

Beleidsplan

2024 – 2028



Februari 2024

Inhoud

1. Algemeen	3
2. Visie	4
3. Stand van zaken Odensehuis Meppel/Westerveld	4
De organisatieopzet	5
4. Positionering	6
Lokaal	6
Regionaal	6
Provinciaal	6
Landelijk	7
5. Ambities Odensehuis Meppel/Westerveld	7
Bijlage 1: Terugblik tot januari 2024	9
Bijlage 2: Praatplaten	12
Bijlage 3: Inwoners aan het woord	14
Bezoekers in het Odensehuis Meppel	14
Mantelzorgers in het Odensehuis Meppel	15
Vrijwilligers in het Odensehuis Westerveld (Havelte)	16
Bezoekers in het Odensehuis Westerveld (Havelte)	17
Bijlage 4: Financiële scenario's	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
Locatie Meppel 2024 – 2025 - 2026	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
Locatie Westerveld (1 locatie) 2024 – 2025 - 2026	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
Locatie Westerveld (2 locaties) 2024 – 2025 – 2026	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.

Odensehuis

“Vrij inloophuis voor mensen met geheugenproblemen en beginnende dementie en hun naasten”

1. Algemeen

“Het Odensehuis raakt aan alles waar het ons in het sociale domein om gaat. De mens staat centraal”. Gericht op de mogelijkheden en talenten en niet op de gebreken en de ziekte.

De stichting Odensehuis Meppel/Westerveld is ontstaan uit een burgerinitiatief en is sinds september 2022 operationeel. De provincie Drenthe, de gemeente Meppel en de gemeente Westerveld hebben hiervoor de benodigde startsubsidies beschikbaar gesteld. De stichting heeft een ANBI status en bestaat uit een bestuur, één beroepskracht en vele vrijwilligers.

Na ruim ander halfjaar open voldoet het in alle opzichten aan de behoefte uit de samenleving. Het bezoekersaantal ligt veel hoger dan de oorspronkelijke verwachtingen en neemt alleen maar toe. Daarom is dit beleidsplan geschreven om structurele financiering te realiseren zodat stabiliteit en continuïteit wordt gewaarborgd voor het Odensehuis.

Niet alleen door een betere bekendheid onder de bevolking zal het aantal bezoekers toenemen, maar met name omdat het aantal mensen met beginnende dementie fors zal toenemen.

In Nederland hebben 290.000 mensen dementie.

- Hiervan zijn er naar schatting 15.000 jonger dan 65 jaar.
- Hiervan wonen er ruim 80.000 in verpleeg- of verzorgingshuizen.
- Hiervan hebben er ruim 100.000 nog geen diagnose.

De zorguitgaven voor mensen met dementie nemen fors toe, van 8,6 miljard in 2017 naar 10,6 miljard in 2020. Bron: Vektis 2022

Mantelzorgers:

- 79% van de mensen met dementie woont thuis en wordt verzorgd door hun naaste familie en/of omgeving, de zogenaamde mantelzorgers.
- Er zijn in Nederland ruim 800.000 mantelzorgers van mensen met dementie.
- Uit onderzoek blijkt dat vrouwelijke en oudere mantelzorgers en degenen die hun partner (of kinderen verzorgen) ernstiger belast zijn dan andere mantelzorgers.
- De ervaren belasting van mantelzorgers van mensen met dementie is relatief hoog.

De feiten

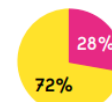


2022	290.000
2040	580.000

Aantal mensen met dementie stijgt



1 op de 5 mensen krijgt dementie



72% thuiswonend
28% in verpleeghuis

Woonsituatie mensen met dementie

Vertaald naar de provincie Drenthe zien we het volgende:
In 2018 waren er 9.200 mensen met beginnende dementie.
In 2040 zal dit zijn opgelopen naar 18.000.
(In 2020 Meppel+Westerveld+deWolden totaal 1860)
(In 2040 Meppel+Westerveld+de Wolden 2930)

2. Visie

- Het Odensehuis Meppel/Westerveld is een vrije inloopvoorziening voor mensen met geheugenklachten of (beginnende) dementie, mantelzorgers en hun familie en vrienden.
- Er is ruimte voor ontmoeting, ondersteuning, activiteiten en advies.
- Het is een veilige plek waar je je thuis voelt. Niet de ziekte, maar het leven met dementie staat centraal.

Ze heeft de volgende **kernwaarden** (inmiddels ook landelijk vastgesteld):

- + *Eigen regie: kwaliteit van leven staat centraal.*
- + *Talenten benutten: van alle gasten, inclusief mantelzorgers en vrijwilligers.*
- + *Gelijkwaardigheid: doorbreken van taboes in de samenleving.*

En de volgende **kenmerken**:

- *Makkelijk bereikbaar; laagdrempelig en zonder indicatie*
- *Van, voor en door; de deelnemers zijn gezamenlijk verantwoordelijk. Met een beroepskracht die coördineert, faciliteert en ondersteunt.*
- *Versterken sociaal netwerk; mantelzorgers die lotgenoten contacten opdoen en even ontlast worden.*
- *Sociale benadering en samenwerking: werken aan een dementievriendelijke omgeving en stimuleren vernieuwingen in de samenleving.*

3. Stand van zaken Odensehuis Meppel/Westerveld

Direct vanaf het begin in de zomervakantie 2022 is gestart met het werven en trainen/scholen van de vrijwilligers in zowel Meppel als Westerveld. Op 19 september 2022 is het Odensehuis in Meppel geopend en op 20 september in Westerveld. Vanaf het begin waren er bezoekers en het worden er alleen maar meer. Mensen met geheugenproblemen en (beginnende) dementie komen, maar ook hun mantelzorgers (zie tabel 1). Ze hebben nu een plek gevonden waar ze zichzelf kunnen en mogen zijn en waar ze er toe doen. Ook lotgenoten contacten zijn belangrijk. Sociale contacten zijn van levensbelang tegen eenzaamheid en stimuleren de positieve gezondheid. Ook als hun partner(familielid) is opgenomen in een verpleeghuis of is overleden blijven de mantelzorgers komen. Voor meer informatie zie bijgevoegd jaarverslag (**bijlage 1: Terugblik tot januari 2024**).

2024	Meppel			Westerveld		
Week	Totaal	Met dementie	Mantelzorgers/overig	Totaal	Met dementie	Mantelzorgers/overig
2	24	10	14	31	13	18
3	29	14	15	25	9	16
4	33	13	20	24	8	16
5	27	12	15	30	12	18
6	22	8	14	33	12	21
7	33	13	20	36	14	22
8	28	12	16	31	12	19

Tabel 1

De organisatieopzet

Het bestuur bestond bij de opzet uit 4 personen en vanaf zomer 2023 uit 2 personen. Zij heeft als taak uitvoering te geven aan de activiteiten voortvloeiend uit de statuten en draagt zorg voor de ANBI status. Zij is verantwoordelijk voor de financiën, het beleid en uitvoering en daarmee een aanspreekpunt en steun voor de coördinator. Het bestuur heeft gekozen om een samenwerkingsovereenkomst aan te gaan met de lokale welzijnsinstelling waar de coördinator is ondergebracht en afspraken zijn vastgelegd over het werkgeverschap en de huisvestingscomponent. Ook de werving en uitvoering van vrijwilligers rust bij de welzijnsinstelling.

Er vindt structureel overleg plaats tussen de welzijnsinstelling en het bestuur van het Odensehuis.

De coördinator draagt zorg voor de dagelijkse leiding, ondersteunt en begeleidt de vrijwilligers en stagiaires en studenten. Zij onderhoudt de contacten met de netwerkpartners zoals de huisartsen, de diverse zorgorganisaties en andere betrokken partijen. Ook neemt de coördinator deel aan diverse gemeentelijke overlegsituaties en dementievriendelijke activiteiten.

De vrijwilliger is onontbeerlijk bij de uitvoering van de activiteiten en de openingstijden van het Odensehuis. Zij vormt de brug naar de samenleving en dus de directe omgeving. Zij blijft de ontwikkelingen volgen middels trainingen en scholing.

Financiële middelen waren bij de opzet voornamelijk beschikbaar gesteld door de provincie Drenthe en aangevuld door de beide gemeenten. Na een jaar heeft de provincie deze middelen voor het Odensehuis gestopt, omdat zij aangeeft dit nu een taak van de gemeente te vinden. De provincie heeft nog wel financiële middelen beschikbaar gesteld voor het ontwikkelen van inclusieve dorpsplannen. Door deze forse inkomstendaling is in overleg met de beide gemeenten gezocht naar een voorzetting van het Odensehuis. De mogelijkheid deed zich voor om de inzet van de coördinator te halveren door uren mindering en hierdoor kan het Odensehuis open blijven tot zomer 2024.

Dit beleidsplan en de meerjarenbegrotingen dienen voor het vervolg na de zomervakantie 2024 en voor de continuïteit en stabiliteit voor de voortzetting van de Odensehuizen. Deze onzekere factor heeft ertoe geleid dat het bestuur nog uit twee personen bestaat en zodra er duidelijkheid is over de voortgang worden er nieuwe bestuursleden geworven en benoemd.

4. Positionering

Na een kleine twee jaar wordt geconstateerd dat het Odensehuis in een behoefte voldoet. Lokaal weten steeds meer inwoners de weg naar het Odensehuis te vinden.

Lokaal Het Odensehuis is gesitueerd in een goed functionerend dorps huis of wijkcentrum. Hierdoor is de toegang zeer laagdrempelig en worden samenwerkingsverbanden met de andere huurders/gebruikers zoals de bibliotheek, sportverenigingen, ouderenactiviteiten en fysiotherapeuten snel gelegd. Verder onderhoudt de coördinator goede contacten met de huisartsen, de wijkverpleegkundigen en de casemanagers. Ook de vrijwilligers komen regelmatig bijeen om ervaringen uit te wisselen en van elkaar te leren. Samen met de regiocampus zijn al meerdere onderdelen opgepakt om de meerwaarde van een Odensehuis voor de mensen met geheugenproblemen en beginnende dementie en hun mantelzorgers te benoemen. Maar ook het eerder leren signaleren van dementie en wat het de samenleving oplevert.

Regionaal Er is één stichting Odensehuis met één bestuur voor de beide gemeenten Meppel en Westerveld. De buurgemeente De Wolden heeft de expertise van deze stichting gevraagd om een of meer Odensehuis(en) in hun gemeente te realiseren. De gesprekken over de uitvoering en exacte invulling vinden momenteel in een goede sfeer en constructief plaats.

Vanaf het begin januari 2022 is er een projectgroep gestart genaamd “Samen voor dementievriendelijk Zuidwest-Drenthe”. Hierin participeren Alzheimer Nederland afdeling Drenthe; Netwerk Dementie Drenthe; BOKD; Welzijn MensenWerk; de gemeenten Meppel en Westerveld en het bestuur van Stichting Odensehuis Meppel/Westerveld. Deze projectgroep heeft voor de subsidieaanvragen bij de provincie gezorgd.

Provinciaal Bovengenoemde projectgroep is momenteel bezig met het ontwikkelen van inclusieve dorpsplannen met als centrale vraag “Hoe word ik goed oud in mijn dorp”. Hierbij staan de ideeën van inwoners centraal in dementievriendelijke dorpsplannen. Het door-ontwikkelen van Odensehuizen en Odensefuncties als laagdrempelige voorliggende voorziening is een belangrijk onderdeel bij het werken naar een dementievriendelijke omgeving waar vrijwilligers onmisbaar zijn. Met als doel deze expertise uiteindelijk over de gehele provincie Drenthe uit te rollen.

“Alleen ben je sneller, samen kom je verder. De samenwerking is het beste wat het project tot nu toe heeft opgeleverd”.

(bijlage 2: vier praatplaten)

Vanuit de provinciale projectgroep wordt gewerkt aan een impactmeting om aan te tonen wat het de samenleving oplevert. Dit in overleg met Trendbureau Drenthe en eventueel inzet van studenten. Onze impactmeting wil ook het aantal bezoeken aan de huisarts gaan meten en het cijfer wat de mens geeft aan zijn kwaliteit van leven door de aanwezigheid van de Odensehuizen. Zo kunnen we naast verbetering van kwaliteit van leven ook de besparing in de zorgkosten aantonen (Zie het effectenonderzoek van het Odensehuis Papendrecht die al vele jaren langer bestaat).

Landelijk

LPO: Het bestuur van Stichting Odensehuis Meppel/Westerveld is lid van het Landelijk Platform Nederland (LPO). Zij zit ook in de klankborggroep voor “ontwikkeling meerjarenbeleid, strategie en organisatie LPO”, waar de kwaliteit en de continuering belangrijke onderwerpen zijn. Momenteel zijn hierover gesprekken gaande met het ministerie van VWS en De VNG en Alzheimer Nederland.

Alzheimer Nederland: Zij is bezig met het ontwikkelen van dementievriendelijke ontmoetingsplekken in het land. Odensehuis Meppel/Westerveld is een van de pilots en beide Odensehuizen doen hieraan mee, waarvoor ook financiële middelen zijn ontvangen. Het Odensehuis en Welzijn MensenWerk hebben hierop hun visie ingediend. Met de ervaringen wordt het verder landelijk uitgerold.

Hersenstichting: Om meer bewegen en cultuur te introduceren in de Odensehuizen heeft Stichting Odensehuis Meppel/Westerveld gelden ontvangen om dit te ontwikkelen. De uitvoering van activiteiten die bewegen, positieve gezondheid en cultuur stimuleren en verbinden, zijn in volle gang en loopt natuurlijk in de komende jaren door.

VWS: Het ministerie heeft Odensehuis Meppel/Westerveld benaderd voor een film (als goed voorbeeld) om te laten zien wat het voor iemand betekent om even weg te zijn van huis en weer mee te doen. De film is inmiddels gemaakt en wordt binnenkort landelijk getoond.

GALA: Gezond Actief Leven Akkoord is afgesloten tussen Gemeenten en de GGD'en, zorgverzekeraars en VWS om een gezond en actief leven te realiseren met een stevige sociale basis. Dit moet het fundament worden onder het preventiebeleid. De sociale basis betekent: *“vrij toegankelijke formele en informele activiteiten en voorzieningen gericht op elkaar ontmoeten en ondersteunen, ontplooien en ontspannen die zorgen dat mensen kunnen samenleven en meedoen”*. Exact waar Odensehuizen in de samenleving voor staan voor zowel de bezoekers (gasten) als de mantelzorgers en de vrijwilligers. Het is een preventieve dienstverlening en voorziening.

IZA: Integraal Zorgakkoord wil goede, toegankelijke en betaalbare zorg. Een van de opgaven is: *“inzetten op gezondheid en welzijn door middel van preventie en ondersteuning, zodat zorgvragen voorkomen worden. Dit betekent het bevorderen van een gezonde leefstijl en het versterken van de zelfredzaamheid van mensen”*. Dit is conform de doelstelling van Odensehuizen die hieraan een belangrijke input zullen leveren.

5. Ambities Odensehuis Meppel/Westerveld

Nut en noodzaak blijkt nu wel uit de praktijk door het aantal bezoekers en het aantal bezoeken (**bijlage 3: vier citaten uit de praktijk**).

Stichting Odensehuis wil door ontwikkelen en bekendheid verbreden zodat nog meer mensen er gebruik van gaan maken. Hiervoor dienen nog meer vrijwilligers geworven te worden en worden trainingen en scholingen aangeboden. Ook aan andere organisaties in de gebouwen waar Odensehuizen gesitueerd zijn. In de overige dorpen en wijken worden eveneens trainingen en voorlichting gegeven zodat beginnende dementie eerder gesignaleerd en herkend en geaccepteerd wordt.

In beide gemeenten worden Odensefuncties ontwikkeld. Dit zijn bestaande ontmoetingsplekken die dementievriendelijk gaan worden. Naast deze Odensefuncties blijven Odensehuizen bestaan. De vrijwilligers kunnen een beroep blijven doen op de coördinator die hen ondersteunt. Omdat er meer vrijwilligers komen dienen de uren van de coördinator verhoogd te worden naar 10 uur per Odensehuis in plaats van de huidige 7 uur per huis. De Odensehuizen blijven dan twee dagen per week open. Hoewel de wens van Stichting Odensehuis is dat de huizen iedere dag open zijn. Maar om alles betaalbaar te houden ziet het er als volgt uit per gemeente, rekening houdend met de mogelijkheden en kwaliteit:

Gemeente Meppel:

- Eén Odensehuis voortzetting zoals nu: 2 dagen open van 10.00 tot 16.00 uur met minimale bezetting door de coördinator van 10 uur.
- In alle wijken Odensefuncties gerund door vrijwilligers met ondersteuning van de beroepskracht.

Gemeente Westerveld:

- Voorzetting van het bestaande Odensehuis welke 2 dagen open is van 10.00 tot 16.00 uur met minimale bezetting van 10 uur coördinatie.
- Twee Odensehuizen en de 2^e realiseren in Dwingeloo/Diever dit omdat de afstand in de gemeente erg groot is. Per Odensehuis 10 uur coördinatie (totaal 20 uur)
- In de overige dorpen Odensefuncties realiseren met vrijwilligers.

De financiële scenario's zijn als bijlage 4 bijgevoegd waarbij de structurele kosten zoals personeel en huur door de gemeenten structureel gefinancierd worden. De overige kosten worden door de Stichting Odensehuis middels fondswerving en sponsoring gerealiseerd **(bijlage 4: de financiële scenario's)**.

PREVENTIE LOONT!!

Bijlage 1. Terugblik tot januari 2024

Korte terugblik vanaf de Opening van de Odensehuizen in Meppel en Havelte (gem. Westerveld) tot januari 2024.

Direct vanaf het begin hadden we een grote groep vrijwilligers voor zowel Meppel als Westerveld. Na een kennismaking met elkaar en een scholing over Dementie te hebben gevolgd konden we op 19 september 2022 starten in Meppel en op 20 september in Havelte.

Zowel in Meppel als Havelte kregen we dagelijks een aantal bezoekers maar waren er ook momenten dat we alleen met elkaar zaten. Dit gaf wel ons de gelegenheid om elkaar beter te leren kennen.

Op 4 november 2022 is de officiële opening verricht door gedeputeerde Hans Kuipers en de wethouder Klaas de Vries 's

ochtends in Meppel en later op de dag in Havelte door Hans Kuipers en wethouder Jacob Boonstra. 2 bezoekers namen spontaan het woord om te vertellen wat de meerwaarde is van een Odensehuis.

Vanaf November 2022 zijn we de bezoekersaantallen van beide Odensehuizen gaan registreren.

Het gemiddelde aantal bezoekers per week over de periode van november 2022 tot en met december 2023 waren respectievelijk in Meppel 26 en in Havelte 25.



Onderstaand overzicht laat het aantal bezoekers per week zien tot januari 2024.

Maand	Meppel	Westerveld
November 2022	21	20
December 2022	29	20
Januari 2023	20	19
Februari 2023	27	28
Maart 2023	30	27
April 2023	25	28
Mei 2023	26	32
Juni 2023	25	29
Juli 2023	29	24
Augustus 2023	26	23
September 2023	28	28
Oktober 2023	27	29
November 2023	29	26
December 2023	29	20

De laatste maanden laat het aantal bezoekers een vrijwel stabiel beeld zien. De verwachting is dat het aantal bezoekers de komende maanden en jaren een geleidelijke stijging zal laten zien. Deze verwachting is gebaseerd op de sterke toename van het aantal mensen met beginnende dementie de komende jaren. Ook de ervaringen van Odensehuizen die eerder zijn gestart dan wij, bevestigingen deze verwachting. Daarnaast zal ook het vergroten van de naamsbekendheid door middel van een structurele campagne zijn uitwerking hebben op het aantal bezoekers.



In december 2022 kregen we een stagiaire van het Drenthe college die tot half juli bij ons is gebleven. Zij liep stage in beide Odensehuizen.

Zowel in Meppel als Havelte is het Odensehuis 2 dagen in de week open van 10.00 tot 16.00 uur. De ambitie van het bestuur is om de komende jaren in de dorpen en wijken Odensefuncties te creëren. Belangrijk is ook te vermelden dat de Odensehuizen zowel in de vakantie als kerstperiode geopend waren, hetgeen door de bezoekers zeer is

gewaardeerd.

Langzamerhand zien we dat naast een groep vaste bezoekers ook wisselende bezoekers een bezoek brengen aan het Odensehuis. Sommige mensen komen voor een deel van de dag, terwijl er ook bezoekers zijn die de hele dag blijven.

De vrijwilligers komen over het algemeen 1 dagdeel per week, sommigen komen 1 dagdeel per 2 weken en er is iemand die de hele dag komt en iemand die 2 dagdelen per week komt.

Ook zien we een vast patroon hoe de dag verloopt in beide huizen. De behoefte van de meesten is om 's morgens uitgebreid te praten en koffie te drinken. Aan het eind van de morgen wordt er gevraagd wie er blijft eten en zorgen we voor een broodmaaltijd die als erg gezellig wordt ervaren. Hiervoor wordt de tijd genomen. Regelmatig worden we verrast met iets extra 's wat iemand meeneemt. 's Middags vinden de bezoekers het leuk om met elkaar een spel te doen of een andere activiteit.



Sommige bezigheden slaan aan denk hierbij aan het danspaleis dat in beide huizen een succes was. Ook "Stappen happen stappen" met de beweegcoach was een leuke activiteit, die wellicht een vervolg krijgt.

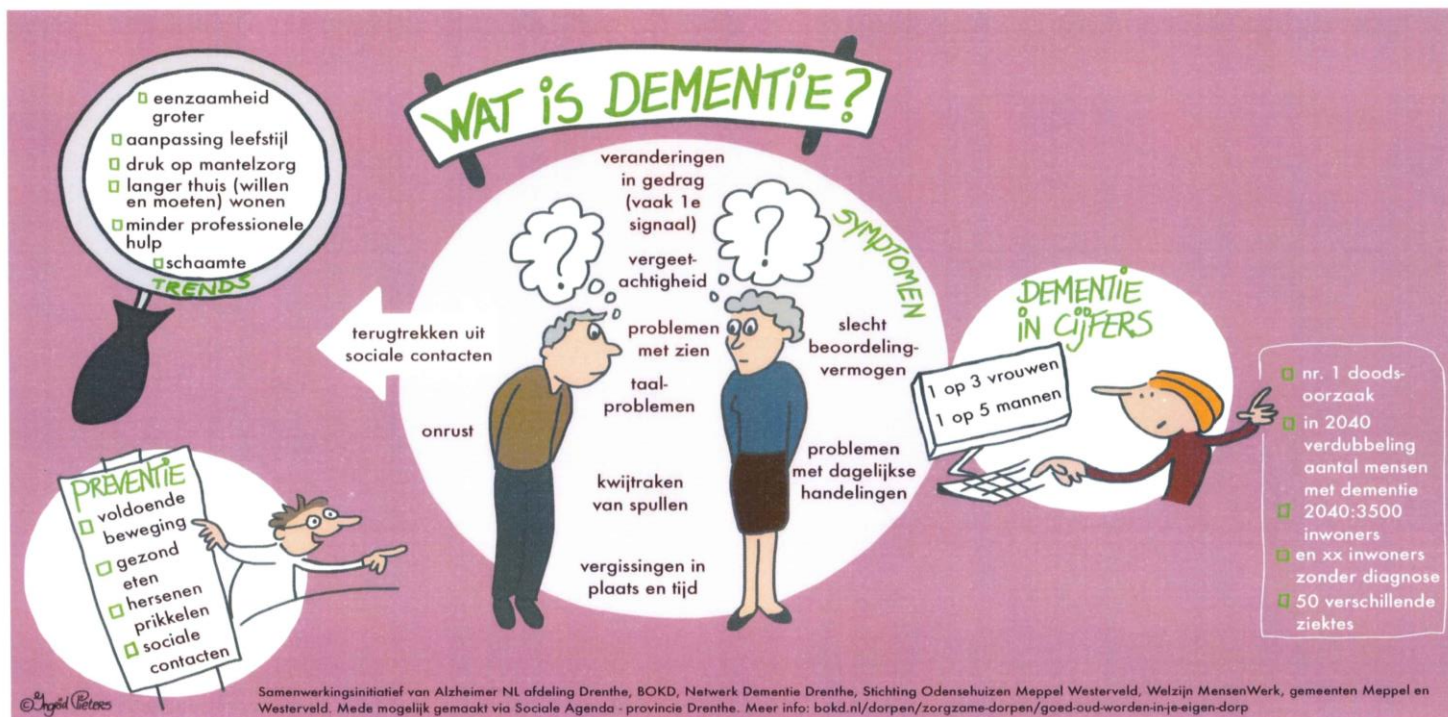
Een bezoek aan de beweegtuin in Havelte is vanwege het weer nog niet gelukt. Wel ging op de vrijdagmiddag regelmatig een bezoeker mee met de duo fietsers.

Het is mooi om te zien hoe in de Odensehuizen vriendschappen en lotgenotencontacten ontstaan en mensen voor elkaar komen.

We werken op gebied van onderwijs samen met o.a. Regiocampus, Drenthe college, Greijdanus college, Windesheim, Dementievriendelijk Meppel, Noorderboog, Gemeente Meppel, Gemeente Westerveld, Welzijn MensenWerk en Alzheimercafé. Ook hebben onze bezoekers meegedaan aan VR beelding van Windesheim en meegedaan aan het congres Dementie vriendelijk Drenthe.

Om een impressie te krijgen hoe mensen het Odensehuis ervaren, zie hiervoor onze website www.odensehuismeppeelwesterveld.nl. Op de website staan foto's en video's van diverse activiteiten.

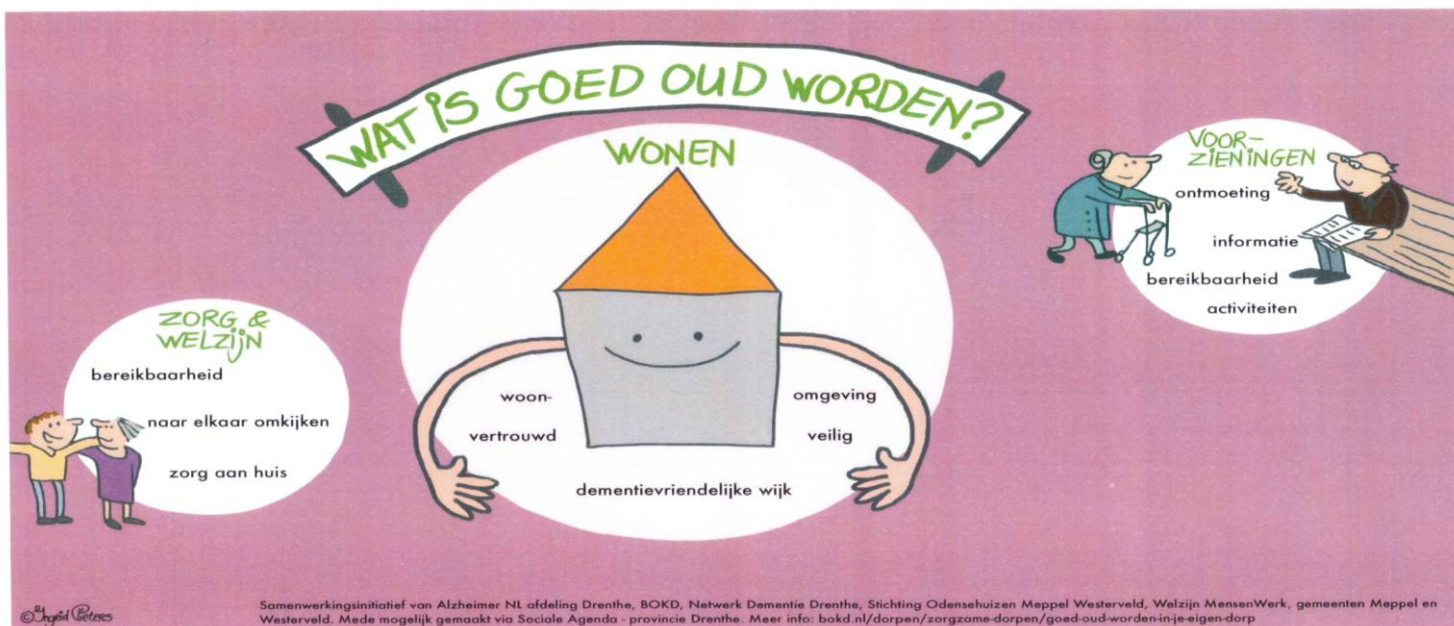
Bijlage 2. Vier Praatplaten



VRAGEN

1. Ken je mensen met dementie in je omgeving (familie, vrienden, dorps- of wijkgenoten)?
2. Hoe bereid jij je voor op ouder worden in je dorp of wijk?

ANTWOORDEN



VRAGEN

1. Wat verstaan jullie onder een dorp of wijk waar je goed oud kunt worden?
2. Benoem drie wensen/ambities die daar bij horen?
3. Wat en wie heb je daarbij nodig?

ANTWOORDEN

NETWERKEN IN EN OM HET DORP

OMZIEN NAAR ELKAAR

ZORG & ONDERSTEUNING

huisarts
thuiszorg
tandarts
welzijnswerk
fysiotherapeut



INFORMATIE & ADVIES

alzheimercafé
dorpsondersteuner
Odensehuis(functie)
gemeente
werkgroep
dementie-
vriendelijke
gemeente

© Angel Peters

Samenwerkingsinitiatief van Alzheimer NL afdeling Drenthe, BOKD, Netwerk Dementie Drenthe, Stichting Odensehuizen Meppel Westerveld, Welzijn MensenWerk, gemeenten Meppel en Westerveld. Mede mogelijk gemaakt via Sociale Agenda - provincie Drenthe. Meer info: bokd.nl/dorpen/zorgzame-dorpen/goed-oud-woorden-in-eigen-dorp

VRAGEN

Noem een paar organisaties bij de volgende thema's:

- Zorg en ondersteuning
- Omzien naar elkaar
- Informatie en advies

ANTWOORDEN

WAT KUNNEN WE DOEN ALS SAMENLEVING?

INFORMEREN

inwoners ondernemers
verenigingen
cursus dorpskrant/
voor social media
mantelzorgers



ROLLEN

vangnet

ORGANISEREN

buurtgesprekken dorpszorgvisie
uitwisseling van ervaringen
burenhulp-netwerken
wonen en zorg
domotica
dagbesteding/
inloop
inrichting dorp (looproutes)
vervoersdienst

© Angel Peters

Samenwerkingsinitiatief van Alzheimer NL afdeling Drenthe, BOKD, Netwerk Dementie Drenthe, Stichting Odensehuizen Meppel Westerveld, Welzijn MensenWerk, gemeenten Meppel en Westerveld. Mede mogelijk gemaakt via Sociale Agenda - provincie Drenthe. Meer info: bokd.nl/dorpen/zorgzame-dorpen/goed-oud-woorden-in-eigen-dorp

VRAGEN

1. Wat doet het dorp of de wijk al?
2. Wat wil je als dorp of wijk doen?
3. Wie/wat heb je daarbij nodig?

ANTWOORDEN

Bijlage 3. Inwoners aan het woord.

Bezoekers in het Odensehuis

“De saamhorigheid is bijzonder”

Bezoekers van Odensehuis Meppel aan het woord

In het Odensehuis Meppel, gevestigd in Cultureel Centrum De Plataan, ontmoeten elke maandag en woensdag diverse bezoekers elkaar. Bij een kopje koffie praten ze bij. En na de gezamenlijke lunch doen ze vaak een spelletje. Het inloophuis voor mensen met geheugenproblemen en hun mantelzorgers zorgt voor gezelligheid, een luisterend oor en steun van lotgenoten.

Trudie komt eens in de week, ‘verplicht’ want dat wil haar dochter. “Ze vindt dat ik meer contact moet hebben met mensen. En ik moet zeggen: ik amuseer me hier wel.” Ze woont alleen, maar wel samen met haar hondje, en weet dat er genoeg mensen eenzaam zijn. Veel mensen kennen het Odensehuis niet en dat is jammer, vind Trudie. “Het is voor mij een geschikte plek om met anderen in contact te komen.”

Gewoon wat babbelen

Ook Henk komt naar het inloophuis, omdat het helpt tegen eenzaamheid. “Het sprak me hier gelijk aan, ook al voel ik me niet dement. Het is altijd gezellig, gewoon wat babbelen met andere bezoekers.” Sjoelen vindt Henk ook leuk, maar een echt spelletjesmens is hij niet. Hij leest veel en is geïnteresseerd in de geschiedenis van Meppel. “Ik kom van oorsprong uit Borger. Ik vind de verhalen van de Meppelers hier leuk om te horen.”

Gelijkgestemden

Ook Wim kan het prima vinden in de groep die hij wekelijks in het Odensehuis ontmoet. Terwijl zijn vrouw in die tijd haar eigen ding doet, doet hij mee aan de koffieochtend. “We kennen elkaar vaak niet van naam en achtergrond, maar wel als mens. Het is aangenaam om met gelijkgestemden te zijn. En het is gezellig om er even uit te zijn.”

We snappen elkaar

Marcia komt in eerste instantie als mantelzorger met haar vader mee naar het inloophuis. Sinds zijn overlijden afgelopen zomer is ze er nog steeds te vinden, samen met haar moeder Wies. “Ik merk dat de mensen van het Odensehuis mijn moeder ondersteunen. Omdat zij er voor haar zijn, wil ik er ook voor hen zijn.”

Marcia gaat inmiddels ook voor zichzelf naar De Plataan. Ze heeft de ziekte van Parkinson. “Het is moeilijk, want ik moet allerlei dingen loslaten. Mijn werk, mijn partner, mijn huishouden. Mijn drie zoons helpen me overal mee.” Ze zit de hele dag thuis en gaat daarom graag naar het Odensehuis. “Je denkt misschien, wat moet je met al die oudere mensen? Maar vanaf dag één voelde ik me er prettig. We snappen elkaar, dat is heel belangrijk als je ziek bent. De saamhorigheid is bijzonder.”

Welkom!

In het Odensehuis Odensehuis Meppel ben je welkom op maandag en woensdag van 10:00 tot 16:00 uur.

“Ik kan mijn gevoelens kwijt”

Ondersteuning voor mantelzorgers in Odensehuis

Wies is een van de mantelzorgers die elke week in het Odensehuis Meppel te vinden is. Ook nu haar man er niet meer is. Ze denkt erover om vrijwilliger te worden. “Het is toch prachtig om wat van de liefde en warmte die ik hier heb ervaren aan andere mensen door te geven.”

Haar man had lichte dementie toen ze de stoute schoenen aantrok om naar het Odensehuis te stappen. “Het was wel een stap voor ons beiden, maar hij vond het er fijn. Het samen eten, de aandacht. Het was vaak zijn enige uitje in de week. We vonden begrip, saamhorigheid.” Ook praktische aanwijzingen hielpen Wies in de dagelijkse omgang met de geheugenproblemen van haar man. “Hij was architect en hield van kunst. Door hem kunstboeken aan te reiken, werd zijn interesse weer gewekt. Dat had ik zelf niet bedacht.”

“Ik kan mijn gevoelens kwijt”

Na het overlijden van haar man blijft Wies uitkijken naar de bezoeken aan het Odensehuis. “Ik vind het fantastisch hier, er is zoveel warmte. Ik voel me weleens eenzaam. De mensen hier weten wat er speelt, ik kan mijn gevoelens kwijt. En als dat niet goed lukt, lokken de vrijwilligers me wel uit de tent om erover te praten.” Ook de praktische tips, bijvoorbeeld voor haar slaapproblemen, helpen Wies. Met een app op haar telefoon luistert ze voor het slapengaan naar verhalen. “Ik slaap nu al eerder in. Gelukkig want slaappillen nemen vind ik maar niks.”

Liefde en warmte doorgeven

Wies merkt dat ze ook wat kan betekenen voor andere bezoekers van het Odensehuis. Zo heeft ze voor de lunch eiersalade meegenomen, die ze de dag ervoor met een aantal andere deelnemers in het Odensehuis in Havelte heeft gemaakt. “Wat lekkers weggeven en mensen een paar uurtjes plezier geven, dat is toch leuk!” Ze wil het meer gaan doen. “Als ik eraan toe ben, wil ik hier graag vrijwilliger worden. Wat van de liefde en warmte doorgeven aan anderen.”

Gewoon wat praten

Ook de kleinzoon van Wies, Giofanni, is in het Odensehuis Meppel te vinden. Hij en zijn twee broers zorgen voor hun moeder die de ziekte van Parkinson heeft. “Dat was wel kut om te horen. Ik moet nu met allerlei dingen helpen. Bijvoorbeeld haar omhoog tillen als ze wil staan.” Hij doet het graag, maar het betekent wel wat. Hij volgt momenteel geen opleiding en weet nog niet wat hij wil gaan oppakken. In het Odensehuis is Giofanni er niet om over zijn eigen problemen te praten. “Ik kom met mijn moeder mee en zit gewoon wat met andere mensen te praten, over van alles en nog wat.” Ook een potje sjoelen vindt hij best gezellig.

Voor mantelzorgers en andere betrokkenen

Het Odensehuis is er voor familie, mantelzorgers en andere betrokkenen bij mensen met geheugenproblemen. We zijn gevestigd in Cultureel Centrum De Plataan en open op maandag en woensdag van 10:00 tot 16:00 uur.

“Wat doen voor een ander geeft voldoening”

Vrijwilliger zijn in het Odensehuis Westerveld

Het Odensehuis Westerveld is er voor mensen met geheugenproblemen en hun naasten. Vrijwilligers bieden er ondersteuning en activiteiten. Ze zorgen dat de bezoekers zich er thuis voelen. Niets moet en veel mag. Zo is er ruimte voor gesprek, een kopje koffie, een spelletje. Voor vrijwilligers Rosemarie, Mary en stagiair Justin zijn het plezierige en leerzame dagen.

Iets betekenen voor een ander

Vrijwilligers Rosemarie en Mary reageerden op een oproep voor vrijwilligers in de krant. Na een loopbaan in de zorg wilde Rosemarie graag weer iets met mensen met dementie doen. “Wat betekenen voor een ander, dat geeft mij voldoening.” Mary woonde nog niet zo lang in Havelte en zocht meer aansluiting. Ze wilde vooral iets doen voor mensen die het nodig hebben. Het was wel wat spannend. “Ik had geen ervaring met mensen met dementie, hoe zou het allemaal gaan? Maar daar was ik snel overheen. De sfeer is prettig en we hebben als vrijwilligers onderling goed contact. Ik verheug me er elke week op.”

Leuke gesprekken

Mbo-stagiair Justin werkt nu ruim vier maanden met plezier in het Odensehuis. “Voor mij is het een mooie doelgroep om meer ervaring mee op te doen. Ik leer echt elke dag wel iets nieuws. Voor mijn opleiding Sociaal Werk, maar ook algemene kennis. Er ontstaan leuke gesprekken over allerlei onderwerpen.” Rosemarie is het daar helemaal mee eens. “Ik heb er echt lol in. Ik ben eruit en als ik terugkom heb ik mijn man weer eens wat anders te vertellen.”

Zorgen delen

De vrijwilligers hebben in het inloophuis ook contact met mantelzorgers. 24 uur per dag aanstaan, je partner of familielid zoals die was verliezen, zorgen over hoe het verder moet. “Dat moet wel zwaar zijn”, kan Mary zich voorstellen. “Ze kunnen hier hun zorgen delen.” De vrijwilligers kunnen zelf terecht bij coördinator Marja Meppelink. Voor advies of tips die ze de mantelzorgers kunnen geven bijvoorbeeld. Ook werden ze geschoold in de benadering van mensen met geheugenproblematiek, maar dat gaat eigenlijk vanzelf. Rosemarie: “Ik verbaas me er wel over hoe makkelijk de mensen er zelf mee omgaan. Ze lijken het te accepteren. Ik zou er denk ik depressief van worden.”

“Kom eens een keertje kijken”

De sfeer in het Odensehuis is belangrijk. Een veilige omgeving waar iedereen zich thuis voelt en mag zijn zoals die is. “We laten mensen in hun waarde. Dat is nodig omdat mensen met geheugenproblemen zich vaak achtergesteld voelen, ze worden niet voor vol aangezien. Dat vind ik erg”, zo vertelt Rosemarie. Schaamte, ook bij de partners, kan ervoor zorgen dat mensen de deur niet meer uitkomen. Die drempel weghalen en het taboe op dementie doorbreken is een van de doelstellingen van het Odensehuis. Net als het beter zichtbaar zijn van deze mensen in de buurt. De vrijwilligers nodigen iedereen in Havelte uit: “Kom gewoon eens een keertje kijken!”

“We begrijpen elkaar”

Wil, Piet en Ineke over hun ervaringen in het Odensehuis

In het Odensehuis Westerveld, gevestigd in De Veldkei in Havelte, is het dinsdagmiddag gezellig. Bezoekers en vrijwilligers doen een spelletje rummikub met elkaar. Anderen maken bij een kopje thee een praatje. Ervaringen delen, ontspanning en gezelligheid vinden, lotgenoten ontmoeten. Het zijn de belangrijkste redenen die mensen met geheugenproblemen elke week naar het Odensehuis brengen. Wil, Ineke en Piet vertellen erover.

Wil uit Havelte is vanaf het begin in het Odensehuis te vinden. Hij ontmoet er soortgenoten, licht hij toe, en heeft vooral behoefte om met hen te praten. “We begrijpen elkaar, we weten wat het is om met de ziekte om te moeten gaan. Dat vind ik prettig.” Wil vindt dat het inloophuis ook belangrijk is voor de omgeving van iemand met dementie. Want je hebt de ziekte altijd samen. Ook mantelzorgers zijn daarom welkom. Je moet wel met elkaar blijven praten, waarschuwt Wil. “Ik vind het niet fijn als ik betutteld word. Om mentaal fit te blijven, helpt het juist als ik gestimuleerd word om dingen zelf te doen.”

Vasthouden

Piet woont in een verpleeghuis in Diever en wordt elke week door een vrijwilliger opgehaald en weer thuisgebracht. “Het is ‘Alzheimer voor’ en ‘Alzheimer na’ tegenwoordig, maar je moet er maar het beste van maken.” Hij vertelt dat hij in een een-op-een gesprek zomaar ineens alles kwijt kan zijn als er bijvoorbeeld iemand de kamer in komt. Dat zijn voor hem vervelende ervaringen. Toch komt hij graag naar het Odensehuis. “Het is fijn dat ik hier mijn maten tegenkom. Zo houden we elkaar toch vast.”

“Er hoeft niets”

Ook voor Ineke uit Havelte zijn de dagen in het Odensehuis een stukje afleiding. Ze kent sommige deelnemers nog van vroeger. Met Piet was ze actief op de tennisclub en ze hebben allebei jaren golf gespeeld. “Ik mis veel dingen van vroeger. Maar het is hier gezellig en iedereen doet wat hij wil, er hoeft niets. Rummikub is populair, ik vind sjoelen en schilderen ook een leuke bezigheid. Zo kan ik een beetje genieten.”

Geen taboes

Er wordt veel gekletst tijdens de inlooptagen. En de onderwerpen gaan alle kanten op. Vanochtend vertelt een van de vrijwilligers het verhaal van de twee Drentse reuzen Ellert en Brammert, voor sommigen een nieuw verhaal. Je komt hier van alles te weten, zo vertelt coördinator Marja Meppelink. Zo weet ik sinds kort alles over het telen van asperges en het risico van besmette garnalen, maar ook serieuzer onderwerpen als euthanasie komen ter sprake. We kennen geen taboes.”