

KEN JE MIJ?

DE REGENBOOG GROEP IN 2018

4 DAKLOOSHEID

Twee jaar leefde Peter op straat. Mensen zijn soms een beetje bang voor hem. Regine: 'Maar al snel weet je: een grote mond en een piepklein hartje.' ... 6



EENZAAMHEID

Diana kwam nauwelijks meer de deur uit. Lilian gaat met haar op pad. 'We nemen elkaar zoals we zijn. Net als Diana had ik ooit last van psychoses.' ... 24

22

10 PSYCHISCHE NOOD

Raymond raakte geïsoleerd nadat hij zijn verslaving had overwonnen. Melody: 'Ik dacht: als ik hem mijn vertrouwen schenk, dan komt de rest vanzelf.' ... 12



WERK WERKT

Andrea heeft een betaalde baan. Haar eerste. Mirjam: 'Ik zag iemand die heel gevoelig is en die over veel vaardigheden beschikt.' ... 30

28

16 ARMOEDE

Door tegenslag raakte Henri alles kwijt. Ook zijn geld. Malika: 'Hij zag er verdwaald uit, met paniek in zijn ogen.' ... 18



ONTHEEMD

Fleur is de buddy van Juli. Hij vluchtte uit Syrië omdat hij groot gevaar liep. 'Ik heb diep respect voor hem, omdat hij de kracht had om weg te gaan.' ... 36

34

Beste lezer,

Deze Meeleven is anders dan je van ons gewend bent. Deze editie staat helemaal in het teken van ons jaarverslag.

We zijn onder de indruk van het vertrouwen dat we krijgen van onze donateurs, onze vrijwilligers, de fondsen, kerken, bedrijven en natuurlijk de gemeente Amsterdam. Daarom bieden we je graag een kijkje in onze organisatie, begeleid door mooie, persoonlijke verhalen van onze mensen. Want echte verhalen zeggen meer dan duizend cijfers.

Voor het complete jaarverslag verwijzen we je naar onze website www.deregenboog.org. Veel leesplezier!

DE KRACHT VAN DE REGENBOOG

Wij dromen van een Amsterdam waarin er plek is voor iedereen. Een stad waarin niemand zich verloren hoeft te voelen. Daarom zijn we de Amsterdamse vrijwilligersorganisatie die opkomt voor kwetsbare stadgenoten. Al 44 jaar. Lees verder op pagina 40

KEN JE MIJ?

In onze stad leven veel kwetsbare Amsterdammers die soms nauwelijks worden gezien. Soms maken zij zichzelf onzichtbaar, omdat het te pijnlijk of te moeilijk is om anderen aan te spreken. En soms kijken we als stadgenoten weg, omdat we ons niet goed raad weten met hun situatie.

Het schrijnende is: als niemand je opmerkt, besta je niet. Elkaar écht zien is wat een stad sociaal maakt. We kunnen ook gewoon niet zonder elkaar. Je hebt nu eenmaal de ander nodig om zelf iemand te kunnen zijn. Of je nou veerkrachtig bent en sterk, of (tijdelijk) kwetsbaar en zoekend. Gelukkig zijn er veel Amsterdammers die dat beseffen. Ze zoeken elkaar op, leren elkaar steeds beter kennen en vaak groeit daaruit veel moois.

De grootste impact zit misschien wel in de ontmoeting tussen vrijwilligers en kwetsbare stadgenoten. In die ontmoeting gebeurt er iets onomkeerbaars. De ander echt zien – en gezien worden. Het groeiende begrip. Met andere ogen naar elkaar kijken. Je verbonden voelen. En vanuit het hart begrijpen wat eerst onbegrepen werd.

Kijk in dit nummer mee naar hoe mensen elkaar via De Regenboog Groep hebben leren kennen. Want juist die ontmoeting vertelt veel over ons, ons werk en de opbrengsten in 2018.

Hans Wijnands, directeur

DAKLOOSHEID

HET PROBLEEM

Aantal daklozen in NL

30.500

79% ♂
21% ♀



van de daklozen leeft in Amsterdam • Den Haag • Rotterdam • Utrecht



➔ 1,3% uithuiszettingen per jaar

Bronnen:
Sterk en Zwak in Amsterdam, GGD Amsterdam, 2018
Inzicht in dakloosheid 2009-2016, CBS, 2018

HOE WE ELKAAR HELPEN

De dak- en thuislozen in Amsterdam kunnen even rust vinden in een van onze inloophuizen. Er zijn gezonde maaltijden te krijgen, een warme douche en schone kleding. Ook kunnen ze er terecht voor maatschappelijk werk en activiteiten. De bezoekers helpen zelf mee het inloophuis draaiende te houden. De huizen zijn verdeeld over de stad en hebben elk hun eigen karakter. In drie ervan kunnen mensen met een verslaving terecht in een gebruikersruimte. Zo voorkomen we overlast op straat. Ook is het voor henzelf veiliger om daar hun drugs te gebruiken.

Voorbeeld
Amsterdam Underground

Stadswandelingen onder begeleiding van een ex-dakloze, die de deelnemers een andere kant van de stad leert kennen.

Voorbeeld
Onder de Pannen

Onderdak bij particulieren voor mensen die op straat terechtgekomen zijn, door verlies van hun baan of een scheiding.



WAT HET ZOAL BRENGT

- De weg vinden naar instanties
- Tijd en ruimte om een structurele oplossing te vinden
- Weer gezien worden als mens

VOOR ELKAAR GEKREGEN

In onze inloophuizen **4.922** daklozen opgevangen
109.004 maaltijden verstrekt
23.453 x vuile kledingstukken omgeruild
65 nachten open tijdens de vrieskou



‘Peter heeft een grote mond, maar een piepklein hartje’

Peter (60) leefde twee jaar op straat. Hij liet zijn bestaan in Lelystad achter nadat zijn vriendin omkwam door een verkeersongeluk en hij zijn baan kwijtraakte. ‘Ik wilde niks meer.’ Regine (58) helpt al 25 jaar stadgenoten die geen thuis meer hebben. ‘Ik vind gewoon dat ik iets moet doen.’ Ze werken soms samen mee in de keuken van inloophuis Makom, bedoeld voor daklozen.

P: Ik zag Regine voor het eerst in de keuken. Je keek heel streng, een beetje boos zelfs.

R: Dat moest ook wel, anders ging het nooit lukken met dat toetje. Ik ben gewoon heel direct als ik iets moet uitleggen.

P: Het klikte gelijk. Iedereen zei: jullie lijken wel een stelletje. We zitten ook altijd te bekvechten.

R: We zijn wel aan elkaar gewaagd. Hij is mijn maatje hier. Maar als ik tegen hem zeg dat we van hem houden, roept hij gelijk: hou op!

P: Ik was elf toen ik wees werd. Houden van zit niet zo in me.

R: Peter weet precies hoe hij moet omgaan met de bezoekers hier. Hij noemt ze allemaal pannenkoek.

P: Je moet soms wel een geintje maken, anders krijg je niks voor elkaar.

R: Veel bezoekers kennen Peter nog van de straat.

P: Als ik ze tegenkom bij de tramhalte vragen ze wel eens of ik nog wat onderbroeken voor ze heb. Er zijn dan omstanders die vragen: sprak jij nou met een dakloze? Dan zeg ik: het zijn ook mensen hoor.

R: Ik wist vroeger denk ik ook niet goed wat ik moest zeggen als een dakloze naast me op een bankje was komen zitten. Dat is nu anders. Ik ken hun wereld beter, achter elke dakloze zit een verhaal.

R: Als mij hetzelfde was overkomen als Peter, dan had ik graag iemands armen om me heen gevoeld.

P: De nachten waren het ergst op straat. Overdag kan je nog wel ergens naar binnen. Maar ‘s nachts ... Toen het sneeuwde, stopte er een keer een auto vlak bij mijn bankje. Staat daar ineens een man met een enorme pizza. Met alles erop en eraan. Voor mij. Ik dacht: krijg nou de klere. Maar ik heb ook wel eens meegemaakt dat twee meisjes in de vrieskou een flesje water in je gezicht pleuren. Die heb je ook.

R: Nu Peter een huis heeft en een baan zie ik hem meer zijn draai vinden. Meer regelmaat. Minder zorgen. Hij heeft weer een plek.

P: Het leven op straat blijft wel in je zitten. Ik heb thuis een bed maar ik heb er eigenlijk nog nooit op gelegen. ‘s Zomers slaap ik op het balkon.

R: Mensen die Peter voor het eerst zien, zijn een beetje bang voor hem. Maar na een weekje weten ze: een grote mond en een piepklein hartje.

P: Mij interesseert het niet als een dakloze vervelend tegen me doet, want ik weet dat hij morgen heel anders in zijn vel kan zitten. Maar ze moeten niet boos doen tegen Regine. Dat moeten ze niet proberen.

R: Hé pannenkoek, zegt hij dan.



Inloophuis Makom

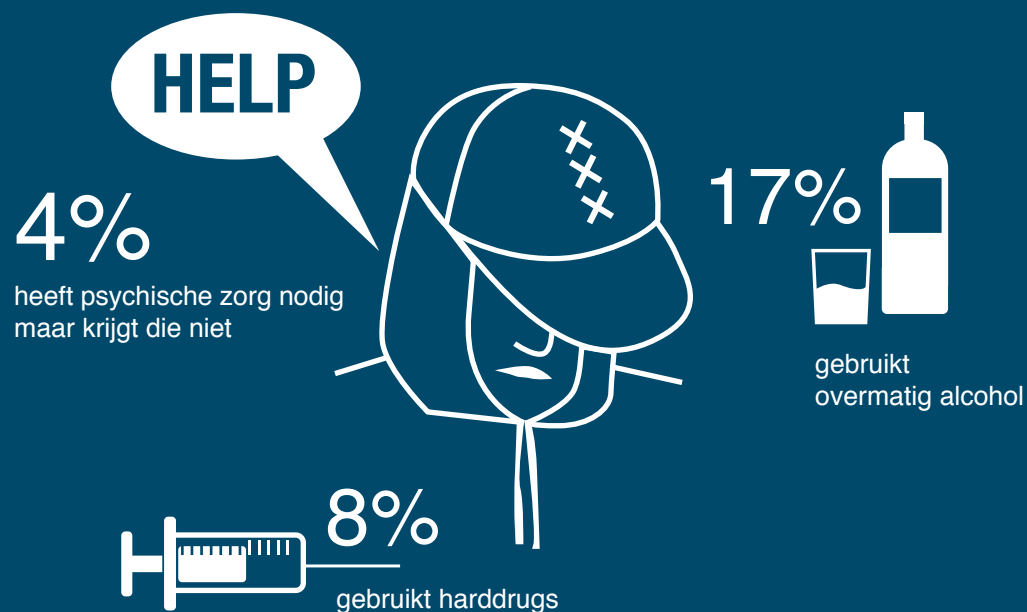
Peter is een van de vele daklozen die een veilige plek vond in Makom. Vrijwilligers zoals Regine geven iedere inloop een eigen gezicht. Ondernemers uit de buurt doneren dagelijks brood, groente, fruit en andere zaken.

PSYCHISCHE NOOD

HET PROBLEEM

1 op de 5 volwassenen heeft ooit in het leven een depressie meegemaakt

8% van de Amsterdammers heeft ernstige psychiatrische klachten



Bronnen:
Sterk en Zwak in Amsterdam, GGD Amsterdam, 2018
Depressie in cijfers, Trimbos-instituut, 2016
Gezondheid in beeld: Resultaten Amsterdamse Gezondheidsmonitor 2016, GGD Amsterdam

HOE WE ELKAAR HELPEN

De Regenboog Groep is er ook voor Amsterdammers met psychische problemen en voor stadgenoten die worstelen met hun verslaving. Vaak gaan die problemen hand in hand. We bieden praktische hulp en steun om weer structuur te krijgen. Maar nog belangrijker: we zorgen ervoor dat er iemand voor hen is en dat zij weer meer in contact komen met de wereld om hen heen. Vaak zijn ze door hun problemen alles kwijtgeraakt. Ook hun vertrouwen.

Voorbeeld
Partner- en familie-ondersteuning

Coaching en begeleiding van naasten van mensen met psychische problematiek en verslavingsproblemen.

Voorbeeld
Maatjes voor jongeren

Een eigen maatje voor jongeren, die door hun psychische klachten moeilijk aansluiting vinden bij leeftijdsgenoten.

→ **WAT HET ZOAL BRENGT**

- Steeds meer vertrouwen krijgen in jezelf
- Meer perspectief zien
- Weer mee kunnen doen met activiteiten

VOOR ELKAAR GEKREGEN

545 mensen in nood ondersteund door een vrijwilliger

144 x hulp aan familieleden van (ex)verslaafden

80.268 vuile spuiten omgeruild

142 ex-verslaafden geholpen door een vrijwilliger



‘Ik begrijp nu beter wat er is gebeurd’

Raymond (54) raakte verslaafd aan heroïne toen hij 13 was. Jaren van clean zijn en terugvallen wisselden elkaar af. Na de laatste terugval zocht hij een buddy om weer onder de mensen te komen. Dat werd Melody (35), softwareconsultant bij een groot bedrijf. Ze bleken meer gemeenschappelijk te hebben dan ze aanvankelijk dachten.

R: Ik was bloednerveus toen we aan elkaar werden voorgesteld. Ik was bang om mensen in mijn hart te laten. Iedereen was ik kwijtgeraakt. Mijn vrouw, mijn gezin, mijn vrienden. Ik leidde een kluizenaarsbestaan.

M: Een jaar voor die ontmoeting was mijn vader overleden. Sindsdien vroeg ik me af: is dit het leven nou? Alles leek nietszeggend. Ik besloot vrijwilligerswerk te gaan doen, naast mijn baan. Ik ben opgegroeid met een verslaafde vader. Ik dacht: misschien kan ik daar iets positiefs mee doen.

R: Melody vertelde gelijk over haar vader. Haar openheid deed me veel. Maar die confrontatie met mij leek me ook moeilijk voor haar. Zelf ben ik vader van vijf kinderen. Met de oudste heb ik sinds kort weer contact. De andere kinderen willen niks met me te maken hebben. En dat begrijp ik heel goed.

M: Mijn vader had net als Raymond steeds een terugval. Ik was 18 toen hij uit mijn leven verdween. Hij was jarenlang onvindbaar. Later bleek dat hij op straat had geleefd. Vlak voor hij overleed kregen we weer contact. Mijn opa belde dat hij weer in het vizier was van de hulpverlening.

R: Wat ze al snel op tafel legde: heeft mijn vader wel van mij gehouden? Was ik dan niet belangrijk genoeg dat hij zijn verslaving verkoos boven mij?

M: Het was heel bijzonder om via Raymond de antwoorden te vinden waar ik mijn vader niet naar kon vragen.

R: Verslaving is een ziekte. Die maakt dat je niet in staat bent om je kinderen lief te hebben terwijl je zo ontzettend veel van ze houdt. Steeds beloof je ze van alles, steeds weer stel je ze teleur. En op een dag besluiten ze: dat gaat niet meer gebeuren, papa. Ik kan niet verwoorden hoe groot het gemis is, het schuldgevoel, de schaamte. Ik ben er zelf verantwoordelijk voor dat het zo is gegaan.

M: Er waren tijden dat ik soms dacht: verslaafd zijn is een keuze. Maar zo simpel is het niet. Ik kan nu beter een oordeel vormen over wat er met mijn vader is gebeurd.

R: We gingen vaak zo op in onze gesprekken dat ik de omgeving vergat – en de dingen waar ik bang voor was.

M: Het was geen doordachte strategie of zo. Ik dacht: als ik hem mijn vertrouwen schenk, dan komt de rest vanzelf.

R: Weet je nog die keer in het overvolle Vondelpark? Ik realiseerde me: zo was ik vroeger ook, tussen de mensen. Die dag nam ik een besluit. Dat ik mensen weer kan vertrouwen, dankzij jou. Ik ben weer aan het worden wie ik was. Maar dan zonder drugs.



Buddytraject

Veel (ex)verslaafden en mensen met psychiatrische problemen raken door hun situatie eenzaam. Raymond vond via De Regenboog Groep een maatje om mee op te trekken. Hij is alweer een tijd clean. Inmiddels is hij gestopt met het buddytraject. Raymond coacht nu zelf mensen in vergelijkbare situaties – naast zijn beroep van fysiotherapeut.

ARMOEDE

HET PROBLEEM

18% van de huishoudens
in Amsterdam
behoort tot de minima

= 71.386 huishoudens



= 27.000 kinderen

54% van de minima is langdurig arm
(4 jaar of langer)

Een schuldenaar heeft gemiddeld **13**
verschillende schuldeisers

Bronnen:
Sterk en Zwak in Amsterdam, GGD Amsterdam, 2018
Kerncijfers armoede in Amsterdam, Gemeente
Amsterdam, 2018
Jaarverslag NVVK 2017

HOE WE ELKAAR HELPEN

In Amsterdam leeft 1 op de 5 mensen in armoede. Sommigen belanden op straat na een verbroken relatie, hoge schulden of een combinatie van tegenslagen. Volgens de gemeente zijn die problemen vaak niet groot genoeg om hulp te krijgen. Maar zeker 30 procent van deze mensen kan niet rondkomen door die problemen. De vrijwilligers helpen hen op tal van manieren om weer grip op het leven te krijgen.

Voorbeeld Coachingstraject

Coaching door een
vrijwilliger zodat
Amsterdammers
in armoede weer
perspectief gaan zien.

Voorbeeld Talentontwikkeling

Trainingen voor
Amsterdammers in
armoede, om hun
talenten te ontdekken
en daarop door
te pakken.



WAT HET ZOAL BRENGT

- Meer vertrouwen krijgen in eigen kunnen
- De weg weten naar voorzieningen
- Motivatie om problemen aan te pakken

VOOR ELKAAR GEKREGEN

363 mensen tijdens een schuldhulpverleningstraject
geholpen door vrijwilligers

73 mensen met een verstandelijke beperking en schulden
begeleid door een vrijwilliger

271 deelnemers getraind in leren omgaan met geld



‘Door hem besef ik hoe kwetsbaar wij zijn’

Henri (60) raakte na een werkend bestaan in één klap alles kwijt. Zijn baan. Zijn woonruimte. Zijn laatste beetje geld. ‘Het was een hel. Er gebeurt zo veel in korte tijd, je hoofd kan dat niet verwerken.’ Malika (44) coacht hem om het leven weer op de rails te krijgen.

M: Toen ik hem voor het eerst zag, wist ik gelijk: dát moet hem zijn. Hij zag er zo verdwaald uit, die paniek in zijn ogen. Verloren.

H: Ik had nooit gedacht dat ik in zo’n situatie terecht zou komen. Ik heb altijd voor mijn eigen kostje gezorgd en ineens was ik berooid. Ik ben doelloos op straat gaan lopen. En maar denken, lopen en denken. Waar kan ik slapen? Hoe kom ik aan eten? Ik kon nergens heen. Je kop krijgt een oplawaai, de stress giert door je lijf. Je moet even roken, dus pak je de peukjes van de straat.

M: Toen ik hoorde wat er in zijn leven was gebeurd, dacht ik: shit man, dit is echt niet eerlijk. Dit kan zo niet gaan. Maar zo gaat het. Als je geen postadres hebt, ben je nergens. Dan krijg je niet de uitkering waar je recht op hebt. En zonder geld kun je niks huren.

H: Malika is gelukkig een pitbull. Als ze zich ergens in vastbijt, laat ze niet meer los. Ze beet zich vast in mijn situatie. In de gemeente, in de GGD, in alle regels en instanties. En ze gaf niet op. Dat kreeg ik zelf niet voor elkaar.

M: Er is ook bijna niet doorheen te komen. En je was ook uitgeput door de stress van het leven op straat.

H: Dat gevoel, dat ik het even niet meer alleen hoefde te doen, dat was zo fijn.

M: Ik vind het knap dat je de stap hebt genomen om bij ons binnen te lopen voor hulp. Ik zag in jou een enorme trots die je opzij moest zetten. En dan ook nog die Friese koppigheid.

H: Mijn trots wilde ik niet ook nog kwijtraken. Mensen gaan toch in de loop der tijd aan je zien dat er iets niet goed zit met je. Helemaal sinds mijn voortanden eruit waren geslagen. Ik lag op een bankje in het Rembrandtpark te slapen toen vijf mannen me beroofden van alles wat ik nog had.

H: Wat het ergste is? Ik zie mensen vaak denken. Armoedzaai. Klaploper. Je deugt niet voor onze maatschappij. Als ze je al zien, want meestal kijken mensen langs je heen op straat.

M: Henri is iemand om tegenop te kijken. Wat een volhouder. Voor mij is hij een bijzonder mens met een bijzonder verhaal. Iedereen neemt wel eens een beslissing die fout uitpakt in het leven. Door hem besef ik weer hoe kwetsbaar wij mensen zijn.



Laagdrempelige toegang tot hulp

Henri is een van de Amsterdammers die in armoede leeft. De Regenboog Groep bood hulp. Hij kreeg coaching. Kon terecht bij de inloophuizen. En hij werkte als vrijwilliger mee in de veegploeg en achter de bar. Inmiddels gaat het beter met Henri. Oud-collega's hebben zich over hem ontfermd. Hij heeft tijdelijk werk en tijdelijk onderdak. Henri: 'Wat een kanjers. Ik huil niet vaak, maar wat heb ik gehuild.'

EENZAAMHEID

HET PROBLEEM

Ernstige eenzaamheid komt vaker voor in

Amsterdam 13%

dan in Nederland 10%



22%

van de gescheiden mensen
is eenzaam

Van alle mannen

is **50%** eenzaam



Van alle vrouwen

is **45%** eenzaam

Ernstige eenzaamheid komt het meest voor bij mensen met

Turkse afkomst 25%

bij Nederlandse afkomst 8%

Bron:
Eenzaamheid in Beeld, GGD Amsterdam, 2016

HOE WE ELKAAR HELPEN

Eenzaamheid is vaak het gevolg van meerdere problemen tegelijkertijd, zoals armoede of psychische nood. De Regenboog Groep helpt mensen die eenzaam zijn om een eerste stap te zetten die de eenzaamheid helpt doorbreken. Zo zoeken vrijwilligers mensen thuis op, die vaak al jaren niemand over de vloer hebben gehad. Ook kijken we samen met hen wat zij graag zouden willen. Of het nu gaat om een werkplek, een cursus of vrijwilligerswerk doen.

Voorbeeld Buurtrestaurants

Samen met anderen gezellig eten of koken in Amsterdamse buurthuizen, waar smakvolle en gezonde maaltijden worden geserveerd.

Voorbeeld Homeservice

Initiatief waardoor mensen met een psychiatrische achtergrond aan de slag kunnen als klusser, tuinier of timmerman.



WAT HET ZOAL BRENGT

- Nieuwe mensen leren kennen
- Het gevoel hebben er weer bij te horen
- Niet meer altijd er alleen voor staan

VOOR ELKAAR GEKREGEN

onze buurtrestaurants **312 x** open

7.115 Amsterdammers samen aan
tafel in buurtrestaurants

888 mensen eropuit met onze groepsactiviteiten

716 x een vrijwilliger gekoppeld aan
eenzame Amsterdammers



‘Als ik door haar ogen kijk, waardeer ik het leven meer’

Sinds Diana (43) op haar zesde een ongeluk kreeg, werkt haar hoofd niet helemaal zoals ze zou willen. Ze kan zich moeilijk concentreren en heeft psychoses. Samen met vrijwilliger Lilian (51 jaar, getrouwd en twee kinderen) gaat ze elke twee weken op stap. ‘Lilian is de vriendin die ik nooit heb gehad.’

D: Toen Lilian binnenkwam, zei ik: wat heb jij een mooie tanden zeg, ze zijn zo wit.

L: Hilarisch. Dat was ook het eerste wat we van elkaar te weten kwamen: we gebruiken dezelfde tandpasta.

D: Ze vonden dat ik meer naar buiten moest. Ik hou mensen liever wat op een afstand; te veel prikkels weet je wel. Ik kan best goed alleen zijn hoor, maar ik lag vaak alleen maar op de bank. Daar word je wel depri van.

L: Diana heeft door die prikkelgevoeligheid bijvoorbeeld moeite om met de tram of de bus te gaan.

D: Steeds denk ik dan dat mensen naar me kijken. Ik kan dan in paniek raken. Op zo’n moment wil ik vluchten, naar mijn eigen veilige thuis.

L: We kennen elkaar een tijdje. We vinden het leuk om met elkaar op te trekken. De ene keer gaan we naar de markt of naar het Amsterdamse Bos. We zijn ook een keer naar de sauna geweest.

D: Maar wel op de badkleding-dag hoor.

L: In het begin maakten we voorzichtig een wandelingetje, niet te ver weg. Moet je kijken Diana, nu gaan we zelfs naar het strand.

L: Als ik door de ogen van Diana naar de wereld kijk, waardeer ik het leven meer. Ze ziet de dingen heel scherp en op een eigen manier. Afgelopen winter bijvoorbeeld. We rijden langs de kale bomen. Zegt ze ineens: wat zijn die takkerig. Ik dacht: wat bedoelt ze? En toen zag ik pas hoe mooi de bomen waren. Takkerig.

D: Misschien komt het omdat ik weinig buiten ben. Dan zie ik gelijk alles wat mooi is.

L: Ik vind Diana een wijze vrouw. Ze leeft helemaal in dit moment. Als ik anderen spreek, zijn ze vaak met hun gedachten bij wat gisteren is geweest, of bij wat er morgen gaat komen.

D: Ik vergeet vaak wat er meer is dan vandaag. Al dat denken zou me alleen maar afleiden. Ik moet me goed concentreren op waar ik mee bezig ben. Anders word ik onrustig.

L: We nemen elkaar zoals we zijn. Net als Diana had ik ooit last van psychoses. Omdat mijn belastbaarheid niet groot is, kan ik niet werken.

D: Dat is niet erg, het komt goed hoor Lilian.

L: Dat bedoel ik nou, Diana is zo lief! We herkennen veel in elkaar. Als je eenmaal de bodem hebt geraakt in het leven, kan je alleen nog maar omhoog. Dat hebben we allebei meegemaakt. Dat bindt ons. We veren samen verder naar boven en we laten elkaar niet los.



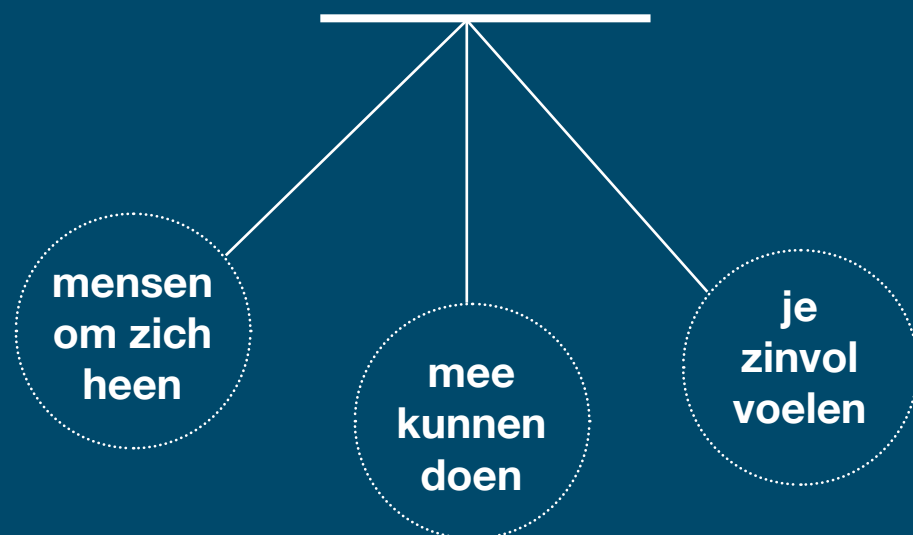
Maatjescontact

Diana voelt zich regelmatig eenzaam. Via De Regenboog Groep kwam zij in contact met Lilian. Zij is een van de vele vrijwilligers die de eenzaamheid van Amsterdammers helpen doorbreken en ze in aanraking brengen met de wereld om hen heen. Vaak is het maatjescontact een belangrijke eerste stap om verandering te krijgen in hun situatie.

WERK WERKT

HET PROBLEEM

In Amsterdam kunnen
4.815 mensen
aanspraak doen op
Wmo-dagbesteding



HOE WE ELKAAR HELPEN

Hoe kom je weer aan de slag als je door persoonlijke problemen ver van de arbeidsmarkt bent geraakt? De Regenboog Groep helpt kwetsbare Amsterdammers bij die aansluiting. Voor iedereen is er wat te vinden. In de klussendienst bijvoorbeeld of in een van onze sociale firma's die we met partners in de stad opzetten. De mensen krijgen begeleiding en scholing. Stap voor stap vergroten zij hun toekomstkansen om weer volwaardig deel te nemen aan de samenleving.

Voorbeeld Buurtboerderij

Horeca en dagbestedingsproject, waarbij klanten en vrijwilligers onder leiding van een vaste medewerker dit activiteitscentrum tot een plek voor iedereen maken.

Voorbeeld Villa Buitenlust

Werkervaringsplek voor kwetsbare Amsterdammers. Bezoekers kunnen er terecht voor een training of vergadering, tal van activiteiten en een overnachting.

→ WAT HET ZOAL BRENGT

- Gewenning aan een arbeidsritme
- Een groter sociaal netwerk
- Meer gevoel van eigenwaarde

VOOR ELKAAR GEKREGEN

476 mensen aan de slag in werktrajecten

90 mensen steun van een vrijwilliger om talenten te ontwikkelen

44 statushouders met hulp van een vrijwilliger
toegeleid naar (vrijwilligers)werk

In Amsterdam zijn er

39 aanbieders voor dagbesteding

De Regenboog Groep = de op 1 na grootste

Bron:
Gemeente Amsterdam, 2018



‘Veel hangt soms af van het goede moment’

Andrea (47) heeft een betaalde baan! Haar eerste – na vele behandelingen in de psychiatrie en verslavingszorg. Daarbij kreeg ze hulp van Mirjam (55) die haar vanuit De Regenboog Groep begeleidde. Andrea: ‘Ik denk dat mensen van vroeger me niet meer zullen herkennen.’

A: Het heeft lang geduurd voor ik begreep wat er met me aan de hand was. Alles wat te mooi was om waar te zijn in mijn leven, moest kapot. Tot er niks meer overbleef. Op mijn veertigste bleek dat ik borderline had.

M: Ik heb een zwak voor mensen als Andrea. Ik ben ooit als activiteitenbegeleider in de psychiatrie gaan werken. Aanvankelijk vond ik dat heel heftig. Dat is nu anders, ik begrijp veel meer van hun worsteling.

A: Mirjam nam bij mij de intake af. Ze had een hele afvinklijst met vragen die ze moest stellen over mijn zelfredzaamheid. Oh nee, dacht ik, daar gaan we weer. Maar in plaats daarvan hadden we een heel fijn gesprek.

M: Ik zag iemand die heel gevoelig is en die over veel vaardigheden beschikt. Maar die ook veel belemmeringen heeft gehad in het leven. Ik vond je best open.

A: Weet je dat ik daar jaren over heb gedaan? Als iemand dichtbij kwam vroeger, dan klapte ik dicht of gooide ik met stoelen. Ergens wist ik dat sommige dingen in het leven ook leuk waren. Als ik die wilde meemaken, moest er wat gebeuren.

M: Ik vond het bijzonder knap dat je in dat eerste gesprek vertelde over je huis.

A: Het was er een puinbak. Ik had lang niet voor mezelf kunnen zorgen. Mirjam heeft hulp geregeld. 40 vuilniszakken heb ik samen met een begeleider afgevoerd. Die stap gaf me veel vertrouwen.

A: Ik nam in De Regenboog Groep al deel aan allerlei activiteiten. Totdat ik dacht: ik wil meer. Hé Mirjam, zei ik toen, zal ik ergens vrijwilliger worden? Maar zij kwam met een ander idee.

M: We hebben haar een betaalde baan aangeboden. Andrea heeft zó veel kwaliteiten. Het gaat om een beschutte werkplek, zodat ze langzaam aan de druk kan wennen.

A: Ik was altijd van grote stappen. Als iets dan mislukte, wilde ik er niets meer mee te maken hebben.

M: Het is mooi om te zien dat je vasthoudt wat goed gaat.

A: Ik kan het soms nog niet geloven dat ik werk heb. Tot ik op mijn bankrekening kijk.

M: Ik ben trots op je. Moet je zien wat je allemaal heb bereikt.

A: Mensen hebben vaak tegen me gezegd: je kan het zelf, kom op. Maar dat is maar ten dele zo. Je moet soms ook de goede mensen tegenkomen.

M: Het moment is soms ook belangrijk. Wij kruisten elkaars pad toen je de stap kon zetten.

A: Misschien moet het je soms gewoon een beetje meezitten in het leven.



Re-integratie

Andrea is een van de mensen die we geholpen hebben om de afstand naar de arbeidsmarkt te verkleinen. Haar konden we zelfs aan betaald werk helpen. Ze begeleidt nu bij De Regenboog Groep bezoekers die in een vergelijkbare situatie als zichzelf hebben gezeten.

ONTHEEMD

HET PROBLEEM

UIT OOST-EUROPA

Nieuwe instroom binnen inloophuizen **847 mensen**
Gemiddelde leeftijd **38 jaar**
83% slaapt regelmatig op straat

UIT ONVEILIGE LANDEN

7.900 vluchtelingen met verblijfsvergunning

Recentste binnenkomers:

vooral uit **Syrië (50%)** en

Eritrea & Ethiopië (18%)

relatief veel **18-26 jarigen**

HOE WE ELKAAR HELPEN

In Amsterdam belanden mensen uit allerlei windstreken. Ze zijn op de vlucht voor geweld en onderdrukking in landen als Syrië en Afghanistan. Sommigen zijn op doorreis, anderen zijn statushouder en doen er alles aan om zich te settelen. De Regenboog Groep helpt ze om snel thuis te raken in onze stad. In Amsterdam leven ook mensen uit (Oost-) Europa op straat, die hier door psychische nood en drugsgebruik zijn gestrand. Vaak hebben ze geen recht op voorzieningen en niemand om op terug te vallen. We zorgen voor een eerste opvang en kijken hoe we ze kunnen helpen terug te keren.

Voorbeeld Correlation

Deze internationale tak van De Regenboog Groep is onderdeel van een Europees netwerk dat zich buigt over de vraag hoe het leven van kwetsbare groepen als drugsgebruikers, sekswerkers en mensen met hiv te verbeteren valt.

Voorbeeld Amsterdam Hometown

Begeleiding van mensen met een verblijfsvergunning, zodat zij aan de slag kunnen als vrijwilliger bij een van onze sociale werkplekken – zoals de buurtboerderij en de fietsenmakerij.



WAT HET ZOAL BRENGT

- Stadgenoten leren kennen
- Je weer veilig kunnen voelen
- Weer hoop hebben en toekomst zien

VOOR ELKAAR GEKREGEN

257 Europeanen gerepatriëerd naar land van herkomst
62 Roemenen en **47** Polen weer thuis

voor **154** statushouders steun van een vrijwilliger bij integratieproces

44 statushouders aan het werk
met behulp van onze vrijwilligers

Bronnen:
Rapport Inloopvoorzieningen, De Regenboog Groep, 2016
Vluchtelingenmonitor Gemeente Amsterdam, 2018



‘Ik had nooit kunnen denken dat hij mijn leven zó zou verrijken’

Etaleur Juli (33) kan in zijn eigen land niet zijn wie hij is, omdat hij op mannen valt. Hij ontvluchtte Syrië en belandde moederziel alleen in Amsterdam. Fleur (38), vocalist en songwriter, trekt eens per week met hem op. Juli: ‘Zij is er altijd als ik door een moeilijke periode ga.’

J: Ik heb Fleur verteld over mijn vlucht. Over de boot, de bus, de trein, de lange afstanden lopen. Ik moest weg uit Syrië omdat ik homo ben. Dat maakt je leven onveilig. Toen ik in het leger zat, kwamen ze erachter dat twee mannen iets met elkaar hadden. Ze zijn drie jaar gevangen gezet.

F: We kunnen ons dat nauwelijks voorstellen. Ik ben zelf lesbisch. Die zoektocht naar je eigen identiteit is al lastig, maar hier kun je veiliger zijn, jezelf ontdekken.

J: Toen ik Fleur voor het eerst zag, maakte ik me best zorgen. Ik had het erg moeilijk. Ik miste mijn familie enorm. Ik moest met iemand mijn verdriet kunnen delen. Ik heb toen wel gedacht: ziet Fleur mij wel zitten als ze alleen die kant van mij ziet? Mijn stemming was heel somber.

F: Ik zag vooral een lieve, mooie en authentieke man. Met wie ik direct een klik voelde, ondanks dat zijn geschiedenis zo anders is dan de mijne.

J: Als ik haar vertelde dat het even niet goed ging, zei ze: kom op, we gaan de stad in, iets doen. Dat hielp enorm.

F: Ik had nooit kunnen denken dat hij mijn leven zó zou verrijken. Door hoe hij in het leven staat, door wie hij is. Hij vergroot mijn wereld. Ik heb diep respect voor hem, omdat hij de kracht had om weg te gaan uit zijn bestaan daar. Ga er maar aan staan. Ga maar eens in je eentje naar een vreemde plek om weer helemaal opnieuw je leven op te bouwen. Je moet wel heel sterk zijn om dat te kunnen.

J: Ik voel me trots als ze dat zegt. Door haar heb ik geleerd om geduldig te zijn. Dat er betere tijden komen. En dat ik het leven waard ben. Steeds weer zegt ze: vertrouw op jezelf, je bent een mooi mens, geef niet op. En dan die vrolijkheid van haar, we hebben ook zo veel lol samen. Ze geeft me energie.

F: Ik ben blij dat Juli zich hier steeds meer thuis voelt. Tegelijkertijd vind ik het heel pijnlijk voor hem dat hij voor zijn eigen familie niet kan zijn wie hij is.

J: Alleen mijn zus weet het. Ze zegt: ‘Probeer het de rest niet te vertellen. Je moeder zal hysterisch worden. Je vader zal woest zijn. Je broers zullen niks meer van je willen weten.’ Het gemis en het verlangen naar huis, dat gaat nooit over. Maar door Fleur kan ik het beter dragen.



Support voor lhbt-statushouders

Veel statushouders voelen zich gesteund door het thuisfront, maar bij lhbt'ers ligt dat vaak anders. Als hun seksuele geaardheid in het thuisland niet wordt geaccepteerd, hebben zij dikwijls de banden met hun familie moeten doorsnijden. Die verlatenheid heeft veel invloed op de inburgering. De vrijwilligers van De Regenboog Groep helpen hen de eenzaamheid doorbreken en een nieuw leven op te bouwen.

DE KRACHT VAN DE REGENBOOG GROEP

De Regenboog Groep is dé Amsterdamse vrijwilligersorganisatie die met lef en ondernemingszin opkomt voor kwetsbare stadgenoten. Al 44 jaar.

Waar we van dromen

Wij dromen van een Amsterdam waarin er plek is voor iedereen. Waarin mensen in rijkdom en (sociale) armoede met elkaar samenleven, zich onderling verbonden voelen en elkaar versterken. En waar mensen die dat kunnen, zich vrijwillig inzetten voor hun kwetsbare stadgenoten. Dát maakt Amsterdam tot een thuis voor alle Amsterdammers. Een stad waarin niemand zich verloren hoeft te voelen.

Wat we doen

We ondersteunen kwetsbare Amsterdammers die het zonder de vrijwillige inzet van hun stadgenoten niet zouden redden.

Voor wie we er zijn

De Regenboog Groep komt op voor mensen die:

- dak- of thuisloos zijn
- verslaafd zijn of verslaafd geweest zijn
- geen sociaal netwerk hebben
- psychiatrische klachten hebben
- worstelen met problematische schulden
- langs de zijlijn staan

Wat we bieden

Dit is een greep uit ons aanbod:

- vrijwilligers die zich langdurig inzetten voor de ander
- inloophuizen
- hulpverlening
- partner- en familieondersteuning
- maatschappelijk werk
- re-integratie

Hoe groot onze organisatie is

Bij De Regenboog Groep werken 183 mensen. En vanuit onze organisatie zetten meer dan 1.000 vrijwilligers zich in voor kwetsbare Amsterdammers. Een deel van onze vrijwilligers is zelf ervaringsdeskundig en begrijpt daardoor goed wat een deelnemer meemaakt.

Met wie we samenwerken

We werken samen met tal van organisaties die een rol hebben in de zorg voor kwetsbare Amsterdammers. Van gemeente tot buurtnetwerk en van kerk tot welzijnsorganisatie.

Wat ons onderscheidt

- We helpen grootstedelijke problemen aanpakken.
- We komen met ondersteuning op maat.
- We zijn expert in het werven, trainen en begeleiden van vrijwilligers.
- Iedereen kan zo bij ons binnenlopen. We werken niet met ingewikkelde procedures om van ons aanbod gebruik te kunnen maken.

Waar onze wortels liggen

44 jaar geleden ontfermde dominee Wouters zich over verslaafde dakloze jongeren in het Vondelpark. Dat leidde in 1975 tot de oprichting van De Regenboog, een interkerkelijke stichting. Daarmee wilde hij helper zijn voor wie geen helper heeft. Inmiddels zijn we uitgegroeid tot dé Amsterdamse vrijwilligersorganisatie voor hulp aan de allerkwetsbaarsten. De bevlogenheid van dominee Wouters inspireert ons nog steeds om te doen waar hij voor stond: er zijn voor de kwetsbare Amsterdammers. Wouters overleed in 2017.

Colofon

Dit is een uitgave van
De Regenboog Groep © 2019

De Regenboog Groep
Droogbak 1-d
1013 GE Amsterdam
020 531 76 00
www.deregenboog.org
info@deregenboog.org

Hoofredacteur

Thalia van Gorp, De Regenboog Groep

Samenstelling en coördinatie

Thalia van Gorp en Sander Kersten,
De Regenboog Groep

Idee, tekst en creatieve aansturing

Cecile Vossen, Buren

Tekstredactie

Addie Roetman, Utrecht

Eindredactie

Marc van Bijsterveldt, Baarn

Vormgeving

Ontwerpstudio Spanjaard, Maartensdijk

Fotografie

Daniël Cohen, Amsterdam

Druk

Drukkerij Schuttersmagazijn

Met dank aan alle mensen die zich
lieten portretteren in het jaarverslag!

Verantwoording

Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid tot stand gebracht. Alle persoonlijke verhalen zijn geplaatst met toestemming van betrokkenen. De cijfers zijn gebaseerd op verschillende bronnen binnen en buiten De Regenboog Groep. Omwille van de leesbaarheid is de weergave ervan vereenvoudigd, waardoor ze enigszins kunnen afwijken van gedetailleerde rapportages. Aan deze uitgave kunnen geen rechten worden ontleend.

Acceptgiro

We sturen altijd een acceptgiro mee voor abonnees, zodat ook de lezers die geen donateur zijn aan onze projecten kunnen doneren.

Direct doneren? Dat kan ook

Triodos Bank NL 79 TRIO 0379 3155 64

 De Regenboog Groep

 Amsterdam@Regenboog020

 regenboog020

Nieuwsbrief ontvangen?

www.deregenboog.org/nieuwsbrief

Meeleven niet meer ontvangen?

Stuur een e-mail naar Fré Meijer:
fmeijer@deregenboog.org



Ieder jaar werken er tal van mensen, ondernemers en organisaties met ons mee om de kwetsbare Amsterdammers te ondersteunen. Zonder die hulp zouden we dat nooit voor elkaar krijgen. Iedereen enorm bedankt!



Het jaarverslag 2018 lezen?

Kijk op www.deregenbooggroep.org

Hardige Amsterdammers • vrijwilligers • buurtbewoners • ervaringsdeskundigen • fondsen • gemeente • maatjes • kerken • samenwerkingspartners • winkeliers • horeca

Als
niemand
je
opmerkt
besta
je
niet