

NIEUWSBRIEF

Herfst 2018

In Bankras en Kostverloren bouwen we aan een ondersteunend netwerk van actieve bewoners, vrijwilligers en professionals. Dit netwerk helpt kwetsbare bewoners vooruit en versterkt de sociale samenhang van de wijk.

'Ik ben géén hulpverlener'

Wim Berndsen is secretaris van bewonerscommissie Hildebrand. Dat zijn twee lage seniorenflats aan de Camera Obscuralaan. Aan B&V wil hij best zijn steentje bijdragen.

"Er zitten een hoop mensen weg te kwijnen. Het is goed als de buurt naar hen omkijkt." Via B&V-coach Wilma Stokkel raakte Wim betrokken bij B&V.

Mensen meenemen

Wim gaat naar de Buurtmaaltijd en hangt een briefje op 'zodat de mensen weten dat het is'. De laatste keer nam hij zes flatgenoten mee. "Deze vrouwen waren er niet toe gekomen om alleen te gaan." Hij werd gevraagd om een bewoner van RIBW te begeleiden naar de maandelijkse lunch in Bij Klaasje. "Ach, dat kan ik best doen." Wim was bij de B&V-verdiepingsbijeenkomst: "Mijn inbreng werd op prijs gesteld. Ik stak er ook wat van op. Om meer mensen te werven voor activiteiten

neem ik me voor om mensen voortaan persoonlijk uit te nodigen."

Geen nare verhalen

Wim trekt om zichzelf te beschermen wel een grens: "Ik vind het leuk om mensen te betrekken, een praatje te maken, me in te zetten voor onze flats en buurt. Maar ik wil niet geconfronteerd worden met nare verhalen. Ik ben geen hulpverlener." Vangt hij signalen op dat flatbewoners hulp nodig hebben, dan kaart hij dit aan bij professionals. "Ik schrok ervan toen een hoogbejaarde flatgenoot zei dat ze het niet meer zag zitten. Ik zei: 'loop met me mee naar Alleman'. Het was fijn dat ouderenadviseur Christa gelijk met haar kon praten."



Bijspringen & Versterken

Betrokken bij 'Bijspringen & Versterken' zijn onder meer: RIBW K/AM, GGZ inGeest, Participe Amstelland, Ons Tweede Thuis, Brentano, Eigen Haard en de gemeente Amstelveen.

Meer informatie bij Irma Vroegop
Tel: 06 536 56 440

bijspringenenversterken@gmail.com

"In een gezonde samenleving doet iedereen mee, mensen met een handicap zijn er niet."

Op 3 september luisterde een groepje bewoners, professionals en bestuurders naar Cormac Russell: een expert als het gaat om werken aan inclusieve buurten.



Wim Berndsen



Cormac Russell (met blauw overhemd)

‘Waar worden bewoners vrolijk van?’

Paula Vermeulen is sinds januari coach van Bijspringen & Versterken en sociaal-huismeester van de drie flats aan de Jeanne d’Arclaan. In een pilot van 18 maanden onderzoeken we de werkzaamheid van deze nieuwe functie.

In de Jeanne d’Arc-flats hadden bewoners weinig contact met elkaar. Dat geeft sommigen een onprettig of zelf onveilig gevoel. Paula: “Ik vraag iedereen: Hoe woon je hier? Waar word je vrolijk van? Hoe kunnen we je hiermee op weg helpen?” Paula is zestien uur per week te vinden op de Jeanne d’Arclaan. Elke dinsdag tussen drie en vijf kunnen bewoners bij haar binnenlopen in de Buurtkamer (in de hoge Jeanne d’Arc-flat).

Op weg helpen

Om de bewoners te leren kennen, ging Paula in januari met oliebolletjes langs de deuren. Dit deed ze samen met een teamgenoot van B&V. Later schonken ze thee bij de entree om gesprekjes aan te knopen. Bewoners met ideeën of wensen

helpt Paula op weg, zodat kleine buurtinitiatieven ontstaan. Zo vond ze bijvoorbeeld een wandelmaatje voor een bewoner. Ook waren er mensen die graag aan yoga wilden doen. “Nu heeft een groepje bewoners elke donderdagavond les in de Buurtkamer. Dat regelen ze nu zelf. Andere bewoners zijn ook welkom.”

Als Paula zelf een vraag heeft, kan ze bij haar B&V-team terecht. Dit team bestaat uit professionals die buurtbewoners ondersteunen. “Een bewoner worstelde met het verlies van een naaste en wilde graag met iemand praten. ‘Is er iemand in de buurt deskundig op het gebied van rouwverwerking?’, vroeg ik in onze WhatsApp-groep. Zo kwam deze mevrouw in contact met een dame die haar nu begeleidt.



“Het geeft me een goed gevoel om wat voor bewoners te kunnen betekenen.”

Paula Vermeulen voor het Leuke dingen-kastje waarin bewoners oproepen kunnen plaatsen.

Foto: Ria Mesman

Wat de buurtkringen opleverden

In korte tijd brachten we drie buurtkringen tot stand: in de laagbouw Jeanne d’Arc, bij de buurtmaaltijd in Alleman, en de community boost in Keizer Karel Park. Afgelopen zomer evalueerden we de opbrengst.

Een buurtkring is een sociaal netwerk van mensen die elkaar ondersteunen. In Amstelveen begonnen wij op plekken waar veel cliënten van OTT of RIBW wonen. En waar bewoners behoefte hebben aan meer contact met burens. De inspanningen maakten duidelijk dat investeren in de sociale basis loont. In iedere buurtkring leerden zo’n dertig bewoners met én zonder indicatie elkaar beter kennen. Ook kwamen er andere verbindingen en activiteiten uit voort. Om de energie erin te houden, is blijvende aandacht en ondersteuning nodig. We ontwikkelden hiermee een blauwdruk voor het opzetten van nieuwe buurtkringen.

Wil je het verslag Buurtkringen Amstelveen lezen?

Mail Irma Vroegop.

Een goede buur is als de slagroom op een beker warme chocomelk!





Maarten Kwakernaak

‘We gaan de verhalen vangen’

Welke effecten heeft B&V voor professionals, wijkbewoners en de wijk? Maarten Kwakernaak, onderzoeker van het Verwey Jonker Instituut, laat hierop licht schijnen.

Vanwaar dit onderzoek?

“B&V is een bijzondere aanpak. Er wordt veel naar gekeken in het land: werkt dit? Mensen worden er beter van als ze meer verbonden zijn met anderen in hun wijk. Tegelijk is het moeilijk om deze meerwaarde hard te maken en in cijfers te vatten. Hoe doen we dit dan wel? Door met bewoners, professionals en de wijk in gesprek te gaan over hoe men het ervaart. Door hun verhalen te vangen, krijgen we de best mogelijke informatie boven tafel over hoe B&V wel en niet werkt.”

Hoe pakken jullie het aan?

“We voeren groeps gesprekken waarin steeds het verhaal van een inwoner centraal staat. Daarin verdiepen we ons chronologisch in wat er met ze is gebeurd sinds ze met B&V in aanraking kwamen.

Hetzelfde soort gesprekken gaan we aan met een mix van bewoners, vrijwilligers, mantelzorgers en professionals, maar dan staat een buurt centraal. Hun gedeelde ervaring proberen we ook te vertalen naar indicatieve kosten en opbrengsten. We hopen inzichtelijk te maken of er dankzij B&V zorgkosten worden bespaard.”

Dit vraagt wel veel van professionals en bewoners.

“Ja, maar uiteindelijk vinden mensen het heerlijk om echt eens de tijd te hebben om na te denken over hun inzet en het proces. Samen leggen we hiermee het recept van B&V vast: wat leidde tot successen en wat kan de volgende keer beter anders? Dit is ook belangrijk om B&V verder te kunnen ontwikkelen en uitrollen.”

In het voorjaar zijn de resultaten bekend.



Kalender

Bijkletshalfuurtje Bijsporingen & Versterken

Iedere dinsdag van 9.00 tot 9.30 uur voor vragen, nieuwe moed en goede zin. Iedereen is welkom. Bij Alleman.

Buurtmaaltijd

Iedere eerste maandag van de maand (1 oktober, 5 november en 3 december) vanaf 17.30 uur bij Alleman.

Gids Koffieochtend

Donderdag 15 november, 11.00 tot 13.00 uur, Alleman

Anders Kijken Anders Doen casuïstiekbespreking Bankras/Kostverloren

Aan deze bijeenkomsten nemen bewoners, vrijwilligers en professionals deel.

- Dinsdag 30 oktober 15.30 - 17.00 uur
- Dinsdag 27 november 15.30 - 17.00 uur

Bij Alleman

Adres Alleman: Den Bloeyenden Wijngaerd 1