

# We R Ermelo!

#1 - 2024



Samen werken  
aan verbinding en  
gemeenschapskracht!

Een uitgave van:

**welzijn**  
ermelo



## Inhoudsopgave

- 3 Voorwoord door Mathilde Stam**  
 "We hebben elkaar nodig om ergens bij te kunnen horen. Om van betekenis te kunnen zijn voor een ander. Om te kunnen delen wat we te bieden hebben. Om gelukkig te kunnen zijn."
- 4 Zoveel te doen in Ermelo!**
- 6 Brenda Bokhorst laat mensen zich welkom voelen**  
 "We zijn er voor iedereen met een vraag en voor iedereen die wat wil doen. Meedoen aan een activiteit, zelf iets organiseren, iets voor een ander betekenen. Er kan echt van alles!"
- 8 Zo werken we aan verbinding en gemeenschapskracht**  
 "De omgeving van de mens is de medemens"
- 9 Erica Cozijnsen en Nicole Kuperus maken een verschil als jongerencoaches**  
 "Een hulpverlener wordt vaak gezien als iemand die boven jou staat en het voor je doet. Wij staan naast een jongere en proberen hun eigen kracht aan te boren."
- 13 SBS-6 filmt in Ermelo voor Doe maar Duurzaam**  
 "Sociale duurzaamheid, het werken aan duurzame relaties, dat is wat we hier beogen met alles wat we doen."
- 14 Joke Hendriksen-Van den Berg zet zich als maatje in voor nieuwkomers**  
 "Je wil dat mensen van afhankelijk weer onafhankelijk worden. Zoals gebeurt bij het Vrouwencafé. Daar worden vrouwen samen sterk, los van professionals of hun maatjes."
- 16 De Kledingbeurs is niet weg te denken uit Ermelo**  
 "Allerlei mensen uit Ermelo kopen hier hun kleding. Het heeft mij geholpen om weer verder te komen in het leven. Ik durf weer onder de mensen te komen."
- 19 Tineke Bouma heeft haar droombaan bij vrijwillige vervoersdienst AutoMaatje**  
 "Belangrijk is dat mensen dankzij AutoMaatje zelfstandig hun vervoer kunnen blijven regelen. Zo kunnen ze zelf regie houden en blijven meedoen."
- 21 De Lekker in je vel-beurs brengt alle levensgebieden rondom het thema gezondheid samen**  
 "Positieve gezondheid laat zien dat gezondheid meer is dan niet-ziek zijn."

## Colofon

Teksten: Eelco Visser  
 Ontwerp en vormgeving: Coert de Boe  
 Beelden: Eelco Visser en Welzijn Ermelo  
 Drukwerk: Drukwerkdeal

# Wij zijn Ermelo

Dit magazine laat zien wat Welzijn Ermelo doet, maar vooral hoe we dat doen en met welk beoogd doel. De verhalen bieden verdiepende informatie bij de cijfers die laten zien met hoeveel mensen we jaarlijks contact hebben. Ze laten de betekenis van die contacten, van ons werk, zien. Die zit in 'samen'. Dit magazine heet niet voor niets We R Ermelo. We are Ermelo, wij zijn Ermelo, met z'n allen. Alle inwoners, in hun verschillende rollen. Alle beroepskrachten die een verschil willen maken voor mensen. Alle bestuurders die met ambitie en bevologenheid het beste willen voor de samenleving. We hebben elkaar nodig voor het mooist mogelijke Ermelo.

Er is gelukkig steeds meer aandacht voor het collectief. Voor het 'samen' in samenleven. Dat doet me deugd, wat zo ben ik opgegroeid. In Zuid-Afrika, in een samenleving waar je elkaar nodig had, of je nu wit of zwart was. We moesten de gemeenschap met elkaar bouwen. En dus werkten we zonder voorwaarden samen. We waren betrokken bij elkaar en deelden opbrengsten, bijvoorbeeld van de jacht. Ik groeide op in een Ubuntu-samenleving, waar het motto 'Ik ben, omdat wij zijn' richting gaf aan het samenleven.

Als mensen zijn we sociale wezens. We hebben elkaar nodig om ergens bij te kunnen horen. Om van betekenis te kunnen zijn voor een ander. Om te kunnen delen wat we te bieden hebben. Om gelukkig te kunnen zijn. Welzijn Ermelo maakt ontmoetingen mogelijk. Werkt aan verbindingen tussen mensen. In centrale gebouwen, zoals het Huis van Ermelo. Met diensten waardoor

inwoners van alle leeftijden kunnen (blijven) meedoen. Maar ook door aan te sluiten bij allerlei plekken en activiteiten die voor mensen belangrijk zijn. In de wijken, in parken, op een speelplaats, tijdens buurtfeesten of op Burendag. Deze plekken en activiteiten zijn er al. Daar komen bewoners samen, op een plek of tijdens een activiteit die al van hen is. Daar zijn ze al maker van de samenleving en geen consument van onze diensten. We sluiten daar aan, maken contact, werken aan vertrouwen en bouwen aan relaties met en tussen mensen.

We moeten met elkaar dingen gaan doen. Met een grote nadruk op dat doen. Want door samen te doen, leren we van elkaar en komen we verder. Van een individualistische samenleving naar een samenleving waarin samen weer centraal staat. 'Ik ben, omdat wij zijn'. We R Ermelo! Ik wens u veel leesplezier. **Mathilde Stam**, Directeur-bestuurder Welzijn Ermelo

## Activiteiten in beeld



### Ontmoeting en verbinding in de Baanveger

Actief blijven, anderen ontmoeten, jezelf ontwikkelen en je plek vinden. Onderdeel uitmaken van een groep, van een groter geheel. Gemist worden als je er een keer niet bent. En: ontdekken wat je met elkaar deelt, wat je verbindt. In de Baanveger maken de deelnemers en de vrijwilligers zélf tal van activiteiten. Welzijn Ermelo ondersteunt en faciliteert waar dat nodig is. Iedereen is er van harte welkom. Om te zijn, om mee te doen en om mee te organiseren!



### Internationale vrouwendag

Op 8 maart was het Internationale Vrouwendag 2024. Het wereldwijde thema was dit jaar 'Inspire Inclusion'. Daarmee werd benadrukt dat de participatie van vrouwen in de samenleving van essentieel belang is. In het Huis van Ermelo was het een gezellig samenzijn van vrouwen uit allerlei verschillende culturen. Een dag die in het teken stond van ontmoetingen en verbinding. Vrijwillig maatje Joke Hendriksen-Van den Berg vertelt meer over de betekenis van deze dag op pagina 14 en 15 van dit magazine.



### Ermelo diner

Donderdag 10 oktober is voor de negende keer het Ermelo diner gehouden. Ontmoeting, verbinding en culturele uitwisseling stonden centraal. Op drie locaties hebben 75 Ermeloërs met elkaar genoten van eten dat ze voor elkaar hebben gemaakt! Jongeren, volwassenen en ouderen, mensen vanuit allerlei culturen, actieve bewoners en mensen die juist meer contact willen; allemaal schoven ze aan! Het leidde tot veel ontmoetingen tussen mensen die elkaar hiervoor nog niet kenden. Door elkaar te leren kennen, komen ze erachter wat ze delen en elkaar te bieden hebben. Wat ze samen leuk vinden. En dan ontstaat er van alles. Zo gaan twee Ermeloërs die elkaar voorheen nog niet kenden, binnenkort met elkaar lunchen. En een vrouw die op zoek is naar nieuwe contacten is nu aangehaakt bij de bewonersgroep Ermelo Oost. Dat is de kracht van ontmoeting en verbinding!

## Spot On festival

Op 28 september werd het nieuwe culturele seizoen geopend met het Spot On Festival. Het programma bestond onder andere uit muziek, theater en kunst. Allerlei activiteiten waren natuurlijk ook weer een aanleiding voor de nodige ontmoetingen. Het Jongerenwerk van Welzijn Ermelo droeg bij aan ontmoeting en verbinding door bezoekers te vragen om een vraag op de babbelbank te schrijven. Deze bank gaat door Ermelo heen reizen. Iedereen die samen met een ander op het bankje gaat zitten, kan door middel van de vragen die er op staan een interessant en 'ander' gesprek starten. Waardoor je elkaar niet alleen sneller, maar ook op een andere manier, leert kennen!



## Burendag

Burendag is al jaren het moment voor 'van het een komt het ander'! De activiteiten die je op die dag met je burens organiseert, versterken het onderlinge contact en leiden nagenoeg altijd weer tot nieuwe activiteiten. Welzijn Ermelo heeft samen met de gemeente een Burendag-barbecue voor Oekraïners en hun burens georganiseerd. Zo konden niet alleen circa 130 mensen elkaar ontmoeten, maar ook verbindingen aangaan of hun onderling contact verdiepen.



Brenda Bokhorst laat mensen zich welkom voelen

**“Mensen met elkaar  
verbinden geeft  
positieve energie  
&  
creëert nieuwe  
positieve energie!”**

Brenda Bokhorst is 28 jaar. Ze woont met haar kat in Harderwijk en reist een aantal keren per week op haar scooter naar Ermelo. Daar is ze in het Huis van Ermelo gastvrouw voor de inloop. Maar dat is niet alles. Ze doet receptiewerkzaamheden en loopt graag mee met sociaal werkers om te leren over het vak. Alles wat ze doet, draait om verbinding. “Bij de activiteiten die tijdens de inloop worden georganiseerd, kan iedereen in en uit lopen. Zo kunnen nieuwe verbindingen ontstaan. En dan kan van het een steeds weer het ander komen!”

**B**renda kan haar ziel en zaligheid, maar ook een aantal van haar karaktereigenschappen mooi kwijt in wat ze doet. “Ik ben zorgzaam en vind het belangrijk dat mensen zich welkom en op hun gemak voelen. Daarom zit ik hier zo goed op mijn plek. Daarnaast zit ik niet graag stil. En hier kan ik altijd wel mijn handen uit de mouwen steken.”

### Een verschil maken

Brenda kwam als kind al op de locaties van Welzijn Ermelo. “Mijn vader is hier al heel lang sociaal beheerder. Ik ken de sfeer goed, weet wie er komen en wat er speelt. Na een moeilijke tijd, zocht ik nieuwe bezigheden. Toen mijn vader me vroeg of ik op maandag wilde meedraaien bij Welzijn Ermelo, zei ik direct: ‘ja natuurlijk!’” Na twee jaar als gastvrouw, wilde Brenda graag meer betekenen. Ze vroeg directeur Mathilde Stam of er meer werk voor haar was. Sindsdien doet ze ook receptiewerk. “In het eerste contact, of dat nu aan de bar of aan de telefoon is, kan ik mensen welkom heten en zich welkom laten voelen. We zijn er voor iedereen met een vraag en voor iedereen die wat wil doen. Meedoen aan een activiteit, zelf iets organiseren, maar ook als je

**“Ik kan overal een telefoon aannemen, maar hier maak ik er echt een verschil mee.”**

iets voor een ander wilt betekenen. Er kan echt van alles! Dat ik er voor hen kan zijn en mensen verder kan helpen, is een fijn gevoel. Het geeft positieve energie, maar het creëert ook nieuwe positieve energie. Ik kan overal een telefoon aannemen, maar hier maak ik er echt een verschil mee.”

### Verbindende antenne

Brenda merkt dat haar ‘verbindende antenne’ eigenlijk altijd aan staat. “In februari liep ik op de markt met flyers voor een Valentijnactie, ontmoeting met koffie en thee. Een mevrouw wilde haar verhaal kwijt. Ze zocht contact met leeftijdsgenoten. Toen heb ik haar letterlijk op het Huis van Ermelo gezien, daar stonden we vlak naast. En dat doe ik ook als ik contact heb met mensen bij wie de tuin gedaan moet worden. Of bij iemand die sociale contacten zoekt of vrijwilligerswerk wil doen. Overal kan ik verbindingen leggen. Vrijwilligers kunnen zich hier ook écht inzetten vanuit wat ze het leukste vinden om te doen. We hebben zelfs vrijwilligers die wel verstand hebben van Apple-, maar niet van Samsung-telefoons! Zo wordt vrijwilligerswerk nooit een last, want iedereen doet graag waar hij goed in is of wat hij leuk vindt!”

### Betekenisvol werk

Als we het over de toekomst hebben, komen we bij de grootste passie van Brenda: bloemen en planten. “Daar wil ik wel een diploma in halen, zodat ik kantoorinterieurs kan beplanten, bloemist kan worden of workshops kan geven. Daarnaast hoop ik nog lang binnen Welzijn

Ermelo actief te blijven. Op een manier die bij me past. Voorlopig heb ik nu vaste tijden en dagen. Ik ben en blijf ook heel geïnteresseerd in de breedte van het werk binnen onze organisatie. Door mijn werk bij de receptie krijg ik ook van alles wat mee. We hebben een centrale plek in de gemeente, zijn geworteld in de gemeenschap en hebben zoveel lijntjes met allerlei groepen mensen. Je kan hier met al je vragen en ideeën terecht. We zijn van betekenis voor mensen.” Als ik vraag wat ze nog te wensen heeft, komt het op ruimte. “Sinds de verhuizing hebben we wel eens ruimtetekort. Daardoor zijn er activiteiten naar de Baanveger verhuisd. Mooi is wel waar dat we daarom op een iets andere manier zijn gaan werken. Tijdens de inloop organiseren we nu activiteiten, waarbij iedereen kan in en uit lopen. Zo kunnen er weer nieuwe verbindingen ontstaan.”

**“Het is heel wederkerig; je geeft iets en je ontvangt iets terug. Uiteindelijk raakt het allemaal aan verbonden zijn met elkaar, het gevoel dat je iets voor een ander kunt betekenen.”**

### Wederkerigheid

De mooiste momenten beleeft Brenda als de vrijwilligers elkaar ontmoeten. Bijvoorbeeld tijdens een BBQ. “Dan zie je hoeveel mensen zich hier inzetten voor een ander. Zonder dat je het weet. Mensen van alle leeftijden. Dat is heel krachtig. Het voelt goed om daar onderdeel van te zijn! Daarnaast zijn het ook hele kleine dingen. Een complimentje van iemand. Of een man die het moeilijk heeft in het leven, maar mij met zijn levenswijsheid enorm inspireert om iets te gaan oppakken. Ander voorbeeld maakte ik gisteren mee. Ik moest planten ophalen in Putten. Dan krijg ik direct hulp van een man die zijn aanhanger beschikbaar stelt. Als bedankje breng ik hem dan weer een bloemstuk. Het is heel wederkerig; je geeft iets en je ontvangt iets terug. Uiteindelijk raakt het allemaal aan zinging. Aan verbonden met elkaar zijn, het gevoel dat je iets voor een ander kunt betekenen. Ik heb hier al zoveel mooie dingen meegemaakt!”

“De omgeving van de mens, is de medemens”

(Jules Deelder)



## Zo werken we aan verbinding & gemeenschapskracht

We R Ermelo. Wij zijn Ermelo. Samen, als vertrekpunt in ons werk. Het vergroten van de collectieve draagkracht is waar onze medewerkers dag in, dag uit, en met hart en ziel, aan werken! Aan gemeenschapskracht. Samen met, en door, inwoners zelf. Zodat ze, zelf én samen, de uitdagingen in hun leven het hoofd kunnen bieden. En daarbij beseffen wat ze elkaar allemaal te bieden hebben. Onze medewerkers ondersteunen ze hierbij. Niet door te doen wat ze zelf kunnen, maar door aanvullend daarop te werken. Zo draagt Welzijn Ermelo bij aan meer welbevinden en een (veer)krachtigere samenleving waarin mensen meedoen en meebeslissen.

Het benutten van alles wat inwoners te bieden hebben in termen van 'draagkracht' staat daarbij centraal. Dat wat er wél is, bij bewoners, in straten en buurten is leidend in onze inzet. De overvloed, niet de tekorten en dat wat er (nog) niet is. De overvloed verbinden we. Hoe we dat doen, en welke impact dat heeft, lees je onder andere in de verhalen in dit magazine. Hierdoor neemt het zelf- en samenoplossend vermogen in de samenleving toe, benutten we inclusieve burgerkracht en verminderen we de druk op de zorg en het aantal individuele maatwerkvoorzieningen. Dat maakt het welzijnswerk van Welzijn Ermelo uniek!



**“Wij staan  
naast jongeren  
en proberen  
hun eigen  
kracht  
aan te boren”**

Erica Cozijnsen en Nicole Kuperus zijn beiden ondernemer, moeder én als vrijwillige jongerencoach actief binnen het Jongerencoachingstraject 'van A tot Zelf' van Welzijn Ermelo. Of eigenlijk: voor de jongeren. Nicole: "De blikken op hun gezichten en de dankbaarheid van ouders, daar doe je het voor. Ouders willen het beste voor hun kinderen, maar zijn soms ook maar zoekende. Als ze dan gebruik kunnen én willen maken van jongerencoaching, leidt dat vaak tot blijdschap en opluchting. Het is de belangrijkste drijfveer om dit vrijwilligerswerk te doen!"

**E**rica merkte als kapster dat ze steeds geïnteresseerder raakte in de achtergrond van de pittige verhalen die klanten soms met haar deelden. Tel daar haar interesse in jongeren, empathische karakter en het verlangen om wat voor een ander te kunnen betekenen bij op, en haar inzet als jongerencoach is een bijna logisch gevolg.

### **Naast een jongere staan**

Ook Nicole heeft als jongerencoach vrijwilligerswerk dat haar past. Na zeventien jaar in de financiële dienstverlening wilde ze andere keuzes maken. Via een oud-collega had ze al over jongerencoaching gehoord. Toen Welzijn Ermelo er vrijwilligers voor zocht, voelde het direct goed. "Kort geleden heb ik zelf voor het eerst contact gehad met een coach. Dat was voor mij echt een eyeopener. In mijn jeugd heb ik wat struggles gehad, maar nooit een coach. Nu denk ik vaak: hoe fijn was dat toen geweest. Om juist als je jong bent een luisterend oor te vinden en handvatten te krijgen om zélf dingen te doen."

**"In mijn jeugd heb ik wat struggles gehad, maar nooit een coach. Nu denk ik vaak: hoe fijn was dat toen geweest"**



Erica knikt instemmend. "Een hulpverlener wordt vaak gezien als iemand die boven jou staat en het voor je doet. Wij staan naast een jongere en proberen hun eigen kracht aan te boren."

### **Alles samen afstemmen**

De jongeren melden zich zelf of komen binnen via een derde. Zijn ze minderjarig, dan worden ook hun ouders uitgenodigd. Na een intake volgt er een eerste gesprek, waarbij wordt ingeschat of er coaching of hulpverlening nodig is. Dan volgt een persoonlijk gesprek om te kijken of er een klik is. Is dat het geval, dan bepaal je samen het vervolgtraject. Nicole: "Bij de matching ga ik altijd af op wat ik bij de jongere zie. Dat werkt bij mij heel intuïtief. Na de match stemmen we alles samen af, ook hoe we het gesprek voeren. Als iemand bijvoorbeeld moeilijk stil kan zitten, gaan we bewegen. Of iets doen en tegelijkertijd praten. Geen jongere is hetzelfde. We stellen ons laagdrempelig op. Naast de jongere, gelijkwaardig en open. Tegen een hulpverlener zeg je niet 'ik wil jou niet'. Dat kan bij ons wel." Erica: "Mijn manier van werken is persoonlijk en ervaringsgericht. Ik neem mezelf mee. Dat is mijn manier, ik ben mijn eigen instrument."



### Geven en nemen

De jongeren en jongerencoaches stellen de doelen samen vast. Erica: "We moeten ervoor waken om niet zelf in oplossingen te gaan denken. Een meisje had bijvoorbeeld haar doel voor 50% bereikt. Dat was al heel positief, want toen we begonnen kon ze niks positiefs benoemen. Maar hoe kom je dan naar 70%? Wat kun je dan doen? Toen zei ze: 'ik kan wat meer loslaten.' Dat ze dat zegt, is belangrijk. Dan wordt de volgende stap die ze zet namelijk echt van haarzelf. Als je zelf wilt veranderen, gaat er iets veranderen. Het is belangrijk dat we er samen voor gaan. Het kan gebeuren dat een jongere bijvoorbeeld een thuisopdracht niet heeft gedaan. We kijken dan samen waarom het niet lukte en of er een andere manier is die beter aansluit. We verwachten in de samenwerking natuurlijk ook wat van de jon-

**"Een hulpverlener wordt vaak gezien als iemand die boven jou staat en het voor je doet. Wij staan naast een jongere en proberen hun eigen kracht aan te boren"**

gere. Als iemand meerdere malen niet op een afspraak komt, geef ik ook terug wat dat met mij doet. Dus niet: 'jij doet het fout', maar: 'dit doet het met mij.' Als je irritatie voelt, moet je er wat mee, anders kan het de coaching in de weg staan." Nicole: "Als je nergens aan wilt werken, kan ik mijn tijd ook aan een ander besteden. Het is een beetje geven en nemen. Soms is het een luisterend oor bieden, een andere keer kunnen we wat actiever aan de doelen werken."

### Mooie stappen zetten

Nicole en Erica hebben verschillende jongeren mooie stappen zien zetten. Erica: "Een meisje dreigde niet over te gaan op school. Samen met haar en haar school hebben we hard gewerkt om dat te voorkomen. En met succes! Ze had een droom en daar had ze die opleiding voor nodig. Dat was mooi voor haar motivatie en ze bleek echt een vechter. Als afsluiter hebben we samen ijs gegeten." Nicole: "Ik vind de tussentijdse successen ook mooi. Bijvoorbeeld toen ik met een meisje werkte aan een onderliggende vraag over zelfvertrouwen. 'Wat wil je tegen jezelf zeggen? Aan mooie dingen?' Vanuit die vragen ga je dan aan de slag. Daarbij kan ik ook mijn eigen kennis inzetten. De eerste keer dat ze

## **“We moeten ervoor waken om niet zelf in oplossingen te gaan denken”**

hier weer kwam, na haar traject, liep ze met een brede lach binnen. Ze gaat nu veel meer voor zichzelf staan. En als iets niet lukt, kan ze dat accepteren zonder het direct aan zichzelf te wijten. Met een andere jongere was het doel dat hij weer zelfstandig zou opstaan. De woensdag na het eerste gesprek kreeg ik al telefoon van zijn moeder. Ze wist niet hoe het kon, maar hij was al twee keer uit zichzelf opgestaan. Daar doe je het voor.” Erica knikt. “Ook als het niet lukt om doelen te bereiken, kunnen we van alles betekenen. Bijvoorbeeld door mee te gaan naar hulpverleners, omdat we een vertrouwensband met de jongeren hebben opgebouwd. Jongeren kunnen me ook 's avonds laat appen als ze er écht doorheen zitten. Bij een hulpverlener zijn dat kantoortijden. En ze kunnen altijd terugkomen als er weer iets speelt. Het contact is gratis, dus er hoeft geen drempel te zijn. Ze zijn altijd welkom. Ook met een kleine vraag, zodat het geen hulpverlening wordt. Maak er gebruik van, want het is er.”

### **Het verschil maken**

Als vrijwilligers leren Erica en Nicole voortdurend. Ze raden het anderen

van harte aan. Erica: “We kunnen onszelf hier verder bekwamen, zonder dat je perse een cursus hoeft te volgen. We hebben een of twee jongeren als coachee. Daar loop je gemiddeld een half jaar tot een jaar mee op. Met een kleine tijdsinvestering, maak je in ieder geval een enorm verschil. Voor mij gaat het er ten diepste om dat een jongere gezien wordt.” Nicole vult aan. “En dat er altijd iemand voor je is, niet alleen heel dichtbij, maar ook iets verder weg. Die neutraal, liefdevol en oordeelloos nabij kan zijn. Het geeft mij veel voldoening. Van ieder gesprek leer ik wat. En dat neem ik mee in het contact met mijn eigen dochter. De jongeren betekenen hierin ook echt wat voor óns. Er zijn zoveel linkjes naar mijn eigen persoonlijke situatie. Ik groei en leer hierdoor en dat vind ik heel waardevol.” Erica: “Het is heerlijk om mijn liefde hierin kwijt te kunnen.”

**“Het contact is gratis, dus er hoeft geen drempel te zijn. Ze zijn altijd welkom. Ook met een kleine vraag, zodat het geen hulpverlening wordt. Maak er gebruik van, want het is er”**



**“Op een gegeven moment voelde ik dat ik alles weer op een rijtje had en door kon.”**

Jennifer heeft een jaar jongeren-coaching gehad. Eerst een keer per week, toen eens in de twee weken en uiteindelijk alleen nog wanneer ze er behoefte aan had. De belangrijkste winst was dat ze haar verhaal kwijt kon. “Ik zat niet lekker in mijn vel en werd op het spoor van jongeren-coaching gezet. Samen met mijn coach heb ik doelen opgesteld voor de gesprekken. Die hebben we uiteindelijk ook allemaal behaald. Het was vooral fijn een luisterend oor te

vinden. Met iemand te kunnen praten die in principe buiten mijn situatie stond. De gesprekken gingen over van alles en nog wat. Ik kreeg ook adviezen. Bijvoorbeeld over hoe ik met mijn kwaadheid kon omgaan. Of dat het niet goed is om te drinken wanneer je jezelf slecht voelt. Op een gegeven moment voelde ik zelf dat ik alles weer op een rijtje had en door kon. Toen hebben we samen besloten om te stoppen.” Jennifer zou eigenlijk iedere jongere een coach aanraden. “Ik denk dat veel jongeren zich niet gehoord voelen en dingen voor zich houden. Vanuit mijn ervaringen kan ik het alleen maar aanraden.”



**Meer informatie over jongeren-coaching?**

Kijk op [www.welzijnermelo.nl/jongeren-coaching](http://www.welzijnermelo.nl/jongeren-coaching)

Of je belt met coördinator Jolanda Timmer: **06 - 21 23 34 94**

Mailen kan ook: [jongeren-coaching@welzijnermelo.nl](mailto:jongeren-coaching@welzijnermelo.nl)



# “Deze film was een aanleiding voor ontmoeting en inspiratie over en weer”

In mei gingen de landelijke spotlights even op Welzijn Ermelo. En dan vooral op de manier waarop het werkt aan sociale duurzaamheid. Het SBS6-programma Doe Maar Duurzaam kwam voor een korte reportage naar Ermelo. Mathilde Stam vertelt over de achtergrond en de draaidag. “Het was vreselijk leuk om te doen. Vooral om het samen te doen, in verbondenheid met elkaar. Dat is wat nodig is. Dit filmpje gaat over veel meer dan de twee keer drie minuten die zijn uitgezonden.”



**N**ajaar 2023 was daar ineens een mailtje van SBS6. Het was een programmamaker opgevallen hoe Welzijn Ermelo Ubuntu verweeft in haar werk. Mathilde: “De collectieve insteek ervan raakte aan het thema duurzaamheid waar het programma Doe Maar Duurzaam om draait. Sociale duurzaamheid, werken aan duurzame relaties, dat is wat we hier beogen met alles wat we doen. Zo kwamen we in gesprek.”

### Collectiviteit centraal laten staan

Er waren meer concrete aanleidingen, vertelt Mathilde: “Het draait om hoe we mensen zien en ons tot mensen verhouden. Om de manier waarop we onze organisatie en werkwijze organiseren zodat de collectiviteit centraal kan komen te staan. De naam Huis van Ermelo vonden ze ook direct prachtig. Want in een huis kun je jezelf thuis voelen. In een huis tref je elkaar. Onze samenleving is zo individualistisch geworden dat mensen elkaar thuis niet meer ontmoeten. Maar in het Huis van Ermelo

is voor iedereen plek. We moeten veel investeren in ontmoeting. Welzijn, maar ook ontmoeten, draait om vertrouwen. We moeten met elkaar dingen anders doen. Ik roep dat, maar ik doe het ook. Dat was ze bij SBS6 ook opgevallen. Toen ik ja had gezegd, wilde ik ook vooral die ontmoeting, de collectiviteit, laten zien. Onze medewerkers, de vrijwilligers en de mensen uit Ermelo moesten centraal staan. Daarnaast wilde ik laten zien hoe snel we kunnen schakelen. Want ontmoeting heeft waarde in zichzelf, maar het is ook een instrument naar ondersteuning die levens kan veranderen. Dat gaat heel organisch. Via een ontmoeting kom je op allerlei paden terecht.”

### Voel je welkom

En zo werd het 24 mei. Om 10 uur 's ochtends startten de opnames. Om alles zo natuurlijk mogelijk te laten gaan, was er slechts een bescheiden draaiboek. Mathilde: “We hebben goed nagedacht over wat we in drie minuten wilden laten zien. We hebben drie rollen: het coördineren, verbinden en aanjagen. Collega's Mireille en Wafa vertelden hoe ze activiteiten en mensen coördineren, zelf vertelde ik over het verbindende, met als boodschap: wees welkom. Dat is de kern! Voel je welkom, wees hier onderdeel van een groep waarin je gewaardeerd wordt en ertoe doet. Het aanjagen zit in het nadenken over de samenleving: wat zien we en wat is er nodig? Na afloop had iedereen er een goed gevoel bij. Het was heel leuk om hier onderdeel van te zijn. De bezoekers, onze medewerkers, iedereen voelde zich gehoord en gezien. Gewaardeerd. We hebben ook enorm gelachen. Bijvoorbeeld over het slechte weer, waardoor we allemaal in de regen stonden. Het organiseren was eigenlijk een aanleiding voor ontmoeting en inspiratie over en weer. Toen de film uiteindelijk uitkwam, wilde iedereen het meteen zien. De beelden hebben we nu en die laten we overal terug komen.”

### Wil je het einderesultaat zien?

Ga dan naar de website van Welzijn Ermelo.





## “Ons contact biedt mijn maatje een opstapje en verrijkt mijn leven”

Joke Hendriksen-Van den Berg zet zich als maatje in voor de onafhankelijkheid van nieuwkomers

Joke Hendriksen-Van den Berg was in de periode voor haar pensionering al bezig met een zinvolle invulling voor de tijd erna. Eerst werd ze taalmaatje bij Vluchtelingenwerk, inmiddels heeft ze als maatje bij Thuis in Ermelo contact met nieuwkomers. “Als je ervoor openstaat, komen er dingen op je pad. Waar een deur dicht gaat, gaan andere open. Ik ben gefascineerd door andere culturen. Het werk als maatje verrijkt mij enorm.”

**I**n ons gesprek gaat het al snel over het woord ‘maatje’. Joke vindt het mooi. “Het is heel gelijkwaardig. ‘Jij en ik zijn maatjes’. Die gelijkwaardigheid is voor mij ook heel belangrijk. Want ik geef niet alleen, ik krijg ook terug. Het is gelijkwaardig én wederkerig.”

### Een klik en vertrouwen

Joke nam zelf het initiatief om contact met Welzijn Ermelo te zoeken. “Sociaal werker Wafa reageerde meteen. Het duurde even voordat ik gekoppeld werd, want het was coronatijd. Mei 2022 kreeg ik een eerste maatje. Wafa deed het voorstel. Vervolgens kwam er een kennismakingsgesprek en vier weken erna een ‘klik-evaluatie’. Want het is wel belangrijk dat je bij de ander een klik en vertrouwen voelt. Dat ervaar je doordat mensen iets meer van zichzelf gaan vertellen. En ik vraag het ook zelf: wil je met mij doorgaan als maatje?”

### Van afhankelijk naar onafhankelijk

Nieuwkomers in Ermelo krijgen negen maanden maatschappelijk begeleiding. Daarna ben je er nog niet, weet Joke. “Je bent dan nog niet wegwijs in Ermelo en hebt nog geen plekje in de samenleving. Een maatje helpt daarbij. Het doel is om de ander kennis te laten maken met Ermelo en alles wat het te geven en bieden heeft. Om jouw maatje deel te laten nemen aan activiteiten, zodat er verbinding met andere mensen kan ontstaan. Je wil dat mensen van afhankelijk weer onafhankelijk worden. Een mooi voorbeeld is het Vrouwencafé. Daar worden vrouwen samen sterk, los van professionals of hun maatjes. Zelf leer ik door het contact veel over andere landen. In mijn geval Eritrea en China. Ik ben gefascineerd door andere culturen en leer van mijn



maatjes hoe daar wordt geleefd en over de gebruiken. Mijn eerste maatje vertelde me dat ze geitenhoedster was. Daarop nam ik haar mee naar de Schaapskooi. Een andere keer liepen we door het bos en zag ik haar bezorgd om zich heen kijken. Toen ik door kreeg wat er speelde, kon ik haar gerust stellen. Ze dacht dat er apen in de bomen zaten.”

**“Toen mijn maatje me zag, voelde ze zich op haar gemak. Ik kon haar een welkom gevoel bieden. Van daaruit kon ze haar plek in de groep vinden”**

### Houvast om verder te komen

Na het contact vergeten de maatjes elkaar niet. Joke: “Met de Internationale vrouwendag kwam mijn eerste maatje wat verloren binnen in het Huis van Ermelo. Toen ze mij zag, voelde ze zich op haar gemak. Ik kon haar een welkom gevoel bieden. Van daaruit kon ze haar plek in de groep vinden. Ik ben met haar ook naar allerlei culture plekken en activiteiten in Ermelo gegaan. Dan merk ik dat ze het leuk en prettig vindt dat ik er bij ben. Vanuit dat houvast vindt ze haar eigen weg. Mijn tweede maatje geeft zich niet gemakkelijk bloot. Maar

ik merk wel, bijvoorbeeld op emotionele momenten, dat ze steun aan ons contact ervaart. Het helpt haar verder. Ze is het bijvoorbeeld niet gewend om wat met haar kinderen te doen. Maar door ons contact is ze al in het klimbos en gamecenter geweest. Afgelopen winter nam ze haar kinderen zelfs mee naar de schaatsbaan. Ze was gewoon niet bekend met de gewoonte dat mensen hier in de vakantie wat met het gezin doen.”

### Dingen doen die leuk zijn

Joke vindt de verbinding tussen mensen het belangrijkste aan haar maatjescontact. “Als we ons niet met onze medemensen verbinden, mis je hun meerwaarde. Het verrijkt niet alleen hun leven of dat van mij, maar de hele samenleving. Mijn eerste maatje komt nu echt overal. Vorige week ben ik met haar naar de Parasol geweest. Daar is een breiclub en zij breit graag. Ze doet al veel zelf, wil ook van alles, maar ze moet de mogelijkheden zien en kennen. Dan laat ik een folder zien en ga een keer mee. Ik zie het als opstapje. Van daaruit hoop je dan dat de balletjes gaan rollen.” Volgens Joke is het als maatje belangrijk dat je van mensen houdt. “Dan krijg je er heel veel voor terug! Ik doe het, omdat ik het leuk vind. Ik dacht altijd dat het een luxepositie was, want in mijn werk deed ik ook altijd dingen die ik leuk vond. Maar het loopt blijkbaar als een rode draad door mijn volwassen leven heen.”

# “Jij betekent wat voor mij, ik betekenen wat voor jou!”

De Kledingbeurs is er voor heel Ermelo

De Kledingbeurs Ermelo bestaat inmiddels 13 jaar. Inwoners kunnen er kleding inleveren die ze zelf niet meer dragen en mensen, met of zonder smalle beurs, kunnen er kleding kopen. Tineke Nagtegaal is er twee jaar actief als vrijwilliger. Ze vertelt wat de Kledingbeurs voor klanten, maar ook voor haarzelf, betekent. “Ik doe het graag en krijg er veel voor terug!”

**T**wintig jaar geleden is Tineke naar Ermelo verhuisd. Ze ging direct als vrijwilliger aan de slag, onder andere bij het museum en in het hospice. Toen het hospice-werk te zwaar werd en haar man overleed, zat ze een tijdje thuis. “Op een gegeven moment voelde ik dat ik weer wat moest gaan doen,” vertelt Tineke. “Ik bracht kleding weg naar de Kledingbeurs en vroeg daar of ze nog vrijwilligers nodig hadden. Er ging net iemand weg, dus ik kon direct beginnen!”

### Sociale functie

Tineke is er op haar plek. Ze heeft iets met kleding, maar maakt ook gemakkelijk en graag contact. Dat wordt gewaardeerd. “Ik leer hier veel mensen kennen die het niet gemakkelijk hebben. Als een gesprek emotioneel wordt, neem ik iemand even apart en bied ik een luisterend oor. Meer kan ik niet doen, maar ik merk dat

**“Mensen worden gezien en gehoord en als het nodig is kunnen we ook op andere gebieden support geven. De Kledingbeurs biedt daarmee meer dan dat je in eerste instantie denkt”**

het voor de mensen een verschil maakt.” Mathilde Thijsen is coördinator namens Welzijn Ermelo. Ze vult Tineke aan. “Dat sociale aspect is heel belangrijk. Mensen worden gezien en gehoord en als het nodig is kunnen we ook op andere gebieden support geven. De Kledingbeurs biedt daarmee meer dan dat je in eerste instantie denkt.”

### Wederkerig

Iedereen kan bij de Kledingbeurs terecht. Er zijn twee prijslijsten. Mensen met een smalle beurs krijgen een pasje. Zij betalen bijvoorbeeld 1 euro voor een shirt met lange mouwen, anderen 5 euro. Mathilde: “We vragen dus altijd wel een minimaal bedrag voor de kleding. Daardoor is het wederkerig en heb je niet het gevoel dat je dingen krijgt en alleen maar dankbaar mag zijn. Je bent gewoon een klant, net als in iedere andere winkel.” Een van deze klanten is Cynthia. Door een slechte periode in haar leven, moest ze haar gehele garderobe vervangen. Er was een probleem: ze had er geen geld voor. Via een medewerker van Welzijn Ermelo werd ze op het spoor van de Kledingbeurs gezet. “Ik was in die tijd echt ongelukkig. En dat ik in kleding rondliep die me niet meer paste, hielp niet. Ik werd vaak nagekeken op straat.”





**“Het zorgt voor verbinding. Ermeloërs kunnen echt wat voor hun medemens betekenen, als vrijwilliger of door hun goede kleding een tweede kans te geven en aan een ander door te geven”**

## Goed gevoel en meer zelfvertrouwen

Na een eerste gesprek bij de Kledingbeurs, ging Cynthia er shoppen. "De kleding is echt van goede kwaliteit. Soms hangen de kaartjes er nog aan! De collecties draaien met de seizoenen mee. Als je iets hebt gevonden, kun je het direct passen en kijken of het staat. Tineke maakt meteen contact. Ze geeft advies en vertelt eerlijk of iets je staat of niet." Cynthia moest wel een drempel over. "De eerste paar keer voelde het ongemakkelijk. Nu is dat heel anders. Allerlei mensen uit Ermelo kopen er hun kleding. Het heeft mij geholpen om weer verder te komen in het leven. Laatst heb ik een mooie jurk gescoord. Dan krijg ik complimenten, terwijl ik eerst nog werd nagekeken. Dat geeft een goed gevoel en meer zelfvertrouwen. Het helpt me om weer lekker in mijn vel te zitten. Ik durf weer onder de mensen te komen." Tineke lacht: "Ik geniet er altijd van als je hier binnenkomt. Jij betekent wat voor mij, ik beteken wat voor jou!" Cynthia knikt. "Tineke neemt echt de tijd voor je. Ze ziet altijd meteen hoe het met me is en vraagt ernaar. Als klant krijg je echt een band met de vrijwilligers."

**"Allerlei mensen uit Ermelo kopen hier hun kleding. Het heeft mij geholpen om weer verder te komen in het leven. Ik durf weer onder de mensen te komen"**

## Van betekenis zijn

Tineke ziet regelmatig mensen met een zwaar gemoed de winkel binnenkomen. "Als ze dan de deur uitgaan, lachen ze weer. Ze komen ook terug, in de kleding die ze hier hebben gekocht. De kunst is om mensen te zien voor wie ze zijn en daarop in te spelen. Sommige mensen hebben een klein netwerk. Zij kunnen niet gemakkelijk met iemand praten om hun hart te luchten. Hier kan dat wel. Dat ik op deze manier van betekenis kan zijn voor een ander, geeft mij veel voldoening." Mathilde benadrukt het duurzame karakter van de Kledingbeurs. "Het zorgt voor verbinding tussen mensen. Ermeloërs kunnen echt wat voor hun medemens betekenen, als vrijwilliger of door hun goede kleding een tweede kans te geven en aan een ander door te geven. Alle kleding die niet in de winkel verkocht wordt, gaat naar GAIN. Dat is een christelijke organisatie waar we mee samenwerken. Zij zorgen ervoor dat de overgebleven kleding rechtstreeks naar mensen in oorlogsgebieden gaat. Zo is de Kledingbeurs al 13 jaar een duurzaam en sympathiek initiatief!"

**"Sommige mensen hebben een klein netwerk. Zij kunnen niet gemakkelijk met iemand praten om hun hart te luchten. Hier kan dat wel"**



## Meer informatie?

Kijk voor meer informatie over de Kledingbeurs én de kleding die er hangt op de hun Facebookpagina: [www.facebook.com/KledingbankErmelo](https://www.facebook.com/KledingbankErmelo)

Wil je meer weten over GAIN? Kijk dan hier: [www.gainhelpt.nu](http://www.gainhelpt.nu)

**“We zijn**  
Tineke Bouma  
**het steuntje**  
heeft haar droombaan bij  
**in de rug van**  
vrijwillige vervoersdienst AutoMaatje  
**mensen!”**

Tineke Bouma is bijna een jaar werkzaam bij Welzijn Ermelo als ouderenadviseur en sinds kort ook als coördinator voor ANWB Automaatje Ermelo. Na jaren als mantelzorgster en in de kinderopvang actief te zijn geweest, wilde ze graag nog een nieuwe uitdaging aangaan. Die heeft ze nu gevonden in het Ouderenwerk. “En dat voelt goed!”

**B**

**T**ineke vertelt over haar werk als coördinator van AutoMaatje. "AutoMaatje is een vervoersdienst waarbij vrijwillige chauffeurs minder mobiele plaatsgenoten vervoeren. Niet iedereen is in staat om zelf vervoer te regelen, bijvoorbeeld omdat een netwerk ontbreekt. Of mensen willen hun netwerk juist niet teveel belasten en onafhankelijk blijven. Het Servicepunt regelt de ritten die de chauffeurs gewoon met hun eigen auto maken. Als chauffeur breng je iemand bijvoorbeeld naar de huisarts of het ziekenhuis, je blijft even wachten en samen rijd je weer terug. Maar er zijn in Ermelo ook veel jonge en oude blinde mensen. Die worden door de chauffeurs bijvoorbeeld ook geholpen met boodschappen doen. Belangrijk is dat mensen dankzij AutoMaatje zelfstandig hun vervoer kunnen blijven regelen. Daardoor wordt hun wereld niet steeds kleiner, kunnen ze zelf regie houden en blijven meedoen."

### Dankbaar gevoel

AutoMaatje is niet alleen betekenisvol voor de deelnemers. Ook de vrijwilligers halen er veel uit. Tineke lacht. "We hebben mensen die bijna een reden zoeken om te kunnen autorijden. Nou: dat kan hier! Anderen willen vooral iets voor een ander betekenen en dat kan bij AutoMaatje toevallig met hun auto. Het geeft beide groepen vrijwillige chauffeurs in ieder geval enorm veel voldoening. Net als voor de vrijwilligers bij het Servicepunt geldt dat je een ander helpt door iets te doen wat je leuk vindt. Dan ga je er ook met plezier mee door. Ze maken functionele bezoeken mogelijk, zoals aan zorgorganisaties. We proberen dan een vaste chauffeur voor die ritten in te plannen, zodat er een band kan ontstaan tussen

**"Belangrijk is dat mensen dankzij AutoMaatje zelfstandig hun vervoer kunnen blijven regelen. Zo kunnen ze zelf regie houden en blijven meedoen"**

chauffeur en deelnemer. De eerste rit ben je dan nog chauffeur, de derde rit ben je iemand tot steun. Dat is een dankbaar gevoel. We werken heel zorgvuldig samen met de chauffeurs en vinden het nooit vanzelfsprekend wat ze doen. Dat proberen we ze echt te laten weten. Bij iedere chauffeur kijken we samen wat ze past, zodat ze het beste van zichzelf kunnen bieden."

### Onderdeel van een groep zijn

Tineke komt als vanzelf uit bij waarom ze dit werk zo mooi vindt. "We zijn het steuntje in de rug van mensen. Daar werken we aan. Veel mensen vinden het al bijzonder dat wij empathisch in ons werk staan. Er is tegenwoordig veel individualisme. Maar hier, in de Baanveger, komen iedere week ruim 1.200 bezoekers. Voor al deze mensen heeft dat bezoek betekenis en waarde. Ze leven hier op, gewoon door anderen te zien, een vriendelijk woord te horen of een keer een schouderklopje te krijgen. Ze zijn hier onderdeel van een groep, maar maken de groep ook. Het doet er voor anderen toe dat ze er zijn! Verbonden zijn met elkaar is een machtig gevoel. Het is zo vanzelfsprekend dat we het bijna zijn vergeten. Je ziet mensen hier opbloeien. Ze hoeven echt geen tientallen mensen te kennen, maar het contact hier, van mens-tot-mens, is net zo essentieel als eten en drinken."

### Het verschil maken

Tineke heeft een mooi voorbeeld. "Er komt hier regelmatig iemand binnen die een ritje met AutoMaatje wil maken. Alleen doordat hij hier langskomt, bloeit hij al op. Hij is nog niet zo oud, maar wel ziek, en kan hier zelfstandig vervoer blijven regelen. Dat brengt hem terug bij wat hij voorheen allemaal kon. Dat is op het ontroerende af, echt heel bijzonder." Tineke gunt iedereen deze ervaringen. "Ja, hier wil je vrijwilliger zijn. Dus als je ook op deze manier wat voor een ander wilt betekenen, meld je dan aan als vrijwillige chauffeur. Al is het maar voor een rit per week. Je maakt er voor anderen echt het verschil mee!"

**B****A****B**

# “Positieve gezondheid laat zien dat gezondheid meer is dan niet-ziek zijn”

De Lekker in je vel-beurs brengt alle levensgebieden rondom het thema gezondheid samen





Shanna de Freitas liep een tijdje vast in haar leven. Tijdens haar herstel ontdekte ze dat er veel aandacht was voor haar psychische gesteldheid, maar niet voor andere vraagstukken. In haar werk, als ervaringsdeskundige, leerde ze positieve gezondheid kennen. Daarin herkende ze wél die aandacht voor alle levensgebieden van een mens. Het waren stappen die haar op het idee van de Lekker in je vel-beurs brachten. Die werd 12 september voor de tweede keer georganiseerd. Shanna en Henk Ruiter van Welzijn Ermelo vertellen erover.

**S**hanna woont in Harderwijk, maar voelt zich op haar plek in Ermelo, waar ze sinds 2016 werkt. “Ik word heel warm van dit dorp. Het wordt vaak een ‘zorgdorp’ genoemd en daar voel ik iets positiefs bij. Als in: ‘daar wil ik wel aan bijdragen.’”

### **Zomaar kunnen binnenlopen**

Shanna is GGz-ervaringsdeskundige bij Welzijn Ermelo. En miste in haar herstel de bredere aandacht voor haar, als mens. “Daarom was het zo belangrijk dat ik met positieve gezondheid in aanraking kwam. Ik was als ervaringsdeskundige naar het sociaal team gedetacheerd. In dat team trof ik wel die brede kennis aan. Dat team voelde als een warm bad. Als er destijds op

die manier naar mijn situatie was gekeken, dan was het waarschijnlijk sneller beter met me gegaan. Vanuit die gedachte ontstond het idee van de Lekker in je vel-beurs. Om de drempel om hulp te zoeken, en ondersteuning te vragen, te verlagen. Daarom koos ik ook voor een beurs waar je ‘zomaar’ kunt binnenlopen. En voor een titel die een breed publiek aanspreekt. Wie wil er nou niet lekker in zijn vel zitten?”

### **In balans blijven**

Shanna deelde het idee met haar leidinggevende en de eerste editie, in 2019, was een feit. Onder andere door corona liet editie 2 vijf jaar op zich wachten. Henk: “We werken met een groot aantal organisaties samen in een stuurgroep. Een van de doelen van die samenwerkende

## “Met deze beurs wil ik de drempel om hulp te zoeken, en ondersteuning te vragen, verlagen”

organisaties is om positieve gezondheid meer onder de aandacht te brengen. Veel professionals weten het nu wel, maar de vraag was hoe we inwoners er kennis mee laten maken. Shanna's' leidinggevende zat ook in de stuurgroep en attendeerde me op haar: 'Ze heeft die beurs al een keer georganiseerd, haal haar een keer bij de werkgroep Positieve gezondheid'. Zo ontstond het idee voor een tweede editie van de Lekker in je vel-beurs, een samenwerking tussen Interactie, Cultuurkust, gemeente Ermelo en Welzijn Ermelo. Tussen 16:00 en 18:30 hebben verschillende organisaties zichzelf gepresenteerd. In balans, op de zes dimensies van positieve gezondheid. Dat betekende dat welzijnsorganisaties naast bijvoorbeeld het Filmhuis stonden. Omdat met iemand naar de film gaan ook positief kan zijn voor je welbevinden. Je krijgt dus niet alleen informatie over wat je kunt doen als je niet lekker in je vel zit, maar ook over wat je nodig hebt om in balans te blijven. Met als boodschap: ga niet pas iets doen als je al in de knoop zit, maar voorkom dat je in de knoop raakt.”

## Wederkerigheid

De beurs bood informatie, maar leidde vooral ook tot de nodige verbindingen. Henk: “Er ontstonden persoonlijke contacten, bijvoorbeeld rondom wijkverenigingen. “Dat gezicht hoort dus bij mijn wijk.” Shanna: “Mensen van het leefbaarheidsteam boden een introductie tot positieve gezondheid en lieten zien hoe je zo'n spinnenweb invult, met cijfers. Dat biedt ook heel praktisch inzicht.

Daarnaast leer je wat organisaties doen en krijg je er gezichten bij.”

Henk: “Maar ook het idee dat gezondheid dus veel breder gaat dan niet ziek-zijn. Dat een welzijnsorganisatie snapt waarom het Filmhuis en een club als Lets Ruilkring Ermelo er staan. Omdat een Ruilkring het communitygevoel aanwakkert en drijft op wederkerigheid. Daar kun je niet alleen iets vragen, maar ook iets bijdragen en ertoe doen. De partijen die er stonden kenden elkaar lang niet allemaal. Daar zijn veel verbindingen gelegd. Dat is het leuke van positieve gezondheid, dat je veel breder kijkt dan alleen zorg. Bij een normale beurs heb je alleen zorgverleners, hier was het brede spectrum van het leven samen. Voor volgend jaar zijn er alweer allerlei ideeën. Bijvoorbeeld om aan te gaan sluiten bij activiteiten die er in Ermelo al zijn. Zodat we naar mensen toegegaan om ze met positieve gezondheid kennis te laten maken. Het idee om daarmee verder te gaan staat hoe dan ook overeind.”

“Als er destijds vanuit brede kennis naar mijn situatie was gekeken, was het sneller beter met me gegaan”



“We moeten met elkaar dingen gaan doen. Met een grote nadruk op dat doen. Want door samen te doen, leren we van elkaar en komen we verder. Van een individualistische samenleving naar een samenleving waarin **samen** weer centraal staat. Ik ben, omdat wij zijn”