

# JAARVERSLAG

## 2016



*Ont-stressen doe je zo!*

## Inhoud

<b>VOORWOORD .....</b>	<b>2</b>
Organisatie .....	2
Doelgroep .....	2
<b>UITGEVOERDE PROJECTEN IN 2016 .....</b>	<b>3</b>
1. Spreekuur in combinatie met het Family Coach project .....	3
2. Future Kids 2016 .....	4
3. Nederlandse Taal/schakellessen 2016 .....	5
4. Budgetlessen .....	5
5. Computerlessen .....	6
6. Viering Tuladag 2016 .....	6
7. Kanjer en Kixx .....	7
8. Theater Seksualiteit en lesbische zichtbaarheid.....	8
9. Opvoeddebatten / agressietraining Trias Pedagogica .....	8
10. Onderzoeken in samenwerking met Hogescholen .....	9
11. Project Ondersteuning Spaanstalige doelgroep met Politie en IND .....	9
12. Conferentie "Amsterdam Ouderen vriendelijke stad" .....	10
13. L.I.F.E. project .....	11
14. Ont-stressen doe je zo! .....	11
15. De zorg verandert.....	12
16. Project "Beautiful" door gezond eten en bewegen .....	13
17. 4-daagse Trainingen en voorlichting E.H.B.O. ....	14
18. Diverse workshops en voorlichtingsactiviteiten.....	15
<b>PROGNOSE .....</b>	<b>19</b>

# Voorwoord

Voor u ligt het jaarverslag 2016 van Stichting ProFor.

## Organisatie

De formele organisatiestructuur van ProFor bestaat volgens de statuten uit een Raad van Toezicht en een Bestuur. Deze structuur wordt in 2017 aangepast aan de huidige kleinschaliger situatie (geen personeelsleden).

2016 was een veel bewogen jaar voor ProFor met veel ups en af en toe downs. Ups zijn de grotere stroom van cliënten en hun vertrouwen in ProFor. Nieuwe cliënten worden vaker door bestaande cliënten verwezen naar ProFor. Ook krijgt ProFor steeds meer verzoeken van samenwerkende partners voor het meedoen aan onderzoeken en samenwerking. Van belang is verder de toekenning van een basissubsidie om de vaste lasten te bekostigen.

Downs zijn het grote en plotselinge verlies van 3 cliënten van ProFor, waarbij de Politie en Slachtofferhulp moesten worden ingeschakeld. Het kostte veel tijd en maar ook intensieve begeleiding om deze families te steunen en te begeleiden.

In het kader van het speerpunt Gezondheid van de Gemeente Amsterdam zijn diverse projecten uitgevoerd. Zo is tijdens de bijeenkomst volop aandacht besteed aan gezonde hapjes en drankjes. Bij gesprekken met deelnemers is het levensgebied “gezondheid” vaak aangehaald en besproken.

### **Deskundigheidsbevordering:**

Zowel het bestuur als de vrijwilligers en stagiaires hebben trainingen en een teambuildingsdag gevolgd om hun deskundigheid te vergroten ten behoeve van de kerntaken van ProFor.

### **Social Media:**

De website van ProFor is gemoderniseerd en de Facebook-pagina is aangepast, waardoor nu projecten en informatie maar ook foto's, snel op de website en Facebook van ProFor worden geplaatst. Ook is een flyer gemaakt waarop de werkzaamheden van ProFor zijn verwoord.

## Doelgroep

De doelgroep van ProFor bestaat uit personen en gezinnen in Amsterdam en omgeving, afkomstig uit etnische minderheden (Surinamers, Spaanstaligen uit Zuid-Amerika, Caribisch gebied, Caribische Nederlanders, Ghanezen, Arabisch sprekenden) en lagere sociale klassen. Het aantal personen dat in 2016 ProFor heeft bezocht, is gestegen met 57%, van 20 personen naar gemiddeld 35 personen per dag ofwel 175 personen wekelijks. Van het weinige dat cliënten bezitten geven zij toch een kleine bijdrage om het werk van ProFor mogelijk te maken.

Speciale dank gaat naar de bestuursleden en alle vrijwilligers voor de ondersteuning, het meedenken en meedoen aan de opbouw van ProFor. Door hun inzet wordt de doelgroep ondersteund en kan ProFor nog steeds functioneren.

Namens het bestuur wens ik u veel leesplezier, mevrouw L. Martis, bestuurder/directeur  
Amsterdam, februari 2017

# Uitgevoerde Projecten in 2016

## 1. Spreekuur in combinatie met het Family Coach project

### Doelen en opzet:

Achterliggend doel is migrantengezinnen zich thuis leren voelen in de Nederlandse samenleving (sociale verbanden leggen, eenzaamheidspreventie, bekend raken met de Nederlandse normen). Met name eenzaamheid en het verloren voelen is een opkomend probleem, zeker onder ouderen die in een extra isolement verkeren.

Doel van het Family Coach project is het begeleiden en empoweren van gezinnen op allerlei vlak, waarbij vaak sprake is van multi-problematiek.

Via het houden van een **spreekuur** worden kansarme gezinnen uit Amsterdam geholpen bij het op orde brengen van hun leven en de eerste stappen in de Nederlandse samenleving. De hulp betreft het geven van concreet advies (woning zoeken, werk vinden, uitkeringen of huurtoeslag aanvragen, betalingen doen, school zoeken, huisarts vinden, helpen bij taalprobleem, opvoedingsvragen bespreken, administratie op orde brengen).

**Het Spreekuur** wordt 5 dagen per week van 9.00 tot 16.00 uur gehouden en bestaat uit de volgende onderdelen (individuele en groepsgerichte begeleiding):

- *Intake*: Achterhalen en bepalen van de concrete advies- en hulpvragen, afspraken maken over het begeleidingstraject, toewijzen van een begeleider.
- *Begeleiding*: Behandelen van hulpvragen totdat concreet resultaat en afronding is bereikt.
- *Eenzaamheids- en isolementspreventie*: Vormen van groepjes van bijv. Spaanstalige migranten, zodat zij ook steun aan elkaar hebben.

Dagelijks bezoeken minimaal 30 personen het spreekuur met allerlei vragen en verzoeken om begeleiding (in 2015 waren het er dagelijks gemiddeld 20 personen).

In 2016 heeft ProFor samengewerkt en activiteiten uitgevoerd met DWI, MaDi, Politie, Venzo, Veilig Thuis, Adagio, Trias Pedagogica, OKT, Steunpunt Wonen, Dynamo, diverse huisartsen, De bewindvoerders, schoolmaatschappelijk werkster. In 2016 hebben de coaches diverse trainingen gevolgd, te weten over coaching, vaderschap, zorg, huurdersbelang.

### Resultaten en bereik:

- Het aantal personen dat in 2016 aanklopte bij ProFor was tenminste: 30 personen x 5 werkdagen x 50 weken = 7.500 personen/bezoeken.  
Een persoon vertegenwoordigt daarbij een gezin van gemiddeld 3 personen, waarbij gemiddeld 3,4 interventies per gezin plaatsvinden. Deze personen kwamen gemiddeld eens per 1,5 per week op het spreekuur.
- Sommige personen kwamen wekelijks, bijv. om te solliciteren of te reageren op woningaanbod. In 2016 hebben 25 personen een betaalde baan gekregen; aan **10** personen is een woning toegekend.
- De rest van de vragen had betrekking op de volgende onderwerpen:
  - Administratie (verwerken post, aanvragen toeslagen Belastingdienst, aanvragen Pak je Kans, invullen formulieren);

- Nazorg cliënten van MaDi
- Betaald werk zoeken en solliciteren;
- Financiële schulden;
- Zoeken naar 'geschikte' woonruimte vinden c.q. vinden 'vaste' verblijfplaats;
- Doen van politie-aangifte bij huiselijk geweld en zorgen voor slachtofferhulp;
- Fraude;
- Registratie Woningnet.nl;
- Bieden van een 'luisterend oor';
- Betalingsregelingen treffen;
- Scholing c.q. opleiding;
- Inschrijving verzekeringsinstantie;
- Vertalen;
- Aanvraag WW- dan wel Bijstandsuitkering (voor dak- en thuislozen);
- Toeleiding naar crisisopvangtehuis;
- Bellen met gemeentelijke instellingen;
- Contact met Bureau Jeugdzorg;
- Ziekenhuisafspraken, contact met huisarts en medisch specialisten;
- Deurwaarder;
- Eventuele uithuiszetting; eventueel faillissement.

## 2. Future Kids 2016

### Doelen en opzet:

Doel is om leerachterstanden bij kinderen (basisschool) weg te werken. Dit gebeurt door huiswerkbegeleiding door pedagogische studenten. Het huiswerk krijgen de kinderen mee van hun groepsleerkracht, met wie de studenten goede contacten onderhouden. Als de kinderen geen huiswerk meenemen, zorgen de studenten voor taken op het niveau van het kind.

Een ander belangrijk doel binnen het project is het stimuleren van ouderparticipatie bij de educatieve ontwikkeling van hun kinderen. Betrokkenheid van ouders wordt bevorderd d.m.v. het organiseren van ouderbijeenkomsten, waarbij ook voorlichting gegeven wordt over opvoedingsondersteunende vraagstukken.

### Resultaten en bereik:

ProFor heeft met het project Future Kids 2016, ondanks het ontbreken van subsidie, met behulp van stagiaires en vrijwilligers afspraken kunnen maken over huiswerkbegeleiding met een aantal scholen. In Zuidoost waren de meeste leerlingen van Spaanstalige en Afrikaanse afkomst. In Oost waren de kinderen van Marokkaanse, Somalische en Nederlandse afkomst.

- De 10 studenten hebben in november 2015 en januari 2016 per keer een week lang blokstage gevolgd bij ProFor. Tijdens deze dagen krijgen zij trainingen over huiselijk geweld en kindermishandeling, schuldenproblematiek, interculturele communicatie, kinderen met verstandelijke beperking, suïcidaliteit onder de (allochtone) doelgroep en verslaving.
- Het totaal bereikte en betrokken aantal personen is in de tabel aangegeven. Binnen de gestelde kaders hebben de studenten de ruimte kregen om zelf een invulling te geven. Hierdoor ontstond tijdwinst om de stagiaires te coachen en te begeleiden.

Totaal aantal personen	Van wie jongeren tot 30 jaar	
	Aantal	Leeftijden
<b>Primaire doelgroep</b> 30 leerlingen basisscholen	Amsterdam Zuidoost: 5 Amsterdam Oost: 25	6 t/m 12 jaar
<b>Secundaire doelgroep</b> 10 studenten	10	18 jaar en hoger
3 praktijkcoaches	3	45 en 74 jaar
5 ouders	5	Boven de 30 jaar
5 leerkrachten en docenten	5	

### 3. Nederlandse Taal/schakellessen 2016

#### Doelen en opzet:

De taallessen hebben als voornaamste doel deelnemers Nederlands leren lezen en spreken om hun kansen op de arbeidsmarkt te vergroten. Een tweede doel is het beter kunnen integreren en participeren in de Nederlandse samenleving en verkleinen van de afstand tussen burger en maatschappij. Tevens dat de deelnemers in staat zijn om zelfstandig actie te ondernemen bij het lezen van hun post en het beheren van hun administratie.

In het gebouw van Haag en Veld de H-buurt zijn taallessen op een laagdrempelige manier verzorgd voor de mensen in de buurt. De meeste personen uit de H-buurt zijn afkomstig uit de Caribische en Spaanstalige doelgroep.

Dit project werd gefinancierd door ProFor en een eigen bijdrage van de deelnemers.

#### Resultaten en bereik:

- Wekelijks volgden 15 personen de taallessen;
- 2 Groepen op maandag en woensdag;
- De cursussen vonden plaats in de ochtend (9.00-11.00 u) en 's middags (13.30-17.00 u);
- 3 Taalcoaches verzorgden de cursus.

### 4. Budgetlessen

#### Doelen en opzet:

Doel is dat deelnemers bewust leren omgaan met hun inkomsten en uitgaven.

#### Resultaten en bereik:

In april is ProFor in gesprek geraakt met MaDi. Met financiering van DWI Amsterdam is gestart om voor de Spaanstalige doelgroep budgetcursussen te verzorgen. Het blijkt dat de meeste hulpvragen te maken hebben met schulden van gemiddeld € 5.000 en hoger.

Vanaf september 2015 tot en met maart 2016 hebben Stichting ProFor en MaDi de handen ineen geslagen om in de H-buurt budgetlessen in het Spaans te verzorgen voor Spaanstalige en Caribische bewoners. De cursus, die bestaat uit 7 bijeenkomsten en 1 nazorgsessie, is gegeven

door mevrouw Ana Alcantara. Hiernaast besteedden twee functionarissen van MaDi aandacht aan twee onderwerpen, te weten extra voorzieningen en schuldhulp. Aan het eind van de cursus kregen alle deelnemers een certificaat. Er is behoefte vanuit de doelgroep gebleken aan deze cursus. Ook vanuit de andere culturen is behoefte ontstaan.

Op 26 mei vond er een feestelijke afsluiting plaats in Muziekschool aan de Hofgeest. Tijdens deze bijeenkomst werd de 50<sup>ste</sup> cursus in het zonnetje gezet.

### Overzicht van de groepen

Groepen	Belangstelling	Deelgenomen	Evaluatie score
1	17	10	9,65
2	10	9	9,43
3	12	10	9,2
4	10	7	9,2
5	12	7	7,5
6	15	8	8,88
	<b>76</b>	<b>51</b>	<b>53,86</b>

Van de 76 aanmeldingen hebben 51 personen de cursus met succes en met een certificaat afgerond. De deelnemers hebben de training met gemiddeld een 8,9 beoordeeld.

## 5. Computerlessen

### Doelen en opzet:

Doel is (oudere) Spaanstalige mensen te leren omgaan met de computer.

Van begin april tot half juni 2016 heeft ProFor een computercursus van tien bijeenkomsten georganiseerd voor Spaanstaligen. Daarvoor hadden zich 15 deelnemers gemeld, waarvan uiteindelijk 11 de cursus daadwerkelijk hebben gevolgd.

De meeste cursisten volgen ook de cursus Nederlands van ProFor en de docenten daarvan waren gevraagd aanwezig te zijn bij de computercursus. Tevens waren drie tweetalige Amsterdamse scholieren in het kader van een maatschappelijke stage aanwezig voor vertaalactiviteiten. Dit project werd gefinancierd door ProFor en een eigen bijdrage van de deelnemers.

### Resultaten en bereik:

- Wekelijks volgden 15 personen de taallessen;
- 2 Groepen op dinsdag en zaterdag;
- De cursussen vonden plaats in de ochtend (12.00-14.00) en 'avonds' (18.00-20.00);
- 3 Taalcoaches verzorgden de cursus.

## 6. Viering Tuladag 2016

### Doelen en opzet:

Doel van de Tuladag is het organiseren van een jaarlijks terugkerende Curaçaose/Caribische/Nederlandse herdenkingsdag in de vorm van een rituele maaltijd. Nevendoelen zijn komen tot verzoening en delen van de eigen geschiedenis en het doorgeven ervan aan de jongere generatie. Voor de vierde keer organiseerde ProFor een ceremoniële Tulatafel ter ere van Tuladag. Tuladag

is de Nationale Curaçaose feestdag om Tula te herdenken, de held en initiatiefnemer van de grootste slavenopstand op Curaçao in 1795.

Bij de Tulatafel krijgen de gasten een typisch Caribische maaltijd geserveerd, omkleed met rituele handelingen die uiting geven aan de liefde en het respect waarmee de heldhaftige voorouders geëerd en herdacht worden, en de verbondenheid die wij nog altijd met hen voelen. Tijdens deze Tulatafel wordt aandacht besteed aan onderwerpen die het gevolg zijn van de slavernij en waar nog altijd een taboe op rust.

Het programma bestond uit:

- De Tula tafel: rituelen die verbinding maken tussen het nu en het slavernijverleden;
- Lezing door NinSee en workshop door Joan de Windt;
- Presentatie van de film en documentaire Butchil Fiel en Mosa Nena.

De middag werd gepresenteerd door Collin.

Dit project werd gefinancierd door Gemeente Amsterdam, eigen bijdrage van ProFor, bijdrage van NinSee en bijdrage door de deelnemers.

### **Resultaten en bereik:**

Dit jaar is Tuladag gevierd in de H-buurt, in het gebouw van Redemption Faith Ministeries, Hofgeest 140 te Amsterdam Zuidoost. Aan de bijeenkomst hebben 60 personen deelgenomen. Deze keer waren er ook meer jongeren aanwezig.

## **7. Kanjer en Kixx**

### **Doelen en opzet:**

De workshop Kanjers en Kixx richt zich op jongeren tussen 12 en 20 jaar. Door middel van creatieve oefeningen werkt ProFor samen met de jongeren aan het vergroten van hun zelfvertrouwen en zelfstandigheid.

Kanjers en Kixx bestaat uit 4 workshops. Elke workshop heeft een eigen thema en duurt 120 min met een korte pauze van 15 minuten. De workshop heeft twee doelen. Enerzijds biedt het ondersteuning bij de ontwikkeling van een arbeidsidentiteit. Anderzijds zijn de workshops bedoeld als ondersteuning en versterking van de weerbaarheid van jongeren met betrekking tot groepsdruk en het aangeven van grenzen.

Dit project werd gefinancierd door SPE en eigen bijdrage van ProFor.

### **Resultaten en bereik:**

De workshop werden uitgevoerd op het ROC van Amsterdam locatie Fraijemaborgstraat. De deelnemers zijn een klas van 15 studenten van het ROC van Amsterdam. Deze enthousiaste studenten zijn 18 tot 20 jaar en volgen de opleiding Beveiliging, waar zij nu in het laatste jaar zitten.



## 8. Theater Seksualiteit en lesbische zichtbaarheid

### Doelen en opzet:

ProFor heeft ingezoomd op de speerpunten van de Gemeente Amsterdam, waarbij aandacht wordt besteed aan lesbische vrouwen die kampen met overgewicht.

Doelstellingen en aandachtsgebieden:

- Veilig kunnen bewegen van homo's en lesbiennes;
- Acceptatie van seksuele diversiteit;
- Aandacht voor eetstoornissen en gezond eten, veroorzaakt door onwetendheid en onbegrip over het lesbisch zijn;
- Gezondheid en emotie-eten.

De door ProFor gekozen aanpak bestaat uit een theatervoorstelling gekoppeld aan een dialoog over lesbische zichtbaarheid en invloed op de psychische gesteldheid.

“Stay with me?” is de zesde voorstelling en een vervolg op de theatervoorstelling van 2015. Deze zesde voorstelling van Stichting ProFor is gemaakt om vooroordelen over weerbaarheid en seksualiteit tegen te gaan.

Dit project werd gefinancierd door SPE Amsterdam.

### Resultaten en bereik:

Try out: In augustus was er een try-out in het gebouw van het Oostblok theater te Amsterdam. Hier kregen de spelers tips van de regisseur om tijdens de première goed beslagen ten ijs te komen.

Première: Op vrijdag 2 september hebben 90 personen de voorstelling bijgewoond. De deelnemers zijn van Caribische, Surinaamse, Spaanse en Nederlandse nationaliteit. De avond werd geleid door een host, een vrouw van Antilliaanse afkomst. Doordat zij lesbisch is kon zij de dialoog professioneel leiden maar ook precies weten waar zij moest bijspringen. Het publiek vond het stuk ontzettend roerend tot zelfs huilen toe.

## 9. Opvoeddebatten / agressietraining Trias Pedagogica

### Doelen en opzet:

De debatten en training zijn bedoeld voor ouders om beter om te gaan met agressie in met name gezinssituaties.

In de maanden mei en juni werden de debatten en training verzorgd in de wijk Bijlmer Centrum. De training bestond uit 5 bijeenkomsten over de volgende onderwerpen: omgaan met agressie, grenzen stellen, (on)macht en zelfbeheersing. De deelnemers vonden de informatie nuttig. Vooral door de praktijkvoorbeelden en de rollenspelen kreeg de gegeven informatie handen en voeten. Dit maakte het duidelijk, herkenbaar en makkelijker toe te passen voor de deelnemers. Een aantal deelnemers gaf aan dat de de-escalatietechnieken hen inzicht heeft gegeven in het voorkomen van geweld en agressie.

Dit project werd gefinancierd door Trias Pedagogica via het Stadsdeel Zuidoost.

### **Resultaten en bereik:**

- De workshop werden uitgevoerd in de H-buurt Haagse Huis;
- 23 moeders en 5 vaders deden mee aan de training.

## **10. Onderzoeken in samenwerking met Hogescholen**

### **Doelen en opzet:**

Al meer dan vijftien jaar werken ProFor en Leonie van der Valk van de Hogeschool van Amsterdam samen ten behoeve van empowerment van kinderen en burgers in Amsterdam Zuidoost en Oost. Door deze samenwerking dragen studenten direct bij aan het verbeteren van de sociale vaardigheden van kwetsbare kinderen in Zuidoost. Studenten leren daarnaast in de praktijk vorm te geven aan een laagdrempelig naschools opvangproject. Zij worden daarbij ondersteund door hun docenten en de professionals van ProFor. Vierdejaars van de opleiding Sociaal Pedagogische Hulpverlening geven leiding aan eerste- en tweedejaars studenten. Deze studenten raken nauw betrokken bij het leven van kinderen in Zuidoost en Oost.

Omdat ProFor een laagdrempelige organisatie is met een groot netwerk, krijgen studenten echt het gevoel dat hun onderzoek bijdraagt aan het verbeteren van de positie van de kinderen, jongeren, ouderen en gezinnen. Dat biedt hen confronterende en leerzame ervaringen. Deze onderzoeken stimuleren de methodiekontwikkeling van ProFor en hebben tot doel de verbetering van de positie van de kwetsbare gezinnen van Zuidoost en Oost.

### **Resultaten en bereik:**

In 2016 zijn de volgende praktijkgerichte onderzoeksprojecten uitgevoerd:

1. Family Coaches op de werkvloer;
2. Signaleren en weerbaarheid huiselijk geweld voor begeleiders van kinderen;
3. Ervaring en behoeftes van tienermoeders;
4. Ouderen;
5. Vaderschap en impressie van de theatervoorstelling van 2014 "Who's is your Daddy?"

## **11. Project Ondersteuning Spaanstalige doelgroep met Politie en IND**

### **Doelen en opzet:**

Als mensen worden gedwongen om werk te doen onder zeer slechte omstandigheden en voorwaarden is mogelijk sprake van mensenhandel en arbeidsuitbuiting. Arbeidsuitbuiting komt in alle sectoren voor. Het gaat altijd om kwetsbare groepen op de arbeidsmarkt. Bovendien hebben deze situaties veelal een internationaal karakter. Dwang, geweld, dreiging, afpersing, fraude en misleiding spelen vaak een rol.

In samenwerking met de Politie, de IND, Vreemdelingen Politie, El Encuentro con Dios, El Camino en Ana Alcantara, is er een bijeenkomst verzorgd. Voorafgaand aan een bijeenkomst vonden er meestal 2 tot 3 gesprekken plaats ter voorbereiding. De bijeenkomst werd geleid door de

dagvoorzitter, Ramon van Arnhem van de Politie. Ook was er een tolk aanwezig in verband met de taalbarrière. Sprekers waren: de Politie, IND, FNV en Advocaat Diaz

Dit project werd gefinancierd door het Stadsdeel Zuidoost en de Politie NL.

#### **Resultaten en bereik:**

- 1 themabijeenkomst op donderdagavond 2 juni over het onderwerp Arbeid en uitbuiting;
- Bij deze bijeenkomst waren er 45 personen aanwezig.

## **12. Conferentie “Amsterdam Ouderen vriendelijke stad”**

#### **Doelen en opzet:**

De conferentie is een initiatief vanuit de Adviesraad Diversiteit en Integratie (ADI) van de Gemeente Amsterdam. De ADI heeft geadviseerd dat er extra inspanning moet worden geleverd om oudere migranten en roze ouderen te betrekken bij het programma. Concreet heeft zij geadviseerd een conferentie te organiseren als start om dit te bewerkstelligen. ProFor heeft vanuit de Gemeente Amsterdam de opdracht gekregen om de conferentie te organiseren.

I.s.m. de GGD, Lotus en Tulp is de conferentie gehouden op 6 oktober in het gebouw van de Nieuwe Stad in Amsterdam Zuidoost. Na de opening door de Wethouder Eric van der Burg, zijn aanwezigen uiteen gegaan in 8 groepen. Er waren 8 dialoogtafels waar de volgende thema's, besproken werden:

- De positie van ouderen;
- Zelfstandig wonen;
- Leven en ondersteuning;
- Sociale participatie.

De uitkomsten van de 8 groepen zijn samengevat in zes thema's, die in het verslag zijn verwerkt.

Dit project werd gefinancierd door de ADI.

#### **Resultaten en bereik:**

- 8 dialoogtafels, verdeeld onder 6 thema's;
- Per tafel waren er 8 personen onder leiding van een dialoogleider;
- 125 personen hebben zich aangemeld voor de conferentie en uiteindelijk hebben 90 personen deelgenomen.

## 13. L.I.F.E. project

### Doelen en opzet:

#### Doelen:

- Jonge meiden inspireren van elkaar te leren;
- Bijdragen aan een fundament voor een succesvolle school carrière;
- Binnen school spelen ze een rol voor wat betreft het inspireren van andere meiden;
- Jonge meiden de gelegenheid geven met leidinggevende rol kennis te maken;
- Jonge meiden in contact brengen met Buurt TV/radio;
- Jonge meiden stimuleren een rol te gaan spelen in VECZO met hun opgedane inzichten.

Jonge meiden hebben het soms op school moeilijk omdat het wat hapert in hun persoonlijke ontwikkeling. Ook op het gebied van sociale vaardigheden ontbreekt het soms aan en ander. Hierdoor ontstaan nogal eens problemen in de schoolcarrière.

Voor jonge meiden is het van belang te leren over persoonlijke ontwikkeling en sociale vaardigheden. In dit project is er samenwerkt met: het Vrouwen Emancipatiecentrum, D-Different!, Radio Paradise, Weekend College en Joan de Windt.

### Resultaten en bereik:

- In de sessies werd gesignaleerd dat er jongedames waren die baat zouden hebben bij individuele aandacht. Het ging om meiden met het potentieel een mooie schoolcarrière te hebben, maar die het risico lopen hun potentieel niet te realiseren omdat hun gedrag een obstakel is. Groepsdruk, ontoereikend handelingsrepertoire en een laag zelfbeeld zijn factoren die een rol speelden. Ook hun positie als "allochtoon" in de samenleving blijkt veel aandacht te vragen;
- Dit signaal resulteerde in het opzetten van een 3-tal trajecten individuele begeleiding; Eveneens is een aanzet gedaan tot een "maatjes" project, waarbij een rolmodel zich ontfermt over een deelnemer aan het project;
- 2 Meiden zijn opgeleid om de training te kunnen geven;
- 13 meiden zijn gestart als deelnemer aan de training. 10 meiden hebben LiFE afgerond;
- Life is in de media geweest, te weten Paradise Radio;
- Moeder is opgeleid om assistent projectleider te zijn;
- 3 meiden kregen een individueel begeleidingstraject;
- 2 maatjes zijn geworven;
- 2 meiden zijn gematcht met een maatje;
- Er is een presentatie geweest bezocht door 50 jongeren.

## 14. Ont-stressen doe je zo!

### Doelen en opzet:

Voor de eerste keer heeft stichting ProFor een verwendag georganiseerd speciaal voor de 50 plussers. Deze dag stond in het teken van "Oranje Doet" en werd mogelijk gemaakt door winkelketen Albert Hein, VEC-empowerment, vrijwilligers, studenten, maar vooral door de betrokkenheid van de deelnemers (onze 50 plussers).

Er is gestart met een creatieve activiteit “vertelpantomime” waarbij de ouderen naar Curaçao zijn gegaan om de Christoffelberg te gaan beklimmen. Resultaat hiervan was inzicht verschaffen in het belang en resultaten van beweging, op een creatieve manier. De deelnemers hebben heel enthousiast en actief meegedaan.

Daarna kwam psychiater Glenn Helberg om de deelnemers bewust te maken van de stressfactoren en hoe zij deze vicieuze cirkel kunnen onderbreken. Als laatste presentatie hadden wij de schoonheidsspecialiste Raphaela die de deelnemers vertelde over de resultaten van het doorbreken van de stresscirkel.

Na de lunch konden de vrouwen, deelnemen aan vijf verschillende onderdelen, waaronder: manicure, pedicure, haarsalon, massage en gezichtsbehandeling.

#### **Resultaten en bereik:**

- De deelnemers vormden een enthousiaste groep van 25 50-plussers die naar de verwendag kwamen;
- De vrijwilligers vormden een groep van 20 waaronder gastvrouwen, mani- en pedicuristen, masseurs, schoonheidsspecialisten en een fotograaf.

## **15. De zorg verandert**

#### **Doelen en opzet:**

Voorlichting geven aan oudere migranten over de veranderingen in de zorg. Ook in 2016 heeft ProFor bijeenkomsten verzorgd over de “Zorg verandert”.

Op 19 november heeft ProFor in samenwerking met NOOM (ouderen-adviseur en migranten organisatie) een bijeenkomst georganiseerd. Het was een combinatie van presentatie en gelijktijdig de vragen beantwoorden. De vragen betroffen: soorten zorgverzekering, vergoedingen, eigen risico en eigen bijdrage. Eerst is gesproken over de meest voorkomende interne ziektes zoals hart- en vaatziekten, hoge bloeddruk, temperatuur, medicatie en preventie. Ook is uitgelegd wat de betekenis van participatie is.

Voorbeelden zijn besproken over hoe de zorgpremie en vergoedingen worden berekend. Ook dat mensen met een laag inkomen in Amsterdam een aanvraag kunnen doen voor collectiviteit.

Deelnemers werden op het hart gedrukt dat zij op tijd moeten zijn om van verzekering te veranderen.

Op 26 november is nogmaals gesproken over de meest voorkomende interne ziekten zoals hart- en vaatziekte, hoge bloeddruk, hoge temperatuur, medicatie en preventie. Op verzoek is een deel van de vorige keer herhaald. Gesproken werd over de vergoeding van de kosten en het leren communiceren over ziekte en kosten. De voorbeelden in de PowerPoint werden doorgenomen maar ook eigen casussen zijn besproken. Tafeltje-dekje is een vorm van ondersteuning waarvan de meeste aanwezigen niet op de hoogte waren.

Dit project werd gefinancierd door de samenwerking met NOOM.

## **Resultaten en bereik:**

- Aan de bijeenkomst op 19 november hebben 28 personen deelgenomen, bestaande uit 3 Jonge meisjes, 22 vrouwen, 3 mannen afkomstig uit Curaçao, Spanje, Dominicaanse Republiek, Colombia, Ecuador;
- Op 26 november waren 25 personen aanwezig, bestaande uit 3 Jonge meisjes, 19 vrouwen, 3 mannen afkomstig uit Curaçao, Spanje, Dominicaanse Republiek, Colombia, Ecuador.

## **16. Project “Beautiful” door gezond eten en bewegen**

### **Doelen en opzet:**

Hoofddoel van het project is: het bewust maken van de Spaanstalige en Caribische doelgroep voor wat betreft gezonde leefstijl, overgewicht en complicaties.

Subdoel: het niet in lekker in je vel zitten heeft ook consequenties voor de kwaliteit van hun leven. Aanbieden van workshops aan Family Coaches en sleutelfiguren van ProFor waarbij kennis wordt overgedragen, werkvormen aangeleerd en concrete handvatten aangeboden.

Voor de doelgroep is er een folder ontwikkeld over gezond eten en bewegen en waar bijeenkomsten plaatsvinden. Hiernaast werd gezondheid telkens aan de achterban voorgelegd. Via een app en Facebook (social media) werd er ook geworven. Door de voorlichtingsbijeenkomsten tweetalig te houden, voelden de deelnemers zich ook gehoord en begrepen. De doelgroep bestond uit Spaanstaligen en mensen uit de voormalige Antillen.

Door bewust de deelnemers te betrekken bij dit project was men ook geïnteresseerd in het onderwerp gezondheid.

Dit project werd gefinancierd door GGD Amsterdam en SPE.

### **Resultaten en bereik:**

Het project bestaat uit 5 delen.

#### **1. Onderzoek:**

Als eerste is er een korte vragenlijst afgenomen om het eetgedrag van de cliënten in kaart te brengen. Hierbij is gevraagd naar achtergrondkenmerken en de consumptie van groente, fruit en frisdrank. De bevindingen uit het literatuuronderzoek zijn verwerkt in een topiclijst die vervolgens is gebruikt om interviews af te nemen bij de cliënten van ProFor. Er zijn tevens professionals geïnterviewd die in hun vakgebied te maken hebben met het eetgedrag van de doelgroep, namelijk een diëtiste en medewerkers van ProFor. Ook bij deze interviews is een topiclijst gebruikt waarbij effectieve methodes en struikelblokken met betrekking tot de bevordering van gezond eetgedrag centraal stonden.

- In totaal zijn er negen half gestructureerde interviews afgenomen, waarvan zes met cliënten van ProFor, twee met medewerkers van ProFor en een met een diëtiste.

## **2. Voorlichting coaches:**

Deelnemers waren met name vrouwen tussen de 25 tot 65 jaar.

- De 1<sup>ste</sup> keer waren er 10 personen;
- De 2<sup>de</sup> keer waren er 9 personen

## **3. Voorlichting: Achterban (3x) over gezonde leefstijl.**

- Op 22 september waren er 30 deelnemers;
- Op 29 september waren er 25 deelnemers;
- Op 13 oktober waren er 45 deelnemers.

De meeste deelnemers waren vrouwen tussen de 25 en 75 jaar van Spaanstalige en Caribische afkomst. Er waren ook 5 jongeren aanwezig.

## **4. Voorlichting: Achterban over suikerziekte en bewegen.**

- Op 27 oktober waren er 25 deelnemers, waarvan de 90% vrouwen, tussen de 20 en 65 jaar.

## **5. Theatervoorstelling:**

- Er waren 90 personen. 5 personen waren laat en konden niet naar binnen;
- Aanwezigen: jongeren, mannen en vrouwen. Leeftijd tussen de 17 en 65 jaar. Etniciteit: Antillianen, Surinamers, Nederlanders, Spaanstaligen. Ook waren er professionals aanwezig zoals een docent, diëtisten, medewerkers GGD en SPE, "roze" groep.

# **17. 4-daagse Trainingen en voorlichting E.H.B.O.**

## **Doelen en opzet:**

Dagelijks gebeuren er ongevallen en noodgevallen om ons heen. Weten hoe je moet handelen kan soms het verschil tussen leven en dood betekenen. Het belangrijkste doel van een eerste hulp cursus betreft het redden van een leven, ernstige en kleine wonden behandelen, beperken van blessures enzovoort.

ProFor heeft de trainingen in 2 talen aan te aangeboden: Nederlands en Spaans.

Veel mensen willen graag bijv. hun zorgverzekering wijzigen of veranderen. Zij zijn dan te laat en moeten weer een jaar lang wachten.

Ook weet men niet dat de Gemeente korting biedt. Tijdens deze bijeenkomsten zijn deze zaken ook aan bod gekomen.

## **Resultaten en bereik:**

- Op 12 november is behandeld: Verslikking, flauw vallen, brandwonden en vergiftiging. 28 personen hebben deelgenomen;
- Op 19 november is behandeld: Temperatuur, Hoge Bloeddruk, Meten van pols en het Hart. 28 personen hebben deelgenomen;
- Op 27 november is er behandeld: De Wet W.M.O. en de Zorgverzekeringswet. 25 personen hebben deelgenomen;
- Op 10 december heeft een vrijwilliger van ProFor voorgedaan hoe je moet reanimeren en hulp bieden. Of anders 112 bellen. Er waren 2 groepen van elk 10 personen.

Alle deelnemers hebben een certificaat ontvangen.

Van al deze bijeenkomsten is de informatie in een boekje in twee talen verwerkt en uitgedeeld.

## **18. Diverse workshops en voorlichtingsactiviteiten**

### **1. Activiteit Bijeenkomst over onderwijs 15 januari 2016**

Eveline Wilson geeft een voordracht over het onderwijs in Nederland voor ouders met een migratieachtergrond. Ana Alcantara heeft het aangevuld met voorlichting over kinderactiviteiten. Ivette Johanna heeft het later gehad over autisme en PDD-NOS en aandacht besteden aan ADHD en ODD (opstandig gedrag).

Deelname totaal 15 personen.

### **2. Activiteit: SIT**

Op 18 januari heeft ProFor voor studenten van het Oberlin College voorlichting verzorgd over armoede. Deze studenten komen uit relatief arme gezinnen en komen met een beurs naar ons programma: het zogenoemde Bonner scholarship. Ze zijn super gemotiveerd om naar Nederland te komen en de kans te krijgen om iets van de wereld te zien.

Na een welkomstwoord door Lucia kregen deze studenten informatie over armoede in Amsterdam (Zuidoost), de aanpak van een bewindvoerder, cursus budgetteren, werkzaamheden van Family Coaches. Na de lunch hebben zij kennis gemaakt met de multiculturele markt van Zuidoost en hebben zij een bezoek gebracht en meegewerkt aan de voedselbank van Ganzenhoef.

Deelname totaal 20 personen.

### **3. Activiteit Training EHBO training op 20 februari 2016**

In samenwerking met de Rode Kruis, Romeo Dongen en vrijwilligers bij ProFor is een deskundigheidsbevordering georganiseerd. In deze training krijgen alle vrijwilligers informatie over het aanbieden van eerste hulp en praktische vaardigheden. Deze informatie kan zowel voor het werk als in de persoonlijke omgeving worden toegepast.

Deelname totaal 10 personen.

### **4. Activiteit Pak je kans**

Op 10 maart organiseerde ProFor in samenwerking met de gemeente Amsterdam en Zuidoost-TV een informatie-ochtend over de voorzieningen van de gemeente Amsterdam voor de kleine beurs. Er waren 40 mensen aanwezig, voornamelijk uit het Caribisch gebied. De bijeenkomst was Spaans- en Nederlandstalig.

Zuidoost-TV vertoonde een film over Celeste, een Dominicaanse moeder van 4 kinderen. Ze probeert Nederlands te leren omdat ze het beste wil voor haar kinderen en omdat ze haar rechten wil kennen. Ze weet dat velen lijden onder de taalbarrière en daarom afhankelijk zijn van anderen. Celeste heeft veel geldzorgen. In de film zien we haar in de kringloopwinkel. Een vriendin introduceert haar bij ProFor, waar zij haar problemen bespreekt met Lisette Martines. Deze toont haar de Pakje kans- voorzieningen van de gemeente Amsterdam en waar ze recht op heeft. Als ze dit eerder had geweten, zou haar leven er heel anders hebben uitgezien!



Suzanne Paanen van de afdeling Voorzieningen van de gemeente Amsterdam legde uit wie waar recht op heeft en hoe de aanvraag verloopt.

Deelname totaal 50 personen.

### **5. Activiteit: Voorlichting over Prostaatkanker op 30 april 2016**

Twee voorlichtingsbijeenkomsten werden verzorgd over prostaatkanker aan Antilliaanse en Arubaanse mannen.

Deelname totaal 40 personen.

### **6. Activiteit: Engelse taal**

De Spaanstalige doelgroep heeft behoefte om de Engelse taal beter onder de knie te krijgen (Engels beheersen zij overigens beter dan het Nederlands). Bij het vinden van een baan kunnen zij dan Engels praten, wanneer zij nog moeite hebben met het Nederlands. De lessen zijn verzorgd door een Spaanstalige docent.

Op de maandagavond van 17.30 tot 20.00 uur namen gemiddeld 20 personen deel aan deze training.

### **7. Activiteit: SIT**

Op 13 juni heeft ProFor weer aan een nieuwe groep studenten en hun begeleiders van de University of Kentucky voorlichting verzorgd. Dit keer was het thema: seksualiteit en gezondheid. Na een warm welkomstwoord en praktijkverhalen door ProFor, heeft de GGD een inleiding verzorgd over de HIV zelf-test, gecombineerd met internet counseling en resultaten van de Time2Test. Na een korte pauze heeft de GGD het gehad over barrières voor HIV-preventie, testen en zorg onder migranten.

Deelname totaal 20 personen.

### **8. Activiteit: Workshop “omgaan met je budget” en het binden van hoofddoek.**

Voorlichtingsbijeenkomst/workshop over “omgaan met je inkomen in deze tijd” en Angisa (het binden van een hoofddoek). Dit naar aanleiding van de Prinsjesdag op dinsdag 20 september a.s. In samenwerking met Buurtwerkkamer te Venserpolder wordt deze bijeenkomst georganiseerd.

Veel problemen binnen gezinnen hebben te maken met geld en vooral het vooruitschuiven van financiële problemen, waardoor uiteindelijk een ontwrichtende situatie kan ontstaan. De meesten moeten leven van een minimuminkomen met kleine kinderen.

Surinaamse hoofddoek voor vrouwen: met de wijze waarop de hoofddoek gevouwen wordt, kunnen verschillende emoties of boodschappen uitgedragen worden. Samen met de koto de Surinaamse klederdracht voor vrouwen.

Deelname totaal 5 personen.

### **9. Activiteit: informatieavond Wijksteunpunt Wonen, 08 juni 2016**

Het Wijksteunpunt Wonen (WW) is een door de overheid gefinancierde organisatie ter ondersteuning van huurders, kopers en vooral woningzoekenden. Een medewerker van het Wijksteunpunt is geweest en heeft informatie verstrekt over alles wat te maken heeft met het huren van een woning, alsmede het bieden van ondersteuning bij klachten.

Er waren 15 personen aanwezig.

### **10. Activiteit: Voorlichting over begrafenisverzekering Dinsdag 11 oktober 2016 .**

Wij hebben gemerkt dat veel mensen geen verzekering hebben met alle consequenties van dien. ProFor heeft Verzekering Yarden bereid gevonden om een voorlichting hierover te verzorgen. Yarden is een samenwerking met ProFor aangegaan, waarbij cliënten van ProFor een korting krijgen bij het afsluiten van een verzekering.

In 2016 zijn er 16 huishoudens verzekerd. Totaal zijn er in deze betreffende huishoudens 31 personen verzekerd, dit is inclusief de gratis kinderdekkingen

### **11. Activiteit: Sollicitatie-activiteiten.**

Drie keer per week komen werklozen en personen in de bijstand voor hulp bij het zoeken van werk en het maken of bijstellen van hun cv.

Vaak worden personen van MaDi verwezen naar ProFor om hulp bij het zoeken naar werk.

Het vorig jaar hebben 25 personen een betaalde baan gevonden.

### **12. Voor de rest heeft ProFor meegewerkt aan allerlei activiteiten zoals interviews, meedoen aan films en ontwikkelingen in het veld.**

## Samenvatting projecten en activiteiten in 2016

Nr	Project	Inzet	Deelnemers
1	Spreekuur en Family coach project	12 vrijwilligers	7.500 deelnemers
2	Future kids 2016	3 praktijkcoaches	30 deelnemers
3	Nederlandse taal / Schakellessen	3 taalcoaches	15 deelnemers
4.	Budgetlessen	1 trainer 2 voorlichters	51 deelnemers
5.	Computerlessen	4 vrijwilligers	11 deelnemers
6.	Viering Tuladag 2016	3 workshopleiders	60 deelnemers
7.	Kanjer en kixx	4 trainers	15 deelnemers
8.	Theater Seksualiteit & lesbische zichtbaarheid	1 regisseur en scriptschrijver 6 vrijwilligers	90 deelnemers
9.	Opvoeddebatten/ agressietraining Trias Pedagogica	5 workshopleiders en trainers	28 deelnemers
10.	Onderzoeken i.s.m. Hogescholen	4 studenten	15 personen
11.	Spaanstaligen doelgroep ondersteuning met Politie en IND	4 workshopleiders 4 vrijwilligers	45 personen
12.	Conferentie Amsterdam Ouderen vriendelijke stad	8 dialoogleiders 4 vrijwilligers	90 personen
13.	L.I.F.E. project	3 Coaches	15 deelnemers
14.	Ont-stressen doe je zo!	20 vrijwilligers	25 deelnemers
15.	De zorg verandert	2 trainster 3 vrijwilligers	53 deelnemers
16	"Beautiful" door gezond eten en bewegen	4 workshopleiders 2 vrijwilligers	154 deelnemers
17	4-daagse trainingen en voorlichting EHBO	2 workshopleiders 3 vrijwilligers	101 deelnemers
18	12 diverse workshops en voorlichtingsactiviteiten	Vele vrijwilligers	235 deelnemers

## Prognose

ProFor is middenin de wijk en bij de doelgroep gesitueerd; hierdoor is “Hogevecht” een soort Huis van de Wijk geworden. Daarmee is een laagdrempelige aanpak mogelijk. Cliënten komen eerder langs met hun administratie, komen ook hun afspraken na, spreken elkaar aan en doen vaker mee aan bijeenkomsten.

In 2017 zal onze focus liggen op de speerpunten **Taal** en **Gezondheid**, maar daarnaast ook op **Budgetteren en omgaan met financiën**.

Voor 2017 en de komende jaren is een beleidsplan opgesteld, dat jaarlijks zal worden aangepast. Voor het activiteitenplan 2017 gaan wij in het bijzonder in op een viertal vragen die bij subsidieaanvragen moeten worden beantwoord:

1. Op welke wijze draagt een project bij aan het doel van de subsidieregeling en welke resultaten worden beoogd?
2. Op welke wijze sluit een project aan bij de gebiedsgerichte opgaven, zoals opgenomen in de gebiedsagenda van stadsdeel Zuidoost?
3. In welke mate beschikt ProFor over verbinding met de wijk en de buurt en de daarmee gepaard gaande verhoudingen en omstandigheden in die wijk?
4. In welke mate sluit een project aan bij de criteria, die in het “Stedelijk kader afspraken basisvoorzieningen in de stadsdelen” zijn neergelegd?

ProFor komt tijdens het dagelijkse spreekuur nog andere problemen tegen bij cliënten, vooral veel lichamelijke en psychische klachten. Dit heeft te maken met schuldenproblematiek en stress. Verder zal ProFor aandacht besteden aan de leefwereld van de bewoners door middel van:

- Verder uitbouwen uitgaande van de kracht van bewoners;
- Wijkgerichte sturing;
- Duurzaam partnerschap;
- Activeren van maatschappelijk ondernemerschap.

ProFor werkt uitsluitend met vrijwilligers en stagiaires. Voor trainingen worden ZZP'ers ingehuurd. Voor de begeleiding van de vrijwilligers en stagiaires zal er regelmatig supervisie, intervisie en coaching plaatsvinden. Hierdoor wordt het leren op de werkplek ondersteund. Zowel supervisie als coaching kan leiden tot positieve resultaten, zoals vergroting van de werktevredenheid en de effectiviteit van de medewerker. Bovendien worden negatieve uitkomsten, zoals stress op het werk, hierdoor verminderd.

Het onderwerp financiën zal ook veel aandacht blijven krijgen van het bestuur. ProFor heeft met de verhuurder, Rochdale, afspraken gemaakt om de huur jaarlijks te verlengen. Hierdoor wordt er voorkomen dat het bestuur te maken krijgt met langdurige contracten.