

Jaarverslag 2020

Vitale  
Verbindingen  
in de wijk

Stichting Vitale Verbindingen

Marjet Zeegers

## Inhoud

Inleiding .....	2
1. Wijkschool en zomerschool .....	3
2. Training Ervaringswerker in de Wijk .....	5
3. Ontmoeting en activiteiten .....	6
3.1 Noord-West .....	6
3.2 Noord-Oost.....	7
3.3 Centrum, Spijkerkwartier en Arnhems Broek.....	7
3.4 Malburgen .....	8
3.5 Rijkerswoerd, Kronenburg en Vredenburg.....	8
4. Ondersteuning in herstel en participatie.....	9
5. Overig .....	12
Bijlage 1: Aantallen .....	14
Bijlage 2: Samenwerkingen op een rij .....	15
Bijlage 3: Samenvatting inventarisatie corona acties en behoeften Vitale Verbinders .....	18

# Jaarrapportage Vitale Verbindingen 2020

## Inleiding

Vitale Verbindingen is trots op het feit dat het gelukt is om in 2020 - dat te boek staat als een 'raar jaar' - met elkaar en met vele kwetsbare wijkbewoners verbonden te zijn gebleven. Daarnaast zijn ook nieuwe contacten opgebouwd. De impact van Corona was groot. Bijvoorbeeld op de mentale gezondheid van de ervaringswerkers en deelnemers van Vitale Verbindingen. Persoonlijke consequenties zoals: toename van stress, onzekerheid, angst, boosheid, minder contacten en meer teruggeworpen worden op jezelf. Organisatorische consequenties zoals het veranderen of niet doorgaan van activiteiten of daar niet aan mee kunnen doen, doordat thuis kinderen opgevangen moesten worden. Vitale Verbindingen zag een groeiende behoefte om elkaar te steunen en te ontmoeten en daar werden op creatieve (en verantwoorde) wijze oplossingen voor gevonden. Het Team Ervaringsdeskundigheid (Team ED) maakte de omschakeling naar vooral online gaan werken in plaats van live. In de discussie over sluiten van buurthuizen vond Vitale Verbindingen bij voorkeur een vorm die ontmoeting mogelijk bleef maken op een zorgvuldige manier. Toch maakte het steeds weer anticiperen op nieuwe afspraken en coronaregels het niet gemakkelijker om samen te werken met andere organisaties. Vitale Verbindingen zag bij buurtbewoners ook een hogere drempel om deel te nemen en waar voorheen spontane inloop altijd mogelijk was, was er nu meer terughoudendheid. Toch prevaleerde steeds het belang van 'omzien naar elkaar' en was Vitale Verbindingen zoveel mogelijk 'open' voor mensen met psychische kwetsbaarheid, fysiek in de buurthuizen, maar daarnaast ook online.

## 1. Wijkschool en zomerschool

### **Afspraak beschikking**

Een breed palet aan workshops, lezingen en (laagdrempelige) activiteiten voor en door wijkbewoners, gericht op het betrekken, faciliteren en laten meedoen van kwetsbare wijkbewoners.

Het is ook in 2020 gelukt om veel verschillende workshops, lezingen en activiteiten aan te bieden aan wijkbewoners. Voor de wijkschool en de zomerschool zijn in 2020 subsidies verkregen bij de Dullertsstichting (verbindende zomeractiviteiten als aanloop naar de wijkschool) en de provincie (wijkschool).

In samenwerking met 'Versterk't Netwerk'<sup>1</sup> werd in begin van het jaar een symposium voorbereid waarin studenten van de HAN samen met ervaringsdeskundigen voorlichting zouden geven over vier verschillende psychische aandoeningen. Vanwege Corona is dit symposium afgelast en ook niet meer opgepakt, omdat 'Versterk't Netwerk' stil kwam te liggen voor de rest van het jaar.

Ervaringsdeskundigen van Vitale Verbindingen werkten mee in de opzet en uitvoering van livestreamsessies die vanuit Indigo<sup>2</sup> zijn aangeboden in het kader van corona-gerelateerde psychische problemen.

De training Honest Open Proud is een (gecertificeerde) training van drie tot vier bijeenkomsten, gericht op bestrijding van (zelf-)stigma. Deze is in mei online aangeboden door Vitale Verbindingen (vijf bijeenkomsten van twee uur voor maximaal zes deelnemers). Dit wordt mede mogelijk gemaakt door Samen Sterk zonder Stigma. De training is in 2020 door 4 deelnemers gevolgd en afgerond met een certificaat. In het laatste kwartaal zijn nieuwe vragen naar de training binnengekomen, die we graag oppakken in 2021. Er is veel vraag naar de HOP-training. Hiervoor wil Vitale Verbindingen in 2021 liefst in samenwerking met andere partijen opzoek naar een financieringsbron, omdat het buiten de beschikking van de gemeente valt.

Ondanks de coronamaatregelen en onduidelijkheid daaromheen is het gelukt om verbindende zomeractiviteiten te organiseren en uit te voeren (en in aanloop daar naartoe fondsen te werven). Gelukkig werden de maatregelen tijds versoepeld. In Arnhem - Noord vonden de activiteiten plaats in Inloophuis Sint Marten en in De Nieuwe Hommel. In Arnhem - Zuid in het Huis voor de Wijk in Malburgen, Immerlo.

In Arnhem Noord bereikte Vitale Verbindingen met de zomeractiviteiten 29 unieke deelnemers. Het waren vooral mensen die al langer bekend zijn bij Vitale Verbindingen en na de eerste lock-down blijf waren elkaar weer te kunnen ontmoeten. Daarnaast vonden ook ongeveer vijf nieuwe deelnemers hun weg naar Vitale Verbindingen. De meeste mensen bezochten de zomeractiviteiten wekelijks.

In Arnhem Zuid vonden 19 unieke deelnemers hun weg naar de verbindende zomeractiviteiten. Enkele deelnemers waren oude bekenden (ook uit andere wijken). Een groep van 7 mensen heeft elkaar gevonden via de zomeractiviteiten en is de rest van het jaar regelmatig de Vitale Inloop en de wijkschool blijven bezoeken in het Huis voor de Wijk. Wegens coronamaatregelen kan de groep, die elkaar fysiek ontmoet in het wijkcentrum, niet groter worden. Toch ontstaan er nieuwe verbindingen en weten mensen elkaar en de medewerkers van Vitale Verbindingen te vinden voor ondersteuning in herstel en participatie.

---

<sup>1</sup> Versterk't Netwerk is een stage-project van Plushome, een organisatie die (in Arnhem en Utrecht) mensen begeleid naar een zelfstandig bestaan.

<sup>2</sup> Indigo was gerelateerd aan Pro Persona en biedt Preventie en Basis-GGz. Indigo is tegenwoordig opgegaan in Pro Persona Connect.

Na de zomer is de wijkschool doorgezet. In Arnhem Zuid kwam een stabiele groep deelnemers die elkaar binnen Vitale Verbindingen ontmoet heeft en elkaar inmiddels ook buiten Vitale Verbindingen om weet te vinden. Elke donderdagmiddag is er met elkaar soep gegeten. Daarna gingen de activiteiten van start. De ene week een laagdrempelige Vitale Inloop activiteit, de andere week een wijkschool activiteit. Het programma wordt maandelijks met de deelnemers samengesteld waarbij een aantal deelnemers ook een actieve betrokkenheid heeft in de uitvoering van het programma.

Thema's die aan de orde kwamen:

- omgaan met boosheid;
- grenzen stellen;
- je eigen kwaliteiten;
- stigma;
- sociale contacten;
- eenzaamheid.

De groep is graag actief en door een van de deelnemers wordt regelmatig een beweegactiviteit begeleid.

In 2020 zijn sommige thema's ook uitgewerkt in theaterworkshops in samenwerking met OverMalbruggen. Het onderwerp Stigma is uitgevoerd in samenwerking met de Bagagedrager (gefinancierd door Social Run).

Door de coronamaatregelen is het ingewikkeld om de wijk in te gaan, contacten te leggen met nieuwe deelnemers en hierdoor een stevige basis te ontwikkelen in de wijk. Deze periode is wel gebruikt om (verder) kennis te maken met het professionele netwerk in de wijk.

In Arnhem Noord is ervoor gekozen de wijkschool om de andere week op dinsdagmiddag in de Nieuwe Hommel te organiseren en daarnaast een maal per vier weken in De Beijer. Ook hier deden vooral bij Vitale Verbindingen al bekende mensen mee.

In De Nieuwe Hommel kwamen aan de orde:

- relax;
- weerbaarheid;
- herstel;
- energiemangement.

Het programma werd met vrijwilligers samengesteld en deelnemers kregen een steeds grotere rol in het opzetten van workshops. De opzet is dat deelnemers vanuit hun eigen interesse een workshop kunnen organiseren voor andere deelnemers. Zij vinden een voorbeeld bij medewerkers, vrijwilligers en netwerkpartners die meer ervaring hebben in het organiseren en uitvoeren van workshops. Nieuwe workshopbegeleiders vinden begeleiding op vaardigheden zoals:

- Hoe sta je voor een groep?
- Hoe maak je je verhaal aantrekkelijk voor deelnemers?

In de Beijer werd een serie van workshops met thema "herstel en filosofie" uitgevoerd. De vrijwilliger die deze workshops organiseerde, werd hierin begeleid door een medewerker van Rozet en wist haar op zijn beurt te inspireren.

## 2. Training Ervaringswerker in de Wijk

### **Afspraak beschikking**

De training Ervaringswerker in de wijk, bestaande uit 10 dagdelen, voor wijkbewoners met een psychische kwetsbaarheid, in combinatie met deelname aan een (zelf-ontworpen) participatieproject. Deze training wordt Arnhem-breed aangeboden. Doel van de training is inwoners een houvast te bieden voor herstel, hun kwetsbaarheid te verkleinen, het netwerk te vergroten en hen vaardigheden en tools voor zelfregie en zelforganisatie in handen te geven. Het is nadrukkelijk de opzet dat de ervaringswerkers participatieprojecten opzetten en organiseren voor andere kwetsbare inwoners/cliënten uit de GGZ doelgroep en daarmee vraaggerichte activiteiten realiseren.

In het eerste kwartaal van 2020 is de derde training die in 2019 startte met acht deelnemers afgerond met vijf gecertificeerde mensen en drie mensen die hier nog een nieuwe kans toe krijgen. Van de acht mensen die de training eind 2019 gestart zijn, zijn er momenteel zes daadwerkelijk actief als vrijwilliger in de wijk. Twee van hen buiten Vitale Verbindingen in het buurtcentrum in hun wijk. Eén deelnemer ontwikkelde zelf nieuwe workshops en zet zich in als ervaringsdeskundige. Een andere deelnemer maakt deel uit van het horecateam dat in de Nieuwe Hommel actief is en ontpopt zich in toenemende mate tot een verdienstelijk dagbeheerder/gastheer. Een deelneemster die vanuit Howie the Harp stage heeft gelopen binnen Vitale Verbindingen en al zeer actief was met knutselactiviteiten binnen De Nieuwe Hommel, is zich gaan toeleggen op het zoeken naar betaald werk. De knutselactiviteiten worden gelukkig doorgezet door collega's. Een deelnemer is voor zichzelf gestart als schrijver en vindt daarin ondersteuning van onze vrijwilligers. Twee deelnemers zetten zich in als vrijwilliger om wijkgenoten te ondersteunen in hun herstel en participatie (peersupport). De laatste twee zijn ook actief als vrijwilliger voor andere organisaties (IrisZorg, RIBW en/of Pro Persona). Eén van hen wil graag een wandelgroep in Zuid opzetten. Dit is door Corona nog niet uitgevoerd. Zodra de maatregelen voor buiten versoepeld worden, kunnen wij dit doorzetten.

De training is aangepast, om beter aan te kunnen sluiten op verschillen tussen de deelnemers wat betreft de fase van herstel waarin zij zich bevinden. De training biedt op de eerste plaats een basis om actief te worden, mee te doen in de wijk. Dit kan in zeer diverse vormen. Daarbovenop kunnen mensen verdiepingsmodules volgen en/of individuele coaching krijgen om hun herstelervaring te leren inzetten. Gebleken is dat dit niet voor alle mensen een (haalbaar) doel is. De ontwikkeling van de verdiepingsmodules komt in de knel doordat er te weinig ervaringsdeskundigen beschikbaar zijn.

In het najaar is de training omgezet naar een online-training die via 'Google Classroom' werd gefaciliteerd. Dit vroeg om aanpassing van het materiaal en dat is door één van onze betaalde ervaringsdeskundigen uitgevoerd. In november 2020 zijn we gestart met vier deelnemers, door één betaalde en twee vrijwillige trainers. Helaas vielen de vrijwillige trainers uit, de een doordat haar kinderen niet naar school konden, de ander om gezondheidsredenen. Vervanging kon gelukkig nog wel geregeld worden en zo kon de training in 2021 afgerond worden door alle vier de deelnemers. Inmiddels (maart 2021) hebben alle vier de deelnemers hun certificaat behaald en heeft bovendien één deelnemer uit de vorige training alsnog de training succesvol afgerond.

### 3. Ontmoeting en activiteiten

#### **Afspraak beschikking**

Herstelcommunities in de wijken, te weten het bieden van inloopmomenten en activiteiten in wijkeigen centra met daarbij de inzet van ervaringsdeskundigen, die – naast wijkcoaches en professionals – bijdragen aan de groei van zelfregie, onderlinge hulp en netwerken van kwetsbare wijkbewoners. Het betreft hier laagdrempelige wekelijkse ontmoetingsmomenten, zowel in Arnhem-Noord als in Arnhem Zuid in de volgende wijken en ontmoetingsplekken: De Nieuwe Hommel (Noord West) voor heel Arnhem, met tevens inloop in De Beijer (Geitenkamp/ Noord Oost); - Vanuit Huis voor de Wijk (Malburgen) voor heel Arnhem Zuid.

Vitale Verbindingen is op de eerste plaats een herstel-community. Dat houdt in dat de medewerkers, vrijwilligers en deelnemers een gemeenschap vormen, een netwerk van mensen die in herstel zijn - of zijn geweest - van ontwrichtende omstandigheden zoals verslaving of (andere) psychiatrische aandoeningen, armoede of eenzaamheid. Mensen komen en gaan binnen de community. Er is een kern die blijft en die de boel bij elkaar houdt. Vanuit de herstel-community draagt Vitale Verbindingen bij aan gemeenschapsvorming in de verschillende wijken. Waarbij Vitale Verbindingen zich er steeds sterk voor maakt dat er niet óver kwetsbare mensen gesproken wordt, maar dat deze actief worden betrokken en ingezet om de wijken leefbaar en veilig te maken.

De manier waarop Vitale Verbindingen bijdraagt met ontmoeting en activiteiten kan per wijk verschillen. In De Nieuwe Hommel (Noord-West), De Beijer (Noord-Oost) en Huis voor de Wijk (Malburgen, Immerlo) is Vitale Verbindingen wekelijks actief met diverse bijdragen. Zij wil daarnaast ruimte en ondersteuning bieden aan ervaringswerkers die in hun eigen wijk iets tot ontwikkeling willen brengen en werken mee aan het ontstaan en versterken van buurtplekken waar dit kan. Waar het kan is waar bewoners met ondersteuning van organisaties initiatieven starten. Daarop aansluitend kan Vitale Verbindingen helpen om inclusie mogelijk te maken. Investeren in buurtbewoners als netwerk is de moeite waard, zoals een buurvrouw het uitdrukte: "Wij gaan niet weg. Wij wonen hier." Professionals moeten het niet (willen) overnemen van buurtbewoners. Zij kunnen wel helpen om ruimte te maken voor iedereen, de buurt helpen om inclusief te zijn.

#### 3.1 Noord-West

Het kloppend hart van de activiteiten in Noord-West is De Nieuwe Hommel (DNH). Hier trekt Vitale Verbindingen ook heel veel mensen uit andere wijken. In De Nieuwe Hommel vonden wekelijkse pannenkoek-, soep-, knutsel-, schaak- en computerinlopen plaats en is op woensdagmiddag een creatieve herstelclub gestart. Tijdens de eerste lockdown onderhielden veel Vitale Verbinders contact met elkaar en andere wijkbewoners. Een mooi voorbeeld is het knutselpakket dat kort voor Pasen werd bezorgd bij de trouwe deelnemers van de creatieve groepen. De pannenkoekinloop kon het hele jaar niet opgepakt worden. Daarvoor in de plaats worden afhaalmaaltijden geboden. Hier wordt niet heel veel gebruik van gemaakt, maar het is toch een uitkomst voor zowel het 'horeca-team' die daardoor wel een dagbesteding hebben als voor sommige buurtbewoners. Daarnaast is Vitale Verbindingen ook op dinsdag dagbeheerder geworden en koppelt dit aan uitvoering van de wijksschool (zie hierboven) en het project 'Sweet Tea'. Dit project is bedacht door een van onze vrijwilligers die graag bakt en dat ook goed kan. Het gebak is op dinsdagmiddag en op woensdag te koop. Ook nemen gebruikers van het gebouw graag gebak af. Op het moment zijn dat uiteraard alleen onze eigen groepen en medewerkers van Rijnstad. De 'Sweet Tea' maakt dat er naast de ontmoetingsplek op woensdag en vrijdag nu ook op dinsdag plek voor ontmoeting is. Hier kunnen we niet heel actief voor werven, maar is wel fijn voor de mensen die bij Vitale Verbindingen in De Nieuwe Hommel hun 'dagbesteding' vinden of waarvoor dit een van de weinige plekken is waar zij nog mensen kunnen ontmoeten.

In Noord-West is de samenwerking met groepjes van wijkbewoners, inloophuis Sint Marten, de wasplaats en de bewonersondersteuners van Rijnstad gegroeid, mede door gezamenlijke inzet in de Corona- hulp. Vitale Verbindingen was partner in de corona-hulplijn waaruit ook een kookinitiatief is ontstaan dat een actieve wijkbewoner samen met twee Vitale Verbinders gedurende de lockdown uitvoerde. Voor wijkbewoners die dat nodig hadden, werden maaltijden gekookt en aan huis bezorgd.

Ook is er contact gelegd met het Jonahuis, een laagdrempelige opvangvoorziening die fungeert als voordeur naar hulpverlening voor jongeren die dakloos zijn of dreigen te worden. Het 'horecateam' en onze stagiaires 'sociaal werk' zorgden in samenwerking met de hulpverleners van het Jonahuis voor een kerstdiner en kerstpakketten voor de jongeren. De maaltijd werd in de Nieuwe Hommel bereid en in het Jonahuis genuttigd.

Het 'horeca-team' heeft een heel actieve groepsapp waar mensen ook in blijven hangen als ze (even) niet meer zo actief zijn in het team. Hier vinden tot op de dag van vandaag meerdere keren per week leuke uitwisselingen plaats. Mensen denken aan elkaar.

Voor de periode april t/m december 2020 had Vitale Verbindingen aangeboden om als hoofdbeheerder van DNH op te treden, omdat deze rol (nog) niet door 'De Wijk' werd opgepakt. Dit bood de kans om te bevorderen dat 'de wijk' opnieuw eigenaarschap op kon bouwen, waarmee Vitale Verbindingen weer onderdeel kan worden van dit grotere geheel. Dit heeft een van de vrijwilligers de kans geboden om zich te ontwikkelen tot een uitstekende dagbeheerder en gastheer. Het thema 'gastvrijheid' is door het hele team opgepakt en onder andere omgezet in het idee om ook te gaan bakken 'voor de wijk'. Alles is kleinschalig gebeven, maar wordt wel gewaardeerd door mensen die deze plek echt nodig hebben. Vitale Verbindingen heeft aangegeven in 2021 haar rol als dag-beheerder/gastpersoon uit te willen breiden naar alle vijf de werkdagen. Daarmee komen er meer vrijwilligersplekken en kan er samen met De Nieuwe Hommel en (andere) gebruikers een heldere structuur en cultuur worden neergezet, uiteraard in nauwe samenwerking met zoveel mogelijk actieve wijkbewoners zodra dat weer kan.

### 3.2 Noord-Oost

Het hart van Vitale Verbindingen in Noord-Oost klopt vooral in de Geitenkamp, specifiek in De Beijer, maar ook andere locaties zijn in beeld. De inloop op maandagmiddag had weer een dynamisch programma en bezoekersaantal nam toe tot het coronavirus roet in het eten gooide. Tijdens de lockdown werd meegedaan aan de Coronahulplijn, maar er was weinig vraag. Er werd onderling contact onderhouden via de groepsapp en werd er bijvoorbeeld in kleine groepjes gewandeld. Vanaf september is de Vitale Inloop onder leiding van twee (soms drie) ervaringsdeskundigen weer goed op gang gekomen. Er wordt een afwisselend programma geboden, wat een keer per vier weken onder de wijksschool past.

### 3.3 Centrum, Spijkerkwartier en Arnhems Broek

Groeiende activiteiten met name in Het Broek, waar een Vitale Verbinder actief is om de buurt schoon te houden en om een buurttuin van de grond te krijgen. Het eerste lukt heel goed en daar worden van tijd tot tijd andere bewoners in meegenomen en geënthousiasmeerd. De buurttuin is door onenigheid en – volgens onze vrijwilliger overbodige – regulering nog niet helemaal tot bloei gekomen. In het Spijkerkwartier houdt Vitale Verbindingen kantoor in De Lommerd en wordt dit gebruikt als werkplek en overlegruimte. Wijkbewoners, wijkvrijwilligers, wijkcoaches en professionals weten Vitale Verbindingen is in deze centrumwijken steeds makkelijk te vinden. Fijn zou zijn wanneer Vitale Verbindingen in een van deze wijken een goede ontmoetingsplek weet te vinden.



### 3.4 Malburgen

In Malburgen is doorgezet op het realiseren van een vaste ontmoetingsplek in het Huis voor de Wijk in Immerlo. Na de lockdown kon Vitale Verbindingen hier van start met verbindende zomeractiviteiten, waarna hier een stabiele groep van mensen elkaar wekelijks weet te vinden en ondersteund wordt door een opbouwwerker met ervaringsdeskundigheid (eerst vrijwilliger, later betaald medewerker). De Vitale Inloop in Malburgen is inmiddels een blijvende activiteit, waar ook de wijkschool aan gekoppeld is.

### 3.5 Rijkerswoerd, Kronenburg en Vredenburg

In Rijkerswoerd, Kronenburg en Vredenburg (RKV) heeft Vitale Verbindingen goed contact met enkele wijkcoaches, die actief verwijzen naar herstel- en participatietrajecten van Vitale Verbindingen. Er is nog geen (eigen) ontmoetingsplek, maar een van onze vrijwilligers is tot aan de lockdown samen met een opbouwwerker van Rijnstad aan de slag geweest om buurtplekken te ontwikkelen. Tijdens de lockdown is dit stil komen te liggen en daarna ook niet meer opgestart. In september/oktober is Vitale Verbindingen opnieuw benaderd door het Sociale Wijkteam en Team Leefomgeving om mee te denken en te werken aan de inrichting van een ontmoetingsplek, waarvoor ruimte lijkt te komen op het Croydonplein. In aanloop hiernaartoe is overleg geweest met de organisaties Zorgplus en +Home die in dit gebied veel inwoners begeleiden en graag met Vitale Verbindingen een structurele samenwerking zou willen opzetten.

## 4. Ondersteuning in herstel en participatie

### **Afspraak beschikking**

Het doorontwikkelen van empowerment en de poule ervaringsdeskundigen.

Vitale Verbindingen biedt ondersteuning aan individuele bewoners. Bewoners kunnen via een wijkprofessional of direct aangemeld worden. Ondersteuningsvragen kunnen heel divers zijn. Vitale Verbindingen zet hierop ervaringsdeskundigheid in en werkt herstelondersteunend. Ook in 2020 wisten zowel bewoners als wijkprofessionals Vitale Verbindingen te vinden voor een herstel ondersteunend en/of activerend traject. In enkele gevallen is het product Ambulante Begeleiding of Activerend Werk geboden. Deze wordt dan uitgevoerd door een gekwalificeerde ervaringsdeskundige.

Het doorontwikkelen van empowerment en de poule ervaringsdeskundigen – zoals verwoord in de beschikking – staat ten dienste van ondersteuning van het persoonlijk herstel, waarin participatie en emancipatie een rol spelen. Met name emancipatie is van eminent belang, allereerst in het kader van gelijke rechten, maar ook in belang van de zelfstandigheid en bevrijding van onder meer sociale en morele beperkingen.

Vitale Verbindingen is onderdeel van een netwerk van ketenpartners (zie samenwerkingen). Hier heeft Vitale Verbindingen een constructieve samenwerking met als doel om ervaringsdeskundigheid (ED) nog meer te bundelen en zo draagvlak te vergroten. Dit vergt nog wel een pittig proces, waarin Vitale Verbindingen bereid is leiding te nemen.

Binnen Vitale Verbindingen is een Team ED (ervaringsdeskundigheid) gevormd dat wekelijks bij elkaar komt, tijdens de lockdown in online meetings. Kort voor de lockdown werd onder leiding van een extern deskundige gestart met een serie inspiratiesessies, die online is voortgezet en afgerond. Ook zijn de banden aangetrokken met ervaringsdeskundigen uit andere organisaties, zoals RIBW, Pro Persona, Woonzorgnet etc. De lockdown maakte het niet gemakkelijk, maar er is wel een groei in kwaliteit en onderlinge samenwerking. Tevens zijn beschrijvingen gemaakt en is er een kwaliteitshandboek gemaakt.

Vanuit doorleefde ervaring, kennis en deskundigheid kunnen ervaringswerkers van Vitale Verbindingen aansluiten op de vraag van de inwoner in welke van onderstaande 4 fasen deze zich ook bevindt:

- 1) Overweldigd worden door de aandoening.
- 2) Worstelen met de aandoening.
- 3) Leven met de aandoening.
- 4) Leven voorbij de aandoening.

Vitale Verbindingen ziet herstel en participatie als twee kanten van dezelfde medaille: het een kan niet zonder het ander. Daarom werkt Vitale Verbindingen altijd vanuit het principe van wederkerigheid: “Wat kom je halen? Wat wil je brengen? Wat heb je te bieden, wat zijn je talenten? Wat heb je nodig om deze in te zetten?” Door deze aanpak kunnen mensen verschuiven in de fasen zoals hierboven weergegeven. Van deelnemer/bezoeker tot vrijwilliger ontwikkelt iemand zich bijvoorbeeld naar de fase van ‘leven met de aandoening.’ Een vrijwilliger is een ervaringswerker zodra deze de ervaring met een psychische aandoening (bewust) inzet, hij/zij kan leven met of voorbij de aandoening en kan anderen helpen in diens ontwikkeling naar herstel en participatie. Vitale Verbindingen heeft ook vrijwilligers die er (nog) niet voor kiezen om hun eigen ervaring in te zetten en vrijwilligers die dat (op termijn) wel willen, maar er nog niet aan toe zijn, omdat zij zelf nog niet ver genoeg zijn in hun herstelproces.

Een ervaringsdeskundige heeft zelf ervaring met herstel tot het niveau van 'leven voorbij de aandoening' – wat wil zeggen dat de aandoening niet meer of veel minder bepalend is in het dagelijkse leven - en wil en kan deze ervaring op professioneel niveau inzetten. Hiervoor heeft iemand de nodige kennis en vaardigheden weten te verwerven.

De basishouding binnen Vitale Verbindingen is gebaseerd op de onderkenning van de draaglast van de inwoner zonder deze centraal te stellen. Ervaringswerkers kunnen de draaglast vanuit eigen ervaring invoelen, maar leggen de nadruk op talenten en mogelijkheden die betrokken zelf kan inzetten. Zij onderzoeken met de betrokkene welke kracht deze kan putten uit zijn eigen netwerk en helpen hem deze te vergroten. Zij zijn zelf het levende voorbeeld om te laten zien dat er hoop is op een betere toekomst. Het product 'ambulante begeleiding' (inkoop) wordt ingezet wanneer andere – meer laagdrempelige contacten – voor betrokkene niet toereikend zijn.

Op het moment bestaat het Team ED binnen Vitale Verbindingen uit een tiental mensen. De mate van deskundigheid varieert. Allen hebben alle fasen van het herstelproces tenminste één keer doorlopen en willen deze ervaring inzetten of leren inzetten. De inzetbaarheid varieert in omvang: sommige teamleden zijn incidenteel inzetbaar, andere wekelijks gedurende maximaal 24 uur. Het managen van de inzet is soms een uitdaging en is uiteraard ook afhankelijk van de mogelijkheid om ervaringsdeskundigen betaald te kunnen inzetten. Dit is in de loop van 2020 gegroeid naar 40 uur per week in een payroll-constructie en 8-12 uur per week als ZZP. De laatste voor een groot deel als PR-medewerker. De gewenste poulevorming kan door Vitale Verbindingen alleen bereikt worden met actieve ondersteuning vanuit de instellingen, maar die hebben ook hun eigen uitdagingen. Niettemin bevinden zich in ons netwerk ervaringsdeskundigen van de verschillende organisaties en lukt het soms om een koppeling tot stand te brengen tussen een hulpvrager en een ervaringsdeskundige van een andere organisatie.

In de loop van 2020 is het Team ED merkbaar gegroeid in het functioneren als team. Elkaar wekelijks zien – helaas vaak via online-bijeenkomsten – heeft de banden versterkt. Om de andere week is dit een intervisiebijeenkomst die geleid wordt door twee elkaar afwisselende ervaringsdeskundigen. Een op vier bijeenkomsten wordt een actueel thema besproken en een op vier bijeenkomsten worden beleidszaken besproken. Het heeft tijd gekost om met deze vaste structuur iedereen te bereiken, maar werpt uiteindelijk vruchten af en biedt ook de mogelijkheid om noodzakelijke professionele standaarden, zoals de meldcode huiselijk geweld en kindermishandeling, te onderhouden.

### **Individuele coaching/ondersteuning**

Tenminste twintig personen vinden binnen Vitale verbindingen een coachingstraject gericht op herstel en participatie, ondersteunt door een ervaringsdeskundige (ED). Hierin wordt in toenemende mate planmatig gewerkt, maar blijft zeker ook van belang dat het laagdrempelig blijft en een ondersteunende relatie zich vaak organisch ontwikkelt. Via ons registratiesysteem 'Cliendo' bouwen we samen met de betreffende bewoner een persoonlijk dossier op.

Naast de trajecten die door ervaringsdeskundige coaches worden uitgevoerd, vinden veel mensen ook in de activiteiten ondersteunende contacten. Zo is er bijvoorbeeld een vrijwilliger die nu al vele jaren in De Nieuwe Hommel de schaakinloop begeleidt. Hij bereikt hiermee enerzijds een vaste groep van deelnemers, anderzijds is er ook nieuwe aanwas en incidentele deelname. Mensen die uitvallen omdat er bijvoorbeeld sprake is van een terugval en opname worden gemist en opgezocht.

Een ander voorbeeld is de manier waarop uit groepsapps en toevallige aanloop – maar ook tussen vrijwilligers onderling - vele contacten ontstaan, zoals samen wandelen, elkaar praktisch ondersteunen op incidenteel niveau, door middel van app-contact en telefoon een paniekaanval onder controle krijgen... en zo voort.

Vitale Verbindingen is ook erkend voor de uitvoering van (geïndiceerde) WMO-trajecten 'Activerend Werk' en 'Ambulante Begeleiding'. Deze worden nog niet heel vaak toegewezen door Sociale Wijkteams, maar overwegend met succes – en altijd met een lange adem! - uitgevoerd. Het streven is om in 2021 meer erkenning te vinden voor betaalde inzet van onze ED coaches.

### **Herstelgroep**

Er is een herstelgroep gestart, geleid door twee ervaringsdeskundigen, met zes deelnemers. Er werden 9 bijeenkomsten geboden met de thema's: herstelproces, empowerment, eigen regie, omgaan met weerstand, eigen kracht en kwetsbaarheid. Door coronamaatregelen en de wens van de deelnemers om fysiek te ontmoeten, moest de groep gesplitst worden. Met drie deelnemers is de groep voortgezet en in 2021 afgerond. Er was samenwerking met Woonzorgnet en de wijkcoaches. Naar aanleiding van de positieve evaluatie van de deelnemers die de herstelgroep konden afronden, zullen we dit zeker herhalen in de loop van 2022, liefst in samenwerking met ervaringsdeskundigen van andere organisaties.

Vrijwilligers, deelnemers en (al/niet betaalde) medewerkers hebben misschien een andere rol en andere belangen, maar wat voor ons allemaal geldt is dat we (blijven) werken aan persoonlijk herstel en ontwikkeling, onder andere via intervisie, via peercontact en via herstelgroepen.

## 5. Overig

### **Afspraak beschikking**

Niet van toepassing.

Vitale Verbindingen biedt graag stageplekken. Stagiaires komen onder meer van Rijn IJssel Sociaal Werk en van de HAN Social Work. Daarnaast onder meer van Howie the Harp, van Zadkine, van Windesheim Social Work, van het NTI Maatschappelijke Zorg Begeleider Specifieke doelgroepen en van Capabel. Sommige stages zijn specifiek voor ervaringsdeskundigen. Maar ook andere stagiaires komen bij Vitale Verbindingen terecht omdat hier ruimte is om te werken aan herstel en tegelijkertijd te ontwikkelen tot professional. Soms gebeurt dat na planning vooraf, soms blijkt dit in de praktijk. Van de ontwikkeling van de PraktijkLeerRoute (PLR), die nu in Arnhem Noord eindelijk goed vorm krijgt, is Vitale Verbindingen al lange tijd een voorstander en stimulator.

In 2020 hebben zes stagiaires van Rijnijssel Sociaal Werk hun opleiding mede dankzij Vitale Verbindingen succesvol kunnen afronden. Voor de meesten van hen was dat in de lockdown periode wat dus wel wat kunst- en vliegwerk van beide kanten vroeg, maar het is gelukt. Ook de laatste stagiaire van Howie the Harp Arnhem kon haar stage succesvol afronden, nog net voor de lockdown.

In Zuid is in het voorjaar, vlak voor de lockdown, een groep van vier stagiaires 1<sup>ste</sup>-jaars van de HAN aan de slag gegaan. Zij hadden de opdracht om de wijk Malburgen in beeld te brengen. Zij hebben een filmpje gemaakt over de problematiek wat zij tegenkwamen in de wijk. In het vervolg daarop zijn zij aangesloten bij digitale activiteiten van Rijnstad en een activiteitenweek tijdens de Zomerschool. Deze groep is begeleid door een opbouwwerker met ervaringsdeskundigheid, die dit als vrijwilliger deed.

Een snuffelstage vanuit de HAN beeldende therapie is eveneens goed volbracht, met de nodige aanpassingen in verband met coronamaatregelen, maar naar tevredenheid van beide partijen.

Ook zijn er stages afgebroken. Dit waren er vier. Redenen waren uiteenlopend en zijn soms ook niet (helemaal) boven tafel gekomen. Voor een van de afgebroken stages was het een typisch geval van 'verkeerde' studierichting.

En tot slot is een stage doorgezet ter afronding in 2021; een andere stagiaire is vanwege inhoudelijke interesse overgestapt naar RIBW, maar houdt wel contact met Vitale Verbindingen.

In het nieuwe stagejaar (2020-2021) is Vitale Verbindingen nieuw stagecontracten aangegaan, die uiteraard doorlopen. In het najaar zijn twee stagiaires in Arnhem Zuid van start gegaan. Eén stagiaire (HAN SW) had meerdere stages elders gelopen en was daar vastgelopen door persoonlijke problematiek. Ook voor stagiaires is er binnen Vitale Verbindingen ruimte om te werken aan persoonlijk herstel in combinatie met een ontwikkeling tot professional. Zij pakt beide goed op. De tweede stagiaire (Capabel sociaal werk niveau 4) is door Vitale Verbindingen vanuit meerdere plekken veel tijd in gestoken, maar het blijkt dat hij niet goed zijn weg kan vinden in zijn problematiek met betrekking tot onze doelgroep. Hij had meer een rol als deelnemer. Onverwacht heeft hij een andere stageplek gevonden met een andere doelgroep.

In Arnhem Noord zijn stagiaires specifiek bij inloopmomenten De Nieuwe Hommel en/of De Beijer aan de slag gegaan, maar is ook aangesloten op de PraktijkLeerRoute van RijnIJssel en de HAN. Het gaat hierbij om ongeveer zes stagiaires die vanuit 2020 meegenomen worden naar 2021 en die zijn verbonden aan opdrachten die Vitale Verbindingen (in samenwerking met respectievelijk Rijnstad en het zwerfjongerenproject van Pactum) heeft ingebracht:

- Breng in kaart wat de voorzieningen sociaal werk zijn binnen Geitenkamp, Sint Marten Sonsbeek en Klaren dal (Participatiemogelijkheden in de wijk)
- Creëer een netwerk voor participatie van zwerfjongeren in de Arnhemse wijken.

Veel vragen om een stageplek moesten helaas ook afgewezen worden. De aantrekkingskracht van Vitale Verbindingen is blijkbaar groot en/of er is een groot gebrek aan stageplekken. Vitale Verbindingen moet soms afwijzen uit gebrek aan mogelijkheden om voldoende contactmomenten te hebben enerzijds met cliënten, anderzijds onderling.

## Bijlage 1: Aantallen

### Aantal vrijwilligers (lijst eindejaar)

- 5 bestuursleden
- 31 vrijwilligers in inzet variërend van 3 volle dagen per week tot incidenteel

### Aantal ED'ers die betaald worden ingezet en hun uren per week

- 2 ervaringsdeskundigen worden ingezet vanuit een payrollconstructie
- 24 uur al vanaf 1 januari
- 16 uur vanaf 15 oktober
- 1 ervaringsdeskundige is ingezet als zzp'er en kon tenminste 8 uur per week facturen, meer op basis van inkoop WMO-trajecten

### Aantal mensen die individuele ondersteuning krijgen

- Tenminste 20 waarvan een klein aantal op indicatie (WMO-trajecten)
- Hoe mensen elkaar onderling steunen, ook buiten de activiteiten van Vitale Verbindingen om is moeilijk te tellen. In de kern vormen Vitale Verbinders (ook) onderling hun sociale vangnetten

### Aantal bezoekers Vitale Inloop en wijkschool in Malburgen

- De wijkschool is meteen na de verbindende zomeractiviteiten doorgezet
- In de 2<sup>de</sup> lockdown is het 2 weken dicht geweest. Daarna speciaal voor Vitale Verbindingen open op donderdagmiddagen
- 16 bijeenkomsten, waarvan 1 keer per 2 weken een workshop in kader van de wijkschool
- 98 deelnemers

### Aantal bezoekers Vitale Inloop en wijkschool in Geitenkamp

- In de Geitenkamp duurde de 2<sup>de</sup> lockdown enkele maanden
- 24 bijeenkomsten, waarvan 1 keer per maand een workshop in het kader van de wijkschool
- 110 deelnemers, waarvan 76% uit de Geitenkamp zelf

### Aantal bezoekers Diverse Inlooppmomenten en wijkschool in Sint Marten en Klarendal

- In Sint Marten Klarendal zijn we alleen in de 1<sup>ste</sup> lockdown dicht geweest
- Wijkschool vanaf 1 oktober 1 keer per 2 weken op dinsdagmiddag (deelnemers niet geteld, maar aantallen varieerden van 3-6 per keer)
- Geen pannenkoekinloop, maar afhaalmaaltijden op woensdag (per week gemiddeld 5 maaltijden afgehaald)
- Creatieve herstelclub op woensdag (deelnemers niet geteld maar aantallen varieerden van 3-10)
- Soepinloop (soep to go), elke vrijdag (bezoekers niet geteld, naar schatting 10-15 per week)
- Knutselinloop, hoewel mensen zich moesten opgeven zijn de lijsten niet bewaard. Bij benadering komen wekelijks 6-10 mensen naar de knutselinloop. 20 regelmatige bezoekers zijn bekend.

### Wijken

- We kunnen dit jaar niet goed een overzicht verdeling naar wijken maken, omdat we onze registratie hier niet goed op ingericht hebben (zijn we aan het verbeteren)
- Duidelijk is dat Vitale Verbindingen op alle locaties ook bewoners uit andere wijken aantrekt van Presikhaaf tot en met Schuytgraaf en zelfs uit andere gemeenten (met name Dieren en Westervoort)

## Bijlage 2: Samenwerkingen op een rij

### Locaties / ontmoeting

- De **Nieuwe Hommel** in Arnhem Noord-West is vanaf de start van Vitale Verbindingen een 'thuisvestiging' geweest. In 2019 verhuisde het hoofdkantoor van Rijnstad naar De Nieuwe Hommel. De gemeente heeft zich ingezet om het overgebleven deel als buurthuis te behouden. Vitale Verbindingen heeft tijdelijk het hoofdbeheer op zich genomen – naast het dag-beheer dat al enkele jaren wordt uitgevoerd – om partijen uit de wijk in gelegenheid te stellen zelfbestuur van De Nieuwe Hommel voor te bereiden. In de Nieuwe Hommel is Vitale Verbindingen zichtbaar en te bereiken op tenminste twee dagen per week, wat in de loop van 2020 is uitgedoemd naar drie dagen en in 2021 zal uitdoeien naar vijf dagen.
- De **Beijer** is al enige jaren de thuisbasis voor Vitale Verbindingen in Noord-Oost. Elke maandagmiddag vindt hier de Vitale Inloop plaats met een afwisselend programma. Er is een community van wijkbewoners die actief zijn voor Vitale Verbindingen en andere initiatieven. Ervaringsdeskundigen zijn hier goed bereikbaar voor wijkbewoners en professionals.
- In de **Lommerd**, buurthuis in zelfbeheer in het Spijkerkwartier, houdt Vitale Verbindingen kantoor en is als zodanig ook meer zichtbaar voor deze buurt en voor het Sociale Wijkteam en Buurtzorg T die hier ook gevestigd zijn.
- In het **Huis voor de Wijk** in Malburgen heeft Vitale Verbindingen een structurele ontmoetingsplek en organiseert hier activiteiten. Via Vitale Verbindingen vinden ook hier mensen met een ggz-achtergrond hun weg naar vrijwilligerswerk ten behoeve van het buurthuis. Er is samenwerking op gezamenlijke doelen voor de wijk. Doordat het Huis voor de Wijk in verband met de lockdown meestentijds dicht was, heeft dat nog geen concrete vorm gekregen.
- De Gelderse organisatie **Woonzorgnet** heeft (onder meer) een locatie in Rheden en een locatie in/nabij het centrum van Arnhem. Vanuit deze organisatie vinden veel deelnemers/bezoekers hun weg naar Vitale Verbindingen. Ervaringsdeskundigen vinden en versterken elkaar over en weer.

### Samenwerkingen / inzet Ervaringsdeskundigheid

- **Onze Huisartsen** voeren proeftuinen uit voor de verbetering van zorg voor mensen met een Ernstige Psychiatrische Aandoening (EPA). Deze vinden plaats in Malburgen en Elderveld. Vitale Verbindingen zet in deze proeftuinen ervaringsdeskundigen in en werkt mee aan **ontwikkeling van ondersteunende netwerken**. Via de pilot 'Medicatie' wordt onder andere gewerkt aan gezondheidspreventie waar het gaat om herziening van de medicatie en andere factoren die de gezondheid bedreigen. Vitale Verbindingen kan een rol spelen bij het ondersteunen door middel van peercontact en aanbod van herstel- en participatietrajecten.
- In Malburgen is door TLO en het Sociale Wijkteam ingezet op een '**Coalitie tegen Eenzaamheid**'. Dit wordt gefaciliteerd door De Wijkmakers. Vitale Verbindingen participeert hierin met de inzet van ervaringsdeskundigheid. **Ook in Elderveld** gaat een 'coalitie tegen eenzaamheid' starten. Hierin wil men veel breder inzetten op ervaringsdeskundige wijkbewoners, die participeren in de coalitie. Vitale Verbindingen is gevraagd deze mensen te trainen en te coachen.
- Zorgorganisaties zoals – naast de bekende grotere instellingen zoals **IrisZorg, Pro Persona, RIBW AVV en Siza** - onder meer **GGz-Praktijk, +Home, Zorgplus, NeoCura en 4yourecare** zoeken in Vitale Verbindingen partnerschap om samen in de wijken plek te creëren voor herstel en participatie van hun doelgroep. Vanuit +Home is bovendien de stichting **Versterk'tNetwerk** ingericht, waarmee Vitale Verbindingen graag samenwerkt in voorlichtingen over psychische aandoeningen. In deze voorlichtingen wordt de theoretische kennis van stagiaires Toegepaste Psychologie verbonden met de ervaringsdeskundigheid waarover Vitale Verbindingen beschikt.



- Met de organisatie **Pro Persona (waaronder Pro Persona Connect, voorheen Indigo)** is al jarenlang een samenwerking ontstaan. Deze leidt er zelfs toe dat de samenwerking met de voormalige coördinator en preventiewerker na pensionering wordt voortgezet in vrijwilligerswerk. De samenwerking wordt intussen met de opvolgende coördinator voortgezet.
- Met de initiatiefnemer van het project **Buurtschakel** is in de loop van 2020 een goed contact opgebouwd. In Elden/De Laar en CSA (Centrum, Spijkerkwartier, Arnhemse Broek) zou dit project van start gaan in november 2020. Mogelijk heeft Corona hier roet in het eten gegooid want we hebben er niet meer van gehoord en zullen er in 2021 weer achteraan gaan.
- Met **MEE Gelderse poort** is in voorgaande jaren zeker samenwerking geweest, maar heeft dat afgelopen jaar een terugslag gehad. MEE Gelderse poort kiest een eigen richting wat betreft vorm (organisatieonderdeel ErvaarMEE) en inhoud van ervaringsdeskundigheid. Er is een verschil in focus vanuit ErvaarMEE en Vitale Verbindingen, die heel goed aanvullend op elkaar kan worden ingezet. Waar Vitale Verbindingen hetzelfde doet als ErvaarMEE kan dat zeker gezamenlijk worden opgepakt.

### Samenwerkingen / overig

- Met **Rijn IJssel** en met **de HAN** wordt al meerdere jaren samengewerkt in de vorm van stageprojecten. Nadruk ligt hier op Social Work, maar ook studenten van andere richtingen sluiten soms prima aan, bijvoorbeeld vanuit vak-therapie. Daarnaast vinden studenten van diverse **opleidingen<sup>3</sup> tot Ervaringsdeskundigheid** hun weg binnen Vitale Verbindingen. In Noord-West en -Oost gaat Vitale Verbindingen participeren in de **Praktijkleerroute**. Hiervoor heeft Vitale Verbindingen zich ook al langere tijd laten zien en horen in de voorbereidende route.
- Vitale Verbindingen is erkend als **aanbieder van Activerend Werk** en biedt ontwikkeltrajecten tot op niveau 4 van de participatieladder. Doorontwikkeling tot aanbieder van ontwikkeltrajecten tot (en met) niveau betaald werk wordt opgepakt in samenwerking met een externe partner die job-coaching kan bieden, terwijl Vitale Verbindingen de werkplek biedt. Op termijn wil Vitale Verbindingen ook zelf job-coaching bieden en bijvoorbeeld ervaringsdeskundigen begeleiden die binnen de instellingen een leerwerkplek vinden.
- Vanzelfsprekend is er ook **samenwerking met de Sociale Wijkteams en met de Teams Leefomgeving**. Dit is niet in alle acht gebieden sterk ontwikkeld, omdat dit gezien de menskracht vanuit Vitale Verbindingen ook niet altijd waar te maken is. Waar Vitale Verbindingen veel bewoners heeft bereikt en kan inzetten als vrijwilliger of betaald medewerker, zien we ook een actievere samenwerking ontstaan. Dit vraagt meer aandacht en ondersteuning vanuit de wijkprofessionals.
- **Samenwerking rond thema's** als eenzaamheid, suïcide, armoede, pestgedrag e.d. wordt vanuit verschillende kanten gezocht met Vitale Verbindingen. Het zijn ook bij uitstek thema's waarop Vitale Verbindingen ervaringsdeskundigheid in huis heeft en/of kan ondersteunen en faciliteren. Om aan alle vragen tegemoet te kunnen komen is een **groei in beschikbare uren zeer belangrijk**. Vitale Verbindingen kan dit niet af met alleen de inzet van vrijwilligers.
- **Op landelijk niveau** was er dit jaar samenwerking met MIND, met Samen Sterk zonder Stigma, met de Vereniging van Ervaringsdeskundigen en met de Veerkrachtcentrale
- In het najaar is in het verlengde van eerder overleg rond 'Herstel in Uitvoering' onlineoverleg gestart tussen **ervaringsdeskundigen van Pro Persona, RIBW, Woonzorgnet en IrisZorg**. Hierin is regie genomen door (betaalde) ervaringsdeskundigen van Vitale Verbindingen. Doel is elkaar te leren kennen en te kijken hoe meer samengewerkt kan worden. Onderwerp van

---

<sup>3</sup> <sup>5</sup> In schooljaar 2019-2020 had Vitale Verbindingen drie stagiaires van opleidingen tot ervaringsdeskundige respectievelijk studierend bij Howie the Harp Arnhem, Zadkine (Utrecht/Rotterdam) en Windesheim (Zwolle).

gesprek zijn onder meer de **start van Herstelgroepen en het gezamenlijk bijdragen aan de wijkschool en inlooplekken.**

## Bijlage 3: Samenvatting inventarisatie corona acties en behoeften Vitale Verbinders

### Interne inventarisatie

Naar aanleiding van de vraag vanuit het sociale wijkteam NW heeft Marjet begin april een interne inventarisatie gedaan via mail met de volgende vragen:

1. Bij wie kun jij je verhaal kwijt?
2. Voor wie ben jij een luisterend oor?
3. Krijg je praktische hulp als je dat nodig hebt?
4. Bied je praktische hulp, en zo ja aan wie?
5. Zijn er zorgen die je wilt delen? (Welke en met wie?)
6. Ben je betrokken bij corona hulp? Zo ja, hoe?
7. Heb je zelf nog leuke ideeën voor een initiatief in je wijk?

Dit heeft pakweg tien reacties opgeleverd. Uit deze reacties blijkt: Niet alle Vitale Verbinders zijn al bereikt, maar het grootste deel is in beeld en Vitale Verbinders dragen zorg voor en vragen steun onderling in subgroepen, meestal binnen een project- en wijkgericht netwerk. De behoeften van bewoners uit het netwerk zijn divers. Waar de ene bewoner veel steun ervaart bij af en toe telefonisch contact, heeft de andere meer behoefte aan face-to-face contact via een wandeling of ergens in de wijk afspreken. Een deel van de Vitale Verbinders en bewoners weet goed om te gaan met de digitale middelen, maar er is ook weerstand tegen bij anderen, of een gebrek aan digitale middelen. Al met al blijkt dat afstemmen naar behoefte essentieel is.

Er wordt gebruik gemaakt van persoonlijke begeleiders en therapie, ambulante ondersteuning, naast het contact met Vitale Verbindingen. De meesten moeten dit via digitale of telefonische middelen doen.

### Activiteiten

Er wordt ook actie ondernomen door Vitale Verbinders in het beschikbaar zijn en inzetten voor de ander tijdens de corona. Voorbeelden zijn:

1. Telefonische hulpdienst
2. Online Vitale Inloop
3. Wandelen met een bewoner
4. Kleine groepswandelingen
5. Ontmoeting/gesprek op een bankje
6. Digitale hulplijn
7. Straat schoonhouden met grijper
8. Creatieve opdrachten via e-mail/per post
9. Telefonisch coachen
10. Samen fietsen
11. Online thema gerichte workshop in samenwerking met Indigo
12. Koken in het wijkcentrum voor mensen die dat nodig hebben

Op de achtergrond wordt er gewerkt aan een basis voor na corona en projecten die op de stapel staan. Via ZOOM wordt regelmatig overlegd.

### Wat speelt er?

Voor de meeste Vitale Verbinders, inclusief stagiaires is onzekerheid ontstaan, spelen angsten een rol en zoekt men naar nieuwe structuren. Sommigen kiezen ervoor zich bewust tijdelijk wat terug te trekken in eigen leefomgeving (gezin, studie, dagstructuur) . Voor de nieuwe medewerkers geldt dat men niet goed heeft kunnen inwerken en kennis kunnen maken met het team, behalve op afstand. Via WhatsApp en telefoon wordt zoveel mogelijk de verbinding gezocht en behouden. Het niet kunnen ontmoeten van bewoners, de stop van groepsbijeenkomsten tijdens corona wordt gevoeld. Tegelijkertijd blijven we

actief op zoek naar creatieve middelen om de cohesie in stand te houden en niemand buiten de boot te laten vallen.

### **Wat kan het wijkteam doen?**

Het wijkteam kan ons helpen de verbindingen met de bewoners te bewaken en waar nodig tijdelijk inzetten als meer nodig blijkt. Tegelijkertijd kan er op de ervaringsdeskundigen, stagiaires en andere Vitale Verbinders een beroep worden gedaan voor ondersteuning en een luisterend oor. Ervaringen en kennis uitwisselen op het gebied van digitale en telefonische hulpmiddelen is in deze periode ook van nut. Bij zorgen over bewoners soms met elkaar in overleg kunnen gaan om deze periode goed door te komen kan aanvullend zijn in het versterken van de kring om de bewoners heen. Vrijwilligers uit de wijk zijn bovendien welkom om de netwerken en activiteiten mede te helpen in stand te houden.

### **Najaar 2020**

Inmiddels hebben we elkaar gelukkig wel weer kunnen ontmoeten. Toch gebeurt er ook nog veel online. Ontmoetingen zoals bijvoorbeeld de inloopactiviteiten vragen veel extra aandacht en de spanningen die in de samenleving voelbaar zijn, kennen we zeker ook binnen Vitale Verbindingen.

### **Groepsactiviteiten**

Toen in oktober de maatregelen weer strenger werden en veel mensen opzagen tegen een wintertijd met beperkte mogelijkheden tot fysieke ontmoeting, heeft Vitale Verbindingen ervoor gekozen om gebruik te maken van de mogelijkheid om groepsactiviteiten voor kwetsbare mensen in buurthuizen door te laten gaan. Uiteraard met inachtneming van de nodige maatregelen, zoals afstand houden en verscherpte hygiëne.