

Een half jaar Samen Meedoen in Leiden



HALFJAARRAPPORTAGE INLUZIO LEIDEN

1 JANUARI T/M 30 JUNI 2021

INLUZIO
LEIDEN.

Samen Meedoen Leiden

INHOUDSOPGAVE

VOORWOORD	3
VANUIT HET MT	4
CORONA INITIATIEVEN	5
ONZE DOELSTELLINGEN	7
FACILITEREN VAN ONTMOETING	8
MANTELZORGONDERSTEUNING	12
EENZAAMHEID VERMINDEREN	20
VRIJWILLIGERSONDERSTEUNING	26
LAAGDREMPELIGE VORMEN VAN DAGBESTEDING	33
AFSTAND TOT DE ARBEIDMARKT VERKLEINEN	36
VITALITEIT & BEWEGEN STIMULEREN	39
SAMENWERKING MBO RIJNLAND	44
STERKE SOCIALE BASIS SOL, BUZZ EN INCLUZIO	46



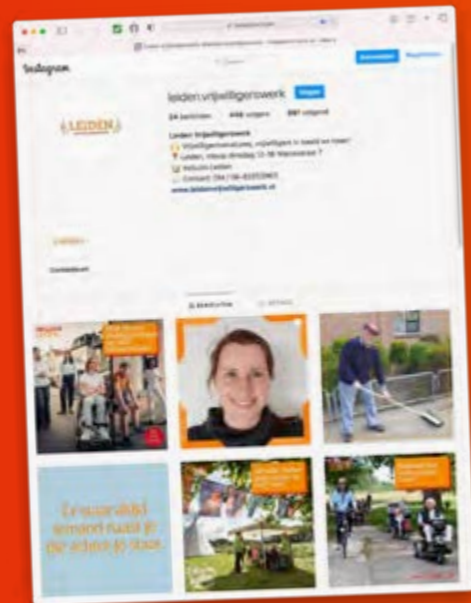
VOORWOORD

Het afgelopen halfjaar stond geheel in het teken van de lockdown, buurthuizen waren gesloten en inwoners zagen we alleen op afspraak. De stilte in de Huizen van de Buurt blijft me nog lang bij. Des te mooier is het om te zien dat nieuwe activiteiten werden opgezet. We gingen meer en meer naar buiten, we gingen de wijk in en zochten onze inwoners op. We belden aan bij mensen met de vraag of we iets voor ze konden betekenen. De reacties van bewoners waren dan ook hartverwarmend.

ALTERNATIEVE ACTIVITEITEN

Wat mij in positieve zin heeft verbaasd is de creativiteit van onze medewerkers, de flexibiliteit waarmee zij zich hebben aangepast aan de nieuwe situatie. Naast het bezoeken van de inwoners, organiseerden we diverse activiteiten. Zo gingen we balkonsporten in de wijk en wandelden we in duo's. In de Huizen van de Buurt konden we niet meer koken, maar als alternatief bedachten collega's de afhaalmaaltijden. We deelden soep uit, brachten plantjes en kaartjes langs en gingen in gesprek met mensen.

ONLINE EN TELEFONISCH CONTACT



Afspraken met gemeente en onze partners in de stad werden online gehouden. En toch weerhield ons dit er niet van om de dingen gewoon goed te doen. Een goed voorbeeld hiervan is de totstandkoming van de samenwerking met Mbo Rijnland, waarbij studenten samen met Includio projecten in de wijk opzetten. Daarnaast zijn we gestart met het project Wijkleren waarbij we inwoners met een grote afstand tot de arbeidsmarkt en een uitkering, begeleiden naar de arbeidsmarkt. Dit doen we in samenwerking met DZB, Buzz en Mbo Rijnland. Ook het betrekken van onze vrijwilligers en mantelzorgers gebeurde

grotendeels telefonisch of digitaal. De afgelopen maanden zetten we bovendien volop in op social media. Zo openden we speciaal voor vrijwilligers een [Instagram-account](#), waarop we inmiddels ruim 450 volgers hebben.

BEDANKT

Kortom we hebben veel bereikt het afgelopen halfjaar. En daar ben ik oprecht trots op. Graag wil ik iedereen die hieraan mee heeft geholpen bedanken. We hebben een goede bodem gelegd voor de komende periode waarin we, zodra het allemaal weer kan en mag, verder kunnen bouwen aan onze visie om van ieder buurt een betere buurt te maken.

Ik kijk ernaar uit!

Groet,

Jolanda Wolfs
Programmamanager



VANUIT HET MT

Een jaar Includio Leiden, en wat voor een jaar. Het was een bijzondere tijd om te starten met de maatregelen die golden rondom het coronabeleid. Onze medewerkers, als vitaal beroep, waren gelukkig nog veel aanwezig op locaties om er voor de bewoners te zijn. Helaas kwam er half december een gedeeltelijke lockdown en waren ook onze buurthuizen genoodzaakt de deuren te sluiten. Gelukkig mochten we op afspraak blijven werken voor de bewoners die ons het meest nodig hadden.

KIJKEN NAAR MOGELIJKHEDEN

Het is veelzeggend voor de collega's dat ze positief bleven. Wat kan wel? En welke activiteiten kunnen we organiseren, rekening houdend met de maatregelen? In deze rapportage tref je een pagina waarop een aantal van deze corona activiteiten uitgelicht wordt. Ook zijn veel andere activiteiten die we gepland hadden doorgegaan, digitaal, telefonisch of in welke vorm dan ook. Wij zijn ontzettend trots op de teams, hun vasthoudendheid en creativiteit om te blijven kijken naar mogelijkheden.



WISSELINGEN IN HET TEAM

In mei hebben we afscheid genomen van een van de teamcoaches. Sindsdien zijn we op zoek naar een nieuwe collega en vangen Jolanda en Mayela haar taken op. Tegelijk met haar vertrek is Ruben de Ronde gestart in de rol van projectontwikkelaar met als speerpunt innovatie. Ruben: "Bij het warme welkom van alle teams merkte ik gelijk hun enthousiasme voor de projecten die wij aan het ontwikkelen zijn." We zijn gestart met het opzetten van de Mantelfoon en de Comfortwoning. Eerstgenoemde is een telefoondienst waarnaar alle mantelzorgers in Leiden kunnen bellen met hun vragen of als zij behoefte hebben aan een luisterend oor. Laatstgenoemde is een modelwoning waar buurtbewoners op een laagdrempelige manier kennis kunnen maken met verschillende e-health toepassingen. Waardoor ze langer en veiliger zelfstandig kunnen blijven wonen. Ruben vervolgt: "Naast deze twee mooie projecten hoop ik de komende tijd met het team vol in te zetten op innovatieve projecten die goed aansluiten bij de verschillende behoeftes van alle doelgroepen in Leiden."

0-METING

Afgelopen halfjaar zijn we gestart met een eigen 0-meting. In juni 2021 zijn wij samen met studenten van het Mbo Rijnland de verschillende buurten

ingegaan om korte vragenlijsten bij de bewoners af te nemen. In totaal hebben wij bij 383 inwoners de vragenlijst afgenomen. Onder andere hebben wij de betrokkenheid van inwoners, de bereikbaarheid en bekendheid van de buurthuizen onderzocht.

Van deze inwoners waren:

- 46% vrouw
- 57% bekend met het Huis van de Buurt
- 32% tussen de 20 – 40, 34% tussen de 40 – 65, en 17% ouder dan 65.

In deze rapportage benoemen we bij enkele KPI's de resultaten uit deze 0-meting.

OP NAAR DE TWEEDE HELFT VAN DIT JAAR!

We kijken hoopvol uit naar een nieuw halfjaar waarbij we nu al bezig zijn om weer zo goed als normaal, binnen de maatregelen, op te starten.

Hartelijke groet!

Mayela en Walsum (teamcoach) en

Ruben de Ronde (projectontwikkelaar)

CORONA INITIATIEVEN

Corona loopt als een 'rode draad' door onze werkzaamheden. In onderstaand overzicht wordt weergegeven welke coronaproof initiatieven er ondernomen zijn.



WALK EN TALK

Onze coaches wandelden met inwoners, bewust tijd voor een praatje, even bewegen. Samen liepen we, elke dinsdag, door Leiden en omgeving.



SPORT KOMT NAAR JE TOE

Om mensen toch te laten bewegen, organiseerden we BalkonBewegen. Daarnaast werden er wekelijks online beweegvideo's gedeeld of kon men 'live' meedoen met een beweegcoach via Facebook. Verder organiseerden we elke donderdag Jeu de boule en werden er veel activiteiten voor jongeren georganiseerd.

ONTMOETING OP STRAAT

De buurtcoaches waren veel op straat aanwezig, te herkennen aan hun oranje jasjes. Ze liepen regelmatig door de wijken, voorzien van koffie, iets lekkers, plantjes, kaarten en soep. Op de bakfiets of met de bolderkar.



ONLINE SESSIE

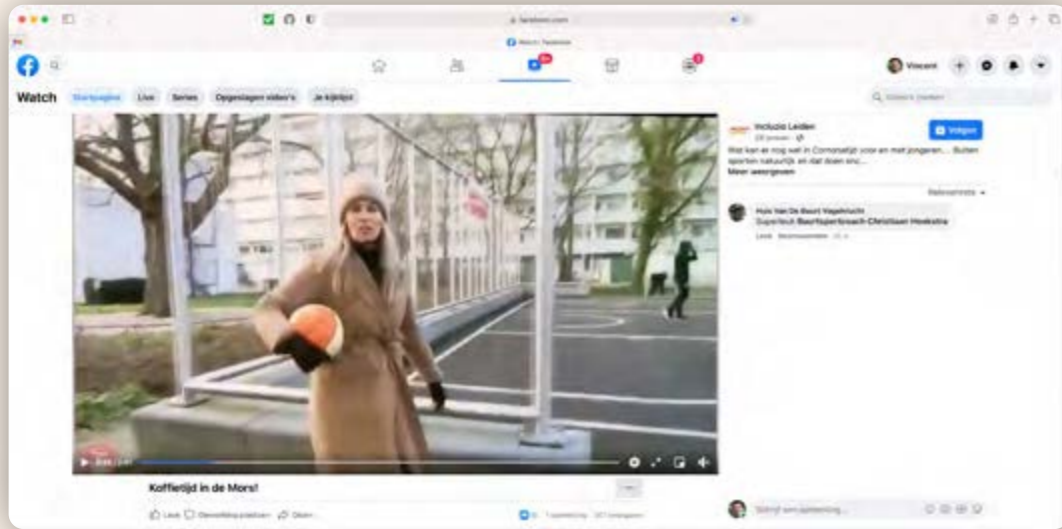
Uiteraard werden er diverse zaken online georganiseerd, zoals een online Alzheimer Café voor mantelzorgers, een webinar voor jonge mantelzorgers en een digitale bijeenkomst over eenzaamheid.



CORONA INITIATIEVEN VERHALEN

UIT DE PRAKTIJK: KOFFIETIJD KWAM OP BEZOEK

Wat kan er nog wel in coronatijd voor en met jongeren? Buiten sporten natuurlijk en dat doen onze buurtsportcoaches volop. Het tv-programma Koffietijd kwam in januari op bezoek in De Mors en maakte daar **een korte reportage** van.



UIT DE PRAKTIJK: BALKONGYM

Normaliter kunnen we op diverse plekken wel bewegen. Tijdens de lockdown was dit uiteraard een stuk lastiger. En dus gingen wij naar de bewoners toe. Op de stoep van een flat of appartementencomplex zetten onze beweegcoaches de muziek aan. Mensen werden uitgenodigd om voor het raam of op hun balkon mee te bewegen. Hiermee probeerden we het gevoel van beperking tegen te gaan en de hoeveelheid beweging te verhogen. Met de eenvoudige beweegpassen en muziek uit de jaren 60 werden volwassenen en senioren Leidenaren gestimuleerd om mee te doen. Hierbij trokken we als integrale wijkteams op. Zo gingen onze professionals, na het bewegen, het gesprek aan met de bewoners. We kregen veel positieve reacties en blijven dit soort laagdrempelige activiteiten voorlopig dan ook nog aanbieden.



UIT DE PRAKTIJK: ALTERNATIEVE KONINGSSPELEN

Toen bekend werd dat de Koningsspelen in de normale vorm niet door gingen, hebben we het bestuur van de Koningsspelen Leiden aangeboden om online challenges te verzorgen. Het thema werd: IK + JIJ = WIJ. Scholen reageerden enthousiast. Gymdocent Jan van basisschool de Ley vindt bewegen op school buiten de gymles om, super belangrijk: "Hoe meer kinderen in beweging zijn, hoe beter. Kinderen voelen zich fitter en zitten lekkerder in hun vel." In totaal hebben 16 basisscholen mee gedaan met de 9 challenges. Hiervan maakten we **een film** als herinnering aan deze speciale versie van de Koningsspelen.



Daniëlle, gymdocent van basisschool 't Klankbord, vindt het mooi dat kinderen tijdens de Koningsspelen van dit jaar met hetzelfde thema werken en dat kinderen veel met elkaar moeten samenwerken. "Juist in deze tijd is het gevoel van saamhorigheid erg belangrijk. Met deze opzet wordt hier zeker aandacht aan besteed." Los van een goede samenwerking met het bestuur van de Koningsspelen en de scholen zijn we met name trots op de hoeveelheid jongeren die samen hebben bewogen.

ONZE DOELSTELLINGEN



Faciliteren van ontmoeting



Laagdrempelige vormen van dagbesteding



Mantelzorgondersteuning



Afstand tot de arbeidsmarkt verkleinen



Eenzaamheid verminderen



Vitaliteit & bewegen stimuleren



Vrijwilligersondersteuning



Faciliteren van ontmoeting



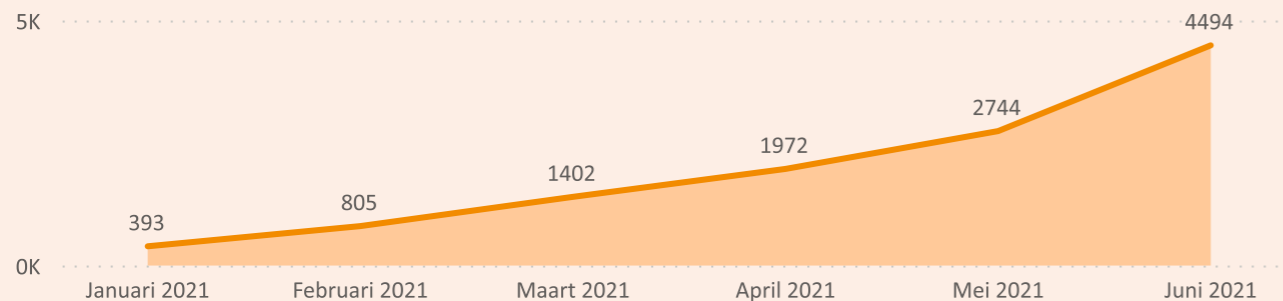


Om ontmoetingen te faciliteren organiseerden wij diverse activiteiten, die pasten binnen de coronamaatregelen. Afgelopen half jaar hebben we ons met alle huizen van de buurt gericht op het faciliteren van ontmoetingen (passend binnen de corona maatregelen). Zo bleven we in contact met bewoners, maar ontmoetten we ook nieuwe bewoners.

- Soep in de wijk: met de bakfiets brachten we soep en koffie rond in de wijk (locaties: De Kooi, Het Gebouw en Merenwijk).
- Koffie op afspraak: aangezien de buurthuizen gesloten waren, konden inwoners van Leiden bij alle locaties een afspraak maken om koffie te drinken en bij te praten.
- Resto maaltijden: wij deelden (vanuit Op Eigen Wieken, Matilo en Vogelvlucht) maaltijden van Resto van Harte uit aan inwoners. Helaas konden we de maaltijd, gezien de maatregelen, niet samen nuttigen. Wel boden we afhaalmaaltijden aan, zodat we met inwoners in contact bleven.
- Uitdelen: vanuit Op Eigen Wieken, Matilo en Vogelvlucht deelden we plantjes, bloemen en kaarten uit bij bewoners.
- 'Burenhulp' werd nog verder doorontwikkeld.
- 'BalkonBewegen': dit werd vanuit alle locaties volop opgepakt.
- Klets koppen: in De Stevenshof werden er vijf maal klets koppen uitgedeeld om met bewoners te kletsten en ideeën te inventariseren.

TOENAME VAN GEBRUIK

AANTAL BEZOEKERS INLOOP (CUMULATIEF)



GERELATEERDE KWALITEIT PRESTATIE INDICATOREN (KPI'S):

Wij dragen bij aan voldoende ontmoetingsplekken in Leiden, waar Leidenaren kunnen deelnemen aan activiteiten, afgestemd op de behoefte. In 2021 vindt 45% van de Leidenaren dat er voldoende ontmoetingsplekken zijn in de buurt. Hiervoor wordt in het voorjaar van 2021 een stads/wijkenquête uitgevoerd. We zorgen voor een toename van 5% van het gebruik van buurtlocaties en deelname aan ontmoetingsactiviteiten met een waardering van tenminste een 7,5.

0-METING ONTMOETINGSPLEKKEN

Vooruitlopend op de tweejaarlijkse onderzoeken van de gemeente, hebben wij zelf een nul meting bij bewoners van Leiden uitgevoerd. Hiervoor hebben we samen gewerkt met MBO studenten die voor ons de wijken ingingen met een stadswijk enquête.

Wij stelden bewoners de vraag om aan te geven met een cijfer 1 -10 of er voldoende mogelijkheden zijn om buurtbewoners te ontmoeten.

Buurtbewoners die het Huis van de Buurt niet kennen gaven gemiddeld een 5,8. Buurtbewoners die het Huis van de Buurt wel kennen gaven gemiddeld een 6,0. Daarbij geeft 46,9% van de bewoners een 7 of hoger om aan te geven dat er voldoende ontmoetingsplekken zijn.

Als we kijken naar leeftijdsgroepen geven de jongere doelgroepen een hoger cijfer dan oudere doelgroepen. Een verklaring kan zijn dat de 65+ groep het tijdens corona nog moeilijker en onveiliger vond dan de jongere doelgroepen om buurtbewoners te ontmoeten.

46,9%

van de bewoners vindt dat er voldoende ontmoetingsplekken in de buurt zijn.



Wijken	Gemiddeld cijfer ontmoetingsmogelijkheden	Aantal respondenten
Anders/onbekend	6,4	93
Bos en Gasthuisdistrict	5,0	45
Merenwijkdistrict	5,7	50
Morswijkdistrict	6,8	38
Noord	4,9	37
Roodenburgdistrict	5,0	54
Stevenshofdistrict	6,1	66
Eindtotaal	5,8	383

Wijken	Gemiddeld cijfer buurthuis	Aantal respondenten
Anders/onbekend	7,1	93
Bos en Gasthuisdistrict	6,7	45
Merenwijkdistrict	7,0	50
Morswijkdistrict	7,0	38
Noord	7,0	37
Roodenburgdistrict	5,6	54
Stevenshofdistrict	7,2	66
Eindtotaal	6,9	383

O-METING GEBRUIK BUURTLOCATIES

De Huizen van de Buurt zijn sinds het begin van het jaar enkel op aanvraag open geweest. Daarbij konden bewoners niet deelnemen aan ontmoetingsactiviteiten. Wij vroegen aan bewoners die het Huis van de Buurt kennen wat voor cijfer zij hun buurthuis zouden geven. Gemiddeld was dit een 6,9. Elke doelgroep scoort boven de 7 op de 40-65 groep na (6,6). Wij verwachten dat dit cijfer ook nog steeds beïnvloed is doordat wij lange tijd gesloten moesten blijven.

Bewoners geven
het Huis van de Buurt
gemiddeld
het rapportcijfer

6,9





UIT DE PRAKTIJK

JEU DES BOULES

De waarde van ons integrale werken komt vaak tot uiting in onze activiteiten. Tekenend hiervoor was de behoefte van een paar dames van ruim 80 jaar. Ze wilden zo graag weer eens Jeu de boule'n. Een set ballen was snel geregeld en nog geen twee weken later gooiden we onze eerste bal. Alleen al door daar bezig te zijn werden we aangesproken door verschillende voorbijgangers waarvan er een aantal graag een balletje mee gooiden.

Het gooien van de ballen werd uiterst serieus genomen en de regels idem dito maar tussendoor werd er gelachen en werden mooie verhalen verteld. Uiteindelijk is dit een wekelijks uurtje waarin onze collega Achraf denkt van grote waarde te kunnen zijn, maar waar hij tegelijkertijd het minst het gevoel heeft dat hij aan het werk is.



UIT DE PRAKTIJK

INSPELEN OP DE RAMADAN MET VOETBAL

Toen de avonden langer werden en het zonnetje meer ging schijnen raakten onze beweegcoaches in gesprek met jongeren. Vanzelfsprekend kwam de Ramadan aan bod. Veel jongeren en collega's deden hieraan mee. De jongeren vonden het fantastisch als we in de uren voordat de zon onderging een voetbalactiviteit konden aanbieden.

Voetbal is voor de meesten laagdrempelig en zo'n activiteit kan precies de juiste hoeveelheid energie en afleiding geven om de laatste uurtjes tot zonsondergang te overbruggen. Door de beweegactiviteit naar later op de dag te schuiven kon na de intensiteit van het voetballen ook direct thuis aan het eten en drinken worden begonnen.

Onze beweegcoaches hebben het werkritme aangepast en op die manier zijn we ook tijdens de Ramadan in contact gebleven met onze doelgroep. We hebben in de wijken Bos en Gasthuis, de Merenwijk en de Morsch onze activiteit twee keer per week aangeboden met elke keer zo'n 20 jongeren die meededen. Een succes waar we natuurlijk graag volgend jaar mee terug komen!





Mantelzorgondersteuning





Focuswijken voor het thema mantelzorg zijn Leiden Noord, Binnenstad en Boerhave. In deze wijken ligt de focus om meer mantelzorgers in beeld te krijgen. Dit gaat met name om de werkende mantelzorger, de allochtone mantelzorger en de jonge mantelzorger. Deze vraag is ook terug te zien in de nul meting. Om met deze doelgroepen in contact te komen hebben wij het afgelopen half jaar de volgende activiteiten uitgevoerd:

- **Walk & talk, wandelen in de buitenlucht in tweetallen met allochtone mantelzorgers van locatie Vogelvlucht.**
- **Koffietafel op afspraak voor werkende mantelzorgers in de binnenstad.**
- **Webinar Netwerk jonge mantelzorgers vanuit locaties Boerhave en De Kooi.**
- **Workshop frisbee gooien vanuit locaties Boerhave en De Kooi.**
- **Actief telefonisch benaderen en contact onderhouden met Mantelzorgers.**

GERELATEERDE KWALITEIT PRESTATIE INDICATOREN (KPI'S):

In 2021 is het aantal Leidenaren dat mantelzorg verleent toegenomen tot 18%. Het percentage (zeer) zwaar belaste mantelzorgers is afgenomen met 1%.





0-METING – TOENAME MANTELZORGERS

Begin juni hebben we de nulmeting uitgevoerd. Hieruit kwam naar voren dat onze inzet effect heeft gesorteerd. We hebben aangegeven extra capaciteit in te zetten in de binnenstad, Leiden-Noord en het Boerhaavedistrict (deze drie districten vallen in onze 0-meting onder Noord). We zien in onze resultaten dat in de verschillende districten er minimaal 21,6% mantelzorgers is. We zijn benieuwd hoe dit zich verder gaat ontwikkelen. We verwachten nog na effecten van corona en hierdoor een toename van mantelzorgers.

Districten	Aantal mantelzorgers	Percentage mantelzorgers
Bos en Gasthuisdistrict	14	31,11%
Merenwijkdistrict	14	28,00%
Morswijkdistrict	11	28,94%
Noord	8	21,62%
Roodenburgdistrict	12	22,22%
Stevenshofdistrict	25	37,88%
Anders/onbekend	33	35,48%
Totaal mantelzorgers	117	30,50%



30,5%
van de
bewoners is
mantelzorger



UIT DE PRAKTIJK

ERKENNING EN HERKENNING VOOR MANTELZORGERS

De maandelijkse koffietafel voor mantelzorgers zorgt voor verbinding tussen mantelzorgers. Zij herkennen en erkennen elkaars situatie en wisselen ervaringen uit. Er ontstaan contacten waarin men elkaar kan steunen. De mantelzorgcoaches uit bijvoorbeeld de wijk Leiden Noord faciliteren en spelen in op de vraag. Aan tafel kunnen zij laagdrempelig directe ondersteuning bieden en doorverwijzen waar nodig. Desgewenst kan er rond een bepaald onderwerp een gastspreker worden uitgenodigd. Is er behoefte aan ontspanning? Dan is er ruimte voor een wandeling of een workshop. De mantelzorger mag het zeggen!



IN DE PRAKTIJK

MANTELZORGCOACH IN GESPREK MET ECHTPAAR

Het sociaal wijkteam doet melding van een echtpaar waarvan mevrouw twee jaar geleden een herseninfarct heeft gehad. Mevrouw heeft een nare jeugd gehad en door het infarct komen die herinneringen allemaal weer boven. Haar man weet niet hoe hij hiermee om kan gaan. Onze mantelzorgcoach gaat langs om mevrouw over te halen om een keer naar de inloop van Wijkcentrum de Kooi te komen. Mevrouw geeft aan dat ze in het verleden als taxichauffeur regelmatig mensen naar de Kooi bracht. Ze heeft uiteindelijk een hele leuke ochtend in de Kooi en komt daar zowaar een vrijwilliger tegen die vroeger ook taxichauffeur is geweest. Twee weken later bezoekt onze mantelzorgcoach het echtpaar nog eens. Het doet mevrouw goed om te praten over wat haar wensen zijn. Voor haar man is het fijn dat mevrouw de situatie meer en meer accepteert. Het echtpaar wordt doorverwezen naar Een Goede Buur om een invalidenkaart aan te vragen en te bekijken of ze recht hebben op zorgtoeslag. Onze mantelzorgcoach koppelt de nieuwe situatie terug aan MVT. Dit wordt dusdanig gewaardeerd dat ze gelijk een nieuwe case aangeboden krijgt.





0-METING - ZWAARBELASTE MANTELZORGERS

Van de bewoners die aangaven mantelzorg te verlenen, gaf 47,9% aan dat zij tamelijk tot heel zwaar belast waren. Het effect van corona op de mantelzorgcijfers is nog moeilijk te bepalen. Wij verwachten wel dat het aantal belaste mantelzorgers is toegenomen, deels door ziekte en door de beperkingen om dichtbij anderen te komen.

Districten	Aantal (zeer) zwaarbelaste mantelzorgers	Percentage (zeer) zwaarbelaste mantelzorgers
Bos en Gasthuisdistrict	8	57,14%
Merenwijkdistrict	10	71,43%
Morswijkdistrict	1	9,09%
Noord	3	37,50%
Roodenburgdistrict	4	33,33%
Stevenshofdistrict	17	68,00%
Anders/onbekend	13	39,39%
Totaal aantal / percentage (zeer) zwaarbelaste mantelzorgers	56	47,90%

47,9%
van de mantelzorgers
geeft aan tamelijk tot
heel zwaar belast te zijn



SAMENWERKEN IN DE PRAKTIJK

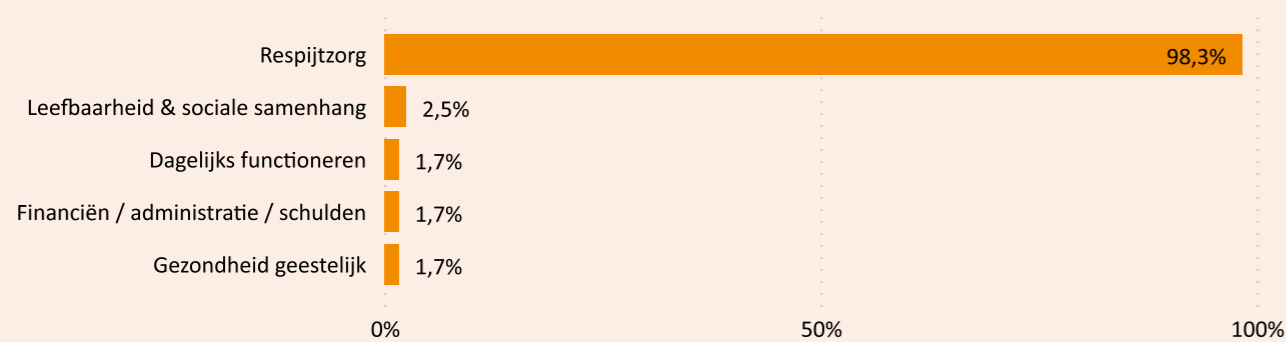
Regelmatig heeft een bezoeker vrijwilliger contact met mevrouw B. om met haar te praten over haar overleden man en vriendin. Mevrouw B. is veel alleen en heeft een klein netwerk. Eigenlijk is er alleen een buurvrouw die haar af en toe helpt met de boodschappen. In mei komt mevrouw ten val en raakt ze verward. Reden voor de huisarts om haar door te sturen naar een verpleeghuis. Bij binnenkomst blijkt mevrouw echter ook longontsteking te hebben en wordt ze opgenomen in het ziekenhuis.

Bij gebrek aan mantelzorgers (zoals echtgenoot of kinderen) worden spulletjes vanuit het verpleeghuis niet doorgezet naar het ziekenhuis. Hetzelfde geldt voor het dossier van mevrouw B. De huisarts geeft in het geval van mevrouw B. aan dat mevrouw zelf eindverantwoordelijk is. Maar gezien de verwarde toestand van mevrouw is deze verantwoordelijkheid niet bij haar neer te leggen. Officieel draagt een huisarts deze verantwoordelijkheid over aan de dienstdoende arts in het verpleeghuis. Aangezien mevrouw daar maar heel kort is geweest, heeft de betreffende arts haar in het verpleeghuis niet gezien of gesproken. Enfin; niemand neemt de verantwoordelijkheid voor mevrouw B. en zo belandt zij tussen wal en schip van de verschillende instanties.

Uiteindelijk is het de bezoeker vrijwilliger die zorgdraagt voor de spulletjes van mevrouw B. en haar, samen met de buurvrouw, opzoekt in het ziekenhuis. Ondanks de krappe financiële positie en het gebrek aan vervoer van de vrijwilliger. Contact met MVT laat weten dat reiskosten eventueel gedeclareerd kunnen worden en dus heeft Includio aangeboden om deze kosten voor haar rekening te nemen. Eind goed, al goed. Al is het heel schrijnend dat iemand als mevrouw B. zo afhankelijk is van verschillende instanties, vrijwilligers en een goede buurvrouw die wel of niet met elkaar willen en kunnen samenwerken.

TOP 5 HULPVRAGEN MANTELZORGONDERSTEUNING

Ook hier hebben we een nul meting uitgevoerd in de diverse wijken in Leiden om te kijken wat de resultaten van onze inzet is.



RESPIJTWIJZER

Voor mantelzorgers is 'tijd voor jezelf' extra belangrijk om de zorg vol te kunnen houden. Er zijn allerlei soorten respijtzorg. Van een buddy aan huis tot dagopvang of logeeropvang. Ook samen op vakantie behoort tot de mogelijkheden. In Leiden heeft Includio in 2021 de Respijtwijzer Leiden gelanceerd. Op deze website vinden mantelzorgers alle respijtmogelijkheden in de regio: www.respijtwijzerleiden.nl





UIT DE PRAKTIJK

MEVROUW VAN DONGEN HEEFT MET STUDENTE PRAISE EINDELIJK WAT TIJD VOOR ZICHZELF

Rina van Dongen is mantelzorgster voor haar man Maarten. Trots vertelt ze dat ze al 60 jaar getrouwd zijn. "We hebben elkaar altijd veel vrijheid gegeven", vertelt Rina. "Maarten heeft met veel plezier gewerkt en ik was naast ons gezin actief met vrijwilligerswerk. Dat deed ik graag en het gaf me veel energie. Nu ben ik mantelzorgster voor Maarten. Hij heeft dementie. Mijn vrijheid is nu echt beperkter!"



We hebben een vast weekschema, daar vaart Maarten wel bij. Zo gaat Maarten naar dagopvang bij een zorgboerderij en het Odense huis van Inluzio Leiden. Maar voor mij is het echt zaak om balans te vinden en ook te zoeken naar tijd voor mezelf", zegt Rina.

Mantelzorgcoach Anke Ida stelde voor om een buddy toe te voegen aan het weekschema van Maarten. In eerste instantie leek het tegenstrijdig om nog een activiteit toe te voegen aan het weekschema van Maarten. Dit keer ging het vooral om de positieve gezondheid van Rina, zodat zij tijd voor zichzelf heeft.

Praise volgt de opleiding Social Work aan het Mbo Rijnland in Leiden. Voor haar studie doet ze ervaring op als buddy. Sinds een aantal maanden komt zij elke donderdagmiddag bij Maarten van Dongen langs. Ze praten samen of gaan wandelen. Rina: "Gelijk na de eerste keer voelde het goed. Praise en Maarten kunnen het goed samen vinden.

En met de komst van Praise heb ik elke week twee vrije uurtjes voor mezelf. Meestal ga ik gelijk op pad. Naar buiten om te wandelen of een paar boodschappen doen. Het zijn voor mij hele kostbare uurtjes. Ik kan dan echt even opladen en Maarten met een gerust hart bij Praise achterlaten."



WEEK VAN DE JONGE MANTELZORGER

Van 1 tot 7 juni was het de jaarlijks terugkerende week van de jonge mantelzorger. Ook Inclusio Leiden deed mee met een webinar voor beroepskrachten en frisbee workshops voor jongeren. De week van de jonge mantelzorger is bedoeld om aandacht te geven aan jongeren die opgroeien met zorg.

Ongeveer 1 op de 4 jongeren groeit op met iemand in de directe omgeving met een chronische ziekte, beperking, psychische kwetsbaarheid of een verslaving. Dat kan een ouder zijn, een broer of zus, maar ook een grootouder of goede buur. Deze jongeren helpen bijvoorbeeld mee in de fysieke zorg, hebben extra huishoudelijke taken en helpen met het regelen van de zorg. Maar daarnaast maken ze zich op jonge leeftijd ook meer zorgen dan leeftijdsgenoten en missen ze soms de nodige zorg en aandacht voor zichzelf. In Leiden, Leiderdorp, Zoeterwoude en Oegstgeest werken organisaties samen om jonge mantelzorgers beter te ondersteunen in het Netwerk Jonge Mantelzorgers Leidse Regio.

In Leiden zijn we de week begonnen met een webinar: 'In gesprek met jonge mantelzorgers'. Zo'n 60 beroepskrachten kwamen online bij elkaar om meer te weten te komen over jongeren die zorgen. Een nieuwe tool om deze jongeren te herkennen en met ze in gesprek te gaan; de Jonge Mantelzorger Check,

werd gepresenteerd en er werd geluisterd naar de ervaringsverhalen van jonge mantelzorgers Stanley en Linda. Ook een decaan kwam aan het woord. De Leidse wethouder Marleen Damen opende het vernieuwde Netwerk Jonge Mantelzorgers Leidse regio met mooie woorden.

De rest van de week hebben de sportcoaches van Inclusio Leiden samen met de jongerenwerkers van SOL sportactiviteiten georganiseerd. Zo is er fanatiek gefrisbeed tijdens de frisbee workshops en mochten de jongeren een speciaal gemaakte frisbee mee naar huis nemen. Op deze manier hebben wij meer mensen bewust gemaakt dat vele jongeren opgroeien in een gezin waarin iemand extra zorg nodig heeft.

Het is belangrijk dat meer jonge mantelzorgers de weg naar gepaste ondersteuning kunnen vinden als ze dat nodig hebben. Meer informatie over en voor deze doelgroep is te vinden op www.ikzorgvoor.com.



Eenzaamheid verminderen

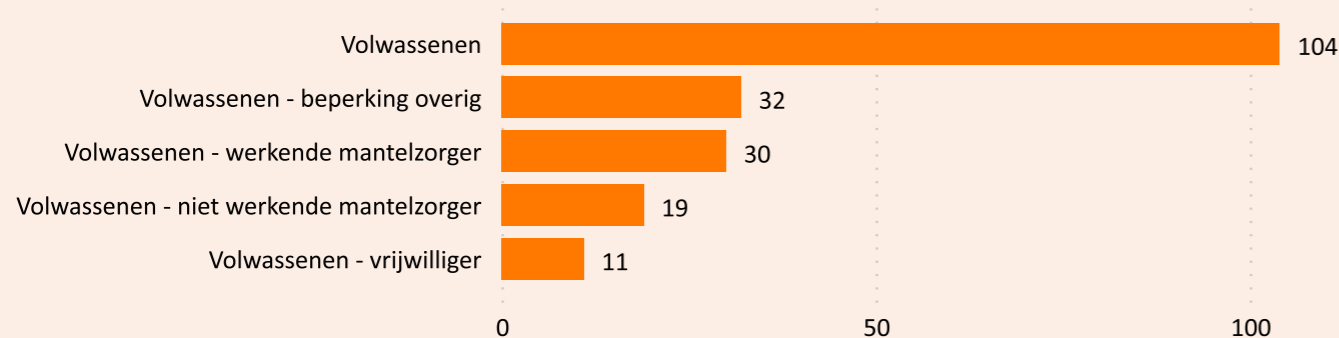




In het licht van afgelopen jaar zijn alle activiteiten die wij hebben georganiseerd gericht geweest op het ontmoeten van elkaar en het uit hun isolement halen van bewoners. Hierin hebben de volgende wijken extra aandacht gekregen: Leiden Noord, Bos en Gasthuis en de binnenstad. We zien dit ook terug in de cijfers bij onderstaande grafiek. Met name bij de grafiek uitstroom casussen vermindering eenzaamheid per wijk. Buiten de huidige hulpvragen hebben we gezien dat er tijdens en door corona een grote eenzaamheid is ontstaan onder studenten. We hebben hierover contact met MBO scholen en HBO scholen. In de Merenwijk zijn bezoeken afgelegd aan studentenflats. Daarnaast hebben de in de binnenstad actief samengewerkt met de Kenniswinkel. We stelden ons buurthuis in het Gebouw beschikbaar voor studenten om elkaar toch te ontmoeten en om in contact te komen met de praktijk, uiteraard binnen de corona maatregelen. Om de eenzaamheid onder volwassenen en jongeren te beperken, organiseerden we diverse activiteiten, al dan niet in samenwerking met partners.

- In samenwerking met Mbo Rijnland op zoek naar eenzame bewoners in de Binnenstad.
- Op afspraak koffie drinken.
- Toen het mocht kleine activiteiten opgestart zoals mandala tekenen, knutselen, etc. in De Kooi en Vogelvlucht.
- Inwoners kregen de mogelijkheid om huisbezoeken telefonisch te doen.

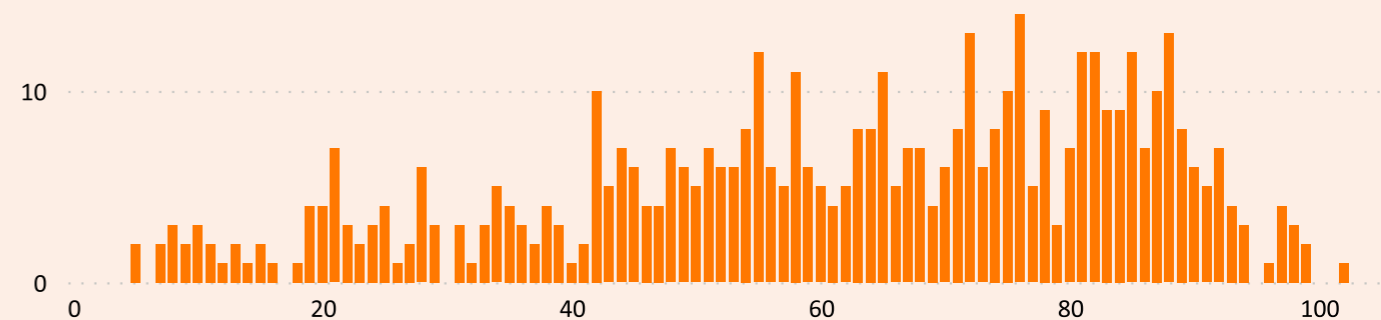
TOP 5 DOELGROEP BEWONERS



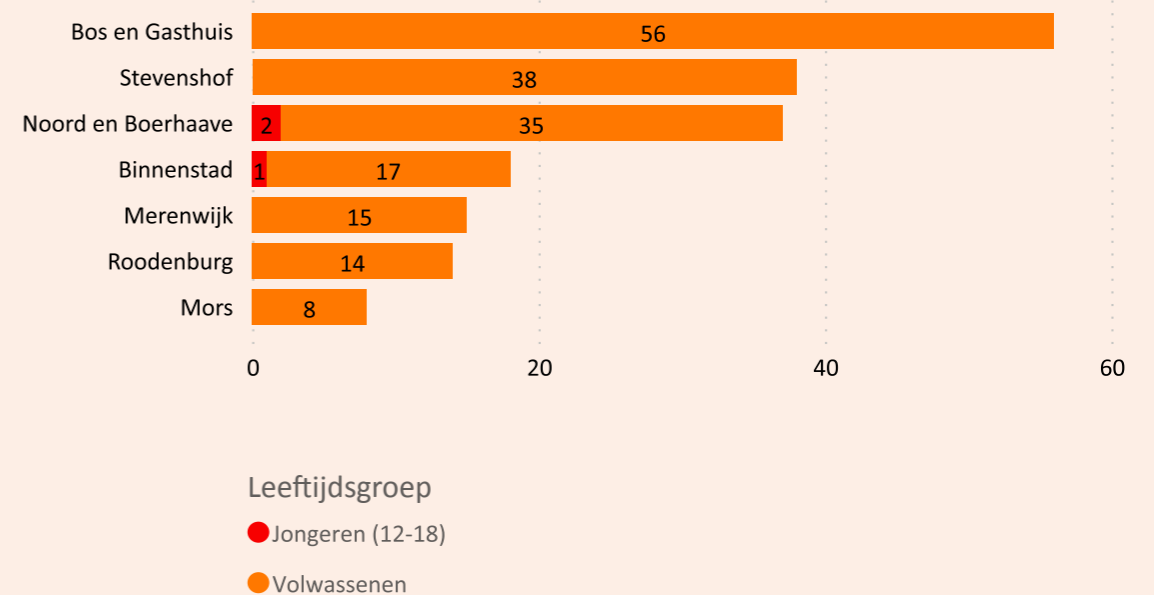
GERELATEERDE KWALITEIT PRESTATIE INDICATOREN (KPI'S):

In 2021 voelt 44% van de Leidenaren zich wel eens eenzaam.

LEEFTIJDEN BEWONERS HULPVRAAG EENZAAMHEID



UITSTROOM CASUSSEN VERMINDERING EENZAAMHEID PER WIJK





UIT DE PRAKTIJK

Tijdens corona heeft team Bos- en Gasthuisdistrict een speciale ansichtkaart gemaakt voor bewoners van het Bos- en Gasthuisdistrict. De ansichtkaarten zijn uitgedeeld tijdens acties van Goede buur komt naar u toe... en waren te verkrijgen bij de lokale supermarkt, bakker en in het Huis van de Buurt Vogelvlucht. Buurtbewoners konden de ansichtkaart naar elkaar sturen met een persoonlijke boodschap op de achterkant van de kaart. Door een simpel kaartje naar elkaar te sturen zijn er mooie onderlinge contacten ontstaan in de straat en buurt. Het doel was om bewoners aan elkaar te verbinden door middel van een schrijven met als doel om postmaatjes of belmaatjes te worden van elkaar. Fysiek bij elkaar komen was niet mogelijk maar op deze manier is het toch mogelijk contact met elkaar te houden. Buurtbewoners bellen en sturen elkaar nog steeds kaartjes.

Een buurtbewoner in Leiden Zuidwest vertelt: "Na het eerste kaartje volgde vaak een telefonisch bedankje en sindsdien worden er kaartjes heen en weer gestuurd, wat is er nou leuker dan een kaartje te ontvangen." Een andere bewoner geeft aan dat er in het woningcomplex nu elke week kaartjes worden gestuurd naar elkaar: "We doen ze zelf bij elkaar in de brievenbus en het is persoonlijker dan WhatsApp". Een aantal buurtbewoners heeft na het ontvangen van de ansichtkaart contact gezocht met de buurtcoach en heeft zich opgegeven voor het landelijke project **postmaatjes.nl** of ze zijn voor een bakje koffie langs geweest in het Huis van de Buurt Vogelvlucht om samen een kaartje naar iemand te sturen. Ook is er gewezen op het Wijkprogramma Bos- en Gasthuisdistrict.



Met de hartelijke groeten

uit

Leiden ZuidWest!



UIT DE PRAKTIJK

MEVROUW JANSSEN IS EENZAAM

Als we telefonisch contact hebben met mevrouw Janssen, horen we al aan haar stem hoe vrolijk en blij ze wordt dat we langs willen komen: "Ik ben zo blij dat jullie bij de ouderen langsgaan in deze coronatijd", zegt ze. "Wij hebben echt behoefte om ons verhaal te doen." En dus staat een van onze collega's binnen enkele dagen op de stoep voor een kop koffie. Mevrouw Janssen uit Leiden Noord heeft een prachtig opgeruimd huis, laat al haar kunstwerken zien en vertelt openhartig haar verhaal. Ze voelt zich eenzaam, ze heeft weinig contact met haar kinderen en kleinkinderen omdat ze ver weg wonen. Wel kan zij zich goed vermaken door kunstwerken te maken en veel af te spreken met de burens. Al snel merkt onze collega dat mevrouw mentaal gezond is maar het lichamelijke niet meer zo soepel gaat. Mevrouw geeft aan dat zij hulp nodig heeft bij het tillen van de boodschappen, dit is te zwaar voor haar. En zo spreken we af dat we op zoek gaan naar een vrijwilliger die haar een keer per week helpt met het doen van boodschappen. Mevrouw Janssen is erg blij en sluit af met de woorden: "Ik hoop hier nog lang gebruik van te mogen maken."



UIT DE PRAKTIJK

JEU DES BOULES

De waarde van ons integrale werken komt vaak tot uiting in onze activiteiten. Tekenend hiervoor was de behoefte van een paar dames van ruim 80 jaar. Ze wilden zo graag weer eens Jeu de boule'n. Een set ballen was snel geregeld en nog geen twee weken later gooiden we onze eerste bal. Alleen al door daar bezig te zijn werden we aangesproken door verschillende voorbijgangers waarvan er een aantal graag een balletje mee gooiden.

Het gooien van de ballen werd uiterst serieus genomen en de regels idem dito maar tussendoor werd er gelachen en werden mooie verhalen verteld. Uiteindelijk is dit een wekelijks uurtje waarin onze collega Achraf denkt van grote waarde te kunnen zijn, maar waar hij tegelijkertijd het minst het gevoel heeft dat hij aan het werk is.



IN DE PRAKTIJK

SAMENWERKEN BIJ SIGNALERING VAN PROBLEMEN

Een van onze collega's krijgt een telefoontje van een dominee in de wijk. Van ouderen in een aantal flats hoort ze regelmatig dat het wonen er niet meer zo fijn is. Ze zijn ooit in deze flat komen wonen omdat het een seniorenflat is. Inmiddels is het beleid van de woningbouwvereniging veranderd en blijkt het geen seniorenflat meer te zijn. Ouderen ervaren daardoor minder samenhang in hun flat, meer overlast en zelfs meer onveiligheid. Helaas moet onze collega bevestigen dat wij deze signalen ook krijgen en uit dezelfde flats. We spreken af dat we er tijdens onze welzijnsbezoeken speciale aandacht aan geven en via onze buurtcoach gaan we het gesprek aan met de wijkconsulent van de betreffende woningbouwvereniging.



IN DE PRAKTIJK

EENZAME JONGEREN IN DE MORS

Sinds de start van Includio in de Mors hebben we diverse activiteiten voor jongeren ontwikkeld. Wij begonnen met 'Sport in de wijk' op het Krajicek playground Maansteenpad. Kinderen en jongeren konden gratis komen sporten. We groeiden van 4 naar 20+ deelnemers per activiteit. Naast het sporten voeren wij ook heel veel gesprekken met de jongeren en zijn wij erachter gekomen dat de jongeren sinds Corona eenzamer zijn geworden. Ze gaan minder met vrienden om, er is weinig te doen of ze hangen buiten en zorgen voor overlast uit verveling.

Uit de gesprekken die wij met de jongeren voerden kwam vooral naar voren dat er geen plek is waar zij samen konden komen om wat leuks te doen. Hierdoor hangen ze op straat of blijven ze thuis. De sociale contacten gaan hierdoor ook achteruit en de jongeren zijn alleen nog maar online te vinden.

In september van dit jaar starten we daarom met een Jongeren inloop in combinatie met sport. De bedoeling is dat wij een ruimte reserveren in het buurthuis waar de jongeren 2 uurtjes in de week kunnen samen komen en leuke dingen kunnen doen. Denk aan een filmavond, potje tafeltennis of gamen op de Playstation. Het idee lijkt heel erg op een 'buurthuis inloop' van vroeger. En dát is juist wat we de jongeren willen doen geloven. Het doel is namelijk om eenzaamheid onder jongeren te verminderen, onze contacten met de jongeren te versterken en om erachter te komen wat jongeren in de wijk nodig hebben om overlast te verminderen. Wij kunnen natuurlijk niet tegen de jongeren zeggen dat wij een activiteit organiseren vanwege eenzaamheid, omdat zij zelf nooit zullen toegeven dat zij eenzaam zijn.

Jongeren die mee willen doen aan de Jongeren Inloop moeten aan een aantal eisen voldoen. Zo starten we met gezamenlijk sporten, want sporten zorgt ervoor dat jongeren elkaar beter leren kennen. Bovendien is sporten gezond.

Daarnaast willen we dat jongeren zich van tevoren aanmelden via WhatsApp. Zodoende weten we wie er binnen is. Tenslotte moeten jongeren helpen met opruimen en zich af en toe vrijwillig inzetten voor de overige activiteiten die wij organiseren.





Vrijwilligersondersteuning





Vrijwilligers zijn onmisbaar voor onze missie. De vrijwilligerscoaches zijn samen met hun collega's verantwoordelijk voor het werven en begeleiden van de eigen Inclusio vrijwilligers (inmiddels ruim 400). Elk team heeft contact met de maatschappelijke organisaties, sportverenigingen, vrijwilligerskorpsen en speeltuinen, etc. en bieden ondersteuning op het gebied van vrijwillige inzet. Daarnaast hebben de vrijwilligerscoaches ook een stedelijke taak om de overkoepelende organisaties te ondersteunen bij het zoeken en binden van vrijwilligers.

In de binnenstad en Leiden noord-en zuid is de betrokkenheid van de vrijwilligers laag. Hier hebben we extra op ingezet met de volgende acties:

- Voorbereiding vrijwilligerscafé (Merenwijk).
- Opstart vrijwilligers informatiepunt Nieuwstraat.
- Gestart met wijkleren waarbij vrijwilligers de kans krijgen om middels een leercertificaat terug te keren naar de arbeidsmarkt.
- Contacten onderhouden met clubs die subsidie krijgen.
- Verjaardagskaarten zijn ontwikkeld en verstuurd naar vrijwilligers.
- Vrijwilligers website (<https://leidenvrijwilligerswerk.nl/>) is live gegaan.
- Vrijwilligers zijn betrokken gebleven bij de buurthuizen.
- Telefonisch contact met vrijwilligers.

GERELATEERDE KWALITEIT PRESTATIE INDICATOREN (KPI'S):

In 2021 verricht 41% van de Leidenaren vrijwilligerswerk. In Leiden is de inzet en betrokkenheid van vrijwilligers groot.





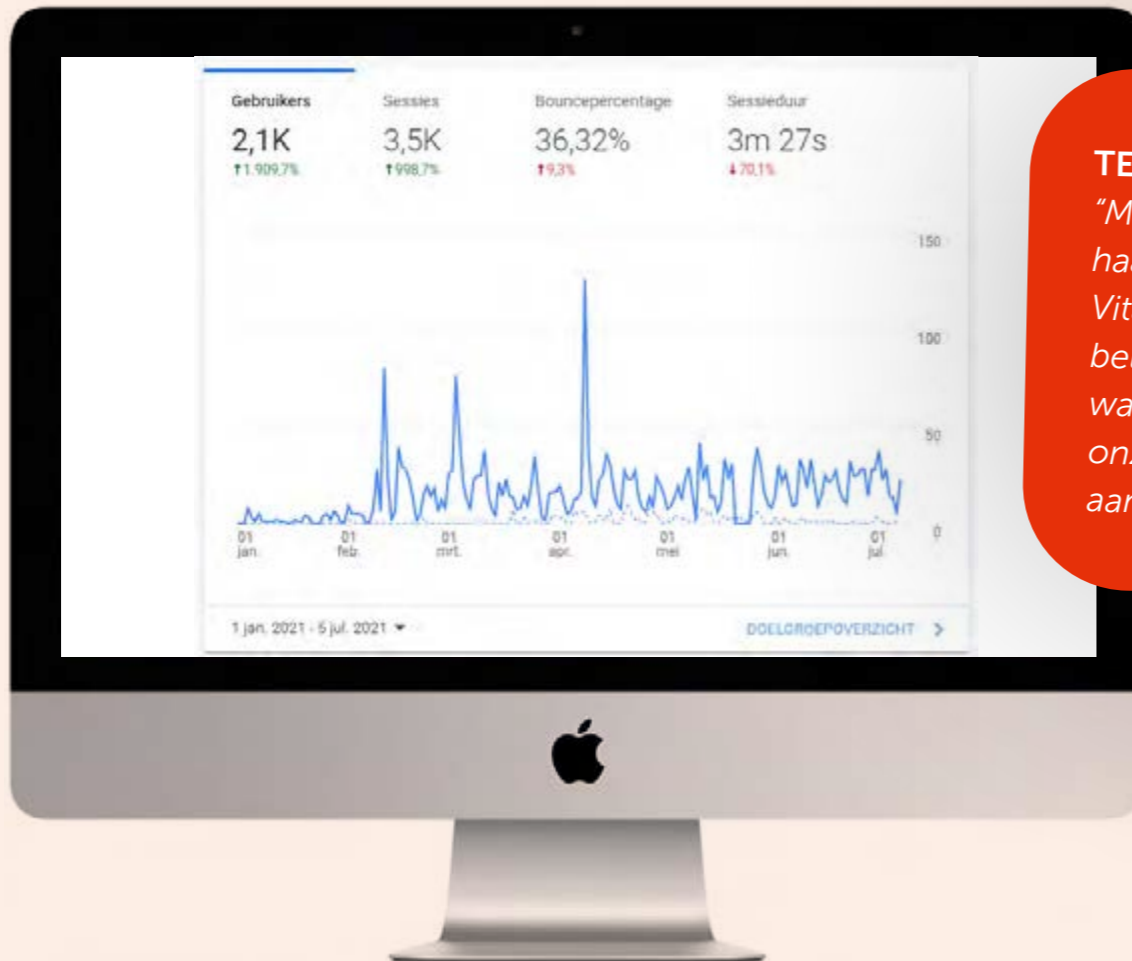
WEBSITE LEIDEN VRIJWILLIGERSWERK

Sinds maart staat ons matchingsplatform online:

www.leidenvrijwilligerswerk.nl.

Inmiddels zijn er ca. 100 organisaties bij ons aangesloten. We zetten social media (zoals Instagram en Facebook) in om ook de jongere doelgroep te bereiken.

De matchingswebsite is eenvoudig gekoppeld aan ons intern registratiesysteem Regicare. Maatschappelijke organisaties kunnen eenvoudig een account aanvragen. Deze tussenstap is in onze visie belangrijk zodat we persoonlijk contact leggen en ons netwerk vergroten en verstevigen. Potentiële vrijwilligers kunnen beschikbare vacatures bekijken en zonder onze tussenkomst contact leggen met de aanbieders. Als de vrijwilliger een account aanmaakt kan dat helemaal digitaal en in geval van een match wordt deze dan ook direct geregistreerd. Voor nu geldt dat elke match telt, ongeacht de wijze waarop deze gerealiseerd wordt. In de toekomst hopen wij dat meer vrijwilligers een account gaan aanmaken zodat we de matches beter kunnen volgen. We onderzoeken de optie voor een talentenpool.



TER ILLUSTRATIE

“Maatjesorganisatie Vitalis had een vacature geplaatst voor nieuwe vrijwilligers nadat ik haar persoonlijk had gesproken voor een introgesprek. Er kwam een jonge man bij Vitalis op gesprek. Die bleek bij nader inzien niet geschikt voor dit werk. De coördinator belde mij om te vragen of ik met hem in gesprek wilde om vrijwilligerswerk te vinden wat beter bij hem paste. Hierna bracht onze vrijwilligerscoach hem in contact met onze partner BUZZ die iemand zocht voor hun digitale spreekuur. Inmiddels is hij daar aan de slag. Van dit soort mooie verbindingen worden wij nu gelukkig!”

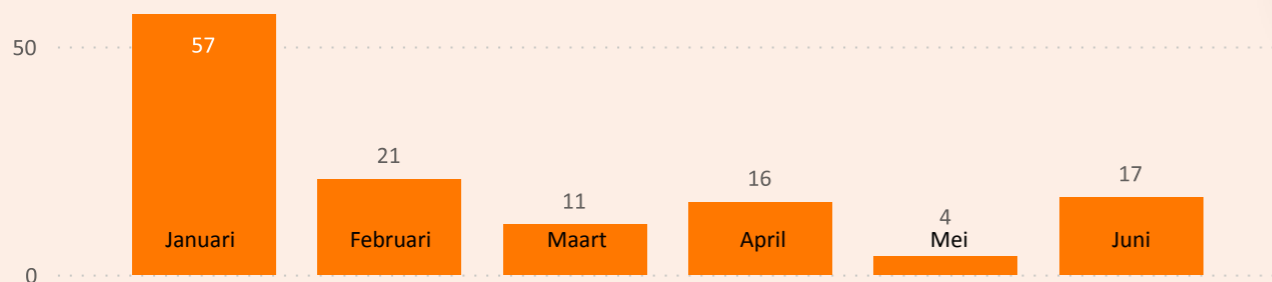
Naast de digitale aanpak hebben we sinds 1 juni elke dinsdagmiddag een spreekuur voor vrijwilligers in het kantoor in de Nieuwstraat. Op 1 juli hebben we voor het eerst een nieuwsbrief verstuurd naar alle organisaties die een account hebben. Daarin is ook aangekondigd dat we in september een eerste stedelijke training organiseren. Door deze contacten hopen we steeds beter in te gaan spelen op de ondersteuningsbehoeften van zowel maatschappelijke organisaties als vrijwilligers.



37,1%
 van de bewoners verricht
 vrijwilligerswerk. Zij doen dit
 gemiddeld 2 dagen per week.

In onderstaande grafiek zie je duidelijk de effecten van corona in het afgelopen half jaar. Om beter in beeld te krijgen wat het effect is van corona op de huidige vrijwilligers hebben we ook een nul meting laten uitvoeren.

VRIJWILLIGERS AANTAL INSCHRIJVINGEN PER MAAND



0-METING - VRIJWILLIGERSONDERSTEUNING

Vrijwilligers zijn enorm belangrijk voor de maatschappij. Uit onze 0-meting blijkt dat 37,1% (142 inwoners) weleens vrijwilligerswerk verricht, en zij doen dit gemiddeld 2 dagen per week. Van de inwoners die bekend zijn met het Huis van de Buurt verricht 41,6% (91 inwoners) vrijwilligerswerk. Wij vroegen inwoners of zij weleens als vrijwilliger werken of vrijwilligerswerk doen. Wij kunnen ons voorstellen dat buurtbewoners die weleens wat voor een ander doen dit niet gelijk als vrijwilligerswerk zien. Hierdoor zou het gemiddelde wat lager kunnen liggen. Het gemiddelde van 2 dagen vrijwilligerswerk per week is redelijk hoog, wat aan kan geven dat bewoners pas vinden dat zij vrijwilligerswerk doen als zij dit meerdere keren per week doen.

Districten	Aantal vrijwilligers	Percentage vrijwilligers
Bos en Gasthuisdistrict	24	53,33%
Merenwijkdistrict	14	28,00%
Morswijkdistrict	20	52,63%
Noord	10	27,03%
Roodenburgdistrict	24	44,44%
Stevenshofdistrict	17	25,76%
Anders/onbekend	33	35,48%
Totaal aantal vrijwilligers	142	37,08%

UIT DE PRAKTIJK

JOY VERZORGT DE PLANTEN EN BLOEMEN IN MATILO



Het is een doodnormale ochtend in Huis van de Buurt Matilo. Joy is net klaar met haar schilderles en zit aan de koffietafel als haar oog op de planten valt. "Die zijn niet echt" is haar eerste reactie en vervolgt met: "Je moet toch echte planten en bloemen hebben in een buurthuis." Vrijwilligersondersteuner John Witteman hoort wat Joy zegt en geeft daarbij aan dat er dan wel iemand moet zijn om de planten te kunnen verzorgen. Joy biedt

enthousiast aan dat zij de planten wel kan verzorgen. John haalt alle planten en potten in huis en Joy zorgt ervoor dat alles wordt gepot en over het buurthuis wordt verdeeld. Wekelijks loop Joy alle planten na en geeft ze water. De waardering van de bezoekers van het buurthuis is enorm en Joy is blij dat ze op deze manier iets terug kan doen!



UIT DE PRAKTIJK

SAMENWERKEN MET SWT IN HET BELANG VAN DE BEWONER

Als wij het verzoek krijgen om een vrijwilliger te vinden om boodschappen te doen met een cliënt, komen we tot de conclusie dat het een cliënt is met zowel fysieke als psychische beperkingen. De cliënt is afhankelijk van zorg en heeft advies nodig over gezonde voeding. Bovendien heeft de cliënt hulp nodig bij het bepalen wat er daadwerkelijk gekocht moet worden. Dit gaat dus iets verder dan de hulp bij het doen van boodschappen. Voor een vrijwilliger is dit een te grote verantwoordelijkheid. Wij stellen dan ook voor dit deel de Wmo door te laten gaan. Wel helpt Includio bij het zoeken van een vrijwilliger of student die iets sociaals kan doen met de cliënt. Een duidelijk voorbeeld uit onze dagelijkse praktijk waarbij het belang van de bewoner vooropstaat!



UIT DE PRAKTIJK

STUDENTEN MAATSCHAPPELIJK BETROKKEN

De studenten van de Goede Doelen Commissie bij L.V.V.S Augustinus wilden graag maatschappelijk betrokken zijn in Leiden. Zij zetten zich graag in voor de Leidse gemeenschap en hebben in het voorjaar geholpen in de Merenwijk, zodat alles er rondom de school en het buurthuis weer netjes uitziet.



UIT DE PRAKTIJK

ONDERSTEUNEN VAN VRIJWILLIGERS MET THE REAL SOCIAL

The Real Social is een Maatschappelijke Diensttijd Traject voor de maatschappelijke ontwikkeling van jongeren tussen de 14 en 28 jaar. Als coaches gaan we het gesprek met jongeren aan. We bespreken hun uitdagingen, problemen en hun rol in de maatschappij. We laten de jongeren inzien hoe ze hun kennis, vaardigheden en talenten kunnen inzetten voor de samenleving. Zo raakte een van onze medewerkers in gesprek met een deelnemster die overwoog om te stoppen met haar opleiding. Na het gesprek, dat ging over het grijpen van kansen, besloot ze om toch te blijven studeren. Ze vertelde letterlijk: "Ik heb het inzicht gekregen hoeveel er wel niet mogelijk is. Daar wil ik graag gebruik van maken!"

Daarnaast laten we jongeren nadenken over een activiteit die zij, met hun talenten, kunnen uitvoeren voor de maatschappij. Zo hebben vier jongeren een wandelgroep geïnitieerd. De jongeren traden buiten hun comfort zone, ze ontdekten wat mogelijk was en zijn uiteindelijk vanuit Zorgcentrum Roomburg met een aantal ouderen een rondje gaan wandelen. Na afloop ontvingen ze, onder het genot van een kop koffie, diverse complimenten.

De jongeren hebben veel geleerd, zijn blij met het netwerk dat ze hebben opgebouwd, hebben meer zelfvertrouwen gekregen en bovendien zijn ze minder bang geworden om ergens aan te beginnen.



UIT DE PRAKTIJK

ROMANA KRIJGT PASPOORT MET BEHULP VAN VRIJWILLIGER



Op een dag loopt Romana binnen bij Huis van de Buurt Vogelvlucht, met de vraag of ze vrijwilligerswerk mag doen. Aangezien we altijd op zoek zijn naar vrijwilligers werd Romana met open armen ontvangen en is inmiddels niet meer weg te denken! Romana ontwikkelde zich tot een perfecte gastvrouw die graag gezien wordt onder de bezoekers en mede vrijwilligers. Zo'n 14 jaar geleden is Romana gevlucht uit haar thuisland, met haar kind van 3 op haar arm. Familie en vrienden liet ze achter. Romana is altijd opgewekt en

biedt een luisterend oor. Romana heeft een sluimerende ziekte en de druk om een paspoort te krijgen en Nederlands burger te worden is dan ook hoog, vooral voor haar kind. Als Romana wegvalt, dan wordt haar kind namelijk teruggestuurd naar land van herkomst. Maar een paspoort verkrijgen ging niet zonder slag of stoot, meerdere malen liep zij tegen de bureaucratie aan van de ambassade.

Gelukkig heeft een vrijwilliger van Een Goede Buur een grote rol gespeeld. Met zijn juridische achtergrond heeft hij gebeld en geschreven met de ambassade, net zo lang tot Romana en haar zoon eindelijk de Nederlandse paspoorten mochten ophalen in Leiden. Tranen rolden over haar wangen toen zij haar paspoort kon laten zien bij ons, en de toekomst van haar kind was veiliggesteld.



Laagdrempelige vormen van dagbesteding





LAAGDREMPELIGE DAGBESTEDING

Om te voorzien in de behoefte van dagbesteding is er het afgelopen jaar aandacht geweest voor drie locaties. In de Rosmolen vindt wekelijks het Odensehuis plaats. Bewoners met (beginnende) dementie zijn hier welkom om de dag door te brengen zodat er thuis wat ruimte is voor rust. De afgelopen periode zijn er wekelijks gemiddeld 14 personen in het Odensehuis geweest. Daarnaast is de BOP Herenstraat een bijzondere buurtlocatie die een diverse doelgroep trekt met verschillende mentale problematieken. Het zijn betrokken bewoners die elkaar opzoeken om in gezelschap te zijn, Wat de BOP Herenstraat bijzonder maakt is het zelfvoorzienende karakter. Buurtbewoners zorgen met een kleine bijdrage dat de koffie en thee geschonken kan worden en zijn betrokken bij het runnen van de plek. Tot slot is in de Kooi het project 'de wijkkamer' gestart. Met name senioren bewoners die wat extra begeleiding en aandacht nodig hebben kunnen hier elke donderdag terecht. Ze zijn creatief bezig, lunchen samen en doen laagdrempelige bewegingsactiviteiten. Huizen van de Buurt De Mors, Stevenshof en Vogelvlucht hebben een start gemaakt met het ontwikkelen en uitvoeren van dagbesteding in laagdrempelig vorm. In Vogelvlucht is de vergrijzing het hoogst, hier hebben we extra aandacht aan besteed. Hier hebben we extra ingezet op vervoer om de mensen de mogelijkheid te geven om naar het Huis van de Buurt te komen. In bovengenoemde Huizen maken nu al gemiddeld 6 tot 7 mensen wekelijks gebruik van de dagbesteding..

GERELATEERDE KWALITEIT PRESTATIE INDICATOREN (KPI'S):
In 2021 hebben ten minste 20 bewoners met een Wmo-indicatie door inzet van sociale basis geen geïndiceerde dagbesteding/begeleiding meer nodig.



UIT DE PRAKTIJK

ONTMOETEN DOE JE BIJ DE BOP HERENSTRAAT

BOP staat voor BuurtOntmoetingsPlek, een pandje om de hoek waar buurtbewoners elkaar ontmoeten, vragen stellen (en antwoorden krijgen), een kop koffie drinken en initiatieven ontplooiën. Een Goede Buur noemen we dat. Een plek waar gemiddeld 20 tot 25 bezoekers per dag langskomen, voor een praatje in de deuropening. Maar ook voor taalles, handwerken en een uitleg over de werking van computer, tablet of iPad. Vooral dat laatste was de afgelopen maanden in trek. Want hoe blijf je in coronatijd in contact met familie zonder elkaar fysiek te kunnen ontmoeten? Mensen bezochten de BOP Herenstraat op afspraak. We beleefden mooie en gezellige momenten, juist door die een-op-een aandacht te kunnen schenken. Er ontstonden prachtige tafelgesprekken, waarbij onze mensen een nog beter inzicht kregen in wat er speelt bij buurtbewoners. Wat houdt eenzaamheid in? Waar ligt het gemis? Wat gaf mensen juist rust in deze periode? Nog mooier waren de initiatieven van buurtbewoners onderling; boodschappen doen voor de buurvrouw, even de buurman naar het ziekenhuis brengen, elkaar helpen in de tuin of samen wandelen op 1,5 meter afstand.

UIT DE PRAKTIJK

DE WIJKKAMER, EEN LAAGDREMPELIGE VORM VAN DAGBESTEDING

Half april zijn we in Huis van de Buurt de Kooi gestart met een laagdrempelige dagopvang voor senioren. Al vrij snel na de start van Inluzio in Leiden meldden twee dames zich aan omdat zij in de buurt iets wilden gaan doen. Na een gesprek met de buurtcoach en een start met een enkele activiteit, wordt duidelijk dat Mieke en Klazien meer nodig hebben. Met hen zijn we de dagopvang gestart. De structuur die wordt geboden doet beide dames goed. Binnen twee maanden groeit de groep naar 6 deelnemers. Wat begon als een pilot is inmiddels een vast onderdeel van het aanbod in het buurthuis geworden. De deelnemers genieten van de activiteiten, het halfuurtje bewegen met de buurtsportcoach en de heerlijke lunch die wordt bereid door Movens. Er wordt gezongen en gelachen én men luistert naar elkaars verhaal. Hier mag en kun je zijn wie je bent. Een mooie groep met bijzondere, mooie mensen!





Afstand tot de arbeidsmarkt verkleinen





GERELATEERDE KWALITEIT PRESTATIE INDICATOREN (KPI'S):

In 2021 zijn 50 Leidenaren met een bijstandsuitkering geactiveerd naar werk, opleiding of andere nuttige dagbesteding

Het afgelopen half jaar hebben we, samen met MBO rijnland, DZB en Buzz, een afdeling werk en inkomen met het wijkleren opgezet. Hiermee richten we ons met name op de doelgroep langdurig uitkeringsinstellingen in de wijken Stevenhof en de Mors.

- Wijkleren: De missie van het programma wijkleren is om mensen - langer dan 2 jaar in de bijstand met problemen op meerdere leefgebieden (grote afstand tot de arbeidsmarkt) - nieuwe kansen te bieden om hun maatschappelijk en economische betekenis in te kunnen zetten. We zetten daarbij in op werk-leertrajecten. Gedurende het hele traject werken we als keten samen in het begeleiden van de deelnemer. De partners werken vanuit hun complementaire expertises. Het gaat hierbij om DZB, Buzz, Mbo Rijnland Afd. Werk en Inkomen.
- BIRDS: wij werken samen met MBO Rijnland, Buzz, DZB en SOL om mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt te motiveren een opleiding te volgen. Deze mensen krijgen begeleiding, coachingsgesprekken en worden verbonden aan het buurthuis in hun eigen wijk.

Unieke bewoners KPI 8
afstand tot arbeidsmarkt
verkleinen





UIT DE PRAKTIJK

AFSTAND TOT DE ARBEIDSMARKT VERKLEINEN

In het Huis van de Buurt werken we met vrijwilligers en regelmatig kunnen wij bijdragen naar een stap vooruit zodat zij weer doorstromen naar een betaalde baan. Zo ook onze vrijwilligster Daniëlle (fictieve naam). Daniëlle kwam bij ons terecht vanuit het Sociale Wijkteam. Ze had een vaste baan, maar door een traumatische situatie op haar werk kwam zij in de ziektewet terecht, mede door dit trauma kon zij de werkvloer niet meer op. Hierdoor was het vertrouwen in de medemens ernstig beschadigd.

Zij is in ons Huis van de Buurt heel fijn opgevangen en werd opgenomen in onze vrijwilligersgroep. Hierdoor kreeg zij het vertrouwen weer terug en is met vallen en opstaan verdergegaan.

Na een periode van bijna twee jaar was zij er aan toe om op zoek te gaan naar een vaste baan. Weer met onze steun kwam zij terecht als huiskamermedewerker bij een van onze netwerkpartners en is ze dus niet meer afhankelijk van een uitkering. Daniëlle gaat vol vertrouwen de toekomst tegemoet. Mooi om te zien hoe een geknakt vogeltjes is veranderd in een prachtige pauw.



UIT DE PRAKTIJK

JONGEREN ZETTEN ZICH IN VOOR KINDEREN IN DE WIJK

Het uiteindelijke doel binnen beweegactiviteiten is onszelf overbodig maken. In de Mors bieden wij twee keer per week een sportactiviteit aan op de Krajicek Playground. In gesprek met een aantal jongeren werd duidelijk dat ze zich graag positief wilden inzetten voor kinderen uit hun wijk. Middels een zogeheten scholarship, in samenwerking met de Krajicek Foundation, worden jongeren door de buurtsportcoach opgeleid en ondersteund bij die inzet. Zij ondersteunen in eerste instantie bij de uitvoering van activiteiten en leren hoe je een soortgelijke activiteit zelfstandig kunt opzetten. Ook helpen zij bij het organiseren van toernooien en gaan zij met de kinderen uit de wijk naar evenementen van de Krajicek Foundation die door heel Nederland worden georganiseerd. Zo kunnen de kinderen uit de wijk gratis kennismaken met verschillende sporten en spelen zij toernooien tegen andere kinderen uit heel Nederland.

De Scholarshippers krijgen een studiebeurs van de Krajicek Foundation in ruil voor hun inzet. Dit jaar zijn 2 jongeren begonnen en volgend jaar wordt dit uitgebreid naar 4. Een mooi voorbeeld van jongeren die een rolmodel willen zijn voor andere jongeren en helpen om de wijk mooier en veiliger te maken.



Vitaliteit & bewegen stimuleren





GERELATEERDE KWALITEIT PRESTATIE INDICATOREN (KPI'S):

In 2021 voldoet 66% van de Leidenaren aan de norm gezond bewegen.

In heel Leiden heeft gezondheid de volle aandacht van Inluzio. Het afgelopen half jaar is het moeilijk geweest om in groepen te sporten. We hebben een alternatief programma opgesteld en activiteiten georganiseerd waardoor mensen toch in beweging konden blijven. Hierin is rekening gehouden met eventuele (lichamelijke of mentale) beperkingen. In de cijfers zien we dat de bereidheid om te sporten hoog is geweest.

Hieronder worden diverse activiteiten uitgelicht:

- **Wintergames**
- **Summergames**
- **Preventieakkoord**
- **Wandelclubs**
- **Voetbal**
- **Leidse sporttuin**





UIT DE PRAKTIJK

DE LEIDSE SPORTTUIN

Het bevorderen van een leven lang bewegen is één van de doelstellingen om te komen tot een gezondere samenleving. Een groot deel van de kinderen beweegt te weinig en is geen lid van een sportvereniging. Via de Leidse Sporttuin helpen we kinderen om meer te bewegen en verschillende sporten te leren kennen waardoor doorstromen naar een vereniging makkelijker wordt. In 4 weken tijd werden 2 sporten aangeboden door verschillende sportverenigingen waardoor op een laagdrempelige manier kan worden kennisgemaakt met deze sporten.

Op de sportvelden van de voetbalvereniging zijn tot aan de zomervakantie voetbal, tennis, ultimate frisbee en volleybal aan bod gekomen. Niet alleen de leerlingen van de drie basisscholen waren welkom maar iedereen kon en mocht mee doen. We bereikten zo'n 50 kinderen.

Vanaf het nieuwe schooljaar (2021 – 2022) zal De Leidse Sporttuin in samenwerking met SOL (Samen Ondernemend Leren) uitbreiden.

SOL biedt op verschillende plekken in Leiden Noord huiswerkklassen aan. We combineren dit met de Leidse Sporttuin om de vertaalslag te maken tussen bewegen en onderwijs.



Klik op de video om deze te bekijken



0-METING VITALITEIT EN BEWEGEN

We hebben een nul meting gedaan om beter inzicht te krijgen in aantallen Leidenaren die voldoen aan de norm gezond bewegen. Bij volwassenen en ouderen spreken we over gezond bewegen als zij tenminste 2,5 uur in de week matig intensief bezig zijn. Voor de 0-meting vroegen wij inwoners hoeveel dagen zij tenminste 30 minuten per dag lichaamsbeweging hebben. Dat betekent dat wanneer zij 5 dagen in de week bewegen zij zeker aan de norm voldoen. 60,6% beweegt 5 of meer dagen per week in ieder geval een half uur: dit kan dus zeker meer zijn. 21,2% beweegt 3 tot 4 dagen per week, hiervan zal een deel waarschijnlijk ook over de norm van 2,5 uur bewegen in de week komen.

Wij vinden het belangrijk om de groepen die niet of 1 à 2 dagen lichaamsbeweging hebben te motiveren en enthousiasmeren dit vaker te doen. Het is interessant om te zien dat in verhouding de oudere doelgroep (65+) aangeeft zeker te voldoen aan de norm gezond bewegen: tussen de 64,7% en 76%. Dit percentage is bij de doelgroep 20 – 40 en 40 – 65 rond de 55%



District	Aantal bewoners die aan norm gezond bewegen voldoen	Percentage bewoners die aan norm gezond bewegen voldoen
Bos en Gasthuisdistrict	27	60,00%
Merenwijkdistrict	30	60,00%
Morswijkdistrict	24	63,16%
Noord	22	59,46%
Roodenburgdistrict	40	74,07%
Stevenshofdistrict	39	59,09%
Anders/onbekend	50	53,76%
Totaal	232	60,57%

Door corona merken we toch dat we beperkt blijven in de mogelijkheden. Mensen durven nog niet in groepen samen te komen of locaties zijn niet geschikt om te bewegen conform te maatregelen. We hopen hier komend jaar minder last van te hebben.

Meer dan
60%
van de bewoners
voldoet aan de norm
gezond bewegen

Bewegen 30+ min	Doelgroep -20	Doelgroep 20 - 40	Doelgroep 40 - 65	Doelgroep 65 - 80	Doelgroep 80+	Onbekend	Eindtotaal
Bewegen niet	6,90%	3,23%	2,27%	4,00%	5,88%	3,23%	3,39%
1 – 2 dagen	0,00%	17,74%	15,15%	10,00%	23,53%	19,35%	14,88%
3 – 4 dagen	10,34%	20,16%	28,03%	10,00%	5,88%	32,26%	21,15%
5 dagen of meer	82,76%	58,87%	54,55%	76,00%	64,71%	45,16%	60,57%
Totaal	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%



UIT DE PRAKTIJK

BEWEEGCOACH HELPT JONGE INWOONSTER OM DE DREMPEL TOT SPORTEN TE VERLAGEN

Een beperkte mentale capaciteit brengt soms ongemakken met zich mee. De drempel om te gaan bewegen bij een sportvereniging kan dan als extra hoog worden ervaren om uiteenlopende redenen. Die drempel wordt natuurlijk alleen maar hoger als je niet weet welke sport dat kan zijn.

Een jongedame die met deze verhoogde drempel stoeide is door een van onze beweegcoaches begeleid in de zoektocht naar een vereniging. Door samen te kijken naar de verschillende mogelijkheden in de buurt en uit te vragen wat haar leuk leek, werd uiteindelijk voor skeeleren gekozen.

Het contact met de vereniging werd gelegd en de eerste keer spraken we af om samen vanaf de parkeerplaats naar de training te lopen, zodat ze niet alleen was.

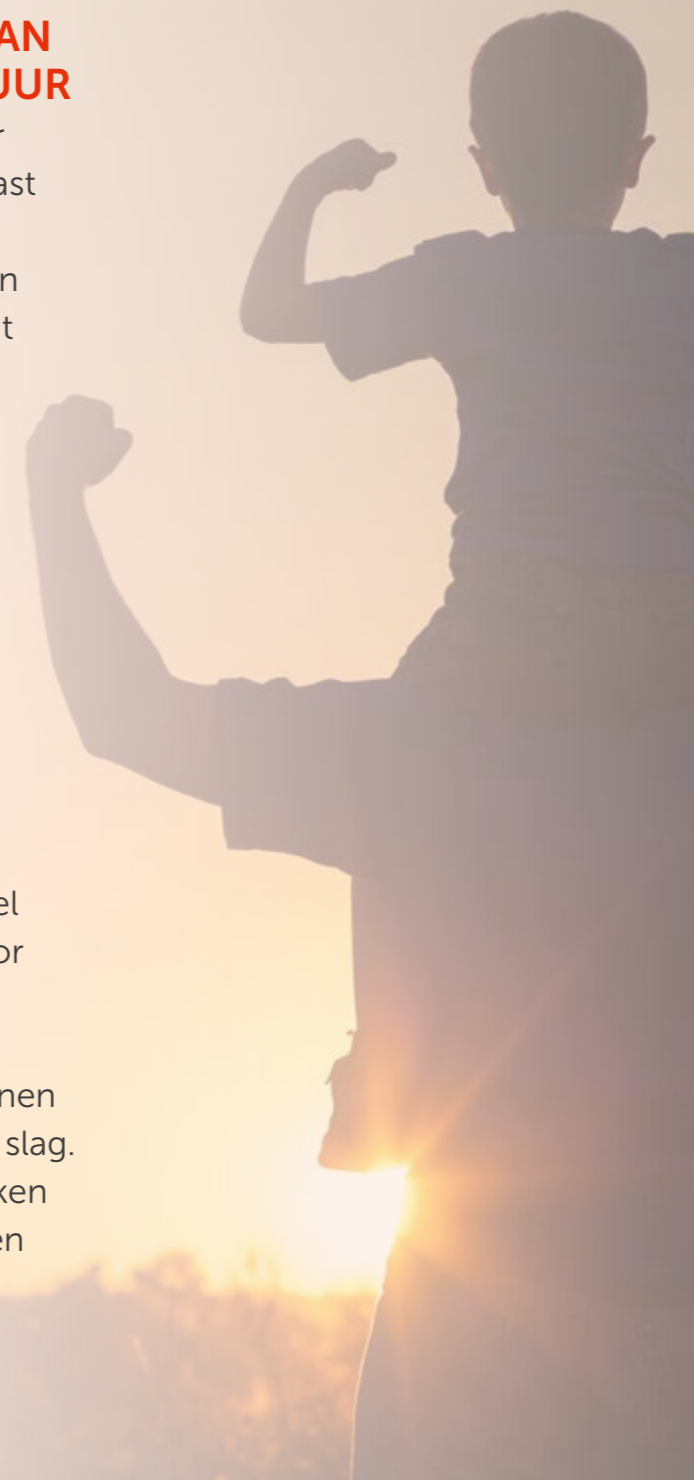
De tweede training kwam ze met haar vader naar de parkeerplaats en kwam onze beweegcoach bewust later met het gewenste resultaat: ze was zelf naar de trainers en de andere deelnemers toegelopen en had vast haar skeelers aangedaan. Inmiddels is ze lid van de vereniging en verkent ze samen met de club de mogelijkheden om niet alleen zomers te skeeleren maar ook in de winter op de schaats te staan.

UIT DE PRAKTIJK

ZOON EN DOCHTER KUNNEN WEER SPORTEN MET BEHULP VAN JEUGDFONDS SPORT EN CULTUUR

Om uiteenlopende redenen kan het voor gezinnen moeilijk zijn om de financiële last te dragen van het abonnement van een sportvereniging. Het Jeugdfonds Sport en Cultuur wordt ingezet om de kinderen uit juist die gezinnen de mogelijkheid te bieden om zich aan te sluiten bij een vereniging of bijvoorbeeld hun zwemdiploma te halen.

Gelukkig loopt sinds de (voor kinderen) heropening van de sportvereniging, de hoeveelheid aanvragen rap op. We zijn natuurlijk blij dat we zoveel gezinnen kunnen helpen. Zo ook bij het gezin waarmee onze buurtcoach in aanraking kwam. De dochter wilde al heel lang starten met basketbaltraining en voor de zoon werd het hoog tijd om zijn zwemdiploma te halen. Het invullen van het formulier koste nauwelijks tijd en binnen no-time konden beiden kinderen aan de slag. Na een check bij beide verenigingen maken beide kinderen grote sprongen en hebben ze het erg naar hun zin.





SAMENWERKING

SAMENWERKING MET MBO RIJNLAND

Inluzio en Mbo Rijnland hadden de afgelopen maanden een bijzonder fijne samenwerking.

- Zo koppelden we vijf studenten aan kwetsbare ouderen.
- We organiseerden een buurtfeest voor de Prinsessenbuurt n.a.v. een grootschalige renovatie.
- We hebben twee klusdiensten opgezet, voor Leiden en Noord en Zuid. Dit in samenwerking met het Sociaal Wijkteam, Inluzio en Mbo Rijnland. We leggen daarbij de nadruk op klussen waar professionals niet aan toe komen of klussen die extra aandacht vergen.
- Er werden 6 klassen Sociaal Werk ingeschakeld voor het afnemen van grootschalige enquêtes in heel Leiden. De resultaten van deze 0-meting zijn verwerkt in deze rapportage.
- We bedachten diverse acties om Huis van de Buurt Het Gebouw aantrekkelijker te maken.

Uiteraard hebben we ook gezamenlijke ambities gesteld voor de toekomst:

- Het koppelen van klassen Sociaal Werk aan de Huizen van de Buurt.
- Studenten inzetten voor de inloop bij de Nieuwstraat.
- In september ondersteunt een klas Sociaal Werk Inluzio bij de Burendag voor Leiden Noord.





SAMENWERKING

UIT DE PRAKTIJK

EERSTEJAARS STUDENTEN ORGANISEREN BUURTFEEST IN LEIDEN

Eerstejaars studenten Social Work van Mbo Rijnland hebben in opdracht van Includio Leiden een buurtfeest georganiseerd. Het was meteen een mooie afsluiting van een stageperiode in een gekke tijd.

De Prinsessenbuurt in Leiden Noord heeft een grote renovatie ondergaan. De bewoners waren wel toe aan wat gezelligheid in de wijk. Astrid Prakke, docent Sociaal Werk bij het Mbo Rijnland en projectleider bij CIV Welzijn & Zorg: "Ik zit met de studenten in Het Gebouw, een multifunctionele accommodatie middenin de wijk. Includio zit naast ons. En zij gaven ons de opdracht iets te organiseren voor de wijk. Ontzettend leuk, zeker na zo'n saai jaar waardoor er door Corona weinig projecten waren."

Op de dag zelf, een prachtige zomerse dag staat Lisa bij een koffietafel de buurtbewoners te ontvangen. De instroom loopt nog een beetje traag. "We hebben alles zelf bedacht, de flyers gemaakt en uitgedeeld. Het is echt heel leuk. Je leert organiseren. Je moet alles op orde hebben en je moet een plan hebben. Astrid hielp ons hierbij, maar ook van Includio kregen we begeleiding. De buurt is gerenoveerd en vanuit Includio is de wens om de mensen bij elkaar te brengen." Studiegenoot Menno vult lachend aan: "Het is wel een beetje chaotisch. Hoeveel koffie moet je bijvoorbeeld meenemen, dat is best lastig inschatten. Maar ja, het is ons eerste project."



Inmiddels zijn er al wat meer bewoners. En ook de wijkagent is erbij komen zitten. Jolanda Swart, buurtcoach bij Includio Leiden is in ieder geval tevreden. "Heel erg leuk dat jongelui dit voor de bewoners organiseren. Voor de studenten is het goed om te zien wat het doet als je daadwerkelijk in de wijk aanwezig bent. Het is heel anders dan vanuit een klaslokaal. Ze worden erbij betrokken. Ze tellen mee en zijn van toegevoegde waarde. Ze zien hoe zoiets werkt, hoe praat je bijvoorbeeld met de bewoners. Hier wonen diverse mensen. Je moet zo'n wijk zien. We hopen dat de samenwerking wordt voortgezet. Wij hebben hier ook belang bij."

Sportcoach Kevin reageert: "Het is waardevol om met jongelui te werken en samen met hen activiteiten te organiseren en zien hoe ze dat doen, zodat we kunnen bijsturen waar nodig. En eerlijk is eerlijk wij hebben handen nodig."

mborijn//land



STERKE SOCIALE BASIS SOL, BUZZ EN INCLUZIO: SAMEN IN LEIDEN

Hoe hebben wij met elkaar als nieuwe organisaties invulling gegeven aan de gezamenlijk opdracht van de Sterke Sociale Basis in Leiden?

Naast het bouwen aan de eigen organisaties hebben SOL, BuZz en Inclusio ook begin 2021 intensief en energiek samen gewerkt op alle niveaus van de organisaties om SAMEN welzijn in Leiden vorm te geven. Zo is het pand aan de Nieuwstraat gerealiseerd. Daarbij is een programma opgesteld waarin alle verschillende disciplines een rol hebben gekregen. Denk bijvoorbeeld aan aandacht voor Een Goede Buur op maandagmorgen en donderdagmiddag, een papier en geld dagdeel op de maandag, een mantelzorgspreekuur op woensdagmiddag, workshops voor bedrijven en het maatschappelijk veld en een vrijwilligerscontactpunt op vrijdagmiddag. Komend half jaar wordt dit programma nog verder ontwikkeld en wordt op de donderdagmiddag/avond ook het Jongeren Informatiepunt hier ondergebracht. Daarnaast worden er wandelingen rondom diverse thema's georganiseerd. Deze voorbeelden zijn een weergave van onze samenwerking en aanbod in alle wijken in Leiden.

Zoals eerder aangegeven bleven we, ook het afgelopen half jaar, in gesprek om op basis van onze kpi's, die elkaar soms overlappen, onze verdere samenwerking vorm te geven. Zoals het project Wijkleren, waarin we vanuit onze eigen discipline samenwerkten met MBO Rijnland en DZB. Of aan de Leidse Sporttuin, waar we wekelijks naschoolse activiteiten aanbieden met onze beweegcoaches. Bovendien kunnen leerlingen vanaf het nieuwe schooljaar van start met Leren in je Wijk.

Verder hebben we het afgelopen half jaar herhaaldelijk, in kader van corona, afstemming gehad over onze programma's. Het thema eenzaamheid stond daarbij hoog op de agenda. Hiervoor hebben we een gezamenlijk plan gepresenteerd om 'eenzaamheid na coronatijd' stevig aan te pakken.



In diverse uitingen traden we gezamenlijk naar buiten, online en offline. In juni hebben we ons gezamenlijk gepresenteerd in de Zorg & Ondersteuning krant 2021. Zowel in de wijk als stedelijk stemmen we PR-activiteiten waar mogelijk op elkaar af zodat er voor de burger een herkenbare sterke sociale basis in Leiden ontstaat. De [Samen Wegwijs in Leiden pagina](#) laat dit zien.

Alsook tijdens de bijeenkomst voor de gemeente waarin we met een gezamenlijke presentatie vertelden wat we tot nu toe hebben gedaan en vragen van de gemeente konden beantwoorden.

Kortom we kijken uit naar de komende tijd om gezamenlijk de Sterke Sociale basis vorm te geven waarbij we hopen eindelijk voluit te kunnen draaien!

Sol, BuZz en Inclusio
Leiden, augustus 2021

