

Naoberkracht 2.0

Eindverslag september, 2024

3 jaar Naoberkracht Witteveen

Verbinden, versterken en verenigen!



Voorwoord

“De Kracht van Witteveen”

Waar een klein dorp groot in kan zijn. Daar kom je achter tijdens een proefproject van drie jaar, waarbij inwoners gebruik maken van elkaars hulp en talent. We hebben het positieve effect gezien in het dagelijks leven in Witteveen. In deze eindrapportage delen we onze ervaringen. Daarbij hebben wij ook gebruik gemaakt van de Impactmeter.

We willen alle vrijwilligers en personen bedanken die zich de afgelopen jaren hebben ingezet voor Naoberkracht. Het Duo, zoals altijd, die enthousiast aan het werk zijn geweest en overal (zelfs bij het voetbalveld) benaderbaar zijn.

Maar vooral ook de vele bewoners uit Witteveen die zich op verschillende wijze en sommigen zelfs veel vaker hebben ingezet en daarmee Witteveen tot een fijn en aangenaam dorp maken waar men graag wil wonen (zie de reacties elders).

En natuurlijk de gemeente voor het vertrouwen dat ze in Witteveen hebben en waardoor we de afgelopen jaren mooie resultaten met elkaar hebben geboekt.

We kijken met trots terug op de afgelopen drie jaar waarin ons motto was “verbinden, versterken en verenigen”. En we gaan enthousiast door als Stichting Naoberkracht.

30 september 2024

Bestuur Naoberkracht Witteveen



“Door deze hulp kan ik voorlopig thuis blijven wonen!”

Naoberkracht 1.0 : hoe het begon

De start

In 2015 zijn gesprekken gevoerd met inwoners van 60+ door bij de mensen thuis met elkaar aan tafel te gaan. Er is samen gegeten en gepraat over hoe iedereen zo prettig mogelijk woont in het dorp. Eén van de uitkomsten was dat er veel verborgen talenten zijn en dat de meeste mensen graag wat willen doen voor elkaar, maar dat het moeilijk was om hulp te vragen en dat dit georganiseerd zou moeten worden. Tevens werd geconcludeerd dat dit niet alleen voor de oudere bewoners geldt maar dat dit iets is wat voor de totale bevolking van belang is.

Dit was de start van Naoberkracht. Het Duo Naoberkracht werd in leven geroepen.

Wat doet het Duo Naoberkracht:

- Zij gaan in gesprek met de bewoners. In de eerste twee jaar met alle 18+ bewoners. Zij verwelkomen nieuwe bewoners en informeren over Naoberkracht.
- Zij brengen in kaart wat de talenten zijn, wat men voor een ander kan/wil doen (digitale kaartenbak).
- Zij gaan in gesprek met de bewoners die een vraag hebben (of op basis van een signaal) en proberen hulp op de vraag te regelen, met een koppeling vanuit de digitale kaartenbak en wanneer noodzakelijk in overleg en samenwerking met de formele zorg.
- Zij organiseren ontmoetings- en collectieve activiteiten. Voor oud en jong en in samenwerking met lokale verenigingen.
- Zij zijn vraagbaak voor de formele zorg en wanneer nodig, wordt een gezamenlijke aanpak informele en formele zorg ingezet.

Wie zijn het Duo Naoberkracht: twee dorpsbewoonsters die niet verbonden zijn aan een professionele organisatie. Hun kracht is dat zij mede dorpsbewoonsters zijn, heel laagdrempelig en goed benaderbaar (24 uur) en dat zij verhoudingen en verbindingen goed kennen.

Josina Wielink vanaf de start, 2016, tot heden. Renda Löhr van 2016 t/m december 2021. Opgevolgd door Grietje Oortwijn, vanaf januari 2022 tot op heden.



Opbrengsten van de pilot Naoberkracht 2.0

Gedurende de pilotperiode van september 2021 tot september 2024 hebben we tweemaal tussentijds een rapportage gemaakt. Daarin hebben we de gemeente Midden-Drenthe geïnformeerd over de ontwikkeling van de pilot. Het verslag dat nu voor ligt is de eindrapportage, met daarin onze ervaringen, inzichten en resultaten van de afgelopen drie jaar.

Convenant

Voor de pilot is een convenant ondertekend tussen de gemeente en Dorpsbelang Witteveen, waarin is afgesproken dat de pilot zich specifiek zou gaan richten op het ontwikkelen van welzijn en preventieve zorg in het dorp en dat het dorp daarin een eigen regie heeft met een eigen budget en eigen keuzes. Voor de gemeente is van belang welke effecten dit heeft op preventie en het uitstellen dan wel voorkomen van een beroep op zwaardere zorg.

Inzichten

In de dorpsgemeenschap bestaan geen schotten tussen wonen, welzijn en zorg. De inzet van Naoberkracht lijkt inderdaad de vraagverlegenheid te doorbreken. En we zijn in staat dit zodanig te organiseren dat de vrager hier zelf (enig) regie op blijft behouden. De samenwerking tussen het Duo (informele zorg) en de formele zorg gaat steeds beter. Wederzijds weet men elkaar te vinden. Lastig is dat er zeer regelmatig met nieuwe medewerkers opnieuw een relatie moet worden opgebouwd. Dit geldt m.n. ook op beleidsniveau: in de pilotperiode zijn nieuwe abtenaren, wethouders, en managers van welzijn- en zorgorganisaties aangetreden. Maar het lukt ons ieder keer weer om het project opnieuw te introduceren, en bekend te maken, zo dat wij ons werk voort kunnen zetten.

Resultaten

We hebben veel resultaten geboekt in de pilot periode van 3 jaar, dit zijn o.a.:

- Grotere zelfredzaamheid van de inwoners.
- Sociale samenhang wordt vergroot.
- Sterkere eigen netwerken.
- Activiteiten georganiseerd t.b.v. eenzaamheid, gezondheid & welzijn.

We kunnen constateren dat in sommige situaties het inzetten van informele zorg voldoet. Daarnaast lijkt de informele zorg de formele zorg uit te stellen of te verminderen. Dat valt te herleiden uit diverse casusvoorbeelden die in dit verslag zijn beschreven.

Uitdagingen

- Efficiënter inzetten van de Impactmeter. Daarbij gebruiken we de praktijkervaring van de afgelopen periode.
- De jeugd beter betrekken, vooral ook als hulpbieders.
- De jeugd beter betrekken, met name ook als vrijwilligers bij hulpvragen van dorpsgenoten.

*De samenwerking tussen het Duo
(informele zorg) en de formele zorg gaat
steeds beter.*

Geschiedenis van Witteveen

Witteveen is het jongste dorp van Drenthe. Bijna 100 jaar geleden (1926) ontwikkeld op één van de resterende woeste gronden in de provincie Drenthe. In het kader van werkverschaffing werden werkobjecten gezocht om werkloze (veen)arbeiders weer aan werk te helpen. Witteveen was zo'n werkobject. Er werd gestart met het bouwen van 50 arbeiderswoningen, waarvoor toekomstige bewoners uit de gemeente Emmen werden geworven die er een bestaan als boer konden gaan opbouwen. Men moest hard werken, er was sprake van veel pionierswerk. De openbare basisschool en een ontspanningsgebouw werden later gebouwd. Er groeide langzamerhand een gemeenschap van mensen die zich met elkaar verbonden voelde.

Hedendaags Witteveen

Het pionieren, de ondernemingsdrang en de gemeenschapszin kenmerken tot op de dag van vandaag Witteveen. Het is een ondernemend, actief en levendig dorp. Het kent een grote verscheidenheid aan ondernemers en verenigingen (Sport, Dorpshuis, Groen-Voedselbossie, educatie en ontmoeting). Vanuit de lotsverbondenheid vroeger is een sterk gevoel van solidariteit en "Naoberschap" gevormd. Voorzieningen worden steeds minder en sinds 2010 is het dorp bezig om zich hierop voor te bereiden (onder het motto: we willen voorkomen weer in het moeras terug te zakken). Dat heeft o.a. geleid tot het realiseren van een fusieschool met de naburige dorpen uit de Broekstreek, het realiseren van een buurtbus (gereden door vrijwilligers) en het project Naoberkracht.

Toelichting opbrengsten pilot.

In het voorbereidend traject speelde Corona een grote (negatieve) rol. Hierdoor werd de start bemoeilijkt, en dat zorgde voor veel verwarring. Veel van onze geplande activiteiten konden vooralsnog niet doorgaan vanwege de verschillende maatregelen gesteld door de overheid.

In deze periode heeft het Duo zichzelf bewezen. We waren afhankelijk van beide dames, en dorpsbewoners konden praktisch ondersteund worden. En daar waar aandacht nodig was kon dit worden gegeven. Een voorbeeld hiervan was boodschappen bestellen en ophalen voor bewoners die dit niet zelf dit konden regelen. Ook “maatjes” werden aan elkaar gekoppeld.

Na Corona konden we volop aan de slag met activiteiten en het uitproberen van de Impactmeter.

Impactmeter

Om te proberen de effecten te meten van de inzet van Naoberkracht heeft Dorpsbelang Witteveen meegewerkt aan het ontwikkelen van een zogenaamde impactmeter. In opdracht van de gemeente heeft de Hanzehogeschool samen met Witteveen en twee andere pilotprojecten van de gemeente (Dorpskracht Hooghalen en het Annie Londo buurthuis Westerbork) dit meetinstrument ontwikkeld. Het is gebaseerd op de Monitor Brede Welvaart.

Registratie Duo

In een aantal periodes hebben we verschillende vragenlijsten uit de Impactmeter gebruikt. Het Duo heeft de registratieformulieren gebruikt en een aantal doelgroepen (hulpvragers, vrijwillige hulpbieders, bezoekers van activiteiten, vrijwilligers bij een activiteit) zijn steekproefsgewijs bevraagd met behulp van de vragenlijsten.

In de pilotperiode van september 2021 tot september 2024 zijn 115 hulpvragen geregistreerd. Enkele voorbeelden zijn:

- Vragen om een maatje, vervoer, hulp bij administratie, hond uitlaten, e.d.
- Incidentele hulp in het huishouden
- Hulp bij persoonlijke zorg
- Hulp bij het verbinden met formele zorg
- Hulp bij het tuinonderhoud
- Organiseren van meervoudige hulpvragen

115 hulpvragen!

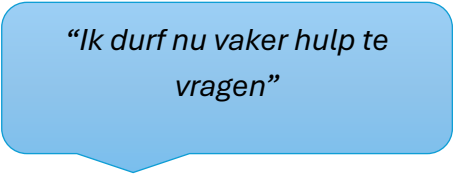
Een toelichting aan de hand van enkele casusvoorbeelden:

Vragen om een maatje

In de afgelopen drie jaar zijn verschillende bewoners aan elkaar gekoppeld als een maatje. Er wordt samen gewandeld, men gaat er samen op uit, vervoer wordt geregeld, samen boodschappen doen, etc. Maatjes die eenmaal gekoppeld zijn blijven over het algemeen langdurig samen optrekken. Inmiddels tellen we ongeveer 25 van dergelijke koppels.

Incidentele hulp in het huishouden

Bij tijdelijke ziekte of herstel na verblijf in het ziekenhuis wanneer de vrager niet in staat is het dagelijks huishouden te organiseren wordt tijdelijke hulp georganiseerd. Het Duo gaat in gesprek en samen wordt een buurt/hulp app samengesteld waar de betreffende persoon zijn/haar vraag kan stellen (variërend van de badkamer schoonmaken, bed opmaken, boodschappen doen, stofzuigen/dweilen e.d.). Principes: De hulpvrager bepaalt wie in de app komt, het duo stimuleert om ook daadwerkelijk de vragen te stellen, er vindt altijd een nagesprek plaats.



“Ik durf nu vaker hulp te vragen”

Hulp bij persoonlijke zorg

Bij een oudere vrouw moet na een valpartij het verband dagelijks worden vervangen. Het Duo vindt iemand in het dorp die hier ervaring mee heeft en dit dagelijks doet.

Meervoudige hulpvraag en verbinding formele zorg

Dorpsbewoner met dementie wordt verzorgd door haar man. Totdat de man valt, zijn heup breekt en naar het ziekenhuis moet. Het Duo heeft contact met de kinderen en thuiszorg en gezamenlijk wordt ervoor gezorgd dat met inzet vanuit het dorp de vrouw thuis kan blijven wonen. Totdat de man weer uit het ziekenhuis komt en in staat is weer zorg voor zijn vrouw te leveren (een combinatie van informele- en formele zorg).

Grens informele zorg

Over het algemeen is er goede afstemming mogelijk tussen Naoberkracht en de formele zorg over de inzet van de informele zorg. Bij sommige uitzonderlijke situaties werd duidelijk dat de informele zorg daarbij tegen een grens aanliep. Dit betreft lichamelijke

handelingen, maar opvallend is ook dat het in een tweetal situaties problematisch gedrag betrof waar de inzet van de informele zorg niet op te organiseren was (slechte ervaringen, angst).

Ondersteuning mantelzorg

Een situatie waarbij de partner van een vrouw in de laatste levensfase (ALS) haar thuis kon laten sterven met hulp van ondersteuning van de informele zorg uit het dorp. Dit was zeer waardevol.

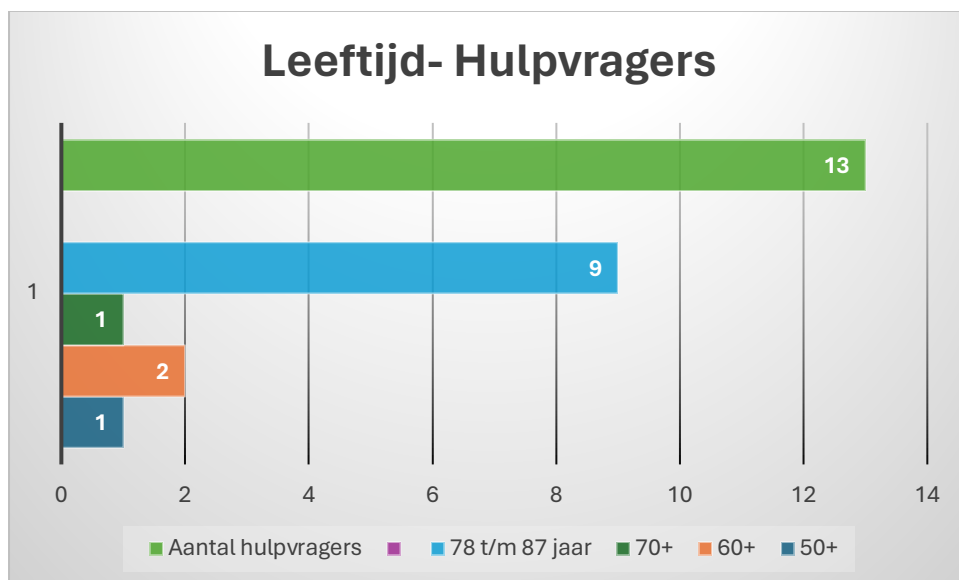
“Met de hulp van een elftal vrijwilligers uit het dorp heb ik mijn vrouw in haar laatste levensfase goed kunnen ondersteunen.”

Effecten hulp en activiteiten

Onderstaande gegevens zijn gebaseerd op gebruik van de Impactmeter in het laatste projectjaar en gingen over het effect van de geboden en ontvangen hulp en het meedoen aan activiteiten. De vragenlijsten zijn steekproefsgewijs uitgezet vanuit een grote groep.

Hulpvragers: mensen die uiteindelijk hulp via het Duo hebben ontvangen door dorpsbewoner(s), eventueel in combinatie met de formele zorg;

Steekproef bij 13 personen.



Woonsituatie: zelfstandig wonend, 1 persoon verblijft in zorginstelling Hoes in 't Groen.

Gevraagde en geboden hulp:

Incidentele hulp in huishouden, hond uitlaten (door gezondheidsproblemen), koppeling met een maatje, vervoer naar ziekenhuis, tuinonderhoud, boodschappen doen.

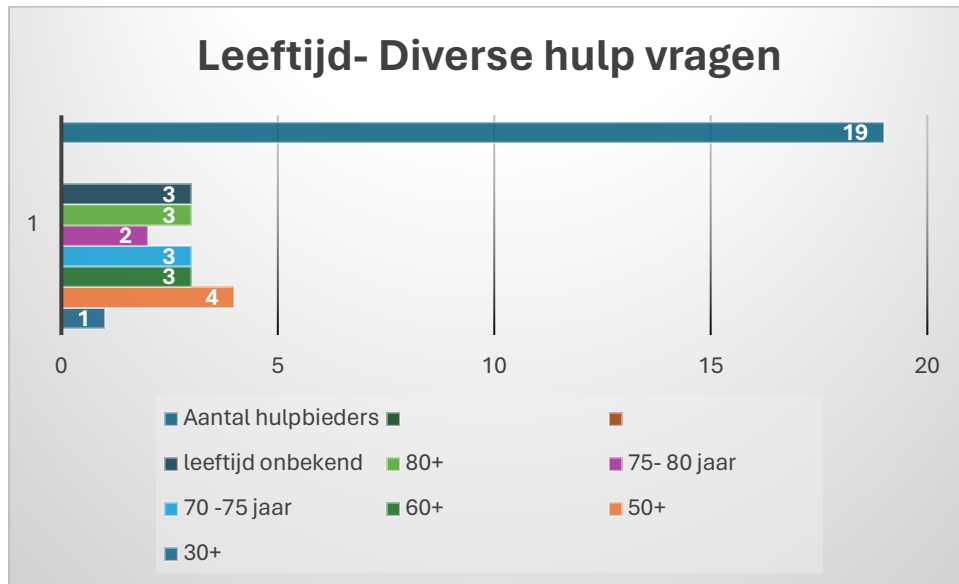
Reacties hulpvragers:

- Het geeft me vertrouwen, ik durf nu vaker hulp te vragen.
- ik voel me rustiger en ontspannen.
- Ik heb vaker contacten met andere inwoners
- Door deze hulp kan ik voorlopig nog thuis blijven wonen, anders had ik al naar het verzorgingshuis gemoeten.
- Met de burenaap kreeg ik de hulp die ik vroeg, ik had zelf de regie.

“Ik heb vaker contacten met andere inwoners.”

Hulpbieders/vrijwilligers

Steekproef bij 19 vrijwilligers



Geboden hulp:

Tuinonderhoud;

Maatje voor vervoer, hulp bij digitale problemen, incidentele hulp in huishouden en persoonlijke zorg;

Persoonlijk zorg via de app groep;

Meerdere keren de hond uitgelaten;

Bij storm dakpannen teruggeplaatst.

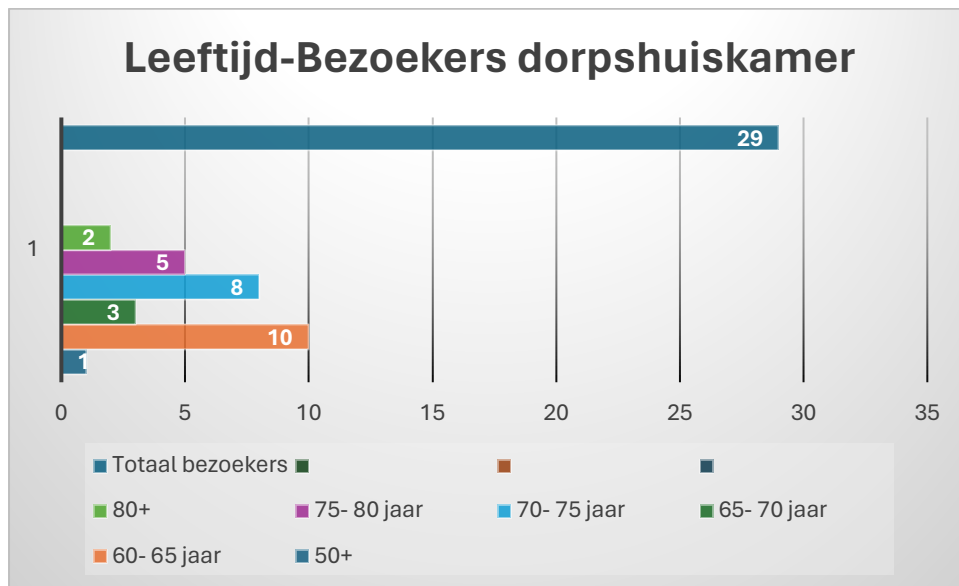
Reacties hulpbieders/vrijwilligers:

- Ik voel me zeker op gemak bij het bieden van de hulp.
- Als ik weer gevraagd wordt zal ik het zeker weer doen (7)
- Het bieden van hulp heeft me veel opgeleverd:
 - ik voel me weer nuttig
 - heb meer sociale contacten,
 - beleef het dorps als zeer positief
 - voel me zelf ook lekkerder in m'n vel.

“Ik voel me weer nuttig.”

Bezoekers dorps huiskamer

Verspreid over twee periodes zijn de vragenlijsten uitgezet en er zijn 29 lijsten terug gekomen.



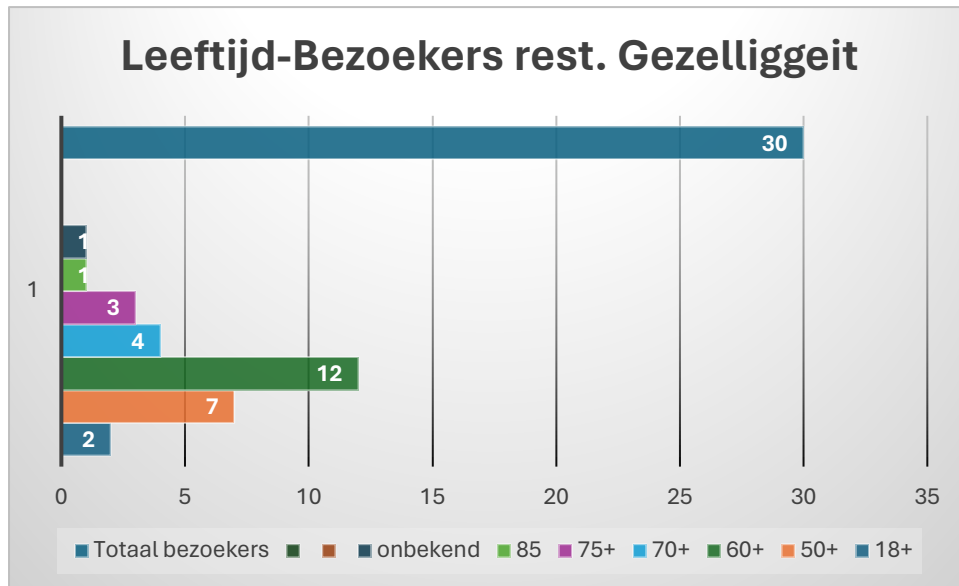
Reacties bezoekers dorps huiskamer:

- Ik vind het heel gezellig, bezoek de dorps huiskamer wekelijks.
- Ik heb het gevoel erbij te horen en heb meer contacten gekregen in het dorp.
- Ik heb nieuwe dorpsbewoners leren kennen.
- Ik heb vaker contact met andere dorpsbewoners, soms gaan we samen er ook op uit.
- Ik ben heel tevreden over het wonen in dit dorp.
- Wanneer is iets niet weet of ergens hulp bij nodig heb is er altijd wel iemand die me kan helpen. Ik durf ook makkelijker te vragen.

“Ik vind het heel gezellig, bezoek de dorps huiskamer wekelijks”

Bezoekers restaurant Gezelligheit

In de experimentele fase van de Impactmeter zijn de vragenlijsten uitgezet. In totaal zijn 30 lijsten ingevuld.



Reacties bezoekers restaurant:

- Bezoekers zijn heel tevreden over de activiteit
- Het draagt echt bij aan mijn welbevinden.
- De contacten tijdens het eten met andere bezoekers en de vrijwilligers worden gewaardeerd.

Activiteiten

Dorps huiskamer

Wekelijkse ontmoetingsactiviteit, koffie ochtend met mogelijkheid af te sluiten met lunch van soep (door vrijwilligers uit het dorp bereid) en tosti. Eén keer per maand een brei ochtend, en één keer per maand een gastspreker (vaak een dorpsgenoot die vertelt over zijn/haar beroep, hobby of persoonlijke geschiedenis).

De succesvolle dorps huiskamer bestaat inmiddels meer dan 10 jaar en duidelijk is dat deze ontmoetingen leiden tot veel contacten en informele netwerken die elkaar helpen als dat nodig blijkt te zijn.

De activiteit vindt plaats in het dorps huis het hele jaar door, en wordt georganiseerd door een groep van 7 vrijwilligers en ondersteund door vele soep-kokers in het dorp. In totaal zijn er 2587 bezoekers geweest (in de projectperiode van september 2021 tot september 2024) (gemiddeld dus 860 bezoekers per jaar).

Inmiddels is er sprake van een relatief vaste groep waar mensen zich vertrouwd voelen. Twee keer per maand zijn er specifieke activiteiten, (breitafel, gastspreker). Dan schuiven ook andere dorpsbewoners aan.

2587 bezoekers in de dorps huiskamer!

Samen eten in restaurant Gezelligheit

In de pilot periode zijn er maandelijks restaurants (Gezelligheit) georganiseerd. In het dorps huis werd samen een maaltijd gegeten, bereid en ondersteund door vrijwilligers. In augustus 2024 is besloten voorlopig te stoppen met deze activiteit omdat dit een te grote wissel trok op de vrijwilligers. Naoverkracht gaat samen met de vrijwilligers zoeken naar een nieuw concept.

Activiteiten ter bevordering van een gezonde leefstijl:

- Wandelapp met totaal 40 deelnemers: regelmatig wordt er in groepsverband gewandeld.
- Wandelvierdaagse: samenwerking met lokale organisaties heeft geleid tot instellen werkgroep die deze activiteit jaarlijks organiseert (sinds 2018). Jaarlijks ongeveer 100 deelnemers, van jong tot oud, soms ondersteund door een maatje.
- Gezonde paashapjes en workshops gezond eten (Buurtacademie i.s.m. Naoverkracht en Gezond in Midden-Drenthe).
- Zwemmen jeugd (i.s.m. de jeugdsoos).

Naobers op pad: Enkele keren per jaar organiseert Naoberkracht een bewegings- en ontmoetingsactiviteit voor het hele dorp. Voorbeelden: fietstochten met een activiteit, wandeling met gids uit het dorp Pitch en Put.

We kijken met trots terug op de afgelopen drie jaar, waarin ons motto was “verbinden, versterken en verenigen”. En we gaan enthousiast door als Stichting Naoberkracht.

Het bestuur