



*Experts van  
het Dagelijks  
Leven*

# Zandvoort 4x beter

## 1 MEER ZELFREDZAAMHEID

Pluspunt gaat uit van de individuele verantwoordelijkheid van mensen om hun leven te plannen en vorm te geven. We ondersteunen mensen bij het herstellen, versterken en bestendigen van hun eigen kracht en die van hun sociaal netwerk.

## 2 MEER VERBINDING

We brengen verbindingen tot stand tussen vrijwilligers en klanten, tussen informele en formele netwerken en tussen eerstelijns professionals van verschillende disciplines. De komende vier jaar zetten wij extra in op het bevorderen van verbinding tussen inwoners van Zandvoort.

## 3 MEER INNOVATIE

Pluspunt investeert in Positieve Gezondheid, in de omslag van dure behandeling naar goedkopere preventie, zodat problemen van Zandvoorters vroegtijdig en laagdrempelig worden aangepakt. Vanuit de werkpraktijk – op basis van signalen van het Sociaal Wijkteam bijvoorbeeld – komen innovaties in partnerschappen, aanpakken en werkwijzen tot stand.

## 4 MEER PREVENTIE

De organisaties in Zandvoort op het gebied van wonen, zorg en welzijn gaan intensiever samenwerken. Met elkaar en met vrijwilligersorganisaties en inwonersinitiatieven. Samen vormen zij de sociale basis van Zandvoort. De inzet van de samenwerkende organisaties is preventief, tijdig en dichtbij. Die samenwerking is efficiënt. Vaak gaat het om Zandvoorters die elkaar helpen. Pluspunt is een verbindende organisatie, verankerd in de sociale basis. Pluspunt wil de samenwerking binnen de sociale basis coördineren.

**T**oen ik begon met de activiteit “Koken over Grenzen” zag ik iets moois gebeuren dat ik niet had verwacht. Ik zag de mannen en de vrouwen groot worden, ze straalden trots uit.

Eerder zag ik ze altijd in andere situaties: bij vluchtelingenwerk, in het sociaal wijkteam. Daar gingen de gesprekken altijd over administratie, inburgering, werk en inkomen. Bureaucratische handelingen die hen onbekend waren, in een taal die ze moeilijk vinden en altijd werd er iets van hen verwacht: begrip en medewerking. Ze waren afhankelijk.

*Tijdens het koken en de maaltijd werden zij supertrots!*

Maar tijdens het koken en de maaltijd worden zij super trots! Ze presenteren iets wat van hen is en waar zij ontzettend goed in zijn. Ze draaien hun eigen muziek en dansen met ons hun eigen dansen. En dit keer waren wij het die onder de indruk van hen waren! Wij vonden hun dansen moeilijk en vonden dat zij hun eten als kunst presenteerden. Erg lekker bovendien.

Ik vind het ontzettend leuk dat de buurt kan zien dat deze mensen groot en sterk zijn: ze koken zingend voor 50 inwoners. Vooral die trots vind ik mooi. Een deelnemer zei: ‘Ik voel me zo vaak niets. Dat is niet de schuld van Nederland, maar ik voel me maar een vluchteling. Hier met zijn allen in de keuken vind ik het heel goed dat jij ziet hoe mooi onze cultuur is. Wij waren heel rijk allemaal, dat mogen jullie zien.’

**Hella Wanders**  
Sociaal werker Pluspunt

## Voorwoord

# Een sterke sociale basis

**D**it is het derde beleidsplan van Pluspunt. Met “Experts van het Dagelijks Leven” gaan we verder op de weg die we insloegen met de beide voorgaande beleidsplannen: “Hart voor Zandvoort” en “Meesters in Verbinden”.

De transformatie van het sociaal domein is in volle gang. Samen met de gemeente en onze samenwerkingspartners zoeken en vinden we manieren om preventief te werken en de zelfredzaamheid en samenredzaamheid van Zandvoorters te versterken. De belangrijkste randvoorwaarde is dat zoveel mogelijk professionele organisaties op het terrein van wonen, zorg en welzijn evenals vrijwilligersorganisaties en inwonersinitiatieven tezamen een sterke sociale basis vormen.

Vanuit dit perspectief werken we in dit beleidsplan een aantal beleidsuitgangspunten verder uit en scherpen die aan. Ik nodig u uit om met ons mee te denken en mee te doen bij de vormgeving van een sterke sociale basis en het versterken van zelfredzaamheid en samenredzaamheid in Zandvoort.

### Het dagelijks leven is vaak niet zo gewoon...

Er is goed nagedacht over de titel van dit beleidsplan: “Experts Van Het Dagelijks Leven”. Iedereen heeft een Dagelijks Leven. In het werk van Pluspunt merken we dat Dagelijks Leven voor nogal wat mensen niet ‘gewoon’ of ‘alledaags’ of ‘simpel’ is. Het ligt namelijk erg voor de hand om als mens te kijken naar wat je mist, wat er niet kan, welke problemen je hebt, wat een ander zou moeten doen. Elk mens heeft wel een aantal problemen en/of beperkingen in het dagelijks leven: gerelateerd aan gezondheid, levensfase, financiën, huisvesting, sociale contacten, zingeving en ga zo maar door.

Pluspunt beschouwt het als haar taak om inwoners te stimuleren en zo nodig te begeleiden bij hun zoektocht naar een voor hen passend leven, leefpatroon of levensinvulling. Dat is een grote uitdaging. Dat lukt vaak, maar niet altijd. Dat is zeker ook niet gemakkelijk, maar als het wel lukt geeft het een grote voldoening te beseffen dat iemand een wat gelukkiger mens is geworden!

Het is erg inspirerend om de door Machteld Huber ontwikkelde theorie over Positieve Gezondheid te lezen. Wij herkennen daarin het sociaal werk van Pluspunt en we kiezen er voor om Positieve Gezondheid de komende jaren als uitgangspunt voor ons werk te hanteren.

Het is vakwerk van onze medewerkers om te bepalen of en hoe mensen uitgenodigd, gestimuleerd of geholpen kunnen worden hun dagelijks leven zo in te vullen of aan te passen dat ze beter om kunnen gaan met hun eigen situatie. We streven daarbij niet naar ‘behandeling’, herstel of genezing, maar naar geluk. Daar zijn onze medewerkers – zoals verwoord in het andere element uit de titel van dit beleidsplan - experts in.

### Een permanente zoektocht.

De medewerkers van Pluspunt zijn continu op zoek naar manieren om hun werk nog beter en effectiever uit te voeren. Innovatie is voor ons een permanent gegeven. Daarbij zoeken we voortdurend partners in de Zandvoortse samenleving en daarbuiten. Expliciet wil ik daarbij onze financiers noemen: de gemeente, samenwerkingspartners en ook fondsen die het mogelijk maken om te experimenteren en te innoveren. Dat brengt een leerproces op gang om de dienstverlening te blijven verbeteren. Proeftuinen zijn nodig om te bepalen wat wel en niet werkt.

### Wijksteunpunten

Pluspunt heeft momenteel twee Wijksteunpunten onder haar hoede. Samen met partners maken we daarvan bruisende en levendige plekken, met een breed aanbod van activiteiten en mogelijkheden om elkaar te ontmoeten, actief te worden en ‘mee te doen’. Na OOK Zandvoort in Noord en De Blauwe Tram in het Centrum van Zandvoort lopen er gesprekken over de realisatie van een derde Wijksteunpunt op het terrein van Huis In De Duinen. We hebben de ambitie om daar bij te dragen aan een voorziening voor de inwoners. Naast onze inzet voor dit derde Wijksteunpunt willen wij inwoners stimuleren om zich in te zetten in hun eigen straat of buurt.

### Op langere termijn

De publieke sector is, zoals gezegd, de laatste jaren volop in beweging en er zijn geen aanwijzingen dat die dynamiek gaat verminderen. We willen vanuit onze expertise blijven bijdragen aan deze ontwikkelingen en een partner blijven voor iedereen die het Dagelijks Leven in Zandvoort en haar inwoners ter harte neemt.



Zandvoort, juli 2019  
Albert Rechterschot



## Inleiding

# Meer voor elkaar betekenen

**B**ij Pluspunt werken wij vanuit de visie dat alles wat vrijwilligers en professionals van Pluspunt doen, bijdraagt aan het geluk, het welbevinden, de zelfredzaamheid en samenredzaamheid van inwoners. Veel mensen merken in hun dagelijks leven dat de samenleving steeds ingewikkelder en veeleisender wordt. Dat zij met steeds meer onzekerheden moeten leven. In de verzorgingsstaat werd veel voor hen gedaan. In de huidige participatiesamenleving moeten zij meer zelf doen. En meer voor elkaar. Als mantelzorger of vrijwilliger. Er wordt een beroep gedaan op hun eigen kracht of zelfredzaamheid. Op buurtkracht of samenredzaamheid.



Hans van Ewijk, emeritus hoogleraar Grondslagen van het maatschappelijk werk, is ervan overtuigd dat iedereen – inclusief zieken en mensen met stoornissen of beperkingen – talenten heeft en iets voor een ander kan betekenen. Steeds meer kinderen en jongeren krijgen de diagnose autisme of ADHD. Het aantal jeugdigen en volwassenen dat individuele, gespecialiseerde zorg of hulpverlening nodig heeft, blijft groeien. Van Ewijk is ervan overtuigd dat grote groepen mensen meer gebaat zijn bij begeleiding en ondersteuning dan bij hulpverlening. Begeleiding en ondersteuning vanuit de sociale basis, zodat zij leren omgaan met hun stoornis of beperking. In onze dagelijkse praktijk zien wij daar steeds meer voorbeelden van. En wij zien meer mogelijkheden om die ontwikkeling te versterken. Als Experts van het Dagelijks Leven!

In dit beleidsplan voor de jaren 2019 tot en met 2022 hebben wij ons laten inspireren door genoemde inzichten van Hans van Ewijk. Maar ook door het gedachtegoed van Machteld Huber over Positieve Gezondheid. Zij onderscheidt daarbij zes thema's met bijbehorende indicatoren. Met onderzoek toonde Huber aan dat inzet op deze thema's leidt tot besparingen in zorgkosten. Pluspunt gaat de komende jaren extra inzetten op deze thema's. Op die manier dragen wij bij aan de omslag van behandelen naar begeleiden en socialiseren, pakken we problemen vroegtijdig aan en stimuleren we Zandvoorters hun talenten in te zetten en meer voor elkaar te betekenen. Dat deze aanpak zorgkosten bespaart is niet ons hoofddoel, maar beschouwen we wel als mooi meegenomen. Ter illustratie hebben we enkele concrete praktijkvoorbeelden aan deze tekst toegevoegd.

Dit is een Dynamisch Beleidsplan. Daarmee benadrukken we dat we flexibel op nieuwe ontwikkelingen in blijven spelen. In het eerste hoofdstuk belichten we onze visie. Kort en krachtig geformuleerd komt die erop neer dat meedoen bijdraagt aan gezondheid, welbevinden en geluk. En dat iedereen consument en tegelijkertijd producent kan zijn van sociaal werk.

In het tweede hoofdstuk belichten we Machteld Hubers concept van Positieve Gezondheid en gaan we in op de zes thema's en de bijbehorende indicatoren.

In het derde hoofdstuk zetten we uiteen hoe wij – geïnspireerd door de inzichten van Hans van Ewijk en Machteld Huber – de komende jaren steviger willen inzetten op een sterke sociale basis, die het mogelijk maakt dat steeds meer mensen meedoen en elkaar helpen in de participatiesamenleving.

# 1 Gezondheid en geluk

## Iedereen kan meedoen

**M**eedoen draagt bij aan gezondheid, welbevinden en geluk. Dat is kort en goed de visie van Pluspunt. Iedereen kan meedoen! Daarvoor zetten wij ons in. Iedereen telt mee! Niet alleen kinderen, jongeren en volwassen Zandvoorters met een baan. Ook ouderen, chronisch zieken, mensen met een beperking, met een problematische thuissituatie of met psychische problematiek kunnen meedoen. Niet alleen als deelnemer, maar ook als vrijwilliger.

Onze ervaring is dat iedereen talenten heeft en dat iedereen iets voor een ander kan betekenen. Dat levert voldoening op voor beide kanten. Een deelnemer kan dus óók vrijwilliger zijn: consument én producent van dezelfde activiteit. Of consument in de ene en producent in de andere activiteit. In onze Wijksteunpunten De Blauwe Tram en OOK Zandvoort zien wij dat dagelijks gebeuren. De keerzijde van deze medaille is dat veel vrijwilligers extra begeleiding nodig hebben. En die verdienen zij ook.

De komende vier jaar ligt onze focus op de visie dat iedereen mee kan doen en zich daardoor gelukkiger en gezonder voelt of meer welbevinden ervaart! Onze missie is: iedereen doet mee! Vanuit deze missie willen we de komende vier jaar meer eenheid en samenhang brengen in alle activiteiten die wij met samenwerkingspartners uitvoeren.

Veel Zandvoorters vinden zelf de weg naar de Wijksteunpunten. Anderen komen er via professionals uit de 1e Lijn, via het Sociaal Wijkteam, een samenwerkingspartner, via een vrijwilliger van Pluspunt of via betrokken Zandvoorters. Weer anderen nadat ze een getrainde vrijwilliger van Pluspunt op huisbezoek hebben gehad of zijn benaderd via de Zandvoortse variant van Welzijn op Recept.

### Eenzaamheid aanpakken

Eenzaamheid is een groot probleem in Zandvoort. Hoogleraar klinische psychologie

Arjan Bos onderscheidt drie samenhangende thema's: stigmatisering, eenzaamheid en zelfwaardering. Eenzaamheid is een groot probleem, dat op vier verschillende manieren wordt aangepakt:

1. Het versterken van sociale vaardigheden: dat werkt volgens Bos alleen voor de kleine groep die deze vaardigheden niet heeft, de meeste mensen zijn om heel andere redenen eenzaam.
2. Het vergroten van sociale steun: hier moet het niet alleen gaan om krijgen van deze steun, maar ook om het geven van deze steun en om elkaar te helpen.
3. Het vergroten van mogelijkheden voor sociaal contact: dat zegt op zich nog niets over de kwaliteit van deze contacten, eenzame mensen kunnen sociale contacten negatief interpreteren en zich eruit terugtrekken.
4. Het aanpakken van gedrag dat samenhangt met eenzaamheid, zoals angst, vermijding, teruggetrokkenheid, verwaarlozing of verslaving. Dat werkt alleen als je goed kijkt naar individuele oorzaken van eenzaamheid.

Volgens Bos moet er bij echte eenzaamheid dus goed worden gekeken naar individuele oorzaken. Daarnaast pleit hij ervoor dat er meer wordt gedaan aan preventie van eenzaamheid bij specifieke risicogroepen. De komende jaren wil Pluspunt samen met partners dit probleem structureel aanpakken.

### Kernkwaliteit sociaal werk: experts van het dagelijks leven

Als hoogleraar Opvoedkunde pleitte Jo Hermanns ervoor dat sociaal werkers als 'expert van het gewone leven' moeten fungeren en 'naast hun cliënt' moeten staan. De sociaal werkers van Pluspunt fungeren inderdaad als experts van het 'gewone', dagelijks leven. Zij stimuleren inwoners zelfredzaam en samenredzaam te zijn. Zij geven informatie en advies. Brengen mensen in de wijken met elkaar in contact. Bieden begeleiding en ondersteuning waar

dat nodig is. Bovendien zijn onze sociaal werkers verbinders. Zij verbinden verschillende doelgroepen. Inwoners en vrijwilligers bijvoorbeeld. Maar ook jong en oud. Mensen met en zonder beperking, mensen met en zonder werk. En mensen met verschillende culturele achtergronden. Al die verschillende mensen worden gestimuleerd en geholpen mee te doen in de samenleving. Als deelnemer en vrijwilliger bij activiteiten. In vrijwilligerswerk. En het lukt regelmatig om mensen aan een betaalde baan te helpen. Zo is het een Tibetaanse statushouder gelukt om met een steuntje in de rug van Pluspunt in Amsterdam een baan te vinden als gids voor Chinese toeristen.

### Naar een krachtige sociale basis

Veel gemeenten en organisaties in het sociaal domein doen een beroep op de eigen kracht of zelfredzaamheid van inwoners. Veel inwoners kunnen zich goed redden en willen zo lang mogelijk zelfstandig hun eigen boontjes doppen. Daar tegenover staat dat de samenleving voor steeds meer mensen te ingewikkeld en te veeleisend is. Zij kunnen de onzekerheid niet aan. Soms hebben zij specialistische zorg of hulpverlening nodig, maar niet altijd.

Hans van Ewijk, emeritus hoogleraar Grondslagen van het maatschappelijk werk, is ervan overtuigd dat iedereen – inclusief zieken en mensen met stoornissen of beperkingen – talenten heeft en iets voor een ander kan betekenen. Sociaal werkers ziet hij als sociale ondernemers die ervoor kunnen zorgen dat deze mensen hun talenten inzetten, zodat ze zich gezien en gewaardeerd voelen en daadwerkelijk kunnen deelnemen aan de samenleving.

Mensen met een lichte, verstandelijke beperking zijn de snelst groeiende doelgroep in de ggz, het justitiële systeem en in de jeugdzorg. Van Ewijk concludeert dat veel behandelingen en therapieën geen of weinig resultaat hebben. Mensen met ernstige problematiek hebben specialistische hulp in de tweede lijn nodig. Volgens Van Ewijk zijn meer mensen gebaat bij begeleiding en ondersteuning vanuit de nulde en eerste lijn.

Daar kunnen mensen leren leven met hun stoornis of beperking. Daarvoor gebruikt hij de term 'socialiseren'. Eventueel in combinatie met specialistische behandeling. Bovendien kunnen sociaal werkers mensen voor wie de samenleving te complex is geworden, een stukje op weg helpen. Of koppelen aan maatjes die hen daarbij kunnen helpen. Dat doen wij niet alleen in onze Wijksteunpunten, maar ook steeds meer in de buurten. Ook daar willen we de komende jaren zoveel mogelijk inwoners stimuleren mee te doen en samen met onze partners willen we daartoe de nodige randvoorwaarden realiseren.

#### Zandvoort van, voor en door elke inwoner

Mensen die kwetsbaar zijn of een beperking hebben, willen net als ieder ander deelnemen aan de Zandvoortse samenleving. Toch gebeurt het regelmatig dat zij uitgesloten worden en niet worden aangesproken op hun talenten. Net als Van Ewijk zijn wij er bij Pluspunt van overtuigd dat iedereen – dus ook mensen met een beperking of een stoornis – talenten heeft, mee kan doen en iets voor een ander kan betekenen. Deze overtuiging zien wij in het dagelijks werk van Pluspunt duidelijk bevestigd! Daarom streeft Pluspunt naar een Zandvoort waar elke inwoner kan meedoen. Met voorlichting en training informeren we inwoners en bedrijven over verschillende vormen van kwetsbaarheid, zoals dementie of psychische kwetsbaarheid. De beroepskrachten in Zandvoort stimuleren kwetsbare inwoners om zich in te zetten als vrijwilliger of actief te worden in hun eigen straat of buurt. Organisaties zouden meer toegerust moeten worden om ook vacatures open te stellen voor mensen met een kwetsbaarheid. Bij deze organisaties is kennis nodig voor de juiste ondersteuning van deze groep. Pluspunt ziet hierin een duidelijke rol voor onze vrijwilligerscentrale: Vrijwilligers Informatiepunt Zandvoort (VIP). In onze Wijksteunpunten – maar ook daar buiten – stimuleren we contacten tussen inwoners met en zonder beperking of kwetsbaarheid. Wij realiseren ons dat wij ook te maken hebben met dilemma's:

- Hoe bereiken we mensen die 'anders' zijn?
- Wat als iemand die zich anders gedraagt andere deelnemers mogelijk weg jaagt?
- Hoe motiveren we de collega's in het veld tot deze kanteling?
- Welke extra competenties hebben

professionals en vrijwilligers hiervoor nodig?

- Hebben professionals en vrijwilligers in hun dagelijks werk voldoende tijd om mensen die 'anders' zijn te stimuleren en te activeren?
- Hoe motiveren we organisaties om vacatures open stellen voor mensen die anders zijn en die hen in eerste instantie extra werkdruk geven?

De komende jaren wil Pluspunt met deze dilemma's aan de slag om Zandvoort (nog) mooier voor iedereen te maken. Dit doen wij samen met beroepskrachten, beleidsmakers, vrijwilligers én inwoners. Onze ambitie is: Zandvoort van, voor en door elke inwoner.

#### Vrijwilligers: consument én medeproducent !

Pluspunt stimuleert Zandvoorters hun problemen zelf of met hulp van anderen aan te pakken. Laagdrempelige activiteiten zijn daarvoor een goede basis. En als het nodig is, helpen de sociaal werkers van Pluspunt zelf. De ervaring leert dat er onder Zandvoorters een grote bereidheid is om elkaar te helpen. In de Wijksteunpunten De Blauwe Tram en OOK Zandvoort is een cultuur van halen en brengen. Pluspunt wil inwoners nog meer stimuleren om elkaar in hun eigen buurten te helpen en te steunen.

Pluspunt streeft geen duidelijke rolverdeling na van deelnemers en vrijwilligers. Juist niet! Uit ervaring weten wij dat elke deelnemer talenten heeft en die ten behoeve van anderen kan inzetten. We willen deelnemers nog meer stimuleren hun talenten in te zetten. De ene keer kan het gaan om assistentie bij de uitvoering van een activiteit. De andere keer kan het een deelnemer zijn die een les of een workshop aanbiedt. Of een deelnemer die samen met buurtgenoten een activiteit in hun buurt op poten zet. Zo kunnen Zandvoorters het ene moment consument van sociaal werk zijn en op het andere moment medeproducent van sociaal werk. Vrijwilliger dus!

Alle vrijwilligers krijgen begeleiding van een beroepskracht. Jaarlijks vindt er tenminste één maal een vergadering plaats voor elke specifieke groep vrijwilligers, bijvoorbeeld vervoerders, gastvrouwen of receptionisten. Pluspunt hecht veel waarde aan wat vrijwilligers terug krijgen voor hun inzet: ervaring, waardering, respect, zelfvertrouwen, het gevoel erbij te horen. Dat is het uitgangs-

punt van alle contacten van professionals met vrijwilligers én deelnemers aan activiteiten. Vrijwilligerswerk en werker-ervaringsplekken bij Pluspunt kunnen ook een opstap zijn naar een betaalde baan. Dat geldt niet alleen voor volwassenen, maar ook voor jonge vrijwilligers. Jongerenwerkers kijken naar de talenten van de jongeren en waar die als vrijwilligers aan de slag kunnen. Deze jonge vrijwilligers worden aan het eind van het jaar tijdens een bijeenkomst in het zonnetje gezet.

Pluspunt faciliteert niet alleen vrijwilligerswerk in de eigen organisatie, maar voor de hele gemeente Zandvoort. Het eerder genoemde VIP stimuleert mensen vrijwilligerswerk te gaan doen. En deze Vrijwilligerscentrale brengt aanbod van en vraag naar vrijwilligers bij elkaar. De komende jaren zal het VIP nog meer inzetten op het stimuleren, activeren en ondersteunen van Zandvoorters die anders zijn en extra aandacht nodig hebben om als vrijwilliger of in een betaalde baan aan de slag te gaan. Daarbij wordt onder meer gekeken naar werkplekken waar een kwetsbaarheid een meerwaarde heeft en juist iets extra's biedt.

De derde manier waarop Pluspunt vrijwillige inzet stimuleert is het ondersteunen van inwonersinitiatieven. Voorbeelden daarvan zijn de leeskring, de telefooncirkel en de schilderclub.



Marianne Beekhuijsen\* is kort geleden in Zandvoort komen wonen. Zij woont zelfstandig en heeft een Wmo-indicatie voor begeleiding. Ze is eenzaam, vindt het lastig om contacten aan te gaan, want door haar beperking kan ze minder goed een gesprek voeren. Anderen reageren daar soms negatief op. Bovendien heeft ze weinig geld, waardoor ze eigenlijk niets wil uitgeven. Samen met haar begeleider van een zorgorganisatie voor mensen met een beperking stimuleer ik haar om naar Pluspunt te komen. We willen dat zij daar onze gastvrijheid ervaart. En we regelen het zo dat ze zelf geen geld voor de koffie hoeft te betalen. Ik ben blij dat dat gelukt is.

**Astrid Zoetmulder**  
Sociaal werker ouderen

*\* Uit privacy overwegingen is deze naam gefingeerd.*





## 2 Positieve Gezondheid: zes thema's Geluk, welbevinden en Positieve Gezondheid

**M**eedoen in de samenleving. Zinnige tijdsbesteding. Iets voor elkaar betekenen. Waardering voelen. (Opnieuw) deel uitmaken van een sociaal netwerk van vrienden en bekenden in je buurt of dorp. Al die zaken dragen bij aan het welbevinden of geluksgevoel van mensen.

Uit onderzoek van onder meer Machteld Huber blijkt dat mensen minder zorg nodig hebben, als zij een sociaal netwerk hebben, deelnemen aan de samenleving en zich gewaardeerd voelen. Huber introduceerde de term 'Positieve Gezondheid'. Met deze term benadrukt zij dat het niet om de aanwezigheid of afwezigheid van ziekte gaat, maar om het vermogen van mensen om met fysieke, emotionele en sociale levensuitdagingen om te gaan en zoveel mogelijk zelf de regie over hun eigen leven te voeren. Huber toonde aan dat gezondheid wordt bepaald door zes thema's die elk staan voor een groep indicatoren. Elk thema is een factor die de Positieve Gezondheid van mensen bepaalt.

Bijna iedereen wil graag iets voor anderen betekenen. Als buurman of buurvrouw. Als deelnemer aan een activiteit. Of als vrijwilliger. Veel mensen doen dat uit zichzelf. Anderen hebben daarvoor een steuntje in de rug nodig. Van een buurvrouw, een andere vrijwilliger, een lotgenoot of een sociaal werker. Wij streven ernaar dat iedereen mee kan doen aan de samenleving. Een belangrijk uitgangspunt van Pluspunt is 'de ontmoeting': waar mensen samen activiteiten ontplooiën, plezier hebben met elkaar, nieuwe contacten opdoen, elkaar helpen, hun talent inzetten. Daarom organiseren wij zoveel laagdrempelige ontmoetingsactiviteiten, waarin we vaak verschillende groepen met elkaar combineren.

### Langer zelfstandig kunnen wonen

De laagdrempelige ontmoetingsactiviteiten die Pluspunt organiseert, hebben een waarde in zich. Mensen die meedoen, steun ervaren en hulp bieden en zich gewaardeerd

weten, voelen zich prettiger of gelukkiger. Daar zijn wij van overtuigd, onze sociaal werkers en vrijwilligers ervaren dat elke werkdag. Zij observeren de deelnemers. Als iemand opeens niet op een activiteit komt, wordt hij of zij gebeld met de vraag of er iets aan de hand is en of de deelnemer iets nodig heeft.

Uit die laagdrempelige ontmoetingen ontstaan niet alleen nieuwe contacten, maar ook steeds weer nieuwe initiatieven. Zo is er bijvoorbeeld een groep vrouwen die breidt voor goede doelen. Een ander voorbeeld is de Herstelgroep, die voortkwam uit een cursus van de Herstelacademie. Dit is een zelfhulpgroep voor mensen met een psychische kwetsbaarheid. Andere voorbeelden van zelfhulpgroepen en lotgenootgroepen gevormd op verzoek van inwoners zijn een groep voor mensen met kanker en een voor mensen met depressieklachten. Voor al deze zelfhulpgroepen geldt dat deelnemers elkaar steunen, dat de groepen zelfstandig zijn en zoveel mogelijk zelf doen, maar dat professionals beschikbaar zijn als dat nodig is.

Bevorderen van het welbevinden en geluk van onze deelnemers en vrijwilligers is ons belangrijkste doel. En zo bereiken we - met onze samenwerkingspartners - een tweede doel: dat mensen langer zelfstandig kunnen blijven wonen en minder zorg nodig hebben. Of opnieuw zelfstandig kunnen wonen, bijvoorbeeld na een ziekenhuisopname. Via de ontmoeting werken we aan de thema's en indicatoren van Positieve Gezondheid. Kort en krachtig geformuleerd zijn geluk en welbevinden en Positieve Gezondheid onze belangrijkste doelen.

Wij werken vanuit de visie dat alles wat vrijwilligers en professionals van Pluspunt doen, bijdraagt aan het geluk, het welbevinden, de zelfredzaamheid en samenredzaamheid van inwoners. Daarin passen alle activiteiten die vrijwilligers, professionals of inwoners organiseren en uitvoeren.

**Zes thema's met bijbehorende indicatoren**  
Machteld Huber onderscheidt zes thema's die bepalend zijn voor iemands gezondheid. Bij elk van die thema's onderscheidt ze een aantal bijbehorende indicatoren. Hieronder staan de zes thema's met hun indicatoren op een rijtje:

### 1. Lichaamsfuncties

Bijbehorende indicatoren zijn: je gezond voelen, fitheid, klachten en pijn, slapen, eten, conditie, bewegen.

### 2. Mentaal welbevinden

Bijbehorende indicatoren zijn: onthouden, concentreren, communiceren, vrolijk zijn, jezelf accepteren, omgaan met verandering, gevoel van controle.

### 3. Zingeving

Bijbehorende indicatoren zijn: zinvol leven, levenslust, idealen willen bereiken, vertrouwen hebben, accepteren, dankbaarheid, blijven leren.

### 4. Kwaliteit van leven

Bijbehorende indicatoren zijn: genieten, gelukkig zijn, lekker in je vel zitten, balans, je veilig voelen, goed wonen, rondkomen met je geld.

### 5. Meedoen

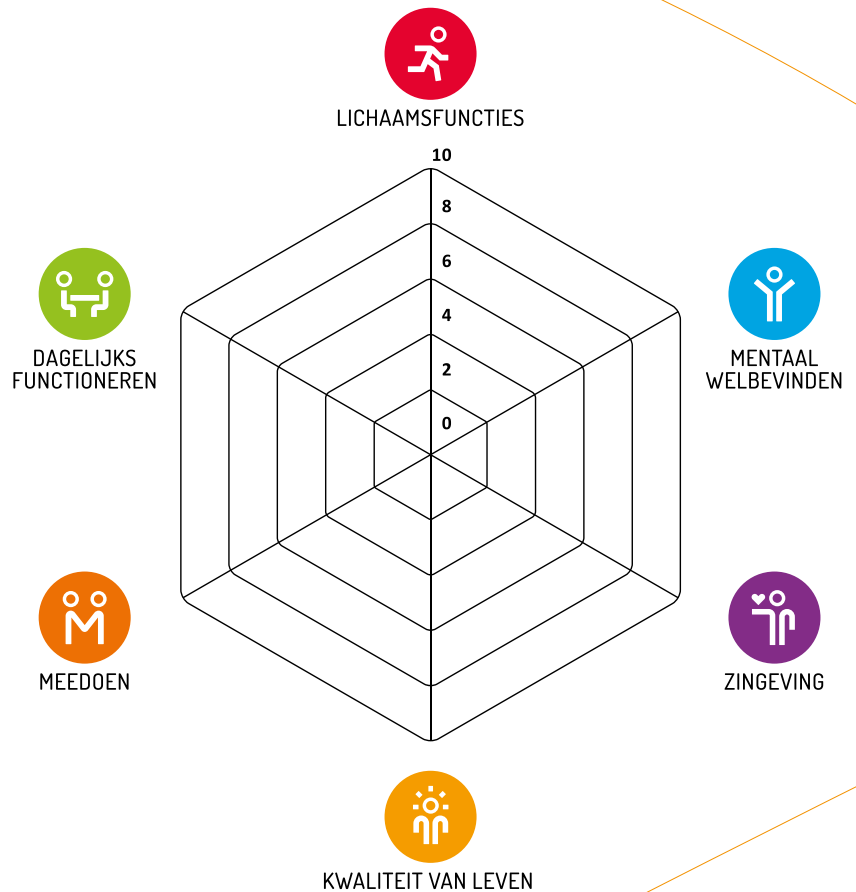
Bijbehorende indicatoren zijn: sociale contacten, serieus genomen worden, samen leuke dingen doen, steun van anderen krijgen, erbij horen, zinnige dingen doen, interesse hebben voor de samenleving.

### 6. Dagelijks functioneren

Bijbehorende indicatoren zijn: zorgen voor jezelf, je grenzen kennen, kennis van gezondheid, omgaan met tijd, omgaan met geld, kunnen werken en hulp kunnen vragen.

Nevestaand figuur is een spinnenweb, waarin iedereen voor zichzelf bij elk van bovenstaande thema's haar of zijn gezondheid kan beoordelen. Dit instrument zet de cliënt centraal en stimuleert haar of zijn zelfreflectie. Het invullen van dit spinnenweb levert een gezondheidsoppervlak' op, waarover de cliënt in gesprek kan gaan met de huisarts of sociaal werker. Of met zichzelf, de partner of een mantelzorger. Dat gesprek kan gaan over de vraag over wat zij of hij zou willen veranderen. Huber is ervan overtuigd dat 'mensen niet doen wat ze moeten, maar wat ze willen. Ze gaan voor wat voor hen van waarde is.' Daarom moet begeleiding op maat zijn. Het spinnenweb biedt eenheid van taal voor gemeenten, welzijn en gezondheidszorg.

Machteld Huber heeft met haar onderzoek aangetoond dat inzet op deze thema's – ofwel investering in preventie – leidt tot lagere zorgkosten. Sociaal werk is in feite holistisch werk. In elke activiteit die Pluspunt met samenwerkingspartners of alleen uitvoert, herkennen we meerdere thema's met hun bijbehorende indicatoren.



## Voorbeeld 1

### Project “Niemand verzandt in Zandvoort”

Dit project is in 2017 van start gegaan en is zo succesvol gebleken, dat de samenwerkingspartners het structureel willen voortzetten. “Niemand verzandt in Zandvoort” richt zich op mensen die verward gedrag vertonen of overlast veroorzaken als gevolg van dementie, psychische en/of verslavingsproblematiek.

Inwoners, vrijwilligersorganisaties, ondernemers krijgen voorlichting over wat je kan doen als je ziet dat het niet goed gaat met iemand. Wat men zelf kan doen en met wie je contact kunt opnemen. Mensen met psychische kwetsbaarheid worden zoveel mogelijk toegeleid naar zinvolle daginvulling, zoals cursussen van de Herstelacademie en activiteiten in de Wijksteunpunten of arbeidsmatige dagbesteding. Met samenwerkingspartners wil Pluspunt Zandvoort een vriendelijke samenleving voor elke inwoner maken.

In “Niemand verzandt in Zandvoort” worden ervaringswerkers als vrijwilligers ingezet: ervaringsdeskundigen die zelf uit de doelgroep komen, maar met wie het nu zo goed gaat dat zij als maatjes anderen kunnen helpen. Het project is een aanvulling op het bestaande Actieprogramma en draagt bij aan het bestrijden van vooroordelen en stigma's en op het bevorderen van acceptatie en inclusie van deze doelgroep in Zandvoort. Pluspunt voert dit project uit met de Herstelacademie en werkt hierin samen met het RIBW en het Sociaal Wijkteam, de Verbeelding, de politie, de Key en GGZ-zorg. Dit project draagt bij aan de Positieve Gezondheid van de deelnemers. Thema's die aan dit project ten grondslag liggen, zijn met name mentaal welbevinden, meedoen, kwaliteit van leven en zingeving.

## Voorbeeld 2

### Welzijn en bewegen op recept

In “Welzijn en bewegen op recept” werkt Pluspunt samen met zorgverleners. Zij kunnen Zandvoorters een recept uitschrijven en verwijzen naar het sociaal werk. Dit doen zij vanuit de overtuiging dat bewegen, samen activiteiten uitvoeren, iets nieuws leren en creatieve activiteiten

uitvoeren eerste stappen kunnen zijn naar een aangenamer en gezonder leven. Bijvoorbeeld voor iemand die weduwe of weduwnaar is geworden.

Na een verwijzing komt hij of zij via een beroepskracht in contact met een vrijwillige welzijnscoach die helpt een activiteit te vinden die bij hem of haar past. Op die manier kunnen weduwnaars bijvoorbeeld terecht komen bij de cursus “Koken voor mannen” of in een sportactiviteit. In “Welzijn op recept” herkennen we alle zes thema's van Positieve Gezondheid.

## Voorbeeld 3

### Samen koken, samen eten

Elke maandag en donderdag bereidt een kok samen met deelnemers van het RIBW en Nieuw Unicum in OOK Zandvoort een heerlijke maaltijd voor buurtbewoners. Vrijwilligers serveren de maaltijd uit. Thema's die in dit project een rol spelen zijn vooral kwaliteit van leven, meedoen, mentaal welbevinden en lichaamsfuncties.

## Voorbeeld 4

### Signaalfunctie bij activiteiten voor kinderen en jongeren tot en met 18 jaar

Pluspunt organiseert uiteenlopende activiteiten voor kinderen en jeugdigen, zoals Chill Out (een naschoolse activiteit voor groep 7 en 8), twee kampen voor kinderen en tieners die niet of nauwelijks op vakantie gaan, de Buitenspeeldag, het jeugdhonk, een tienerkamp, seksuele voorlichting in de bovenbouw van de basisscholen en het project *Use Your Talent* om jongeren naar (vrijwilligers)werk toe te leiden. Onze kinderwerkers en jongerenwerkers gaan met jeugdigen in gesprek over hun problemen, zij hebben een signalerende functie. Veel vragen en problemen worden in enkele gesprekken aangepakt. Indien nodig schakelen onze professionals het Centrum Jeugd en Gezin of de politie in. Dit altijd in samenspraak met de betreffende jongere, zodat hun werk transparant blijft. Het komt ook voor dat de jongerenwerker in gesprek gaat met de jongere en een CJG coach de

ondersteuning van de ouder of ouders op zich neemt; er zijn allerlei constructies mogelijk. De lijnen zijn kort. De komende jaren wil Pluspunt de samenwerking met het CJG intensiveren. Sinds november 2018 is het CJG gehuisvest in OOK Zandvoort. De komende jaren wil Pluspunt samen met het CJG projecten ontwikkelen op het snijvlak van sociaal werk en jeugdzorg. Er is ook een samenwerkingsverband met voorlichtende instanties als Brijder-jeugd en bureau HALT. Aan de activiteiten voor jeugdigen en de signalerende functie liggen alle zes thema's met bijbehorende indicatoren ten grondslag.

### Signaleren en vroegtijdig aanpakken

Pluspunt registreert beperkt en maakt gebruik van observaties en ervaringsverhalen om te monitoren hoe het met haar deelnemers en vrijwilligers gaat. Storytelling is een goede manier om resultaten van sociaal werk te illustreren. Uit dit soort verhalen blijkt dat deelnemers daar gelukkiger van worden en hun Positieve Gezondheid erop vooruit gaat als ze meedoen, waardering krijgen, voelen dat zij erbij horen. De thema's en indicatoren van Machteld Huber worden bewust onderdeel gemaakt van activiteiten die Pluspunt organiseert en de vrijwilligers en de sociaal werkers observeren de deelnemers en signaleren het als een deelnemer op één van die indicatoren een probleem heeft of krijgt. Vrijwilligers worden getraind in observeren, signaleren en met deelnemers in gesprek gaan over mogelijke problemen. Voor vrijwilligers is altijd een beroepskracht op de achtergrond aanwezig om feedback of ondersteuning te vragen.

De vrijwilligers en sociaal werkers proberen gesignaleerde problemen op maat op te lossen. Als dat nodig is, wordt doorverwezen naar gespecialiseerde zorg of hulpverlening. Als ouderen gaan dementeren of andere problemen krijgen waardoor ze niet meer mee kunnen doen aan groepsactiviteiten, zorgen de sociaal werkers voor een geleidelijke overgang en een warme overdracht naar zorgorganisaties. Voor het sociaal werk en voor alle sociaal werkers doelen die zij dagelijks met deelnemers en vrijwilligers bereiken.

In het Sociaal Wijkteam maakten we kennis met John\* die vanuit Haarlem in Zandvoort kwam wonen en helemaal niets had om mee te beginnen. Hij had last van zware PTSS en verslavingsproblematiek. Hij had al jaren geen huis en woonde dan hier en dan daar. Vanwege zijn sterke psychische kwetsbaarheid, begreep ik hem niet helemaal. Het stoorde mij dat ik hem nooit goed kon aanvoelen en daardoor het idee had ik hem niet goed genoeg kon helpen.

Toen ik een ervaringswerker van "Niemand verzandt in Zandvoort" leerde kennen, wist ik meteen dat ik misschien een juiste match voor haar had. Ik vertelde John over "Niemand verzandt in Zandvoort" en over de ervaringswerker die dit werk als vrijwilliger doet. Ik kon John toen duidelijk maken dat de ervaringswerker door eigen ervaring John goed zou kunnen helpen.

Tijdens de kennismaking van John met de ervaringswerker zag ik dat John erg gespannen was, zoals hij dat ook bij mij vaak was. De ervaringswerker luisterde goed naar hem en leek veel van zijn verhaal te herkennen. Gaandeweg ontspande John zich helemaal. Daardoor kreeg het gesprek een andere wending: er ontstond een wij-samen situatie. John voelde zich eindelijk echt begrepen. Al zou ik nog zoveel cursussen volgen en nog zo hard mijn best doen, ik had nooit zoveel van John begrepen als deze ervaringswerker. Hier bleek duidelijk dat de ervaringswerker een onmisbare aanvulling kan geven aan het sociaal werk.

**Esther Madera**

*Projectleider 'Niemand Verzandt in Zandvoort'*

*\* Uit privacy overwegingen is deze naam gefingeerd.*



## Ervaringswerker als onmisbare aanvulling op sociaal werk



## 3 Conclusie: naar een sterke sociale basis

### De relatie van Pluspunt met het Sociaal Wijkteam Zandvoort

Sinds 2017 fungeert Sociaal Wijkteam Zandvoort als één informatie- en adviesloket voor alle vragen op het terrein van Wmo, AWBZ en bijzondere bijstand. Het Wijkteam houdt inloospreekuren in OOK Zandvoort en in De Blauwe Tram.

Het Sociaal Wijkteam is een belangrijk resultaat van de strategische alliantie Wonen, Welzijn, Zorg. De relatie met Pluspunt is veelzijdig: het Sociaal Wijkteam kan cliënten doorverwijzen naar de activiteiten en diensten van Pluspunt en anderzijds kunnen deelnemers aan activiteiten van Pluspunt voor hulp doorverwezen worden naar het Wijkteam. Vaker voorkomende problematiek, zoals bijvoorbeeld bij inburgeringsvraagstukken van statushouders, kan door Pluspunt worden opgepakt in een collectief aanbod (de zogenoemde collectivisering). Ook schuldenproblematiek leent zich hiervoor. Het ontwikkelen van een meer preventieve aanpak hiervan vormt een grote uitdaging, waarbij Pluspunt de samenwerking zoekt met relevante partijen.

Samen met het Sociaal Wijkteam kan Pluspunt de zelfredzaamheid van inwoners en deelname aan de samenleving op verschillende niveaus stimuleren. Bovendien wil Pluspunt bijdragen aan vroegtijdig signaleren en interveniëren.

Pluspunt brengt specifieke deskundigheid in het Sociaal Wijkteam doordat een opbouwwerker en een sociaal werker ouderen van Pluspunt participeren in het Wijkteam.

Pluspunt blijft zich inzetten voor verder ontwikkelen van het Sociaal Wijkteam Zandvoort door participatie in het Wijkteam en deelname aan stuur- en werkgroepen rondom de Wijkteams Zandvoort en Haarlem.

#### Naar een sterke sociale basis

- De komende jaren wil Pluspunt bijdragen aan een sterkere sociale basis in Zandvoort. Dit samen met zoveel mogelijk

professionele organisaties in het sociaal domein van welzijn, zorg en wonen, en ook met vrijwilligersorganisaties, inwoners-initiatieven en actieve Zandvoorters. Wij kunnen ons goed vinden in de definitie van de sociale basis van de gemeente Zandvoort: 'De sociale basis is een krachtig geheel van inwoners (inclusief jeugd), (bewoners)initiatieven, sociaal ondernemers en professionele organisaties in de Zandvoortse samenleving, die met elkaar bijdragen aan een sociaal dorp en leefbare buurten.'

- In deze samenwerking willen we individuele zorg en hulp zoveel mogelijk collectiviseren, ofwel: omzetten in collectieve arrangementen.
- Pluspunt blijft zich in samenwerking met Tandem inzetten om mantelzorgers te bereiken en passende ondersteuning te bieden en verder te ontwikkelen.
- Op basis van de inzichten van Arjan Bos wil Pluspunt samen met de gemeente en haar samenwerkingspartners een integrale aanpak van eenzaamheid ontwikkelen, die zowel recht doet aan preventie en vroegtijdige aanpak van eenzaamheid als hulp aan mensen die echt eenzaam zijn en bij wie oorzaken van dit probleem moeten worden aangepakt.
- Pluspunt wil samen met alle partners in de sociale basis de participatie stimuleren en faciliteren van mensen die 'anders' zijn. Die een beperking of een stoornis hebben, maar wel degelijk iets voor een ander kunnen betekenen. Enerzijds willen we mensen die moeite hebben met mensen die anders zijn een zetje in de goede richting geven. Bijvoorbeeld door nog meer dan we nu al doen de ontmoeting tussen verschillende doelgroepen te organiseren. Daarnaast willen we nog meer mensen die anders zijn de kans geven zich in te zetten voor anderen, zodat er meer begrip en acceptatie ontstaat van het anders zijn. Op beleidsniveau, op doelgroepenniveau

en op cliëntniveau wil Pluspunt daartoe voorwaarden scheppen en mogelijkheden creëren.

- Het Sociaal Wijkteam koppelt ervaringswerkers aan kwetsbare inwoners. Ervaringswerkers zijn getrainde vrijwilligers die hun ervaring – met bijvoorbeeld schuldproblematiek, eenzaamheid of psychische kwetsbaarheid – als vrijwilliger inzetten voor Zandvoorters die met vergelijkbare problemen worstelen. Pluspunt wil deze ervaringswerkers vaker inzetten. Zij worden allemaal door professionals getraind en begeleid.

De hulpverleners van het Sociaal Wijkteam maken gebruik van de methode DichtErBij om het probleemoplossend, hulporganiserend en helpend vermogen van inwoners te versterken. Tijdens elk klantcontact staan de volgende kernvragen centraal: Hoe staat het probleem ervoor? Welke oplossingen zijn er binnen bereik? Wat is de beste stap om nu te zetten? Hoe maak je de inwoner bereid om die stap te zetten? Maandelijks hebben de hulpverleners van het Wijkteam casusoverleg. De regie over Sociaal Wijkteam Zandvoort ligt bij de gemeente Zandvoort.

- We willen bereiken dat professionals, vrijwilligers en beleidsmakers bewuster, efficiënter en effectiever bijdragen aan Positieve Gezondheid van Zandvoorters en daarmee aan preventie, zelfredzaamheid en samenredzaamheid. En daarmee bijdragen aan een inclusieve samenleving.
- We gaan onze Vrijwilligersnota updaten.



**Stichting Pluspunt Zandvoort**  
Flemingstraat 55, 2041 VW Zandvoort  
info@pluspuntzandvoort.nl

## COLOFON

**Tekst** Kees Neeffjes (Neeffjes Tekstbureau)  
en medewerkers en vrijwilligers Pluspunt  
**Fotografie** Jolanda Meier, Josi Nihot,  
Fotostudio Zandvoort, Rob Bossink  
**Vormgeving** Micha Madera | Büro Mika