



## Nieuwsbrief VONK - oktober 2023

In deze nieuwsbrief staan de volgende onderwerpen:

- Verslag bijeenkomst Fit en vitaal oud worden 14 september
- Nieuwe aangesloten organisaties
- Bestuurlijk overleg op 9 oktober: projecten en jaarplan
- Eerste overleg tussen subregionale netwerktafels VVNV, Westfries Woonzorgpact en VONK
- Overzicht geplande activiteiten

### Bijeenkomst zorgt voor inzichten over beweging, zingeving en gezond eten voor ouderen

Op 14 september kwamen alle geïnteresseerde partijen voor het onderwerp Fit en Vitaal 65+ bij elkaar. Er werd nagedacht over hoe 65-plussers in de regio langer fit en vitaal kunnen blijven. Er werd gesproken over het stimuleren van beweging, het vergroten van zingeving onder ouderen en het bevorderen van gezond eten.



#### Beweging

Op het gebied van beweging is er een groot aanbod in Noord-Kennemerland. Onderlinge samenwerking tussen verschillende aanbieders kan echter worden versterkt. Ook kan beweging in veel bestaande activiteiten worden geïntegreerd.

#### Zingeving

Zingeving komt vaak voort uit wederkerigheid. Daarom is het belangrijk dat de 65+'ers zoveel mogelijk mee blijven doen en laagdrempelige verbinding wordt gestimuleerd door de omgeving. Ouderen voelen dat zij ertoe doen door bijvoorbeeld vrijwilligerswerk te doen of op de kleinkinderen op te passen. Verder gaven aanwezigen aan dat het soms kan helpen in groepsverband over zingevingsvraagstukken en eenzaamheid met elkaar te praten.

#### Gezonde voeding

Gezond eten kost geld. Dus niet alleen het gesprek over gezond eten moet worden gestimuleerd, maar ook randvoorwaarden zoals financiën moeten onderwerp van gesprek zijn. Professionals kunnen ouderen ondersteunen in het maken van gezonde keuzes. Maar ook het eten en koken in groepsverband kan het eten van gezonde voeding aanmoedigen.

#### Resultaten van de bijeenkomst

De totaaloplossing voor het bevorderen van beweging, zingeving en gezond eten wordt gezien in de introductie van een buurtwerker, een vraagbaak voor ouderen en organisaties die bestaande initiatieven in kaart brengt en hen naar passend aanbod in de buurt toe gidst.

Alle besproken punten zijn **verzameld** en beknopt weergegeven in een **infographic**.



### VONK verwelkomt nieuwe organisaties

Vitaal Oud Noord-Kennemerland breidt gestaag uit. Onlangs mochten we weer twee nieuwe organisaties bij VONK verwelkomen: Stichting Welzijn Bergen en Woonstichting Langedijk. Andrea Landman van Stichting Welzijn Bergen vertelt over de motivatie om aan te sluiten bij VONK.



#### Stichting Welzijn Bergen

Andrea Landman, directeur bij Stichting Welzijn Bergen, vertelt: 'Ik zie het belang van de handen ineenslaan, om de enorme groep ouderen en de daarmee gepaard gaande problemen het hoofd te bieden. Ik ben enthousiast over een domeinoverstijgende aanpak, want we kunnen de situatie niet veranderen, maar de wijze waarop we naar deze opgave kijken wel.'

Andrea hoopt dat het aansluiten bij VONK leidt tot een versterking van het netwerk rondom ouderen. 'En dan heb ik het ook automatisch over het versterken van buurten en wijken. Ik hoop dat we als samenleving het beroep gaan voelen dat op ons wordt gedaan. Dus daar waar nu nog enigszins automatisch wordt gekeken naar georganiseerde zorgvormen, hoop ik dat we een beweging tot stand weten te brengen waarin informele ondersteuning steeds meer gewoon wordt. Denk aan ontmoetingen in wijken tot stand brengen, kennis vergroten rondom het thema ouder worden en dementie of activiteiten nog meer toegankelijk maken.'

Ook Stichting Welzijn Bergen draagt hierin een steentje bij. 'Ons aanbod bevindt zich heel dicht bij de inwoner en wordt voor het overgrote deel door vrijwilligers verzorgd. Hierdoor hebben we al een mooie basis. Toch kunnen ook wij nog sterker in het directe netwerk van een oudere aan de slag gaan. Bijvoorbeeld door niet alleen vrijwilligers in te zetten om iemand te ondersteunen, maar ook om netwerken te ondersteunen. En wij willen dichter samenwerken met zorgpartijen. Onze werelden zijn nu nog vrij gescheiden, maar we kunnen in gezamenlijkheid juist zoveel bereiken.'

### Breed bestuurlijk overleg VONK bespreekt resultaten 2023 en kijkt voortuit naar 2024

Op 9 oktober kwam het breed bestuurlijk overleg van VONK bijeen om de resultaten van afgelopen jaar en de doelstellingen voor 2024 met elkaar te bespreken.



Tijdens de bijeenkomst werden eerst de lopende projecten van het afgelopen jaar gepresenteerd. Welke zaken zijn er in gang gezet, hoe vorderen deze projecten en waar vinden eventuele uitdagingen plaats?

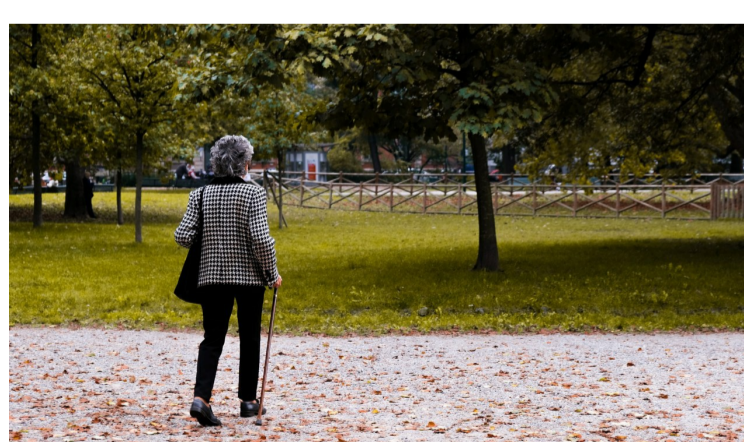
Na inspirerende samenvattende presentaties, werd er ook gekeken naar de doelstelling van jaarplan 2024. De dialoog heeft geleid tot het schetsen van de eerste contouren van het jaarplan 2024, waarbij we ons realiseren dat niet alles bekostigd kan worden. Er wordt dus nadrukkelijk gekeken hoe we projecten vanuit de contributie, WOZO- en IZA middelen en vanuit het GALA.

Tijdens een vervolgoverleg op 30 november a.s. wordt het jaarplan voor 2024 voor VONK definitief vastgesteld met bijbehorende financiering.



### Eerste bijeenkomst VVNV, Westfries Woonzorgpact en VONK

Begin oktober kwamen het Westfries Woonzorgpact, Van Vergrijzing Naar Vernieuwing (VVNV) en VONK bij elkaar om de eerste ideeën voor de jaarplannen van 2024 met elkaar af te stemmen.



#### Drie entiteiten in Noord-Holland Noord

De drie entiteiten vertegenwoordigen elk een eigen subregio. Van Vergrijzing Naar Vernieuwing (VVNV) is een netwerktafel in de Kop van Noord-Holland, het Westfries Woonzorgpact bevindt zich in West-Friesland. En VONK vertegenwoordigt de ouderen in Noord-Kennemerland. Tezamen is gekeken naar kansrijke initiatieven en plannen voor verdere samenwerking op projecten in 2024.

#### Regelmatig overleg

Tijdens de eerste gesprekken werd vooral verkend hoe de netwerktafels elkaar kunnen versterken. De drie programmamanagers stemden niet alleen af over inhoud. Er werd ook gekeken naar hoe de afzonderlijke netwerken functioneren en wat we van elkaar kunnen leren. De netwerktafels zullen vanaf nu dan ook regelmatig overleg voeren en plannen voor het komend jaar met elkaar afstemmen.

### Overzicht geplande activiteiten

- 30 november: jaarvergadering VONK en vaststellen jaarplan 2024



### Contact

Voor meer informatie, kijk op [www.vitaaloudnk.nl](http://www.vitaaloudnk.nl) of neemt contact op met de programmamanager Eefje Verhoof, [eefje.verhoof@zorgcirkel.nl](mailto:eefje.verhoof@zorgcirkel.nl)

Deze e-mail is verzonden naar [{{email}}](mailto:{{email}}). • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u [tirza@tekstboek.nl](mailto:tirza@tekstboek.nl) toe aan uw adresboek.

