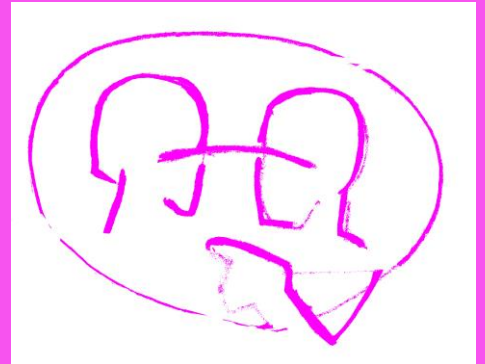


SAS 2021/3792

BUDDYZORG LIMBURG

2022



Voorwoord

De betekenis van ons leven
ligt in het verschil dat we maken
in de levens van anderen.

Nelson Mandela

Deze bijzondere mooie uitspraak van Nelson Mandela omvat in een zin de drijfveer van onze buddy's, werkbegeleiders en vrijwilligers. Zij ervaren bij iedere ontmoeting hoe waardevol het is om er voor een ander te zijn.

Met dit jaarverslag nemen we je mee in de werkwijze en resultaten van Buddyzorg Limburg in 2022.

Maart 2023

Marie-Louise Weerts

Coördinator Buddyzorg Limburg

1. De organisatie

1. Aansturing

Buddyzorg Limburg is een provinciale vrijwilligersorganisatie, die als 'eigen organisatie' onderdeel uitmaakt van SGL. De organisatie bestaat uit vrijwilligers en betaalde krachten (1.78 Fte) - een coördinator en twee regioconsulenten -, die in samenspel de vrijwilligers faciliteren. De organisatie kent diverse vrijwilligersfuncties zoals buddy, werkbegeleider en diverse ondersteunende functies.

2. Wat is Buddyzorg Limburg

Buddyzorg Limburg is een maatschappelijk erkende provinciale vrijwilligersorganisatie. Zij voorziet in informele intensieve vrijwilligerszorg in de thuissituatie. Bedoeld voor kinderen, jeugdigen en volwassenen met een chronische of ernstig lichamelijke ziekte.

Vrijwilligers (buddy's) zijn mensen die vanuit intrinsieke motivatie betekenisvol willen zijn voor een ander en daarvoor hun tijd, aandacht en inzet beschikbaar stellen aan mensen die deze ondersteuning (tijdelijk) nodig hebben. Deze vorm van ondersteuning -gebaseerd op een gelijkwaardige relatie- is erop gericht dat de ander uiteindelijk verder kan met het eigen leven en indien mogelijk weer kan participeren in de maatschappij. Deze vrijwilligersinzet heeft een preventieve werking en sluit aan op (eventuele) professionele ondersteuning; waardoor deze ontlast, afgebouwd dan wel voorkomen kan worden.

De missie van Buddyzorg Limburg

We versterken het vertrouwen in het menselijk vermogen, om beperkingen te vertalen naar mogelijkheden.

Onze visie

Ieder mens heeft talenten en is uniek. Ieder mens mag meedoen.

Het doel van de organisatie

We ondersteunen thuiswonende ernstig, chronisch of levensbedreigend lichamelijke zieke kinderen, jeugdigen en volwassenen doelgericht in het verwerkingsproces rondom het ziek zijn. En we ondersteunen thuiswonende kinderen en jongeren met overgewicht of obesitas doelgericht in het verwerkingsproces rondom overgewicht of obesitas en bevorderen een gezonde leefstijl. Wij zetten in op het hervinden van eigen kracht, regie, zelfredzaamheid, zingeving, participatie en preventie.

Onze kernwaarden zijn

- **Passie**
Passie is de motor, geeft kracht, energie, hoop en geluk. Met passie benaderen we onze klanten. Hiermee brengen wij hen in beweging zodat zij weer deel uit kunnen maken van de samenleving.

- **Verbindend**
Verbinden dat doen wij samen vol aandacht en betrokkenheid bij de klant, bij elkaar en de omgeving. Wij werken samen voor meer welzijn, gezondheid en geluk.
- **Innovatief**
Het in beweging brengen van mensen is onze drijfveer. We stemmen creatief en effectief vraag en aanbod af door open te staan voor talenten, ideeën en mogelijkheden.
- **Preventief.**
Wij zetten in op preventie en bevorderen bewustwording, inzicht en eigen verantwoordelijkheid ter verbetering van de gezondheid.

Motto

Ons motto is: 'duidelijk zijn in de dingen die we doen, met respect voor elkaar!'



3. Overzicht activiteiten Buddyzorg Limburg

Basiszorg en projectzorg

Van oudsher heeft Buddyzorg Limburg haar reguliere basiszorg op drie pijlers gebaseerd en in de loop van de tijd verder uitgebreid. Daaraan toegevoegd loopt de projectzorg van 2021-2024.

Pijler 1	Pijler 2	Pijler 3
Basis zorg	Basis zorg	Basis zorg
<ul style="list-style-type: none"> Sociaal emotionele ondersteuning aan mensen met HIV en Aids. 	<ul style="list-style-type: none"> Sociaal emotionele ondersteuning aan chronisch, ernstig en levensbedreigend lichamelijk zieke kinderen, jongeren en volwassenen. En sociaal emotionele ondersteuning aan kinderen en jongeren die aan obesitas lijden waarbij wij inzetten op een gezonde leefstijl en gedragsverandering. 	<p>Expertise: Scholing, ondersteuning, voorlichting en preventie.</p> <p>Werving pensioen gerechtigden-, jonge- en allochtone vrijwilligers</p>
2021-2024	Project zorg	Project zorg
Zie voor meer informatie het Meerjarenbeleid- en Activiteitenplan 2021-2024 'Vernieuwend Verbinden' op onze website: www.buddyzorglimburg.nl .	<p>Innovatieve projecten:</p> <ol style="list-style-type: none"> Sociaal emotionele ondersteuning aan mensen met COVID-19 letsel. Sociaal emotionele ondersteuning aan ernstig zieke eenzame mensen. Sociaal emotionele ondersteuning aan ernstig zieke mensen via beeldbellen. 	<p>Innovatieve projecten:</p> <ol style="list-style-type: none"> Preventieve gezondheidsvoorlichting en leefstijlbewustwording voor jongeren. Verbreding Wereld Aids Dag in Limburg.

4. Vrijwilligers

Werven van vrijwilligers

We hebben doorlopend vacatures uitstaan om nieuwe vrijwilligers te werven. Bij alle vacaturebanken in Limburg zijn vacatures geplaatst voor het werven van buddy's en werkbegeleiders. Daarnaast is intensief gebruik gemaakt van onze eigen social media zoals onze website, facebook en LinkedIn-pagina. Maar ook via de website van SMOL; www.stichtingsmol.nl (Stichting samenwerkende Maatschappelijke Organisaties Limburg) en de zoekmachine KiekLimburg. De aansluitende opleidingen zijn benaderd voor het werven van stagiaires.

In totaal hebben 119 vrijwilligers zich aangemeld waar we gesprekken mee hebben gevoerd. Hiervan zijn 97 personen doorverwezen naar een andere organisatie omdat die organisatie beter aansloot bij het aanbod. Wij vinden het belangrijk om het vrijwilligers aanbod niet verloren te laten gaan. Enkelen hebben we kunnen voorzien van informatie en advies en zij hebben daardoor voor een andere weg gekozen. Met 18 personen zijn we het traject van scholing en een inzet bij Buddyzorg aangegaan. In totaal zijn 68 vrijwilligers in 2022 actief geweest waarvan 9 als stagiaire Social Work van de Zuyd Hogeschool. Daarnaast heeft een persoon een studieopdracht uitgevoerd vanuit de HAN te Nijmegen. Een vrijwilligster is als werkbegeleidster ingezet die de stagiaires begeleidt bij hun schoolopdrachten en leerdoelen.

Alhoewel wij wensen dat een vrijwilliger zich minimaal voor een jaar verbindt met de organisatie staan wij ook open voor tijdelijke trajecten. Dit veroorzaakt wel een dynamiek binnen de organisatie. Wij zijn echter van mening dat ook deze vrijwilligers kansen moeten krijgen om kennis te maken met het vrijwilligerswerk.

Afscheid nemen van vrijwilligers

Wanneer een vrijwilliger de organisatie verlaat doet dit ook iets met de achterblijvers, zowel bij de maatjes als bij de andere vrijwilligers en medewerkers. Ook hier is aandacht voor het loslaten en afsluiten van deze relatie. Vooral wanneer een vrijwilliger jarenlang betrokken is geweest bij de organisatie.

In het afgelopen jaar hebben we door het overlijden van twee zeer betrokken buddy's met veel verdriet afscheid genomen van Bruno van Hirtum en Huub Beckers.

In Memoriam Bruno van Hirtum

*29-05-1943 +15-04-2022

Bruno, geboren in Brabant als oudste van het gezin. Hij wilde als jonge jongen graag naar het klooster. Zijn ouders waren hierop tegen, Bruno moest het stukadoors bedrijf van zijn ouders overnemen. Dit heeft hij 10 jaar gedaan. Vanaf zijn 31^{ste} is hij toch ingetreden bij de broeders van de Heilige Joseph (nederigheid) in Gelderland. Hij heeft vervolgens de opleiding tot verpleegkundige gevolgd en jarenlang in de ziekenboeg gewerkt, waar later ook in Heerlen. In die tussentijd heeft hij ook meegewerkt aan een werkproject (forellenkwekerij) voor ex-drugsverslaafden in Frankrijk.

Sinds 1990 is Bruno gestart als buddy voor mensen met HIV en Aids. In onze Buddy Up!DATE 2.04 staat een interview met Bruno beschreven. Hierin geeft hij aan dat het verhaal van een moeder van een Aidspatiënt hem inspireerde om het buddy werk op te pakken. Deze moeder deed via de radio een publiekelijke aanklacht over de vernederende en mensonwaardige benadering en behandeling van haar eveneens besmette zoon.



Bruno heeft in de afgelopen 32 jaar vele maatjes mogen begeleiden met heel diverse problematieken. De kracht van Bruno was zijn enorme geduld, de rust die hij uitstraalde maar bovenal zijn vermogen om aan te sluiten bij zijn maatje door goed te luisteren en mensen te accepteren zoals ze waren. Een schoolvoorbeeld van de 'presentie benadering'.

Wat Bruno hier zelf over zei: *'Ik laat me door dat alles niet uit veld slaan. Belangrijk is dat je vertrouwen, een soort van band opbouwt en bovenal oog hebt voor het goede in die mens.'*



Iedereen heeft namelijk goede karaktertrekken. Ik heb altijd kracht geput uit de resultaten.'

Een jaar geleden werd Bruno ziek. Er werd een hersentumor gediagnostiseerd. In eerste instantie leek deze goed behandelbaar. Echter het laatste half jaar ging Bruno steeds verder achteruit. Hij verhuisde toen vanuit zijn klooster in Koningslust naar het verzorgingshuis de Hollehof in Heerlen en daarna naar het verpleeghuis huize Bergweide te Heerlen. Hier werd hij liefdevol opgevangen en verzorgd door 'oud' collega's. Het was fijn om Bruno de afgelopen periode nog diverse keren te mogen bezoeken. Alhoewel het pijn deed om te zien dat hijzelf steeds meer moest inleveren en afhankelijker werd van de zorg die hem werd geboden.

Op Goede Vrijdag is Bruno rustig overleden. Op zaterdag 23 april 2022 is Bruno vanuit de kerk van Koningslust begraven op het kloosterkerkhof van de broeders van de H. Joseph.

Wij zijn Bruno dankbaar voor alles wat hij heeft betekend voor zijn maatjes en voor onze organisatie. Hij zal als een warm mens blijven voortleven in onze herinneringen.

In Memoriam Huub Beckers

*05-12-1945 + 22-04-2022

Op zaterdag 23 april vernamen wij het schokkende bericht dat Huub Beckers was overleden. Hij is de dag daarvoor op zijn fiets verongelukt in Maastricht. We vernamen dit gruwelijke nieuws toen we Huub wilde ophalen om mee te gaan naar de begrafenis van Bruno.



Huub had afgelopen november tijdens onze BBB-dag afscheid genomen van Buddyzorg Limburg. Hij was 27 jaar actief geweest als buddy bij onze organisatie.

In 1993 raakte Huub zijn baan kwijt en wilde hij iets zinnigs doen. Door de dood van zijn moeder, twee jaar eerder, was hij in aanraking gekomen met stervensbegeleiding. Dit proces viel hem enorm zwaar. Hij vond dat hij hier iets mee moest doen om hiermee te leren omgaan. Hij kwam in contact met vrijwilligerswerk en werd buddy bij Buddyzorg Limburg, vrijwilliger bij de Terminale Thuiszorg van het Steunpunt voor Mantelzorg en vrijwilliger in een aidshospice te Lopburi in Thailand. Hij was afwisselend 3 maanden actief in Nederland en vervolgens weer 3 maanden in Thailand.

Wat Huub enorm raakte was dat mensen die de ziekte Aids hadden, ook nog door hun familie en hele omgeving verstoten werden. Huub vond het heel normaal om iets te betekenen voor de hulpbehoevende medemens. Dit vrijwilligerswerk verrijkte het leven van Huub en deed hem beseffen hoe onbelangrijk materiele zaken zijn. Het Steunpunt voor Mantelzorg heeft een informatiefilm gemaakt waarbij Huub verteld over zijn vrijwilligerswerk bij dit steunpunt. Deze film heeft als titel: 'Als je voor een ander zorgt, zorg je ook voor jezelf'. Huub heeft altijd nauw geleefd naar de wetten van de natuur. Hij was vegetariër; natuurvoeding en alternatieve geneeswijze spraken hem aan, evenals meditatieve (stille) wandelingen door de natuur. Hij hield van wandelen, joggen, zwemmen, fotograferen en theater. Hij zong bij een koor, gaf Yogalessen en was actief als ontspanningsmassage therapeut.



Op vrijdag 29 april 2022 was de crematie van Huub in het crematorium van La Grande Suisse te Maastricht. Zijn koor zong het zeer toepasselijke lied voor Huub: 'Love Changes Everything'. Zo zal Huub in onze gedachte bij ons blijven. Huub bedankt voor Everything!

5. Scholing

Wat onderscheid Buddyzorg ten opzichte van andere maatjesprojecten? Bij een buddyinzet gaat het altijd over complexiteit van een hulpvraag waarbij scholing en begeleiding noodzakelijk is om het vrijwilligerswerk verantwoord te kunnen uitvoeren. Alle vrijwilligers krijgen alvorens ze starten



bij de organisatie een selectiegesprek en bij gebleken geschiktheid kunnen ze deelnemen aan de **basisscholing**. De basisscholing is

dit jaar vijf keer georganiseerd in kleine groepen. Het voordeel van het frequenter organiseren van scholing is dat de vrijwilliger na aanmelding snel ingezet kan worden.



Hierdoor blijft de

vrijwilliger betrokken en gemotiveerd. Na

afronding van de scholing en bij het ontvangen van een positieve VOG, kan de vrijwilliger starten met het buddywerk en met de **werkbegeleiding** (zie verder in jaarverslag).

In 2022 hebben we ook weer ons **interne scholingsprogramma** voor de totale groep buddy's kunnen uitvoeren. De volgende bijeenkomsten zijn georganiseerd:

- **24 februari** In samenwerking met het IZO Venlo en Estelle Schatorie organiseerde Buddyzorg Limburg een **Inspiratie Webinar over Positieve Gezondheid**.
- **16 maart** scholing Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH)
- **19 mei** drie workshops; EenSaamheid, Energie en Emoties.
- **18 juni** BBB-dag in ZUID.
- **22 september** EenSaamheid
- **17 november** Eindejaar bijeenkomst Energie.



Studieopdracht

Nika Wilms, studente Toegepaste Psychologie aan de HAN in Nijmegen, ontwikkelde een onderdeel voor de basisscholing van Buddyzorg Limburg. De fase, waarin de buddy aan het maatje sociaal emotionele ondersteuning rondom het ziek zijn biedt, heeft zij op 1 juni in een 1,5 uur durende bijeenkomst aan een werkbegeleidersgroepje als try-out gepresenteerd. We hopen na afloop van haar studieopdracht een mooie scholingshandleiding te ontvangen die voor ons bruikbaar zal zijn binnen ons scholingsaanbod.

De **externe scholing** bestond dit jaar uit het bijwonen van de diverse webinars waar iedere vrijwilliger naar eigen inzicht bij kon aansluiten.



Het IZO **Venlo**, waar Buddyzorg onderdeel van uitmaakt, heeft onder andere, een online informatieve ZOOM bijeenkomst over kanker georganiseerd.

Esther Castermans, klinisch psycholoog binnen het VieCuri ziekenhuis, met het aandachtsgebied oncologie, heeft deze avond verzorgd voor alle vrijwilligers in Venlo.

Er werd ingegaan op wat het voor mensen en hun naasten betekent als zij de diagnose kanker krijgen.

In samenwerking met de Stichting Vrienden van Buddyzorg Limburg (SVVBL) (die een financiële bijdrage levert) zijn vrijwilligers van Buddyzorg ook in de gelegenheid om gebruik te maken van scholingen georganiseerd door opleidingsinstituten. Zo kan maatwerk qua individuele scholingsbehoefte worden geleverd. Hier heeft in 2022 een persoon gebruik van gemaakt.

Ondersteuning

Alle buddy's ontvangen verplichte **werkbegeleiding** van een werkbegeleider. Dit is een professionele vrijwilliger, die iedere 6 weken buddy's ondersteunt tijdens hun inzet.

Werkbegeleiding heeft een tweeledig doel; de buddy wordt begeleid en de organisatie monitort de ontwikkeling rondom het maatjesproces. In 2019 is het beleid rondom werkbegeleiding herschreven waardoor structuur en werkwijze duidelijker en eenduidiger zijn geworden. Ook is er sindsdien supervisie gestart voor de werkbegeleiders. De supervisor is als vrijwilliger verbonden aan de organisatie. De coördinator stuurt de werkbegeleiders en supervisor aan. Per jaar zijn hier 4 bijeenkomsten voor gepland en ook georganiseerd.



6. Hulpvragers – maatjes

Buddyzorg voorziet in intensieve vrijwilligerszorg in de thuissituatie. Dit betekent dat Buddyzorg er is voor een specifieke doelgroep. Wie zijn die maatjes waarvoor buddy's zich inzetten? Het zijn mensen van alle leeftijden, culturen en maatschappelijke posities, die chronisch en/of levensbedreigend ziek zijn. Men kan hier denken aan kanker, MS, ALS, HIV, NAH, spierziekten zoals myotone dystrofie, Locked in syndroom, COPD, cerebrale parese, auto- immuunziekten, nierziekten, mensen die wachten op hart-, long- of levertransplantatie, etc. Deze ziekte is veelal niet een op zichzelf staand gegeven. Niet zelden betreft het mensen die daarnaast ook bekend zijn met een persoonlijkheidsstoornis zoals borderline, een vorm van autisme, of PTSS. Dat maakt de ondersteuning voor de buddy er niet eenvoudiger op. Mensen waren vaak al bekend met eenzaamheid en/of isolement. Sinds de corona uitbraak zien we eenzaamheid bijna als een constant gegeven bij onze hulpvragers. Naast het beschrevene komen we ook maatschappelijke problemen tegen. Hierbij kan men denken aan middelen gebruik, armoede, sociale uitsluiting, analfabetisme, werkloosheid, relatieproblemen, anderstalig, etc. Het spreekt voor zich dat samenwerken met andere organisaties in deze casussen een noodzakelijk gegeven is. Het spinnenweb diagram van de Positieve Gezondheid ondersteunt ons in een doelgerichte werkwijze om met hele kleine stapjes naar verbeteringen toe te werken in deze (complexe) casussen.

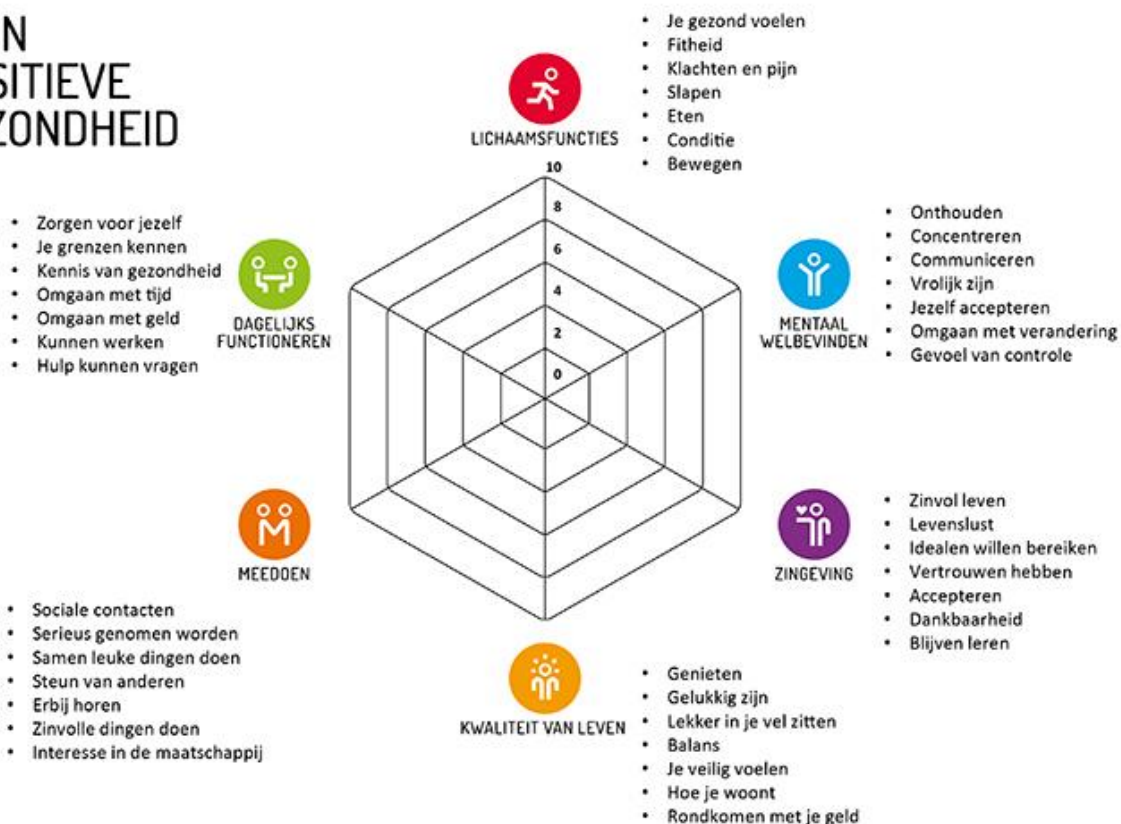
7. Werkwijze

Positieve Gezondheid

Sinds 2015 werkt Buddyzorg volgens het concept van de Positieve Gezondheid (bron: www.iph.nl). Deze is in 2018 binnen de organisatie verder doorgevoerd met ondersteuning van Burgerkracht Limburg. Deze werkwijze wordt bij de buddyinzet en de buddybegeleiding gehanteerd.

Door middel van het spinnenweb diagram werken we samen met het maatje naar de vooropgestelde doelen toe. Het blikveld van de zieke wordt als het ware verruimd. Het lichamelijk ziek zijn, dat een grote impact heeft, krijgt uiteindelijk een nieuwe plaats in het leven van het maatje. Of anders gezegd, in het totaalplaatje dat 'gezondheid en welbevinden' omvat. Buddy's werken vanuit een gelijkwaardige relatie toe naar motivatie, participatie, zelfregie, het vergroten van de eigen kracht en/of het sociaal welbevinden. Met andere woorden de zelfredzaamheid van de hulpvrager wordt hierdoor bevorderd. In de gelijkwaardige relatie tussen buddy en maatje kan ook de buddy nieuwe ontdekkingen doen en perspectieven vinden. Momenteel werken we aan een vernieuwd scholingsconcept voor onze vrijwilligers waarbij de werkwijze met Positieve Gezondheid verder wordt verdiept.

MIJN POSITIEVE GEZONDHEID



Institute for Positive Health (IPH) | mijnpositievegezondheid.nl | Gespreksinstrument 1.0



8. Buddyzorgtraject

Buddyzorg traject in relatie tot Positieve Gezondheid

Werken vanuit Positieve Gezondheid maakt de mogelijkheden van maatwerkondersteuning door de organisatie groter. Door bij het intakegesprek het spinnenwebdiagram te betrekken, kan bewustwording bij het maatje in gang worden gezet en nieuwe inzichten of mogelijkheden ontstaan. De hulpvrager kan door dit gesprek en met behulp van informatie en advies, zijn eigen kracht hervinden en/of zelf in beweging komen. In deze situatie is dan niet de buddyinzet de vanzelfsprekende oplossing voor ondersteuning. Uiteraard is dit niet voor iedere hulpvrager weggelegd. In dat geval blijft een buddy inzet tot de mogelijkheid behoren. Vandaar dat we dit totale traject omschrijven als het ‘buddyzorgtraject.’ Daarnaast blijft de functie bestaan om hulpvragers door te verwijzen naar de meest passende instanties, organisaties of van mogelijkheden te voorzien.

Intakeproces

Tijdens de intake bekijkt de regioconsulent wat de hulpvraag inhoudt en hoe deze binnen het eigen gezin/ systeem kan worden opgepakt? Is er daarnaast ondersteuning nodig dan wordt nagegaan welke organisatie de juiste zorg kan bieden. We verwijzen gericht door. Wanneer het een positieve indicatie betreft, start het buddyzorgtraject.

De complexiteit van hulpvragen neemt toe. Vaak spelen meerdere problemen tegelijkertijd. Dit kan op het gebied van opvoeding, relaties, gezondheid, isolement of uitsluiting, eenzaamheid, geldzaken, arbeid, wonen, taal en dagbesteding zijn. Deze problemen vragen om ondersteuning en zijn soms niet binnen een jaar op te lossen. Bij complexe vragen kijken we nauwkeurig welke samenwerkingspartners op informeel- of formeel gebied hierbij eveneens ingezet dienen te worden. Dit verloopt steeds in samenspraak met de hulpvrager. Door deze nauwe samenwerking ontstaat een beweging waarbij ondersteuning over en weer op- of afgeschaald kan worden.

Is een buddy inzet noodzakelijk dan zoeken we naar de juiste buddy. Een goede koppeling is van belang voor de kwaliteit van de onderlinge relatie, de klik en het verloop van een effectieve buddy inzet. Een gedegen intake, gerichte scholing en begeleiding van vrijwilligers zijn van wezenlijk belang zodat ook de juiste ondersteuning aan het maatje geboden kan worden.

9. Uit de praktijk

Uit de praktijk van de regioconsulent Zuid-Limburg Sabine Moers

Zingeving

Als regioconsulent van Buddyzorg Limburg in Zuid- Limburg kom ik veel maatjes en buddy's tegen die op zoek zijn naar zingeving. Zingeving is dan ook 1 van de 6 dimensies van gezondheid die onder Positieve Gezondheid vallen. Het instrument waar we mee werken.

Iemand wil dingen ondernemen die ertoe doen en een rijk en betekenisvol leven leiden. Ik begrijp dat, dat wil toch iedereen?

Door het ziek zijn is de situatie zoals die vroeger was vaak veranderd. Hobby's, werk; soms lukken ze niet meer. Hoe kan ik nu mijn dag invullen? Wat kan ik nog wel? Waar liggen mijn talenten en kwaliteiten?



Maatjes zien ze vaak niet meer of hebben hulp nodig om talenten samen met een buddy te (her)ontdekken. Maar ook de buddy's die ik ontmoet zoeken zingeving. Iets voor iemand kunnen betekenen, je talenten inzetten is heel zingevend en geeft een goed gevoel.

Ik denk terug aan mijn laatste match een aantal weken geleden. Ik vertrek naar Maastricht. Ik ga samen

met buddy P kennismaken bij zijn eerste maatje. Het is flink koud buiten en buddy P blijkt al

binnen aan de koffie te zitten. Het is altijd even afwachten of er een klik is tussen maatje en buddy. De ene keer verloopt het direct soepel, de andere keer hebben buddy en maatje iets meer tijd nodig om te bepalen of ze samen verder willen. Deze match voelt goed.

We bespreken onder de koffie nogmaals het doel van de inzet. Maatje A. heeft een aantal maanden geleden een herseninfarct gehad. Hij is eenzaam en wordt door familie niet altijd goed begrepen. De dagen zijn lang, alles is nu anders. Hij zoekt de zin weer in het leven. Hobby's heeft hij genoeg, maar de uitvoering, daar komt hij niet meer aan toe. Het lukt niet meer. Talenten? Die ziet hij zelf niet meer zo goed. Samen met zijn buddy zal hij op zoek gaan. Op zoek naar talenten die weer betekenis kunnen brengen. Acceptatie en het hebben van vertrouwen zullen ook zeker de revue gaan passeren. Buddy P. luistert en vertelt ook iets over zichzelf. Hij voelt zich zichtbaar op zijn gemak.

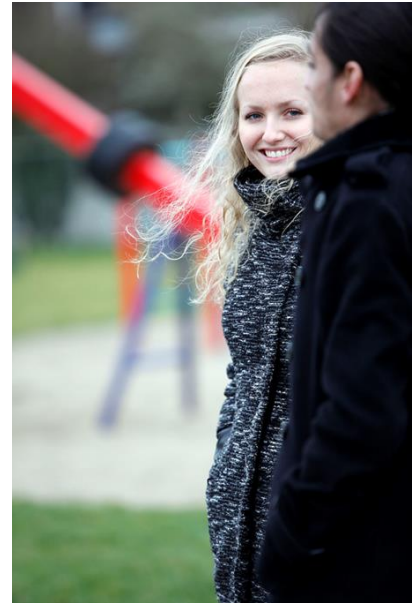
Ik wijs meneer nog op de opening en start van Breincafe 2.0 in Maastricht op 8 maart aanstaande, een ontmoetingsplek voor mensen met niet- aangeboren hersenletsel (NAH). Ik vertrek, de buddy blijft nog even. De heren weten dat ik over 3 weken even zal bellen om te vragen hoe het gaat en of ze verder willen met elkaar.

In de auto terug overdenk ik deze match. Twee tot nu toe vreemden heb ik weer bij elkaar mogen brengen. Een buddy en een maatje. Ik laat hen met een gerust gevoel achter en weet zeker dat ze veel aan elkaar zullen hebben. Een zinvol uur, ook voor mij. **Win- Win-Win.**

Uit de praktijk van de regioconsulent Noord en Midden-Limburg Ed Brummans Gezien en gehoord worden

Je maakt wel mee dat relationele problemen en neerslachtigheid een 'sta in de weg' zijn om tot verandering te komen en een negatieve uitwerking kunnen hebben op het herstelproces van een maatje. Zo had ik een intakegesprek met een alleenstaande man van middelbare leeftijd. Hij had serieuze darmklachten waardoor hij in de ziektewet belande en zijn baan, ondanks mooie beloftes van zijn werkgever, verloor. De man was ook aan het vereenzamen, neerslachtig geworden en ontevreden over zijn woonsituatie. Hij had matige betrekkingen met de burens en zijn familie. Dat er een zeker verband bestaat tussen fysieke en mentale gezondheid blijkt hieruit. Juist dan is het belangrijk dat er een vertrouwenspersoon is, die je problemen serieus neemt en naar je wil luisteren. In die verkerende situatie, klopte hij bij Buddyzorg Limburg aan voor een buddy. Deze was weldra beschikbaar maar mocht vanwege eigen gezondheidsproblemen zelf niet reizen. Het alternatief was om 1 keer per week samen te (beeld)bellen.

Na een maand of 3 vond er een evaluatie plaats met het maatje en de buddy. Het bleek dat de samenwerking uitstekend verliep en na ca. een jaar tijd kon de hulpvraag succesvol worden afgesloten. De gezondheidsklachten verdwenen grotendeels en het zelfvertrouwen van het



maatje nam gestaag toe. Het was voor het maatje een reeks van (kleine) succesjes. Bemoedigd door de buddy, ondernam hij een aantal stappen, werkte met succes aan het herstellen van zijn relatie met zijn familie en werkgever. Hij kon al vrij snel verhuizen naar een woonhofje, waar hij vervolgens de tuintjes van een aantal senioren ging verzorgen. Hij werd door hen zeer gewaardeerd en er ontstonden leuke contacten. Het herstel met zijn werkgever leidde ook tot een hernieuwde dienstbetrekking en daarmee was de cirkel weer rond.

Het is mooi dat met hulp van een kundige buddy, een maatje zowel fysiek als mentaal op een natuurlijke ongedwongen manier opbloeit, zelfredzaam wordt en opnieuw regie over zijn eigen leven kan voeren.

10. Kwaliteit

Kwaliteit staat hoog in het vaandel. Door onze vrijwilligers te scholen en werkbegeleiding te geven, bevorderen we de kwaliteit van de buddyinzet. Tijdens een buddyinzet vinden er regelmatig evaluatiemomenten plaats met de buddy, het maatje en de regioconsulent. Hierdoor monitoren we de inzet en kwaliteit, indien nodig sturen we bij. Het uiteindelijke doel is een inzet te creëren naar tevredenheid van het maatje, de buddy en de organisatie.

11. Samenwerking, structuurversterking en verbindingen

Buddyzorg Limburg is betrokken bij diverse samenwerkingsverbanden en zet in op:

- verhogen van herkenbaarheid en vindbaarheid ten behoeve van de burger
- onderlinge afstemming/versterking van samenwerking
- efficiëntie
- uitwisselen expertise
- signalering van witte vlekken
- maatschappelijke ontwikkelingen.

Door de verbinding met SGL is er aandacht voor samenwerking tussen formele en informele zorg binnen de provincie Limburg. We maken gebruik van elkaars expertise en bevorderen een efficiënte werkwijze. Onlangs zijn we binnen SGL betrokken bij de hernieuwde start van de Breincafe' s voor NAH, die in 2023 in Limburg worden opgestart.

Op **landelijk niveau** zijn we lid van MantelzorgNL en maken ten behoeve van onze maatjes en buddy's gebruik van hun expertise.

Ziekenhuizen uit Nijmegen, Utrecht, Leiden en Rotterdam weten ons te vinden wanneer ze buddyzorg willen aanvragen voor patiënten die woonachtig zijn in Limburg.

Op **regionaal en provinciaal niveau** is er samenwerking met Maatschappelijke Organisaties zoals o.a. het COC, GIPS, Zonnebloem, Humanitas, Mentorschap, het KBO en de Landelijke Luisterlijn. Maar ook andere organisaties zoals de Toon Hermans Huizen, Stichting Present, wijk pastoraat, Burger Kracht, de Brug, Ruggesteun, Steunpunten voor mantelzorg, zorgmakelaars, Maatje op Maat, diverse kerkgenootschappen, etc. Wij zijn aangesloten bij het Maatschappelijk Netwerk Limburg en bij de Stichting SMOL. Met onderwijsinstellingen en universiteiten is er samenwerking in het kader van het aanbieden van stagetrajecten en werving van vrijwilligers.

Ook worden wij geregeld door studenten benaderd (ook vanuit België) voor studieopdrachten of meeloop dagen.

Op **lokaal niveau** is Buddyzorg Limburg vertegenwoordigd en zichtbaar in diverse samenwerkingsverbanden en overleg bijeenkomsten. In deze ontmoetingen werken formele- en informele organisaties samen op het gebied van vrijwilligerswerk in de zorg thuis. Hierbij kan men aan de volgende overlegvormen denken: Knooppunt Informele Zorg Westelijke Mijnstreek, Onafhankelijke clientondersteuning Landgraaf, Samenwerking formele en informele zorg gemeente Heerlen, IZO Maasgouw, IZO Roerdalen (herstart), IZO Venlo (Zorgvrijwilligers Brigade), IZO Beesel, IZO Beek en Stein. In Tegelen nemen we vanuit de Zorgvrijwilligersbrigade Venlo deel aan TIP, het Tegels Informatie Punt voor burgers met (zorg)vragen. Ook organiseren we in het Tegels Informatie Punt werkbegeleiding voor onze buddy's van Noord-Limburg.

Waar nodig onderhoudt Buddyzorg Limburg een op een contacten met verwijzers zoals huisartsen, Maestro Kliniek, bureaus voor maatschappelijk werk, thuiszorgorganisaties, Mutsaert Stichting, MET ggz, ziekenhuizen, Adelante, Alcander, GGD, jeugdzorg, bureau MEE, BOEI Limburg, STERKR, HIV Vereniging Limburg, LEVANTOgroep, MeanderGroep, Zuyderland, etc.

De vrijwilligersbanken in alle gemeente hebben onze vacatures uitstaan. Daarnaast is het Oranjefonds een gewaardeerde partij in het aanleveren van geïnteresseerde vrijwilligers. Zij werven gericht vrijwilligers in streekbladen zoals hier te zien is op deze foto. Ook voeren zij jaarlijks een wervingsactie op tv, die ons weer nieuwe vrijwilligers oplevert. Door deze samenwerking kan Buddyzorg Limburg een breed publiek bereiken zonder dat hiervoor verdere kosten voor de organisatie worden gemaakt.

De Stichting Vrienden van Buddyzorg Limburg biedt Buddyzorg Limburg extra ondersteuning voor de vrijwilligers. Hierbij kan men denken aan scholing of waardering. Het afgelopen jaar heeft de Stichting drie scholingsbijeenkomsten mee ondersteund. De Stichting wordt steeds vaker gevonden door mensen of bedrijven die iets willen betekenen voor een goed doel.

Rondom de Wereld Aids Dag (zie project 5) groeit het samenwerkingsverband met betrekking tot de gezamenlijke organisatie van deze dag.

Ook kennen we nog de diverse overleggen met gemeenten en Provincie Limburg over beleidsafstemming, samenwerking, financiering, informatie en advies.



BBB-dag

Tot slot hechten we binnen onze organisatie veel waarde aan het verbinden van onze vrijwilligers met elkaar. Dit doen we door oog en aandacht te hebben voor elkaar, door b.v. attent te zijn wanneer iemand jarig of ziek is. Maar ook door onze jaarlijkse **BBB-dag**. Deze dag staat voor Binden, Boeien en Benutten van elkaars talenten. Tijdens deze dag worden we meegenomen in de wereld van overige talenten waarover onze vrijwilligers beschikken.

Dit jaar vond onze BBB-dag voor onze buddy's en werkbegeleiders plaats in Sittard. Op zowat de heetste dag van het jaar hebben we, na eerst een ontvangst met koffie en gebak, genoten van een rondleiding door Sittard. Deze rondleiding werd gedaan (als stageopdracht) door een van onze stagiairs. Vervolgens werden wij hartelijk ontvangen bij het Toon Hermans Huis voor een informatieve bijeenkomst en rondleiding. De dag werd afgesloten met een gezamenlijk etentje. Het was een gezellige, leerzame maar vooral verbindende dag. Met dank aan allen die deze dag hebben mogelijk gemaakt.



Bezoek aan het Limburgs Museum

'Bedankt, zorgmedewerkers!' Het Limburgs museum bood iedere zorgmedewerker in Limburg met het hele gezin gratis toegang tot het museum als dankjewel voor de inzet tijdens de coronatijd. Ook onze vrijwilligers konden hier gebruik van maken.

V-day Venlo

Op 7 oktober 2022 organiseerde het Informeel Zorgoverleg Venlo (IZO), bestaande uit; Algemene Hulpdiensten, Buddyzorg Limburg, Humanitas Maatjes Noord-Limburg, de Luisterlijn, Inclusio vrijwilligers, de Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg (VPTZ) en De Zonnebloem de jaarlijkse V-Day'. Een gezellige middag voor alle vrijwilligers van de genoemde organisaties met als thema: 'Steyl inspireert'. Deze gezellige middag startte met koffie en vlaai, daarna volgden diverse rondleidingen door Steyl en om 17.00 uur werd afgesloten met een fantastisch koud en warm buffet in het Schutterijmuseum aan de Rozenstraat in Steyl.

12. Inzetten op Gemeentelijk en Provinciaal beleid

Mensen zijn deels zelf verantwoordelijk voor hun gezondheid. Een bewuste en gezonde leefstijl kan hiertoe bijdragen. De komst van corona kan bijdragen om de maatschappij te activeren tot een bewuste en gezonde leefstijl. Er zal op meerder fronten ingezet moeten worden. Denk hierbij aan stressreductie, gezonde voedingsgewoonte, meer bewegen, voldoende rust, voldoende welvaart, gezonde sociale omgeving en zinvolle bezigheden. Met andere woorden een gezonde balans in doen en laten. Kleine veranderingen kunnen positieve effecten bewerkstelligen. Dit onderwerp zal door de corona epidemie publiekelijk meer de aandacht gaan krijgen. Hierdoor gaan mensen zich meer betrokken en verantwoordelijk voelen. De ene persoon kan hier zelfstandig inhoud aan geven de andere zal hierbij ondersteund en geholpen moeten worden. De ingezette trend naar Positieve Gezondheid begint op steeds meer terreinen binnen de provincie Limburg zichtbaar te worden. Het is b.v. al geen vanzelfsprekendheid meer dat huisartsen voor alles medicatie voor schrijven, nu kijken ze breder. Een wandeling door de natuur kan vaak vele malen heilzamer werken en een gevoel van geluk met zich meebrengen. Uiteindelijk leidt deze hele kentering tot een gezonder, gelukkiger en vitaler Limburg, met een betaalbare gezondheidszorg.

De politiek, bedrijven, de zorg, scholen, verenigingen en opvoeders kunnen een voorbeeldrol hierin vervullen. Ook Buddyzorg Limburg draagt dit gedachtengoed uit en spoort andere organisaties aan om hierop in te zetten. Een cultuuromslag in denken en doen is hiervoor noodzakelijk.

Verder dragen wij bij om maatschappelijke thema's onder de aandacht te brengen en in samenwerking met andere organisaties hierop in te spelen.

Sinds 2013 is Buddyzorg Limburg erkent als Maatschappelijke Organisatie. In 2021 bracht de Provincie Limburg een werkbezoek aan onze organisatie. De Provincie Limburg stimuleert de samenwerking tussen de Maatschappelijke Organisaties onderling. Zo heeft Buddyzorg deelgenomen aan diverse werksessies met Maatschappelijke Organisaties waarbij kennis en ervaring met elkaar werden gedeeld maar ook gezocht werd naar verdiepende samenwerking, zie hiervoor 'Zichtbaarheid'.

In december hebben we deelgenomen aan een werkbezoek voor de leden van provinciale staten met de MO' s. Alle MO' s hebben de kans gekregen om te vertellen wat hun organisatie

doet. Maar wat nog belangrijker is, is wat wij als MO' s gezamenlijk voor mensen in Limburg betekenen.

Samenvattend kan men stellen dat de Provincie Limburg in samenwerking met Maatschappelijke Organisaties zich inzetten voor het vergroten van de zelfredzaamheid en samenredzaamheid van de Limburgers die in een kwetsbare positie leven.

13. Zichtbaarheid

Buddyzorg Limburg is actief op sociale media zoals Facebook, LinkedIn, Maatschappelijk Netwerk Limburg, Stichting SMOL, KiekLimburg, de website van de Stichting Vrienden van Buddyzorg Limburg (www.svvbl.org) en onze eigen website (www.buddyzorglimburg.nl).

Dit jaar hebben we in samenwerking met SGL een nieuwe website ontwikkelt. Buddyzorg heeft binnen de website van SGL een eigen pagina. De foto's die op de nieuwe website zijn geplaatst zijn gemaakt door een van onze vrijwilligers. Het zijn foto's van 'eigen mensen'. De nieuwe website is sinds april 2022 toegankelijk. Vanaf 1 april zijn er 961 website gebruikers genoteerd.

Naast onze eigen website is de organisatie zichtbaar door de vele samenwerkingsverbanden in de diverse gemeenten. Maar ook bij lokale-, provinciale- en landelijke vacaturebanken en fondsen.

In samenwerking met de MO' s zijn er het afgelopen jaar in **Roermond** meerdere MO dagen georganiseerd waarbij aandacht was voor ontmoeting, kennismaking, inzichten krijgen in elkaars activiteiten, leren van elkaar en hoe we allemaal werken aan de doelstellingen van de Sociale Agenda. En niet onbelangrijk om te vermelden: hoe dit ons kan helpen bij het verwezenlijken van de doelstellingen van onze organisatie!

Hierop volgend heeft Buddyzorg deelgenomen aan het mini congres 'Methodisch Jeugdwerk' van Jong Nederland in **Haalen**.

Ook werd de sparringsbijeenkomst 'Diversiteit en Inclusiviteit' van het Jeugdwerk Limburg in **Sint Joost** bezocht. Jeugdwerk Limburg vindt het belangrijk dat jeugdigen, jongeren en volwassenen zoveel mogelijk mee kunnen doen aan activiteiten. Hierbij mogen onder andere beperking, geld, afkomst, geartheid of religie geen drempel zijn. Het voorkomen van eenzaamheid is ook een belangrijke drijfveer. Buddyzorg Limburg onderschrijft dit uitgangspunt. Met diverse MO' s hebben we gespard en gekeken naar wat nodig is om tot een divers en inclusief jeugdwerk te komen.

Op 29 september waren wij aanwezig op de receptie van een van onze samenwerkingspartners namelijk Stichting de Brug in **Geleen** die haar 25 jarig bestaan vierde.

Op zaterdag 8 oktober hebben wij deelgenomen aan de vrijwilligersproeverij in **Roermond**. Het Maatschappelijk Platform Roermond had deze dag in samenwerking met Actief Roermond georganiseerd. De Vrijwilligersproeverij was een tocht langs vrijwilligersorganisaties, met als

doel mensen kennis te laten maken met diverse vrijwilligersorganisaties en de mogelijkheid om een dagje mee te draaien; om zo te ervaren of die vrijwilligersfunctie bij hen past. Tijdens de Vrijwilligersproeverij gaan (potentiële) vrijwilligers op bezoek bij meerdere vrijwilligersorganisaties om sfeer te proeven. Buddyzorg Limburg nam in samenwerking met Stichting Edmond Delhougne en de Stichting Vrienden van Buddyzorg Limburg deel aan deze dag.

Op 21 november was Buddyzorg Limburg in **Beek** vertegenwoordigd op de informatiemarkt die het Steunpunt Mantelzorg Westelijke Mijnstreek had georganiseerd voor mantelzorgers en organisaties. Middels een presentatie en een info stand informeerde Buddyzorg de aanwezigen over de mogelijkheden en werkwijze van haar organisatie. De bijeenkomst werd druk bezocht.

Op 9 december hebben de maatschappelijke organisaties een werkbezoek georganiseerd voor de leden van provinciale staten. Met de verkiezingen in het vooruitzicht is het belangrijk dat de leden van de provinciale staten goed geïnformeerd zijn over de werkzaamheden en de impact van de MO's in Limburg. Deze bijeenkomst vond plaats in de kledingbank te **Maasbracht**.

14. Financiering, vinden en verbinden

Buddyzorg Limburg wordt gefinancierd met WMO-subsidies. De subsidievoorwaarden verschillen per gemeente en worden regelmatig gewijzigd. Daardoor is het aanvragen dan wel verstrekken van subsidies voor alle partijen een bewerkelijke klus die onevenredig veel tijd, geld en energie kost.

De Provincie Limburg biedt Buddyzorg Limburg als Maatschappelijke Organisatie aanvullende financiële ondersteuning onder de voorwaarde dat gemeenten -in het kader van de WMO- Buddyzorg financieren. Door de financiële ondersteuning van de Provincie Limburg is de positie van Buddyzorg Limburg versterkt. Door deze financiële ondersteuning van de Provincie hebben we de mogelijkheid gekregen voor het opstarten en borgen van innovatieve projecten.

De Stichting Vrienden van Buddyzorg Limburg werft financiële middelen ten behoeve van Buddyzorg Limburg. Bedrijven kunnen in het kader van maatschappelijk ondernemen SVVBL ondersteunen. De activiteiten van de Stichting zijn aanvullend op bovengenoemde subsidie en voorziet niet in exploitatie maar in (onvoorziene) extra's voor vrijwilligers zoals scholing en waardering. In 2022 heeft de Stichting Vrienden van Buddyzorg Limburg een mooi bedrag ontvangen (zie www.svvbl.org). De Stichting heeft bij drie scholingsbijeenkomsten van Buddyzorg Limburg gesteund en een maatwerk traject van een vrijwilliger.

15. Interne communicatie

Maandelijks verzenden wij een interne nieuwsbrief de zogenoemde Buddy Up!DATE. Deze is voor en door vrijwilligers gemaakt. Het doel is om vrijwilligers eenduidig te informeren maar ook te verbinden met elkaar en onze organisatie.

De coördinator heeft regelmatig overleg met het management en ondersteunende diensten van SGL, met de regioconsulenten van Buddyzorg, de werkbegeleiders, de scholingsgroep, de begeleider van de stagiaires, de betrokkene bij de website en waar nodig met buddy's en maatjes.

BUDDY UP!DATE
Nieuwsbrief
Buddyzorg Limburg

16. Externe communicatie

Zoals reeds aangegeven kent Buddyzorg Limburg diverse overlegvormen. De bijeenkomsten hiervoor zijn dit jaar weer voornamelijk fysiek geweest.

17. Evaluatietraject Maatschappelijke Organisaties Buddyzorg Limburg.

Naar aanleiding van het Evaluatietraject Maatschappelijke Organisaties onderneemt Buddyzorg Limburg de nodige stappen. De organisatie kent een groot netwerk en staat open voor nieuwe **verbindingen** en samenwerkingsverbanden waarmee ingezet wordt op **structuur versterking**. In deze samenwerkingsverbanden brengt Buddyzorg Limburg haar werkwijze en zienswijze volgens de Positieve Gezondheid onder de aandacht van deze organisaties. Hierbij krijgt bewustwording voor eigen regie in relatie tot gezondheidspreventie de aandacht, een onderdeel van de sociale agenda.

Met betrekking tot het vergroten van de **spankracht** en **verduurzaming** heeft Buddyzorg Limburg in 2018 de overstap gemaakt van een lokale (MeanderGroep Zuid-Limburg) naar een provinciale organisatie n.l. SGL. Deze organisatie heeft meerdere locaties binnen de hele provincie waar Buddyzorg Limburg gebruik van maakt. Hierdoor zijn wij lokaal zichtbaar en aanwezig in de diverse regio's. Dit werkt efficiëntie in de hand omdat hierdoor ook reisafstanden worden beperkt zowel voor de vrijwilligers als de medewerkers. Een ander aspect voor het vergroten van de spankracht ondervinden wij in de expertise, ondersteuning en samenwerking die SGL ons biedt. Intern hebben we gekozen voor een andere werkwijze. Twee parttime regioconsulenten zijn verantwoordelijk voor het primaire proces (werving-selectie-intake-match-evaluatie-afroding en buddy inzet) een in Noord en Midden-Limburg en de ander in Zuid-Limburg.

Ten aanzien van de **doelen en doelgroepen** heeft Buddyzorg Limburg al eerder besloten de ondersteuning van volwassenen met obesitas problematiek niet meer zelf op te pakken. Voor deze doelgroep is inmiddels professionele ondersteuning geregeld door de zorgverzekeraar. Kinderen en jeugdigen met deze problematiek blijven we wel ondersteunen, zij behoren inmiddels tot de reguliere doelgroep van Buddyzorg Limburg. In 2023 onderzoekt Buddyzorg Limburg voornamelijk samenwerking met gemeente Roermond in het project Kei Gezond.

18. Duurzaamheid

In het kader van duurzaamheid heeft Buddyzorg Limburg in samenwerking met een imker een bijenvolk met 'Buddy Bijen' geadopteerd (roze kast). Dit volk dient voor Buddyzorg als pr-materiaal in het werven van nieuwe vrijwilligers. Voor de imker is deze PR een extra bijdrage om bijen onder de aandacht te brengen, waardoor mensen bewust worden van de noodzaak van bijen voor onze natuur en voedselproductie. Indirect werken wij daardoor mee aan verduurzaming. Helaas hebben de 'Buddy Bijen' de winter niet doorstaan. Een reden temeer om extra alert te zijn op het leefklimaat van de bijen. Het is nu wachten op een nieuw bijenvolk.



19. Eindafrekening

De eindafrekening over 2022 zal als bijlage worden toegevoegd.

2. Maatschappelijke betrokkenheid

1. Meedoen in de maatschappij

Meedoen in de maatschappij is niet alleen belangrijk voor het maatje maar ook voor de vrijwilliger. Vrijwilligerswerk kan een opstap naar betaald werk zijn. Vooral wanneer een vrijwilliger door een bepaalde oorzaak langdurig niet aan het arbeidsproces heeft kunnen deelnemen. Daarnaast kan het vrijwilligerswerk ook als zinvol worden ervaren door mensen die door eigen ziek zijn, niet meer aan het arbeidsproces kunnen deelnemen en/of die op zoek zijn naar een zinvolle dagbesteding.



2. Maatschappelijke betrokkenheid

Het vrijwilligerswerk is anno 2022 niet meer weg te denken in de maatschappij. Wanneer vrijwilligers ontbreken loopt onze samenleving vast. Toch is het geen automatisme dat vrijwilligerswerk voldoende gefaciliteerd wordt door de overheid of het bedrijfsleven. Hier kan nog een grote slag gemaakt worden. Ook zou het (zorg)vrijwilligerswerk mee genomen moeten worden in de transformatie van zorg beschreven in het Integraal Zorgakkoord.

3. Basiszorg en projecten

1. Basiszorg

Buddyzorg Limburg staat open voor maatschappelijke en innovatieve ontwikkelingen. De zorg die zij biedt speelt hierop in. Begin 1980 is Buddyzorg Limburg ontstaan uit menselijk betrokkenheid voor mensen die HIV geïnficeerd raakten en de ziekte Aids ontwikkelden. In 2010 is deze zorg uitgebreid naar mensen met ook andere lichamelijke ziektebeelden. In 2014 zijn diverse innovatieve projecten beschreven en opgepakt waar onder andere voor zieke kinderen en jeugdigen. Na deze projectperiode is vanaf 2021 deze projectzorg opgenomen in de basiszorg. Voor de planperiode 2021-2024 zijn nieuwe innovatieve projecten geformuleerd.

2. Innovatieve projecten Buddyzorg Limburg 2021-2024

Project 1. Ondersteuning mensen met restverschijnselen COVID-19

We ondersteunen thuiswonende ernstig lichamelijk zieke mensen met COVID-19 letsel, doelgericht in het verwerkingsproces rondom dit ziek zijn. We zetten in op het hervinden van eigen kracht, regie, zelfredzaamheid, zingeving, participatie en preventie.

Wij werven en scholen speciaal voor deze doelgroep buddy's die deze ondersteuning gaan bieden.

Resultaat: Buddyzorg Limburg biedt in Limburg doelgerichte ondersteuning aan lichamelijk zieke mensen met COVID-19 letsel in de thuissituatie.

Bij de opzet van dit project hebben we voor het jaar 2021 de **gemeente Venlo** als pilot gekozen om deze ondersteuning aan te bieden aan de burgers van Venlo. Vanaf 2022 hebben we dit project naar Noord en Midden-Limburg uitgerold. In de planperiode t/m 2024 willen wij deze ondersteuning ook uitbreiden naar Zuid-Limburg.

Voor dit project werven wij vrijwilligers die we opleiden en begeleiden. Anderzijds hebben we samenwerkingspartners benaderd om ons pilotproject onder de aandacht te brengen en samenwerking te bevorderen. Denk hierbij aan Burgerkracht Limburg die (digitale) zelfhulpgroepen m.b.t. COVID ondersteunen, longartsen van het VieCuri ziekenhuis te Venlo en Laurentius te Roermond, huisartsen, IZO-partners, fysiotherapeuten en andere samenwerkende organisaties.

In 2022 hebben we met dit project in Noord en Midden-Limburg vijf maatjes ondersteund.

Project 2. Ondersteuning ernstig lichamelijk zieke eenzame mensen

We ondersteunen thuiswonende ernstig lichamelijk zieke eenzame mensen, doelgericht in het verwerkingsproces rondom dit ziek zijn. We zetten in op het hervinden van eigen kracht, regie, zelfredzaamheid, zingeving, participatie en preventie.

Wij werven en scholen speciaal voor deze doelgroep buddy's die deze ondersteuning kunnen bieden.

Resultaat: Buddyzorg Limburg biedt in Limburg doelgerichte ondersteuning aan ernstig lichamelijke zieke eenzame mensen in de thuissituatie.

Mensen die ernstig ziek zijn raken vaak in een isolement en voelen zich daardoor eenzaam. Door de komst van Corona, waardoor de sociale contacten werden beperkt, is eenzaamheid enorm toegenomen. In ons vorig verslag gaven we al aan dat bijna 100% van de hulpvragers in de coronatijd gevoelens van eenzaamheid ervaarde. Eenzaamheid gaat over het gemis aan verbinding.

Eenzaamheid aanpakken betekent het gevoel van verbinding herstellen. Verbinding met vrienden, familie, je buurt, je werk, met winkeliers, met verenigingen, of als vrijwilliger. Bij eenzaamheid gaat het om het domein 'meedoen'. Het Spinnenweb van de Positieve Gezondheid, waar buddy's mee aan de slag zijn, helpt bij de aanpak daarvan. Ook tijdens de werkbegeleiding krijgt de aanpak van eenzaamheid extra de aandacht. Er wordt onderzocht om welke dimensie van eenzaamheid gaat het. Is het een gemis aan veelvuldige sociale contacten, of het gemis aan diepgaande contacten, of ligt het meer op het vlak aan zingeving?

Inmiddels hebben wij een workshop ontwikkeld; 'EenSaamheid'. Deze workshop hebben de vrijwilligers gevolgd. Hiermee beogen wij de eenzaamheid als taboe te doorbreken en oprechte aandacht te tonen voor de eenzaamheidsproblematiek waar maatjes mee worstelen. Kennis en expertise rondom eenzaamheid is hierbij noodzakelijk.

Tijdens dit project zoeken wij zoveel als mogelijk de verbinding met bestaande initiatieven georganiseerd vanuit 'Een tegen Eenzaamheid'. Het gaat hierbij om het bundelen van krachten en elkaar versterken. Dit doen we door het inzetten van kennis en kunde, het samenbrengen van netwerken, door de juiste verwijzingen te bewerkstelligen maar ook door mensen, met behoefte aan contact, concreet met elkaar in verbinding te brengen. Nadat het contact met elkaar is opgestart sluiten wij deze vraag af.

Op 29 september was Buddyzorg Limburg, met organisaties die actief zijn in **Valkenburg aan de Geul**, betrokken bij de bijeenkomst 'Een tegen eenzaamheid'. Deze bijeenkomst leverde weer nieuwe verbindingen met samenwerkingspartners op waardoor mogelijke signalen van eenzaamheid adequater kunnen worden opgepakt.



Project 3. Ondersteuning lichamelijk zieke mensen via beeldbellen

We ondersteunen thuiswonende ernstig lichamelijk zieke mensen via beeldbellen, doelgericht in het verwerkingsproces rondom dit ziek zijn. We zetten in op het hervinden van eigen kracht, regie, zelfredzaamheid, zingeving, participatie en preventie.

Wij werven en scholen speciaal voor deze doelgroep buddy's die deze ondersteuning gaan bieden.

Resultaat: Buddyzorg Limburg biedt in Limburg doelgerichte ondersteuning via beeldbellen aan lichamelijk zieke mensen in de thuissituatie.

Ondersteuning met beeldbellen heeft als werkwijze in onze maatschappij een sprong gemaakt doordat fysiek contact door Corona veelal niet mogelijk was. Ook Buddyzorg Limburg zag hier potentie in om enerzijds afstanden te overbruggen en anderzijds mensen te ondersteunen wanneer fysiek contact niet mogelijk was. Tijdens dit project zijn wij te raden gegaan bij SGL. Zij boden al beeldzorg aan. De in en outs hebben we dan ook op een vrij eenvoudige manier eigen kunnen maken. Ook hebben we een ervaren vrijwilliger bereid gevonden om als buddy te ondersteunen met beeldbellen. Op dit moment bieden we alle mensen die op onze wachtlijst staan een vorm van digitale ondersteuning aan. Zodra een geschikte buddy beschikbaar is wordt deze ondersteuning omgezet naar een fysieke buddy ondersteuning. Hier gaat toch de meeste voorkeur naar uit.

Project 4. Preventieve gezondheidsvoorlichting

Een buddy geeft voorlichting over haar inzet als vrijwilligster. In haar ervaringsverhaal neemt zij scholieren mee in de preventie van HIV en Aids. Haar jarenlange ervaring als vrijwilligster o.a. bij Buddyzorg Limburg deelt zij ook met andere groepen geïnteresseerden. Zij stimuleert en motiveert mensen om enige vorm van vrijwilligerswerk te doen. Essentieel hierbij is, dat vrijwilligerswerk gezondheid bevorderend werkt, bewezen is. Na de coronaperiode heeft ZijActief geïnformeerd naar deze vorm van voorlichting. Er zijn momenteel nog geen concrete afspraken gemaakt voor het geven van deze voorlichting.

Project 5. Wereld Aids Dag (WAD)

In samenwerking met diverse maatschappelijke organisaties organiseert Buddyzorg Limburg jaarlijks de Wereld Aids dag in Limburg. Wereld Aids Dag is een internationale dag die gewijd is aan de bewustwording over Aids. Buddyzorg Limburg draagt deze bewustwording samen uit binnen de provincie Limburg. Ook hierbij zetten wij in op preventie en zijn wij taboedoorbrekend actief rondom HIV- en Aidsproblematiek.



De inmiddels gevormde werkgroep vanuit de diverse organisaties, heeft zich tot doel gesteld, aanjager te zijn rondom de organisatie van WAD op 1 december binnen de provincie Limburg. De nadruk ligt op het inventariseren én verbinden van alle (lokale, regionale en provinciale) initiatieven en/of activiteiten rondom WAD in Limburg en deze zichtbaar te maken.

HIV – en wat dan nog?!

Hoe is het om open te zijn over dat je met HIV leeft? Wat zijn de reacties van je omgeving? En hoe ga je om met negatieve reacties? Over deze vragen organiseerden Wereld Aids Dag Limburg, Hiv Vereniging en Buddyzorg Limburg op Wereld Aids Dag (1 december) een paneldiscussie met drie ervaringsdeskundigen in het gemeentehuis van **Roermond**.



Wethouder Marianne Smitsmans-Burhenne (sociaal domein, gezondheid & diversiteit) verwelkomde de aanwezigen en opende deze bijeenkomst. Aan het gemeentehuis was de regenboogvlag gehesen en een groot red ribbon aangebracht wat de aandacht trok van de passanten.

Tijdens de paneldiscussie met drie ervaringsdeskundig, werden ervaringen uitgewisseld onder leiding van moderator Gerrit-Jan Meulenbeld. Vragen over hoe het is om open te zijn om met HIV te leven, reacties van de omgeving en hoe hiermee om te gaan, kwamen aan de orde. Dit alles in een sfeer van openheid en begrip.

Na afloop van deze paneldiscussie werd er samen gegeten in het Bisdom gebouw. Daarna volgde een mooie bezinningsdienst in de Caroluskapel. Hier waren mooie teksten, muziek en zang te horen. Ook werd er speciaal gebeden voor Corine, Harrie, Bruno en Huub die wij meedragen in ons hart. Iedereen werd in de gelegenheid gesteld om een kaarsje aan te steken. Tot slot was in café de Kade nog gelegenheid om deze dag af te sluiten met een drankje.



Het was een indrukwekkende ervaring om deel te nemen aan de Wereld Aids Dag in Limburg. In aanloop naar deze dag had Dagblad de Limburger hier al uitgebreid aandacht aan besteed en was later die week een interview op de radio te horen met een van de ervaringsdeskundige. Ook de gemeente Heerlen had, zoals andere jaren, in de winkelstraten de red ribbons opgehangen.

Het is duidelijk dat wereldwijd nog veel werk te doen is om HIV en Aids te bestrijden. De saamhorigheid en solidariteit die op deze dag werd getoond en gevoeld, is reden tot hoop en optimisme voor de toekomst.

4. Jaarcijfers 2022

1. Jaarcijfers Buddyzorg Limburg (reguliere zorg incl. kinderen/jeugdigen) 2022

Gemeenten	In zorg 01-01- 2022 Of Wachtlijst (WL)	Nieuwe Aanvragen 2022	Buddyzorg Trajecten Gestart 2022	Afgesloten 2022	Info en advies of Wachtlijst of verwijzing naar andere organisaties 2022	Totaal in zorg 31-12-2022
Beek	1	4	2	1	2	2
Beekdaelen	2	8	2	1	4 +1 OVL + 1WL	3
Beesel	-	1			1	-
Brunssum	1	14	2	3	7+4 WL	-
Echt- Susteren	2	6	1	3	3 + 2 WL	-
Eijsden- Margraten	2	1		1	1	1
Gulpen- Witterm	1	2	1	0	1 WL	2
Heerlen	7	16	7	5+1 OVL	3 +6 WL	8
Horst aan de Maas	2	1		2	1 + 1WL	-
Kerkrade	4	5	1	3	3 + 1 WL	2
Landgraaf	1	7	3	2	3 + 2 WL	2
Leudal	-	1			1	-
Maasgouw	-	4			4	-
Maastricht	2	11	2	3	6 + 3 WL	1
Meerssen	2	5	3	4	2	1
Roerdalen	3	1	1	3	-	1
Roermond	5	9	3	1	4+ 2 WL	7
Simpelveld	-	4			3 + 1 WL	-
Sittard- Geleen	4	11	1	3	8 + 2 WL	2
Stein	-	3			3	-
Valkenburg	1	1	1			2
Vaals	-	1			1	-
Venlo	2	10	1	2	6 + 1 OVL + 2 WL	1
Venray	-	4			4	-
Voerendaal	-	3			2 + 1 WL	-
Weert	-	1			1	-
Nederweert	-	1			1 Behandeling	-
TOTAAL	42	135	31	38	74+ 2 OVL + 29 WL	35

Conclusie 2022: totaal 135 nieuwe hulpvragen, totaal 73 buddyzorgtrajecten en 76 trajecten voorzien van info en advies of bemiddeld naar andere organisaties en 29 op de wachtlijst (met de mogelijkheid tot (beeld)bellen).

2. Vrijwilligers Buddyzorg Limburg 2022

Vrijwilligers 2022 Gemeenten	Actief 01-01-2022	Aangemeld + Selectie	Geschoold	Gestopt	Doorverwezen	Actief 31-12-2022
Beek	0	3	1		2	1
Beekdaelen	2	6	3	1	3	4
Beesel	0	1	1			1
Brunssum	1	2	1	1	1	1
Echt-Susteren	1	8	1 +1 WL	1	6	1
Gulpen	1	2	1	1	1	1
Heerlen	4	11	2+3WL	2	6	4
Horst a/d Maas	1	3	2	1	1	2
Kerkrade	1	1		1	1	0
Landgraaf	1	3			3	1
Leudal	0	1			1	0
Maasgouw	3	2			2	3
Maastricht	5	11	1 WL	3	10	2
Meersen	0	1			1	0
Eijsden-Margraten	0	1			1	0
Nederweert	1	1			1	1
Peel en Maas	1	5		1 (OVL)	5	0
Roerdalen	1	1	1	1		1
Roermond	3	7	1	1	6+1verhuist	4
Simpelveld	0	2			2	0
Sittard-Geleen	15	15	1	4	14	12
Stein	2	1		1	1	1
Vaals	1		1	1		1
Valkenburg	0					0
Voerendaal	0	4	1		3	1
Venlo	4	7	1+1WL		6	5
Venray		11			11	
Weert	0	1			1	0
België	2				1 naar Roermond verhuist	1
Gemeente onbekend		8			8	0
TOTAAL	50	119	18+6WL	20	97	48

In januari 2023 zijn de 6 vrijwilligers van de wachtlijst (WL) geschoold waardoor het vrijwilligersaantal begin 2023 is gestegen naar 54.

Op jaarbasis zijn 68 vrijwilligers actief geweest.

Vrijwilligers worden indien nodig over de gemeente grenzen heen ingezet.

3. Vooruitzicht

Nederland is wat betreft het coronavirus inmiddels in een endemische fase beland. Een nieuwe fase waarin het virus weliswaar constant rondgaat onder de bevolking, maar waarbij bijna iedereen door vaccinatie of een doorgemaakte infectie afweer heeft opgebouwd.

De coronaperiode heeft de enorme druk die al bestond op het professioneel zorgpersoneel nog meer zichtbaar gemaakt. Met het integraal zorgakkoord (IZA) willen we een antwoord formuleren om de toegankelijkheid, betaalbaarheid en de kwaliteit van de zorg te behouden en/of te verbeteren. Hierbij mag vrijwilligerszorg niet ontbreken.

Tot slot

Het buddywerk blijft een mooie vorm van vrijwilligerswerk wat ook voor een buddy veel kan opleveren. Iemand bijstaan in een moeilijke periode van het leven, samen op zoek naar meer welzijn en geluk, verrijkt elkaars leven.

Wij danken ieder die het mogelijk maakt dit waardevolle buddywerk voort te zetten.

Maart 2023





Colofon

Redactie:

Marie-Louise Weerts

Coördinator

Sabine Moers

Regioconsulent Zuid-Limburg

Ed Brummans

Regioconsulent Noord en Midden-Limburg

Buddyzorg Limburg

Bezoekadres

Havikstraat 18

6135 ED Sittard

Postadres

Postbus 5036

6130 PA Sittard

Telefoon:045-8000 800

www.buddyzorglimburg.nl

Regio Noord-Limburg, **Regio** Midden-Limburg, **Regio** Westelijke Mijnstreek,
Regio Oostelijk Zuid-Limburg en **Regio** Maastricht-Heuvelland

Buddyzorg Limburg maakt onderdeel uit van SGL