



Weef Werk

Verhalen- en reflectieboek over buurtgedreven
en verbindend werken aan welbevinden

Weef Werk

The title 'Weef Werk' is written in a bold, dark blue, sans-serif font. The word 'Weef' is on the left, set against a solid yellow background. The word 'Werk' is on the right, set against a white background. Two thick, wavy lines are drawn across the text. A pink line starts on the left, loops under 'Weef', and ends under 'Werk'. A red line starts on the right, loops over 'Werk', and ends under 'Weef'. The lines cross each other between the two words.

Verhalen- en reflectieboek over buurtgedreven
en verbindend werken aan welbevinden

Weef Werk!

Een verbonden buurt begint vaak klein. Met een buur die regelmatig een praatje aanknoopt, mensen samenbrengt of een activiteit op poten zet. Een wijkprofessional die een koffiemoment organiseert en even de tijd neemt om te luisteren naar de ideeën van buurtbewoners.

Zulke kleine momenten van persoonlijk contact maken een groot verschil: ze zorgen ervoor dat iemand zich thuis voelt in de buurt of zich onderdeel voelt van een gemeenschap. Ze dragen zelfs bij aan het geluksgevoel en welbevinden. Wie zich verbonden voelt met mensen om zich heen, voelt zich beter. Het is ook fijn om zelf iets te kunnen doen voor de buurt. Dit is nog belangrijker als het even tegenzit, bijvoorbeeld als iemand zich eenzaam voelt.

Sociale verbindingen ontstaan niet altijd vanzelf. Veel mensen vinden het spannend om mensen of activiteiten op te zoeken, een praatje aan te knopen of letterlijk de drempel over te gaan, het buurthuis in.

Verbindend werken helpt om drempels te verlagen en mensen dichter bij elkaar en hun buurt te brengen.

Het belang van verbindend werken

Actieve buurtbewoners en wijkprofessionals spelen een onmisbare rol in verbindend werken. Zij hebben oog voor wat er om hen heen gebeurt, ze zien wat mensen nodig hebben en ze helpen buurtbewoners om contact te leggen en verbindingen te maken met elkaar en met de buurt. Met kleine en grote acties en gebaren weven ze hechte sociale netwerken, die verder reiken dan formele initiatieven en gerichte activiteiten. Daarbij zijn ze altijd buurtgedreven: wat ze doen sluit aan op de mensen en de behoeften van de buurt.

Toch blijft het belang van dit verbindende werk vaak onzichtbaar. Het werk wordt ook vaak onderschat door bijvoorbeeld overheden. Beleidsmakers bij gemeenten zien het belang er vaak wel van in, maar ze investeren er toch maar beperkt in. Het gevolg is dat buurtverbinders - actieve bewoners en wijkprofessionals die zich inzetten voor verbinding in de buurt - zich niet altijd gezien, erkend en ondersteund voelen, terwijl ze veel betekenen voor het welbevinden van buurtbewoners en de verbondenheid in de buurt.

Het doel van dit verhalenboek

Dit boek brengt de veelheid aan verbindende praktijken en de buurtverbinders die deze praktijken vormgeven voor het voetlicht. Hun verhalen laten zien hoe zij via vele subtiele gebaren en acties stevige verbindingen weven in de buurt. Op die manier dragen ze bij aan het welbevinden van bewoners.

Maar het doel is ook om buurtverbinders te helpen om de waarde van hun werk zichtbaarder te maken. Ben je zelf een buurtverbinder? Dan kun je dit boek ook gebruiken om in gesprek te gaan met opdrachtgevers en andere beslis-sers. Zo hopen we dat het werk van buurtverbinders meer erkenning, aandacht, ruimte en duurzame investeringen krijgt. Want bouwen aan verbonden gemeenschappen en het versterken van het welbevinden van bewoners vraagt niet alleen om betrokken buurtverbinders, maar ook om tijd, ondersteuning en middelen om dit werk blijvend mogelijk te maken.

Dit verhalen- en reflectieboek is onderdeel van het onderzoeksproject SamenWelZijn. De verhalen in dit boek komen voort uit ervaringen van actieve bewoners en wijkprofessionals en zijn in nauwe samenwerking met hen bedacht en opgetekend. Meer over het onderzoeksproject lees je achter in dit boek.

Verbindend werken en buurtverbinders: uitgelegd

Heb je al eens gehoord van een 'wing(wo)man'? De term komt oorspronkelijk uit de luchtvaart. De wingman is de piloot die de leider van de luchtvloot beschermt en rugdekking geeft. In sociale situaties is een wingman een vriend of metgezel die de ander net wat extra vleugels geeft om een stap te zetten richting nieuwe ontmoetingen. Het is iemand die sociale situaties goed kan lezen en die vaardigheid graag inzet om een ander te helpen om letterlijk of figuurlijk de drempel over te gaan. Iemand die verbindend werkt.

Verbindend werken gaat over de kleine en grote, bewuste of onbewuste acties en gebaren waarmee mensen anderen in hun kracht zetten. Met een houding van erkenning en betrokkenheid maken ze ontmoeten mogelijk en laten ze de verbinding groeien. Verbindend werken gaat dus over een houding, maar ook over acties.

Verbindend werken draait in de eerste plaats om mensen, maar het helpt enorm als er ook verbindende plekken in de buurt zijn, waar mensen elkaar gepland of toevallig kunnen tegenkomen.

De verbindende houding gaat over:

mens- en relatiegerichtheid: je maakt graag contact en vindt het belangrijk dat mensen zich ook met elkaar verbonden voelen

openheid en nieuwsgierigheid: je verlaagt de drempel voor ontmoeten en bent benieuwd naar de ander, stelt vragen en luistert zonder meteen in te vullen

waardering: je laat merken dat je de ander ziet en dat die ertoe doet zoals hij is

zorg: je hebt oog voor hoe het met de ander gaat en zorgt dat iemand zich welkom en op zijn gemak voelt

vertraging: je neemt de tijd, blijft even zitten en geeft ruimte aan wat iemand wil vertellen

trouw en toewijding: je blijft aandacht geven aan mensen en zoekt steeds opnieuw naar momenten van verbinding

flexibiliteit: je maakt gebruik van toevallige momenten en beweegt mee met het tempo en de vragen van de buurt.

Verbindende acties zijn:

klein of groot: van klein gebaar tot de organisatie van een activiteit om mensen samen te brengen

regelmatig en voortdurend: mensen hebben tijd nodig om elkaar te leren kennen en om relaties op te bouwen

buurtgedreven: acties sluiten aan bij wat de buurt kan en nodig heeft

gepland of spontaan: soms wordt een actie van tevoren bedacht, soms ontstaat die vanzelf

Actieve bewoners

Iedere buurt en ieder dorp heeft ze: mensen die de handen uit de mouwen steken voor hun wijk, buurt of dorp. Dat zijn actieve bewoners. Zij kennen hun buurt als geen ander, weten wat er speelt, wie wie is en waar de kansen liggen. Ze zetten activiteiten en ontmoetingsplekken op die voor henzelf betekenisvol zijn en waar ze graag anderen bij betrekken.

Hun drijfveer komt van binnenuit: met een mix van bevoegdheid en eigenwijs optimisme zetten ze zich in voor de buurt en de mensen om zich heen.

Wijkprofessionals

Naast bewoners spelen ook wijkprofessionals een belangrijke rol in een betrokken buurt. Denk aan wijkteamleden, opbouwwerkers, dorpsondersteuners, sociaal werkers, zorgmedewerkers of wijkverpleegkundigen. Deze mensen zijn vanuit hun beroep aanwezig in de buurt. Ze werken aan welzijn, gezondheid, zorg en samenleven. Soms ligt hun focus op de buurt en de gemeenschap, soms meer op de kracht van individuele bewoners.

Verbindend werken in beeld.

Verbindend werken bouwt voort op de vele, voortdurende, kleine en grote acties van mensen die zich inzetten voor de buurt. Vaak zijn dat actieve bewoners, vaak ook wijkprofessionals die zich inzetten voor individuele bewoners of voor de opbouw van de gemeenschap.

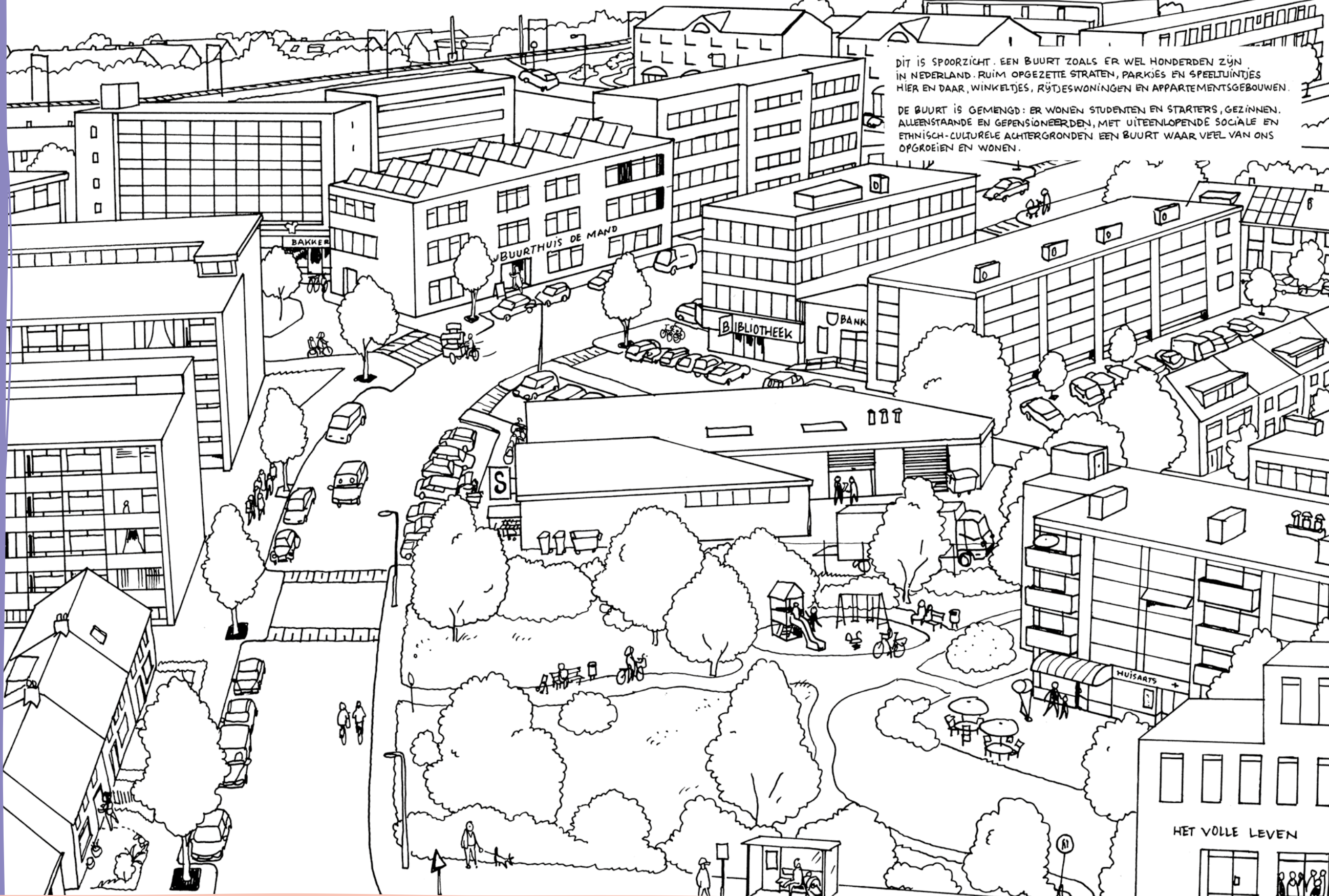
Op de volgende pagina's brengen we dat werk in beeld. We nemen je daarvoor mee naar de buurt Spoorzicht. Een buurt zoals er heel veel zijn in Nederland: gemengd, levendig, met een mix aan mensen.

We volgen **Annet, Angela, Henk, Youri en Margriet**: vijf mensen die zich inzetten voor Spoorzicht. Annet, Angela en Henk zijn actieve bewoners en ze zijn betrokken bij verschillende initiatieven in de wijk. Youri werkt als opbouwwerker voor SamenWelZijn, een organisatie voor sociaal werk. Margriet is zorgmedewerker en welzijnscoach bij Naastendal. Daar werkt zij ook aan Welzijn op Recept; een traject waarin de huisarts mensen die even niet lekker in hun vel zitten naar haar doorverwijst voor kortdurende begeleiding. Zij zoekt mee naar wat hen kan helpen om weer meer verbinding te ervaren en mee te doen aan ontmoeting, bewegen of andere activiteiten.

Als je deze pagina omslaat, maak je kennis met de buurt en volg je deze buurtverbinders op de voet, door de buurt heen. Je krijgt een inkijkje in hoe ze zich door de buurt bewegen, welke kwaliteiten ze inzetten en wie ze ontmoeten. Je ziet hoe ze zich, met kleine en grote gebaren, elk vanuit hun eigen rol en op hun eigen manier, inzetten voor verbinding in de buurt. Zo wordt stap voor stap zichtbaar wat er ontstaat vanuit hun werk, en hoe dat bijdraagt aan welbevinden.

**Weven
in Spoor-
zicht**

The image features the text 'Weven in Spoor-zicht' in a bold, blue, sans-serif font. The text is arranged in three lines: 'Weven' on the top line, 'in' on the middle line, and 'Spoor-zicht' on the bottom line. A thick red curved line starts above 'Weven', arches over 'in', and then loops around 'Spoor-zicht'. A thick yellow curved line starts below 'Weven', arches under 'in', and then loops around 'Spoor-zicht'. The background is a solid light orange color.



DIT IS SPOORZICHT. EEN BUURT ZOALS ER WEL HONDERDEN ZIJN IN NEDERLAND. RUIM OPGEZETTE STRATEN, PARKJES EN SPEELTUINTJES HIER EN DAAR, WINKELTJES, RIJTJESWONINGEN EN APPARTEMENTSGEBOUWEN.

DE BUURT IS GEMENGD: ER WONEN STUDENTEN EN STARTERS, GEZINNEN, ALLEENSTAANDE EN GEPINSENEERDEN, MET UITEENLOPENDE SOCIALE EN ETHNISCH-CULTURELE ACHTERGRONDEN. EEN BUURT WAAR VEEL VAN ONS OPGROEIEN EN WONEN.

IN SPOORZICHT WONEN OOK ANNET, ANGELA EN HENK
IEDER VAN HEN ZET ZICH OP EEN EIGEN MANIER
IN VOOR DE BUURT EN DE MENSEN OM HEN HEEN.

IK BEN ANNET.
ROND MIJN PENSIOEN WILDE IK
WAT MEER MENSEN LEREN KENNEN
IN DE WIJK. IK VIND HET
BELANGRIJK NAAR ELKAAR OM
TE KIJKEN EN IK HAAL PLEZIER
UIT HET SAMEN ZINGEN BIJ
BEWONERSVERENIGING "HET
VOLLE LEVEN".

Ik vind het leuk
iets voor mijn
buren te doen.

Als het goed
gaat met de
buren, gaat het
goed met mij.



IK BEN ANGELA
IK VOND HET ALTJD AL FYN DE BUREN
TE KENNEN MAAR VOND BUURTHUIS DE MAND
NIET METEEN IETS VOOR MIJ. IK HEB HET
HARTSTIKKE DRUK MET MIJN BAAN ALS
TUINARCHITECTE, EN SPORTEN. NU BEN
IK TOCH BETROKKEN GERAAKT BIJ HET
TAALCAFE' IN HET BUURTHUIS. EN IK HEB
NU OOK NOG MIJN EIGEN KOOKCLUBJE.
GRAPPIG HOE HET ZO KAN GAAN.

IK BEN HENK
IK WOON AL 70 JAAR IN DEZE WIJK
IK BEN ALTJD NIEUWSGIERIG NAAR
WAT ER GEBEURT IN EN MET DE WIJK.
IK SCHRJF MEE AAN DE BUURTKRANT
EN DOE OOK WEL EENS MEE MET DE
WANDELCLUB. JE VINDT ME VAAK
IN HET BUURTHUIS. IK KEN IEDEREEN
HIER EN PROBEER OVERAL BIJTE ZYN.

Als er iets aan
de hand is in de
wijk, dan ben ik
er voor de wijk.



MARGRIET EN YOURI WERKEN IN SPOORZICHT.
MARGRIET ALS ZORGMEDEWERKER EN WELZIJNSCOACH
BIJ NAASTENDAL, YOURI ALS OPBOUWWERKER BIJ
SAMEN WELZYN. VANUIT HUN WERK ZETTEN ZE ZICH
IN VOOR DE BUURT EN DE MENSEN DIE ER WONEN.

Ik vraag door
naar de vraag
achter de vraag.

Ik sta naast
iemand
en ik luister.



IK BEN MARGRIET.
IK VIND HET BELANGRIJK DAT
IEDEREEN MEE KAN DOEN EN
ZIJN PLEKJE VINDT. EN IK ZOEK
GRAAG MEE MET MENSEN NAAR
WAT DAAR DE BESTE ROUTE
VOOR IS.

Ik krijg energie
als iemand zich
gezien voelt en
weer verder kan.

Ik ken de
gastvrije plekken
in de buurt.

HOI, IK HEET YOURI.
SAMEN BOUWEN AAN EEN
GEMEENSCHAP IS ME MET DE
PAPLEPEL INGEHOTEN. IK HOU
VAN SAMEN PLANNEN MAKEN
OM DE WIJK LEUKER EN FIJNER
TE MAKEN. IK ZIT HELEMAAL
OP MIJN PLEK BIJ SAMENWELZYN,
EEN ORGANISATIE VOOR SOCIAAL WERK



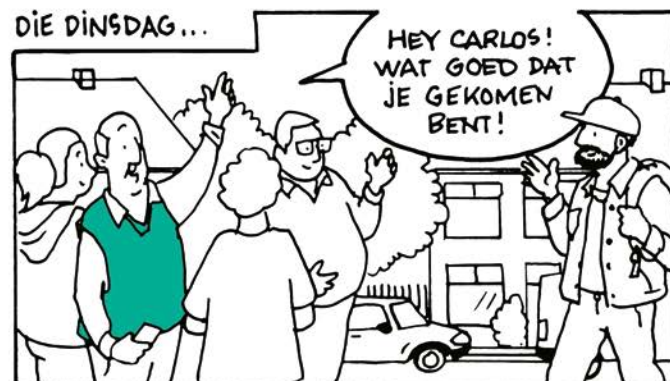
Ik ben
agendaloos.
niet doelloos.

Ik krijg energie
van mensen aan
elkaar verbinden
en in hun kracht
zetten.

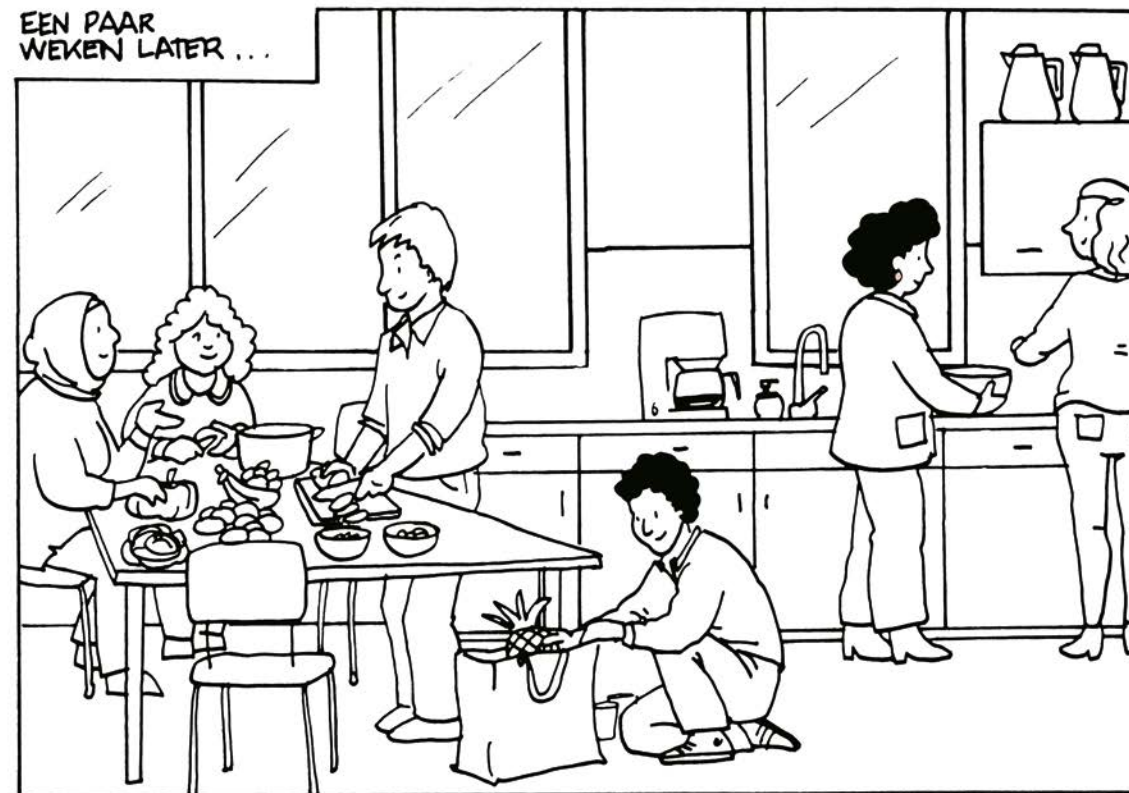
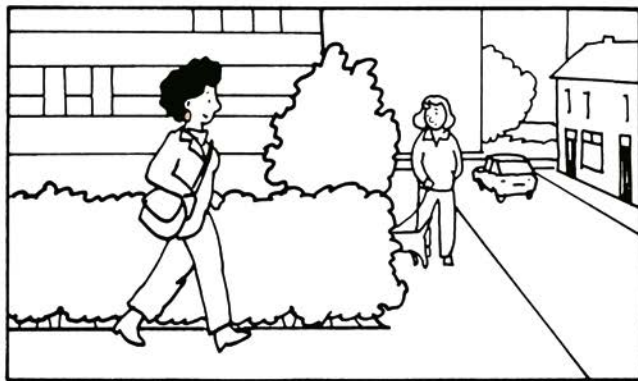
Ik ben middel.
maar
geen middelpunt.

LOOP JE MEE MET ANNET, ANGELA, HENK, MARGRIET EN YOURI?
ZE NEMEN JE MEE DOOR SPOORZICHT EN LATEN ZIEN HOE
VERBINDING IN DE BUURT GROEIT...

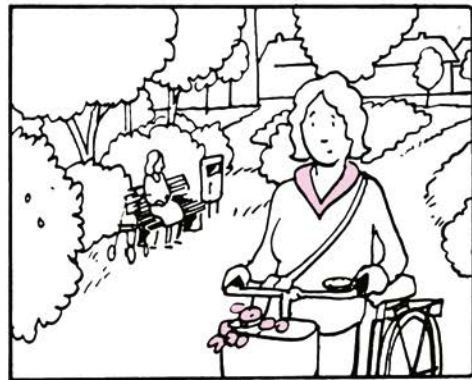
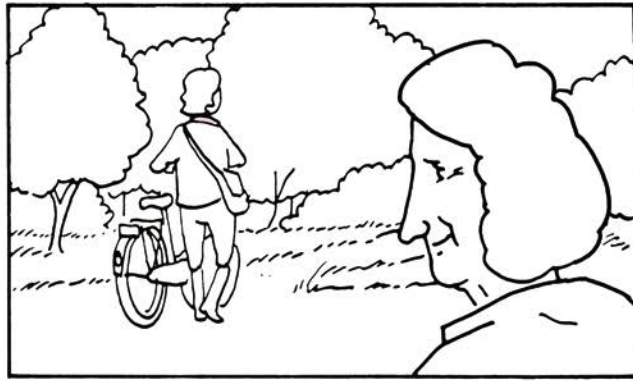
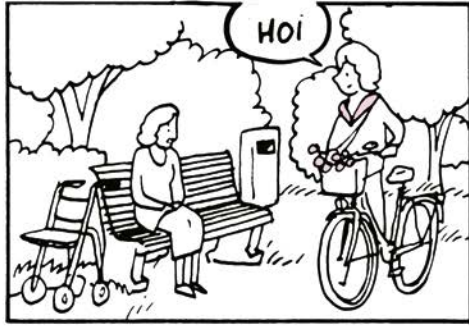
ZOALS ZO VAAK ZIT HENK DE KRANT
TE LEZEN IN DE BIBLIOTHEEK ...



ANGELA VERTREKT ZOALS ALTYD OM BUUR NAAR HAAR WERK



ALS ANNET ONDERWEG IS
GROET ZE IEDEREEN...

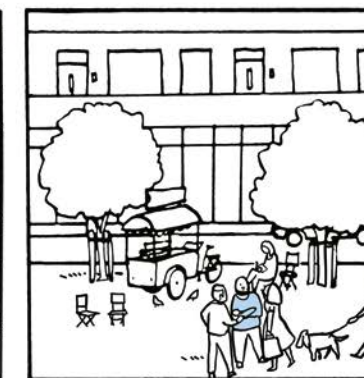
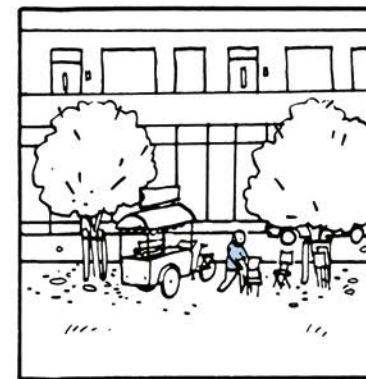
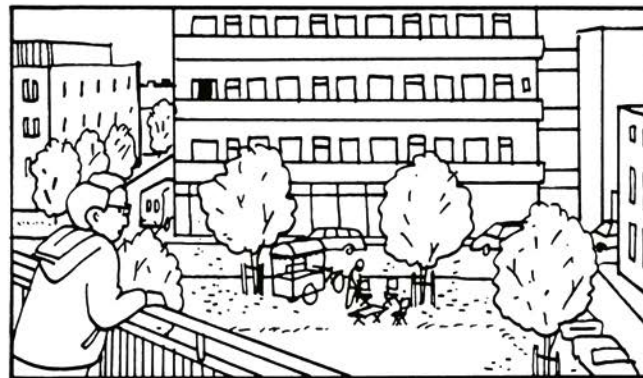
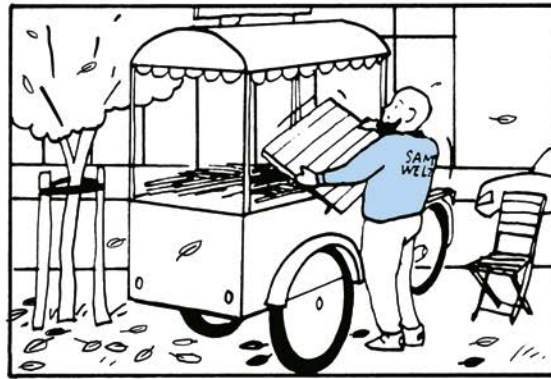
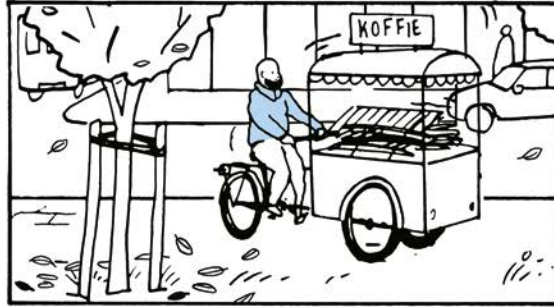


FRIDA IS AL DIK IN DE
TACHTIG EN WOONT AL JAREN
IN DE WIJK. HAAR KINDEREN
ZYN HIER OPGEWOEN EN
ZE HEEFT VEEL BUREN
ZIEN KOMEN EN GAAN
ER IS VEEL VERANDERT
VOOR HAAR. HET IS OOK
STILLER NU HAAR MAN
OVERLEDEN IS.

LIJKT ME LEUK
ALLEEN IK KEN
DAAR NIEMAND



YOURI KOMT WEKELIJKS MET DE BUURTKAR NAAR SPOORZICHT...



NA DE BUURTKAR LOOPT YOURI EEN RONDJE DOOR DE WYK

HET VOLLE LEVEN

- SAMEN ZINGEN
- OUDEREN ...
- MOOIE RUIMTES

MISSCHIEN ZOU HET GOED ZIJN ALS ZE DE DEUR ECHT OPEN ZETTEN - DAT KAN HELPEN

ANNET

ZORGZAAM

ZORGT ZE WEL GOED GENOEG VOOR ZICHZELF?



TAI CHI CLUB

- GOED VOOR BEWEGING
- ACTIEVE GROEP
- OUD & JONG

LEUK HOE ZE HET IN HET PARK DOEN ZO ZIJN ZE GOED ZICHTBAAR

HENK

- ALTJD IN VOOR 'N PRAATJE
- DRUK EN BETROKKEN

CARLOS

- VRIENDELIJKE VENT
- GOED MET COMPUTERS



PINGPONG CLUB

- GEMENGD CLUPPIE
- LEKKER BEWEGEN

ZOU LEUK ZIJN ALS ER OOK WAT JONGEREN AANHAKEN

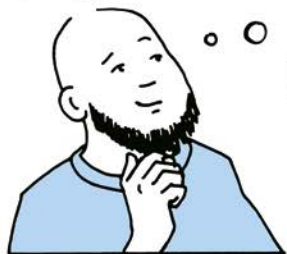
SHARMANE

- ENTHOUSIAST
- ENERGIEK

WAT EEN VERBINDER!



TYDENS ZIJN GESPREKKEN
MET BUURTBEWONERS VANGT
YOURI SOMS KLACHTEN OP.



ELKE DONDERDAGOGHTEND IS MARGRIET SAMEN MET HAAR CLIËNTEN TE VINDEN BIJ DE SCHILDERSCLUB...



MARGRIET IS OOK WELZÏNSCOACH...



welzijn op recept

naam: Frits v.d. Aa
adres: Alkerweg 4
Spoorbuurt

De welzijnscoach zal contact met u opnemen i.v.m.:

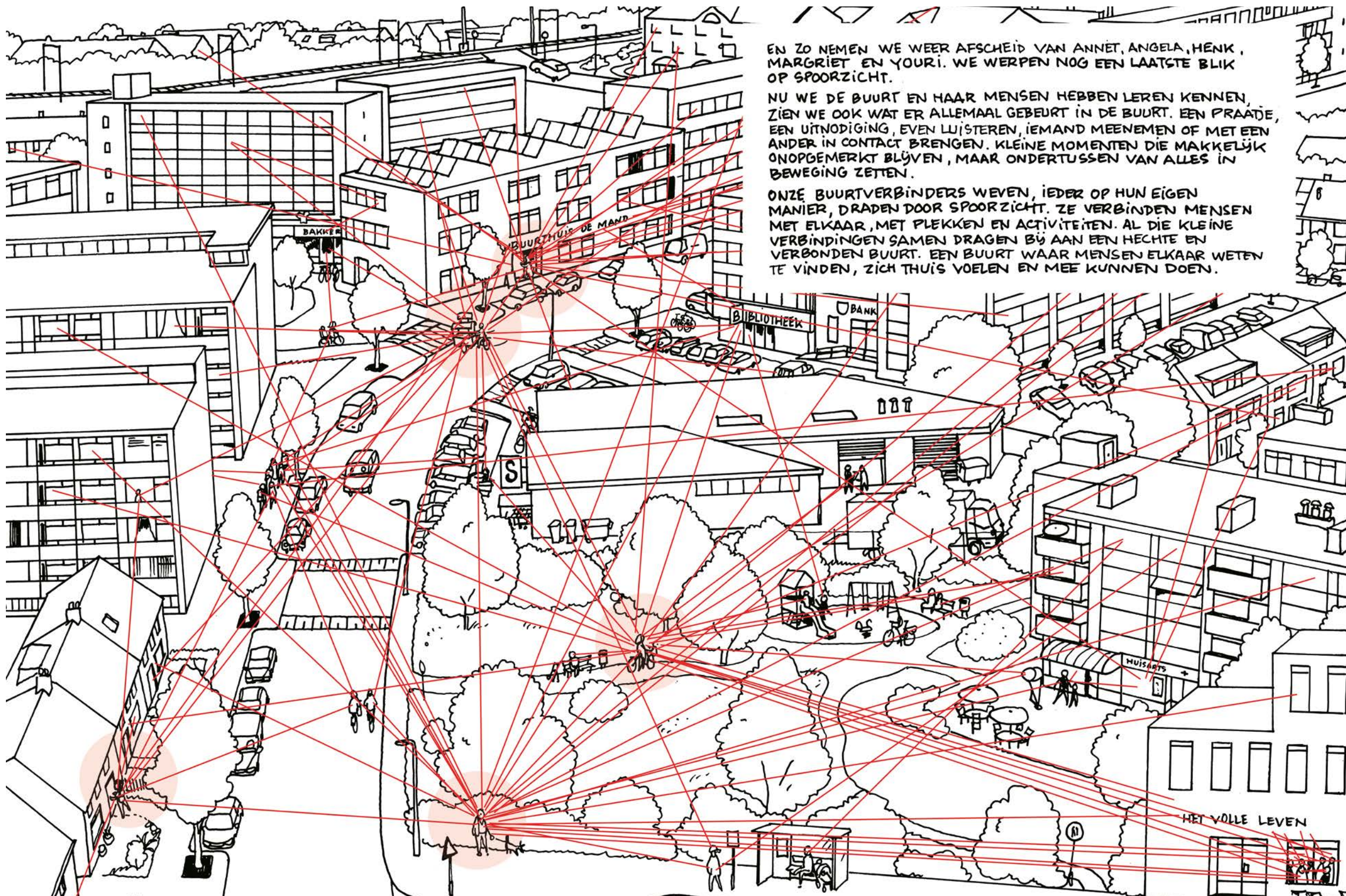
- ☒ meedoen en ontmoeten
- ☐ beweging
- ☐ mantelzorg ondersteuning
- ☐ vrijwilligerswerk

huisarts: Anjing



NA WERKTID BESLUIT MARGRIET NOG EVEN BIJ DE KOOKCLUB TE KIJKEN. VOLGENDE WEEK WIL EEN CLIËNT VAN HAAR DAAR AANSLUITEN.





EN ZO NEMEN WE WEER AFSCHIED VAN ANNET, ANGELA, HENK, MARGRIET EN YOURI. WE WERPEN NOG EEN LAATSTE BLIK OP SPOORZICHT.

NU WE DE BUURT EN HAAR MENSEN HEBBEN LEREN KENNEN, ZIEN WE OOK WAT ER ALLEMAAL GEBEURT IN DE BUURT. EEN PRAATJE, EEN UITNODIGING, EVEN LUISTEREN, IEMAND MEENEMEN OF MET EEN ANDER IN CONTACT BRENGEN. KLEINE MOMENTEN DIE MAKKELIJK ONOPGEMERKT BLIJVEN, MAAR ONDERTUSSEN VAN ALLES IN BEWEGING ZETTEN.

ONZE BUURTVERBINDERS WEVEN, IEDER OP HUN EIGEN MANIER, DRADEN DOOR SPOORZICHT. ZE VERBINDEN MENSEN MET ELKAAR, MET PLEKKEN EN ACTIVITEITEN. AL DIE KLEINE VERBINDINGEN SAMEN DRAGEN BIJ AAN EEN HECHTE EN VERBODEN BUURT. EEN BUURT WAAR MENSEN ELKAAR WETEN TE VINDEN, ZICH THUIS VOELEN EN MEE KUNNEN DOEN.

Weef werk boek

Uitdagingen in verbindend werken

De verhalen uit Spoorzicht laten zien hoe een verbonden buurt tot stand komt, ogenschijnlijk op een heel natuurlijke manier. Juist daardoor blijft vaak buiten beeld hoeveel aandacht, afstemming en volharding dit werk vraagt.

Verbindend werken is namelijk niet altijd vanzelfsprekend. Soms lopen buurtverbinders tegen grenzen aan. Het kan een uitdaging zijn om genoeg tijd te vinden en te blijven investeren in werk dat eigenlijk nooit af is. Of om de juiste toon of houding te vinden, steeds opnieuw, in een voortdurend veranderende buurt, tussen buurtbewoners met uiteenlopende ideeën. Om af te stemmen en samen te werken met anderen, die het net iets anders doen. Om te zien wie je wel en niet bereikt, en hoe je daarmee omgaat.

In ons onderzoek en in de verhalen die we ophaalden in de buurt zien we vijf terugkerende onderwerpen in deze uitdagingen. Op de volgende pagina lichten we deze onderwerpen uit als vertrekpunt om te leren en te reflecteren.

Mensen komen en gaan.

Mensen, rollen en omstandigheden veranderen voortdurend. Hoe behoud je in zo'n situatie relaties, kennis en verbindingen?

Openstaan voor iedereen.

Een verbonden buurt vraagt steeds opnieuw aandacht voor wie zich niet welkom voelt en wie nog niet meedoet, en hoe je daarmee omgaat.

Verbinden vraagt tijd.

Verbindend werken vraagt om tijd, geduld en herhaling. Hoe blijf je die tijd maken? En hoe maak je de waarde van het werk zichtbaar?

Samenwerken met andere buurtverbinders.

Verbindend werken doe je niet alleen. Hoe stem je met elkaar af, hoe vul je elkaar aan en hoe neem je samen verantwoordelijkheid?

Balanceren tussen luisteren, ruimte geven en begrenzen.

Wanneer sluit je aan, wanneer geef je ruimte en wanneer is het nodig om richting te geven of grenzen te stellen?

De vraagstukken bij deze thema's zijn op de volgende pagina's verwerkt in verschillende vragenkaartjes. Bij ieder thema vind je ook een werkvorm-tip om de kaartjes te gebruiken voor uitwisseling, reflectie en leren.

De verhalen bieden een startpunt om te onderzoeken en uitproberen hoe je als actieve bewoner of wijkprofessional (of samen) met dit soort vraagstukken kunt omgaan. Vanuit de verhalen kun je verbindingen leggen met wat je zelf ziet, ervaart, denkt en doet in deze situaties, en met de uitdagingen die je daarbij tegenkomt. Door deze bespreekbaar te maken, door er alleen of samen op te reflecteren, kun je nieuwe inzichten krijgen.

Verbinden vraagt tijd



Welke kleine en grote momenten dragen bij aan verbinding met elkaar en aan verbinding in de buurt?

Wat zie je pas als je langere tijd aanwezig blijft in een buurt?

Wanneer heeft jouw verbindend werk het 'juiste' of 'genoeg' resultaat?

Hoe houd je motivatie vast als verandering langzaam gaat?

Werkvorm-tip: **Tijddijn van verbindingen**

Kies één van de vragenkaartjes als startpunt voor een gesprek over belangrijke momenten in de buurt, bij een initiatief of samenwerking. Laat mensen belangrijke momenten op post-its schrijven, zoals ontmoetingen, gesprekken, terugkerende activiteiten, spanningen of doorbraken. Vraag hen ook te noteren wat deze momenten hebben opgeleverd. Plaats de post-its samen op een tijddijn en verbind momenten en resultaten die met elkaar samenhangen. Bespreek vervolgens wat zichtbaar wordt. Wat zegt de tijddijn over hoe verbinding groeit door de tijd, herhaling of aanwezigheid? En wie of wat heeft daarin een belangrijke rol gespeeld?

Mensen komen en gaan



Wat kun je doen om kennis van buurtverbinders te delen, zodat die van de buurt wordt?

Welke verbindingen of kennis zijn kwetsbaar omdat ze vooral bij één persoon liggen?

Hoe zorg je ervoor dat niet alleen taken worden overgedragen, maar ook relaties, achtergrond en betekenis?

Hoe blijf je trouw aan de kern van je werk, ook als de omstandigheden (zoals financiering of beleidsaandacht) veranderen?

Werkvorm-tip: Continuïteitskaart

Bespreek eerst samen de vragenkaartjes. Maak vervolgens continuïteitskaartjes door op post-its te noteren wat behouden moet blijven als mensen of omstandigheden veranderen. Denk aan kennis, relaties, werkwijzen, waarden of afspraken. Orden de post-its en bespreek samen: wat is al goed geborgd, wat is kwetsbaar en welke stap kunnen jullie zetten om de continuïteit te versterken?

Wanneer vragen veranderende omstandigheden om meebewegen en wanneer is het juist belangrijk ergens voor te gaan staan?



Samenwerken met andere buurtverbinders

Hoe versterken verschillende buurtverbinders elkaar, en wat is juist kwetsbaar?

Hoe zoek je een goed evenwicht tussen duidelijke rol- en taakverdelingen en verantwoordelijkheden in de samenwerking?

Werkvorm-tip: Rollenwissel

Haal eerst samen een vraagstuk uit de praktijk naar boven dat meerdere deelnemers raakt. Zet vervolgens voor elk perspectief een stoel neer, bijvoorbeeld die van een actieve bewoner, buurtgenoot, wijkprofessional of beleidsmedewerker. Kies een vragenkaartje en laat deelnemers vanuit hun rol reageren. Wat zie je? Wat vind je belangrijk? Waar maak je je zorgen over? Wissel van rol en bespreek meerdere kaartjes. Bespreek tot slot welke nieuwe inzichten de verschillende perspectieven opleveren en wat dat betekent voor de samenwerking.

Hoe maak je belangrijke kennis zichtbaar die alleen 'in hoofden van mensen' zit?

Wat doe je als verbondenheid in de buurt zwaar leunt op één persoon?

Hoe leg je verbindend werk uit aan opdrachtgevers of beslissers die vooral meetbare resultaten willen zien?

Wat kun je organiseren als de betrokkenheid van actieve bewoners bij het leed van hun burens te zwaar wordt?

Openstaan voor iedereen

Wanneer voelt een buurtinitiatief of ontmoetingsplek als open en welkom voor iedereen en wanneer juist niet?

Hoe vind je het evenwicht tussen een veilige plek creëren voor specifieke doelgroepen en openstaan voor iedereen?

Werkvorm-tip: Inclusiescan

Kies samen een buurtinitiatief, activiteit of ontmoetingsplek. Bekijk vervolgens individueel de vragenkaartjes en noteer observaties, dilemma's en kansen op post-its. Leg de uitkomsten naast elkaar en bespreek: wie voelt zich hier welkom, wie nog niet, en waardoor komt dat? Sluit af met één of meer concrete acties om deze plek inclusiever te maken.

Hoe zorg je ervoor dat kwetsbare mensen zich thuis gaan voelen in de wijk en gaan meedoen?

Wat kun je versterken om bij te dragen aan onderlinge verbondenheid in de buurt?

Wie zie je eigenlijk niet? Wie vallen er nu buiten de boot?

Balanceren tussen luisteren, ruimte geven en begrenzen



Hoeveel richting geef je als buurtverbinder en wanneer laat je het initiatief en het eigenaarschap bij anderen?

Wat doe je als (andere) bewoners jou gaan zien als 'de oplossing' of 'de eigenaar'?

Werkvorm-tip: Intervisie

Kies samen een praktijksituatie die schuurt of vragen oproept. Kies vervolgens een vragenkaartje dat hierbij past. De inbrenger vertelt over de situatie, waarna de groep eerst alleen verhelderende en verdiepende vragen stelt. Gebruik daarna het vragenkaartje om samen te onderzoeken welke waarden, belangen en handelingsmogelijkheden zichtbaar worden. Bespreek tot slot wat deze situatie je leert over het vraagstuk op de kaart.

Wat doe je als iemand iets zegt dat botst met jouw waarden?

Hoe zorg je dat iedereen zich gehoord voelt, zonder kwetsende uitspraken normaal te maken?

Wanneer geef je ruimte aan frustratie, en wanneer begrenst je die?

Wat doe je als één persoon steeds het gesprek overheerst?

Meer werkvorm-tips

Vragenkaartjes kiezen en verdiepen

Leg alle vragenkaartjes zichtbaar op tafel of hang ze op aan de muur. Kies allemaal een vragenkaartje waar je je in herkent, dat je spannend vindt of dat je het minst goed weet te beantwoorden.

Werk daarna in kleine groepjes aan de volgende drie stappen:

1. Wat maakt deze vraag in de praktijk ingewikkeld?
2. Welke voorbeelden ken je hiervan?
3. Welke handelingsopties heb je, zonder het dilemma te versimpelen?

Botsende waarden

Gebruik deze werkvorm voor vragenkaartjes waar waarden botsen, zoals:

‘Wanneer wordt betrokkenheid van actieve bewoners bij het leed van hun burens te zwaar en ligt de verantwoordelijkheid bij professionals?’

of

‘Hoe zorg je dat iedereen zich gehoord voelt, zonder kwetsende uitspraken normaal te maken?’

Onderzoek samen welke waarden op spanning staan: veiligheid, vrijheid, verantwoordelijkheid, nabijheid, eigenaarschap, inclusie of gelijkwaardigheid? Eindig niet met ‘het juiste antwoord’, maar met een zorgvuldig afgewogen keuze: wat is in deze situatie goed genoeg en verantwoord handelen?

Algemene reflectie bij ieder vragenkaartje

Mijn overwegingen:

Wat ik nu scherper zie:

Wat ik anders wil doen:

Wie of wat heb ik daarbij nodig:

Wanneer reflecteer ik hierop:

Over het onderzoeksproject SamenWelZijn

Het project SamenWelZijn onderzocht de rol van de buurt in het welbevinden van bewoners. We keken hoe een warme, verbonden buurt kan bijdragen aan welbevinden. En hoe de buurt zelf sterker kan worden. We deden dit samen met actieve bewoners, wijkprofessionals en gemeente. Zo bouwden we lokale kennis op over welbevinden in de buurt. En over wat de buurt kan en nodig heeft om welbevinden van buurtbewoners te versterken. Deze inzichten gebruikten we ook om te verkennen hoe preventieve aanpakken rondom welbevinden, zoals Welzijn op Recept, sterker verbonden kunnen worden met een buurtgedreven aanpak van welbevinden.

Dit verhalenboek is onderdeel van een vierluik. De andere delen zijn een krachtenbundel met werkvormen voor samen leren en veranderen, een inspiratiebrochure over duurzame sociale verbondenheid met Welzijn op Recept en een beleidsbrief over het ondersteunen van buurtgedreven werken aan welzijn.

Meer lezen

Krachten bundelen in de buurt

Krachtenbundel met werkvormen voor samen leren en veranderen rondom buurtgedreven en verbindend werken aan welzijn

Van meedoen naar erbij horen

Inspiratiebrochure voor welzijnscoaches over de stap van meedoen naar erbij horen en het versterken van duurzame sociale verbondenheid met Welzijn op Recept.

Verbonden buurten, sterker welzijn

Beleidsbrief met aanbevelingen aan beleidsmakers om buurtgedreven werken aan welzijn beter te ondersteunen

Deze publicaties zijn te vinden via de [website van het project SamenWelZijn](#).

Colofon

Weefwerk © 2026 door het Athena Instituut (Vrije Universiteit Amsterdam), namens het consortium SamenWelZijn is gelicentieerd onder CC BY-NC 4.0. Een kopie van deze licentie kun je hier bekijken: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>

Deze publicatie komt voort uit het onderzoeksproject SamenWelZijn (2023-2026), gefinancierd door ZonMw. Het project was een samenwerking tussen het Athena Instituut (Vrije Universiteit Amsterdam), Centre for Urban Wellbeing (University of Birmingham), Universiteit van Amsterdam, Institute of Housing and Urban Development Studies (Erasmus Universiteit Rotterdam), het Landelijk Samenwerkingsverband Actieve bewoners (LSA) en het Landelijk kennisnetwerk Welzijn op Recept.



Auteurs

Gianna Marsman (VU Athena Instituut), Lieslot Vandenbussche (VU Athena Instituut), Koen Bartels (Centre for Urban Wellbeing, University of Birmingham), Tjerk-Jan Schuitmaker (UvA)

Met medewerking van

Marieke Koot (LSA), Mirjam Karsten (LSA) en Maaike Smith (Landelijk kennisnetwerk Welzijn op Recept)

Vormgeving en illustratie

Vormgeving: Studio Duel (www.studioduel.nl)

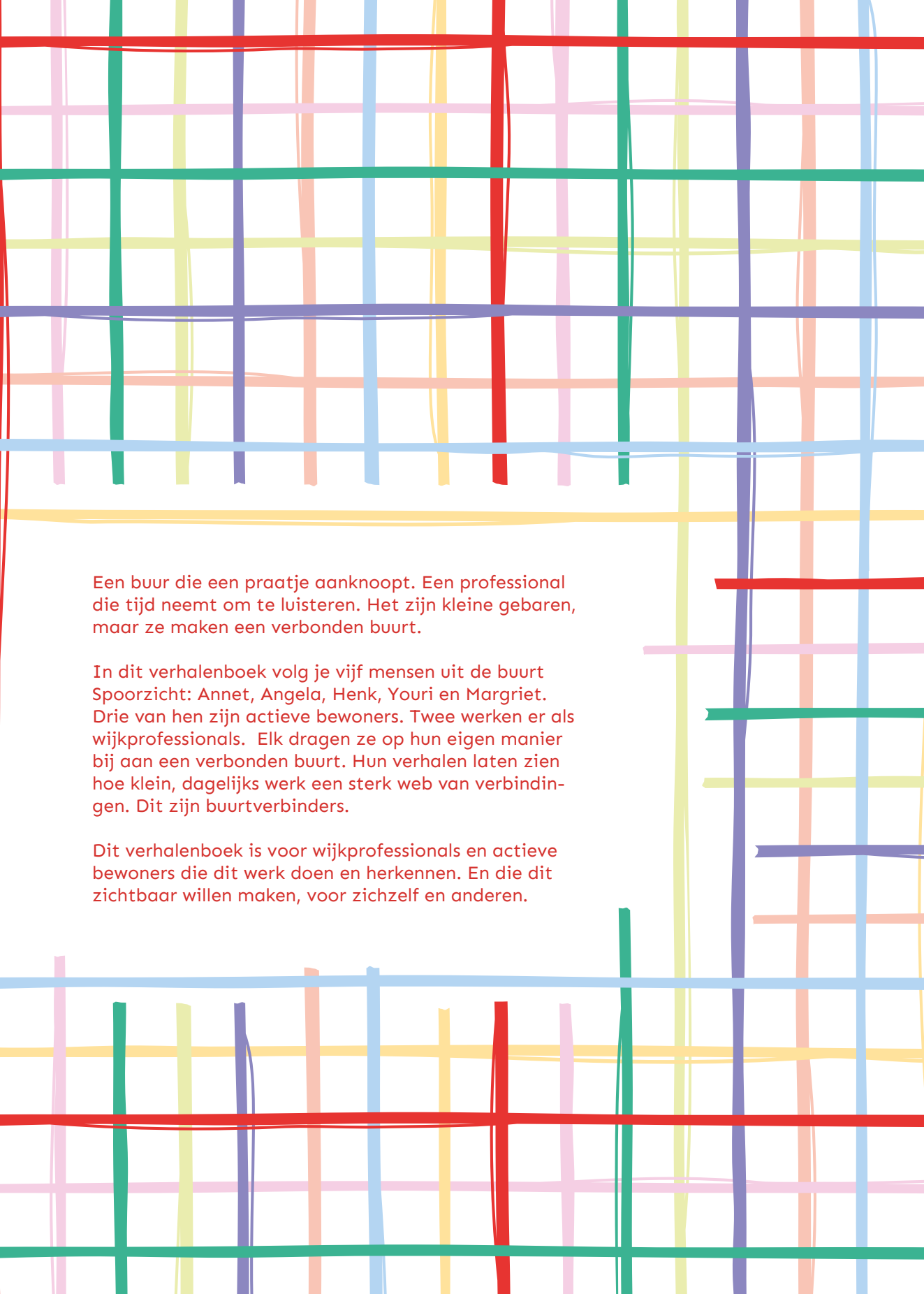
Illustratie: Olivier Rijcken en Amber Rijcken (www.iktekenvoorverandering.nu)

Met dank aan

De bevrologten bewoners en wijkprofessionals uit Bospoort (Ede) en Geuzenveld-Sloterveer (Amsterdam). Zij deelden hun verhalen, inzichten en ervaringen met ons. Daar zijn we hen erg dankbaar voor.

Contact

Voor meer informatie over deze publicatie kunt u contact opnemen met Lieslot Vandenbussche: l.vandenbussche@vu.nl



Een buur die een praatje aanknoopt. Een professional die tijd neemt om te luisteren. Het zijn kleine gebaren, maar ze maken een verbonden buurt.

In dit verhalenboek volg je vijf mensen uit de buurt Spoorzicht: Annet, Angela, Henk, Youri en Margriet. Drie van hen zijn actieve bewoners. Twee werken er als wijkprofessionals. Elk dragen ze op hun eigen manier bij aan een verbonden buurt. Hun verhalen laten zien hoe klein, dagelijks werk een sterk web van verbindingen. Dit zijn buurtverbinders.

Dit verhalenboek is voor wijkprofessionals en actieve bewoners die dit werk doen en herkennen. En die dit zichtbaar willen maken, voor zichzelf en anderen.