



Sociaal Jaarverslag 2019



Voor u ligt het Sociaal Jaarverslag 2019 van De Maretak Veluwe in Harderwijk. In het Sociaal Jaarverslag geven wij een kort overzicht van de sociale thema's die het afgelopen jaar in ons inloophuis hebben gespeeld. Wij wensen u veel leesplezier.

Voorwoord

Wat gebeurt er veel met je als je de diagnose kanker krijgt. Angst, zorgen, vermoeidheid, verdriet. En niet alleen om jezelf, maar ook om hen die je zo nabij zijn. Hoe ziet de toekomst eruit, hoe ga je hier met elkaar doorheenkomen. Allemaal vragen waarop je geen antwoord hebt. Dan is het soms fijn daar met anderen over te praten, lotgenoten die je zelfs zonder woorden begrijpen. Een andere keer wil je er gewoon even uit, ontspannen, iets met je handen doen of bewegen. Dat alles kan bij De Maretak. We willen heel graag dat je jezelf en je eigen veerkracht weer kunt hervinden. En in 2019 hebben we maar liefst meer dan 1500 keer ondersteuning kunnen en mogen bieden aan jong en oud, in welke vorm dan ook. Dit hebben we kunnen doen dankzij de trouwe inzet van al onze vrijwilligers en de financiële ondersteuning die we mochten ontvangen. Wij willen, namens alle betrokkenen, iedereen die zich voor ons heeft ingezet hartelijk bedanken voor de loyaliteit en steun het afgelopen jaar. En we hopen dat we in 2020 weer op u mogen rekenen. Zodat we er opnieuw kunnen zijn voor een ieder die ons nodig heeft.

Toekomst van de Maretak

2019 was een mooi jaar voor De Maretak. Een jaar waarin weer veel is gebeurd. We hebben afscheid genomen van bestuursleden en nieuwe mogen verwelkomen. We zijn met elkaar actief en enthousiast. Maar vooruitkijkend naar 2020 willen we nog meer zichtbaar en vindbaar zijn. Naar verwachting zal het aantal kankerpatiënten de komende jaren verder toenemen en daarmee ook de vraag naar psychosociale ondersteuning.



Door nauwe samenwerking met andere partijen waaronder het St. Jansdal Ziekenhuis willen wij klaar staan om deze mensen en hun naasten te kunnen helpen.

We gaan ook in 2020 weer een gevarieerd programma bieden, te denken aan lezingen, lotgenotencontact, ontspannen en verwennen, bewegen en creatief. Alle activiteiten zijn te vinden op onze nieuwe website die afgelopen jaar is gelanceerd. Helaas hebben we afscheid moeten nemen van het koor "Zingen voor je Leven" dat zoveel jaren een vast onderdeel van De Maretak was. We denken wel na over een andere vorm. Hopelijk kunnen we daar volgend jaar meer van vertellen. We gaan in onze communicatie mensen informeren door meer lezingen te geven. We hopen de drempel te verlagen, zodat binnenlopen in ons inloophuis een vanzelfsprekendheid is. Dit alles opdat we graag meer mensen welkome ondersteuning kunnen bieden.



Om de continuïteit van ons werk te kunnen waarborgen, gaan we onze activiteiten planmatiger financieren. We zijn afhankelijk van giften en sponsors om ons aanbod voor iedereen toegankelijk te houden. Dat vraagt om pro-activiteit én zichtbaarheid. We kunnen zeggen dat we financieel gezond zijn. Mede door de gratis huisvesting van ZorgDat aan de Houtkamp waar ons inloophuis gevestigd is.

We gaan in 2020 werken aan een registratie systeem volgens AVG Wetgeving. IPSO Community bied alle coördinatoren van de inloophuizen een training aan om op een zorgvuldige wijze persoonsgegevens van de gasten te registreren en vast te leggen.

Uitgelichte hoogtepunten

Lancering website

In mei van 2019 was het zover, onze nieuwe website werd feestelijk geopend. Roparun sponsorde het maken van een nieuwe website. Reacties die we krijgen zijn dat hij overzichtelijk en duidelijk is. Activiteiten zijn gemakkelijk te vinden. We zijn er ook heel blij mee.



Financiële boost

Begin 2019 hield de ING voor de 4e keer haar jaarlijkse campagne 'Help Nederland vooruit'. De Maretak had de meeste stemmen en kreeg de prijs van € 5000,00 uitgereikt.

En in september was er de Samen Loop voor Hoop. Met twee teams 'De Wandelende Maretakken' hebben we meegelopen en we hebben met elkaar een geweldig bedrag opgehaald. De Maretak kreeg daarvan 20% van de opbrengst € 19313,40.



Inloophuis De Maretak in Wijkontmoetingscentrum Stad

Ons inloophuis is gevestigd in het wijkontmoetingscentrum Stad. Het is geweldig dat we daar kosteloos gebruik van mogen maken.



ZorgDat is een welzijnsorganisatie van de gemeente Harderwijk, die bijdraagt aan het welzijn van mensen. En zo nodig verlenen ze informele zorg, in de stad, in de wijk en bij mensen thuis. Van buurtwerk tot mantelzorgondersteuning. En van samen boodschappen doen tot Talent House voor jongeren.

Wij danken ZorgDat voor hun steun en betrokkenheid aan ons inloophuis.



Vrijwilligers



Nieuwe vrijwilligers getraind

Zonder vrijwilligers kan het inloophuis niet open en gaan activiteiten niet door. Daarom krijgen alle vrijwilligers bij De Maretak aandacht, goede begeleiding en een gedegen basistraining vanuit IPSO, de brancheorganisatie van inloophuizen en Psychooncologische therapeutische centra.

We zoeken een match tussen taken en persoonlijkheden, en willen zo ieders kwaliteiten tot z'n recht laten komen.

De Maretak werkt alleen met vrijwilligers, en dit jaar mochten we een nieuwe voorzitter, secretaris en iemand voor in en externe communicatie verwelkomen. Het bestuur is compleet. Ook hebben we weer een nieuwe gastvrouw. En met nog enkele gastvrouwen/heren zijn we in gesprek. Vrijwilligers zijn heel belangrijk voor ons. Zonder onze vrijwilligers kunnen we niet bestaan.

Uitgelichte activiteiten

Lotgenotencontact



Inloopuren

Steeds horen we hoe belangrijk het is dat je zonder veel woorden begrepen wordt. En ook dat het fijn is eindeloos je verhaal te mogen doen zonder het gevoel te krijgen dat je teveel bent of dat het een keer over moet zijn. Daarom hebben we inloopuren. We zien uit naar onze gasten; op dinsdagmiddag (even weken) en vrijdagochtend (onevenweken) zijn we open.

Ontspannen en verwennen



Verwenmiddag

Een groot succes zijn onze verwenmiddagen. Onze gasten kunnen zich daarvoor inschrijven en worden heerlijk in de watten gelegd.

Naast koffie/thee met wat lekkers, wat vaak door een van de bakkers in Harderwijk gesponsord wordt, krijgen ze een of meerdere behandelingen. We zijn onze behandelaars die dat allemaal met veel liefde en pro-deo doen heel dankbaar.



Lunch / Weten en eten

Elke maand maken onze gastvrouwen een heerlijke lunch voor onze gasten. Ze gebruiken de producten van het seizoen. Tijdens het eten kunnen de gasten al hun vragen rond voeding stellen aan voedingsdeskundige Nancy. Zij geeft advies over goede voeding en over wat beter vermeden kan worden.



Speciaal voor jou Cadeau

We hebben een "Speciaal voor jou" cadeau. Voor mensen die we een hart onder de riem willen steken. Het is een leuke tas vol met verrassingen en een tegoedbon voor een verwenmiddag of lunch. De ontvanger kan zelf bepalen wanneer hij of zij wil komen. De kosten voor het "Speciaal voor jou" cadeau zijn €10,00. We krijgen hele leuke reacties. Daarom zijn ze nog steeds te koop.



Bewegen

Tai Chi Tao-Qigong

Joosje geeft onze gasten met haar Tai Chi Tao, ontspanning op een heel onbelaste manier. Deze meditatieve manier van bewegen helpt om je energie weer te laten stromen.



Zwemmen

In 2019 is er weer volop gezwommen in vier groepen in drie zwembaden, in Harderwijk, Ermelo en Nunspeet. Meer dan 1000 bezoeken zijn er geweest.

Deze groepen bieden deelnemers gelegenheid om te bewegen. Na afloop samen een kopje koffie, dan is er ook gelegenheid voor een gesprek, lotgenotencontact is ook hier belangrijk, zo kan men komen tot verwerken wat hen is overkomen.



Creatief

Op het gebied van creativiteit & expressie hebben we ook weer diverse workshops aangeboden. **KleurBekennen**, **bloemschikken**, **schilderen**, en andere creatieve workshops zoals **kaarsenzakken versieren** of **3D-kaarten maken** om welkome afleiding te bieden en ruimte te maken voor creatieve verwerking.



Hartkussentjes

Elke maand maken de vrijwilligers hartkussentjes. Enkele van hen zijn ook ervaringsdeskundige. Zij weten als geen ander hoe belangrijk de hartkussentjes zijn voor vrouwen die een borstoperatie hebben gehad. Ze willen dan ook dat het hartkussentje "mooi en ondersteunend" moet zijn maar ook troostend. Het hartkussentje past precies onder de oksel en zorgt er zo voor dat de huid niet tegen de wond schuurt. In 2019



zijn er ruim 200 gemaakt en omdat het St Jansdal Ziekenhuis uitgebreid is met patiënten uit Lelystad en omstreken, zullen er in 2020 meer dan 300 hartkussentjes gemaakt gaan worden.

Verdieping / lezingen

Wel beter maar nog niet hersteld. Door Anouk Bleekemolen.

Late gevolgen van kanker. Er zijn een aantal pijlers zoals voeding, bewegen en slaap. De lezing maakte veel los bij onze gasten. En is zeker voor herhaling vatbaar.

Mantelzorg, hoe gaat het nu met jou? Door Gerrie Faber

Door herkenning kwamen de verhalen. Heel fijn om van elkaar te horen en tips te krijgen en te geven.

Wist u dat...

- ❖ De Maretak gehuisvest is aan de Houtkamp 33 in Harderwijk
- ❖ We ons graag laten inspireren door onze adviesraad.
- ❖ We heel graag van onze gasten horen waar we kunnen verbeteren.
- ❖ We heel plezierig samenwerken met het Zh St. Jansdal.
- ❖ De Maretak inmiddels 60 vrijwilligers telt.
- ❖ Vrijwilligers getraind en opgeleid zijn volgens de IPSO-normen.
- ❖ U altijd binnen kunt lopen op inloopuren en tijdens activiteiten.
- ❖ Je geen lid hoeft te zijn van de Maretak en geen verwijsbrief nodig is.
- ❖ De Maretak een ANBI-status heeft en afhankelijk is van giften en donaties.



Help mee

Om ons werk te kunnen doen zijn wij afhankelijk van giften.

Kijk op <https://www.demaretakveluwe.nl> wat de mogelijkheden zijn om ons te ondersteunen.

De Maretak dankt haar donateurs en sponsors voor hun bijdragen in 2019! En we hopen weer op steun voor 2020.



Contact

Houtkamp 33
3841 XC Harderwijk
info@demaretakveluwe.nl

KvK: 08141406
IBAN: NL92RABO0117764256

Bezoek

Houtkamp 33
3841 XC Harderwijk
www.demaretakveluwe.nl

Stichting De Maretak Veluwe is door de belastingdienst aangemerkt als een Algemeen Nut Beogende Instelling (ANBI) met RSIN 815433104