

2025: de Kap in cijfers

De Kap ondersteunt **mantelzorgers** in Apeldoorn en omliggende dorpen die langdurig zorgen voor een familielid of vriend. Ook koppelen we mensen die hulp of zorg nodig hebben met Apeldoorners die graag (**vrijwillig**) wat voor een ander willen doen.



Medewerker Samen055:
"Een vrijwilliger van jullie helpt al geruime tijd bij deze meneer. Waar de lijn met hulpverlening al geregeld is verbroken, blijkt dit een hele stabiele factor. Een mooie geslaagde match!"

Totaal
3.360
hulpvragen
ingevuld door
701
vrijwilligers

VRIJWILLIGE INZET

Maatjes Apeldoorn

120 hulpvragen
60 vrijwilligers

Thuis-administratie & schuldhulp (incl Voedselbank)

559 hulpvragen
62 vrijwilligers

Ervarings-maatjes

21 hulpvragen
15 vrijwilligers

Respijtzorg (wekelijks en flexibel)

131 hulpvragen
46 vrijwilligers

Sociale hulp

422 hulpvragen
274 vrijwilligers

Tuin-, klus- & pc-hulp

425 hulpvragen
55 vrijwilligers

Vervoer & begeleiding

1.084 hulpvragen
56 vrijwilligers

Vrijwillige inzet mantelzorgers (o.a. gespreksleider)

16 vrijwilligers

Steun bij rouw

59 hulpvragen
17 vrijwilligers

Palliatieve terminale zorg

80 hulpvragen
34 vrijwilligers

Overige vrijwilligers (kantoor, bestuur)

16 vrijwilligers

Hulp in de dorpen

459 hulpvragen
50 vrijwilligers

Hulpvrager:

"De Kap begeleidt me regelmatig naar het ziekenhuis en geeft me de zekerheid van een goed zelfstandig leven. Ze zijn vriendelijk, behulpzaam en geven je het gevoel dat je meetelt."

Welk rapportcijfer krijgt de Kap?

Vrijwilligers: **8**
Mantelzorgers: **7,5**
Hulpvragers: **8,5**

Iets **vrijwillig** doen voor een ander is **mooi**. **Samen** krijgen we heel wat **voor elkaar!**

1.100

jonge mantelzorgers ingeschreven

> 400

jongeren deden mee aan activiteiten

9.400

mantelzorgers ingeschreven

> 100

ouders met zorgintensief kind bieden elkaar onderlinge steun

> 1.800

etmalen logeerszorg voor 220 personen

75

organisaties periodiek geïnformeerd over werk & mantelzorg

> 800

mantelzorgers individueel ondersteund

> 1.000

deelnemers aan activiteiten

>300

mantelzorgers met een migratieachtergrond bereikt met het Reizend Theehuis

MANTELZORG ONDERSTEUNING

- Emotionele ondersteuning
- Vervangende mantelzorg
- Informatie en advies
- Elkaar ontmoeten
- Persoonlijk gesprek
- Mantelzorgwaardering

NIEUW

Maandelijkse ontmoeting van mantelzorgers met naasten met psychische kwetsbaarheid.

Mantelzorgers:

"Ik kan er weer voor een tijdje tegenaan en vind me zelf een betere mantelzorgers na een periode van rust."

DIT DOEN WIJ NIET ALLEEN
We doen dit samen met het Netwerk Informele Zorg Apeldoorn en vele andere partners in onderwijs, zorg en welzijn.

de kap
MANTELZORGERS EN VRIJWILLIGERS

Jaarverslag 2025

Apeldoorn, februari '26

We ondersteunen mensen in Apeldoorn en omliggende dorpen die langdurig zorgen voor een familielid of vriend. We koppelen ook mensen die hulp of zorg nodig hebben aan Apeldoorners die graag wat voor een ander willen doen. Iets vrijwillig voor een ander doen is mooi. Samen krijgen we heel wat voor elkaar!

In 2025 hebben ruim 700 vrijwilligers meer dan 3.300 hulpvragen ondersteund. Er staan 9.400 mantelzorgers bij ons ingeschreven, waarvan 1.100 kinderen en jongeren tot 23 jaar. Zij kregen informatie, individuele ondersteuning en namen deel aan diverse groepsactiviteiten.



Knooppunt mantelzorg

In Apeldoorn wonen zo'n 49.000 mantelzorgers. De mantelzorgconsulenten van de Kap ondersteunen mantelzorgers om hun zorgtaken uit te voeren en vol te houden. Ook faciliteren en inspireren zij samenwerkingspartners in zorg, welzijn en onderwijs, evenals werkgevers. Het doel hiervan is dat zij zich bewust zijn van de effecten van mantelzorg, dienstverlening afstemmen op de doelgroep en oog hebben voor de combinatie van werk & mantelzorg. We signaleren trends en implementeren nieuwe methodieken.

Voor mantelzorgers

Ondersteuning van mantelzorgers doen we individueel en in groepen.

Individueel

We voerden in 2025 meer dan 800 individuele gesprekken met mantelzorgers over een veelvoud van thema's. Een derde van de gesprekken ging over vervangende mantelzorg/respijtzorg. Mantelzorgers lijken zich in toenemende mate overbelast te voelen.

Veel mantelzorgers hebben een kleiner wordend netwerk, worden zelf ouder en ervaren bijvoorbeeld zelf gezondheidsproblemen. We bieden een luisterend oor, verwijzen door en brengen de mogelijkheden voor vervangende mantelzorg onder de aandacht.

In groepen

We boden workshops en webinars over onder andere mindfulness en het combineren van werk en mantelzorg. Ook was er een fietsclub, wandelgroep en gedichtenclub. We organiseerden diverse bijeenkomsten voor specifieke groepen mantelzorgers, zoals een gespreksgroep voor mantelzorgers met een naaste met niet-aangeboren hersenletsel en het **Alzheimer Trefpunt**.

Bij het **platform KrachtigApeldoorn** - opgericht door ouders zelf, met ondersteuning van de Kap en MEE Samen - komen ouders met een zorgintensief kind maandelijks bijeen. Ook zijn er gespreksgroepen voor mantelzorgers die hun partner hebben verloren en bieden we steun bij rouw. Samen met o.a. Korak en GGNet startten we in 2025 bijeenkomsten voor mantelzorgers van een naaste met psychische kwetsbaarheid.

Vervangende mantelzorg

Om mantelzorg vol te kunnen houden is het nodig de zorg soms even uit handen te kunnen geven. We brachten daarom de mogelijkheden voor vervangende mantelzorg/respijtzorg onder de aandacht van mantelzorgers. Dit kan onder andere in de vorm van logeerszorg. In totaal maakten 220 Apeldoorners ruim 1.800 etmalen gebruik van logeerszorg bij zeven zorgorganisaties, zodat de mantelzorger werd ontlast. Ook vrijwilligers bieden vervangende mantelzorg. Dit doen zij bijvoorbeeld

Een samenwerkingspartner respijtzorg:

"Apeldoorn heeft een mooi, divers respijtaanbod ontwikkeld, is snel beschikbaar. De aanvraagprocedure bij de Kap voor de indicatie logeerszorg is laagdrempelig."

Een mantelzorger, deelnemer aan bijeenkomsten over niet-aangeboren hersenletsel:

"Het gaf mij meer begrip voor mijn partner, waardoor ik weer empathische en geduldiger word."

Een mantelzorger: "Het deelnemen aan de lotgenotengroep, waarin je uitgelegd krijgt wat respijtzorg is, heeft veel bij mij losgemaakt. Er worden ervaringen uitgewisseld van mensen die het al meegemaakt hebben. Dit heeft mij geholpen de stap te zetten om voor mijzelf tijd te nemen om uit te rusten."

door wekelijks een oudere met het ziektebeeld dementie te bezoeken of op pad te gaan met een zorgintensief kind. Ook is een groep vrijwilligers flexibel inzetbaar. Zij maken het onder andere mogelijk dat een mantelzorger op bezoek kan bij familie elders in het land.

Jonge mantelzorgers

Eén op de vier kinderen en jongeren groeit op met zorg, bijvoorbeeld omdat zij een zieke ouder hebben of een broertje met een beperking. Alle redenen om deze jongeren ontspanning te bieden en de kans om onderling ervaringen uit te wisselen. Jonge mantelzorgers gingen onder andere naar de bios, naar het blote voetenpad of een graffiti-workshop.

Ruim 400 jongeren namen deel aan de activiteiten. We koppelden 21 jongeren aan een **Ervaringsmaatje**. Dit zijn jonge mensen die zelf ook mantelzorger zijn of zijn geweest. Zij weten als geen ander hoe dat is. Zij gaan samen met een jongere erop uit. Door hun ervaring bieden ze steun. In het kader van de **Week van de Jonge Mantelzorger** konden we, met ondersteuning van Stichting Vrienden van de Kap, een campagne uitvoeren met advertenties en borden langs de weg, waarin Apeldoorners worden opgeroepen oog te hebben voor jonge mantelzorgers.

Een ouder: "De ondersteuning van het ervaringsmaatje bij mijn zoon is een schot in de roos geweest. Ze is zelfs op zijn verjaardag geweest, omdat hij heel graag wilde dat ze kwam. Dit is precies wat hij nodig had, iemand die er echt even speciaal voor hem is."

Mantelzorgers met een migratieachtergrond

Onderzoek laat zien dat mantelzorgers met een migratieachtergrond langer en intensiever mantelzorg verlenen dan gebruikelijk is in Nederland. Ze beginnen meestal al op jongere leeftijd met zorgen over een langere periode en zijn vaker overbelast. Met specifieke activiteiten voor deze doelgroep, waaronder een maandelijkse mantelzorgsalon en een reizend Alzheimer theehuis bereikten we meer dan 300 personen.

Een mantelzorger: "Wat ik het mooiste vind aan de mantelzorgsalon is de warme sfeer. Je voelt je echt gezien en begrepen. Even een momentje voor jezelf, waar je als mantelzorger echt tot rust kunt komen en ervaringen kunt delen met anderen die je begrijpen."

Waardering

We reiken voor de gemeente Apeldoorn jaarlijks de mantelzorgwaardering uit. Dit is een bedrag van 50 euro op een stadspas en voor jongeren een cadeaubon. In 2025 konden mantelzorgers ook kiezen voor een musical bij Orpheus. In 2025 hebben **6.800** mensen dit aangevraagd. Voor jongeren was er een aparte uitreiking op verschillende locaties.

In het kader van de Dag van de Mantelzorg konden mantelzorgers uit Apeldoorn en omliggende dorpen dit jaar kiezen uit vijftien verschillende gratis activiteiten. Mantelzorgers konden o.a. een avond naar Theater Orpheus, gebruik maken van een High Tea op Paleis 't Loo, een gezichtsbehandeling, een massage, een stadswandeling of een verrassingspakket ophalen bij de Kap. Hier namen ruim 600 mantelzorgers deel aan.



Reactie deelnemer op aanbod Dag van de Mantelzorg: "Het brede aanbod was heel mooi, voor een ieder zit er wel wat tussen."

Bewustwording: aandacht voor mantelzorg in Apeldoorn

We gingen in gesprek met een grote diversiteit aan professionals in zorg en welzijn in Apeldoorn met als doel aandacht voor mantelzorgers te vragen. Met diverse presentaties en netwerkgesprekken bereikten we meer dan 400 professionals. Vervangende mantelzorg/respijtzorg was daarbij een belangrijk thema. We werken actief samen met andere organisaties, bijvoorbeeld voor een dementievriendelijk Apeldoorn en ondersteuning van mantelzorgers van wie de naaste bij een zorgorganisatie woont.

Aandacht voor jonge mantelzorgers

Aanvullend hierop informeerden we periodiek meer dan 100 professionals die met jongeren werken. Dit om oog voor jonge mantelzorgers te stimuleren en te faciliteren. Ook gaven we gastlessen op diverse scholen over jongeren die opgroeien met zorg. We hebben gastlessen gegeven aan studenten van Aventus om hen als beginnende beroepsprofessionals bekend te maken met de doelgroep jonge mantelzorgers. Met een actuele flyer is het ondersteuningsaanbod in één oogopslag zichtbaar.

Werk & Mantelzorg

Een kwart van de werkenden - in de zorg zelfs een derde - is mantelzorger. Alle reden dus om werkgevers goed te informeren en te betrekken bij dit thema. We hebben een Masterclass georganiseerd over werk & mantelzorg. Aansluitend voerden we gesprekken met managers en medewerkers van P&O afdelingen van organisaties en bedrijven. We organiseerden een campagne in het kader van de Dag van de Mantelzorg. We gingen in gesprek op diverse locaties, met medewerkers van Paleis het Loo en zorginstelling 's Heerenloo. Vaak weten collega's niet van elkaar welke mantelzorgtaken zij uitvoeren. Het gesprek hierover aangaan blijkt zeer waardevol.

Reablement en Sterk Samenspel

We nemen deel aan een pilot 'reablement'. Dit is een manier van werken die is overgekomen uit Scandinavië. We werken met ouderen aan hun zelfredzaamheid. De aanpak heeft als doel om mensen zo onafhankelijk mogelijk te maken van zorg en dat zij zoveel mogelijk en zo lang mogelijk activiteiten (weer) zelf kunnen doen. Met hulpvragers, mantelzorgers, de thuiszorg en een ergotherapeut maken we een gezamenlijk plan. Dit is belangrijk, gezien enerzijds het groeiende aantal ouderen en anderzijds het afnemende aantal zorgprofessionals. Het wordt steeds belangrijker dat beroepskrachten in zorg en welzijn onderling goed samenwerken en ook het 'samenspel' met vrijwilligers en hulpvragers goed vormgeven. Hier werken we volop aan. Onder de noemer 'Sterk Samenspel' werken we met organisaties in zorg en welzijn aan een plan om mantelzorgers eerder te bereiken, bijvoorbeeld op het moment van opname van een naaste in het ziekenhuis.



Valpreventie en inzet technologie in de thuissituatie

We organiseerden met Stimenz, CODA en TZA een bijeenkomst over inzet van technologie in de thuissituatie. Niet alleen ter ondersteuning van de zorg, maar ook om het dagelijks leven aangenamer te maken. Vrijwilligers kunnen goed een rol vervullen om mensen kennis te laten maken met de vele mogelijkheden die er zijn. We hebben een kwartiermaker aan kunnen stellen die dit thema verder oppakt, waarbij we ook oog hebben voor valpreventie.

Ervaringskennis benut

Er zijn veel mensen die ervaring hebben met mantelzorg, die hun kennis en ervaring willen inzetten voor anderen. Dat doen bijvoorbeeld Ervaringsmaatjes van jonge mantelzorgers en gespreksleiders van groepen voor mantelzorgers met een naaste met dementie. Met partners in de stad, waaronder MEE Samen, organiseerden we najaar 2025 een bijeenkomst rond dit thema.

In 2025 zijn 5 afleveringen van onze podcast *Stille Helden* online gekomen. In het kader van erkenning en herkenning heeft dit een belangrijke functie. De podcast is zowel op YouTube als via Spotify te beluisteren. Zie bijvoorbeeld: [Stille Helden | No. 2 | Wim Nijman over zorgen, verliezen en jezelf terugvinden](#)



Geheugensteunpunt

Het Geheugensteunpunt biedt twee dagdelen per week activiteiten voor mensen met dementie, gericht op ontmoeting en breintraining. Er zijn zo'n 30 deelnemers per week. Aanvullend hierop hebben we een open inloopochtend: 'Kop & koffie'. Ook bieden we informatie en advies voor mensen met geheugenproblemen en hun naasten. We bieden cursussen en gespreksgroepen voor mantelzorgers. Het aanbod ontwikkelt zich steeds door. Zo maken we bijvoorbeeld gebruik van VR brillen om naasten dementie te laten ervaren. De groep Apeldoorners met dementie groeit en de verwachting is dat we (nog) meer kunnen bereiken als we vroegtijdig ondersteuning bieden. We hebben een plan uitgewerkt om de basisontmoetingsplekken dementievriendelijk te maken in samenwerking met onder andere Alzheimer Nederland. In 2026 gaan we dit implementeren.

Vrijwillige inzet in de informele zorg

Vrijwillige inzet in de informele zorg zorgt ervoor dat Apeldoornse bewoners kunnen meedoen aan de samenleving en langer zelfstandig kunnen wonen. Denk aan het samen boodschappen doen, een eenzaamheidsbezoekje, begeleiding naar en in het ziekenhuis, helpen met een klusje in de tuin en helpen de administratie op orde te krijgen. Een vrijwilliger kan een maatje zijn die je helpt om in beweging te komen of een vrijwilliger die rust brengt in een overbelast gezin. En het mooie is, de inzet levert vrijwilligers zelf ook veel op. Ze zijn van waarde voor de Apeldoornse samenleving, leren nieuwe mensen kennen en doen nieuwe vaardigheden op. De Kap heeft veel trouwe vrijwilligers, daar zijn we blij mee. Tegelijkertijd voeren we diverse activiteiten en campagnes uit voor meer diversiteit en verjonging in ons vrijwilligersbestand.

Vrijwillige inzet

Onderstaand overzicht laat zien dat vrijwilligers veel werk hebben verzet in 2025: ruim 700 vrijwilligers ondersteunden Apeldoorners bij meer dan 3.300 hulpvragen. Hierdoor zijn kwetsbare Apeldoorners meer zelfredzaam en kunnen zij langer zelfstandig wonen. Het aantal aanvragen blijft hoog.

Praktisch en sociaal: vrijwilligers bieden zowel praktische als sociale ondersteuning. Vaak loopt het één ook over in het ander. Vooral bij vervoer & begeleiding zien we een forse stijging van de vraag. Vrijwilligers rijden niet alleen naar het ziekenhuis of een andere zorginstelling, maar zij begeleiden ook en gaan zo nodig mee tot in de spreekkamer. Voor ouderen met een beperkt sociaal netwerk is dit van groot belang. Ook de vraag naar sociale steun blijft groot. We zien een toenemende ondersteuning in de dorpen. We signaleren dat de complexiteit in de vragen toeneemt en merken dat mensen langer zelfstandig thuis blijven wonen, bijvoorbeeld ook met beginnende dementie.

Een samenwerkingspartner: "Dat was een fijne actie van de Kap, Present en Leergeld. De slaapkamer van dat jochie van 5 jaar was helemaal leeg. Hij kan er nu fijn slapen en zijn speelgoed opbergen. Chapeau!"

	HULPVRAGEN	VRIJWILLIGERS
Vervoer & begeleiding	1084	56
Tuin-, klus- & pc-hulp	425	55
Sociale hulp (boodschappen, eenzaamheidsbezoekjes, etc.)	422	274
Hulp in de dorpen	459	50
Maatjes Apeldoorn	120	60
(met ontwikkeldoel)		
Thuisadministratie & schuldhulp	559	62
(incl. aanvragen voedselbank)		
Respijtzorg (wekelijks & flexibel)	131	46
Steun bij rouw	59	17
Palliatieve terminale zorg	80	34
Ervaringsmaatjes	21	15
Vrijwillige inzet mantelzorgers (o.a. platform Ouders, gespreksleiders)		16
Overige vrijwilligers (kantoor, bestuur, etc.)		16
TOTAAL	3360	701

* waarvan circa 50 vrijwilligers zich bij meerdere activiteiten hebben ingezet

Vanuit Maatjes Apeldoorn ontwikkelden we een plan om hulpvragers met meer complexe vragen te kunnen ondersteunen. Dit voeren we in 2026 uit met het Oranje Fonds, Stimenz, Riwis en GGNet.

Voor goede ondersteuning bij schulden en thuisadministratie sloten we een samenwerkingsovereenkomst met de gemeente Apeldoorn, Humanitas en Schuldhulpmaatje Apeldoorn. Door de krachten te bundelen zijn we complementair aan elkaar in de ondersteuning naar inwoners.

Medewerker Samen055: "Een vrijwilliger van jullie helpt al geruime tijd bij deze meneer. Waar de lijn met hulpverlening regelmatig is verbroken, blijkt dit een hele stabiele factor. Een mooie geslaagde match."

Mantelzorgondersteuning: Vrijwilligers zijn ook van grote waarde voor de ondersteuning van mantelzorgers. Als een vrijwilliger de zorg overneemt voor enkele uren, kan een mantelzorger met een gerust hart boodschappen doen of even iets voor zichzelf. De meeste vrijwilligers ontlasten wekelijks een mantelzorger. Ook komt er meer flexibele ondersteuning, bijvoorbeeld een vrijwilliger die extra omziet naar een oudere tijdens vakantie van een mantelzorger.

Palliatieve & terminale zorg: Als mensen weten dat ze niet meer beter worden kan een vrijwilliger een luisterend oor bieden. Ook als mensen de wens hebben om thuis te sterven, maar een beperkt netwerk hebben, zijn de Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg (VPTZ) voor hen beschikbaar. Zij bieden ter ondersteuning van mantelzorgers en beroepsmatige zorg praktische hulp, aandacht, een luisterend oor en/of waken bij een stervende.

Samen met organisaties elders in het land en VPTZ

Nederland werken we aan een project om de samenwerking met zorgpartners te versterken en (eerder) bij hen in beeld te komen. De beroepscoördinator neemt deel aan het Netwerk Palliatieve Zorg Oost-Veluwe. In dit netwerk werken zorg-, welzijn- en vrijwilligersorganisaties in de regio samen om de palliatieve zorg zo goed mogelijk te organiseren en af te stemmen op de behoeften van patiënten en naasten.

Steun bij rouw: Vrijwilligers bieden een luisterend oor na het overlijden van een naaste, bijvoorbeeld een partner of volwassen kind. Naast vrijwilligers die individueel bij mensen thuis op bezoek gaan, is er een wandelgroep. Dit blijkt aan een belangrijke vraag te voldoen.

Een mantelzorger: *"Ik zou andere mantelzorgers zeker adviseren respijtzorg te overwegen. Vrijwilligers betekenen veel. De eventuele weerstand weegt niet op tegen de voordelen die de mantelzorger ervan heeft. Door de verhoogde levenskwaliteit van de mantelzorger komt er meer energie en bereidheid tot zorgen."*

Reactie van familie na vrijwillige palliatieve zorg: *"Wij zijn ongelooflijk dankbaar voor jullie hulp, ook al was het maar 1 nacht. Het deed ons goed om te zien dat we er niet alleen voor stonden. Dank!"*

Werving en binding van vrijwilligers

Werving en binding van vrijwilligers heeft onze voortdurende aandacht. We werken nauw samen met Apeldoorn Pakt Aan (APA), de Apeldoornse

vrijwilligerscentrale. We organiseerden bijvoorbeeld gezamenlijk een vrijwilligersmarkt in Orpheus. Om meer diversiteit te realiseren in ons bereik werken we samen in het project **Kleurrijke Informele Zorg**.

Door inzet van meer vrijwilligers met een migratieachtergrond kunnen we ook meer hulpvragers met diverse achtergronden bereiken en

vice versa. Ook werken we samen met **bedrijven** waarbij medewerkers worden gestimuleerd om onder werktijd vrijwilligerswerk te doen, bijvoorbeeld een boodschapje. Daarbij spelen we in op de toenemende wens van vrijwilligers om **flexibel** te kunnen zijn. Niet alle Apeldoorners kunnen of willen zich voor langere termijn verbinden. Ook dan kunnen ze van grote waarde zijn.

Vrijwilligers kunnen rekenen op **waardering**. Dit doen we met trainingen, maar ook met jaarlijkse bedankjes en bijeenkomsten. Trainingen gaan bijvoorbeeld over grenzen stellen, 'niet pluis gevoel', communicatie en gespreksvoering. Voor de trainingen werken we onder andere samen met APA en VPTZ.

De vrijwillig coördinatoren van de Kap vervullen een belangrijke rol in de koppeling van vraag en aanbod en het monitoren van de voortgang. Zij komen periodiek bijeen voor afstemming en intervisie. Vrijwilligerswerk bij de Kap biedt Apeldoorners de kans om bij te dragen en zichzelf te ontwikkelen.

Een vrijwilliger: *"Ik vind dat jullie er alles aan doen om elkaar te ontmoeten en scholing te organiseren."*

Een hulpvrager: *"Het luisterend oor was voor mij het meest belangrijk en dat was er!!!"*

Een vrijwilliger: *"Het is een win-win situatie, je doet wat voor een ander maar het levert je ook wat op, dat is verrassend."*

Vrijwilligerswerk kun je doen naast je werk of samen met je collega's. Ook voor diegenen voor wie betaald werk niet meer mogelijk of aan de orde is, vervult de Kap een belangrijke rol in het meedoen in de samenleving.

De organisatie

De Kap is een stichting met ANBI status. We werken met een team van ruim 20 (parttime) beroepskrachten, zo'n 30 coördinerend vrijwilligers en honderden vrijwilligers in de uitvoering. Het toezichthoudend bestuur stelt het algemeen beleid vast en ziet toe op de uitvoering hiervan.

Ervaringen en effecten

Vrijwilligers: Vrijwilligers geven hun werk bij de Kap een ruime 8. Men doet voor 97% het werk met plezier en men voelt zich hierdoor nuttig (93%). In totaal geeft 46% aan zichzelf te ontwikkelen door het vrijwilligerswerk bij de Kap. De overgrote meerderheid is van plan actief te blijven als vrijwilliger.

Een vrijwilliger: "Het is fijn dat ik wat voor een ander kan doen ondanks mijn eigen lichamelijke beperking. Je wilt dan graag onder de mensen blijven en hier draagt de Kap een steentje aan bij."

Hulpvragers: Hulpvragers geven ons gemiddeld het rapportcijfer 8,5. Uit het **ervaringenonderzoek** van maart 2025 blijkt dat hulpvragers door de ondersteuning beter in hun vel zitten, dat er praktische problemen worden opgelost en de kwaliteit van leven is verbeterd. Belangrijk voor ons is ook dat hulpvragers het gevoel hebben dat er vanuit de Kap naar hen geluisterd wordt.

Een hulpvrager: "Het is fijn dat ik de vrijheid houd om zelf keuzes te maken en advies mag vragen. Mijn vrijwilliger helpt me om te ordenen en zet mijn uitgaven overzichtelijk op een rijtje. Mijn leven wordt door hem beter hanteerbaar."



Mantelzorgers: Mantelzorgers ervaren de ondersteuning door de Kap als laagdrempelig. We krijgen een rapportcijfer 7,5. Mantelzorgers hebben meerdere redenen om zich in te schrijven bij de Kap; voor 86% is de mantelzorgwaardering de aanleiding, voor 50% is informatie en advies belangrijk en meer dan 40% van de respondenten nam deel aan activiteiten in het kader van de Dag van de Mantelzorg.

Samenwerking formele en informele zorg

We werken nauw samen met andere organisaties in de informele zorg, dat doen we met het Netwerk Informele Zorg Apeldoorn. De samenwerking met de beroepsmatige zorg vullen we onder andere in via het Netwerk Dementie en Palliatieve Zorg Oost-Veluwe. We zijn ook actief in veel wijkverbanden. We investeren in samenwerking tussen vrijwilligers, mantelzorgers en beroepskrachten. We kunnen concluderen dat we in Apeldoorn al mooie voorbeelden hebben van samenwerking. Wat we hieruit leren is dat het belangrijk is elkaar te kennen en soms letterlijk elkaar even in de ogen te kijken. Een gezamenlijke intake door een beroepskracht en vrijwilliger kan van meerwaarde zijn, of juist een gezamenlijke evaluatie. Belangrijk vinden we vooral de gelijkwaardigheid van vrijwilligers en beroepskrachten en het wederzijds informeren; dan werken we goed aanvullend op elkaar. Een belangrijke partner in de samenwerking en doorverwijzing is **Samen055**.

Met inzet van de ervaring van onze collega's van Handjehelpen ontwikkelen we een stagebureau Informele Zorg Apeldoorn. Jonge professionals maken hierdoor tijdens hun studie kennis met de informele zorg, kennis en ervaring die ze meenemen in hun verdere loopbaan én het levert ons extra, jonge vrijwilligers op. We onderzoeken nu of we ook [ketenstages](#) kunnen opzetten. Met ketenstages maken toekomstige zorgprofessionals kennis met de informele zorg door gedurende hun stage één dagdeel per week stage te lopen in de rol van vrijwilliger 'achter de voordeur'.

Netwerk Informele Zorg Apeldoorn (NIZA). In Apeldoorn zijn veel vrijwilligersorganisaties actief in de informele zorg. Een netwerkregisseur - die werkt vanuit de Kap - is aanjager van dit netwerk: het **Netwerk Informele Zorg Apeldoorn (NIZA)**. Zij inspireert, verbindt en faciliteert vrijwilligersorganisaties. Het netwerk richt zich op het versterken van het functioneren, de zichtbaarheid en de onderlinge samenwerking tussen informele zorgorganisaties in Apeldoorn. Ook voeren we activiteiten uit die erop gericht zijn de zichtbaarheid bij en samenwerking met formele (zorg)partners te versterken zodat vrijwillige inzet optimaal wordt benut in Apeldoorn.

Er zijn meer dan 50 organisaties aangesloten bij het NIZA. Met een kerngroep van leden stelden we een werkplan op en in werkgroepen gingen we met thema's aan de slag. Met een werkgroep organiseerden we een bijeenkomst met interactief theater over de **samenwerking tussen formele en informele zorg**. Ook waren er diverse workshops en trainingen voor vrijwilligers in de informele zorg, over bijvoorbeeld EHBO en omgaan met verward gedrag.

Met inzet van ambassadeurs informele zorg konden we beroepskrachten in zorg en welzijn helpen 'door de bril van de informele zorg' te kijken en vragen voor vrijwillige inzet direct te koppelen aan de lid organisaties van NIZA. De ambassadeurs sluiten aan bij de Samen055-locaties en één van hen is actief in de dorpen. Zij hebben gezamenlijk **637 verwijzingen** gedaan. Dat is bijna een verdubbeling ten opzichte van vorig jaar. De meeste vragen komen vanuit de wijkteams omdat de ambassadeurs deelnemen aan de wekelijkse casus-overleggen.

Medewerker Samen055: *"Als wijkconsulent heb ik in mijn caseload niet de ruimte om up-to-date te blijven van alle mogelijkheden rondom informele zorg, daarom is de ambassadeur voor mij zo belangrijk."*

Samen krijgen we veel voor elkaar!