



Jaarverslag 2022



Jaarverslag 2022

Stichting Coherente

D. van Haarlemstraat 3
1191 AX Ouderkerk a/d Amstel
Tel. 020-4963673

Dorpsplein 60
1115 CX Duivendrecht
Tel, 020-6993164

Ouder-Amstel, maart 2023

Voorwoord

Het welzijnslandschap op niveau houden

Deze titel gaven we vorig jaar aan het Voorwoord bij ons Jaarverslag. Hij is ook voor het komende jaar nog heel actueel.

De meesten van ons zijn het allemaal al bijna weer vergeten, maar bij de start van 2022 zaten we met elkaar nog in een Corona-lock-down. Gelukkig vielen de maatregelen in de loop van de lente vrij snel weg. Zoals voor de meeste mensen was dit voor de Coherente-vrijwilligers en -medewerkers een mooi moment. Eindelijk konden we weer aan de slag met waar we voor zijn: zorgen dat mensen verbindingen kunnen leggen en onderhouden met elkaar binnen de Ouder-Amstelse samenleving. Want dat is waar wij voor zijn: als jongeren, middengroepen en ouderen elkaar kennen, samen dingen doen, plezier hebben dan zijn ze er voor elkaar niet alleen in goede, maar waarschijnlijk ook in slechte tijden.

We kregen eindelijk de gelegenheid om onze grote groep vrijwilligers bedanken. We hebben met elkaar een fantastisch feest gevierd bij de Ouderkerkerplas. De professionals hebben gezorgd dat de vrijwilligers een feestelijk onthaal kregen met acts, een hapje en een drankje en een bedanklied.

Verder hebben we flink uitpakkt in de Week van de Eenzaamheid met een succesvolle pannenkoekenlunch in het Dorpshuis en een Danspaleis in het Dienstencentrum. De wethouder knipte samen met een van onze gasten het openingslint door als start van deze mooie week.

Met het Jongerenwerk zijn we gaan samenwerken met een organisatie uit Haarlem Triple Threat. Zij zijn ervaren in community building. Na uitgebreid voorbereidend werk door het jongerenwerk zijn we gestart met de Futsal Academy Duivendrecht United. Op maandag en woensdag trainen 2 leeftijdsgroepen na elkaar in de gymzaal in het Dorpshuis.

Wat was het fijn dat ook de taalgroepen weer fysiek bij elkaar konden komen. Het was overigens verbazingwekkend hoe trouw deze groepen online waren doorgegaan. Iets voor de deelnemers om heel trots op te zijn.

De bijeenkomst in het Dorpshuis, georganiseerd door de Werkgroep Ruimte Ontwikkeling en Verkeer om de inwoners van de gemeente te informeren over alle woningbouwontwikkelingen in en rond Duivendrecht was een doorslaand succes. Er waren boven verwachting meer dan 100 dorpsbewoners op af gekomen. Dit geeft maar weer eens het belang aan van zo'n Werkgroep voor de gemeenschap.

Bij het Cursuswerk zijn ook in 2022 weer nieuwe cursussen aangeboden, zodat een nog grotere diversiteit aan deelnemers wordt getrokken. Ik denk hierbij aan Essentrics, Beter fotograferen, Yoga met meditatie en Step, flex en relax.

Ondanks dat 2022 ook een jaar was van minder leuke dingen hebben de Coherentianen zich inspanssen om met en voor de inwoners van Ouder-Amstel het leven nog leuker te maken.

Wij gaan er vanuit dat we met de gemeente tot afspraken komen, zodat we ook in de komende jaren kunnen blijven doen, waarvoor we zijn: Het welzijnslandschap op niveau houden als brede welzijnsorganisatie van-, voor- en door Ouder-Amstellianen.

Namens het bestuur,
Nanko Boerma
Voorzitter



1. Coherente in 2022

Coherente is de organisatie voor lokaal welzijnswerk in Ouder-Amstel. De naam is veelzeggend: "samenhang". Coherente zet zich in om het welzijn en de participatie van inwoners te bevorderen.

Veel inwoners maken gebruik van de verschillende diensten en activiteiten en/of leveren zelf een bijdrage als vrijwilliger.

Coherente wil het leven voor en met de inwoners van Ouder-Amstel nog leuker maken.

Vanuit Coherente stimuleren we sociale samenhang, moedigen participatie van bewoners aan, 'meedenken, mee beslissen en meedoen', geven informatie, advies en ondersteuning. Wij stimuleren en ondersteunen mensen in hun persoonlijke en maatschappelijke ontwikkeling, zowel individueel als groepsgewijs. Wij bevorderen dat jong en oud zelf keuzes maakt en verantwoordelijkheid neemt, elkaar steunt en een bijdrage levert aan de lokale samenleving.

Wij dragen bij aan zelfstandigheid, zelf- en samenredzaamheid. "Kennen en gekend worden" draagt hieraan bij, daarom maken wij ontmoeting, ontspanning en ontplooiing mogelijk.

Coherente:

- Draagt bij aan de realisatie van gemeentelijke beleidsdoelstellingen, adviseert de gemeente op basis van ontwikkelingen en signalen. Er is goed partnerschap, met korte lijnen, waarbij vertrouwen en betrouwbaarheid van essentieel belang zijn.
- Richt zich op alle inwoners van Ouder-Amstel, met specifieke aandacht voor kwetsbare burgers.
- Is gericht op zelfredzaamheid, samenredzaamheid, participatie, sociale samenhang en zelf organiserend vermogen van mensen, groepen en organisaties.
- Ondersteunt en verbindt. Zet de vraag van (groepen) mensen centraal, werkt kleinschalig en dichtbij.
- Is actief op de terreinen welzijn, gezondheid, sport en bewegen, openbare orde en veiligheid, onderwijs en werk.
- Werkt samen met andere (maatschappelijke) organisaties en bedrijven die zich inzetten voor (de inwoners van) Ouder-Amstel.
- Is innovatief en flexibel om in te kunnen spelen op veranderingen en (nieuwe) vragen.
- Is een compacte organisatie, waar betrokken professionals de ruimte hebben om met vrijwilligers en inwoners de activiteiten en diensten in te vullen en uit te voeren.

Coherente in 2022

Dit kalenderjaar begon met Corona-maatregelen, waardoor de dienstverlening van Coherente in de periode tot medio maart 2022 beperkt mogelijk was. Inmiddels zijn alle maatregelen in het kader van COVID-19 losgelaten door de Rijksoverheid en kan Coherente haar activiteiten als voorheen hervatten.



Op het wereldtoneel deed zich in het voorjaar van 2022 een andere situatie voor, die ook effect had in Ouder-Amstel.

Op Coherente werd een beroep gedaan voor inzet bij de vluchtelingen, die in grote getalen uit de Oekraïne naar Nederland kwamen.

Coherente leverde ondersteuning op taal en op contacten met sportverenigingen. Voor alle betrokkenen was dit een onverwachte situatie, die dan ook niet altijd soepel verliep. Inmiddels is er een nieuwe tijdelijke huisvesting gerealiseerd voor de Noodopvang van asielzoekers en Oekraïense vluchtelingen. Coherente is hierbij betrokken voor het organiseren van welzijnsactiviteiten op gebied van bewegen, taal, cultuur etc.

Verder ontstond er een enorme krapte op de arbeidsmarkt. Veel vacatures konden niet vervuld worden. Coherente heeft gelukkig haar openstaande vacatures in 2022 kunnen invullen.

Daarnaast had de ongekende inflatie flinke prijsverhogingen tot gevolg. En stegen de energiekosten met name voor gas tot grote hoogte. Dit veroorzaakte "nieuwe armoede". Dit betekende dat er inwoners, die voorheen niet te kampen hadden met financiële problemen nu wel in de knel kwamen. Het heeft er toe geleid, dat de voedselbanken grote toeloop hadden van vragers en het fenomeen weggeefkastjes ontstond.

Ook werd er in 2022 een nieuw Coalitieakkoord gesloten tussen de politieke partijen in het college van b&w in Ouder-Amstel. In dit akkoord werd een bezuiniging van 10% op het Sociaal Domein aangekondigd. Coherente heeft in 2022 veel tijd gestoken in het informeren van de verschillende gremia van de gemeente over de consequenties van deze keuze. Begin oktober 2022 zijn alle raadsleden uitgenodigd voor een informatieavond bij Coherente om hen te laten kennismaken met wat Coherente organiseert voor de inwoners van de gemeente. Momenteel is Coherente in gesprek met de wethouder / portefeuillehouder van het Sociaal Domein over het voornemen tot bezuiniging.

Tot slot heeft Coherente zichzelf een bezuinigingsopdracht gesteld om de begroting weer sluitend te krijgen. Dit heeft in 2022 voor de eerste maatregelen gezorgd.

Ondanks al deze rand voorwaardelijke omstandigheden heeft Coherente in 2022 kunnen doen waar zij voor staat en waar zij goed in is. In de volgende hoofdstukken staat beschreven hoe Coherente dat per werksoort heeft aangepakt.



Coherente - de organisatie

Coherente is georganiseerd in 4 werksoorten met elk een eigen karakter: Jeugd- en Jongerenwerk, Sociaal cultureel en opbouwwerk (inclusief taal, werkgroepen en cursussen), Vrijwillige inzet en Ouderenwerk.

Het brede pakket van activiteiten, diensten, werkgroep activiteiten en inwonersinitiatieven dat in de loop van de tijd tot stand gekomen is werd in 2022 gecontinueerd. Een aantal highlights:

- A. Het aantal re-integratie-vrijwilligers is in 2022 flink gestegen. We hebben meer cliënten kunnen helpen dan het maximale aantal van 15 deelnemers, namelijk 20.
- B. In het tweede kwartaal ontstond de stroom Oekraïense vluchtelingen, die zich ook in Ouder-Amstel vestigden. Coherente heeft bijgedragen aan het verbeteren van de kwaliteit van alle dag door taal- en sportactiviteiten te organiseren voor hen.
- C. Het aantal cursisten is in een jaar tijd gestegen van 366 naar 440 deelnemers! Door een nog gevarieerder aanbod, werd weer nieuw potentieel aangetrokken.
- D. De buurtsport voor kinderen tussen 3 en 14 jaar in de gymzaal van het Dorpshuis in Duivendrecht werd heel goed bezocht. Af en toe meer dan 60 kinderen. Met inzet van 3 professionals en stagiaires kon dit veilig worden uitgevoerd.
- E. Op de vrijdag in het Dienstencentrum is gestart met Aan Tafel Met.. Dit is voortgekomen uit de wens om andere senioren aan te trekken. Het is een samenwerking met individuele vrijwilligers en buurtdorp Ouderkerk. Het past binnen de speerpunten die uit het Prettig Langer Thuis-onderzoek zijn voortgekomen.
- F. Met de jongeren hebben we voor het eerst busuitjes gehad naar Walibi en de Efteling. De jongeren waren zelf met het idee gekomen en binnen no time waren alle plekken gevuld. Er waren vooraf duidelijke afspraken gemaakt met de jongeren en hun ouders, waardoor de uitjes een groot succes waren. Dit is slechts een greep uit de veelheid aan activiteiten en diensten die Coherente aanbiedt.

Algemene bedrijfsvoering

Vrijwilligers, medewerkers en directie voeren de verschillende taken en werkzaamheden uit. In de dorpskernen zijn ongeveer 275 vrijwilligers betrokken, zij worden begeleid en aangestuurd door de medewerkers.

Er waren op 31 december 2022 13 betrokken en deskundige medewerkers, totaal 8,7 Fte. De CAO Sociaal Werk en Maatschappelijke Dienstverlening is van toepassing, er is aandacht voor deskundigheidsbevordering en duurzame individuele inzetbaarheid.

In 2022 is hebben de medewerkers in het primaire proces conform de CAO een arbeidsmarkttoeslag van 1,13% toegekend, om te voorkomen medewerkers in de gunstige arbeidsmarkt zouden vertrekken. In 2022 is door 7 werknemers een beroep gedaan op inzet van het Loopbaanbudget, hiervan is € 2.926,07 voor zaken die bijdragen aan duurzame inzetbaarheid van de medewerkers van Coherente netto uitgekeerd. € 2.019.19 is bruto uitgekeerd.

In 2022 is ook de nieuwe gekozen Personeelsvertegenwoordiging aan de slag gegaan. Met PVT-leden, bestuursleden en directeur heeft er in het tweede kwartaal een in company scholing plaatsgevonden door een docent van SBI.

Het ziekteverzuim in 2022 laag. ZV-1 3.39% en ZMF 0,68, dat is ten opzichte van landelijke gemiddelden voor de branche in derde kwartaal 2022 ZV-1 6,8% laag. Ten opzichte van kalenderjaar 2022 is het wat verhoogd. Het blijft een punt van aandacht.

In 2022 is de verandering in de samenstelling van het team medewerkers doorgezet. Bij de invulling van de ontstane vacatures is opnieuw gekeken naar de groeimogelijkheden voor bestaande medewerkers. Ook is er gekozen voor een andere indeling van de formatie. Voor de zomervakantie 2022 waren de openstaande vacatures opgevuld.

Personeelsformatie Coherente, 31/12/22 incl. tijdelijke projectformatie	Uren per week	Belangrijkste werkterreinen
Directie	28	De directie is belast met de dagelijkse leiding van de organisatie. De adjunct directeur heeft tevens taken in het sociaal cultureel- en opbouwwerk (zie hieronder)
Financiële administratie en beheer	40.5	(Financieel) administratie v.d. diensten en act. verwerking van gegevens, informatie verstrekking, Websitebeheer, social media & PR
Jeugd- en Jongerenwerk	8	Coördinatie
Coördinatie bsc 4-12 jr	28	Coördinerend combinatiefunctaris/buurtsport
Jongerenwerk 12+	50	Present jongerenwerk in Ouder-Amstel incl. Project Young Leaders
Activiteitenbegeleiding Sport- en bewegen	14	Sport- en beweegactiviteiten begeleiden
Sociaal cultureel werk,	26	Adjunct directeur/ondersteuning opbouw- en sociaal cultureel werk, Volwassenen Educatie
CVI	16,5	Coördinatiepunt Vrijwillige inzet & Re-integratie; Maatjes Thuis in Duivendrecht
Cursuswerk en werkgroepen	12	Cursussen, Soc. cult. Werk,
WEB	7,5	Taalkoppels en -groepen
Ouderenwerk	67	Groepsactiviteiten voor (kwetsbare) ouderen, Co's kamer, individuele dienstverlening en ouderenadvies en projecten
Gezonde leefstijl voor ouderen	24	Gezonde leefstijl voor Ouderen
Prettig Langer Thuis	2	Digitale hulp

De directie heeft mandaat voor de dagelijkse leiding, het toezichthoudend bestuur van de stichting is betrokken op hoofdlijnen en statutair eindverantwoordelijk. Het bestuur bestond in 2022 uit 5 leden, die deze taak onbezoldigd vervullen.

Een voorzitter, een penningmeester en twee leden. Het bestuur is klankbord voor de directie en heeft zowel een voorwaardenscheppende als toezichthoudende rol. Bestuursleden dragen daarnaast ook bij aan de representatie van Coherente. In 2022 is gezocht naar aanvulling van het aantal bestuursleden ook met het oog op het rooster van aftreden. Per 11 mei 2022 is een nieuw bestuurslid/penningmeester benoemd. Drie bestuursleden wonen in Ouderkerk a/d Amstel en twee in Duivendrecht.

Coherente is aangesloten bij Sociaal Werk Nederland en de Klachtencommissie Maatschappelijke Dienstverlening in Noord- en Zuid Holland.

Coherente voert zowel de uitvoerende als de ondersteunende werkzaamheden op verschillende locaties in Ouder-Amstel uit. In Ouderkerk zijn in het Dienstencentrum het kantoor en activiteiten gehuisvest, in de Bindelwijk een aantal cursussen en andere activiteiten en in LevelUp de jeugd- en jongerenactiviteiten. In Duivendrecht zijn zowel het kantoor als de activiteiten in het Dorpshuis gehuisvest.

Buurthuis Waver wordt, vanaf de opening in 1978, vrijwel volledig door een groep vrijwilligers beheerd en geëxploiteerd. Coherente ondersteunt waar gewenst en blijft eindverantwoordelijk.

Coherente gebruikt verschillende communicatiemiddelen om haar activiteiten en diensten bekend te maken. Het "Seniorennieuws" bevat het tweemaandelijks activiteiten aanbod en informatie van het Rode Kruis, Zonnebloem, Mantelzorg en Meer, Zonnehuisgroep Amstelland en Coherente. In 2022 zijn we gestopt de Week van Co en gestart met een algemene Nieuwsbrief van Coherente, die eens in de maand uitkomt.

Het "Seniorennieuws" werd bezorgd bij 1050 ouderen.

Het Weekblad voor Ouder-Amstel, de website van Coherente, Sportief Ouder-Amstel en de digitale nieuwsbrief bieden actuele informatie. De website heeft in 2022 een facelift gehad en hiermee een moderne uitstraling. Voor de promotie van activiteiten worden persberichten, affiches en flyers gemaakt. Daarnaast worden sociale media zoals Facebook, Whatsapp of Instagram ingezet. Steeds wordt gekeken voor welke doelgroep, welk medium het meest geschikt is. Op de website staan ook 2 filmpjes over werkwijze van en vrijwillige inzet bij Coherente.

2. Sociaal Cultureel– en Opbouwwerk

Volwassenen Educatie

Coherente biedt diverse vormen van taalondersteuning aan inwoners van de gemeente Ouder-Amstel. Wij bereiken hierbij vooral op anderstaligen, met onder andere taalgroepen en taalmaatjes.

Eens in de zes weken overlegt Coherente met diverse andere organisaties (onder andere Vluchtelingenwerk Nederland en de Gemeente Ouder-Amstel) om voor elke anderstalige een passend taalaanbod en goede ondersteuning te vinden. Tijdens deze en andere vergaderingen denkt Coherente ook actief mee over (haar plaats in) de Nieuwe Wet Inburgering en andere sociale vraagstukken.

De vijf **taalgroepen** zijn in 2022 doorgezet. De vier groepen in Duivendrecht zijn vanaf het voorjaar weer volledig in het Dorpshuis, de groep in Ouderkerk is nog regelmatig online en eens in de twee maanden in het Dienstencentrum. Bij de groepen wordt gebruik gemaakt van lesmateriaal van Stichting Het Begint met Taal en Stichting Lezen & Schrijven, van huiswerkboeken en sinds dit jaar ook van Nieuws van de Week, een online journal van NOS voor (tweede)taalleerders.

Bij de taalgroepen is daarnaast veel aandacht voor persoonlijke, sociale en actuele kwesties, zoals de oorlog in Oekraïne.

Coherente begeleidt ook **taalmaatjes**. Dit zijn koppels van een vrijwilliger (taalcoach) en een anderstalige die eens per week afspreken om informeel het Nederlands te oefenen. De anderstalige is meestal nog aan het inburgeren en heeft daarom behoefte aan het oefenen met Nederlandstalige vrijwilliger. In 2022 zijn ongeveer 25 koppels actief geweest.

Wat begon als een taalkoppel is later een groepje geworden. In het gebouw aan de Wilhelminalaan in Ouderkerk hebben 2 x per week een aantal Oekraïense bewoners van de Banq Nederlandse taalles gevolgd. Dit wordt voortgezet in 2023.

In 2021 is een traject gestart in samenwerking met de gemeente Ouder-Amstel: **Taal voor Werk**. Het doel van het traject is anderstaligen of laaggeletterden die door lager taalniveau vastlopen op de arbeidsmarkt helpen dat taalniveau te verbeteren en hen zo voor te bereiden op of toe te leiden naar betaald werk, of, indien dit niet mogelijk is, vrijwilligerswerk.

Maatwerk is hierbij belangrijk. Per deelnemer wordt bekeken wat voor hem/haar de beste manier is om het taalniveau te verbeteren.



Hierbij wordt vooral gelet op de praktische vraag vanuit de deelnemer en/of de gemeente. Deelnemers worden door de gemeente aangemeld bij Coherente, waarna Coherente een intake doet en de juiste plek (een groep, een taalcoach, vrijwilligerswerk, etc.) voor de deelnemer zoekt. De samenwerking met de gemeente wat betreft aanmeldingen is in 2022 verbeterd en daarom konden wij drie nieuwe deelnemers verwelkomen.

In 2022 zijn drie cursussen **Taal voor Thuis** aangeboden. Eén eindigde in januari 2022, de andere twee cursussen startten in oktober 2022 en lopen door tot februari 2023. Taal voor Thuis, een programma van Stichting Lezen & Schrijven, werd digitaal aangeboden om zo beide dorpskernen te kunnen combineren en daarnaast tegemoet te komen aan (vaders en) moeders voor wie het makkelijker is online mee te doen.

Alle taalvrijwilligers, van de groepen en taalmaatjes, worden begeleid door Coherente en kunnen met al hun vragen of problemen terecht bij de coördinatoren. Via Het Begint met Taal en Lezen & Schrijven is lesmateriaal beschikbaar (onder andere SpreekTaal, Gezonde Taal, Succes!). De vrijwilligers kunnen dit materiaal gebruiken tijdens hun bijeenkomsten. Daarnaast kunnen de vrijwilligers via Stichting Het Begint met Taal zelfstandig online trainingen volgen. Taalcoaches en deelnemers kunnen tevens 'makkelijk lezen' boeken lenen uit de bibliotheken voor taalmaatjes op beide lokaties. Maandelijks verschijnt ook de Nieuwsbrief voor Taalcoaches.

In cijfers:

Taalgroepen: 42 deelnemers in 5 groepen, 4 vrijwilligers
Taalmaatjes: 27 deelnemers, 25 vrijwilligers
Taal voor Werk: 7 deelnemers waarvan 3 nieuw in 2022
Taal voor Thuis: 13 deelnemers in 2 groepen
10 nieuwsbrieven voor taalcoaches

Coördinatiepunt Vrijwillige Inzet (CVI)

Het Coördinatiepunt Vrijwillige Inzet (CVI) houdt zich bezig met gemeentebrede vraagstukken wat betreft vrijwilligers. Coherente, maar ook andere organisaties uit de gemeente, kunnen bij het punt aankloppen met vragen over of naar vrijwilligers. Dit heeft geresulteerd in de Vrijwilligerscentrale Ouder-Amstel, waar organisaties hun vacatures kunnen delen. In 2022 is ingezet op betere bekendheid van deze vacaturebank, met onder meer de officiële opening van de vacaturebank tijdens de Week tegen Eenzaamheid. In de vacaturebank stonden eind 2022 een kleine vijftig vacatures.

Het CVI is voorzitter in het Gezamenlijk Vrijwilligers Overleg (GVO) in Ouderkerk. Tijdens dit overleg worden kwesties besproken waar vrijwilligersorganisaties gericht op ouderen tegenaan lopen. We proberen elkaar te ondersteunen in het vinden van oplossingen. Hoofdpunten tijdens deze besprekingen waren onder andere de Boodschappenplusbus en de toegankelijkheid van de dorpen/dorpskernen voor mindervaliden. Voor het GVO worden telkens zo'n zestien mensen uitgenodigd, afkomstig van dertien organisaties. Voor Duivendrecht bestaat een dergelijk overleg niet (meer?), in de toekomst worden de mogelijkheden voor dergelijke samenwerkingen onderzocht.

Het CVI begeleidt ook maatjeskoppels. Dit zijn inwoners van Ouder-Amstel, een vrijwilliger en een vrager, die voor de periode van een jaar aan elkaar gekoppeld worden. Zij drinken een kopje koffie, maken een praatje, ondernemen leuke activiteiten of ondersteunen elkaar. In 2022 werden 10 nieuwe koppels gevormd.

Het CVI organiseert daarnaast cursussen voor vrijwilligers. In 2022 is er een herhaalcursus reanimatie aangeboden. Daarnaast is er voor de vrijwilligers binnen het ouderenwerk een cursus reanimatie gegeven. In het najaar konden deelnemers meedoen met een veelgevraagde EHBO-cursus. De mogelijkheden voor meer cursussen worden onderzocht.



Het CVI speelt ook een rol binnen de participatiewet. In samenwerking met de gemeente biedt Coherente een re-integratietraject aan.

De gemeente meldt mensen hiervoor aan, de coördinator vrijwillige inzet gaat vervolgens met de deelnemer op zoek naar passend vrijwilligerswerk (binnen of buiten Coherente) en begeleidt zowel de deelnemer als de werkplekbegeleider.

Deelnemers leren door vrijwilligerswerk hun eigen waarde (weer) inzien. Daarnaast verbeteren zij hun werkgerelateerde competenties, structuur, sociale vaardigheden en taal. Een klein deel van de deelnemers kan in de toekomst mogelijk uitstromen naar betaald werk, echter, voor de meesten is vrijwilligerswerk (momenteel) het hoogst haalbare.

In cijfers:

Organisaties in de vacaturebank: 32 organisaties, waarvan 8 nieuw in 2022

Vacatures in de vacaturebank: 48 vrijwilligersfuncties

Gezamenlijk Vrijwilligers Overleg: 4 bijeenkomsten

Maatjes en buurthulp: 22 koppels, waarvan 10 nieuw in 2022

Cursussen voor vrijwilligers: 3 cursussen met 23 deelnemers

Deelnemers re-integratie vrijwilligerswerk: totaal 20, 11 gestart in 2022, 16 nog actief op 31 december

Opbouwwerk

Het opbouwwerk inspireert, ondersteunt en verbindt bewoners(groepen)., m.n. waar het gaat om initiatieven rond leefbaarheid en participatie te verbeteren. Opbouwwerk ondersteunt inwoners om mee te doen. Burgerinitiatieven, buurtnetwerk en onderlinge steun wordt gestimuleerd. Zowel de werkgroep Openbare Ruimte (WOR) in Duivendrecht als ook de Ruimtelijk Ordeningwerkgroep (ROV) in Ouderkerk zijn nauw betrokken bij verschillende inrichtingsplannen.

In verschillende **werkgroepen** leveren vrijwilligers op allerlei terreinen een bijdrage aan levendige en leefbare dorpsgemeenschappen. Het betreft initiatieven vanuit de lokale samenleving die vanuit Coherente de benodigde faciliteiten en gewenste ondersteuning (beide op maat) krijgen. Het aanbod loopt uiteen van 4 mei comités en buurthuis de Waver tot de vogel- en Fotowerkgroep. Ook in 2022 hebben alle werkgroepen, ondanks de pandemie, hun werkzaamheden grotendeels voortgezet. Helaas konden grote evenementen en activiteiten veelal geen doorgang vinden.

In het Dorpshuis beheert Coherente i.s.m. CTO Volleybal en Badminton de bar. Deze wordt grotendeels gerund door vrijwilligers.

Het Dorpshuis in Duivendrecht biedt goede mogelijkheden voor het exposeren van kunstwerken. Er is in het Dorpshuis ruimte voor zo'n 20 werken die verspreid over de verschillende ruimtes worden opgehangen voor een periode van 6 tot 8 weken. Op deze manier ziet het Dorpshuis er gezelliger uit, het geeft de kunstenaar een (laagdrempelig) podium en de bezoekers van het Dorpshuis komen in aanraking met kunst en hun interesse voor kunst en cultuur kan worden gewekt en geprikkeld. Coherente verzorgt de coördinatie en communicatie.

In cijfers:

12 Werkgroepen (ROV, OR, Bar Dorpshuis, Vogelwerkgroep, Fotowerkgroep, 4 Mei comité Duivendrecht, 4/5 comité Ouderkerk, werkgroep Buurthuis de Waver en Buurt-dorp Ouderkerk Creatief Atelier, Repair café en Jeu d'Boules Duivendrecht).

75 Vrijwilligers actief.

Cursuswerk

Het Cursusbureau van Coherente biedt **cursussen en workshops** voor de inwoners van Ouder-Amstel, met als doel **maatschappelijke participatie** en onderlinge **sociale contacten** te bevorderen, waardoor mensen zich prettig voelen in de woonomgeving, een sociaal netwerk kunnen opbouwen en – indien nodig – een beroep kunnen doen op een ander.

Naast ontmoeting en participatie zijn de cursussen gericht op **bewegen, creativiteit, ontplooiing en zelfredzaamheid**. Elk jaar meldt zich opnieuw een aantal nieuwe cursisten: deelnemers die zich voor het eerst aanmelden voor een cursus bij Coherente, bij de start van een nieuw seizoen of in de loop van het seizoen (instromers).



Normaliter is het aantal afmeldingen beperkt. Wanneer afnemende gezondheid de oorzaak van de afmelding is, denkt het Cursusbureau graag mee over mogelijke alternatieven.

*Vanuit het project Gezonde Leefstijl voor Ouderen en mensen met een chronische beperking wordt in 2021 opnieuw een impuls gegeven aan activiteiten en cursussen gericht op **(aangepast) bewegen en het bevorderen van een gezonde leefstijl**. Docenten en het Cursusbureau hebben een signalerende functie: in het geval van (langdurige) afwezigheid of uitval van deelnemers wordt gekeken naar mogelijke alternatieven.*

Het **cursusseizoen** loopt van september tot en met juni. Er zijn cursussen en workshops op verschillende locaties in Ouderkerk, Duivendrecht en Waver. Een groot aantal cursussen bestrijkt een heel seizoen (30-35 lessen), daarnaast zijn er ook kortlopende cursussen (12-18 lessen). Bij het aanbod wordt rekening gehouden met behoeften en trends.

In de eerste helft van 2022 is het cursusprogramma aangepast door Corona. Coherente faciliteerde zoveel mogelijk naleving van de maatregelen, bijvoorbeeld op het gebied van hygiëne en adviezen aan de docenten en cursisten. In januari 2022 zijn de cursussen tijdelijk stilgelegd of zijn online doorgegaan. Door deze creatieve oplossing waren de administratieve (financiële) gevolgen minder groot. Daarnaast is veel aandacht besteed aan zorgvuldige communicatie met docenten en cursisten, continu, die steeds aan de hand van gewijzigde maatregelen moest worden bijgesteld.



Het **cursusaanbod** van seizoen 2020-2021 werd gecontinueerd in het seizoen 2021-2022. Er zijn ook een aantal nieuwe cursussen bijgekomen. Denk hierbij aan de cursus essentrics, beter fotograferen door anders kijken, yoga met meditatie op zaterdag en step, flex & relax.

Coherente heeft in het seizoen 2021-2022 de deelnamekosten licht verhoogd. Er is besloten om het cursusgeld 2022-2023 niet te verhogen. Daar de kosten van de zaalhuur in juni jl. met 10% is gestegen, zijn we wel genoodzaakt om in het aankomende seizoen 2023-2024 het cursusgeld te verhogen. Ook gaan we kijken of we een aantal groepen kunnen samenvoegen om zo de kosten te kunnen dragen.

Door de corona hebben we in 2021 veel cursisten verloren. In juni 2021 waren er 303 inschrijvingen genoteerd (na verwerking van alle mutaties). Herhaaldelijk werd echter in de zomer van 2021 duidelijk dat deelnemers juist nu heel veel behoefte hadden aan en veel plezier beleefden aan de lessen en de contacten. Het aantal inschrijvingen is dan ook flink gestegen met op 1 januari 2022 366 unieke volwassen cursisten. Op 31 december 2022 stond de teller zelfs op 440. Er zijn veel hechte groepen, waarin deelnemers (en docent) **betrokken** bij elkaar zijn en ook buiten de cursus contact hebben. Alle basiscursussen zitten zo goed als vol wat aangeeft hoezeer mensen blij zijn met het rijke aanbod van Coherente en hoe trouw de cursisten zijn aan de cursus, de docent en Coherente.

Ook dit jaar zijn er nieuwe docenten aangetrokken en zij geven aan zich heel prettig te voelen zowel bij de cursisten als bij de samenwerking met Coherente.

In cijfers het aanbod seizoen 2021-2022 (t/m 31 december 2022):

Conditietraining (2 groepen), Critical Alignment Yoga (4 groepen), Yoga met meditatie (2 groepen), Hatha Yoga (5 groepen), Mindful yoga, 55+ yoga, Stoelyoga (4 groepen), Step, Flex & Relax (2 groepen), Gym met muziek, Gym voor vrouwen 55+, Histo Tour (2 korte cursussen), Indoor Bootcamp, Meer bewegen voor ouderen (5 groepen), Pilates (2 groepen), Tekenen en schilderen (6 korte cursussen), Tai chi (1 lange cursus voor gevorderden en 1 korte cursus voor beginners), Naaien (2 korte cursussen), Essentrics (3 korte cursussen), Werelddansen, Beter fotograferen door anders kijken (2 groepen).

Totaal: 48 cursussen

Ook in 2022 bleek dat inwoners, na een eerste kennismaking als cursist, regelmatig de stap **van deelnemer naar vrijwilliger** maken. Cursussen zijn daarmee voor Coherente ook een belangrijke vindplaats voor (nieuwe) vrijwilligers. Daarnaast blijkt dat sommige nieuwe inwoners van Ouder-Amstel cursussen bij Coherente gaan doen om een netwerk op te bouwen in hun nieuwe woonplaats. Vanuit het Cursusbureau vindt regelmatig afstemming plaats met het jongerenwerk en het ouderenwerk.

Overig/publiciteit

- In september heeft de Winkeliersvereniging van Duivendrecht een Pleinfeest georganiseerd. Coherente was aanwezig met kinder-/sportactiviteiten en de werkgroep OR had een prijsvraag en enquête m.b.t. het plein gehouden.
- Tien mensen werden begin april geholpen met hun belastingaangifte tijdens het jaarlijkse belasting-spreekuur.
- Er werden zes edities van het Senior-en-Nieuws geschreven, gedrukt en verspreid. Het Senior-en-Nieuws wordt op papier bij 1050 lezers bezorgd. De digitale editie van het Senior-en-Nieuws kent eind 2022 een kleine 90 ontvangers.
- In 2022 is een vernieuwde Senior-en-Wijzer uitgebracht. Dit boekje met informatie over onder andere wonen, financiën, zorg en activiteiten werd bezorgd bij ouderen en is daarnaast te lezen via de website.
- Tot oktober 2022 verscheen wekelijks De Week van Co. In 2022 verschenen 41 edities, die op papier (250 exemplaren) of digitaal (148 inschrijvingen) bij de lezers terecht kwamen.
- Vanaf december 2022 heeft Coherente (weer) een digitale nieuwsbrief. Aan het einde van het jaar stonden ruim 120 mensen ingeschreven om deze maandelijkse nieuwsbrief te ontvangen.
- Op de facebookpagina van Coherente verschenen in 2022 vier of vijf berichten per week. De pagina heeft nu ongeveer 280 vind-ik-leuks en 340 volgers. Volgens de statistieken van facebook worden maandelijks ongeveer 2500 mensen bereikt met onze berichten.
- Nieuwe folder Coherente en flyer vacaturebank.
- Onderzoek nieuwe website maar te duur (moeite waard om te vermelden dat we wel degelijk iets willen doen, maar lastig om te noemen dat dat ivm geld niet gelukt is)
- Week tegen Eenzaamheid: 9 activiteiten, 60 deelnemers pannenkoekenlunch, 36 deelnemers danspaleis.

3. Jeugd- en jongerenwerk

Na het succes van de voorgaande jaren is er een doorgang geweest in het vroegtijdig betrekken van de jeugd in het jongerenwerk. Het accent lag op talentontwikkeling en beleidsparticipatie. Het stimuleren van sport en culturaanbod wordt in actieve samenwerking met de combinatiefunctionaris gedaan, dit verbeterd de band met de basisscholen en sportverenigingen.

Bij het uitvoeren van vakantie activiteiten, clinics en naschoolse activiteiten wordt er altijd eerst gekeken naar een lokale partner, als dit niet mogelijk is wordt de sportbond benaderd.

Het jeugd- jongeren team wordt gevormd door één combinatiefunctionaris, twee jongerenwerkers, zij worden bijgestaan tijdens de activiteiten door de activiteitenbegeleider sport en bewegen.

Waar wordt aan gewerkt in het jeugdwerk

De combinatiefunctionaris is er om de connectie tussen verschillende partijen binnen de gemeente te leggen. Een goed voorbeeld zijn de sport clinics en toernooien, die indien mogelijk georganiseerd worden in samenwerking met de lokale sportvereniging.

Thema's die worden toegepast in het werk van de combinatiefunctionaris tijdens clinic, naschoolse- en vakantieactiviteiten zijn;

- 1. Stimuleren, structureren en coördineren van de samenwerking tussen scholen, sportverenigingen en overige partners.*
- 2. Stimulering en kennismaking van sport op en rond school.*
- 3. Stimulering en kennismaking van cultuur op en rond de school.*
- 4. Meer verbinding tussen school en wijk en verenigingen ondersteunen.*

In begin 2022 waren er nog enkele Corona maatregelen van toepassing, gelukkig waren deze snel verdwenen en konden alle activiteiten weer volledig gedraaid worden. Er zijn in 2022 geen naschoolse activiteiten in samenwerking met de scholen georganiseerd, hier was vanuit de school geen concrete vraag naar.



De combinatiefunctionaris heeft wel wekelijks de Buurtsport in Duivendrecht gehouden, dit vond plaats in de sporthal, in de gehele zaal worden verschillende sport- en spelvormen uitgezet, hier mogen kinderen wekelijks negentig minuten komen sporten en spelen.

De combinatiefunctionaris heeft in samenwerking met de scholen clinic lessen georganiseerd. Met de clinic lessen maken kinderen kennis met diverse sporten, zodoende dat zij mogelijk lid worden van een (nieuwe) sportvereniging.

In samenwerking met de scholen hebben afgelopen jaar De Jan Hekman school, Het Kofschip en De Amstelschool individueel op een dag naar keuze de Koningsspelen georganiseerd. Hierbij kwam assistentie in geld en/of uren vanuit de combinatiefunctionaris.

Bij de straatspeeldag in Duivendrecht hebben de ABekemaschool, De Grote Beer en de combinatiefunctionaris gezamenlijk voor een feestelijk dag gezorgd voor alle leerlingen.

In 2022 was het eerste jaar dat een van de vijf basisscholen hier in de gemeente heeft deelgenomen aan de Social return van Ajax. De ABekema was de eerste deelnemer van dit project.

2022 was het eerste jaar dat het schoolvoetbaltoernooi weer kon plaatsvinden. De organisatie lag bij Rogier Groen (wie is dit?) in samenwerking met SV Ouderkerk.

In 2022 zijn er twee bakfietsen aangeschaft, deze worden in het voorjaar en zomer ingezet om door het dorp te fietsen met allerlei sport- en spelmaterialen en muziek om waar kinderen zijn aan de slag te kunnen.

In cijfers:

Buurtsport: 43 bijeenkomsten - opkomsten per week tussen 32 en 64 kinderen (tussen de 3 en 14 jr)
Aantal clinics totaal: 72 - op scholen in Ouderkerk 33 en in Duivendrecht 39

Het Jongerenwerk

Waar werken we aan in het jongerenwerk?

- A. *Het jongerenwerk stimuleert competentie- en talentontwikkeling en ervaringen op doen in een groep.*
- B. *Het jongerenwerk levert een bijdrage aan preventie.*
- C. *Het jongerenwerk heeft een signalerende en toe leidende rol in de jeugdhulp-structuur.*
- D. *Het jongerenwerk levert een bijdrage aan de leefbaarheid en veiligheid.*
- E. *Het jongerenwerk draagt bij aan participatie.*

Ambulant werk

In 2022 hebben wij m.b.t. ambulant contact besloten om minder tijd te investeren in ambulante rondes. Dit omdat we merkten dat deze uren vaak vruchteloos bleven m.b.t. het doel van ambulant contact. Ambulant contact heeft een signalerende functie m.b.t. grensoverschrijdend gedrag van jongeren in de publieke ruimte. Het is gebleken, dat het ambulante werk geen duurzame relaties met jongeren opbouwt. Dit gedrag is wel gesignaleerd in de dorpen en door burgers gemeld, maar het bleek consistent plaats te vinden op tijden waarin wij als jongerenwerkers niet actief werkzaam zijn (na 22:00 uur 's avonds).

JOP Ouderkerk

Eind 2022 is een jongere onder begeleiding van de jongerenwerker in Ouderkerk begonnen met een "crowdfundingsactie" voor een nieuwe JOP (Jongeren Ontmoetingsplek). Dit om de jongeren meer opties te geven om op een veilige en minimaal overlast gevende plek in de openbare ruimte te kunnen hangen. Op het moment van schrijven is hier 1250,- voor opgehaald.

LevelUP Ouderkerk

Het jongerenwerk in Ouderkerk aan de Amstel concentreert zich met name in de JOL (Jongeren Ontmoetingslocatie) genaamd Level-UP. Level-UP is drie keer per week open voor jongeren van 12-18 jaar. In 2022 is er een vaste groep bezoekers ontstaan. Level-UP is 77 keer open geweest met een gemiddeld aantal bezoekers van 8 jongeren. Met oog op de ruimte en het feit dat er één jongerenwerker op de locatie is, is er een "maximum" van 12 jongeren opgesteld.



Dit is geen hele harde grens en zoals te zien is in de grafiek zijn we hier ook een aantal keer overheen gegaan. Het was het doel om een gemiddelde van 50% capaciteit te halen m.b.t. bezoekersaantallen en dat doel is behaald. Op het moment is er een vaste groep bezoekers.

Club 8 in Duivendrecht

In maart 2021 zijn wij gestart met Club 8 in de gymzaal van het Dorpshuis. Dit bleek een succes te zijn en dit programma hebben wij in 2022 voortgezet. De bezoekersaantallen bleven toe nemen en er werd een basis gelegd voor een community. Rond april besloten wij de opzet van Club 8 iets te veranderen en de focus meer te leggen op ontmoeting i.p.v. spel. Dit leek in eerste instantie goed te werken. Maar na een paar weken namen de bezoekersaantallen af. Na een aantal weken zijn wij weer teruggegaan naar Club 8 in de originele setting. De bezoekersaantallen namen toe maar toch was er een groep welke de weg richting de gymzaal niet meer wist te vinden.



In het nieuwe schooljaar zijn wij langs de scholen geweest om ons voor te stellen en onze activiteiten te promoten. Dit heeft veel succes gehad want de nieuwe groep 8'ers kwamen al snel langs bij ons. Wat ertoe heeft geleid dat wij sinds het nieuwe schooljaar gemiddeld 21 jongeren bij club 8 hebben gehad. En hebben wij 88 verschillende groep 8'ers weten te bereiken tijdens onze club 8 bijeenkomsten.

The HangOut in Duivendrecht

In 2022 zijn we doorgeslagen met The HangOut. Het was een kleine maar hechte groep jongeren welke wekelijks bij ons langs kwam. Het viel op dat deze hechte groep veel aan het snacken was rond etens-tijd. Ook bleven zij na Club 8 vaak bij ons in het Dorpshuis hangen om te wachten tot The HangOut begon. Hierop hebben wij besloten om een gezamenlijk eetmoment te creëren door met de jongeren gezamenlijk te koken. Dit had een positief effect want het snacken nam af. Maar ook werd de groep jongeren steeds groter. Uiteindelijk aten wij soms met een groep van 15 jongeren. Het succes van het gezamenlijk eten en de toestroom van jongeren had helaas ook een keerzijde.

Wij hadden te weinig bemensing om de groep goed te kunnen begeleiden wat tot overlast zorgde in het Dorpshuis. Ook begonnen de jongeren zich te vervelen en hadden zij behoefte naar een eigen ruimte, waar zij hun ding konden doen. Daarom zijn we voorlopig gestopt met The HangOut. Wij hebben wel de ambitie om dit in 2023 opnieuw aan te bieden.

Duivendrecht United

Dit jaar zijn wij een samenwerking aangegaan met de jongerenorganisatie Triple Threat. Deze samenwerking is ontstaan vanuit de vraag van de gemeente om wat te doen tegen ondermijning. In samenwerking met Triple Threat zijn wij gekomen tot het programma Duivendrecht United.

Het idee is dat Duivendrecht United een preventieve werking heeft op het onderwerp ondermijning. Zodra jongeren onderdeel zijn van de community zit er een sociale controle op en kennen de jongerenwerkers de jongeren goed en kunnen zij makkelijker in gesprek gaan mocht het toch mis gaan.

17 Oktober was de aftrap van Duivendrecht United. Sindsdien hebben wij wekelijks 4 trainingen verzorgt voor de leeftijden 10 tot en met 12 jaar en 13 tot en met 15 jaar. Op dit moment hebben wij 62 jongeren gehad die een training bij ons gevolgd hebben.

Doorverwijzing

Het was ons doel om 10% van de bezoekers door te verwijzen. Dit doel was echter té ambitieus en in de praktijk bleek dit ook niet nodig. In het afgelopen jaar hebben wij 5 jongeren succesvol doorverwezen naar andere instanties.

Ook is er periodiek overleg met de Praktijkondersteuner Jeugd. Hieruit zijn 3 doorverwezen naar het Jongerenwerk. Hiervan is er 1 bezoeker/vrijwilliger van de JOL geworden en zijn er 2 doorverwezen naar andere activiteiten.

Daarnaast hebben we vanuit Level-UP 4 jongeren begeleidt met een HALT-straf. Deze straf hebben ze in de JOL onder begeleiding van de jongerenwerker kunnen uitvoeren.

De jongerencoach vanuit de gemeente heeft 1 jongere naar ons doorgestuurd om een stage te lopen bij Duivendrecht United.

Stages

Net als vorig jaar hebben jongeren een stage kunnen lopen bij het jongerenwerk. In Duivendrecht hebben twee jongeren van een praktijkopleiding succesvol hun stage doorlopen. Zij hebben als afsluiting een activiteit voor de jongeren van Club 8 georganiseerd. Een andere jongere van de praktijkschool heeft zijn stage met nog een jaar verlengd bij ons. Daarnaast hebben wij ook een hbo-stagiaire van het opleiding Social Work een jaar over de vloer gehad. Zij heeft ons voornamelijk bij gestaan bij de club 8 activiteiten. In februari 2023 rond zij haar stage af.

Vakantie-activiteiten

Naast de vakantie-activiteiten georganiseerd door de combinatiefunctionaris zijn er ook diverse vakantie-activiteiten door jongerenwerkers georganiseerd. Voor het eerst hebben wij twee excursies buiten de gemeentegrenzen georganiseerd. Wij zijn met een volle tourbus met jongeren uit zowel Ouderkerk als Duivendrecht naar de Efteling en Walibi geweest. In de zomervakantie hebben wij in samenwerking met het Amstelbad daar een activiteit georganiseerd. Verder hebben wij ook nog lasergame, voetbal event, archery attack en tafeltennistoernooi georganiseerd.



In cijfers: Totalen	Aantal bijeenkomsten	Gem. aantal jongeren	Jongeren bereikt
Vakantie activiteiten	33		307
Excursie pretparken	2	50	98
Amstelbad activiteit	1	50	50
Level Up	77	8	
Club 8	40	15	88
The HangOut	30	8	24
Buurtsport	43	32	227
Duivendrecht United	30	10	62
Groep 10 - 12 jaar	15	12	33
Groep 13 - 15 jaar	15	8	29
Totaal	249		708
Verschillende jongeren in Duivendrecht bereikt	302		

4. Ouderenwerk

Ouderen van nu willen het liefst zo lang mogelijk zelfstandig blijven en een bijdrage leveren aan de maatschappij. Meedoen in de samenleving, vitaliteit, elkaar ontmoeten en prettig wonen zijn belangrijk.

Het ouderenwerk heeft als doel de zelfstandigheid, maatschappelijke integratie en het welzijn van ouderen te bevorderen. Het uitgangspunt hierbij is zo lang mogelijk zelf de regie te blijven voeren. Voorlichting, dienstverlening en deelname aan activiteiten zijn daarom bij het ouder worden belangrijk.

Dit kan bijdragen aan het voorkomen van vereenzaming, waardoor het beroep op professionele hulp kan afnemen. Het ouderenwerk kan hier een belangrijke bijdrage aanleveren.



Het ouderenwerk: biedt de mogelijkheid voor ouderen om elkaar te ontmoeten; geeft ondersteuning bij het opzetten van nieuwe activiteiten voor en door ouderen; signaleert en koppelt signalen terug naar andere organisaties en de gemeente en werkt samen met verschillende organisaties (netwerken). maakt gebruik van preventieve huisbezoeken om vragen helder te krijgen, eenzaamheid te voorkomen en voorlichting te geven.

Co's kamer

Onze vijf ontmoetingsochtenden voor ouderen met stoel- en hersengym en lunch, Co's kamer zijn, in goed overleg gewijzigd naar vier ochtenden per week; twee in Duivendrecht en twee in Ouderkerk.

Bijzondere jaarmomenten, zoals Nieuwjaar, Valentijn, Pasen, Koningsdag, Sinterklaas en Kerst werden zoals gewoonlijk met speciale aandacht feestelijk gevierd. Ook was er op beide locaties een ochtend met live-muziek verzorgd door Pazzi, een multi-instrumentalist.

In Ouderkerk heeft een **stagiaire** uit Syrie haar jaar bij ons, vooral bij Co's kamer, met goed gevolg, een MBO zorg en dienstverlening - diploma, afgesloten. In september is een andere stagiaire, ook uit Syrië gestart met een MBO Entree opleiding.

Aan tafel met

De vrijdagochtend is in Ouderkerk ingevuld door een bewonersinitiatief. Zo hebben wij zorgvuldig ruimte gecreëerd en sterke vrijwilligers actief opgeroepen invulling te geven. Er is gestart met een zog. Huis-kamer waar zij een warm samenzijn creëerden voor ouderen, met koffie, een cake vers uit de oven en een gezelschapsspel. Om de continuïteit te bewaken is ook samenwerking gezocht met Buurtdorp, die in de tweede helft van het jaar een keer per maand een vrijdagochtend, soms rondom een gespreksthema, voor haar rekening heeft genomen. De wekelijkse activiteit heet inmiddels 'Aan tafel met' en heeft een open karakter, d.w.z. dat men zich niet hoeft aan te melden, maar spontaan kan binnen lopen.

Paas – en kerstpakket. De Riki-stichting stelde weer voor alle 70 plussers ook weer een Paas-en Kerstpakket ter beschikking. We spanden ons in om iedere gegadigde persoonlijk te bereiken, zodat er een kwalitatief contactmoment ontstond. In Duivendrecht was er voor de uitreiking van de pakketten een spelmiddag georganiseerd voor jong en oud, in samenwerking met het jeugdwerk. De spelmiddag was voor zowel de ouderen als de kinderen een groot succes, waardoor er besloten werd deze voortaan vier keer per jaar aan te bieden.

Zomer Hartenwensenactie. In sponsoring door de Rikistichting werden er allerlei zomer hartenwensen van ouderen met hun maatje of familielid gerealiseerd.

Rolstoel - en Rollatorwandelen. Door vrijwilligers werden activiteiten gedraaid die wij begeleiden dan wel monitoren. Zo is er een groepje dat maandelijks met ouderen die in een rolstoel zitten wandelt en een groepje dat wekelijks op pad gaat met ouderen die gebruik maken van een rollator.

Koempoelan. De inmiddels welbekende Koempoelan in Duivendrecht is zeven keer georganiseerd. Titels als 'Slavernij in de oost' en 'Revolusi' en de geschiedenis van de Rijsttafel trokken vele belangstellenden. En er waren twee busuitjes: een naar de tentoonstelling Revolusi in het Rijksmuseum, met na afloop een aangeklede borrel bij het Mama Makan restaurant en een bus rondreis Den Haag, de Pasar Malam Tong tong, het Ned. Indië-monument bezoeken in Den Haag.



Oscar in Carré In samenwerking met de Zonnebloem ging er een bus met ouderen en begeleiding naar theater Carré voor de jubileum voorstelling Oscar.

Oktoberfest. In Ouderkerk is een speciaal op ouderen gericht oktoberfeest gerealiseerd. Met behulp van een grote groep enthousiastelingen uit het dorp en live-muziek is het een vrolijke boel geworden waarbij lekker gedanst en gelachen is.

Zomeruitjes.

Er is veel animo voor de zomeruitjes. Het is een periode waarin vaak familie en vrienden op vakantie zijn en deze doelgroep zelf niet meer op vakantie gaat.

In cijfers:

Naar de Geitenboerderij: 22 deelnemers
Een Havenrondvaart: 94 deelnemers
Naar Madurodam: 32 deelnemers
Bezoek aan museum Voorlinde: 39 deelnemers

Vrijheidsbrunch. Op 5 mei hebben ouderenwerkers en vrijwilligers in Ouderkerk een Vrijheidsbrunch verzorgd, met medewerking van lokale ondernemers.

Rond 10.00 uur kwamen Estafettelopers uit Ouderkerk aan de Amstel aan op het Kampje met de vrijheidsvlam uit Wageningen. De lopers werden ontvangen door de locoburgemeester die het vrijheidsvuur ontstak. Vervolgens werd de Vrijheidsbrunch geserveerd in de Amstelkerk. De kern van de Vrijheidsbrunch was een bijzondere ontmoeting aan de eettafel, waarbij de gasten over vrijheid en onvrijheid spraken.

Riki & Co's tafel. Vanaf september zijn er try-outs van Riki & Coh's tafel, in Ouderkerk geweest, een gezamenlijke activiteit van de Riki Stichting en stichting Coherente. Het draait hierin om gezamenlijk een uitgebreide maaltijd te bereiden en te - nuttigen, maar nog meer om het sociale netwerk te verstevigen. In deze huiskamersetting zorgen vrijwilligers (7 per keer) voor het bereiden van de gerechten en het dekken van de tafels. Alle gasten (ca 40 per diner) en vrijwilligers kwamen om nieuwe mensen te ontmoeten, met elkaar te praten en te lachen. Dit zorgde voor verbinding en waardevolle momenten.

Week tegen eenzaamheid. In oktober tijdens de nationale week tegen eenzaamheid waren er dagelijks activiteiten op beide locaties, o.a. een pannenkoeklunch in Duivendrecht, Spelletjesmiddag in Duivendrecht, optreden van het Danspaleis, tankstation van levensvreugde, in Ouderkerk.



In cijfers:

Co'Kamer: aantal bijeenkomsten 200— deelnemers Ouderkerk 30 en Duivendrecht 17
Uitgifte paas- en kerstpakketten van de Riki Stichting in de gemeente: 330
Aantal deelnemers rolstoel wandelen 7 en rollatorwandelen ook 7—beide in Ouderkerk
Samen eten: gemiddeld aantal deelnemers 11
Bingo: Ouderkerk tussen 10 en 14 deelnemers en Duivendrecht tussen de 18 en 28 deelnemers
Koempoelan: bezoekersaantal Dorpshuis tussen de 30 en 53—Busuitjes tussen de 13 en 22 deelnemers
Voorstelling Carré: 46 deelnemers, Oktoberfest: 39 deelnemers, deelnemers Vriheidslunch: 42
Deelnemers Week tegen Eenzaamheid: pannenkoeklunch (60), spelletjesmiddag (28) en optreden Danspaleis (46)

Ouderenadvies en Welzijn op recept

Er zijn twee functies binnen Coherente die zich richten op de individuele inwoner van Ouder-Amstel; de ouderenadviseur en de medewerker Welzijn op Recept.

De ouderenadviseur verstrekt persoonsgerichte informatie, advies en begeleiding, waardoor de zelfredzaamheid en het welbevinden van ouderen wordt behouden of vergroot en invulling aan de dagbesteding wordt gegeven. Uitgangspunt daarbij is dat de oudere zoveel mogelijk de regie over zijn eigen leven behoudt. De ouderenadviseur legt en onderhoudt contacten. Hij signaleert, inventariseert en onderzoekt hulpvragen. Hij geeft voorlichting, informatie en advies. Hij coördineert zorg- en hulpverlening. Hij biedt communicatieve en organisatorische ondersteuning en optimaliseert hulpverlening. De ouderenadviseur voert zijn werk uit in samenwerking met het team Ouderenwerk en de opdrachtgever de gemeente Ouder-Amstel.

Welzijn op Recept ondersteunt mensen met psychosociale klachten. Huisartsen zien veel mensen met psychosociale klachten, zoals slaapproblemen, piekeren of somberheid. Traditioneel behandelen huisartsen deze klachten met medicatie of een doorverwijzing naar een psycholoog. Met Welzijn op Recept verwijst de huisarts deze mensen nu door naar de medewerker Welzijn op Recept.

Deze medewerker gaat samen met de cliënt op zoek naar activiteiten die bij kunnen dragen aan een gelukkiger gevoel. Alle activiteiten zijn gericht op interactie en een gezonde denk- en leefstijl.

De nieuwe ouderenadviseur is medio juli 2022 gestart met het bestuderen van bestaande processen en de uitwerking hiervan. Vanaf februari tot juli stond de vacature open en werden de vragen door andere medewerkers opgepakt. Daarnaast is de ouderenadviseur aan de slag gegaan met de individuele hulpvragen die binnenkwamen. Ook is de ouderenadviseur één van de kartrekkers geweest bij de organisatie van de Week tegen de Eenzaamheid in september 2022.

Diverse personen zijn via verwijzing van de POH of huisartsen in beide dorpskernen naar Coherente verwezen middels Welzijn op recept. Na contact en soms meerdere huisbezoeken zijn we binnen onze mogelijkheden oplossingen gaan bewerkstelligen. Sommige ouderen waren al blij met informatie over onze dagbestedingen, cursussen en maatjesprojecten. Een enkele keer werd de aanvraag doorverwezen naar de ouderenadviseur, omdat er meerdere vragen achter de aanvankelijke psychosociale klachten tevoorschijn kwamen. Het was een leuke uitdaging om mensen te helpen een passende activiteit te vinden en aan ons te binden, zodat ze weer iets van zingeving en leuke nieuwe contacten eraan overhielden.

In cijfers:

Ouderen adviesaanvragen

Aantal: gemiddeld 2 á 3 per week (van eenvoudig tot complex)

Welzijn op Recept

Aantal doorverwijzingen vanuit de huisartsenpraktijk: 17

Gezonde Leefstijl Voor Ouderen

Een gezonde leefstijl betekent voldoende bewegen, gevarieerd en gezond eten en voldoende ontspanning nemen. Bovendien is het bij een gezonde levensstijl belangrijk om matig met alcohol te zijn, niet te roken en stress zo veel mogelijk te vermijden.

*Ouderen geven aan dat kwaliteit van leven voor hen betekent dat ze kunnen (blijven) doen **wat belangrijk** voor hen is, zoals het uitoefenen van een hobby, bewegen of het doen van vrijwilligerswerk. Daarnaast zijn aspecten als lichamelijke en geestelijke gezondheid **belangrijk**, evenals het hebben van sociale contacten.*

In dat kader heeft Coherente in 2022 een breed scala aan activiteiten aangeboden aan de senioren.

Beweegtuinen. In Ouderkerk zijn inmiddels 2 beweegtuinen gerealiseerd. Een bij de Rembrandt van Rijnweg en binnen bij het Gezelleplein. In Duivendrecht is er één beweegtuin bij flat Mercurius. Er is nog overleg gaande over een 3de beweegtuin in Ouderkerk.

Doortrappen. Samen met de regio participeren we in het project Doortrappen. De gedachte achter het project is de ouderen zolang mogelijk te laten fietsen. Bij het de georganiseerde fietstochten wordt ook fysiotherapie betrokken om valpreventie- en opstaptips te geven aan de deelnemers.

Rolstoelfietsen. In beide dorpskernen waren er twee rolstoelfietsen ter beschikking. Omdat er dit jaar bij aanvang van het seizoen in Ouderkerk een fiets onherstelbaar stuk ging, is bij het VSB-fonds een aanvraag ingediend voor een nieuw exemplaar. Na afwijzing ligt er sinds november een aanvraag bij het Canvasproject preventieakkoord, waarvoor we om deze in te dienen de beleidsadviseur van de gemeente om medewerking hebben gevraagd.



Sportdag. In november gingen we met een touringcar vol naar het Friendship-centre in Amsterdam Noord voor een heuse sportdag. Er kon gekozen worden uit verschillende sportieve disciplines. In het verwarmde instructiebad kon men meedoen met een speciaal op de doelgroep afgestemde aerobic les. De verstelbare bodem die het bad rijk is zorgde ervoor dat zij die slecht ter been zijn of in een rolstoel zitten, gemakkelijk het water in kunnen. Op de Jeu de Boules baan werd gebruik gemaakt van ballen die speciaal geschikt zijn voor mensen met verminderde spierkracht en werd het spel zittend in een (rol) stoel gespeeld. Bij zit-volleybal werden de deelnemers verdeeld in twee teams die op stoelen tegenover elkaar gingen zitten. Ertussen was een lint gespannen waarover met een strandbal werd gespeeld. Na afloop werd er een lunch verorberd.

Dansgroep. De Dansgroep (stijldansen en line-dance) die voor de pandemie een hechte groep vormde, is twee keer bijeen gekomen om met elkaar van gedachten te wisselen en te bekijken of een doorstart mogelijk was, nadat er veel verliezen van leden te verwerken waren. Helaas is de persoon die de trekkersrol in de groep - en de functie van DeeJay vervulde ondertussen ook overleden. Een doorstart bleef daardoor uit.

Contact met overgebleven leden bleef gehandhaafd, al is het alleen al om te blijven faciliteren dat men elkaar ontmoet.

Colleges. Oud Geleerd Jong Gedaan verzorgde twee interactieve collegereeksen waar deelnemers erg enthousiast over waren:

De Basics en ons Brein, toegankelijk voor alle geïnteresseerden.

Met thema's: De basis van ons brein', over hoe het brein eruit ziet en of er verschillen zijn tussen mannen en vrouwen, oud en jong; 'Muziek, taal en het brein' de wereld van taal, waar zit het? Wat kan er misgaan? Maar ook een stukje muziek, wat doet muziek met je brein?; 'Het slapende brein', een kijkje in de wonderschone wereld van slaap, waarom slapen we eigenlijk? En waar is slaap allemaal goed voor?; 'Emoties en het brein', dieper in de hersenen kijken, over de gebieden betrokken bij emotie en waarom je soms weinig invloed op je emoties hebt.

Een gezond leven duurt niet even.

Hierin was het grote thema: gezond leven, hoe doe je dat? Er werd uitgelegd hoe voeding wordt opgenomen door het lichaam; waarom bewegen zo gezond is en hoe we kunnen blijven bewegen; waarom kinderen zoveel slapen en ouderen relatief minder; wat er gebeurt tijdens dromen; hoe het lichaam er zelf voor zorgt dat het sterk en gezond blijft; waarom sommige mensen altijd ziek zijn en anderen nooit.

Complexe gezelschapsspelen. In Ouderkerk is er een wekelijkse spelletjesochtend geïntroduceerd, waarbij de nadruk op Mahjong en andere meer complexe gezelschapsspellen ligt.

Knutselen, intergenerationeel. In Ouderkerk zijn zogenaamde Fröbel-activiteiten aangeboden, waarbij deelnemers, jong en oud; oma's en opa's hun kleinkind mee namen of kinderen hun (groot) ouder. De middagen werden begeleid door 3 juffen van de naschoolse opvang.

AED – en Reanimatie. In Ouderkerk is een AED – en Reanimatietraining (verzorgd door het Rode kruis) georganiseerd voor vrijwilligers die met ouderen werken.

Vallen Voorkomen met Valpreventie. Valpreventietraining i.s.m. fysiotherapie praktijken.

Voorlichting gezonde voeding. In mei is er een excursie naar Potje toe geweest, een tuin aan de Amstel waar deelnemers werd geleerd hoe ze pesto, siroop en soep konden maken van ingrediënten uit de tuin.

Minigolf-toernooi. De weergoden waren gunstig gestemd bij het Amstelbad.

Zwemmen. Eind juni is er weer een zwemactiviteit naar het Friendship-centre geregeld, iets waar oud-deelnemers van voor de pandemie erg naar uitgekeken hadden.

Omdat er flink wat begeleiding op nodig is, gingen er ten minste twee professionals mee; een ging ook het water in en de ander monitorde aan de kant. Na afloop werd er gezamenlijk geluncht. In de rest van het jaar kwamen er zoveel liefhebbers bij dat we flink moesten rouleren tijdens maandelijkse zwemuitjes. Voor iedereen een heerlijk uitje, vol beweging en sociaal contact.



In cijfers:

Beweegtuinen: 19 deelnemers

Fietsactiviteit: 22 deelnemers

Jeu de Boules: 39 deelnemers

Koersbal: 25 deelnemers

Dartclubs: 18 deelnemers

Minigolftoernooi: 21 deelnemers

College: 2 x 4 bijeenkomsten - 36 deelnemers

Rolstoelfietsen: 25 deelnemers

Sportdag: 50 deelnemers

Knutselen: 5 middagen - 18-30 deelnemers

AED– en Reanimatie: 11 deelnemers

Excursie Potje Toe: 14 deelnemers

Valpreventie: 4 bijeenkomsten - 27 deelnemers

Zwemmen: 6 bijeenkomsten - 16 deelnemers

5. Jaarrekening

	Begroting	2022	2021
	€	€	€
Activiteiten	100.830	114.698	53.083
Subsidiebaten	811.104	794.956	780.504
Baropbrengsten	36.500	22.386	3.836
Giften en donaties	15.000	2.937	11.762
Verhuur	9.300	7.384	3.371
Som der exploitatiebaten	972.734	942.361	852.556
Personeelskosten			
Lonen en salarissen	461.568	465.430	469.538
Sociale lasten	75.621	76.254	79.929
Pensioenlasten	42.646	43.003	43.594
Andere personeelskosten	36.754	27.627	27.048
Overige bedrijfskosten			
Huisvestingskosten	70.780	85.799	66.077
Organisatiekosten	49.975	56.139	66.453
Activiteitenkosten	205.973	164.587	90.518
Bar en keuken	27.885	19.071	4.921
Overige lasten	-	739	32
Som der exploitatielasten	971.202	938.649	848.110
Resultaat	1.532	3.712	4.446
<i>Resultaatbestemming</i>			
Subsidie egaliseringsreserve	-	1.918	2.597
Bestemmingsfondsen	-	1.794	1.849
Bestemd resultaat	-	3.712	4.446