

## Project Online Erbij Horen in Crisistijd

Looptijd: 2020-mei 2021



### 1. Achtergrond en urgentie: Coronacrisis

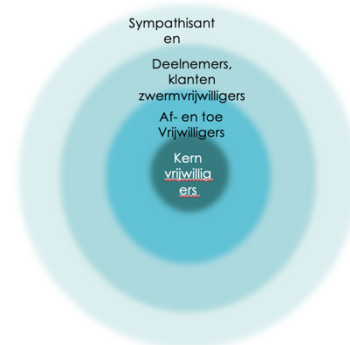
In verband met de Coronacrisis heeft Utrecht in Dialoog vanaf 13 maart 2020 alle live dialoogbijeenkomsten, trainingen en workshops tot nader orde gecanceled. Coördinator en vrijwilligers zijn thuis gaan werken en hebben de mogelijkheden van het platform Zoom verkend om (vrijwilligers)werkzaamheden, activiteiten en dialoog in een andere vorm online te continueren.

Nu mensen aan huis zijn gebonden maken online dialogen onderling contact, behoud, verdieping en verduurzaming van contact mogelijk. In een onlinedialoog kunnen mensen echt in gesprek met anderen rond thema's die nu leven om het gevoel van erbij horen te behouden en versterken nu live ontmoetingen beperkt zijn en velen in isolement leven. Met elkaar leren we om op afstand contacten en relaties te onderhouden, verdiepen en verduurzamen door te onderzoeken wat werkt, waar we blij van worden, meer van willen en wat helpt. Zo kunnen vrijwilligers en betrokkenen juist in Crisistijd Erbij Horen van betekenis kunnen zijn voor anderen.

We willen de komende vooral ouderen online in contact en gesprek met elkaar brengen in samenwerking met vrijwilligers en partners. Jongere vrijwilligers en stagiaires helpen daarbij. We kunnen inmiddels terugkijken op succesvolle online dialogen. Deelnemers zijn iedere keer verrast dat je online echt contact met elkaar kunt maken en tot verdieping kan komen. En over de intimiteit die ook online ontstaat, verschillende gevoelens en manieren om met de situatie en nieuwe wereld om te gaan. Ook (slechthorende) ouderen en mensen die in isolement leven lukt het goed om deel te nemen. Door een persoonlijke benadering via ons enorme netwerk aangevuld met dialoog in bekende kring gaan we de kring van betrokkenen vergroten zodat online dialogen ook na Coronatijd van betekenis kunnen zijn.

### Doelen project

- A. Vrijwilligers en actief betrokkenen leren hoe/helpen om online actief te worden/blijven. In online dialogen laten ervaren wat dit brengt, leren hoe je deze kunt begeleiden en organiseren.** Zodat vrijwilligers, betrokkenen en andere mensen in Coronatijd bij thuisgebondenheid en met andere beperkingen in contact met anderen actief kunnen blijven, meer bewustzijn en handelingsmogelijkheden kunnen ontwikkelen om contacten/relaties te onderhouden, verdiepen en verduurzamen. Zowel in bestaande relaties (familie, vrienden, buurt, wijk, club etc.) als nieuwe relaties. Jongeren helpen ouderen online en de cirkel van betrokkenen wordt zo gestaag uitgebreid.
- B. Kwetsbare mensen online met elkaar in contact brengen, bespreekbaar maken wat leeft in tijden van Corona, helpen uit isolement te komen, inspireren om (mentaal) anders in beweging/actief te blijven/worden en contacten duurzaam te onderhouden.** We gebruiken de methodiek van de waarderende dialoog als bewezen effectieve aanpak om zaken persoonlijk bespreekbaar te maken, met elkaar te onderzoeken wat er nodig is om in beweging te komen/blijven. Het gaat vooral om bewustwording en activering: helder krijgen wat helpt, wat je wilt, nodig hebt, kunt doen en wat anderen kunnen betekenen.
- C. Ontdekken/leren hoe je duurzame relaties kunt opbouwen en versterken in de liefde, familieverband, vriendschappen, (vrijwilligers)werk met buurt/wijk/stadgenoten en ander verband.** In online contactdialogen delen we ervaringen, verlangens en wat we doen in o.a. Liefde op afstand, Vriendschappen, met Familie etc.. Om elkaar te inspireren en activeren in het onderhouden, verdiepen en verduurzamen van relaties.



### 2. Doelgroepen en partners

Met de onlinedialogen willen we kwetsbare ouderen en jongeren bereiken die zich eenzaam voelen en er bij willen horen. Juist in crisistijd, als je aan huis gebonden bent, meer geïsoleerd leeft en spanningen toenemen. Bv. zonder (vrijwilligers)werk, vast inkomen, vaste relatie, ver van familie en vrienden, als je ziek, beperkt of gepensioneerd bent. Zowel jongeren als ouderen en volwassenen kunnen in dit project van betekenis zijn voor anderen.

In het bereiken/betrekken van geïsoleerde mensen, bepalen en uitwerken van thema's werken we samen met U-centraal (vriendschapsprojecten gericht op eenzame jongeren en eenzame 50plussers), de Kargadoor, Bibliotheek Utrecht, Dock en andere netwerkpartners.

Speciale aandacht gaat uit naar het betrekken van kwetsbare mensen die nu gedwongen thuis zitten en in isolement leven, als ze over de streep zijn ook hun netwerk weer kunnen betrekken en activeren.

### 3. Resultaten & impact

- 15 Online Dialoogbijeenkomsten om ervaringen met de Coronacrisis te delen, nieuwe perspectieven te onderzoeken en concretiseren en in beweging te komen. In een online Dialoogbijeenkomst gaan deelnemers na een centrale start in groepen van maximaal 6 personen 90 minuten in dialoog. Ieder groep wordt begeleid door een vrijwillige dialoogbegeleider die is getraind in de waarderende dialoogmethodiek. Bij deelnemers aan deze 'contactdialogen' ontstaat meer inzicht in handelingsmogelijkheden om relaties te onderhouden, verdiepen en verduurzamen.
- 6 Online trainingen/workshops/oefendialogen (evt. combinatie van webinar, interactief en oefenen) om te oefenen met online begeleiden, thema's uit te werken, ervaringen met online begeleiden te delen. Vrijwilligers/betrokkenen leren hier hoe je een online contactdialoog kunt begeleiden om relaties te onderhouden, verdiepen en verduurzamen.
  - o Leergang dialoog begeleiden
- 5 bijeenkomsten/workshops/presentaties met/voor vrijwilligers, zodat bestaande vrijwilligers/betrokkenen ook in Coronatijd actief/betrokken kunnen blijven en ook anderen actief kunnen worden: Basisgebruik samenwerkingstools; Beheer en communicatie bijeenkomsten; Webredactie en nieuwsbrieven; Social media en online posts; Thema's en impact
  - o Leerwerkplaats Dialoogbijeenkomsten hosten en organiseren



De impact, het effect van deelname aan online dialogen op deelnemers en betrokkenen wordt in beeld gebracht in de jaarverslagen van Utrecht in Dialoog, op de website en via social media. Ook in video.

### 4. Activiteiten en werkzaamheden

- Coordinatoren, vrijwilligers en teams trainen in veilig gebruik van Zoom en online helpen brengen.
- **Online Dialoogbijeenkomsten** ontwerpen en ontwikkelen met vrijwilligers en partners gericht op het verdiepen en verduurzamen van relaties. Onder meer met Vriendschapsprojecten en Rechtstreeks van U-Centraal.
- **Online Leergang/traject** ontwikkelen voor het leren begeleiden van online dialogen volgens de waarderende methodiek gebruik makend van het Zoom-platform. Zowel voor ervaren en startende dialoogbegeleiders inclusief oefenmogelijkheden (Online Dialooghuis).
- **Online Leerwerkplaats** werkendeweg inrichten voor het leren organiseren van online dialoogbijeenkomsten gebruik makend van het Zoom-platform. Werkendeweg workshops/webinars ontwikkelen en verzorgen voor vrijwilligers, stagiaires, actief betrokkenen en partners (Online DialoogLab)



### 5. Functies online platform Zoom

Coördinatoren, vrijwilligers en betrokkenen worden ingewijd/getraind in het gebruik van het Platform Zoom voor de volgende functies:

- Online Workspace (Alchemist) voor 'dag' vrijwilligers, als tijdelijke vervanging van de Alchemist voor online werkoverleg en samenwerking.
- Online DialoogLab (Alchemist) voor 'avond' vrijwilligers in organisatie en communicatie met online workshops Dialoog organiseren en Communicatie.
- Online Dialooghuis (M45) voor dialoogbegeleiders, met een online training dialoog begeleiden en gelegenheid tot het oefenen van online dialoog begeleiden.
- Online Dialoog bijeenkomsten voor deelnemers over thema's die nu leven. Deelnemers gaan in groepen van 6 deelnemers uiteen onder begeleiding van een getrainde dialoogbegeleider.

## 6. Begroting en dekkingsplan

Begroting Onlinedialogen 2020/2021	#	Bedrag	Totaal
Organiseren online Dialoogbijeenkomsten: voorbereiding, handleidingen, werving en voorbereiding dialoogbegeleiders, evaluatie	15	€ 1.000	€ 15.000
Vorbereiding en uitvoering 6 online Trainingen en workshops voor dialoogbegeleiders	6	€ 750	€ 4.500
Vorbereiding en uitvoering 5 Online Trainingen/workshops, deels webinars voor dialoogorganisatoren	5	€ 1.000	€ 5.000
<b>Totaal</b>			<b>€ 24.500</b>
<b>Dekkingsplan 2020/2021</b>			
Bijdrage Sluyterman van Loo			€ 6.250
VSB fonds			€ 4.500
Gemeente Utrecht			€ 5.500
RCOAK fonds			€ 4.250
Bijdrage Elise Mathilde Fonds			€ 2.500
Eigen inbreng/inkomsten			€ 1.500
<b>Totaal</b>			<b>€ 24.500</b>