

Inhoudelijk jaarverslag

2024



Maatjesopmaat
Voor uzelf en voor elkaar

Stichting Maatjesopmaat – RSIN 862565182 – KVK 82682402 –

IBAN: NL65 RABO 0369 4520 97-

www.maatjesopmaat.nl – info@maatjesopmaat.nl

Voorwoord

2024 was een jaar van verdieping en groei voor stichting Maatjesopmaat. We hebben niet alleen voortgebouwd op de fundamenteën die we de afgelopen jaren hebben gelegd, maar ook onze werkwijze verder aangescherpt en vernieuwd. In de praktijk zien we steeds duidelijker dat eenzaamheid geen probleem is met één oplossing – het vraagt om maatwerk, vertrouwen en tijd. Daarom hebben we als organisatie gekozen voor minder koppelingen, maar met meer aandacht en begeleiding per deelnemer. Niet de aantallen, maar de kwaliteit van het contact staat voorop.

Onze maatjescoaches spelen een belangrijke rol. Zij ondersteunen in stimuleren deelnemers aan de hand van leuke opdrachten die mensen uitdaagt om te groeien in het contact met andere mensen. Door middel van ontmoetingen op sociale activiteiten, naast directe koppelingen, creëren we een laagdrempelige manier om elkaar écht te leren kennen. Deze aanpak blijkt effectief.

Wanneer eenzaamheid langer duurt biedt Maatjesopmaat de cursus Creatief Leven aan, een goed onderbouwde cursus die mensen ondersteund in een veranderproces van eenzaam naar niet eenzaam.

Ook in 2024 zijn we actief geweest in het versterken van ons netwerk. We voerden gesprekken met maatschappelijke partners, lokale ondernemers en vrijwilligers, en zochten de samenwerking met andere initiatieven op. De sociale moestuin Hortus Kariva groeide verder uit met een extra uitbreiding van de grond en een betere gedeelde verantwoording van alle betrokkenen. Daarnaast zagen we een groei in het aantal vrijwilligers én deelnemers dat zich langdurig aan onze stichting verbindt.

We zijn er trots op dat onze stichting steeds vaker wordt genoemd als voorbeeld in de aanpak van eenzaamheid binnen en buiten de gemeente Katwijk. Toch beseffen we ook dat onze ambities verder reiken. We blijven bouwen aan een toekomstbestendige, lerende organisatie die klaar is om ook buiten Katwijk iets te betekenen, maar altijd met behoud van de kwaliteit waar we voor staan.

Namens het hele team wil ik iedereen bedanken die heeft bijgedragen aan het afgelopen jaar. Dankzij jullie inzet, vertrouwen en betrokkenheid blijven we stap voor stap werken aan een meer verbonden samenleving waar mensen naar elkaar omkijken.

Erik Houwaart

Oprichter en coördinator Stichting Maatjesopmaat

Missie, Visie en Doelstellingen

Stichting Maatjesopmaat gelooft dat gelijkwaardig contact bijdraagt aan de ervaring van regie hebben over het eigen leven. Dit resulteert in een gevoel van waardigheid en verbondenheid, wat eenzaamheid helpt verminderen. Eenzaamheid is een groot maatschappelijk probleem, en het tegengaan ervan kan alleen efficiënt gebeuren door samenwerking tussen verschillende organisaties.

Onze missie is daarom "het begeleiden en inspireren van mensen, zodat er waardevolle en duurzame relaties ontstaan op basis van gelijkwaardigheid." Deze missie drijft ons dagelijks werk en vormt de basis voor alle activiteiten die we organiseren.

Visie

Stichting Maatjesopmaat streeft naar een wereld waarin mensen meer naar elkaar omkijken en eenzaamheid binnen alle doelgroepen verminderd is. We willen een verandering teweegbrengen, niet alleen binnen onze directe omgeving maar ook breder in de samenleving, door het creëren van bewustzijn en het bieden van praktische oplossingen voor eenzaamheid.

Doelstellingen 2024

In 2024 hebben we ons gericht op het duurzaam verankeren van de cursus *Creatief Leven*. In samenwerking met de gemeente Katwijk geven we deze cursus vanaf 2024 tot en met 2026 in ieder geval twee keer per jaar aan inwoners die actief willen werken aan het verminderen van hun eenzaamheid. Hiermee bieden we deelnemers handvatten om regie te nemen over hun eigen welzijn en sociale contacten.

Daarnaast is in 2024 een belangrijke stap gezet in de professionalisering van het coachingstraject. Aan het bestaande traject zijn acht oefeningen toegevoegd die gebaseerd zijn op inzichten uit de positieve psychologie, Acceptance and Commitment Therapy (ACT), cognitieve gedragstherapie en motiverende gespreksvoering. Deze oefeningen helpen deelnemers om bewuster keuzes te maken en gericht te werken aan sociale verbinding.

Vanaf februari 2025 organiseren we bovendien zes keer per jaar intervisiebijeenkomsten voor maatjescoaches. Tijdens deze sessies wordt geoefend met de nieuwe opdrachten en met oplossingsgerichte coachtechnieken. Zo blijven onze vrijwilligers hun vaardigheden ontwikkelen om deelnemers effectief te ondersteunen bij het opbouwen van een sociaal netwerk.

In 2024 hebben we ook verschillende activiteiten steviger ingebed in onze werkwijze, zoals de spellenavonden, de creatieve groep, de sociale moestuin en de wandelgroep. Deze activiteiten zijn niet alleen laagdrempelig en verbindend, maar vormen in combinatie met coaching een krachtig middel om te bouwen aan het sociale netwerk. We zagen het aantal deelnemers en vrijwilligers groeien.

Bestuur en Organisatie

In 2024 bestond het bestuur van Stichting Maatjesopmaat uit vijf leden, die elk een essentiële rol vervulden in de sturing en ontwikkeling van de stichting. Het bestuur richt zich op het stellen van beleidskaders, het meedenken over strategische vraagstukken, en het toezicht houden op de uitvoering van de doelstellingen. Daarnaast dragen zij actief bij aan de groei en professionalisering van de stichting en haar medewerkers.

Samenstelling van het Bestuur in 2024		
Naam	Functie	Taakomschrijving
Nelleke Schaap	Voorzitter	Voorzitter van bestuursvergaderingen, bewaken van de algehele voortgang, gezicht van de stichting, aansturing van het bestuur.
Johannes Jonker	Penningmeester	Beheer van financiën, fondsenwerving, financieel advies en budgettering.
Alieke Jonker	Secretaris	Vorbereiden en vastleggen van bestuursvergaderingen, archivering, planning, toezien op de uitvoering van besluiten, en organiseren van strategiedagen.
Erik Houwaart	Algemeen bestuurslid (oprichter)	Adviseren en stemmen tijdens bestuursvergaderingen, coördinator binnen de organisatie.
Michiel Smit	Algemeen bestuurslid (oprichter)	Adviseren en stemmen tijdens bestuursvergaderingen, coördinator binnen de organisatie.

Binnen het bestuur zijn er familiale banden tussen Johannes en Alieke Jonker (broer en zus), wat echter geen invloed heeft op de besluitvorming, aangezien zij samen geen meerderheid vormen. Daarnaast zijn Erik Houwaart en Michiel Smit zowel bestuurslid als coördinator (betaalde krachten). Om belangenverstrengeling te voorkomen, is in de statuten vastgelegd dat zij geen invloed hebben op de besluitvorming over hun eigen salaris.

Naast hun bestuurlijke taken hebben de bestuursleden in 2024 een actieve rol gespeeld bij verschillende acties en evenementen. Ze ondersteunden bijvoorbeeld de kerstactie, waarbij ze samen met vrijwilligers presentjes en voedselpakketten uitdeelden aan mensen die kampen met eenzaamheid. Ook waren ze aanwezig bij de jaarlijkse vrijwilligersbijeenkomst, waar ze waardering uitspraken voor de inzet van de vrijwilligers en meedachten over toekomstige initiatieven.

Ondersteuning door de Projectcoördinator

Marcel Ros vervulde in 2024 de functie van vrijwilliger projectcoördinator, waarbij hij de coördinatoren ondersteunde in hun dagelijkse werkzaamheden. Hij hielp bij het structureren van de jaarplanning en waakte ervoor dat acties tijdig en efficiënt werden uitgevoerd. Daarnaast zorgde hij ervoor dat alle belangrijke communicatie tussen de coördinatoren en het bestuur helder en op tijd werd doorgegeven. Zijn bijdrage was cruciaal voor het soepel verlopen van verschillende projecten en evenementen in 2024.

Beloningsbeleid

In 2024 had Stichting Maatjesopmaat één fulltime-equivalent (1,22 FTE) aan betaalde krachten, verdeeld over twee coördinatoren en één tuinbeheerder. Michiel Smit werkte voor de stichting als coördinator voor 16 uur per week, terwijl Erik Houwaart, eveneens coördinator, 24 uur per week werkzaam was. Abram Schaap heeft één jaar als beheerder van de sociale moestuin gewerkt, 4 uur per week.

Het bestuur heeft in de statuten vastgelegd dat bestuursleden die tevens een betaalde functie bekleden, geen zeggenschap hebben over hun eigen salaris. Dit zorgt ervoor dat er een duidelijke scheiding is tussen hun bestuurs- en uitvoerende functies, wat de transparantie en integriteit van de stichting waarborgt.

Vrijwilligers en bestuursleden ontvangen geen vergoeding voor hun werkzaamheden, behalve voor gemaakte onkosten. Dit beleid onderstreept de non-profit aard van de organisatie en de betrokkenheid van de vrijwilligers bij het realiseren van de doelstellingen van Stichting Maatjesopmaat.

Resultaten en impact 2024

Activiteiten

In 2024 heeft stichting Maatjesopmaat meer structuur aangebracht in haar werkwijze. De focus is verschoven van het maken van persoonlijke koppelingen door de werkgroep naar het stimuleren van natuurlijke koppelingen binnen activiteiten. Daarnaast wordt er meer aandacht geschonken aan de stappen die deelnemers zelf kunnen maken om hun sociale netwerk te versterken.

Aantal begeleide deelnemers	62
Totaal actieve deelnemers	104
Aantal onderlinge koppelingen	20

Impactverhaal: Vriendschap tussen Jannie en Rowenda

In 2024 ontstond een bijzondere vriendschap tussen Jannie en Rowenda op de sociale moestuin Hortus Kariva. Ondanks een leeftijdsverschil van ruim twintig jaar vonden zij steun bij elkaar. Rowenda zoekt sociale verbinding na een moeilijke periode en vond in Jannie een vriendin en steunpunt.

"Ze vonden steun bij elkaar, deelden hun passie voor tuinieren en ontdekten dat leeftijd geen barrière vormt voor het opbouwen van een diepgaande band."

Hun vriendschap laat zien hoe Maatjesopmaat niet alleen helpt bij het vergroten van sociale netwerken, maar ook bij het creëren van langdurige en betekenisvolle relaties.

Organisatie van activiteiten

Georganiseerde activiteiten	85
Georganiseerde acties	6*
Aantal betrokkenen per activiteit	15
Creatief Leven cursus	33

* Overige acties zijn: Kerstactie, Plusone-diner, Halve van Katwijk, Netwerkbijeenkomst Eenzaamheid, Appeltjes van Oranje en de actie van Ynnovate

Trainingen en Opleidingen

In 2024 is er één training gegeven:

- Workshop eenzaamheid aan Welzijnswartier voor vrijwilligers: 15 deelnemers.

Werkgroep en bestuur

- **Vaste werkgroep:** 6 coaches
 - **Aantal bijeenkomsten:** 8
- **Bestuur:** 5 bestuursleden
 - **Aantal bestuursvergaderingen:** 8
- **Team:**
 - 2 betaalde coördinatoren en een tuinbeheerder (1.2 fte)
 - 56 vrijwilligers actief gedurende het jaar:

Soort vrijwilliger	Aantal
<i>Activiteitenbegeleiders</i>	10
<i>Maatjescoaches</i>	6
<i>Projectcoördinator</i>	1
<i>Bestuursleden</i>	5
<i>Contentspecialist</i>	1
<i>Fotograaf/ videospecialist</i>	2
<i>Tuinvrijwilliger</i>	3
<i>Evenementsupporters</i>	28

Samenwerkingspartners

De impact van Stichting Maatjesopmaat zou niet mogelijk zijn zonder de samenwerking met diverse partners. Zij spelen een essentiële rol bij het vergroten van ons bereik, het versterken van ons aanbod en het ondersteunen van onze deelnemers. Door samenwerking krijgen wij de juiste mensen in beeld, sluiten we op een prettige manier aan en indien mensen niet geschikt zijn voor ons aanbod weten wij de andere partijen te vinden. Dit netwerk zorgt ervoor dat niemand tussen wal en schip valt en iedereen de kans krijgt om de juiste hulp en ondersteuning te ontvangen.

Organisatie	Rol	Samenwerking
Welzijnskwartier, Herberg Thuis, Hip Helpt	Doorverwijzing wederzijds	Sociale ondersteuning en welzijnsactiviteiten
De Duijf, De Brug, Dunavie, Aemosa, Het Lichtpunt, Groenord Zorgt, Stichting Philadelphia Zorg, Curodomi	Doorverwijzing naar Maatjesopmaat	Verwijst voor sociaal netwerk en ondersteuning
POH-GGZ, Zorggroep Katwijk (Welzijn op recept), Fietsmaatjes Katwijk, Sociale Wijkteam	Doorverwijzing naar Maatjesopmaat	Verwijst voor sociale activiteiten en begeleiding
Gemeente Katwijk	Promotie, advies, subsidie	Biedt ondersteuning en advies
RTV Katwijk, Leidsch Dagblad, Katwijk Speciaal, Katwijksche Post, Rijnsburger	Promotie	Ondersteunen bij publiciteit en activiteiten
Zonnebloem Katwijk en Rijnsburg	Doorverwijzing naar Zonnebloem	Sociale activiteiten voor mensen met een lichamelijke beperking
Stichting de Kieviet, Zanderijtuinders 2.0	Doorverwijzing wederzijds	Afhankelijk van ondersteuningsbehoefte en activiteiten (moestuin)
GGZ Rivierduinen	Doorverwijzing naar GGZ	Verwijst voor geestelijke gezondheidszorg

Tabel 1: Overzicht samenwerkingspartners st. Maatjesopmaat 2024.

Conclusie

2024 was een jaar van groei, verdieping en professionalisering voor Stichting Maatjesopmaat. We hebben belangrijke stappen gezet in het duurzaam verankeren van onze cursussen, het uitbreiden van activiteiten, en het versterken van ons coachingstraject. De samenwerking met de gemeente Katwijk voor de cursus *Creatief Leven*, de toevoeging van nieuwe coaching methodieken en oefeningen, én de ontwikkeling van het werkboek Sociaal Sterker markeren een verschuiving naar een meer procesgerichte en onderbouwde aanpak.

Door de combinatie van laagdrempelige groepsactiviteiten en gerichte coaching vergroten we de kans op duurzame sociale verbindingen. De groei in het aantal vrijwilligers en deelnemers bevestigt dat onze aanpak aanspreekt en werkt.

Met het oog op 2025 zetten we deze lijn voort: via intervisie, structurele metingen en verdere methodische verfijning blijven we bouwen aan een effectiever en meer inzicht gevend traject voor onze deelnemers. Zo blijven we leren, verbeteren en groeien – samen met iedereen die bijdraagt aan onze missie tegen eenzaamheid.