



Inleiding

Het thema voor 2024 was Gezond en Actief ouder worden. Vele activiteiten bij SamenMeer richten zich op dit thema zowel in lichamelijk als geestelijk opzicht. Of het nu gaat over yoga, gymnastiek, zwemmen of lezingen over allerlei onderwerpen in 2024 kon je hiervoor bij SamenMeer terecht. SamenMeer heeft in nauwe samenwerking met de Gemeente invulling gegeven aan bovengenoemde thema naast alle andere activiteiten die door SamenMeer worden ontplooid, zoals in ons jaarverslag wordt aangegeven.

SamenMeer werkt op dit moment met 125 vrijwilligers, die zich allemaal inzetten om alle activiteiten mogelijk te maken. Begeleiding en scholing van onze vrijwilligers is een continu aandachtspunt van de organisatie en bestuur. De activiteiten worden goed bezocht en de lezingen en films hebben een groeiende belangstelling. Toch zijn er ook nog wensen om activiteiten hernieuwd op te starten, hierbij denken we aan de zondagochtendlunch en kookcursussen.

SamenMeer is een financieel gezonde organisatie die ook haar verantwoordelijkheid wil nemen voor het milieu. In 2025 is het voornemen om een van de bussen te vervangen door een elektrische bus.

We kunnen terugkijken op een succesvol jaar en dit moet de basis zijn voor de komende jaren. SamenMeer is alert en gemotiveerd om haar rol als centrum voor de ouderen in Landsmeer te blijven vervullen en uit te bouwen. Nieuwe activiteiten passen daarin maar ook het voortzetten van de vertrouwde bestaande activiteiten is van groot belang.



Wat verwacht de gemeente?

Uit de subsidiebrief:

Te leveren prestaties en kwaliteitseisen

- Het aanbieden van diensten betreffende individuele hulpvragen van senioren (50+) en mensen met een beperking;
- Het leveren van praktische ondersteuning aan kwetsbare inwoners van Landsmeer door middel van vrijwilligersdiensten;
- Het begeleiden van vrijwilligers;
- Het bevorderen van het welbevinden en de zelfstandigheid van senioren en het verminderen van eenzaamheid door het ontwikkelen en in stand houden van (preventieve) activiteiten, diensten en voorzieningen;
- Het organiseren van activiteiten rondom het thema dementie;
- Het organiseren van minimaal 40 sportinstuiven voor senioren;
- Deelnemen aan het Platformoverleg (8 x per jaar) en het Breed Netwerk Overleg; (4 x. p. jaar);
- Deelnemen aan de werkgroep Eén tegen eenzaamheid;
- Samenwerken met de Zoete Inval;

Het jaarplan 2024 met een beschrijving van de activiteiten voor 2024 en de begroting 2024 die uw organisatie heeft bijgevoegd dienen voor het komende jaar als prestatie-eis, gericht op de gemeente Landsmeer.

Algemeen:

- Uw organisatie beschikt over een protocol 'Meldeode Huiselijk Geweld en Kindermishandeling';
- Uw organisatie is in staat om medewerkingsbereidheid te creëren bij de doelgroep om bij zorg- of ondersteuningsbehoeften op vrijwillige basis de zorgbehoefte te signaleren en te melden bij het Middelpunt;
- Uw organisatie is in staat synergie te creëren in de samenwerking met collega-professionals, ook van andere organisaties;
- Onderdeel van de taak van uw medewerker is het doorgeven van zorgsignalen aan het Middelpunt Landsmeer. Zorgsignalen worden aan het Middelpunt uitsluitend doorgeven met toestemming van betrokkene;
- In het geval de veiligheid van een persoon bedreigd wordt, meldt de medewerker in alle gevallen bij Veilig Thuis.



Activiteitenverslag 2024

De activiteiten bij SamenMeer worden georganiseerd volgens de volgende thema's:

- a) Preventie
- b) Signalering
- c) Informatie
- d) Ontmoeting
- e) Beweging en recreatie
- f) Vervoer en mobiliteit

Daarnaast wordt het kader gevormd door de centrale doelstelling van de WMO dat alle inwoners, jong en oud, met of zonder beperking, kunnen meedoen aan de samenleving. Het Meerjarenbeleidsplan Sociaal Domein 2019-2023 van de gemeente Landsmeer is in de nieuwe gemeenteraad voor 2024 verlengd als richtinggevend kader. De hierin verwoorde opgaven liggen voornamelijk bij de thema's preventie, dementie, vrijwilligerswerk en aandacht voor mantelzorgers.

In 2024 is SamenMeer gestart met een Werkgroep Nieuwe Activiteiten vanuit de wens om te blijven vernieuwen in het aanbod. Er is onder andere gestart met de Appeltaartconcerten en een lezingencyclus rond het thema 'brede kijk op ouder worden'.

- a) Preventie
 - Er is vijf dagen per week inloop, het buffet is bezet. Er is altijd iemand aanwezig voor aandacht en een praatje.
 - Bieden van een eerste hulp/reanimatiescholing voor de vervoer- en de duofietsgroep.
 - Bieden van zinvol vrijwilligerswerk ook aan mensen met achterstand tot de arbeidsmarkt en/of taalproblemen.
 - Nauwe samenwerking met WelzijnWonenPlus rond individuele bezoekers.
 - SamenMeer levert de backup voor de wekelijkse koffie/lunchochtend in De Zoete Inval voor mensen die extra aandacht nodig hebben en groot risico lopen op eenzaam worden, bijv. mensen met dementie of zeer beperkte mobiliteit. De ochtend wordt geleid door een activiteiten begeleider van Zorgcirkel. SamenMeer houdt vinger aan de pols m.b.t. de benodigde vrijwilligers, is actieve bemiddelaar voor nieuwe deelnemers, zorgt voor vervoer voor degenen die dat nodig hebben, organiseert twee uitjes per jaar voor de deelnemers en hun begeleiders, overlegt over individuele deelnemers, en stemt af met Zorgcirkel en gemeente over randvoorwaarden en financiële continuïteit. Gemiddeld nemen circa 12 mensen deel.

- We blijven aandacht besteden aan veilig fietsen. Een van de vrijwilligers is ambassadeur van Doortrappen geworden; het contact wordt onderhouden. Het maandelijkse fietsgroepje gaat nog regelmatig op pad. Met de gemeente is overleg over het organiseren van een fietsveiligheidsstraining.
- Er is een bedrijfsfilm gemaakt over de activiteiten en het vrijwilligerswerk bij SamenMeer.
- In de werkgroep Aanpak Eenzaamheid werken de ketenpartners samen.
 - o In het voorjaar is meegewerkt aan de productie van een boekje "Kom in verbinding met elkaar".
 - o Tijdens de Week tegen de Eenzaamheid is in samenwerking met deelnemende organisaties een voorlichtingskraam op de markt bemenst. Ook is in samenwerking met de Bedrijvenvereniging Landsmeer en de Rotary een lunch voor ca. 45 mensen georganiseerd. SamenMeer bood de accommodatie, leverde de namenlijst voor de gasten aan en voerde de regie ook over het vervoer.
 - o In december heeft SamenMeer bijgedragen aan de voorbereiding van het Danspaleis (100 gasten) en onder andere een actieve rol bij de gerichte werving van gasten gehad.
- Er wordt met meer resultaat op ingezet dat mensen met dementie langer lid kunnen blijven van hun clubje, door hier alert op te zijn en clubleden hier een rol in te geven. Ook wordt bij steeds meer deelnemers gevraagd om contactgegevens van bijvoorbeeld kinderen, met name als mensen geestelijk merkbaar achteruit gaan. Ook dit helpt om mensen langer te laten deelnemen.

b) Signalering

- Deelgenomen aan afstemmingsoverleg in het Platform.
- Samenwerking met WelzijnWonenPlus om gezamenlijk mensen die zelf moeizaam tot initiatief komen te activeren of mensen die achteruit gaan in beeld te houden. Het voorkomen van eenzaamheid c.q. nog eenzamer worden is hierbij een belangrijke invalshoek.
- Attent zijn naar individuele bezoekers en in incidentele situaties contact met andere instanties zoeken.
- Concrete samenwerking met de casemanager dementie. Ook praktijkondersteuners weten SamenMeer vaker te vinden met concrete vragen over activiteiten of bezigheden voor individuele patiënten.

c) Informatie

- SamenMagazine is volgens normaal schema, dus 3 keer per jaar verschenen.
- Er is weer een bloeiend seizoen Wijzer geweest, met in totaal 14 lezingen en films met gemiddeld 37 bezoekers per keer.
- Basisinformatie over en doorverwijzing voor zorg en WMO-voorzieningen zoals aanvullende OV en rolstoelen. Soms wordt al direct een oplossing gevonden, soms wordt doorverwezen naar het Middelpunt. Regelmatig worden rolstoel en rollator uitgeleend.
- Actieve deelname aan sociale media: eigen Facebookpagina, Facebookgroep 'Je bent een Landsmeerder als', Instagram account.
- De website is in 2024 volledig vernieuwd.
- Invullen van belastingaangiften voor ouderen en anderen met lage inkomens. Tevens het doen van aanvragen van toeslagen en advisering inzake andere financiële aangelegenheden en familierecht voor dezelfde groepen mensen. Helpen met problemen met DigiD.
- SeniorWeb houdt (behalve in de zomerperiode) elke dinsdagochtend haar wekelijkse inloopspreekuur en organiseert maandelijks een informatiemiddag over uiteenlopende onderwerpen, vaak over digitale veiligheid en digitale zelfstandigheid.
- In april is in samenwerking met veel instanties in het dorp een grote informatiemiddag "Langer thuis wonen" met veel bezoekers georganiseerd. SamenMeer bood de locatie en een belangrijk aandeel in de publiciteit en organisatie. De middag was zo succesvol dat besloten werd om dit elke twee jaar te herhalen.
- Er is een nieuwe serie lezingen gestart met thema 'Brede kijk op ouder worden'. Bert Keizer heeft een lezing gehouden op 24 juni met als titel 'Oud worden en de dokter'.
- Op 18 november werd door twee jonge wetenschappers van de Vrije Universiteit een interessante lezing gehouden over de genetische factoren die bijdragen aan een hoge leeftijd, en hoe technologie en hersenonderzoek hierbij een rol spelen.

d) Ontmoeting

- Continue aandacht voor een sfeer van veiligheid, activiteit en gezelligheid.
- Dagelijks open inloop om elkaar te ontmoeten, waar nodig met sociale ondersteuning door een vrijwilliger of een van de medewerkers van SamenMeer.
- Aandacht voor een continue en gemotiveerde buffetbezetting en hygiëneregels.
- Wekelijks georganiseerde koffieochtend.

- Wekelijks een creatieve inloopmiddag met begeleiding door gekwalificeerde vrijwilligers.
- Dit jaar zijn er voor het eerst in totaal vier 'Appeltaartconcerten' georganiseerd, namelijk op 4 april, 27 juni, 5 september en 14 november. Voor € 5,- inclusief appeltaart kon men een concert met klassieke muziek meemaken. Een laagdrempelige manier om onder te mensen te komen en samen iets bijzonders te beleven.

e) Beweging en recreatie

- Het duofietsproject is in 2024 succesvol voortgezet. Vaste koppels werden gevormd, en het zelfstandig plannen van fietsafspraken werd gefaciliteerd met een appgroep en een gezamenlijke digitale agenda. De kwetsbaarheid van het project kwam ook in beeld doordat de duofiets helaas enkele keren uitviel met mankementen. In het najaar 2024 leken de problemen definitief verholpen, maar in de winter vinden veel ouderen het te koud om te fietsen. De deelnemers zijn zonder uitzondering kwetsbare oudere mensen, die blij zijn dat ze weer kunnen fietsen. Nog steeds nemen een aantal mensen deel die zich als duo aanmeldden, een nicht met haar oude tante, een vrouw met haar gehandicapte man, dochters met hun ouders, een buurman met zijn oude buurvrouw.
- Wekelijkse Sportinstuif 50+. Het aantal sportinstuiven is verhoogd (van 34 in 2023 naar 40 in 2024) en het gemiddelde aantal deelnemers was 39 (in 2023 waren dit er gemiddeld 37).
- Gymnastiek voor ouderen onder leiding van een fysiotherapeut.
- Dansen voor iedereen, speciaal voor mensen met chronische pijnklachten.
- 9 groepen Yoga, waarvan 4 door externe docenten.
- 3 groepen Tai Chi, waarvan 1 groep 65+.
- Country line dance.
- Zaalkoersbal.
- Maandelijks Fietsgroepje, met een vrijwilliger van SamenMeer.
- Klein wandelgroepje op dinsdagmiddag.
- Zwemgroep (vervoer naar Noorderparkbad).
- Stoelyoga.
- Twee groepen Salsa.
- 6 groepen Biljart, daarnaast gelegenheid tot vrij biljarten.
- Bridgeclub.
- Creatieve club en Creatieve inloopclub.
- Schaken.
- Teken/schilderen 2 clubs.
- 2 Culturele clubs. Gezamenlijke uitjes, concerten, voorstellingen, musea enz.
- Tweewekelijks een lezing of film van Wijzer.

- Koor onder leiding van een professionele dirigent.
 - Kienen voor circa 25-30 mensen, om de week.
 - Wekelijkse koffie inloopochtend.
 - Kijken naar Kunst (kunstgeschiedenis), de afronding van de cursus over Rome (met afsluitende reis naar Rome in maart 2024), en een cursus over Madrid.
 - SeniorWeb: langlopende cursus Paint Shop Pro.
- f) Vervoer en mobiliteit, gereden busritten
- Wekelijks vervoer van pakketten voor de Purmerendse Voedselbank naar gemiddeld 6 gezinnen in Landsmeer.
 - Op basis van het contract met de Zorgcirkel werden thuiswonende inwoners met dementie op 3 dagen naar de dagbesteding en vice versa gebracht.
 - Vervoer naar en van activiteiten bij SamenMeer.
 - Vervoer naar en van Noorderparkbad, 1 groep van 8 personen.
 - Vervoer van huis naar het centrum van het dorp, wekelijks naar de markt.
 - Wekelijks vervoer naar Resto van Harte en de koffie-/lunchochtend in De Zoete Inval.

Overige activiteiten

- Verhuur van ruimte aan WelzijnWonenPlus en Meet your feet, verhuur van ruimte op vaste tijden aan trombosedienst ATAL.
- Incidentele verhuur van ruimte ten behoeve van activiteiten en diensten in het kader van welzijn, gezondheid, educatie of voorlichting.

Nog of niet te realiseren ten opzichte van het jaarplan 2024

- Het scholen van vrijwilligers op het vlak van reanimatie, eerste hulp en hygiëneregels lukt wel, maar de belangstelling voor scholing op het terrein van dementie en vroegsignalering is nog steeds beperkt.
- De zondagslunch (6x per jaar) werd in 2024 helaas niet meer georganiseerd. vanwege de gezondheid van de betreffende vrijwilligers.
- In 2024 is geen bijscholing Veilig Verkeer Nederland voor senioren. georganiseerd, voor 2025 staat dit wel weer op de planning.
- Kookcursussen zijn niet van de grond gekomen.



Vrijwilligers en stagiairs

SamenMeer biedt aan een grote groep vrijwilligers een waardevolle tijdsbesteding. Het aantal vrijwilligers is stabiel gebleven met ruim 125 per eind december 2024. De vrijwilligers organiseren en begeleiden activiteiten, geven les, besturen de bussen, runnen het buffet, doen kluswerk in ons gebouw, werken mee aan voorlichting en publiciteit, duofietsen, enzovoorts. De begeleiding van dit grote aantal vrijwilligers vraagt veel aandacht en expertise. De vrijwilligers worden begeleid in zelfstandigheid en eigenaarschap. De ervaring leert dat vrijwilligers eigen verantwoordelijkheid en een goede sfeer erg waarderen en daarin goed gefaciliteerd willen worden. Doordat hieraan veel aandacht wordt besteed kunnen de vrijwilligers plezier en voldoening ervaren en is er weinig verloop.

Ook voor mensen met een zwakkere positie op de arbeidsmarkt, en voor mensen die na bijvoorbeeld ziekte aan het re-integreren zijn naar betaald werk, kan vrijwilligerswerk met de nodige ondersteuning en begeleiding, een win-win situatie opleveren. Ook kandidaten die de Nederlandse taal aan het leren zijn kunnen, met extra begeleiding, vrijwilligerswerk uitvoeren.

Met de vrijwilligers wordt o.a. gecommuniceerd via de Nieuwsbrief. Ook worden zij circa 3 keer per jaar uitgenodigd voor een vrijwilligersborrel.

Voor de vervoergroep en voor de duofietsgroep is een training eerste hulp/reanimatie gegeven.

In 2024 is het project "VOG voor de SamenMeer vrijwilligers" afgerond. Voor een aantal vrijwilligers was dit een lastige opgave omdat zij niet digitaal vaardig zijn.

Ook in 2024 is er weer een aantal keer contact geweest met de Vrijwilligerscentrale, met name op beleidsmatig vlak.

Samenwerking met andere organisaties

In Landsmeer wordt samengewerkt in de keten, onder meer door actieve deelname aan het Platform. Doel is bestaande behoeften te signaleren en activiteiten met en voor senioren te initiëren en onderling af te stemmen. Voorbeelden hiervan in 2024:

- De samenwerking in de Werkgroep Aanpak eenzaamheid. Met elkaar een boekje over Verbinding gemaakt, activiteiten tijdens de Week tegen Eenzaamheid georganiseerd, Danspaleis georganiseerd.

- Op 13 april 2024 is in samenwerking met WelzijnWonenPlus en de gemeente een informatiemarkt georganiseerd over gezond en veilig ouder worden.
- Met WelzijnWonenPlus wordt daarnaast op dagelijkse basis samengewerkt rond individuele bezoekers, en gezamenlijke activiteiten.
- De lijntjes met de organisaties zijn kort, wij worden over oudere inwoners gebeld door praktijkondersteuners, wij bellen zelf met de casemanager dementie, we benaderen het Middelpunt of de SMD, bijv. de consulent mantelzorg of maatschappelijk werker.

Overige zaken

SamenMeer beschikt over een privacyreglement conform de AVG en over een Meldcode Huiselijk Geweld en Mishandeling. Sinds 2020 beschikt de organisatie ook over een Gedragscode, een Klachtenregeling en Regeling Vertrouwenspersoon. Van vrijwilligersfuncties waarvoor dit van belang is (bijv. voor de werving) zijn functiebeschrijvingen gemaakt. Sinds 2023 beschikken bijna alle vrijwilligers over een VOG.