



Odensehuis Culemborg

Jaarverslag 2024

“Mijn man zat alleen nog maar thuis, op de bank. Hij verzette geen stap meer. En nu hij het hier kent, is hij niet meer te houden. Staat ‘s ochtends om 6 uur al klaar om te gaan. Hier dóet hij weer dingen. Een spelletje, en hij kletst. Ik zie een ander mens.”

Inleiding

Voor u ligt het jaarverslag 2024 van de stichting Odensehuis Culemborg, gastvrije plek voor thuiswonende mensen met geheugenklachten of dementie én voor hun naasten.

We kijken terug op een jaar waarin we de verdieping hebben opgezocht, wat geleid heeft tot de start van De Gedachtenkamer. Een mooie en succesvolle activiteit voor diegenen die rustig van gedachten willen wisselen met lotgenoten. Lees het uitgebreide verslag van ons leerproces dat hier toe leidde.

We zagen de bezoekersaantallen gestaag toenemen, zoals al verwacht was. We hebben creatieve oplossingen gezocht om hiermee om te gaan. Want iedereen, deelnemers, vrijwilligers, medewerkers en bestuursleden zijn het erover eens: we gaan *niet* met inschrijvingen en wachtlijsten werken! En waarom? Omdat onze deelnemers dat beslist niet willen! De vrijheid om te komen en gaan wanneer mensen dat zelf willen wordt enorm gewaardeerd.

Druk of niet: de sfeer blijft altijd goed! Dat horen we dagelijks van iedereen die bij ons binnenkomt. Het maakt dat mensen die in hun dagelijks leven al zoveel moeten missen of worstelen met alles wat niet meer gaat als voorheen, zich éven lichter voelen.

Culemborg, maart 2025

Renée Lankwarden, coördinator



Inhoud

Inleiding.....	1
Activiteitenverslag.....	3
Activiteiten Kennis- en informatiecentrum	19
PR en communicatie	22
Samenwerken	24
Bestuurlijk verslag 2024.....	26

Resultaten van een workshop Portret in Hout door Sandra Verkamman:



Activiteitenverslag

Openingstijden

Maandag en donderdag:	van 10-16 uur open inloop incl. lunch
Woensdag:	van 10-16 uur (10-12 uur open inloop en middag alleen voor besloten gespreksgroepen, vrijwilligers- en bestuursoverleg, trainingen, afspraken e.d.)
Zondag:	van 10.30 - 13.30 uur (om de week), incl. lunch

“Sinds het overlijden van mijn man zijn vooral de weekenden zo stil. Samen kwamen we hier altijd graag. Dus ik kijk er naar uit, naar de zondagen hier. Het is een beetje alsof je met familie bij elkaar bent.”



Deelnemers

Onder deelnemers verstaan wij:

- Thuiswonende mensen met geheugenklachten en/of dementie
- Mensen die voor iemand met dementie zorgen (ook wel ‘mantelzorgers of liever ‘naasten’ genoemd)

en die (on)regelmatig het Odensehuis bezoeken.

Iets meer dan de helft (56%) van onze bezoekers geeft zelf aan geheugenklachten te ervaren of (een diagnose-) dementie te hebben, een kwart (25%) geeft aan voor iemand met dementie te zorgen en van 18% is deze ‘status’ onbekend.

Deze laatste groep geeft over zichzelf niet aan aan dementie te lijden, maar voelt zich wel thuis bij ons. Vaak vermoeden wij dat zij wel degelijk te maken hebben met geheugenklachten of verminderd cognitief functioneren. Soms hebben deze mensen te maken met andere kwetsbaarheden, zoals psychologische of psychiatrische klachten, vermoeden van een licht verstandelijke beperking, eenzaamheid in combinatie met fysieke beperkingen etc.

“Ik kom hier alleen voor het wandelen. Ik wandel graag en veel. Ook wel veel alleen. Ik heb ook wel vriendinnen, maar die hebben ook hun kleinkinderen in de buurt en ik niet. En zo samen, zoals hier, vind ik eigenlijk wel het leukste. En een kopje koffie erbij he.”

Historische cijfers

In 2024 ontvingen we 87 unieke bezoekers.

Zij bezochten in 2024 gemiddeld per persoon ruim 37 maal het Odensehuis.

Deze gemiddelden geven vooral de trends aan over de jaren. Eén ‘unieke’ deelnemer kan één maal het Odensehuis bezocht hebben, maar ook het hele jaar drie maal per week (en alles er tussen in). Of een deel van het jaar zijn geweest ivm. starten, overlijden en/of verhuizen.

	2024	2023	2022	2021*	2020*	2019	2018
Unieke deelnemers	87	81	82	58	42	60	51
Gemiddeld aantal deelnemers per dagdeel	12	10,6	9,3	7,4	8,8	11,5	6,5
Gemiddeld aantal bezoeken per persoon /per jaar	37,5	36,3	31,03	17,7	16,2	19	6,5

*Corona-crisis.

Themagesprek: ‘Toenemende drukte in het Odensehuis’

Datum: 15 februari 2025.

Als sinds najaar 2023 wordt een toenemende drukte ervaren in het Odensehuis. We zijn over dit onderwerp in gesprek gegaan met de deelnemers: hoe ervaren zij deze drukte? Welke oplossingen zien zij om met de drukte om te gaan?

Voor mensen met geheugenklachten of dementie is het vaak fijn als een dergelijk gesprek visueel wordt gemaakt. In dit geval hebben we bovenstaande vragen mbv twee mindmaps inzichtelijk gemaakt. De opmerkingen van de deelnemers tijdens het gesprek zijn op post-its bij het onderwerp geplakt.

Conclusies:

De drukte wordt verrassend verschillend ervaren. Door sommigen werd een teveel aan prikkels benoemd, maar er bleken ook positieve kanten: gezelligheid en reuring werden veel genoemd.

De vrijheid van komen en gaan werd als heel belangrijk genoemd: niemand wilde dat we met inschrijvingen of een wachtlijst gaan werken. Een heldere boodschap!

Wel werd genoemd: het kan misschien fijn zijn om activiteiten in groepjes te verdelen. Maar dan wél gezamenlijk starten en afsluiten!

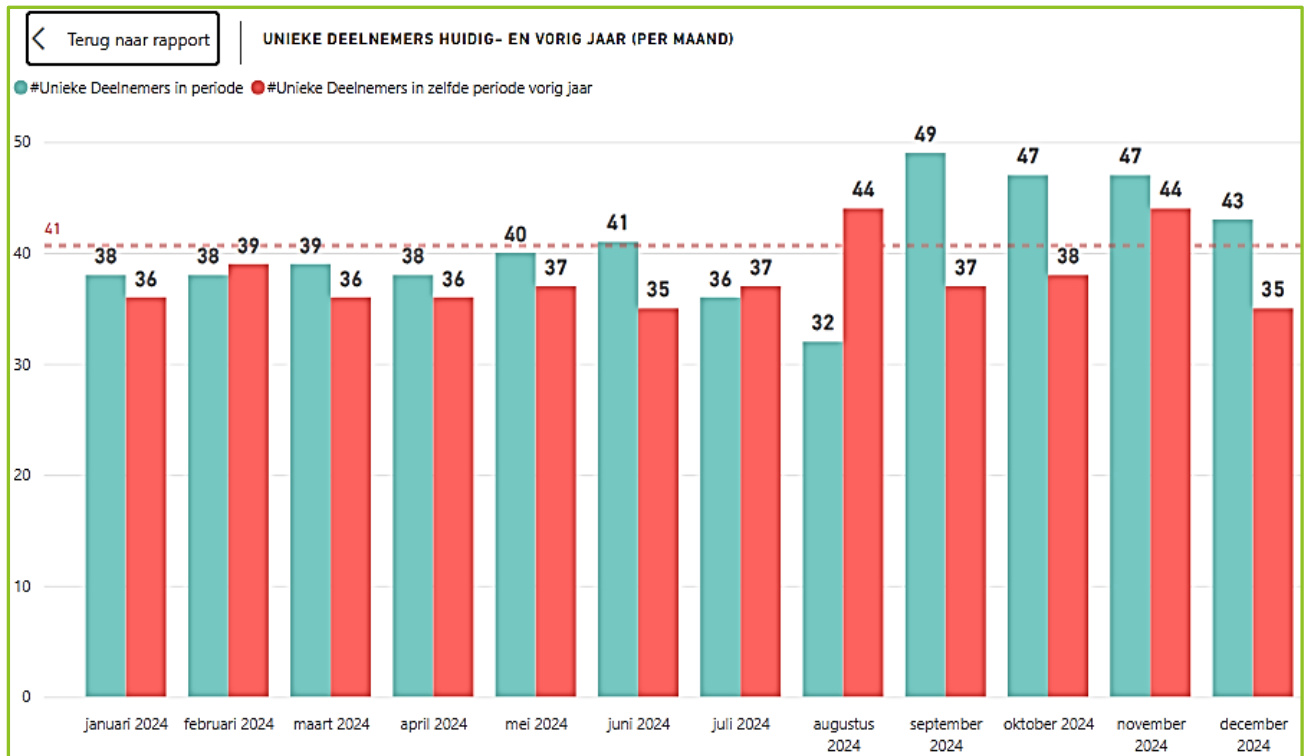
Dit hebben we inmiddels opgenomen in ons programma: op maandagmorgen en woensdagmorgen wordt er gezamenlijk gestart met koffie/thee en kletsen, daarna kan gekozen worden uit verschillende activiteiten.

Verder hebben we de bezetting per dagdeel uitgebreid met een 3^e gastvrouw/heer, zodat we voldoende persoonlijke aandacht aan de deelnemers kunnen blijven geven.



Hoeveel mensen kwamen in 2024 maandelijks naar het Odensehuis en wat is hun leeftijd?

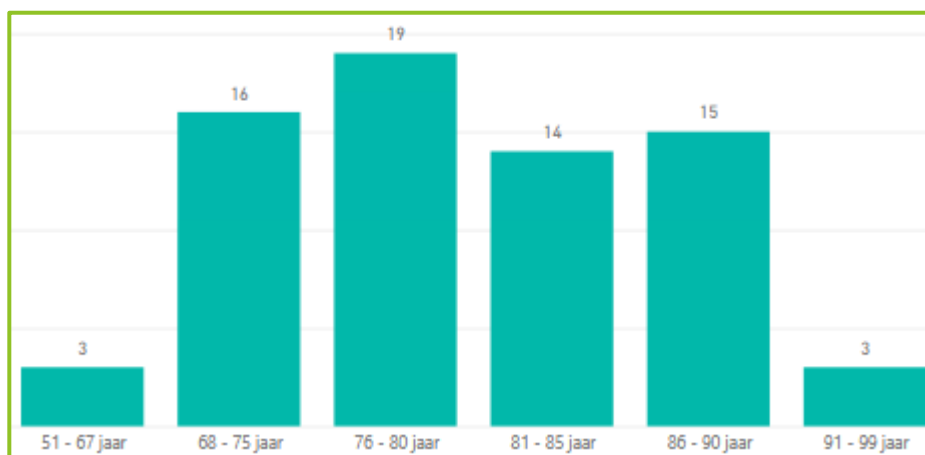
Aantal unieke bezoekers per maand in 2024, t.o.v. 2023 :



Groen: 2024 Rood: 2023

Gemiddeld bezochten 41 mensen minimaal 1x per maand het Odensehuis. Dat waren in 2023 gemiddeld 38 unieke bezoekers per maand. Over vrijwel het gehele jaar is een toename van het aantal deelnemers te zien, met vooral pieken in het najaar.

Leeftijdsopbouw deelnemers in 2024:



Duidelijk zichtbaar is, dat we mensen over een brede leeftijdsrange bereiken: er is een redelijk gelijkmatige verdeling te zien tussen de 68 en 90 jaar.

Hoe vinden mensen het Odensehuis?

Een steekproef in het 2^e kwartaal van 2024 geeft daar inzicht in:

Deelnemers zijn bij het Odensehuis gekomen via:	Actieve deelnemers in 2 ^e kwartaal 2024	
Eigen initiatief	1	Informeel netwerk (16x)
Vrijwilliger van Odensehuis	3	
Deelnemer Odensehuis	5	
Familie/eigen netwerk	7	
Sociaal Team	1	Formeel netwerk (16x)
Andere professional	1	
Mantelzorgconsulent Elk	2	
Huisarts/POH	2	
Dementieconsulent	10	Verwijzing niet geregistreerd
Onbekend	8	

Opvallend is, dat mensen even vaak via hun informele netwerk worden verwezen naar het Odensehuis, als door professionals. Dat geeft aan dat het Odensehuis goed bekend is bij een brede groep.

Overzicht deelname aan activiteiten in 2024, verdeeld over de verschillende typen activiteiten.

Deze tabel geeft inzicht in het type activiteiten die georganiseerd zijn, en het aantal deelnemers.

Er is 3259 keer door 87 personen deelgenomen aan 269 activiteiten.

Uit de eerste kolom blijkt dat er veel activiteiten rondom bewegen, sport en spel worden georganiseerd (137 maal). Activiteiten rondom creativiteit en muziek staan ook heel regelmatig op het programma (46 en 47 maal).

Zoals uit de evaluatie met de deelnemers gebleken is (zie elders), wordt de afwisseling in activiteiten erg gewaardeerd en dat is ook goed te zien in deze tabel.

Kenmerk 1	#Unieke Activiteiten in periode	#Unieke Deelnemers in periode	#Inschrijvingen in periode
[0: Vast 01] Seizoen	269	87	3259
[11] Boekjaar 2024	269	87	3259
[0: Vast 04] Activiteittype	269	87	3259
[15] Bewegen, sport en spel	137	61	1760
[16] Atelier en creatieve workshops	47	45	391
[17] Koken	3	21	37
[18] Muziek, dansen, zingen	46	57	629
[19] Viering	5	38	78
[20] Lezing, presentatie, film	18	36	210
[21] Themagesprek	4	22	40
[23] Poëzie en taal	3	25	36
[24] Open inloop	2	17	21
[26] Uitstapje	4	23	57
Totaal	269	87	3259

Vrijwilligers



[Foto's Lyanne Art: gastvrouwen actief in het Odensehuis Culemborg]

We mogen ons verheugen in een zeer hecht en betrokken vrijwilligersteam. Meestal komen nieuwe kandidaten op eigen initiatief (of via via) naar het Odensehuis; we hoeven weinig aan werving te doen.

Het team heeft dit jaar een kleine groei doorgemaakt en houdt zo gelijke tred met de groei van het aantal deelnemers. In verband met deze groei zijn we in de tweede helft van het jaar gaan werken met extra bezetting: 3 gastvrouwen i.p.v. 2 per dagdeel. Zo kan er toch voldoende individuele aandacht geschonken worden aan de deelnemers.

We investeren veel in het trainen en coachen van de vrijwilligers, en het team kent weinig verloop.

Aantal vrijwilligers begin 2024	24
Vrijwilligers gestopt	1
Nieuwe vrijwilligers gestart in 2024	3
Aantal vrijwilligers eind 2024	26
Stagiaires	KWC stagiaire 1-2 t/m 4-3 HBO social Work 1 ^e jrs maart t/m mei
Vrijwilligersfuncties (Bestuursleden zijn niet meegenomen in dit overzicht. Zie Bestuursverslag)	Gastvrouw/heer Workshop/activiteitenbegeleider Administratief medewerker Huishoudelijk/lunch medewerker Gespreksleider lotgenotengroep
Werkgroepen	Werkgroep Lief&Leed Werkgroep Programma/activiteiten Werkgroep Teamuitje Werkgroep Kerst activiteiten
Overleg	Elke 6 weken algemeen overleg (7x totaal) Werkgroepen naar behoefte

Trainingen (intern) voor vrijwilligers 	4 x Begeleide intervisie (door Jacobijn Prinssen) Training 'Verschillende typen dementie+omgang' door dementieconsulente Nancy Kwinten (zie foto) Externe training SamenLezen door de Culturele Apotheek (tbv de Gedachtenkamer, zie elders)
Vrijwilligersmarkt 	Op 03-09 hebben we met informatie en werving voor een lunchmedewerker deelgenomen aan de Vrijwilligersmarkt van ElkWelzijn.
Team-uitje 	Op 26-04 volgde het team een creatieve workshop in Olga's Atelier, gevolgd door een gezellige 'aangeklede borrel' in restaurant Una Volta. Deze jaarlijkse teamuitjes worden door enkele vrijwilligers zelf georganiseerd.
Overig	Bezoek van delegatie vrijwilligers aan OH Wageningen en OH Andante Utrecht 'een kijkje in andermans keuken'. Samen met deelnemers de toneelvoorstelling Troostgravers bezocht in De Gelderlandfabriek.

Vrijwilligers en deelnemers bezochten samen de voorstelling 'Troostgravers'.



Troostgravers door Bettie ten Cate

Koude Gelderlandfabriek
Spelers met vuur, zoekers naar troost
Slagen in de rondte van de arena

Salto's van licht, spel, woorden, muziek en stilte
Treinpassage doorgang onverstoord
Wegen ondoorgrondelijk

Publiek volgt, ingepakt, aandachtig
Een trommel verheven
Pepermuntjes van verlossing
Een juffertje met groen
Slotakkoord

Ontmoeting
Buiten op het plein
De zon knipoogt zich een plaats door de wolken
Hartversterkers, stralen van troost.

Culemborg, lambertha mei 2024.

Activiteiten en Projecten

In 2024 zijn er 269 activiteiten georganiseerd, waar gemiddeld 12 mensen aan deelnamen.

Tijdens onze openingstijden is er, naast de open inloop en tijd voor een kop koffie/thee en ontmoeting, elk dagdeel iets actiefs te doen gedurende ongeveer 1 uur.

De activiteiten worden georganiseerd door de Werkgroep Programma, bestaande uit enkele vrijwilligers onder leiding van de coördinator of de assistent-coördinator. Zij organiseren een maand-programma dat via een maillijst en op papier in het Odensehuis onder de deelnemers verspreid wordt, en op de website wordt gepubliceerd. Sommige activiteiten vermelden we in de agenda van de Culemborgse Courant/Het Kontakt.

De ontwikkeling van het programma gebeurt in nauw overleg met de deelnemers. Er wordt regelmatig met hen geëvalueerd, en ideeën of wensen worden dagelijks in het logboek genoteerd zodat de werkgroep een goed beeld heeft van de behoeften, wensen en mogelijkheden van de deelnemers.

We organiseren activiteiten op het gebied van bewegen, muziek, kunst en creativiteit, lezingen over bv kunst of historische onderwerpen, maar ook themesprekken en uitstapjes. Elke activiteit wordt gegeven door een (deskundige-) vrijwilliger of een vakdocent.

Deelnemer in het Open Atelier, over een eigen schilderij:

“Ik kan het nog steeds niet geloven. Dat het zo... zo... Dat ik hier moest komen om te leren dat ik goed ben zoals ik ben“

Themagesprek 'Evaluatie Activiteiten' 11 januari 2024

Met een groep deelnemers hebben we ons activiteitenprogramma onder de loep genomen. Hoe worden bestaande activiteiten ervaren? Wat wordt gewaardeerd en wat minder? Hoe kan ons programma verbeterd worden?

Met behulp van Praatplaten zijn we in gesprek gegaan.

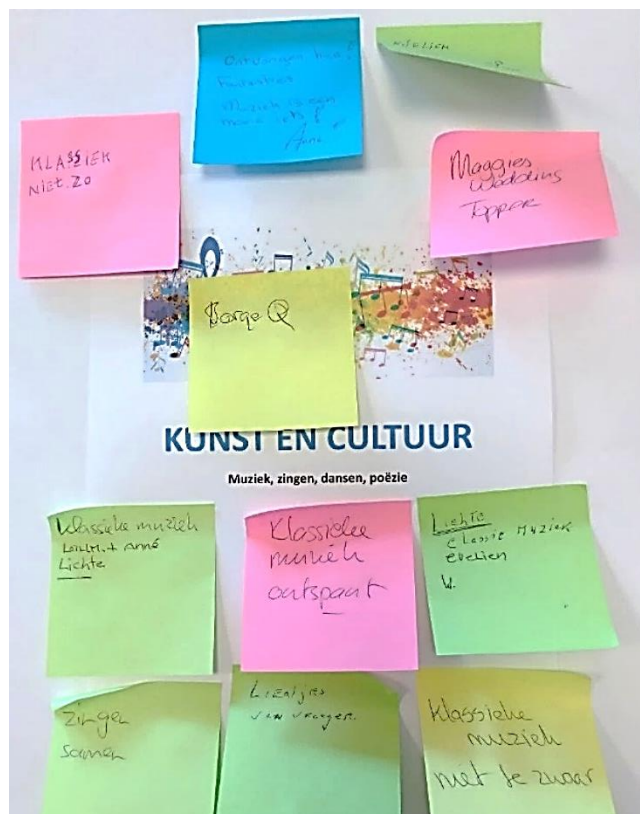


Conclusies

Over het algemeen wordt het programma goed gewaardeerd, vooral de afwisseling in activiteiten vinden mensen fijn.

Bijzondere waardering kregen de zomerse uitstapjes. Dankzij een particuliere gift kunnen we er daar méér van doen!

Georganiseerd museum- en theaterbezoek werden genoemd als verbeterpunt.



Daar hebben we meteen gehoor aangegeven door een speciale rondleiding in het Museum Elisabeth Weeshuis en een gezamenlijk bezoek aan het theaterstuk 'Troostgravers' in de Gelderlandfabriek te organiseren.

"Het is thuis moeilijk. Ze [zijn vrouw] vraagt veel zorg he. En ik ben heel moe. Mijn lijf is slecht. We hebben veel hulp, dus het lukt nog wel. Maar hulp is niet eh... nou, voor de gezelligheid he. En hier wel he. Ik zou eigenlijk zelf op pad moeten gaan als ik haar hier breng, zeggen ze. Maar ik vind het hier gezellig. Voor mezelf ook."

Een beeld van onze activiteiten

Activiteiten op het gebied van sport en bewegen: Tai Chi (bewegen vanuit ontspanning op fijne rustige muziek), Actief op muziek (door fysiotherapeute: oefeningen op de stoel met stimulerende muziek), (Stoel-) dansen onder leiding van leden van Volksdansgroep Orient, Jeu-des-Boules, en er wordt natuurlijk veel gewandeld.

Activiteiten op het gebied van kunst, cultuur en muziek zijn eveneens populair. Zoals ons wekelijkse Open Atelier, waarin ieder gestimuleerd wordt zich op zijn/haar eigen manier creatief te uiten. Maar ook prachtige workshops schilderen (Tabitha Boekweit), poezie (Marinda Pieron) of houtbewerken (Sandra Verkamman) door deze plaatselijke kunstenaars werden enthousiast ontvangen. Naar de Matthaus Passion geluisterd met elkaar en natuurlijk genoten van onze parel: Odense's Got Talent (zie bij projecten).

Lezingen en presentaties zijn ook geliefd, zoals de al jaren populaire kunstlezingen, maar ook andere onderwerpen. In Arno Elshout (fotograaf, lid Culemborgse Fotoclub Lek&Licht) vonden we een geweldige presentator over fotografie.

We hebben jam en perenmoes gemaakt, gepicknickt in de tuin en genoten van zomerse uitstapjes, Nieuwjaar, Pasen en Kerst gevierd met elkaar en plantjes geplant op het terras.

Fotografische impressie van activiteiten:







Projecten

Eerder Erbij gestaakt

Het project Eerder Erbij, in najaar 2023 aangeboden door de Universiteit van Amsterdam, zou ons de mogelijkheid bieden een cursus te geven aan mensen met beginnende dementie en hun naaste. Een lang gekoesterde wens van het Odensehuis.

Het niveau van het door de UvA aangeleverde materiaal werd door ons echter van onvoldoende kwaliteit bevonden. Het zou ons veel tijd en werk kosten om er een cursus van te maken die kwalitatief aan onze eisen voldoet. Dat gaat onze capaciteit te boven. We hebben deelname aan het project daarom helaas moeten staken.

Zingenda: op zoek naar verdieping

In het begin van dit jaar ontstond een behoefte aan verdieping van het activiteitenprogramma. We zagen deze behoefte bij een deel van ons groeiende aantal deelnemers, maar werd ook geïnspireerd door de wetenschap dat groei van ons budget er voorlopig niet in zit.

We kozen er voor om te kiezen voor meer aandacht voor zingeving en levensvragen, kwalitatieve groei dus.

Tegelijkertijd werd de coördinator benaderd door Dr. Gili Yaron (Hogeschool Windesheim, lectoraat Goed Leven met Dementie) met de uitnodiging om mee te doen aan een pilot van het onderzoeksprogramma 'Zingenda'. **Dit programma heeft tot doel om te onderzoeken hoe aandacht voor zingeving en levensvragen beter op de agenda te krijgen én te houden van zorg- en welzijnsorganisaties.** Deelname bestond uit begeleiding vanuit het lectoraat én betrokken deskundigen bij onze vragen en implementatie binnen ons activiteitenprogramma op dit gebied. Een zeer welkom aanbod!!

In een eerste gesprek kwamen de volgende aandachtspunten ter sprake:

- De Gespreksgroep voor mensen met dementie liep in de huidige vorm niet goed, terwijl er wel behoefte is aan dit soort gesprekken. Wat is er nodig om deze groep nieuw leven in te blazen?
 - ➔ Met dit onderwerp zijn we met prioriteit aan de slag gegaan, zie hierna bij De Gedachtenkamer
- Het wekelijkse Open Atelier wordt door een kleine groep deelnemers zeer gewaardeerd, maar kan zich nog verder ontwikkelen zodat deze activiteit meer deelnemers zal aanspreken. Wat heeft de huidige vakdocente (een vrijwilligster) nodig voor verdere verdieping en verbreding van het aanbod?
 - ➔ Er is een coachend gesprek geweest door een deskundige, betrokken bij het Zingenda-programma, en de atelier-leidster. Deze is enthousiast om hier mee aan de slag te gaan, maar wel ná het afronden van haar studie in voorjaar 2025.
- Aandacht voor zingeving en levensvragen bij het vrijwilligersteam
 - ➔ In 2025 wordt dit thema nadrukkelijker onder de aandacht gebracht tijdens de intervisie bijeenkomsten.
- Hoe houden we dit onderwerp op de agenda?
 - ➔ In 2025 wordt een werkgroep samengesteld om het thema 'warm' te houden.
 - ➔ We deelden onze ervaringen met onze netwerkpartners tijdens onze jaarlijkse Themabijeenkomst op 30-9: Aandacht voor zingeving en levensvragen bij dementie.

De Gedachtenkamer

Er is een werkgroep samengesteld, die zich is gaan bezighouden met een doorontwikkeling van de Gespreksgroep voor mensen met dementie. De werkgroep bestaat uit: Nicolette van Hijweege (coördinator Centrum Ontmoeting in Levensvragen te Nijmegen, betrokken bij de Zingenda), Margreet Bruens en Eline van der Giessen (Geestelijk verzorgers, Centrum voor Levensvragen Rivierenland, de huidige gespreksleiders van de Gespreksgroep), Marie Josee Boerkamp en Renée Lankwarden (resp. vrijwilliger en coördinator Odensehuis Culemborg).

Onze bevindingen hebben we regelmatig individueel besproken met mensen die nog wél meededen aan de Gespreksgroep. Zij waren het eens met onze analyse, enthousiast over dat we de groep aantrekkelijker wilden maken voor méér mensen en waren positief over onze plannen. Zij gaven aan het gesprek waardevoller te vinden als er méér mensen aan meedoen (ongeveer 5 - 8 deelnemers).

Analyse van de huidige gang van zaken bij de Gespreksgroep:

- Het tijdstip en de frequentie van de activiteit is onhandig voor mensen met dementie (nl 1 a 2 maal per maand op woensdagmiddag, buiten onze open-inloop openingstijden. Hiervoor was gekozen ivm. onze beperkte ruimte en rust voor de groep)
- De activiteit is niet 'ingebed' binnen de activiteiten van het Odensehuis, maar staat er buiten. Dit maakt het niet aantrekkelijk om spontaan deel te nemen.
- Het aanbod van alleen 'een goed gesprek met de geestelijk verzorger' wordt als éézijdig ervaren. Door dementie kan de gespreksvaardigheid aangetast zijn (bv afasie)

Met de volgende maatregelen gaan we de gespreksgroep aantrekkelijker maken voor een grotere groep:

- **De groep gaat wekelijks samenkomen op woensdagochtend**, als keuzeactiviteit tijdens onze normale open inloop. Om rust te creëren zal de groep samenkomen in de keuken, met de deur gesloten. Deelnemers kunnen per keer op het moment zelf kiezen voor de Gedachtenkamer of een andere activiteit.
- **Geïnteresseerde vrijwilligsters én de geestelijk verzorgers gaan de groep samen begeleiden.** Eén vrijwilligster is als vaste gespreksleidster wekelijks aanwezig, de anderen rouleren. Dit zorgt, samen met het nieuwe tijdstip, voor meer inbedding binnen de reguliere activiteiten en meer continuïteit.
- **Er wordt wekelijks een andere gespreksmethode aangeboden**, zodat mensen met verschillende mogelijkheden aan bod komen. Gemeenschappelijk doel blijft altijd: Het Goede Gesprek.
- Met behulp van **een logboek** worden wekelijks de ervaringen en bijzonderheden bijgehouden, zodat we leren wat wél en niet werkt.

Als herkenbare naam voor deze activiteit is gekozen voor:

De Gedachtenkamer

Een goed gesprek rond de keukentafel.



De Gedachtenkamer is binnen de Odensehuizen beweging een bekend fenomeen en staat voor ontmoeting tussen mensen met dementie alleen (dus bv geen naasten of gastvrouwen) met deskundige gespreksleiding.

Naast een *creatief aanbod* en *‘een goed gesprek’* door de geestelijk verzorgers, hebben we ook gekozen voor inzet van het *project SamenLezen van de Culturele Apotheek* als onderdeel van de Gedachtenkamer. Een mooi en goed onderbouwde methodiek met een gedicht of ander (roman-)fragment als basis om met elkaar in gesprek te gaan over allerlei gedachtenspinsels en onderwerpen. De Culturele Apotheek biedt grondige training en begeleiding van de vrijwilligsters aan, alsmede een bibliotheek aan geschikte teksten. Voor dit aanbod hebben we fondsfinanciering aangevraagd én ontvangen van Fonds Sluyterman van Loo. Drie vrijwilligsters hebben de training gevolgd en waren erg enthousiast over de kwaliteit en inhoud.

Vrijwilligster J. (72 jr.) volgde de training SamenLezen:

‘ik vind het zó bijzonder dat ik de kans krijg om mij op mijn leeftijd nog zó te ontwikkelen! Ik vind het echt geweldig interessant en superleuk om te doen.’

Op 2 oktober 2024 is De Gedachtenkamer van start gegaan en was meteen een groot succes: met 6 deelnemers was de keukentafel direct goed gevuld!

En dat was de weken erna niet anders. Er ontstond al snel een vast groepje deelnemers, maar er zijn ook een paar mensen die incidenteel meedoen. Tevens hebben enkele mensen het geprobeerd maar vonden het toch niks (‘te zwaar, ik ga liever wandelen’) en kiezen in het vervolg voor een andere activiteit. **Precies waar het Odensehuis voor staat: vrijheid, eigen regie en talenten benutten! Uitproberen en ervaren wat je fijn vindt.**

Begin december is er een eerste tussentijdse evaluatie geweest door de gespreksleiders en de coördinator. We zijn het er al snel over eens dat het doel is bereikt: stilstaan bij de beleving, zingeving en onderlinge verbondenheid. De afwisseling van verschillende gespreksmethoden bevalt ook heel goed: mensen komen op verschillende momenten aan bod, net wat bij hen past.

De deelnemers hebben aandacht voor elkaar in een vertrouwde omgeving. Er is een sfeer van: hier gebeurt iets bijzonders. Deelnemers gaven aan de bijeenkomsten als positief te ervaren: het gaat ergens over, men voelt zich veilig, gehoord en erkent.

We kunnen concluderen dat het een heel succesvolle start is geweest!

Voor volgend jaar gaan we werken aan een evaluatiemethode voor de deelnemers.

Citaten van deelnemers aan De Gedachtenkamer:

‘Ik voel mij lichter en minder eenzaam’

‘Ik voel mij hier veilig, ik kan mijn verhaal kwijt.’

‘Dit is echt anders dan een praatje bij de koffie, hier wordt echt geluisterd. Je hébt het ergens over!’.

“Ik heb mijn hele leven in de zaak gestaan he. Oooh dat was zo leuk. Al die mensen en al die verschillende verhalen. Het belangrijkste wat ik daar leerde, het belangrijkste echt: goed luisteren. Dat hun verhalen veilig zijn bij jou. Zo hoorde ik alles. Hier is dat ook weer zo hè? Dat je met elkaar verhalen deelt. En dan zo hè (ze doet met een denkbeeldige sleutel haar lippen op slot).”

‘Luisteren doe ik graag, want dan laat een ander zien hoe hij in elkaar zit en daar groei ik van.’

‘Mijn gedachten cirkelen rond, de ideeën en gedachten van anderen tillen mij er uit.’



Links: Bord met het ‘keuzemenu’ aan activiteiten op de woensdagmorgen: De Gedachtenkamer
Korte of lange wandeling
Sjoelen/Spel/creatief

Onder: het eerste goede gesprek aan de keukentafel



Odense's Got Talent

Dit zeer geliefde muziek-theater-poezie project, in 2023 ontwikkeld in het Odensehuis Culemborg, hebben we kunnen voortzetten in 2024 dankzij financiële steun van een particuliere gift en het Brentanofonds.

Zowel in het voorjaar als in het najaar van 2024 kwamen gedurende twee maanden deelnemers, docenten Fredrike de Winter en Thomas van der Ham wekelijks op maandagmiddag bij elkaar om actief aan de slag te gaan met muziek, zang, dans, poëzie en toneel. Bijzonder is dat deelnemers vooral gestimuleerd en geïnspireerd worden om met eigen input te komen.

Gemiddeld namen 16 a 17 mensen deel aan de bijeenkomsten, zowel mensen met dementie als naasten. Ruim boven het gemiddelde dus.



Docente/muzikante Fredrike de Winter:

'Ik werd verrast door de gulheid van de groep. Men gunde het elkaar duidelijk om te shinen, hadden plezier als iemand anders in het middelpunt stond met een mooie solo, verhaal of improvisatie.'



Volle bak tijdens Odense's Got Talent. Iedereen luistert geboeid naar de improvisatie door Joris (91 jr.) op viool, begeleid door Fredrike op accordeon en Thomas op gitaar.

Activiteiten Kennis- en informatiecentrum

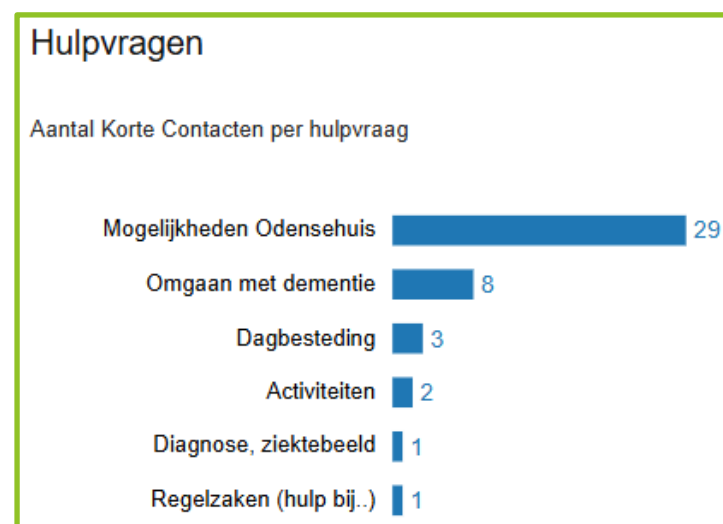
Het Odensehuis Culemborg wil naast de functie van ontmoetingscentrum, ook een functie vervullen als kennis- en informatiecentrum over dementie. In onze dagelijkse praktijk doen wij veel ervaring op, en deze ervaringsdeskundigheid delen we graag met anderen.

Advies- en informatiegesprekken

De ervaring en kennis die wij in het Odensehuis hebben en opdoen, delen we bijvoorbeeld met professionals en burgers in persoonlijke gesprekken (face-to-face of telefonisch).

In totaal zijn er 42 Advies-kennismakings- of informatiegesprekken gevoerd door de coördinator, waarbij soms meerdere problematieken werden besproken.

Onderstaande grafieken geven inzicht in de typen vragen, en waar de vraagstellers vandaan komen:



Van de overige gesprekken is niet bekend waar de vragensteller vandaan komt, of deze is al bekend met het Odensehuis.

Trainingen en thema-bijeenkomsten

Cursus Omgaan met Dementie voor Mantelzorgers

Datum: vanaf 27-3 (5 bijeenkomsten)

Aantal deelnemers: 12

Samen met Carolien van der Meulen (ElkWelzijn, Steunpunt Mantelzorg)

Training Omgaan met dementie voor vrijwilligers

Datum: 10-04

Aantal deelnemers: 22

Doelgroep: alle vrijwilligers actief in Culemborg, die in contact komen met ouderen.

Samen met Pieter van der Keur (wijkcoach ouderen (ElkWelzijn))



Thema-avond voor doorverwijzers/professionals

Datum: 30-09

Aantal bezoekers: 30

Thema: Aandacht voor Zingeving en Levensvragen bij dementie

Presentaties door: Gili Yaron (lectoraat Goed Leven bij Dementie, Hogeschool Windesheim)
Sandra van Ommering (Centrum voor Levensvragen Rivierenland)



Spreekuur en gespreksgroepen

Geheugenspreekuur

Maandelijks op maandag van 12.30 - 14.00 uur.

Het Geheugenspreekuur wordt georganiseerd in samenwerking met Dementieconsulenten Rivierenland. Een in Culemborg werkzame dementieconsulente houdt open spreekuur in het Odensehuis: iedere burger met een vraag over dementie of geheugenklachten kan bij haar terecht zonder afspraak, zowel voor zichzelf maar ook met vragen of zorgen over een ander.

Het doel van het spreekuur is, een heel laagdrempelige plek te bieden waar mensen makkelijk kunnen binnenlopen voor informatie.

Belangstelling voor het Geheugenspreekuur was minimaal. Daarom is in overleg met betrokkenen besloten om vanaf november 2024 het Geheugenspreekuur aan te laten sluiten bij het Informatieplein van het Sociaal Team in BonVie.

Gespreksgroep voor Naasten

Start: december 2017

Frequentie: maandelijks

Aantal deelnemers: 11

Gespreksleiding: Kitty van Beurden en Janke Roorda

Uit het verslag van de Naastengroep:

Aan het eind van het jaar werd aan de groep de vraag gesteld: Wat is het nut voor jullie om elke maand naar deze gespreksgroep te komen?

Het is ontzettend fijn om te komen!

Deelnemer waarvan de partner kort geleden is overleden vindt het troostend om over haar man te kunnen praten met mensen die hem persoonlijk gekend hebben en/of door haar eerder gedeelde verhalen over hem.

Ook de deelnemers waarvan de mannen niet meer thuis wonen, vinden het fijn om te delen waar zij tegenaan lopen in het verpleeghuis. Wat er in hun ogen niet goed gaat of juist wel.

Verder voelt iedereen zich gedragen door de groep. Er gaat zo'n positieve energie van uit. Er hangt altijd een goede sfeer. Het blijft fijn om je verdriet, boosheid en/of blijdschap te delen met anderen. En je steekt er altijd iets van op. Er worden vaak mooie tips gegeven of een goed advies hoe om te gaan met je dementerende partner. **Delen is helen!**

Op de vraag "Wat staat mij nog te wachten?" worden verschillende antwoorden gegeven door deelnemers met partners die al verder in het ziekteproces zitten. We weten allemaal wel dat eenieder daar zijn eigen weg in moet zoeken.

Gespreksgroep voor mensen met dementie ‘De Expertgroep’

Startdatum: 9 februari 2022

Frequentie: tweewekelijks op woensdag van 13.00 - 14.30 uur

Gespreksleiding: Margreet Bruens en Eline van der Giessen (Centrum voor Levensvragen)

In de eerste helft van 2024 zijn er nog zes bijeenkomsten geweest van de gespreksgroep, welke plaatsvond op de woensdagmiddag, buiten de reguliere openingstijden om.

Het was steeds een zeer kleine groep deelnemers, met een vaste kern van 2 personen. Daaromheen sloten er steeds 1 of 2 anderen aan. Driemaal een geïnteresseerde van buiten, driemaal nieuwe deelnemers van het Odensehuis. Maar, doordat twee deelnemers snel achteruit gingen en een ander een tijdlang in het buitenland was, werd het niet weer een vaste groep. Daardoor zijn gespreksleidsters en de coördinator om de tafel zijn gegaan, om te kijken of de gespreksgroep nog voortgezet moest worden.

Omdat zingeving goed op de agenda staat en er wel behoefte bleek aan een goed gesprek hebben we gezamenlijk besloten opzet en tijd aan te passen om beter in de behoefte van deelnemers te kunnen voldoen. Zie voor deze invulling elders in dit jaarverslag: Projecten: De Zingenda / De Gedachtenkamer.

Overige activiteiten vanuit het Kenniscentrum

- Deelname aan Projectgroep Dementie Vriendelijk Culemborg (zie verder bestuursverslag)
- Deelname aan onderzoek door ElkWelzijn naar Respijtzorg Light.
- Deelgenomen aan onderzoek De Zingenda door lectoraat Goed Leven met Dementie door Hogeschool Windesheim (zie hiervoor bij ‘Projecten’).

PR en communicatie

Gezien de gestage groei van ons aantal deelnemers, met tegelijkertijd een beperking door de locatie én de financiële middelen, hebben we gekozen voor terughoudendheid in onze communicatie en werving. Gezien onze laagdrempeligheid is dit één van de weinige middelen waarmee we enigszins op de toeloop kunnen sturen.

In de pers; Het Kontakt/Culemborgse Courant:

Publicaties:

- 22-03: Workshop ‘Omgaan met mensen met dementie’ voor vrijwilligers
- 02-05: Open Dag in het Odensehuis Culemborg
- 28-05: Geheugenklachten? Ga naar de gespreksgroep voor mensen met dementie
- 22-09: De Gedachtenkamer: nieuw in het Odensehuis
- 04-12: Kunstroute Culemborg overhandigt Odensehuis een cheque van 420 euro

Regelmatig hebben we activiteiten geplaatst in de *agenda*, waarbij we strategisch kozen voor activiteiten waar meer deelnemers welkom zijn (zoals de gespreksgroep voor mensen met dementie of de Zondagse Ontmoeting) en voor nieuwe activiteiten (zoals De Gedachtenkamer).

Social Media:

Regelmatig hebben we posts geplaatst en interessante informatie gedeeld op Facebook en Instagram. Er zijn ruim 344 volgers; dit aantal en ook de betrokkenheid stijgen gestaag.

Nieuwsbrief

Er zijn twee interne nieuwsbrieven verspreid onder onze deelnemers en andere betrokkenen.

Gezamenlijke activiteiten met Bolderburen:

25 mei 2024: Open Dag, met o.a. een lotgenotenlunch voor naasten en een open workshop 'Odense's Got Talent'



13 december 2024: Winterfeest voor alle vrijwilligers van het buurtcentrum, de natuurspeeltuin, de Molen Johanna, het Odensehuis en de Marokkaanse en Turkse vrouwengroepen in het Bolderhuis.

Seniorenbeurs

Tijdens de seniorenmarkt op 5 oktober in de Grote Of Barbarakerk hebben we een kraampje verzorgd met informatie over het Odensehuis.



Tijdens de beurs werden we door Janine van der Heijden (Projectgroep Dementievriendelijk Culemborg) verrast met de overhandiging van het zelfhulpboek voor- en door mensen met dementie 'Hoe leef ik met dementie'.

Dit bijzondere boek is ontwikkeld door de ervaringsdeskundigen-groep 'Brainpower' in samenwerking met onderzoeker Jacoba Huizinga van de Hogeschool Utrecht.



Samenwerken

We werken intensief samen met, of zijn aangesloten bij, de volgende organisaties:

Lokaal:

- Gemeente Culemborg
Structurele financiering.
Deelname aan projectgroep Dementievriendelijke gemeente.
- ElkWelzijn
Wijkcoaches
Steunpunt Mantelzorg
Vrijwilligers Informatie Punt
Netwerk Vrijwilligers in Zorg & Welzijn
- Bolderburen
Samenwerking met Buurtcentrum Bolderburen, de Natuurspeeltuin en de Molen Johanna. Regelmatig overleg waarbij jaarlijks een aantal gezamenlijke activiteiten worden ontwikkeld als bv Open Dagen, NLDoet etc.
- Stichting Zorgcentra De Betuwe
Steunt het Odensehuis praktisch en inhoudelijk als vóórliggende voorziening, bv door in 2018 en 2019 als detacheerder voor de coördinator op te treden. In 2021 is tijdelijk een projectleider gedetacheerd en van mei 2022 tot eind 2024 is een medewerkster bij ons gedetacheerd voor assistentie van de coördinator en uitvoering van de Zondagse Ontmoeting.
- Stichting Elisabeth Weeshuis
Hebben het mogelijk gemaakt dat wij in 2021 de prachtige locatie hebben kunnen betrekken op Bolderburen.
- Alzheimer Café Culemborg
De Café's vinden sinds najaar 2021 plaats in het Bolderhuis (zelfde locatie als het Odensehuis).
- Stichting Oase. Vanaf najaar 2023 verzorgt deze stichting, in samenwerking met ElkWelzijn, ontmoetingsochtenden in het Bolderhuis voor migrantenvrouwen 55+. Naast ontmoeting is educatie belangrijk bij deze groep, onder meer over dementie.

Regionaal:

- Geriatisch netwerk (GGZ Rivierenland)
- Ketenzorg Dementie (Netwerk Dementie Rivierenland)
- Dementieconsulenten Rivierenland (doorverwijzing, Geheugenspreekuur)

Landelijk:

- Landelijk Platform Odensehuizen
- Hogeschool Windesheim - lectoraat Goed Leven Met Dementie

In 2024 zijn we financieel gesteund door: Gemeente Culemborg, Particuliere Gift, Brentanofonds en Fonds Sluyterman van Loo, incidentele giften en donaties en contributies van de deelnemers

Bestuurlijk verslag 2024

Door voorzitter Lia Scheffers

Samenstelling bestuur

Het bestuur bestond in 2024 uit de volgende leden:

- Lia Scheffers (voorzitter, woonachtig in Culemborg)
- Aart van Mourik (penningmeester, woonachtig in Geldermalsen)
- Freda Kenkhuis (secretaris, woonachtig in Culemborg)
- Chris Jansens (algemeen bestuurslid, woonachtig in Culemborg)
- Bert Reintjes (algemeen bestuurslid vanaf april 2024)

Strategische visie

Als strategische visie hebben wij het afgelopen jaar verwoord dat we focussen op uitbreiding van het aanbod van laagdrempelige voorzieningen aan thuiswonende met geheugenklachten en hun naasten. Met de verdere toename van het aantal thuiswonende ouderen met geheugenproblematiek, zien wij de noodzaak van uitbreiding van activiteiten voor deze doelgroep. Wij zijn echter beperkt door onze middelen en menskracht. Tegelijkertijd zien wij de afgelopen 2 jaren de drukte in het Odensehuis toenemen, met name omdat de deelnemers vaker komen en aan meer activiteiten deelnemen.

Wij zijn met onze deelnemers in gesprek gegaan over het hanteren van deze drukte. De deelnemers waren zeer duidelijk in het belang van de open inloop en pertinent tegen regulering via inschrijven. Wij roosteren nu vaak 3 vrijwilligers/gastvrouwen in en bieden meer keuze activiteiten aan.

Wij willen nieuwe initiatieven ontwikkelen en thuiswonende ouderen ondersteunen door ze te stimuleren deel te blijven nemen aan reguliere activiteiten in de sociale basis (sport, cultuur en hobby). Dat doen we door onze kennis en expertise meer uit te dragen en te delen met de sportverenigingen en andere organisaties. Wij hopen daarmee een aanvullend aanbod te creëren teneinde meer mensen met beginnende dementie te bereiken en te ondersteunen. Ook onze eigen huidige deelnemers willen we uitnodigen gedeeltelijk deel te nemen aan deze activiteiten. Hiermee hopen we de druk op de huidige reguliere activiteiten van het Odensehuis te kunnen opvangen, een te grote groei van het bezoekersaantal te beperken en de zo gewaardeerde kleinschaligheid te waarborgen.

Om dit te kunnen realiseren hebben we een nieuwe medewerker aangesteld. Deze medewerker werkt in dit kader aan het projectvoorstel “Langer in je eigen Leven”, waarvan de eerste conceptversie ondertussen in het bestuur is besproken. Dit gaat in 2025 een vervolg krijgen.

Interne Organisatie

Waar mensen samenwerken ontstaan er mooie initiatieven, maar soms schuurt het ook en kan dit tot conflicten leiden. Wij wilden het omgaan met mogelijke conflicten goed borgen. In 2023 waren wij in afwachting van de initiatieven van het Landelijk Platform Odensehuizen (LPO) om tot een klachtenregeling te komen. Toen bleek dat dit voorlopig geen prioriteit zou krijgen bij het LPO, hebben wij zelf een klachtenreglement opgesteld voor vrijwilligers, deelnemers en beroepskrachten.

Uitgangspunt is dat betrokkenen met elkaar in gesprek gaan en proberen het in klein gezelschap op te lossen. Voor wanneer dat niet lukt hebben wij de vervolgstappen beschreven.

Nadat in 2023 de statuten en huishoudelijk reglement nagelopen zijn, zijn de aanpassingen in het HH definitief geworden en hebben we in 2024 het vrijwilligersbeleid geüpdatet. Ook zijn we gestart met een bestuursevaluatie cyclus.

Werkgeverschap

Naast de vele vrijwilligers, hebben we al deze jaren een parttime beroepskracht, op basis van detachering, 2 jaar lang voor 8 uur in dienst gehad vanuit Zorgcentra de Betuwe. Aan deze detachering is in 2024 een eind gekomen, al is de desbetreffende medewerker nog altijd zeer betrokken bij het Odensehuis. Wij hebben per 1 juli een 2^e parttime medewerker aangenomen. In eerste instantie als (assistent) coördinator om daarmee voor te sorteren op de toekomstige (pré)pensionering van de coördinator. Inmiddels zijn de inzichten wat gewijzigd, heeft de coördinator aangegeven langer door te willen werken en zal de 2^e medewerker vooral projectmatig werken en ontwikkelen.

Financiën en derde geldstromen

De structurele subsidie van de gemeente is gecontinueerd. Wij hebben gepolst of het wenselijk is dat we een tweede Odensehuis starten. De gemeente zou dat zeer toejuichen, maar beschikt in 2024 niet over de financiële middelen om dat te ondersteunen.

Het muzikale project Odense GOT Talent heeft een vervolg gekregen. Deze keer hebben we een financiële ondersteuning gekregen vanuit Stichting Bretano.

We zijn van administratiekantoor veranderd. Vanaf 1 januari 2024 worden wij administratief en cijfermatig ondersteund door De Bruin Administratie en Advies uit Geldermalsen. Onze penningmeester kan door deze andere werkwijze meer sturing in onze financiën aanbrengen. De jaarlijkse Samenstellingsverklaring zal door ons nieuwe administratiekantoor opgemaakt worden.

Netwerk, vertegenwoordigingen en stakeholders

Zingeving is een thema dat het afgelopen jaar als een rode draad steeds terugkwam. De nieuwe activiteit de ‘Gedachtenkamer’ is daar een uitvloeisel van, maar ook onze jaarlijkse netwerkbijeenkomst voor zorgmedewerkers heeft in dit teken gestaan. Eén van de onderzoekers van Hogeschool Windesheim in Zwolle, heeft een presentatie gegeven over ‘Zingeving en levensvragen bij dementie’.

De bijeenkomst werd zoals altijd weer goed bezocht en het thema werd als zeer waardevol ervaren.

De gemeente heeft alle sociale partners betrokken bij het formuleren van haar doelen en beleidsindicatoren rondom het “versterken van de sociale basis”. Dit heeft uiteindelijk geleid tot het Koersdocument voor het sociale domein ‘Samenleven met en voor elkaar’. Wij hebben meegedacht namens de ouder wordende Culemborger vooral binnen het thema Samenleven & Ondersteunen.

De gemeente is gestart met een breed overleg Gezond en Actief Culemborg. Hierin is een aantal landelijke akkoorden betreffende preventie en gezondheid (GALA, SPUK) meegenomen. Per domein is een kwartiermaker en gemeenteambtenaar gekoppeld. Ook de Werkgroep Dementievriendelijk Culemborg heeft hier een plek binnen gekregen. Wij blijven in deze werkgroep participeren.

Met het vertrek van Marie José als bestuurslid (en lid van deze werkgroep), hebben we even moeten zoeken naar hoe we vertegenwoordigd konden zijn/deel konden nemen aan de werkgroep Dementievriendelijk Culemborg. Digitale deelname was niet mogelijk en de

administratieve ondersteuning was niet altijd optimaal om vooraf goed in te schatten of iemand van ons er persé fysiek bij moest zijn. Maar sinds het eind van het jaar hebben we dit kunnen oplossen met onze 2^e medewerkster, die hier nu vast aan deelneemt. Het doel van de werkgroep is het opstellen van een Culemborg-breed programma met activiteiten over dementie.

Naast deelname aan de werkgroep DVG Culemborg, hebben we met enige regelmaat bestuurlijk contact met de gemeenteambtenaar. Ook hebben we kennisgemaakt met de nieuwe voorzitter van Alzheimer Nederland Rivierenland, Joep Koch.

Het Landelijk Platform Odensehuizen (LPO) heeft haar Meerjarenbeleid 2025-2030 voorbereid rond de thema's dienstverlening, belangenbehartiging, organisatie en kwaliteit. Het gaat daarbij om hoe het Landelijk Platform de lokale Odensehuizen zo goed mogelijk faciliteert en ondersteunt met hun maatschappelijke profilering. De conceptversies zijn aan de klankbordgroep voorgelegd en uitvoerig bediscussieerd. Ook wij hebben aan deze sessies deelgenomen. Op de Landelijke Heidag is het resultaat gepresenteerd. De klankbordgroep, met vertegenwoordiging van Odensehuizen over heel Nederland en bestaande uit een mix van bestuursleden en coördinatoren, lijkt een goede vorm te zijn voor inspraak en vertegenwoordiging.