

# JAARVERSLAG

## 2024



# 5

**JAAR VERBINDEN,  
VERSTERKEN EN  
VERNIEUWEN**



**sociaal werk  
de kear**  
Onderdeel van Tintengroep

## Inhoudsopgave

<b>Jaarverslag 2024</b>	<b>3</b>
Het jaar 2024 in beelden	5
<b>01 Sociaal Werk De Kear en de Mienskip</b>	<b>11</b>
Sociaal Werk De Kear en de Mienskip	12
<b>02 Van signaal naar actie: Onze inzet voor een sterke Mienskip</b>	<b>18</b>
Van signaal naar actie: Onze inzet voor een sterke Mienskip	19
<b>03 Versterken van de Mienskip</b>	<b>36</b>
Versterken van de Mienskip	37
<b>04 Positieve gezonde Mienskip</b>	<b>42</b>
Positieve gezonde Mienskip	43
<b>05 Participatie in de Mienskip</b>	<b>51</b>
Participatie in de Mienskip	52
<b>06 Innovatie in de Mienskip</b>	<b>59</b>
Innovatie in de Mienskip	60
<b>07 Slotwoord</b>	<b>65</b>
Slotwoord	66

# Jaarverslag 2024



## Voorwoord

Welkom bij het jaarverslag van Sociaal Werk de Kear voor het jaar 2024. Het jaar waarin we ons vijfjarig lustrum hadden, vijf jaren van verbinden, versterken en vernieuwen. Met trots blik ik hierop terug.

Wat ik vooral waardevol vind aan het afgelopen jaar, is dat er veel duurzame initiatieven vanuit inwoners zijn ontstaan. Onze buurtwerkers hebben samen met inwoners gezorgd dat deze het levenslicht zagen, zonder het van hen over te nemen. We zien steeds meer dat initiatieven die echt vanuit inwoners zelf komen het meest tot bloei komen en daarmee een goede bijdrage leveren aan het versterken van de mienskip. Een mooi voorbeeld hiervan is het inwonersinitiatief om in Oudehaske een structurele seniorenmiddag op te starten om eenzaamheid tegen te gaan en ontmoeting te stimuleren. Onze buurtwerkers hebben een ondersteunende en faciliterende rol gespeeld bij de opstart en nu draait de seniorenmiddag zelfstandig.

In nauwe samenwerking met inwoners, zorgpartners en gemeente hebben we de verdere transformatie van minder zorg naar meer welzijn en de preventie van gezondheidsproblemen vormgegeven. Zo is Welzijn op recept nu beschikbaar in alle huisartspraktijken in De Fryske Marren en hebben we alle voorbereidingen getroffen om dit in 2025 ook beschikbaar te stellen voor alle zorgprofessionals in onze gemeente. Naast dit voorbeeld is in dit jaarverslag te lezen hoe we in alle gebieden actief zijn geweest om samen met inwoners en onze samenwerkingspartners initiatieven te ontplooien die bijdragen aan een positief gezonde mienskip.

Naast samenwerken in onze gemeente, doen we dat ook daarbuiten. Zo zijn we betrokken bij de Regiodeal Zuidwest Friesland, de Friese Preventie Aanpak en FrIza. Vanuit dit partnerschap zijn natuurlijke samenwerkingsverbanden met zorgorganisaties, het onderwijs en kunst- en cultuurinstellingen ontstaan, waardoor we het fundament voor een sterkere mienskip hebben gelegd. Hieruit is De Thuiskamer ontwikkeld, een plek waar inwoners en vrijwilligers samenkomen om elkaar te ontmoeten en verblijven in elkaars gezelschap. De eerste Thuiskamer is in 2024 geopend in Joure.

Daarnaast kijk ik met plezier terug op het werkbezoek van de directievoorzitter en de senior manager zorginkoop van Het Zilveren Kruis aan Sociaal Werk De Kear in juli. We hebben hun inzicht gegeven in het sociaal werk en hoe sociaal werk kan bijdragen om een zorginfarct te voorkomen. Gezamenlijk hebben we gekeken hoe we de gezondheid van onze inwoners kunnen verbeteren.

Ik wens jullie veel leesplezier bij dit jaarverslag en kijk uit naar een prachtig 2025, waarin we nog veel kunnen betekenen voor het welzijn van de inwoners van De Fryske Marren.

Henriëke Hofsteenge

Directeur



## Het jaar 2024 in beelden

Gedurende het jaar heeft Sociaal Werk De Kear zich op diverse manieren ingezet binnen gemeente De Fryske Marren. Deze inzet vindt vaak plaats in samenwerking met ketenpartners, maar is altijd bedoeld **voor en door inwoners**. Om een indruk te geven van wat er het afgelopen jaar is gebeurd, volgt hieronder een kleine greep uit onze inzet.

### Doorlopend

#### Buurtwerk verbindt signalen en vragen met plannen en oplossingen

Buurtwerkers werken proactief en verbindend in de Mienskip, door signalen op te halen en informatie te delen. Deze signalen vormen de basis voor onze gebiedsplannen, waarin we onze werkzaamheden prioriteren. Ook in de praktijk bundelen we signalen. Een concreet voorbeeld hiervan is de informatiegids *Joure*. Een jaarlijks geactualiseerd naslagwerk met veel gestelde vragen en een overzicht van voorzieningen. Vooral oudere inwoners vinden het fijn dat het boekje tastbaar is. Vele hebben nog steeds moeite met het gebruik van internet en computers.





Maart

### Beurzen met waarde

In de Week van het geld waren er in de gemeente De Fryske Marren op verschillende plekken portemonnees te vinden. Deze beurzen met waarde zijn geïnspireerd op het idee van de 'happy stones'. Het is een samenwerking tussen Sociaal Werk De Kear en verschillende voorzieningen in de gemeente die zich inzetten voor meedoen en geldzaken. De beurs bevat visitekaartjes met gegevens van deze organisaties. Als rondkomen met weinig geld een uitdaging wordt, is het fijn om te weten welke hulpbronnen er in de buurt te vinden zijn.

Mei

### Paardrijden Wereldmeiden

Dankzij een samenwerking met Manege de Hjouwer in Haskerhorne konden de meiden van het Maatschappelijk Diensttijd-project Wereldmeiden paardrijden. Via dit project kunnen meiden met een migratieachtergrond kennismaken met Nederlandse sport- en cultuurverenigingen. De activiteiten vanuit Wereldmeiden dragen niet alleen bij aan plezier en ontspanning, maar versterken ook het gevoel van gemeenschap en inclusie onder de deelnemers.



Juni

### The Hunt Lemmer

Op vrijdagavond 28 juni organiseerde Sociaal Werk De Kear samen met politie en handhaving De Fryske Marren 'The Hunt Lemmer'. Ongeveer 180 jongeren tussen 12 en 18 jaar renden in Lemmer alsof hun leven er vanaf hing om de hunters van Sociaal Werk De Kear, politie en handhaving uit handen te blijven. Door deze activiteit kwam de jeugd ook op een manier in contact met de politie, opsporingsambtenaren en de jongerenwerkers en medewerkers Sport en cultuur van Sociaal Werk De Kear.

Juni

## MOM Babymassage

Bijeenkomsten van Moeders Ontmoeten Moeders De Fryske Marren zijn speciaal voor vrouwen die zwanger of moeder zijn en in de gemeente De Fryske Marren wonen. Het doel hiervan is moeders en vaders ondersteunen om hun kindje een mooie start te geven. De bijeenkomst van donderdag 13 juni stond in het teken van babymassage. Geertje Visser van Sinnestrielen heeft moeders verteld wat het belang is van babymassage en hoe het de verbinding tussen ouders en kind kan versterken. Ook heeft ze een aantal handelingen laten zien en konden de moeders met hun baby meedoen.



Juli

## Summer Picknick Vrouwenparticipatie AZC

Sinds maart dit jaar zijn twee buurtwerkers van Sociaal Werk De Kear actief op het AZC voor het programma 'vrouwenparticipatie'. In dat programma worden vrouwen geactiveerd om mee te doen in de maatschappij door middel van bijvoorbeeld vrijwilligerswerk, activiteiten en ontmoeting. Halverwege juli is er een 'Summer Picknick' georganiseerd om zo de zomer in te luiden. De dames hadden ook de mogelijkheid om zelf ook eten mee te nemen vanuit hun eigen cultuur/land. Het was een ochtend vol zon, gezelligheid, lekker eten en intercultureel contact.

Juli

## Waterpretmiddag Impacter

Twee actieve jongeren hebben een wateractiviteit georganiseerd in Joure voor hun eigen buurt. Dit initiatief is ondersteund door Impacter De Fryske Marren. Via Impacter is het voor jongeren mogelijk om een activiteit te organiseren voor hun eigen dorp of wijk. Op deze warme dag kwam deze middag als geroepen. Met zwembaden en een buikschuifbaan konden kinderen 'slip&slide softbal' doen. Ruim 60 kinderen en jongeren deden mee.





Augustus

### Zomerkamp Jonge mantelzorgers

Het zomerkamp voor jonge mantelzorgers uit de gemeenten Heerenveen en De Fryske Marren in augustus op camping De Gele Bosch was een groot succes! In de warmte van de ochtendzon zetten de jongeren hun tenten op en startten daarna met het programma wat vol zat met activiteiten en ook vrije tijd. Drie dagen lang hebben ze gelachen, verteld, gesprongen, gerend, gespeeld, gebakken en gesmuld. Na afloop namen de jonge mantelzorgers afscheid van de jongerenwerkers met een high five en spraken ouders op verschillende manieren hun dank uit.

Augustus

### Fundag Jonge mantelzorgers

In samenwerking met Caleidoscoop Welzijnswerk en de Lionsclub Lemmer organiseerden de jongerenwerkers van Sociaal Werk De Kear een FUNdag voor jonge mantelzorgers. In twee sloepen hebben ze een mooie tocht gemaakt met de nodige tussenstops om te relaxen, zwemmen of een ijsje te halen. Na afloop hebben ze lekker gegeten bij Lena in Lemmer.



Oktober

### Opening Pand 81

Half oktober heeft Sociaal Werk De Kear haar Lustrumweek afgetrapt met de feestelijke opening van haar nieuwe pand in Joure. Pand 81 aan de Midstraat werd geopend door wethouder Sippy van der Meer van gemeente De Fryske Marren en directeur Johan Brongers van Tintengroep. Veel inwoners, verenigingen en netwerkpartners kwamen een kijkje nemen. Het pand wordt gebruikt voor als ontmoetingsplaats voor jong en oud. Elke vrijdagochtend is De Thuiskamer geopend. Op dinsdagavond is er een jongerenavond en op donderdag een Tiernermiddag. De eerste Tiernermiddag was een groot succes. De Midstraat stond vol met fietsen van de tieners.



Oktober

## Dag van de mantelzorg met Erik Scherder

Op 24 oktober vond de viering van de Dag van de Mantelzorg plaats in Joure met als speciale gast Erik Scherder. Maar liefst 180 mantelzorgers en professionals waren aanwezig om in het zonnetje gezet te worden. Erik Scherder herinnerde de aanwezigen eraan: "Zorg goed voor jezelf, zodat je voor een ander kunt zorgen!" Ook werd de campagne 'De kunst van het geven' gelanceerd door wethouder Sippy van der Meer, om meer aandacht te vragen voor mantelzorg.



Oktober

## Start De Thuiskamer

Op vrijdag 25 oktober startte De Thuiskamer in Pand 81 in Joure. Vanaf die dag kwamen er elke week vele inwoners voor een gezellig gesprek, een kopje koffie of een spelletje naar De Thuiskamer. Het doel van De Thuiskamer is het samenbrengen van inwoners, waarbij ontmoeting en verblijven in elkaars gezelschap centraal staan. Inmiddels is er een vaste kern van inwoners die elke week komen.

November

## Schilderworkshop nieuwkomers

In november heeft de groep nieuwkomers van het welkomstprogramma een schilderworkshop gevolgd bij het Toanhûs in Joure. Binnen het welkomstprogramma draait een groep nieuwkomers een programma van acht weken waarin ze wegwijs worden gemaakt in gemeente De Fryske Marren. Ze gaan op bezoek bij allerlei maatschappelijke organisaties, volgen trainingen en krijgen informatie over onze cultuur en gebruiken. Sociaal Werk De Kear stelt dit programma op samen met Vluchtelingenwerk De Fryske Marren en andere partners. In samenwerking met het Toanhûs hebben de nieuwkomers geschilderd.





December

### Vrijwilligersfestival

Op vrijdag 6 december hebben bijna 200 vrijwilligers uit gemeente De Fryske Marren genoten van het Vrijwilligersfestival in Sint Nicolaasga. Doel van het festival was de vrijwilligers in het zonnetje te zetten en te bedanken voor hun inzet. Dit jaar stond het festival in het teken van 'lachen is gezond'!

Vrijwilligers konden deelnemen aan verschillende workshops, zoals Cognitieve Fitness, lachyoga, een lach- en schildercursus en elkaar ontmoeten bij een vrijwilligerscafé. Cabaretier Roué Verveer sloot de middag af met een optreden.

December

### Kerstkaarten maken voor eenzame inwoners

Tijdens De Thuiskamer op vrijdagochtend 16 december hebben de deelnemers kerstkaarten voor andere inwoners van gemeente De Fryske Marren. De creatieve kaarten werden gegeven of gestuurd om deze inwoners een klein steuntje in de rug te geven tijdens de laatste weken van het jaar.



# 01 Sociaal Werk De Kear en de Mienskip



**sociaal werk de**

- Leefbaarheid
- Gezonde leefstijl
- Meedoen
- Mantelzorg
- Vrijwilligers
- Jeugd en jongeren
- Financiën

- Leefbaarheid
- Gezonde leefstijl
- Meedoen
- Mantelzorg
- Vrijwilligers
- Jeugd en jongeren
- Financiën

## Sociaal Werk De Kear en de Mienskip

Sinds 2019 zet Sociaal Werk De Kear zich actief in om in de gemeente de Fryske Marren de Mienskip te versterken en het welzijn te verbeteren. We werken samen met inwoners, de gemeente en partners om een positieve, gezonde, participatieve en innovatieve Mienskip te bevorderen. Ons doel is een inclusieve samenleving te creëren, waarin iedereen de kans heeft om actief deel te nemen.

### Onze missie

Onze missie is inwoners ondersteunen en motiveren om vanuit eigen kracht en hun talenten regie te nemen over hun leven en met elkaar te zorgen voor een leefbare, sterke samenleving. Dit doen we vanuit de overtuiging dat mensen verantwoordelijk zijn voor hun eigen leven, maar ook invloed kunnen uitoefenen op het leven van hun naasten.

### Onze visie

De kracht van Sociaal Werk De Kear is dat wij weten wat er leeft en speelt op lokaal, buurt- en dorpsniveau. We zijn actief betrokken, halen vragen op bij inwoners en bij onze samenwerkingspartijen. Vanuit onze kennis en vaardigheden op welzijnsgebied zijn wij de verbinding tussen organisaties en inwoners. We kennen en organiseren de sociale infrastructuur en brengen informele en formele partijen bij elkaar.

Bij Sociaal Werk De Kear gaan we uit van de eigen kracht en het eigen talent van mensen. Iedereen kan zich op zijn of haar manier ontwikkelen en naar vermogen een bijdrage leveren aan een positieve, veilige leefomgeving. Sociaal Werk De Kear sluit aan bij bewonersinitiatieven en stimuleert ze. Alleen ga je sneller, samen kom je verder.



De drie belangrijkste pijlers onder onze visie zijn:

**Zelfwerkzaamheid:** *ieder mens, ook de kwetsbare, heeft waarde in zich en de potentie om te groeien. Mensen willen erbij horen, deelnemen en bijdragen (Martha Nussbaum).*

**Positieve Gezondheid:** *Gezondheid is meer dan afwezigheid van ziekte. Gezondheid is ook zingeving, zinvolle dagbesteding, elkaar ontmoeten en samen zijn (Machteld Huber).*

**Positief Welbevinden:** *Activering kan kwetsbare mensen ondersteunen in hun deelname aan de samenleving. Wij staan niet op onszelf, maar maken onderdeel uit van het grotere geheel (Hans van Ewijk).*

## Onze werkwijze in de Mienskip

In onze werkwijze staan 5 succesfactoren centraal.

1. We werken gebiedsgericht zowel in ons contact naar inwoners als in de integrale samenwerking met inwoners, gemeente en netwerkpartners.
2. We zijn laagdrempelig te benaderen.
3. We normaliseren en richten ons op het versterken van de eigen kracht en zelfredzaamheid.
4. We signaleren vraagstukken proactief en passen op basis van onze kennis actief de best passende interventie in.
5. We maken onze impact op inwoners en organisaties zichtbaar.

Deze werkwijze zorgt ervoor dat we de juiste inzet doen daar waar het nodig is. We vervullen verschillende rollen in ons werk. We zijn aanjager, verbinder, doorverwijzer, ondersteuner en organisator, afhankelijk van de situatie. Hieronder staan een aantal punten verder uitgewerkt.

We werken **gebiedsgericht**. Dit houdt in dat we in de buurt aanwezig zijn. We weten wat er speelt in de buurt of wijk. Daardoor kunnen we goed aansluiten bij de vragen die er zijn. Je kunt ons onder andere tegenkomen op straat, in de dorpshuizen of op school. We voeren het werk uit in vijf gebiedsteams; Balk, Joure, Lemmer, Oudehaske en Sint Nicolaasga.



We **versterken de Mienskip** door vragen en ideeën te verbinden aan bestaande initiatieven in de gemeenschap, zoals inwonersinitiatieven, verenigingen en vrijwilligersorganisaties. Als er een connectie mogelijk is, brengen we die tot stand. Is dat nog niet het geval, dan helpen we de inwoners op weg om bijvoorbeeld een activiteit op te zetten. Hierbij maken we gebruik van bestaande netwerken of bouwen we een nieuw netwerk op.

We zetten ons in voor een **positief gezonde Mienskip** door actief bij te dragen aan de beweging van minder zorg naar meer welzijn. We voeren het andere gesprek met inwoners en gebruiken Positieve Gezondheid als onderlegger. Hierbij richten we ons op de kwaliteiten van inwoners in plaats van alleen te focussen op wat er niet goed gaat. Een positief gezonde Mienskip bestaat uit inwoners die zelf willen en kunnen bijdragen, met ondersteuning waar nodig.

We geloven dat ieder mens naar eigen vermogen actief kan en wil **participeren in de Mienskip**. We ondersteunen inwoners om actief mee te doen aan de maatschappij en hebben hierbij specifieke aandacht voor persoonlijke betekenis en sociale interactie.

We spelen flexibel in op veranderingen en zetten ons proactief in op ontwikkeling van interventies die aansluiten bij dat wat er in de gemeente speelt. Zowel in de uitvoering als op beleids- en strategisch niveau signaleren we op basis van data en signaleren wat er speelt. We denken mee en ontwikkelen nieuwe interventies. We checken gedurende het jaar of onze inzet aansluit bij de wensen en behoeften en evalueren onze (bestaande) inzet. Zo **innoveren we in de Mienskip**.

In de komende hoofdstukken kun je in een aantal praktijkvoorbeelden lezen hoe we dit doen.

### We doen dit samen met:

- Inwoners
- Vrijwilligers die zich op regelmatige basis voor ons inzetten
- Samenwerkingspartners
- Medewerkers

## Vakmanschap

Vakmanschap is voor ons bewust bekwaam zijn. Dit betekent dat we bewuste, professionele afwegingen maken in alles wat we doen, van uitvoering tot verantwoording. Alles wat we doen, doen we met een reden. Er is over nagedacht en door onze inzet zijn we bezig om onze doelen te behalen. Alle inzet die we bestuurlijk en in de uitvoering doen, doet recht aan de inwoners van De Fryske Marren.

## Methodisch werken

We werken methodisch, wat betekent dat we een gestructureerde en planmatige aanpak hanteren om de juiste ondersteuning op maat te leveren. Dit doen we aan de hand van verschillende fases die zorgvuldig op elkaar aansluiten. Van intake en behoefteanalyse, naar doelen stellen en een plan van aanpak maken, naar de uitvoering of begeleiding, naar de evaluatie en bijsturing en tot slot de afronding en nazorg. Door deze methodische werkwijze kunnen we gericht en effectief bijdragen aan het versterken van de sociale basis en het welzijn van de inwoners. Het proces is altijd persoonlijk, flexibel en gericht op de duurzame verbetering van de situatie van inwoners.

In alle lagen van de organisatie gebruiken we de PDCA-cyclus om ons werk goed in te richten. PDCA staat voor PLAN-DO-CHECK-ACT. Deze cyclus doorlopen we jaarlijks op vaste momenten, maar ook tussentijds als we nieuwe opdrachten of initiatieven ondersteunen.

## Tintengroep

Als onderdeel van Tintengroep wordt Sociaal Werk De Kear enerzijds ondersteund en gefaciliteerd, zodat wij ons volledig kunnen richten op de inhoud van ons werk en de inwoners van de Fryske Marren. Anderzijds maken we door de schaalgrootte van Tintengroep gebruik van de kennis en ervaring uit vijftien gemeenten in vijf provincies. Samen hebben we meer denk- en ontwikkelkracht die nodig zijn voor de grote maatschappelijke thema's.

## Impactmeting

Onze buurtwerkers zijn doorlopend bezig met het evalueren van de effectiviteit van onze inzet en blijven zich op basis daarvan ontwikkelen. We passen hiervoor verschillende middelen toe, die ons helpen om inzicht te krijgen in wat wel en niet werkt. Op basis van evaluaties passen we onze aanpak aan en verbeteren we deze, zodat we nog beter in kunnen spelen op de behoeften van de gemeenschap en de individuele inwoners die we ondersteunen.

## Certificering en beroepsregister

We vinden het belangrijk om kwaliteit te leveren in ons werk. In de eerste plaats voor de inwoners van De Fryske Marren, maar uiteraard ook naar de gemeente als opdrachtgever. In 2024 heeft Sociaal Werk De Kear het HKZ-certificaat (Harmonisatie Kwaliteitsbeoordeling in de Zorgsector) behaald. Dit is een certificaat voor duurzame kwaliteitsverbetering in zorg en welzijn: onafhankelijk en betrouwbaar. Met dit certificaat tonen wij aan dat wij serieus werk maken van de kwaliteit van onze ondersteuning en dat we voldoen aan de eisen die daaraan gesteld worden door klanten, professionals en relevante stakeholders. In 2025 hopen we hier het certificaat Sterk Sociaal Werk aan toe te kunnen voegen. Ook uit het feit dat alle sociaal werkers ingeschreven staan in een beroepsregister en hiervoor jaarlijks de benodigde accreditatiepunten behalen, blijkt dat we ons werk serieus nemen.

## Strategisch partner en ketenpartner

Samenwerken is essentieel voor een sterke sociale basis. We beschouwen de gemeente niet alleen als opdrachtgever, maar ook als strategisch partner. Voor ons betekent strategisch partnerschap een gedeelde ambitie en gezamenlijke beleidsdoelen. Samen leren en ontwikkelen is noodzakelijk om de transformatie van zorg naar welzijn en een sterk sociaal domein te kunnen realiseren. Dit vraagt van beide kanten openheid, eerlijkheid, flexibiliteit, de durf om buiten de kaders te denken en fouten te mogen maken.

Het afgelopen jaar hebben we samen met de gemeente gewerkt aan de herijking van onze nieuwe opdracht. We hebben meegedacht en geadviseerd met als doel om de gemeente te helpen bij het maken van de juiste afwegingen. De nieuwe opdracht is in december 2024 vastgesteld. In de eerste helft van 2025 gaan we verder met de invulling van de nieuwe opdracht en het opstellen van een gezamenlijke werkagenda. Met het opstellen van deze gezamenlijke werkagenda, willen we onze rol als strategisch partner in 2025 en daarna nog steviger positioneren.

Naast strategisch partner zijn we een betrouwbare ketenpartner voor de gemeente en andere samenwerkingspartners. Dit gebeurt lokaal binnen de gebiedsteams in straten, buurten en dorpen en gemeente breed. Maar ook buiten de gemeente zijn we in de regio actief geweest in andere samenwerkingsverbanden, zoals bij de Regiodeal Zuidwest Friesland, het Regioplan Heerenveen en binnen de Friese Preventie Aanpak - Sociale basis. In het hoofdstuk *Innovatie in de mienskip* is meer te lezen over deze inzet.



## Lustrum 5 jaar De Kear

In oktober 2024 bestond Sociaal Werk De Kear alweer 5 jaar. Vijf jaren van verbinden, versterken en vernieuwen. We hebben ons lustrum niet ongemerkt voorbij laten gaan. We hebben een week feest gevierd en door middel van een divers programma de inwoners, samenwerkingspartners en gemeente laten proeven aan hoe wij ons inzetten voor een leefbare, sterke Mienskip en onze ondersteuning om inwoners vanuit hun eigen kracht en hun talenten eigen regie over hun leven te houden. De opening van het nieuwe pand in Joure, die in de highlights omschreven staat, was een mooie kers op de taart.

[Via deze link](#) kun je het artikel over de lustrumweek in huis-aan-huisblad Groot De Fryske Marren lezen.

## 02 Van signaal naar actie: Onze inzet voor een sterke Mienskip



## Van signaal naar actie: Onze inzet voor een sterke Mienskip

In dit hoofdstuk nemen we je mee in de inzet van Sociaal Werk De Kear in 2024. Op basis van vragen, signalen en thema's ondernemen we actie. In dit hoofdstuk laten we zien welke inzet we in 2024 hebben gedaan voor een sterke Mienskip. De inzet is gebaseerd op onze vaste taken én extra opdrachten – van buurtwerk in vijf gebieden tot onze inzet op bijvoorbeeld Welzijn op Recept, De Thuis kamers, Meedoen en het jongerenwerk.

We gebruiken cijfers uit ons registratiesysteem om inzicht te geven in ons bereik. Daarbij maken we onderscheid tussen informatie- en adviesvragen, collectieve inzet en individuele ondersteuning. We vergelijken de cijfers met die van 2023 en laten ook zien wat onze inzet heeft opgeleverd, met tevredenheidscijfers en citaten van inwoners.

Onze inzet op drie tijdelijke projecten lichten we, naast het totaaloverzicht, ook afzonderlijk toe. Het gaat hier om Welzijn op Recept, Thuis kamers en Moeders Ontmoeten Moeders.

In de volgende hoofdstukken, Versterken van de Mienskip, Positieve gezonde Mienskip, Participatie in de Mienskip en Innovatie in de Mienskip, vertellen we aan de hand van praktijkvoorbeelden meer over de effecten van onze inzet.

### Informatie- en adviesvragen

Dit zijn vragen van bijvoorbeeld inwoners, netwerkpartners en gemeente die we in één contactmoment kunnen beantwoorden of doorverwijzen naar de juiste persoon of organisatie.

We geven een beeld van het aantal vragen en de meest voorkomende thema's van de vragen. Deze thema's inventariseren we aan de hand van de Zelfredzaamheidsmatrix (ZRM).

#### INFORMATIE EN ADVIES

1.434 vragen 

---

## Hoofddomeinen ZRM

Met de ZRM wordt de zelfredzaamheid van alle inwoners in kaart gebracht op basis van 13 belangrijke domeinen van het leven. De ZRM helpt ons inzicht te krijgen in de thema's waarover de meeste vragen van inwoners binnenkomen. We geven een weergave van de thema's waarbij 20 vragen of meer vragen zijn behandeld.

ZRM Hoofddomein	Informatie & advies
Maatschappelijke participatie	269
Sociaal netwerk	234
Financiën	150
Tijdsbesteding	76
Geestelijke gezondheid	62
Lichamelijke gezondheid	56
Huisvesting	42
Werk & Opleiding	20

### Duiding van de top 3 thema's

Zelfredzaamheid met betrekking tot **maatschappelijke participatie** gaat over de mate waarin de persoon deelneemt aan maatschappelijke, gestructureerde activiteiten en organisaties. Het betreft zowel de deelname van de persoon als de aanwezigheid van bevorderende of belemmerende externe factoren (bijvoorbeeld transport, tijd, kinderopvang e.d.). Deelname aan elke vorm van georganiseerde activiteit zoals een sportclub, een vereniging, (school-)comité, religieuze organisaties, en steun- of adviesgroepen wordt als maatschappelijke participatie beschouwd. Bezoek aan café, coffeeshop of andere uitgaansgelegenheden valt niet onder maatschappelijke participatie. Het veroorzaken van overlast is in dit domein opgenomen als een negatieve vorm van maatschappelijke participatie: waar je aan de positieve kant van het spectrum iets bijdraagt aan de maatschappij, neem je aan de negatieve kant iets weg of maak je iets kapot in (of aan) de maatschappij.

Zelfredzaamheid met betrekking tot **sociaal netwerk** gaat over het aantal en de kwaliteit van relaties met vrienden, familie en kennissen (die geen onderdeel van het huishouden zijn). Een belangrijke vraag binnen dit domein is of de persoon voldoende personen om zich heen heeft verzameld die hem kunnen steunen en begeleiden in zijn groei en ontwikkeling. De kwaliteit van het sociaal netwerk is van belang omdat een persoon een heel omvangrijk netwerk kan hebben dat enkel bestaat uit personen waar hij, indien nodig, niet op kan rekenen en/of die een negatieve invloed hebben op het gedrag van de persoon.

Zelfredzaamheid met betrekking tot **financiën** gaat over de mate waarin een persoon tenminste voldoende inkomen heeft om in de basisbehoeften te voorzien, deze inkomsten zo zelfstandig mogelijk verwerft en de inkomsten en uitgaven in balans zijn.

## Collectieve inzet

Dit is de ondersteuning die we in groepsverband aanbieden. Daar waar een collectieve vorm van ondersteuning mogelijk is, zullen we deze aanbieden. Ook in het collectief spreken we veel inwoners individueel. Om onze inzet beter te duiden maken we dit jaar onderscheid in drie categorieën.

- **Eigen inzet** die we zelf organiseren om meerdere inwoners op hetzelfde moment vanuit hetzelfde doel te kunnen bedienen. Zoals activiteiten, voorlichtingen, cursussen, maar ook buurtonderzoeken. We geven een beeld van het aantal initiatieven, het aantal bijeenkomsten en het aantal deelnemers dat we bereikt hebben.
- **Hulp bij zelforganisatie:** de ondersteuning die we bieden aan inwoners en netwerkorganisaties bij het opzetten of behouden van eigen initiatieven, want een sterke sociale basis creëren we met elkaar. Voorbeelden van deze initiatieven zijn jongereninitiatieven, inwonersinitiatieven en activiteiten in samenwerking met netwerkpartijen. We geven een beeld van het aantal ondersteunde initiatieven, het aantal bijeenkomsten en het aantal deelnemers dat hiermee bereikt is.
- **Netwerkoverleggen:** om een brede integrale aanpak te creëren, sluiten buurtwerkers van Sociaal Werk De Kear aan bij netwerkoverleggen. Onze inzet in deze overleggen is gericht op het leggen van verbindingen. Tussen vragen en antwoord, signalen en aanbod, tussen inwoners en netwerkpartners, tussen praktijk en beleid.

### EIGEN INZET

149 initiatieven

### EIGEN INZET

1.055  
bijeenkomsten

### EIGEN INZET

9.843  
deelnemers\*

### ONDERSTEUNING ZELFORGANISATIE

23 initiatieven

### ONDERSTEUNING ZELFORGANISATIE

124  
bijeenkomsten

### ONDERSTEUNING ZELFORGANISATIE

986  
deelnemers\*

\* Om een realistische weergave te maken van het aantal deelnemers tellen we zoveel mogelijk met unieke deelnemers. Zo worden de deelnemers die wekelijks met een activiteit meedoen, maar één keer geteld. Het totaal aantal deelnemers is geen optelsom van unieke personen, omdat mensen soms aan meerdere activiteiten meedoen.

DEELNAME AAN NETWERKOVERLEGGEN\*

NETWERKOVERLEGGEN\*

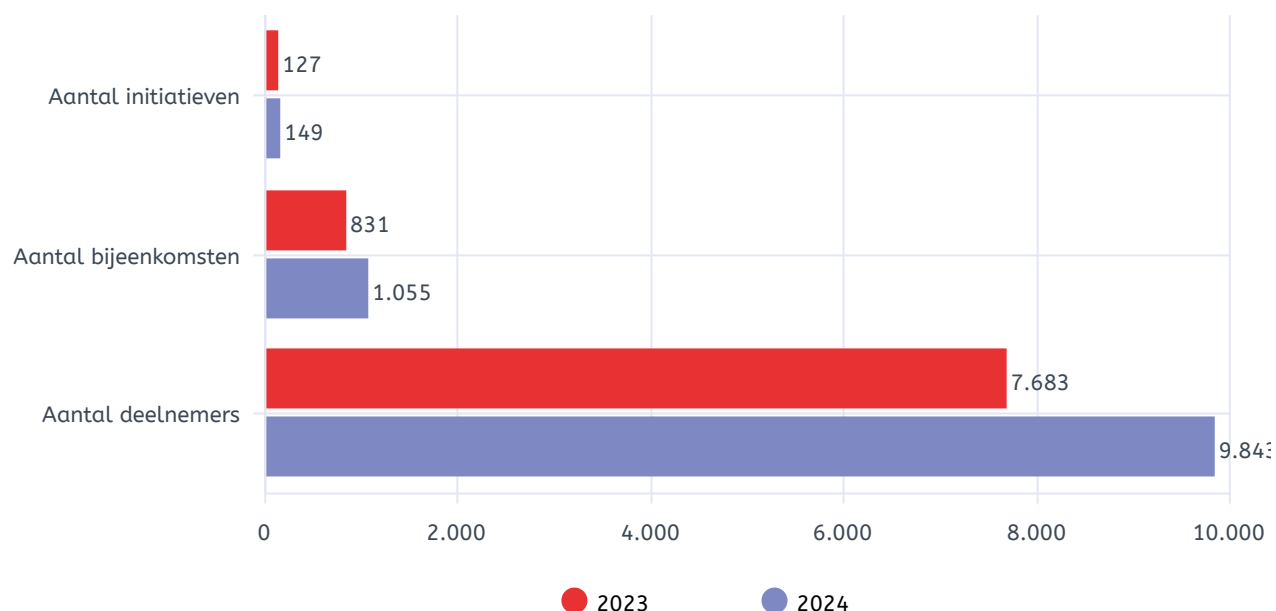
## 46 Netwerkinitiatieven

## 137 bijeenkomsten

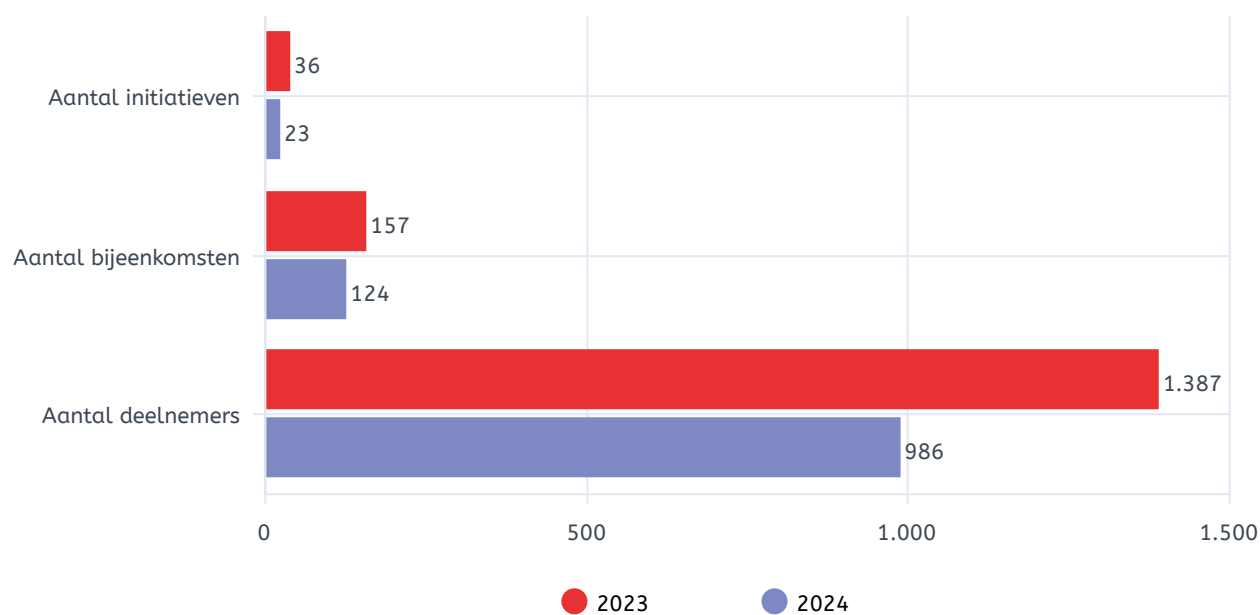
\* De data die we presenteren gaat enkel over de netwerkoverleggen waar buurtwerkers bij aansluiten. Gemeentelijke overleggen, strategische partnerschap en deelname aan lokale en regionale ontwikkeltafels vanuit het management is niet meegenomen.

### Onze collectieve inzet vergeleken met vorig jaar

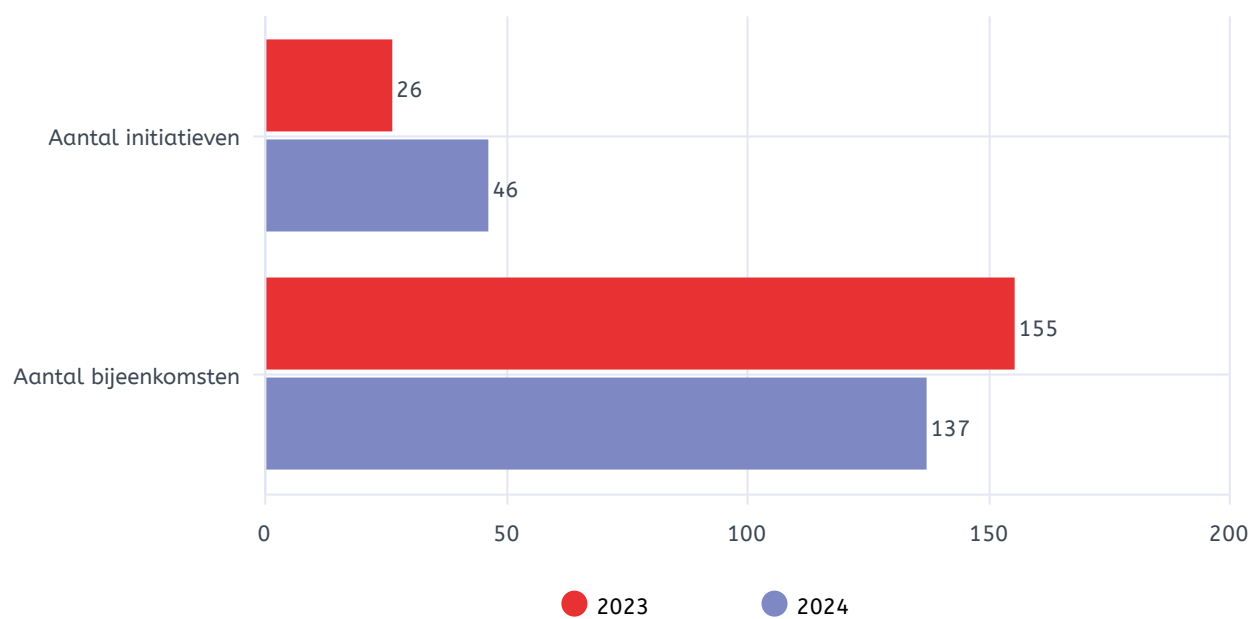
Eigen inzet 2024 versus 2023



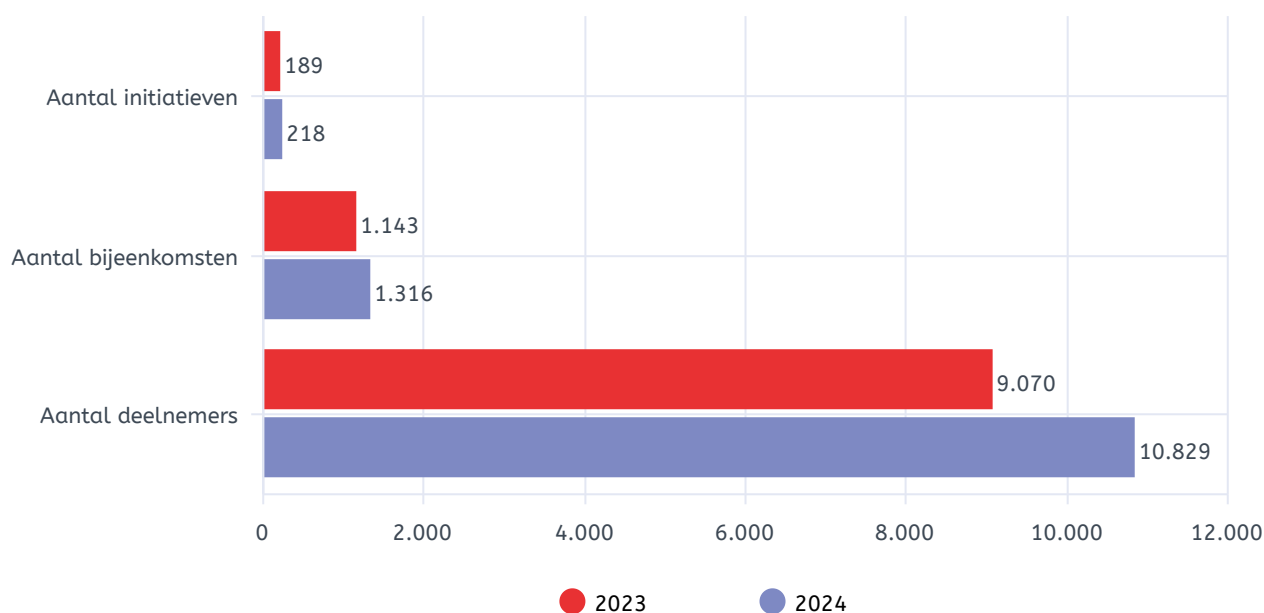
Inzet op ondersteuning zelforganisatie in 2024 versus 2023



Deelname netwerkoverleggen 2024 versus 2023



### Totale collectieve inzet 2023 versus 2024



#### Groei van het bereik

We zijn er trots op dat ons bereik in 2024 is gegroeid. We hebben het afgelopen jaar onze collectieve diensten verder uitgebreid en hiermee meer mensen kunnen bereiken. We laten hiermee zien dat we succesvol zijn in het aanbod en in het vergroten van de betrokkenheid.

**Aantal initiatieven:** De totale inzet (de som van eigen activiteiten, ondersteuning zelforganisatie en netwerkoeverleggen) is gestegen van 189 in 2023 naar 218 in 2024, een stijging van 15,4%. Deze algemene toename bevestigt dat de organisatie in 2024 meer initiatieven heeft ondernomen dan in 2023.

**Aantal bijeenkomsten:** Er is een toename van het aantal bijeenkomsten van 1.143 naar 1.316, een stijging van 15,1%. Dit duidt op een hogere frequentie van activiteiten en bijeenkomsten in 2024, wat waarschijnlijk betekent dat de organisatie meer ruimte heeft voor interactie en samenwerking.

**Aantal deelnemers:** De totale deelname is gestegen van 9.070 naar 10.829, een stijging van 19,4%. Dit geeft aan dat de organisatie erin geslaagd is om een breder publiek aan te trekken, wat kan wijzen op een grotere interesse en betrokkenheid bij de activiteiten die worden aangeboden.

#### Afname ondersteuning in zelforganisatie

We zien een afname in het aantal initiatieven dat we hebben ondersteund bij zelforganisatie. Deze afname verklaren wij doordat we een afname zien in het aantal inwoners dat met een eigen initiatief aan de slag gaat. Voornamelijk vanwege de moeilijke route voor de initiatieven zien we dat inwoners minder gemotiveerd zijn om met een initiatief aan de slag te gaan. Hiervoor zijn we samen met de gemeente bezig om een infographic te maken die de route en beschikbare middelen voor inwonersinitiatieven overzichtelijk weergeeft.

Een belangrijk onderdeel om tot initiatieven te komen is verbinden. We hebben dit jaar focus gebracht door ons niet alleen op inwonersinitiatieven te richten, maar in te zetten op een brede, integrale samenwerking om samen de sociale basis te versterken. Daarom hebben de buurtwerkers het afgelopen jaar meer ingezet op



aanwezigheid in de wijken en bij netwerkoverleggen. Mede hierdoor is de groei in eigen initiatieven en netwerkoverleggen te verklaren.

### Impact van de aanwezigheid in de wijk

Door middel van wederkerige gesprekken en doorvragen, signaleren we waar veranderpotentie zit. Deze veranderpotentie proberen we te verbinden aan andere inwoners of netwerkpartners. In het hoofdstuk *Versterken van de mienskip* staat een mooi praktijkvoorbeeld waarin we beschrijven hoe de inzet van de buurtwerker in de wijk eruit ziet en wat deze inzet oplevert.

### Impact van aanwezigheid bij netwerkoverleggen

Aansluiten bij netwerkoverleggen kost veel tijd. De insteek is dat we aansluiten wanneer we kansen zien om te verbinden. Wat ons waardevol maakt, is dat we door onze betrokkenheid in de wijken precies weten wat er speelt bij de inwoners. Zo kunnen we verbinden tussen de praktijk en beleid en tussen vraag en aanbod. We maken daarom een bewuste afweging waar we aanwezig zijn en wanneer we aanwezig zijn. Dit is ook terug te zien in de cijfers; we sluiten bij 20 initiatieven meer aan, maar het aantal overleggen waarbij we aansluiten is gedaald.

### Impact en tevredenheid van onze collectieve inzet

De impact en tevredenheid van onze collectieve inzet meten we aan de hand van een vragenlijst, die wordt afgenomen bij de deelnemers van de activiteit. Deze vragenlijst analyseert de impact van de activiteit op de deelnemers en biedt inzicht in de effectiviteit van de activiteit. Naast deze manier van impactmeting gebruiken we ook quotes van inwoners en samenwerkingspartners om inzichtelijk te maken wat de effecten en tevredenheid zijn van onze inzet. Bij ieder collectief maken we een bewuste afweging welke manier van impactmeting passend is. Na afloop evalueert de buurtwerker aan de hand van deze impactmeting en andere verzamelde feedback. Deze evaluatie nemen we mee bij het plannen van nieuwe interventies, waardoor we voortdurend kunnen bijsturen en verbeteren op basis van de ervaringen van deelnemers.

Er zijn 99 vragenlijsten ingevuld waarbij de impact van 53 verschillende collectieve initiatieven gemeten is.

KPI	Gemiddelde score
Erkend voelen	8,9
Klanttevredenheid	8,8
Participatie	8,5
Opgelucht voelen	8,4
Activering	8,3
Netwerkversterking	8,2
Lichamelijke gezondheid	8,2
Inbedding	8,2
Verbonden voelen	7,7
Zelfredzaamheid	7,4

## Individuele inzet

Dit zijn trajecten waarbij we individuele ondersteuning bieden aan een inwoner of een gezin. In 2024 beperkte deze inzet zich voornamelijk tot de inzet van **Welzijn op Recept**. Bij deze vorm van ondersteuning, nemen we inwoners tijdelijk bij de hand met als doel hun eigen regie te (her)vinden. Ieder traject start met een intake waarbij we een brede uitvraag doen aan de hand van Positieve gezondheid. Daarnaast gebruiken we de zelfredzaamheidsmatrix om de thematiek van het traject te duiden. Vervolgens worden er samen met de inwoner concrete doelen opgesteld die tijdens het traject centraal staan. Aan het eind van dit hoofdstuk staat Welzijn op Recept verder uitgewerkt.

### INDIVIDUELE TRAJECTEN

**95 trajecten**

### AFGESLOTEN TRAJECTEN

**61 afgesloten trajecten**

### DUUR INDIVIDUEEL TRAJECTEN

**101 dagen\***

\* De gemiddelde doorlooptijd is berekend over de afgesloten trajecten.

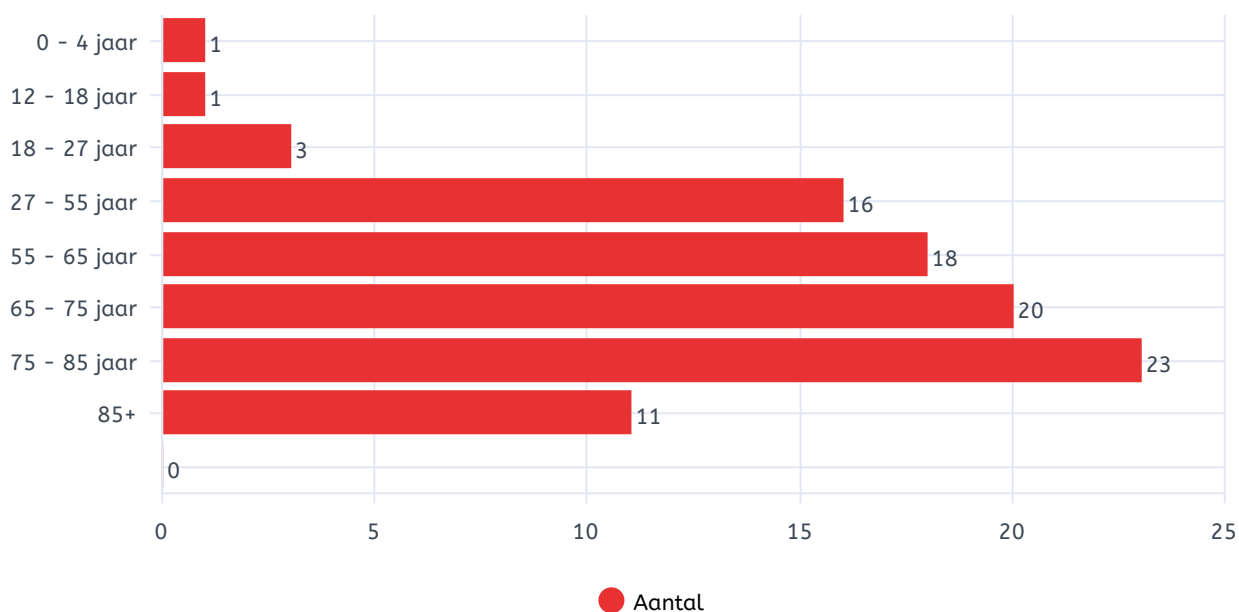
## Hoofddomeinen ZRM

Door middel van de ZRM kunnen we inzicht geven op welke thema's we het meest ondersteuning bieden. Bij ieder traject wordt op zijn minst op één thema ondersteuning geboden. Het komt ook vaak voor dat met een traject ondersteuning wordt geboden op meerdere thema's. We geven een weergave van de thema's waarop we in tien of meer gevallen ondersteuning hebben geboden.

ZRM Hoofddomein	Aantal casussen
Maatschappelijke participatie	285
Sociaal netwerk	280
Financiën	151
Tijdsbesteding	120
Geestelijke gezondheid	87
Lichamelijke gezondheid	65
Huisvesting	46
Werk & Opleiding	22
Sociaal-emotionele ondersteuning (Ouderschap)	18
Huiselijke relaties	10

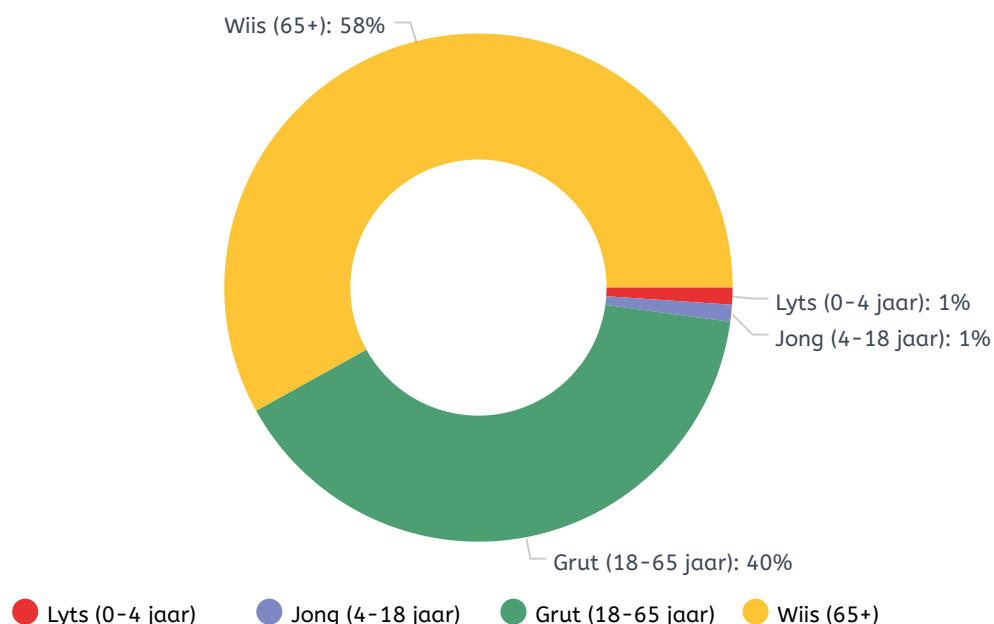
## Verdeling leeftijd

Bij de individuele trajecten registreren wij de leeftijd van de hulpvrager.



In de herijkte opdracht wordt ons gevraagd om onze inzet te duiden aan de hand van de leeftijdsfasen uit de Friese Preventieaanpak. Hier wordt onderscheid gemaakt tussen de volgende fasen; lyts, jong, grut en wiis ([Zie hier meer informatie over de fasen](#)). In onderstaand cirkeldiagram duiden wij onze individuele inzet aan de hand van deze categorieën. Hierbij hanteren we vanuit ons registratiesysteem net andere overgangsnormeringen.

Leeftijdsfasen uit de Friese Preventieaanpak



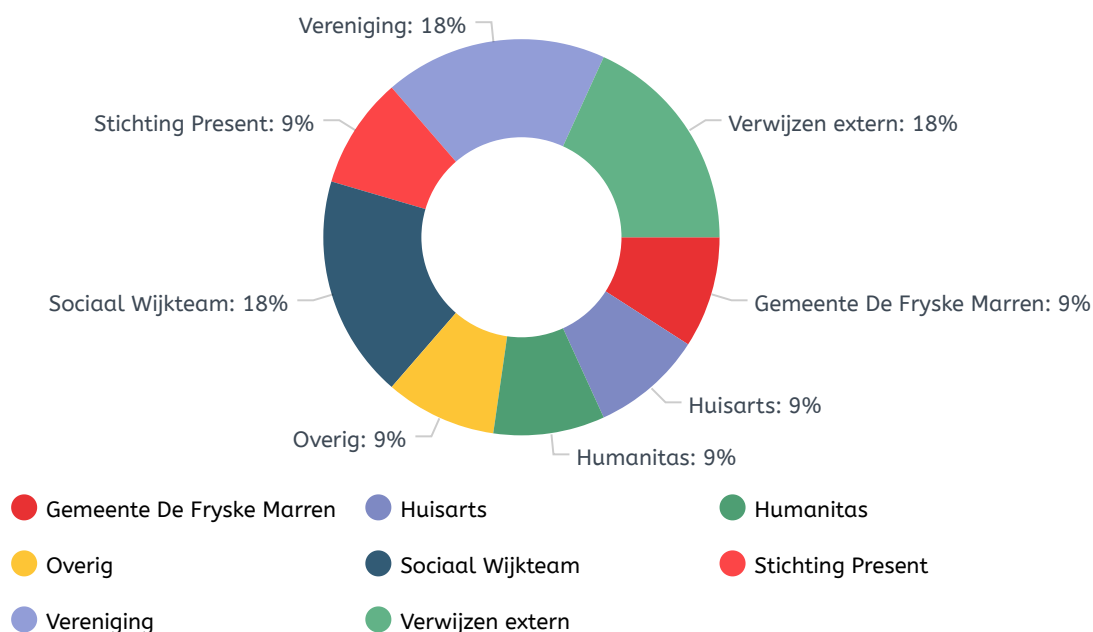
## Doorverwijzers

Onze individuele inzet bestaat met name uit trajecten Welzijn op Recept. Dit betekent dat onze casussen vooral doorverwezen worden door de huisartsen. Daarnaast hebben we afgelopen jaar ook zes casussen doorverwezen gekregen vanuit het Sociaal wijkteam (4 SWT Participatie en 2 SWT Zorg).

## Doorverwijzingen

Het doel van de begeleiding in individuele trajecten is het (her)vinden van eigen regie. De meeste trajecten sluiten we dan ook af zonder doorverwijzing. De reden van een doorverwijzing kan verschillend zijn. Bij 11 casussen hebben we wel doorverwezen. In het geval van complexe problematiek zetten we casussen door naar bijvoorbeeld het Sociaal Wijkteam of de huisarts. Het kan echter ook zijn dat de doorverwijzing juist afschalen betekent, dan zetten we bijvoorbeeld door naar een vereniging of Humanitas.

Doorverwezen naar andere netwerkpartners

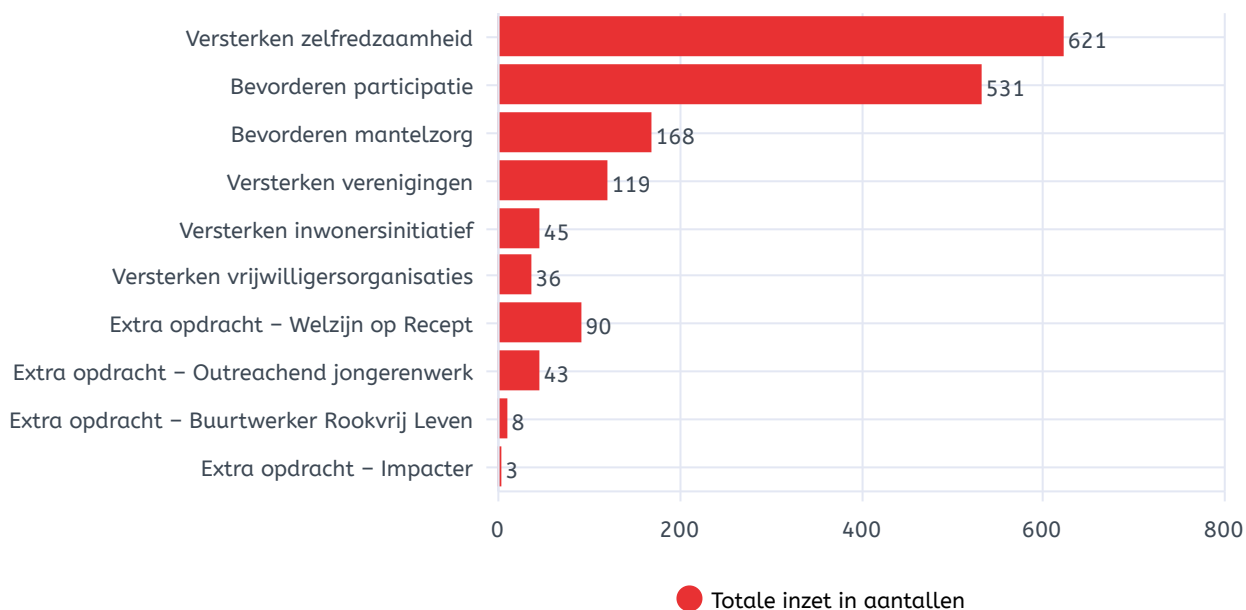


## Totale inzet per gemeentelijke doelstelling of aanvullende opdracht

Van ieder initiatief, traject of vraag noteren we de relatie met de gemeentelijke doelstellingen en/of aanvullende opdracht. In onderstaande grafiek staat weergegeven hoeveel inzet (totaal van informatie- en adviesvragen, individuele en collectieve inzet) we gedaan hebben per gemeentelijke doelstelling of aanvullende opdracht.

Een initiatief kan bijdragen aan meerdere doelen. In dit geval worden dus meerdere doelen ingevuld.

Onze inzet aan de gemeentelijke doelen en/of aanvullende opdrachten



## Tijdelijke opdrachten

Naast onze reguliere opdracht voeren we tijdelijk ook enkele aanvullende opdrachten uit. Naast de verantwoording in de totaalcijfers hierboven, zullen we hieronder een specifieke toelichting geven van onze inzet op deze extra opdrachten. Hieronder lichten we de projecten Welzijn op Recept, Thuis kamers en MOM verder toe.

## Welzijn op Recept uitgebreid naar alle huisartsen in de gemeente

Welzijn op Recept is een interventie, die de samenwerking tussen eerstelijnszorg en welzijnswerk versterkt en structureel verankert. Hulpvragen met betrekking tot psychosociale leefgebieden, waarvoor geen psychologische of medische behandeling nodig is, worden door de huisarts doorverwezen naar een welzijnscoach van Sociaal Werk De Kear. Dit bevordert het welbevinden van inwoners door deelname aan welzijnsinterventies, gebaseerd op Positieve Gezondheid, wat als een alternatief en preventieve maatregel voor psychische en medische zorg fungeert.

Welzijn op Recept is een samenwerking tussen huisartsen en het welzijnswerk. Dit gebeurt als iemand hulp nodig heeft met dingen die te maken hebben met het dagelijks leven, zoals mentale problemen, maar geen medische behandeling nodig heeft. De welzijnscoach en de inwoner voeren het gesprek op basis van Positieve Gezondheid. Hierbij wordt gekeken naar zes belangrijke gebieden in het leven van de inwoner: lichamelijke gezondheid, mentaal welzijn, zingeving, kwaliteit van leven, meedoen in de samenleving en dagelijks functioneren. De welzijnscoach bespreekt samen met de persoon hoe het op deze gebieden gaat, waar iemand blij van wordt en graag op wil investeren. Dit helpt om een goed beeld te krijgen van de situatie en een passend 'welzijnsrecept' op te stellen. Dit kan bijvoorbeeld gaan om vrijwilligerswerk om meer betekenis te vinden of meedoen aan een wandelgroep om meer contact met anderen te hebben. Het doel is om te zorgen dat mensen zich beter voelen zonder dat ze naar de dokter hoeven voor medicijnen of medische zorg. Als het nodig is, kan de welzijnscoach meer gesprekken voeren en de persoon intern of extern doorverwijzen voor aanvullende hulp. Het gaat altijd om hulp die goed past bij de situatie van de persoon.

In 2024 hebben we Welzijn op Recept verder uitgebreid van 8 naar 13 huisartspraktijken, hiermee bereiken we nu alle praktijk in De Fryske Marren. Door het zorgdomein (systeem van de huisartsen) te koppelen aan ons registratiesysteem kunnen huisartsen patiënten makkelijker doorverwijzen. De inzet van 32 uur van de welzijnscoaches is gelijk gebleven. In 2024 hebben we 63 inwoners verder geholpen, dit is een toename van 57,5% ten opzichte van 2023. De meeste vragen van de inwoners gingen over thema's zoals tijdsbesteding, sociaal netwerk, geestelijke gezondheid, lichamelijke gezondheid en maatschappelijke participatie. We hebben in 2024 40 trajecten afgesloten. Na afloop van het Welzijn op Recept-traject worden de meeste inwoners doorgeleid naar bestaand aanbod in de gemeente. We hebben doorverwijzingen vanuit 12 huisartspraktijken. Er is regelmatig contact met al deze praktijken. Zowel fysiek als via een nieuwsbrief. Deze nieuwsbrief komt meerdere keren per jaar uit en is gevuld met relevante informatie en updates naar alle praktijken.

In 2025 starten we met een nieuwe pilot Welzijn op Recept Zorg, waarbij alle zorgaanbieders kunnen doorverwijzen naar Sociaal Werk De Kear voor een 'welzijnsrecept'.



*De welzijnscoach vult samen met een inwoner het spinnenweb Positieve Gezondheid in*

” Het verdriet blijft, maar er is nu ook weer ruimte om vooruit te kijken.

**Deelnemer Welzijn op Recept**

” Ik ga de gesprekken missen met jou, maar ik ben blij dat jij geregeld hebt dat ik nu elke week begeleiding krijg van JP van den Bent.

**Deelnemer Welzijn Op Recept**

” Ik heb direct al veel meer energie naar aanleiding van onze wandeling en ons gesprek. Ik ga minder bier drinken en minder snoepen.

**Deelnemer Welzijn op Recept**

” Na ons gesprek gisteren kwam ik tot de ontdekking dat ik toch wel gegroeid ben en gelukkig niet in een hele diepe put zit. Bedankt daarvoor!

**Deelnemer Welzijn op Recept**

## Thuis kamers: van projectplan naar uitvoering

In 2024 zijn we gestart met de Thuis kamers. Waar aan het begin van het jaar nog een projectplan lag, is er in september een coördinator Thuis kamers aangesteld en vanaf oktober een goedlopende Thuis kamer gerealiseerd in Joure. De komst van de Thuis kamer versterkt de verbinding tussen de inwoners onderling. Met de start van deze Thuis kamer wordt zichtbaar hoe de zorg aan het veranderen is. Het initiatief sluit aan bij de wens van verschillende zorgorganisaties om dagbesteding dichterbij de mensen zelf te organiseren, op een meer persoonlijke en laagdrempelige manier. Dit geeft ons de mogelijkheid om de implementatie vorm te geven en op termijn gemeentebreed uit te rollen.

De coördinator Thuis kamers is een aanjager, verbinder en aanspreekpunt in het hele proces voor alle betrokken partijen. Zo kan een coördinator schakelen met een verpleegkundige of geriater als er zorgvragen zijn. Bij alle betrokken samenwerkingspartners zijn, waar nodig, medewerkers beschikbaar voor ondersteuning en advies aan de vrijwilligers, mantelzorgers en andere betrokken inwoners. Samen met de netwerkpartners is onder leiding van kenniscentrum CMO-Stamm een voorstel geschreven voor de monitoring van de thuis kamers.

### Thuis kamer Joure

In 2024 zijn er negen bijeenkomsten van de Thuis kamer in Joure geweest. We bereiken meer en meer inwoners en hebben elke week een nieuwe deelnemer die ons weet te vinden. Bij de best bezochte Thuis kamer waren 15 deelnemers aanwezig. Veel inwoners weten ons te vinden doordat ze het horen van andere deelnemers of van netwerkpartners. Ook door bijvoorbeeld een mantelzorgmoment te koppelen aan de Thuis kamers zie je weer nieuwe gezichten. De terugkerende gezichten en positieve feedback geven aan dat de Thuis kamer van toegevoegde waarde is.

### Gemeentebreed

Om bekendheid te creëren en de Thuis kamers uit te breiden naar andere plekken in de gemeente sluiten we veel aan bij overleggen met samenwerkingspartners. Met deze overleggen hebben we zo'n 125 samenwerkpartners bereikt. Naast het opzetten van de Thuis kamer in Joure, zijn we op drie andere plekken in de gemeente bezig om de Thuis kamers op te zetten. We hebben een praatplaat ontwikkeld, die ons helpt om het doel en de achtergrond van de Thuis kamers inzichtelijk te maken. Daarnaast zijn we begonnen met het schrijven van een Methodiek Thuis kamers, deze wordt in 2025 afgerond.





De praatplaat die het doel en de achtergrond van de Thuis kamers inzichtelijk maakt. Klik op de afbeelding om in te zoomen.

## Moeders Ontmoeten Moeders (MOM)

Een kansrijke start voor een baby is van cruciaal belang voor zijn of haar welzijn en ontwikkeling. MOM De Fryske Marren ondersteunt en versterkt (aanstaande) moeders en vaders om hun kindje een mooie start te geven en organiseert dé ontmoetingsplek voor (aanstaande) moeders waar ervaringen & tips uitgewisseld worden en waar voorlichtingen gegeven worden. MOM De Fryske Marren is een initiatief vanuit een samenwerkingsverband van verloskundigen, de jeugdgezondheidszorg, kraamzorg, Vluchtelingenwerk, Sociaal Werk De Kear en gemeente De Fryske Marren. Samen staan we voor een kansrijke toekomst voor ieder kind en zetten we actief in op de eerste 1000 dagen van het kind.

In oktober 2023 zijn de tweewekelijkse bijeenkomsten met moeders gestart. Deze hebben in 2024 hun vervolg gekregen. Het doel van deze bijeenkomsten is kennis vergroten door middel van voorlichting, laagdrempelig contact met professionals waardoor er makkelijk vragen gesteld kunnen worden. Maar vooral ook het in contact zijn met elkaar. Een mooi neveneffect hiervan is dat er vanuit deze groep vriendschappen zijn ontstaan tussen moeders.

Op 6 september heeft De Kear samen met de gemeente een eerste netwerkbijeenkomst gehouden. 26 professionals hebben elkaar ontmoet. Dr. Hanneke Torij, Lector Verloskunde en Geboortezorg, heeft als gastspreker de deelnemers geïnspireerd met waardevolle informatie. De netwerkbijeenkomst is geslaagd en de deelnemers wensen een vervolg.

In het afgelopen jaar zijn er twee trainingen Wilde Kastanjes gegeven, gericht op de aanpak van huiselijk geweld en kindermishandeling. De training bestaat uit twee dagen en is bedoeld voor professionals die werken aan veilige thuissituaties voor iedereen.

### AANTAL BIJEENKOMSTEN

## 16 Bijeenkomsten

---

### AANTAL DEELNEMERS

## 145 Deelnemers\*

---

\* Het gaat hier niet om unieke aantallen. Het is een open groep, dat betekent dat deelnemers zich niet hoeven in te schrijven. Afhankelijk van het onderwerp kan iemand besluiten deel te nemen. Naast terugkerende deelnemers, zien we afhankelijk van de onderwerpen ook nieuwe deelnemers.

### Onderwerpen

Om ouders te inspireren en informeren staat bij iedere bijeenkomst een onderwerp centraal. De inhoud van de bijeenkomst wordt verzorgd door partners uit het netwerk. Enkele voorbeelden van onderwerpen; spelenderwijs in contact zijn met je kind, voorlichting kraamzorg, yoga, kennismaken met babymassage, voorlichting Home Start, In gesprek over roken, vragenuurtje met verpleegkundige GGD.

### Overleg

Naast het organiseren van bijeenkomsten wordt bij het MOM samengewerkt met verschillende netwerkpartners. De kerngroep heeft regelmatig overleg om tot een goede samenwerking in de keten te komen. Het afgelopen jaar is de kerngroep gegroeid naar 12 deelnemers.

Naast het overleg met de kerngroep hebben we ook overleg met de coördinator Kansrijke Start Noord Nederland.

### KERNGROEP

## 8 Overleggen

---

### 03 Versterken van de Mienskip



## Versterken van de Mienskip

In dit hoofdstuk nemen we je mee in een aantal praktijkvoorbeelden die inzicht geven in wat wij voorliggend hebben gedaan om vragen op te halen, problemen of vraagstukken te voorkomen en wat we gedaan hebben om individuele vragen van inwoners ofwel kort te beantwoorden ofwel bij elkaar te brengen in een collectief.

- Buurtwerk Joure: een voorbeeld dat laat zien dat de buurtwerkers in De Gezonde Wijkaanpak de Mienskip verstrekken door de samenwerking tussen bewoners en organisaties te versterken.
- Buurtwerk Oudehaske: van een inwonersinitiatief naar een wekelijkse seniorenmiddag.
- First Mates: Een voorbeeld waarbij individuele signalen van eenzaamheid en de wens voor meer contact hebben geleid tot een gezamenlijke, collectieve aanpak.

## Buurtwerk Joure: de buurtwerker als aanjager en verbinder bij De Gezonde Wijkaanpak

De Gezonde Wijkaanpak in Zuiderveld heeft een grote invloed gehad op het sterker maken van de Mienskip. Zuiderveld is een wijk met veel mensen met een laag inkomen. De inwoners wilden meer betrokken worden bij hun buurt. De buurtwerker heeft geholpen door persoonlijk contact te maken en gesprekken te voeren in plaats van grote bijeenkomsten te organiseren. De buurtwerker ging bij mensen thuis langs voor een gesprek, vaak met een kop koffie erbij. Dit zorgde ervoor dat bewoners zich meer op hun gemak voelden en goed gehoord werden.

De buurtwerker werkte stap voor stap. Eerst stuurde hij een brief naar de inwoners van een straat en daarna ging hij langs voor een gesprek. Deze gesprekken voelden niet als een interview, maar als een echte dialoog. Inwoners voelden zich serieus genomen, wat het vertrouwen in de buurtwerker vergrootte. De buurtwerker gaf antwoorden op vragen of verwees inwoners door naar andere hulpverleners als dat nodig was. De samenwerking met andere organisaties, zoals de gemeente en Sociale Wijkteams, was belangrijk om de problemen op te lossen en verbeteringen door te voeren.

De buurtwerker was ook belangrijk in het opzetten van werkgroepen, zoals een groep voor verkeersveiligheid en een voor tuinonderhoud. Hij moedigde inwoners aan om samen te werken en de buurt beter te maken. In de Rinzemastraat werd bijvoorbeeld een werkgroep opgericht die picknicktafels plaatste en een wilgentakkenberm aanlegde. Deze gezamenlijke acties zorgden ervoor dat de inwoners meer met elkaar samenwerkten en elkaar gingen helpen.

De buurtwerker was de persoon die de inwoners met elkaar verbond. Hij zorgde ervoor dat inwoners samenwerkten en hielp hen om een sterkere gemeenschap te maken. Hij zorgde ervoor dat inwoners meer betrokken raken, het vertrouwen groeit en er positieve veranderingen plaatsvinden in de wijk. Dankzij de buurtwerker werd de leefomgeving in de wijk beter en gingen de inwoners elkaar meer ondersteunen.



## Buurtwerk Oudehaske: van inwonersinitiatief naar succesvolle seniorenmiddag

De buurtwerkers in het gebied Oudehaske kwamen in contact met twee inwoners die graag structureel activiteiten wilden aanbieden aan senioren uit het dorp om eenzaamheid tegen te gaan en ontmoeting te stimuleren. Zij hebben ondersteund bij het vormgeven van de activiteiten, het verkrijgen van subsidie vanuit gemeente De Fryske Marren en de promotie van de activiteiten. Aangezien het programma eerder rond was als de financiering en de eerste activiteit precies in onze Lustrumweek viel heeft Sociaal Werk De Kear de eerste middag gefinancierd, zodat er voor de deelnemers geen financiële drempel was om deel te nemen.

De seniorenmiddag is een groot succes. Elke week komen er zo'n 25 inwoners naar de seniorenmiddag toe. De middag wordt gestart en eindigt met een bingo. Daarnaast worden er regelmatig sprekers of muziekgroepjes uitgenodigd.

Rond de Kerst lasen wij in een lokale krant dat je een Kerstwens kon insturen voor een initiatief in de buurt die een financiële bijdrage kon gebruiken. Wij hebben de seniorenmiddag aangemeld en de krant heeft het initiatief uitgekozen. Hiermee heeft de seniorenmiddag een mooi geldbedrag in ontvangst mogen nemen. Daarnaast is er zowel in februari als maart 2025 aandacht besteed aan de seniorenmiddag in de krant. [Via deze link](#) kun je het artikel van februari lezen, het artikel van maart staat hieronder.

Dankzij het enthousiasme en organisatievermogen van beide initiatiefnemers draait de seniorenmiddag zelfstandig. Toch zijn de buurtwerkers van gebiedsteam Oudehaske nog steeds verbonden aan het initiatief. Zij zoeken samen met de initiatiefnemers naar structurele financiering zodat het initiatief haar laagdrempelige karakter kan behouden.

SENIORENMIDDAG KULTURHÛS OUDEHASKE:  
ELKE WEEK EEN FEESTJE IN HET KLEIN

# “Het gaat niet om het winnen, maar om het samenzijn”

De seniorenmiddag op maandag in Kulturhûs Oudehaske is elke week een feestje in het klein. Onder het genot van vaste en vloeibare versnaperingen wordt steevast begonnen – en trouwens ook geëindigd – met bingo, gevolgd door spelletjes en vaak is er een thema met sprekers. Dat dit concept veel mensen aanspreekt blijkt uit de enorme belangstelling. Met rond de 25 deelnemers zijn bijna alle stoelen bezet.



Elke maandagmiddag organiseren vrijwilligers Jetty Goedhart - de Vries en Hendrikje Berger - Schippers een seniorenmiddag in het Kulturhûs in Oudehaske. Een waardevolle middag voor de senioren uit Oudehaske en omgeving. Het is dan ook niet voor niets dat deze activiteitenmiddag werd aangekondigd toen GrootMedia de oproep deed wie of welk maatschappelijk doel zij een steunje in de rug wilt geven. Met de ondersteuning van de kerstveersactie, waarbij regionale ondernemers in december een kerstveers plaatsten in GrootdefryskeMarren, kon GrootMedia een mooie bijdrage leveren. Op de foto de Jetty en Hendrikje met rechts Anemarie Overbeek die namens GrootMedia de cheque overhandigt.



Harm Post



Roelie van Haskera

Een half uur voor aanvang druppelen de eersten binnen. Handen worden geschut, korte praatjes worden gemaakt, belangstellende vragen gesteld en al gauw is het een kakofonie van geluid. Deze middag is er een thema: kleding in Friesland, gepresenteerd door een echtpaar dat samen in de omgeving van Joure een boerderij bestiert en er daarnaast dus nog een liefhebberij op nahoudt. Het is een van de vele thema's die vanaf de eerste seniorenmiddag in oktober vorig jaar voorbij zijn gekomen, laten initiatiefnemers Jetty Goedhart - de Vries en Hendrikje Berger - Schippers weten. "We hebben bijvoorbeeld ook een oud-huisarts gehad die veel wist over palliatieve zorg, een politieagent die vertelde over fraude en Tjalling van den Berg die uit de doeken deed hoe je op oude leeftijd fit kunt blijven".

zegt Goedhart - de Vries. "En er zijn muzikale duo's geweest", vult zegt Berger - Schippers aan. "Daar hebben we van geleerd, want die zongen vooral Engels en dan blijft het vrij stil in de zaal. Volgende keer maar Nederlandstalig, dan kunnen we meezingen", lacht ze.

Al vanaf de eerste keer is de seniorenmiddag een succes. Jetty Goedhart - de Vries: "We wilden iets organiseren voor oudere mensen en hebben rondgevraagd waar behoefte aan was, pamfletten gemaakt, een publicatie gedaan in de dorpskrant en zijn 14 oktober begonnen. Het was meteen een succes. Blijkbaar was het een schot in de roos." "En je krijgt er ook zo veel voldoening voor terug", haakt Hendrikje Berger - Schippers in. "Complimentjes en je hoort het ook in het dorp. Gezelligheid staat voorop. Daarom is die cheque ook

zo welkom. Daar kunnen we weer dingetjes voor doen. Wat extra's." De seniorenmiddag is nog tot 28 april. Dan is er een zomerstop tot oktober.

Roelie van Haskera is gek van spelletjes doen en is vanaf dag een van de partij. "Mijn man Jan is vorig jaar plotseling overleden. En dan kun je wel thuis blijven, maar daar krijg je je man niet mee terug. Ik kwam hier al, want mijn man en ik deden samen koersbal. We deden samen altijd spelletjes. 's Morgens, 's middag en 's avonds. Ons hele gezin is trouwens gek van spelletjes doen. Alle vijf kinderen, maar ook aan aangevrouwen en kleinkinderen. Dan komen ze uit school, bellen ze me met 'beppe, zullen we even een spelletje doen'. Zo leuk. Of de kinderen vragen of ik kom eten zodat we daarna een

spelletje kunnen doen." Over de seniorenmiddag zegt ze: "Het is natuurlijk geweldig wat die twee dames hier organiseren, dikke pluim. Als er in een klein plaatsje als Oudehaske iets wordt opgezet moet je er ook aan deelnemen en ervaren of het iets voor je is, anders heb je geen recht van spreken. Ik ben hier naartoe gegaan en het is een feestje. Elke maandagmiddag weer."

Dat het in dit dorp wordt georganiseerd betekent niet dat het louter voor inwoners van Oudehaske is. Er komen ook senioren uit Joure, Haskerhorn en Vegelinsoord. "Iedereen is welkom", laat Jetty Goedhart - de Vries weten. Spelletjes doen is blijkbaar vooral een vrouwe-naangelegenheid zo leert deze middag. Het aantal mannen valt wat tegen en haalt de ene hand nog niet eens. Meestal zijn het er twee die meekomen met hun vrouw, vandaag zijn het er drie. Hoewel Harm Post anders

dan zijn vrouw Minke niet alle spelletjes leuk vindt, vergezelt hij zijn eega elke maandag trouw. "Ik ben vooral van het spjoelen", lacht hij, "en minder van de spelletjes waarbij je veel moet nadenken. Het aanbod hier is erg breed. Er is geen middag hetzelfde. En die thema's zijn ook leuk. Het is altijd iets waar je wat aan hebt. Jammer dat er niet zo veel mannen zijn. We hebben er nu eentje meegenomen, anders zijn we als mannen altijd maar met ons tweeën. Maar het belemmert me niet om hier naartoe te gaan." "Op maandag hebben we dit en op donderdag doen we koersbal. We kijken elke week erg naar uit, plannen onze afspraken er omheen en hebben nog nooit gemist", neemt Minke over. "Je hebt hier leuke contacten en bij ziekte zoek je elkaar op. En met de spelletjes help je elkaar. Het gaat om de gezelligheid om de contacten. En niet om het winnen, maar om het samenzijn."

**“We plannen onze afspraken er omheen en hebben nog nooit gemist”**



Bron: Groot de Fryske Marren, maart 2025

## First Mates: Een voorbeeld waarbij individuele signalen van eenzaamheid en de wens voor meer contact hebben geleid tot een gezamenlijke, collectieve aanpak.

Doordat buurtwerkers steeds meer signalen kregen van eenzaamheid en behoefte aan contact in de leeftijd van 30 tot 50 jaar, hebben de buurtwerkers First Mates georganiseerd. Het initiatief, wat afgeleid is van het tv-programma First Dates, is eerder georganiseerd door een andere organisatie van Tintengroep. Door het delen van het draaiboek, konden de buurtwerkers het initiatief omzetten naar een vorm die past binnen De Fryske Marren en de beoogde doelgroep. First Mates is een mooi voorbeeld waaruit blijkt dat onze werkwijze om individuele vragen en signalen te bundelen en te beantwoorden met collectieve inzet werkt.

Er zijn 19 deelnemers gekomen. De deelnemers waren tussen de 25 en 45 jaar en kwamen uit verschillende plekken uit de gemeente. Er zijn op deze avond bij 12 deelnemers één of meerdere matches ontstaan, zoals een match tussen twee inwoners die blijkbaar een straat van elkaar vandaan woonden. Zij hadden dezelfde interesses en hebben telefoonnummers met elkaar uitgewisseld. Of vier vrouwen die na de First Mates-avond met elkaar zijn gaan borrelen en daarna de theatervoorstelling Bingo! hebben bezocht. Een avond met impact, zeker voor een deelnemer die bij binnenkomst aangaf het erg spannend te vinden om een sociale avond als dit te ondernemen, maar mede dankzij de aanmoediging van de ambulante begeleider toch gekomen is. Ze vroeg om wat extra aandacht tijdens de avond, maar dit was eigenlijk niet nodig. De avond verliep erg goed. Ook deze deelnemer heeft telefoonnummers uitgewisseld met andere deelnemers voor een vervolcontact.

De deelnemers die geen match hadden op deze avond hebben het aanbod gekregen om in contact te komen met de buurtwerker. Hier hebben drie deelnemers gebruik van gemaakt.



## 04 Positieve gezonde Mienskip



## Positieve gezonde Mienskip

In dit hoofdstuk beschrijven we aan de hand van een aantal praktijkvoorbeelden welke inzet wij doen in de transitie van "minder zorg naar meer welzijn" en wat de effecten hiervan zijn.

- Buurtwerk Lemmer - Van deelnemer in het project Zeg eens eerlijk tot organisator van het Stresstival op drie middelbare scholen.
- Het bereik van het Mantelzorg Informatie Punt (MIP!) en een voorbeeld van een initiatief dat ontstaan is door het bundelen van signalen.
- Buurtwerk Balk - fietsgroepen als sociale ontmoetingsplekken.
- Implementatie en resultaten Volwassenenfonds Sport en Cultuur.

## Buurtwerk Lemmer – Van deelnemer in het project Zeg eens eerlijk tot medeorganisator van het stresstival

Onderzoek en signalen laten zien dat klas 3 het meest stressvolle moment is in de middelbare schooltijd. VMBO-leerlingen maken al toetsen die meetellen voor het eindexamen, terwijl HAVO- en VWO-leerlingen hun vakkenpakket moeten kiezen dat aansluit bij hun vervolgopleiding. Dit legt veel druk op jongeren, juist in een fase waarin hun brein nog volop in ontwikkeling is. Vanuit Sociaal Werk De Kear ontstond daarom het idee voor het *Stresstival*—een themaweek over stress en stressbeleving, voor leerlingen én ouders.

### Ontstaan Stresstival

In september vond het Stresstival plaats op drie middelbare scholen. Leerlingen kregen vooraf informatie over stress (dat het niet per se negatief is), een vragenlijst om stressniveaus te peilen en uitleg over het programma. Tijdens de week volgden jongeren interactieve workshops, opgezet in samenwerking met verschillende partners.

De gemeente belichtte de link tussen stress en schulden, een rapper van Toanhûs hielp jongeren hun gevoelens te verwoorden, de GGD sprak over roken en middelengebruik en de bibliotheek over social media. Sociaal Werk De Kear organiseerde sportgerichte workshops (Psychomotorische therapie (PMT) en yoga). Helaas konden Sportbedrijf De Fryske Marren en Verslavingszorg Noord Nederland (VVN) door personeelsproblemen niet deelnemen.

Jongerenwerkers zijn het hele jaar door aanwezig op en rond de scholen. Op iedere school is een vaste jongerenwerker het aanspreekpunt voor leerlingen. Hierdoor kunnen ze een vertrouwensband met de jongeren opbouwen. Ook tijdens het Stresstival speelden zij een belangrijke rol, door theorie en praktijk met elkaar te verbinden en jongeren actief te begeleiden.

### Betrokkenheid van ouders

Ook ouders speelden een belangrijke rol in het project. Na de themadagen werd een ouderavond georganiseerd, verzorgd door Studio Scherp, documentairemakers die op een luchtige manier serieuze thema's als prestatiedruk en mentale gezondheid bespreekbaar maken. Ouders gingen met elkaar in gesprek, wat de centrale boodschap versterkte: stress is bespreekbaar en samen aan te pakken.

### Evaluatie en vooruitblik

Het organiseren van het Stresstival kende aanvankelijk uitdagingen, vooral door de volle schoolagenda's en de wens om alles in één week te plannen. Dankzij draagvlak op de scholen lukte het om de week direct na de zomervakantie te organiseren, al bleek de concentratie bij jongeren soms lastig door de overgang naar het schoolritme.

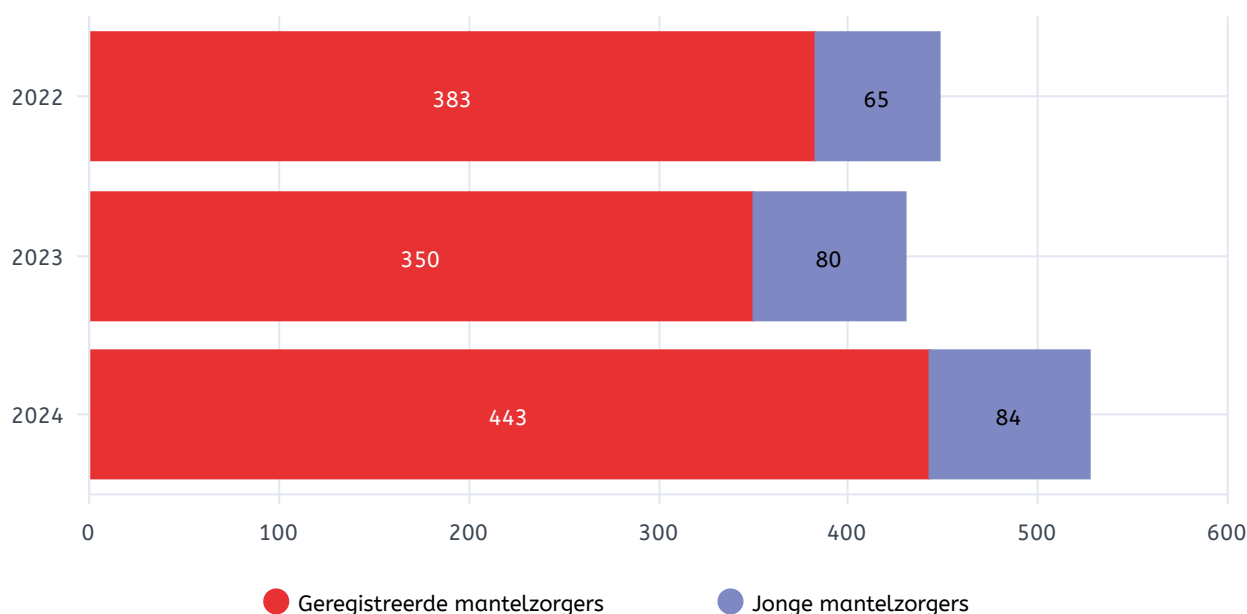
Voor de toekomst wordt gewerkt aan een structurele plek voor het Stresstival binnen het project Zeg eens eerlijk, met een mix van fysieke en online interventies. In 2025 ligt de focus op tools voor mentorlessen, ouderavonden en bredere inzet tijdens de Week van de Mentale Gezondheid. De ambitie is om het Stresstival jaarlijks te organiseren, met nadruk op klas 2 en 3, en uitbreiding naar de school in Sneek.



## Bereik Mantelzorg Informatie Punt (MIP!) is toegenomen

Om mantelzorgers in de gemeente de ondersteuning te kunnen bieden die ze nodig hebben, is het van belang dat mantelzorgers het MIP! goed weten te vinden. Het MIP! heeft in 2024 een aantal activiteiten ondernomen die bijdragen aan de bekendheid van het MIP! Zo is er meegedacht in de bewustwordingscampagne met de gemeente en worden er presentaties gegeven over het MIP! bij bijeenkomsten van kerken en verenigingen. Ook is er in 2024 vier keer de nieuwsbrief van de Seishoek uitgebracht, het MIP! is hierbij betrokken.

Aantal geregistreerde mantelzorgers



In 2024 waren er 527 mantelzorgers aangesloten bij het MIP!. Het aantal geregistreerde mantelzorgers is met 23% toegenomen ten opzichte van het 2023.

### Rouwcafé MIP! een voorbeeld van een initiatief dat ontstaan is door het bundelen van signalen

In het vorige jaarverslag meldden we de ontwikkeling van een interventie die voortkwam uit diverse signalen over de behoefte aan een lotgenotengroep rondom rouwverwerking en het leven na mantelzorg. In het rouwcafé komen ex-mantelzorgers waarvan de mantelzorgontvanger is overleden eens in maand bij elkaar om in gesprek te gaan over het leven na de mantelzorg. Deze ochtend is in 2024 opgezet en succesvol gebleken. Per ochtend sluiten gemiddeld 10 deelnemers aan bij het Rouwcafé. Deelnemers geven aan dat het vaak spannend is om de stap naar het rouwcafé te zetten, maar dat ze erg blij zijn dat ze deze stap toch gezet hebben. Er wordt aangegeven dat men herkenning en erkenning bij elkaar vindt. Ook kunnen de deelnemers adviezen en ervaringen met elkaar uitwisselen. De groepsgrootte wordt als erg prettig ervaren omdat er voldoende tijd en ruimte voor ieders verhaal is.

### Effectonderzoek naar onze inzet op mantelzorg

We hebben CMO-STAMM gevraagd om het effect van het MIP! te onderzoeken. In het hoofdstuk *innovatie in de mienskip* lees je meer over de reden van het onderzoek en een samenvatting van de resultaten en aanbevelingen.

”

“Het voelt goed om te vertellen hoe het met je gaat in deze groep. In het dagelijks leven wil je je kinderen er niet meer mee belasten en na een jaar durf je er eigenlijk met anderen niet veel meer over te praten. Het moet dan ‘over’ zijn.”

Deelnemer Rouwcafé

## Buurtwerk Balk: fietsgroepen als sociale ontmoetingsplek

In de dorpen Bakhuizen, Balk, Joure en Scharsterbrug spelen de fietsgroepen een belangrijke rol als ontmoetingsplek voor inwoners. Voor de buurtwerkers zijn deze groepen waardevolle momenten om met inwoners in gesprek te komen. Daarnaast kunnen zij inwoners doorverwijzen naar de fietsgroepen als zij op zoek zijn naar sociale contacten of een actieve bezigheid. Juist voor inwoners van wie de partner niet van fietsen houdt, niet meer kan fietsen of inwoners die er af en toe even alleen op uit willen, is de fietsgroep een passende activiteit.

Vanuit het initiatief Doortrappen, starten buurtwerkers de fietsgroepen zelf op om na enkele weken op zoek te gaan naar een geschikte vervanger. Meestal is het een deelnemer uit de groep die de rol van "wegkapitein" op zich neemt. Deze persoon wordt het aanspreekpunt voor de groep en voor de buurtwerkers. Ook bij deze werkwijze is te zien dat daar waar geen behoefte of urgentie is vanuit inwoners zelf, het initiatief weer verdwijnt. Maar op plekken waar wensen en behoeftes zijn vanuit de inwoners zelf, leiden de initiatieven tot een uitbreiding van het structurele aanbod. Hierbij wordt er van april tot en met oktober wekelijks samen een route van ongeveer 30 kilometer gefietst, met onderweg een pauze. De nadruk ligt zowel op ontmoeting als beweging. Binnen de groepen ontstaan nieuwe vriendschappen en deelnemers zorgen voor elkaar. Zo wordt er bij ziekte vaak een kaartje gestuurd of spreken mensen na afloop van een fietstocht af om samen koffie te drinken.

Tot slot worden de fietsgroepen ook ingezet als middel om leefbaarheid en sociale samenhang in de dorpen te versterken. De fietsgroepen hebben namelijk een actieve rol in het signaleren van onveiligheid in het verkeer. Onveilige of onprettige fietssituaties worden aan de buurtwerkers doorgegeven. Zij dragen deze meldingen over aan de verkeersdeskundige van de gemeente, die ook betrokken is bij het project. Voor 2025 staat er een zogenaamde "fietsschouw" op de planning om de fietsroutes in kaart te brengen en eventuele verbeterpunten te signaleren.

[Via deze link](#) is het artikel over de aftrap van het doortrapseizoen in Bakhuizen te lezen.

### Fietscultuurdag

Twee buurtwerkers die ook buiten het werk graag op de fiets zitten, besloten om in de lustrumweek beweging te koppelen aan cultuur. Dit idee is ontstaan doordat ze vaak langs culturele plekken fietsten die hun nieuwsgierig maakten. De buurtwerkers zagen een mooie verbinding. Dankzij eigen ervaringen en tips van de wegkapiteins zijn er twee mooie routes (één in Joure en één in Balk) ontwikkeld waarin drie interessante tussenstops verwerkt zitten. Bijvoorbeeld bij de boer in Oudemirdum die een enorme stal had laten bouwen, iets waar veel over is geschreven in de lokale media. Of bij het openbaar vervoermuseum, waar vaak langsgefietst werd, maar nooit naar binnen werd gegaan. En een kunstenaar die zijn werk in zijn voortuin plaatste, wat altijd vragen opriep bij voorbijgangers.

In de lustrumweek zijn er twee fietscultuurdagen georganiseerd door Sociaal Werk De Kear, waarbij deze routes gezamenlijk gefietst werden. Dit initiatief is opgepikt door de regionale organisatie. Zij hebben die uitgewerkt tot een evenement, dat ook in 2025 weer op de planning staat.



” De fietsgroepen dragen bij aan de sociale verbinding. Toen een van de deelnemers overleed, stonden we twee weken later met de groep bij het graf. Op het graf was een klein beeldje van een fiets geplaatst.

Frank Timmerman, buurtwerker De Kear



## Implementatie en resultaten van één jaar Volwassenenfonds Sport en Cultuur

Door het bundelen en agenderen van meerdere signalen van volwassenen die een financiële drempel ervoeren om deel te nemen aan het sport- en cultuuraanbod in De Fryske Marren heeft de gemeente besloten om financiële middelen beschikbaar te stellen om aan te sluiten bij het Volwassenenfonds Sport en Cultuur. Sociaal Werk De Kear is een van de organisaties die intermediair is voor dit fonds.

In 2024 hebben 63 inwoners bij Sociaal Werk De Kear een aanvraag gedaan voor het Volwassenenfonds Sport en Cultuur. Veel inwoners die contact opnamen, hebben al uitgezocht wat ze willen doen. Als intermediair haal je dan de vraag op en verwijst je direct door naar sport- en cultuuraanbod. Er zijn ook inwoners die nog wat zoekende waren in wat ze wilden doen toen ze contact zochten. Hier komt de meerwaarde van de buurtwerker, die kennis heeft van het sport- en cultuuraanbod in de gebieden goed naar voren. Als buurtwerkers in gesprek merken dat er meer speelt, doen ze een brede uitvraag en verwijzen ze eventueel ook door naar andere voorzieningen.

Met het fonds wordt een doelgroep bereikt voor wie participeren in de Mienskip niet vanzelfsprekend is. We hebben het afgelopen jaar een aantal quotes verzameld van inwoners die dankzij het fonds konden deelnemen aan reguliere sport of culturele activiteiten.

” Dankzij deze bijdrage kan ik blijven bewegen, iets wat echt nodig is voor mijn gezondheid.

” Ik ben ontzettend dankbaar dat jullie mij zo goed helpen, zonder sporten gaat mijn gezondheid achteruit.

” Ik mis het sporten en ik dacht, er moet toch een fonds zijn voor mensen met een laag inkomen? Daarom ben ik gaan zoeken en nu bel ik.

## 05 Participatie in de Mienskip



## Participatie in de Mienskip

Vanuit de gemeentelijke doelstelling om iedereen in De Fryske Marren naar vermogen te laten participeren, speelt Sociaal Werk De Kear een actieve rol in het ondersteunen en motiveren van inwoners. We helpen mensen om een zinvolle dagbesteding te vinden en betekenisvolle sociale contacten op te bouwen. We geloven dat ieder mens iets kan én wil bijdragen aan de Mienskip.

Participatie verbindt mensen, voorkomt eenzaamheid en versterkt het welzijn van onze inwoners. Het draagt bij aan het gedachtengoed van een inclusieve samenleving, waarin iedereen meetelt.

Samen met de gemeente hebben we vastgesteld dat er inwoners zijn die al langere tijd in de bijstand leven. Voor hen is meedoen vaak geen vanzelfsprekendheid. Structurele uitsluiting, schaamte, gezondheidsproblemen of wantrouwen tegenover instanties vormen hierbij hardnekkige drempels. In gezamenlijkheid hebben we nagedacht over een aanpak die aansluit bij de leefwereld van deze groep – waarbij participatie van onderop groeit, niet vanuit verplichting, maar vanuit waardigheid en verbondenheid.

Hierbij zetten we in op nabijheid, erkenning van ervaringskennis en het herstellen van vertrouwen. Met steun vanuit de Regiodeal kunnen we in 2025 belangrijke vervolgstappen zetten richting een samenleving waarin iedereen mee kan doen, op een manier die past bij zijn of haar eigen kracht en mogelijkheden.

In dit hoofdstuk lichten we een paar mooie voorbeelden toe hoe we in 2024 ingezet hebben op het thema participatie.

- Bereik en bekendheid van het Vrijwilligers Informatie Punt (VIP!) is gestegen.
- Vrijwillige inzet binnen Sociaal Werk De Kear: door middel van een verwijzersbijeenkomst meer trajecten buurtbemiddeling.
- Zwemles voor vrouwen: een initiatief waar signalen, partijen en culturen samengebracht worden.
- Buurtwerk Sint Nicolaasga: van gebiedsanalyse naar buurtonderzoek en inzet op het thema 'Langer thuis wonen in Langweer'.

## Bereik en bekendheid VIP! gestegen

Het VIP! bemiddelt tussen vraag en aanbod. Ze adviseren, informeren en ondersteunen vrijwilligers, vrijwilligersorganisaties en maatschappelijke organisaties die met vrijwilligers werken. Ze bieden trainingen aan en organiseren bijeenkomsten. Daarnaast promoten ze het doen van vrijwilligerswerk.

Dit wordt gedaan onder andere gedaan tijdens het inloopspreekuur in Lemmer, Balk en Joure. Tijdens het spreekuur wordt er informatie, advies en ondersteuning gegeven aan mensen die vrijwilligerswerk willen gaan doen en organisaties die vrijwilligers zoeken. Er wordt bemiddeld tussen vrijwilligers en organisaties uit de gemeente De Fryske Marren. In 2024 zijn er in totaal 135 spreekuren gedraaid, waarbij 342 deelnemers bereikt zijn. Deze spreekuren worden gedraaid door vrijwilligers van Sociaal Werk De Kear. Er is dit jaar een mooi [informatiefilmpje over VIP!](#) gemaakt.

Het bereik en de bekendheid van VIP! is gestegen.

- 88 nieuwe vrijwilligers. Hiermee hebben we 13,4% meer nieuwe vrijwilligers bereikt ten opzichte van 2023.
- 23 nieuwe organisaties die zich aangemeld hebben bij het VIP! Hiermee hebben we 22,7% meer organisaties bereikt ten opzichte van 2023.
- Ook op de social media kanalen van VIP! zien we een groei van het aantal volgers. Op Facebook hebben we een groei van 11 leden (4,4%) en op Instagram hebben we een groei van 17 leden (14,8%).

In de tijdlijn zoomden we al in op een succesvolle vrijwilligersfestival dat georganiseerd is door het VIP! voor alle vrijwilligers in de gemeente De Fryske Marren.

## Vrijwillige inzet bij Sociaal Werk De Kear

Dankzij de inzet van vrijwilligers, kunnen we een verschil maken bij buurtbemiddeling, VIP!, Omtinkers, opvanglocaties, Koffie en een goed gesprek, De Ferfanger en de spellenochtend. Alle vrijwilligers die zich structureel inzetten voor onze dienstverlening, hebben een vrijwilligersovereenkomst bij Sociaal Werk De Kear. De vrijwilligers hebben meerdere keren in het jaar een gezamenlijke bijeenkomst waarin ze kennis en ervaringen kunnen delen. De frequentie van deze bijeenkomsten gebeurt in overleg met de vrijwilligers zelf.

### Buurtbemiddeling

Buurtbemiddeling biedt hulp bij hoogoplopende ergernissen of meningsverschillen tussen buurtbewoners. De acht getrainde vrijwillige bemiddelaars helpen bij het vinden van een oplossing voor situaties zoals overlast, ruzie of een verstoorde relatie met burens. Zowel inwoners als instanties zoals woningbouwcorporaties, politie, boa's of de gemeente De Fryske Marren kunnen buurtbemiddeling inschakelen. De coördinator buurtbemiddeling neemt eerst telefonisch contact op met de partijen. In sommige gevallen is dit eerste contact al afdoende om de situatie voldoende te verbeteren. Indien meer ondersteuning nodig is worden de partijen door buurtbemiddeling begeleid en vindt er een gesprek plaats op neutraal terrein om duidelijke afspraken te maken.

In 2024 heeft buurtbemiddeling 43 aanmeldingen behandeld. Dit is een toename van 20% ten opzichte van 2023.

21 zaken waren geschikt om op te pakken vanuit buurtbemiddeling. 18 trajecten zijn in 2024 afgesloten, 3 trajecten lopen door in 2025. Van de afgesloten trajecten is 78% opgelost door de inzet van buurtbemiddeling.

Van de overige zaken waren er tien ongeschikt voor een buurtbemiddelingstraject, deze zijn terug- of doorverwezen naar andere instanties. De overige 12 zaken werden niet opgepakt, omdat een van de twee partijen geen bemiddelingstraject wou aangaan.

In het vorige jaarverslag gaven we aan dat we merkten dat buurtbemiddeling door verwijzers vaak wordt ingezet als laatste redmiddel terwijl het juist effectief is om zo vroeg mogelijk betrokken te worden. Hiervoor hebben we in mei een verwijzersbijeenkomst georganiseerd, met als doel om meer helderheid te verschaffen wanneer iets juist heel snel doorgezet kan worden naar buurtbemiddeling en wat contra-indicaties zijn. Deze bijeenkomst is goed bezocht door woningbouwcorporaties, boa's, Sociaal Wijkteam, Klantcontactcentrum van de gemeente en politie. De buurtbemiddelaars speelden een belangrijke rol, doordat ze een casus naspeelden, om vervolgens in kleinere groepen over de casus in gesprek te gaan. Een succesvolle bijeenkomst.

Buurtbemiddelaars gaven aan dat het interessant was om met de verwijzers te praten. Verwijzers gaven aan meer inzicht te hebben in het buurtbemiddelaarstraject. We merkten na de bijeenkomst ook een toename in het aantal doorverwijzingen. De woningbouw is de grootste doorverwijzer (10 aanmeldingen).

### Meer vrijwillige inzet

Naast onze dienstverlening die we aan kunnen bieden door de inzet van de vrijwilligers met een vrijwilligersovereenkomst, komen ook heel veel initiatieven tot stand door inzet van inwoners zonder vrijwilligersovereenkomst. Door de inzet van jong tot oud vinden mooie initiatieven plaats die de Mienskip versterken. Soms gebeurt dit in projectvorm, zoals bij Wereldmeiden en Impacter waarbij jongeren zich inzetten voor elkaar en de maatschappij. Maar iedere inwoner die iets betekent voor de ander, werkt mee aan de sterke en sociale Mienskip.

## Zwemles voor vrouwen: een initiatief waar signalen, partijen en culturen samenbracht worden

In 2024 hebben we 17 signalen binnen gekregen van vrouwelijke statushouders die graag wilden leren zwemmen. Aangezien we in een waterrijke gemeente wonen en er op dat moment nog geen aanbod was voor deze signalen hebben we in samenwerking met Pastiel deze zwemlessen opgezet. Er is gestart met een groep van 18 dames uit verschillende dorpen, met verschillende culturen en achtergronden. Dankzij de inzet van een maatschappelijk betrokken zweminstructeur richt het initiatief zich naast het aanleren van zwemvaardigheden ook echt op het versterken van de sociale basis van deze vrouwen. Door de zwemlessen hebben de dames elkaar leren kennen, ze carpoolen samen naar de zwemlessen en hebben buiten de zwemlessen ook contact.

Dankzij de zwemlessen zijn deze vrouwen niet alleen letterlijk, maar ook figuurlijk in beweging gebracht om meer te participeren. De dames hebben de wens uitgesproken om na het zwemmen een vrouwengroep in Joure op te richten, naar het voorbeeld van de vrouwengroep in Lemmer.

” De lessen worden goed gegeven, ik heb al veel van de lessen geleerd. Ik vind het leuk om naar de lessen toe te gaan.

Deelnemer zwemles

Voor dit voorbeeld hebben we Pastiel en de zweminstructeur gevraagd om vanuit hen de succesfactoren en de samenwerking te omschrijven:

” We zijn enorm trots op wat we samen hebben bereikt en zijn ontzettend dankbaar voor de fijne samenwerking met Sociaal Werk De Kear.

Anita Knol  
 Intercultureel Jobcoach Pastiel

*Pastiel: "Het opzetten van zwemlessen voor vrouwelijke statushouders, in samenwerking met Sociaal Werk De Kear, is voor Pastiel een positieve ervaring geweest. Nu, bijna 8 maanden later, zien we de vooruitgang en voelen we nog steeds het enthousiasme bij de dames. Het is bijzonder om te ervaren hoe waardevol het is om deze mogelijkheid specifiek voor deze groep vrouwen te kunnen bieden. We zijn enorm trots op wat we samen hebben bereikt en zijn ontzettend dankbaar voor de fijne samenwerking met Sociaal Werk De Kear. Dankzij de steun van het Sport- en Cultuurfonds voor volwassenen in De Fryske Marren, hebben we de handen ineengeslagen en kunnen we dit mooie project realiseren, ondanks de lange wachttijden."*

” Gezien het succes en de fijne samenwerking kijk ik ernaar uit om in de toekomst met nog meer groepen aan de slag te gaan.

Minke Bergsma, Zweminstructeur

*Minke Bergsma: "Sinds september 2024 ben ik met veel enthousiasme gestart met zwemlessen voor volwassen vrouwen, met name nieuwkomers. Dit prachtige initiatief is een samenwerking tussen Sociaal Werk De Kear, Pastiel, het Volwassensportfonds en Aqua Active and Fun. Vanaf het begin hebben we een fijne, open communicatie gehad waardoor we samen de gebruikelijke kinderziektes soepel konden oplossen - iets wat voor mij als zelfstandige ontzettend prettig is.*

*Elke vrijdag duiken we met een groep enthousiaste dames het water in. Tijdens de lessen leren ze niet alleen de zwemvaardigheden, maar wordt er ook veel Nederlands gesproken. Het is geweldig om te zien hoe verschillende culturen samenkomen, ervaringen gedeeld worden en hoe ze van elkaar leren. Met het uiteindelijke doel om het A-zwemdiploma te behalen!*

*Voor mij persoonlijk is het een mooie uitdaging vooral op het gebied van taal en cultuur. Ik heb tijdens deze eerste periode ontzettend veel geleerd! En bovenal: wat ben ik trots op deze vrouwen en hun doorzettingsvermogen! Gezien het succes en de fijne samenwerking kijk ik ernaar uit om in de toekomst met nog meer groepen aan de slag te gaan."*





## Buurtwerk Sint Nicolaasga: van gebiedsanalyse naar buurtonderzoek en inzet op het thema 'Langer thuis wonen in Langweer'

Vanuit het Driehoeksoverleg met de huisartspraktijken, Sociaal Wijkteam, Leefbaarheidsadviseur van de woningstichting en Sociaal Werk De Kear, ontstond het idee dat we 'iets' moesten met onze gezamenlijke zorg: hoe bereiden we inwoners voor op wat ons te wachten staat met betrekking tot vergrijzing, meer druk op de zorg, mantelzorg, enzovoort.

Vanuit de gebiedsanalyse is gekozen om in te zetten op het dorp Langweer, omdat het dorp steeds minder voorzieningen heeft. Zo is er zelfs geen busverbinding. Sociaal Werk De Kear en Dynhus hebben eerst een buurtonderzoek gestart in Langweer. Een deel van de ondervraagden waren mensen die hulp of ondersteuning krijgen vanuit Thuiszorg of de huisarts. Een ander deel benaderden we op straat of door huis-aan-huis aan te bellen. We hebben de resultaten teruggekoppeld aan de inwoners en het Plaatselijk Belang middels een flyer.

” Ik ga vaak met mensen in gesprek over leefbaarheid en zoek altijd graag verbinding met wat een buurt of dorp al te bieden heeft.

Tanja Kombrink  
Buurtwerker Sociaal Werk De Kear

” Ik vind het belangrijk dat iedereen kan meedoen in de samenleving. Wij denken graag mee over hoe dat gerealiseerd kan worden.

Marloes Hoving  
Buurtwerker Sociaal Werk De Kear

## LANGER WONEN IN LANGWEER

in gesprek met inwoners over zorg en welzijn in het dorp

De druk op de zorg wordt steeds groter. Dit zogenaamde zorginfarcet heeft in de nabije toekomst effect op inwoners en op de samenleving. In het driehoeksoverleg werken verschillende partijen wijkgericht samen op het gebied van zorg en welzijn. Deze partijen willen weten in hoeverre (ouder) inwoners zich bewust zijn van de veranderingen in de zorg. Met name in dorpen met weinig voorzieningen. Wat zijn de uitdagingen van een dorp, maar waar liggen ook kansen? Door het voeren van verschillende gesprekken hopen organisaties hier een beter beeld van te krijgen en daar waar mogelijk aanbod te creëren. Hier worden o.a plaatselijke belangen in meegenomen.



### Wie zijn er geïnterviewd

Thuiszorg organisaties en praktijkondersteuners van de huisartsen hebben cliënten gevraagd om deel te nemen aan deze gesprekken. Ook vanuit het sociaal wijkteam zijn mensen benaderd. En de woningbouwvereniging heeft ook actief mensen gevraagd.

Deelnemers waren tussen de 50 en 90 jaar oud.

### deur aan deur

Naast de geplande interviews zijn buurtwerkers langs de deur gegaan om met inwoners in gesprek te gaan over het onderwerp Langer Thuis Wonen.

### Gesprekken = geen onderzoek

De gesprekken die hebben plaatsgevonden zijn persoonlijk, het is geen officieel onderzoek. Door de gesprekken is er geprobeerd meer zicht te krijgen op persoonlijke beleving van het dorp. Waarin voorziet het dorp volgens die inwoner. En wat zou er met het oog op de toekomst nog nodig zijn?

### positieve punten

- Saamhorigheid /betrokkenheid
- vrijwilligersvervoer
- dorpskrant
- kerkkrant
- heiligen kerk
- Bakker en Stager
- Liftplaats
- uitdeelpost apotheek bij Kepper
- voetbal kantoor sporthal/hoekstien
- Koffieochtend in de Hoekstien
- Samen eten in de Hoekstien
- actief en betrokken PA
- veel verenigingen

### Punten van aandacht

- vroeger was ontmoeting vanzelfsprekend
- de busdienst is weg. Vervoer is lastig zonder netwerk
- Woonvorm voor ouderen die toch in het dorp willen blijven wonen, daar thuiszorg inzetten
- bestrating in centrum lastig voor rollators
- Weinig sociale activiteiten
- Bloedprikken kan niet meer in het dorp
- Angst dat jongeren vertrekken

### Kansen

- vrijwilligersdienst voor mensen zonder netwerk
- in de winter buurtmarkt met lokale producten, ook als ontmoetingsplek (im bakker/stager)
- toekomstbestendige woningen? (benieuwd naar onderzoek woonbehoefte PB)
- informatie middag/avond over "zorg infarcet"
- ideeën en behoeften vanuit het dorp koppelen en omzetten naar doelen

Terugkoppeling resultaten buurtonderzoek, klik op de foto om te vergroten.

### Van onderzoek naar een bewustwordingsbijeenkomst

In de terugkoppeling staat een opsomming van punten van aandacht en kansen beschreven. Je hoopt dat de terugkoppeling leidt tot nieuwe initiatieven. Tot nu toe hebben we vanuit het Plaatselijk Belang nog geen reactie ontvangen.

Het Plaatselijk Belang van Idskenuizen gaf naar aanleiding van het buurtonderzoek juist aan dat zij geïnteresseerd waren om iets te doen met dit onderwerp, omdat ook dit dorp erg klein is en weinig voorziening heeft. Daarom is er vanuit Sociaal Werk De Kear een bewustwordingsbijeenkomst georganiseerd in samenwerking met het Plaatselijk Belang, Dynhus, Sociaal Wijkteam, Antonius, Buurtzorg, Zorggroep Hof en Hiem en de huisartsen Sint Nicolaasga.

Tijdens deze bewustwordingsbijeenkomst zijn geïnteresseerde inwoners eerst meegenomen in de cijfers en achtergrondinformatie op basis waarvan het onderzoek heeft plaatsgevonden. Daarna zijn er drie presentaties gegeven om inwoners concrete informatie te geven om handvatten te bieden om zelf vervolgstappen te kunnen ondernemen. Vanuit Dynhus is meer verteld over sociale huurwoningen, het Sociale Wijkteam heeft uitleg gegeven over wat zij kunnen betekenen voor inwoners en hun werkwijze. En vanuit Sociaal Werk De Kear is uitleg gegeven over het thema mantelzorg en wat het MIP! kan betekenen. De bewustwordingsbijeenkomst heeft daadwerkelijk geleid tot concrete vervolgstappen bij de inwoners. Zo hebben meerdere inwoners zich ingeschreven voor een sociale huurwoning bij Dynhus. Vanuit het buurtwerk is er een terugkoppeling geweest naar Plaatselijk Belang.

## 06 Innovatie in de Mienskip



## Innovatie in de Mienskip

Vanuit het sociaal werk zijn wij verbinders. Dit doen we ook als het gaat om innovatie. We verbinden maatschappelijke opgaves aan kansen. Hierbij zetten wij ons proactief in op de ontwikkeling van interventies die aansluiten bij de maatschappelijke opgaves en onze opdracht. Hierbij houden we onze oorspronkelijke opdracht als basis. We voeren pilotprojecten uit, maar denken ook na over de borging van pilotprojecten in de toekomst.

In dit hoofdstuk lichten we een paar ontwikkelingen uit, waarbij we vertellen wat onze inzet is en welke effecten dit heeft opgeleverd.

- Als netwerkpartner innoveren in verschillende lokale en regionale samenwerkingsverbanden.
- Vanuit vertellen: Project 'samenbouwen aan inclusie!'
- Cognitieve fitness: Een voorbeeld van hoe een tijdelijk gesubsidieerd initiatief met impact duurzaam wordt ingebed in de gebieden.
- Effectmeting MIP!: We blijven onze huidige dienstverlening evalueren en verder door ontwikkelen.

## Als netwerkpartner innoveren in verschillende lokale en regionale samenwerkingsverbanden

Zowel lokaal als regionaal sluiten we als netwerkpartner aan bij verschillende samenwerkingsverbanden. Hiermee verbinden we onze lokale opdracht aan nieuwe thema's en kansen.

### Regiodeal Zuidwest Friesland

In samenwerking met het Sociaal Collectief in de gemeente Sudwest Fryslân, hebben we een vijftal plannen voor het versterken van de sociale basis ontwikkeld. De verschillende plannen sluiten aan op de maatschappelijke opgaven van de gemeente(n): het vergroten van kansengelijkheid, herstellen van bestaanszekerheid en het makkelijker maken van gezond leven. Daarnaast zijn er vanuit de pijler Mienskip een aantal pilots in voorbereiding:

- Pilot om cultuur als middel in te zetten om de kansengelijkheid voor de jongeren in onze gemeente te vergroten. Dit doen we in samenwerking met Kunstwurk en het Toanhûs.
- “Plekberaad” – een innovatieve vorm van inwonerparticipatie in samenwerking met de bibliotheek en samenwerkingspartners vanuit de kunst- en cultuursector.

### Regioplan Heerenveen

In samenwerking met de gemeenten Heerenveen, Opsterland, Weststellingwerf en De Fryske Marren, de huisartsen, ROS Friesland (onderdeel van het netwerk Regionale Ondersteuningsstructuren) en welzijnsorganisaties wordt het wijkgericht werken rond de huisartsenpraktijken en Welzijn op Recept vanuit het Tjongerschans ziekenhuis voorbereid. Dit zal in 2025 gaan starten.

### Friese Preventie Aanpak – Sociale Basis

Vanuit het Friese Integraal Zorgakkoord (FrIZA) heeft de Friese Preventie Aanpak de opdracht gekregen om de sociale basis Friesland-breed vorm te geven. Hiervoor zijn een aantal projecten/pilots die hiervoor van cruciaal zijn aangewezen om samen te monitoren en de opgedane kennis provinciaal te delen. Misschien kun je zeggen: Een aantal projecten en pilots zijn als cruciaal aangemerkt om gezamenlijk te monitoren en de opgedane kennis op provinciaal niveau te delen. Wij participeren hierin met onze “Thuis kamers”.

### Ontwikkeltafels De Fryske Marren

Ook in 2024 hebben we in samenwerking met de gemeente en de gecontracteerde Wmo-aanbieders, nieuwe interventies ontwikkeld met als insteek preventie en “van minder zorg naar meer welzijn”. Mooie voorbeelden hiervan zijn De Thuis kamers, Welzijn op Recept voor zorgaanbieders en de gezamenlijke training Eigen kracht Conferentie.

Dit is een bijeenkomst waarbij inwoners samen met hun eigen netwerk, zoals familie, vrienden en bekenden, een plan maken om een probleem of moeilijke situatie aan te pakken. Het doel is dat de inwoner zelf de regie houdt over zijn of haar leven, ook als er professionele hulp nodig is. De Eigen Kracht-conferentie wordt veelal ingezet bij inwoners met onbegrepen gedrag. De welzijnscoaches van Sociaal Werk De Kear zijn hier in samenwerking met Limor in getraind.

## Vanuit vertellen: Project 'samenbouwen aan inclusie'

Gemeente De Fryske Marren is één van de drie pilotgemeenten waar Stichting Inclusief Bewegen samen met de gemeente en inwoners met een beperking samengewerkt heeft aan inclusie. Ook het buurtwerk van Sociaal Werk De Kear is vanuit de rol als verbinder aangesloten bij de pilot die plaatsvond in gebiedsteam Joure.

Vanuit ons netwerk hebben we ervaringsdeskundigen geworven en fungeerden we als brug tussen de gemeente en de inwoners. Acht inwoners uit Joure met een visuele of fysieke beperking gaven aan welke obstakels ze tegenkwamen. Tijdens gezamenlijke bijeenkomsten met ervaringsdeskundigen, medewerkers van de gemeente en de buitendienst werden oplossingen gezocht. Ook tijdens een wijkschouw ontstond meer begrip tussen ambtenaren en inwoners. Dit leidde tot aanpassingen zoals nieuwe stoeptegels, schelpenpaden en het weghalen van obstakels.

De pilot is succesvol afgerond. De inwoners gaven aan zich gehoord te voelen. Zij konden vanuit ervaring aangeven waar ze tegen aan lopen en voelen zich gehoord en gezien doordat ze in gesprek kunnen met ambtenaren. Er is onderling meer begrip ontstaan. Waar de één een signaal afgeeft, herkent de ander dat nu ook. Hoewel niet alles direct op te lossen is, groeit het bewustzijn en begrip rondom het thema inclusie. Dat maakt het mogelijk om ook uit te leggen waarom sommige veranderingen meer tijd vragen. Daarnaast blijven ze hun ervaringen delen via de Fixie-app, zodat hun inzet geborgd blijft.

In 2025 gaat het project verder onder de naam FIT: Fryske Marren Inclusief Toegankelijk, en wordt het uitgebreid naar andere gebiedsteams voor een gemeentebrede aanpak. We blijven verbonden aan het project door de werving van nieuwe ervaringsdeskundigen en onze verbindende rol tijdens het project.

” Ik voel dat er meer begrip is ontstaan. Ik signaleer iets, maar de ander snapt dat nu ook. Ook al is iets niet snel op te lossen, dan is er begrip. En daarin uitleggen waarom iets langer duurt om te realiseren maakt dat ik de ander ook beter snap.

**Inwoner die als ervaringsdeskundige deelneemt aan het project**

” Door het uitwisselen van ervaringen kunnen we elkaar beter begrijpen en in gesprek blijven.

**Medewerker gemeente De Fryske Marren**

## Cognitieve fitness: Een voorbeeld van hoe een tijdelijk gesubsidieerd initiatief met impact duurzaam wordt ingebed in de gebieden.

In 2024 hebben we twee trajecten voor Cognitieve Fitness uitgevoerd. Gedurende tien weken werkten 30 deelnemers aan hun mentale en fysieke fitheid via een combinatie van fitnessoefeningen en activiteiten die de hersenen bewust stimuleren. Deelnemers starten en eindigen met een functietest, waardoor de effecten van het traject gemeten kunnen worden. Na afloop organiseerden we een terugkomdag om deelnemers extra handvaten te geven om het geleerde verder toe te passen in het dagelijks leven. Hieruit bleek dat deelnemers erg enthousiast zijn over het project, de oefeningen en dat ze veel verbetering merken. Cognitieve Fitness is een unieke training waarbij fitness-oefeningen worden gecombineerd met elementen die de hersenen bewust activeren. Cognitieve Fitness is effectief voor ouderen, mensen met cognitieve problemen en natuurlijk ieder ander die zijn/haar hersenen gezond wil houden.

” Ik heb heel lang niet bewogen, maar nu kom ik eindelijk weer in beweging door deze lessen. Ik merk dat ik een beter geheugen heb en meer concentratie. Ik kan mij veel beter focussen op één ding.

Deelnemer Cognitieve Fitness

” Ik ben niet meer warrig in mijn hoofd. Ik vind het fijn dat het 15 weken is, niet zo kort, maar voor langere tijd. Wij spreken nu ook buiten de lessen met elkaar af en dan gaan we knutselen.

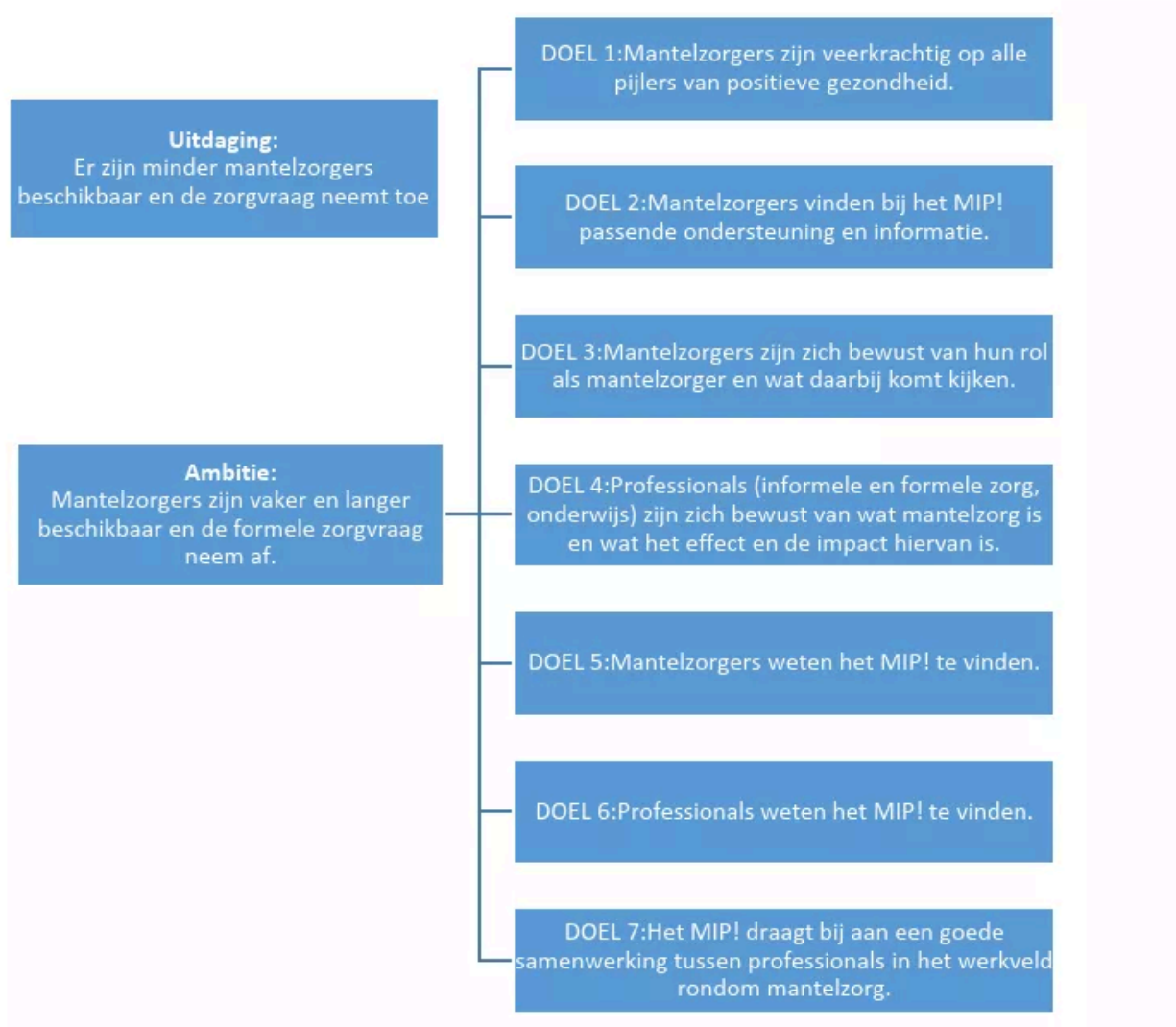
Deelnemer Cognitieve Fitness tijdens de terugkomdag

Bij de terugkomdag signaleren we veel vragen voor een vervolg. We wijzen de deelnemers op de mogelijkheid tot het starten van een inwonersinitiatief waarbij we als Sociaal Werk De Kear kunnen ondersteunen bij het vormgeven van het initiatief.

In 2025 starten we opnieuw met een groep. Tegelijkertijd willen we bekijken hoe we de borging van het programma verder kunnen verbeteren.

## Effectmeting MIP!

In 2024 heeft CMO STAMM in opdracht van Sociaal Werk De Kear een effectmeting van het MIP! uitgevoerd. Dit rapport is in februari 2025 opgeleverd. Om de effecten van het MIP! in kaart te brengen, is er gebruik gemaakt van de verandertheorie. De verandertheorie begint altijd vanuit een maatschappelijke uitdaging die zou moeten verbeteren. Als tegenhanger wordt een overkoepelende maatschappelijke ambitie, de situatie die wordt nagestreefd, geformuleerd. Hiertussen wordt de maatschappelijke verandering duidelijk die nodig is om de ambitie te verwezenlijken. Deze verandering wordt opgedeeld in kleine stapjes, door middel van subdoelen.



Verandertheorie uitwerkt voor effectmeting MIP! Klik op het plaatje om te vergroten.



# 07 Slotwoord



## Slotwoord

Met dit jaarverslag sluiten we een mooi jaar af waarin ook de herijkte opdracht van de gemeente aan Sociaal Werk De Kear is goedgekeurd. We gaan nu aan de slag met de verdere uitwerking van deze opdracht waarbij er ook aandacht is voor individuele ondersteuning van inwoners. Deze tijd vraagt ook meer om individueel maatwerk. Voor sommige inwoners werkt dit beter dan collectieve ondersteuning. Onze buurtwerkers (sport en cultuur) en jongerenwerkers blijven signaleren, aanjagen en verbinden om de herijkte opdracht tot uitvoer te brengen en daarmee de Mienskip te versterken.

In het begin van het jaar 2025 heeft er een directeurswisseling plaatsgevonden: ik heb mijn werkzaamheden als directeur van Sociaal Werk De Kear overdragen aan Annemiek Echten. Annemiek is hiermee het directe aanspreekpunt vanuit Sociaal Werk De Kear voor de gemeente en alle netwerkpartners in De Fryske Marren.

Ik kijk terug op een mooie tijd waarin ik samen met jullie en onze samenwerkingspartners mocht bouwen aan een stevige sociale basis in gemeente De Fryske Marren, waarin wederzijdse steun en omzien naar elkaar centraal staan. Ik ben trots op wat de medewerkers van Sociaal Werk De Kear hebben bijgedragen in de dorpen en buurten in de gemeente, zodat inwoners initiatieven konden ontplooiën en elkaar konden ontmoeten en ondersteunen. Ik dank iedereen voor het vertrouwen.

Ik hoop dat jullie in de gezamenlijkheid het strategisch partnerschap verder vorm kunnen geven en daarmee nog meer van betekenis kunnen zijn voor de inwoners.

Henriëke Hofsteenge



## Sociaal Werk De Kear

Midstraat 66, 8501 AS Joure

(0513) 334 270

[info@sociaalwerkdekear.nl](mailto:info@sociaalwerkdekear.nl)

[www.sociaalwerkdekear.nl](http://www.sociaalwerkdekear.nl)

Voor uw rechten (o.a. klachten en privacy) verwijzen we naar de folder 'Uw rechten, onze plichten' op de website onder het kopje Privacy Statement.

