




# Samen eten & Mensen maken Ermelo

## Samen Ouder Worden in Ermelo

Samen eten helpt ouderen niet alleen met een gezonde en voedzame maaltijd, bovenal helpt het mensen met 'eruit gaan', onder de mensen komen en zich onderdeel van een groter geheel voelen. Samen eten is gezond voor lichaam en geest

### DOELEN






-  **Verbindingen leggen** tussen maatschappelijke organisaties
-  **Eten als instrument** om ouderen te bereiken en uit te nodigen
-  Met vrijwillige inzet bij **kwetsbare ouderen** een passende ondersteuning bij maaltijden organiseren
-  **De waarde van ouderen** voor de samenleving beter zichtbaar maken
-  Ouderen **inspireren** tot vrijwillige inzet

### GLANS MOMENTEN

#### **Brochure Samen Ouder Worden in Ermelo**

Naast het proces rondom samen eten, is Samen Ouder Worden onderdeel geweest van de brainstormgroep Mensen maken Ermelo. Vanuit dit verband is de brochure Samen Ouder Worden in Ermelo gerealiseerd. Met de brochure, die wordt verspreid door Welzijn Ermelo, laten we de waarde van ouderen zien en inspireren we ouderen tot vrijwillige inzet. In december 2022 is tijdens een feestelijke bijeenkomst het eerste exemplaar van de brochure in ontvangst genomen door burgemeester Hans van Daalen.




### LESSEN

-  Als je iets in beweging wil zetten, is het goed om groot te denken en klein te beginnen
-  Bedenk niet voor mensen wat ze nodig hebben, maar sluit aan bij de behoeften
-  Stel met elkaar vast wat 'de bedoeling' is en maak dat leidend in alles wat je doet
-  Beweeg mee met het organisatievermogen dat lokaal al aanwezig is
-  Door verhalen van ouderen op te halen en te presenteren, wordt zichtbaar welke waarde ouderen in en voor de samenleving hebben

### ACTIVITEITEN

-  **Verbindingsbijeenkomsten** en verdere samenwerking met maatschappelijke organisaties, POH'er, Stichting Present, NPV, gemeente Ermelo, Welzijn Ermelo, kerken, Voedselbank, Stichting Oase, Brainstormgroep Mensen maken Ermelo, Buurtvereniging Ermelo West, partners Gezonde wijk, stuurgroep Driedorpdeaal
-  **Interviews** met ouderen en vrijwilligers in Ermelo
-  **Filmpje** van interview met oudere vrijwilliger Voedselbank
-  **Filmpje** over werven van **nieuwe vrijwilligers**
-  Realiseren **brochure** Samen Ouder Worden in Ermelo
-  Deelname aan brainstormgroep **Mensen maken Ermelo**, bestaande uit zorgorganisaties, musea en culturele organisaties
-  **Werkgroep** gevormd in **Ermelo West**
-  **Wijkmaaltijden** in Ermelo West
-  **Gezamenlijke Buurtmaaltijd**

### LINKS

-  [Filmpje/presentatie over Gezonde leefstijl in Ermelo West](#)
-  [Filmpje Vrijwilligers maken Ermelo mooier](#)
-  [Informatie over de Wijkklunch](#)

## OOGST

### ★ Vrijwillige inzet door en voor ouderen

In de brainstormgroep Mensen maken Ermelo, bestaande uit zorgorganisaties, musea en culturele organisaties, heeft de programmamedewerker het perspectief van de oudere vrijwilliger ingebracht. Vanuit deze brainstormgroep zijn ouderen uitgenodigd mee te doen om met elkaar de brochure te ontwikkelen. Hiermee was de ontwikkeling van de brochure een vorm van vrijwillige inzet voor en door ouderen, maar ook de brochure zelf dient dat doel. In de brochure staan portretten van oudere vrijwilligers, waarmee we andere ouderen laten zien dat iedereen talenten heeft en dat vrijwillige inzet leuk en waardevol is om te doen. Zo is er meer aandacht gekomen voor het betrekken van oudere vrijwilligers.

### ★ Lokaal samenwerken

Na de eerste brede verkenning onder maatschappelijke organisaties is er, ondanks corona, een werkgroep gevormd in Ermelo West met extra aandacht voor een gezonde wijk. De werkgroep heeft een concreet actieplan gemaakt, onder de naam Samen Eten in West. De wijkmaaltijden die vanuit deze groep worden georganiseerd hebben inmiddels een vaste plek in de wijk veroverd.



## LOKALE AANPAK

🔧 In Ermelo zijn we begonnen met het organiseren van **twee bijeenkomsten** met een brede samenstelling van maatschappelijke organisaties. Doel was met elkaar verkennen welke **behoeften** we zagen bij ouderen in Ermelo, welk aanbod ontbrak en welke gedeelde ambities we hadden. Uitkomst van deze bijeenkomsten was om in Ermelo het thema 'Samen eten' verder uit te werken. Samen eten op buurt- en straatniveau was de bedoeling. Omdat er in coronatijd geen bijeenkomsten meer konden plaatsvinden, zijn de fysieke bijeenkomsten gestopt. In Ermelo West is er desondanks gestart met wijkmaaltijden. Begin 2023 vond de eerste gezamenlijke buurtmaaltijd plaats georganiseerd door de wijkvereniging Ermelo West. Hiermee bereikt het samen eten stapje voor stapje meer mensen.

## CONTACT

- 🗨 Het traject in Ermelo is uitgevoerd door NVP-Zorg voor het leven: [www.npvzorg.nl](http://www.npvzorg.nl)
- 🗨 Heb je vragen over Samen Ouder Worden of dit traject: [algemeen@nov.nl](mailto:algemeen@nov.nl)

