Tussentijdse Verantwoording: Vrouwen

IJburg 2024



Inleiding

Stichting Carabic is toegewijd aan het ondersteunen en versterken van onze gemeenschap door middel van educatie, bewustwording en het organiseren van buurtactiviteiten. In het afgelopen jaar hebben we een breed scala aan thema's en workshops aangeboden, gericht op het empoweren van de deelnemers en het bevorderen van hun welzijn. Daarnaast hebben we activiteiten georganiseerd die de hele buurt samenbrengen en hebben we onze samenwerking met lokale partners versterkt om de impact van ons werk te vergroten. Dit verslag biedt een overzicht van de belangrijkste thema's, workshops, buurtactiviteiten en samenwerkingsverbanden die we hebben gerealiseerd.

Verbinding en Activiteiten

Buurtactiviteiten

Om de gemeenschap verder te versterken en te verbinden, organiseren we regelmatig activiteiten die voor de hele buurt bedoeld zijn. Hieronder worden enkele van deze activiteiten uitgelicht:

- **Buurtontbijt (2 x per week)**: Iedere week organiseren we twee keer een buurtontbijt samen met de vrouwen uit de buurt. Dit ontbijt biedt buurtbewoners een warme plek om elkaar te ontmoeten en te genieten van een maaltijd. Het buurtontbijt is vooral bedoeld voor mensen die niet altijd de middelen hebben om een maaltijd te kunnen betalen. Door deze bijeenkomsten zorgen we ervoor dat zij toch onder de mensen kunnen zijn en deel kunnen nemen aan de buurt. Bovendien verwelkomen we ook bewoners van het AZC, waardoor integratie tussen verschillende culturen wordt bevorderd. Ons buurtontbijt is een plek waar iedereen welkom is, ongeacht achtergrond of cultuur.
- **Koningsdag**: Een viering waar buurtbewoners samenkomen om de verjaardag van de koning te vieren met muziek, spelletjes en gezamenlijke activiteiten. Dit evenement versterkt de gemeenschapszin en biedt een platform voor interactie tussen bewoners van verschillende achtergronden.
- **Iftar**: Tijdens de Ramadan hebben we een Iftar georganiseerd, waarbij buurtbewoners van diverse achtergronden samenkwamen om de vastenperiode te breken. Dit evenement was bijzonder effectief in het bevorderen van interculturele dialoog en het versterken van de onderlinge banden in de gemeenschap.
- **7 juli Event**: Een speciaal evenement op 7 juli waar buurtbewoners konden genieten van muziek, eten en activiteiten voor alle leeftijden. Dit evenement diende als een brug tussen verschillende delen van de gemeenschap.
- **Zomer BBQ**: Een zomerse barbecue om de buurtbewoners samen te brengen in een informele en gezellige setting. Deze BBQ bood een uitstekende gelegenheid voor het bevorderen van sociale cohesie en het versterken van relaties binnen de buurt.

Samenwerking met Lokale Partners

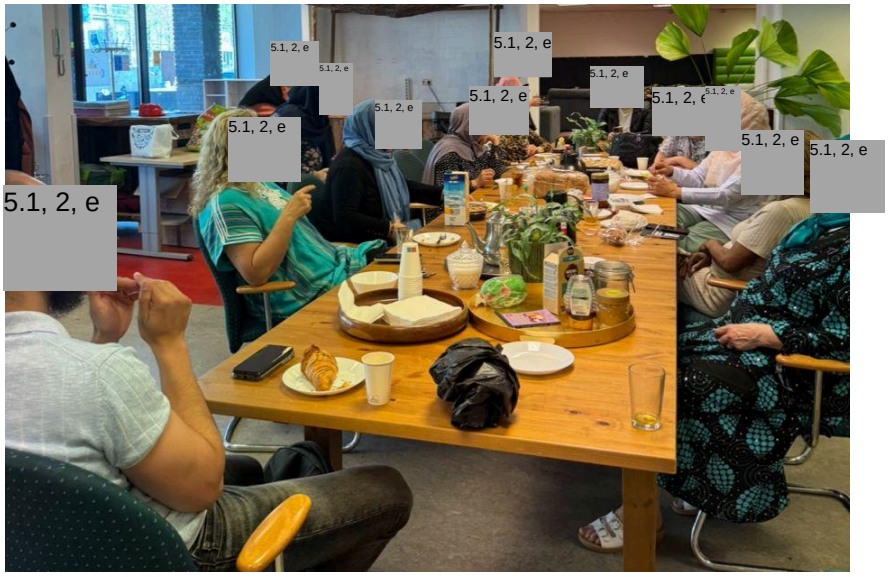
Onze samenwerking met lokale zorgpartners zoals Buurtteams en OKT is van essentieel belang voor het succes van onze programma's. Hieronder volgt een overzicht van de belangrijkste samenwerkingsinitiatieven:

- **Intensievere samenwerking:** We hebben besloten om onze samenwerking met Buurtteams, OKT en andere lokale partners te intensiveren. We nodigen hen uit om aanwezig te zijn bij onze bijeenkomsten en om de vrouwen te informeren over het aanbod en de mogelijkheden die zij bieden. Dit zorgt ervoor dat onze deelnemers beter geïnformeerd zijn over de beschikbare ondersteuning en diensten.
- **Signalering en doorverwijzing**: Tijdens onze bijeenkomsten signaleren we vroegtijdig problemen en zorgen we ervoor dat vrouwen worden doorverwezen naar de juiste organisaties voor verdere ondersteuning. Onze rol als signaleerder is cruciaal in het voorkomen van escalatie van problemen en in het tijdig bieden van hulp.
- **Werving voor cursus vertrouwenspersoon**: In samenwerking met Buurthulp Oost hebben we tijdens onze bijeenkomsten actief geworven voor de Cursus Vertrouwenspersoon. Dit initiatief stelt ons in staat om leden van de gemeenschap op te leiden die vervolgens een steunpilaar kunnen zijn voor anderen in tijden van nood.

Themabijeenkomsten en cursussen

In het afgelopen jaar hebben we een reeks workshops en cursussen georganiseerd die zijn afgestemd op de behoeften van de gemeenschap. Hieronder volgt een overzicht van de belangrijkste thematische workshops en cursussen:

Mentale gezondheid en verslaving: Jellinek heeft twee workshops gegeven over mentale gezondheid en verslaving, waarbij de nadruk lag op het creëren van bewustwording en het bieden van ondersteuning aan degenen die met deze uitdagingen te maken hebben. De workshops waren goed bezocht en hebben positieve reacties gekregen van de deelnemers, die waardevolle inzichten opdoen over hoe ze om kunnen gaan met depressie en verslaving, zowel bij zichzelf als bij hun naasten.



Preventie jeugdcriminaliteit: Gezinnen die met multiproblematiek kampen, lopen een verhoogd risico op crimineel gedrag bij hun kinderen. Om dit te

voorkomen, heeft Carabic in samenwerking met het OKT en Control Alt Delete een reeks preventieve activiteiten georganiseerd. Deze aanpak was effectief in het versterken van de ouder-kindrelatie en het verminderen van risicogedrag. Ook hebben we extra aandacht besteed aan het thema etnisch profileren, aangezien zowel ouders als kinderen hier ervaringen mee deelden.



Opvoeding: Onze opvoeding workshops, verzorgd door het OKT, bieden ouders en verzorgers waardevolle inzichten en hulpmiddelen om effectiever om te gaan met de uitdagingen van het ouderschap. De workshops waren zeer succesvol, en we hebben besloten om na de zomer de banden met het OKT verder te versterken en deze workshops vaker aan te bieden, gezien de grote behoefte onder de ouders.

Huiselijk Geweld: Zoals in de vorige verslagen vaker naar voren is gekomen, hebben een aantal vrouwen te maken (gehad) met huiselijk geweld. We plannen een workshop om het bewustzijn rondom huiselijk geweld te vergroten en om de vrouwen te helpen bij het herkennen en aanpakken van deze ernstige kwestie. Het doel is om een veilige omgeving te creëren waarin slachtoffers ondersteuning kunnen vinden en waar preventieve maatregelen worden besproken.

Pak Je Kans: De "Pak Je Kans" workshop, gegeven door de Flying Squad, richtte zich op het bevorderen van positieve keuzes en persoonlijke groei. Deze workshop heeft bewustzijn gecreëerd over de mogelijkheden die de stad biedt, zoals de Stadspas. Deelnemers werden aangemoedigd om hun kansen te grijpen en hun potentieel te realiseren, wat hen heeft geholpen om actief deel te nemen aan de samenleving.

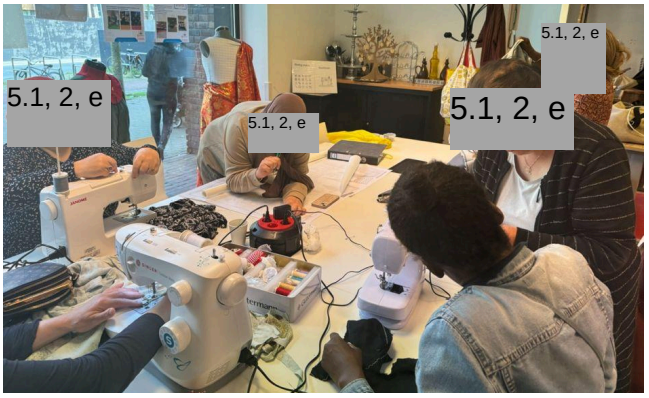
Sexting (Sex Matters): Sex Matters heeft twee workshops gegeven over sexting, een groeiend probleem in de samenleving, vooral onder jonge vrouwen. De workshops hebben moeders bewust gemaakt van de signalen die kunnen wijzen op sexting bij hun kinderen en hebben hen geleerd hoe ze hiermee om kunnen gaan. Deze workshops hebben de vrouwen empowered, zodat zij beter in staat zijn hun kinderen te beschermen en te ondersteunen.



Control Alt Delete: Dit initiatief richtte zich op etnisch profileren en bewustwording. Tijdens de workshops leerden deelnemers hoe ze het best tegen etnisch profileren kunnen werken. De workshops waren zeer waardevol in het vergroten van de kennis en weerbaarheid van de doelgroep.

Ouderbetrokkenheid in het Onderwijs: Ouderbetrokkenheid speelt een cruciale rol in het doorbreken van vicieuze cirkels van achterstand die van generatie op generatie worden doorgegeven. Onder Carabic hebben we drie workshops georganiseerd over dit onderwerp. Deze sessies richten zich op de rechten en plichten van ouders en kinderen in het onderwijs, hoe 10-minuten gesprekken gevoerd moeten worden, en hoe ouders actief kunnen worden in de ouderraad. Deze workshops hebben ouders geholpen om beter betrokken te raken bij het onderwijs van hun kinderen, wat heeft geleid tot verbeterde prestaties en een grotere kans op succes.

Ontspanningsactiviteiten: Naast de meer formele workshops hebben we ook ontspanningsactiviteiten georganiseerd om de vrouwen tot rust te laten komen. Dit omvat wekelijkse naai-, brei- en haakworkshops, evenals gezamenlijke kookactiviteiten. We erkennen het belang van ontspanning voor persoonlijke ontwikkeling, en na de verbouwing van onze faciliteiten willen we deze activiteiten verder intensiveren.





Wekelijkse bijeenkomst voor energiebesparing: Met de stijgende energiekosten hebben we een wekelijkse bijeenkomst georganiseerd waarin vrouwen leren hoe ze kunnen budgetteren en besparen op hun energierekeningen. Tijdens deze bijeenkomsten krijgen de deelnemers praktische tips en strategieën aangereikt om hun energieverbruik te verminderen en de kosten



Evaluatie en Reflectie

De activiteiten en workshops die zijn georganiseerd, hebben een aanzienlijke impact gehad op de doelgroep.. Door de diversiteit aan thema's en de toegankelijkheid van onze programma's, hebben we een breed scala aan deelnemers kunnen bereiken. De wekelijkse buurtontbijten en evenementen zoals Koningsdag en de Zomer BBQ hebben de sociale cohesie in de buurt aanzienlijk versterkt. De betrokkenheid van bewoners,, heeft de integratie bevorderd en een gevoel van saamhorigheid gecreëerd.

De thematische workshops, met onderwerpen variërend van mentale gezondheid tot weerbaarheid, hebben deelnemers praktische kennis en vaardigheden bijgebracht die hen helpen om beter met hun dagelijkse uitdagingen om te gaan. Vooral de samenwerking met lokale partners, zoals Buurtteams en OKT, heeft een cruciale rol gespeeld in het tijdig signaleren van problemen en het bieden van gerichte ondersteuning.

Conclusie

De inspanningen van Carabic in de afgelopen maanden hebben geleid tot een positieve verandering voor de doelgroep. De combinatie van educatieve workshops, sociale activiteiten, en sterke samenwerkingsverbanden heeft bijgedragen aan het verbeteren van de situatie van de doelgroep. We hebben een sterke basis gelegd voor een gemeenschap waarin mensen zich gesteund voelen, vaardigheden ontwikkelen, en actief deelnemen aan het sociale leven.

Onze aanpak heeft bewezen effectief te zijn in het bevorderen van sociale cohesie, het empoweren van individuen, en het verbeteren van het welzijn van de gemeenschap. De positieve feedback van deelnemers en partners bevestigt dat de gekozen strategieën aansluiten bij de behoeften van de gemeenschap.

Toekomstgericht

Na de zomer zullen we onze activiteiten voortzetten en uitbreiden met een breed scala aan nieuwe initiatieven die inspelen op de actuele en toekomstige behoeften van de wijkbewoners. Een van de eerste stappen is de lancering van cursussen over stressmanagement en assertiviteit, georganiseerd door Arkin, die gepland staan voor oktober en november 2024. Deze cursussen zijn essentieel voor persoonlijke ontwikkeling en welzijn, en we verwachten dat ze een significante positieve impact zullen hebben op de deelnemers.

Daarnaast werken we samen met Jongerenpunt en het WPI om na de zomer een bijeenkomst te organiseren die ouders en jongeren beter informeren over de beschikbare diensten en ondersteuning. Dit initiatief is gericht op het verlagen van de drempel voor het zoeken van hulp en het effectiever inzetten van de beschikbare middelen.

Buurtteams spelen een cruciale rol in de wijk, met hun ondersteuning op het gebied van sociale hulp, welzijn en betrokkenheid. Om hun impact te vergroten, plannen we na de zomer een verdere versterking van onze samenwerking door hen een eigen spreekkamer te bieden in ons community center. Dit zal ervoor zorgen dat we wijkbewoners sneller en effectiever kunnen doorverwijzen en dat hulpvragen laagdrempelig en efficiënt kunnen worden behandeld.

In samenwerking met SET zullen we na de zomer ook starten met de Vertrouwenspersoon Cursus, waarbij we een groep vormen die getraind wordt om medebewoners te ondersteunen en een luisterend oor te bieden in tijden van nood. Deze cursus is een belangrijke stap om de onderlinge steun binnen de wijk te versterken.

Daarnaast willen we aandacht besteden aan vitaliteit en gezonde voeding, gezien de gezondheidsproblemen waar veel wijkbewoners mee te maken hebben. We zijn van plan om een workshop te organiseren die hen informeert en begeleidt in het maken van gezonde keuzes.

Om de effectiviteit van al deze initiatieven te waarborgen, zullen we onze samenwerking met bestaande partners intensiveren en nieuwe partners zoeken om onze inspanningen te ondersteunen. Ons doel is om bredere ondersteuning te bieden, met een sterke focus

op vroege interventie en preventie. We zullen onze activiteiten en workshops continu monitoren en evalueren om ervoor te zorgen dat ze blijven aansluiten bij de behoeften van de wijkbewoners, en we zullen onze programma's aanpassen en verbeteren waar nodig om blijvende positieve resultaten te bereiken.