

De toekomst; KOEK 2 is een feit!

Het vorige college van B&W geloofde in KOEK en besloot in het voorjaar van 2018 om KOEK 2 te starten. Dat past naadloos in de ontwikkeling van een aanpak die oorspronkelijk bedoeld was om mensen van de bank te krijgen, maar gaandeweg steeds meer mensen versterkt en verbindt. KOEK is voor bewoners een manier geworden om te werken aan hun persoonlijke groei en bij te dragen aan de sociale samenhang van hun wijk.



KLIMMEN OP EIGEN KRACHT

Wat is het concept van KOEK?

Ervaringen van huidige klimmers

Bewoners en Professionals gaan samen de strijd aan

Ondersteuning vanuit de gemeente.

Toekomst voor KOEK?



Colofon

Dit koekboekje kwam tot stand met medewerking van Monica, Mirjam, Pjotr, Eelco, Fenny, Sabrina, Valentijn, Meie, Hanz, Cecile en vele bewoners uit de Rijtuigenbuurt.

Tekeningen / foto's

De tekeningen zijn gemaakt door Anabella Meijer. De foto's zijn van Mirjam de Reuver, Irma Vroegop en unsplash.com

Eindredactie

Bureau Vroegop | www.IrmaVroegop.nl

Vormgeving

Design Around, c.sleurink@designaround.nl

Het KOEKconcept is door Joop Hofman, www.rodewouw.nl ontwikkeld en als Deventer KOEK uitgevent op tal van plekken in Nederland. Het heeft op iedere plek zijn eigen kleur.

Meer informatie over dit KOEKboekje en de aanpak in Nieuwegein bij i.vroegop@planet.nl of bel: 06 536 56 440



Rijtuigenbuurt

samen gaan we vooruit

Koek uit eigen deeg



Door KOEK weet ik veel beter wat ik wil. Ik hoef geen duur outplacementtraject of opleidingstraject om er achter te komen wat mijn talenten en vaardigheden zijn. Ik leer hier ontzettend veel.

Voor KOEK kookte ik samen met een professional van Lister, nu kook ik met een buurtgenoot

Koek



Hier vind ik een luisterend oor, behoef daardoor geen professionele hulp



Ik voel mij gewaardeerd in wat ik kan en wat ik ben! Wordt daardoor zekerder van mijzelf.



Hoera ik heb een baan! Ik kan traject bij de WIL stoppen.



We hebben nog geen jeugdhulp nodig, we redden het met hulp uit de buurt.

Toen ik last van mijn kaak had hoefde ik geen professionele thuishulp in te schakelen voor de zorg van mijn kinderen en mijzelf. De buren vingen mijn kinderen op en kookte voor ons.



Voorwoord Irma Vroegop

**PAGE 02 ** KOEK STAAT VOOR KLIMMEN OP EIGEN KRACHT. NIET DE ZOVEELSTE METHODE OF TECHNIEK IN HET SOCIALE DOMEIN, MAAR EEN AANPAK DIE MENSEN DE KANS BIEDT OM HUN LEVEN ZELF VORM TE GEVEN. OP EEN POSITIEVE MANIER EN VANUIT DE ONTMOETING MET ANDEREN. DAAROVER GAAT DIT BOEKJE...



Mirjam de Reuver

**PAGE 08 ** MET MIJN FOTO'S WIL IK GRAAG MIJN ONDERWERP OF MODEL LATEN ZIEN. FOTOGRAFEREN DOE IK AL HEEL LANG. HET AFGELOPEN JAAR HEB IK MIJ ONTWIKKELD IN BELICHTING.



Monica van der Linden

**PAGE 10 ** ELKE DONDERDAG VERZORG IK MET VEEL PLEZIER DE LUNCH VOOR EEN AANTAL MEDEWONERS UIT DE BUURT. HIERDOOR BEN IK VEEL MEER ONDER DE MENSEN EN DELEN WE HELE MOOIE GESPREKKEN.



Carin Sleurink

**PAGE 14 ** MIJN DROOM WAS OM MIJN EIGEN WIJK KLEURRIJKER TE MAKEN EN TIJDENS DAT PROJECT DE MENSEN UIT DEZE WIJK DICHTER TOT ELKAAR TE BRENGEN.



Pjotr Salomé

**PAGE 28 ** LANGZAMERHAND BEN IK GAAN AANVAARDEN, DAT IK GEWOON MIJZELF MAG ZIJN. DIT PROCES IS NOG STEEDS GAANDE EN ELKE DAG MERK IK DAT IK STEEDS VERER IN DE RICHTING KOM WAAR IK NAAR TOE WIL.



Sabrina Eijk

**PAGE 20 ** SABRINA EIJK IS PROGRAMMALEIDER EIGENWIJKS' BIJ DE GEMEENTE NIEUWEGEIN EN WARM PLEITBEZORGER VOOR DE KOEK-AANPAK. DAAROM HEEFT DEZE DAG EEN EXTRA FEESTELIJK TINTJE. "WE HEBBEN EEN 'GO' GEKREGEN OM EEN TWEDE KOEK-HUIS TE OPENEN."

VOORWOORD - over Koek

De meeste mensen zullen het woord 'koek' associëren met de vierkante, rechthoekige of ronde zoetigheid waarvan ze als kind er vaak slechts een uit de trommel mochten pakken. **KOEK**, nu allemaal met hoofdletters geschreven, staat echter ook voor **Klimmen Op Eigen Kracht**. Niet de zoveelste methode of techniek in het sociale domein, maar een aanpak die mensen de kans biedt om hun leven zelf vorm te geven. Op een positieve manier en vanuit de ontmoeting met anderen. Niks geen dictaten, dogma's, directieven of protocollen, maar ongedwongen gesprekken tussen gewone mensen over dromen en verlangens.

Voor KOEK heb je geen indicatie nodig, iedereen die mee wil doen, mag dat ook. Het mooie van KOEK is dat de mensen in hun ontmoeting met anderen weer met elkaar in gesprek gaan. Door dat gesprek leren ze dat ze meer kunnen, individueel en gezamenlijk in de buurt, dan ze tot dan voor mogelijk hielden. Dat zou je de magie van het verhalen vertellen en delen, kunnen noemen.

Welke titel je het ook geeft, KOEK zorgt ervoor dat dromen werkelijkheid kunnen worden. Deze brochure geeft niet alleen inkijk in wat KOEK is, maar nodigt iedereen vooral uit om zelf met zijn eigen droom aan de slag te gaan.

IRMA VROEGOP
PROJECTLEIDER



Principes van KOEK

Wat maakt dat KOEK werkt.

DE 'FILOSOFIE' VAN KOEK

KOEK start bij dromen en gaat uit van de individuele en collectieve talenten, energie en mogelijkheden. Het geeft buurtbewoners de kans om te doen waar ze plezier in hebben, waar ze in geloven en datgene te doen waarvan ze menen dat het goed is om te doen. KOEK is géén methodiek, maar een set uitgangspunten en handvatten. Een manier van werken waarin het gesprek een cruciale rol heeft, om te verkennen wat mensen bindt, en wat ze samen willen en kunnen doen. De randvoorwaarden voor KOEK zijn simpel: tijd en ruimte, een pand of ontmoetingsruimte, een werkbudget, uren en handelingsvrijheid. Géén outputeisen.

KOEK draait om samenzijn. Het stimuleert bewoners om naar elkaar op zoek te gaan, oprechte interesse in elkaar te tonen en elkaar ruimte te bieden. Ze werken niet aan een doel, maar doen! Op een kaart in het Rijtuigehuis in Nieuwegein staat de spreuk: 'Denk in hartjes, niet in hokjes.' Dat is wat volgens de buurtbewoners bij KOEK gebeurt. Het begint met een goed gesprek of een wild idee en vervolgens gaan mensen er zelf mee aan de slag. De gemeente ziet wat er verandert en koestert de ontwikkeling.

NA DE EERSTE KENNINGSMAKING IS HET SNEL GEGAAN...

We denken hier niet in hokjes, maar in hartjes!" De Rijtuigenbuurt in Nieuwegein is in amper een jaar tijd veranderd van de saaiste buurt tot de leukste buurt van de gemeente. KOEK doet een appèl op buurtbewoners, om hun dromen stap voor stap te verwezenlijken. Dit in een veilige sfeer, waarbij mensen zichzelf mogen zijn. Uniek voor Nieuwegein is dat KOEK van meet af aan de onderlinge verbondenheid in de buurt probeerde te vergroten. Dromen realiseren doe je ten slotte niet alleen voor jezelf, maar ook voor de buurt. "Er is niks, dus wat kan er fout gaan?"

De zorgorganisatie Lister stelde een leegstand pand aan de buurtbewoners ter beschikking. Lister en de gemeente kwamen overeen dat de laatste de huur zou betalen. De buurtbewoners kregen de sleutels, om er een huis voor en door de buurt van te maken, zonder verplichtingen en ingewikkelde contracten. Er kwamen koffiemomenten waardoor mensen elkaar steeds beter leerden kennen. De vaart kwam er helemaal in, toen de vaste kern van bewoners en professionals met een koffiekar de buurt introk en mensen op straat aansprak. Ook de gemeente speelde een belangrijke, vooral faciliterende en verbindende, rol. Mede door haar betrokkenheid ontstonden er kunstprojecten, werden plantsoenen gefatsoeneerd, een moestuin gestart en gezamenlijke lunches georganiseerd.

BEWONERS IN THE LEAD



Bewoners in de lead & leidend: kracht en verantwoordelijkheid laten waar deze is, niet overnemen

CONTACT VAN MENS TOT MENS



Professionals bedenken niet samen oplossingen maar bewoners en professionals helpen elkaar en leren samen.

AANDACHT VOOR DE HELE MENS



Er is aandacht voor het gezonde deel. Waar droomt iemand van, waar krijgt iemand energie van? (Beperkingen mogen er wel zijn maar zijn niet leidend).

IEDEREEN IS WELKOM



Alle bewoners zijn welkom, er is geen focus op een bepaalde doelgroep.

RELATIES BOUWEN & ONDERHOUDEN



Vanuit nieuwsgierigheid over dromen en ideeën blijven praten. Relaties bouwen en onderhouden. Ruimte bieden voor buurtcontacten, vrijheid tot handelen faciliteren (wat wil je organiseren).

REFLECTEREN



Tijd hebben en gebruiken om te reflecteren. Professionals onderling en professionals met bewoners.

HELPENDE RANDVOORWAARDEN



Beschikken over een aantal randvoorwaarden als een eigen plek. Vrijheid om te handelen (geen doelen opgelegd van hogerop door bijv. gemeente + er is geld beschikbaar, dus financiën hoeven geen belemmeringen te vormen).

Samen met een beperkt aantal professionals gingen de bewoners aan de slag. Een aantal van deze mensen onder andere Pjotr, Mirjam, Fenny, Carin, Marie Chantal, Sacha, Frank, Harry, Gerard, Roland, Farida, Sandra, Kirsten, Hanz, Monica, Meie, Roos, Samantha, Natasia, Jeanette, Thea en Wim hebben KOEK gemaakt tot wat het nu is.

Het idee was: er is niks, dus wat kan er fout gaan? Op de dag dat ze de sleutels kregen, maakten de bewoners een facebookpagina aan en later volgde er een whats app groep. De teller van hun facebookpagina staat thans op tweehonderd volgers.

UITNODIGEND EN STIMULEREND

Het Rijtuigenhuis werd stilaan een thuis voor bewoners. Een veilige plek waar iedereen, ook de professional, zichzelf kan zijn. Bewoners die eerst vooral cliënt waren, zijn weer mens geworden. Een mens die iets te geven heeft, gezelligheid en muzikaliteit bijvoorbeeld. Door KOEK en het Rijtuigenhuis is er een gevoel van ruimte in de buurt gekomen: als je als bewoner iets wil, dan kan het! In het ontstane klimaat staat de vraag wat mensen zelf willen voorop. Dat kan variëren: de één wil meer lucht in het leven, de ander een eigen bedrijf opzetten. Binnen KOEK is niets te gek of het krijgt een plek. Niemand wordt gepusht. Het uitnodigende en stimulerende klimaat is niet vanzelf ontstaan; het kostte veel energie om het tot stand te brengen, maar het resultaat mag er zijn. Niet alleen vinden bewoners dat hun wijk de leukste van Nieuwgein is geworden, ook professionals beginnen er geleidelijk hun draai te vinden. Het succes van KOEK inspireert en verbindt heel Nieuwgein. Bewoners van andere buurten komen in het Rijtuigenhuis op de koffie, raken geïnspireerd en gaan in hun eigen buurt aan de slag. Bewoners uit de Rijtuigenbuurt hebben bijvoorbeeld vriendschap gesloten met bewoners van Luifelstede (statushouders).

EN WAT VINDT LISTER ER EIGENLIJK VAN?

Valentijn van den Bergh, locatiehoofd Lister, is blij met KOEK. 'Iedereen wil graag tevreden zijn over zijn leven en zijn dromen en wensen waarmaken. Ook willen we er allemaal toe doen. Dat lukt niet altijd, bijvoorbeeld omdat je leven ontwricht is geraakt. Een psychische kwetsbaarheid kan je belemmeren de volgende stap te zetten. Dan heb je iemand nodig die naast je wil staan en die je helpt je leven weer op de rails te zetten.' Van den Bergh zegt dat de professionals van Lister hun cliënten zo snel mogelijk overhevelt naar bestaande netwerken, waar verder herstel plaats kan vinden.

'Wij dragen Initiatieven als het Rijtuigenhuis vooral een warm hart toe doordat zij mogelijkheden bieden om sociale netwerken te bekrachtigen en het contact met familie en vrienden te herstellen. Opdat de cliënt weer mens kan worden.'

ZELF AAN DE SLAG MET KOEK - Van Gesprek naar Plan in een aantal stappen

Het begint altijd met een gesprek. Coaches gaan eerst de buurt in en voeren gesprekken met bewoners. Zij vragen hen wat zij doen of leuk vinden om te doen en waaraan zij actief deel (willen) nemen. Hoe zij hun toekomst zien, wat zij graag willen doen, wat hen boeit. Het doel van deze gesprekken is tweeledig: enerzijds mensen vinden met ideeën, plannen en talenten (potentiële KOEKers), die met elkaar en met andere activiteiten in de buurt verbonden kunnen worden en anderzijds het netwerk rondom deze mensen met ideeën verdichten. **Wat kan KOEK voor jou betekenen?** Dat is de vraag die de coaches na verloop van tijd aan bewoners stellen. En als een bewoner aan de slag wil met een idee of dit wil onderzoeken dan volgen er vaak, in het tempo van de bewoner, nieuwe stappen. **KOEK bestaat uit vijf stappen**

STAP 1 – DE ONTMOETING De coaches zoeken de mensen op, op straat en in de buurt, en gaan met hen in gesprek

STAP 2 – HET GESPREK OVER DROMEN EN VERWEZELIJING DAARVAN. Bewoner en coach zoeken samen naar aanknopingspunten voor het verwerkelijken van dromen en of het persoonlijke kansenbudget 500 euro per persoon daarvoor eventueel gebruikt moet worden. Dit kan een droom voor persoonlijke ontwikkeling zijn, of een droom voor de buurt.

STAP 3 – DE DROOM. Bewoner gaat met zijn droom aan de slag en kijkt wie hem kan ondersteunen.

STAP 4 – HET PLAN. Elke bewoner kiest een eigen coach. Als hij gecoacht wil worden door de groenteboer van de hoek, dan kan dat. Het gaat vooral om informele ondersteuning. Indien gewenst worden ook formele aanbieders gezocht. In alle gevallen geldt: bewoners doen, coaches zijn dienend!

STAP 5 – HET FEESTJE. Bewoner benoemt een aantal mijlpalen in zijn toekomstplan en bepaalt samen met zijn coach wanneer een mijlpaal gehaald is. Dan volgt er een feestje waarbij de bewoner in het middelpunt staat!

MIJN WENS IS OM OOIT HET NOORDELICHT TE FOTOGRAFEREN.



Mirjam de Reuver

Met deze wens stapte Mirjam de Reuver als een van de eerste buurtbewoners uit de Rijtuigenbuurt in Nieuwegein in het project van Koek.

Als **klimmer van het eerste uur** wilde zij graag onderzoeken of ze van haar grootste passie en hobby, fotograferen, misschien kon overstappen van een enthousiaste amateur fotograaf naar een wat hoger niveau. Bij haarzelf leefde de vraag of ze zelfs als zelfstandige aan de slag zou kunnen gaan met haar passie en droom.

Nu we het tweede jaar zijn ingegaan in de Rijtuigenbuurt, heeft zij ontdekt dat haar vroege instappen haar kijk op haar eigen toekomst heeft verruimd. Zij is inmiddels een vaste waarde geworden in het 'Rijtuigenhuis' en zorgt voor een prettige verbinding tussen de bewoners en de gemeente.

Als **Koek-er** geeft ze workshops over het Rijtuigenhuis en haar ervaringen en tips om het tot een succes te maken. Ze heeft prachtige verhalen over haar ontmoetingen met andere bewoners en ontleent veel energie en positiviteit aan het helpen van haar mede Koek-ers. Samen met een aantal buurtbewoners is ze actief bezig met community art projecten die de sociale samenhang vergroten.

Over mijn werk

Met mijn foto's wil ik graag mijn onderwerp of model laten zien. Fotograferen doe ik al heel lang. Op dit moment hou ik mij vooral bezig met het fotograferen van stillevens. Het afgelopen jaar heb ik mij ontwikkeld in belichting. Waar ik voorheen vooral gebruik maakte van daglicht fotografeer ik de laatste tijd met ledverlichting. Verder ga ik graag de natuur in met mijn camera. Macrofotografie vind ik erg leuk. Kleine details laten zien. Net dat laten zien wat een ander niet ziet. Ik hou ook erg van lijnen en geometrische vormen.

Mijn werkwijze

Voor mijn stillevens vraag ik mensen (vooral buurtbewoners) of ze spullen die hen representeren mee willen nemen naar de studio. Samen maken we een schikking op een klein zwart tafeltje. De voorbereiding voor de foto levert bijna altijd mooie gesprekken op. Mensen laten zich aan mij zien met hun dierbare spullen. De uiteindelijke foto is maar een klein onderdeel van het totale proces. De lach, de traan, de ontroering, de boosheid, het blijft allemaal achter in de studio.

Mijn beïnvloeders

De afgelopen periode hebben vooral de bewoners van de Rijtuigenbuurt mijn ontwikkeling beïnvloed. Samen bedenken en creëren heeft mij op creatief vlak sterk laten groeien. Het vertrouwen in elkaar brengt je naar grotere hoogtes.

Ik heb het voorrecht gehad om van voedselphotograaf Erik van Tienhoven van Weezel een workshop belichting te mogen volgen. Zijn kennis en passie heeft op mij een diepe indruk gemaakt en mij geholpen in mijn ontwikkeling.





MIJN BENEDENBUURVOUW HEEFT MIJ BEKEND GEMAAKT MET HET RIJTUIGENHUIS



Monica van der Linden

In het voorjaar van 2017 is Monica komen wonen in de Rijtuigenbuurt. Vrij snel daarna werd zij aan de deur benaderd door een benedenbuurvrouw.

Deze benedenbuurvrouw was al actief als **KOEK-er** in het Rijtuigenhuis en vroeg zich af of haar nieuwe buurtgenoot misschien wat meer sociale contacten wenste.

Na enige aarzeling besloot Monica om een keertje te gaan kijken in het Rijtuigenhuis. Zij voelde zich zeer welkom en wist direct dat ze hier aan haar eigen ontwikkeling kon gaan werken aan in Nieuwegein en in de Rijtuigenbuurt.

Na een tijdje voorzichtig te hebben rondgekeken, werd zij steeds actiever als **KOEK-er** en Rijtuigenhuis-vrijwilliger. Inmiddels verzorgt zij op donderdag de lunch in het huis voor haar medebewoners uit de buurt. De gezamenlijke lunches blijken een schot in de roos en hebben een vaste waarde gekregen voor ongeveer tien bewoners uit de Rijtuigenbuurt.

Groei van het afgelopen jaar

Het afgelopen jaar ben ik meer mezelf dan daarvoor. Toen ik in de buurt kwam wonen, was ik door privé omstandigheden teruggetrokken en geïsoleerd geraakt. Ik merk dat ik langzaam aan het veranderen ben en de mensen om mij heen weer begin te vertrouwen. Hierdoor sta ik positiever in het leven. Ook ben ik actief in de community art projecten die de ontmoetingen met elkaar positief bevorderen en het gesprek met elkaar op gang houden.



NIEUWE VERBINDINGEN

Er worden regelmatig activiteiten georganiseerd waarbij kleine wensen van buurtbewoners die meedoen een mooie plek krijgen binnen het project. Ronald en Gerard zijn beide bekend met Lister. Ze hebben binnen het project een groei doorgemaakt die voelbaar en merkbaar is. Roland wilde bijvoorbeeld graag koken voor medebewoners maar vond het lastig om dit te organiseren en op te zetten. Gelukkig kwam daar de steun van een andere KOEK-er uit de buurt die Roland ondersteunt en met hem en andere buurtgenoten mee eet.

De spelletjesavonden in het Rijtuigehuis

FENNY GAF TE KENNEN DAT ZE DE OUDERWETSE GEZELLIGHEID EEN BEETJE MISTE EN HEEL ERG GRAAG SPELLETJESAVONDEN ZOU WILLEN ORGANISEREN.

Fenny organiseert regelmatig een spelletjesavond in het Rijtuigehuis. Via de nieuwsbrief, Facebook en mondeling worden de buurtbewoners op de hoogte gebracht. Er zijn al flink wat spelletjesavonden voorbij gekomen en dit blijkt een schot in de roos. Het levert veel gelach, vrolijkheid en leuke gesprekken op. De mensen komen dan ook trouw naar de avondjestoe om te ontspannen. Fenny geniet hier erg van.



MIJN DROOM WAS OM EEN MUURSCILDERING TE MAKEN SAMEN MET DE BEWONERS



Carin Sleurink

Mijn droom was om mijn eigen wijk kleurrijker te maken en de mensen dichter tot elkaar te brengen. Daarnaast wilde ik graag bekijken of ik kon gaan starten als zelfstandige naast mijn huidige baan.

Een aantal jaar geleden ben ik in de Rijtuigenbuurt komen wonen na het beëindigen van een lange relatie. ik voelde mij in het begin erg alleen en werd door de vele grijze muren om mij heen nog somberder. Er speelde ook het een en ander op persoonlijk vlak. Vanaf het begin ben ik actief betrokken bij het Rijtuighuis en de **KOEK**gedachte. In de zomer van 2017 kwam mijn wens uit en is de muurschildering samen met veel burens gerealiseerd. Ik heb er veel plezier in om activiteiten te organiseren waarbij community art als startpunt dient. Zo hebben we een halloweentocht georganiseerd en zijn we op dit moment druk bezig met het vervaardigen van een social sofa bank.

Met ondersteuning van professionals ben ik op persoonlijk vlak dusdanig gegroeid dat ik zojuist naast mijn baan als instructeur/docent op een MBO mijn eigen bedrijf heb opgestart als grafisch vormgever, illustrator en community art builder. Ook geef ik diverse trainingen waarbij ik de Adobe software met veel passie aan nieuwe geïnteresseerde personen leer.

[HTTPS://WWW.DESIGNAROUND.NL](https://www.designaround.nl)



Rijtuigenbuurt, 8 augustus 2017

De muurschildering is gemaakt door bewoners uit de Rijtuigenbuurt onder begeleiding van initiatiefneemster, kunstenaar en buurtbewoonster Carin Sleurink.

"De ekster is een vogel die vaak wordt waargenomen in de Rijtuigenbuurt. Bovendien staat het symbool voor een vrije vogel omdat hij kan vliegen waar hij wil en zodoende overal even kan "buurten". In zijn poten draagt hij een omgekeerd hoefijzer wat de verwijzing naar de naam van de buurt symboliseert en het geluk dat hij meeneemt".

CONTACT VAN MENS TOT MENS



Coffee 2 Grow

Het begint vaak met een kopje koffie en een persoonlijk gezicht. In de Rijtuigenbuurt werd dat al heel snel duidelijk. Er wordt niet alleen afgewacht of de mensen uit zichzelf langs komen om een kopje koffie te komen drinken en een praatje te maken. Nee, de actieve bewoners die betrokken zijn bij **KOEK** en het Rijtuigenhuis gaan **samen met de professionals** de wijk in om de mensen te leren kennen. Elke keer staat de kar op een andere plaats in de wijk en vaak wisselt de samenstelling van de mensen die met de kar de wijk in gaan. Het maakt de afstand naar de andere buurtbewoners kleiner en de mensen achter het Rijtuigenhuis en **KOEK** krijgen daadwerkelijk een gezicht in de wijk.

Dit levert mooie, intieme en gezellige gesprekken op en maakt KOEK en zijn vaste plek "Het Rijtuigenhuis" meer bekend in de buurt.



LANGZAMERHAND BEN IK GAAN AANVAARDEN, DAT IK GEWOON MIJZELF MAG ZIJN.



Pjotr Salomé

In het najaar van 2016 hoorde ik dat er een gratis stop motion animatie workshop gegeven werd in het Rijtuigenhuis. Doordat ik een grafische achtergrond heb en hierin graag verder wil groeien leek mij dit erg interessant om te volgen. Al snel bleek dat ik de sociale interactie tijdens deze workshop prettig vond. Hierdoor kwam ik vaker in het Rijtuigenhuis en raakte ik betrokken bij **KLIMMEN OP EIGEN KRACHT**. Na enige tijd kwam de vraag of iemand de nieuwe nieuwsbrief van de wijk zou willen ontwerpen en opmaken. Gezien mijn achtergrond was dit op mijn lijf geschreven. Sindsdien maak ik eens per maand de nieuwsbrief voor de wijk. Dit doe ik met veel plezier en voldoening. Door mijn activiteiten voor de nieuwsbrief kwam ik op de overige besprekingen en vergaderingen over **KOEK** en raakte ik meer betrokken bij het Rijtuigenhuis.

Persoonlijke groei

Geleidelijk ben ik gaan aanvaarden, dat ik gewoon mijzelf mag zijn. Dit proces is nog steeds gaande, elke dag merk ik dat ik steeds verder in de richting kom waar ik naar toe wil. Vóór het Rijtuigenhuis was ik bezig met tekenen en ontwerpen, maar dat was sterk naar binnen gericht. Ik had niet het gevoel dat ik nuttig bezig

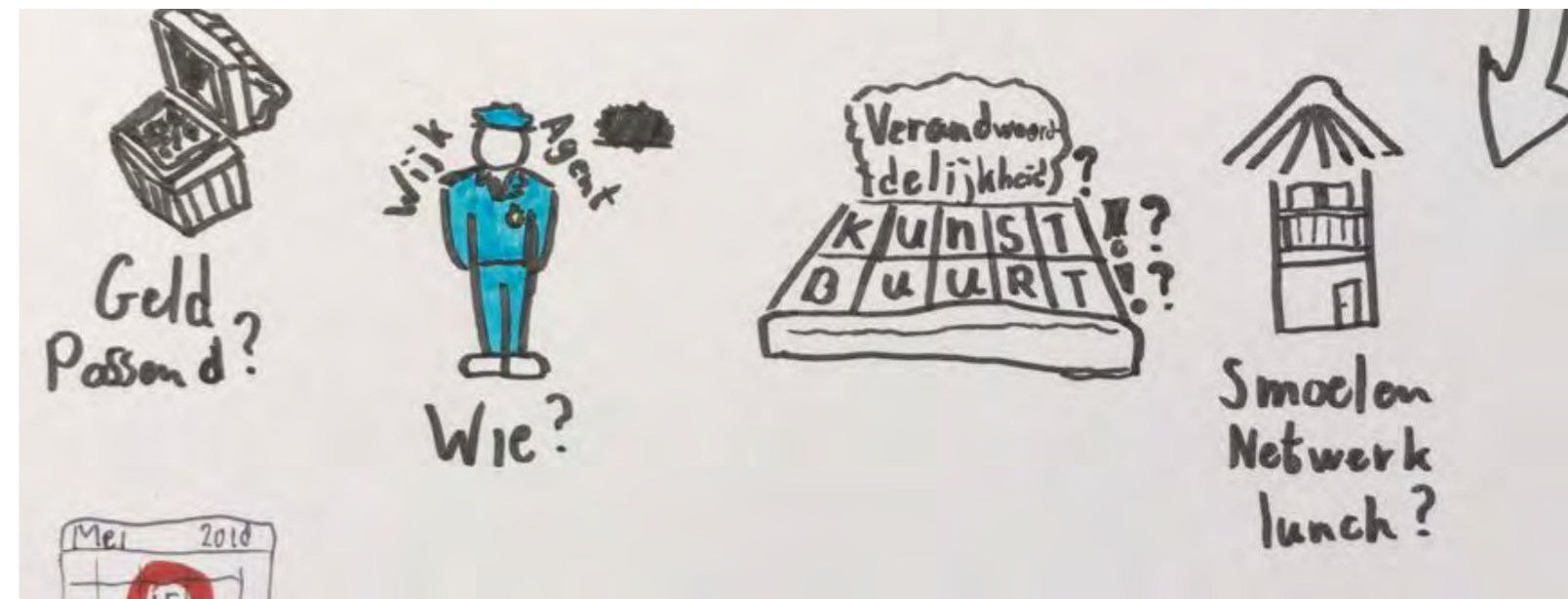
was. Nu merk ik dat ik steeds meer durf te laten zien, wat ik kan en probeer ik ook nuttiger te zijn voor de maatschappij en voor de buurt. Ik ben erachter gekomen dat ik verder wil met tekenen, en ook de kwaliteiten van illustrator heb.

Mijn beïnvloeders

Door de mensen die betrokken zijn bij het Rijtuigenhuis en het project **KOEK** kwam ik erachter dat er mensen om de hoek wonen die mij verder kunnen helpen in mijn persoonlijke ontwikkeling als Illustrator / kunstenaar.

Gevolgde workshops en toekomst wensen

Inmiddels heb ik de volgende workshops gevolgd. Illustreren bij het **UCK** (Utrechtse Centrum voor de Kunsten). Visueel notuleren (Ideeënfabriek in Uden). Op verzoek van Irma heb ik een vergadering in het Rijtuigenhuis opgetekend tussen de vrijwilligers en de professionals. Ook ben ik als Illustrator uitgenodigd om tekeningen te maken bij een improvisatie theatergroep. Graag zou ik in de nabije toekomst via **KOEK** deze werkzaamheden gaan uitbreiden met als einddoel een eigen bedrijf.



"WE KIEZEN IN KOEK VOOR DE FOCUS OP HET POSITIEVE"



Sabrina Eijk gelooft in het bouwen aan gemeenschappen vanuit passies en talenten van bewoners

"We kiezen in KOEK voor de focus op het positieve"

Sabrina Eijk is programmaleider EigenWijks bij de gemeente Nieuwegein en warm pleitbezorger voor de **KOEK**-aanpak. Daarom heeft deze dag een extra feestelijk tintje. "We hebben een 'go' gekregen om een tweede **KOEK**-huis te openen."

Voor de gemeente was het geen hamerstuk. Sabrina: "Bij dit soort initiatieven is het op voorhand lastig te vertellen wat ze opleveren. Zo zit er een maatschappelijk rimpel-effect om **KOEK** heen; om het **KOEK**-huis, de bewoners en de buurt. Maar hoe vertaal je dat nou in euro's maatschappelijke opbrengst? Daar gaan we in 2018 mee aan de slag. Voor nu laten we de waarde zien in verhalen."

Duurzame oplossing

Sabrina neemt ons terug naar de start van **KOEK**. "Eigenlijk ging de bal rollen met het binnenhalen van community builder Joop Hofman. Dat was nog voor dat 'Buurtkracht', een verzamelnaam werd voor dingen die inwoners en ondernemers (samen) ondernemen, met of zonder hulp van de gemeente. Ik vroeg Joop om te

komen brainstormen. Hij vertelde mij over **KOEK**. Samen met collega's waren we al bezig ons te richten op wat mensen kunnen, in plaats van op hun beperkingen. De ABCD methode (Asset Based Community Development) en **KOEK** bevestigden ons dat we op de goede weg waren. Dat leidde uiteindelijk tot het programma "EigenWijks".

Eigenwijks bestaat uit de twee programmalijnen: Positieve gezondheid en Buurtkracht en is onderdeel van Transformatieagenda 'Versteking eigen kracht, Ondersteuning en Bescherming'. Binnen die Transformatieagenda komen we los van de traditionele manier waarop wij naar mensen kijken. "In plaats van dat we focussen op wat iemand niet kan en het probleem, kijken we naar wat iemand wel kan en zijn of haar talenten".

"Dit is ook een van de redenen waarom we met **KOEK** zijn gestart. Als we mensen naar werk begeleiden, zoeken we eerst eerst naar banen en dan pas naar mensen. Dat blijkt niet te werken, mensen vallen snel uit omdat het niet matcht. Maar wat gebeurt er als je bij hun passies en talenten start? En die de ruimte geeft? Dan levert dat wellicht een kronkelige weg op, maar wel één die leidt naar een duurzame oplossing. Dat kan dan werk, vrijwilligerswerk of de start van een eigen bedrijf zijn."

Buurt als vertrekpunt

Er volgde een werkbezoek aan Drachten. Sabrina: "Daar was **KOEK** als interventie opgezet. Een professional signaleerde een mogelijk **KOEK**-klant en verwees hem of haar door. **KOEK in Drachten** was gericht op een individuele aanpak. Was daar gericht op een individuele aanpak. In Nieuwegein kozen we de buurt als vertrekpunt. De wijkcoördinator benaderde een paar bewoners met een simpele vraag:

'Vinden jullie het leuk om een plek van, met en voor de buurt te creëren, waar je ook met jezelf aan de slag kunt gaan?'

Dat werd het eerste **KOEK**-huis. Niet alleen voor individuen die willen klimmen, maar ook als thuis voor de **KOEK**-buurt. Bewoners zetten enorme stappen omdat ze doen wat ze willen en kunnen én omdat ze met elkaar verbonden zijn.

"Dat is ook het verschil met meer traditioneel welzijnswerk, dat individueel met mensen werkt en daarna weer **"loslaat"**. Als ze niet duurzaam aan anderen worden verbonden, is de oplossing vaak van tijdelijke aard. **KOEK** is voor professionals nog wel een grote interne strijd over hun rol. Want iedereen in het **KOEK**-huis, ook de professional, is onderdeel van de groep. Hoe kun je als persoon onderdeel zijn van de community en tegelijkertijd je professionele bagage inzetten? De vraag aan professionals verandert. Er zijn altijd mensen die het net zelf aankunnen, maar ook moeten kunnen rekenen op professionele ondersteuning. 's Avonds of in het weekend. Ondersteuningsvragen laten zich niet vangen tussen negen en vijf. Hoe dat gaat lopen, vind ik heel spannend."

Mooie stap vooruit

Het eerste **KOEK**-huis is een succes, nu volgt er een tweede avontuur. **Sabrina**: "We hebben nu een verhaal over hoe we vanuit een andere benadering kunnen werken aan inclusiviteit. Lister, één van de partners in **KOEK**, ziet zijn 'cliënten' weer 'buurtbewoners' worden. We sluiten onze ogen niet voor problemen, maar vliegen ze niet aan vanuit tekortkomingen, maar vanuit het positieve. Ik geloof hier heel erg in. Gemeentebreed is bij iedere projectstart het betrekken van bewoners nu normaal. Dat is nog geen community building, maar al wél een mooie stap vooruit."

En we realiseren ons steeds meer dat de community-insteek leidt tot beter en gemakkelijker contact in buurten. Het is belangrijk te blijven zien dat community building zijn eigen competenties en vaardigheden vraagt. Het bouwen aan gemeenschappen werkt wereldwijd en hier dus ook."

