Choices voor Beter Leven

Ondersteuning en preventie voor LHBTQ+ Asielzoekers en Statushouders in Amsterdam - voorstel voor 2025

"Vertrouwen is voor onze bewoners van de LHBTIQ+ community een groot goed. Ieder […] heeft een achtergrond en verleden met uitsluiting, discriminatie en geweld in land van herkomst, waardoor wantrouwen een tweede natuur is geworden. Choices weet dit te doorbreken"
Barry - COA medewerker in een AZC

Jason Farrell, Directeur
jason@choicescenter.nl • Weesperplein 4B, 1018 XA Amsterdam • www.choicescenter.nl

Inhoudsopgave:

Pagina 3.	In het kort
Pagina 4.	De Organisatie Choices voor Beter Leven Doelgroep Noodzaak
Pagina 6.	Het Choices voor Beter Leven initiatief
Pagina 7.	Doel Activiteiten
Pagina 10.	Beoogde resultaten
Pagina 11.	Bereik Monitoring en Evaluatie
Pagina 13.	Communicatie Continuïteit en Samenwerking
Pagina 14.	Human Resources Begroting

Bijlagen

Bijlage A.	Begroting
Bijlage B.	Dekkingsplan
Bijlage C.	Jaarrekening 2023
Bijlage D.	Uittreksel KvK

In het kort
Choices Support Center (Choices) is een community-based organisatie die ondersteuning en begeleiding biedt aan personen die vatbaarder zijn voor risicogedrag in verband met drugsgebruik en seks, en voor psychische problemen, met name binnen de LHBTQ+ gemeenschap, waaronder asielzoekers en statushouders. Bewezen gedragsinterventies vormen de basis van ons werk, dat is afgestemd op het individu. Wij helpen mensen die een sterke invloed ondervinden van stress, trauma en gevoelens van onveiligheid om met hun problemen om te gaan en hun welzijn te verbeteren. We bieden psychologische ondersteuning en interventies die gericht zijn op sociale netwerken om het stoppen van risicogedrag in verband met middelengebruik te ondersteunen en depressie en isolatie tegen te gaan. We richten ons ook op het ontwikkelen van vaardigheden voor het integreren van een gezondere levensstijl.

In de afgelopen twee jaar, heeft Choices een landelijk community-based initiatief ontwikkeld voor preventie en voor psychologische en praktische begeleiding voor LHBTQ+ asielzoekers, genaamd Choices voor Beter Leven. Gebaseerd op het succes van ons initiatief voor LHBTQ+ asielzoekers in de AZC´s, heeft COA ons goedkeuring gegeven voor toegang tot AZC´s in het hele land. Daarnaast hebben we in deze periode de gratis landelijke hulplijn voor preventie, psychische ondersteuning, en begeleiding bij praktische problemen opgezet.

Na onze uitbreiding van Choices@AZC in Willinklaan naar AZC's op andere locaties in Nederland, gaan we ons richten op de behoeften van het groeiende aantal cliënten in Amsterdam. Amsterdam is een trekpleister voor deze populatie. We zien een groeiend aantal LHBTQ+ bewoners in A&O (50 personen), G-Hotel (10 personen), Galaxy (60 personen) en Willinklaan (ook 60 personen) en binnenkort ongetwijfeld in het nieuwe permanente AZC dat wordt gebouwd in Sloterdijk, en medio 2025 wordt geopend. Daarom dienen we deze aanvraag in om het bereik van onze ondersteunende diensten uit te breiden om LHBTQ+ bewoners in alle Amsterdamse AZC's te helpen.

Het aanbod van Choices, zoals beschreven in deze aanvraag, is gebaseerd op een behoeftenonderzoek onder 20 LHBTQ+ personen in vier AZC´s: A&O, Galaxy, G-Hotel en Willinklaan. Onze cliënten zijn zelf onderdeel van het vormgeven van het project geworden.

Choices voor Beter Leven bestaat uit de volgende componenten:
- Individuele psychologische/preventie begeleiding in ons kantoor en online
- Groepen voor sociale ondersteuning en gemeenschapsopbouw
- Peer Counseling
- Sociale en culturele integratie binnen de Gemeente Amsterdam en de queer gemeenschap

Daarnaast bieden wij aanvullende diensten gefinancierd door andere donoren waar ook de LHBTQ+ bewoners uit Amsterdamse AZC´s gebruik van kunnen maken:
- Meertalig team van gratis hulplijnpsychologen
  - Stabiliseren, stabiel houden en motiveren tijdens lange wachttijden voor psychologische ondersteuning bij professionele centra voor geestelijke gezondheidszorg
  - Voorlichting over risico's rond drugsgebruik
  - Voorlichting over seksueel risicogedrag, inclusief seksueel risicogedrag in relatie tot drugsgebruik, en het minimaliseren van risico's rond soa's en hiv
- Ondersteuning bij het vinden van een baan
  - Begeleiding bij aanpassing aan en integratie in de maatschappij na het verlaten van het AZC
- Online peer educators / coaches voor nieuwkomers
  - Ondersteuning bij praktische en sociale problemen en veiligheidszorgen in het AZC
  - Informatie en contact met de LGBTQ+ gemeenschap en relevante organisaties

De Organisatie
Choices Support Center (Choices) is een organisatie voor alle mensen ongeacht hun genderidentiteit en seksuele geaardheid. Wij bieden persoonlijke ondersteuning bij het maken van de best geïnformeerde keuzes op weg naar een gezonde levensstijl. Onze holistische benadering draait om de persoonlijke situatie van ieder individu en brengt in kaart hoe stress, angst, drugs, alcohol en seksuele activiteiten obstakels kunnen vormen voor een gezonde levensstijl. Choices is geen zorgorganisatie; we bieden counseling maar, voor complexe psychologische hulp verwijzen wij mensen door naar daarin gespecialiseerde GGZ instanties. Wat wij doen is dat voor hen faciliteren en hen begeleiden in de periode dat ze wachten om verder geholpen te worden.

Choices is gegroeid vanuit de behoeften van de doelgroepen die we bedienen, en we betrekken hen bij de ontwikkeling van ons dienstenaanbod en promotie, ons team bestaat voor een belangrijk deel uit mensen uit de doelgroep. Onze ondersteuning is evidence-based, holistisch en geïntegreerd. We werken met een divers en meertalig team, waaronder veel vrijwilligers.

Choices is opgericht in 2017 en begon in 2020 met groeps- en individuele counseling aan te bieden. Daarbij richtten we ons vooral op het bieden van interventies ter voorbereiding op de behandeling, het ondersteunen van mensen tijdens de lange wachttijd bij centra voor verslavingsbehandeling, zodat ze beter voorbereid zijn om vol te houden en goede resultaten te boeken. Ons werk richtte zich in de eerste plaats op het helpen van mannen die seks hebben met mannen (MSM) die worstelen met Chemsex om drugsgebruik en het risicovolle seksuele gedrag dat daarmee gepaard gaat, te minimaliseren of te elimineren.

Tijdens de COVID-lockdown kwamen twee asielzoekers van Willinklaan naar ons toe voor hulp. Nadat we hoorden over het gebrek aan ondersteuning voor LHBTQ+-asielzoekers en het gebrek aan toegang tot computers voor online ondersteuning tijdens COVID, besloten we naar het AZC te gaan met hetzelfde zorgmodel van onze diensten 'mensen ondersteunen tijdens lange wachttijden'. Onze pilot voor preventie en psychologische ondersteuning voor LHBTQ+ asielzoekers en statushouders tijdens het lange asiel- en huisvestingsproces, was een succes. Binnen 6 maanden ontvingen we telefoontjes van COA-medewerkers in AZC's door het hele land met de uitnodiging om te komen en de LHBTQ+ bewoners in hun AZC te helpen. We waren overweldigd door de behoeften van de LHBTQ+ bewoners en door wat we te weten kwamen over de omstandigheden waaronder zij leefden.

De afgelopen twee jaar heeft Choices een nationaal gemeenschapsinitiatief ontwikkeld voor preventie en psychologische en praktische begeleiding voor LHBTQ+ asielzoekers, genaamd Choices for Better Living ofwel Choices voor Beter Leven. Op basis van het succes van ons initiatief heeft COA ons toestemming gegeven om AZC's in het hele land binnen te gaan. We helpen voorkomen dat LHBTQ+ vluchtelingen Nederlandse burgers worden met verergerde geestelijke gezondheid, drugsverslavingen en/of seksueel overdraagbare aandoeningen. Daarmee besparen we de gemeente en landelijke overheid duizenden euro's aan gezondheidszorg.

Choices voor Beter Leven Doelgroep
De doelgroep van Choices voor Beter Leven bestaat uit LHBTQ+ asielzoekers en uit statushouders die nog in het AZC of noodopvang wonen of die recent een eigen woning toegewezen hebben gekregen en hun leven starten in de Gemeente Amsterdam.

Noodzaak
De druk op voorzieningen voor asielzoekers is flink toegenomen en dat is nog steeds de tendens. De vertraging en uitdagingen bij het regelen van huisvesting en zorg voor duizenden mensen is een grote uitdaging. Ook als mensen een status krijgen, is het wachten in het AZC vaak nog niet voorbij omdat er dan nog geen woningen beschikbaar zijn. Degenen die worstelen met hun (geestelijke)

gezondheid kunnen meestal niet snel geholpen worden. Hierdoor blijven veel asielzoekers en statushouders zitten met problemen, stress, angst, depressie, gevoelens van eenzaamheid en uitzichtloosheid. Dit leidt tot verdere decompensatie van de geestelijke gezondheid en schadelijk gedrag veroorzaakt.

Met name onze doelgroep LHBTQ+ asielzoekers en statushouders zijn hiervoor kwetsbaar; hun problemen blijven vaak bestaan nadat ze in Nederland zijn aangekomen, omdat ze in het AZC nog dagelijks worden geconfronteerd, ze leven daar met dezelfde anti-LHBTQ+ mentaliteit en gewoonten waarvoor ze hun thuisland zijn ontvlucht. Zij krijgen meer dan anderen te maken met bijvoorbeeld intimidatie, geweld en gevoelens van onveiligheid. Tegelijkertijd is de beschikbare hulp vaak juist niet toegesneden op hun specifieke situatie en identiteit. Voor deze groep is er dus vaak een hogere behoefte en noodzaak maar minder passende begeleiding. Dit maakt onze doelgroep extra kwetsbaar voor bijvoorbeeld middelengebruik, seksueel risicogedrag en uitbuiting, maar ook voor depressie, angsten en PTSS. Dit heeft een verdere negatieve invloed op de toch al complexe problemen waarmee deze mensen worden geconfronteerd. Als iemand niet snel de juiste begeleiding krijgt voor psychische problemen, heeft dat ook invloed op diens vermogen om te integreren en kennis te maken met de LHBTQ+ gemeenschap in Nederland. Goed kunnen omgaan met een context met zoveel vrijheden voor LHBTQ'ers, zo enorm anders dan de situatie in het thuisland of het AZC, en daarbij gezond en veilig blijven, kan heel moeilijk zijn.

Rapporten van het WODC en LGBT Asylum Support hebben aangetoond dat er in toenemende mate incidenten en gevoelens van onveiligheid in de AZC´s aan de orde zijn. Leven in constante angst verergert psychische problemen.

Om de vicieuze cirkel van problemen en onvoldoende passende hulp te doorbreken, is ons laagdrempelig aanspreekpunt nodig. Er is altijd iemand om direct in je eigen taal mee te praten op het moment dat je het nodig hebt, iemand die ook begrijpt wat je doormaakt en serieus neemt. Een persoon met wie je ook je dagelijkse problemen rond het leven in het AZC kunt bespreken. Bovendien heel belangrijk: iemand bij wie je veilig, anoniem en vertrouwelijk jezelf kunt zijn zonder je seksuele of genderidentiteit te hoeven verbergen, en waar je respectvol wordt behandeld zonder de stigmatisering die je al zo vaak hebt ervaren. Wij geloven dat vanaf daar de eerste stappen kunnen worden gezet om problemen aan te pakken, hetzij met verdere begeleiding van Choices, hetzij met hulp van andere organisaties, of een combinatie hiervan. Dit is waarom we naar verschillende AZC´s gaan om de begeleiding van Choices voor Beter Leven te bieden en waarom we de hulplijn zijn gestart voor mensen die in AZC´s wonen die we niet regelmatig kunnen bezoeken. Een belangrijk doel is het herstelvermogen van mensen op te bouwen. Onze begeleiding begint in het AZC en gaat door als men een nieuw leven begint op te bouwen in de Nederlandse samenleving.

De UNHCR en het Rode Kruis zijn grote voorstanders van aanwezigheid van psychologische eerste hulp in vluchtelingenkampen, maar momenteel is er niets specifiek beschikbaar voor LHBTQ+ asielzoekers in de Nederlandse asielcentra. De recente rapporten over een toename aan incidenten tonen de noodzaak aan om LHBTQ+ asielzoekers te ondersteunen en we zijn blij dat het COA ons toegang geeft tot de AZC´s zodat wij onze begeleiding kunnen bieden. Met toegenomen veiligheidsrisico’s en anti-LHBTQ+ beleid in veel landen, zullen we een groeiend aantal LHBTQ+ personen naar Nederland zien komen, zo is onze verwachting. Choices´ psychologische eerste hulp op locatie biedt de broodnodige psychosociale ondersteuning en preventiebegeleiding. Preventie op het gebied van mentale gezondheid, drugsgebruik, risicogedrag en infectieziekten. Voor psychologische behandelingen verwijst Choices cliënten door naar GZA en zorgen we samen voor een passende aansluiting.

We zijn erachter gekomen dat mensen met bredere sociale vraagstukken rond het leven in het AZC te maken hebben. Mensen worstelen met praktische zaken en hebben moeite om contact op te

nemen met andere organisaties. Andere voorbeelden van problemen waar mensen bij ons mee komen, zijn dat ze een andere advocaat moeten zoeken, van kamer of locatie in het AZC willen veranderen maar moeilijk kunnen uitleggen aan degenen die daarover gaan - waarom. Sommige mensen hebben een gebrek aan opleiding, beschikken niet over schrijfvaardigheid en hebben geen idee welke documenten ze nodig zouden kunnen hebben om bepaalde dingen te regelen, ze lopen tegen een bureaucratie aan die ze niet begrijpen, ze zijn zich niet bewust van hun rechten. We kunnen ook helpen bij het vinden van een nieuwe dokter voor iemand die problemen heeft, bijvoorbeeld met het krijgen van de juiste behandeling, of van hiv-therapie. Voor LHBTQ+ asielzoekers kan het omgaan met dergelijke problemen moeilijker zijn, bijvoorbeeld vanwege angst en gebrek aan vertrouwen. Terwijl de Choices psycholoog kan helpen met psychische problemen, kunnen deze sociale en praktische problemen worden opgepakt door de Choices zorgcoördinator.

Vanwege hun culturele achtergrond zijn veel mensen niet gewend om voor psychische problematiek hulp te zoeken en/of wordt dit als taboe ervaren. Mensen denken vaak dat waar zij tegenaan lopen niets met psychische problemen te maken heeft, waardoor ze het gevoel kunnen hebben dat psychologische hulp helemaal niet op hen van toepassing is. Mensen die contact met ons hebben voor sociale/praktische kwesties, zijn geneigd om later, wanneer ze vertrouwen hebben en zich veilig genoeg voelen, meer gevoelige kwesties bij ons aan te kaarten.

Het Choices voor Beter Leven initiatief
Onze interventies, zoals psychologische begeleiding en preventiebegeleiding, het maken van persoonlijke zorgplannen en het leren van vaardigheden om met problemen om te gaan en hulp bij het opbouwen van positieve sociale netwerken, zijn ontwikkeld om depressie, trauma, angsten en hopeloosheid aan te pakken. Dit verbetert niet alleen de geestelijke gezondheid maar voorkomt problematisch drugsgebruik en seksueel risicogedrag als mechanisme om met problemen en gevoelens om te gaan en/of als een manier om mensen te ontmoeten en ergens bij te horen. Het Choices voor Beter Leven initiatief voor LHBTQ+ asielzoekers en statushouders biedt crisisbeheersing en helpt mensen de beste keuzes te maken om gezond te leven. Hiermee geeft Choices structuur, een doel en helpt ieder individu een nieuw leven op te bouwen met positieve sociale netwerken voor een veilige overgang in de Nederlandse (queer) gemeenschap. Dit zijn de kernbehoeften van mensen die hun best doen om in het asielzoekerscentrum een dagelijkse routine op te bouwen nadat ze de zorg en steun van anderen zijn kwijtgeraakt.

We zien dat enerzijds praktische en/of sociale problemen mensen in de weg zitten, maar ze daarmee eigenlijk nergens echt terecht kunnen op een voor hen veilige, passende manier, en anderzijds zien we dat de drempel naar psychologische begeleiding soms te hoog kan zijn. Bijvoorbeeld doordat iemand de eigen problemen niet ziet als van psychische aard, of dat er cultureel gezien taboes op rusten. Hulp bij praktische problemen kan in zulke gevallen ook drempelverlagend werken. Mensen komen met ons in contact door ons werk in AZC´s, door verwijzingen van andere organisaties, via bekenden, via onze website of evenementen en via de hulplijn.

Dat de diensten van Choices in het AZC beschikbaar zijn, geeft een duidelijk signaal af that deze gemeenschap van LHBTQ+ asielzoekers en statushouders bestaat, en dat er aandacht voor hen is, dat ze specifieke hulp ontvangen van leden van de gemeenschap met klinische ervaring en levenservaring. Door in meerdere AZC's aanwezig te zijn, helpen we niet alleen LHBTQ+ personen om straks met minder problemen te integreren, maar helpen we ook COA- en GZA-medewerkers met problemen die specifiek zijn voor de LHBTQ+ gemeenschap.

Het pakket dat wij LHBTQ+ asielzoekers en statushouders met Choices voor Beter Leven bieden, bestaat uit:

- Individuele psychologische/preventie begeleiding

- Groepen voor sociale steun en gemeenschapsopbouw
- Peer Counseling
- Sociale en culturele integratie binnen de Gemeente Amsterdam en de queer gemeenschap
- Gespecialiseerde psychologische begeleiding gericht op werk (gefinancierd door andere donoren)

In de sectie ´Activiteiten´ beschrijven we de verschillende onderdelen.

In ons behoefteonderzoek dat wij hebben gehouden onder 20 LHBTQ+ bewoners van vier centra in Amsterdam (A&O, Galaxy, G-Hotel en Willinklaan) vroegen we naar persoonlijke veiligheid, voorkeur voor diensten, sociale activiteiten, locatie en tijden om de diensten aan te bieden. Deelnemers gaven aan zich enigszins veilig te voelen in de AZC's, wat we kunnen toeschrijven aan het feit dat alle locaties 2 tot 4 LHBTQ+ contactmedewerkers op locatie hebben. Dit biedt gelegenheid voor ondersteuning bij het oplossen van dagelijkse problemen. Ondanks dat er LHBTQ+ contactpersonen zijn, was privacy een grote zorg onder de door ons ondervraagden en gaven ze er allemaal de voorkeur aan om deel te nemen aan onze groeps- en begeleidingsactiviteiten buiten het AZC, op ons kantoor. Loskomen van de fysieke omgeving van het AZC is van cruciaal belang voor betere resultaten en aanpassing aan de Nederlandse context, leefstijl en cultuur.

We waardeerden de steun en medewerking enorm van elk AZC om inzicht te verwerven over de behoeften van de bewoners. Deze specifieke AZC's hebben een van de grootste populaties LHBTQ-bewoners in Amsterdam, daarom vragen we om financiële steun om onze diensten uit te breiden naar alle vier, in plaats van ons te richten op slechts één AZC in Amsterdam. Sinds de lancering van onze succesvolle Choices@AZC-pilot twee jaar geleden, hebben we een groeiend aantal bewoners van elk AZC als cliënten geregistreerd. Vooral van de noodopvang. Wij willen graag tegemoet komen aan de noden en behoeften waar we kunnen.

Doel
Eén van onze hoofddoelen is om mensen te helpen dat ze een goed leven kunnen hebben en hen helpen met integreren in de gemeente Amsterdam met als basis een goede geestelijke gezondheid. Mensen geestelijk stabiel krijgen en houden, is volgens een belangrijke eerste stap en vormt een voorwaarde om te kunnen integreren en participeren in de samenleving.

Het pakket dat Choices voor Beter Leven biedt, heeft tot doel:
- op een zo laagdrempelig mogelijke manier bereikbaar en beschikbaar te zijn
- preventie van psychische decompensatie, middelengebruik en seksueel risicogedrag
- mensen direct te helpen, met betere vaardigheden om te kunnen omgaan met zaken die hen beïnvloeden als gevolg van stress en depressie,
- hen in contact te brengen met de juiste hulp, stigma-vrij en
- iedere persoon te stabiliseren tijdens lange wachttijden op bijvoorbeeld geestelijke gezondheidszorg, de asielprocedure en huisvesting.

Activiteiten
Met de gevraagde financiering zal Choices haar begeleiding afstemmen op de behoeften die zijn geïdentificeerd in ons recente onderzoek onder de bewoners in A&O, G-Hotel, Galaxy en Willinklaan. Een groot deel van bevraagden gaf aan dat ze zich veiliger en comfortabeler zouden voelen om deel te nemen aan groeps- en individuele begeleidingssessies op ons kantoor in plaats van in het AZC.

Individuele psychologische begeleiding
De Choices psycholoog biedt begeleiding aan mensen met psychische problemen en biedt preventiecounseling om verslechtering van de geestelijke gezondheid, maar ook problematisch

drugsgebruik en riskant seksueel gedrag geassocieerd met drugsgebruik te voorkomen - dit omvat crisismanagement en individuele counselingsessies op afspraak in het AZC, via online videosessies of op ons kantoor in Amsterdam. Choices individuele psychologische begeleiding is er ook om tijdens de wachttijden voor afspraken en vervolgafspraken met GZA en andere behandelfaciliteiten mensen te helpen stabiel en gemotiveerd te blijven. Met toestemming van onze cliënten behartigen we belangen van het betreffende individu en werken met de aan deze persoon toegewezen GZA psycholoog om ervoor zorg te dragen dat de problemen en behoeften in acht genomen worden.

Individuen die worstelen met bijvoorbeeld depressie, trauma, post traumatische stress stoornis (PTSS), angsten en gevoelens van onveiligheid kunnen verbonden worden met een van de behandelcentra voor geestelijke gezondheidszorg in ons zorgnetwerk. Dit kan met de hulp van onze psycholoog of met de hulp van onze vrijwillige intake-zorgcoördinator die een afspraak kan maken. Mensen kunnen ook langs andere wegen bij onze individuele begeleiding terecht komen, bijvoorbeeld door contact met ons op te nemen via de Choices website of via doorverwijzing.

De psycholoog van Choices stelt samen met de cliënt een persoonlijk plan op. Samen identificeren ze risicogedrag dat moet worden geminimaliseerd of gestopt, psychologische problemen en andere problemen en formuleren zo persoonlijke doelen. Belemmeringen voor het bereiken van deze doelen worden in kaart gebracht, hulp bij het nemen van samen afgesproken stappen om die doelen te bereiken wordt geboden en zo brengen cliënt en psycholoog samen (gedrags)verandering tot stand. De cliënt kan dan via onze groepen en evenementen in contact komen met anderen die dezelfde gedragsveranderingen nastreven en ondersteunen.

Groepen voor sociale steun en gemeenschapsopbouw
Om LHBTQ+ asielzoekers en statushouders met elkaar en met anderen in contact te brengen organiseert Choices groepen waarin mensen elkaar kunnen ontmoeten, elkaar kunnen stimuleren om positievere keuzes te maken en vol te houden. Ze kunnen in die groep in een veilige omgeving open en zichzelf zijn, delen, elkaar steunen en motiveren. Het hebben van een netwerk van anderen is voor velen een belangrijke hulp om vol te houden, om stappen te zetten, om voornemens door te zetten én vol te houden. Op deze wijze kunnen ook eerste stappen gezet worden naar gemeenschapsopbouw. De groepen vinden elke twee weken plaats. Ons plan is de ene keer bij ons op kantoor, de andere in de Lutherenkerk. Onderwerpen die aan bod komen, zijn onder andere werken en wonen in de Gemeente Amsterdam, Nederlandse cultuur en sociale vaardigheden, integratie.

Peer counseling
Hulp bij praktische problemen en het dagelijks leven in het AZC
Onze vrijwilliger die in het AZC woont en onze community care coördinator bieden hulp aan onze cliënten betreffende niet-psychische gezondheidsproblemen. De veelgevraagde hulp die wij kunnen bieden, heeft meestal betrekking op: dagelijkse situaties waarmee onze cliënten worden geconfronteerd bij het leven in het AZC; administratieve kwesties die verband houden met het asielproces; bemiddelen bij problemen met COA, GZA en met andere bewoners; en informeren over de begeleiding die beschikbaar is bij de juiste organisaties. De community care coördinator is ook beschikbaar voor individuele peer counseling online en op ons kantoor.

Activiteiten voor sociale en culturele integratie
Om bewoners te helpen Amsterdam te leren kennen en te integreren in de Nederlandse samenleving en de queer gemeenschap, ontwikkelden wij de activiteiten zijn ontworpen in samenspraak met en op initiatief van bewoners. Zij willen graag meer leren over de gemeente waar sommigen binnenkort zullen wonen. Choices zal elke twee maanden activiteiten en evenementen buiten het AZC organiseren, waaronder: Amsterdam 750 jaar events, het Nationaal Ballet, Stichting Amsterdam Art, musea, bowlen, rondvaarten door de grachten, hop on/off bus tours, sportschool

dagpas, clubs, picknick en BBQ's. Veel van de genoemde activiteiten worden mogelijk gemaakt door samenwerking en donaties van lokale bedrijven.

We hebben ook contact opgenomen met lokale bars, cafés, clubs, restaurants, sportscholen en fietsverhuurbedrijven om te vragen of ze geïnteresseerd zijn in deelname aan ons initiatief voor culturele en sociale integratie en om onze cliënten de mogelijkheid te bieden van gratis toegang, kortingen, gratis entree en/of een gratis drankje op vertoon van hun Choices ID-kaart. Op dit moment hebben 4 locaties toegezegd: Club ChUrch, NZ Sauna, Bar Blend, BlendXL en binnenkort verwachten we reacties van anderen.

Ons initiatief biedt een veiligere manier voor queer mensen om elkaar te ontmoeten in gelegenheden waar ze zelf de middelen niet voor hebben. Door lokale gelegenheden hun deuren te laten openen voor onze cliënten, kunnen velen genieten van hun nieuwe stad en geweldige mensen ontmoeten in onze gemeenschap in Amsterdam. Het doel is om onze cliënten de kans te geven om op een veilige manier in contact te komen met de queer gemeenschap in Amsterdam, in plaats van alleen op dating apps waar ze waarschijnlijk in aanraking komen met drugsgebruik en feesten die onvoorziene gezondheidsrisico's met zich mee kunnen brengen in een context waar ze nog niet bekend mee zijn en die zo ver afstaat van de situatie in hun eigen land en het AZC.

Psychologische ondersteuning gericht op werk (gefinancierd door andere donoren en beschikbaar voor bewoners van de Amsterdamse AZC´s)
Op basis van ons evenement tijdens de Pride-week leerden we over de barrières voor LHBTQ+ asielzoekers om werk te vinden. De vaardigheden die nodig zijn om het proces te beginnen, beginnen met psychologische begeleiding. Wat velen zich niet realiseren is dat LHBTQ+ asielzoekers naar Nederland komen om hun seksuele identiteit recht aan te doen, maar hun sociale status in de samenleving verliezen die ze ooit hadden als iemand die werk had. Onze psychologische begeleiding omvat het aanpakken van zaken als:

- Eigenwaarde en zelfvertrouwen
- Timemanagement en uitstelgedrag
- functioneren in een stressvolle omgeving
- Balans tussen werk en privé en burn-outpreventie

Dit omvat ook:
- workshops met gastsprekers, in samenwerking met organisaties in het Amsterdamse Nieuwkomers Netwerk
- ondersteuning bij het bellen naar verschillende overheidsinstanties,
- ondersteuning bij het verkrijgen van een BSN-nummer,
- gespreksvaardigheden,
- het schrijven van een CV en motivatiebrief,
- het vinden van kleding voor sollicitatiegesprekken en
- ondersteuning bij het reizen naar een sollicitatiegesprek.

Wat onze psychologische ondersteuning bij het vinden van een baan uniek maakt, is dat we niet helpen bij het vinden van werk, maar dat we mensen voorbereiden voordat ze het traject doorlopen voordat ze in contact komen met de organisaties van VluchtelingenWerk of andere arbeidsbemiddelingsdiensten voor vluchtelingen. Veel van onze cliënten hebben nog steeds last van het trauma en het isolement van het leven in het AZC. Onze ondersteuning is gericht op het helpen van de overgang van het AZC naar de arbeidsmarkt.

Uiteraard kunnen de LHBTQ+ bewoners uit Amsterdamse centra ook gebruik maken van ons meertalige hulplijn team waaronder nieuwkomers coaches en vrijwilligers die psycholoog zijn. De hulplijn is reeds gefinancierd.

Beoogde resultaten
Voor onze doelgroep verwachten we belangrijke positieve veranderingen in hun dagelijks leven. Doordat ze nu de passende hulp en begeleiding krijgen die ze nodig hebben, nemen o.a. stress, psychische problemen en hopeloosheid af, ze kunnen beginnen met het verwerken van trauma's waar mogelijk, en zijn beter in staat gezonde keuzes te maken waar het hun (seksuele) gezondheid, middelengebruik en/of welzijn betreft. Middelengebruik vermindert en soa´s en hiv infecties kunnen voorkomen worden. Doordat Choices praktische hulp faciliteert ook als die door andere organisaties wordt gegeven, kan onze doelgroep ook praktische problemen nog beter aanpakken. Al met al ontstaat er meer ruimte voor onze doelgroep om te participeren in de Nederlandse samenleving en hier een goed leven op te bouwen.

- Meer mensen hebben voor het eerst vertrouwelijke gesprekken in een veilige omgeving
- Men heeft snel inzicht in het voor hen relevante hulpaanbod en kan op een laagdrempelige manier een afspraak maken,
- Choices helpt bij het vaststellen welke begeleiding passend is en kan indien nodig helpen bij het maken van een afspraak.
- Meer mensen ontvangen passende begeleiding en professionele hulp waardoor hun problemen zullen verminderen
- Door lopend contact terwijl zij wachten tot ze terecht kunnen bij passende hulpverlening, zoals bij GZA, zullen meer mensen het wachten kunnen volhouden en inderdaad van start gaan met een traject
- Door Choices´ psychologische eerste hulp, kunnen er meer acute situaties deëscaleren en meer incidenten voorkomen worden
- Concrete problemen waar men tegenaan loopt bijvoorbeeld in het AZC, worden besproken en waar mogelijk wordt aan een oplossing gewerkt
- Door stabilisatie van de persoonlijke situatie en verbeterde vaardigheden om met situaties om te gaan, is men minder vatbaar voor (seksueel) risicogedrag en drugsgebruik

We beogen dan ook dat door onze inzet met Choices voor Beter Leven onze doelgroep van LHBTQ+ asielzoekers en statushouders:

- Minder last heeft van stress en trauma's, en andere psychische problemen
- Beter is toegerust om te gaan met de eigen problemen
- Verhoogde zelfredzaamheid, zelfacceptatie en zelfverzekerdheid heeft
- Minder eenzaam en geïsoleerd is
- Meer mensen in vergelijkbare situaties kent die ook positievere keuzes willen maken en steun ervaart uit nieuwe netwerken
- Meer kennis heeft over gezonde voeding, veilige seks en seksueel risicogedrag, risico's rond druggebruik en infectieziekten
- Weet hoe gezondere keuzes te maken
- Passende zorg en praktische ondersteuning ontvangt waar nodig
- Beter bekend is met het nachtleven in Nederlandse clubs, gay sauna's en dark rooms - en beter geïnformeerd
- Een beter begrip hebben van de Nederlandse LHBTQ+ gemeenschap en omgangsvormen en -normen
- Een beter beeld en begrip van de Nederlandse samenleving ontwikkelen en zich zekerder voelen om de eerste stappen in het integratieproces te zetten.

Kortom, mensen die zich geestelijk en lichamelijk beter voelen, met een sociaal netwerk, die de weg kunnen vinden in het Nederlandse zorg- en hulpverleningslandschap en weten hoe infectieziekten en soa´s te voorkomen. Choices voor Beter Leven cliënten zijn beter toegerust om zich in de Nederlandse samenleving te wortelen. We vinden het belangrijk om mensen te helpen integreren in de LHBTQ+ gemeenschap in Nederland. We helpen hen goed voorbereid te zijn om met vrijheden en keuzes om te gaan, met respect voor hun gezondheid en welzijn in een nieuwe realiteit die overweldigend kan zijn. En daarnaast benadrukken we de vele andere kanten van Nederland die het ontdekken waard zijn. De zorgcoördinator van Choices is betrokken bij het onderhouden van contacten met organisaties die kunnen helpen bij allerlei praktische zaken zoals juridische problemen en huisvesting, wat mensen de ruimte geeft om hun problemen aan te pakken en meer regie te nemen over hun leven en gezondheid.

Door vrijwilligers te integreren in ons project kunnen ze zich verder ontwikkelen. Ze krijgen regelmatig training, klinische supervisie, onderlinge feedback en doen praktijkervaring op. Choices voor Beter Leven zorgt voor groei voor vrijwilligers in hun professionele en persoonlijke ontwikkeling en voor zingeving. Ten aanzien van onze vrijwilligers hebben we onder andere de volgende resultaten behaald en verwachten deze resultaten verder te kunnen verbeteren:

- Elke vrijwilliger geeft aan meer betekenis te ervaren omdat ze zelf direct iets kunnen betekenen voor anderen die het nodig hebben
- Door een evenwicht te bieden tussen vrijwilligers die zelf vluchteling zijn en psychologen, biedt Choices het beste van beide soorten ondersteuning. Praktisch gebaseerd op persoonlijke ervaring, en klinisch
- Ons team is een zeer diverse groep mensen met allerlei verschillende achtergronden, we zijn een team geworden waarbinnen men elkaar ondersteunt
- Onze vrijwilligerstrainingen en teambijeenkomsten helpen vaardigheden vergroten op het gebied van begeleiding zonder te oordelen, respectvolle interactie en het bieden van hulp
- Door klinische supervisie en ondersteuning te bieden aan onze vrijwilligers zien we een groter inzicht ontstaan in de eigen capaciteiten, sterke punten en verbeterpunten.

Door de intake/screening van vrijwilligers, korte evaluaties na trainingssessies en de gesprekken die de begeleider met iedere vrijwilliger voert, krijgen we inzicht in de ontwikkeling van de kennis en vaardigheden van de vrijwilligers en gaan we na of we inderdaad de resultaten voor vrijwilligers behalen zoals beoogd, inclusief, zoals gezegd, een gevoel van zinvolheid, teamgeest, begrip en inzicht in het eigen kunnen.

Bereik
Gedurende de looptijd van een jaar verwachten wij het volgende bereik voor Amsterdam voor de activiteiten waarvoor we financiering van de Gemeente Amsterdam vragen:

- Choices voor Beter Leven psychologische begeleiding zal 6-10 sessies per week bieden. .
- Er zullen om de week groepen voor sociale steun en gemeenschapsopbouw zijn met 12-14 personen per groep.
- We verwachten 10 peer counseling sessies per week.
- We organiseren zes sociale en culturele integratie activiteiten met naar verwachting 12 deelnemers per keer.

Monitoring en evaluatie
Monitoring en evaluatie van het project
Choices heeft samengewerkt met de afdeling Psychologie van de UvA en met het Amsterdam Institute for Social Science Research van de UvA om onze intake- en evaluatie-instrumenten te ontwikkelen. We willen gegevens verzamelen die de werking en resultaten aantonen, waarvan we verder kunnen leren hoe we nog beter bij de behoeften van onze doelgroep aan kunnen sluiten, om

nieuwe cliënten aan te trekken en waarmee we verdere financiering kunnen aantrekken. Onze evaluatie waarin ook onze doelgroep en vrijwilligers betrokken worden, in combinatie met onze doorlopende data verzameling, helpt te waarborgen dat we Specifieke, Meetbare, Haalbare, Relevante en Tijdgebonden (SMART) doelstellingen volgen.

Onze lopende dataverzameling houdt de volgende gegevens bij:

- Hoe lang men al in het AZC woont
- Land van herkomst, nationaliteit
- Het type problemen of gevraagde hulp
- Aantal mensen dat we informeren en uitleg geven over hulp die voor hen relevant is
- Aantal mensen dat we doorverwijzen naar externe organisaties
- Aantal mensen dat we rechtstreeks helpen met individuele psychologische ondersteuning en preventiebegeleiding
- Aantal individuele counselingsessies
- Aantal sessies gericht op voorbereiding op werk
- Aantal mensen dat deelneemt aan onze groepen in het AZC
- Aantal mensen met een persoonlijk zorgplan
- Percentage personen dat de doelen van hun zorgplan met succes heeft behaald
- Percentage personen dat seksueel risicogedrag of drugsgebruik heeft verminderd of gestopt

We houden rekening met de privacy, proberen onze monitoring en evaluatie zo goed mogelijk af te stemmen op de behoeften van de doelgroep zonder hen onnodig te bevragen.

Monitoring en evaluatie van de cliënt
Bij elke intake wordt een beoordeling van de situatie van de cliënt gedaan. Zo'n beoordeling is bedoeld om basisinformatie te verzamelen en de ernst van de geestelijke gezondheidstoestand en/of het drugsgebruik in te schatten. Op basis van de beoordeling bepalen we of de cliënt geschikt is voor ons of dat we deze persoon direct moeten doorverwijzen voor behandeling bij een van onze partnerorganisaties.

Na elke 8 counselingsessies worden vervolgbeoordelingen uitgevoerd. De follow-up evaluaties zijn gebaseerd op zelfrapportage gesprekken met de psycholoog waarbij dezelfde vragen worden gebruikt die bij de intake zijn gesteld. Onze counseling interventie omvat het opstellen van een persoonlijk zorgplan met wederzijds vastgestelde korte- en langetermijndoelen, het vaststellen van specifiek risicogedrag dat moet worden geminimaliseerd of geëlimineerd en het verbeteren van vaardigheden om met problemen om te gaan (coping).

Onze cliëntbeoordeling bestaat uit verschillende vragen over de ernst van de situatie op een schaal van 1 tot 5, waaronder

- Bang voor mijn veiligheid
- Gevoelens van angst
- Depressieve gevoelens
- Suïcidale gedachten
- Psychoses
- Stress
- Op een schaal van 1 tot 5, in hoeverre hebben deze symptomen een negatieve invloed op de kwaliteit van je leven?
- Op een schaal van 1 tot 5, hoeveel vertrouwen heb je in het omgaan met deze symptomen in het dagelijks leven?

Communicatie
We brengen ons aanbod van onze begeleiding onder de aandacht via een sociale media campagne, tijdens georganiseerde sociale evenementen en via gedrukt materiaal dat onder de doelgroep wordt verspreid. Dergelijk materiaal ontwerpen we met input van onze doelgroep. We Like Milk/Canday B.V. ontwerpt en beheert onze advertentiecampagne. We laten meertalig educatief en promotiemateriaal maken: brochures en flyers in het Arabisch, Engels, Nederlands en Oekraïens worden ontworpen, gedrukt en verspreid in organisaties binnen ons netwerk.

De mogelijkheid om als vrijwilliger bij te dragen, willen we communiceren via sociale media en via onderwijsinstellingen, waaronder de Universiteit van Amsterdam. We willen het ook waar mogelijk via de communicatiekanalen van COC en VluchtelingenWerk kenbaar maken als we vrijwilligers nodig hebben.

We sturen een nieuwsbrief over onze initiatieven naar onze mailinglijst en naar onze partnerorganisaties. Verder verzorgen we driemaandelijkse nieuwsbrieven per e-mail, organiseren en promoten we webinars, plaatsen we gerichte advertenties op Facebook en in andere sociale media. In het bijzonder zullen we via onze website ook informatie over het initiatief verstrekken, zodat andere organisaties en individuen op de hoogte kunnen blijven.

Continuïteit en Samenwerking
Voor de continuïteit van ons project zullen we onze samenwerking met (onder andere) COA, GZA, VluchtelingenWerk en de GGD blijven verbeteren. VluchtelingenWerk, informeert alle LHBTQ+ asielzoekers die ze in elk ontmoeten over onze diensten en de gratis hulplijn. Ook GZA informeert cliënten. Verder blijven we in gesprek met de landelijke organisatie van het COA om de samenwerking en eventuele steun te bespreken.

De gemeentelijke verantwoordelijkheden voor participatie en integratie sluiten wat ons betreft aan bij de begeleiding die wij LHBTQ+ asielzoekers en statushouders bieden. De complexiteit van hun problematiek, hun kwetsbaarheid en/of dagelijkse stress kunnen integratie en participatie sterk belemmeren en de hulp van Choices werkt stabiliserend en kan deze barrières verminderen of wegnemen. Met steun van de gemeente kunnen onze projecten ook op langere termijn bijdragen.

Choices heeft een netwerk van organisaties waarnaar verwezen kan worden en we zoeken en proactief contact met andere organisaties en relevante instanties. Voor geestelijke gezondheidszorg en verslavingsbehandeling verwijzen we cliënten regelmatig door naar ARQ Centrum, Kleur GGZ, Arkin geestelijke gezondheidszorg voor statushouders, Castle Craig, Connection SGGZ en Jellinek.

We onderhouden contacten met onder andere het COA, GZA, VluchtelingenWerk, COC Cocktail, Humanitas, Refugee Talent Hub, A Beautiful Mess, Refugee Work, de UvA, de GGD en we blijven verbindingen aangaan en uitbouwen met andere organisaties al naar gelang de behoeften van onze cliënten. Door relaties zoals met de UvA te bestendigen, hopen we continuïteit te bieden om het opleiden en begeleiden van vrijwilligers relevant te houden, maar ook voor het leveren van nieuwe vrijwilligers terwijl anderen doorstromen.

Door onze connectie met tal van andere organisaties, instanties en overheden en door samenwerking kunnen onze projecten verder worden ingebed in het landschap van hulpverlening aan onze doelgroep. Tegelijkertijd kunnen deze andere actoren, door op de hoogte te blijven van onze aanpak, zich beter richten op de specifieke behoeften van LHBTQ+ asielzoekers en statushouders.

Human Resources
Het team van Choices bestaat uit klinisch psychologen die Engels, Nederlands, Russisch en Oekraïens spreken. Onder onze getrainde vrijwilligers bevinden zich mensen die Engels, Nederlands, Farsi, Arabisch, Russisch, Oekraïens, Duits, Frans en Hindi spreken.

Projectdirecteur
De programmadirecteur neemt de het op zich om teamleden in dienst te nemen, op te leiden en te begeleiden; het organiseren van teambijeenkomen en met de vrijwilligers tijdens het etentje voor de waardering van vrijwilligers; het aanstellen van de gastsprekers, financiën beheren in samenwerking met de boekhouder; het organiseren van de social media promotie en het assisteren bij het onderhouden van samenwerkingsrelaties met partnerorganisaties. De programmadirecteur overziet ook het algemene reilen en zeilen van Choices voor Beter Leven en stuurt bij waar nodig - organiseert en beheert het project.

Psycholoog
Choices werkt met psychologen op ZZP basis. We hebben één psycholoog die zich inzet voor LHBTQ+ asielzoekers en statushouders door de zo belangrijke counseling te bieden, in het AZC, op kantoor en online. De psycholoog begeleidt en traint vrijwilligers, behandelt problemen waarmee vrijwilligers worden geconfronteerd. De psycholoog ondersteunt cliënten die wachten op toegang tot geestelijke gezondheidszorg; het doel is om contact te houden en ze stabiel te houden totdat ze de zorg kunnen krijgen die ze nodig hebben. De psycholoog doet intakes, crisismanagement en zowel individuele als groepsbijeenkomsten. De psycholoog kan cliënten doorverwijzen naar de zorgcoördinator voor het oplossen van problemen die niet van psychische aard zijn.

Community Services Coordinator
Werkt samen met de psycholoog en assisteert cliënten met sociale problemen en behoeften zoals hulp bij doorverwijzing naar externe organisaties, problemen binnen het AZC, oplossen van problemen met COA-medewerkers, indien nodig begeleiden van cliënten naar afspraken. De Community Services Coordinator helpt bij de registratie van cliënten, helpt cliënten tijdens wachttijden om hun motivatie te behouden. Biedt ondersteuning aan de collega's, organiseert activiteiten rond sociale ondersteuning, verbindt cliënten met passende zorg, biedt individuele ondersteuningssessies en ondersteunt transgender cliënten.

Boekhouding
Het accountantskantoor 'Accountants voor de non-profit B.V.' is ingehuurd om onze boekhouding te verbeteren. Het werk omvat het documenteren van facturen, bankreconciliaties, het doen van betalingen, het voorbereiden van financiële verslagen voor donateurs en jaarlijkse financiële verslagen.

Vrijwilliger
Onze vrijwilliger is een getrainde asielzoeker die samenwerkt met de psycholoog en zorgcoördinator om te helpen om groepen en activiteiten te organiseren met bewoners. Deze persoon ontvangt een financiële vergoeding, inclusief reiskosten volgens de richtlijnen van de belastingdienst.

Begroting
Wij hebben een begroting opgesteld waarin we de financiële steun die we van u vragen, hebben gespecificeerd. Dit is een voorstel van onze kant, en sturen we met deze aanvraag mee. We gaan graag in gesprek over de mogelijkheden van uw steun aan dit bijzondere initiatief.