



Sociaal Jaarverslag 2019

Kwetsbare ouderen met elkaar verbinden, dat is onze missie. Met heel ons hart slaan wij een brug tussen vergeten worden en aandacht krijgen.



Dit hebben we bereikt in 2019

Met je hart blijft groeien doordat wij anderen inspireren en motiveren om zelf in beweging te komen en actief een bijdrage te leveren aan het probleem van eenzaamheid in de eigen buurt. Door onze unieke aanpak, kunnen we nog meer kwetsbare ouderen bereiken. Elke oudere telt voor ons.



29 actieve gemeenten

In 2019 kwamen er 3 nieuwe gemeenten bij

Amsterdam, De Bilt, Den Bosch, Blaricum, Boxtel, Breda, Dongen, Eemnes, Eindhoven, Gilze en Rijen, Goirle, Horst aan de Maas, Laren, Maastricht, Montfoort-Linschoten, Nijmegen, Noordwijk-Noordwijkerhout, Oisterwijk, Oosterhout, Oss, Sneek, Tilburg, Utrecht, Valkenswaard, Veghel, Vught, Waalre, Weert, Zeist.



Ontmoetingen: verzachten van eenzaamheid

Door het mogelijk maken van waardevolle, structurele ontmoetingen dragen we bij aan het verzachten van gevoelens van eenzaamheid. We nodigen ouderen persoonlijk uit, we halen ze op en brengen ze weer thuis.

Onzichtbare ouderen

Met je hart zet zich in voor de vergeten groep, zelfstandig wonende ouderen die gezien hun fysieke, mentale, sociale of financiële situatie eenzame gevoelens ervaren.



2.442 ouderen

namen deel aan de ontmoetingen

Door onze unieke samenwerking met zorgprofessionals en onze lokale zichtbaarheid, krijgen we deze ouderen in beeld.

Vrijwillig ondernemerschap

Met je hart inspireert mensen om zelf in beweging te komen. De Met je hart kernteams (vrijwilligers!) kenmerken zich door ondernemerschap, creativiteit, enthousiasme én betrokkenheid. En zij inspireren ook anderen weer.



1.212 vrijwilligers

waren in 2019 onze onmisbare helpende handen

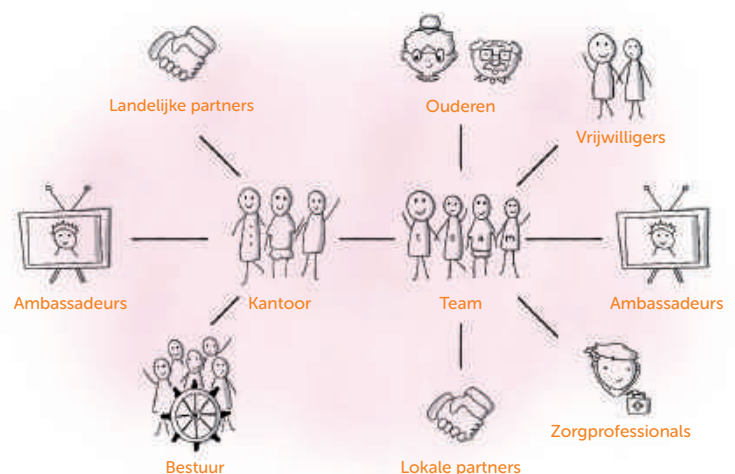
Met je hart vrijwilligers zijn intrinsiek gemotiveerde mensen die vanuit hun eigen talent een rol vervullen in de organisatie en de totstandkoming van ontmoetingen. Zij slaan de handen ineen met bedrijfsleven, horeca, (zorg)organisaties, serviceclubs en scholen.



15.039 waardevolle ontmoetingen

met een structureel terugkerend karakter

We helpen mensen (letterlijk) de drempel over en geven ze de gelegenheid om in contact te komen met anderen om zo nieuwe contacten op te doen en nieuwe vriendschappen op te bouwen. Dat doen we in de eigen buurt en met inzet van vrijwilligers.



Door onze ontmoetingen dragen wij bij aan het verminderen van eenzaamheid. Wij proberen daarbij zoveel mogelijk mensen te inspireren om in actie te komen.

Fondsenwerving en zichtbaarheid: EET met je hart

De EET met je hart campagne is qua zichtbaarheid en financiële middelen belangrijk voor ons.



530 actieve restaurants

met onze EET met je hart campagne

Gedurende een periode van 6 weken, van 1 november tot half december vragen restaurants in onze actieve gemeenten een vrijwillige bijdrage aan gasten waarmee de waardevolle ontmoetingen (in lokale restaurants) kunnen worden georganiseerd.

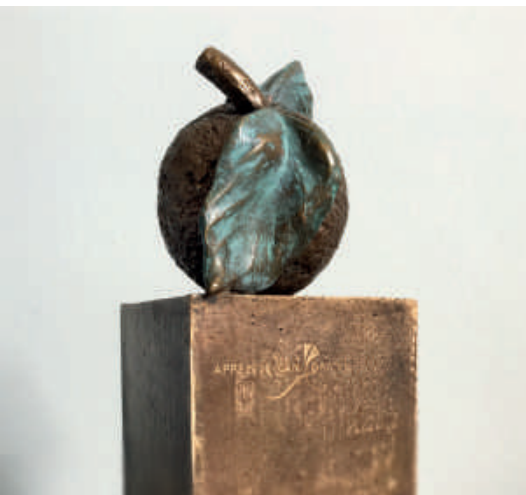


Naast financiële middelen zorgt de campagne voor extra zichtbaarheid, om mensen te inspireren bij te dragen aan de missie en ambitie van Met je hart.

Bijvoorbeeld door geld te geven of door tijd, producten, communicatiekracht, menskracht of door locaties ter beschikking te stellen voor waardevolle ontmoetingen voor kwetsbare ouderen.

Deze donaties worden volledig besteed aan het organiseren van waardevolle ontmoetingen in dezelfde gemeente. Veel deelnemende restaurants openen gedurende het jaar hun deuren voor terugkerende ontmoetingen. Wij zijn trots op deze samenwerking.

Naast alle ontmoetingen zijn de volgende bijzondere momenten in 2019 zeker het vermelden waard.



Om daadwerkelijk gevoelens van eenzaamheid te kunnen verzachten, organiseert Met je hart op structurele basis ontmoetingen voor kwetsbare ouderen. Ruim 15.000 ontmoetingen op jaarbasis bij een groot aantal horecagelegenheden, georganiseerd met talloze vrijwilligers in samenwerking met een variëteit aan partners, scholen, zorgorganisaties, serviceclubs en bedrijfsleven... maar, bij Met je hart gebeurt meer.

JANUARI - Het jaar begon goed voor Met je hart toen we hoorden één van de kanshebbers te zijn van een Appeltje van Oranje van het OranjeFonds. De Appeltjes van Oranje worden jaarlijks vanuit het OranjeFonds uitgereikt aan drie sociale projecten die op succesvolle wijze verschillende groepen mensen verbinden en die ervoor zorgen dat mensen weer meedoen in de samenleving. Na zorgvuldige voorbereiding heeft founder Babs van Geel met haar hart (en ziel) gepitched voor het Appeltje en met succes: Met je hart hoorde bij de 12 genomineerden.

FEBRUARI - Het NRC gaf extra aandacht aan eenzaamheid door het ontwikkelen van een bijzondere reportage waarin jong en oud in beeld worden gebracht. Een prachtige documentaire van slechts 9 minuten, maar met een enorme impact.

Ook één van 'onze' ouderen, Ad, was zichtbaar in deze documentaire. Nadat hij zijn vrouw verloor, kwamen de eenzame gevoelens naar boven. Jarenlang nam hij deel aan onze ontmoetingen en hebben wij zijn eenzaamheid kunnen verzachten.



MAART - De 15e editie van Nationale Pannenkoekdag stond, op vrijdag 22 maart, helemaal in het teken van pannenkoekenbakken Met je hart. Scholen door het hele land bakten pannenkoeken voor ouderen. De winnares van onze kleurwedstrijd, Naomi, won vier exemplaren van haar tekening als placemat. Onze ambassadeur van Met je hart Waalre, Pieter van den Hoogenband, stroopte de mouwen op om op de basisschool van zijn kinderen pannenkoeken te bakken. Nationale Pannenkoekdag is een initiatief van Tefal en Koopmans.



Ons Met je hart team in Amsterdam verwelkomende, naast actrice en zangeres Hadewych Minis ook voorzitter van Koninklijke Horeca Nederland Amsterdam Pim Evers als ambassadeur voor onze hoofdstad.







Structurele ontmoetingen in 29 actieve gemeenten

Kwetsbare ouderen met elkaar verbinden, dat is onze missie. Met heel ons hart
slaan wij een brug tussen vergeten worden en aandacht krijgen.



APRIL - Via het SBS6 actualiteiten-programma Hart van Nederland werd op woensdagavond 24 april, aan de wereld kenbaar gemaakt dat Met je hart één van de winnaars van het Appeltje van Oranje werd. Jaarlijks worden er drie Appeltjes uitgereikt, waarbij één groter in omvang is.



MEI - Met je hart werd zichtbaar voor tienduizenden mensen toen een prachtige Met je hart foto van vakfotograaf Remko de Waal gepubliceerd werd in Het Sociaalste Straatje van Nederland op het drukste station van Nederland, Hoog Catherijne in Utrecht.



"Deze grote Appel gaat naar een initiatief dat maatschappelijk van groot belang is. Een initiatief dat ondernemend en innovatief is en dat in veel lokale gemeenschappen een enorme impact heeft. Een initiatief dat de meest uiteenlopende vrijwilligers motiveert en mobiliseert".

JUNI - Op 4 juni is de jaarlijks terugkerende Nationale Opa- en Omadag. In aanloop naar deze dag besloot onze partner SPAR een speciale cadeaubox te ontwikkelen voor opa's en oma's en voor Met je hart. Met je hart kreeg de nodige zichtbaarheid en financiële steun door de verkoop van deze cadeaubox.



Op Paleis Noordeinde mochten wij op donderdagochtend 23 mei het Grote Appeltje van Oranje in ontvangst nemen uit handen van én met de lovende woorden van Koningin Máxima.

JULI - Wij ontvingen Koningin Máxima bij een ontzettend mooie ontmoeting in Breda op 3 juli. In restaurant Oncle Jean ging Koningin Máxima met ons in gesprek om de



Met je hart aanpak en werkwijze beter te leren kennen, om te horen en te zien wat vrijwilligers drijft én om met onze ouderen in gesprek te gaan over wat Met je hart voor hen betekent in het dagelijks leven.

AUGUSTUS - Het minstens zo enthousiaste Met je hart team in Gilze en Rijen ging van start. Het team zorgde ervoor dat we ook burgemeester Jan Boelhouwer als nieuwe ambassadeur konden omarmen.



In juli gingen twee nieuwe Met je hart teams van start. Met je hart Oosterhout bestaat uit vier dames met goede energie. Zij vonden saxofonist Antoine Trommelen, kinderboekenschrijver en columnist Eus Roovers én burgemeester Mark Buijs, bereid om zich als ambassadeur te verbinden aan Met je hart.

Het team Met je hart Horst aan de Maas volgde snel. Zij hadden burgemeester Ryan Palmen paraat als ambassadeur en ook konden zij zangeres en actrice Renée van Wegberg omarmen als nieuwe ambassadeur van Met je hart.

Kijk op www.metjehart.nl voor meer informatie.





SEPTEMBER - Directeur-bestuurder MOZON Montessorionderwijs Lex Spee en Stadsprins van Weert Frank van Dooren (Met je hart Weert) en zangeres Dorien Habraken (Met je hart Boxtel) mochten wij als nieuwe ambassadeurs omarmen. Met mooie publicaties in internationale tijdschriften MarieClaire en Flair kregen we opnieuw aandacht voor de topvrouwen van Met je hart, vrouwen die een Met je hart team zijn gestart in hun gemeente.

OKTOBER - De eerste ontmoeting in Noordwijk was een feit en daarmee konden we proosten op de uitbreiding van het team in Noordwijkerhout. Het Met je hart team was klaar om voor ouderen in Noordwijkerhout én Noordwijk ontmoetingen te organiseren. En naast de Noordwijkse ambassadeur en loco-burgemeester Sjaak van den Berg, konden we als kers op de taart ook een nieuwe ambassadeur verwelkomen, comédienne en cabaretière Tineke Schouten. In Zeist mochten we zanger Henk Dissel in de armen sluiten als nieuwe ambassadeur voor Met je hart Zeist.



De eenzaamheidsproblematiek in Nederland is groot en om dit te doorbreken en bewustwording te creëren is het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport het initiatief Eén tegen Eenzaamheid gestart.

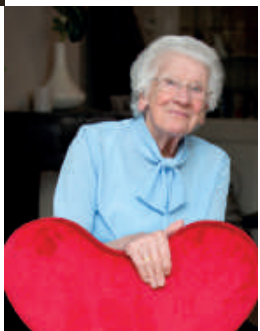


Met je hart is partner van dit initiatief. Onze founder en fotograaf Babs van Geel heeft samen met dichter Just van den Bosch een indrukwekkende expositie ontwikkeld over eenzaamheid die werd tentoongesteld op station Hoog Catharijne in Utrecht.



De expositie vormde een inleiding op het omroep MAX live programma 'Eén tegen eenzaamheid' van Omroep MAX. Woensdagavond 16 oktober was Met je hart in het programma zichtbaar als vertegenwoordiger van de doelgroep ouderen. Dichter Just van den Bosch droeg een mooi gedicht voor aan één van de Met je hart ouderen. De fotoreportage van Babs kreeg eveneens een mooie spot in deze uitzending.

NOVEMBER & DECEMBER - Opnieuw hebben we tijdens onze EET met je hart campagne ingezet op bewustwording, steun en zichtbaarheid. Tijdens de zes weken durende campagne wordt restaurantgasten om een vrijwillige donatie gevraagd.



Help je mee?
Uit eten staat voor gezellig samen zijn en genieten. In november en december deel je een beetje van dit geluk door een vrijwillige donatie van € 1,- per tafelrekening. Met deze euro laat je ouderen weer meedoen in hun eigen buurt.



Wil je meer geven?
Laat het de bediening even weten.

In 2019 is de campagne uitgebreid. Naast de tafelkaartjes voor onze restaurants, was het ook mogelijk om een euro te doneren bij een karaf water of bij een speciaal geormerkt Met je hart gerecht of product.

Zo is door enkele teams ook de lokale slagerij gestimuleerd om zich voor de Met je hart ouderen in te spannen. Met een QR code hebben we geprobeerd om iedereen die iets voor Met je hart kan en wil doen, aan te spreken op hun (potentiële) rol.

Cabaretier, schrijver en acteur Leo Alkemade werd één van onze ambassadeurs voor Met je hart Tilburg.



In december is het voor ons ook het moment om tijdens de Nationale Vrijwilligersdag even echt stil te staan bij de inspanning die vrijwilligers leveren om de wereld van kwetsbare ouderen mooier te maken.



Ouderen worden persoonlijk uitgenodigd, opgehaald, thuisgebracht en begeleid door vrijwilligers van Met je hart. Juist als mensen de deur niet meer uit (kunnen) komen is vervoer onmisbaar en zijn wij dankbaar voor iedereen die ons hierin helpt.



De Met je hart ontmoetingen geven ouderen de gelegenheid om in contact te komen met anderen en nieuwe vriendschappen op te bouwen. Ze bieden verbinding, (nieuwe) herinneringen, oude bekenden, een nieuw tijdsverloop en nieuwe energie.

Dit kun jij doen

In 2025 heeft Nederland naar schatting 1 miljoen kwetsbare ouderen, mensen die moeilijk de deur uitkomen en weinig andere mensen ontmoeten. Wil jij ons helpen? Dat kan!

Sluit aan bij één van onze bestaande teams óf start een Met je hart team in je eigen gemeente, zodat wij met elkaar nog meer ouderen in ons hart kunnen sluiten.

***"Want samen een klein beetje
Wordt al gauw een heleboel
En zo samen één voor één
zal de eenzaamheid doen
ontdooien
Zo maken we de wereld
een beetje mooier."***

Babette Tasserion
Wereld Poëziedag, maart 2019

Wil je meer info? Stuur een e-mail naar info@metjehart.nl of ga naar: www.metjehart.nl.

Wij zijn elkaars medicijn tegen eenzaamheid.

Met je hart is sinds haar start in 2013 gegroeid tot een unieke en grote vrijwilligers- en netwerkorganisatie. Mensen die geïnspireerd zijn door het concept staan in eigen gemeente op, vormen een kernteam en vinden om hen heen nog meer mensen die bereid zijn om vanuit hun eigen mogelijkheden een bijdrage te leveren aan de (totstandkoming van) ontmoetingen voor kwetsbare ouderen.

Juist die verbinding en betrokkenheid tussen ouderen en vrijwilligers, met de zorg, met restaurants, maar ook steeds meer met jongeren, serviceclubs, ambassadeurs, ondernemers, organisaties, bedrijven en burgers zorgen voor een toenemende bewustwording en bekendheid over het maatschappelijke probleem van eenzaamheid onder thuiswonende ouderen. Door onze zichtbaarheid zijn er steeds meer burgers en ondernemers bereid óók op te staan tegen eenzaamheid. Zo creëren we een beweging.

In 2019 hebben wij steun ontvangen van een groot aantal partners. Vanuit bedrijfsleven, vanuit fondsen en op allerlei manieren vanuit de lokale gemeenschap. Wij zijn ontzettend dankbaar voor iedereen die met zijn of haar hart is opgestaan tegen eenzaamheid en we hopen iedereen blijvend te inspireren om zich daar de komende jaren ook voor in te zetten.



Wij inspireren en verbinden mensen ook om zelf in actie te komen. Wij zijn immers elkaars medicijn tegen eenzaamheid. Op steeds meer plekken in Nederland ontstaan mooie verbindingen tussen jong en oud, mensen die hun eigen talent voor een ander inzetten.



Veel restaurants openen naast de EET met je hart campagne ook hun deuren voor terugkerende ontmoetingen. Onze samenwerking met de horeca is belangrijk, omdat we ouderen een plek geven waar het fijn en gezellig is en waar mensen altijd welkom zijn.

Onze missie

Kwetsbare ouderen met elkaar verbinden. Dat is onze missie. Met heel ons hart slaan we een brug tussen vergeten worden en aandacht krijgen. We zorgen dat mensen er zijn voor elkaar, dat ze elkaar ontmoeten. Want wij geloven dat samen zijn en samen ondernemen het leven fijner en rijker maakt. Hier zetten we ons graag voor in. Persoonlijk en oprecht. Samen met anderen. Met ons hele hart.

