Gemeente Amsterdam

Jaarplan Sociale Basis West 2025

Voorwoord

Voor u ligt het jaarplan 2025 voor de sociale basis in stadsdeel West. In dit document leest u welke inzet het stadsdeel pleegt om haar sociale basis stevig, wendbaar en actueel te houden. 2025 is hierin een bijzonder jaar. Het is het eerste jaar dat het nieuwe stedelijke beleidskader in werking treedt. En daarmee ook de meerjarige subsidieverlening van een groot deel van de activiteiten die onze partners in de wijk uitvoeren. Dat doen zij niet alléén, maar in samenwerking met elkaar en met hulp van wijkbewoners en vrijwilligers.

De activiteiten zijn gegroepeerd naar de thema's van gebiedsgerichte opgave die we geformuleerd hebben voor de komende periode. Namelijk: sociale cohesie, jeugd, ouderen, armoede, gezondheid en eenzaamheid. Per thema beschrijven we de opgave, het huidige aanbod en de specifieke inzet in 2025. We hebben getracht om zo goed mogelijk inzicht te geven in deze rijke schakering van activiteiten. Tegelijkertijd weten we dat sociale problematieken van mensen meervoudig en complex zijn. En daarmee ook ons aanbod. We bestrijden nóóit alleen maar armoede of alleen maar eenzaamheid. Vaak gaat deze inzet hand in hand en dient zij meerdere doelen.

Voor de leesbaarheid van dit stuk hebben wij geprobeerd zoveel mogelijk te focussen op activiteiten, en niet op de uitvoerende partners. In de bijlage treft u een overzicht aan van de partners die de sociale basis in West uitvoeren. Bij het uitvoeren van activiteiten houden partners zoveel mogelijk met de duurzaamheidsdoelen die de gemeente heeft gesteld. Voor diversiteit is een separaat plan opgesteld. Ook West Beweegt heeft een separaat plan.

Wij zijn trots op de activiteiten die wij dit jaar aanbieden. We hopen de komende jaren verder te kunnen bouwen aan onze sociale basis, samen met onze partners, bewoners, vrijwilligers en collega's in de gebieden.

Inhoud

1 Sociale Cohesie 5
1.1 Inleiding 5
1.2 De Baarsjes/Oud-West 5
1.3 Westerpark 6
1.4 Bos en Lommer 7
1.5 Inzet in 2025 8

2 Jeugd 9
2.1 Inleiding 9
2.2 Aanbod in elk gebied 9
2.3 De Baarsjes/Oud-West 10
2.4 Westerpark 11
2.5 Bos en Lommer 11
2.6 Inzet in 2025 11

3 Ouderen 13
3.1 Inleiding 13
3.2 Aanbod in elk gebied 13
3.2 De Baarsjes/Oud-West 14
3.3 Westerpark 14
3.4 Bos en Lommer 15
3.5 Inzet in 2025 15

4 Armoede 17
4.1 Inleiding 17
4.2 Aanbod in elk gebied 18
4.3 De Baarsjes/Oud-West 19
4.4 Westerpark 19
4.5 Bos en Lommer 20
4.6 Inzet in 2025 20

5 Gezondheid 21
5.1 Inleiding 21
5.2 Aanbod in elk gebied 21
5.3 De Baarsjes / Oud-West 21
5.4 Westerpark 22
5.5 Bos en Lommer 22
5.6 Inzet in 2025 22

6 Eenzaamheid 23
6.1 Inleiding 23
6.2 Aanbod in elk gebied 24
6.3 De Baarsjes/Oud-West 24
6.4 Westerpark 25
6.5 Bos en Lommer 25
6.6 Inzet in 2025 25

BIJLAGE: OVERZICHT VAN PARTNERS SB 27

1 Sociale Cohesie

1.1 Inleiding

Wat is sociale cohesie? Over het algemeen wordt sociale cohesie gedefinieerd als de mate waarin (groepen) mensen zich verbonden voelen met elkaar en hun omgeving. Vrijwel alle activiteiten in de Sociale Basis dragen bij aan de sociale cohesie in de stad. De Sociale Basis is de plek waar inwoners elkaar vinden en ontmoeten. Of dit nu bij een taalles is, bij een bijeenkomst over mantelzorg of tijdens een dialoogavond. Echter, om goed met elkaar de inzet te kunnen bepalen onder de focusopgave sociale cohesie en de resultaten daarvan te kunnen meten, is het van belang om een afbakening te maken. Hierom wordt er zoveel als mogelijk aangesloten bij gemeentelijke definiëring van sociale cohesie.

Om de mate van sociale cohesie in een buurt te meten bevraagt de gemeente Amsterdam buurtbewoners op de volgende vier stellingen:

- De mensen kennen elkaar in deze buurt nauwelijks.
- De mensen gaan in deze buurt op een prettige manier met elkaar om.
- Ik woon in een gezellige buurt waar mensen elkaar helpen.
- Ik voel me thuis bij de mensen die in de buurt wonen.

Sociale cohesie wordt daarmee collectief en lokaal. Het gaat over de mate van verbondenheid die inwoners met hun buurt en hun buren voelen.

In de Sociale Basis versterken we de uitwisseling tussen buurtbewoners en de mate van gevoelde verbondenheid op twee manieren: door het faciliteren van laagdrempelige ontmoetingsplekken in de buurt en door het stimuleren van activiteiten in de buurt die verbinding bevordert. Het buurtwerk speelt hierin een voorname rol, onder meer door het beheren van de Huizen van de Wijk en het stimuleren en ondersteunen van bewonersinitiatieven.

Onderstaand gaan we in op de opgave in de gebieden, volgens de gebiedsgerichte opgave (GOS) en het aanbod vanuit de Sociale Basis.

1.2 De Baarsjes/Oud-West

In dit levendige, dichtbevolkte gebied wonen mensen met zeer uitlopende (culturele) achtergronden én met grote verschillen in inkomen. Het stadsdeel wil de grote variëteit aan groepen beter bereiken en samenbrengen. Om dit te bereiken financiert het stadsdeel een aantal laagdrempelige ontmoetingsplekken en activiteiten gericht op ontmoeting, participatie en activering.

Het gebied kent een aantal fysieke ontmoetingsplekken, namelijk:

- Huis van de Wijk De Havelaar en Huis van de Buurt De Klinker
- Buurtkamer Bellamy, Jeltje, Corantijn en Howard
- Jongerenlocaties Cremerplein en The Mall
- Het Vrouwencentrum, Speeltuinen Jacob Maris en ASV Bilderdijk, ouderenvoorzieningen Nieuw Vredenburg en de Hudsonhof

De activiteiten en voorzieningen die het stadsdeel aanbiedt om de sociale cohesie op peil te houden en te stimuleren zijn:

- Het buurtwerk. Deze werksoort stimuleert en ondersteunt bewonersinitiatieven. Ze stimuleren en coachen individuele bewoners en bewonersgroepen tot het opzetten van activiteiten en initiatieven die gericht zijn op ontmoeting en ontplooiing in de buurt. Voorbeelden van activiteiten zijn: buurtkeukens, culturele en muzikale activiteiten, lhbtiq+-filmavonden, kerstvieringen, Iftars, Keti Koti-vieringen, buurtfeesten, spelletjesgroepen, workshops en dialoogtafels.
- Het jongerenwerk stimuleert op diverse manieren ontmoeting en verbinding in buurten. Zowel ontmoeting en verbinding tussen jongeren onderling als tussen jongeren en oudere bewoners. Dit gebeurt door middel van aansprekende activiteiten zoals het tuintjesproject en het zakgeldproject. Een uitgebreidere beschrijving van de activiteit is te vinden bij het hoofdstuk Jeugd.
- De jongeren van Eventhands organiseren daarnaast buurtactiviteiten, zoals buurtfestivals.
- Ook Vreedzaam West organiseert diverse activiteiten op het gebied van kinderparticipatie en de pedagogische omgangsvormen in de openbare ruimte.
- Andere organisaties in Baarsjes/ Oud West actief op dit thema zijn: Stichting Nadina, Stichting Meneer Howard en co, Stichting Warm Welkom (ook actief in de andere gebieden).

1.3 Westerpark

Westerpark is een gebied waar de sociale cohesie van oudsher sterk is. Het verbinden van nieuwe en oude bewoners is hier een opgave. Dat geldt ook voor de jeugd. Het verbinden van kwetsbare jeugd met niet kwetsbare jeugd heeft hier specifieke aandacht.

Het gebied kent de volgende ontmoetingsplekken:

- Huis van de Wijk De Horizon in de Spaarndammerbuurt
- Huis van de Buurt De Koperen knoop
- Buurtkamers De Bijenkorf, Parlarie, Nieuwe Reiger. Medio 2027 wordt een nieuwe buurtkamer opgeleverd in de Houthavens.
- Jongerenlocaties Volta, Barentszplein en Van Beuningenplein
- Overige ontmoetingsplekken zijn (niet uitputtend): meerdere speeltuinen, de Nassaukerk, Het Woeste Westen en Kinderboerderij Westerpark.

De activiteiten en voorzieningen die het stadsdeel aanbiedt om de sociale cohesie op peil te houden en te stimuleren zijn:

- Het buurtwerk. Deze werksoort stimuleert en ondersteunt bewonersinitiatieven. Ze stimuleren en coachen individuele bewoners en bewonersgroepen tot het opzetten van activiteiten en initiatieven die gericht zijn op ontmoeting en ontplooiing in de buurt. De activiteiten sluiten aan op de specifieke behoefte van bewoners. In Westerpark ondersteunt het buurtwerk Podium Horizon en loopt het project Bruggen Bouwen Spaarnhout. Dit project, in samenwerking met Cordaan, is gericht op het organiseren van activiteiten voor ouderen in de Spaarndammerbuurt en de Houthavens, en heeft mede als doel om de onderlinge verbondenheid tussen bewoners uit de verschillende buurten te stimuleren.
- Het jongerenwerk. Meer informatie over het jongerenwerk treft u in het hoofdstuk over het jeugdaanbod.
- Andere organisaties in Westerpark actief op dit thema zijn: Kerk en Buurt, Hebron en Stichting Samen Sterk Vrouwen West.

1.4 Bos en Lommer

Van alle gebieden in West is het gebied Bos en Lommer ruimtelijker ingericht, groener en minder dicht bevolkt. Het gebied wordt als voorloper gezien van de Westelijke Tuinsteden. Ook hier is de bevolkingssamenstelling zeer gemêleerd. Echter, de omgang tussen diverse bevolkingsgroepen in wordt minder positief beoordeeld dan elders in Amsterdam. Daardoor is hier een grotere opgave voor wat betreft het versterken van onderling begrip en verdraagzaamheid. Dit geldt ook voor het bespreekbaar maken van seksuele en genderdiversiteit, zowel onder jongeren als volwassenen.

Bos en Lommer kent de volgende fysieke ontmoetingsplekken:

- Huis van de Wijk De Mansveltschool
- Huis van de Buurt De Boeg
- Buurtkamer Gulden Winckel (momenteel gesloten, Q3 2025 oplevering tijdelijke cabins)
- Jongerenlocatie 't Landhuis
- Overige locaties (niet uitputtend) zijn: De Kit, speeltuinen (Gibraltar), Wachterliedpaviljoen

De activiteiten en voorzieningen die het stadsdeel aanbiedt om de sociale cohesie op peil te houden en te stimuleren zijn:

- Buurtwerk. Een bijzonder project in dit gebied dat wordt uitgevoerd door het buurtwerk is De Groene Kans. Hierbij wordt niet verkocht voedsel uitgedeeld aan buurtbewoners. Ook worden hiermee gezamenlijke maaltijden bereid.
- Jongerenwerk. Een uitgebreidere beschrijving is te vinden bij het hoofdstuk Jeugd.
- De jongeren van Eventhands organiseren daarnaast buurtactiviteiten, zoals buurtfestivals. Ook Vreedzaam West organiseert diverse activiteiten, al dan niet in samenwerking met andere organisaties.
- Andere vrijwilligers en (semi)professionele organisaties.

1.5 Inzet in 2025

Buurtplannen
De opgaven op het gebied van sociale cohesie zijn zo breed opgesteld dat dit onvoldoende richting geeft aan de inzet. De opgaven zijn daarnaast op gebiedsniveau beschreven, terwijl sociale cohesie op buurtniveau wordt gemeten. Het gaat immers over de manier waarop een buurtbewoner interacteert met de buurt en medebuurtbewoners en niet over hoe verbonden hij of zij zich voelt met het gebied, stadsdeel of de stad. En omdat buurten erg van elkaar verschillen, en daarmee ook de kansen en uitdagingen, is het van belang om de inzet op **buurtniveau** te bepalen. Dit wordt gedaan middels het instrument Buurtplannen. In deze plannen werken organisaties en stadsdeel samen rondom een, in samenspraak met buurtbewoners bepaald, gezamenlijk doel. Het instrument is nog in ontwikkeling maar de verwachting is dat begin Q3 gestart kan worden met een eerste buurtplan.

Ontmoetingsplekken levendiger maken
De ontmoetingsplekken in West worden over het algemeen goed benut. Maar we zien ook dat, met name de Huizen van de Wijk en Huizen van de Buurt, vooral goed bezocht worden door bewoners in een kwetsbare positie. Om ontmoeting en verbinding in buurten te stimuleren zetten we in op het bruisender maken van de Huizen van de Wijk met als doel dat ook andere buurtbewoners meer gebruik gaan maken van deze voorzieningen.

Dit kan door middel van het programmeren van activiteiten die voor alle bewoners interessant zijn, zoals de culturele programmering in Podium Horizon, en door de voorzieningen zelf aantrekkelijker te maken. Hierbij kan bijvoorbeeld gedacht worden aan prettige laagdrempelige horecavoorzieningen of een tuin waar buurtbewoners kunnen werken. Bij De Horizon is vorig jaar een traject gestart om dit te bewerkstelligen. Hiervoor wordt de methode De Nieuwe Route ingezet. Buurtbewoners hebben hierin een voorname rol. Dit wordt in 2025 voortgezet. Daarnaast willen we dit jaar ook aan de slag met een nog nader te bepalen Huis van de Wijk.

Toegankelijkheid
Het aanbod in de buurthuizen willen we ook toegankelijk maken voor bewoners met een beperking. Daarom maakt het buurtwerk gebruik van de deskundigheid van organisaties als De Regenbooggroep en Arkin om het aanbod aantrekkelijk te maken voor deze groep en de deskundigheid van de vrijwilligers op dit onderwerp te vergroten.

2 Jeugd

2.1 Inleiding

West telt ruim 41.000 jeugdigen. Voor de opgroeiende jeugd heeft het stadsdeel een rijk aanbod aan recreatieve, sportieve en ondersteunende voorzieningen. Gezien het grootstedelijk karakter van het stadsdeel, spelen, sporten en recreëren zij met name op pleinen, parken en speeltuinen. Talentontwikkelingsactiviteiten vinden vaak op scholen en in de jongerenvoorzieningen en buurtcentra plaats. Voor kinderen, jongeren die tijdelijk steun nodig hebben is er eveneens aanbod, ook voor hun ouders. Over een (klein) deel van de jongeren maken we ons zorgen. Om te voorkomen dat ze langdurig uitvallen van school of afglijden in de criminaliteit, hebben we preventieve hulp- en dienstverlening.

Onderstaand zetten we uiteen welk aanbod in elk gebied van West aanwezig is voor kinderen en jongeren. Daarna gaan we in op het specifieke aanvullende aanbod in elk gebied.

2.2 Aanbod in elk gebied

West heeft voor kinderen en jongeren het volgende aanbod:

- Op het gebied van **opvoedingsondersteuning** bieden we Homestart en Spel aan huis. Dit wordt bij gezinnen thuis aangeboden. Buurtgezinnen koppelt gezinnen aan elkaar zodat ouders elkaar kunnen ondersteunen. Er zijn maatjestrajecten waarbij een vrijwilliger wordt gekoppeld aan een gezin/ kind dat door een moeilijke periode gaat. En er worden debatten georganiseerd in de buurt over opvoeden en opgroeien.
- Op het gebied van **spelen en ontmoeten** bieden we spelinlopen voor de kinderen van 9 maanden tot twee en een half jaar op laagdrempelige plekken in de buurt. Ouders kunnen hierheen om onder begeleiding van een pedagogisch medewerker te spelen met hun kind en andere ouders ontmoeten. Daarnaast zijn er tal van speeltuinen, kinderboerderijen, parken en pleinen waar gesport en gerecreëerd kan worden.
- West Beweegt coördineert, faciliteert en organiseert interventies die **bewegen, sporten en (buiten)spelen** stimuleren voor kinderen vanaf ongeveer drie jaar totdat zij jongvolwassen zijn. De sportaanbieders zijn aangesloten bij de armoederegelingen, zodat ook kinderen waarvan de ouders weinig verdienen, kunnen sporten. Ouders worden bewust gemaakt van het belang van bewegen en een gezonde leefstijl. West Beweegt is te vinden op scholen, pleinen en parken.
- Als het gaat om **brede talentontwikkeling** bieden we in alle scholen activiteiten aan: kinderen in de basisschoolleeftijd kunnen meedoen aan deze activiteiten op school of in het buurthuis. Buiten school om biedt het kinderwerk talentontwikkelingsactiviteiten aan in de openbare ruimte en in (welzijns)voorzieningen.

- Als **leerwegondersteunende activiteit** worden verschillende mentoraten aangeboden: kinderen tussen de acht en veertien jaar die ondersteuning nodig hebben bij hun schoolloopbaan, kunnen een mentor krijgen. De mentor helpt hen met hun beroepsoriëntatie, studievaardigheden en vrijetijdsbesteding. De aanmelding gebeurt door de school.
- In West is de **Vreedzame Wijk** ontwikkeld, waarbij alle professionals, semi-professionals, ouders etc. een pedagogische alliantie aangaan met elkaar. Met dit programma leert het kind (4-12 jaar) ook buiten schooltijd problemen op te lossen conform de uitgangspunten van Vreedzaam.
- Als laatste: in elk gebied hebben we **jongerenwerk** dat op jongerencentra, in de openbare ruimte en op school wordt aangeboden. Het jongerenwerk biedt (groeps)activiteiten, informatie en advies en laagdrempelige begeleiding of coaching in het kader van talentontwikkeling en veerkracht aan jongeren die extra aandacht nodig hebben.

Voor de kwetsbare jeugd hebben we het volgende aanbod:

- **Veldwerk/straathoekwerk**. Dit is een (ambulante) voorziening voor jongeren van 16-27 jaar gericht op complexe en meervoudige problematieken.
- **Individuele begeleiding.** Zoals coachingstrajecten voor meisjes **en jongens** van 10 tot 21 jaar en themabijeenkomsten. De activiteiten zijn gericht op vergroten van weerbaarheid (mentale gezondheid), eenzaamheidsbestrijding, en op jonge mantelzorg. Individuele maatjestrajecten voor kinderen uit gezinnen die rond moeten komen van een minimuminkomen. En individuele begeleiding door vrijwilligers voor kinderen en jongeren met overgewicht.
- **Groepsbijeenkomsten en workshops** over specifieke thema's. Zoals educatieve theatervoorstellingen op scholen over mentale weerbaarheid, seksuele weerbaarheid, genotsmiddelen door jongeren voor jongeren. Workshops op maat voor jongeren over onder andere consent, seksualiteit, genderidentiteit, online identiteit, liefde en relaties. Trainingen op het gebied van voeding, bewegen en gezondheid aan jongeren. Empowerment door middel van bokslessen en mentale training voor jongeren.
- Aanbod voor **specifieke problematieken**. Zoals Vriendenkringen voor jongeren met een licht verstandelijke beperking en jongeren die moeite hebben om vriendschappen te sluiten. Impact Generator ondersteunt jongeren met een rugzak en/of opleidingsniveau entree of niveau 2 bij het organiseren van maatschappelijke evenementen die bijdragen aan sociale cohesie, gezondheid en welzijn. W in de Wijk en Samenspel bieden groepsgerichte begeleiding aan jongeren die op de wachtlijst staan voor individuele jeugdhulp.
- Tot slot zijn er in elk gebied **preventieve netwerken** van professionals die met jongeren werken, gericht op het signaleren en doorverwijzing van jongeren.

2.3 De Baarsjes/Oud-West

Spelinlopen worden aangeboden in Huis van de Wijk De Havelaar en bij Buurtvereniging Jacob Maris. Het gebied kent de volgende speeltuinen: ASV Bilderdijkpark Columbusplein, J.J. Cremerplein, Bellamyplein, De Havelaar, Ten Kateplein, Mercator en Natuurspeeltuin Plan West.

Kinderboerderij De Zimmerhoeve ligt eveneens in dit gebied. Het jongerenwerk opereert vanuit jongerenvoorziening The Mall. Vanaf 2025 wordt extra inzet geleverd rondom het Balboaplein naar aanleiding van ervaren overlast door de buurt.
In de Baarsjes/Oud-West, en met name de Van Galenbuurt en de Van Lennepbuurt, is het lastig om jongeren te bereiken. Jongeren maken onvoldoende gebruik van activiteiten en voorzieningen. Daarom gaan wij met de kernalliantie afspraken maken om meer zichtbaar te zijn in deze buurten en de activiteiten beter te laten aansluiten bij de behoefte van de jongeren.

2.4 Westerpark

Zie hierboven. Spelinlopen worden aangeboden op basisschool De Bron, De Houthavens en Pinokkio. Het gebied kent de volgende speeltuinen: Van Beuningenplein, Zaandammerplein, Zuiderspeeltuin Suikerplein, De Toverbal 1, natuurspeeltuin Het Woeste Westen en Kinderboerderij Westerpark. Het jongerenwerk opereert vanuit Volta.

2.5 Bos en Lommer

Zie hierboven. Spelinlopen worden aangeboden in Buurtpunt De Kit, het Wachterliedpaviljoen en in Buurt-thuis Gibraltar. In het gebied liggen speeltuin Gibraltar, Cruyff Court, Karel Doormanplein en kinderboerderij Wachterlied. Het jongerenwerk opereert vanuit Het Landhuis.

In Bos en Lommer heeft het stadsdeel de Integrale Aanpak Kolenkit opgezet. Hierin heeft de opgroeiende jeugd een prominente positie. Zo worden de volgende interventies vanuit dit programma ingezet:

- In 2024 is een spelinloop gestart in de Kolenkit die structureel vanuit de sociale basis wordt gesubsidieerd.
- Stichting SINA biedt in samenwerking met het Ouder- en Kindteam, het buurtteam, jeugdhulp en de sociale basis, preventieve individuele ondersteuning gericht op de verbetering van bestaanszekerheid en mentale gezondheid.
- Gezien het hoge aantal jongeren zonder startkwalificatie, is voor de Kolenkit ‘Bos en Lommer Werkt’ in het leven geroepen. Dit is een samenwerkingsproject van het jongerenwerk, veldwerk, het Jongerenpunt van WPI, het Buurtteam en het Buurtwerk. Dit is een laagdrempelig wekelijks inloopspreekuur waar jongeren worden geholpen in hun zoektocht naar werk, een opleiding, stage of een andere zinvolle daginvulling.

2.6 Inzet in 2025

We zien de volgende opgaven in de drie gebieden:

- Het aantal jongeren dat een startkwalificatie haalt is in West lager dan in de rest van de stad. Er is dichtbij huis te weinig aanbod op het gebied van werk en er is een tekort aan stageplekken. Daarom zetten we extra in op begeleiding naar werk of stage via het veldwerk en het Jongerenpunt.
- Er zijn relatief veel jongeren met angst-, en depressieklachten en emotionele problemen. Met name het jongerenwerk heeft hier aandacht voor.
- Het aandeel kinderen en jongeren in een kwetsbare positie is fors toegenomen in De Baarsjes/Oud-West.
- In De Kolenkit en Landlust is een verhoogde kwetsbaarheid onder gezinnen. Onder een kwetsbaar gezin wordt verstaan: een gezin waarbij er sprake is van een stapeling van problemen. Vroegsignalering is essentieel om opstapeling van problemen te voorkomen.
- Het aantal kinderen dat ondersteuning krijgt bij een Ouder- en Kindteam is hoger in De Kolenkit en Landlust dan gemiddeld in Bos en Lommer. Dit vraagt extra inzet op het gebied van preventie, informatie en advies.
- Gezien de zorgen die huisartsen in Westerpark hebben ten aanzien van het middelen gebruik onder jongeren, gaan we met scholen in gesprek over voorlichting aan ouders over het sociale mediagebruik van hun kind(eren). De meeste handel verloopt immers via sociale media. Daarnaast is er behoefte aan voorlichting, informatie en advies over de (gevolgen van) middelengebruik en verslaving. Ook onder partners.

3 Ouderen

3.1 Inleiding

In West wonen 15.117 ouderen. Dat is 10,1% van de totale bevolking van West. De verwachting is dat deze groep groeit tot 24.078 in 2050. Om deze reden investeert de gemeente in voorzieningen voor deze doelgroep. Dat heeft geresulteerd in een breed en toegankelijk aanbod. In dit hoofdstuk gaan we in op de ouderenopgave in elk gebied.

Voor alle gebieden geldt: er is meer behoefte aan laagdrempelige ontmoetingsplekken en preventieve zorg gezien de toenemende vergrijzing. Er is ook meer maatwerk nodig. Bijvoorbeeld voor migranten ouderen en ouderen die mantelzorgtaken hebben. Daarnaast zijn inspanningen nodig in het kader van levensloopbestendig wonen. Omdat in het hele gebied nauwelijks wordt gebouwd en woningen niet altijd geschikt zijn voor ouderen, is het van belang dat ouderen zich vroegtijdig gaan oriënteren op de mogelijkheden voor toekomstbestendig wonen.

Stedelijk wordt gestuurd op de ontwikkeling van zorgzame buurten. Zorgzame buurten richten zich op het zo lang en prettig mogelijk samenleven in een buurt waarin het essentieel is dat bewoners en zorg, welzijn en wonen samenwerken. Ouderen staan centraal in West maar de aanpak is echter breder. Zij is gericht op sociale cohesie in zijn geheel.

3.2 Aanbod in elk gebied

Het gebied heeft het volgende aanbod:

- ontmoetings-, voorlichtings- en sociale activiteiten met een cultuursensitief karakter in de Huizen van de Buurt, en Huizen van de Wijk, waaronder gelegenheid om samen te eten;
- dementievriendelijke activiteiten;
- Welzijn op Recept gericht op kwetsbare ouderen met psychosociale problematiek;
- maatjesprojecten, waaronder maatjes aan huis, vrijwilligers/ maatjes die klusjes en boodschappen doen en koppelingen waarbij ouderen op een huisdier passen;
- een uitgebreid beweegaanbod vanuit diverse partners;
- informatie en advies op het gebied van gezondheid. Zoals een laagdrempelig leefstijlspreekuur;
- het verbinden van jong en oud gebeurt onder andere door middel van digilessen en digitale ondersteuning door studenten aan ouderen op plekken in de buurt;
- ouderen/gepensioneerden worden begeleid bij het inzetten van hun expertise als vrijwilliger.

3.2 De Baarsjes/Oud-West

In dit gebied wonen relatief veel ouderen in een kwetsbare positie. Zij bevinden zich met name in de wijken Hoofdweg en omgeving; Van Lennepbuurt; de Chassébuurt en de Van Galenbuurt. Vaak gaat het hier om eerste generatie migrantenouderen met een minimuminkomen. Zij hebben te maken met taal- en digitale achterstand, armoede, eenzaamheid en gezondheidsproblematiek. In Oud-West voelen ouderen zich steeds minder veilig en verbonden. Zij hebben het gevoel dat de verdraagzaamheid is afgenomen.

Het gebied heeft het volgende specifieke aanbod (naast het aanbod dat in elk gebied beschikbaar is):

- De Huizen van de Buurt zijn hier: De Klinker, Nieuw Vredenburgh en De Hudsonhof. De Klinker is het hele jaar open en biedt een breed activiteitenaanbod. De Hudsonhof richt zich met name op ouderen met een migratieachtergrond. Vanaf 2025 bieden wij ontmoetingsactiviteiten aan voor migranten ouderen met aandacht voor voeding, gezondheid en bewegen.
- Welzijn op Recept in dit gebied is met name gericht op kwetsbare ouderen met psychosociale problematiek.
- Beweegaanbod vanuit diverse partners in onder andere in de Huizen van de Wijk en Huizen van de Buurt, maar ook in Rijtuigenhof, Reade, Cremer, het WG-terrein en Tac Amsterdam.
- In de OBA op het Mercatorplein worden bijeenkomsten georganiseerd op het gebied van gezond en actief oud worden.
- In Buurtsalon Jeltje zijn er wekelijks seniorenmiddagen met muziek, film en gelegenheid tot ontmoeting.
- Daarnaast zijn er activiteiten voor ouderen met dementie in De Klinker en Buurtsalon Jeltje.

3.3 Westerpark

In Westerpark is meer dan één op de tien inwoners ouder dan 65 jaar. Een deel van deze ouderen verkeert in een kwetsbare positie. Zij wonen met name in de Spaarndammerbuurt/ Zeeheldenbuurt, Staatsliedenbuurt en de Frederik Hendrikbuurt. In de Houthavens en de Spaarndammerbuurt/Zeeheldenbuurt neemt de vergrijzing bovengemiddeld toe ten opzichte van de rest van de stad. Daardoor is hier meer behoefte aan laagdrempelige ontmoetingsplekken. Sommige voorzieningen in Westerpark zijn vanwege het binnenstedelijke karakter van het gebied niet volledig toegankelijk voor ouderen. Voor sommigen betekent dit dat zij moeilijker naar buiten gaan en hierdoor geïsoleerder leven en minder bewegen. De opgave voor Westerpark is dan ook: meer aandacht voor kwetsbare ouderen en meer fysiek toegankelijk aanbod in de buurt.

Het gebied heeft het volgende aanbod (naast het aanbod dat in elk gebied beschikbaar is):

- Er zijn ontmoetings- en beweegactiviteiten in De Spaarnhout, in het Bilderdijkpark, de Koperen Knoop, de Horizon, in De Bogt, Clifford Studio, EPS Salon en in de Westerparkschool.

- Om kwetsbare senioren op digitaal gebied te ondersteunen is er aanbod in de OBA's, de Horizon en de Koperen Knoop.
- Er zijn dementievriendelijke activiteiten in de Koperen Knoop.
- Tenslotte zijn er twee leefstijlspreekuren in het gezondheidscentrum Frederik Hendrik en Huisartsenpraktijk Spaarndammerhout.

3.4 Bos en Lommer

Ouderen in dit gebied zijn kwetsbaarder ten opzichte van de rest van Amsterdam. Dit uit zich bijvoorbeeld in een lage gezondheidsbeleving, relatief veel aandoeningen, weinig bewegen, minder gezonde voeding en relatief veel ernstige psychische klachten. Veel ouderen in dit specifieke gebied hebben een migratieachtergrond. Het aantal mantelzorgers is hoog en is sterk toegenomen.

Het gebied heeft het volgende aanbod (naast het aanbod dat in elk gebied beschikbaar is):

- Huis van de Wijk de Mansveltschool en Huis van de Buurt De Boeg waar het buurtwerk samen met Cordaan activiteiten aanbiedt voor ouderen, waaronder beweegaanbod, voorlichting en ontmoetingsactiviteiten. Ook zelforganisaties bieden ontmoetings- en beweegaanbod aan in de Mansveltschool voor hun achterban.
- Het aanbod van Welzijn Op Recept (WOR) speelt in op senioren met psychische klachten. Het project 'Aandacht voor mij' wordt exclusief aangeboden in dit gebied als onderdeel van WOR. Dit aanbod kan gezien worden als collectieve voorschakel van Welzijn Op Recept, gericht op migranten vrouwen/ouderen met psychosociale problemen.
- Diverse aanbieders houden zich bezig met voorlichtingen, trainingen, spreekuren, lotgenotencontact en respijtzorg voor mantelzorgers.

3.5 Inzet in 2025

- Om het sociale basis aanbod in alle gebieden kenbaar te maken, maken we een beknopte wijkgids per gebied voor senioren.
- In 2025 verkennen wij of er meer bekendheid moet worden gegeven aan het taal- en digitale aanbod onder (migranten) ouderen in De Boeg. Ook hebben wij meer aandacht voor laaggeletterdheid in heel Bos en Lommer, met name onder inwoners die Nederlands als moedertaal hebben.
- We verkennen hoe het element gezondheid beter opgenomen kan worden in het aanbod. Zoals informatie en advies over gezonde voeding en gezondheid in De Boeg. Verder wordt ook in Bos en Lommer een leefstijlspreekuur opgezet. Deze spreekuren gaan we meer bekendheid geven.
- De jaarlijkse wooninformatiemarkt combineren we vanaf 2025 met informatie en advies over valpreventie/gezondheid en de duurzaamheidsmarkt. In 2025 is gekozen voor de Mansveltschool als locatie.

- Om mantelzorgers in alle gebieden nog verder te ondersteunen kunnen er diverse mantelzorgmarkten georganiseerd worden via het Mantelzorg Platform West. Deze markten brengen formele- en informele partijen samen. Daarnaast zien mantelzorgers het beschikbare ondersteuningsaanbod.
- Daarnaast verkennen wij hoe de expertise op het gebied van mantelzorgondersteuning prominenter aanwezig kan zijn op locaties waar ouderen komen.

4 Armoede

4.1 Inleiding

De laatste jaren heeft armoede een prominente plaats gekregen binnen de sociale basis West als gevolg van alarmerende berichten over het aantal armen in het stadsdeel. Deze problematiek treft met name ouderen, eenoudergezinnen en werkende armen. Dit onderwerp heeft prioriteit omdat we weten dat armoede altijd gepaard gaat met andere problematieken zoals gezondheidsproblemen en sociaal isolement. Het onderwerp is ook complex, omdat armoede vanwege de schaamte die vaak parten speelt. Daardoor is het extra moeilijk om de mensen te bereiken om wie het gaat.

Cijfers in beeld
De Amsterdamse minimahuishoudens wonen ongelijk verdeeld over de stad. De armoedemonitor van 2024 laat zien dat er gemiddeld 17% van de Amsterdammers in armoede leeft. Daarbij is tweederde langdurig arm. De armoede treft met name (migranten) ouderen, eenoudergezinnen en alleenstaanden. Gelukkig weten steeds meer ouders de scholierenvergoeding en kindtegoed te bereiken. Het gebruik van andere regelingen toont zich stabiel.

In stadsdeel West behoort 17,3% van alle huishoudens tot de minima, net boven het gemiddelde van Amsterdam. Opvallend is de oververtegenwoordiging van arme ouderen in vergelijking met de rest van de gemeente. Van de drie gebieden in het stadsdeel heeft Bos en Lommer het grootste aandeel minimahuishoudens (19,8%); hier wonen 3.476 minimahuishoudens.

Het grootste aandeel minimahuishoudens woont in de volgende wijken:
- Van Galenbuurt (24%)
- Van Lennepbuurt (23%)
- De Kolenkit (23%)
- Spaarndammer- en Zeeheldenbuurt (22%)

Kijken we naar het laagste schaalniveau, de buurten, dan zien we dat in de volgende buurten de meeste minimahuishoudens hebben:
- De Borgerbuurt (30%)
- Jan Maijenbuurt (28%)
- Spaarndammerbuurt-Noordoost (28%)
- Wittenbuurt-Zuid (27%)
- Kolenkitbuurt-Noord (27%)
- Staatsliedenbuurt-Noordoost (27%)

4.2 Aanbod in elk gebied

In elk gebied kunnen bewoner gebruik maken van het volgende aanbod:

Informatie en advies

- Er bestaat een goed functionerend netwerk van professionals die samenwerken om individuele vragen van jongeren te beantwoorden rondom bestaanszekerheid, maar ook andere vragen die spelen. Jongeren worden naar het passende hulpaanbod doorverwezen.
- Er worden laagdrempelige (financiële)spreekuren aangeboden op verschillende plekken, waaronder de Huizen van de Wijk.
- Voor vrouwen is en een laagdrempelige ontmoetingsfunctie waar ze tevens taalles kunnen krijgen.

Activering en participatie

- Voor inwoners met een afstand tot de arbeidsmarkt bieden we een basisnaaiopleiding aan. Voor hen die uitstromen is er vervolgaanbod aanwezig. Beide opleidingen besteden aandacht aan de Nederlandse taal, werknemersvaardigheden, het opbouwen van een portfolio en het maken van een CV, sollicitatie met coaching en jobcoaches.
- In samenwerking met het ROC is de Wijkleerschool ontwikkeld; een mbo-opleiding op niveau 1 en 2 voor 23-plussers. Per jaar starten 25 bewoners uit West zonder startkwalificatie met deze opleiding. Degenen die uitstromen kunnen daarna een opleiding volgen op het terrein van Zorg en Welzijn.
- De VAW-coaches ondersteunen vrouwen bij het verhelderen van hun ontwikkelvraagstukken en begeleiden hen bij de doorlopende leerlijn. Dit wordt in samenwerking met verschillende vrouwenorganisaties gedaan. Het uitgangspunt is dat vrouwen zich blijven ontwikkelen, met name gericht op taal en digitale vaardigheden, empowerment en persoonlijke ontwikkeling, vrijwilligerswerk en opleiding en werk.

Vergroten vaardigheden voor gezondheid, sociale contacten en bestaanszekerheid

- In elk gebied worden spaarkringen opgezet. Een spaarkring is een groep met mensen die samenkomen en elkaar ondersteunen in het behalen van het eigen spaardoel. Daarnaast krijgen ze financiële educatie en tips hoe te besparen.
- In De Baarsjes/Oud-West en Westerpark worden gezonde maaltijden bereid van gered voedsel. Deelnemers kunnen een gratis maaltijd nuttigen en sociale contacten met elkaar aangaan.
- Voor alleenstaande ouders is er specifiek aanbod waaronder trainingen en cursussen om op het gebied van opvoeden en alles wat erbij komt kijken.

Vergroten taalvaardigheid en digitale vaardigheden op te kunnen participeren

Taal en digitale vaardigheden zijn belangrijke voorwaarden om mee te doen in de samenleving. Daarom hebben wij in West de goed geïnvesteerd in laagdrempelig aanbod op dit vlak. Dat ziet er zo uit:

- In het Taal Informatie Punt kunnen zowel vrijwilligers als mensen met een taalhulpvraag terecht voor informatie, advies en begeleiding bij het vinden van het juiste aanbod.
- Oud-West hebben we een taalschool dat volledig draait op vrijwilligers. Zij bieden een breed scala aan taallessen, van A1 tot B2 niveau.
- In de OBA's worden verschillende (digi)taalactiviteiten aangeboden door vrijwilligers.
- Het buurtwerk houdt zich bezig met de ondersteuning/en het werven van taalvrijwilligers, door het faciliteren van ruimtes en het bereiken van nieuwe groepen. Ook organiseren zij netwerkbijeenkomsten.
- Taalmaatjes voor verschillende doelgroepen, waaronder vrouwen met weinig sociale contacten, vluchtelingen en andere nieuwkomers.
- Vrijwilligersorganisaties bieden spreekuren en cursussen aan in de Huizen van de Wijk.
- Mensen met weinig digitale vaardigheden kunnen op verschillende plekken één op één begeleiding krijgen door een digimaatje. Daarnaast zijn er voor deze groepen train-de-trainer cursussen, open inlopen en een telefonische computerhulplijn.

4.3 De Baarsjes/Oud-West

De GOS-opgave in dit gebied luidt:

> *"Het aantal huishoudens met een minimuminkomen is hoger in de van Galenstraat, de van Lennepbuurt en op de Hoofdweg e.o. dan in andere wijken in Oud-West, de Baarsjes."*

Binnen de sociale basis hebben we daarom extra aandacht voor deze buurten. Het generieke aanbod hebben we beschreven in de vorige paragraaf. Aanvullend daaraan hebben we in de Jan Maijenbuurt de integrale armoede-aanpak ontwikkeld. Waarbij professionals, bewoners en vrijwilligers, de handen inéén slaan om armoede uit te bannen. In het kader hiervan stemmen we het aanbod af op wat er nodig is in de buurt en gaan we outreachend te werk. Zodat iedereen weet waar hij of zij terecht kan voor informatie, advies en dienstverlening.

4.4 Westerpark

De GOS-opgave voor Westerpark is:
"In de Spaarndammerbuurt/Zeeheldenbuurt en de Staatsliedenbuurt moeten relatief veel inwoners rondkomen van minimuminkomen. Dit aandeel is in sommige buurten in deze wijken zeer hoog ten opzichte van de hele stad."

Naast eerdergenoemde generieke voorzieningen, bieden we in dit gebied:

- informatie en advies over armoederegelingen via speeltuin- en kinderwerkers;
- ondersteunende activiteiten voor vrouwen met een niet-Nederlandse achtergrond in Buurtkamer De Bijenkorf. Zij worden geholpen met wegwijs te worden in Nederland en

een netwerk op te bouwen. Daarnaast wordt hier gezondheidsvoorlichting gegeven, beweegactiviteiten en wordt er samen gekookt. Er worden maaltijden verstrekt en er zijn inloopspreekuren.
- verschillende vrouwengroepen;
- tot slot hebben we ook in de Staatsliedenbuurt een integrale armoedeaanpak. Deze is nog volop in ontwikkeling.

4.5 Bos en Lommer

De arbeidsparticipatie in de Kolenkit en Landlust is laag. In deze gebieden is extra aandacht nodig voor de toeleiding naar activering en participatie voor mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt. Sinds 2023 bestaat de integrale aanpak Kolenkit. Vanuit deze aanpak programmeren we op elkaar afgestemde sociale interventies in dit gebied. Zoals:
- een pilot waarbij de participatiecoach outreachend contact legt met bewoners en hen enthousiast maakt voor het doen van vrijwilligerswerk of beginnen met een opleiding.
- huisbezoeken bij bewoners waar zorgen over zijn;
- taallessen in de buurt, evenals voorlichting, informatie en advies en sociale activiteiten voor jong en oud;
- extra placemaking, naast het buurtopbouwwerk in dit gebied.

4.6 Inzet in 2025

In 2025 focussen we ons op:
1. Meer aanbod voor specifieke doelgroepen zoals ouderen, alleenstaande ouders, en mannen.
2. We maken nieuwe stappen met de bestuursopdracht armoede. Daarin begeleiden we de vrouwenalliantie naar zelfstandigheid; maken we samen met jongeren een campagne om armoede bespreekbaar te maken en gaan door met gebiedsgerichte armoede aanpak in elk gebied.

5 Gezondheid

5.1 Inleiding

Een gezonde leefstijl is in de breedte een belangrijke focus in Amsterdam. We kijken hierbij niet alleen meer naar het gedrag van het individu, maar zetten daarbij met name in op het veranderen van de omgeving. Die veroorzaakt immers bepaald gedrag. Een gezonde leefomgeving gaat niet alleen over het beïnvloeden of versterken van gezond gedrag, maar ook over gezonde leefomstandigheden. De aanpak van ongezonde leefomstandigheden is een verantwoordelijkheid en verplichting van de verantwoordelijke organisaties. We stimuleren samenwerking, scholing en inzet van ervaringsdeskundigen en bewoners.

De drie belangrijkste factoren voor een goede gezondheid zijn:

- voldoende beweging
- gezond eten
- nicotinevrij leven

Andere aandachtspunten zijn mentale gezondheid, waaronder eenzaamheid, en veerkracht.

5.2 Aanbod in elk gebied

In elk gebied zijn er diverse laagdrempelige, gratis toegankelijke activiteiten op het gebied van sport, bewegen en informatie en advies over voeding en gezonde leefstijl. Soms wordt dat aangeboden door West Beweegt, soms door andere organisaties. Belangrijk is dat de informatie wordt afgestemd op de grote variatie aan doelgroepen en wordt aangeboden op plekken waar veel mensen komen. Zoals in de Huizen van de Wijk, Huizen van de Buurt, buurtkamers, jongerencentra maar ook in de openbare ruimte.

5.3 De Baarsjes / Oud-West

Als we naar de gezondsheidsopgave in De Baarsjes / Oud-West kijken, dan valt het volgende op:

- Bewoners scoren minder goed op leefstijl. Een groot deel voldoet niet aan de beweegnorm.
- Het aantal kinderen en jongeren in een kwetsbare positie is fors toegenomen. Met name in de Van Galenbuurt, de Van Lennepbuurt en de Hoofdweg en omgeving signaleren professionals meer eenzaamheid. In deze buurten wonen veel jongeren met depressieklachten.
- Ruim een op de vijf bewoners is een zware- of overmatige drinker, een derde van de volwassenen rookt en zowel het cannabisgebruik als harddrug gebruik is hoog.

- De dichtbevolkte fysieke omgeving zorgt ervoor dat bewoners in een kwetsbare positie zoals ouderen en mensen met een psychische kwetsbaarheid minder naar buiten gaan en in een sociaal isolement terecht kunnen komen. (Zie ook het hoofdstuk eenzaamheid)

Deze opgave vraagt om de volgende extra inzet:

- Er is behoefte aan meer gezondheidsvoorlichting en beweegaanbod voor kinderen en jongeren. Met name voor de allerkleinste en jongeren tussen de 13-23 jaar.
- Er is aandacht nodig voor het voorkomen van middelengebruik, zowel onder jongeren, volwassenen en ouderen.
- De lage beweegcijfers matchen niet met het brede aanbod aan beweegactiviteiten voor ouderen.

5.4 Westerpark

Als we naar de gezondheidsopgave in Westerpark kijken, dan valt het volgende op:

- Relatief veel bewoners hebben een slechte lichamelijke gezondheid. In de Staatsliedenbuurt en Spaarndammerbuurt / Zeeheldenbuurt ervaren bewoners meer (zeer) ernstige eenzaamheid en vaker ernstige psychische klachten ten opzichte van heel Westerpark.
- Een kwart van de volwassenen rookt, een op de vijf is een zware of overmatige drinker en het cannabisgebruik en harddrugsgebruik is hoog.

5.5 Bos en Lommer

De gezondheidsopgave in Bos en Lommer wijst het volgende uit:

- Het aantal volwassenen met overgewicht is hoog. Ook een op de drie kinderen kampt met overgewicht.
- Zowel de beweegcijfers van volwassenen als kinderen is hier lager dan gemiddeld.
- In de Kolenkit en Landlust is een verhoogde kwetsbaarheid onder gezinnen. Het aantal kinderen dat ondersteuning krijgt bij een ouder- en kindteam is hoger dan gemiddeld.
- Een op de twaalf volwassenen heeft ernstige psychische klachten. Ook geeft bijna 1 op de 7 volwassenen aan zich eenzaam te voelen.

5.6 Inzet in 2025

In 2025 staan de volgende activiteiten in centraal:

Gezond opgroeien in de Kolenkit:

- *Babygroententas* introduceren en implementeren. Beoogd bereik: 250 gezinnen. Ouders worden gestimuleerd om babymaaltijden te maken met verse producten.

- *Systeemaanpak voeding en bewegen* (signalen ophalen en agenderen; onderliggende problematiek) in afstemming met West Beweegt.

Nicotinevrij:

- In afstemming met GGD aandacht voor nicotinevrij (roken en vapen) onder de jeugd.
- In de Baarsjes gaan wij door met de pilot Rookvrij de Baarsjes waarbij mensen elkaar ondersteunen bij het stoppen met roken.

Duurzaam en gezonde voedsel/leefomgeving:

- Wekelijks berichten we in het stadsdeelnieuws over gezonde voedselomgeving.
- We organiseren van inspiratiebijeenkomst voor winkeliers/ ondernemers Bos en Lommerweg (april/mei 2025).
- Samen met projectleiders thema Duurzaamheid organiseren van Bijeenkomst gezonde en duurzame voedselomgeving voor partners in sociale basis (juni 2025).

Medisch sociaal beweegnetwerk:

- We versterken medisch-sociaal beweegnetwerk; met name met medische partners.
- We organiseren een breed jaarlijks netwerkbijeenkomst voor partners.

Ketenaanpak Kind naar Gezond Gewicht:

- Samen met GGD en OKT ontwikkelen we deze ketenaanpak.
- In afstemming met OKT en stedelijke coördinator zorgen voor voldoende aanbod.

SPUK GALA:

- We coördineren SPUK-GALA subsidieregeling. Deze regeling loopt tot en met 2026 en heeft als doel om initiatieven rond preventieve gezondheid te stimuleren.

Daarnaast gaan we met sociale basispartners:

- Samen met de spelinlopen informatie en advies aanbieden op het gebied van gezondheid, voeding en bewegen aan ouders.
- Onderzoeken of het beweegaanbod goed aansluit bij de interesse en behoefte van met name ouderen.
- Mentale gezondheid bespreekbaar maken onder jongeren en onder migranten ouderen.
- Met het buurtwerk gaan wij in gesprek over de mogelijkheden om voorlichting te geven over gezonde voeding in de Huizen van de wijk en Huizen van de Buurt.

6 Eenzaamheid

6.1 Inleiding

Eenzaamheid wordt gedefinieerd als het gevoel niet gezien, gehoord of geloofd te worden, geen onderdeel uit te maken van een groep en niet de mogelijkheid te hebben om je verhaal te delen.

Dit leidt vaak tot gevoelens van ongelukkigheid en isolatie. Bepaalde groepen in Amsterdam West lopen een verhoogd risico op eenzaamheid, waaronder:

- mensen met een licht verstandelijke beperking (LVB)
- personen met GGZ-problematiek of onbegrepen gedrag
- mantelzorgers
- mensen met multiproblematiek
- personen met een lage sociaaleconomische status (SES)
- (migranten)ouderen
- jongeren in een kwetsbare positie

Voor deze groepen kan eenzaamheid een zelfversterkend effect hebben: hoe kwetsbaarder iemand is, hoe groter de kans op verdere isolatie. Veel van het aanbod in de sociale basis is gericht op het stimuleren van ontmoeting en daarmee het voorkomen van eenzaamheid(sgevoelens) in algemene zin. Deze activiteiten zijn beschreven in het hoofdstuk over sociale cohesie. Daarnaast hebben we in het stadsdeel gerichte interventies op het voorkomen en bestrijden van eenzaamheid. Deze beschrijven wij in dit hoofdstuk.

6.2 Aanbod in elk gebied

In elk gebied hebben we het volgende aanbod:

- huisbezoeken aan kwetsbare bewoners en doorverwijzing naar geëigende hulp- en dienstverlening;
- informatie en advies en hulp- en dienstverlening voor ouderen;
- groepsgesprekken voor eenzame bewoners;
- aanbod gericht op het vergroten van de veerkracht van ouderen;
- GGZ in de wijk: deskundigheidsbevordering en sociale interventies gericht op het toegankelijker maken van de sociale basis voor mensen met een GGZ-achtergrond;
- maatjestrajecten waarbij kinderen de aandacht die ze nodig hebben, zelfverzekerder worden, talenten ontdekken en beter functioneren in hun dagelijkse leven;
- matches maken in de wijk tussen mensen die een maaltijd over hebben en mensen die een gezonde maaltijd kunnen gebruiken.

6.3 De Baarsjes/Oud-West

- Met name in de Van Galenbuurt, de Van Lennepbuurt en de Hoofdweg e.o. signaleren professionals meer eenzaamheid.
- De dichtbevolkte fysieke omgeving in Oud-West, De Baarsjes zorgt ervoor dat bewoners minder naar buiten gaan en in een sociaal isolement terecht komen. Dit heeft in het bijzonder betrekking op bewoners in een kwetsbare positie zoals ouderen en mensen met psychische kwetsbaarheid.

6.4 Westerpark

- In de Staatsliedenbuurt en Spaarndammerbuurt/Zeeheldenbuurt ervaren bewoners meer (zeer) ernstige eenzaamheid en vaker ernstige psychische klachten ten opzichte van heel Westerpark.

6.5 Bos en Lommer

- Eenzaamheid is onder verschillende kwetsbare groepen in Bos en Lommer hoog. Onder andere ouderen met een migratieachtergrond, statushouders en mantelzorgers zijn in toenemende mate eenzaam

6.6 Inzet in 2025

Diverse factoren kunnen eenzaamheid verergeren, zoals:

- beperkte taalvaardigheid
- gebrek aan digitale vaardigheden
- ontbreken van dagbesteding
- financiële problemen
- beperkt direct sociaal contact
- slechte gezondheid
- beperkte sociale vaardigheden
- ontoegankelijke of niet-passende leefomgeving

Om deze belemmerende factoren voor maatschappelijk verkeer te verkleinen, zijn verschillende interventies mogelijk. Onderstaand geven we een opsomming.

- **Sociale vaardigheden versterken:**
  - campagnes zoals *Zeg Hallo*
  - maatjesprojecten
  - stimuleren van sociale vaardigheden en durven vragen om hulp

- **Toegankelijkheid verbeteren**
  - bestaande initiatieven beter toegankelijk maken
  - vergroten van zelfvertrouwen en het aanleren van functionele vaardigheden

- **Sociale activiteiten organiseren:**
  - inloopmomenten en huiskamerbijeenkomsten
  - wandelclubs
  - inzet van ervaringsdeskundigen
  - lotgenotencontact
  - creëren van ontmoetingsplekken in de openbare ruimte

Daarnaast bestaan er bewezen initiatieven, zoals **SOVA-trainingen**, een **koffiekar** en **storytelling-bijeenkomsten** om verbinding te stimuleren. In 2025 verkennen we de mogelijkheden en benutten wij de kansen om bovenstaande interventies verder in te zetten.

Al met al, eenzaamheid is een complex probleem dat vooral kwetsbare groepen treft en zichzelf kan versterken. Door sociale vaardigheden te verbeteren, ontmoeting te faciliteren en toegankelijkheid te vergroten, kunnen we bijdragen aan het verminderen van eenzaamheid in de samenleving. Samenwerking tussen verschillende partijen is hierbij essentieel.

BIJLAGE: OVERZICHT VAN PARTNERS SB

Kernalliantie:

Stichting Combiwel
Stichting Dock Jongerenwerk
Stichting Per Mens
The Mall
Stichting Vrijwilligers Centrale Amsterdam
Stichting Dynamo

Kernfunctie aanbieders:

Leefup
Stichting Corantijnstraat 25
Stichting SocialTech
Stichting The Mall Amsterdam
Stichting Somali Network for Prevention and Protection against Child Abuse and Neglect
Stichting Aknarij West
Stichting GildeLab
Stichting Komite Onderwijs Buitenlanders Amsterdam
Stichting A.S.V. Bilderdijkpark
Stichting JP Vision
Stichting Samen Sterk Vrouwen West
Stichting Kerk & Buurt Westerpark, Magdalena/Nassau
Stichting Hart voor de Natuur
Stichting Multicultureel Centrum De Hudsonhof
Stichting Aminah
Stichting Vrouwen Vooruit
Stichting Thuismakers Collectief
Stichting Amstelring Groep
Stichting Buurtwerkplaatsen
Meerjarig sociaal weefsel:
Stichting Praat
Buurtvereniging Jacob Maris
S. Leisberg

Diaconie van de Protestantse Gemeente
Marokkaanse Vrouwen Vereniging Nederland
F. Ammara
M.J. Talens
Stichting Metafoor
Vereniging Fath West.
Somalische Participatiepunt Amsterdam
Stichting Open Leercentrum Amsterdam West
Diaconie van de Protestantse Gemeente
Stichting Parlarie
Stichting Anatolie
Stichting Nadina
Stichting Somalische Vrouwen Iftin
Stichting Het Gewilde Oude Westen
Stichting Aknarij
Stichting De Gibraltar
Stichting B-Challenged
Your Goals
Stichting Buurtkamer Costa & Co
Stichting Wikistad
Stichting Warm Welkom
Stichting Samen Kracht
Stichting MOAI
"Stichting Bewonersplatform Oud West"
Stichting Meneer Howard & Co

GOS Jeugd:

Combiwel voor Kinderen
Stichting Handje Helpen
Stichting Buurtgezinnen
Stichting Humanitas
Stichting Trias Pedagogica
Stichting Sportservice Amsterdam
Stichting School 's Cool
Stichting voor Kennis en Sociale Cohesie
Stichting Weekend Academie
Stichting Big Friends
Stichting Akros Welzijn

Thuismakers Collectief
Speeltuinvereniging ASV Bilderdijkpark
Stichting Hart voor de Natuur
Stichting KiKiD
Stichting Elance
JP Vision
Stichting Sexmatters
Stichting 't Gilde
SIPI

Eenmalig Sociaal Weefsel:

Stichting Raad is Daad
Stichting Samen is niet Alleen
Stichting Diversiteitsland
Stichting Burennetwerk Amsterdam
Stichting ProductieLab
Stichting EXPEDITIE4U
Stichting 1ouderpunt