

Jaarverslag 2023

“Lingewaard steeds  
een beetje mooier,  
leefbaarder en  
beter maken”



# Inhoudsopgave

Voorwoord	3
Raad van Toezicht, fondsen en samenwerkingspartners	4
Terugblik: januari, februari, maart	5
Terugblik: april, mei, juni	10
Terugblik: juli, augustus, september	14
Terugblik: oktober, november, december	20
Samen koken, leren en eten	31
Vrijwilliger aan het woord	33
Cijfers	35

## Colofon

Dit jaarverslag is een uitgave van Stichting Welzijn Lingewaard  
Redactie: SWL | Eindredactie: Runak Sharaf | Foto's: SWL  
Grafisch ontwerp: Plaats55  
Met dank aan: alle vrijwilligers, samenwerkingspartners  
en medewerkers van SWL





**2023...** een jaar waarin we eindelijk weer eens een fantastische Vrijwilligersdag hebben gehad: mooi weer, veel vrijwilligers, prachtige omgeving en erg goed verzorgd!

En niet te vergeten: een spetterende Week van de Ontmoeting, een krachtige Week van het Geld, een inspiratieve Week van Lezen en Schrijven en een ontspannen Dag van de Mantelzorg.

## Iets om te koesteren.

**2023...** een jaar waarin de realiteit van aanbesteden van ons werk ingezonken is. Waarop we hebben gekozen voor 'gewoon ons werk doen' en laten zien waar wij sterk in zijn en wat wij, samen met vrijwilligers, inwoners en partners, voor elkaar kunnen krijgen. Bijvoorbeeld door de uitbouw van het SWL ParticipatiePunt Zilverkamp naar een gemeenschappelijke inloop met WaardWonen, Rijnstad en MEE. Bijvoorbeeld door jongeren die op zoek zijn naar gezelligheid, te verbinden bij een wekelijkse spelletjesavond. Waarbij er ook jonge mantelzorgers aanhaken. Door de succesvolle inzet van de Lingewaardse Ouderenadviseurs die onder andere eenzaamheid tot in de woonkamer aanpakken. Door taalmaatjes aan taalvragers te koppelen, waardoor niet alleen de taal verbetert, maar voor NT2ers ook de integratie een stuk eenvoudiger gaat. Doen waar wij voor staan: verbinden, samenwerken, initiëren en stimuleren. Samen laten we zien dat het kan!

**2023...** een jaar waarin mooie bijeenkomsten zijn georganiseerd, de vrijwilligers hun waardevolle werk hebben gedaan ten behoeve van inwoners die dat nodig hadden, de medewerkers met passie en expertise hun werk deden, en meer. In woelige tijden laten wij zien waar het nog steeds om draait: in Lingewaard blijft het goed toeven. Dankzij al die mensen, vrijwilligers, inwoners en professionals die het verschil maken!

Rita Spikker, directeur



Stichting Welzijn Lingewaard

## Raad van Toezicht

De raad telt in 2023 vijf leden, van links naar rechts op de foto: René Abels, Jos van de Werken, Maartje Vissers, Wilfried Derksen (voorzitter) en Ernest Janssen.

## Subsidies en samenwerkingspartners

Stichting Welzijn Lingewaard werkt onder andere samen met de volgende netwerkpartners en subsidieverstrekkers:

- Gemeente Lingewaard
- Rijnstad
- RIBW
- MEE
- Hogeschool Arnhem Nijmegen
- Politie
- GGD
- WaardWonen
- Woonstichting Gendt
- SASS
- OBC Bemmelen
- OBC Huissen
- Pro college
- Pro Persona Connect
- Huisartsen en praktijkondersteuners
- ZONMW
- Oranjefonds
- Vlinderfonds
- Gerrit Jeurissenfonds
- VPTZ
- Spectrum
- Huissens Weldoen
- Zilverhuus
- Leemhof
- Minkhof
- Marikenhuis Nijmegen
- SASA
- OBGZ
- Protestantse Kerk Huissen
- SNL
- Clink!
- Buurtgezinnen
- STMR/ Santé Partners
- Kraamnest
- Pluk de Dag coaching
- Radboud Universiteit
- Rijnstate Ziekenhuis
- Jongerenennetwerk Gelderland
- Stichting Heppie
- Zinzia
- Platform Samen Kwiek
- Dominicanenklooster



## Een nieuw jaar vol nieuwe ontwikkelingen

De Lingewaardse sport- & cultuurcoaches, die voorheen onder de vlag van SWL opereerden, hebben een nieuwe werkgever. Sportservice Lingewaard (SSL) focust zich op de promotie van sport, bewegen en accommodatiebeheer.

Daarnaast is er ruimte gemaakt voor een cultuurcoach bij Clink! (voorheen de Open Academie). SWL, SSL en Clink! zijn intensief blijven samenwerken om sport, bewegen en cultuur voor ALLE inwoners toegankelijk en laagdrempelig te houden. Zowel de personen, telefoonnummers als de inhoudelijke werkzaamheden zijn hetzelfde gebleven.

## Bijeenkomst Rouw en Verlies tijdens leven

Het Steunpunt Mantelzorg van SWL organiseert een bijeenkomst over 'levend verlies' in samenwerking met Ronald Kersten en Monique Branse.

Mantelzorgers hebben deelgenomen aan het gesprek over wat er met je gebeurt qua rouwverwerking bij levend verlies: een chronische vorm van rouw als reactie op een permanente levensveranderende verlieservaring. Rouw tijdens het leven van een naaste dus. De partner, vader of moeder wordt ziek en ook al zijn ze nu nog samen met de mantelzorgers, het afscheid nemen is misschien al begonnen. "Een andere kijk op rouw", "van last naar liefde"... Mantelzorgers voeren samen het gesprek en komen met elkaar in contact.



## Long Covid Lotgenotengroep: een bijzonder en relevant inwonerinitiatief

**Inwoner Herma de Vries heeft Long Covid en neemt het initiatief tot een lotgenotengroep. Ze trekt aan de bel bij SWL.**

Met succes: het Zilverhuus Huissen wordt ter beschikking gesteld en binnen de kortste keren zijn er flink wat aanmeldingen. Herma: "Vanaf dag 1 moet je met Long Covid eigenlijk zelf maar uitzoeken hoe je vooruit komt. Vaak is het lastig om de juiste hulp te vinden. Én om serieus genomen te worden, want aan onze buitenkant zie je niks." Er blijkt veel behoefte van inwoners met dezelfde aandoening, om met elkaar te praten. "We wisselen uit hoe het gaat: beter of heb je een terugval? We bespreken ook veel praktische dingen, zoals: hoe pak je een gesprek met het UWV aan? Helaas is onze ervaring, dat sommige artsen het niet erkennen en dat is heel pijnlijk. Ze verwarren het met een burn-out, terwijl Long Covid wezenlijk anders is."

**Het hebben van Long Covid kan dan ook leiden tot een sociaal isolement.**

"Veel oude vrienden haken af omdat je weinig meer te vertellen hebt. Maar dat je zelf weinig te melden hebt, betekent niet dat je het niet interessant vindt wat de ander doet. Je kunt vanwege de prikkels niet meer naar feestjes komen, dus nodigen mensen je niet meer uit.. Bij elke activiteit moet je jezelf afvragen: kan ik het wel doen? Het gaat vooral over je gesteldheid erna. Heb je het ervoor over om dan uitgeput in bed te liggen? Het is heel moeilijk om die grenzen te stellen. We zitten tijdens onze sessie allemaal in hetzelfde vaarwater en dat maakt dat deze contactgroep zo waardevol is. Alles mag er zijn: positief, neutraal, negatief."

De groep bestaat ook uit jongere deelnemers, zoals Sara (gefingerde naam). Haar vader wees haar op de praatgroep. De drempel om te komen was hoog, maar ze merkt dat ze



## Jongeren die deelnemen aan Join Us zetten stappen... in de trein

Op woensdag 22 februari stapt een groep jongeren uit Lingewaard de trein in. Ze doen mee aan het landelijke programma Join Us en komen wekelijks bij SWL bij elkaar.

Dit om andere jongeren te leren kennen en op een laagdrempelige manier nieuwe vaardigheden op te doen. Het doel van de treinreis is om met treinreizigers in contact te komen door middel van gesprekken en spelletjes. De jongeren vergroten hiermee hun sociale vaardigheden én de reizigers verkeren in goed gezelschap. Het blijkt een erg geslaagde dag. Van jong tot oud: de reizigers doen enthousiast mee, ook met de gesprekken. Het favoriete kaartspel? Pesten. Op de stations zijn de piano's bespeeld; een andere ervaring voor laagdrempelig contact met andere reizigers. En maanden later, vragen de jongeren wanneer ze weer met de trein mogen.

Elst - Zaandam - Utrecht - Amsterdam - Zwolle - Arnhem - Elst (om 23.00uur), op een dag!



zich nu minder eenzaam voelt. "Op mijn werk kan ik wel met mensen praten, maar hier hoef ik maar een half woord te zeggen en ze begrijpen me al. Je kunt zijn wie je bent." Want mensen in haar omgeving willen vaak alleen de positieve dingen horen. "Het is mijn ervaring dat als jij je verhaal vertelt, ze maar met een half oor luisteren. Ik kan niet meer tegen fel licht en geluid. Als ik op straat ben, loop ik met een dempende koptelefoon op, anders ben ik zo moe dat ik de rest van de dag in bed moet liggen. Afgelopen zomer was erg confronterend: ik wilde op vakantie een berg op. Elke 5 stappen moest ik stil staan. En die kleine onverwachte stukjes zijn pijnlijk. Dat is waar ik afscheid van moet nemen. Alle hobby's die ik voorheen had, kan ik niet meer doen. Maar toch was het voor mij fijn om op vakantie te gaan. Je ziet iets anders dan de 4 muren die je altijd ziet."

## Mantelzorg ontmoetingsmiddag en cursus 'zorgen voor een ander begint bij uzelf'

Maar liefst 5 miljoen Nederlanders geven mantelzorg aan bekenden of naasten.

De combinatie van werk, gezin en de zorg voor een naaste kan een flinke uitdaging zijn. Veel mantelzorgers werken uit hun hart en zien het als vanzelfsprekend om te zorgen voor een naaste. Desondanks kunnen zij de zorg voor familie of vrienden als zwaar ervaren. Stichting Welzijn Lingewaard organiseert in samenwerking met ProPersona Connect in maart naast de ontmoetingsmiddag voor mantelzorgers, ook de vijfdelige cursus "zorgen voor een ander begint bij uzelf". Wat heb je als mantelzorger nodig om je staande te houden? De cursus is goed ontvangen. Naar aanleiding van de cursus is er zelfs een nieuwe lotgenootengroep ontstaan.

## NL Doet (Oranjefonds): vrijwilligers knappen buiten-en binnenruimte kantoor SWL op

Binnen kleven de Coronastickers nog aan de vloer en buiten is het meubilair sterk verouderd.

Tal van vrijwilligers melden zich aan om tijdens NLDoet op 10 maart mee te helpen met de vergroening en het opknappen in en om het kantoorpand aan de Cuperstraat 9. Zelfs in de denderende regen kan SWL op hen rekenen. Ze maken en vullen plantenbakken voor het aanleggen van een mooie kruidentuin om mee te koken, schrobben het buitenterras, hangen vogelhuisjes op, vernieuwen zitgelegenheid en nog veel meer.







## Pilot jongerenwerk direct op school

De jongerencoaches van Stichting Welzijn Lingewaard gaan meestal één op één het gesprek aan met jongeren die ergens in vastlopen.

Om de lijntjes kort te houden en deze gesprekken toegankelijker te maken voor leerlingen, start het jongerenwerk een pilot met OBC Bemmell. Vanaf maart is jongerenwerker Bram Giesbertz op school aanwezig.

“Wij richten ons op de leerlingen op school,” vertelt Mascha Schnitzler, directeur van OBC Bemmell. “Tegelijkertijd gebeurt er ook veel buiten de school waar we lastig grip op krijgen. Een jongerenwerker kan naar ons idee een mooie verbinding maken tussen de leefwereld op en buiten school. Hij spreekt de taal van de jongeren en vindt makkelijk aansluiting bij onze leerlingen. Daarnaast is de expertise van hem verrijkend voor ons docententeam. Bram heeft een groot netwerk waar hij uit kan putten, hij weet wat er speelt en kan zo nodig doorverwijzen bij specifieke problematiek.” Naast de coaching op school, biedt SWL sinds begin maart ook de mogelijkheid voor scholieren in Lingewaard om op een rustige plek hun huiswerk te maken. Bram: “Helaas is het niet voor iedereen vanzelfsprekend om thuis een rustige plek te hebben voor huiswerk. Daar hebben we wat op bedacht.”

## Erna en Nanny: “Zonder hulp van de wooncoach hadden we nooit zo snel een nieuwe woning kunnen regelen”

Nanny van Rossem uit Bemmell krijgt in het voorjaar 2023 te horen dat ze ongeneeslijk ziek is.

Ze woont met haar man in een oud vrijstaand huis uit 1935 met veel achterstallig onderhoud. Het huis voelt te groot en het wordt confronterend. Een onhoudbare situatie. Gelukkig heeft haar zus Erna contact gelegd met de wooncoach 65-plussers, Petra Verhagen.

“Petra was meer dan welkom bij ons”, vertelt Erna. “We wisten niet hoe of waar we hulp moesten zoeken in deze situatie. Petra heeft het overzicht en dat is erg prettig. Ze heeft ons bijvoorbeeld meteen geholpen met het aanvragen van huishoudelijke hulp. Verder is er een plan gemaakt, een inschrijving bij Entree geregeld om in aanmerking te kunnen komen voor een huurwoning. Doordat ze deze lijntjes allemaal voor ons heeft uitgezet, is het Erna en haar man gelukt om binnen 3 maanden een huurwoning te vinden! In de tussentijd heeft de rest van de familie geholpen met het opruimen, we hadden aanhangers vol.”

Nanny: “Onze families en Petra zijn goud waard. We wonen nu in een driekamerwoning en dat voelt fijn. We zijn ervan overtuigd dat dit de beste beslissing is geweest.”



# April



## Wandelgroep Gendt bestaat negen jaar

Iedere dinsdagmiddag gaat een enthousiaste groep vrijwilligers vanaf Hof van Breunissen met mensen met lichte dementie, een klein sociaal netwerk, een beperking en of een mobiliteitsprobleem een eindje wandelen.

Onderweg drinken ze samen gezellig koffie/thee en daarna worden de deelnemers weer naar huis gebracht. Een wekelijks uitje waarvan erg wordt genoten. Eén van de vrijwilligers is Suzanne. Zij komt eind 2022 op het inloopsprekuur van het

Participatiepunt Gendt met de vraag of er voor haar passend vrijwilligerswerk beschikbaar is en vertelt: "Ik heb 3 jaar geleden een ongeluk gehad en ben daardoor arbeidsongeschikt geraakt. Ik heb vooral evenwichtsproblemen. Mijn ambulante begeleider heeft me aangeraden naar vrijwilligerswerk op zoek te gaan om zodoende weer deel te nemen aan het maatschappelijk leven. Het Participatiepunt Gendt heeft me in contact gebracht met de Wandelgroep. Dat is een activiteit die heel goed bij me past!" Inmiddels neemt ze als begeleider alweer een tijdje deel aan de wekelijkse wandelmiddag. Ze vindt het fijn dat de mensen er zo van genieten. De groep vrijwilligers is leuk en het duwen van een rolstoel geeft haar steun bij het lopen en bevordert haar revalidatie.

## Taalproblemen te lijf met spreekuur

Een taalmaatje? Bestaat al. Een Taalcafé? Ook. Maar een Taalsprekuur, dat is nieuw in de Betuwe (waaronder Lingewaard).

Vanaf april is elke maandagmiddag iedereen welkom die iets wil weten over taal. "Er zijn veel mensen die taalhulp kunnen gebruiken, maar de drempel om hulp te vragen is groot. En daarom willen we zichtbaar zijn", vertelt Margriet de Bot, coördinator van het Taalnetwerk Overbetuwe en Lingewaard. Een groot deel van de mensen met taalproblemen bestaat uit mensen voor wie Nederlands de eerste taal is, maar dit spreekuur is juist voor iedereen, ook bijvoorbeeld als mensen hun digitale vaardigheden willen verbeteren. Dan worden ze naar de juiste plek doorverwezen.





## Taart na het eindexamen voor jongeren bij SWL

De eindexamens in mei zijn voor sommige jongeren niet mals.



Een verlossend telefoontje brengt dan altijd opluchting. En dat mag gevierd worden! Een groepje jongeren verzamelt zich bij SWL om samen met de jongerenwerkers taart te eten in het zonnetje. Sommigen van hen worden individueel gecoacht door Juul of Bram. En het blijkt wel dat ze daar heel blij mee zijn!

## Moeders vinden elkaar bij Mama's Café Lingewaard

Het Mama's Café Lingewaard is de plek voor jonge moeders om elkaar te ontmoeten en ervaringen te delen met vrouwen die zich in dezelfde levensfase bevinden.

Bij het Mama's Café kunnen moeders opladen en ontspannen. Zo ontstaan er ook nieuwe vriendschappen! De groep bestaat inmiddels uit 25 moeders en komt een keer per maand bij elkaar. Anita Blom van SWL Gezinsondersteuning organiseert de Mama Café's. Lachend zegt ze: "Ik zorg dat er wat te drinken en te eten is en zet de deur open. De rest gaat vanzelf! De moeders hebben de leukste gesprekken samen terwijl de kinderen lekker spelen. Dat we zo laagdrempelig zijn en dat we ons niet richten op 'problemen', maakt dat het zo goed werkt."

## Uniek in Nederland: inwonersinitiatief ontmoetingen voor 'jonge' mensen met chronische ziekte

Inwoner Rob van Gils uit Bemmelen haalt met groep Hoofdbrekers de landelijke pers. Hij heeft een hersenaandoening en lijdt aan dementie. Voor zijn gevoel valt hij tussen wal en schip.

"Reguliere activiteiten voor dagbesteding sluiten niet aan en thuis zitten wegwijnen zie ik ook niet zitten," vertelt hij. In januari start hij daarom een lotgenotengroep, met ondersteuning van het Steunpunt Mantelzorg en Santé Partners. Deze is bedoeld voor jonge vitale mensen met een chronische ziekte of beperking, zoals Parkinson of Niet Aangeboren Hersenletsel. De ontmoetingen vinden tweewekelijks plaats in De Minkhof in Bemmelen. Deelnemers vertellen elkaar wat hen bezig houdt en ze bepalen per keer wat ze gaan doen, bijvoorbeeld kaarten, muziek maken, appelflappen bakken of naar buiten gaan. "Als ik deze groep niet zou hebben, zou ik niet weten hoe ik op een goede manier mijn tijd moet doorbrengen. In de groep kunnen we hobby's uitoefenen, elkaar ondersteunen waar het moet, verhalen van elkaar kwijt. En dat is nog nergens in Nederland." Het initiatief is dusdanig succesvol en uniek, dat tv-programma EénVandaag er in mei een item van maakt. Verschillende reacties: "Ik vond het ondanks mijn onzekerheid wel mooi om terug zien" en "Het gaf een eerlijk beeld en wij hopen dat het kijkers de ogen opent."



# Juni



## Week van de Jonge Mantelzorg

**Tijdens de Week van de Jonge Mantelzorg (1 t/m 7 juni) start het Steunpunt Mantelzorg een bewustwordings-campagne.**

Landelijk gezien is namelijk maar liefst één op de vijf jongeren jonge mantelzorg; veel meer dan men verwacht. Kinderen en jongeren zijn zich namelijk vaak niet bewust dát ze het zijn. Zij verlenen hulp binnen hun familie, hebben extra zorgen of missen zelf zorg en aandacht. Dit doordat iemand in hun directe omgeving een chronische ziekte, beperking, psychische kwetsbaarheid, verslaving en/of taalachterstand heeft. Hierdoor hebben zij minder vrije tijd, omdat ze rekening moeten houden met de situatie thuis.

Het Steunpunt organiseert een ontbijt voor professionals én een succesvolle bioscoopactie, waarbij naast een jonge mantelzorg in het zonnetje kunnen zetten met gratis kaartjes voor de film.

Vragen die aan tafel zijn besproken: wanneer ben je eigenlijk jonge mantelzorg? Wat maakt dat je het wel of niet vertelt? Hoe kan het Steunpunt Mantelzorg hen bereiken en helpen? "Gastlessen organiseren door ervaringsdeskundigen

op middelbare scholen is een goede optie om meer jonge mantelzorgers te bereiken. Ervaringsdeskundigen vertellen dan wat ze meemaken. Vaak merken we dat jongeren in de groep niet durven te vertellen dat ze zich herkennen in het verhaal. Maar als je één op één gesprekken voert, gaan leerlingen wel vertellen," vertelt een deelnemer. "Je bent geneigd om niet meteen te onthullen wat voor ziekte bijvoorbeeld je broer of ouder heeft, vooral als dat bijvoorbeeld een verslaving of psychische aandoening is," oppert iemand anders. Dat maakt het lastig om erover te vertellen. Er kwam ook naar boven dat mantelzorgers zich soms schuldig voelen over zaken die gebeuren waar ze niets aan kunnen doen, maar waar ze zich wel voor schamen. Verder vinden zij het ook heel normaal. "Je doet dit gewoon, het hoort erbij en je weet niet anders."

Ook wethouder Aart Slob is aanwezig. "Het is goed dat het Steunpunt Mantelzorg dit heeft georganiseerd. We zullen de steun moeten blijven neerzetten om de leefbaarheid goed op peil te houden."

## Succesvolle en drukbezochte voorlichting ‘verslaving en het puberbrein’

**Het thema verslaving speelt bij jongeren én ouders in Lingewaard.**

Dat blijkt uit het grote aantal bezoekers van de voorlichtingsavond ‘verslaving en het puberbrein’, georganiseerd door SWL afdeling gezinsondersteuning in samenwerking met Stichting Be Aware. Deze vindt in juni plaats, maar wordt wegens succes herhaald in het najaar. Het gebruik van middelen zoals vaperen en alcohol, veelvuldig gamen en 24/7 actief zijn op social media is bij jongeren soms heel gewoon. Ze lopen soms het risico verslaafd te raken. “Pubers zijn extra gevoelig voor het ontwikkelen van een verslaving, omdat de hersenen zich nog tot 25-jarige leeftijd ontwikkelen. Daardoor zijn ze nog niet volledig in staat consequenties van gedrag in te schatten, goed te plannen en afgewogen keuzes te maken. Ze zijn dus extra makkelijk te beïnvloeden.

Tegelijkertijd remt middelengebruik de hersenontwikkeling”, vertelt Maike Smoorenburg van Be Aware. “Ga het gesprek over de risico’s van middelengebruik al in groep 8 aan, want de kinderen gaan ooit iets aangeboden krijgen. Duidelijke afspraken maken, is de eerste stap.” Als je kind al daadwerkelijk verslaafd is, herken je als ouders niet altijd de signalen, terwijl die juist heel belangrijk zijn. “Wat je vaak ziet is dat jongeren bijvoorbeeld prikkelbaarder of naar binnen gekeerd zijn, sombere gevoelens hebben, zich eenzaam voelen, meer ruzie maken of dat schoolprestaties achteruit gaan. Agressief reageren bij aanspreken op gedrag, minder eten en drinken en andere sociale contacten zijn signalen dat het uit de hand aan het lopen is. Tegelijkertijd zijn pubers juist heel goed in staat hun verslaving te verbloemen en ontkennen. Dat nodigt jou als ouder wellicht minder uit om de confrontatie van een gesprek aan te gaan, terwijl dat juist heel belangrijk is.”

## Samenwerking van HAN en SWL voor inwoners Zilverkamp

**Stichting Welzijn Lingewaard begeleidt elk schooljaar studenten bij hun stage.**

Zo ook studenten van de Hogeschool Arnhem en Nijmegen (HAN). Zes studenten hebben zich ingezet voor de inwoners van Lingewaard door informatie te geven over de werkwijze van de VPTZ (vrijwillige palliatieve en terminale zorg) en door een lekkere gezonde

variant te maken als “gebakje” bij de koffie. Dit tijdens twee koffieochtenden in ‘t Zilverhuus (elke donderdag van 10-12.00 uur). En steeds meer inwoners ontdekken deze ontmoetingsplek.



## Strippenkaart mantelzorg krijgt vervolg

Na een succesvolle proefperiode in 2022, krijgt “de strippenkaart mantelzorg” een vervolg.

De kaart is een initiatief van de gemeente en wordt uitgevoerd door Senioren Ondersteuning Lingewaard (SOL) en Steunpunt Mantelzorg (SWL). Als je mantelzorger bent, gaat dat meestal gepaard met weinig rust en ruimte voor jezelf. De strippenkaart geeft mantelzorgers de mogelijkheid om tijdelijk de zorg voor hun naaste over te dragen aan een professional, voor 50 uur. Dat kan erg prettig zijn om bijvoorbeeld een moeilijke periode te overbruggen en is bijvoorbeeld inzetbaar bij afwachting op een plek bij een dagbesteding of onverwachte acute zorg. Ook in 2023 blijkt deze kaart een succes: er worden er in totaal 15 aangevraagd (start 1 juli 2023).



## Meewerkweek en verhuizing Kledingruilwinkel

In de zomer verhuist de Kledingruilwinkel terug van De Tichel in Haalderen naar de Cuperstraat 9 in Bemmelen, het kantoor van SWL. Daarnaast draaien twee jonge medewerkers, van de gemeente Lingewaard een half dagje mee met de Kledingruilwinkel in het kader van de meewerkweek.

Joyce de Kleijn en Tess van der Klei vertellen: “Wat kwamen we veel enthousiaste vrijwilligers tegen die graag iets willen betekenen voor een ander. Ik had eerst geen idee hoe het werkte, maar ze hebben een mooi stempelsysteem bedacht hoe mensen geregistreerd kunnen ruilen. En dat zonder winstoogmerk. Wij als ambtenaren krijgen vaak één kant van het verhaal mee en het is mooi om te zien wat er nou echt speelt. Geweldig hoe de ingebrachte kleding met zorg geselecteerd wordt! Je komt geen troep tegen. We zagen een dame zakken kleding wegbrengen van haar overleden moeder. Een goede reden voor een kort gesprek. En zo maakt bijna elke bezoeker wel een praatje. Er heerst een sfeer van ‘ons kent ons’. Ook zagen we een moeder en dochter wel een uur in de winkel. De vrijwilligers denken goed na over hoe ze nieuwe kleren in de rekken kunnen hangen aan de hand van een kleurensysteem. En ook hangen ze alleen de kleding van het huidige seizoen aan de rekken, terwijl ze de andere kleding opslaan. Het is mooi om te zien welke waarde je met dit initiatief kunt toevoegen voor mensen die het niet breed hebben en op deze manier toch lekker kunnen shoppen.”

## Oprichting Bemmelse huiskamer op zondag

Voor sommige inwoners kunnen - met name- de zondagen erg lang duren, doordat de kinderen al lang de deur uit zijn en andere mensen uit de omgeving ook al hun eigen plannen hebben.

Voor mensen die op zondag alleen thuis zijn en op zoek zijn naar gezelschap, is de Bemmelse huiskamer opgericht: een initiatief van drie enthousiaste vrijwilligers. Elke derde zondag van de maand kan iedereen aansluiten om buurtgenoten te ontmoeten, een spelletje te spelen en een kopje koffie te drinken.

## Nieuwe samenwerking open inlooppreekuren

**Inwoners die het lastig vinden om bepaalde zaken te regelen en/of die een vraag hebben over mentaal en sociaal welzijn, financiën of wonen kunnen terecht bij het inlooppreekuur van de ParticipatiePunten.**

In Bemmel sluit vanaf september ook een professional van woningcorporatie WaardWonen aan. In Huissen gebeurt dit al geruime tijd. Daaruit spreekt de kracht van samenwerking: met de inwoner loop je naar elkaar toe.

Sydney van den Broek, consulent sociaal beheer bij Waardwonen vertelt: "Het is heel fijn om te kunnen samenwerken op een vast moment in de week en zo de inwoner samen een stapje verder te helpen. We kunnen elkaar snel opzoeken en weten van elkaar goed wat we doen. Stel, iemand meldt een onderhoudsklacht over zijn huurwoning. Of iemand dreigt dakloos te raken vanwege financiële problemen: bij de kinderen inwonen is geen optie omdat samenwonen te heftig zou zijn. De zoon heeft namelijk ASS. In dat geval kunnen we samen kijken naar een mogelijke oplossing voor zijn woning.

Ik kan daarnaast heel makkelijk met hem naar de collega van MEE lopen voor advies en hij kan meteen bij Rijnstad terecht voor het financiële plaatje. Als dan ook nog blijkt dat meneer moeite heeft met lezen en schrijven, kunnen we SWL inschakelen voor een taalmaatje."

**Maar dat werkt ook andersom.**

Een medewerker van MEE vertelt: "Een kind laat gedrag zien waarvan de ouder niet weet wat ze ermee moet. Of ouders liggen in scheiding. Ik merk dat mensen naast hun mentale vraag dan ook een vraag hebben over hun huurwoning. Het is dus heel fijn dat er nu dus ook een woonconsulent aansluit."



# September



Fijn dat je er vandaag was. Hij brengt onze taal verder. Dank je wel!  
Taalnetwerk Lingewaard en Overbetuwe

## Week van lezen en schrijven

**Drukbezochte interactieve theatervoorstelling over lezen en schrijven groot succes.**

Van 8 t/m 16 september is de landelijke Week van Lezen en Schrijven. Maar liefst 2,5 miljoen Nederlanders hebben moeite met lezen en schrijven. Dat komt neer op 1 op de 6 mensen boven de 16 jaar. Het Taalnetwerk Lingewaard en Overbetuwe, waarvan Margriet de Bot van SWL coördinator is, organiseert twee keer de interactieve voorstelling 'Met mij kun je lezen en schrijven'.

Theatermakers Andrea Diersen en Sofie Verburg spelen scènes over laaggeletterdheid én gaan in gesprek met het publiek. In zowel Theater de Kikker Elst als de Dominicanerkerk Huissen stroomt het vol met taalprofessionals, -vrijwilligers, bestuurders én ervaringsdeskundigen. Samen worden er verrassende ideeën geopperd en het publiek gaat in op de vragen: hoe benader je iemand als je vermoedens hebt van niet kunnen lezen of schrijven? Hoe zorgen we er samen voor dat hij of zij om hulp durft te vragen? En hoe bereiken we hen?

"Als je op de basisschool telkens negatief gecorrigeerd benaderd bent, omdat je toen al niet goed kon lezen of schrijven, blijft dat gevoel altijd overheersen. Daarom corrigeer ik mijn partner niet," vertelde een partner van een laaggeletterde. "Houd de taal eenvoudig. Vraag en kijk naar gevoelens. Toon empathie." Eén van de taalambassadeurs vertelt over de wereld die voor hem open gaat sinds hij eindelijk de moed heeft verzameld om hulp te vragen. Een professional vindt dat er door het jaar heen veel meer over lezen en schrijven op tv of de radio moet verschijnen, omdat dat de kanalen zijn waar laaggeletterden naar kijken/luisteren.

### Tips & suggesties

1. Stap voor stap
2. Geduld
3. Vertrouwen
4. Doseren / doceren
5. Afstemmen
6. Eenvoudige taal (NL woorden)
7. Motivatie
8. Complimenten geven over wat je
9. A.I. ter ondersteuning
10. Oprechte interesse (doorvragen)
11. Let op spreekwoorden / gezegdes
12. Korte zinnen
13. Geen Engels als iemand wil o
14. Concreet zijn
15. Iem laten uitpraten

16. check of van het snapt
17. NT2

### Tips & suggesties

1. Eenvoudig houden
2. Rustig praten
3. Goed luisteren
4. Vragen (en kijken) naar gevoelens
5. Echt willen helpen
6. Samen
7. Lees simpel app
8. Verlichtheid
9. Concrete afspraken
10. Afstemmen
11. Informatie aanbieden op verschillende plekken
12. 1 lokaal telefoonnummer
13. TV of radio om mee te bereiken
14. Weet een jij willen
15. "vraag-symptering" → ouders





## Vrijwilligers waarderingdag

“Julie zijn van onschatbare waarde!” Dat is een toepasselijke slogan voor alle vrijwilligers. Stichting Welzijn Lingewaard heeft er maar liefst 400. Ze zijn in september in het zonnetje gezet op de vrijwilligers waarderingdag. Een grote delegatie komt naar Park Bredelaar in Bemmelen voor een high tea, verzorgd door Renate Buitenhuis van ‘Thee van Toen’.



Daarnaast genieten de vrijwilligers zichtbaar van alle lekkertijen die ambachtelijk bereid zijn en zijn opgediend op oud theeservies. Dik verdiend, want ze zetten zich belangeloos en met veel bezieling in voor SWL, maar vooral voor de Lingewaardse samenleving.



# September



## Week van de ontmoeting <> Week tegen eenzaamheid

Twee verschillende formuleringen met – min of meer dezelfde inhoud. Gemeente Lingewaard sluit zich aan bij de landelijke coalitie **Één tegen Eenzaamheid**.

Gemeente Lingewaard sluit zich aan bij de landelijke coalitie **Één tegen Eenzaamheid**. Met het oog op 'positieve gezondheid' wordt hij in Lingewaard de Week van de Ontmoeting genoemd. SWL coördineert maar liefst meer dan 45 activiteiten in Lingewaard in de Week. En werkt samen met onder andere De Minkhof, Senioren Netwerk Lingewaard, de Protestantse Kerk Huissen, MEE Gelderse Poort en OBZG (de bibliotheek) om zoveel mogelijk inwoners in de week te bereiken en te laten samenkomen. De Week wordt een groot succes.

### Een greep uit de activiteiten:

#grenzeloos wandkleed maken #portretgesprekken  
#spelletjesochtenden en middagen # samen eten  
#samen vieren # samen creatief bezig zijn #thema  
avonden #samen Nederlands leren #samen  
concert bezoeken



▲ Paul Thuis schrijft ook een korte tekst op het kunstwerk. In het midden Anita Blom. FOTO: GEMEEDE LINGEWAARD

### Gebalde vuist voor een krachtige vrouw

Ze moet even nadenken. Daarna tekent Petra Bredie uit Nijmegen een gebalde vuist. Zij doet dat nadat ze op zaterdagmiddag als ondertekenaar van de Week van de Eenzaamheid in gebouw 't Convent in Huissen het levensverhaal van een Huissense vrouw heeft aangehoord.

Berrie van Heijden  
Huissen

„De kracht die de vrouw, die ernstig ziek is geweest, uitstraalde,

probeer ik zo weer te geven”, zegt Bredie. Voorbijgangers krijgen zaterdag de kans een persoonlijk gesprek te voeren, georganiseerd door Stichting Welzijn Lingewaard (SWL), met mensen die iets bijzonders hebben meegemaakt in hun leven. Paul Thuis is een van de mensen die klaar zitten om die ontmoeting aan te gaan. „Door mijn levensverhaal te vertellen, hoop ik mensen te stimuleren hun verhaal te vertellen”, zegt hij.

Na de gesprekken tekenen of schrijven deelnemers iets op pa-

pier. Al die bijdragen vormen gezamenlijk een kunstwerk. „Over een Anita Blom van SWL, die de landelijke Week van de Eenzaamheid in Lingewaard coördineert. In Lingewaard is die week overigens omgevoerd in Week van de Ontmoeting. Er zijn, onder het motto 'Kom erbij', tal van activiteiten georganiseerd. Stichting Welzijn Lingewaard en de gemeente Lingewaard mensen achter de geraniums weg krijgen. De hele week staat bij ons

in het teken van ontmoeten. Wij hopen dat mensen dan makkelijker de stap zetten naar een activiteit of met een ander in gesprek gaan. Ontmoeten klinkt vriendelijker dan eenzaamheid”, zegt Blom.

Zo vindt op 4 oktober in de Minkhof in Bennevel een bijeenkomst gehouden voor mensen vanaf 40 jaar met een chronische beperking, zoals parkinson, niet zangeren hersenletsel of dementie. In het Zilverhuis in Huissen maken bezoekers op 5 oktober gezamenlijk een wandkleed



## Niek (81): “Ik bezocht het Open Eetcafé en kwam met een nieuwe liefde terug!”

Elke week zijn er in alle woonkernen van gemeente Lingewaard Open Eetcafés. Want samen eten verbindt en ontmoeten is fijn. Niek Kortenoeven uit Huissen bezocht een eetcafé in Gendt en ontmoette daar zijn liefde Ria.

Niek: “Ik kon nooit op woensdagavond, als het eetcafé in Huissen was, dus bezocht ik het eetcafé Gendt. Ria en ik waren beiden al een aantal jaren alleen. Maar het viel me vorig jaar meteen op hoe knap ze was. Haar vriendinnen zeiden tegen haar dat ik een oogje op haar had. En dat was ook zo. Ria heeft het op een gegeven moment aangedurfd om me uit te nodigen op de koffie. Maar in eerste instantie wilde ze nog rustig aan doen. Maar de vonk sloeg echt over. De meeste mensen weten inmiddels dat we verkering hebben. Ze vinden ons bij elkaar passen. En inmiddels zien we elkaar meestal op maandag, donderdag en in het weekend. We hebben elk ons eigen huis. Ria werkt graag in de tuin, heeft haar vriendinnen en ook haar kinderen, net als ik. Mijn kinderen vinden het prachtig dat ik Ria heb leren kennen. En van onze momenten samen kan ik echt genieten. En we zijn zelfs vorige maand op een busvakantie naar Oostenrijk geweest.”

## Bach zonder pruik: een huiskamerconcert en gesprek met mantelzorgers en hun naaste

In de Week van de Ontmoeting is er een zeer bijzonder samenzijn voor een aantal mantelzorgers uit Lingewaard. Onder het genot van een hapje en drankje genieten zij met hun naaste van een klassiek concert in de huiskamer van één van de mantelzorgers. Muziekgezelschap “Bach zonder pruik” speelt muziek van Bach, met een lichte knipooeg naar de beroemde klassieke componist.

De deelnemers kennen elkaar nog niet allemaal, maar raken in gesprek en wisselen ervaringen én telefoonnummers uit.





## Netwerkbijeenkomst

**Mensen ontmoeten en nieuwe contacten leggen- Netwerkbijeenkomst over het succes van wijkhuiskamers en andere ontmoetingsplekken in de wijk**

**Wat maakt een ontmoetingsplek voor inwoners in een wijk, dorp of buurt betekenisvol? Wat maakt de al bestaande wijkhuiskamers een succes? Welke voorwaarden zijn van belang om sociale kwaliteit voor inwoners te laten ontstaan? Belangrijke vragen die tijdens de bijeenkomst “Wonen, zorg en welzijn in Overbetuwe en Lingewaard” op 2 oktober aan bod komen.**

De avond wordt georganiseerd in een samenwerking tussen Stichting Welzijn Lingewaard, Forte Welzijn, Woonstichting Valburg, de gemeentes Lingewaard en Overbetuwe, de Zorgalliantie, Werkplaats Sociaal Domein Arnhem en Nijmegen, Hogeschool Arnhem en Nijmegen. Samen: het netwerkinitiatief Oost-Betuwe.

Onder de genodigden zijn professionals, vrijwilligers en bestuurders op het gebied van bovenstaande thema's. Ze komen bijeen in wijkhuiskamer 't Zilverhuus in Huissen, die al

geruime tijd succesvol dienst doet als ontmoetingsplek voor inwoners. Door Lisbeth Verharen, lector Versterken Sociale Kwaliteit van de HAN, wordt ingegaan op condities voor sociale kwaliteit, zoals cohesie, inclusie, empowerment en economische zekerheid en hoe je hier praktisch mee aan de slag kunt om de waarde van de ontmoetingsplek voor haar omgeving te vergroten.

Aansluitend zijn er een aantal kennissessies met succesvolle initiatieven zoals Ruilwinkel Goed Spul Gendt, 't Blauwe huuske Doornenburg, wijkhuiskamer 't Zilverhuus en Hart van Heteren. Wethouder Chantal Janssen van Overbetuwe en voormalig wethouder Helga Witjes van Lingewaard (inmiddels gedeputeerde voor provincie Gelderland) zijn ook aanwezig en geven hun reactie. Eén van de belangrijkste inzichten was dat er steeds meer inwonerskrachten gebundeld worden om samen tot een mooi nieuw initiatief te komen. En daarnaast: achter de gevel van een ruilwinkel gebeurt nog veel meer dan alleen je spullen ruilen. Het laat zien dat ook daar nieuwe contacten gelegd worden, inwoners in hun kracht gezet worden en gemeenschapsvorming plaatsvindt.

## Kledingruilwinkel wint de publieksprijs Duurzaamheid Lingewaard 2023

Op dinsdag 10 oktober is de dag van de Duurzaamheid en de uitreiking van de duurzaamheidsprijs 2023, georganiseerd door Lingewaard Energie en gemeente Lingewaard. En vol vreugde kunnen we melden dat de Kledingruilwinkel de publieksprijs heeft gewonnen!

De Kledingruilwinkel is gevestigd in de Cuperstraat 9 Bemmel, in het kantorengedouw van SWL en werkt met een ruilsysteem. Voor elk ingeleverd item krijgen inwoners één of meerdere stempels, waarvoor ze weer nieuwe kleding kunnen uitzoeken. De Kledingruilwinkel past zich aan de seizoenen aan en heeft ongeveer 1600 (unieke) klanten.

Wethouder Maarten van den Bos sluit op een later moment aan tijdens een winnaarslunch. Hij vertelt: "Naast de duurzame aanpak van de Kledingruilwinkel, waar kleding meermalen gebruikt wordt en niets weggegooid wordt, zijn de gemeente en het gemeentebestuur trots op meerdere aspecten van de winkel en de vrijwilligers. Wanneer je hier binnenkomt ben je gelijk op je gemak, je wordt vriendelijk onthaald. Of je nu komt omdat je geen nieuwe kleding kunt kopen voor je kinderen of alleen maar kleding brengt... iedereen is gelijk. Je loopt hier altijd met de borst vooruit de deur uit.

Zelfs wanneer je een sollicitatiegesprek hebt en je wil nette kleding aan kun je hier terecht. De diversiteit van vrijwilligers maakt dat iedereen zich hier welkom voelt. Dat maakt deze winkel zo bijzonder. Het heeft een zeer brede maatschappelijke functie."



# Oktober



## Infomarkt ‘Wat wél werkt tegen armoede’

Schaamte... paniek...en wat komt er nog meer bij kijken als je je rekeningen niet meer kan betalen? Op dinsdag 10 oktober is er, tijdens de Week tegen Armoede, een grote informatiemarkt in 't Convent Huissen, georganiseerd door Stichting Welzijn Lingewaard in samenwerking met de Zorgalliantie van de Hogeschool Arnhem Nijmegen.

De bezoekers zijn inwoners met vragen over hun financiële situatie. Ook zijn er instanties om te laten zien wat er allemaal kan in Lingewaard, zoals Kledingruilwinkel Lingewaard, Energieloket Lingewaard, Repaircafé, Stichting Leergeld en gemeente Lingewaard.

Een inwoner vertelt: “Vroeger heb ik veel moeite gehad met rondkomen. Je krijgt schaamte, durft dingen niet meer en doet niet meer, je wordt aangekeken. Ik heb me destijds gestoord aan de instanties en de gemeente, die alleen controlerend waren en me de weg niet wezen om uit de problemen te komen. Er was wellicht heel veel, maar dat weet je niet. Gelukkig is het tegenwoordig beter, wordt er veel samengewerkt. Ik ben blij dat deze markt georganiseerd is, zodat iedereen kan zien dat je geholpen kunt worden. Carinda Jansen, onderzoeker armoede van de HAN voegt toe: “Er wordt nog onvoldoende gedaan in de relationele sfeer: hoe kunnen we met elkaar nadenken over armoede en uitwisselen. Laat de beleidsambtenaar en de persoon die in armoede leeft elkaar ontmoeten. Dan bereik je veel meer, omdat beide kanten dan weten wat er speelt.” Bij de bijeenkomst is ook Omroep Gelderland aanwezig.

## Uitgelicht: thema armoede, mooi resultaat

### Project BabythuisZorg behoort bij regulier aanbod Gezinsondersteuning SWL

**BabythuisZorg is gezinsondersteuning voor gezinnen met een kindje tot ongeveer 1 jaar die tijdelijk niet zelfredzaam zijn.**

Anders dan in andere gemeenten, bestaat de ondersteuning in Lingewaard uit een combinatie van inzet van professionals en vrijwilligers. De professionals van BabythuisZorg Het Kraamnest bieden de inhoudelijke expertise, de vrijwilligers van Gezinsondersteuning SWL de praktische ondersteuning. BabythuisZorg richt zich op het bevorderen van een gezonde sociale en fysieke omgeving waardoor een pasgeborene een gezonde, veilige en kansrijke start heeft. Het is begonnen als project, maar behoort vanaf oktober bij het reguliere aanbod voor gezinsondersteuning.

Het Meldpunt SWL krijgt een telefoontje van iemand die graag contact wil, omdat ze financieel in de problemen komt en niemand haar kan helpen. Ze weet niet wat te doen. Een collega van SWL belt terug en hoort aan de telefoon meteen dat er iets met de spraak of taal aan de hand is. Mevrouw blijkt langer MS te hebben en kan het huis niet uit, komt niet goed uit haar woorden, betaalt €500 aan energie en komt tekort. Tijdens het huisbezoek en een inventarisatie van de inkomsten en uitgaven (zorgverzekering, hypotheek, energiekosten), blijkt dat ze maar €50 over houdt per maand om met zijn tweeën van te leven. Haar zoon van 18 woont ook bij haar in.

Kijkend naar haar energieverbruik constateert de opbouwwerker dat ze maximaal € 175,- aan energie per maand gebruikt. Haar vader en haar zoon hebben beiden al eerder met Essent gebeld maar 'komen er niet doorheen' en krijgen te horen "wat gebruikt wordt moet betaald worden...".

Vervolgens belt de opbouwwerker met Essent. Hij eist dat de telefoniste de cijfers van het maandelijks gebruik erbij pakt (slimme meter, dus maandelijks worden de meterstanden doorgegeven). Dat opent deuren.... Ze schrikt van de gegevens en geeft aan direct alles aan te willen passen. In minder dan 5 minuten wordt er een jaarcontract afgesloten van € 200,- per maand (op advies van SWL en verzoek van de klant € 25,- meer per maand als risicobeperking) dat per 1ste van de volgende maand in gaat. Dit resulteert in een huilbui van vreugde met de reactie: "Nu heb ik ruimte om gewoon boodschappen te doen!" Als klap op de vuurpijl wordt vervolgens ook de eindafrekening gemaakt.... mevrouw krijgt € 3.900,- terug.... Hierdoor raakt mevrouw helemaal van slag. Haar vader die ik later spreek, snapt er niets van dat dit zo kan. Hij is verbaasd dat deze ondersteuning van SWL niets kost. Ze zijn SWL eeuwig dankbaar, is de opbouwwerker verzekerd.

# November



## Zeer succesvolle Dag van de Mantelzorg 2023 in Doornenburg

**Tijdens de Dag van de Mantelzorg op 10 november ontvangen alle 450 geregistreerde mantelzorgers een kaart met een bijzonder gedicht.**

Daarnaast is er voor hen een ontspanmiddag georganiseerd bij uitspanning Lekker Aanwaayen in Doornenburg. Mantelzorgers genieten om de beurt van een stoelmassage door Vera van massagepraktijk Sedes, doen gym op de stoel onder leiding van oefentherapeut Cesar Marjolein, krijgen een heerlijke lunch, nemen deel aan een 0.0% bierproeverij. En: negen leerlingen van OBC Huissen verzorgen een manicurebehandeling: jong voor oud. Het is fijn dat mantelzorgers op deze dag even kunnen ontspannen en niet 'aan' hoeven te staan. Er wordt veel waardering uitgesproken. Omroep Gelderland maakt een reportage van de middag. Ook wethouder Aart Slob is aanwezig. Naast SWL zijn medefinancierders ook de Dorpendeal Doornenburg, het MGZ fonds en het Vlinderfonds.





## SWL academie: succesvolle trainingen aan vrijwilligers

De SWL Academie – in principe bedoeld en opgericht voor de 450 vrijwilligers van SWL- draait het hele jaar op volle toeren. Ook in november: dan vinden er drie workshops/ lezingen plaats.

- Stel je grens- door Brigitte Bloemenkamp. Iets voor een ander betekenen geeft voldoening, verruimt je horizon en doet je goed! Maar wel is het belangrijk om je grenzen te bewaken. Wat hoort bij het vrijwilligerswerk en wat niet? Hoe voorkom je dat iets te belastend wordt of te veel tijd vergt?
- Gezonde voeding en duurzaamheid- door chefkok en leermeester Willem Cornelissen en Desiree Holstege van Team JOGG fit. Voor vrijwilligers van alle Open Eetcafés in Lingewaard. Er wordt gezamenlijk een gezonde lunch bereid. Ook is er aandacht voor de HACCP-normen (Hazard Analysis and Critical Control Points): een risico inventarisatie op voedingsmiddelen.



- Informatieavond levenstestament en palliatieve terminale zorg- door notaris Bob van Elst van Luum notarissen, studenten van de HAN en vrijwilligers van VPTZ, met ondersteuning van Stichting Welzijn Lingewaard. Deze activiteit is toegankelijk voor alle geïnteresseerde inwoners. Het is een drukbezochte en interactieve avond: er worden veel vragen gesteld, wat erop wijst dat het nog relatief onbekende fenomenen zijn.





## Vrijwilligers van De Klup winnaar Vrijwilligersprijs Lingewaard 2023

**Vrijwilligers van De Klup zijn de winnaars van Vrijwilligersprijs Lingewaard 2023.**

De prijs wordt uit handen van burgemeester Nelly Kalfs in ontvangst genomen tijdens het Vrijwilligersgala in Providentia Gendt. De vrijwilligers van de Klup zetten zich al meer dan 45 jaar in voor de vrijetijdsbesteding aan mensen met een verstandelijke beperking in Huissen. Daarnaast organiseren zij elk jaar de Integrate: een sportevenement met valide en invalide sporters. De andere genomineerden zijn vrijwilligers van senioren beleef- en ontmoetingsplaats De Minkhof en Vluchtelingenwerk Lingewaard. De prijs voor de Maatschappelijk Betrokken Ondernemer gaat naar Wessel van Olst en Esther Groenenberg van Landwinkel de Woerd in Ressen, voor alle maatschappelijke en inclusieve activiteiten.

Het thema dit jaar is: geef het stokje door. Dit om aandacht te vragen voor vrijwilligerswerk voor de jongere garde. De genodigden zijn sportvrijwilligers uit de gemeente. Ook geven op het podium twee belangrijke organisatoren van De Gentenarren het stokje door: Jos Kuijer en Annelies Hendriksen. Maar liefst 11 jaren zijn zij (samen met anderen) de drijvende motor geweest van het Gala. Deze editie opnieuw met top-acts van wereldfaam. Met optredens van artistiek paaldanseres, meervoudig Europees én Wereldkampioen Hanka Venselaar en het spectaculaire Juliana Bicycle Team uit Millingen aan de Rijn. Daarnaast onder meer optredens van Prinsengarde (showdans), de Gentekwekers en zanger/gitarist William Smulders.







# December

## Speciale extra's Open Eetcafés

Tijdens de adventsperiode neemt het uiterlijke licht van de natuur zichtbaar verder af. En we worden teruggevoerd op ons eigen innerlijke licht.

SWL speelt daarop in door een aantal binnenactiviteiten extra gezellig te maken. De vrijwilligers van het Open Eetcafé en het Lunchcafé in een aantal Lingewaardse woonkernen doen extra veel moeite om een smaakvol meergangendiner op tafel te toveren. Vergezeld van kerstversiering en andere leuke extra's. En met Sinterklaas zijn er diverse eetcafés die extraatjes meegeven aan de deelnemers, zoals bij het Lunchcafé Huissen. Diny Goudkuil is coördinator van het Open Eetcafé Bemmel. "Er komen soms mensen bij ons die niet voor zichzelf koken thuis. Je moet je er in je eentje echt toe zetten om te koken. In plaats daarvan bakken ze een ei of eten ze brood. Tijdens het open eetcafé vinden ze gezelligheid en wordt er altijd erg gesmikkeld. We proberen altijd met zoveel mogelijk verse groentes te koken en serveren voor, hoofd en na. Voor vijf euro. Wij zijn met acht vrijwilligers en draaien om de week met zijn vieren een groep. We sparen elk jaar geld bij elkaar om met kerst een luxere maaltijd te kunnen maken. En we schenken ook extra aandacht aan de aankleding. En met Sinterklaas geven we de mensen een extraatje mee naar huis."

## Gezinsondersteuning: met de Heppie Tour naar de Efteling

Blijde gezichten en lachende kinderen. In december vertrekken 32 kinderen met hun ouders/verzorgers vanuit Gendt naar de Winter Efteling.

Stichting Het Vergeten Kind organiseert deze vrolijke activiteit voor kwetsbare kinderen, die het allerhardst een positieve ervaring verdienen. Met de Heppie Tour kunnen ze weer even 'gewoon' kind zijn, hun zorgen vergeten en positieve herinneringen maken. In 2023 is de lokale organisatie voor de gezinnen uit Lingewaard in handen van Gezinsondersteuning SWL en Buurtgezinnen. Daarmee sluit Gezinsondersteuning van SWL een zeer succesvol jaar af: de afdeling heeft in 2023 ruim 40% meer gezinnen kunnen ondersteunen dan in 2022. Het verschil ten opzichte van 2021 is zelfs meer dan 50%!



## Vuurwerkvoorlichting jongerenwerk

In samenwerking met handhaving en politie is de jaarlijkse vuurwerkvoorlichting gegeven.

Dit jaar is de vuurwerkvoorlichting gedaan voor 10 basisschoolklassen in Huissen en Bemmelen met ongeveer 270 leerlingen. Deze leerlingen hebben een spetterende voorlichting gekregen van het jongerenwerk.



# Samen koken, eten en leren

Het thema 'eten' kan op heel veel fronten verbindend zijn, voor jong en oud. Het is laagdrempelig, op samen eten ligt geen stigma en door samen te koken en eten komen we in contact met elkaar en weten we wat er speelt. Een barrière voor verdere ondersteuning kan hiermee wegvallen.

Stichting Welzijn Lingewaard zet zich in 2023 door middel van samen koken & eten in voor alle inwoners in Lingewaard. Ook in het bijzonder voor gezinnen, nieuwkomers, vrijwilligers, (kwetsbare) ouderen en mensen met een krappe portemonnee. Daarnaast werkt samen eten ook verbindend voor de collega's van SWL én voor de samenwerking tussen netwerkpartners.



## Aziatische kipvleugeltjes...

1 kg kipvleugel	6.00
60 gram geraspte kaas (gratin)	1.00
1 kg aardappel	1.00
200 ml cola	0.20
div. kruiden ketjab honing	1.00
zakje gemengde sla	0.90
50 gram roomboter	0.50

Totaal bedrag 10.60



Kippenvleugels marineren  
Afgieten en droog deppen  
Kip heet aanbakken



## Budgetkoken met Willem

Chefkok Willem Cornelissen neemt eens per maand een kookvideo op. De gerechten die gemaakt worden zijn voedzaam en maximaal €2,50 per persoon. Vrijwilliger Piet Jansen draait met de camera en monteert de filmpjes.



## Vrijwilligers Open Eetcafés krijgen voorlichting

Desiree Holstege van Team JOGG fit geeft samen met Willem Cornelissen een training aan vrijwilligers van de open eetcafés. Hoe maak je een gezonde lunch? Wat zijn de HACCP-normen?

## Koken en eten met taalmaatjes en nieuwkomers

Taal is vaak niet zo makkelijk en duidelijk. Veel mensen hebben moeite met onze Nederlandse taal. Stichting Welzijn Lingewaard helpt deze mensen om zo beter mee te kunnen doen in Lingewaard. Zo organiseren we Kookworkshops met chefkok Willem Cornelissen om samen recepten te lezen, te koken en te praten tijdens een gezellige maaltijd.

# Vrijwilliger aan het woord



## Gezinsondersteuner Susan Otters: “Als vrijwilliger maak ik ook bij de kleine dingen het verschil”

Susan Otters-Jansen is naast haar werk in de jeugdhulpverlening voor uit huis geplaatste kinderen, ook vrijwilliger bij Stichting Welzijn Lingewaard, bij gezinsondersteuning. Elke week bezoekt zij een gezin dat even een steuntje in de rug kan gebruiken.

“Ik merk bij het doen van het vrijwilligerswerk dat gezinnen duidelijk ervoor kiezen om geholpen te worden. Ze ontvangen je met open armen en er zit een bepaalde ontspannenheid in. Ik kijk samen met het gezin waar de behoefte ligt. Ik krijg het idee dat het ‘er zijn’ bij een gezin al voldoende is. Dat maakt dat het voor mij heel natuurlijk voelt. Op mijn werk wordt er juist van mij verwacht dat ik planmatig en doelgericht te werk ga.

Ik ervaar het als erg prettig om als vrijwilliger betrokken te zijn voor iets relatief kleins. Je bent van waarde voor het gezin om het gezinsleven weer een beetje op de rit te helpen. De professionals van SWL, Kaya Dielessen en Anita Blom, ondersteunen me hierbij. Ik kan voortdurend met hen sparren en zo nodig kunnen we samen nog beter inzoomen op de behoeftes. En de match met het gezin pakken ze erg knap aan. Ze hebben meteen gezien wat voor iemand ik ben, waar ik in mijn kracht sta en waar ik op ‘aanga’. Dat heeft bijna een magisch effect. En ook de kennis – én ervaringsuitwisseling tussen vrijwilligers onderling vind ik erg waardevol. Zo leer je elkaar ook beter kennen.”

## LOA Henk Gertsen: “Het gaat bij ouderen vaak om de vraag achter de vraag”

In Lingewaard zijn er Lingewaardse Ouderen Adviseurs. Henk Gertsen uit Gendt is één van hen.

“Ik bezoek ouderen meestal aan huis. Ze kunnen voor de meest uiteenlopende vragen bij het Meldpunt van SWL terecht. En worden dan gematcht aan mij of een van mijn mede vrijwilligers, afhankelijk van de vraag. Elke LOA heeft weer andere affiniteit, dus daar wordt goed naar gekeken bij het matchen.





Mijn ervaring is, dat mensen soms niet de behoefte hebben om met iemand uit het eigen dorp te praten over kwetsbare situaties.” Henk zet zich dus juist niet alleen in Gendt in, maar in de hele gemeente. „De mensen waar ik kom hebben écht behoefte aan een gesprek. Ze zijn open en vertellen veel, vaak na doorvragen. De vraag waarvoor je komt, komt meestal aan het eind ter sprake. En dan gaat het vaak om de vraag achter de vraag. Dus bijvoorbeeld niet het wandelen met iemand is de vraag, maar het zoeken naar gezelligheid in het algemeen. Daar prikken wij als LOA goed doorheen. We zijn er ook goed in getraind. En sommige mensen willen er bijvoorbeeld niet uit om samen een kop koffie te drinken. Maar als ze dan één keer bij een koffietoestel geweest zijn, dan hebben ze het loopje wel gevonden en vinden ze toch aansluiting. Dat is zo mooi om te zien.

Als de vraag bijvoorbeeld is voor hulp met boodschappen, kijken we samen met de oudere hoe we deze praktische hulp kunnen inzetten door bijvoorbeeld contact te leggen met een buurvrouw of door deel te nemen aan een bepaalde whatsapp-groep, als de oudere digitaal vaardig is. Het valt me op dat er veel instanties zijn waar mensen terecht kunnen voor praktische hulp. Maar dat de mogelijkheden maar bij weinig mensen bekend zijn. De LOA's doen uiteraard zelf geen boodschappen, maar kijken hoe we de persoon praktisch verder kunnen helpen.”



## Taalmaatje Annelies Schreurs: “Het valt me altijd op dat er zoveel moeilijke formuleringen in het Nederlands zijn”

Naast Lingewaardse Ouderen Adviseur en vrijwilliger bij het Meldpunt SWL, is Annelies ook taalmaatje voor Mohammed uit Eritrea. Met succes: hij heeft met haar hulp een opleiding in de zorg kunnen afronden en werkt nu bij Sancta Maria in Huissen.

“Na de start van zijn opleiding MBO niveau 2 loopt hij al gauw tegen problemen aan. Want naast dat de opleiding niet is aangepast voor anderstaligen, is de hele cultuur in Nederland zó anders. Hij is in Eritrea naar school geweest, maar termen als ‘feedback geven’ en ‘doelen stellen’ kent hij niet. Ze zijn gewend om overal ‘ja’ op te zeggen. Het is dan de vraag of ze het echt begrepen hebben. Een agenda heeft hij niet, Mo onthoudt alles in zijn hoofd. Door wekelijks bij elkaar te komen krijgt hij langzamerhand toch wat dingen van de Nederlandse cultuur mee. Ik ben ook mee geweest naar een tien minutengesprek op de school van de dochter. Zijn vrouw was er nog nooit geweest en zou mij nooit om hulp vragen. Een nieuwsbrief van school lezen? Begin er maar eens aan als je zelf nooit hebt leren lezen en schrijven. En woorden als ‘aannemen’ en ‘opnemen’ klinken in onze oren zo vanzelfsprekend, maar hebben ook een figuurlijke betekenis. En dat maakt het moeilijk om uit te leggen.”



# Cijfers jaarverslag

## Staat van baten en lasten over 2023

	Saldo 2023	Saldo 2022
	€	€
<b>Baten</b>		
Overheidssubsidies	1.493.966	1.658.132
<b>Lasten</b>		
<b>Projectkosten</b>	219.874	222.004
<b>Kosten van beheer en administratie</b>		
Lonen en salarissen	868.678	990.300
Sociale lasten	156.752	167.187
Pensioenlasten	85.004	97.415
Overige personeelslasten	39.620	62.724
Afschrijvingen materiële vaste activa	5.155	17.969
Overige stichtingslasten	178.491	155.788
Som der lasten	1.333.700	1.491.383
<b>Resultaat</b>	-59.608	-55.255
Financiële baten en lasten	-1.660	-1.498
<b>Saldo</b>	-61.268	-56.753

**‘Een Lingewaardse samenleving waarin iedereen mee kan doen en zich thuis voelt door professioneel stimuleren & ondersteunen van inwoners & initiatieven.’**

## Gezinsondersteuning: meer gezinnen dan ooit

Aantal ondersteuningen...	61
...waarvan nieuwe gezinnen	42
Aantal bereikte gezinnen	>200
Aantal vrijwilligers	27

61 gezinnen zijn ondersteund, waarvan 42 nieuwe gezinnen in 2023. Ter vergelijking: in 2022 waren dit 43 gezinnen, in 2021 34 gezinnen. Een stijging van maar liefst 50% ten opzichte van 2021.

- Meer dan 200 gezinnen bereikt via collectieve activiteiten als mama's Café, Informatieavond Verslaving (dat alleen zijn er al 150)
- 27 vrijwilligers, stagiaires en maatjes van de Radboud Universiteit, allemaal inzetbaar voor gezinnen en collectieve activiteiten

Meer gezinnen betekent natuurlijk ook meer vrijwilligers. Waar vind je die? De nieuwe samenwerking met de opleiding Pedagogische Wetenschappen van de Radboud Universiteit levert een deel van de oplossing. Een aantal studenten van deze opleiding is in het afgelopen jaar vanuit het vak Kennis in Praktijk, gekoppeld aan gezinnen. Door het ondersteunen van gezinnen in Lingewaard werken studenten aan hun werkveldoriëntatie en wordt hun maatschappelijke betrokkenheid bevorderd. Gezinnen waarderen de inzet van deze jonge vrijwilligers met een hart voor opgroeiende kinderen en jongeren.

### Die vrijwilliger, wat levert dat nou op?

Sinds eind 2022 brengt Gezinsondersteuning in kaart hoe het met gezinnen gaat tijdens de ondersteuning door een vrijwilliger. Daarvoor worden een aantal schaalvragen gesteld aan de start van het traject. En we vragen deze opnieuw als de vrijwilliger het traject afsluit. Voor de gezinnen is het fijn om te zien hoe zij gegroeid zijn. Voor de verwijzers is duidelijk wat de waarde van de vrijwilliger is geweest voor het gezin. En voor de vrijwilliger zelf is het een geweldig compliment om te horen wat de inzet voor het gezin betekend heeft. Zo groeien gezinnen van een cijfer 3 naar een cijfer 8 voor hun energie. En neemt de sfeer in het gezin toe van een 5 naar een 8. De schaalvragen laten zien dat ouders zich minder zorgen maken over de opvoeding en dat hun zelfvertrouwen toeneemt.

# De cijfers

## Mantelzorg: bijna verdubbeling hulpvragen

Aantal vragen	201
Aantal inschrijvingen...	471
...Waarvan ingeschreven jonge mantelzorgers	28
Aantal ingeschreven jonge mantelzorgers	28
Aantal uitschrijvingen	29
Aantal aanvragen strippenkaart	15 (halverwege 2023 pas gestart)
Aantal ingeschreven vrijwilligers	22

In 2023 zijn er **201** hulpvragen. Dit is bijna een verdubbeling ten opzichte van 2021 (**109** hulpvragen). Ook het aantal inschrijvingen, met name van jonge mantelzorgers is explosief gestegen. Met maar **5** jonge mantelzorgers in 2021 naar maar liefst **28** geregistreerde jonge mantelzorgers in 2023.

### De ontmoetingsactiviteiten:

- Ontmoeting Minkhof in het kader van Respijtzorg: elke dinsdag. Het gaat om **8** deelnemers die mantelzorg krijgen en wekelijks bij elkaar komen. Hiermee is duidelijk voorzien in de behoefte.
- Nieuwe activiteit Hoofdbrekers: elke 14 dagen op dinsdag. **7** deelnemers.

### Cursussen:

- Zorg om dementie 2x per jaar gegeven: **15** deelnemers per cursus (vol), totaal **30**
- Zorgen voor een ander begint bij uzelf 2x per jaar gegeven: **8** deelnemers per cursus (vol), totaal **16** deelnemers

## Meldpunt: vooral hulpvragen inzet vrijwilliger

Aantal geregistreerde contacten	Ca. 800
Hulpvragen inzet vrijwilliger	209
Nieuw geplaatste vacatures vrijwilligersbank	58
Nieuwe aanmeldingen vrijwilligers	101
Oriëntatiegesprekken potentiële vrijwilligers....	41
...Waarvan directe matches	30

### De ca. 800 geregistreerde contacten zijn:

- hulpvragen (inzet vrijwilliger)
- informatievragen (sociale kaart Lingewaard)
- 'verhaal kwijt kunnen'
- Aanbod vrijwilligerswerk

In werkelijkheid zijn er veel meer telefonische contacten met name door aanmeldingen activiteiten, SWL workshops, Open Eetcafés en Charitas Kerstactie.

### De 209 hulpvragen voor inzet vrijwilliger zijn voor:

- hulp kleine klusjes in huis en tuin
- inzet van Lingewaardse Ouderen Adviseurs, Taalhelp, Gezinsondersteuning, Mantelzorgondersteuning, Rondkom of Budgetcoach, hulp bij Belastingaangifte, inzet Maatje.

Nieuwe potentiële vrijwilligers worden uitgenodigd voor een kennismakingsgesprek of doorverwezen naar een andere vrijwilligersorganisatie.



# De cijfers



De wooncoach 65-plussers maakt ook deel uit van de Klankbordgroepactie 10 van de Provincie Gelderland. Dat houdt in de ze een "Verklaring verhuiscoach" voor het aanvragen van de verhuisvergoeding mag invullen indien cliënten aan bepaalde strikte voorwaarden met betrekking tot verhuizing voldoen. Eén van de voorwaarden is dat de woningzoekende 55+ers al een verhuistrject met een Verhuis/wooncoach hebben opgestart vóórdat ze gereageerd hebben op het lopende aanbod of een woningaanbieding hebben voor een woning. Per 4 september 2023 zijn er strengere voorwaarden gesteld door de Provincie Gelderland.

## Wooncoach 65-plussers: maar liefst 145 huisbezoeken

Aantal nieuwe cliënten

97

Aantal huisbezoeken

145

Aantal verhuizingen

31 verhuizingen

- 19 verhuizingen vanuit een huurwoning
- 12 verhuizingen vanuit een koopwoning

Provincie Gelderland Klankbordgroep actie 10 /  
Intervisiegroep doorstroming Provincie GLD

11 aanvragen verhuisvergoeding samen met  
cliënten ingediend bij Provincie Gelderland

Samenwerkingsoverleg

De Wooncoach heeft deelgenomen aan diverse  
overleggen en werkgroepen, zoals Werkgroep  
Doornenburg, Netwerk Overleg in Gendt,  
Samen Kwiek, MEE en Waardwonen.

## Lingewaardse Ouderen Adviseurs: vooral vragen over activiteiten

Aantal nieuwe cliënten/huisbezoeken

61

Aantal vrijwilligers (LOA's)

10

De LOA's bezoeken de senioren gemiddeld nog 2 soms 3 keer na het 1e huisbezoek. Ook zijn er vinger aan de pols telefoontjes gedaan door de LOA's. De extra huisbezoeken en telefoongesprekken worden niet geregistreerd.

### Diverse activiteiten komen in meerdere kernen voor:

- Open Eetcafé dat in 5 kernen wordt neergezet (wekelijks, 2 wekelijks of maandelijks)
- Lunchcafé
- Lotgenoten Long Covid
- Thema bijeenkomsten i.s.m. HAN studenten
- Lingetalent (sociaal werkatelier)
- Bemmelse huiskamer
- Koffieochtenden
- Repaircafés
- Brei –en haakcafés
- Kledingruil Lingewaard

Opbouwwerk faciliteert, zorgt voor voldoende vrijwilligers en ondersteunt waar nodig de vrijwilligers bij hun taken.





“Lingewaard steeds een beetje mooier, leefbaarder en beter maken”

SWL



Stichting welzijn Lingewaard  
Cuperstraat 9 6681 AR Bemmelen

Het SWL Meldpunt is van maandag tot en met donderdag te bereiken van 9:00 tot 16:00 uur.  
Op vrijdag is het te bereiken van 10:00 uur tot 14:00 uur.  
Telefoon: 088 255 2555

-  [twitter.com/swlingewaard](https://twitter.com/swlingewaard)
-  [stichting Welzijn lingewaard](https://www.facebook.com/stichtingWelzijnlingewaard)
-  [swlingewaardig](https://www.instagram.com/swlingewaardig)
-  [meldpunt@swlingewaard.nl](mailto:meldpunt@swlingewaard.nl)
-  [www.swlingewaard.nl](http://www.swlingewaard.nl)

