

# Eindverantwoording Activiteiten SBA 2023 Stichting Assadaaka Community

## Versterking zelfredzaamheid, ontplooiing en gelijke kansen door laagdrempelige activiteiten

### Assadaaka Community

Met deze eindverantwoording kijken we terug op cijfers en aantallen, maar vooral op de resultaten en het effect voor onze bezoekers/ cliënten en vrijwilligers, van onze vele activiteiten en door de samenwerkingen met de buurtpartners, Buurtteams en het Stadsdeel Oost/ Gemeente Amsterdam die we met hard werken hebben neergezet in 2023.

In 2023 hebben we:

- Onze activiteiten ter ondersteuning van kwetsbare bewoners ter versterking van hun zelfredzaamheid en ontplooiing uitgevoerd en versterkt, voor verbetering van kansengelijkheid in Oost. Daarbij hebben we aandacht voor thema's waaronder de kracht van levenservaring, voor sociaal isolement, eenzaamheid, armoede, schulden, fysieke en mentale uitdagingen, gezinsproblematiek, taaluitdagingen.
- Ingezet op onze brugfunctie als informele zorg- en welzijnsorganisatie tussen kwetsbare bewoners/ bewoners die een afstand ervaren tot de samenleving enerzijds en de formele ondersteuning en zorg anderzijds.
- Versterken van samenwerkingen in de buurt met informeel en formeel, als onderdeel van het Platform Informele Zorg Oost en als partner in samenwerkingsverbanden binnen de sociale basis in Oost, in het belang van samenwerking en versterken van de sociale basis in Oost ten behoeve van de (meest kwetsbare) bewoners.
- Stageplaatsen geboden als LeerWerk organisatie, met name aan stagiaires MBO Zorg en Welzijn die niet tijdig een stageplaats vonden.

De beschrijvingen en resultaten van onze activiteiten en deze samenwerkingen kunt u in deze verantwoording vinden.

Met vriendelijke groeten,

5.1, 2, e

24 Febr 2023

## Algemene gegevens:

Naam organisatie	Stichting Assadaaka Community
Naam contactpersoon	5.1, 2, e
Adres	Polderweg 300, 1093 KP, Amsterdam
Telefoon nr.	5.1, 2, e
Email adres	5.1, 2, e @assadaaka.nl
Website	www.assadaaka.nl

## Algemene inleiding:

Assadaaka Community zet zich in voor versterking van de zelfredzaamheid, ontplooiing en gelijke kansen voor kwetsbare bewoners in Oost voor volwassenen en jeugd/jongeren. Door de ouders ondersteuning te bieden, bieden we de kinderen en tieners ondersteuning. Bij Assadaaka Community zijn we er voor iedereen, iedereen mag zich welkom voelen. Dat is een leidend principe, want dat betekent zoveel meer dan deze woorden. Dat betekent dat iedereen welkom is, van iedere achtergrond, overtuiging, religie

Naast versterking van de bewoners, zetten wij ook volop in op integratie, participatie en sociale cohesie in onze multiculturele samenleving in Amsterdam Oost, want juist samen sta je sterker. Dat doet Assadaaka al meer dan dertig jaar, waardoor Assadaaka Community een vertrouwd gezicht in de buurt is. Deze informele ondersteuning is in de huidige participatie maatschappij belangrijk, met name voor Amsterdammers die onder de radar blijven (bijvoorbeeld door weinig vertrouwen in instanties en/of door sociaal isolement en/of fysieke of mentale gezondheidsproblemen). Bewoners die tussen wal en schip vallen, bijvoorbeeld door complexe regelgeving, wachtlijsten. Kortom, mensen die de weg naar de formele ondersteuning niet gemakkelijk zelfstandig bewandelen, terwijl zij deze wel hard nodig hebben. Het gaat om bewoners die onvoldoende zelfredzaam zijn, om uiteenlopende redenen. Juist voor deze doelgroep biedt Assadaaka Community een breed scala aan laagdrempelige activiteiten die bijdragen aan het versterken van zelf- en samenredzaamheid.

Mensen in armoede, in eenzaamheid en sociaal isolement en in schaamte daarover, overbelaste mantelzorgers, mensen met fysieke, chronische gezondheidsproblemen, mensen met -al dan niet gediagnosticeerde- mentale of GGZ problematiek, bewoners met een Nederlandse taalachterstand, bewoners die te maken hebben met verslaving, met huiselijk geweld, met gezinsproblematiek... Al 30 jaar zien wij wat een laagdrempelige voorziening kan betekenen voor hen. Bij Assadaaka Community ontwikkelen deze bewoners samen vaardigheden die het mogelijk maken om weer te gaan participeren. En vinden de weg naar regulier of vrijwilligerswerk, zorg, hulpverlening en een langdurige arm om hun schouder. Dat maakt voor deze kwetsbare buurtbewoners een wereld van verschil. Door een goede samenwerking met formele zorg- en welzijnsorganisaties en Stadsdeel Oost heeft Assadaaka Community een brugfunctie tussen deze meest kwetsbare bewoners en het formele zorg en welzijnsaanbod.

## **Werkwijze - Assadaaka Methode**

Onze werkwijze, de Assadaaka Methode, draagt bij aan het versterken van zelf- en samenredzaamheid. Graag leggen wij hier onze Assadaaka Methode uit.

Assadaaka Community biedt een breed scala aan activiteiten. Wij werken vanuit de Assadaaka Methode en bieden op deze werkwijze langdurig maatwerk aan de meest kwetsbare bewoners die vaak kampen met complexe problematiek, soms door (al dan niet onzichtbare) beperkingen. Door maatwerk werken wij aan de versterking van de zelf- en samenredzaamheid van kwetsbare bewoners in Amsterdam Oost.

Ons aanbod bestaat uit activiteiten die naadloos op elkaar aansluiten en elkaar versterken. Bewoners met een hulpvraag komen via het sociaal-maatschappelijk inloospreekuur of één van onze andere activiteiten bij ons, waarop een traject met (individuele) begeleiding volgt. De toegang naar deze ondersteuning verloopt dus via iedere activiteit. Van Nederlandse taallessen tot het spreekuur zelf, de getrainde vertrouwenspersonen zijn bij iedere activiteit aanwezig.

Door ons getrainde vrijwillige vertrouwenspersonen, ervaringsdeskundigen en stagiaires bieden een luisterend oor en begeleiding. De eerste stap daarin is het opbouwen van een vertrouwensband en het inzichtelijk maken van de hulpvraag, of hulpvragen. Urgente zaken worden eerst opgepakt, indien nodig met warme toeleiding naar de formele ondersteuning. Er wordt een plan van aanpak gemaakt voor de gehele hulp- en ondersteuningsvraag met de vertrouwenspersoon. Het doel daarbij is niet dat iemand 'een traject afrondt', maar dat de bewoner met versterkte zelf- en samenredzaamheid de regie weer heeft over zijn leven en hulpvragen.

Stap voor stap werkt de bewoner onder begeleiding van de vertrouwenspersoon aan de (multi-) problematiek en versterking van de zelf- en samenredzaamheid. Daarbij werken we bij gezinsproblematiek vanuit de systeem-gedachte. We versterken de ouders in hun zelfredzaamheid en probleemoplossend vermogen, maken taboe onderwerpen bespreekbaar en helpen richting formele ondersteuning indien nodig. Tegelijkertijd bieden we ook de betrokken jongeren handvatten en een luisterend oor, door vertrouwenspersonen en met stageplaatsen. Jongeren die een HBO of MBO opleiding volgen kunnen bij Assadaaka Community (erkend LeerWerk Bedrijf) stage lopen en ook bieden wij maatschappelijke stage aan jongeren die zich willen inzetten voor de samenleving.

De inzet van vertrouwenspersonen/ ervaringsdeskundigen maakt het hulpaanbod laagdrempelig, passend bij de behoefte van deze kwetsbare bewoners. Tevens vervullen de vertrouwenspersonen een ambassadeursrol. Zij hebben een overeenkomstig traject doorgemaakt en hebben hun zelfredzaamheid versterkt. Versterking van de zelf- en samenredzaamheid is binnen de Assadaaka Methode een kernwaarde. Daarom worden bewoners met een hulpvraag gestimuleerd om actief deel te nemen aan diverse activiteiten, als hulpvrager, maar ook als vrijwilliger, door het leveren van een actieve bijdrage passend bij zijn/haar mogelijkheden, wensen en krachten. Door actief mee te doen maak je sneller sociale verbindingen, word je opgenomen in de groep, draag je een gezamenlijke verantwoordelijkheid, word je gewaardeerd en doe je waardevolle werkervaring op. Zo versterkt de Assadaaka Methode laagdrempelig, concreet en effectief de zelf- en samenredzaamheid van iedere bezoeker. Bij Assadaaka Community zijn er dan ook geen strikte scheidslijnen tussen vrijwilliger en hulpvrager.

Dat dit werkt zien wij in de dagelijkse praktijk. Wij zien mensen opbloeien, van hulpvrager tot hulpbieder. De samen- en zelfredzaamheid wordt versterkt door de combinatie van groepsactiviteiten, individuele begeleiding en het beroep wat wij doen op onze bezoekers om te participeren binnen onze organisatie, of daarbuiten.

## Organisatie

Assadaaka is een hands-on organisatie. Onze vrijwilligers/ vertrouwenspersonen/ ervaringsdeskundigen zijn daarbij de spil van onze organisatie. Dankzij deze krachten kunnen wij veel activiteiten uitvoeren, die exact aansluiten op de behoefte van onze kwetsbare doelgroep.

De dagelijkse leiding ligt bij hoofdcoördinator 5.1, 2, e ondersteund door diverse (vrijwillige en deels betaalde) project coördinatoren, ondersteund door vrijwilligers en in samenwerking met diverse organisaties en anderen.

Assadaaka Community was bij oprichting een vereniging. Vanaf september 2018 is de vereniging overgegaan in de Stichting Assadaaka Community, met een nieuw bestuur, 5.1, 2, e (penningmeester) en 5.1, 2, e (secretaris) vormen samen met 5.1, 2, e (voorzitter) het bestuur.

## Doelgroep

Nog steeds teveel Amsterdammers in Oost zijn eenzaam en leven in armoede. Het zijn problemen die altijd meerdere oorzaken hebben. Uitdagingen om zelfstandig de weg te bewandelen binnen de maatschappij, ook wanneer ondersteuning, voorzieningen en hulpverlening nodig zijn, speelt een belangrijke rol bij armoede problematiek en eenzaamheid.

Soms worden onze bezoekers ook wel 'zorgmijders' genoemd, wij zeggen kwetsbare bewoners. Want het gaat niet om mensen die zorg mijden, maar mensen die vaak al enige tijd de weg binnen de maatschappij nauwelijks vinden, door allerlei omstandigheden. Het gaat om buurtbewoners die eenzaamheid en armoede ervaren, vaak in combinatie met schuldenproblematiek, een taalachterstand, gezondheidsklachten, gezinsproblematiek, trauma, relatieproblemen, mentale en/of fysieke gezondheidsklachten en (daardoor) een gebrekkige zelfredzaamheid.

Met de Assadaaka Methode biedt Assadaaka Community deze kwetsbare bewoners méér dan een doeltreffende, langdurige steun in de rug. Door mee te doen aan onze activiteiten voelen zij zich meer betrokken en gaan vaak ook participeren als vrijwilliger. Activiteiten zoals Nederlandse taallessen, voorlichting, mantelzorg ondersteuning, sociaal maatschappelijk spreekuur en andere activiteiten bieden de mogelijkheid om de zelfredzaamheid in korte tijd te versterken. Daarbij richten we ons op het hele gezin. Door de ouders te versterken bieden we hen handvatten om hun gezinssituatie te verbeteren, indien nodig in samenwerking met het OKT. Ook bieden we een luisterend oor, activiteiten (huiswerkbegeleiding) en stageplaatsen aan deze jongeren. Omdat onze bezoekers, van jong volwassen tot ouderen, zich ondersteund voelen, vertellen zij dit door aan anderen en zo weten wij al jaren deze meest kwetsbare bewoners daadwerkelijk te bereiken. Hoe méér bewoners wij goed helpen, hoe meer bewoners wij kunnen bereiken.

## Samenwerking

De afgelopen jaren heeft Assadaaka Community volop ingezet op versterking en verdieping van de samenwerking en aansluiting met het formele netwerk, door zeer actief te zijn als kernteamlid van het Platform Informele Zorg Oost, vanuit het Platform IZ Oost in het Focusteam Oost (voorheen Voorbereidingsteam Verbinding Sociale Basis) en Buurteams, als partner in de Netwerk Groep Oost en als partner/ kernteamlid in het Samenwerkingsteam Samen Vooruit/ In de Tussenruimte in Oost en de Kerngroep Passende zorg aan migranten ouderen in Oost. En daarnaast met vele informele buurtpartners. We hebben daarmee gewerkt op zowel bewoners- als op buurtniveau (samenwerkingen met informele en formele partners) omdat wij geloven dat we samen met elkaar daadwerkelijk het aantal bewoners in eenzaamheid en armoede kunnen terugbrengen in Amsterdam

Oost. In 2023 hebben we, na een aantal jaar (erg) veel vrijwillige uren te hebben ingezet als actieve partner en kernteamlid in samenwerkingen in Oost, wat rustiger aan gedaan door wat minder de kar te trekken en wat meer deel te nemen. Naast meer rust binnen de organisatie geeft het ook versterking aan de samenwerkingen wanneer andere organisatie de rol van kartrekker overnemen. Binnen Assadaaka Community konden we weer de aandacht focussen op onze activiteiten binnen dat versterigde netwerk van samenwerkingen in Oost.

Met welke organisaties (formeel / informeel) werken we samen?

Assadaaka Community werkt samen met een breed scala aan partners in Amsterdam Oost, waaronder Buurtteams, Civic Amsterdam, Netwerk Groep Oost, Burennetwerk, Buurthulp Oost, De Regenboog Groep, Cybersoek, Burennetwerk, Buurtcampus, Humanitas. Stichting Prisma, Buurtcoöperatie De Eester, Team Ed, Markant, Platform Informele Zorg Oost, Samen Vooruit/ In de Tussenruimte, Cliëntenbelang Amsterdam, OKT, Jeugdbescherming, de Buurtbalie, Jungle Amsterdam, Dappere Dames Stichting Prachtvrouw, Vrijwilligers Centrale Amsterdam, Vrijwilligers Academie en andere formele en informele organisaties. Daarnaast sluiten wij aan bij programma's vanuit het Stadsdeel zoals de Amsterdamse Aanpak Gezond Gewicht en Preventie Huiselijk Geweld en Kindermishandeling. Ook werken wij samen met lokale ondernemers en actieve buurtbewoners, die ook een belangrijke rol

### **Subsidie**

De periodieke subsidie SBA 2023 Stichting Assadaaka Community bedroeg € 45.000,- ten behoeve van onze activiteiten voor versterking van zelfredzaamheid, ontplooiing en kansengelijkheid.

*Specificatie van de activiteiten in 2023 zoals beschikt:*

<b>Activiteiten</b>	<b>Verleend bedrag</b>
Activiteiten gericht op zelfredzaamheid, ontplooiing en gelijke kansen volwassenen en jeugd (periodiek)	€ 45.000
<b>TOTAAL</b>	€ 45.000

<b>Activiteitplan</b>	<b>Deelnemers/ hulpvragers (*of meer)</b>	<b>Vrijwilligers</b>	<b>Aantal keer per week</b>	<b>Aantal keer per jaar</b>
1. Thema Ontbijt/ Lunch bijeenkomsten	8 per keer*	2 per keer		20
2. Sociaal maatschappelijk inloopsprekuren en individuele ondersteuning	5 per week*	6	5	40 weken
3. Steun voor Elkaar (noodhulpvoorziening)	10 personen of gezinnen per keer*	5	3	40 weken
4. Voorlichtingsbijeenkomsten (Ronde Tafelgesprekken)	Max 15 per keer	3		12
5. Netwerkactiviteiten	N.v.t.	4		20

6. Samen Sterk Groep Vrouwen	10 per keer	2	2	
7. Samen Sterk Groep Mannen	5 per keer	1		18
8. (Mantel)Zorgen voor Elkaar	6* per keer	2	3	
9. Cursussen Vrijwilligers	6 per cursus	2		2
10. Nederlandse Taallessen	Vaste taallessen: 35 per jaar Inlooplessen: gem. 15 per keer	17	2 avonden lessen op 3 taalniveaus en 2 avonden lessen open inloop	
11. Taaloefen- en participatieplaatsen	10 per jaar	2	doorlopend	

## **Beschrijving Activiteiten:**

### **1. Thema Ontbijt / Lunch Bijeenkomsten**

#### *Omschrijving:*

Assadaaka Community heeft 2x per week Thema Lunchbijeenkomsten, op maandag en vrijdag van 12u tot 14u en soms op andere dagen of tijdstippen, waarbij een thema wordt besproken. Dit is een succesvolle activiteit, waarmee we veel kwetsbare bewoners bereiken op een laagdrempelige manier, die naadloos aansluit bij onze werkwijze en de behoefte van de doelgroep en we veel thema's kunnen bespreken, ook moeilijk bespreekbare onderwerpen.

#### *Aantallen:*

- Meer dan 20 Thema ontbijt/ Lunchbijeenkomsten (zie voorbeelden, waar we een aantal linkjes delen naar Thema bijeenkomsten door het jaar).
- Altijd gemiddeld 8 of meer bezoekers. Met de Thema bijeenkomsten bereiken wij een grote groep kwetsbare bewoners, met name uit de bovengenoemde aandachtsgebieden, waaronder IJburg en de Dapperbuurt.
- Bij iedere bijeenkomst waren minimaal 2 vrijwilligers.

#### *Voorbeelden:*

Themalunch Toegankelijkheid 09-01-23

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/themalunch\\_toegankelijkheid\\_hulpmiddelen\\_onvoldoende1/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/themalunch_toegankelijkheid_hulpmiddelen_onvoldoende1/)

Themalunch Eenzaamheid en Gezondheidsklachten 18-01-23

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/thema\\_ontbijt\\_bijeenkomst\\_over\\_eenzaamheid\\_en\\_gezondheidsklachten2/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/thema_ontbijt_bijeenkomst_over_eenzaamheid_en_gezondheidsklachten2/)

Themabijeenkomst 'Kanker, wat nu?' 23-01-23

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/gespreksgroep\\_kanker\\_en\\_wat\\_nu1/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/gespreksgroep_kanker_en_wat_nu1/)

Thema ontbijt bijeenkomst Mantelzorg 30-01-23

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/ziekte\\_van\\_onbegrip\\_en\\_mantelzorg2/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/ziekte_van_onbegrip_en_mantelzorg2/)

Themalunch bijeenkomst 1-02-23 Armoede en eenzaamheid (o.a. voor daklozen/ hangmannen e.a.)

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/dialoog\\_over\\_armoede\\_en\\_eenzaamheid\\_op\\_woensdag\\_01\\_februari\\_2023/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/dialoog_over_armoede_en_eenzaamheid_op_woensdag_01_februari_2023/)

Themalunch bijeenkomst Doorbreek Huiselijk geweld 6-02-23 (met name mannen zijn uitgenodigd)

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/doorbreek\\_het\\_taboe\\_over\\_huiselijk\\_geweld1/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/doorbreek_het_taboe_over_huiselijk_geweld1/)

Themalunch Bijeenkomst Armoede Bestrijding 25-02-23

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/thema\\_lunch\\_meer\\_geld\\_nodig\\_voor\\_armoedebestrijding1/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/thema_lunch_meer_geld_nodig_voor_armoedebestrijding1/)

Themaontbijt Bijeenkomst Seksuele diversiteit 28-02-23

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/leer\\_accepteren1/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/leer_accepteren1/)

Themalunch Bijeenkomst Solliciteren en werk vinden 1-3-23

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/tips\\_en\\_trucs\\_voor\\_salarisonderhandelingen\\_assadaaka\\_loopbaanbegeleiding/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/tips_en_trucs_voor_salarisonderhandelingen_assadaaka_loopbaanbegeleiding/)

Themabijeenkomst 'Goede samenwerking met de hulpverlening' 7-3-23

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/ontbijtbijeenkomst\\_goede\\_samenwerking\\_met\\_de\\_hulpverlening1/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/ontbijtbijeenkomst_goede_samenwerking_met_de_hulpverlening1/)

Themalunch bijeenkomst 'Leven in je Buurt' 8-03-23 i.s.m. Dynamo

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/themalunch\\_leven\\_in\\_je\\_buurt\\_op\\_woensdag\\_8\\_februari\\_bij\\_assadaaka\\_community/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/themalunch_leven_in_je_buurt_op_woensdag_8_februari_bij_assadaaka_community/)

Thema ontbijt bijeenkomst 'Omgaan met stress' 13-3-23

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/omgaan\\_met\\_stress2/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/omgaan_met_stress2/)

Themalunch Bijeenkomst 15-03-23 Voorlichting Verkiezingen

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/uitnodiging\\_informatiebijeenkomst\\_verkiezingsspecial1/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/uitnodiging_informatiebijeenkomst_verkiezingsspecial1/)

Themalunch Bijeenkomst 'Internationale dag tegen racisme' 18-3-23

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/themalunch\\_18\\_maart\\_internationale\\_dag\\_tegen\\_racisme/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/themalunch_18_maart_internationale_dag_tegen_racisme/)

Themaontbijt bijeenkomst 22-3-23 Energiebesparing met Jungle Amsterdam

<http://assadaaka.nl/agenda/comm/infraroodsafari1/>

Thema lunch bijeenkomst Dementie bij migrantenouderen 1-04-23

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/ontbijtbijeenkomst\\_dementie\\_bij\\_migranten\\_ouderen1/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/ontbijtbijeenkomst_dementie_bij_migranten_ouderen1/)

Themalunch bijeenkomst over pijn 15-04-23

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/uitnodiging\\_thema\\_pijn1/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/uitnodiging_thema_pijn1/)

Thema lunch bijeenkomst over Mimoena (Joods-Islamitisch feest) 18-04-23

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/mimoena\\_viering\\_assadaaka\\_community\\_viert\\_joods\\_islamitische\\_vriendsc1/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/mimoena_viering_assadaaka_community_viert_joods_islamitische_vriendsc1/)

Thema ontbijt Bijeenkomst 'Coming out Day' 11 -10-23

[http://assadaaka.nl/Assadaaka/comm/thema\\_ontbijt\\_coming\\_out\\_day\\_bij\\_assadaaka/](http://assadaaka.nl/Assadaaka/comm/thema_ontbijt_coming_out_day_bij_assadaaka/)

Themabijeenkomst 'Dag van de Mantelzorger' 10-11-23

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/dag\\_van\\_de\\_mantelzorg\\_2023/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/dag_van_de_mantelzorg_2023/)

Thema bijeenkomst 'Internationale Mannendag' 19-11-23

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/assadaaka\\_community\\_organiseert\\_internationale\\_mannendag\\_op\\_zondag\\_19\\_11\\_20/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/assadaaka_community_organiseert_internationale_mannendag_op_zondag_19_11_20/)

[http://assadaaka.nl/Assadaaka/comm/de\\_internationale\\_mannendag\\_2023\\_bij\\_assadaaka\\_community/](http://assadaaka.nl/Assadaaka/comm/de_internationale_mannendag_2023_bij_assadaaka_community/)

Themabijeenkomst 'Tekort aan diversiteit Donorbloed' 7-12-23

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/tekort\\_aan\\_diversiteit\\_in\\_donorbloed/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/tekort_aan_diversiteit_in_donorbloed/)

Themalunch Bijeenkomst 'Eenzaamheid en Gezondheidsklachten' 23-12-23

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/thema\\_lunch\\_bijeenkomst\\_over\\_eenzaamheid\\_en\\_gezondheidsklachten/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/thema_lunch_bijeenkomst_over_eenzaamheid_en_gezondheidsklachten/)

#### *Resultaat:*

Assadaaka Community heeft méér dan 20 Thema Ontbijt en Lunch bijeenkomsten georganiseerd, waarmee we juist de kwetsbare bewoners in Oost bereiken, tijdens iedere bijeenkomst altijd gemiddeld 8 bewoners, waarbij ook altijd minimaal 2 vrijwilligers aanwezig waren.

Tijdens deze bijeenkomsten bespreken we tal van onderwerpen zoals armoede, eenzaamheid, mantelzorgproblematiek, maar ook seksuele diversiteit, vrouwenrechten, huiselijk geweld, de verkiezingen, een breed scala aan onderwerpen die educatief en/of taboedoorbrekend zijn.

We vragen een actieve bijdrage van de deelnemers. Door middel van helpen bij het organiseren/ klaarzetten en afruimen van het ontbijt of de lunch. Hierin hebben de deelnemers en eigen taak en verantwoordelijkheid. Dat betekent ook dat zij gemist worden wanneer zij er niet zijn. Dit helpt om een sociaal isolement te doorbreken en stimuleert om te blijven komen.

Daarbij, bezoekers komen niet als hulpvrager naar de thema bijeenkomst. Dat maakt deze activiteit laagdrempelig, evenals de gezellige, open sfeer. Iedereen is welkom. Tegelijkertijd is de Themabijeenkomst een moment om met elkaar in gesprek te gaan om hulpvragen naar voren te laten komen. Assadaaka stimuleert de bezoekers om met hun vragen naar het inloopsprekuur, taalles, steun voor elkaar of een andere passende activiteit binnen of buiten de organisatie te gaan. Zo kunnen wij door de Themabijeenkomsten vroeg-signaleren én een passend hulpaanbod bieden. Ook nodigen wij met enige regelmaat gastsprekers uit, ook van andere organisaties in de buurt. Dit biedt de bezoekers zicht op de sociale kaart en draagt voor ons bij aan een goede samenwerking.

## 2. Sociaal maatschappelijk inlooppreekuur en individuele ondersteuning

### Omschrijving:

Ons laagdrempelige sociaal-maatschappelijk spreekuur is 5 dagen per week geopend voor alle bewoners in Oost met hulpvragen. Zij worden geholpen door onze coördinator, door opgeleide ervaringskundige vertrouwenspersonen of stagiaires MBO (zorg) of HBO (bijv Toegepaste Psychologie). Assadaaka Community biedt de Basis cursus Vertrouwenspersoon, dat handvatten biedt om andere bewoners te ondersteunen waarbij levenservaring wordt ingezet als kracht. Ondersteuning bestaat vooral uit het bieden van een luisterend oor, inzage bieden in de problematiek en waar nodig begeleiden naar formele zorg, welzijn en voorzieningen, waarbij langdurige ondersteuning geboden kan worden. We werken hierbij nauw samen met de formele zorg- een welzijnsorganisaties, zoals de Buurtteams en OKT

De vertrouwenspersonen zijn bewoners met levenservaring en het inzetten van deze ervaringsdeskundigheid is bij Assadaaka een belangrijke kernwaarde. Eén van de manieren waarop wij de samen- en zelfredzaamheid vergroten is door participanten de mogelijkheid te bieden om binnen Assadaaka hun talenten in te zetten en aan persoonlijke ontwikkeling en werknemersvaardigheden te werken. De vertrouwenspersonen zijn doorgaans bewoners die bij ons kwamen met een hulpvraag en die hun levenservaring om hebben kunnen zetten in ervaringsdeskundigheid, waarmee zij anderen helpen.

Wat doen onze vertrouwenspersonen?

- Luisterend oor bieden
- Inzicht bieden in multi-problematiek
- Urgente zaken direct behandelen
- Indien nodig bij een hulpvraag, of multi problematiek, contact leggen met formele zorg (o.a. Buurtteams), waarbij niet alleen contact leggen, maar ook ondersteunen bij het opbouwen van vertrouwen in formele instanties wanneer er verminderd vertrouwen is
- Contact houden met de formele zorg, o.a. buurtteam medewerker voor een goede begeleiding van de bewoner/ Amsterdammer
- Indien gewenst kan de Amsterdammer ook afspreken met de formele instantie en vertrouwenspersoon bij Assadaaka Community, als dat veiliger voelt voor de bewoner
- De vertrouwenspersoon ondersteunt bewoners met langdurige ondersteuning
- Helpen bij verkrijgen financieel/ administratief overzicht
- (Samen) contact leggen met organisatie/ bedrijf/ instelling/ onderwijs instelling
- Doorverwijzen naar Taalwinkel of andere activiteiten Assadaaka, Buurtteam, OKT, BOOT (HvA), Voedselbank, Rode Kruis, Huisarts, GGZ zorg, Juridisch loket, Sociaal Raadsliden, Post Oost, Jan van Galenstraat, andere buurtpartners
- (Samen) Email schrijven
- Helpen bij invullen digitale formulieren
- Helpen bij digitale inclusie, waaronder computer en/of smartphone gebruik

- Helpen bij opstellen CV
- Helpen bij invullen (digitale) formulieren / aanvragen DigiD
- Helpen bij aanvragen voorzieningen, toeslagen of uitkeringen, i.s.m. buurtteam
- Helpen bij treffen betalingsregeling, hiervoor doorverwijzen of i.s.m. buurtteam
- Helpen bij juridische zaken, zoals bezwaarschrift, i.s.m. eventueel HVA BOOT of sociaal raadslieden
- Intensieve nazorg en begeleiding tijdens de bovenstaande trajecten
- Individuele begeleiding bij deze trajecten, waaronder meegaan naar instanties

Het spreekuur van Assadaaka Community is alle werkdagen, van 10u – 17u, zowel bij Assadaaka Community als telefonisch.

De vragen gaan veelal over armoede, hulp bij financiële administratie, belastingen, schulden, betalingsregelingen, invullen van formulieren, opvoedingsvragen, eenzaamheid, een naaste met een psychische aandoening, ziekte en gezondheid, taallessen, woonoverlast en corona gerelateerde vragen o.a. over de vaccinatie, het testen, angst voor corona, het gemis van familie (in binnen en buitenland) etc.

*Aantallen en Resultaat:*

Assadaaka Community is er voor heel Oost, maar we willen specifiek benoemen dat we 30 bewoners uit IJburg langdurig ondersteunen in het sociaal maatschappelijk spreekuur met verschillende lopende (complexe) hulpvragen.

We helpen gemiddeld 5 unieke hulpvragers per week en langdurige ondersteuning aan bewoners met multi problematiek met 5 vrijwilligers

<b>Aantal unieke hulpvragers</b>	334 (doorgaans meerdere vragen)
<b>Problematiek:</b>	
Financiële administratie en Financiën	53 hulpvragen over schuldenproblematiek, vragen belastingdienst en belasting aangifte, problemen met incassobureau, vragen over energie of andere aanbieders, aanvragen betaling in termijnen, hulp bij online bankieren, hulp bij financiële administratie
Zelfredzaamheid	47 hulpvragers met (meerdere) vragen over sociaal isolement, eenzaamheid, schaamte, hulp nodig met problemen ordenen, taalachterstand, computervaardigheden, hulp bij DigiD aanvragen
Werk en Inkomen	45 hulpvragers met vragen over Hulp bij zoeken naar betaald werk, zoeken naar vrijwilligerswerk, hulp bij schrijven CV, UWV/WW, Ziektewet, Bijzondere bijstand, Pensioen
Wonen/ Huur/ Energie/ Woningnet	49 hulpvragers met (meerdere) vragen over Dreigende huisuitzettingen door diverse redenen, huurproblematiek, burenruzie,

	dakloos na echtscheiding, inschrijven woningnet, betalingsregeling
Voorzieningen en Gezondheidsvragen	53 hulpvragers met (meerdere) vragen over Aanvragen voorzieningen Pak je Kans. Vragen over zorgverzekering, herindicatie/PGB, aanvullend OV, zorg voor onverzekerden, mantelzorg, begeleiding licht verstandelijke beperking, begeleiding/ indicatie GGZ problematiek, begeleiding bij huisarts/ specialistenbezoek
Gezinsproblematiek	55 hulpvragers met (meerdere) vragen over Opvoedingsproblemen, vragen over sport (lidmaatschap), kindbescherming, OKT, begeleiding bij contact school, klachten over onderwijs, (v)echtscheiding, huiselijk geweld, mishandeling, loverboys
Juridisch / rechtsbijstand	32 hulpvragers met vragen over Opstellen bezwaarschrift, begeleiding bij contact advocaat, klacht tegen advocaat

#### *Individuele begeleiding*

Vanuit het sociaal maatschappelijk inloopspreekuur, of vanuit andere activiteiten kunnen ervaringsdeskundigen/ vertrouwenspersonen langdurig gekoppeld worden aan individuele bewoners, die deze extra ondersteuning nodig hebben.

Ook vanuit samenwerking met de Buurtteams en OKT, waarbij wij de cliënt individuele ondersteuning bieden tijdens het traject, uiteraard altijd en alleen vanuit de wens van de cliënt.

#### *Effect inloopspreekuren*

Het inloopspreekuur biedt concrete hulp die kwetsbare bewoners op dat moment vaak hard nodig hebben. Van bewoners horen wij dat zij deze ondersteuning als zeer positief ervaren. Het geeft hen het vertrouwen om verdere (vaak complexe) problematiek te delen en samen aan te pakken. Als belangrijk aspect noemen zij dat zij het gevoel hebben er niet meer alleen voor te staan, ook wanneer het moeilijk blijkt om problemen meteen op te lossen.

Bewoners/ cliënten die een traject doorlopen bij de formele zorg geven aan dat onze informele ondersteuning daarnaast hen helpt tijdens hun traject. Wij helpen hen bijvoorbeeld de afspraken te herinneren en te motiveren om te gaan en als één van onze vertrouwenspersonen meegaat kan dat ook helpend zijn tijdens de gesprekken, om de geboden hulp en ondersteuning beter te kunnen plaatsen.

Assadaaka biedt direct hulp bij het orde krijgen van de administratie en hun sociale netwerk (o.a. door de Assadaaka Methode). Assadaaka begeleidt bewoners die dat nodig hebben dankzij maatwerk (terug) naar het formele zorgaanbod en sociale voorzieningen. We hebben daarin als het ware een brugfunctie, we blijven zelf ook langdurige ondersteuning bieden en zijn zo aanvullend aan de formele ondersteuning. Zo zetten we concrete stappen naar verminderde armoede en eenzaamheid.

Daarbij vervult Assadaaka een belangrijke rol op gebied van preventie en vroeg signalering. Iemand die weer het gevoel heeft 'mee te doen' zal minder zorgklachten hebben. Assadaaka Community zet in op verdere escalatie of verergering van schulden- of gezins-gerelateerde problematiek. Wij zien dagelijks de positieve impact van het spreekuur op onze bezoekers, die meer grip op hun leven krijgen.

### **3. Steun voor Elkaar (noodhulpvoorziening)**

#### *Omschrijving:*

Steun voor Elkaar is een uniek project op gebied van duurzaamheid en armoede bestrijding, waarin we samenwerken met lokale bakkers en andere ondernemers, zoals Bakker Hartog. Het verse, onverkochte brood van die dag wordt door onze vrijwilligers opgehaald bij o.a. Bakker Hartog. Onze vrijwilligers Brood en maaltijden, minimaal drie keer per week, maar in de praktijk bijna dagelijks m.u.v. zondag. Onze vrijwilligers brengen het naar onze locatie aan de Wethouder Verheijhal waar zij het verdelen in kleinere tasjes zodat we het kunnen uitdelen. Normaal worden de tasjes uitgedeeld vanaf 19.30 voorafgaand aan de taallessen. Vanwege corona hebben wij de tasjes overdag uitgedeeld en bij mensen langsgebracht. Op onze locatie of bij het langsbrengen wordt er altijd contact gemaakt met de mensen, want Steun voor Elkaar is er juist voor om bewoners ook toe te leiden naar andere (Assadaaka) activiteiten, ons sociaal maatschappelijk spreekuur en daardoor naar formele ondersteuning.

We hebben hiervan geen verslagen op onze website, maar zetten deze altijd op facebook. Hier zijn heel veel video's te vinden van het verdelen van brood.

De doelgroep zijn mensen rond de armoede grens, die in financiële en/of sociale armoede leven. Armoede gaat vaak gepaard met schaamte. Met Steun voor Elkaar bieden wij een laagdrempelige ondersteuning, waarbij mensen niet in de rij hoeven staan, maar een tasje gewoon meekrijgen. Ook is daar altijd een vertrouwenspersoon bij voor eventuele hulpvragen.

#### *Aantallen:*

Met Steun voor Elkaar bieden we ondersteuning aan minimaal 10 personen of gezinnen per keer. Doorgaans zijn dat meer personen.

Er zijn 5 vrijwilligers actief per keer, zij halen het brood op en verdelen het in zakken om het uit te kunnen delen. Sommige pakketten worden thuisgebracht. Onder deze vrijwilligers zijn ook altijd onze opgeleide vertrouwenspersonen, die een luisterend oor kunnen bieden en door kunnen verwijzen naar ons inloopspreekuur en/of formele zorg.

Steun voor Elkaar vindt minimaal drie keer per week plaats.

#### *Resultaat:*

Het resultaat van ons project Steun voor Elkaar zit voor een belangrijk deel in de ondersteuning van minderbedeelden, die noodhulp ontvangen en waarbij wij tijdig kunnen doorleiden naar de voorzieningen voor mensen in armoede en een kleine portemonnee. En naar formele zorg en ondersteuning (o.a. schuldhulpverlening) indien nodig. En ook naar ons eigen spreekuur, taallessen en andere activiteiten.

Daarnaast zit het resultaat ook in de participatie en versterking van de zelfredzaamheid van de vrijwilligers (ook kwetsbare bewoners). Amsterdammers van diverse achtergronden zetten zich in dit project in als vrijwilliger, bewoners die doorgaans zelf rondom de armoede grens leven. Zij halen de

voedselwaren op, verdelen het in kleinere hoeveelheden en brengen het indien nodig bij mensen langs. Ze nemen hiermee een verantwoordelijkheid die hen zelf ook helpt uit een sociaal isolement te komen en blijven en uit de schaamte rondom armoede. Ze zijn hiermee ook een rolmodel voor anderen. Daarnaast draagt dit project bij aan een duurzame samenleving, waar voedsel niet wordt verspild.

#### **4. Voorlichtingsbijeenkomsten (Ronde Tafelgesprekken)**

##### *Omschrijving:*

Naast de Thema ontbijt / Lunch Bijeenkomsten organiseerde Assadaaka Community ook voorlichtingsbijeenkomsten op andere tijdstippen, o.a. in de vorm van ronde tafel gesprekken of workshops, andere voorlichtingsbijeenkomsten zoals bij de Februari staking, waarbij er voorlichting wordt gegeven over de belangrijke thema's van deze historische gebeurtenissen. Daarnaast spelen we ook op actuele gebeurtenissen die onrust veroorzaken in de samenleving, zodat we een luisterend oor, voorlichting en richting kunnen bieden. Ook geven we voorlichting via onze website.

##### *Aantallen:*

Minimaal 12 voorlichtingsbijeenkomsten naast de Thema Ontbijt en Lunch bijeenkomsten in 2023.

Bij deze voorlichtingsbijeenkomsten waren gemiddeld 18 bewoners aanwezig, met 3 à 4 vrijwilligers.

##### *Resultaat:*

Zoals hierboven genoemd vinden wij voorlichting over diverse thema's van groot belang. Voorlichting geeft kennis en daardoor meer verbinding met de samenleving en meer zelfvertrouwen om je te verhouden tot deze thema's en binnen de maatschappij.

##### *Voorbeelden:*

- Workshop Vergroot je Zelfvertrouwen op 20-01-23

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/workshop\\_vergroot\\_je\\_zelfvertrouwen1/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/workshop_vergroot_je_zelfvertrouwen1/)

- Informatiebijeenkomst Cirkel van Democratie 09-02-23. In groepjes werd gewerkt aan opdrachten rondom het thema democratie

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/uitnodiging\\_informatiebijeenkomst\\_cirkel\\_van\\_democratie1/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/uitnodiging_informatiebijeenkomst_cirkel_van_democratie1/)

- Bijeenkomst over vrede en solidariteit 20-02-23 (verbinding zoeken en voorlichting n.a.v. onrust onder moslims over Koranverbrandingen)

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/ontbijtbijeenkomst\\_voor\\_veiligheid\\_solidariteit\\_en\\_vrijheid/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/ontbijtbijeenkomst_voor_veiligheid_solidariteit_en_vrijheid/)

(er staat ontbijtbijeenkomst op de site, maar het was 's middags van 15u - 17u, staat er ook bij)

- Informatiebijeenkomst Verkiezingsspecial 21-02-23

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/uitnodiging\\_informatiebijeenkomst\\_verkiezingsspecial/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/uitnodiging_informatiebijeenkomst_verkiezingsspecial/)

- Internationale Vrouwendag 08-03-23 Voorlichting over internationale vrouwenrechten

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/internationale\\_vrouwendag\\_8\\_maart\\_2023/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/internationale_vrouwendag_8_maart_2023/)

- Voorlichtingsbijeenkomst Wereld Autisme Dag op 02-04-23

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/het\\_wereld\\_autisme\\_dag\\_2023\\_bij\\_assadaaka\\_community/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/het_wereld_autisme_dag_2023_bij_assadaaka_community/)

- Workshop Roze of LHBTQI, je mag er altijd zijn! 26-04-23

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/workshop\\_roze\\_of\\_lhbtqi\\_je\\_mag\\_er\\_zijn1/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/workshop_roze_of_lhbtqi_je_mag_er_zijn1/)

- Internationale Dag van de Geweldloosheid 01-10-23 Avondprogramma met film en voorlichting en levend vreedesteken maken op Javaplein

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/internationale\\_dag\\_van\\_geweldloosheid1/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/internationale_dag_van_geweldloosheid1/)

- Samen zijn Crisis Midden Oosten (n.a.v. crisis in Israël en Gaza wat veel onrust veroorzaakt) op 15-10-23

<http://assadaaka.nl/Assadaaka/comm/>

[bijeenkomst samen zijn tijdens crisis in het midden oosten/](http://assadaaka.nl/Assadaaka/comm/bijeenkomst_samenzijn_tijdens_crisis_in_het_midden_oosten/)

- Internationale Mannendag 19-11-23. Voorlichting over de rol van de man in de samenleving van gelijke rechten

<http://assadaaka.nl/agenda/comm/>

[assadaaka community organiseert internationale mannendag op zondag 19 11 20/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/assadaaka_community_organiseert_internationale_mannendag_op_zondag_19_11_20/)

- Voorbeeld voorlichting via de website: Islam en seksuele diversiteit

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/seksuele\\_diversiteit\\_en\\_de\\_islam/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/seksuele_diversiteit_en_de_islam/)

## 5. Netwerkactiviteiten

### *Omschrijving en Resultaat:*

Zoals in de Inleiding omschreven heeft Assadaaka Community zich de afgelopen jaren zeer intensief ingezet voor de samenwerkingen met formeel en informele zorg en welzijn in Amsterdam Oost. Assadaaka Community zat in het kernteam van het Platform Informele Zorg Oost, zat namens het PIZO in de Netwerkgroep Oost, was partner de Focusgroep en zat in het kernteam van In de Tussenruimte van Samen Vooruit in Oost.

Assadaaka Community heeft daar veel tijd voor gemaakt omdat we geloven dat we eenzaamheid en armoede en overbelasting beter kunnen bestrijden en zelfredzaamheid, ontplooiing en gelijke kansen kunnen versterken als we nauw samenwerken, dus in het belang van de meest kwetsbare bewoners. Ook hebben we natuurlijk doorlopende samenwerkingen met het Rode Kruis en de Flynig Squad.

Na jaren zeer intensief de kar trekken werd het in 2023 tijd om een stap terug te doen en als deelnemer aan te sluiten, omdat enerzijds het wisselen van het kernteamlidmaatschap de samenwerking versterkt en anderzijds deze extra inzet ook een wissel had getrokken op onze organisatie. Het was om meerdere redenen goed om in 2023 op deze wijze aan te sluiten, binnen de bredere samenwerkingen die er nu zijn en uiteraard ook zoals we al die jaren al hebben gedaan, vanuit casuïstiek/ de vraag vanuit de bewoner. Daarnaast biedt dit ook weer ruimte voor nieuwe vormen van samenwerkingen. Zo is Assadaaka Community lid van de Klantenraad Buurtteam Amsterdam Oost, sinds deze van start is vanaf 4 oktober 2023.

### Aantallen:

Netwerkbijeenkomsten en overleggen maken een belangrijk deel uit van onze werk, in meerdere vormen, van werkoverleggen tot netwerkbijeenkomsten. We namen in 2023 ook minimaal 1 x per maand deel, onder andere aan de Werkvloer Overleggen en Strategisch Overleggen van het Platform Informele Zorg Oost.

Niet al deze samenwerkingen zijn genoemd op onze website of Facebook, maar hieronder een aantal voorbeelden deelname en/of organiseren van:

- Mede organisatie workshop over verduurzamen en energie besparing i.s.m. Jungle Amsterdam

<http://assadaaka.nl/agenda/comm/infraroodsafari1/>

- Heldin – Cursus EHBO + door Rode Kruis i.s.m. Assadaaka Community

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/heldin\\_een\\_cursus\\_voor\\_vrouwen\\_bij\\_assadaaka\\_community/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/heldin_een_cursus_voor_vrouwen_bij_assadaaka_community/)

- Mede organisatie Werkbijeenkomst In de Tussenruimte op locatie van Assadaaka Community

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/werkbijeenkomst\\_tussenruimte\\_1\\_juni/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/werkbijeenkomst_tussenruimte_1_juni/)

- Mede organisatie Freedom Figthers Festival (over toegankelijkheid en inclusie) op 23, 24 en 25 juni 2023

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/nieuwe\\_basisschool\\_ubuntu\\_4\\_juli\\_11.30](http://assadaaka.nl/agenda/comm/nieuwe_basisschool_ubuntu_4_juli_11.30)

- Diverse bijeenkomsten georganiseerd door Assadaaka Community i.s.m. het Consultatiebureau, de OBA en CNV Onderwijs in de Week van de Opvoeding (8 – 10 okt 23):

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/week\\_van\\_de\\_opvoeding\\_2023\\_assadaaka\\_activiteiten\\_08-10\\_oktober\\_2023/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/week_van_de_opvoeding_2023_assadaaka_activiteiten_08-10_oktober_2023/)

- Werkbijeenkomst In de Tussenruimte 23-10-23

[http://assadaaka.nl/Assadaaka/comm/een\\_geslaagde\\_werkbijeenkomst\\_van\\_de\\_tussenruimte\\_op\\_23\\_november/](http://assadaaka.nl/Assadaaka/comm/een_geslaagde_werkbijeenkomst_van_de_tussenruimte_op_23_november/)

- Klantenraad Buurtteam Amsterdam Oost 07-12-23

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/klantenpanel\\_buurtteam\\_amsterdam\\_oost/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/klantenpanel_buurtteam_amsterdam_oost/)

## **6. Samen Sterk Groep Vrouwen en 7.Samen Sterk Groep Mannen**

### *Omschrijving:*

De Samen Sterk vrouwengroep en Samen Sterk mannengroep wordt geleid door vrijwilligers, getrainde vertrouwenspersonen bij Assadaaka Community, in samenwerking met andere vrijwilligers. Bijvoorbeeld bij naai- en breiles, maar ook een Repaircafé. De Samen Sterk groepen zijn gericht op versterking van de zelf- en samenredzaamheid, op gebied van praktische vaardigheden en als laagdrempelige toegang voor het delen van verhalen en het stellen van hulpvragen. De vertrouwenspersoon speelt hierin een belangrijke rol.

Wanneer er hulpvragen zijn, verwijst de vertrouwenspersoon door naar het sociaal-maatschappelijk inlooppreekuur van Assadaaka, eveneens beminst door getrainde vertrouwenspersonen, waar er ook wordt samengewerkt met formele zorgverleners. Zij kunnen langdurige laagdrempelige ondersteuning bieden en werken in goede samenwerking met de formele hulpinstanties. Kortom, de Samen Sterk groepen zijn veel meer dan alleen samen een activiteit doen.

#### *Aantallen en resultaat*

De Samen Sterkgroep Vrouwen bestaat uit gemiddeld 10 deelnemers.

De Samen Sterk groep mannen uit gemiddeld 5 deelnemers.

De Samen Sterk groep Vrouwen kwam 2x per week bij elkaar (minimaal 1x naailes en 1x gespreksgroep per week of Repaircafé) en de Samen Sterk groep mannen 1x per 3 weken.

Verslagen en berichten staan vooral op Facebook.

### **8. (Mantel)Zorgen voor Elkaar**

#### *Omschrijving:*

In het project (Mantel)Zorgen voor Elkaar eten mantelzorgers, samen met degene voor wie zij zorgen, 3x per week bij Assadaaka Community. Bij Assadaaka Community is geen kookgelegenheid, dus er wordt thuis gekookt en de maaltijd wordt meegenomen naar Assadaaka Community in de Wethouder Verheijhal. Daar wordt de maaltijd gedeeld. Tijdens de maaltijd wordt een mantelzorg-gerelateerd onderwerp besproken. Op deze manier kunnen thema's worden besproken die moeilijk bespreekbaar zijn voor de mantelzorger om zelf te bespreken, zoals overbelasting.

Met deze activiteit bieden wij ondersteuning aan mantelzorgers en biedt het tegelijkertijd respijtzorg. Bewoners die zorgen voor een naaste delen samen een maaltijd, die om beurten wordt gekookt. Tijdens de maaltijd wordt gesproken over mantelzorg gerelateerde problematiek. Door samen de maaltijd te delen ontstaat er een gemeenschapszin die belangrijk is voor het doorbreken van een sociaal isolement. Tevens kunnen de mantelzorgers de hulpbehoevende waar zij voor zorgen meenemen, indien mogelijk. Dit is voor sommigen een voorwaarde om deel te kunnen nemen, omdat de zorg vaak moeilijk is over te dragen. Hiermee bereiken wij een grotere groep mantelzorgers.

Tijdens de (Mantel)Zorgen voor Elkaar activiteiten hebben we speciale aandacht voor jongeren. Want jonge mantelzorgers is een belangrijk thema, waar nog veel meer bekendheid over nodig is. Het onderwerp jonge mantelzorgers wordt tijdens deze bijeenkomsten besproken, zodat issues als overbelasting op een makkelijke en veilige manier besproken kunnen worden. De jonge mantelzorgers hoeven dit dan niet zelf aan te kaarten. Jonge mantelzorgers zijn jongeren die wonen in (en soms ook zorg dragen voor) een gezin met een naaste met chronische fysieke of mentale uitdagingen. Dit brengt niet alleen zorgtaken, maar ook bezorgdheid en aanpassingen in gedrag met zich mee voor de jongere. Omdat dit voor jongeren moeilijk bespreekbaar is, is deze aandacht binnen deze activiteiten, waar ook volwassen mantelzorgers aan deelnemen, belangrijk voor erkenning en inclusie. Het heeft daarnaast ook een belangrijke functie op het gebied van vroeg signalering en preventie van overbelasting bij deze jongeren.

#### *Aantallen:*

#### *Deelnemers:*

Bij iedere (Mantel)zorgen voor Elkaar bijeenkomst zijn er minimaal 6 deelnemers.

Bij iedere bijeenkomst zijn er 2 vrijwilligers

De (Mantel)zorgen voor Elkaar bijeenkomsten zijn 3x per week.

*Resultaat:*

Dat (Mantel)Zorgen voor Elkaar gewenst is zien wij aan de deelnemers die altijd enthousiast komen, het is een vrij vaste groep waar om de zoveel tijd iemand bij komt die wordt meegenomen door een deelnemer. Wat wij terug horen is dat onderwerpen, zoals overbelasting, rondom mantelzorg beter en makkelijker bespreekbaar zijn voor de deelnemers én voor degene voor wie zij zorg dragen, omdat zij er bij zijn. Dit versterkt de relatie tussen beiden, en maakt dat de mantelzorg beter voor zichzelf kan zorgen. We zien een direct resultaat wat betreft het versterken van zelfredzaamheid en (preventieve) gezondheid.

Daarnaast heeft het positief resultaat over toenemende kennis over jonge mantelzorgers in het gezin en het risico van overbelasting van jonge mantelzorgers.

## **9. Cursussen Vrijwilligers**

*Omschrijving:*

Ieder jaar biedt Assadaaka Community minimaal 2 cursussen aan bewoners uit Oost die zich willen inzetten als vrijwilliger of ervaringsdeskundige. Dit zijn de:

- Training Mantelzorg Ambassadeur
- Basiscursus Vertrouwenspersoon voor Volwassenen en voor Jongeren
- 

De Training Mantelzorg Ambassadeur biedt handvatten voor het begeleiden bij mantelzorg ondersteuning, het ontwikkelen van de eigen ervaringsdeskundigheid en de rol als ambassadeur voor andere (kwetsbare) mantelzorgers in Oost.

Met de Basiscursus Vertrouwenspersoon biedt Assadaaka Community vertrouwenspersonen kennis en handvatten om binnen het sociaal maatschappelijk inlooppreekuur hulpvragers te kunnen ondersteunen bij uiteenlopende vragen (multi-problematiek) en indien nodig kunnen doorverwijzen. Het gaat om een luisterend oor bieden, de hulpvraag kunnen definiëren, eerste hulp bieden en eventueel doorverwijzen en het ontwikkelen van de eigen ervaringsdeskundigheid door vertrouwenspersonen

Ook hebben we dit jaar voor de deelnemers die de Basiscursus Vertrouwenspersoon succesvol hebben doorlopen ook de verdiepingmodule Handelingsgerichte diagnostiek voor vertrouwenspersonen gegeven.

We bieden de Basiscursus Vertrouwenspersoon ook speciaal voor jongeren, die hun skills willen inzetten om een luisterend oor te zijn voor andere jongeren met inachtneming van hun eigen grenzen.

*Aantallen:*

Aan de cursussen deden 5 (Training Mantelzorg Ambassadeurs), 8 (Basiscursus Vertrouwenspersoon) en 6 (Basiscursus Vertrouwenspersoon voor jongeren) deelnemers mee.

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/basiscursus\\_vertrouwenspersoon\\_bij\\_assadaaka\\_community1/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/basiscursus_vertrouwenspersoon_bij_assadaaka_community1/)

<http://assadaaka.nl/agenda/comm/>

[handelingsgerichte diagnostiek voor vertrouwens personen deskundigheid/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/handelingsgerichte_diagnostiek_voor_vertrouwens_personen_deskundigheid/)

### *Resultaat:*

Na de cursus kunnen de deelnemers aan de slag als vrijwillige vertrouwenspersoon bij Assadaaka of een andere organisatie. We merken dat deelname versterkend is voor het zelfvertrouwen en de zelfredzaamheid en participatie. De kennis uit de cursus geeft houvast, niet alleen bij het helpen van anderen, maar in het aangeven van eigen grenzen. Het sluit naadloos aan bij de Assadaaka Methode.

Deelnemers geven aan de cursus als waardevol te ervaren, het geeft hen zelfvertrouwen om anderen te ondersteunen en om eigen (vaak moeilijke) levenservaring te zien als kracht. Een andere zienswijze van deze levenservaring helpt hen in verwerking en het omzetten van levenservaring naar ervaringsdeskundigheid.

Ter info: de term 'ervaringsdeskundigheid' is gekoppeld en daarmee 'gekaapt' als resultaat van de opleiding Ervaringsdeskundigheid. Met onze Basis cursus Vertrouwenspersoon ambiëren wij niet hetzelfde als deze Opleiding. Wij investeren in buurtbewoners die op hun eigen manier ambassadeurs kunnen zijn voor anderen en die door de Basis cursus en de Assadaaka Methode een versterkt zelfvertrouwen en daarmee zelfredzaamheid ontwikkelen. Zo ontstaan er mogelijkheden, gaan er deuren open voor ontplooiing en ontwikkeling.

## **10. Nederlandse Taallessen**

### *Omschrijving:*

De Nederlandse taallessen 'De Taalwinkel' van Assadaaka Community heeft altijd een centrale rol gehad binnen onze activiteiten. Assadaaka Community doet dit al meer dan 30 jaar ervaring en zet zich in om een brug te slaan tussen culturen ter bevordering van de integratie, participatie en sociale cohesie. De Taalwinkel Assadaaka biedt de mogelijkheid om Nederlands te leren aan mensen die de lessen van formele taalaanbieders niet kunnen volgen, bijvoorbeeld vanwege de kosten of omdat zij een veilige omgeving nodig hebben om te kunnen leren. De taallessen lopen gelijk met het schooljaar. Tijdens de schoolvakanties zijn er geen lessen. Het les aanbod is vrijwel gelijk met voorgaande jaren, qua opzet/aanbod, dagen en tijdstippen.

De vrijwillige taaldocenten is een vrij vaste groep, die dit al jaren doet. Het zijn hoger opgeleide Amsterdammers van allerlei achtergronden die zich graag willen inzetten voor een ander en zich verbonden voelen aan Assadaaka. Om dit vrijwilligerswerk te kunnen combineren met werk, voor zowel de deelnemers als de taaldocenten, zijn de Nederlandse taallessen altijd in de avonden.

De taallessen zijn belangrijk binnen onze organisatie, ze zijn laagdrempelig en sluiten aan bij al onze activiteiten. De taallessen deelnemers worden betrokken in de uitvoering van andere activiteiten van Assadaaka. Zo helpen zij o.a. als vrijwilliger bij de catering van de Voorlichtingsbijeenkomsten. Op deze manier kunnen zij hun taalvaardigheden in de praktijk brengen en hebben zij de kans om hun sociale netwerk te vergroten. Ook worden de taalcursisten gestimuleerd om deel te nemen aan onze activiteiten zoals de voorlichtingsbijeenkomsten. Hier worden maatschappelijk relevante onderwerpen besproken, die informatief kunnen zijn voor de cursisten, omdat zij allen op verschillende manieren bezig zijn met integratie in de Nederlandse samenleving.

Het taallessen seizoen volgt het schoolseizoen, wat betekent dat het start in sept en eindigt in juli. In januari liep dus seizoen '22 - '23 en in sept. startte seizoen '23 - '24.

Taalwinkel Assadaaka werkt samen met diverse organisaties in Amsterdam, zoals Leef en Leer, de OBA, Stichting Lezen en Schrijven, evenals Amsterdam Cares, de Vrijwilligerscentrale Amsterdam, WPI, Cybersoek, Dynamo, Civic Amsterdam en de buurtbalie.

### *Aantallen en Resultaat:*

#### Deelnemers:

Aan de vaste lessen deden 36 deelnemers mee (gedurende het gehele taalseizoen), bij de inlooplessen gemiddeld 17 per keer.

#### Resultaat:

De taallessen voldoen in een grote behoefte. De lage prijs, flexibiliteit van de inlooplessen, de gemotiveerde docenten die goed zijn toegerust om met deze groep – waaronder ook analfabeten – te werken en de fysiek en sociaal laagdrempelige locatie maken de lessen goed toegankelijk voor iedereen. De deelnemers geven aan zeer tevreden te zijn over de lessen. Door de taallessen van Taalwinkel Assadaaka leren zij snel en goed Nederlands. Het spreken van de Nederlandse taal bevordert de participatie en vergroot het zelfvertrouwen om stappen hierin te zetten. Dit uit zich in het actiever participeren van de deelnemers aan werk, vrijwilligersactiviteiten en andere activiteiten, zowel bij Assadaaka Community als bij andere organisaties.

#### Enkele links betreffende de taallessen:

Afsluiting Taalseizoen '22/'23 op 11-07-23:

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/persbericht\\_uitnodiging\\_afsluiting\\_taalwinkel\\_seizoen2/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/persbericht_uitnodiging_afsluiting_taalwinkel_seizoen2/)

Start Taalseizoen '23/'24 vanaf 11-09-'23:

[http://assadaaka.nl/agenda/comm/oproep\\_nieuwe\\_cursussen\\_taalwinkel\\_bij\\_assadaaka\\_community\\_2023\\_2024/](http://assadaaka.nl/agenda/comm/oproep_nieuwe_cursussen_taalwinkel_bij_assadaaka_community_2023_2024/)

## **11. Taaloefen- en participatieplaatsen**

### *Omschrijving:*

Om een taal goed te leren beheersen is het van belang om dagelijks in een situatie te verkeren waarin je gestimuleerd wordt om de taal te spreken. Om hierin te voorzien, biedt Assadaaka, naast haar taallessen, ook Taaloefenplaatsen en Participatieplaatsen aan. Zo kunnen mensen met een grote afstand tot de arbeidsmarkt (laagopgeleiden, langdurig werkelozen, mensen met een arbeidsbeperking) via vrijwilligerswerk kennis opdoen en vaardigheden leren waarmee zij hun kans op betaald werk kunnen vergroten.

Wij kijken altijd naar waar de krachten en talenten liggen van de deelnemende bewoners. Het is belangrijk dat zij zich verder kunnen ontplooiën op een manier die bij hen past.

Ook leren zij o.a. werken met laptops en aantal mensen volgt binnen deze taaloefen- en participatieplaatsen de Basiscursus Vertrouwenspersoon, zodat zij zich actief in kunnen zetten als vertrouwenspersoon in de ondersteuning van buurtbewoners met diverse hulpvragen. Assadaaka Community biedt hen maatwerk. De deelnemers van de taaloefen- en participatieplaatsen zijn actief in al onze activiteiten, zoals ook Steun voor Elkaar, maar ook bijvoorbeeld als gastvrouw/-heer bij de entree, waar namen worden genoteerd van bezoekers aan het spreekuur en soms mensen even wachten i.v.m. het max. aantal bezoekers. Zo voeren deze gastheren/-vrouwen een eerste gesprek met mensen die binnenkomen.

### *Aantallen en Resultaat:*

#### Deelnemers:

In 2023 hebben 12 bewoners zich ingezet via de taal oefen- en participatieplaatsen.

#### *Resultaat:*

De deelnemers hebben waardevolle vaardigheden, zelfvertrouwen en sociale vaardigheden opgedaan. Enkele deelnemers zijn doorgestroomd naar andere organisaties voor vrijwilligerswerk met uitzicht op een baan, twee deelnemers hebben een betaalde baan.

### **Nawoord**

We kijken terug op 2023, een jaar van heel hard werken. Heel hard werken aan de ondersteuning van honderden kwetsbare bewoners en aan volop inzetten op een versterking van onze eigen organisatie en van de samenwerking tussen formeel en informele zorg- en welzijnsorganisaties.

De inzet van vrijwilligers is buitengewoon geweest, de gezamenlijke kracht van Oost enorm.

We gaan door met ons harde werken in 2024. We zetten in op alles wat nodig is om de kwetsbare bewoners beter te kunnen ondersteunen en de signalen die wij ophalen naar voren te brengen. Met veel dank aan de Gemeente Amsterdam en Stadsdeel Oost.