



Methode Onbeperkt Actief

januari 2012

Raster

Inhoudsopgave

Voorwoord

Woord vooraf

Inleiding

1.	Onbeperkt actief in vogelvlucht	4
2.	Onbeperkt actief; de aanpak in vijf stappen + de praktijk van alle dag	7
2.1	Draagvlak en netwerk organiseren	7
2.2	Wensen en mogelijkheden inventariseren	10
2.3	Ideeen verbinden en concretiseren	12
2.4	Activiteiten bekend maken en uitvoeren	14
2.5	Evalueren en voortzetten	17
3.	Onbeperkt Actief – wat meer achtergrondinformatie	19
Bijlage 1	Kenniscafe Onbeperkt Actief	22
Bijlage 2	Potje van Otje	23
Bijlage 3	Samen is leuker dan alleen...	24
Bijlage 4	Anders denken over anders zijn	25



Voorwoord

De gemeente Deventer stimuleert inclusief beleid! We zijn een groot voorstander van meedoen! 'Ik heb gezien hoeveel plezier en lol mensen met een beperking of andere kwetsbare groepen hebben, wanneer zij mee doen in de buurt en stad waar zij wonen... in één woord geweldig! Ik vind het niet alleen belangrijk dat mensen meedoen met activiteiten in de buurt; koken, eten, sport, theater en noem maar op... ook belangrijk is dat we hen zelf aan het woord laten. Laat hen meepraten en zelf zeggen wat belangrijk is. Het is goed dat wij als gemeente Deventer, inwoners én organisaties dit vertrouwen geven en wat veiligheid creëren als dat in het begin wat moeilijk is. Belangrijk is dat er dan een welzijnsorganisatie is die – tijdelijk – ondersteunend en verbindend kan zijn. Zowel naar bewoners als ook naar organisaties. Ik ben trots op wat we in Deventer met elkaar allemaal bereiken!'

Wethouder Margriet de Jager
Gemeente Deventer



Woord vooraf

De ervaringen en resultaten van Onbeperkt Actief in Deventer willen we delen. De stappen die gezet zijn, de ervaringen van buurtbewoners met en zonder verstandelijke beperking, van medewerkers en managers van zorg- en welzijnsorganisaties en de gemeente Deventer. Op praktische wijze zijn deze beschreven in deze uitgave. Een boekje om medewerkers van welzijn en zorg, ook elders uit het land, inspiratie te geven om zelf aan de slag te gaan. Gezamenlijk!

Gemeenten: voor u kan dit boekje wellicht een voorbeeld zijn waar het gaat om een gekantelde aanpak. Met wat (financiële) speelruimte kan door samenwerking met en tussen lokale organisaties en bewoners veel bereikt worden. Bewoners met een beperking, ouders en belangenorganisaties: doe vooral mee. Als geen ander weten jullie wat er toe doet! Samen in het streven naar een meer inclusieve samenleving.

Kortom: Onbeperkt Actief is Onbeperkt Meedoen – in Deventer maar ook elders in het land!

Veel inspiratie gewenst!

Het project Onbeperkt Actief heeft in november 2010 de MOVISIE Diversiteitsprijs 'Leven met een beperking... hoe anders mag je zijn' gewonnen. De prijs bestaat o.a. uit ondersteuning en advies bij het uitwerken van deze methode in dit boekje. Met financiële steun van het Fonds Verstandelijk Gehandicapten is de methode vervolgens in dit boekwerkje uitgebracht en kan zo worden verspreid naar geïnteresseerde gemeenten en organisaties. Marjoke Verschelling en Annie Oude Avenhuis van MOVISIE en het Fonds Verstandelijk Gehandicapten willen wij heel hartelijk dank zeggen voor de ondersteuning!

Verder wil ik Daphne Stroobants (MEE IJsseloevers), Ferry Timmerman (Zozijn) en Marc Kamp (Raster) danken voor hun bijdrage aan deze uitgave. Dank zij hen is het een praktisch boekje geworden.

Lia van Nimwegen, Projectleider namens Raster Welzijn

Inleiding

Onbeperkt Actief = Onbeperkt Meedoen!

Onbeperkt Actief is meedoen en samen doen vanuit de gedachte: Als je jouw burens niet kent vraag je ze ook niet op de koffie. Als je nooit eens iets samendoet, vraag je ze ook niet om jou een handje te helpen. Elkaar leren kennen doe je pas als je samen iets onderneemt - te starten bij leuke en alledaagse dingen in de buurt waar je woont. Dat maakt het wonen in de wijk pas echt prettig!

Doen we ècht allemaal mee in de buurt? Hoe zit dat met mensen met een verstandelijke beperking? Ook zij hebben tijd, ambitie én talenten om in te zetten. In een tijd waarin het 'normaal' is dat kwetsbare groepen in de wijk wonen, is het goed om afspraken te maken en voorzieningen te treffen waardoor buurtbewoners elkaar ontmoeten en samen actief (kunnen) zijn. Buurtbewoners worden gevraagd om ook mee te doen. Organisaties, ondernemers en anderen zorgen voor ondersteuning! Samen maakt ten slotte veel meer mogelijk. Onbeperkt Actief is een laagdrempelige methode, maakt gebruik van de sociale infrastructuur in wijken en buurten en bouwt daarop verder.

Buurt maken, zeggen we in Deventer. Een begrip wat verder geen uitleg hoeft!

Buurtbewoners met en zonder verstandelijke beperking doen activiteiten: samen koken en eten, theater maken, samen wandelen, een 'tutclup' etc. Zo leren buurtbewoners elkaar beter kennen. Als je bijvoorbeeld bedenkt dat er bij iedere sessie van Potje van Otje ongeveer 45 gasten aanschuiven, dan moet dat toch gaan lukken?

In Deventer zijn we met elkaar aan de slag gegaan in twee pilotwijken. Gewoon doen! Met elkaar en van elkaar leren. Aansluiten bij interesses en kwaliteiten in en van de buurt(bewoners). Slim organiseren ook, ieder doet iets waar hij goed in is. Cruciaal is aandacht voor een positieve beïnvloeding van de beeldvorming. Erkenning ook dat het omgaan met mensen die anders zijn, vreemd kan zijn en niet altijd makkelijk is.



1. Onbeperkt Actief in vogelvlucht

1.1. Waarom met Onbeperkt Actief aan de slag?

Onbeperkt Actief is een methode die handvaten biedt om samen met buurtbewoners met en zonder beperking en medewerkers van verschillende organisaties te werken aan een inclusieve samenleving. Het doel is dat bewoners met een verstandelijke beperking met alledaagse dingen en leuke activiteiten in hun eigen woonomgeving (gaan) meedoen. Uiteraard samen met bewoners zonder beperking. Voorwaarde is dat de behoeften en vooral ook de inzet van bewoners (met een beperking) zelf, uitgangspunt zijn van doen en laten. Mensen met een beperking hebben ook tijd, ambitie én talenten om in te zetten voor de buurt waar zij wonen. Een belangrijk aspect is het werken aan de gastvrijheid van de samenleving, ook wel kwartiermaken genoemd. Meedoen, gewoon met alledaagse dingen en leuke activiteiten in de buurt waar men woont. Op die manier wordt het mogelijk gemaakt dat mensen – een of meer – stapjes kunnen klimmen op de participatieladder, bijvoorbeeld door;

- kennismaking met de buurt
- herhaalde ontmoeting
- samen 'dingen' doen van ontspanning tot ontplooiing
- duurzame contacten tot onderlinge dienstverlening (informele zorg en vrijwilligerswerk).

Het meedoen van kwetsbare groepen slaagt als zij kunnen zijn wie zij zijn. Dat vraagt ook om erkenning dat het omgaan met mensen die anders zijn, vreemd kan zijn en niet altijd makkelijk is. Ook daar is aandacht en ondersteuning voor. Onbeperkt actief heeft als uiteindelijk doel om bewoners na verloop van tijd de activiteiten zelf te laten oppakken en hun medebewoners met een beperking daarbij te betrekken. Dan worden professionals steeds minder nodig, hoewel het nodig kan zijn de coördinatie van Onbeperkt Actief door een professionele betaalde kracht te laten uitvoeren.

1.2. De resultaten

Ervaringen met de Onbeperkt Actief-methode laten zien dat er reuring en activiteiten ontstaan op verschillende niveaus;

- in huis en tuin
- in de straat of hofje
- in de buurt of wijk

De methode Onbeperkt Actief heeft in Deventer als resultaat:

- een sociaal netwerk in de buurt, bewoners leren elkaar kennen
- samenwerking van professionals en buurtbewoners
- een vliegwiel dat een 2 jaarlijkse cyclus kent
- een training voor actieve burens en vrijwilligers onder de noemer 'Anders denken over anders zijn'
- een meer positieve beeldvorming van (kwetsbare) bewoners
- de aanzet tot een inclusief beleid – 'Gewoon waar mogelijk, bijzonder waar het nodig is'
- Per jaar zijn ongeveer 600 mensen onbeperkt actief. Een gemêleerd gezelschap van verschillende leeftijden, met verschillende kwaliteiten, interesses en talenten, met en zonder kwetsbaarheid.





1.3. De aanleiding

Het is steeds meer gewoon dat kwetsbare groepen, zoals mensen met een verstandelijke beperking, in de wijken en dorpen van Deventer wonen. Net als elders in het land. Toch, zo blijkt uit gesprekken met hen zelf, ouders en (zorg)organisaties, is het lang niet altijd gewoon dat zij ook meedoen in de buurt. Sociale contacten en aansluiting in en met de buurt gaan niet vanzelf, gezien de signalen van anonimiteit en het gemis aan buurtbinding. De buurt zit ook lang niet altijd te wachten op de komst van woonvoorzieningen of het zelfstandig wonen van de doelgroep in hun wijk. Onbegrip en angst lijken een grote rol te spelen in de beeldvorming. De behoefte om elkaar te ontmoeten, samen actief te zijn en zelfs elkaar helpen is er wel. Maar je moet dit wel organiseren – er is geen vanzelfsprekendheid wat betreft het zogenaamde 'Noaberschap'. Dat vraagt om actie en ondersteuning op weg naar meer zelfstandigheid in buurtcontacten en matches.

1.4 Wet maatschappelijke ondersteuning en welzijn nieuwe stijl

Dit sluit aan bij de kerngedachte van de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo), namelijk (kwetsbare) mensen ondersteunen om in een samenleving zelfredzaam zijn en te participeren naar

vermogen. Daarbij wordt zoveel mogelijk een beroep gedaan op eigen kracht, het netwerk, de buurt en collectieve voorzieningen en pas in latere instantie op individuele voorzieningen. Met de decentralisatie van de AWBZ begeleiding richting de Wmo wordt de gemeente verantwoordelijk voor een nog grotere groep kwetsbare mensen. Omdat de rechten die mensen hadden in de AWBZ niet één op één overgenomen worden in de Wmo, is creativiteit geboden om deze mensen wel adequaat te ondersteunen. Onbeperkt Actief is een methode die deze creativiteit in de praktijk brengt. Door het verbinden van buurtbewoners met en zonder kwetsbaarheid wordt gewerkt aan meer onderling contact. Het netwerk van mensen wordt versterkt en de activiteiten die georganiseerd worden bieden een structuur waarin kwetsbare mensen actief kunnen zijn. Deze methode is een voorbeeld van kantelen door de vraag van de bewoners als uitgangspunt te nemen en met hen een aanbod te ontwikkelen. Er op af, de vraag achter de vraag zoeken en het verbinden van verschillende organisaties zijn kenmerken van Onbeperkt Actief en passen naadloos in de ontwikkeling van Welzijn Nieuwe Stijl.

1.5. Voor wie?

De methode Onbeperkt Actief is ontwikkeld met en voor buurtbewoners met een verstandelijke beperking – de opdracht die aan het project ten grondslag ligt. Uiteraard is het ook mogelijk de methode in te zetten voor andere kwetsbare buurtbewoners zoals mensen die met de psychiatrie in aanraking zijn (geweest) of bepaalde groepen senioren. In feite is de methode bruikbaar voor bewoners van een stad, dorp of wijk die gemeen hebben dat zij de sociale vaardigheden missen om ergens zelfstandig op af te stappen. Van belang is wel dat de methode altijd gestart wordt bij de eerste stap: **wat is de vraag van de buurt en de burenen!**

1.6. Door wie?

Vanuit de ambitie van de gemeente Deventer om met inwoners en instellingen te bouwen aan wijken en dorpen waar het prettig leven is, heeft zij Raster Welzijn gevraagd om - samen met belangenvertegenwoordigers en organisaties – het initiatief te nemen en aan de slag te gaan. Raster heeft een projectleider aangesteld en de overige partners zijn MEE IJsseloevers, de Parabool, JP van den Bent stichting, Zozijn, Philadelphia en de Vrijwilligers Centrale Deventer vaste partners. Hun professionals, als wijkopbouwwerker en andere welzijnswerkers, consultants MEE en Vrijwilligerscentrale, (ambulant) begeleiders uit de zorg, leveren een bijdrage

in de begeleiding bij activiteiten of de organisatie ervan. Naast de vele actieve burenen en vrijwilligers doen inmiddels vele organisaties en andere partijen mee. Ouders en andere familie maar bijvoorbeeld ook theaterregisseurs, diervverzorgers, filiaalhouder van een grote supermarktketen, beheerder van activiteitencentrum, kapper, schoonheidsspecialist, kerkmedewerkers, winkeliersvereniging, kunstenaars. En... het werkt! Als een olievlek verspreidt de aanpak zich ook naar andere dan de pilotwijken. Geleidelijk is een gezamenlijke werkwijze ontstaan, zijn do's en dont's duidelijk geworden en weten we ook waar we nog verder aan willen werken.

Meedoen is Samen doen!

*Anders denken over
anders zijn vraagt tijd,
neem die tijd!*



2. Onbeperkt Actief; de aanpak in vijf stappen

Lees (of kijk) mee hoe wij stap voor stap Onbeperkt actief zijn in Deventer. De stappen volgen na elkaar en geven globaal weer wat het doel van de stap is, de sleutels tot succes, de aanpak en de hulpmiddelen die gebruikt zijn. In Deventer is afgesproken de stappen iedere 2 jaar te herhalen. Steeds weer bedoeld om aan te sluiten bij de praktijk van alledag. De methode bestaat uit 5 stappen:

1. draagvlak en netwerk organiseren
2. wensen en mogelijkheden inventariseren
3. ideeën verbinden en concretiseren
4. activiteiten bekend maken en uitvoeren
5. evalueren en voortzetten.



2.1. Draagvlak en netwerk organiseren

Start methode Onbeperkt Actief

Het succes van Onbeperkt Actief is een combinatie van denken, praten en doen: in Deventer is een vliegende start gemaakt in twee – heel verschillende - wijken.

Doel

Het doel van de eerste stap is draagvlak creëren voor het initiatief. De projectleider gaat hiervoor in gesprek met betrokken organisaties, burgers en gemeente. Dat vraagt tijd en aandacht. Ook is van belang om (reguliere) menskracht en financiën te organiseren om het project verder invulling te geven. Welke bijdragen willen organisaties leveren? Centraal in de hele methode staan de vraag en inzet van burgers. Om hiermee aan de slag te gaan is draagvlak van betrokken organisaties nodig die zich verbinden aan het project.

Sleutels tot succes

In Deventer leren we met en van elkaar in de praktijk van alledag! Hoe?

- We gaan aan de slag samen met bewoners met en zonder verstandelijke beperking.
- We 'oefenen' in twee Deventer wijken. De wijk/buurt en haar bewoners is het uitgangspunt.
- De projectleider is de aanjager/kwartiermaker.
- De gemeente en organisaties willen zich verbinden aan deze praktische ontdekkingstocht.
- Een klankbordgroep neemt het praktische voortouw.



- De wijkopbouwwerkers zijn de verbindende schakels op buurt- en wijkniveau.
- Onze inzet komt vooral uit reguliere gelden.

Aanpak

- Een enthousiaste, verbindende projectleider die de ruimte krijgt van zijn/haar organisatie om het draagvlak te verkennen.
- De projectleider schetst in een initiatiefvoorstel de aanleiding voor het project en de mogelijke aanpak.
- Met dit praatpapier start de projectleider een 'fietsronde'. De projectleider maakt afspraken met managers bij belangrijke partijen die betrokken 'moeten' worden in het project. Denk aan welzijns- en belangenorganisaties, woningcorporaties in de wijk, MEE, zorginstellingen, vrijwilligersorganisaties e.d. De projectleider gaat bij ieder van hen langs met een korte schets van wat er moet gebeuren. Welke rol wil en kan betreffende organisatie spelen? Zijn er meer aandachtspunten en/of kansen?
- In deze gesprekken ontstaat een gedeelde visie op de mogelijke aanpak, dit vormt de basis van het project.
- Niet alleen praten, vooral doen! Naast alle gesprekken wordt ook meteen praktisch de handen uit de mouwen gestoken. Organiseer een activiteit waardoor de insteek en het doel van het nieuwe project meteen zichtbaar is. In Deventer was dit Potje van Otje.

Hulpmiddelen

- Een bevlogen projectleider met oog voor contacten en verbindingen, kennis van de stad en tijd voor pionierswerk.
- Een fiets, om snel te bewegen in het maatschappelijk middenveld.

- Een activiteit die past bij de wijk en haar bewoners en het doel van het project meteen praktisch zichtbaar maakt.
- Veel geduld: alle begin is moeizaam.

De praktijk van alle dag

Wat hebben wij nodig om mee te kunnen doen?

- Om erbij te horen.
- Om mee te kunnen praten.
- Om niet betutteld te worden.
- Om te zijn wie je bent.
- Om de beeldvorming te veranderen.
- Om mee te kunnen doen in Deventer.

Deventer inwoners met een verstandelijke beperking, hun ouders en belangenorganisaties leggen dat goed uit tijdens een manifestatie. Marije overhandigt, namens hen, de suggesties aan wethouder Fleskes! De gemeente gaat met deze tips aan de slag. Zij formuleert een opdracht ... de officiële start van Onbeperkt Actief!

Wonen in een nieuwbouwwijk

Verhuizen naar een vinexwijk kent ook nadelige gevolgen voor mensen met een verstandelijke beperking, verzucht een medewerker van de zorgorganisatie. 'Niet alleen voor hen hoor ...', beaamt de manager van Raster Kinderwerk. 'Iedereen is er hele dagen van huis voor werk of school! Juist in een nieuwe wijk wonen veel kinderen en juist daar is weinig kinderkwerk omdat er vanuit gegaan wordt dat ouders en buurtbewoners de activiteiten zelf organiseren. De gemeente legt haar prioriteiten bij achterstandswijken.' Sociale contacten worden alom gemist. Het idee is geboren... Raster en de JP van den Bent stichting gaan samen aan de slag! 'Buurtmaken' is het doel en 'doen' is de werkwijze van Potje van Otje!





Potje van Otje

Koken en eten zijn een beproefd bindmiddel voor Raster. De basisingrediënten van Potje van Otje worden duidelijk aan de hand van de vragen, een buurtanalyse, kook(kids) formules etc. ... en dan aan de slag. Het Oranjefonds, Rabobank Salland en de vrienden van de JP van den Bent zorgen voor een klein startkapitaal en de potten en pannen kunnen worden aangeschaft. Een kinderwerker en een begeleider van de JP van den Bent gaan samen aan de slag – de eerste Potje van Otje start in februari 2008.

“Nog één vraag! Otje ... is dat dé Otje van Annie MG Schmit? Volmondig ja ... Flip, de zoon van Annie vindt het een fantastisch idee dat we de naam ‘Otje’ verbinden aan het wekelijks Potje eten!” (zie bijlage 2)



MEE doet een onderzoek naar meedoen!

MEE IJsselovers heeft in 2007 onderzoek gedaan naar de vrijetijdsbesteding van mensen met een beperking. Er zijn 739 enquêtes verspreid binnen de gemeente Deventer, 250 enquêtes zijn ingevuld en retour gezonden. Het onderzoek laat zien dat veel van deze mensen (willen) deelnemen aan sportieve, kunst- of cultuuractiviteiten. Een meerderheid geeft aan dat zij behoefte hebben aan nieuwe uitdagingen en om andere mensen te ontmoeten. Het belangstellingspatroon verschilt per leeftijdscategorie niet veel van elkaar. Wel zijn er kleine verschillen; jongeren kiezen meer voor trendy activiteiten, terwijl ouderen de meer traditionele activiteiten kiezen. Het 'uitgaan' is steeds meer in opmars waarbij een grote groep deelnemers (44%) aangeeft dat zij graag deelnemen aan activiteiten die vooral ook beoefend worden door mensen zonder beperking, handicap of chronische ziekte. Aansluiting dus bij reguliere activiteiten en clubs, het liefst ook in de eigen buurt. Vraag daarbij is of de reguliere activiteiten ook ingericht zijn voor deze doelgroepen oftewel: in hoeverre houden organisaties rekening met het meedoen/het deelnemen aan de samenleving van doelgroepen die net wat meer ondersteuning nodig hebben? Ook wordt dikwijls genoemd dat het prettig is als er een 'maatje' is die hen wegwijs maakt bij nieuwe activiteiten en eventueel wat steun kan geven.

2.2. Wensen en mogelijkheden inventariseren

Er op af ; wat is de vraag (achter de vraag)?

Goed luisteren naar bewoners, dat is de uitdaging. De vragen en behoeften van bewoners in Deventer zijn heel duidelijk geworden. Het uitgangspunt is dat wat mensen zelf te bieden hebben: welke talenten en kwaliteiten kunnen zij zelf inzetten voor hun buurt?

Doel

Het doel is het inventariseren en verzamelen van de wensen en mogelijkheden van bewoners ten behoeve van leuke en vooral laagdrempelige ontmoetingen in de buurt.

Sleutels tot succes

- Praat mét buurtbewoners (met een beperking) in plaats van over hen. Ga aan tafel met ze!
- Praat in dezelfde taal. Voor alle werkers: vergeet het jargon!
- Sluit aan bij interesses, kwaliteiten en talenten van buurtbewoners (met een verstandelijke beperking). Je weet dan zeker dat mensen mee doen!
- De opbouwwerkers sluiten – op wijkniveau - aan bij overleggen of leuke bijeenkomsten van buurtbewoners, zorgorganisaties, cliëntenraden etc. Letterlijk: er op af en samen doen! Bijvoorbeeld door het organiseren van bijeenkomsten als het Kenniscafé Onbeperkt Actief.
- De projectleider legt verbindingen met organisaties uit de wijk, stad en gemeente. De projectleider heeft als centrale vraag: doet u ook mee? Er wordt voortgebouwd op de relaties die in stap 1 zijn opgebouwd.

Aanpak

- De opbouwwerkers zijn alert op vraag en aanbod dat past in het project Onbeperkt Actief. Door hun (zichtbare) aanwezigheid in de wijken en en buurten halen zij veel informatie naar boven. In keukentafelgesprekken, op straat etc..
- Het organiseren van een kenniscafé waarin mensen hun behoeften op een creatieve wijze kunnen delen.
- De projectleider en opbouwwerkers spreken met velen: zowel met cliëntenraden, belangenorganisaties en ouders van mensen met een kwetsbaarheid, als ook met professionals als MEE en zorginstellingen. Doel van deze gesprekken is behoeften te peilen en ideeën voor activiteiten op te doen.
- Uiteindelijk ontstaat er een volledig beeld van de ideeën, wensen en behoeften en wie wat te bieden heeft.

Hulpmiddelen

- Een wijk en wijkopbouwwerkers die met deze aanpak gaan experimenteren en als pilot willen fungeren.
- Opbouwwerkers met netwerken in de wijk, zowel met bewoners als met professionals.
- Creatieve werkvormen zoals het kenniscafé of foto's die het voor mensen makkelijker maken informatie tot zich te nemen, ideeën te delen en hun wensen te uiten.

De praktijk van alle dag

Kenniscafé Onbeperkt Actief (zie ook bijlage 1)

In juni 2008 is een eerste Kenniscafé georganiseerd - een interactieve avond rond het thema 'meedoen in je eigen buurt'. Net als in een echt café is het Kenniscafé dé plek om veel mensen te ontmoeten en met elkaar in gesprek te gaan. Maar liefst 50 mensen - bewoners met en zonder beperking, belangenorganisaties, medewerkers van veel organisaties en de gemeente zijn bijeen in een activiteitencentrum dat omgedoopt is tot Kenniscafé Onbeperkt Actief.

Aan 3 stamtafels met 'stamgasten' - die allen wonen of werken in de wijk - wordt aan een opdracht gewerkt: bedenk met elkaar 2 vrijetijds activiteiten en ga samen aan de slag in jouw buurt. De interesses blijken talrijk en ook divers, van wandelen, theater tot klussen. Het eerste Kenniscafé is de start van onbeperkt meedoen en vooral ook samen doen!

Alie Abbink (de Parabool) over het kenniscafé in juni 2008: Een heel geslaagde avond. 'De winst is dat je elkaar als werkers nu weet te vinden. Er is nog veel meer te halen en te brengen dan dat ik voorheen dacht'. Alie begeleidt cliënten uit o.a. Borgele en het Landsherenkwartier. Alie en Marc Kamp – opbouwwerker Raster - zagen elkaar voor het eerst op het Kenniscafé en kwamen tot de ontdekking dat zij beide een zelfde buurtbewoner begeleiden!



Melanie aan het woord:

Melanie oppert tijdens het Kenniscafé een idee – een theaterstuk voor de buurt. Eerder zat zij op dansles daar werden soms kleine musicals gedaan en dat vond zij erg leuk. Het moet theater worden waar – naast Melanie – meer meiden uit het trainingshuis aan De Braam meedoen. Ook andere mensen uit de buurt zijn van harte welkom om mee te doen. ‘Jongens en meiden uit de buurt is juist leuk – maar die ken ik niet. Ik zie hier alleen maar oude mensen wonen. Een vrolijk theaterstuk door jonge mensen is leuk en daar kan de buurt dan naar komen kijken... Maar ik weet niet hoe dat moet hoor ...en waar we dat kunnen doen ... dus als jullie willen helpen is dat heel fijn. Evelien de stagiaire gaat ons ook helpen’.

Op zoek naar ‘De vraag’ (achter de vraag)

In Keizerslanden is een buurtrestaurant van het ROC. In een ruimte in school is een gezellig restaurant ingericht. Tegen een bedrag van rond de € 10,- krijgt men daar een 3 gangen diner geserveerd. Leerlingen van het ROC oefenen in dit restaurant het koken en het bedienen van gasten. Wij nodigden de cliëntenraad van de J.P. van den Bentstichting uit voor een diner in dit restaurant. Doel is in gesprek te komen met bewoners met een beperking. Op deze informele manier spreken wij (projectleider en

opbouwwerker) met de voltallige cliëntenraad ambulante zorg en een begeleider. Nuttig, aangenaam en leerzaam. Voor de leerlingen van het ROC maar zeker ook voor ons. We bespreken vragen als; Wat missen jullie in de buurt? Hoe zou je graag met andere buurtbewoners in contact willen komen? Welke activiteiten zou je graag doen? En wanneer? Zo hoorden wij dat er doordeweeks genoeg ‘eigen’ activiteiten (d.w.z. voor cliënten met een beperking) zijn maar dat zij in het weekend graag meer contacten en activiteiten willen. Ook bestaat er toch een behoorlijke drempel om ergens zelfstandig op af te stappen.

Ideeën van Freddie en Corrie:

Freddy en Corrie wonen zelfstandig in de wijk – ieder met enkele uren ambulante zorg. Juist voor buurtbewoners als Freddy en Corrie is aansluiting in de buurt prettig. Een steuntje in de rug helpt hen op weg naar meer zelfstandigheid. Tijdens een kerstinloop, georganiseerd door medewerkers van welzijn en zorg, zegt Freddy tegen de projectleider dat hij graag sociale contacten wil. Vooral in het weekend of een enkel avondje want dan is het stil thuis. Hij wil graag met andere burens iets ondernemen. Freddy wil graag mee organiseren als we wat verder in de voorbereiding zijn. Corrie vindt hapjes maken erg leuk. Kookworkshops en een buurt eetclub zijn zomaar ideeën die Freddie en Corrie de moeite waard vinden om verder uit te werken.





2.3. Ideeën verbinden en concretiseren

Van idee tot initiatief

Het succes van deze stap zit in de aansluiting bij alledaagse dingen: hoe zet je ideeën om in concrete plannen: een buurtfeest, samen wandelen of koken. Het hoeft niet meteen grootschalig, het kan dichtbij. Welke bestaande initiatieven zijn er? Kunnen we aansluiten en waar moeten we echt iets nieuws ontwikkelen? In deze stap worden voorgaande stappen samengebracht.

Doel

Het doel is om alles in gereedheid te brengen om in de volgende stap uitvoering te gaan geven aan de initiatieven. De kunst is nu de wensen en behoeften te koppelen met de ontstane ideeën voor initiatieven. Dit kunnen nieuwe initiatieven zijn, maar juist ook activiteiten en projecten die in de wijk al bestaan.

Sleutels tot succes:

- Start bij gewone en alledaagse dingen. Een buurtfeest, samen wandelen en samen koken, een open huis, dichtbij en toch ver weg als je er niet samen voor gaat!
- Organiseer slim: vraag een ieder te doen waar hij/zij goed in is! Dit geldt zowel voor bewoners als voor professionals.
- Door verbinding en samenwerking te zoeken bereik je veel. Maak gebruik van de bestaande (informele) infrastructuur in de wijk.
- Maak reclame. Maak vooral bekend wat je doet, zo werf je deelnemers voor je activiteiten en krijg je bekendheid die later weer gunstig is (bijv bij het krijgen van sponsorgelden). Weet dat hier in de beginfase veel tijd en enthousiasme voor nodig is. Het resultaat is altijd de moeite waard!
- Een klein startbudget is ondersteunend bij het opzetten van activiteiten. In Deventer is in beginsel € 500,-- per activiteit beschikbaar. Door inzet van gewone en alledaagse dingen kan low budget gewerkt worden met 'bestaande' middelen.
- Extra middelen geven soms net een extra zetje om te gaan 'experimenteren'. In Deventer kregen we ondersteuning van de Deventer Wijkaanpak, de Rabobank, het Oranjefonds, Vrienden van JP van den Bent, Albert Heijn Vijfhoek en andere ondernemers.
- Zoek ambassadeurs en sleutelfiguren! Enthousiaste buurtbewoners, ouders en begeleiders etc. Mensen (met een beperking) die vaker meegedaan hebben kunnen, als geen ander, vertellen hoe goed en leuk Onbeperkt meedoen kan zijn!
- (Ambulant) begeleiders worden van harte aangespoord hun cliënten te ondersteunen en/of de weg te wijzen.

Aanpak

- Overleg tussen burgers en professionals over nieuwe initiatieven. Daardoor ontstaan nieuwe netwerken van buurtbewoners, wijkopbouwwerkers, medewerkers van zorginstellingen, woningcorporaties, vrijwilligerscentrale, ondernemers, kerken, winkeliers etc.
- Gun mensen en organisaties de tijd om te 'wennen'. Voor zowel bestaande initiatieven als nieuwe activiteiten is het belangrijk dat er ruimte is voor mensen met en zonder beperkingen. Zowel fysiek als mentaal moeten drempels weggenomen worden.
- Noteer de stappen in een kort plan van aanpak, waaruit blijkt dat de activiteit:
 - van de buurt is;
 - met de buurt wordt georganiseerd;
 - in de buurt plaatsvindt en
 - in de komende periode uit te voeren is.

Zo kunnen bewoners en professionals nalezen wat door hen is samen afgesproken.

- De afspraken hebben ook betrekking op de taakverdeling, verantwoordelijkheid en inzet van mensen. Zorgorganisaties wordt gevraagd hun bijdrage te leveren in de begeleiding van mensen met een beperking. Welzijn en de vrijwilligerscentrale om buurtbewoners, vrijwilligers en organisaties te ondersteunen die betrokken zijn bij een initiatief.

Hulpmiddelen

- Kennis bij professionals van de sociale kaart en informele infrastructuur van de wijk
- Netwerkgerichte opbouwwerkers die kunnen verbinden
- Een regelmatig terugkerende netwerkbijeenkomst van professionals in de wijk over het opzetten van nieuwe initiatieven of aansluiten bij bestaande initiatieven. Denk hierbij eens aan een lunch.

De praktijk van alle dag

Het idee: 3D Kaarten maken

Marc Kamp, wijkopbouwwerker: "Tijdens een buurtfeest verkoopt een bewoner van een woonlocatie van Philadelphia Zorg haar zelfgemaakte 3D kaarten. Een tijdje daarna ben ik in een ander deel van de wijk op huisbezoek bij een alleenwonende vrouw die vertelt dat ze zich erg eenzaam voelt. Ze heeft weinig contacten en vindt het moeilijk om zelf ergens binnen te stappen bij een activiteit. Terloops

vertelt ze dat ze haar tijd verdriest met 3D kaarten maken. Bij mij gaan dan gelijk belletjes rinkelen: als ik die nou eens kan koppelen? Op mijn vraag aan hen afzonderlijk of ze het leuk vinden om eens samen met anderen te gaan kaarten maken zijn ze allen enthousiast! Ik heb een ruimte geregeld in de buurt, voor de koffie gezorgd en iemand betrokken die workshops 3d-kaarten maken geeft. Zij nemen zelf hun spullen mee en een gezellig maandelijks kaarten-maak-clubje is ontstaan. De consulente van MEE kent ook nog een vrouw met een lichamelijke beperking die graag 'de deur eens uit wil' en die doet nu ook mee.

Een activiteit organiseren en ondersteunen

'Het theateridee van Melanie vraagt de nodige samenwerking en daar zijn we naar op zoek gegaan' vertelt projectleider Lia van Nimwegen. 'buurtbewoners uit het trainingshuis en stagiaires van welzijn, zorg en cultuur zijn onder begeleiding van het welzijnswerk aan de slag gegaan. Wat heb je verder nodig voor een theaterspektakel? Uitbreiding is gezocht en gevonden in de Leeuwenkuil – het cultureel centrum die de artistieke begeleiding verzorgt. Verdere ondersteuning is – bij de start - bij toerbeurt geleverd door zorgorganisaties De Parabool en de JP van den Bent stichting. Samen met MEE IJsseloevers zorgden zij voor wat aanwijzingen in het omgaan met specifieke doelgroepen. Een prachtige oefening in het integraal samenwerken, zowel voor de verschillende stagiaires als voor de overige professionals. Zo is onze werkwijze ontstaan om vrijwilligers en organisaties op weg te helpen. Een aanjaag- en ondersteuningfunctie omdat het werken met 'nieuwe' doelgroepen wat vreemd kan zijn en ook niet altijd makkelijk blijkt te zijn.' Inmiddels groeit het Onbeperkt Theater –de 4e uitvoering is in voorbereiding. Theater door een wisselende en gemêleerde theatergezelschappen met ondersteuning van diverse vrijwilligers, professionals en partijen.

Communicatietips:

- Gebruik makkelijke taal; kort, simpel en concreet (dat is niet het zelfde als kindertaal).
- Herhalen! Zo kun je ook checken of iemand jou begrijpt.
- Besef dat door enthousiasme veel te bereiken is.
- Visueel maken. We werken met veel foto's!
- Regels en structuur geven duidelijkheid en overzicht.
- Voorbeelden, op weg helpen = drempel verlagend.
- Geef één opdracht tegelijk.
- Heb oog voor wat goed gaat en spreek dat uit.





2.4. Activiteiten bekend maken en uitvoeren

Samen aan de slag

De uitvoering kan beginnen als de activiteiten in de steigers staan! Geef eerst bekendheid aan de activiteiten, draag je enthousiasme over. De kracht van herhaling is essentieel. Volg het tempo van de doelgroep om duurzaam resultaat en blijvend enthousiasme te bereiken. Het gaat uiteindelijk om een samenspel van buurtbewoners, vrijwilligers en professionals.

Doel

Het doel van deze stap is bekendheid geven aan de activiteiten. De plannen zijn gemaakt en nu kunnen deelnemers worden geworven. Waar nodig wordt begeleiding georganiseerd en er wordt een start gemaakt met het samen DOEN van activiteiten.

Sleutels tot succes

- Persoonlijk contact werkt! De drempel om te participeren bij buurtactiviteiten kan (onbedoeld) hoog zijn. Begeleiders van mensen met een kwetsbaarheid kunnen hen motiveren, enthousiasmeren en ondersteuning bieden om de drempel tot deelname te overbruggen.
- Laat zien wat je doet! Persberichtjes, het uitnodigen

- van belangrijke personen, het meedoen aan bestaande activiteiten – alles helpt bij het zien en gezien worden van de buurtbewoners en hun activiteiten. Zo is er steeds meer reuring en onbeperkt meedoen in de buurt.
- Herhaling geeft herkenning waardoor het enthousiasme nog groter wordt.
- Zorg ook voor goede ondersteuning van de vrijwilligers. Overleg mét en niet over...!
- Het (lerend) vermogen van de doelgroep is divers en veelal 'anders'. Maak gebruik van de kennis en ervaring van medewerkers van MEE en de zorgorganisaties zodat daadwerkelijk iedereen mee kan doen.
- Meer buurtbewoners - die 'officieel' niet tot de doelgroep horen – hebben zeker zo veel baat bij een dergelijke ondersteuning op maat. Denk dus na over wie je betreft.
- De aanwezigheid van begeleiders bij activiteiten geeft buurtbewoners (met name in het begin) een veilig gevoel. Spreek de zorginstellingen hierop aan en vraag hen mee te werken aan een roulerend rooster met de verdeling van de inzet van medewerkers (van verschillende zorgorganisaties en locaties).

Aanpak

- Er wordt door de initiatiefnemers bekendheid gegeven aan het initiatief, via stukjes in de huis-aan-huisbladen, de wijkkrantjes, mond-tot-mondreclame en soms voorproefjes van de activiteit.
- Zet hulpmiddelen als duidelijke flyers en ander PR materiaal in, gebruik veel foto's en weinig tekst!
- Begeleiders van mensen met een kwetsbaarheid kunnen mensen motiveren, enthousiasmeren en ondersteuning bieden om de drempel tot deelname te overbruggen. Ook hierbij; persoonlijk contact werkt.
- Verspreid een nieuwsbrief in de wijk met informatie over het project en de mogelijkheden voor alle buurtbewoners.
- Ook vrijwilligers die de activiteiten ondersteunen moeten kunnen terugvallen op professionals. Zeker in het begin! Koppel vrijwilligers aan professionals (bijvoorbeeld wijkopbouwwerkers of iemand van de vrijwilligerscentrale) die ze kunnen raadplegen indien nodig.
- Entreegeld of een deelnemersbijdrage hoort bij meedoen in de maatschappij.

Hulpmiddelen

- Flyers en nieuwsbrieven, kijk bijvoorbeeld eens op: www.rastergroep.nl/volwassenen/onbeperkt_actief
- Stukjes in de wijkkranten, huis-aan-huisbladen en algemene bekendheid via het dagblad

- Benut ook het (digitale) prikbord, wijkwebsites, wijkwinkels, mond tot mond reclame etc.
- Gebruik veel foto's en ander beeldend materiaal – dat 'leest' iedereen!

De praktijk van alle dag

Ouders aan het woord!

Moeder Karin 'ik vind het zo geweldig. Mijn dochter doet mee met Onbeperkt Theater en de organisatie van het buurtfeest. Ze geniet en heeft afspraken in haar agenda staan. Ze hing eerder wat doelloos achter de computer, televisie of zomaar op de bank. Bovendien – en dat is niet onbelangrijk – groeit het kind hierdoor in haar zelfvertrouwen, dat zie je gewoon'. Moeder Diny voegt toe dat haar dochter Marije nu - net als haar zussen – kan zeggen 'ik volg een cursus'. Marije heeft meegewandeld, was een van de koks van Potje van Otje en ook van Lady's special heeft ze volop genoten. 'Blijje gezichten en zien dat je dochter een avondje op stap gaat, dat doet je goed als ouder'. Een vader laat tijdens de boerderijklassen op de Ulebelt weten dat hij het erg belangrijk vindt dat iedereen weet dat mensen met een beperking ook actief kunnen zijn als vrijwilliger.

Samen is leuker dan alleen

Onder het motto 'samen is leuker dan alleen' zijn in 2 wijken oproepjes verspreid om samen met buurtbewoners iets te gaan ondernemen. Samen koffie drinken, wandelen of eens naar de markt gaan. Gewoon omdat 'samen' net



*Samen koken en eten: Gewoon alledaagse kost
of een ander gerecht leren koken en proeven*



iets gezelliger is dan alleen. De werkwijze is vooral ontstaan ter ondersteuning van mensen met een lichte verstandelijke beperking. Enerzijds voelt deze groep zich 'te goed' om mee te doen met activiteiten die speciaal georganiseerd zijn voor mensen met een beperking. Anderzijds missen zij het vermogen om uit zichzelf sociale contact te leggen en te onderhouden. MEE IJsseloevers heeft ervaring met vriendenkringen wat – samen met het opbouwwerk van Raster – wordt doorontwikkeld tot buurt (vrienden)kringen. Medewerkers van de ambulante zorg vervullen een intermediaire rol (indien nodig). Een sociaal wijknetwerk is onbetaalbaar! (Zie bijlage 3)

Samen kaarten maken

Het kaarten-maak-clubje geeft na enkele bijeenkomsten aan dat ze het leuk vinden als er wat meer mensen meedoen; hoe meer zielen, hoe meer vreugd. Een oproepje + foto in de buurtkrant levert 12 nieuwe dames op! Een buurtbewoner (cliënte): "Dit is voor mij echt een avondje uit"

NO LIMIT - Samen uitgaan:

Hallo ik ben Michel de Ruiters en ik ben een van de oprichters van NO LIMIT en dat doe ik samen met Pascal. Wim, de jongerenwerker, helpt. Wat is NO LIMIT? Dat is een uitgaansavond voor en door mensen met een zeer lichte verstandelijke beperking, net als ik. Ik heb dat opgericht om dat er niets voor die groep is. Ja de Klup voor mensen met een beperking en ook het gewone

uitgaansleven. Daar voelen velen van ons zich niet prettig of we durven er niet heen. Nu hebben we No LIMIT; ik ben er DJ en verder kun je dansen, poolen, playstation, karaoke doen. Alles kan en mag. En helemaal leuk is het, omdat je andere mensen uit jouw wijk kan ontmoeten. Want ...samen uitgaan is leuker dan alleen! Dus houd het in de gaten en zorg dat je erbij bent!!!

Freek – begeleider uit de zorg – aan het woord:

Werkelijk, dit is een fantastisch project. Vanuit de zorg wordt veelal wel een zorg- of leefplan gemaakt, mensen krijgen zo de individuele zorg die nodig is. Toch is in dat plan geen aandacht voor het sociale netwerk in de buurt. Het contact met de burens is wel erg belangrijk. Als jij (met al je beperkingen) één van de burens bent, voel je je pas thuis in de buurt als je gezien wordt. Als mensen je groeten en vragen of je ook meedoet. Zo net voor mijn pensionering kreeg ik extra uren beschikbaar om vanuit mijn organisatie – de JP van den Bent stichting – bij te dragen in dit project Onbeperkt Actief. Ik heb het geweldig gevonden en zo heb ik – samen met het kinderwerk van Raster – Potje van Otje praktisch opgezet. Tuurlijk, met al die bezuinigingen in zicht is er weinig tijd voor dergelijke inzet. Maar weet ook, dat het bij werkers voor een belangrijk deel tussen de oren zit. Van welke (zorg) organisatie je ook bent! Enthousiaste en creatieve werkers zijn essentieel wil een dergelijk project slagen. En dat vraagt geen extra uren!



2.5. Evalueren en voortzetten

Wat kan beter in de toekomst?

Al doende leert men. Onbeperkt Actief wordt iedere twee jaar geëvalueerd. De eerste stappen zijn gezet; enkele activiteiten maken deel uit van het reguliere aanbod in de wijk. De samenleving is toegankelijker geworden voor kwetsbare burgers. Meedoen is meer vanzelfsprekend!

Doel

Het doel van deze stap is dat de gedachte en activiteiten van Onbeperkt Actief ingebed worden in de wijk en buurt en uiteindelijk minder of niet meer afhankelijk is van professionals. Wat gaat goed gaat en wat kan beter? Dat brengen we in kaart. Welke ondersteuning vanuit Onbeperkt Actief is verder gewenst? Duidelijk wordt wat nodig is om de inclusieve samenleving op wijk- en buurtniveau verder te brengen.

Sleutels tot succes

- Organisaties zoals als de kinderboerderij, het cultureel centrum en de theaterschool ervaren door ondersteuning / tips van medewerkers van zorg en welzijn, dat ook zij activiteiten kunnen aanbieden voor een gemêleerd gezelschap. De ondersteuning vanuit Onbeperkt Actief zorgt dat zij – op termijn – zelf activiteiten organiseren voor de hele wijk/ stad
- De gemeente Deventer gaat in haar subsidiebeschikkingen t.b.v. van organisaties opnemen dat zij een voorstander is van een inclusief beleid. Zij stimuleert de organisaties om aandacht en plek te bieden aan kwetsbare groepen.

- Blijf geloven in de aanpak en vooral blijf de boodschap van een inclusieve samenleving herhalen, herhalen en herhalen.

Aanpak

- Tijdens het hele project voert de projectleider frequent gesprekken met de betrokken maatschappelijke organisaties en gemeente over het project, de resultaten en verwachtingen. Hierdoor blijft iedereen ook op organisatieniveau betrokken en kan bijgestuurd worden waar nodig.
- Gedurende de uitvoering van de activiteiten, worden de resultaten benoemd met de bewoners, deelnemers en de betrokken maatschappelijke organisaties.
- Waarderen is in deze erg belangrijk. Alle inzet wordt zeer gewaardeerd door alle betrokkenen. De professionals maken complimenten naar de buurtbewoners, dit enthousiasmeert en stimuleert de betrokkenheid en inzet.
- Een werkgroep van praktisch betrokken medewerkers van welzijn, zorg en MEE bespreekt nieuwe uitdagingen en ontwikkelingen!
- Een stuurgroep met managers van zorg, welzijn, MEE, vrijwilligerscentrale en gemeente (uit het fietsrondje), komt driemaandelijks bijeen om voorwaarden en proces te bespreken.

Hulpmiddelen

- Op een leuke manier evalueren (napraten). Gebruik soms evaluatieformulieren, maar hou deze toegankelijk voor alle doelgroepen.
- Algemene voorzieningen en organisaties kunnen hun aanbod aanvullen met de activiteiten die in het kader van Onbeperkt Actief zijn opgezet. Hierdoor wordt de borging gerealiseerd. Veelal hechten gemeenten er in hun beleid aan dat maatschappelijke organisaties participatie van kwetsbare mensen in de samenleving mogelijk maken. Door de aanjaag- en tijdelijke ondersteuning van Onbeperkt Actief, kan dit goed.

De praktijk van alle dag

Ontschotten van doelgroepen en organisaties

zorgmanager Ferry Timmerman – Zozijn

De kracht van Onbeperkt Actief zit in de eenvoud:

- alledaagse dingen
- alledaagse mensen (met een beperking)
- alledaagse werkers uit een wijk

Geen zware beleidsnotities of urenlange vergaderingen. Gewoon doen! Het belang van mensen met een beperking (maar ook van andere buurtbewoners) staat voorop. Dat vraagt een kanteling; niet de organisatie(s) staat centraal wel het belang van de doelgroep. Zorg- en welzijnsorganisaties hebben elkaar nodig; versterken elkaar door samen te werken! De motivatie om te willen samenwerken is echt essentieel. Uiteindelijk ontmoeten buurtbewoners elkaar tijdens (laagdrempelige) activiteiten. 'Ik wil nog toevoegen dat de welzijnsorganisatie hier de aansturende en aanjaagfunctie in heeft. Denk niet te snel dat het staat! Wij – van verschillende zorgorganisaties – doen graag mee!'

'Wat kan beter?'

Een opbouwwerker aan het woord: Bij een eerste vragenronde aan buurtbewoners (met ambulante ondersteuning van twee verschillende zorgorganisaties) blijkt dat zij vooral vragen om laagdrempelige activiteiten in het weekend. In het kader van de Nationale Burendag wordt er een straatmaaltijd gekookt door een aantal bewoners. Iedere buurtbewoner is uitgenodigd aan te schuiven en gratis mee te eten. Twee maanden van tevoren is aan ambulante begeleiders gevraagd dit onder de aandacht te brengen van de cliënten en ze te stimuleren om met hen hierheen te komen. Zowel de begeleiders als de cliënten reageren enthousiast. Zij komen! Enkele dagen voor deze Burendag komen de afzeggingen per mail binnen, de begeleiders komen niet dus geen cliënten bij de straatmaaltijd... Hoe laagdrempelig ook, zo'n eerste stap is toch spannend en lukt niet als begeleiders niet een eerste keer meegaan. Soms een kwestie van plannen en vooral doen!

Anders denken over anders zijn, heeft soms net iets meer nodig! (zie bijlage 4)

Dieuwke (29 jaar) heeft meegedaan met Potje van Otje en de Lady's special TUTklup. Dieuwke heeft genoten. Weet je dat Dieuwke sindsdien samen thee drinkt en babbelt met vriendinnen die ze heeft leren kennen bij Potje van Otje? Robin (10 jaar) wil het liefst nog een keer meedoen met

Potje van Otje 'Ik vind Potje van Otje super leuk! De eerste keer vond ik die ander mensen wel een beetje eng. Maar ze zijn eigenlijk heel gewoon!' Robin is niet de enige die zo reageert. De opbrengst is groot! Alle kinderen die aan Potje van Otje hebben meegedaan – kijken hun leven lang niet meer vreemd naar mensen met een beperking.

Niet alleen voor de kinderen is de ontmoeting in beginsel wat vreemd. Actieve burens die zelfstandig aan de gang gaan met alledaagse activiteiten waar ook de burens met een beperking aan mee doen, zijn ook wat aarzelend en terughoudend. Gezamenlijk is ondersteuning afgesproken – steeds door een van de begeleiders van de zorgorganisaties. Niet alleen ter ondersteuning van de cliënt – maar meer nog om de buurtbewoners wat aanwijzingen en ondersteuning te bieden. Na een paar keer is heus het vertrouwen er wel!

Meedoen in de buurt geeft soms vragen. Fred en zijn vrouw zijn sinds de start van Onbeperkt Actief, betrokken en actief. Fred zet de wandelingen 'wandelen met de burens' uit. Zij, maar ook andere actieve bewoners, hebben vragen die te maken hebben met sociale vaardigheden, grenzen, respect etc. Tijdens informatieve bijeenkomsten onder de noemer 'Anders denken over anders zijn' wordt ingegaan op de materie. Vrijwilligers (waaronder vrijwilligers met een lichte beperking) doen mee onder leiding van een opbouwwerker, acteur en een trainer van MEE IJsseloevers.



3. Onbeperkt Actief - wat meer achtergrondinformatie

In veel (beleids)notities staat geschreven over het meedoen van kwetsbare en weerbare burgers van een stad of dorp. Wie zijn nou die burgers? Hoe kwetsbaar is kwetsbaar en waar zit dan die eigen kracht? Hoe werkt dat in praktijk? In dit hoofdstukje is nog eens op een rij gezet hoe de samenwerking is afgesproken, welke competenties van belang zijn alsook hoe een en ander financieel haalbaar is.

3.1. Competenties van de uitvoerders

Bij het beschrijven van de stappen in deze methode is al zijdelings aan de orde gekomen wat de professionals, projectleider en vrijwilligers die bijdragen aan het succes van Onbeperkt Actief typeert. Hieronder vatten we dit nog een keer samen.

Professionals

De professionals werken mensgericht, hebben gevoel voor de vraag van de burger (kwetsbaar of niet kwetsbaar) en stellen die centraal in hun werk. Zij kunnen schakelen en verbinden. Zowel mensen als organisaties weten zij te bewegen tot het samen ondernemen van actie. Ze hebben inzicht in de sociale kaart van de wijk of stad en kunnen goed netwerken. Ze zijn pro-actief, zien kansen en mogelijkheden en weten deze aan te grijpen. Ze hebben kennis en ervaring over het werken met mensen met een kwetsbaarheid en weten de eigen kracht van mensen aan te spreken.

Vrijwilligers

De vrijwilligers hebben oog voor de mensen waarmee ze werken en beschikken over goede sociale vaardigheden om met hen om te gaan. Ze zijn in staat hun eigen ondersteuningsbehoefte te formuleren richting professionals als ze bij zichzelf merken dat ze ergens mee worstelen. Belangrijk is dat de vrijwilligers daadwerkelijk een professional hebben waar zij op terug kunnen vallen, zodat ze zich gesterkt weten in hun doen en laten.

Projectleider

Het samenwerken als bij Onbeperkt Actief is een innovatief proces dat gepaard gaat met vallen en opstaan. Onderweg zijn er vele verrassingen en obstakels die opgelost moeten worden. Dat proces vraagt van een projectleider zowel kennis van de inhoud maar vooral ook behendigheid in het begeleiden van interactieve processen. Een van de belangrijkste kwaliteiten van de projectleider is wel het inspireren van anderen. Dat vraagt om een heldere visie op de toekomst en een geloof in de noodzaak van het kantelen van denken en (samen) doen. De projectleider is als het ware een spin in het web die moet

jongleren met allerlei kwaliteiten: inspireren, netwerken, overtuigingskracht met verschillende belangen omgaan en besluiten nemen.

3.2. Kantelen in denken en doen - hoe doe je dat in de praktijk van alledag?

Eind 2007 is door de gemeente Deventer een opdracht aan Raster Welzijn gegeven om met een initiatiefvoorstel te komen. Een aantal kaders, zoals het samenwerken van de welzijnsorganisatie met (zorg)organisaties en vooral het gebiedsgericht actief zijn, zijn sturend. Belangrijke succesfactor is steeds dat de gemeente Deventer het vertrouwen heeft in de samenwerkingsrelatie met de welzijnsorganisatie en haar de speelruimte geeft om aan de slag te gaan. Geen uitgebreide nota's en convenanten... gewoon aan de slag! Uiteraard worden de resultaten nauwkeurig besproken en zijn aanleiding om verder te gaan, bij te sturen en zo een innovatieve werkwijze te ontwikkelen. Leren doe je met elkaar en van elkaar!





De praktijkervaringen vanuit Onbeperkt Actief zijn een voorbeeld hoe het kantelen in denken en doen tot veel kan leiden, zeker ook voor gemeenten. Naast de uitvoering van de Wmo is het van belang dat een gemeente oog heeft voor inclusief beleid en daarmee het verband legt met meer beleidsterreinen en aspecten van de samenleving. In de toekomst zullen er niet meer middelen zijn maar wel meer en waarschijnlijk ook wel 'zwaardere' vragen. Doormodderen met kaasschaven is minder effectief dan gezamenlijk de schouders eronder te zetten en een integrale samenwerking te ontdekken.

3.3. De samenwerking van welzijn en zorg

Het welzijnswerk ontleent haar kracht aan het wijk- en buurtgericht actief zijn als facilitator, aanjager en verbinder. Zij ontmoet wijkbewoners met een (in)directe vraag om ontmoeting. Daarbij richt zij zich op iedereen. De laatste jaren ook steeds meer op kwetsbare groepen als mensen met een beperking, senioren en mensen die in aanraking zijn (geweest) met de psychiatrie. De onderliggende werkwijze van Onbeperkt Actief – het slim én samen gebiedsgericht organiseren – wordt door verschillende zorgorganisaties herkend. De managers willen meewerken aan de integrale buurtgerichte activiteiten. Het kleinschalige wonen met zorg krijgt hiermee ook een impuls zich verder te ontwikkelen waar het gaat om leefbaarheid en sociale netwerken.

Een duidelijk signaal vanuit een van de pilotwijken is dat de LVG doelgroep (licht verstandelijke beperking) weliswaar minder beperkt is, vanuit AWBZ indicering, maar dat daardoor de drempel om sociaal te participeren niet lager wordt. In tegendeel! De zorgorganisaties zien de uitdaging dat d.m.v. integrale samenwerking nog veel te ontdekken en te ontwikkelen is! Van cliënt naar volwaardig burger is een enorme stap, ook voor zorgorganisaties! Versnippering van inzet door organisaties kan ook leiden tot verlies van kansen en energie.

De organisaties faciliteren dat op uitvoerend niveau wordt samengewerkt. Korte lijnen, kennen en gekend worden zijn sleutelwoorden om samen te werken en elkaars inzet te versterken. Een van de belangrijke succesfactoren is steeds het enthousiasme van een ieder.

3.4. Het belang van inclusief beleid

De ontwikkeling van inclusief beleid is belangrijk voor alle aspecten van de samenleving. In haar beleidsplan benadrukt de gemeente Deventer dat zij een inclusief beleid voorstaat. Behalve via de Wmo worden in alle beleidsterreinen maatregelen getroffen die algemeen van aard zijn en meer specifiek zijn waar het gaat om de zelfredzaamheid en participatie van mensen met een kwetsbaarheid. Dit samenspel van beleid en uitvoering maakt dat het project niet als project blijft bestaan maar

echt wortels heeft in de samenleving en op die manier door ontwikkeld en geborgd blijft.

Een veelheid aan (belangen)organisaties, instellingen en andere partijen zijn betrokken – al naar gelang de uitvoering van het programma. Er zijn contacten gelegd met bestaande informele en amateursorganisaties alsook met reguliere voorzieningen en activiteiten. Ondersteuning is gezocht en gevonden bij ondernemers, winkeliers, woonbedrijven, kerken/diaconie etc.

3.5. De centen: wie betaalt wat?

Een project als Onbeperkt Actief vraagt om een andere uitvoering en daarmee vraagt het ook praktische speelruimte som aan de slag te gaan. De inzet van de twee wijkopbouwwerkers (ieder voor 120 uur per jaar), een consultant van MEE IJsseloevers, verschillende (ambulant) medewerkers van de zorgorganisaties en een medewerker van de Vrijwilligersorganisatie zijn betaald uit reguliere middelen.

Enkele praktische voorbeelden w.b. inzet van overige professionals:

- Potje van Otje - uitvoering door het kinderwerk van Raster (60 uur per sessie van acht keer)

- Onbeperkt Theater – uitvoering door een theaterregisseur (40 uur t.b.v. een theatersessie van 11 oefenavonden + twee optredens).
- Training Anders denken over anders zijn: trainer vanuit MEE IJsseloevers (reguliere middelen) en trainer / acteur – ieder zeven uur.

Een project opzetten, uitvoeren en implementeren vraagt tijd. Zeker vier jaar is nodig om de do's en dont's meer duidelijk te hebben en te weten wat dit van de reguliere inzet van medewerkers vraagt. In Deventer is in aanvang gebruik gemaakt van extra gelden van de provincie Overijssel om gedurende 1 jaar een parttime projectleider en activiteiten kosten te financieren (€ 50.000). Onder de noemer 'innovatie welzijn' stelt de provincie voor 2008 projectgeld beschikbaar aan de gemeente Deventer om te 'oefenen' met de Wmo. De basis van de samenwerking en de eerste resultaten geven jaarlijks een vervolg aan de projectondersteuning met lokale Wmo middelen. In 2010 werd besloten dat het projectleiderschap een meer structurele coördinatiefunctie moet zijn. In 2012 – zo is de verwachting – zullen verdere reguliere afspraken gemaakt worden w.b. de inzet van het welzijnswerk, MEE en andere organisaties.



Kenniscafé

Onbeperkt Actief

BIJLAGE 1

Onbeperkt Actief gaat eerst op zoek naar de vraag van wijkbewoners met een verstandelijke beperking. Om die vraag helder te krijgen is het belangrijk dat bewoners met en zonder beperking, organisaties en andere partijen uit de wijk met elkaar om de tafel gaan. Want wat is nu die vraag? En wat voor ideeën hebben bewoners zonder beperking over het samen met hun burens met een beperking doen van activiteiten in de wijk? De opdracht is om met elkaar te komen tot een of twee activiteiten. Bedenk samen alledaagse dingen als recreatie, ontmoeting, burenhulp enz. met als kader;

- Het gaat om alledaagse dingen van de buurt (vraag)
- Met de buurt (bewoners, organisaties, professionals, belangenorganisaties) te organiseren
- In de buurt uit te voeren

Het Kenniscafé is bedoeld om praktisch met een grote groep mensen aan de slag te gaan. Door deze methode te hanteren en de vragen met bewoners zelf te beantwoorden werkt Onbeperkt Actief bottom up; de ideeën worden niet bedacht vanachter een bureau, maar door en met de mensen waar het om gaat.

Het kenniscafé kent een cafésfeer. In een café ontmoeten mensen elkaar en worden de meest goede dingen bedacht! Groepsgewijs – de stamtafels van het Kenniscafé - gaan zij aan de slag! De stamtafelheer of dame (de wijkopbouwwerker) bewaakt het proces. De stamtafelgasten gaan – via inhoudelijke discussie – met elkaar in gesprek. De inhoud van het cafégesprek kan uiteraard variëren. Het Kenniscafé is bij de start van het programma Onbeperkt Actief gericht op het samen ontwikkelen en uitvoeren van vrije tijdsactiviteiten in je eigen buurt. Door het voeren van een inhoudelijke discussie kunnen groepen (stamtafels) initiatieven en oplossingen bedenken. De beste ideeën worden verder uitgewerkt. Iedere stamtafel heeft haar eigen bierviltje (de slijterij werkt graag mee!), die de bezoekers bij binnenkomst ontvangen. Behalve dat je weet aan welke stamtafel je deelneemt is het bierviltje tevens om aantekeningen te maken. Verder is er een schrijver (een professional uit de wijk) die aantekeningen maakt.

De methodiek is ook geschikt om andere onderwerpen samen uit te werken. Precare onderwerpen als beeldvorming, het bouwen van nieuwe (woon)voorzieningen in buurten maar ook verdiepingsvragen – hoe werk je met en voor de doelgroep – kunnen centraal staan. Het programma van het Kenniscafé kan variëren: één of meerdere rondes, meerdere vragen, wisselen van groepen tussen de rondes in etc.

Een genodigd acteur kan op ludieke wijze de aandachtspunten onderstrepen zoals beeldvorming, anders zijn, politieke agenda e.d.



Potje van Otje

BIJLAGE 2

Eten (maken) en ontmoeten zijn de basisingrediënten die bij Potje van Otje tot een formule worden gekneed waardoor buurtbewoners samen aan tafel gaan. Potje van Otje is een serie van 8 kook- en eetbijeenkomsten voor kinderen en mensen met een verstandelijke beperking die daarbij worden geholpen door een professional (welzijn) en vrijwilligers. Samen eten zij met de mensen met wie je de maaltijd klaar gemaakt hebt én met gasten uit de buurt - die je zelf uitnodigt. Een vriend of vriendin, de buurvrouw, een begeleider, de wijkagent of de verkoper van de supermarkt. Iedere week weer iemand anders!

De ervaring leert dat kinderen veel meer open staan voor 'andersoortige' mensen. Vanuit de kinderoptiek is het meedoen van iemand met beperkingen de 'gewoonste' zaak en zo ontstaat in beide situaties een meer positieve beeldvorming. Buurtbewoners helpen de kookbijeenkomsten mee vorm te geven en zij eten natuurlijk ook een hapje mee. Vooral voor mensen die dagelijks alleen hun kostje koken en opeten kan dat een welkome afwisseling zijn. Bij Potje van Otje leer je dus mensen uit je buurt kennen, kom je meer te weten over koken én weet je ook wat er gebeurt in de wijk en ... wie weet? Dat opent deuren om op een ander moment ook weer iets samen te gaan doen. Meedoen en actief zijn in je eigen buurt - de kern van de WMO - is door Potje van Otje leuk, leerzaam en ook nog eens lekker!

Doelstellingen van Potje van Otje:

- Samen (leren) koken en samen eten en zo werken aan een gezond voedingspatroon, omgaan met hygiëne, tafelmanieren en samenwerken in cycli van 8 keer.
- Het ontwikkelen van sociale vaardigheden; gasten uitnodigen en je gast ontvangen/begeleiden
- De buurtcarrière van bewoners versterken. Door ontmoeting kan een sociaal netwerk ontstaan. Mensen komen elkaar vaker tegen of maken afspraakjes met elkaar.
- Werkers van de (begeleidende) organisaties vormen - steeds meer - een integraal wijknetwerk.
- Een positieve beïnvloeding van de beeldvorming onder (jonge) buurtbewoners.

De werkwijze

In Potje van Otje wordt iedere week een recept voorbereid. De aanwezigen worden in groepjes verdeeld. In iedere groep zitten deelnemers van de doelgroepen: kinderen en mensen met een beperking. Andere wijkbewoners worden vrijwillig in een ondersteunende rol ingezet. Iedere groep krijgt een eigen taak waarvoor ze tijdens die bijeenkomst verantwoordelijk zijn.

Zo is er een groep die groentes snijdt en wast, die de tafel feestelijk dekt, die menukaarten maakt, die kookt, die helpt



bij het opruimen, die het eten opdient, gasten ontvangt etc. Iedere taak draagt bij aan het uiteindelijke doel: een smakelijke maaltijd te serveren voor de aanwezigen en gasten.

De buurtgasten - wisselend per bijeenkomst - worden door de deelnemers zelf uitgenodigd. 'Speciale' gasten kan gevraagd worden om iets te vertellen wat interessant of gewoon leuk is.

De taken worden uitgevoerd door een kookgroep - per sessie 8 deelnemers. Ieder lid van deze kerngroep mag een introductie uitnodigen om aan te schuiven bij de maaltijd, de gasten. Er wordt gewerkt in cycli van steeds 8 weken - workshops. Om de acht weken wordt er een nieuwe groep samengesteld. Vooralsnog vindt Potje van Otje plaats op vrijdagmiddag - van 15.30 tot 18.30 uur - maar dat kan bij veel belangstelling of anderszins ook op een andere dag in de week. Om 17.00 uur worden de genodigde gasten ontvangen en gaan we samen aan tafel. De ruimte wordt aangekleed tot een gezellig buurtrestaurant.

We maken gebruik van:

- Potje van Otje - kook- en tafelmanierenboek (voor ieder één boek).
- Uitnodigingskaartjes voor gasten (gasten van de koks, gasten uit de buurt en speciale gasten).
- Potje van Otje - kookdiploma - bij het afronden van de sessie.

Samen is leuker dan alleen ...

BIJLAGE 3

Vriendenkringen in je eigen buurt!

Waar gaat het om:

Op basis van interesses, hobby's en de buurt waar iemand woont, worden matches gemaakt. Matches tussen twee tot maximaal zes buurtbewoners, waaronder mensen met een verstandelijke beperking. Buurtbewoners maken afspraken om samen iets te ondernemen. Dat kan variëren van een babbel met een kop koffie, thee leuten, samen vissen, een museum bezoeken, samen koken, boodschappen doen, knutselen, spelletjes doen of ... wat men zelf wil en interesseert. Bewoners kunnen ook aansluiten bij bestaande of nieuwe te starten initiatieven of vrijwilligerswerk.

Voor wie:

In principe is 'samen is leuker dan alleen' voor alle bewoners van Deventer. We richten ons in de ontwikkelfase vooral ook op mensen met een lichte verstandelijke beperking, zelfstandig wonend met ambulante begeleiding. Veelal voelt deze groep zich enerzijds 'te goed' om mee



te doen met activiteiten die speciaal georganiseerd zijn voor mensen met een beperking. Anderzijds missen zij het vermogen sociale contact te leggen en te onderhouden. In de maatschappij worden zij veelal niet 'herkend'. Zij wonen zelfstandig, hebben (aangepast) werk en zijn soms ouder(s) van een gezin met kinderen.

Maat(jes)werk:

De buurtbewoners kunnen rekenen op ondersteuning van (gezamenlijke) professionele organisaties. De ervaring van MEE IJsseloevers m.b.t. de stedelijke vriendenkringen en de ervaring en mogelijkheden van het opbouwwerk van Raster vormen de basis van een nauwe samenwerking tussen hen. Samen met de zorgorganisaties (de Parabool, JP van den Bent, Zozijn en Philadelphia zorg) en de Vrijwilligerscentrale wordt de integrale werkwijze verder ontwikkeld die aansluit bij de behoeften in de wijken. De kennis en ervaring van Vriendendiensten Deventer (voor mensen met psychische belemmeringen) wordt, waar relevant, meegenomen.

Ook wordt ervaring opgedaan met tijdelijke ondersteuning door coaches van het alledaagse ter ontwikkeling van een sociaal netwerk in je wijk. Het project Coaches van het alledaagse is een ander project van Raster. De coaches zijn opgeleide buurtbewoners die – tijdelijk (minimaal 3 maanden en maximaal 6 maanden) – andere buurtbewoners (coachvragers) op weg helpen bij alledaagse dingen.

De werkwijze 'Samen is leuker dan alleen' bestaat uit een aantal stappen:

1. het werven / aanmelden van deelnemers (campagne in de wijk).
2. kennismaken met elkaar.
3. coördinatie en ondersteuning/coaching van buurtbewoners.
4. training: 'anders denken over anders zijn' (indien gewenst).
5. buurtbewoners zijn steeds meer zelfstandig actief.



Anders denken over anders zijn

BIJLAGE 4

informatieve en interactieve bijeenkomsten met een gezellig tintje voor actieve burens en vrijwilligers (met een beperking)

In een tijd waarin het 'normaal' is om kwetsbare groepen gewoon in de wijk te laten wonen, is het goed afspraken te maken en voorzieningen te treffen waardoor buurtbewoners elkaar ontmoeten en samen actief (kunnen) zijn. Het meedoen van kwetsbare groepen kan alleen slagen als er ruimte is voor specifieke behoeften. Als zij kunnen zijn wie zij zijn. Dat vraagt ook om erkenning dat het omgaan met mensen die anders zijn, vreemd kan zijn en niet altijd makkelijk is. Een aantal bewoners geeft aan behoefte te hebben aan ondersteuning én het 'ontmoeten' van elkaar. Weten van elkaar, leren van elkaar, informatie horen van deskundigen en belangenorganisaties! De start van informatieve en interactieve bijeenkomsten met de naam 'Anders denken over anders zijn'.

Op de avond 'Anders denken over anders zijn' ontmoet men verschillende betrokken burens en vrijwilligers. Naast

een hapje & drankje en kennismaken met elkaar, is aandacht voor het uitwisselen van ervaringen en gedachten, lastige situaties en vaardigheden. Eén van de mensen vertelde 'ik heb de neiging te gaan zorgen; doe je das om en zet je muts op'. Wat doe je dan? De eigen ervaringen, vragen maar ook tips en goede ideeën zijn aanleiding om aan de kaak te stellen. Onder de vrijwilligers en actieve buurtbewoners is gevraagd waar zij tegen aanlopen, wat zij moeilijk vinden.

Onderwerpen als grenzen stellen, betuttelen, het tempo en de beleving door mensen met een beperking zijn door een trainer van MEE IJsseloevers en een acteur/trainer uitgebeeld. Net als tijdens het Kenniscafé blijkt de acteur precieze situaties goed te kunnen 'vertalen' in de uitgebeelde situaties. De aanwezigen reageren en geven suggesties en stellen vragen. Voorts is in kleine groepjes verder gesproken waarbij een opbouwwerker (Raster) of een consultant van MEE de groepjes begeleiden. Het is vooral niet de bedoeling om de aanwezigen te 'scholen' en vakjargon of aandoeningen te bespreken.





Colofon

Deze uitgave is tot stand gekomen met bijdragen van MOVISIE (diversiteitsprijs 2010) en het Fonds Verstandelijk Gehandicapten.

Eindredactie: Lia van Nimwegen, Raster.

Redactie: MEE IJsseloevers, Zozijn en Raster met bijzondere medewerking van MOVISIE.

Met speciale dank aan: Marc Kamp, Daphne Stroobants, Ferry Timmerman en alle overige medewerkers van de deelnemende organisaties MEE IJsseloevers, stichting JP van den Bent, Raster, Zozijn, de Parabool, Philadelphia, Vrijwilligers Centrale Deventer en de gemeente Deventer.

Fotografie: Raster, Auke Pluim en Sterre Delemarre

Ontwerp: bureau Janse

