Activiteitenplan Sociale basis 2025 - 2030

Zelfredzaamheid, participatie en ontwikkeling van (migranten)vrouwen in een kwetsbare positie in Amsterdam West

VROUWEN VOORUIT

“Steeds een stapje verder gaan dan je eigenlijk durft."
Joke Smit (feministe 1933-1981)



VOORWOORD EN LEESWIJZER

Na een intensief voortraject met verschillen stappen – waaraan ook Vrouwen Vooruit een bijdrage heeft geleverd – is het dan zover: de aanvraag voor de nieuwe sociale basis 2025 – 2030 kan worden ingediend! We zijn heel blij dat de aanvraag voor de sociale basis (periodiek) een aanvraag voor een langere periode is geworden. Hierdoor kunnen we echt werk maken van de opgaven in de wijken en wordt de administratieve last verminderd.

In dit activiteitenplan beschrijven wij waaraan we de komende zes jaar willen werken en op welke manier. Het plan start met een algemeen hoofdstuk. In dit hoofdstuk komen eerst onze missie, manier van werken en gewenste doorontwikkeling aanbod. Vervolgens leggen we uit waarom wij onze activiteiten binnen 'de gebiedsspecifieke laag' aanvragen. Het eerste hoofdstuk sluit af met een korte terugkoppeling op de algemene verplichtingen en voorwaarden in de subsidieregeling.
In Hoofdstuk 2 van dit plan vindt u vervolgens een inhoudelijke toelichting op de begroting. Tenslotte worden in Hoofdstuk 3 onze activiteiten per stuk beschreven.

Wij zien er naar uit om de komende zes jaar verder te werken aan de zelfredzaamheid, participatie en ontwikkeling van (migranten)vrouwen in een kwetsbare positie in West!

Een activiteitenplan is een 'abstract' document. Uiteindelijk gaat het ons om de impact van ons werk op de vrouwen die wij ondersteunen. Daarom 'ontmoet' u op een aantal bladzijden onderaan een deelneemster die in een paar zinnen vertelt wat onze activiteiten voor haar persoonlijk betekenen. Dit zijn quotes uit de praktijk. Wij hopen dat dit u inspireert en duidelijk maakt waar Vrouwen Vooruit voor staat.

"Vrouwen daadwerkelijk zien groeien en nieuwe stappen zien zetten is de motivatie achter ons werk!"

Inhoudsopgave

VOORWOORD EN LEESWIJZER 1

Hoofdstuk 1. Algemeen 3

1.1 Waar staat Vrouwen Vooruit voor? 3

1.2 Seksespecifiek werken 3

1.3 Doorontwikkeling en innovatief werken 4

1.5 Verantwoording voor plaatsing van onze activiteiten binnen het niveau 'partners met een cruciale rol op gebiedsspecifieke opgaven (GOS)' 5

1.6 Gezamenlijk leren en verbeteren 6

1.7 Terugkoppeling op de algemene verplichtingen en voorwaarden 6

Hoofdstuk 2. Toelichting op de begroting 8

Hoofdstuk 3. Gebiedsgerichte opgaven sociaal 10

3.1 Aanvraag voor drie activiteiten in stadsdeel West binnen de GOS 10

3.2 Aansluiting bij subsidieverordening gebiedsgerichte opgaven sociaal (GOS) 10

ACTIVITEIT 1 - Werving, intakes en individuele begeleiding 11

ACTIVITEIT 2 - Groepsprogramma: trainingen en cursussen gericht op empowerment, zelfredzaamheid, participatie, taal en (mentale) gezondheid 18

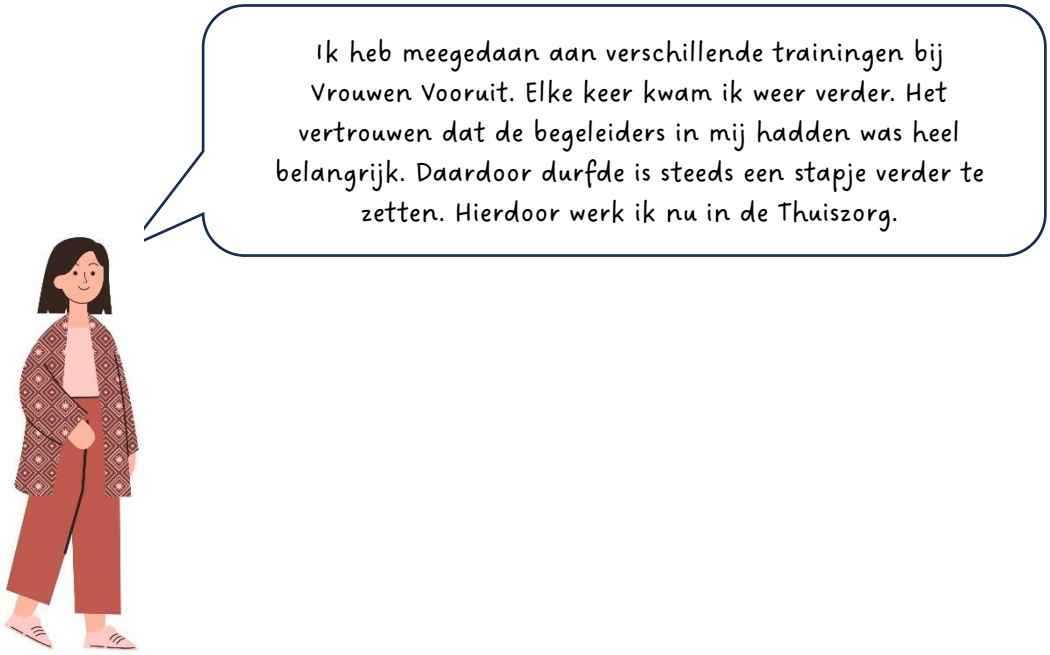
ACTIVITEIT 3 – VrouwenAcademie West 23

Bijlage 1 Overzicht gehele aanbod Vrouwen Vooruit 27

Bijlage 2 Convenant Partners VAW en 29

Bijlage 3 Convenant vrouwennetwerken 29

VERWIJZINGEN 30



Hoofdstuk 1. Algemeen

1.1 Waar staat Vrouwen Vooruit voor?

Vrouwen Vooruit draagt al tien jaar bij aan de zelfredzaamheid, participatie en ontwikkeling van (migranten)vrouwen in een kwetsbare positie in West. We organiseren groepscursussen en trainingen en bieden individuele begeleiding. Dit willen we ook de komende zes jaar blijven doen. Wij streven naar een samenleving waarin vrouwen volwaardig mee kunnen doen en zich kunnen ontwikkelen op een manier die bij hen past. Dit is onze 'stip op de horizon' waarvoor we warmlopen en ons inzetten, van bestuur tot vrijwilligers!

Helaas is het nog steeds niet vanzelfsprekend dat alle vrouwen volwaardig mee kunnen doen in de (Amsterdamse) samenleving. Hoewel de emancipatie van vrouwen in Nederland de afgelopen decennia jaar een enorme vlucht heeft genomen, is deze niet voltooid. Ook in Amsterdam West hebben nog niet alle vrouwen dezelfde kansen, evenveel keuzevrijheid en dezelfde mogelijkheden tot ontwikkeling en ontplooiing als mannen.

Daarom is er voor sommige vrouwen extra inspanning nodig om hen, in een veilige setting, een steuntje in de rug te geven. De activiteiten van Vrouwen Vooruit bieden dit aan (migranten)vrouwen in een kwetsbare positie. Doel is dat deze emanciperende activiteiten vrouwen helpen om aansluiting te maken met de samenleving.

1.2 Seksespecifiek werken

Een deel van de belemmeringen die vrouwen ervaren in hun participatie en ontwikkeling is sekse specifiek. De (sekse specifieke) socialisatie, rollen en sociaal-maatschappelijke positie van vrouwen hebben invloed op hun ontwikkeling en participatie[i]. Dit geldt voor vrouwen met een niet-westerse immigratieachtergrond vaak nog sterker, doordat zij veelal uit landen komen waar een traditionele rolverdeling dominant is[iiiii]. Daarom werkt Vrouwen Vooruit sekse specifiek. Dit beteken dat we expliciet rekening houden met de specifieke (ondersteunings)behoeften, problemen en ervaringen van vrouwen[iv].

Onze cursussen en trainingen zijn alleen voor vrouwen. Wij geloven dat dit voor vrouwen in een kwetsbare positie soms nodig is. Een groep met alleen vrouwen biedt veiligheid om thema's te bespreken die in een gemengde groep niet besproken worden uit angst, schaamte of taboe. In een groep met alleen vrouwen is er ruimte om vraagstukken met andere vrouwen te bespreken. Wij merken in de praktijk dat dit werkt. Vrouwen herkennen elkaars problemen, vinden steun bij elkaar en stimuleren elkaar. Hierdoor ontstaat een veilige omgeving waarin vrouwen na denken over hun positie, behoeften en wensen en nieuwe stappen durven zetten.

1.3 Innovatief werken doorontwikkeling

Innovatief werken

Ideeën voor nieuwe activiteiten ontstaan bij ons altijd in de praktijk. Als we een behoefte van vrouwen signaleren waar nog geen aanbod voor is binnen het sociale domein, bekijken we of wij hier mee aan de slag kunnen en of dit bij onze missie past. Vervolgens onderzoeken we wat er al aan kennis, (nieuwe) methodes en onderzoek bekend is. Waar nodig vullen we die aan met expertise uit onze eigen ervaringen. Ons programma is op deze manier in de loop van de jaren continue doorontwikkeld en vernieuwd. Op basis van de vraag en behoeften van vrouwen zullen we ons programma de komende zes jaar verder doorontwikkelen en vernieuwen.

Doorontwikkeling van de stichting

We willen de stichting de komende zes jaar versterken en doorontwikkelen. We willen graag mogelijkheden voor 'open' inloop creëren, zodat er een plek ontstaat waar vrouwen vier of vijf dagen per week naar binnen kunnen lopen voor vragen en advies over hun (maatschappelijke en persoonlijke) ontwikkeling en activiteiten. Om dit mogelijk te maken is een uitbreiding van inzet (uren) nodig en willen we graag een andere ruimte.

De coördinator heeft de afgelopen twee jaar met meerdere beleidsadviseurs gesproken over extra uren inzet. Met extra uren binnen onze aanvraag in de sociale basis kunnen we een participatiemedewerker[1] aannemen en inzetten. Een aantal werkzaamheden van de coördinator kunnen worden overgedragen naar deze nieuwe participatiemedewerker.
De coördinator wordt door het stadsdeel vaak gevraagd om haar expertise te delen en in te zetten bij het meedenken over en organiseren van nieuwe aanpakken en activiteiten. Om dit te kunnen blijven doen is het noodzakelijk dat haar takenpakket voor een deel overgedragen wordt.
De nieuwe medewerker en coördinator kunnen ook werkzaamheden van elkaar overnemen, hetgeen de stichting (organisatorisch) minder kwetsbaar maakt.
Daarnaast willen met een extra medewerker nog meer inzetten op het bestrijden van eenzaamheid en het vergroten van mentale weerbaarheid onder vrouwen in een kwetsbare positie. En de individuele begeleiding versterken.

De stichting wil graag verhuizen naar een herkenbare en laagdrempelig locatie in de wijk, waar vrouwen makkelijk naar binnen (durven) lopen. Op deze locatie willen we ook laagdrempelige vormen van vrijwilligerswerk creëren, zoals gastvrouw of boodschappen doen. Dit voorziet in een behoefte die wij signaleren bij vrouwen die graag een zinvolle rol in de samenleving willen, maar voor wie 'extern' vrijwilligerswerk nog een stap te ver is. Op die manier komen vrouwen uit hun isolement en versterken en verbreden ze hun competenties door te doen.

Onze droom daarbij is dat wij voldoende ruimte hebben om ook vrouwennetwerken in West, zoals bijvoorbeeld vrouwennetwerk MOED en Next Level, op een aantal dagdelen een plek te bieden. Om samen een plek te vormen waar vrouwen met en van elkaar leren, elkaar steun geven en krijgen. Waar vrouwen hun kwaliteiten en talenten inzetten en verder ontwikkelen. Een veilige en open plek, voor-vrouwen-door-vrouwen!

[1] Een sociaal cultureel werker 3 volgens de CAO Sociaal Werk

1.4 Methodisch werken

Wij hechten veel waarde aan methodisch werken omdat we graag willen zien dat onze inspanningen daadwerkelijk resultaat opleveren. Vrouwen zien groeien en nieuwe stappen zien zetten is de motivatie achter ons werk!

Onze activiteiten zijn ontwikkeld op basis van bestaande kennis, onderzoek en onderbouwde methodes, aangevuld met onze eigen expertise. Zo ontwikkelen we interventies die goed onderbouwd zijn én tegelijkertijd wortelen in de praktijk.

Een aantal methodische uitgangspunten hanteren wij bij al onze activiteiten en begeleiding:

1. *Empowerment gericht werken*

Dit betekent voor ons: vrouwen sterker maken zodat zij meer controle krijgen over hun eigen leven en hun eigen keuzen kunnen maken[v]. Belangrijk hiervoor zijn o.a. het versterken van je eigen kracht; het ontdekken van je talenten en kwaliteiten en het vergroten van je zelfvertrouwen.

2. *Oplossingsgericht werken*

Oplossingsgericht werken is gericht op het benutten van de sterke kanten en hulpbronnen van de vrouwen. Het een bewezen effectieve[vi] methode die bijdraagt aan het vergroten van het zelfsturend vermogen. Oplossingsgericht werken is sterk gerelateerd aan empowerment: het is in feite een werkwijze die empowerment concreet vormgeeft.

3. *Cultuursensitief werken*

We werken voornamelijk met vrouwen die een migratieachtergrond hebben. Dit vraagt om cultuur sensitief werken. Naast kennis en inzichten, gaat het vooral om houding en het bewustzijn dat je eigen culturele normen en waarden niet voor iedereen gelden[vii]. Cultuursensitief werken vraagt om een open en nieuwsgierige houding.

1.5 Verantwoording voor plaatsing van onze activiteiten binnen het niveau ‘partners met een cruciale rol op gebiedsspecifieke opgaven (GOS)’

Gedurende het proces van de herinrichting van de sociale basis zijn wij tot de conclusie gekomen dat onze activiteiten thuishoren bij het onderdeel ‘partners met een cruciale rol op gebiedsspecifieke opgaven’.

De Stichting is diepgeworteld in stadsdeel West. De oprichter en coördinator van de stichting woont zelf al meer dan 25 jaar met liefde in het stadsdeel. De medewerkers kennen de wijk, de bewoners en collega-organisaties goed. Daardoor hebben we een groot bereik, hebben we een uitgebreid netwerk en kennen we de problemen én kansen van de wijken in West heel goed.

We leveren een cruciale bijdrage aan de emancipatie, participatie en ontwikkeling van (migranten)vrouwen in een kwetsbare positie in Amsterdam West. We hebben specifieke expertise en specifiek aanbod ontwikkeld dat we met veel passie inzetten voor de vrouwen in de verschillende wijken van West.

Vrouwen Vooruit is er voor alle vrouwen in West in een kwetsbare positie, maar in de praktijk, en aansluitend bij de GOS, komt een groot deel van onze deelneemsters uit Bos en Lommer. Ons kantoor is om die reden ook gevestigd in Bos en Lommer. Daarnaast komt – ook overeenkomstig de GOS – een aanzienlijk deel van onze deelneemsters uit de Baarsjes.

1.6 Gezamenlijk leren en verbeteren

Wij vinden samenwerking en afstemming met de gemeente belangrijk. Met de gemeente, collega organisaties en bewoners werken we sámen aan een sterke sociale basis. Onze coördinator denkt regelmatig mee in overleggen met beleidsadviseurs van het stadsdeel en hun collega's.

Ook op dit specifieke nieuwe vraagstuk willen we graag meedenken. Hoe dit er precies uit zal zien, zal in de praktijk moeten blijken. Het belangrijkste voor ons is dat ook de stem van de vrouwen terug te horen is in het samen leren en daar willen we ons voor inzetten!

1.7 Terugkoppeling op de algemene verplichtingen en voorwaarden

Vrouwen Vooruit voldoet aan de algemene verplichtingen en voorwaarden die in de subsidieverordening beschreven staan.

Toegankelijkheid
We maken vooral gebruik van de Huizen van de wijk en soortgelijke accommodaties. Deze zijn ingericht op fysieke toegankelijkheid. Het creëren van een veilige omgeving voor vrouwen in een kwetsbare positie zit in onze DNA. Dit draagt bij aan de sociale toegankelijkheid voor deze specifieke groep vrouwen.
Onze contactmedewerker heeft een Marokkaanse achtergrond. Hierdoor kan zij vrouwen met een Arabische en Marokkaanse achtergrond te woord staan in hun moedertaal.

Gezonde omgeving
Wij vinden het belangrijk om een voorbeeldrol hierin te nemen, bijvoorbeeld door gezonde catering tijdens activiteiten. In onze cursussen en trainingen is er veel aandacht voor mentale en fysieke gezondheid.

Inclusieve communicatie
We richten ons hoofdzakelijk op anderstalige vrouwen en al onze materialen zijn hierop afgestemd.

Herkenbaarheid en vindbaarheid activiteiten
We hebben een website en social media waarop we onze activiteiten plaatsen. Ook verspreiden we flyers in de wijken én gaan we actief de wijken in om vrouwen te informeren over onze activiteiten. We zijn partner van de VrouwenAcademie West (VAW). De VAW heeft een website waarop een agenda staat met de activiteiten van alle partners en een Facebookpagina. Dit vergroot de vindbaarheid van activiteiten van alle partners.

Meldcode huiselijk geweld
We hebben een meldcode vastgesteld en de coördinator is aandachtsfunctionaris.

Verklaring omtrent gedrag (VOG)
Gezien de aard van onze organisatie en activiteiten achtten wij dit tot nu toe niet noodzakelijk. Vrijwilligers begeleiden vrouwen in groepsverband.
Met financiering van het Oranje Fonds voeren wij op dit moment ook het project Wijksteunvrouwen West uit. Daarbij worden individuele matches gemaakt tussen daartoe opgeleide wijksteunvrouwen en hulpvraagsters. Bij deze 1-op-1 contacten gaan we wel werken met een VOG.

Gedragsregels seksueel overschrijdend gedrag
Gezien de aard en omvang van onze organisatie hebben wij tot nu toe nog geen gedragscode. Wij zullen hier in 2025 wel specifiek beleid op willen ontwikkelen, al dan niet in samenwerking met andere organisaties.

Netwerken rondom buurtteams en OKT's
We verwijzen actief - en waar nodig 'warm'- door naar de buurtteams en OKT's. De coördinator participeert regelmatig in Wijknetwerktafels e.d. om warme relaties op te bouwen en onderhouden.

Meewerken aan onderzoeken
Uiteraard staan wij er open voor om mee te doen aan onderzoeken van de gemeente over activiteiten.

Verankeren inclusie en anti-discriminatie
Onze activiteiten zijn alleen toegankelijk voor vrouwen. In paragraaf 1.2 is beschreven waarom wij dit noodzakelijk achten. Onze activiteiten bieden een veilige setting aan (migranten)vrouwen in een kwetsbare positie die veelal niet direct aansluiting vinden bij 'reguliere' activiteiten.
In onze activiteiten komen vrouwen met verschillende culturele achtergronden elkaar tegen. Dit leidt tot uitwisseling over verschillen en overeenkomsten tussen culturen en tussen individuele vrouwen.



Hoofdstuk 2. Toelichting op de begroting

In Hoofdstuk drie beschrijven we drie activiteiten die wij uitvoeren vanuit de sociale basis. In de begroting worden de kosten voor de uitvoering van deze activiteiten weergegeven. Daarbij zijn een aantal punten van belang om toe te lichten:

1. Directe salariskosten

De directe salariskosten zijn gebaseerd op de salarissen van een coördinator, een contactmedewerker en een participatiemedewerker.
Dit betreft het deel van de salariskosten van de medewerkers gericht op de activiteiten vanuit de sociale basis. De coördinator en participatiemedewerker werken meer uur per week, maar die uren worden gedekt uit andere projecten/opdrachten die buiten de sociale basis om worden bekostigd.

De uren per week per activiteit zijn:

	Uren Coördinator	**Uren Participatiemedewerker**	**Uren Contactmedewerker**
ACTI 1: Werving, intakes en begeleiding	8,8 uur	2 uur	6 uur
ACTI 2: Groepsprogramma	8,8 uur	10 uur	4 uur
ACTI 3: VAW	4,4 uur	0 uur	0 uur
TOTAAL	22 uur	12 uur	10 uur

2. Directe kosten materiaal en huurkosten activiteiten

Deze zijn – volgens de eisen van het format – per activiteit opgenomen. Hieronder volgt een korte toelichting op deze kosten per activiteit.

	Materiaal kosten	**Huurkosten**
ACTI 1: Werving, intakes en begeleiding	Kosten online ontwerptool (CANVA) en drukkosten flyers	NVT Gesprekken vinden op kantoor plaats. De huurkosten voor kantoor vallen onder de indirecte kosten.
ACTI 2: Collectief programma	Materialen, leermiddelen en vrijwilligersvergoedingen	Huurkosten voor ruimtes om trainingen en cursussen te geven. Sommige trainingen duren een afgebakend aantal weken (tussen de 6 en 12 keer). Met name de taallessen lopen het

		hele jaar door (minus de schoolvakanties). De trainingen/cursussen vinden in de ochtenden plaats tussen 9 en 12 uur.
ACTI 3: VAW	Materialen en catering bij evenementen, vrijwilligersvergoedingen, ontwerp- en drukkosten, bedankje voor vrouwen.	NVT Overleg en evenementen vinden (zonder extra huurkosten) plaats op locatie van de partners.

3. Indirecte kosten

Volgens het format hebben we deze verdeeld in:

- Automatiseringskosten: o.a. telefonie, internet, ICT-ondersteuning
- Huisvestigingskosten: kosten huur kantoor
- Anders, te weten diverse bureaukosten: o.a. kantoorartikelen, abonnementen, boekhouder en loonadministratie, koffie en thee

We maken jaarlijks meer algemene kosten: deze worden voor een deel toebedeeld aan projecten die we via een andere weg gefinancierd krijgen.

4. Verdeling kosten over de gebieden in West

Wij voeren onze activiteiten West-breed uit, met een focus op (de aandachtsgebieden binnen) Bos en Lommer en (iets minder) de Baarsjes. Dit sluit aan bij waar in de praktijk de vraag het grootste is én bij de GOS.
Daarnaast gaan we ook in op vragen van vrouwengroepen die niet per se in een GOS-aandachtsgebied gevestigd zijn: we vinden het vanuit preventief oogpunt belangrijk om ook daaraan tegemoet te komen.
Op basis hiervan hebben we zowel de directe- als de indirecte kostenposten verdeeld over de gebieden in West volgens de volgende verdeling:

Bos en Lommer: 50%
De Baarsjes/Oud-West: 40%
Westerpark: 10%

Hoofdstuk 3. Gebiedsgerichte opgaven sociaal

3.1 Aanvraag voor drie activiteiten in stadsdeel West binnen de GOS

Onze aanvraag binnen de sociale basis bestaat uit drie activiteiten in stadsdeel West binnen de GOS, te weten:

1. Werving, intakes en individuele begeleiding
2. Groepsprogramma: trainingen en cursussen gericht op empowerment, zelfredzaamheid, participatie, taal en (mentale) gezondheid
3. VrouwenAcademie West

Deze activiteiten hangen onderling samen en versterken elkaar. Uiteindelijk gaat het ons om de impact van onze activiteiten op het leven van de vrouwen!

3.2 Aansluiting bij beleidskader sociale basis 2025-2030 en subsidieverordening gebiedsgerichte opgaven sociaal (GOS)

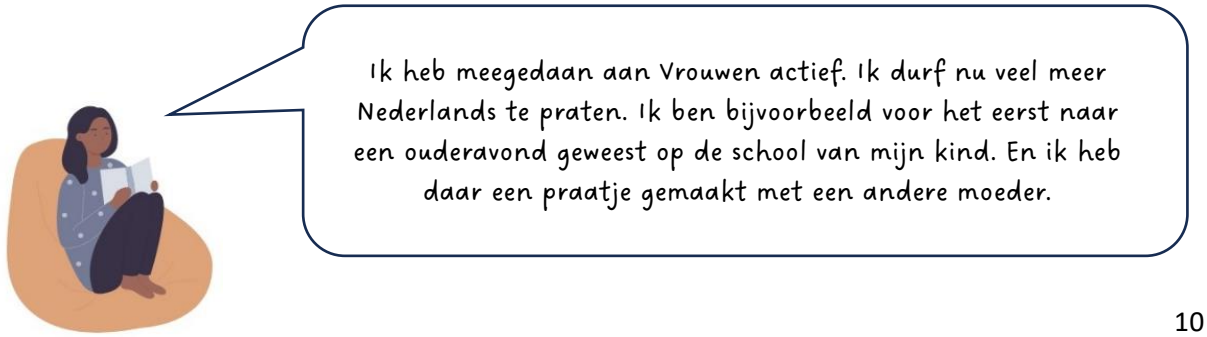
Gezamenlijk dragen onze activiteiten bij aan de hoofddoelen van de sociale basis: vergroten van de kansen op een goede gezondheid en bestaanszekerheid en – in mindere mate – gelijke kansen op veerkrachtig en zorgzame buurten voor volwassen.

Onze activiteiten sluiten in hun onderlinge samenhang direct aan bij de volgende activiteiten in de GOS gericht op volwassenen:

b. Het vergroten en onderhouden van vaardigheden die nodig zijn voor een goede gezondheid en bestaanszekerheid.
c. Activiteiten gericht op ontmoeting, dialoog, activering en sporten & bewegen.
e. Het vervullen van een sleutelfunctie in het gebied om Amsterdammers die zelf de weg niet vinden door te verwijzen naar activiteiten, professionele hulp of voorzieningen.
g. Activiteiten gericht op het bevorderen van de mentale gezondheid.
h. Het bevorderen van de inclusiviteit van de samenleving.

In de online aanvraag moeten we per activiteit aangeven voor welk van de activiteiten uit de GOS we subsidie aanvragen. We kiezen daarbij de activiteit in de GOS die het meest direct aansluit bij onze activiteiten, maar die bevatten ook elementen uit de andere activiteiten in de GOS.

In de volgende paragrafen worden onze drie activiteiten uitgewerkt.



ACTIVITEIT 1 - Werving, intakes en individuele begeleiding

1. Beschrijving activiteit

A. Omschrijving en methode/werkwijze

Deze activiteit bestaat uit drie stappen die hieronder kort beschreven worden.

Stap 1: Bereiken, informeren en motiveren van vrouwen

Een belangrijk deel van ons werk is de eerste stap: vrouwen bereiken, informeren en motiveren om zich verder te ontwikkelen. Dit is in feite de eerste stap van empowerment. Als je niet weet wat de mogelijkheden zijn of geen eerste stap durft te zetten, kom je niet verder.

Een deel van de vrouwen, meldt zich niet zelfstandig met de wens om zich te ontwikkelen en een stap vooruit te zetten. Zij voelen de noodzaak en wens om zich te ontwikkelen (nog) niet en worden hierin door hun omgeving niet gestimuleerd, of zelfs tegengewerkt.
Een ander deel van de vrouwen, voelt wel de wens om zich te ontwikkelen, maar weet niet goed welke stappen zij kunnen zetten. Ze weten de weg naar geschikte ondersteuning niet zondermeer te vinden.
Vrouwen Vooruit gaat daarom actief opzoek naar vrouwen uit de doelgroep. Dit doen we op verschillende manieren:

Directe werving op vindplekken
We bezoeken laagdrempelige plekken waar veel vrouwen uit de doelgroep komen, bijvoorbeeld op basisscholen en de Huizen van de Wijk en buurtkamers. Ook zijn we aanwezig bij groot- en kleinschalige evenementen zoals Kansen aan de Horizon, de Mantelzorgmarkt e.d.

Indirecte werving via doorverwijzers
We benaderen en informeren doorverwijzers, zoals het Buurtteam, buurtwerkers, WPI-klantbegeleiders en opvoedadviseurs. Door de vertrouwensband die zij al hebben met de vrouwen, kunnen zij vrouwen informeren en naar ons doorverwijzen. We beschikken over een groot netwerk in de wijken.

Indirecte werving via sleutelvrouwen en wijksteunvrouwen
Een andere belangrijke groep doorverwijzers zijn de sleutelvrouwen en wijksteunvrouwen. Deze vrouwen weten kwetsbare vrouwen te bereiken die wij niet direct bereiken.

Samenwerking met andere organisaties
Daarnaast gaan we op zoek naar slimme samenwerkingen met andere organisaties, waaronder zelforganisaties. Zij hebben vaak wel groepen vrouwen ‘in huis’, maar niet het trainingsaanbod dat deze vrouwen kan ondersteunen om zichzelf te ontwikkelen en een stap Vooruit te zetten.

Social media, flyers en poster in de wijken
We delen informatie op Facebook en in onze Whatsapp groepen. Ook verspreiden we flyers en posters verspreid op plekken waar de vrouwen veel komen, zoals in de buurtcentra en de openbare bibliotheken.

Stap 2: Intakegesprekken

In het intakegesprek staan de vrouw en haar verhaal centraal! Haar vraag, behoeften en mogelijkheden worden in kaart gebracht. Samen met haar onderzoeken we wat het beste bij haar past. Iedere vrouw krijgt een maatwerk advies. Dit kunnen activiteiten binnen maar ook buiten Vrouwen Vooruit zijn. Soms starten vrouwen met meerdere activiteiten - binnen en buiten Vrouwen Vooruit - tegelijkertijd.
Van alle gesprekken wordt een kort verslag gemaakt.

Stap 3: Individuele begeleiding

Groepstrainingen en cursussen vormen de basis van ons werk. Toch is individuele begeleiding soms noodzakelijk om concrete stappen vooruit te (blijven) zetten. Vanuit de veilige sfeer binnen een training raken vrouwen gemotiveerd om een nieuwe stap te zetten, waarbij individuele begeleiding nodig is om deze daadwerkelijk te zetten.

Bijvoorbeeld bij het vinden van vrijwilligerswerk. Sommige vrouwen lukt dit niet zelfstandig. Ook bemiddeling via de VrijwilligersCentrale Amsterdam is voor veel vrouwen nog een stap te ver. Ze hebben iemand nodig die hen introduceert bij een organisatie en die met hen meegaat naar een kennismakingsgesprek.

Dit geldt ook voor doorgeleiding naar andere activiteiten in de buurt, zoals een computercursus of taalaanbod via de gemeente. Voor een deel van de vrouwen is een warme overdracht met individuele begeleiding en nazorg noodzakelijk.

We begeleiden ook vrouwen die na verloop van tijd opnieuw bij ons aankloppen voor ondersteuning bij een volgende stap. We gaan opnieuw met hen in gesprek om te onderzoeken wat hen helpt om zich verder te ontwikkelen en wat zij daarbij nodig hebben.

B. Doelgroep

Overeenkomstig het beleidskader sociale basis Amsterdam 2025 – 2030, richten we ons op vrouwen uit West in de meeste kwetsbare situaties. Factoren die hen kwetsbaar maken zijn o.a.:

- Migratieachtergrond, en dan vooral een niet-westerse afkomst: zowel oudkomers als nieuwkomers en zowel gezinsherenigers als statushouders
- Laag inkomen
- Sociaal geïsoleerd
- Weinig contacten buiten de ‘eigen’ taal- en culturele kring

- Weinig of lager/praktisch opgeleid
- Geen (erkend) diploma in Nederland
- Anderstalig (Nederlands als Tweede Taal) en nog onvoldoende taalbeheersing
- Alleenstaande moeder
- Psychosomatiek
- Beperkte digitale vaardigheden
- Moeilijk aansluiting vinden bij 'reguliere' voorzieningen en activiteiten in de wijken

Vaak speelt een combinatie van factoren, met een stapeling van risico's.

C. Doel(en)

Met deze activiteit willen we de volgende doelen bereiken:

1. Bereiken en motiveren van vrouwen in een kwetsbare positie om aan hun ontwikkeling te werken en nieuwe stappen te zetten.
2. Vrouwen informeren over programma van Vrouwen Vooruit zodat zij zich aanmelden voor een intakegesprek.
3. In kaart brengen van de vraag, wens en (ontwikkel)behoefte van de vrouw.
4. Begeleiding bij verdere ontwikkeling en doorstroming.

D. Aansluiting bij de Focusopgaven uit de Gebiedsgericht opgaven sociaal (GOS)

Het vergroten van zelfredzaamheid en participatie staan in ons gehele aanbod centraal. Het voorkomen of verminderen van eenzaamheid en het bevorderen van de mentale gezondheid zijn belangrijke focuspunten.

Vrouwen Vooruit is er voor alle vrouwen in West in een kwetsbare positie, maar in de praktijk, en aansluitend bij de GOS, komt een groot deel van onze deelneemsters uit Bos en Lommer. Ons kantoor is om die reden gevestigd in Bos en Lommer.
In de GOS wordt beschreven, dat een op de vijf bewoners in Bos en Lommer rond moet komen van een minimuminkomen. Ook op het gebied van (lichamelijke en mentale) gezondheid is Bos en Lommer kwetsbaar ten opzichte van andere gebieden in West en de hele stad. In Bos en Lommer ervaren veel meer bewoners eenzaamheid dan in de rest van de stad.
Onze inzet sluit aan bij de gesignaleerde opgaven in Bos en Lommer. Een groot deel van onze trainingen en cursussen wordt in Bos en Lommer gegeven.

In Bos en Lommer springen de gebieden Landlust en Kolenkit eruit: de arbeidsparticipatie in deze buurten is laag, er is een verhoogde kwetsbaarheid onder gezinnen en het vertrouwen in armoede regelingen is laag. Wij geloven in de uitspraak: 'educate a woman and you educate a family'. Door vrouwen te versterken, versterk je ook hun gezinnen. Daarom is juist in deze gebieden extra aandacht nodig voor activering en participatie van vrouwen in een kwetsbare positie. Vanuit de veilige setting die we bieden slaan we een brug naar reguliere activiteiten en voorzieningen.
In Kolenkit werken we samen met de sleutelvrouwen van Next Level om vrouwen te bereiken. Ook werken we in die buurt samen met stichting Amina en voeren we trainingen uit op hun locatie.

Naast Bos en Lommer, komt een aanzienlijk deel van onze deelneemsters uit de Baarsjes. In de GOS worden binnen dit gebied, de Van Galen-, Columbusplein-, Van Lennep-, en Hoofdwegbuurt als meest kwetsbaar omschreven. Het aantal huishoudens met een minimuminkomen is hoger in deze buurten en er wordt meer eenzaamheid gesignaleerd. Rond het Columbusplein werken we daarom samen met het Vrouwencentrum de Baarsjes. We geven regelmatig trainingen op deze locatie en gaan er naartoe voor onze werving.

Uit de GOS blijkt dat het goed gaat met Westerpark. Toch zijn er ook binnen Westerpark buurten waar het minder goed gaat. In de Spaarndammerbuurt/Zeeheldenbuurt en de Staatsliedenbuurt moeten relatief veel inwoners rondkomen van een minimuminkomen. Ook ervaren bewoners in deze buurten meer ernstige eenzaamheid dan in de rest van Westerpark. In de Zeeheldenbuurt hebben we goed contact met de sleutelvrouwen die actief zijn in Parlarie. We gaan er regelmatig langs om te vertellen over onze activiteiten (werving). Ook ondersteunen we de sleutelvrouwen door onze kennis en netwerk met hen te delen. Vorig jaar hebben we bijvoorbeeld op hun verzoek een koppeling met het Rode Kruis tot stand gebracht.

Naast aandacht voor focusgebieden, blijven we ook ruimte bieden aan vragen van zelforganisaties en vrouwengroepen uit alle gebieden in West. Zij hebben een achterban met specifieke behoeften en wijk hebben specifiek aanbod.

E. Beoogd resultaat (prestatie indicatoren)

1. Diverse informatie/wervingsactiviteiten zijn uitgevoerd.
2. In totaal melden 60 vrouwen zich aan voor een kennismakingsgesprek.
3. 60 vrouwen hebben een kennismakingsgesprek gehad waarvan een kort schriftelijk verslag is gemaakt.
4. Deze vrouwen starten met een training of cursus bij Vrouwen Vooruit, of worden doorverwezen of (warm) overgedragen naar activiteiten en partners in de wijk.
5. Afhankelijk van de ontwikkelwens en vraag worden de vrouwen meer of minder individueel begeleid bij hun verdere ontwikkeling en doorstroming.

F. Werving en bereik

De eerste stap van deze activiteit is geheel gericht op het bereiken van vrouwen. Zie bij A. hoe we dit aanpakken.

2. Kennis en expertise

In de afgelopen 10 jaar hebben we in diverse activiteiten en projecten veel expertise opgebouwd in het werken met vrouwen in een kwetsbare positie, en specifiek met vrouwen met een migratieachtergrond. We blijven ons scholen op dit gebied, door het bijhouden van vakliteratuur en het volgen van trainingen en opleidingen.

We werken samen met sleutelvrouwen en wijksteunvrouwen die goed weten hoe vrouwen te bereiken zijn. De door ons opgeleide wijksteunvrouwen denken ook mee met de doorontwikkeling van onze activiteiten. Daarbij zetten zij hun ervaringsdeskundigheid in. Zij weten uit eigen ervaring

goed waar vrouwen tegenaan lopen en wat helpend is! Zij worden ook betrokken bij de uitvoering van activiteiten en projecten.

3. Preventie, cohesie en cultuursensitiviteit

Vrouwen Vooruit heeft specifieke expertise in cultuursensitief werken, die we ook inzetten bij het werven en begeleiden van vrouwen.

We richten ons in de werving ook op vrouwen die ons niet zelfstandig vinden. Dit heeft een sterk preventieve werking: we bereiken vrouwen om hen te versterken nog voordat er problemen zijn ontstaan.

4. Locatie(s)

We gaan actief de wijk in, naar locaties waar vrouwen uit de doelgroep komen, zoals de Huizen van de Wijk en buurtkamers.

We hebben een kantoor in Bos en Lommer waar we de meeste intakegesprekken en vervolggesprekken voeren. Als dit een drempel is voor vrouwen omdat zij in een ander deel van het stadsdeel wonen, voeren we ook gesprekken op laagdrempelige locaties dichterbij, zoals de Huizen van de Wijk. Een enkele keer komen we bij een vrouw thuis voor een eerste kennismakingsgesprek.

5. Verbinding met de wijk en de samenwerking daarin

We kennen het stadsdeel en onze collega organisaties goed. We stemmen af met andere organisaties en waar nodig verwijzen we (warm) door naar andere organisaties. We werken nauw samen met verschillende organisaties op verschillende manieren.

VrouwenAcademie West (VAW)

Een belangrijke deel van de samenwerking met andere organisatie vindt plaats vanuit de VrouwenAcademie West (VAW). Binnen de VAW kennen we alle partners goed. We hebben korte communicatielijnen, verwijzen actief naar elkaar door en stemmen op elkaar af.
De coördinator van Vrouwen Vooruit is ook procescoördinator van de VAW. Activiteit 3 van dit Activiteitenplan is geheel gewijd aan de VAW.

We werken samen met alle partners van de VAW. Met een aantal VAW-partners werken we intensief samen:

Bij Stichting Aminah komen veel vrouwen uit onze doelgroep. Wij hebben aanbod dat voor veel van deze vrouwen een goede ontwikkelstap biedt. Een deel van onze trainingen geven we op locatie bij Amina. Ook geven we voorlichting over ons aanbod aan vrouwen bij Amina. We gaan dit intensiveren door kennismakingsworkshops te geven bij Aminah.

Blik Op Talent voert het project vrijwillige VAW-coaches uit. Vrouwen Vooruit meldt regelmatig vrouwen aan voor een coach. Ook is er regelmatig overleg over de communicatie en PR van de VAW

omdat Blik daarvan een deel uitvoert. Met Blik overleggen we ook regelmatig over ons beider aanbod en ontwikkelingen in de sociale basis.

De buurtwerkers van Combiwel Buurtwerk zijn belangrijk voor Vrouwen Vooruit. We komen langs in de Huizen van de Wijk om voorlichting te geven bij groepenvrouwen. Ook verwijzen de buurtwerkers vrouwen naar activiteiten van Vrouwen Vooruit door. Andersom informeren wij vrouwen over activiteiten in de Huizen van de Wijk. De lijnen zijn kort en warm.

Met Stichting Gilde Lab hebben we concrete afspraken gemaakt over intensivering van de samenwerking. Gilde Lab gaat op-maat-gemaakte workshops aanbieden die inspelen op de specifieke behoeften van vrouwen die actief zijn bij Vrouwen Vooruit. Andersom gaat GildeLab gebruik maken van cursussen en trainingen die worden aangeboden door Vrouwen Vooruit om het educatieve aanbod aan de 'vrijwilligers' (deelneemsters) van het Lab te vergroten.

Met het Amsterdams Buurvrouwen Contact (ABC) hebben we concrete afspraken gemaakt over doorgeleiding van vrouwen naar onze trainingen. Tijdens supervisie informeren we 'lesgevers' over ons aanbod, zodat zij hun 'lesnemer' kunnen informeren en motiveren om door te stromen. Waar nodig gaan de 'lesgevers' de eerste keer met hun lesnemer mee naar onze groepen.

Platform Informele Zorg

Vrouwen Vooruit is ook lid van het Platform Informele Zorg (PIZ). Dit is een samenwerking tussen organisaties in Amsterdam West die vrijwilligers koppelen aan buurtbewoners die ondersteuning nodig hebben of aanbod hebben voor buurtbewoners die opzoek zijn naar ontmoeting.

Eind 2023 is Vrouwen Vooruit gestart met het project WijkSteunVrouwen. Wijksteunvrouwen bieden laagdrempelige en persoonlijke ondersteuning, en hebben verschillende culturele achtergronden. Hoewel de financiering van dit project buiten de sociale basis ligt[2], sluit het naadloos aan bij onze activiteiten vanuit de sociale basis. Binnen het Platform Informele Zorg komt de aansluiting en afstemming met andere informele aanbieders in West tot stand.

Overige samenwerking binnen de sociale basis

We werken ook samen met andere organisaties binnen de sociale basis. Met de Buurtwerkplaatsen hebben we bijvoorbeeld concreet afgesproken dat vrouwen deel kunnen nemen aan werkervaringsplekken op het gebied van tuinonderhoud, werken in de keuken en binnen de werkplaatsen waar zij stapje-voor-stapje hun talenten verder kunnen ontwikkelen. Ook kunnen we 1 of 2 vrouwen per jaar aanmelden voor een begeleidingstraject. Daarnaast gaan we in 2025 met een groepje vrouwen langs voor een introductiebijeenkomst om kennis te maken met de mogelijkheden.

In 2025 haken wij aan op Kracht van West. Dit is het netwerk van alle sociale basispartners in West met als doel verbinding, betere onderlinge afstemming en stevige inhoudelijke samenwerking. De Kracht van West wordt gefaciliteerd vanuit de kernfunctiealliantie (in beginsel Combiwel). Wij hebben meegedacht in een aantal sessies over de ontwikkeling van de Kracht van West.

Samenwerking met organisaties buiten de sociale basis

[2] Het Oranje Fonds en het fonds KNR-PIN financieren dit project voor twee jaar.

We werken ook samen met organisaties buiten de sociale basis. Zo zijn we partner van de Alliantie Samen Sterk met Werk[3]. In deze alliantie werken we met vijf vrouwenorganisaties, verspreid over de hele stad, samen aan het vergroten van de economische zelfstandigheid van vrouwen via betaald werk.

Bij het gezondheidsprogramma Aandacht voor mij[4] werken we samen met de coaches van Welzijn Op Recept en met eerstelijns zorgverleners (een diëtiste, een Mensendiecktherapeut, ARKIN-preventie, huisartsen en POH-ers). Dit project heeft een versterkend effect op onze activiteiten binnen de sociale basis. Eerstelijns zorgverleners verwijzen vrouwen naar ons door. En andersom, wij nodigen hen uit bij onderdelen van onze trainingen en cursussen binnen de sociale basis.

6. Doorontwikkeling

Bij de werving willen we nog meer samenwerken met sleutelvrouwen in de wijken. Zij weten vrouwen te bereiken die wij niet altijd bereiken.

Ook willen we de wijksteunvrouwen meer betrekken bij de werving: zij kunnen andere vrouwen vertellen wat het oplevert om jezelf te ontwikkelen. Zij zijn in dit opzicht een rolmodel: wat zij kan, kan ik ook! Door hun verhaal te delen tijdens voorlichtingen kunnen zij vrouwen over de streep trekken om een nieuwe stap te zetten. Ook 'herkennen' wijksteunvrouwen vaak snel 'nieuwe' vrouwen in hun wijk die ondersteuning kunnen gebruiken.

7. Financiële en inhoudelijke continuïteit

Vrouwen Vooruit heeft zich de afgelopen tien jaar tot een financieel stabiele organisatie ontwikkeld. De subsidie uit de sociale basis voorziet in de financiering van het 'basisprogramma' (werving, intakes en begeleiding en het groepsprogramma. Daarnaast worden nieuwe activiteiten en projecten gefinancierd uit andere bronnen, waaronder de centrale stad en fondsen. De organisatie heeft sinds de oprichting elk jaar met een kleine winst afgesloten waardoor we enige reserve hebben.

Inhoudelijk waarborgt de coördinator de kwaliteit en continuïteit van de activiteiten. Als sociaal psycholoog beschikt ze over kennis van veranderingsprocessen- en interventies die aan de basis van onze activiteiten liggen.



[3] rdt bekostigd vanuit de centrale stad via de subsidieregeling Diversiteit en Inclusiviteit
[4] Dit programma wordt bekostigd vanuit Welzijn Op Recept/SPUK/GALA

ACTIVITEIT 2 - Groepsprogramma: trainingen en cursussen gericht op empowerment, zelfredzaamheid, participatie, taal en (mentale) gezondheid

1. Beschrijving activiteit

A. Omschrijving en aanpak/methode

Trainingen en cursussen - in een groep met andere vrouwen - vormen het hart van de activiteiten van Vrouwen Vooruit. Wij hechten grote waarde aan groepsgericht werken. Het is niet alleen een kosteneffectieve manier van werken, het heeft ook een meerwaarde: in een groep vinden vrouwen (h)erkenning bij elkaar, wisselen ze ervaringen uit en stimuleren en steunen elkaar. Wij zien in de praktijk elke keer weer hoe belangrijk dit is! Vrouwen voelen zich verbonden met elkaar en de groep. Onderlinge contacten blijven vaak na afloop bestaan. Vrouwen blijven elkaar steunen. Dit versterkt de solidariteit en cohesie in de wijken.

We werken met vijf ontwikkelingslijnen in ons programma:

1. Zelfredzaamheid
2. Persoonlijke ontwikkeling en empowerment
3. Taal en communicatie
4. Participatie
5. Gezondheid (fysiek en mentaal)

In de loop der jaren hebben we verschillende trainingen en cursussen ontwikkeld. Naar gelang de vraag, signalen en actuele (maatschappelijke) ontwikkelingen bepalen we welke trainingen/cursussen we uiteindelijk aanbieden in de loop van een jaar.

We bieden ook maatwerk aan (zelf)organisaties en vrouwengroepen die graag een training of cursus willen voor hun achterban. Dan stellen we een programma op dat aansluit bij de vraag.

In lijn met de opzet van de sociale basis, wordt een groot deel van de trainingen en cursussen door vrijwilligers en stagiaires uitgevoerd. Zonder de inzet van vrijwilligers en stagiaires zouden we ons programma niet uit kunnen voeren. Hun inzet geeft ook uiting aan solidariteit tussen vrouwen en aan het samenbrengen van vrouwen met verschillende culturele en sociaal-maatschappelijk achtergronden. Ook biedt het vrijwilligers en stagiaires kansen om zich (verder) te ontwikkelen. Onze vrijwilligers en stagiaires worden getraind en begeleid door de coördinator.

Bij sommige trainingen werken we samen met andere organisaties, zoals de cursus Heldin, die door het Rode Kruis uitgevoerd wordt. Een enkele training – bijvoorbeeld Voel je goed! – wordt uitgevoerd door de coördinator, omdat deze specifieke expertise vraagt.

B. Doelgroep en C. Doel(en)

In het schema hieronder worden de trainingen en cursussen beschreven die we uitvoeren vanuit de sociale basis [5], met de bijbehorende specifieke doelgroep en doelen.

Vrouwen actief Ontwikkellijnen: zelfredzaamheid; communicatie en taal; persoonlijke ontwikkeling en empowerment	
Specifieke doelgroep: • Laag niveau van zelfsturing en empowerment. • Ook geschikt voor analfabeten en vrouwen die weinig vooruitgang boek(t)en op reguliere taal/inburgering les. • Taalniveau: vanaf A1.	*Specifieke doelen:* • Nederlands (durven) praten. Overwinnen spreekangst. • Toename zelfredzaamheid in dagelijks leven, bijvoorbeeld zelfstandig naar de huisarts gaan. • Meer contact met NL-sprekenden. • Meer zelfvertrouwen krijgen om te communiceren. • Toename in sociale participatie buiten de eigen taal- en culturele kring. • Voorkomen en tegengaan isolatie en eenzaamheid
Talent & Toekomst Ontwikkellijnen: persoonlijke ontwikkeling en empowerment; participatie	
Specifieke doelgroep: • Vrouwen (veelal met schoolgaande kinderen) die na willen denken over hun toekomst en hiervoor stappen willen zetten. • Basisniveau empowerment. • Taalniveau: vanaf A2	*Specifieke doelen:* • Persoonlijke ontwikkeling. • Versterken empowerment en mate van zelfsturing. • Nadenken over en plannen maken voor de toekomst. • Stappen zetten om daadwerkelijk actiever te worden en/of verder te komen.
Heldin (in samenwerking met en uitgevoerd door het Rode Kruis) Ontwikkellijnen: zelfredzaamheid; communicatie en taal; gezondheid	
Specifieke doelgroep: • Vrouwen met weinig opleidingsmogelijkheden • Vrouwen die een verhoogd risico hebben op noodsituaties. • Taalniveau: A2	*Specifieke doelen:* • Effectieve communicatie, omgaan met stresssituaties, meer zelfvertrouwen in deze situaties • Hulp durven vragen en geven in een noodsituatie • EHBO-certificaat behalen
Voel je goed Ontwikkellijne**n:** persoonlijke ontwikkeling en empowerment; gezondheid	
Specifieke doelgroep: • Migrantenvrouwen met onverklaarde gezondheidsklachten	*Specifieke doelen:* • Meer aandacht creëren voor ‘goed voor jezelf zorgen’ om klachten te verminderen.

[5] Wij bieden ook trainingen en begeleiding aan die buiten de sociale basis om gefinancierd worden, zoals Op weg naar werk en Aandacht voor mij. Deze zijn niet in het schema meegenomen. Om toch een goed overzicht te krijgen van het gehele aanbod van Vrouwen Vooruit wordt deze kort samengevat in Bijlage 1.

en/of psychosomatische klachten die hen belemmeren in hun participatieproces. • Taal: minimaal A2	• Aanleren van vaardigheden en methodes om stress gerelateerde klachten te verminderen. • Uitwisselen van ervaringen met andere vrouwen (lotgenoten contact). • Onderzoeken relatie klachten en migratieverleden en leven in een andere cultuur. • Voorkomen en tegengaan eenzaamheid.
Vergroot je zelfvertrouwen Ontwikkellijnen: persoonlijke ontwikkeling en empowerment	
Specifieke doelgroep: • Taalniveau: B1 of hoger	*Specifieke doelen:* • Vergroten zelfvertrouwen
Nederlandse taal van A2 naar B2 en van B1 naar B2 Ontwikkellijn: communicatie en taal	
Specifieke doelgroep: • Vrouwen die hun taalniveau willen verhogen i.v.m. start opleiding of betaald werk • Taalniveau: A2 en B1	*Specifieke doelen:* • Verhogen taalniveau naar B1 of naar B2 • Zelfvertrouwen krijgen dat taal goed genoeg is om stap naar een opleiding of betaald werk te zetten.
Een goede start Ontwikkellijn: communicatie en taal; zelfredzaamheid; persoonlijke ontwikkeling en empowerment	
Specifieke doelgroep: • Vrouwen die net nieuw in Nederland zijn (nieuwkomers) en hun weg nog moeten vinden • Taalniveau: 0-A1+	• Vergroten zelfredzaamheid in de wijk (‘de weg weten te vinden’) • Vergroten sociaal netwerk en hiermee voorkomen van eenzaamheid • Verhogen taalniveau • Empowerment: o.a. bekend worden met rechten en mogelijkheden in de Nederlandse samenleving • Preventie van problemen in de gezinssituatie
Gezonde taal Ontwikkellijn: gezondheid; zelfredzaamheid; communicatie en taal	
Specifieke doelgroep: • Lager niveau van zelfredzaamheid • Ook geschikt voor analfabeten • Taalniveau: vanaf A1/A2	*Specifieke doelen:* • Vergroten van de zelfredzaamheid rond gezondheid. • Meer zelfvertrouwen krijgen om gesprekken te voeren met zorgverleners. • Informatie geven over thema’s rond gezondheid.
Red jezelf! Ontwikkellijn: zelfredzaamheid; communicatie en taal	
Specifieke doelgroep: • Lager niveau van zelfredzaamheid	*Specifieke doelen:*

• Ook geschikt voor analfabeten • Taalniveau: vanaf A1	• Vergroten van de zelfredzaamheid in het dagelijks leven • Oefenen met specifieke vaardigheden, zoals pinnen, OV-kaart opladen

C. Aansluiting bij de Focusopgaven uit de Gebiedsgericht opgaven sociaal (GOS)

Zie beschrijving hiervan bij activiteit 1. Voor activiteit 2 geldt hetzelfde.

D. Werving en bereik

De werving voor ons programma vindt plaat onder Activiteit 1. Daar is uitgebreid omschreven hoe we dit aanpakken.

E. Beoogd resultaat (prestatie indicatoren)

1. Door het jaar heen starten er in totaal 10 trainingen/cursussen (groepen)
2. Deze trainingen worden door in totaal 80 vrouwen bezocht
3. Deelneemsters stromen na afloop van de trainingen door naar:
    - Een vervolgcursus, training of project bij Vrouwen Vooruit (bijvoorbeeld van Vrouwen actief naar Talent & toekomst, of van Talent & Toekomst naar Op weg naar werk)
    - (Laagdrempelige) activiteiten in de wijk, zoals een ontmoetingsgroep, naailes, kookgroep
    - Educatieve cursussen buiten Vrouwen Vooruit, zoals computerles
    - Empowerment gerichte trainingen/cursussen buiten Vrouwen Vooruit, bijvoorbeeld een assertiviteitscursus bij ARKIN Preventie
    - Sport en bewegingsactiviteiten
    - Andere (preventieve) activiteiten gericht op gezondheidsbevordering
    - Taalles (formeel en informeel)
    - Vrijwilligerswerk binnen of buiten Vrouwen Vooruit
    - Vrijwillige VAW-coach
    - Opleiding
    - Betaald werk

3. Kennis en expertise

Zie activiteit 1

4. Preventie, cohesie en cultuursensitiviteit

Ons groepsprogramma is geheel afgestemd op de doelgroep (migranten)vrouwen in een kwetsbare positie. De materialen zijn aangepast wat betreft taalniveau.
Voor nieuwe vrijwilligers en stagiaires hebben wij een korte e-module ontwikkeld over cultuur sensitief werken, die zij bij de start van hun werkzaamheden doorlopen. In werkoverleg houden we elkaar scherp op eventuele cultureel bepaalde factoren en op eigen blinde vlekken.

Onze trainingen en cursussen hebben een preventief karakter. Veel van onze deelneemsters hebben bij aanvang weinig contacten buitenshuis en buiten hun directe kring. Deelname aan een groepstraining biedt zinvolle sociale contacten en zingeving. Dit zijn werkzame elementen bij het voorkomen en verminderen van eenzaamheid[viii] en het versterken van de mentale gezondheid.

Ook op andere thema's werkt empowerment en het vergroten van de zelfredzaamheid preventief. Zo zijn leven in een sociaal isolement, relationele afhankelijkheid en een slechte beheersing van de Nederlandse taal risico factoren voor huiselijk geweld[ix]. Een gevoel van competentie en steun kunnen vragen zijn juist beschermende factoren. In onze trainingen/cursussen werken we zowel aan het versterken van deze beschermende factoren (= primaire preventie)[x] als aan het verminderen of stabiliseren van risicofactoren (= secundaire preventie).

5. Locatie(s)

Een groot deel van onze cursussen en trainingen wordt gegeven in de Huizen van de Wijk. In Bos en Lommer maken we ook gebruik van Amira (de locatie van Stichting Aminah).

6. Verbinding met de wijk en de samenwerking daarin

Zie de omschrijving bij Activiteit 1 voor dit punt.

7. Doorontwikkeling

Op dit moment signaleren wij dat er behoefte is aan activiteiten die gericht zijn op het bestrijden van eenzaamheid voor migrantenvrouwen in een isolement. Sommige vrouwen die meedoen aan een activiteit bij ons zullen (door een combinatie van factoren) geen substantiële stappen vooruit meer zetten naar werk of een opleiding. Toch hebben ook zij behoefte aan zinvolle contacten en een zinvolle invulling van hun leven. Dit heeft een direct verband met het voorkomen van eenzaamheid en mentale gezondheid. Er zijn een aantal interventies bekend rond deze thema's, waaruit we elementen willen nemen die we combineren en afstemmen op de doelgroep.
Daarnaast zijn we kort geleden begonnen met het programma 'Een goede start' voor vrouwen die net nieuw in Nederland zijn. We signaleerden dat er vraag was naar taalles voor deze groep absolute beginners, en ondersteuning bij het vinden van hun weg in de wijk.

8. Financiële en inhoudelijke continuïteit

Zie activiteit 1.



ACTIVITEIT 3 – VrouwenAcademie West

1. Beschrijving activiteit

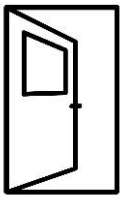
A. Omschrijving en aanpak/methode/werkwijze

De VrouwenAcademie West (VAW) is een samenwerkingsverband tussen meer dan 15 organisaties in Amsterdam West. De partners van de VAW vinden elkaar in een gezamenlijk missie: de VAW staat voor het bevorderen van zelfredzaamheid, participatie en ontwikkeling van vrouwen in een kwetsbare positie in Amsterdam West.
Om dit te bereiken werken de VAW-partners samen aan een doorlopende leerlijn. Vrouwen volgen hun eigen route langs deze lijn. Zij starten op hun eigen niveau en kunnen stappen blijven zetten waarmee zij zich duurzaam verder ontwikkelen.
De activiteiten van de doorlopende leerlijn dragen ook bij aan het verbeteren van de positieve gezondheid van vrouwen.

Vrouwen Vooruit is partner van de VAW. De coördinator van de stichting, 5.1, 2, e is ook procescoördinator van de VAW. Omdat de VAW geen rechtspersoon is vraagt Vrouwen Vooruit, namens alle partners van de VAW, subsidie aan voor deze functie. De partners van de VAW voeren ook een aantal gezamenlijke activiteiten uit. Deze worden ook door Vrouwen Vooruit aangevraagd binnen de sociale basis.

De partners van de VAW werken allen op dezelfde manier:

De 4 pijlers van de VAW



Elke partner is een deur naar het gezamenlijke aanbod van de partners.



Focus op **ontwikkeling en doorgroei**: vrouwen stimuleren om zich te blijven ontwikkelen en nieuwe stappen te zetten.



We werken **vraaggericht**: de vraag, behoeften en mogelijkheden van de vrouw staan centraal.



Focus op **empowerment**: bewustwording van talenten en kwaliteiten en vergroten eigen kracht en zelfvertrouwen.

Concreet worden de volgende deelactiviteiten uitgevoerd:

1. Procescoördinatie

De procescoördinator zorgt voor continuïteit in het functioneren van de VAW. Ze ondersteunt de partners bij het gezamenlijk vorm geven van de VAW en het uitvoeren van het werkplan. Ook speelt de proces coördinator een rol in het betrekken van sleutelvrouwen en hun netwerken bij de VAW.

Taken zijn o.a.:

- Organiseren en voorzitten van de VAW-overleggen
- Voorzitten en begeleiden van werkgroepen die de gezamenlijke activiteiten organiseren
- Aanspreekpunt voor nieuwe organisaties en personen die in contact willen komen met de VAW of zich willen aansluiten
- Aanspreekpunt voor het stadsdeel

2. Informatie- en doedag

Jaarlijks organiseert de VAW een evenement aan het begin van het nieuwe cursusjaar. De partners geven informatie over hun aanbod in West. Vrouwen kunnen op een actieve manier kennis maken met activiteiten en de partners.

3. Overzicht van activiteiten

Op de website van de VAW is een agenda te vinden met activiteiten voor vrouwen in West. Blik op Talent verzorgt het bijhouden en waar nodig aanpassen van informatie op de VAW-website, in nauw overleg met de proces coördinator.
Ook wordt er een papieren uitgave tot stand gebracht waarin informatie over activiteiten wordt gedeeld. De precieze inhoud en vorm hiervan wordt per jaar met de partners besproken en vastgesteld.

4. VrouwenPersBureau

Het Vrouwenpersbureau (VPB) is opgericht om bij te dragen aan de PR voor de VAW. Vrijwilligers - vrouwen uit West - schrijven stukken over activiteiten in West of houden bijvoorbeeld een interview met een interessante vrouw. Deze stukken worden op de website van de VAW geplaatst. Doel is om vrouwen, verwijzers en andere stakeholders te inspireren met deze stukken.

5. Vrouwennetwerk bijeenkomst

Een bijeenkomst voor partners, andere professionals en sleutelvrouwen. De dag is erop gericht om onderling kennis te maken, ervaringen uit te wisselen en het netwerk te versterken. Samen met een aantal sleutelvrouwen wordt een thema voor de dag gekozen en uitgewerkt.

6. Bedankdag voor sleutelvrouwen

De VAW vindt het belangrijk om de sleutelvrouwen in West te bedanken en waarderen voor hun enorme inzet voor de vrouwen in West.

B. Doelgroep

Primaire doelgroep:
De VAW richt zich op alle vrouwen van West die zich willen ontwikkelen en een nieuwe stap willen zetten. Extra focus ligt op vrouwen die zich in een kwetsbare positie bevinden. Factoren die hen kwetsbaar maken kunnen o.a. zijn:

- Laag inkomen
- Weinig of lager/praktisch opgeleid of geen diploma in Nederland
- Anderstalig (Nederlands is Tweede Taal)
- Alleenstaande moeder
- niet-Nederlandse culturele afkomst en/of achtergrond
- Weinig contacten buiten de 'eigen' taal- en culturele kring
- Sociaal geïsoleerd
- Psychosomatiek
- Beperkte digitale vaardigheden
- Moeilijk aansluiting vinden bij 'reguliere' voorzieningen en activiteiten in de wijken

Intermediaire doelgroep:

- Partners van de VAW
- Sleutelvrouwen in West

C. Doelen

Om aan de gezamenlijke missie te werken, gelden de volgende doelen:

1. Elkaar goed leren kennen, korte communicatielijnen.
2. Doorverwijzen, waar nodig met een 'warme overdracht'.
3. Aanbod van de partners inzichtelijk maken voor de doelgroep, voor de betrokken netwerkpartners en voor externe verwijzers.
4. Afstemmen van het aanbod op de actuele behoefte.
5. Signaleren en bespreken 'lacunes' en aandragen oplossingen.
6. Samenwerken in projecten. Dit kan ook in 'deelcoalities' van een aantal partners.
7. Betrekken van, samen werken met en ondersteunen van sleutelvrouwen in het stadsdeel.

Wij zien deze doelen rechtstreeks terugkomen in de aanleiding en doelen van de herinrichting van de sociale basis voor 2025-2030!

D. Aansluiting bij de Focusopgaven uit de Gebiedsgericht opgaven sociaal (GOS)

Binnen de GOS zien wij in veel kwetsbare gebieden/buurten als focuspunt omschreven: extra aandacht voor activering en participatie. Dit sluit direct aan bij de doelstelling van de VAW!

De VAW is er voor alle vrouwen (in een kwetsbare positie) in West. Uiteraard zien we ook binnen de VAW dat de meeste vrouwen komen uit de meest kwetsbare gebieden van West. Daarnaast probeert de VAW juist ook vrouwen te motiveren om verder te kijken dan hun eigen wijk als dit zinvol is voor hun ontwikkeling. Soms helpt een stapje buiten de eigen wijk zetten om aanbod te ontdekken dat je verder brengt!

E. Werving en bereik

Werving voor de gezamenlijke activiteiten vindt plaats via de partners. Zij hebben allen hun eigen achterban en netwerk, die zij uitnodigen voor de activiteiten.

F. Beoogd resultaat (prestatie indicatoren)

- Minimaal 6 VAW-overleggen door het jaar heen
- Organisatie van informatie- en doedag voor vrouwen. Dit evenement wordt door minimaal 50 vrouwen bezocht.
- Organisatie van een vrouwennetwerkbijeenkomst voor partners, sleutelvrouwen en professionals uit West. Dit evenement wordt door minimaal 50 personen bezocht.
- De agenda op de website is up-to-date.
- Er is een papieren uitgave waarin informatie over activiteiten wordt gedeeld.
- Het VPB heeft minimaal één stuk per maand aangeleverd voor op de website en Facebookpagina.
- Organisatie van een bedankdag voor sleutelvrouwen. Deze dag wordt door (minimaal) 40 sleutelvrouwen bezocht.

3. Kennis en expertise

De partners van de VAW hebben allemaal hun eigen kennis en ervaringen in het werken met en voor vrouwen in een kwetsbare positie. Deze expertise wordt gedeeld in de VAW.

Ook worden de sleutelvrouwen in West actief betrokken bij de VAW. Zij denken mee bij de organisatie en uitvoering van de gezamenlijke activiteiten. Ook organiseert de VAW regelmatig deskundigheidsbevordering voor de sleutelvrouwen.

4. Preventie, cohesie en cultuursensitiviteit

De VAW heeft als doel om een specifieke groep bewoners – vrouwen in een kwetsbare positie – te ondersteunen en te versterken. Empowerment staat centraal. Dit heeft een sterk preventief karakter. In de gezamenlijke activiteiten is veel aandacht voor het bereiken en (sociaal) toegankelijk maken van de activiteiten voor een cultureel en sociaal-maatschappelijk diverse doelgroep.

5. Locatie(s)

De VAW is geen fysieke ‘academie’, maar een samenwerkingsverband. De overleggen vinden steeds op een andere locatie plaats. Zo leren de partners elkaars locatie en activiteiten kennen.

De gezamenlijke activiteiten vinden vaak plaats in Huis van de Wijk de Havelaar. Deze locatie is vanuit verschillende wijken goed te bereiken en is zeer geschikt voor wat grotere evenementen.

6. Verbinding met de wijk en de samenwerking daarin

De VAW heeft als doel samenwerken! De VAW is opgericht om de krachten van organisaties die zich inzetten voor de participatie en ontwikkeling van vrouwen te bundelen. Samen zijn we sterker! De partners van de VAW kennen elkaar goed, hebben korte communicatielijnen, verwijzen actief naar elkaar door en stemmen op elkaar af. Hierdoor komt de vrouw uit West op de voor haar juiste plek terecht. Haar vraag en mogelijkheden staan centraal en niet het aanbod van de organisaties.

In de loop van 2025 brengen we binnen de VAW in subgroepjes (opnieuw) in kaart welk aanbod er rond een bepaald thema is (bijvoorbeeld rond empowerment, stappen naar werk zetten of gezonde leefstijl). Vervolgens onderzoeken we hoe deze activiteiten zich tot elkaar verhouden wat betreft specifieke doelgroep en 'plek' op de doorgaande leerlijn. Hierdoor krijgen we inzicht waar eventuele overlap zit of juist 'gaten' en kunnen we het aanbod hierop verder afstemmen. Ook onderzoek we hoe we de 'schakels' tussen verschillende activiteiten rond een thema kunnen versterken, zodat vrouwen stappen kunnen blijven zetten.

Daarnaast zijn we samen met de beleidsadviseur WPI opzoek naar mogelijkheden voor een betere afstemming met klantbegeleiders voor vrouwen voor wie betaald werk op korte termijn niet direct een optie is. Als mogelijkheid is geopperd een 'dedicated' klantbegeleider die aanwezig is bij VAW-overleggen. Ideeën worden verder uitgewerkt in de loop van het jaar.

7. Doorontwikkeling

De VAW wil zich verder ontwikkelen. Op dit moment zijn er ideeën voor het opzetten van een VAW-spreekuur in de wijken van West. En voor het organiseren van dialoogsessies over actuele onderwerpen. De partners zetten zich in om deze ideeën verder te brengen en tot uitvoering te brengen. In de loop van de tijd kunnen er ook andere activiteiten ontwikkeld worden.

8. Financiële en inhoudelijke continuïteit

De VAW bestaat uit de partners. De partners van de VAW hebben hun samenwerking 'hernieuwd' op 7 maart 2024 door het onderteken van een convenant. Dit convenant vindt u in Bijlage 2 bij dit activiteitenplan. In de loop van de tijd kunnen er partners uit de VAW stappen en er kunnen ook partners bijkomen. Dit wordt altijd met de coördinator besproken.
Ook de sleutelvrouwen hebben hun verbinding met de VAW 'hernieuwd' op 7 maart met het ondertekenen van een convenant. Dit convenant vindt u in bijlage 3.

De procescoördinator heeft als rol om de continuïteit van de VAW te waarborgen. Zij organiseert de overleggen, bewaakt de voortgang van de gezamenlijke activiteiten en jaagt waar nodig de samenwerking aan en agendeert punten voor het overleg.



Bijlage 1 Overzicht gehele aanbod Vrouwen Vooruit



Bijlage 2 Convenant Partners VAW en

Bijlage 3 Convenant vrouwennetwerken

Deze bijlagen zijn los toegevoegd ald PDF. Het zijn de scans van de originele ondertekende convenanten.

VERWIJZINGEN

[i] Metz, J. & De Boer, N. (2015). Seksespecifiek versterken van de eigen kracht. In: Nijhof & Engels (Red.). *Meisjes in Zorg* (blz. 87-108). Uitgeverij SWP.

[ii] De Gruijter, M., Verloove, J. & Sikkema, M. (2021). *Participatieprofielen vrouwen met een migratieachtergrond: Feiten en cijfers voor gemeenten en hun partners bij (door)ontwikkeling van beleid en uitvoering van arbeidsmarkttoeleiding en re-integratie.* Utrecht: Kennisplatform Integratie en Samenleving

[iii] M.M.J. Stavenuiter, M.J. Kahmann, E. Kok, K. van Mourik, M. Out, &M.J. de Gruijter (2020). *Re-integratie van vrouwen met een afstand tot de arbeidsmarkt: Kennissynthese.* Utrecht: Verweij-Jonker Instituut.

[iv] Van Oosten, Nl, Van der Vlugt, I. & Brants, L. (2009). *Seksespecifieke hulpverlening*. Uitgeverij Coutinho.

[v] Delahaij, R. (2004). *Dossier Empowerment: empowermentmethoden bij allochtone jongeren.* FORUM.

[vi] De Vries, S. & Prüst, H. (2017). *Oplossingsgericht werken in het sociaal werk*. Movisie.

[vii] Goorts, I. & Kolste, R. *(2023). Cultuursensitief werken.* Pharos.

[viii] Van der Zwet, R., De Vries, S. & Van de Maat, J. W. (2020). *Dossier: wat werkt bij de aanpak van eenzaamheid.* Movisie.

[ix] Beckers, M., Van den Burg, M., Ketel, J., Kooiman, A. & Verstraeten, N. (2021). *Kompas. Ondersteuningsinstrument signaleren huiselijk geweld en kindermishandelin.* Integraal Werken in de Wijk.

[x] Movisie (2023). *Preventie en de sociale basis: Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA)* https://www.movisie.nl/artikel/handvatten-gemeenten-preventief-werken-sociaal-domein Ingezien op 25 maart 2024