

# JAAERVERSLAG

**OOK**  
**ZANDV****OORT**  
steunpunt voor heel Zandvoort

**2016**

# VOORWOORD

In dit jaarverslag leest u wat Steunpunt OOK Zandvoort in 2016 gerealiseerd heeft.

Met de interviews willen wij u een beeld geven van onze dagelijkse praktijk en de mensen daarachter.

We zijn er trots op, dat Zandvoort in 2016 tot een van de Gouden Gemeentes is uitgekozen.

Nathalie Lindeboom, manager wijksteunpunten



## Colofon

### Uitgave:

OOK Zandvoort  
Flemingstraat 55  
2041 VW Zandvoort  
023-5740330  
info@ookzandvoort.nl  
www.ookzandvoort.nl

juni 2017

**OOK**  
**ZANDVOORT**  
steunpunt voor heel Zandvoort

# INTERVIEW

Interview met Kristin Saueressig

Het werd een zeer persoonlijk gesprek, met een lach en een traan.

Waar bent u geboren en hoe lang woont u al in Zandvoort?

Ik ben geboren in Duitsland, in de zuidelijke plaats Heidelberg. Samen met mijn ouders vierde ik in de zomer van 1965 vakantie in Zandvoort. Destijds logeerden wij in hotel 'de Rotonde' aan de boulevard (het tegenwoordige Amsterdam Beach Hotel). Op 15-jarige leeftijd beleefde ik een romantische vakantieliefde met een jongen uit Haarlem, die later mijn echtgenoot werd. Na de vakantie zijn wij gaan schrijven met elkaar en in het voorjaar van 1966 nam dat serieuzere vormen aan. We gingen bij elkaar op bezoek, met ouders erbij weliswaar. Inmiddels 16 jaar begon ik met een opleiding tot doktersassistente, waarbij ik naast praktijklessen ook twee dagen in de week naar school ging. Het was twee jaar lang, zes dagen in de week, hard werken, maar ik heb er heel veel aan gehad. Op mijn 18e was ik gediplomeerd en zou ik eigenlijk vertrekken naar Nederland, maar toen overleed mijn vader. Ook werd mijn toekomstige echtgenoot opgeroepen voor dienst. Uiteindelijk ben ik later dan gepland, op mijn 19e, definitief naar Nederland vertrokken.

Hoe kwam u in aanraking met OOK Zandvoort en op het idee om vrijwilliger te worden?

De aanleiding is eerlijk gezegd niet zo leuk. In april 2012 werd ik ernstig ziek en twee weken later hoorde ik hoe het ervoor stond. Uit onderzoek kwam naar voren, dat ik uitzaaiingen heb in mijn hele lichaam. Op dat moment had ik twee keuzes: of mij erbij neerleggen en doordraaien in de negatieve spiraal of het leven recht in de ogen durven blijven kijken. 'Leven, het meervoud van lef.' Door dat laatste te doen vergeet ik niet om te blijven beleven en genieten, ondanks dat ik mentaal het zwaarste gevecht uit mijn leven voer.

Doordat ik niet langer kon werken door mijn ziekte, ben ik op zoek gegaan naar een nuttige, maar ook plezierige tijdsbesteding. Eind 2012 stuitte ik op een advertentie en toen had ik net een klein beetje besef van hetgeen mij eerder dat jaar was overkomen. Ik had een aantal maanden achter de rug, waardoor ik wist: ik ga niet onmiddellijk dood, ik heb nog wel even. Ik had heel veel vrije tijd en ik was lichamelijk niet in staat om te sporten. Ik heb vervolgens een gesprek met Nathalie gehad, waarbij ik een prettig gevoel kreeg. Ik werd heel warm en hartelijk ontvangen. Ook werd een mate van vrijblijvendheid geboden, waar ik mij zeer prettig bij voelde.

**Naam:** Kristin

**Vrijwilliger sinds:** eind 2012

**Favoriete kleur:** blauw met groen

**Geboren op:** 03-11-1949 te Heidelberg, opgegroeid in Mannheim

**Beroep:** oogheelkundige/fulltime oma

**Woonachtig in Zandvoort sinds:** augustus 1974

**Favoriete hobby's:** lezen, wandelen in de natuur, spelen met de kleinkinderen

**Mooiste plek in Zandvoort:** het natuurgebied bij de Amsterdamse Waterleidingduinen



**MIJN GLAS  
IS ALTIJD  
HALVOL**

Zij wees mij ook op een wandelgroep in Zandvoort en de Toon Hermansgroep, waar ervaringen uitgewisseld worden over alles rondom deze ingrijpende ziekte. De groep komt elke tweede vrijdag van de maand bij elkaar van 10.30 tot 12.00 uur. Het wandelen is wekelijks in de Amsterdamse Waterleidingduinen. Naderhand nemen we nog gezellig een kop koffie bij het Pannenkoekenhuis. Erg prettig voor lichaam en geest.  
Levensmotto Kristin: 'ALLES IS PERCEPTIE, HET GLAS IS BIJ MIJ HALFVOL.'

Aan welke activiteiten bij OOK Zandvoort doet u mee als vrijwilliger?

Iedere maandagavond help ik mee als gastvrouw bij Kom je OOK Eten. Hierbij serveer ik samen met een andere gastvrouw en gastheer het eten en drinken. Het is altijd erg leuk om met iedereen een praatje te maken, aangezien we iedere week zo'n 20 vaste gasten hebben. Ook vinden we het belangrijk, dat de sfeer gezellig is en dat iedereen aan tafel op zijn of haar manier deelneemt aan het avondeten en zich dan ook gezien en gehoord voelt. Welke taken heeft u binnen deze functie; hoe ziet zo'n middag als vrijwilliger er uit?

De meeste gasten arriveren rond half 5, al komen sommigen eerder. Als ik binnenkom zie ik vaak al bekende gezichten in de hal. Nadat er even gekletst is loop ik door naar de keuken en begroet mijn collega's. Zij zijn dan al dik twee uur druk aan het werk. Meestal zijn de mensen van RIBW al klaar, omdat zij het eten voorbereiden. Denk hierbij aan schillen, snijden, sorteren, etc. In de keuken zijn dan nog de kok en de vrijwilliger die hem assisteert aanwezig. Dan gaan we de grote eettafel gereed maken, zodat iedereen kan aanschuiven. Vervolgens kleden wij de tafels leuk aan en proberen iedere week een andere decoratie-twist. Denk hierbij aan een andere kleurencombinatie van servetten en tafelkleden. We gaan de stoelen tellen, lopen de lijst van aanwezigen na en aan de hand daarvan delen wij de tafels in. Iedereen krijgt een drankje en daarna serveren wij de maaltijden uit.

Nadat iedereen weg is, help ik vanzelfsprekend mee om de ruimte weer schoon te maken.

Wat is er zo leuk aan het bijwonen van deze activiteit? Ik vind de interactie met de ouderen het leukst, fascinerend zelfs! Ik zit dan ook met rode oortjes te luisteren naar alle verhalen en levensgebeurtenissen.

Bijvoorbeeld als je hoort dat diegene met wie je aan tafel zit, waarvan je aan de buitenkant geen idee hebt, vertelt dat hij of zij een bedrijf heeft gehad of de wereld heeft rondgetrokken op een schip. Verwondering en bewondering, dat is het!

# LEVEN IS HET MEERVOUD VAN LEF

Waarom is vrijwilliger zijn leuk?

Ik vind het leuk, omdat ik hierdoor in mijn leven weer een klein stukje de rol heb van werknemer. Dat heb ik altijd erg leuk gevonden, met collega's samenwerken voor iets dat zinvol is. De sociale component vind ik ook prettig. Het is in dit geval niet betaald, maar dat kan mij niet schelen. Je bent in een moment ineens patiënt verklaard, uit het arbeidsproces geplukt, veel eerder dan je had gehoopt. Via deze weg heb ik toch het gevoel dat ik 'mee doe' in de maatschappij.

Wanneer mensen twifelen om zich als vrijwilliger op te geven, welk advies zou u dan geven?

Twijfel niet! Gewoon doen! Je krijgt er veel voor terug!



# ACTIVITEITEN

## OOK SAMEN

Kwetsbare (oudere) wijkbewoners genieten elke dinsdag- en donderdagmiddag en drie zondagen per maand van het gezellige Huis-kamerproject OOK Samen. Men kan naar wens deelnemen aan spelletjes en creatieve activiteiten. De deelnemers zijn veelal senioren; de vrijwilligers die de activiteiten begeleiden zijn wijkbewoners, die graag willen participeren naar vermogen.

OOK Samen heeft tegenwoordig ook een speciaal zomerprogramma, waar nieuwe bezoekers op af komen.

Op de dinsdag- en donderdagmiddagen zijn ook de Breikunsteners actief. Onder het gezellig praten met elkaar en het drinken van een kopje koffie wordt flink doorgebreid. De mooiste creaties komen uit de handen van deze dames. De opbrengst van de verkoop van de breiwerken gaat naar een, door de dames zelf gekozen, goed doel in Zandvoort.

Er wordt tegenwoordig ook samengewerkt met de Ruilwinkel in het centrum van Zandvoort. Hierdoor is de verkoop flink gestegen. De deelname aan het breien is gratis.

Doordat op deze dagen diverse activiteiten tegelijkertijd plaats vinden zijn er veel mogelijkheden tot ontmoeting.

We signaleren dat juist op deze middagen ook de biljarttafel van Pluspunt drukker bezocht wordt door de heren!



## BAKKEN EN DE KOFFIE-IN

Elke maandagochtend ruikt het in het pand heerlijk naar vers gebakken koekjes, die door cliënten van Nieuw Unicum en het RIBW als dagbesteding worden gemaakt onder begeleiding van Menno.

De aansluitende koffieochtend met de verse koekjes wordt dan ook druk bezocht door wijkbewoners.

Een groep vrijwillige gastvrouwen is de enthousiaste motor van deze ochtend.



## KOKEN EN KOM JE OOK ETEN?

Elke maandag- en donderdagavond worden lange tafels gezellig gedekt door vrijwillige gastvrouwen/-heren om een flinke groep wijkbewoners gastvrij te ontvangen. Enthousiaste cliënten van Nieuw Unicum en het RIBW maken, onder leiding van de twee koks Jos en Ron en vrijwilligers, een heerlijke maaltijd als dagbesteding. Iedereen die zijn bijdrage aan het klaarmaken van het eten heeft gegeven eet natuurlijk zelf ook mee.

Tijdens het Kerstdiner is gebruik gemaakt van de Jumbo-actie, waarbij ingrediënten voor een kerstdiner gratis beschikbaar werden gesteld.

## BURENDAG

De Burendag op 24 september stond geheel in het teken van 'Kom in beweging met de burenen'. Er waren diverse bewegingsactiviteiten voor jong en oud, zoals een springkussen, judo, Tai Chi, valpreventie, medische gym, dansen en wandelen. Het werd een zeer geslaagde dag. Deze dag heeft er mede toe bijgedragen, dat de cursussen op bewegingsgebied drukker bezocht worden.

## MOBILITEITSDAG

De jaarlijkse Mobiliteitsdag trok dit jaar 40 deelnemers. Stichting Wheels4freedom was aanwezig om inwoners in een rolstoel een rit in de zijspan van een motor aan te bieden. Dit werd een groot succes! Later zijn via de Vrienden van Nieuw Unicum nog meer ritten met de motor gemaakt.

De sponsor Biogen zal ook in 2017 zijn medewerking verlenen aan deze dag.



## KLEDING

Twee maal per jaar wordt voor kwetsbare wijkbewoners een kledingverkoop georganiseerd. Daarnaast is ook gestart met het inzamelen van kinderkleding. Bij de Voedselbank zijn veel gezinnen met jonge kinderen. De proef om dit aan te bieden gelijktijdig met de uitgifte van speelgoed door de Speelgoedvijver is geslaagd.



## HERSTEL HET SAMEN

Een maal per kwartaal helpt een groep handige vrijwilligers op een vrijdagmiddag met het repareren van kapotte, maar vaak nog goede, spullen van inwoners. Veelal zijn deze spullen met een kleine reparatie weer een hele tijd bruikbaar. We helpen hierbij tevens het milieu en het is een goede methode om te besparen op de uitgaven. Er komen tussen de 10-20 bezoekers op een middag langs. Soms komt men met meerdere spullen.

Ook de dames die handig zijn met naald en draad hebben het deze middagen erg druk.

## PR JUBILEUM

In het kader van het 10-jarig bestaan van Pluspunt is een film gemaakt. Hierin zijn ook diverse OOK-activiteiten opgenomen. Deze film was te zien op de Zandvoortse kabelkrant en is nog steeds te bekijken via:

<https://www.youtube.com/watch?v=kb4cpnKgJk8>

Er stond ook een wensboom opgesteld. Vele wensen die daar aan hingen zijn in de loop van het jaar gerealiseerd.

De wens van Anneke Herfst (lees haar interview elders in dit jaarverslag) om haar zus (haar mantelzorger) in het zonnetje te zetten heeft de pers gehaald.



# LOTGENOTENGROEPEN

## ALZHEIMER TREFPUNT

(voorheen Alzheimer Café)

Elke 1e woensdag van de maand is er gelegenheid om, aan de hand van een thema, informatie te krijgen en ervaringen te delen over Alzheimer en dementie. Het aantal deelnemers wisselt tussen de 10-20 personen. Er is een enquête gehouden om de behoeftes te peilen. Hierdoor zullen t.z.t. ook op andere locaties in het dorp soortgelijke avonden georganiseerd gaan worden.

Er zijn vrijwilligers beschikbaar om eventueel de partner met dementie thuis op te vangen, als deze niet mee kan / wil.

Op Wereld Alzheimer Dag, 21 september, stonden we samen met de Alzheimer Vereniging Zuid-Kennemerland en de beide Ontmoetingscentra in Zandvoort op de weekmarkt om meer bekendheid te geven aan Alzheimer en dementie. Het thema dit jaar was: een dementievriendelijke samenleving.

Het Dilemmaboek, geschreven door Eric Swiers en Tamar Sipkes, is overhandigd aan de wethouder. Aan dit Dilemmaboek werken twee mensen met dementie uit het Alzheimer Trefpunt mee.

## MANTELZORGGROEP

In samenwerking met Tandem komt deze lotgenotengroep elke zes weken bij elkaar. Met o.a. Nieuw Unicum wordt overlegd over de invulling van de Mantelzorgdag.

## MANTELZORGDAG

Met het aanbieden van een programma met keuze-workshops zijn in november de Zandvoortse Mantelzorgers bedankt voor hun inzet voor een naaste. Het dorp, de middenstand, de zorgaanbieders, kunstenaars en de gemeente hebben deze dag mogelijk gemaakt. BienveNu deed weer mee met een High Tea voor de Mantelzorgers. De dag was een succes. De Ontmoetingscentra van Amie en Zorgbalans hebben deze middag extra mensen opgevangen.

## MINDFULNESS VOOR MANTELZORGERS

In samenwerking met Prezens en Tandem is deze cursus gestart voor Mantelzorgers van een naaste met psychische problemen. Het omgaan met deze mensen kan erg belastend zijn.

## MOVISIE

Er zijn workshops gegeven over hoe binnen OOK Zandvoort diverse activiteiten opgezet zijn en hoe hierbij de verbinding is tussen zorg en welzijn.

## NABESTAANDENGROEP

Deze groep is vanaf maart 2016 actief. Er komt een vaste, kleine, groep 1x per maand bijeen. Niemand wordt verplicht zijn/ haar hele verhaal te vertellen: men deelt wat men wil delen en dat blijft ook binnen de groep.

## TOON HERMANS GROEP

Deze lotgenotengroep is voor mensen die te maken hebben (gehad) met kanker. De groep komt elke maand bij elkaar onder begeleiding van een oncologieverpleegkundige. Daarnaast wandelt een groep wekelijks in de Waterleidingduinen.

De Toon Hermansgroep vervult, buiten de maandelijkse bijeenkomst en de wekelijkse wandelgroep, een steun- en netwerkfunctie. De deelnemers helpen elkaar en bezoeken bijvoorbeeld gezamenlijk musea, tentoonstellingen, etc.

## VERWENDAG

De jaarlijkse verwendag voor (ex) kankerpatiënten werd druk bezocht. De 35 deelnemers hebben genoten van diverse workshops, die mogelijk gemaakt zijn door de vrijwillige inzet van de docenten. Zij vinden het zeer dankbaar werk.

Het Casino heeft voor deze dag € 500 gedoneerd.



# OVERIGE ACTIVITEITEN

## ZINVOL BEZIG ZIJN EN BLIJVEN

Bij de Ontmoetingscentra is geholpen om extra activiteiten op te zetten en nieuwe vrijwilligers te bereiken.

Amie organiseert nu o.a. kookactiviteiten en zitdansen.

## YOGA

Voor RIBW-cliënten is een Yogacursus gestart. De deelnemers zijn enthousiast.

## KUNSTPROGRAMMA

'Alle jaren tellen', een programma rondom beeldende vorming, vindt elke vrijdag in het Ontmoetingscentrum in Huis in het Kostverloren plaats.

Dit programma is de opvolger van 'Lang leve de kunst', dat in 2015 plaats vond en zeer succesvol was en mogelijk gemaakt werd m.b.v. sponsorgeld.



## WORKSHOP NIET AANGEBODEN HERSENLETSEL (NAH)

Nieuw Unicum heeft een workshop over NAH verzorgd voor de koks en vrijwilligers van Kom je OOK eten. Met deze workshop kregen de vrijwilligers meer inzicht en begrip m.b.t. de cliënten die als dagbesteding aan deze activiteit deelnemen. Er staat een vervolg gepland voor 2017.

## SPORTSERVICE

Bij Amie, RIBW, Nieuw Unicum, Pluspunt en de Seniorenvereniging zijn enquêtes van Sport-service verspreid. Er was een hoge respons van senioren boven de 75 jaar. Uit de resultaten blijkt dat opvallend veel ouderen graag meer willen sporten. Er is behoefte aan fitness en aan meer bewegen, waarbij echter de angst om te vallen een drempel vormt. Ook de hoogte van de kosten speelt een belangrijke rol. Met deze uitkomsten is een gezamenlijke aanvraag bij Sportimpuls voorbereid en deze is gehonoreerd. Ondertussen is ook al met enkele activiteiten gestart.

## NL DOET

Het buurtplein opfleuren was in maart de activiteit in het kader van NL Doet.

Gewapend met bezems, vuilniszakken en handschoenen werd het plein voor Pluspunt opgeruimd. Er werd een nieuwe boom (gedoneerd door de gemeente) geplant. O.l.v. Mona Meier-Adegeest werd ook een bankje geschilderd, dat intensief gebruikt wordt!

De wethouder was aanwezig om aan te moedigen. De deelnemers werden verrast met internationale hapjes.



## ALLE MAANDEN OPEN

Veel activiteiten van OOK in het kader van ontmoeting, eenzaamheidspreventie en netwerkversterking gaan het hele jaar door.



# INTERVIEW

Interview met Anneke Herfst

Tijdens het interview laat Anneke haar prachtige creatieve kunsten zien en foto's van activiteiten bij Pluspunt. Anneke is razend enthousiast om haar bevindingen te delen.

## **Hoe kwam je in aanraking met de activiteiten van Pluspunt?**

Mijn zus Rita heeft daar mede voor gezorgd. Omdat ik mij erg verveelde en vaak chagrijnig was doordat ik niks te doen had, zijn we gaan zoeken naar zinvolle dagbesteding.

## **Waar bestond destijds de dagbesteding uit?**

Toen had ik alleen het Rode Kruis op de donderdagmiddag en verder deed ik weinig. Ik zat thuis en de muren kwamen weleens op mij af.

## **Hoe zien je dagen er nu uit?**

Heel anders! Ik verveel mij eigenlijk nooit meer. Ik heb nu elke maandag, dinsdag en zondag activiteiten te doen bij Pluspunt en daarnaast ook nog het Rode Kruis.

## **Welke activiteiten doe je dan?**

Op maandag bij de bakkers maken we als dagbesteding allerlei lekkernijen zoals koekjes en dat wordt geserveerd bij de koffie/thee. Wat je zelf wil maken dat kan, denk hierbij aan allerlei soorten koekjes en cakejes in diverse maten. Allemaal even smakelijk! Dan leg ik het mooi klaar met een servetje en dan worden ze geserveerd door de koffiedames voor de gasten bij het koffiemoment. Op dinsdag ben ik als vrijwilligster bij Ook Samen en schenk ik koffie en thee. Ook ruim ik op als dat nodig is. Soms doe ik mee met de creatieve activiteit. Op donderdagmiddag ben ik actief bij het Rode Kruis als gastvrouw en doe gezelschapspelletjes met de gasten. Op zondag ben ik bij OOK Samen werkzaam als vrijwillige gastvrouw. Ik neem ook de jassen aan van de gasten die komen eten. Ik zorg voor koffie en thee, dekken van de tafels, opruimen en de afwas doen.

## **Wat is nou zo leuk aan werken als vrijwilliger?**

Het voelt niet als werken! Het voelt als lekker bezig zijn en menselijk contact is belangrijk en ik voel mij nuttig. Ook de reacties van andere mensen zijn altijd heel positief.

## **Wat maakt vrijwilliger zijn zo leuk?**

Dat je op een leuke manier in contact komt met andere mensen is erg belangrijk voor mij. Het is ook fijn om even het huis uit te gaan en vervolgens weer met een voldaan gevoel thuis te komen. Bij Pluspunt heb ik aanspraak en leer ik mensen kennen. Die kom ik vervolgens weer op andere plekken tegen en dan maak je een babbeltje, dat vind ik leuk!

**Naam:** Anneke

**Favoriete kleur:** blauw, grijs, maar ik heb niet echt een favoriet

**Geboren te:** Haarlem, maar mijn ouders woonden in Zandvoort  
**Woonachtig in Zandvoort sinds:** mijn eerste levensjaar

**Favoriete hobby's:** borduren, creatief met papier en verf, puzzelboekjes, woordzoekers. Ook heb ik een blauw apparaat, dat heet 'van A tot Z' en daar zit ik heel vaak op. Daar zitten allemaal spelletjes op en dan kun je zelf kiezen wat je wilt doen. Dat doe ik wel twee uur per dag.

**Mooiste plekje in Zandvoort:** waar ik woon natuurlijk (aan de Boulevard) ... en het circuit!



**Wanneer mensen twijfelen om vrijwilliger te worden; wat is jouw advies?**

**Gewoon DOEN, PROBEREN!  
Geef het even de tijd, minimaal een maand en ga het GEWOON DOEN!**



# INFORMATIE EN VOORLICHTING

## SPREKUREN

Wijkagent/Buurtbemiddeling  
Om de week is er een inloopspreekuur voor bewoners die overlast ervaren van burens. Tijdens dit spreekuur zijn de wijkagent, medewerkers van Buurtbemiddeling, Woonstichting De Key en de gemeente Zandvoort aanwezig.

## DIGITAAL SPREEKUR

In samenwerking met SeniorWeb Haarlem is er een digitaal spreekuur met als doel mensen digi-vaardiger maken. Het spreekuur is een open inloop voor alle vragen over PC, laptop, tablet, iPad en Smartphone. Er zijn vrijwilligers aanwezig om mensen persoonlijk te helpen. Elk spreekuur is er ook een korte presentatie rondom een specifiek thema. Dit spreekuur wordt goed bezocht.

## LOKET ZANDVOORT

Bij OOK is twee keer per week spreekuur van Loket Zandvoort.

## VLUCHTELINGENWERK

Wekelijks is er voor vluchtelingen een apart spreekuur, waar ze met al hun vragen/ problemen terecht kunnen.



## ATALMEDIAL

Twee keer per week is er spreekuur van Atalmedial.

## THEMABIJEENKOMST WEGWIJZ

Twee keer per jaar blijft het 1e lijns samenwerkingsoverleg WegWijz een themabijeenkomst organiseren over een actueel thema. Daarnaast zal WegWijz input geven voor beleidsstukken en signalen doorgeven. Voor de gezondheidsnota wordt WegWijz betrokken bij het formuleren van de Zandvoortse speerpunten.

## PR

Er wordt veel aandacht aan voorlichting besteed d.m.v. posters, flyers, folders, website, sociale media, nieuwsbrief, artikelen in de krant en in de nieuwsbrief van de Seniorenvereniging, via de Zandvoortse radio. Hierdoor vertrouwen we erop, dat de Zandvoortse bevolking Wijksteunpunt OOK Zandvoort weet te vinden voor vragen en deelname aan activiteiten.



# INFORMATIE EN VOORLICHTING

## INTERNETCAFE

In de ontvangstruimte staan computers waar men tegen betaling gebruik van kan maken. Er is ook Wifi aanwezig.



## GRATIS DEELNAME CURSUS

Bij enkele cursussen was ruimte om een aantal cliënten van Nieuw Unicum /RIBW gratis aan het aanbod deel te laten nemen.

## SPONSORS

Dankzij onze sponsors kan o.a. het ruime aanbod van de Verwendag worden gerealiseerd. Wij zijn de sponsors dan ook zeer dankbaar voor hun bijdrage.



## VRIJWILLIGERS

Bij alle genoemde activiteiten is de inzet van vrijwilligers essentieel.

De vrijwilliger varieert van een gepensioneerde wijkbewoner, een herintreder, iemand die chronisch ziek is, tot iemand met een beperking.

Op 31 maart was er een themabijeenkomst 'Signaleren' voor alle vrijwilligers in Zandvoort, waarbij o.a. werd uitgelegd bij welke signalen het belangrijk is actie te ondernemen.

Om de vrijwilligers te bedanken worden door het jaar heen diverse activiteiten georganiseerd, zoals de lintjesregen, het foaienfeest en een Kerstborrel.



# CONTACTUREN OOK ZANDVOORT

| Activiteit                     | Aantal deelnemers | Aantal bijeenkomsten | Duur Bijeenkomsten | Totale contactduur | 2015 totaal |
|--------------------------------|-------------------|----------------------|--------------------|--------------------|-------------|
| Themabijeenkomsten             | 6                 | 10                   | 2,00               | 120                | 150         |
| Wensboom Mantelzorgdag         | 4                 |                      |                    | 4                  |             |
| Ideeënbus                      | 8                 |                      |                    | 8                  |             |
| Mantelzorg verwendag           | 22                |                      | 4,00               | 88                 | 180         |
| OOK Samen activiteiten di-do   | 866               | 51                   | 2,50               | 2165               | 2015        |
| OOK Samen zondag               | 467               | 32                   | 5,00 *             | 2335               | 2640        |
| Breiclub                       | 920               | 99                   | 2,00               | 1840               | 1284        |
| Koffie-In                      | 1102              | 49                   | 1,50               | 1653               | 1947        |
| Bakken voor Koffie-in          |                   | 49                   | 2,00               | 490                | 490         |
| KOOK cursus ma do              |                   | 99                   | 4,00               | 2376               | 1872        |
| Kom je OOK Eten?               | 1972              | 99                   | 2,50               | 4930               | 3650        |
| Toon Hermansgroep              | 95                |                      | 1,50               | 143                | 180         |
| Verwendag (ex) kankerpatiënten | 35                |                      | 5,50               | 193                | 187         |
| Burendag                       | 68                |                      | 3,00               | 204                | 225         |
| Mobiliteitsdag                 | 40                |                      | 3,00               | 120                | 93          |
| Digitaal spreekuur             | 118               | 10                   | 2,00               | 236                | 124         |
| Alzheimer Trefpunt             | 173               | 10                   | 2,50               | 433                | 520         |
| Mantelzorg                     | 5                 | 8                    | 2,00               | 80                 | 108         |
| Internetcafé                   | 41                |                      | 1,00               | 41                 | 48          |
| Kopiëren                       | 105               |                      | 0,50               | 53                 | 57          |
| Kleding verkoop                | 70                |                      | 0,50               | 35                 | 70          |
| Herstel het Samen              | 70                | 4                    | 0,50               | 35                 | 6           |
| Workshop rouw                  |                   |                      | 1,50               |                    | 12          |
| Nabestaandengroep              | 17                | 10                   | 1,50               | 41                 |             |
| Museumplusbus                  |                   |                      | 6,00               |                    | 90          |
| Bingo                          | 17                |                      | 2,00               | 34                 | 54          |
| Yoga RIBW sept-dec             | 36                | 17                   | 1,00               | 36                 |             |
| Cursussen OOK 1ste halfjaar    |                   |                      |                    | 182                | 165         |
| Cursussen OOK 2de halfjaar     |                   |                      |                    | 195                | 180         |
|                                |                   |                      | Totaal contacturen | 18070              | 16347       |

\* in 2015 5,5 uur

# VERANTWOORDING 2016

## **Spreekuren**

Er zijn wekelijks diverse spreekuren

## **Projectmatig**

Deelname cursusaanbod PlusPunt

## **PR**

Pluspuntbrochure

jaarlijks

Website

wekelijks actueel

Kabelkrant

wekelijks actueel

Nieuwsbrief

elk kwartaal

Facebook

alle actuele zaken

ZFM

elke maand

Folders

elk kwartaal en actueel

Nieuwsbrief Seniorenvereniging

## **Vrijwilligerinzet bij de volgende projecten:**

Alzheimercafé

2

OOK Samen

6

Gastvrouw

5

Koffie-in

4

Mobiliteitsdag

10

Herstel het Samen

7

Website

3

Balie

4

Beheer

3

Verspreiding folders/posters

2

Facebook

1

Persberichten

2

Koken

3

Kom je OOK eten

10

Breiclub

2

Wandelgroep TH

1

Digitaal spreekuur

3

# INTERVIEW

Interview met Piet Logmans.

Vaste prik op de maandag- en donderdagmiddag vanaf 17.00 uur, schuift Piet Logmans (97) aan bij de groep van "Kom je OOK eten".

Aan gespreksstof zal het niet ontbreken, want Piet heeft heel wat te vertellen. Vooral het feit, dat hij vele jaren chef-kok en master-chef is geweest bij diverse zeer bekende werkgevers is daar debet aan. Op cruise schepen van de Holland Amerika lijn en in hotels, waaronder Hotel Bouwes, de Doelen en Carlton. Ook bij de Hoogovens zwaaide hij de scepter over de diverse keukens. Zijn specialiteit waren koude buffetten. 300 Mensen of meer, geen probleem.

Wat vindt hij van de koks bij Pluspunt? "Ik heb grote waardering voor de koks bij Pluspunt en soms geef ik kleine aanwijzingen, want ze kennen me. Ik vind dat ze het prima doen!"

Hij rijdt nog steeds auto en bij goed weer maakt hij gebruik van een quad. Onlangs had hij een elektrische step met zadel aangeschaft, maar het steeds stoppen/afremmen, waarbij de benen op de grond moeten, was een te grote belasting voor de knieën. Daar heeft hij dus iemand anders heel blij meegemaakt.

Door de jaren in Indië houdt hij wel van de warmte en daarom gaat hij één keer per week zwemmen bij Nieuw Unicum in het lekker warme water (33 graden) en aansluitend gaat hij daar een kop soep en een broodje eten. Ook het gymmen op woensdag deed hij trouw, maar de nieuwe juf, ging hem iets te snel.

Op muzikaal gebied heeft hij jaren gespeeld bij de Rythm Swingers als drummer. Begonnen op een 2e hands stel, dat hij op afbetaling van fl. 1,00 mocht hebben, speelde hij in de jaren na de oorlog bij een bandje van het Amerikaanse leger. Al met al heeft hij vele landen bezocht. Zoals Cuba, Amerika, Duitsland en Afrika. Te veel om op te noemen.

In ieder geval is Piet nog heel pittig en actief en geniet met volle teugen. Dat kan haast niet anders met een leven zonder alcohol en roken. Hij is van plan om, zo lang dat kan, door te gaan met de dingen die hij nu doet.



Vaste klant bij "Kom je OOK eten" is Piet Logmans:

**Ik vind  
dat ze het  
prima doen!**

# INHOUDSOPGAVE

- Pagina 3. Interview: Kristin “mijn glas is altijd half vol”
- Pagina 5. Activiteiten
- Pagina 7. Lotgenotengroepen
- Pagina 8. Overige Activiteiten
- Pagina 9. Interview: Anneke “gewoon doen”
- Pagina 10. Informatie en voorlichting
- Pagina 12. Contacturen en verantwoording
- Pagina 14. Interview: Piet “Ik vind dat ze het prima doen”



drukwerk  
design ©  
2017



onderdeel van NIEUW UNICUM