

## 1. Historie PostaanZee

PostaanZee een ontmoetingscentrum gestart vanuit het idee dat ieder mens iets kan betekenen in de maatschappij en op zijn/haar manier een bijdrage kan leveren. In december 2015 vertelde Jan Ranzijn zijn ideeën over de oprichting van een ontmoetingscentrum in Egmond aan Zee aan de burgemeester. Aan het eind van zijn verhaal was de conclusie: "Aan de slag". Zoals het hem betaamd ging hij direct op zoek naar mensen met expertise.

In een jaar tijd is PostaanZee uitgegroeid tot een plek die voor veel mensen een belangrijk onderdeel in hun leven is geworden. Mensen die alleen of met hun begeleider komen. Mensen die vertellen dat ze: een operatie moeten ondergaan, een baan zoeken, dat de kinderen op visite zijn geweest of dat ze een kleinkind hebben gekregen. Maar vooral mensen die gewoon even hun verhaal kwijt kunnen over wat ze hebben meegemaakt, zonder een mening of oordeel. PostaanZee is de plek waar mensen even het gevoel hebben dat ze niet alleen zijn en er een plek voor ze is waar ze zich thuis voelen.

WandelenaanZee de activiteit waar het allemaal mee begon is van 14 deelnemers en 2 vrijwilligers uitgegroeid naar gemiddeld 65 deelnemers en 15 vrijwilligers. Iedereen is wekelijks op eigen tempo in beweging, kan zijn/haar verhaal kwijt en maakt nieuwe contacten. Doordat het met mensen zichtbaar beter gaat verwijzen fysiotherapeuten en huisartsen ook andere mensen actief door naar PostaanZee.

In no time, zonder werving maar via mond-op-mond reclame, zijn er 70 vrijwilligers die zich actief inzetten voor PostaanZee.

Ook verenigingen hebben hun weg gevonden en komen met hun activiteiten naar PostaanZee. De Egmondse Reddingsbrigade, de KNRM, dorpsvereniging de Parel, vrijwilligers van het Bunkermuseum en de Klederdrachtvereniging. PostaanZee heeft in een klein jaar al een goede samenwerking neergezet met het verzorgingstehuis (de Zorgcirkel), het Sociaal Team, de Bibliotheek, de Oud Katholieke Kerk, de basisscholen en Vluchtelingenwerk.

Vluchtelingenwerk organiseert wekelijks samen met vrijwilligers een Taalcafé. 20 mensen van allerlei nationaliteiten die naast het oefenen met de taal ook uitstapjes maken naar de volktuintjes in het duin, het museum, de kerk en op deze manier kennismaken met Egmond en haar cultuur. Vanuit het Trust-principe worden de activiteiten gefinancierd. Zo kan iedereen een bijdrage doen passend bij zijn/haar portemonnee.

Door hele goede contacten met de lokale media worden aangeleverde berichten altijd volledig geplaatst. De lokale bladen worden heel goed gelezen door de Egmondse bevolking. Naast de zichtbare wandelaars iedere maandag, staan er ook geregeld berichtjes in de krant of zijn te horen op de radio. Wij durven te stellen dat 80% van de inwoners weet dat PostaanZee bestaat. Het effect is namelijk zichtbaar wanneer er een nieuwe activiteit gestart wordt. Het aantal bezoekers is vanaf de start hoog en blijft daarna gelijk. Voorbeelden hiervan zijn BreienaanZee met bij de start 15 deelnemers en MuziekäänZee met 10 deelnemers en 10 bezoekers. Iedere activiteit is tot nu toe succesvol.

Het jaar werd afgesloten met de meest actieve vorm van Compassie in actie: KerstaanZee. Geen kerstviering daags voor Kerstmis, maar op 1<sup>e</sup> kerstdag zelf. Voor mensen die helemaal alleen zijn met Kerst of geen familie dichtbij hebben werd een brunch georganiseerd. Mensen namen zelf eten mee en PostaanZee zorgde voor een gezellige sfeer en drinken.

PostaanZee heeft in een jaar tijd haar plaats in de Egmondse gemeenschap gevonden en de Egmondse gemeenschap heeft PostaanZee gevonden.

## Behaalde resultaten

Activiteiten	Behaald resultaat
WandelaanZee	48 bijeenkomsten, 2 uur; gemiddeld 55 deelnemers, 15 vrijwilligers, verdeeld over 5 groepen.
InloopaanZee incl. leestafel	159 bijeenkomsten, 3 uur; gemiddeld 5 deelnemers per keer, 4 vrijwilligers.
BoekaanZee	168 openstellingen van 9.30 tot 16.30 uur, gemiddeld 10 bezoekers per dag, 15 vrijwilligers.
BreienaanZee	3 bijeenkomsten, 2 uur; gemiddeld 15 deelnemers per keer, 3 vrijwilligers.
MuziekäänZee	4 bijeenkomsten, 2 uur; gemiddeld 15 deelnemers per keer, 4 vrijwilligers.
KokenaanZee	1 bijeenkomst, 3 uur; 7 deelnemers
FietsenaanZee	8 bijeenkomsten, 3 uur; gemiddeld 7 deelnemers per keer, 2 vrijwilligers.
Taalcafé	25 bijeenkomsten, 1 uur; gemiddeld 15 deelnemers per keer, 10 vrijwilligers.
SpelaanZee	10 bijeenkomsten, 2 uur; gemiddeld 15 deelnemers per keer, 3 vrijwilligers.
OptredenaanZee	4 optredens, 2 uur; gemiddeld 100 bezoekers per keer, 5 vrijwilligers per keer.
WandelingaanZee	2 wandelingen, 3 uur; 5 deelnemers per keer, 1 vrijwilliger.
E-bike cursus	1 bijeenkomst, 2 uur; 20 deelnemers, 1 vrijwilliger.
Spreekuur Sociaal Wijkteam	13 bijeenkomsten, 1,5 uur; gemiddeld 3 bezoekers per keer.
Samen Eten	20 bijeenkomsten, 2 uur; 2 bezoekers per keer, 1 vrijwilliger
EHBO training	1 bijeenkomst, 2 uur; 9 deelnemers
Quantum Touch	1 bijeenkomst, 2 uur; 25 deelnemers, 2 vrijwilligers
Woongraag	1 bijeenkomst, 4 uur; 22 bezoekers, 3 vrijwilligers
Nieuwe bureu	1 bijeenkomst, 4 uur; 80 bezoekers, 3 vrijwilligers
Presentatie Oosterbaan schoenen	1 bijeenkomst, 1 uur; 80 bezoekers, 2 vrijwilligers
Breicampagne	550 mutsjes gebreid; veel deelnemers
InfoaanZee	Hele jaar tijdens openstelling; gemiddeld 250 bezoekers, 2 vrijwilligers
Luilakwandeling	1 bijeenkomst, 2 uur; 65 deelnemers, 10 vrijwilligers
Wandeling naar en bezoek aan Afie's Nobelhuis	1 bijeenkomst, 5 uur; 18 deelnemers, 4 vrijwilligers
Wandeling naar en bezoek aan Abdij van Egmond	1 bijeenkomst, 5 uur; 34 deelnemers, 4 vrijwilligers
Sponsorloop Zorgboerderij Croon&Bergh	1 bijeenkomst, 6 uur; 20 deelnemers
Ledenbijeenkomst KNRM	1 bijeenkomst, 2 uur; 60 deelnemers, 1 vrijwilliger
Klederdrachtgroep	2 bijeenkomsten, 2 uur; 15 deelnemers
Expositie Hallem-groep	Hele jaar tijdens openstelling; gemiddeld 1 bezoeker per week
SintaanZee	4 bijeenkomsten, 1 uur; 137 deelnemers, 20 vrijwilligers
KerstaanZee	1 bijeenkomst, 3 uur; 42 deelnemers, 10 vrijwilligers
Samenwerking OKK/Oud papiergroep	Wekelijks gaan er 1 a 2 dozen naar de oud-papiergroep en 1 doos goede boeken naar de OKK voor de verkoop
Pr en publiciteit	1x externe nieuwsbrief naar 396 adressen 3x interne nieuwsbrief naar 86 adressen wekelijkse berichtgeving op Facebook wekelijkse berichtgeving op gemeentebord regelmatig in lokale en sociale media
YouTube kanaal	PostaanZee in beeld: <a href="https://youtu.be/Tnj3exr0Y8">https://youtu.be/ Tnj3exr0Y8</a> 2016: <a href="https://youtu.be/2itxktdEdmA">https://youtu.be/2itxktdEdmA</a> KerstaanZee: <a href="https://youtu.be/w_w6S-14kDc">https://youtu.be/w_w6S-14kDc</a>

## 2. Toekomst PostaanZee 2017

Alles wat we tot nu toe bereikt hebben, willen we behouden. De kracht van PostaanZee zit in de Compassie in actie. Dit is niet te omschrijven op papier, maar een gevoel dat door iedereen wordt ervaren. Vanuit warmte en positiviteit mensen tegemoet treden, ze een veilige plek bieden, een luisterend oor, mogelijkheid tot deelname aan activiteiten, in beweging komen en opdoen van nieuwe contacten.

Voor 2017 steken we in op behoud van het vaste aanbod en uitbreiding waar mogelijk. De locatie is, met uitzondering van BoekaanZee, niet geschikt voor meerdere activiteiten tegelijkertijd. De avonden en in het weekend is nog ruimte, maar hier is (nog) geen vergunning voor. Aangezien er burens bezwaar maken is zorgvuldigheid geboden.

Aankomend jaar willen we inzetten op lotgenotencontact. Voorbeelden hiervan zijn: Alzheimercafé, Parkinsoncafé, Café Doodgewoon, Mantelzorgsalon, Anonieme alcoholisten/middelengebruikers, etc. Dit zal in samenwerking zijn met andere organisaties. PostaanZee wil haar ruimte tegen een vergoeding beschikbaar stellen om deze activiteiten te ontplooiën.

De optredens zijn zeer succesvol en genereren extra inkomsten. Aankomend jaar komen er 4 vrijdagmiddagen concerten en willen we iedere maand een lokaal initiatief laten optreden.

Er is behoefte aan een breed aanbod aan activiteiten. We hebben nog geen creatieve activiteit, dus daarom willen we CreatiefaanZee opzetten. Een wekelijks creatieve inloop ondersteunt door vrijwilligers. Verder is muziek heel populair en vinden mensen het ontzettend leuk om samen te zingen. ZingmeeaanZee wordt een inloop waar mensen gewoon aan tafel plaats kunnen nemen en de teksten klaarliggen om samen te zingen. Beide activiteiten zijn zeer geschikt voor de ruimte en mogelijk naast de andere activiteiten als inloop en boeken.

Er is behoefte aan samen koken en eten. Een klein groepje is aan het kijken wat de mogelijkheden zijn in de huidige keuken. We gaan geen eten verkopen, waardoor we wegblijven van de HCCP regels. We bieden de mogelijkheid voor mensen om samen te kunnen koken en eten. Veel alleenstaanden, weduwe en weduwenaren geven aan dat vooral alleen eten niet gezellig is. Wij willen stimuleren dat mensen samen boodschappen gaan doen, samen gezond koken en samen eten.

Er was enthousiast gereageerd op een filmzaal in het oorspronkelijke plan. Aankomend jaar wordt bekeken welke mogelijkheden er zijn om te starten met het vertonen van films. Aanschaf van scherm, beamer en gordijnen, licenties ed. zijn zaken die uitgezocht moeten worden.

Aankomend jaar zal ook bekeken worden hoe de ruimte zo optimaal mogelijk ingezet kan worden en voor welke activiteiten de ruimte geschikt is. Wanneer er gordijnen aangeschaft worden, is het ook mogelijk de ruimte beschikbaar te stellen aan bijvoorbeeld een yoga-groep of een meer besloten bijeenkomst. De diversiteit in gebruik (verduisterend en/of lichtdoorlatend) moeten meegenomen worden in de verkenning. Anderzijds heeft een yoga-groep een schone vloer en redelijk verwarmde ruimte nodig en de tafels en stoelen moeten aan de kant.

### 3. Uitvoeringsgegevens 2017

#### Geplande activiteiten

Activiteiten	Prestaties
WandelaanZee	48 bijeenkomsten, 2 uur: 65 deelnemers per keer, verdeeld over 5 groepen.
InloopaanZee	200 bijeenkomsten, 3 uur; 5 deelnemers per keer
BoekaanZee	Iedere werkdag van 9.30 tot 16.30 uur, gedurende 52 weken; 10 bezoekers per dag
BreienaanZee	48 bijeenkomsten, 2 uur; 15 deelnemers per keer
MuziekanaanZee	24 bijeenkomsten, 2 uur; 15 deelnemers per keer
KokenaanZee	52 bijeenkomsten, 3 uur; 7 deelnemers per groep
FietsenaanZee	12 bijeenkomsten, 3 uur; 7 deelnemers per groep
Taalcafé	40 bijeenkomsten, 1 uur; 20 deelnemers per keer
SpelaanZee	52 bijeenkomsten, 2 uur; 20 deelnemers per groep
OptredenaanZee	12 optredens, 2 uur; 100 bezoekers per keer
Luilakwandeling	1 bijeenkomst, 3 uur; 40 deelnemers
WandelingaanZee	24 wandelingen, 3 uur; 10 deelnemers per groep
Reanimatiecursus	3 bijeenkomsten, 4 uur; 6 deelnemers per groep
E-bike cursus	1 bijeenkomst, 2 uur; 20 deelnemers per keer
Lotgenotencontact	6 bijeenkomsten, 2 uur; 10 deelnemers per groep
Spreekuur Sociaal Wijkteam	52 bijeenkomsten, 1,5 uur; 3 deelnemers per keer
CreatiefaanZee	40 bijeenkomsten, 2 uur; 10 deelnemers per keer
ZingmeeaanZee	40 bijeenkomsten, 2 uur; 10 deelnemers per keer
ConcertaanZee	4 bijeenkomsten, 2 uur; 100 bezoekers per keer
InfoaanZee	Iedere werkdag van 9.30 tot 16.30 uur, gedurende 52 weken; 10 bezoekers per dag
Expositie Hallem-groep	Hele jaar tijdens openstelling; 1 bezoeker per week
Breicampagne	Vanaf oktober tot december, dagelijks.
InfoaanZee	Hele jaar tijdens openstelling; gemiddeld 250 bezoekers, 2 vrijwilligers
SintaanZee	4 bijeenkomsten, 1 uur; 150 kinderen, 20 vrijwilligers
KerstaanZee	1 bijeenkomst, 3 uur; 50 deelnemers, 10 vrijwilligers
Extra wandeling met bezoek	2 bijeenkomsten, 4 uur; 30 deelnemers, 6 vrijwilligers

## Maatschappelijke doelen en effecten

### Doelen

- Inwoners van de Egmondse kunnen volwaardig meedoen en krijgen daarbij waarnodig ondersteuning.
- Inwoners van de Egmondse ondersteunen elkaar en zetten zich actief in voor hun omgeving.
- Alle inwoners van de Egmondse hebben gelijke kansen op een goede gezondheid.

### Effecten

- Het aantal zelfstandig wonende ouderen stijgt
- afname van het aantal overbelaste mantelzorgers
- aantal eenzame inwoners is niet toegenomen
- minder mensen voelen zich geïsoleerd
- meer mensen hebben een zinvolle daginvulling
- een stijging van het aantal inwoners dat zich vrijwillig inzet voor anderen in de Egmondse
- het aantal mensen dat gebruikmaakt van een algemene of voorliggende voorziening stijgt
- indirect: afname professionele hulp (2<sup>e</sup> lijns-maatwerkvoorzieningen)
- meer mensen met een goede mentale en fysieke gezondheid
- minder mensen met een verslaving
- minimaal 80% van de ouderen is wekelijks in beweging

Het ontmoetingscentrum biedt kansen aan bewoners om in de eigen vertrouwde buurt in contact te komen met andere buurtbewoners en om samen met hen iets te ondernemen. Door mogelijkheden te creëren om actief te blijven in de buurt, wil PostaanZee eraan bijdragen dat de doelgroep ouderen langer zelfstandig kan wonen en kan participeren in de samenleving. Participatie en meedoen in de samenleving staan centraal. Voor en door de bewoners, organisaties zijn ondergeschikt. PostaanZee is er voor de Egmondse.

Het centrum is méér dan een trefpunt. De meerwaarde van PostaanZee is het gezamenlijk doorbreken van de anonimiteit bij mensen in de buurt, elkaar ontmoeten en betekenisvol contact hebben. Het hoofdeffect van PostaanZee is participatie en activering. Deze waardevolle effecten realiseert PostaanZee door als ontmoetingscentrum laagdrempelig te zijn voor iedereen. Men voelt er zich gewaardeerd en neemt verantwoordelijkheid voor elkaar.

Activiteiten gericht op educatie, recreatie en gezondheidsbevordering. Sommige vrijwilligers die zich bij PostaanZee aanmelden hebben behoefte aan vriendschap, activering en verbondenheid. Dit is precies wat PostaanZee de buurtbewoners wil bieden.

Resultaten bij vrijwilligers en bezoekers lopen uiteen van het sluiten van nieuwe vriendschappen tot het krijgen van meer zelfvertrouwen over hun eigen kunnen en kennen.

PostaanZee heeft voor vrijwilligers en bezoekers een belangrijke functie (in de Egmondse). Vrijwilligers voelen zich (weer) belangrijk, hebben een (nieuw) doel in hun leven, gaan nieuwe sociale contacten aan, zitten beter in hun vel en voelen zich nuttig voor hun omgeving en medemens. Onderling zijn er diverse vriendschappen ontstaan.

Voor bezoekers is PostaanZee een veilige haven in het dorp. Een plek waar mensen kunnen komen om een koffie te nuttigen, elkaar kunnen treffen of kunnen meedoen aan een activiteit.

De professional gaat uit van de mogelijkheden van mensen en werkt vanuit gelijkwaardigheid en respect. Meer concreet houdt de ondersteuning in dat de professional klaarstaat voor de vrijwilligers

en dat mensen naar hem of haar toe kunnen komen als zij iets signaleren, nieuwe ideeën of een probleem hebben.

WandelenaanZee een activiteit die 48 weken per jaar met ruim 15 vrijwilligers wordt georganiseerd. Het wandelen blijkt naast sociale contacten ook direct positieve gezondheidseffecten te hebben. Zowel vanuit de fysiotherapie als de huisartsen komt terug dat patiënten zichtbaar gezonder zijn en verwijzen ze nu actief door om naar PostaanZee te gaan.

Op dit moment zijn er 70 mensen actief betrokken bij het ontmoetingscentrum. Mensen die eenmaal bij PostaanZee betrokken zijn, vinden makkelijker aansluiting bij anderen en hebben een meer open houding naar elkaar. Als men nu via via hoort dat een buurtbewoner iets nodig heeft, dan gaan ze eropaf en zorgen ze dat het geregeld wordt. Veel vrijwilligers helpen ook de bewoners die nog niet bij PostaanZee komen met een klusje of met het oplossen van een probleem

Het gaat bij PostaanZee om een civil society; actief burgerschap, het terugdringen van sociaal isolement, stimuleren van sociale cohesie en het langer kunnen wonen in de wijk, doordat buurtbewoners voor elkaar zorgen. Aangezien PostaanZee dit idee van een civil society nastreeft, zorgen de vrijwilligers ook voor elkaar en voor de bezoekers en deelnemers. Langer meedoen in de samenleving door zelf actief en betrokken te blijven, lijkt te werken binnen PostaanZee.

Niet het gebouw of het ontmoetingscentrum maar de buurtbewoners en vrijwilligers maken PostaanZee. In essentie stimuleert en creëert PostaanZee een Civil Society, door de participatie en activering van de bewoners. PostaanZee is hierbij 'slechts' een middel, een knooppunt om diensten onderling aan elkaar te distribueren zodat elke burger en buurtbewoner 'mee kan doen'. PostaanZee laat de gemeente zien hoe er vanuit actief burgerschap de infrastructuur voor de Wmo te leggen is en hoe deze duurzaam te combineren is met zorg (AWBZ) en preventie (eerste lijn, Zvw).

PostaanZee is de plek waar mensen zich thuis voelen en elkaar kunnen ontmoeten. De plaats waar activiteiten en diensten op het gebied van zorg en welzijn worden aangeboden, waar sociale binding op buurtniveau wordt gestimuleerd en waar schotten tussen organisaties, instellingen, bedrijven, ondernemers en buurtbewoners worden weggenomen door samenwerking tussen deze partijen. Terugkerende kerngedachte is de actieve betrokkenheid en participatie van de buurtbewoners en de zeer bepalende rol die vele vrijwilligers spelen.

#### **4. PostaanZee 2018**

We hopen dat de ziel en het succes waarop PostaanZee gebouwd is zal blijven voortbestaan. We zien graag dat het huidige vrijwilligersbestand van 70 actieve vrijwilligers behouden, versterkt en uitgebreid wordt. Het Trust-model is een sterke aanvulling op Compassie in Actie. Dat maakt ontmoetingscentrum PostaanZee uniek in Nederland. We zijn benieuwd of dit (door)ontwikkeld kan worden en er een verdienmodel uit te halen is. PostaanZee heeft een sterke verbindende rol richting bewoners, gemeente en instellingen. Deze kan nog sterker neergezet en uitgebouwd worden. In de avonden en in het weekend kunnen we nu nog geen stappen ondernemen in verband met de vergunning. Wanneer dat geregeld is kunnen er ook op deze momenten activiteiten opgezet worden. Al met al nog voldoende uitdagingen voor de toekomst.