

de Bovenkamer

jaarverslag

2019



de
Bovenkamer

1 januari 2019 - 31 december 2019

Stichting De Bovenkamer:

ontmoetings-, kennis-en informatiecentrum

voor mensen met (een vermoeden van)

beginnende dementie en hun mantelzorgers.



 Harenbergweg 1, 7204 KZ Zutphen
(terrein De Kaardebol)

 06 - 24 95 43 18

 info@debovenkamerzutphen.com

 www.debovenkamerzutphen.com

Inhoud

1 Voorwoord	2
2 Doel en missie de Bovenkamer	3
3 Organisatie	4
4 Activiteiten	5
5 Financieel overzicht	9
6 Samenwerking en contacten	10
7 Externe veranderingen en toekomstperspectief	12

1 Voorwoord

Vol trots bieden wij u het Jaarverslag over 2019 aan. Het was een mooi jaar voor de bezoekers en vrijwilligers van de Bovenkamer. Een jaar vol spanning of we het financieel zouden redden als gevolg van de bezuinigingen binnen het sociaal domein van de Gemeente Zutphen. Via aanvullende fondsen en andere incidentele gelden hebben we ons aanbod grotendeels kunnen handhaven. Ook werken we graag samen met partners in het veld vanuit dezelfde passie, om zo de kosten te kunnen delen. Maar het was gelukkig ook een jaar vol nieuwe activiteiten, nieuwe bezoekers (het bezoekersaantal is verdubbeld) en een grotere groep vrijwilligers.

De Bovenkamer heeft sinds haar bestaan, vanaf begin 2016, alleen maar groei gekend en voorziet duidelijk in een behoefte binnen de samenleving, om het een en ander te betekenen en te doen voor en met mensen met beginnende dementie en hun mantelzorgers.

Door Alzheimer Nederland is de gehele Kaardebol, waar de Bovenkamer deel van uitmaakt, in 2019 gecertificeerd als dementievriendelijk! De feitelijke uitreiking van het certificaat vond plaats in 2020. Bijna 50 vrijwilligers hebben hiervoor de training GOED omgaan met dementie gevolgd.

Onze wens om meer te kunnen betekenen voor en samen met mantelzorgers van mensen met beginnende dementie hebben we niet kunnen inwilligen.

Mantelzorgers ontlasten en meer kennis en informatie overdragen blijft veelal, vanwege de beperkte financiële middelen, lastig. Graag willen we in plaats van 4 dagen weer 5 dagen per week open gaan.

Voorlopig zijn we heel blij met de warme en overweldigende reacties van onze bezoekers. Met dit dankbare gevoel gaan we 2020 in. Wij wensen u veel leesplezier en hopen u in de Bovenkamer te ontmoeten.

Everdien Vanderlijde,
voorzitter

2 Doel en missie de Bovenkamer

De Bovenkamer is ontstaan als initiatief van de lokale afdeling Zutphen, Lochem en Vorden van Alzheimer Nederland. De afdeling is nu samengevoegd met 2 andere afdelingen tot afdeling Oost-Gelderland en maakt deel uit van het Dementienetwerk Zutphen/Lochem/Bronckhorst.

Vanwaar De Bovenkamer?

Uit onderzoek van Alzheimer Nederland en Nivel, de Dementiemonitor genaamd, bleek dat er behoefte bestond aan aandacht en informatie aan het **begin** van de zorgketen voor mensen met beginnende dementie en hun mantelzorgers.

Verder zijn er veel mensen, die de diagnose dementie **al** hebben en vervolgens nog tussen de 6 en 8 jaar thuiswonen, voordat een opname volgt.

De verwachting is dat er een sterke toename van mensen met dementie komt. In Zutphen zou dit aantal kunnen stijgen naar 1700 mensen in 2040.

Een groot aantal mensen met het vermoeden van of beginnende dementie woont gewoon **thuis**: familie, kinderen, vrienden vermoeden vaak dat er sprake is van (beginnende) dementie, maar weten niet of dat het is, ontkennen het of hebben onvoldoende kennis

van deze ziekte. Verwarring en een niet-pluis gevoel zijn veel gehoorde factoren, die maken dat men zich zorgen maakt. Mantelzorgers worstelen met hun vermoedens, zonder dat er hulp van buitenaf wordt ingeschakeld. (Referentie: 20% van de Zutphense bevolking is boven de 65 jaar). Mantelzorgers zorgen en worden belast, klagen niet en vinden de “zorg voor hun naaste” vaak vanzelfsprekend. Maar afleiding, kennisoverdracht en informatie over dementie, een uitje, een luisterend oor, alsmede herkenning en steun zijn zo nodig, blijkt steeds opnieuw.

2.1 Doel

Voor die periode- thuis- bij het niet-pluis gevoel, niet weten wat er aan de hand is, dan wel na het stellen van de diagnose dementie en niet weten wat er allemaal nog komt, biedt de Bovenkamer een laagdrempelige plek en een veilige en huiselijke sfeer voor ontmoeting en ondersteuning door vrijwilligers en professionals.

2.2 Missie

De Bovenkamer stimuleert de mogelijkheden van mensen met beginnende dementie en versterkt hen en hun mantelzorgers door aandacht te geven, kennis over te dragen en door- vraaggerichte-activiteiten aan te bieden.

3 Organisatie

3.1 Vrijwilligers en bestuur

De Bovenkamer wordt gedragen door een groep enthousiaste vrijwilligers, die de bezoekers ontvangen, begeleiden bij activiteiten en een luisterend oor zijn. De vrijwilligers worden allen getraind en krijgen bijscholing. Maandelijks zijn er vrijwilligersbijeenkomsten, waarbij zowel organisatorische als teamgerichte zaken aan de orde komen. Er wordt veel aandacht besteed aan sfeer, cultuur en kennisvergroting. Het aantal vrijwilligers bedroeg in 2019 21.

De activiteiten worden uitgevoerd door professionals.

Voor de organisatie en begeleiding van de vrijwilligers is er een coördinator in dienst voor 20 uur per week.

De Bovenkamer is een professionele vrijwilligersorganisatie.

De Bovenkamer is een Stichting, heeft een ANBI status en kent een bestuur.

In het verslagjaar bestond het bestuur uit de volgende leden:

Everdien Vanderlijde, voorzitter

Michiel van Alphen, penningmeester

Mariette van Mierlo, secretaris

Alfons Nederkoorn, projectleider tot 1 september 2019

Huguette Verheij, lid, belast personeels-/vrijwilligerszaken.

3.2 Huisvesting

De Bovenkamer is gehuisvest op het terrein van de Kaardebol aan de Harenbergweg 1, in een rustige omgeving, tussen het groen en veilig voor bezoekers en mantelzorgers.

4 Activiteiten

4.1 Ontmoeting

De Bovenkamer is een huiskamer en een ontmoetingsplek, waar mensen zonder afspraak, langs kunnen komen voor een kop koffie, spelletje of een praatje. De laagdrempeligheid en de mogelijkheid om van dinsdag tot en met vrijdag tussen 10.00 en 16.00 uur langs te komen, creëert ook vrijheid. De Bovenkamer is het gehele jaar open.

In een Dementievriendelijke samenleving zijn ook mensen zonder dementie welkom in de Bovenkamer om gezamenlijk activiteiten te ondernemen en dat kan in een gemêleerde groep. Bij evenementen op het terrein van de Kaardebol is de Bovenkamer in weekenden/op feestdagen zelfs vaak extra geopend, bijvoorbeeld tijdens het Paasweekend als start van het nieuwe seizoen op de hele Kaardebol.

4.2 Activiteitenprogramma en aantal bezoekers

Alle activiteiten ontstaan op **vraag** van de bezoekers/hun omgeving. Uiteraard zoveel mogelijk met een vaste frequentie en structuur, zodat er geen verwarring ontstaat bij de bezoeker. Per drie maanden wordt het activiteitenprogramma geëvalueerd en waar nodig aangepast en gewijzigd. Rond de activiteiten vinden er altijd gesprekken plaats en is er veel aandacht voor het wel en wee van bezoekers en mantelzorgers, hun zorgen, wijzigingen in gedrag etc. etc. Deze aandacht wordt erg op prijs gesteld en geeft ook een diepe

verbondenheid met elkaar.

4.3 Informatie en kennis

De casemanager dementie heeft 5 x spreekuur gehouden.

Presentatie en voorlichting over de Bovenkamer is 22 keer gegeven aan derden, in en buiten, de Bovenkamer.

4.4 Projecten

SOMASON0bank:

Vanaf maart 2018 is de Bovenkamer betrokken bij het Project SPARKS "Voelbaar geluid voor mensen met dementie". Op een bank, uitgerust met geluidsapparatuur, worden prikkels gevoeld door de ervaring van geluid.

De maanden daarna zijn de vrijwilligers ingewerkt, hebben er bezoekers gebruik van gemaakt en zijn allerlei procedures vastgesteld. In 2018 is de bank officieel in gebruik genomen.

Na de ontwikkel-en uitvoeringsfase is in 2019 is gestart met de onderzoeksfase. Wat doet dit voelbare geluid met mensen met dementie? Om dat wetenschappelijk te onderzoeken hebben de ontwikkelaars een beroep gedaan op fondsen en op onderzoekers bij de Hogeschool Saxion. Om voldoende "testcases" te hebben, zijn er afspraken gemaakt over het gebruik van de bank door Sutfene. De Bovenkamer is bij alle ontwikkelingen betrokken en in 2020 worden de eerste resultaten verwacht.

Activiteit	aantal bezoekers
MBvO (Meer bewegen voor ouderen)	129
Bovenkamerkoor	751
Ontspanningsuur	131
Sjoelen	93
Lunch	588
Nieuwjaarsbijeenkomst	15
Muziek met Gideon/Koen	183
Als vanouds Dansen	89
Pasen	40
Gluren bij de burens	72
Workshop Kopje Theekenen	12
Tai Chi	76
Seniorenboksen	34
Soepdag	35
Natuurwandeling, 1x in december	4
Totaal	2250
Bezoekers zonder (geplande) activiteit	245
Totaal	2495
<i>Ter vergelijking in 2018:</i>	
Bezoekers van activiteiten:	1341
Bezoekers zonder activiteit:	403

Bezoekers zonder activiteit zijn o.a. mensen uit de zorg, mantelzorgers, mensen uit de doelgroep, Kaardebollers en begeleiders van de doelgroep. Zij komen koffiedrinken, informatie halen over de Bovenkamer, over dementie, over de keten rondom dementie of namen deel aan spontane activiteiten zoals muziek luisteren, spelletjes, doen, schaken, keyboard of pianospelen, tafeltennissen etc.

Duofiets:

De Bovenkamer is in het bezit van een duofiets, die gebruikt kan worden door de vrijwilligers met bezoekers; bezoekers met hun mantelzorgers; bezoekers en medewerkers van de Kaardebol en mensen van buiten.

Wij zijn blij met de samenwerking met de Zonnebloem, zodat ook echtparen samen konden gaan fietsen.

Uiteraard is het gebruik ervan vastgelegd in een overeenkomst.

Wereld Alzheimerdag (WAd):

Na een week vol activiteiten in ieders eigen locatie hebben we op 21 september, samen met het Odensehuis en AlzheimerNederland, de "eindmanifestatie" georganiseerd rondom het thema "Bewegen".

Via een presentatie van danseressen van MoreMoveZ en een actieve sessie met Julie dela-Fuente van de Muzehof, hebben we gedanst, geïmproviseerd, gespeeld en veel plezier gemaakt.

Memorabel Museum:

Als vervolg op de samenwerking in 2018 van Musea Zutphen, Odensehuis en de Bovenkamer nav het kunstproject "Tekenen van de wereld van Jo Spier" is in 2019 de samenwerking opgezocht om iets te organiseren voor mensen met (beginnende) dementie en hun mantelzorgers.

Op een rustig moment in de week, is er het laatste kwartaal van 2019 elke maand, een rondleiding geven voor de doelgroep. Vrijwilligers van de Bovenkamer ondersteunen tijdens de rondleidingen.

Bewegen in de zomer (met seniorenboxen):

Het Oranje Fonds, Stichting RCOAK en Fonds Sluyterman van Loo streven ernaar dat niemand zich buitengesloten voelt en iedereen mee mag doen in de samenleving, ook tijdens de zomerperiode. Naast de reguliere beweegactiviteiten, was het nu mogelijk om een geheel nieuwe activiteit te starten namelijk seniorenboxen.

Project Sutfene:

In het najaar heeft er overleg plaatsgevonden met de innovatiemanager en de Bovenkamer. De ontwikkelingen binnen Sutfene zijn besproken en er zijn afspraken gemaakt om elkaar te informeren over activiteiten, de doorontwikkeling van de SOMASONbank (zie hiervoor) en het gebruik van de Bovenkamer voor Sutfene bewoners.

Project Muzehof:

Als vervolg op de Wereld Alzheimerdag sessie in september zijn er contacten geweest en ideeën uitgewisseld voor een vervolg. Dit vindt plaats in 2020.

Gluren bij de burenen:

Tijdens het huiskamerfestival Gluren bij de Burenen heeft "Horen, zien en proeven" in samenwerking met de Bovenkamer, drie keer opgetreden voor jong en oud. Bezoekers van de Bovenkamer hebben genoten.

4.5 Financiële middelen via Fondsen

In het verslagjaar hebben we met succes een beroep kunnen doen op een aantal fondsen:

- Zoals vermeld hebben we steun gekregen van het Oranje Fonds. Met hun bijdrage van 2900 euro hebben we "Boxen voor senioren" kunnen aanbieden. Deze activiteit was zowel voor onze doelgroep als voor hun mantelzorgers bedoeld. Onder leiding van een professionele bokser. Er gaat doorgaans tijd overheen, voordat een nieuwe activiteit bekend is geworden, maar zeker de moeite waard om deze activiteit proberen te continueren in 2020. Het was geweldig om te zien hoe zeer mensen hun spanning kwijtraakten door het boksen.
- Op de Stichting Sociaal Fonds Sint Walburgis konden we een beroep doen voor de kosten van een training voor onze vrijwilligers.
- De Zutphens Hand (kringloopwinkel) bood ons de mogelijkheid een laptop en CD speler aan te schaffen.

4.6 Verdere activiteiten

NLdoet:

Tijdens NLdoet, de jaarlijkse landelijke vrijwilligersactie in maart, heeft de Bovenkamer een flyeractie georganiseerd. Vrijwilligers, maar ook studenten in het kader van hun opleiding, vak maatschappelijke stage, hebben een bijdrage geleverd.

5 Financieel overzicht

Kosten		Baten	
Activiteiten:		€ 17.353	€ 55.871
Docenten en trainers (twee-) wekelijkse activiteiten	€ 11.448		Deelnemersbijdragen € 2.791
Materialen en spellen	€ 452		Oranje Fonds € 2.900
Reiskosten bezoekers	€ 180		Bijdrage stichting de HAND € 910
Zomeractiviteiten	€ 2.628		Giften particulieren € 582
Catering huiskamer	€ 2.645		Bijdrage WMO € 48.688
Organisatie:		€ 7.157	
Medewerkers en bestuur	€ 3.155		
Inrichtingskosten	€ 778		
Bureaunkosten, verzekeringen	€ 1.603		
Publiciteit en representatie	€ 1.620		
Personeelskosten:		€ 19.499	
Salarissen, pensioenpremie, sociale verzekeringswetten	€ 18.747		
Vrijwilligersvergoeding en overig	€ 752		
Huisvesting:		€ 9.769	
Huur	€ 7.500		
Servicekosten, energie en water	€ 2.269		
Totaal kosten		€ 53.777	Totaal baten
			€ 55.871
			Saldo
			€ 2.094

6 Samenwerking en contacten

6.1 Het Dementienetwerk

De Bovenkamer maakt deel uit van het Dementienetwerk Zutphen-Lochem-Vorden e.o. In het Dementienetwerk zijn de volgende organisaties vertegenwoordigd: Marga Klompe, Sensire, Sutfene, Zorggroep Sint Maarten, Woonzorgcentrum Den Bouw, Gelre Ziekenhuizen Zutphen, Alzheimer Nederland afd. Oost Gelderland, het Odensehuis en de Bovenkamer. Doel en functie van het netwerk is een aanspreekpunt te zijn voor dementie in de regio voor mensen met dementie, familie en professionals. Het Dementienetwerk geeft vorm aan en verbetert de samenwerking in de zorg en ondersteuning rond dementie in de regio.

De projectgroep van het dementienetwerk is in 2019 5x bij elkaar geweest. Alle keren was de Bovenkamer bij de overleggen aanwezig. Daarnaast is er veelvuldig samengewerkt met individuele leden van de projectgroep. Wij noemen hier het plezierige contact met verschillende casemanagers. Door het netwerk is o.a. voorlichting gegeven aan verschillende groepen, kennis gedeeld, de stand van zaken binnen de verschillende gemeenten met betrekking tot dementie uitgewisseld, nieuwe ontwikkelingen besproken, kennisgemaakt met nieuwe medewerkers en er is een nieuwe website gemaakt.

De nieuwe website van het Dementienetwerk Zutphen-Lochem-Vorden e.o. is sinds december 2019 online. In 2020 wordt deze verder uitgebouwd en wordt er informatie toegevoegd.

6.2 Platform Dementievriendelijk Zutphen

In vervolg op de thematafels, die de gemeente Zutphen organiseerde, is er het platform dementievriendelijk Zutphen gevormd. Deelnemers zijn: Dementienetwerk, Alzheimer Gelderland Oost, De Bovenkamer, Odensehuis, initiatiefgroep Inclusie en mantelzorgers. Het doel van het platform is het realiseren van een dementievriendelijk Zutphen, gecertificeerd door Alzheimer Nederland.

De deelnemers aan het platform willen, met behoud van eigen identiteit, waar mogelijk samenwerken: Dubbel werk voorkomen, meer rendement van de veelal vrijwillige inzet, meer bekendheid geven aan de problematiek en onderlinge doorverwijzing. Aan de hand van de zorgstandaard wil het platform de ketenzorg in de gemeente Zutphen vanaf het "niet pluisgevoel" tot de nazorg na het overlijden beoordelen op de inhoud en de uitvoering.

6.3 Zigtrijk

Er zijn mogelijkheden onderzocht om over en weer van elkaars diensten en locaties gebruik te kunnen maken.

6.4 Tafeltennisvereniging Torenstad en Muzehof.

Van beide organisaties hebben we tafeltennis benodigheden/ een piano in bruikleen voor onze activiteiten.

6.5 Samenwerking binnen de Kaardebol

Binnen de Kaardebol nemen we deel aan het huurdersoverleg, dat bestaat uit 15 leden en dat maandelijks bijeenkomt. Daarnaast hebben "nieuwe Nederlanders" een vrijwilligersplek gevonden op de Kaardebol en worden ook ingezet bij de Bovenkamer, met als gevolg dat zij in het contact met bezoekers en vrijwilligers ook de Nederlandse taal beter leren. Met 3D Zorg en Dagbesteding en de Pluktuin zijn er over en weer veel contacten. Bezoekers kunnen houten spullen en plantjes kopen en de jongeren met een verstandelijke beperking van 3D bijvoorbeeld, doen mee met de muziekactiviteiten, een mooie samenwerking en cross over.

6.6 Zutphense week van de Mantelzorg

In 2019 werd een vervolg gegeven aan het initiatief vanuit Perspectief in 2018.

Mantelzorgers konden deelnemen aan een ontspanningsuur in samenwerking met Helga van den Berg dan wel boksen met Huseyin Cakan. Beide activiteiten werden goed bezocht en erg gewaardeerd.

7 Externe veranderingen en toekomstperspectief

Natuurlijk is een organisatie als de Bovenkamer voortdurend in beweging. De samenwerking rondom de dementiezorg Zutphen bestaat momenteel veelal uit het informeren van elkaar. Een opschaling hiervan zouden we erg waarderen.

We hopen volgend jaar nog meer unieke bezoekers te mogen ontvangen. Wij ervaren het plezier van de huidige bezoekers en gunnen dit zoveel meer mensen met beginnende dementie en hun mantelzorgers. Wij richten ons vooral op mensen met beginnende dementie en de mantelzorgers, die thuis wonen. In de wijken rondom de Kaardebol zouden we nog meer contacten willen leggen.

We zijn een professionele vrijwilligersorganisatie, maar verbeteringen in kennis en kunde zijn altijd aan te brengen. Ook volgend jaar gaan we de vrijwilligers meerdere scholingen aanbieden, naast de maandelijkse bijeenkomsten, waarin ook aan kennisoverdracht wordt gedaan. We hopen op bestuursuitbreiding, het huidige bestuur heeft haar handen vol.

Natuurlijk zijn we benieuwd naar de samenwerking met het nieuwe Kaardebol bestuur. We hopen op een prettige en efficiënte voortzetting van een mooie plek in Zutphen.

Last but not least is handhaving van de subsidie onontbeerlijk voor onze werkzaamheden en het liefst zijn we ook 5 dagen per week open!

Wij hopen in 2020 veel voor onze doelgroep te kunnen betekenen, de fantastische vrijwilligers, de coördinator en het bestuur zijn er klaar voor.

www.debovenkamer.com