

## Samen Oplopen

Informeel gezinsondersteuning, begeleid door een hulpverlener, in gezinnen met veel problemen tegelijk



### Waarom Samen Oplopen?

Bij veel gezinnen, waar complexe problematiek speelt, wordt professionele hulpverlening ingezet, terwijl dat vaak niet is wat zij willen. De huidige zorg voor gezinnen met veel-problemen-tegelijk is duur. Het kan ook anders.

Samen Oplopen zorgt dat de **problematiek af neemt** in gezinnen. Dit doen we door een mede-burger, een **vrijwillige gezinsondersteuner**, te koppelen aan zo'n gezin. Samen met een betrokken **coördinator** die zelf **hulpverlener** is. Zij kan zelf, zo nodig, kortdurend hulp verlenen in het gezin of nauw samenwerken met de hulpverlening. De coördinator begeleidt de vrijwilliger én het gezin goed.

Hierdoor krijgen gezinnen met veel stress waar ze behoefte aan hebben: iemand die naast hen staat en op een vriendschappelijke manier een tijdje met hen mee loopt. Die met van alles mee doet en denkt. Vaak zie je dat ook het gezin van de vrijwilliger gezellig mee doet in het contact met het gezin dat steun krijgt.

Hierdoor kan de hulpverlening gerust af schalen, wordt de zorg voor gezinnen fijner én goedkoper. Maar het belangrijkste is: hierdoor groeien kinderen in hun eigen gezin gezond op.

**Samen Oplopen helpt de zorg te transformeren door informele en formele zorg te combineren in één project.**

### Gezinnen met veel stress en problemen

Samen Oplopen is er voor ouders en voor kinderen van 0-23 jaar. Het gaat om gezinnen of jongeren die moeilijk alleen uit de **negatieve spiraal** komen en waar zorgen om zijn ontstaan. Denk aan: gezinnen met opvoedtekorten, in een minimumsituatie, met financiële problemen, nieuwkomers (vluchtelingen met een status), alleenstaande ouders, gezinnen of jongeren met een klein sociaal netwerk. Maar ook gezinnen waar sprake is van scheiding, eenzaamheid, een beperking of bijvoorbeeld een depressie.



### Goede vrijwilligers als gezinsondersteuners

Samen Oplopen gelooft dat, als je een gezin écht wilt laten opknappen, je aan alle factoren moet werken die de gezinsleden stress opleveren. Daarbij moet je aansluiten op de leefwereld van het gezin. Krachtige mede-burgers denken en doen mee in het gezin. Met alles wat maar nodig is. Generalistisch dus. Ook buiten kantooruren. Het zijn wijze, hartelijke en toegewijde mensen, die hun leven goed in balans hebben.

*Onze vrijwilliger komt één keer in de week en helpt ons met allerlei dingen. Het is heel gezellig als zij er is. Zij oefent geen druk uit maar denkt gewoon mee en helpt ons ruimte in ons hoofd en huis te creëren. De humor en warmte die zij iedere keer meebrengt is heel waardevol voor ons. Ik kan altijd en met elke vraag bij Sanne terecht.*

### De coördinator is hulpverlener

We rusten de vrijwilliger toe door starttrainingen, themabijeenkomsten en intervisie. De coördinator en vrijwilliger en het gezin hebben zeer regelmatig contact.

De professionele coördinator kan, indien nodig, zelf extra hulp aan het gezin geven. **Dat scheelt een doorverwijzing.**

### Wie voert Samen Oplopen uit?

Een **plaatselijke Zorg- of Welzijnsorganisatie** voert het project uit; de coördinator is daar in dienst. Stichting Samen Oplopen levert de methodiek, materialen en coacht.

Onderzoek wees uit dat **gezinnen op elk leefgebied verbeteren**. Kijk op deze link: Of bekijk het **filmpje**.

**Meer informatie of toelichting: Stichting Samen Oplopen - [www.samen-oplopen.nl](http://www.samen-oplopen.nl)**

Tel: Tel: 06 8113 60 75, [lindaotterman@samen-oplopen.nl](mailto:lindaotterman@samen-oplopen.nl), Kwartellaan 13, 3704 ET, Zeist