

## Samen Oplopen

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

### Waarom Samen Oplopen?

Bij gezinnen met veel problemen wordt als snel professionele hulpverlening ingezet, terwijl dat vaak niet is wat mensen willen. Ze willen graag een vriendschappelijke vorm van hulp hebben. De complexiteit van de problemen maakt het vaak te zwaar om in deze gezinnen zomaar een vrijwilliger in te zetten. Daarnaast is de huidige zorg voor gezinnen met veel problemen erg duur. Hoe het anders kan laat Samen Oplopen zien. Wij zorgen dat de problemen in gezinnen afnemen, gezinnen gelukkiger worden én de kosten voor de (jeugd) zorg afnemen!

Samen Oplopen combineert informele en formele zorg binnen een gezin

### Hoe? Door stevige vrijwilligers die brede steun bieden

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. We koppelen daarom aan een gezin met veel stress en zorgen een krachtige 'mede-burger'.



We noemen deze persoon de 'gezinsvrijwilliger': iemand die op een vriendschappelijke manier een tijdje met hen oploopt, meedoet en meedenkt, met alles wat maar nodig is. Generalistisch dus. Ook buiten kantooruren. Gezinsvrijwilligers zijn wijze, hartelijke en toegewijde mensen die hun leven goed in balans hebben. Door met elkaar op te trekken kan er van elkaar geleerd worden. Vaak ontstaan er ook contacten met het gezin van de vrijwilliger en zijn/haar netwerk.

### Hoe? Professionele zorg waar nodig

Daarnaast is er een **betrokken coördinator**, die professioneel hulpverlener is. De coördinator begeleidt de gezinsvrijwilliger en kan, indien nodig, kortdurend hulp verlenen in het gezin of nauw samenwerken met de hulpverlening. De coördinator haalt te zware problemen van de schouders van de gezinsvrijwilliger en rust deze toe door coaching op maat, trainingen, themabijeenkomsten en intervisie. Door deze combinatie van informele en formele zorg voorkomt Samen Oplopen zware en dure zorg, veel verschillende hulpverleners in één gezin en kan de hulpverlening met een gerust hart af schalen.

### Welke doelgroep?

Samen Oplopen is er voor gezinnen en jongeren met veel stress en problemen. **Voor ouders en jongeren van 0 tot +/- 23 jaar**. Denk bijvoorbeeld 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.

### Wie voert Samen Oplopen uit?

Een lokale zorgorganisatie, zoals Sociaal Teams en/of Welzijn, voert het project uit. De coördinator is daar in dienst. Zo is Samen Oplopen goed ingebed in de lokale structuren. Samen Oplopen levert de methodiek, materialen en coacht. Samen met gemeenten werken we aan de **transformatie in de zorg**.

### Meer weten?

**Onderzoek** wees uit dat gezinnen op elk leefgebied verbeteren.

In dit **filmpje** vertelt de oprichtster en een ondersteunde moeder wat Samen Oplopen doet.

In dit **filmpje** legt de manager van een Sociaal Team uit hoe Samen Oplopen en de samenwerking werkt.

Samen Oplopen zorgt dat kinderen in hun eigen gezin gezond opgroeien!

Stichting Samen Oplopen

<https://samen-oplopen.nl/>

Contact: Linda Otterman:

[lindaotterman@samen-oplopen.nl](mailto:lindaotterman@samen-oplopen.nl), tel: 06-81136075