



Stichting ZaaiGoed

een weldadige ontmoetingsplek voor ouderen

JAARPLAN 2019

CONTEXT & ORGANISATIESTRUCTUUR

Nederland vergrijst. Eenzaamheid en een breed gevoel van onbehagen zijn een toenemend maatschappelijk probleem, zeker onder ouderen. Ze moeten langer thuis blijven wonen, veelal alleen. In de zorg is er weinig oog en tijd om op de individuele vermogens en passies van de ouderen in te spelen. Het gemis aan menselijke contacten, eigen regie, creatieve prikkels en (nieuwe) ervaringen heeft een negatief effect op hun gezondheid, welbevinden en levenslust. Stichting ZaaiGoed trekt zich dit aan en wil binnen haar mogelijkheden hier in Haarlem en omgeving verandering in brengen, door het aanbieden van een dagbestedingsprogramma en groen- en creatieve activiteiten op maat voor krasse, kwakkelende en kwetsbare ouderen.

Onze stichting met ANBI-status is een kleine professionele organisatie met twee bevlogen vaste medewerkers, een betrokken groep vrijwilligers en een robuust netwerk van maatschappelijke partners. Waar nodig laten we ons bijstaan door vakmensen op het gebied van administratie, communicatie, sociale kunst, groen en duurzaamheid in te huren. Een vierkoppig bestuur, onder voorzitterschap van Hans Riemens (vml. voorzitter van ANBO Kennemerland), ziet toe op de organisatorische, kwalitatieve en zakelijke aspecten van de programmering, het netwerk en de werkzaamheden van stichting ZaaiGoed. Ook onderhouden onze medewerkers contact met onderzoekers van dementie aan het VU-medisch centrum om te leren van hun bevindingen en deze in overleg met Marijke Trappenburg, dr. Geriatrie VUmc, die deel uitmaakt van ons bestuur, te vertalen naar onze eigen werkpraktijk.

Voor meer achtergrondinformatie over onze organisatie, de in de afgelopen jaren door het team van stichting ZaaiGoed uitgevoerde activiteiten en onze jaarverslagen verwijzen we graag naar onze blog en website, zie:

<https://stichtingzaaigoed.nl/>

PROGRAMMA, RESULTATEN & BEREIK 2015-2018

Sinds 2015 organiseert stichting ZaaiGoed voor en met krasse, kwakkelende en kwetsbare ouderen een keur aan groen- en creatieve activiteiten, geënt op de leefwereld, wensen en mogelijkheden van de ouderen. In 2018 hebben we, op het volkstuintcomplex Zonder-Werken-Niets aan de Van der Aartweg 25 in Haarlem, een mens-, natuur- en milieuvriendelijke zintuigentuin aangelegd en in gebruik genomen. De ZWN-volkstuinvereniging, met circa 140 tuinen, heeft in 2018 een Europees 4sterren-certificaat gekregen voor natuurvriendelijk tuinieren en haar sociale agenda. ZWN biedt stichting ZaaiGoed een zeer gastvrije, goed geoutilleerde thuisbasis. Ontmoetingen tussen mensen van allerlei pluimage en leeftijden met elkaar en met het groen en de natuur komen er op ontspannen wijze 'als vanzelf' tot stand. Ook mensen van de naastgelegen (gezins-)opvang Velserpoort en meervoudig gehandicapte kinderen uit het Duinhuis met hun begeleiders behoren tot de regelmatige bezoekers van het ZWN-complex en passanten van de ZaaiGoed zintuigentuin.

Onze circa 350 m² grootte zintuigentuin, op ZWN aan de Berkenlaan 15 met een wilde bloementuin, vijver, moesbakken en planttafels, bessenstruiken en diverse fruitbomen, is op maat ontsloten en ingericht voor krasse ouderen en ouderen met fysieke of geheugenproblemen. Het is een paradijslijke, weldadige ontmoetingsplek. De 'vergeten' passies, wensen en mogelijkheden van ouderen kleuren de invulling van het programma dat stichting ZaaiGoed jaarrond op de tuin organiseert in de vorm van dagbesteding (2 dagen per week), een daaraan gerelateerde thematische cultuurspecial (2017 'Theeservies en -ceremonie' met keramiste Liselore Halink en 2018-2019 'Gardensongs' met singer-songwriter Kathy Ziegler) en een nieuw aanbod van creatieve activiteiten / cursussen. De sier- en nutbeplanting, vele vlinders, bijen, zweefvliegen, kikkers en vogels en de dynamische omgevingsfactoren (licht, temperatuur, wind, geluiden) prikkelen de zintuigen van de deelnemers telkens anders. Het zien, ruiken, voelen, horen en proeven biedt vele sensaties, inspiraties en genietmomenten.



Ontwerp ZaaiGoed zintuigentuin op volkstuintcomplex Zonder Werken Niets in Haarlem.

We bakken en koken met verse ingrediënten uit de tuin, we plukken fruit, groenten, kruiden, eetbare bloemen en maken er samen thee, jam, soep, salade en koekjes van en laten het bereide ons heerlijk smaken; we borduren, tekenen en schilderen buiten in de tuin en bij slecht weer binnen in ons ruime tuinhuis. En we zitten regelmatig met elkaar heerlijk in de tuin, in de schaduw of zon naar believen, kijken wat om ons heen, vertellen elkaar ervaringen en verhalen of zijn gewoon in alle rust aan het genieten van al het schoons.

De verbondenheid en het ontspannen contact tussen de deelnemers, met andere tuiniers en passanten en de interactie met de natuur en elementen maken voor een groeiende groep van deelnemende ouderen en hun partners, mantelzorgers en/of verzorgers echt een verschil. Groen doet goed. Het Zaaigoed-team ervaart in haar dagelijkse praktijk telkens weer dat het er zijn en de activiteiten op de zintuigtuin (buiten en binnen) zichtbaar bijdragen aan het welbevinden en geluksgevoel van alle deelnemers, inclusief de begeleiders en 'aanwaaiers'. En dat de positieve effecten lang doorwerken, zelfs bij de dementerende ouderen.

Het bereik van stichting Zaaigoed, direct in de vorm van het aantal deelnemende ouderen, samenwerkingspartners en vrijwilligers en indirect via sociale media, presentaties e.d., is de afgelopen jaren traag maar gestaag gegroeid. Het totaal aantal deelnemende ouderen in 2018 tot nu toe is 109 het aantal actief betrokken personen 182 (inclusief de deelnemers van de vrijwilligersdagen van TEVA Pharmachemie). De toegevoegde waarde en positieve resultaten van onze warme mensgerichte aanpak, waarbij welzijn centraal staat, worden in het veld steeds meer herkend en gewaardeerd. In nauw overleg met alle betrokkenen wordt dan ook het programma dat de afgelopen jaren is opgezet en beproeft vol enthousiasme voortgezet, waar gewenst aangepast en er worden nieuwe activiteiten en cursussen opgezet. Dit alles kan natuurlijk niet zonder structurele praktische en financiële steun van stichting Zaaigoed en een robuust en betrokken netwerk van partners.

Impressie van de dagbesteding op de Zaaigoed zintuigtuin in Haarlem.



ZAAIGOED PROGRAMMA 2019

Stichting ZaaiGoed wil de komende jaren haar bijdragen stapsgewijs nog meer kleur en geur geven en het aanbod meer divers maken om meer krasse, kwakkelende en kwetsbare ouderen mooie ontmoetingen en ervaringen te kunnen bieden. Voor 2019 is de inzet om jaarrond op de zintuigentuin op 2 vaste dagen per week een dagbestedingsprogramma voor 10-12 kwetsbare ouderen te blijven organiseren. Najaar 2018 is op verzoek van de deelnemers en nieuwe gegadigden de dagbesteding van 1 naar 2 dagen uitgebreid. Stichting ZaaiGoed ontvangt voor het faciliteren van de dagbesteding WMO gelden. Volgens beschikking voor 1 'plek' met een gebruiksintensiteit van 10 dagdelen voor 50 weken per jaar in 2018 en 2019.

In aanvulling op ons 'reguliere' dagbestedingsprogramma voor kwetsbare ouderen met geheugenproblemen willen we, inspeland op de vraag en de positieve reacties op de najaar 2018 uitgevoerde pilot waarin we voorzichtig twee cursussen hebben gelanceerd, dit groei-, bloei- en oogstseizoen laagdrempelige creatieve activiteiten op de zintuigentuin aanbieden om het bereik onder ouderen, als ook het contact tussen verschillende generaties en de 'worteling' op ZWN en samenwerking met andere tuiniers (op leeftijd) te vergroten. Concreet zijn we voor 2019 de volgende activiteiten en cursussen aan het voorbereiden:

Kokkerellen & tafelen

Deze activiteit speelt in op samen koken en eten wat het seizoen biedt, bij uitstek een gezond en blij stemmend sociaal bindmiddel. Verschillende actieve tuiniers op Zonder-Werken-Niets zijn / worden benaderd om met een deel van hun oogst (allerhande kruiden, vergeten groenten, eetbare bloemen) samen met een lokale kok en de deelnemende ouderen een maaltijdsoep / -salade van het seizoen te maken en deze zich vervolgens te laten smaken aan een mooi gedekte tafel buiten in de tuin of, bij slecht weer, in het tuinhuis. In de periode mei tot november willen we met maximaal 10 deelnemers 3 lunches met een frisse salade, stevige soep en een hartverwarmende stampot bereiden en ons heel wel laten smaken.

Bloemschikken

Mensen zijn gek op bloemen en bloemstukken. Stichting ZaaiGoed heeft de meester bloemist Ben Berendsen (1949) uit Amsterdam bereid gevonden om speciaal voor ouderen met snijbloemen en ander groen van het seizoen en oude / gerecyclede objecten (vaasjes, flessen, potjes e.d.) een cursus natuurlijk bloemschikken te geven. Ter inspiratie zal hij verschillende stijlen uit west en oost en toepassingen voor verschillende bijzondere momenten (feestdagen e.d.) tonen. Ook zal hij ingaan op de grotendeels vergeten taal en symboliek van diverse bekende snijbloemen, wat met name in Victoriaans Engeland een levende traditie was en waar de levensechte bloemstillevens van de Nederlandse meester-schilders uit de 16e en 17e eeuw bol van staan. De deelnemende ouderen maken, inspeland op wat het seizoen aan schoons te bieden heeft, in 3 sessies onder begeleiding van Ben verschillende eenvoudige bloemschikkingen. Diverse ZWN-tuiniers hebben al aangegeven hiervoor bloemen, groen, bessen, rozenbottels, sierappeltjes, stengels met zaaddozen ed. beschikbaar te willen stellen. Alle gemaakte bloemstukjes worden op foto vereeuwigd. De deelnemers kunnen vervolgens kiezen of ze hun eigen werk mee naar huis willen nemen of achterlaten zodat bezoekers van de ZWN-kantine en/of de zintuigentuin er van kunnen genieten. Alle cursusdeelnemers krijgen een fotoprintje mee ter herinnering en als inspiratie voor meer bloemwerkjes thuis. De bloemschikcursus wordt in het voorjaar en rond de decemberfeestdagen georganiseerd. Beide keren kunnen maximaal 10 ouderen deelnemen aan de 3 bijeenkomsten op de ZaaiGoed Zintuigentuin.

Historische foto's van de ZWN-tuinier Flip die al de 3e generatie is op volkstuin Berkenlaan 24.



Tuinpraatjes & -plaatjes

Het verhaal van volkstuinten is nauw verweven met de ontwikkelingen in de maatschappij en de sociale emancipatiegeschiedenis. In 1917 is de Bond van Volkstuinders opgericht, in 1928 het Algemeen Verbond van Volkstuinverenigingen in Nederland (AVVN). In de jaren '30 (economische crises) en WO-II waren volkstuinten 'overlevingstuinten' die vele hongerige monden moesten voeden. Vanaf de jaren '50 werd de belangstelling voor het kweken van bloemen steeds groter en werd het gebruik meer divers en ontstond er een bonte mix van nut-, natuur-, sier- en vertiertuinten. Volkstuincomplexen zijn een microkosmos op zich, met een eigen vormen- en beeldtaal. Zo ook Zonder Werken Niets (opgericht in 1932), de thuisbasis van stichting Zaaigoed in Haarlem. Liefhebbers raken over hun tuin, tuinieren en favoriete planten en bloemen nooit uitgepraat. Verschillende bevlogen verhalenvertellers nodigen we uit om hun fascinaties, belevingen en kennis over te brengen aan onze deelnemers (max. 10). Die gaan vervolgens met het verhaal aan de haal en maken er rijmpje, gedicht of beeld bij (tekenen, schilderen, fotografie, collage e.d.). 'Tuinpraatjes & -plaatjes' wordt opgezet voor krasse ouderen maar staat ook open voor enkele jongere deelnemers, met als doel om van elkaar te leren en kruisbestuiving tussen verschillende levenservaring, interesses, vaardigheden en kunstuitingen te stimuleren. De cursus wordt voorbereid en begeleid door Dennis Moet, ecooloog en gespecialiseerd in beeldend onderzoek en boekproducties, in samenspel met de verhalenvertellers. Het door de deelnemers gecreëerde materiaal wordt aan elkaar gepresenteerd, besproken en tot een compilatie verwerkt. Hiervan wordt een cahier gemaakt die de deelnemers mee krijgen als oogst. Het idee is om de cursus de komende 2-3 jaar meermaals te organiseren en de gemaakte cahiers te bundelen tot een intiem socio-document.

Tekenen en schilderen

De in augustus-oktober 2018 als pilot georganiseerde teken- en schildercursus smaakte naar meer en wordt derhalve in 2019 zowel voor beginners als gevorderden aangeboden. Iedere bijeenkomst start met een gezamenlijke gezonde lunch om verhalen, ervaringen en inspiraties met elkaar uit te wisselen. Daarna gaan de deelnemers onder begeleiding van Erika Meershoek, die naast meewerkend directeur van stichting Zaaigoed ook beeldend kunstenaar is, buiten in de tuin en bij slecht weer binnen in het tuinhuis aan de slag met teken- en schilder opdrachten in verschillende materialen en stijlen (kunststromingen). Iedere deelnemer (max. 10) maakt in 8 middagsessies (12-16 uur) naar eigen kunnen en inspiratie op papier en schildersdoek diverse impressies van de zintuigtuin en plantenwereld (macro en micro). De gemaakte kunstwerkjes worden met elkaar besproken. Zowel beginners als gevorderden wordt de mogelijkheid geboden om de verschillende sferen van de jaargetijden en daarmee de levenscyclus van kiemen, groeien, bloeien en verval in beeld te brengen.

Impressie van de pilotcursus tekenen en schilderen op de zintuigtuin najaar 2018



Handig allerhande

In het najaar van 2018 heeft stichting Zaaigoed als proef ook een cursus borduren op de zintuigtuin georganiseerd, qua opzet vergelijkbaar met de teken- en schildercursus. De begeleiding werd verzorgd door de 85 jarige vakman Theo Rutte. Het aantal deelnemers viel helaas wat tegen, maar de gezelligheid en het enthousiasme waren er niet minder om. In onderling overleg is besloten om de cursus wel een vervolg te geven maar met een bredere en afwisselender opzet, zodat die meer ouderen m/v aanspreekt. In 2019 zal Nel Boerman van 72 jaar, die kan toveren met allerlei restmateriaal (papier, textiel, leer, plastic etc.) en recyclegoed de cursus 'handig allerhande' vormgeven en begeleiden. De cursus van 8 bijeenkomsten met maximaal 10 deelnemers op leeftijd vindt doorheen het groeiseizoen plaats. Bij voldoende animo wordt, zoals bij en wellicht in kruisbestuiving met de cursus bloemschikken, aan het eind van het jaar een kortlopende cursus georganiseerd met de focus op de feestdagen.

Borduren op de zintuigtuin



LOKALE DUURZAAMHEID

Stichting Zaaigoed doet er alles aan om zo mens-, natuur- en milieuvriendelijk, circulair en afgestemd op de natuurlijke kringlopen te werken. Voor de bestrating zijn tweedehands tegels gebruikt, het huisje is volledig van Europees FSC hout verduurzaamd met een natuurlijke buitenbeits, de plantbakken zijn gemaakt van gerecycled plastic en de planttafels van plato hout. De bodem van de tuin is verbeterd met biologische compost. We tuinieren op natuurlijke wijze, met een grote biodiversiteit, lang bloeiseizoen en diervriendelijk. In 2019 gaan we, met support van TEVA Pharmachemie, op het dak van ons tuinhuis vier PV-panelen plaatsen. De zonneenergie wordt opgeslagen in een accu, waarop een koelkastje wordt aangesloten en de mobile ledverlichting mee kan worden opgeladen. Dit draagt natuurlijk ook bij aan het gebruiksgemak en comfort.

Beoogd zonnestelsel voor tuinhuis stichting Zaaigoed.



SOCIALE DOELEN 2019

Het bewerkstelligen van een gevoel van welbevinden, er nog toe doen en (korte) geluuksmomenten bij de deelnemende krasse, kwakkelende en kwetsbare ouderen en het versterken van hun levenslust, grip op het leven (eigen regie), (creatieve) vaardigheden en sociale contacten daar is het ons allemaal om te doen. Een belangrijk neven doel is de partners en/of mantelzorgers van de ouderen fysiek en mentaal wat te ontlasten en ze mogelijkheden aan te reiken om met elkaar in gesprek te blijven en samen dingen te ondernemen tot wederzijds genoegen.

MIDDELEN 2019

Stichting Zaaigoed zorgt zowel bij de dagbesteding als bij de groen- en creatieve activiteiten / cursussen voor de catering, het benodigde materiaal, de begeleiding door vakmensen en ondersteuning door vrijwilligers. Om de deelname aan de cursussen zo laagdrempelig mogelijk te maken wordt aan de deelnemers een kleine bijdrage als tegemoetkoming voor de kosten gevraagd, te weten 15 euro per persoon per keer. Dit dekt bij lange na niet de kosten. Het benodigde totaalbudget voor de 2 dagbestedingsdagen per week jaarrond en de hiervoor beschreven cursussen bedraagt € 131.102,00. De specificatie van de kosten en baten van alle voor 2019 op stapel staande activiteiten is als aparte bijlage toegevoegd.

Het tot wasdom brengen en onderhouden van de paradijselijke zintuigtuin bij ZWN als veilige thuishaven voor fijne ontmoetingen en voedingsbodem voor de weldadige dagbesteding en groen- en creatieve activiteiten voor en met krasse, kwakkelende en kwetsbare ouderen is alleen mogelijk als stichting Zaaigoed blijvend praktisch en financieel wordt ondersteund. Gaat het welbevinden van ouderen, hun partners en mantelzorgers ook u aan het hart, draag dan ruimhartig bij aan het in de volle breedte uitvoeren van ons jaarprogramma 2019!

COMMUNICATIE & VERANTWOORDING

Het welbevinden en geluksgevoel van de ouderen, daar gaat het stichting Zaaigoed om.



Alle activiteiten van stichting Zaaigoed worden geblogd en gedocumenteerd om het thuisfront (familie ed.) van de deelnemende ouderen op de hoogte te houden, naar we hopen anderen te inspireren en ter verantwoording naar onze financiers. Aan het eind van ieder jaar wordt het uitgevoerde programma mondeling geëvalueerd met het eigen team en onze samenwerkingspartners. In samenspraak wordt bepaald wat goed ging, beter kan en wat aanvullende wensen en noden zijn. Op basis van de bevindingen wordt sociaal en financieel in het jaarverslag de balans opgemaakt. Hetgeen met ons bestuur wordt besproken en vervolgens doorvertaald naar het nieuwe jaarplan. Deze procedure bevat iedereen goed en helpt ons om een hoge kwaliteit van maatwerk te borgen.

Een open grondhouding, het opzoeken en aangaan van grensoverschrijdende samenwerkingen en het actief delen van ervaringen kenmerkt de werkwijze van stichting Zaaigoed. Om ook op andere locaties groen doet goed kiemen te laten ontspruiten en daarmee nog meer krasse, kwakkelende en kwetsbare ouderen en hun partners / begeleiders fijne ontmoetingen en activiteiten te bieden wil stichting Zaaigoed een informatief en inspirerend werkboek maken met als (werk) titel 'Een weldadige zintuigtuin voor ouderen'. De opgedane praktijkkennis en verschillendsoortige oogsten van de door ons team in 2017-2019 voor en met ouderen uitgevoerde activiteiten, op de zintuigtuin in Haarlem én bij zorgvilla Westerveen in Heiloo, bieden hiervoor het basismateriaal. Stichting Zaaigoed is op zoek naar strategische partners en cofinanciering voor het samenstellen, vormgeven, redigeren en uitgeven (digitaal en/of gedrukt) van het inspiratie- en werkboek. Dit traject heeft een eigen doelstelling, dynamiek en naar we hopen geldstroom. Als er voldoende belangstelling bestaat voor het werkboek 'Een weldadige zintuigtuin voor ouderen' zal stichting Zaaigoed in een apart projectplan het wat, waartoe, hoe, met en voor wie verder uitwerken. Hier wordt er verder niet op ingegaan en de kosten zijn ook (nog) niet opgenomen in de begroting voor 2019.

CONTACTGEGEVENS

Kantoor Stichting Zaaigoed

Delistraat 3
2022 ZC Haarlem

Zintuigentuin Stichting Zaaigoed

Volkstuinvereniging Zonder Werken Niets
Van der Aartweg 25, 2026 ZM Haarlem
Tuin op complex ligt aan de Berkenlaan 15

Contactpersoon

Erika Meershoek
06 41866778
contact@stichtingzaaigoed.nl

Sociale media

Web: <https://stichtingzaaigoed.nl>
Facebook: <https://www.facebook.com/zaaigoed>

