Verhalen uit de praktijk: Samen voor elkaar

Lees verhalen uit de praktijk over de stappen die wij hebben gezet om onze doelen te bereiken. We laten bijvoorbeeld sociale partners, inwoners en medewerkers van de gemeente aan het woord. Zij vertellen over de stappen die gezet zijn en wat dit betekent voor onze inwoners. De verhalen staan hieronder per doel.

Het ondersteunen van onderlinge sociale betrokkenheid

Folder met beweegactiviteiten voor senioren

Om de sociale betrokkenheid te ondersteunen, is het belangrijk dat mensen samen dingen kunnen doen en elkaar kunnen helpen. Daarom willen we graag dat elke inwoner weet welke activiteiten er zijn in Oostzaan. Eén van onze acties in de uitvoeringsagenda was om onze activiteiten beter bekend te maken. Een mooi voorbeeld hiervan is de folder die buurtsportcoach Maud Boks van Team Sportservice heeft gemaakt met de beweegactiviteiten die er zijn voor senioren. De abonnees van WelzijnWonenPlus hebben de folder gekregen, net als de deelnemers van de valpreventiecursus en cognitieve fitness.



Maud vertelt enthousiast: ‘In dit boekje staan alle beweegactiviteiten in Oostzaan voor senioren. We hopen dat ze blijven bewegen, doordat ze nu makkelijker kunnen zien wat er te doen is. Bewegen is goed voor iedereen en zorgt voor sociale contacten. De folder is positief ontvangen. Eén van de senioren zei dat hij al benieuwd was naar wat er allemaal te doen is in Oostzaan, maar dat hij nergens een overzicht kon vinden. Nu staat alles mooi en overzichtelijk op een rij!’

Inwoners kunnen zo lang mogelijk zelfstandig thuis wonen

Interview met Rebecca Groet: gezinscoach in Oostzaan

In augustus 2023 startte Rebecca Groet als gezinscoach in Oostzaan. Ze legt uit wat een gezinscoach doet: 'Een gezinscoach helpt gezinnen met langdurige

problemen op verschillende gebieden van hun leven. Deze gezinnen hebben vaak geen vertrouwen meer in hulpinstanties omdat eerdere hulp niet heeft gewerkt. Ze zijn ‘hulpverleningsmoe’. Een gezinscoach gaat met een open houding in gesprek met het gezin om het vertrouwen weer op te bouwen.'

Dat is niet makkelijk, vertelt Rebecca: 'Het kost veel tijd en geduld. De hulp van een gezinscoach is niet verplicht; het draait om vertrouwen. Ik sta naast het gezin en luister eerst goed, zodat ze zich gehoord en gezien voelen.' Als er voldoende vertrouwen is, werkt het gezin aan een eigen plan. De coaching gaat door zolang het nodig is en de gezinscoach is flexibel beschikbaar. Natuurlijk werkt de gezinscoach tijdens het hele traject samen met andere professionals.

Waarom is een gezinscoach belangrijk in Oostzaan?

'Het is een win-winsituatie, gaat Rebecca verder. We proberen patronen in het gezin te doorbreken en het gezin echt verder te helpen. Dit is goed voor zowel de inwoners als de gemeente. Het kan leiden tot minder overlast en het voorkomen van gedwongen jeugdhulp.' In Oostzaan zien we voorzichtig de eerste resultaten, vertelt Rebecca: 'Er gaan deuren open waar eerst geen mogelijkheden meer waren. Ook begint de samenwerking met de gezinscoach in Oostzaan zich als een olievlek te verspreiden.'

Versterken mantelzorgondersteuning

Jonge Mantelzorgers beleven onvergetelijke dag in de Efteling



Jonge mantelzorgers tussen de 12 en 24 jaar uit Oostzaan, Wormerland en Purmerend werden op zaterdag 28 september in het zonnetje gezet tijdens een onvergetelijk dag naar de Efteling. In totaal vertrokken 46 jonge mantelzorgers naar het avonturen- en sprookjespark in Kaatsheuvel. De jongeren gingen met elkaar het park in, er werden nieuwe contacten opgedaan en er is zichtbaar genoten. “Ik heb in jaren niet zo’n leuke dag gehad als vandaag. Normaal komt het er bij ons niet van om dit soort uitjes te doen, nu kan ik ook meepraten over de Efteling. Ik heb nieuwe mensen leren kennen en het voelde echt even of ik in een sprookjeswereld was”, aldus een jonge mantelzorger.

De dag werd georganiseerd door WelzijnWonenPlus en Stichting MEE Amstel en Zaan. Dankzij een gesponseerde bus van de Stichting Vrienden voor Purmerend kon deze dag mogelijk worden gemaakt.

Het ondersteunen van inwoners die (tijdelijk) financieel niet zelfredzaam zijn en/of schulden hebben

Een plan voor armoedebestrijding én concrete acties

Steeds meer inwoners hebben moeite om rond te komen bij financiële tegenslagen. Daarom is er een plan gemaakt voor armoedebestrijding. In juni 2024 heeft de gemeenteraad het plan "Integrale armoedebestrijding 2024-2028" goedgekeurd. Dit plan is niet alleen voor mensen met een laag inkomen, maar ook voor mensen die werken en tóch moeite hebben om rond te komen. Het plan is er vooral op gericht om armoede te voorkomen en ervoor te zorgen dat iedereen in Oostzaan kan meedoen in de samenleving. Er is ook extra aandacht voor de jeugd.

Concrete acties tegen energiearmoede en inflatie in Oostzaan

De afgelopen jaren vonden we het belangrijk om niet alleen een plan te maken, maar ook al actie te ondernemen om energiearmoede en de gevolgen van inflatie te verminderen. Zo is de energietoeslag uitgekeerd en zijn er punten ingericht waar inwoners gratis menstruatieproducten kunnen krijgen. We wilden ook beter laten zien welke hulp er is en hoe inwoners die kunnen krijgen. Daarom hebben we een folder gemaakt met een overzicht van alle regelingen in Oostzaan. Deze folder hebben we verspreid onder verschillende partners en is ook gestuurd naar alle huishoudens die in 2024 de energietoeslag hebben ontvangen.

Effectieve aanpak van eenzaamheid

Rollatorwandelen is meer dan alleen bewegen

Elke week, precies om 10 uur, vertrekt een groep ouderen met hun rollator bij Tennisclub ’t Twiske. Ze wandelen maximaal een uur door natuurgebied Het Twiske. De groep is door de jaren heen gegroeid van ongeveer 10 naar een vaste groep van zo’n 25 ouderen. Na de wandeling drinken ze altijd gezellig een kopje koffie.

Meer dan alleen wandelen

Het initiatief is van WelzijnWonenPlus en is verbonden aan Gezond Natuurwandelen. Rob Wit coördineert de wandelgroep al jaren met veel plezier. 'Rollatorwandelen is meer dan alleen wandelen,' vertelt Rob. 'Het sociale aspect is minstens zo belangrijk. Helaas vinden sommige mensen het lastig om met hun rollator op pad te gaan. Ze hebben vaak een klein duwtje nodig om mee te doen. Maar als ze eenmaal meedoen, hebben ze het erg naar hun zin. Ik hoor vaak: 'Had ik maar eerder meegedaan!'

Via via



Ouderen horen over het rollatorwandelen via vrienden en familie. Maar ook huisartsen moedigen hen aan om mee te doen. Het gaat bijvoorbeeld om ouderen die niet veel meer bewegen en/of weinig sociale contacten hebben. Voor iedereen die twijfelt, heeft Rob een duidelijke boodschap: 'De rollator helpt je om mee te blijven doen. Je conditie verbetert en door de gezellige contacten word je ook nog eens een vrolijker mens!'

Iedereen kan meedoen

Theater helpt Oostzaan bij aanpak laaggeletterdheid



Het is dinsdag 10 september 2024. Ongeveer veertig mensen druppelen Theater de Kunstgreep binnen. In de zaal zitten inwoners, vrijwilligers, sociale partners en mensen van de gemeente. Op het programma staat een toneelstuk over laaggeletterdheid. De acteurs komen het podium op en al snel zit iedereen helemaal in het verhaal.

Het publiek ziet welke problemen mensen tegenkomen als ze niet goed kunnen lezen of schrijven. Niet kunnen helpen met een spreekbeurt van hun kind, recepten van de huisarts niet begrijpen, of moeite hebben met examens en brieven van verschillende organisaties.

De scènes zijn alleen een aftrap naar het doel van de bijeenkomst: met elkaar in gesprek gaan. Hoe herken je laaggeletterdheid? En hoe maak je het bespreekbaar? De acteurs spelen de scène opnieuw. Maar nu mag het publiek de scène stoppen als ze denken dat het gesprek ook anders kan. Dat gebeurt vaak. Bijvoorbeeld omdat een goede begroeting ervoor kan zorgen dat iemand zich op z’n gemak voelt. Of door een compliment te geven als iemand om hulp vraagt.

Ook is het fijn als een inwoner weet dat er veel meer mensen zijn die moeite hebben met lezen en schrijven.

Wat viel de acteurs op? 'De enorme betrokkenheid in Oostzaan was mooi om te zien. Iedereen leek iedereen het erover eens te zijn dat we meer aandacht moeten hebben voor de persoon. En niet alleen voor de problemen.'

Het bevorderen van een gezonde leefstijl

Hersengymnastiek in Oostzaan



Vijfentwintig mensen staan in een kring in de sporthal van Oostzaan. Ze bewegen één hand vooruit in een vuist, terwijl hun andere hand open tegen hun borst rust. Daarna wisselen ze de positie van hun handen. Dit is één van de breinbrekers die de deelnemers voor hun kiezen krijgen tijdens de les cognitieve fitness.
Donderdag 28 maart heeft wethouder Eelco Taams een keer meegedaan om het eens te proberen. Hij vindt de les inspannend en leuk. Sommige breinbrekers zijn lastig, maar de geheugenspellen gaan hem goed af. Team Sportservice Zaanstreek-Waterland leert de deelnemers in vijftien lessen, op hun eigen niveau, hoe ze hun lichaam en geest fit houden.

Controle over je eigen leven

‘Met deze training ben je zowel met je hoofd als je lichaam bezig. De gemeente ondersteunt dit mooie initiatief daarom graag. We willen dat onze ouderen actief en fit blijven. Zo kun je lang zelfstandig blijven wonen. En dat is toch wat je wilt: de controle houden over je eigen leven’, aldus de wethouder.

Een sterke basis voor de jeugd

Kinderen leren over democratie en helpen Oostzaan schoner te maken

Eind 2023 hebben leerlingen van drie basisscholen in Oostzaan, waaronder OBS Noorderschool, OBS de Rietkraag en CBS de Korenaar, lessen gekregen over democratie en politiek in Nederland en Oostzaan. Na deze lessen mochten de leerlingen uit groep 7 zich opgeven voor de Kindergemeenteraad.



Van de Noorderschool en de Korenaar hebben drie groepjes enthousiaste leerlingen zich aangemeld voor deze buitenschoolse activiteit, georganiseerd samen met de Brede School. De Brede School organiseert activiteiten om kinderen meer ontwikkelkansen te geven. De kinderen hebben ideeën bedacht over het thema klimaat en milieu. In maart 2024 hebben de groepjes meegedaan met een raadsvergadering van de Kindergemeenteraad in de raadzaal van Oostzaan. Het voorstel van CBS de Korenaar om een zwerfafvalwedstrijd te organiseren kreeg de meeste stemmen.

Wat vonden de kinderen ervan om tijdelijk raadslid te zijn?

Clarice vertelt: ‘Echt superleuk! Ik dacht dat we alleen maar gingen praten en zitten. Maar het was heel actief. We gingen ook een paar keer met elkaar oefenen’. Lisa heeft er ook veel van geleerd. 'Ik weet nu een beetje hoe de gemeente in elkaar zit en hoe het werkt. Ook leer je hoe ze geld uitgeven.'

Het bieden van passende ondersteuning volgens onze visie

Doorbraakmethode krijgt vaste plek binnen OVER-gemeenten

Het afgelopen jaar zijn een aantal collega’s van OVER-gemeenten opgeleid als ambassadeurs voor de doorbraakmethode. In juli 2024 zijn we begonnen met de doorbraaktafels, begeleid door het Instituut van Publieke Waarden (IPW). Bij elke tafel wordt een complexe situatie besproken door een groep betrokken professionals uit verschillende vakgebieden. In 2024 zijn er acht van deze tafels.



Teamleider Annamaria van Teeseling kijkt tevreden terug op de eerste tafel. ‘We waren met een grote groep professionals, waaronder mensen van de woningbouwvereniging. De tafel zorgde echt voor een stroomversnelling. We kregen alle neuzen dezelfde kant op. IPW gaf ons zelfs complimenten hoe we de doorbraakmethode hebben opgepakt in onze organisatie. Annamaria vervolgt enthousiast: ‘Je ziet echt dat de doorbraakmethode toegevoegde waarde heeft! Deelnemers worden uitgedaagd om creatief te denken en bewust gemaakt van hun eigen vooroordelen’.

De volgende stap is om deze manier van denken en werken verder in de organisatie te verankeren. ‘We gaan kijken hoe we de tafels een plek kunnen geven in onze standaard overleggen. Ook organiseren we extra trainingen, zowel voor interne als externe deelnemers’, aldus Annamaria.

Een soepele overgang van 18- naar 18+

Een verjaardagskaart voor iedereen die 18 wordt



Als een jongere 18 jaar wordt, krijgt hij allerlei rechten en plichten. Dit kan vragen met zich meebrengen over wonen, zorg, geld, scholing en werk. Jongeren krijgen opeens allemaal verantwoordelijkheden, zoals het regelen van een eigen zorgverzekering, bankrekening en DigiD. Niet iedere jongere vindt zelf zijn weg hierin en/of wordt daarbij begeleid door zijn ouder(s).

Wie verjaart, krijgt een kaart

Om de jongeren op weg te helpen, stuurt de gemeente Oostzaan sinds 1 juli 2024 een verjaardagskaart naar iedereen die 18 wordt. Op de kaart staat een QR-code. Via de code komen de jongeren op onze website terecht. Hier vinden zij wat ze allemaal moeten regelen en waar ze terecht kunnen met vragen.