitdagingen hebben invloed op ons welzijn, denk aan: vergrijzing, veranderend woonaanbod, verdwijnen van voorzieningen en de individueel georiënteerde maatschappij. Al deze ontwikkelingen vragen van ons dat er iets moet gebeuren om het welzijn van inwoners veilig te stellen, ook op lange termijn. Via de Integraal Zorg Akkoord (IZA) regioplannen en het Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA) besteden gemeenten, zorgverzekeraar en (zorg)professionals aandacht aan het veranderende zorglandschap. Daar is ook een belangrijke rol voor inwoners weggelegd. Om het zorgsysteem op een positieve manier te kantelen is er volgens Kracht van de Veenkoloniën een nieuwe werkwijze nodig. Samen met bewoners, van onderop. En vanuit gelijkwaardigheid!



KIJK ANDERS NAAR ZORG

Dit boekje maakt de Kracht van Zorgzame gemeenschappen zichtbaar, toegespitst op verhalen uit de Veenkoloniën. Het moedigt u aan om anders naar de zorg te kijken. Het boekje nodigt uit om vanuit het perspectief van de inwoner te kijken. Vanuit gemeenschapsdenken, dicht bij de mens. Waardoor we samen met vaak simpele oplossingen vooruit kunnen.

INWONERS AAN ZET!

We vragen in dit boekje om rekening te houden met de vele voorbeelden die de Veenkoloniën rijk is. Wij roepen op om zorgzame gemeenschappen als erkende, gelijkwaardige speler te zien met expertise binnen de eigen leefwereld. In het speelveld naar een gezondere samenleving. Met inwoners aan het roer!



Wat zijn zorgzame gemeenschappen?

Inwoners werken lokaal nauw samen aan de ontwikkeling van zorgzame gemeenschappen. Zij dragen bij aan omzien naar elkaar, het van oudsher bekende noaberschap. Het welbevinden en de gezondheid van inwoners in het dorp of de wijk staat voorop.

Kenmerkend aan zorgzame gemeenschappen is de toewijding van vrijwilligers en het zorgdragen voor dorps- en buurtgenoten, regelrecht vanuit het hart en dicht bij de leefwereld van mensen.

Zorgzame initiatieven

De manier waarop inwoners voor elkaar klaar staan verschilt van dorp tot dorp. Bewoners zetten bijvoorbeeld een huiskamerinitiatief op voor ontmoeting, gezelligheid en een luisterend oor. Of zij organiseren een hulp- en aanbodstelsel waar hulpvragen van inwoners gekoppeld zijn aan een vrijwillige dienst. Andere voorbeelden van zorgzame initiatieven zijn: hulp bij het vervoer, een telefooncirkel, klusjesdienst, het rondbrengen van medicijnen, een georganiseerde wandeltocht of dorpsloketfunctie waar inwoners terecht kunnen met allerlei vragen. Ook het ontwikkelen van plannen voor een woonzorgcentrum of een woonhofje voor ouderen en/of jongeren wordt in steeds meer

dorpen door inwoners zelf georganiseerd. Ieder initiatief is eigen, passend bij de cultuur en inwoners uit het dorp. Initiatieven ontstaan vanuit collectieve behoeftes in het dorp en worden vormgegeven vanuit de mogelijkheden die er zijn in de eigen omgeving. Vaak zijn er maar weinig financiële middelen nodig om een initiatief in de benen te houden. Een initiatief valt of staat met de intrinsieke motivatie van inwoners zelf en de vrijwillige krachten die het initiatief in het dorp ondersteunen.



WEGGEEFKLUSPUNT DE BUURTSCHUUR VEENDAM:

'De hele buurt wordt bij De Buurtschuur betrokken, het is een initiatief voor, door en met de buurt. Wij kijken en benutten vooral de mogelijkheden van inwoners, brengen hen samen, op deze manier leer je van elkaar en versterk je elkaar...'



Meer lezen over zorgzame gemeenschappen?



- Bekijk het boekje van Groninger Dorpen over Zorgzame Gemeenschappen. Groninger Dorpen is de koepel van alle buurt- en dorpshuizen en dorpsorganisaties in Groningen: www.groningerdorpen.nl



- Lees de Dorpszorgvisies van de BOKD. De BOKD is een maatschappelijke organisatie die zich inzet voor een vitaal en leefbaar platteland in Drenthe: www.bokd.nl



- Bekijk de initiatievenkaart van Kracht van de Veenkoloniën: <https://krachtvandeveenkolonien.nl/initiatieven>

VOEDSELPARK SLOCHTEREN EN ST. VOORDOOR WILDERVANK:

'Samen eten verbindt. Door ons gezond voedselaanbod en ons kook- en voedseltuin project maken inwoners kennis met groentes en gezonde maaltijden die zij nog nooit in hun leven hebben gezien, laat staan gegeten'. Het maakt inwoners bewust van nieuwe mogelijkheden om gezond te eten, zonder pakjes en zakjes, ook als je weinig te besteden hebt...'

MFC DE DRIJSCHER:

'De vegetarische soep die wij maken vinden buurtgenoten verrukkelijk, en ze missen het vlees niet eens...'



Hoe dragen zorgzame gemeenschappen bij?

NEI NOABERSCHAP GEES-ZWINDEREN:

'Nei Naoberschap Gees-Zwinderen werkt nauw samen met de gemeente, het gezondheidscentrum en de thuiszorg in de dorpen. In de werkgroep Gees Verbindt werkt Nei Naoberschap nauw samen met de drie kerken om de onderlinge verbondenheid tussen de bewoners te versterken. Wij zijn ons ook steeds bewust van wat wij als inwoners kunnen oppakken en waar professionals aan zet zijn.'

GROLLOO ZORGT:

'We zijn het woonproject in Grolloo gestart, omdat veel ouderen voor het laatste deel van hun leven uit Grolloo weg moeten vanwege ongeschikte woonruimte. Verhuizen op latere leeftijd is alsof je een oude boom uit de grond trekt, deze elders opnieuw plant, maar hij niet meer aanslaat. Dit was voor onze inwoners een reden om een woonaanbod te creëren, zodat oudere inwoners in hun eigen vertrouwde omgeving kunnen blijven wonen...'

'In onze dorpen bieden we hulp- en ondersteuning waar het kan en zetten we professionals pas in waar het moet...'

Langer thuis wonen

Bewonersinitiatieven dragen dikwijls bij aan langer thuis of in het eigen dorp blijven wonen van ouderen. In je eigen vertrouwde omgeving oud worden is essentieel voor het welzijn van veel ouderen. Het bestaande netwerk rondom de oudere biedt een steuntje in de rug. Buurtgenoten zien om naar inwoners die extra ondersteuning of hulp nodig hebben bij dagelijkse activiteiten. Daarnaast zijn er steeds meer bewonersinitiatieven die zelf een woonproject realiseren in het eigen dorp, waardoor ouderen niet hoeven te verhuizen naar een grote kern verderop.

Preventie, dicht bij de inwoner

In de gemeenschap ken je elkaar echt. Je hoeft de deur niet bij elkaar plat te lopen, maar als inwoners weet je vaak goed wat er speelt bij een buurgenoet. Zeker dorpen en wijken die doormiddel van omzien naar elkaar, een hechte gemeenschap vormen, hebben oog voor elkaar. Zorgzame gemeenschappen komen snel in actie op het moment dat er iets aan de hand is. Dit helpt de gemeenschap gezond te houden en draagt bij aan het welzijn van inwoners. Ook zijn er in veel dorpen al goede verbindingen met de formele zorg, waardoor inwoners zorg- en welzijn professionals snel kunnen inschakelen wanneer dat nodig is.

Wederkerigheid

Juist de wederkerigheid die tussen dorpsgenoten ontstaat door iets voor de ander te willen betekenen draagt bij aan een sterke verbinding en het gevoel van blijdschap en gezondheid van inwoners. Een sterk informeel vrijwilligersnetwerk draagt bij aan de onderlinge verbondenheid in het dorp of de wijk. Daarom is het van wezenlijk belang dat inwoners op hun eigen manier kunnen bijdragen of meedoen aan zorgen voor elkaar. Soms wordt dat georganiseerd door hulp- en aanbod via een vrijwilligerssysteem bij elkaar te brengen. Vaak vinden buurtgenoten elkaar vanzelfsprekend en worden problemen of zorgen onderling opgelost. Formele zorg komt daar niet aan te pas.

Kostenbesparing in de zorg

Steeds meer dorpen stellen een dorpsondersteuner aan, ten dienste van het dorp. De dorpsondersteuner is de verbindende schakel van het dorp. Zij (of hij) koppelt hulpvragen en aanbod aan elkaar, legt haar oor te luister in het dorp en verbindt informele- en formele zorg met elkaar. De dorpsondersteuner signaleert snel en voorkomt – mede door het steunnetwerk van vrijwilligers – dat inwoners moeten aankloppen bij de huisarts of WMO loket. Dat bespaart de gemeente en zorgverzekeraar kosten.



DORPSCOÖPERATIE DE BRUG:

'Dorpscoöperatie de Brug in Gasselternijveen telt inmiddels bijna 450 leden en heeft al tal van zaken voor elkaar weten te krijgen. De plaatselijke supermarkt werd behouden, er is een huiskamer ingericht waar alle (kwetsbare) ouderen (zonder indicatiestelling) terecht kunnen voor dagbesteding. Ook is er een dorpsloket geopend waar inwoners terecht kunnen met al hun vragen en we hebben een dorpsondersteuner als aanspreekpunt voor alle inwoners met een vraag op het gebied van welzijn, wonen en zorg...'

'Vrijwillig voor de ander klaar staan is een zinvolle taak. Je staat voor elkaar klaar in het dorp, dat doe je gewoon. Je kunt geen vrijwilliger zijn als je niet de intrinsieke motivatie en de verbondenheid met je dorpsgenoten voelt...'



Dorpsondersteuners Siny en Yvonne zijn een spel in hun werkgebied.

Onderzoek

DORPSONDERSTEUNERS GROLLOO, GASSELTERNIJVEEN EN WEDDE DAT 'T LUKT:

'Vraagverlegenheid vermindert door de sterke verbindingen die ontstaan tussen dorpsgenoten. De dorpsondersteuner vormt daarin een belangrijke schakel en werkt nauw samen met het netwerk van vrijwilligers die snel signaleren wanneer dorpsgenoten met iets in de maag zit. Steeds meer hulpvragen worden zo onderling opgelost. De kracht van de Dorpsondersteuner is dat zij in dienst van het dorp werkt en tegelijkertijd vertrouwenspersoon is.'



ONDERZOEK NAAR DE IMPACT VAN DE INZET VAN EEN DORPSONDERSTEUNER

In Grolloo werd ook onderzoek gedaan naar de impact van de inzet van een dorpsondersteuner. Rapport van dat onderzoek ontvangen? Mail naar bewonersraad@krachtvandeveenkolonië.nl

'De dorpsondersteuner is doorgedrongen tot in de haarvaten van het dorp. De vraag wordt opgehaald in plaats van dat ze pas gesteld wordt als het water aan de lippen staat.'

De RUG onderzoekt de economische waarde van de dorpsondersteuner in een dorp

In 2020 onderzocht de Rijksuniversiteit Groningen de economische waarde van de dorpsondersteuner in een dorp. Uit dit rapport blijkt dat de dorpsondersteuner bijdraagt aan het welzijn van inwoners en een verlaging van de werkdruk van de huisarts. Het onderzoek in Grolloo wijst ook uit dat inzet van de dorpscoördinator leidt tot een jaarlijkse besparing van



€ 24.000 op de huisartskosten. Bekijk het onderzoek van de RUG via de bijgevoegde QR code.



Gelijkwaardige positie van inwoners

In de Veenkoloniën bundelen bewonersinitiatieven hun krachten binnen de beweging Kracht van de Veenkoloniën. Samen vormen zij een geheel aan duurzame initiatieven die allen aansluiten bij de behoefte van inwoners.

Ondanks dat ieder initiatief eigen is, dragen zij bij aan eenzelfde missie. Namelijk het versterken van gezonde gemeenschappen, regionale bewonersbetrokkenheid en zeggenschap over het eigen zorgdomein. Dit is belangrijk om in gelijkwaardigheid mee te doen aan besluitvorming en veranderingen binnen de zorg. Landelijk is steeds meer erkenning voor de positieve impact van bewonersinitiatieven op preventie en zorgoplossingen. Toch is er nog een wereld te winnen om inwoners daadwerkelijk zeggenschap te geven over hun eigen 'zorgdomein'. In de Veenkoloniën werken we er hard aan om onze preventieve en vaak vernieuwende aanpak in dorpen door te laten sijpelen in alle (zorg)systemen. Kracht van de Veenkoloniën heeft goede contacten met gemeenten, zorgverzekeraar en organisaties en pleit voor

een gelijkwaardige plek aan de beleidstafels. Dit doen zij onder andere via het Drents Collectief, waarin bewonersinitiatieven uit Drenthe een gelijkwaardige positie aan tafel hebben gekregen. Waar we kunnen, brengen we onze voorbeelden van bewonersinitiatieven in en ondersteunen we dorpsbewoners bij de doorontwikkeling van hun initiatief. Daarmee leert de systeemwereld ons goed kennen en brengen we eigenaarschap en zeggenschap voor inwoners de leefwereld in. We slaan met Kracht van de Veenkoloniën een brug tussen leef- en systeemwereld.

STEEDS MEER GEZIEN

Kracht van de Veenkoloniën wordt steeds meer (h)erkend. Zo sprak het bestuur met Henk Nijboer van Nij Begun en gedeputeerde Yvonne Turenhout van de provincie Drenthe (zie foto).





Sprankelende voorbeelden

KENT U OOK EEN MOOI INITIATIEF?

Er zijn talloze voorbeelden van zorgzame gemeenschappen in de Veenkoloniën. Zie hier een overzicht van de zorgzame gemeenschappen die zich aan hebben gesloten bij Kracht van de Veenkoloniën. Heeft u ook een voorbeeld van zo'n prachtig initiatief? Laat het ons weten: bewonersraad@krachtvandeveenkolonien.nl

MFC De Drijscheer en ruilwinkel
Alteveer: samen eten, bewustwording gezonde voeding, ruilwinkel

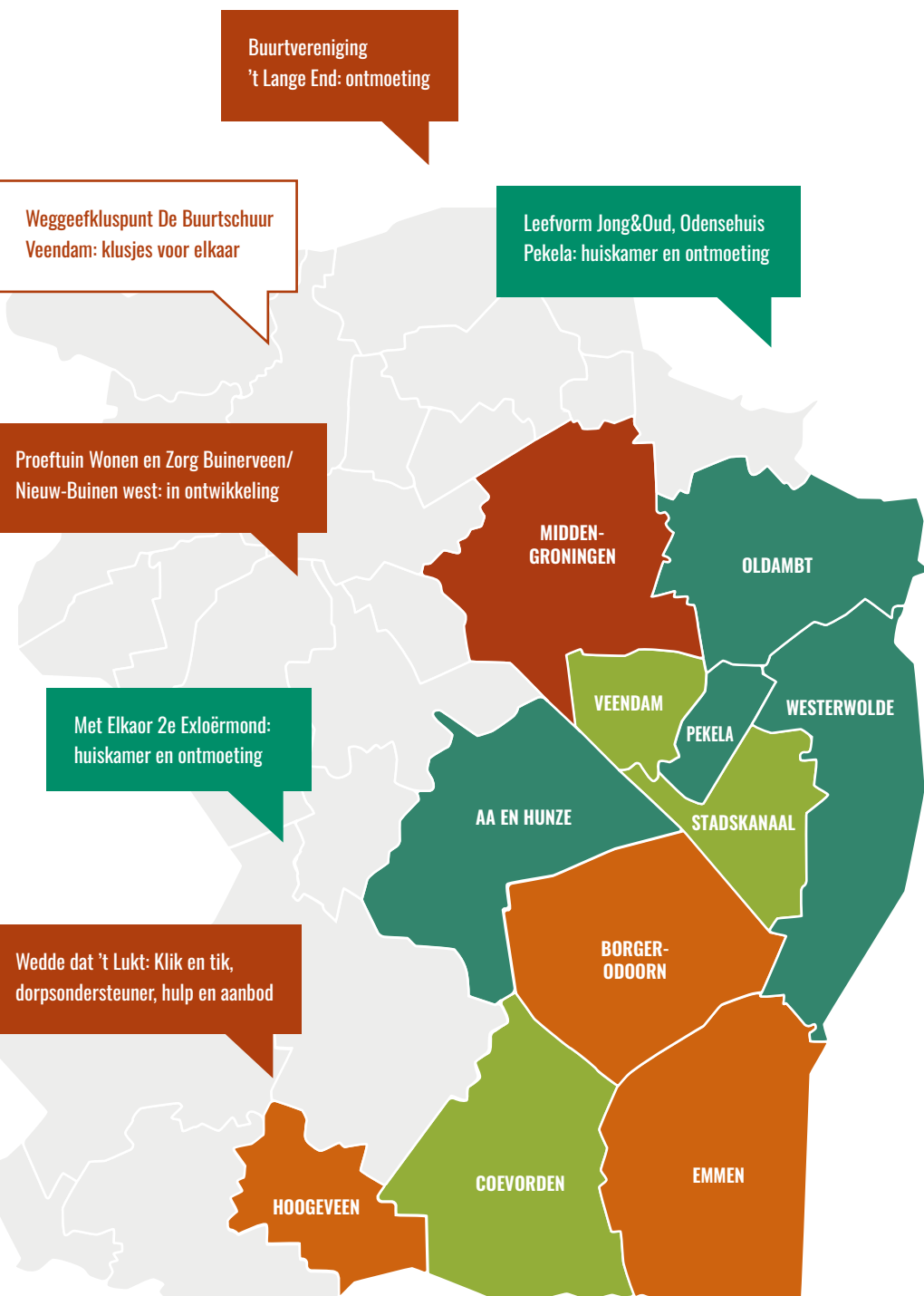
Dorpscoöperatie Nei Noaberschap Gees/Zwinderen: vraag en aanbod, krachtig netwerk en jaarlijks overleg zorgaanbieders van Gezondheidscentrum Oosterhesselen

Grolloo Zorgt: dorpsondersteuner
Grolloo, woonproject, JZOJP

Stichting Dorpen-
zorg: hulp en aanbod

Dorpscoöperatie de Brug: ontmoeting,
dorpsondersteuner, hulp en aanbod

Repair Café Hoogezand-Sappemeer:
klusjes voor elkaar





Ter afsluiting

Zorgzame gemeenschappen bestaan al vele jaren en in onze regio kennen we dat vooral in de vorm van 'Naoberschap': oftewel elkaar helpen en omzien naar elkaar. Ook in de huidige tijd worden deze zorgzame gemeenschappen als waardevol gezien.

Door ontwikkelingen als vergrijzing, toenemende kosten en personeelstekort zal het zorglandschap veranderen...

De beweging groeit snel en in Nederland werden in 2020 zo'n 1.500 zorgzame gemeenschappen geteld. Ook het Veenkoloniale gebied kent daarvan een aantal inspirerende voorbeelden, zoals u heeft kunnen lezen.

Een sterke sociale basis

Zorgzame gemeenschappen dragen bij aan een sterke sociale basis, het fundament dat ervoor zorgt dat een dorp of buurt goed kan functioneren. Het initiatief ontstaat niet omdat de overheid aangeeft dat het moet, maar omdat inwoners vinden dat het in een behoefte voorziet. Door ontwikkelingen als vergrijzing, toenemende kosten en personeelstekort zal het zorglandschap veranderen. De IZA-regioplannen geven aan dat daar ook een belangrijke rol is weggelegd voor de inwoners. Om dit veranderingsproces goed te laten verlopen, is er volgens Kracht van de



Veenkoloniën een nieuwe werkwijze nodig. Samen met bewoners, van onderop. En vanuit gelijkwaardigheid!

De ogen en oren van de gemeenschap

Een cruciale functie in zorgzame gemeenschappen is die van de dorpscoördinator of dorpsondersteuner. Deze verbindende schakel is het vertrouwde gezicht en aanspreekpunt voor inwoners met hulpvragen op allerlei terreinen: de ogen en oren van de gemeenschap. Kracht van de Veenkoloniën stimuleert en faciliteert het ontstaan van zorgzame gemeenschappen van harte. De basis ligt echter in de gemeenschap zelf. Met deze publicatie heeft u hopelijk de tools in handen om in uw dorp of wijk een zorgzame gemeenschap te starten of de volgende stap te zetten. Indien nodig, kunnen wij u daarin ondersteunen. Neem dan contact met Kracht van de Veenkoloniën.



Wil je meer weten over de bewonersbeweging Kracht van de Veenkoloniën?

Kijk op krachtvandeveenkolonien.nl of mail
bewonersraad@krachtvandeveenkolonien.nl



CONTACT

KRACHT VAN DE VEENKOLONIËN

WWW.KRACHTVANDEVEENKOLONIEN.NL

BEWONERSRAAD@KRACHTVANDEVEENKOLONIEN.NL