Kop 1

PostaanZee

ONTMOETINGSCENTRUM

JAARVERSLAG 2021

Ontmoetingscentrum PostaanZee

Stichting PostaanZee
Voorstraat 82a, 1931 AN Egmond aan Zee

Ontmoetingscentrum PostaanZee

Ondanks corona kon door de inzet van de meer dan 60 vrijwilligers weer een vraag afgestemd activiteitenaanbod aangeboden worden en kwetsbare inwoners gestimuleerd tot deelname aan bewegings-, recreatieve en educatieve activiteiten.

Beperkte openstelling

Januari, februari en in de laatste weken van december moesten we helaas tijdens de lockdown dicht. We hielden op de dinsdagen de deur open voor individuele hulpvragen en het inleveren en ophalen van boeken. Vanaf 2 februari stelde we de deur ook weer open voor het gezamenlijk drinken van koffie. Juist voor mensen die alleen zijn een welkom moment in de week om contact te hebben met andere mensen. Dit bleek zeer succesvol, om het beter te spreiden werd dit uitgebreid naar openstelling van alle werkdagen in de ochtend. Eind april konden we weer alle activiteiten in kleine samenstelling aanbieden.

Hobbyvanoma

Twee jonge meiden kwamen met het idee om pakketjes rond te brengen zodat ouderen hun creatieve hobby nog konden uitvoeren. PostaanZee verkoopt de gemaakte spulletjes, zodat er weer nieuwe materialen aangeschaft kunnen worden. Voor het opstarten van deze activiteit en aanschaffen van eerste spullen kregen we een bijdrage van stichting Haella. Door deelname aan het Platformoverleg kon dit mooie idee verspreid worden onder alle organisaties die zich inzetten voor ouderen.

Paasactie voor ouderen

We hebben een enthousiaste inwoner geholpen met een fondsaanvraag bij kleinecoronahulp voor het rondbrengen van attenties bij de ouderen uit Egmond aan Zee om zo te laten weten dat ze niet vergeten zijn.

Glimlachdozen

In samenwerking met het Sociaal Team en via een bijdrage van het Univé-ledenfonds hebben we in alle straten van Egmond aan Zee een glimlachdoos rond laten gaan. In de doos zaten kleine attenties, je mocht er iets uit halen en er weer in doen. Om zo de glimlach door te geven.

Puzzels ruilen

Door corona werd puzzelen heel populair, maar deze zijn vrij kostbaar. Daarom zijn we puzzels ruilen gestart. Bij de eerste oproep om puzzels kregen we er zo veel, dat we een deel gedoneerd hebben aan Dorpshuis de Schulp, zodat die dit ook aan kunnen bieden aan de inwoners van Egmond Binnen.

Knooppuntdementie.nl en Alzheimercafé

Omdat persoonlijk contact bij beginnende twijfels van dementie belangrijk is, hebben we contact gezocht met knooppuntdementie.nl met de vraag of we een inlooppunt kunnen worden. In maart zijn alle gastvrouwen/heren geschoold, kregen we het certificaat “Samen dementie vriendelijk” en werden we een inlooppunt. PostaanZee is een huiselijke en veilige ontmoetingsplek voor iedereen zonder of met geheugenproblemen en beginnende dementie, mantelzorgers en hun familie en vrienden. Daarnaast kwam het Alzheimercafé, dat voor corona in de Prins Hendrik Stichting plaatsvond, ook naar PostaanZee.

Bibliotheek

Samenwerking met de bibliotheek was altijd al heel goed, maar dit jaar kwam naast hun activiteiten, workshops en cursussen zelfs de overige dienstverlening naar PostaanZee. Een prachtige aanvulling op onze eigen boeken.

Digiwijs

Digitale hulp is zeer welkom in deze huidige tijd. Een tijdelijke gastvrouw wilde graag binding houden met PostaanZee en iets betekenen. Zo werd Digiwijs bedacht. Een inloopmoment voor al je digitale vragen.

Re-integratie

Wij hebben graag mee aan de integratie van mensen. Zo hebben we via Mee&de Wering iemand tijdelijk mee laten draaien met de gastvrouwen. Bij de administratie kregen we hulp van iemand met een uitkering. Helaas voor ons vond ze een betaalde baan, maar uiteraard zijn we voor haar heel blij.

Dunes & Dragons

Een activiteit in de avond die voor PostaanZee een nieuwe doelgroep aanboort. Onder dezelfde voorwaarden als al onze activiteiten organiseren vrijwilligers de activiteit en wordt er een vrijwillige bijdrage gevraagd. Dunes & Dragons is het bekende rollenspel Dungeons and Dragons. Iedereen is welkom, zowel ervaren spelers als complete beginners.

Vrijwilligers

Afgelopen jaar is het team van vrijwilligers gegroeid. We zijn heel blij met onze handige klusvrijwilliger die onder andere de cv goed heeft ingesteld, brievenbus heeft gemaakt, sensorlampen opgehangen en gezorgd heeft voor led-verlichting. Alles om kosten te besparen op onze vaste lasten. Maar uiteraard bestaat PostaanZee alleen door de geweldige vaste kern van vrijwilligers. Alle activiteiten bestaan door de inzet van vrijwilligers en bezoekers. Met elkaar, voor elkaar!

Donaties

Door corona hadden we minder inkomsten op de activiteiten, waardoor we ingeteerd hebben op onze reserve. De donatiemodule op onze site is een welkome aanvulling op het vogelhuisje. Zo hoef je geen contact geld bij je te hebben om toch een donatie te geven. We hebben extra donaties ontvangen van mensen die ons een warm hart toedragen. Hier zijn we ook heel blij mee.

Uitvoeringsgegevens 2020

Activiteiten

We bleven net als het voorgaande jaar in aangepaste vorm draaien wanneer het volgens de regels mocht. In kleinere groepen konden de activiteiten doorgaan.

Activiteit		**Prestaties**		
	Inhoudelijk	**Aantal Bijeenkomsten**	**Tijdsduur**	**Gemiddeld** aantal personen per keer
InloopaanZee	Tijdens de inloopochtenden kun je een kopje koffie/thee drinken en andere mensen ontmoeten. Er is een gastheer of gastvrouw aanwezig.	214	45 weken	7
BoekaanZee	Onder het motto: een boek voor een boek, een boek uitzoeken en deze omruilen met een meegebracht boek. Onze eigen bibliotheek. Tijdens een lockdown bleven we de dinsdag open om dit te blijven bieden.	218	49 weken	4
InfoaanZee	Om inwoners en bezoekers van de Egmonden op een goede manier antwoord te kunnen geven op hun vragen is er de mogelijkheid binnen te lopen en deze vragen te stellen. Zo dragen wij bij aan het gastvrije gezicht van de Egmonden en vangen wij eerste hulpvragen op,	218	49 weken	1
WandelenaanZee	De wandelgroepen staan onder leiding van ervaren Egmondse wandelaars. De wandelgroepen kennen verschillende afstanden en sommige groepen lopen alleen vlak terrein. Zo kan iedereen meedoen. Door corona zijn de groepen verdeeld over de dag en ze zijn altijd doorgegaan, maar konden niet altijd naderhand koffie/thee drinken bij PostaanZee.	52	2 uur	40
SpaansaanZee	Iedere donderdag komen we bij elkaar om Spaans te praten. Samen oefenen en genieten van de Spaanse taal. Bezoekers wisselen de voorbereiding van de les met elkaar af. Ook hier is ontmoeting, sociale contacten belangrijker dan het spreken van de taal. De activiteit zorgt voor contact en verbinding.	30	2 uur	7
Spreekuur Sociaal Wijkteam	Helaas was het Sociaal Team nog steeds gestopt met de spreekuren, ondanks dat het in onze ruimte wel mogelijk was. Onze vrijwilligers vingen de eerste vragen af en waar nodig verwezen ze door. Blij dat er groene licht gegeven werd en ze weer konden starten.	20	1,5 uur	1
SpelaanZee	Een zeer populaire activiteit voor de oudere, zeer kwetsbare, doelgroep. Door corona moest de groep kleiner. Een echte dagbestedingsactiviteit die mensen bij elkaar brengt..	34	2 uur	18
ZangaanZee	Een activiteit die in 2020 net gestart was en zeer succesvol. Een professionele zangeres geeft vrijwillig zang en stemvormingsoefeningen.	4	2 uur	15
FietsenaanZee	Onze vrijwilligers rijden een mooie fietstocht van circa 25 kilometer met je, met een snelheid van 15 kilometer per uur. Het idee is om puur lekker te fietsen. Een activiteit die goed is voor beweging en sociale contacten.	12	3 uur	8
MuziekaanZee	Amateurmusici kunnen meespelen in een inlooporkest. De muzieksessie is unplugged. Voor luisteraars en in de pauze zorgt PostaanZee voor een kopje koffie of thee.	5	2 uur	10
Taalcafé	Vrijwilligers organiseren een Taalcafé voor anderstaligen. Het doel is om sociaal bezig te zijn met de Nederlandse taal. Het is interactief en er worden uitstapjes gemaakt. Het is toegankelijk voor alle mensen die willen oefenen met het spreken van Nederlands.	31	2 uur	8
CreatiefaanZee	Iedere vrijdag heten de vrijwilligsters je welkom om te komen kaarten maken. Een creatieve en sociale activiteit.	30	2 uur	6
Boekenmarkt	We bieden een wisselend aanbod van boeken. Met de verkoop van de boeken steunen mensen de activiteiten van PostaanZee.	6	3 uur	25
Bilbliotheek activiteiten	Bibliotheek heeft een Aan tafel met kunnen organiseren	1	2 uur	4

Internationaal Koken	Iedere maand koken vrijwilligers thuis maaltijden uit verschillende landen. Kleine groepen zorgde voor persoonlijker contact en waardevolle gesprekken in 2020 en dit is voorgezet in 2021.	9	3 uur	20
Leestafel (nieuw)	Omdat tijdens sommige activiteiten de inloop niet mogelijk is, is de leestafel gestart. Toch even naar PostaanZee voor een kopje koffie/thee en het lezen van een tijdschrift of krant.	214	3 uur	1
Inlooppuntdementie (nieuw)	PostaanZee is een huiselijke en veilige ontmoetingsplek voor iedereen zonder of met geheugenproblemen en beginnende dementie, mantelzorgers en hun familie en vrienden.	218	-	3 totaal
Lezing Kraanvogels	Een inwoner heeft op een avond verteld over de Kraanvogels	1	2 uur	10
Klaverjassen (nieuw)	Schuif aan en speel een spelletje klaverjassen op de vrijdagmiddag.	20	2 uur	3
Taalhuisspreekuur (nieuw)	In samenwerking met de bibliotheek is gestart met een spreekuur voor computerhulp, taal etc.	17	2 uur	3
Sociaal Team Tapas eten (nieuw)	In de week tegen eenzaamheid staat ontmoeting centraal. Samen kleine lekkere hapjes eten. Want samen eten verbindt. Specaail voor mensen die vaak alleen eten en behoefte hebben aan gezelschap.	1	3 uur	10
Digiwijs (nieuw)	Wil je videobellen met je kleinkinderen, ov-chipkaart opwaarderen, het saldo weten van je cadeaukaart, je telefoon opschonen, digitaal betaald parkeren regelen, foto's doorsturen? En weet je niet hoe dat moet? Je kan iedere laatste vrijdag van de maand bij Jolijn terecht met al je digitale vragen. Jolijn helpt je graag.	5	2 uur	3
Inloop geldzaken	Sociaal.nl houdt spreekuur voor geldzaken.	1	2 uur	1
Dunes & Dragons	Samen Dungeons en Dragons spelen op de woensdagavond	11	4 uur	10
Alzheimercafe	Voor mensen met dementie, mantelzorgers, familie en betrokkenen organiseert Alzheimer Noord-Kennemerland Alzheimer Cafés. Onder deskundige leiding worden onderwerpen besproken, waarbij ruimschoots gelegenheid is om vragen te stellen. Je bent welkom zonder opgave.	3	3 uur	2
Theater Toemaar (nieuw)	Vrolijke liedjes en een lach. Het motto van Theater Toemaar is: 'Een ander en zichzelf plezieren met zang en toneel'. Iedere maandagavond open repetities bij PostaanZee. Zin om te kijken of wil je meedoen kom gerust ff langs!	9	4 uur	9
Gered Gereedschap	Tijdens onze openstelling kun je je oude gereedschap inleveren om het een tweede leven te geven. PostaanZee heeft een inzamelpunt voor Stichting Gered Gereedschap	218	45 weken	-

Verder in cijfers:

	2021	**2020**	**2019**
Totaal aantal geregistreerde bezoekers:	7241 (43 wkn)	5694 (38 wkn)	10686
Gemiddeld aantal bezoekers/deelnemers per week:	162	152	205
Totaal aantal georganiseerde activiteiten:	1347	851	1190
Openstelling in dagen:	218	192	254

67 vrijwilligers die dagelijks, wekelijks, maandelijks of een aantal keer per jaar actief betrokken zijn
Extra financiën binnengehaald door mee te doen met Rabobank ClubkasActie.

Een jaar in beeld

1 Training omgaan met dementie

2 Eerste glimlachdoos wordt uitgereikt

3 Hobby van Oma brengt veilig pakjes rond

4 Dunes & Dragons

5 Klaverjassen

6 Taalhuisspreekuur

7 Theater Toemaar treedt op bij Internationaal koken

Een dag in de week is er professionele ondersteuning. Dat is zeer beperkt en daardoor is er weinig ruimte voor vernieuwing en uitbreiding van het bestaande aanbod. We hebben ondanks coronasluitingen de overige weken een doorlopend aanbod aan activiteiten kunnen aanbieden. Wij hanteren geen seizoenssluiting, maar onze activiteiten gaan het hele jaar door. Ook mensen van buitenaf schuiven aan en zijn van harte welkom. Toeristen die langere tijd in Egmond verblijven of mensen vanuit de stad Alkmaar of omliggende dorpen doen mee.

Maatschappelijke doelen en effecten

Doelen

- Iedere inwoner van de gemeente Bergen doet mee (maatschappelijke participatie)
- Inwoners zijn zoveel als mogelijk zelfstandig en nemen daarbij eigen verantwoordelijkheid.
- Iedere inwoner heeft een gezonde leefstijl.
- Bewoners voelen zich veilig in hun buurt.
- Inwoners van de Egmonden ondersteunen elkaar en zetten zich actief in voor hun omgeving.
- Alle inwoners van de Egmonden hebben gelijke kansen op een goede gezondheid.

Effecten

Door deze activiteiten wordt voorkomen dat mensen in een sociaal isolement komen en daardoor niet meer volwaardig kunnen participeren in de samenleving:

- het aantal zelfstandig wonende ouderen stijgt;
- bewoners voelen zich veiliger in hun buurt;
- afname van het aantal overbelaste mantelzorgers;
- aantal eenzame inwoners is niet toegenome;n
- 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 Egmonden;
- het aantal mensen dat gebruikmaakt van een algemene of voorliggende voorziening stijgt;
- indirect: afname professionele hulp (2^{e} 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.

Doelgroep

Inwoners van de gemeente Bergen, vooral inwoners van de kern Egmond aan Zee.

Werkgebied

Egmond aan Zee

Omschrijving functie ontmoetingscentrum

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 alle Egmonders.

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 Egmonden). 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.

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.

Er zijn veel mensen betrokken bij het ontmoetingscentrum. Mensen die eenmaal bij PostaanZee betrokken zijn, vinden makkelijker aansluiting bij anderen en hebben een meer open houding naar elkaar.

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 buurbewoner ‘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 vanuit ons motto:

Compassie in Actie