



Jaarverslag Ons Raadhuis 2018



Inleiding

Dit is het jaarverslag van Ons Raadhuis over 2018. Ons Raadhuis is een activiteiten- en ontmoetingscentrum voor 55+, voor mensen die vitaal in het leven willen staan. En dat is het afgelopen jaar zeker gelukt met 250 unieke deelnemers met een gemiddelde leeftijd van 77 jaar en de uitvoering van gemiddeld 275 activiteiten per week.

2018 was een jaar waarin het ons lukte het aanbod van activiteiten nog meer uit de deelnemers en hun vrienden- en familiekring te laten ontstaan. Bijvoorbeeld het eigen projectkoor Soeria Canta trad twee keer op. Eén van onze gastvrouwvrijwilligsters gaf haar eerste muzikale solo-optreden waarin ze bij de voorbereiding ondersteund werd door een Velpse toneelregisseuse die dat vrijwillig wilde doen. En het unieke mandolineorkest van een van de gastvrouwvrijwilligers trad op.

Het was het jaar waarin heel wat amateurs de moeite namen om naar Ons Raadhuis te komen om een presentatie te geven. Onder andere de Arnhemse dichters Rick Kewal en Maria Hilligeherken, via de Rotary het viool- en pianoduo Barbotan met originele zigeunermuziek en als onbetwist hoogtepunt het 'Mozarts Big Four' optreden door een aantal leden van het Arnheems operagezelschap.

In 2018 is er ook gewerkt aan de ontwikkeling van Ons Raadhuis als professionele organisatie. Er is een tweede activiteitencoach aangenomen en met drie medewerkers is de organisatie minder kwetsbaar dan met twee. De coördinator heeft nu meer ruimte voor coördinerende taken. Alle gastvrouwen hebben deelgenomen aan een scholing over hygiëne in de keuken. En procedures rond intake, registratie en financiën zijn, mede door de eisen die de nieuwe wetgeving op de privacy stelt, minder vrijblijvend geworden.

En was het een jaar waarin de medewerkers weer veel complimenten kregen over Ons Raadhuis. Over de sfeer, de gezelligheid, de kwaliteit van de activiteiten en vooral het feit dat iedereen zo positief en gelijkwaardig benaderd wordt. Ofwel 'het warme bad' waar het op de eerste openingsdag op 1 maart 2016 over ging en het blijkt nog steeds is.

Ons Raadhuis is een warme, gezellige en positieve plek. Waar ook wel eens gemopperd en geruzied wordt. Maar het is vooral een komen en gaan van een stroom mensen, van lief en leed, van een lach en een traan, van wanhoop en optimisme, van bekommeren om, zorgen voor, meebewegen en wel eens door de vingers zien. En van een heleboel liefde voor een grote groep geweldige, dappere en lieve mensen.

Irma Smeenk
Coördinator Ons Raadhuis

1 Ons Raadhuis

Ons Raadhuis is een activiteiten- en ontmoetingscentrum voor 55+ voor mensen die vitaal in het leven willen staan. Het is op de begane grond van de voormalige Pastorie van de katholieke kerk, een gezellige ruimte in het centrum van Velp. Ons Raadhuis is doordeweeks open van 9.30 – 16.30 uur en mensen kunnen er drempelloos binnen komen voor een kopje koffie of thee, voor een gesprek, om de krant te lezen of aan één van de activiteiten uit het rooster deel te nemen.

‘Niets hoeft, alles mag’, is het motto. Elke bezoeker en deelnemer wordt als volwaardig individu gezien. Niet in de eerste plaats als oudere en zeker niet als zorgbehoefte.

Voor deelname aan activiteiten betalen de deelnemers een kleine bijdrage en dat wordt geregeld met een strippenkaart. Alle activiteiten kunnen betaald worden met een strip. En als mensen niet komen kost het niets. Deze flexibiliteit wordt zeer op prijs gesteld en past goed bij de doelgroep.

Ons Raadhuis bestaat sinds 1 maart 2016. Het is een initiatief van specialist ouderengeneeskunde Ester Bertholet van Praktijk Ouderengeneeskunde Bertholet (POGB) uit Velp. POGB neemt periodiek ouderen met complexe problematiek over van de huisarts. Deze oudere komt na gemiddeld zes maanden tot een (nieuw) evenwicht. En dan is het advies van de artsen; blijf actief en onder de mensen komen! En dat lukte juist niet. Want door de achteruitgang van cognitieve en lichamelijke vermogens wordt deelname aan vereniging, club of buurthuis lastiger. Medewerkers van POGB bespraken met ouderen de wensen ten aanzien van zo een ontmoetingsplek. Het moest gaan om een plek met open en actieve sfeer waar je vrijblijvend binnen kunt lopen, mee kunt doen aan diverse activiteiten gegeven door zorgverleners als paramedici of andere ter zake kundigen. En waar je een handje geholpen kunt worden.

De initiatiefnemer E. Bertholet en H. Barnhoorn (Directeur SEPS) hebben zich zeer hard gemaakt voor de vestiging van Ons Raadhuis in een gezellig sfeervol pand in het centrum van de stad. Het belangrijkste argument was dat ouderen niet naar een ruimte zouden willen gaan die geassocieerd zou kunnen worden met zorg, met verzorgings- of verpleeghuizen.

Ons Raadhuis kon zich met instemming van de gemeente Rheden en stakeholders ontwikkelen als het maar een centrum zou worden met een onderscheidend en aanvullend aanbod. Het is een bewonersinitiatief en de gemeente Rheden benoemt Ons Raadhuis als een tussenvoorziening, tussen verenigingsleven en buurt- en inloophuis enerzijds en dagbesteding anderzijds. De deelnemers bepalen welke activiteiten er zijn en komen. Het professionele personeel organiseert en ondersteunt en hebben de dagelijkse leiding. Er is dagelijks één medewerker, een activiteitencoach, aanwezig. Het gemiddeld aantal deelnemers is in 2018 50 per dag.

De schaal is klein opdat de medewerkers en vrijwilligers de deelnemers kennen en weten wat er speelt in hun leven. Dat is een illustratie van het feit dat in Ons Raadhuis mensen een handje geholpen kunnen worden. En door het frequente contact (vaak minimaal wekelijks) gemonitord kunnen worden en eraan vroeg-signalering en preventie gedaan kan worden. Als mensen enkele weken onaangekondigd niet verschijnen zoeken de activiteitencoaches contact, als daar van tevoren toestemming voor is gegeven.

2 Feiten en cijfers over 2018

Aantal deelnemers

in 2018 is 13.182 keer een activiteit uitgevoerd door iemand. Met de 48 weken dat Ons Raadhuis geopend is geweest is dat gemiddeld 275 keer per week. Dat 'een activiteit is uitgevoerd' betekent óf deelname aan een activiteit uit het rooster, of een bezoek aan Ons Raadhuis voor koffie en een praatje of gesprek, óf het lezen van de krant, óf een vrijwilliger die actief is geweest.

In 2018 was Ons Raadhuis geopend op 45 maandagen, 47 donderdagen en 48 dinsdagen, woensdagen en vrijdagen.

maandag		dinsdag		woensdag		donderdag		vrijdag	
activiteit	Ndln.*	activiteit	Ndln.	Activiteit	Ndln	activiteit	Ndln.	activiteit	Ndln.
	mod**		mod		mod		mod		mod
yoga	696	tai chi	351	tablet s-phone	71	tai chi	363	yoga	677
	16		6		9		7		16
Ki	273	Bewegen	651	realist. kleuren	171	meditatie	436	ballet	92
	7	Maar	12		6		8	fitness	6
				Soeria canta	121	mindfulness	119		
					6		8		
lunch	506	lunch	655	lunch	423	lunch	228	lunch	466
	13		13		11		3		10
creatief kleuren	453	boetseren	174	inn. rust	37	film	64	voorlezen	308
	11		5		3		14		7
hand werken	262	schilderen	76	schrijf café	137	lezing	317	Bewegen	442
	6		4		7		14	maar	8
schilderen	90	schaken	109			Divers poëzie	124	borrel	1010
	4		2				7		24
Denk gesprekken	68	zingen	425						
	10		8						
gespreks groep	34								
	5								
losse actv.	76			losse. actv.	87	losse actv.	31	losse actv.	15
	6				3		6		5
los bezoek & Vrijw.	507	los bezoek en vrijw.	479	los bezoek en vrijw	590	los bezoek en vrijw.	409	los bezoek en vrijw.	525
	10		9		12		5		12
totaal	2965	totaal	2920	totaal	1637		2091		3535
gem per dag	66	gem. per dag	61	gem. per dag	34	gem. per dag	45	gem. per dag	75

* Ndln. = aantal deelnemingen

** mod = modaal aantal deelnemers is meest voorkomende aantal

Aantal vrijwilligers

In 2018 waren er 53 vrijwilligers actief voor Ons Raadhuis.

Type vrijwilliger	aantal
Bestuur	7*
Gastvrouw	20
Activiteit of workshop leiden	19
Denktank	5
Ondersteuning	4
Anders	3
Totaal	58 **

* vierkoppig bestuur en drie adviseurs

** Het totaal aantal is groter dan het aantal vrijwilligers omdat er bijv. ook gastvrouwen zijn die workshops geven of een activiteit leiden.

Activiteiten met betrokkenheid van vrijwilligers

Activiteiten	Aantal vrijwilligers per keer
Yoga, Goed Gesprek, Leergang Innerlijke Rust, Recreatief zingen, Soeria Canta, Inloopochtend, Poëziegroep Divers, Schrijfcafé, Film, Sjoelcompetitie, High Tea, Denkgesprekken, Taarten Decoreren, workshop Strovlechten, Schaakclub, voorlezen Jansen 7 de Feijter	1 vrijwillige docent/ begeleider
Dagelijkse lunch, handwerken	2 vrijwilligers
Bewegen maar	3 vrijwilligers

Bij alle andere activiteiten zijn docenten en begeleiders betrokken die een vergoeding ontvangen voor hun inspanningen.

Aantal activiteiten

In 2018 waren er een groot aantal verschillende activiteiten. Zie verder bijlage 1 voor een volledige opsomming van de activiteiten uit 2018.

Frequentie	Aantal
Wekelijkse activiteiten	29
Tweewekelijkse activiteiten	4
Maandelijkse activiteiten	5
Regelmatig terugkerende activiteiten	12
Totaal aantal verschillende activiteiten	50

Enkele activiteiten zijn in 2018 gestopt of keren niet terug in 2019. Daaronder vallen Ballet-fitness, Goed Gesprek, Innerlijke Rust, inloopochtend op woensdag, schilderen voor gevorderden en gespreksgroep voor mantelzorgers.

Activiteiten voor de fondsen

Het bestuur heeft voor 2018 bij fondsen subsidie aangevraagd zodat de deelnemers aan de activiteiten kunnen deelnemen waar ze om vragen. De activiteiten zijn verdeeld naar vijf clusters. Voor meer toelichting zie paragraaf 7 van dit jaarverslag.

Programma	Aantal deelnemers	Aantal unieke deelnemers	Aantal vrijwilligers
Voedsel voor de geest	1.911	140	14
Creatief bezig zijn	1.836	89	12
Aangenaam Bewegen	3.824	135	10
Samen koken samen eten	2.318	137	24
Ontmoeten	3.545	161	40
Totaal	13.434	662	100

3 Ontwikkeling activiteitenrooster

Het streven is om een gevarieerd aanbod aan activiteiten te hebben zodat er voor alle ouderen wat bij zit. De activiteiten worden op verzoek van de ouderen ontwikkeld. Ons ideaal is op elke openingsdag per dagdeel minimaal twee verschillende activiteiten te hebben.

In 2018 bestond het weekprogramma uit gemiddeld 29 vaste wekelijkse activiteiten en 20-wekelijks of maandelijks wisselende. De dagelijkse lunch zien we ook als een activiteit.

Afgerond of gestopt

De activiteiten Balletfitness, Innerlijke Rust, een Goed Gesprek, Inloopochtend woensdag, Groeps gesprekken voor Mantelzorgers, schilderlessen voor gevorderden en Ikebana (Japans bloemschikken) zijn afgerond of gestopt. De Leeskring is niet opgestart, er was geen belangstelling voor. En voor de workshop 'wandelen met de smartphone' was ook geen belangstelling.

Gestart

De volgende activiteiten zijn in 2018 ontwikkeld en opgestart:

Training Mindfulness, 10-weekse cursus
Schilderen voor beginners, 10-weekse cursus
Sjoelcompetitie, maandelijks
Leren Stoelmasseren, 6-delige cursus
Denkgesprekken, maandelijks
High-tea, tweemaandelijks
Verkoop handwerk drie tot vier keer per jaar
Schrijfcafé, tweewekelijks
Film, maandelijks

Projecten

Op bestuurlijk niveau is er de behoefte om samenwerkingsprojecten aan te gaan. Dit om enerzijds de visie van Ons Raadhuis over te brengen, anderzijds om de deelnemers verder te verrijken.

Met ondersteuning van de organisatie 'Hart en Have Cultuureducatie' heeft de Creatief Kleurengroep van docent Angélique Krijnen meegedaan aan het project met de Arnhorst-school uit Velp. Een project over Cultureel Erfgoed en verzamelingen. Leerlingen uit groep 5 en 6 kwamen naar Ons Raadhuis om verhalen te verzamelen over hoe het vroeger was in Velp. Die verhalen kwamen los door samen met de ouderen oude ansichtkaarten van Velp in te kleuren.

Het animo onder de deelnemers leek niet groot, maar de zeven van de veertien die eraan meededen vonden het heel verfrissend om met kleine kinderen over hun ervaringen te praten.

Het project 'Samen koken en samen eten' dat we uitvoeren met subsidie van de Provincie Gelderland is gestart. Kumar Poot, eigenaar van een restaurant en van een thuismaaltijdservice is ingehuurd als projectuitvoerder. Zijn opdracht is om mensen uit te nodigen en te stimuleren om een gerecht in te leveren en het onder zijn begeleiding te koken. Het kan gaan om oude recepten, of succesnummers, of een gezonde vertaling van een gerecht dat ze heel vaak koken.

Verder vragen we hem zijn aanpak in het kader van hygiëne in de keuken over te dragen en zo te begeleiden dat het eten op de start van de lunchtijd geserveerd kan worden.

Het project wordt op maandag en woensdag uitgevoerd. De deelnemersaantallen aan de lunch zijn op deze dagen toegenomen. Op maandag van gemiddeld 6 naar 14. Op woensdag van gemiddeld 3 naar 8. In 2019 zal het project nog verder ontwikkeld worden.

Het project 'Dichter op de koffie' waarin we hebben samengewerkt met Stichting Vleugelmoer (met subsidie van RIQQ, RCOAK en 't Pintje) heeft plaatsgevonden en is afgerond. Een vaste groep van acht dichters heeft zes bijeenkomsten intensief geschreven aan gedichten. Vier deelnemers zijn geworven via de lokale krant waaronder een echtpaar van ver in de 90. Van elke dichter zal een gedicht opgenomen worden in de bundel die in 2019 uit zal komen. Het project is op meerdere plaatsen in het land uitgevoerd. Het boekje zal dus niet bestaan uit alleen maar gedichten die in Ons Raadhuis zijn geschreven. Om de Velpse gedichten te presenteren is er een straatexpositie geweest. De groep heeft elf gedichten geselecteerd en daar zijn posters van gemaakt. Enkele Velpse winkels hebben deze gedichten ruim een maand in de etalage aan de straatkant opgehangen. Er was in de lokale pers veel belangstelling voor de gedichten.



Activiteitenrooster blijvend in ontwikkeling

Het rooster is voortdurend in ontwikkeling. Er vallen soms activiteiten weg, door bijvoorbeeld gebrek aan belangstelling. Of omdat het niet geschikt bleek voor de doelgroep (wandelen met de smartphone). Of doordat de vrijwilliger die de activiteit geeft overlijdt of er mee wil stoppen. Er komen voortdurend nieuwe activiteiten bij. Doordat er om gevraagd wordt en wij er een (vrijwillige) docent bij kunnen vinden. Of doordat een docent zich komt aanbieden. Ouderen die een cursus, workshop of activiteit willen geven zijn ook van harte welkom in Ons Raadhuis. Als het maar even kan gaan we de activiteit ontwikkelen en aanbieden. Enkele voorbeelden van dergelijke activiteiten in 2018 zijn Film, Schrijfcafé, Ikebana, sjoelen, filosofische gesprekken en poëziegroep.

4 Bereiken van de doelgroep

Ons Raadhuis is opgezet voor kwetsbare ouderen, maar we maken dit niet expliciet in onze wervingsuitingen. We gaan er omheen door aan te geven dat Ons Raadhuis voor mensen van 55+ is en van harte uit te nodigen eens binnen te komen wandelen. Verder waken we ervoor dat de flyers en berichten op de site en in de kranten beslotenheid en groepsvorming uitstralen. Elke uiting moet zo geschreven worden dat iemand die nog niet eerder in Ons Raadhuis geweest is zich erdoor uitgenodigd voelt.

Gezien de deelnemersaantallen en de kenmerken van de deelnemers lukt het ons om de doelgroep (kwetsbare ouderen) te bereiken. Bij de intake van een potentiële nieuwe deelnemer vragen we via wie ze van Ons Raadhuis hebben gehoord, door wie ze op het spoor zijn gezet.

Dan blijkt dat de volgende zorgverleners, paramedici en partijen naar ons doorverwijzen: medewerkers van huisartsenpraktijken, POGB (Praktijk Ouderengeneeskunde Bertholet), fysiotherapeuten, Braamberg (GGZ voor ouderen), Siza, RIBW, pedicures, podotherapeuten, audiciens en opticiens.

We krijgen van de mensen te horen dat er een hoge drempel is om naar Ons Raadhuis te gaan. Maar als naaste familie, vriend of vriendin, een enthousiaste deelnemer van Ons Raadhuis, de kapper, de bakker of een andere ondernemer iemand van zorgstatuur aanbeveelt om naar Ons Raadhuis te gaan, durven mensen de drempel te slechten.

Het aanbod aan activiteiten wordt in Ons Raadhuis goed en uitgebreid op flyers aangeboden. Maar niet alle deelnemers zijn erop gericht of in staat om het aanbod in de gaten te houden en grondig te lezen. Bovendien vergeten veel mensen hun bril of verliezen ze interesse in lezen. Mensen raken de flyers soms ook kwijt. En vanzelfsprekend zijn er een aantal laaggeletterden onder de populatie. De activiteiten coaches en vrijwilligers brengen de extra activiteiten persoonlijk onder de aandacht. En op deze manier worden er heel wat deelnemers voor activiteiten geworven.

Op de site www.onsraadhuis.com staat ook het volledige aanbod aan activiteiten. De webmaster heeft halverwege 2018 een teller geplaatst om te kunnen rapporteren over de bezoekersaantallen van de site. Dat gemiddelde is 18 per dag. De doelgroep van Ons Raadhuis gebruikt de site nauwelijks is onze indruk. Bij een intake blijkt regelmatig dat mensen niet digitaal (willen) zijn of bijv. wel een emailadres hebben maar dat niet gebruiken.

Een heel effectieve manier om de doelgroep te bereiken zijn persberichten in de lokale kranten. Onze vrijwillige PR-medewerker Rob Weenink heeft dat goed in de vingers en wekelijks staat er een persbericht in de Regiobode en steeds vaker in de Gelderlander. Het levert ons vooral 'jonge' deelnemers op van tegen de zeventig die gericht op een activiteit afkomen en dan Ons Raadhuis leren kennen als een gezellige, open, sfeervolle en positieve plek.

5 Verminderen eenzaamheid

Ons Raadhuis is opgezet als activiteit en ontmoetingscentrum voor kwetsbare ouderen. Denk bij kwetsbaarheden aan zingevingproblematiek (wat doe ik er nog toe?), dagelijkse pijn, chronische lichamelijke aandoeningen, verminderde vitaliteit, incontinentie, slechte visus en vooruitzicht van verdere afname, slecht gehoor en vooruitzicht van verdere afname, depressieve gevoelens, angsten, Instabiliteit/ evenwicht-stoornissen/ vermindering mobiliteit, verminderd zelfvertrouwen en aftakelend lichaam. En natuurlijk ook de kwetsbaarheid waar veel belangstelling voor is en die vanzelfsprekend ook samenhangt met de andere kwetsbaarheden: eenzaamheid.

Lukt het ons om de deelnemers niet alleen lichamelijk en geestelijk maar ook als sociaal in beweging te krijgen? Zorgt deelname aan Ons Raadhuis voor vermindering van eenzaamheid?

In 2018 was Ons Raadhuis 4 weken gesloten. Een week in mei, twee weken in de zomer en rond kerst en Oud en Nieuw. Van de deelnemers en vrijwilligers hoorden we na de weken waarin Ons Raadhuis gesloten was dat mensen elkaar zijn gaan opzoeken.

Bij de lunch horen we regelmatig 'het is zo leeg thuis' of 'anders zit je maar alleen je boterhammetje op te eten'. We horen dat deelnemers buiten Ons Raadhuis om contact met elkaar hebben. Voor ontspanning en gezelligheid. Maar ook om elkaar te helpen (samen naar afspraken met zorgverleners).

Bij het 'vraag- en aanbod'-bord in de gang hangen regelmatig 'contact-advertenties'. Bijv. iemand om mee naar de sauna te gaan (is gelukt) en om mee te gaan fietsen in het weekend (is gelukt). Er zijn twee relaties ontstaan, waar wij van weten. De groep die de harde kern vormt en ook naar Ons Raadhuis komt voor alleen koffie/thee, de krant of een gesprek is uitgegroeid tot 30 deelnemers.

Onderzoek

Begin 2018 heeft een studente geneeskunde een onderzoeksstage uitgevoerd op Ons Raadhuis. Het onderzoek was gericht op de vraag hoe Ons Raadhuis bijdraagt aan een verandering in zorgconsumptie van de deelnemers. De concrete resultaten:

- Mensen voelen zich vitaler en fitter als Ons Raadhuis deel van hun leven wordt.
- Zorgverleners zijn blij dat ons Raadhuis er is en ze ernaar kunnen verwijzen. Zij constateren een positief effect op geestelijk en/of lichamelijk welbevinden, het op-, of uitbouwen van een sociaal netwerk en het tegengaan van vereenzaming.
- Daarnaast zijn alle zorgprofessionals unaniem positief over 'Ons Raadhuis'. Met name de toegankelijkheid en diversiteit aan activiteiten worden geprezen. Daarin zijn de zorgverleners unaniem. Zij kunnen geen collega's aanbevelen die het tegenovergestelde vinden.
- Er kon niet concreet worden aangetoond dat er minder zorggebruik in de eerste lijn is (huisartsen, fysiotherapeuten, thuiszorg) nadat mensen regelmatige deelnemers van Ons Raadhuis worden, maar bovenstaande resultaten zijn meer dan veelzeggend!

6 Ondersteunen mantelzorgers

Een belangrijk doel van Ons Raadhuis is om niet alleen de kwetsbare oudere, maar ook diens mantelzorgers te ondersteunen. In de eerste twee jaren van het bestaan van Ons Raadhuis zijn er een vijftal series groeps gesprekken voor mantelzorgers geweest. Met helaas steeds naar het einde van de cyclus toe een aflopend aantal deelnemers.

We hebben de afgelopen jaren de volgende redenen gezien voor mantelzorgers om te stoppen met een gespreksgroep of andere vormen van structurele (groeps) begeleiding:

- mantelzorgers hebben er geen tijd voor omdat ze mantelzorgen.
- mantelzorgers zijn zo overbelast dat ze geen draagkracht hebben om naar de problemen van andere mantelzorgers te luisteren en ze te steunen
- mantelzorgers willen juist afleiding van hun mantelzorgtaken
- mantelzorgers willen iets voor henzelf doen als hun partner in Ons Raadhuis is.
- mantelzorgers vinden dat ze mantelzorgers af zijn wanneer de persoon waarvoor ze mantelzorgen overleden is. Dan blijven ze wél deelnemer in Ons Raadhuis maar hebben geen behoefte meer aan speciale mantelzorgactiviteiten.
- en voor sommigen mantelzorgers bleek 2 á 3 gesprekken voldoende om wat lichter met een en ander om te gaan.

In 2018 konden zij de eerste helft van het jaar twee ochtenden per week terecht bij een gepensioneerde psychotherapeut die vrijwillig begeleidingsgesprekken voerde.

Onder het huidige deelnemersbestand van 220 deelnemers zijn er ruim 20 mantelzorgers. Hun begeleiding bestaat, wanneer ze daar behoefte aan hebben, aan één-op-één gesprekken met de activiteitencoaches. We zijn ook gestart met een cursus Mindfulness en daar zijn wat mantelzorgers op aangehaakt. Deze cursus maken ze overigens wél af.

Verder weten we dat er om de alleenstaanden (70% van de deelnemers) die Ons Raadhuis bezoeken heen mantelzorgers zijn en soms ontmoeten we die. Zij vinden het juist fijn dat er een betrouwbaar adres is waar zij hun familielid, vriend/vriendin, kennis of buur naar toe kunnen brengen om in alle veiligheid en gezelligheid een paar uur bezig te zijn.

In 2018 zijn van vier deelnemers de partners naar een verpleeghuis verhuisd en hebben de activiteitencoaches met regelmatige verwijzingen naar huisarts en casemanagers dit proces mede begeleid en ondersteund.

7 Verspreiden Ons Raadhuis als voorbeeld

Ons Raadhuis is een mogelijke oplossing om vereenzaming en isolement van de kwetsbare oudere tegen te gaan. Er is in het land veel interesse voor de aanpak.

Initiatiefnemer Ester Bertholet wordt in het land gevraagd hier over te vertellen en doet dat dan ook op grote schaal. Ze geeft vaak een presentatie waarin ze Praktijk Ouderengeneeskunde Bertholet en Ons Raadhuis combineert.

Als het kan levert Ons Raadhuis ook een bijdrage.

In 2018 was die concreet:

- Ontvangst bezoek van het CDA-2^e kamerlid Lenny Geluk – Poortvliet samen met beleidsmedewerker van Ginkel van Verenso
- Ontvangst van een journaliste/ cameravrouw die voor Oranjefonds een filmpje maakt over het door hen gesteunde project Ons Raadhuis, zie <https://www.oranjefonds.nl/project/ik-vind-hier-echt-mijn-ziel-weer-terug>
- Fotosessie bij een lunch in het kader van het project ‘Samen koken samen eten’ voor illustratie van ‘Samenmaaltijd’ in het beleidsplan van de gemeente Rheden (illustratie voorkant van dit jaarverslag)
- Interview voor tijdschrift Eerstelijns ‘Hier word je vrolijk en dat werkt beter dan een pilletje’.
- De activiteitencoaches en coördinatoren hadden gesprekken met de initiatiefnemers voor het Odensehuis in Doorwerth en initiatiefnemers voor een ‘Ons-Raadhuis-initiatief’ in Arnhem Burgemeesterskwartier.

8 Bijdrage fondsen en sponsors

Een organisatie als Ons Raadhuis kan niet zelfvoorzienend zijn. De activiteiten moeten toegankelijk zijn voor alle ouderen. Niet alleen voor de welgestelden maar ook voor de ouderen met een smallere beurs. Bovendien is de flexibiliteit aan de deelname zeer belangrijk voor deze doelgroep. Ofwel de inkomsten zijn niet hoog en onregelmatig. Aan de andere kant is professionele ondersteuning nodig en geeft een mooi en gezellig pand de ouderen het gevoel dat ze er (nog) toe doen. En personeel en huur kosten geld.

Voor het jaar 2018 heeft het bestuur van Ons Raadhuis subsidies aangevraagd bij de volgende fondsen: gemeente Rheden, Dullertsstichting, Sint Nicolai Broederschap, Fonds Sluijterman van Loo, RCOAK, Stichting Doen, Oranjefonds, Kansfonds en Provincie Gelderland. Dat is om de verschillende activiteiten die op verzoek van de deelnemers georganiseerd worden te kunnen bekostigen.

De subsidies worden gebruikt om zowel de directe kosten (kosten van materialen en vergoedingen voor docenten) als de indirecte kosten (huisvesting, personeel, ICT, financiële kosten, onderhoud en inrichting) voor de activiteiten te betalen. Sommige fondsen geven gerichte subsidies bijvoorbeeld provincie Gelderland heeft subsidie gegeven voor een project rond ‘Samen koken en eten’ en voor ‘Aangenaam Bewegen’.

De activiteiten worden verdeeld naar vijf clusters, Elke cluster omvat een aantal activiteiten die wekelijks of periodiek aangeboden worden.

- 1 Voedsel voor de geest
- 2 Creatief bezig zijn
- 3 Aangenaam bewegen
- 4 Samen koken samen eten
- 5 Ontmoeten

Ook waren er in 2018 sponsors die een financiële bijdrage leverden. Er zijn winkeliers en ondernemingen die ons kortingen geven (bijv. Appeldoorn, ICT-visie, Read-shop), producten schenken (Peeze, Bouwhuis) of een dienst leveren (Jansen & de Feijter).

In 2018 waren we voor een plaatselijk café een Goed Doel en dat heeft een groot bedrag opgeleverd.

9 Samenwerking

Ons Raadhuis is onderdeel van het openbare leven in Velp en wil dan ook zo veel mogelijk contact met ondernemers, bedrijven, instellingen en zorg-, welzijns- en vrijwilligersorganisaties.

Er wordt wekelijks samengewerkt met een boekwinkel doordat deze een team vrijwilligers levert die elke week voorleest uit een literair boek, elke week een paar bladzijden.

In 2018 is er ook samengewerkt met de Rotary Arnhem Zuid. Gedurende de laatste vier maanden van het jaar reden zij met vrijwilligers deelnemers naar Arnhem die daar met elkaar in een restaurant gingen eten. Het vervoer verliep echter chaotisch; mensen die zich hadden opgegeven kwamen niet opdagen en anderen regelden het onderling met eigen auto's terwijl hun namen wel op de lijst stonden. De conclusie van de Rotary was dat deze doelgroep het zelf kan regelen. Het project werd dan ook niet afgemaakt.

Jacqueline van Baars van Stichting Wellevan heeft geheel 2018 vanuit Ons Raadhuis een wandelgroep verzorgd op dinsdagmiddag. In de periode dat een andere wandelgroep op maandagmiddag niet terecht kon in Oosterwolde kwam de groep na afloop in Ons Raadhuis koffiedrinken.

Verder is er veel contact met een groot aantal verschillende organisaties geweest als Radar, MVT, Stoer, Innoforte, RIBW, sportbedrijf Rheden en verschillende huisartsenpraktijken.

Veel organisaties weten hun weg te vinden naar de folderbak in de gang.

Er zijn in 2018 lezingen verzorgd door: een fysiotherapiepraktijk uit Velp, van den Bouwhuijsen, Specialisten Ouderengeneeskunde, een Geriater van ziekenhuis Rijnstate, een praktijkverpleegkundige van POGB én een maatschappelijk werker van POGB.

10 Vrijwilligers en docenten

Ons Raadhuis is een bewonersinitiatief dat mocht starten als vrijwilligersorganisatie. Omdat het een initiatief is voor ouderen die een handje hulp kunnen gebruiken, was het duidelijk dat er op bescheiden schaal professionele ondersteuning nodig was. De vrijwilligers voeren de boventoon, de professionele krachten ondersteunen, organiseren, sturen, begeleiden en hebben de dagelijkse leiding.

In december 2018 waren er 53 vrijwilligers actief in Ons Raadhuis.

De grootste groep vrijwilligers zijn de gastvrouwen, 20 personen.

Daarnaast zijn er docenten/ mensen die een activiteit verzorgen, schakers, voorlezers, klusjesman, chauffeur, iemand die alle handdoeken wast, iemand die een deel van de boodschappen doet, mensen die de buurtbieb helpen opzetten, masseuse, PR-medewerkers en webmaster. En er zijn zeven vrijwillige bestuursleden.

Het aantal vrijwilligers neemt vooralsnog gestaag toe.

Vrijwilligers mogen per dagdeel dat ze als vrijwilliger actief zijn of per activiteit die ze vrijwillig begeleiden een activiteit (van 1 strip) gratis doen. Vrijwilligers mogen altijd gratis mee lunchen (bij een lunch van 1 strip).

Ons Raadhuis organiseert twee keer per jaar een gezellige bijeenkomst voor alle vrijwilligers met een hapje en drankje. En wij stellen vanzelfsprekend onze vrijwilligers altijd op de hoogte van het aanbod voor scholing en feestelijke bijeenkomsten voor vrijwilligers in de gemeente Rheden.

In 2018 heeft het bestuurslid personeelszaken een cursus 'Hygiëne in de keuken' geregeld met Siza-collega voor de activiteiten-coaches en gastvrouwen. Zo veel mogelijk gastvrouwen hebben deze tweedelige cursus gevolgd en dat heeft tot heel wat aanpassingen in de processen in de keuken geleid.

In 2018 is ook een traject gestart met een vrijwilliger met lichamelijke en geestelijke beperkingen die op zoek is naar geschikt werk voor het loon dat hij van arbeids-ontwikkelfirma Scalabor ontvangt. Hij hoopt dit met vrijwilligerswerk voor Ons Raadhuis te kunnen doen. Het overleg daarover is gestart en in 2019 zal een en ander op papier gezet worden.

11 ontwikkelen organisatie

Het bestuur is toegewijd bezig geweest met de aansturing van de verdere ontwikkeling van de organisatie. Op besluit van het bestuur is het volgende opgepakt en uitgevoerd:

- In januari is de prijs van de strip verhoogd van 2,50 naar 3 euro.
- In het voorjaar is het digitaal betalen ingevoerd
- Er is een sollicitatieprocedure opgestart voor een tweede activiteitencoach met succesvol resultaat. Een ZZP-er is nu twee dagen per week als activiteitencoach aan het werk. De coördinator is een dag minder gaan werken en werkt sinds half mei 2018 1 dag per week als activiteitencoach en twee dagen als coördinator. Hier mee is de coördinator meer vrijgespeeld voor uitvoeren van haar coördinatietaken. Bovendien is de organisatie op de werkvloer minder kwetsbaar geworden.

- De coördinator neemt sinds september deel aan (delen van) de bestuursvergaderingen.
- De vernieuwde wet op de privacy heeft invulling gekregen. Met als heldere veranderingen dat de activiteitencoaches niet meer schriftelijk rapporteren maar digitaal, de vrijwilliger administratie geen gegevens meer invoert in de deelnemers-Excel, exit-overzichten zijn afgeschaft en vernietigd en het intakeformulier is aangepast onder andere om de deelnemers om toestemming te vragen hun gegevens te mogen bewaren.
- Het bestuur heeft verder een voorstel van de medewerkers om Ons Raadhuis vier weken in 2018 te sluiten zodat de medewerkers hun vakantiedagen kunnen opnemen goedgekeurd.

Activiteiten Ons Raadhuis december 2018

<p><u>Vaste rooster, wekelijks</u></p> <p>Yoga (2x) Ki (Japans) Tai Chi (2x) Bewegen maar (2x) Ballet-fitness Meditatie Goed Gesprek Kookproject (2x) Dagelijkse lunch (5 x) Handwerken Creatief kleuren Realistisch kleuren Schilderen met docent Boetseren met docent Recreatief zingen Soeria Canta, projectkoor Schaakclub Wandelgroep Inloopochtend Voorlezen literair boek (samenwerking met Jansen & de Feijter) Vrijdagmiddagborrel (met of zonder livemuziek)</p>	<p><u>Tweewekelijks</u></p> <p>Divers, poëziegroep Schrijfcafé Masseren leren (op inklapbare massagestoelen) Leergang innerlijke rust</p> <p><u>maandelijks</u></p> <p>Lezingen: kunst, geschiedenis of medische lezingen Film, filmhuis-kwaliteit Sjoelcompetitie High-tea Denkgesprekken: filosofische gesprekken over een thema o.l.v. praktisch filosoof</p> <p><u>Regelmatig terugkerend</u></p> <p>Cursus strovlechten Taarten decoreren (thematisch pasen, sint, kerst, Valentijn) Porselein schilderen Bloemschikken of ikebana (Japans bloemschikken). Ook thematisch als pasen, kerst Cursus tablet en smartphone Thema-lunch (Pasen, sint, Kerst) Cursus mindfulness Gespreksgroep verliesverwerking en levenservaring Gespreksgroep mantelzorgers Luister-concerten Projecten bijv. 2^e helft 2018 project 'Dichter op de koffie' Samen luisteren naar klassieke muziek</p>
--	---