

Jaarverslag

Samen één 2019



Samen één Gorinchem

Tel 0627533624-0636438732

Koningstabelstraat Gorinchem

www.facebook.com/samen1gorinchem

samen1gorinchem@outlook.com

Inhoudsopgave

Inhoud

Samen één

Jaaroverzicht activiteiten Samen één

Bijzonderheden

Foto impressie 2019

Financiële verantwoording

Samen één

Is een initiatief van ervaringsdeskundigen op allerlei gebieden. Mensen die betrokken zijn bij de hulpvraag, het leed, de zorgen, de eenzaamheid en worstelingen van de medemens. Wij willen graag die ruimte en hulp bieden om samen één te zijn.

Beschrijving:

Wij willen een plek bieden waar ieder mens welkom is. Maar vooral gericht op die mensen die het soms iets harder nodig hebben. Hulp vragen of hulp bieden, praktisch of juist even een luisterend oor, samen kunnen we elkaar helpen. We willen de eenzaamheid bestrijden, een plaats bieden voor de mens die even wat hulp kan gebruiken. Een centrale plek waar een ieder welkom is om te krijgen of om te geven.

Doel:

Ruimte creëren voor de medemens door het leggen van contacten, adviezen geven of steun te bieden. Een centraal punt zijn voor mensen in nood en ze een helpende hand bieden. Dit in samenwerking met diverse organisaties en instanties.

Op dinsdagochtend is er altijd een inloopochtend. Er is koffie, thee en een luisterend oor.

Van 10 tot 13u. Van 11.00 tot 12.00 is de gratis kleding kelder geopend. Het adres is

Koningstabelstraat 5 in Gorinchem (de kleding kelder is op 31 C-D).

Iedere donderdagmiddag zijn er trainingen, schilderen op gevoel en talking circle van 1230 tot 14.30. De trainingen in 2019 waren bijv:

- Voor mensen bij Samen één: werken met je eigen ervaring
- Schilderen op gevoel
- Talking Circle door st. Stichting Speak Now: anonieme lotgenotengroep seksueel misbruik
- Dansen op gevoel door Constance Kerkhoff
- Workshop: als je me echt zou kennen.
- Workshop Bij jezelf blijven
- Stap naar buiten: over de streep
- Wat betekend Samen één voor mij: Wethouder dhr. Kraayenveld kwam op bezoek
- Workshop 4 keer door Dorien te pas: Walk Talk Write en elfjes maken
- Workshop Ontdek je verborgen Talent
- Training Grenzen stellen

Locatie: Koningstabelstraat 5 (kleding in 31 C-D) 4205 JJ Gorinchem

email = samen1gorinchem@outlook.com

Schoolvakanties zijn we gesloten.

Jaaroverzicht 2019 van alle activiteiten van Samen één.

15 januari Dinsdag ochtend inloop ochtend van 10:00 uur tot 13:00 uur elke week

17 januari donderdagmiddag (hier nog in gildenplein)schilderen op gevoel: zentangel

18 januari: interview UMC Utrecht i.v.m. psychische kwetsbaarheden

24 januari ; Stichting MEE netwerkversterking vergadering van 10:30-12:00 uur

24 januari: schilderen op gevoel bij samen één: zentangel= meditatief tekenen.

25 januari: Talking Circle in koningstabelstraat 5 van 13:00 uur tot 15:00 uur

30 januari: gastles op Davinci school: "Wat is grensoverschrijdend gedrag ?"van 10;00 uur tot 12:00 uur

30 januari: elke woensdag avond halen Rolf en Vicky Bergman donaties op voor samen één

31 januari: Wat kom je tegen als je eenzaam bent? praten met burgers over eenzaamheid.

7 februari: zelfbeeld schilderen op gevoel.

8 februari : uitnodiging van Vrijwilligers centrale: "Pap doe normaal! "in de nieuwe doelen 18:30 tot 21:00 uur

14 februari: Aan wie zou je een hart sturen: stil staan bij schilderen op gevoel ivm houden van.

21 februari: workshop Dorien te pas: Walk and write; schrijven over jezelf.(in contact met jezelf)

22 februari: dag in Amersfoort; Samen sterk zonder stigma: Hoe kun je je inzetten in de wijk tegen psychische kwetsbaarheden?

27 Februari: naar Atos zwijndrecht(live interview op radio uitzending): ivm kindermisbruik en #Metoo en verhaal rondom Michael jackson.

28 februari: schilderen op gevoel: wat maakt jou blij?

7 maart: Esther Hobo (stichting MEE)en Peter Snoei(Vivenz) komen uitleg geven over de nieuwe training Werken met je eigen ervaring in Gorinchem.

7 maart: bewonersvergadering van kremlin en samen één in de boogschutterstraat ivm de opening van de tuinen kremlin 1

8 maart: fotoshoot i.v.m. vrijwilligerswerk via Gea kekrix in dalemstraat 1 van 10;00 uur tot

12:00 uur

8 maart: Met peter Veen doen we elke maand verantwoording maken voor samen één van 15:00 uur tot 17:00 uur

10 maart: nationale vrouwendag in de gildenplein

13 maart overleg in natuurcentrum i.v.m. samen werken 13:00 uur tot 14:00 uur

14 maart; stilstaan bij nationale vrouwendag: wat is belangrijk voor jou als vrouw.

21 maart: gastles in davinci: 'Wat is grensoverschrijdend gedrag en mijn levensverhaal vertellen. 9:30 uur tot 12:30 uur

23 maart Lunch elsenhof Dalem van 12:00 uur tot 15:00 uur en netwerken.

26 maart; vergadering samen één van 12:00 uur tot 14:00 uur

28 maart; schilderen op gevoel en erna overleg ivm gildenplein

4 april: schilderen op gevoel; Wat komt je tegen en waar wil je aan werken.

5 april: talking circl van 13:00 uur tot 15:00 uur in koningstabelstraat 5 te Gorinchem.

11 april: schilderen op gevoel

12 april: overleg vergadering Vivenz Dordrecht van 11:00 uur tot 13:00 uur

14 april: Samen Sterk zonder stigma: in Den haag: 13:00 uur tot 16:00 uur: wat kom je tegen in de maatschappij?

18 april schilderen op gevoel(dit doen we elke donderdag)

19 april: boodschappen doen voor koningsdag

24 april: afspraak met Tilly Ruitinga van Inner wheel Gorinchem 10:00 uur tot 12:00 uur

26 april: naar Enschede i.v.m. foto maken i.v.m. jezelf laten zien wie je bent met je verhaal erachter: kwetsbaar durven zijn en praten over kwetsbaarheden in je leven.

27 april: koningsdag van 10:30 tot 14:30 uur in natuurcentrum; schilderen met kinderen en cake versieren.

17 mei: adviesraad Vivenz Dordrecht van 11:00 uur tot 13:00 uur

21 mei: gemeente huis mevr D. Karso gesprek van 11:00 uur tot 12:00 uur

21 mei natuurcentrum: inspiratie avond van 20:00 uur tot 21:30 (it's take a village to raise a

child)

24 mei: Dag in Amersfoort i.v.m. samen sterk zonder stigma

28 mei: gesprek met Judith van stichting Antes; i.v.m. samen werken met samen één; 13:00 uur tot 14:00 uur

6 juni: spel Steekje los: Wat is Stigma?

12 juni: Nationale buitenspeeldag in het park van 14:00 uur tot 16:00 uur maar ivm regen ging niet door.

13 juni: spel "Een steekje los" wat kom je tegen in de wijk? 12:30-14:30 uur

14 juni: training bij Samen Sterk zonder Stigma om het spel te leren spelen op verschillende manieren(training van bagagedrager)

17 juni: vergadering met Suzanne Visser ivm de week tegen de eenzaamheid in gemeente huis 13:00 uur tot 14:30 uur

26 juni : kennismaking Loes Verheij i.v.m. de gastles die zij gaat geven; training over PTSS bij Samen één te Gorinchem 13:00 uur tot 15:00 uur

27 juni; Loes Verheij ivm Wat is PTSS? En vanuit gevoel leren werken en wat is therapie met paarden?

29 juni: opening tuinen kremlin 1: Samen één kreeg een bloemetje van poort 6 ivm onze steun aan de mensen die er wonen.

1 juli: afspraak bij leger des heils met Niske 15:00 uur i.v.m. samen werken in de week tegen de eenzaamheid. Anja radder van inloop huis was er ook.

7 juli: uitgenodigd bij het hippy feest(buitenwaterpoort) om wat schilderijen te tonen van 13:00 uur tot 17:00 uur

13 juli BQ Samen één voor alle vrijwilligers van 13:00 tot 20:00 uur

3 september: bij innerwheel ons verhaal vertellen wat is Samen één te Gorinchem: innerwheel en tilly Ruitinga willen dit jaar hun opbrengst aan Samen één doneren. 19:00 tot 20.00 uur

5 september Spel; een steekje los: over depressie; het bespreekbaar maken van. 12:30-14:30

5 september afscheid Rick Dollekes in de Bogert 16:00 uur tot 18:30 uur

12 september: afspraak met Emma Splinter van jongerenmaatjes Humanitas

17 september afspraak kennismaking met Lotte van seniorenfit ; Gorinchem beweegt.

18 september: afspraak met Joke van de kleine wereld(school) i.v.m. de kinderen iets laten doen zoals cake maken en dan bij samen één serveren.

19 september: bespreekbaar maken van Autisme spectrum stoornis

26 september: bespreekbaar maken van dissociatieve stoornissen 12;30-14:30

26 september afscheid marja van netwerkversterking 18:00 uur

27 september: Zie mij dag van samen sterk zonder stigma's 10;00 uur tot 17;00 uur

28 september onze burendag ging niet door maar we zijn bij rozenobel geweest en het was geweldig.

28 september; donatie ophalen van innerwheerl op de open havendag 17:00 uur

30 september: de week tegen de eenzaamheid in de boogert 13;30 tot 16:30

1 oktober; de week tegen de eenzaamheid: koffie drinken bij samen één. Kom erbij!

3 oktober : met Niske van leger desheils en Anja radder van inloophuis en samen sterk zonder stigma: het spel: een steekje los gedaan: eenzaamheid: we maken Eenzaamheid bespreekbaar met Mike reuser. 12:30 -14:30 in gildenplein

10 oktober: talking circl; ivm lotgenoten die praten over hun misbruik verleden.

7-14 oktober: training van Yulius: omgaan met mensen met verward gedrag. in Dordrecht van 19:00 uur tot 21:00 uur kasperspad

16 oktober: vergadering met Innerwheerl ivm sinterklaas feest.

23 oktober: netwerkversterking in rozenobel; van 18:00 uur tot 20;00 uur

26 oktober: gastles bij Share & live in Amersfoort : "Wat is eenzaamheid?" van 20;00 uur tot 22:00 uur

30 oktober: vergadering sint feest in pogo van 19:00 uur tot 21:00 uur

30 oktober: naar Wijkcentrum Capelle ad IJssel i.v.m. hoe om te gaan met mensen met verward gedrag in de wijk. met samen sterk zonder stigma en petra vd horst.

31 oktober: podcast(interview opnemen van Vicky's verhaal) van spraakmakers Amsterdam en Vivenz i.v.m. de week tegen kindermishandeling en misbruik. Zwijndrecht gemeente huis van 10.00 uur tot 12.00 uur

4 november vergadering samen één te Gorinchem i.v.m. we nu een stichting gaan worden. van 13; 00 uur tot 15:00 uur koningstabelstraat

11 november: met Bagage drager naar Nijmegen: te Gek theater stuk in Lindenberg van 18:00 uur tot 22:00 uur met mensen in gesprek gaan over psychische kwetsbaarheden en wat kom je tegen?

13 november; training van Humanitas in de heul: Wat is Kindermishandeling en wat te doen. . van 19:00 uur tot 22;00 uur

17 november; met Stichting Project Speak now: Beat you're zone in Rotterdam.(dag voor mensen die misbruik zijn) van 8:00 uur tot 17:00 uur

20 november: gesprek met Ayse Cosar en Janny Rijksma Kennismaken om 10 uur in koningstabelstraat 5 te Gorinchem.

23 november: cadeaus kopen voor sint feest bij Bogers en inpakken

25 november: inkopen doen voor sint feest; broodjes vrijwilligers etc

25 november: maand van respect in Gymnasium 17:00 uur tot 22:00 uur

27 november sint feest in Pogo van 14:00 uur tot 16;00 uur(vrijwilligers zijn er al om 10 uur tot 18 uur)

28 November Bezoek Antes Jootz : spel steekje los gespeeld met 23 medewerkers en in de avond naar eerste bijeenkomst Feniks

2 december Albert Heijn donatie ophalen

5 december Henriette Boven voorbereiding Green Village Congres Vroegtijdige Kindertrauma's

14 december Foto en eigen verhaal bij Jerry van de Berg / Dinnershow Essenhof voor minima in Dalem

17 december Kerstborrel Poort 6

18 december ophalen van donatie bij MerwepleinSchool in Dalem

19 december Kerstbijeenkomst Vivenz, spel Steekje los gespeeld

20 december de sleutel van ons nieuwe pand gekregen.

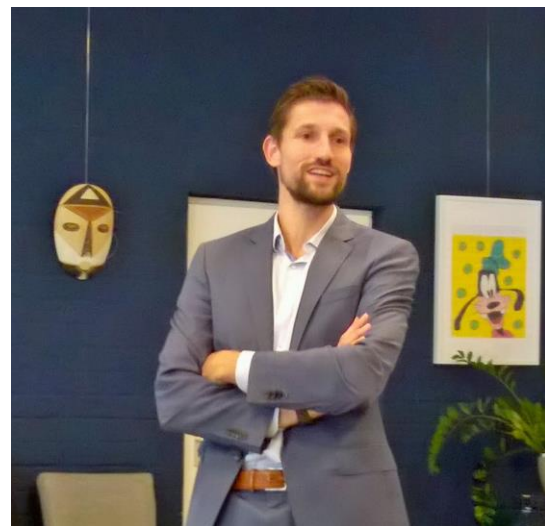
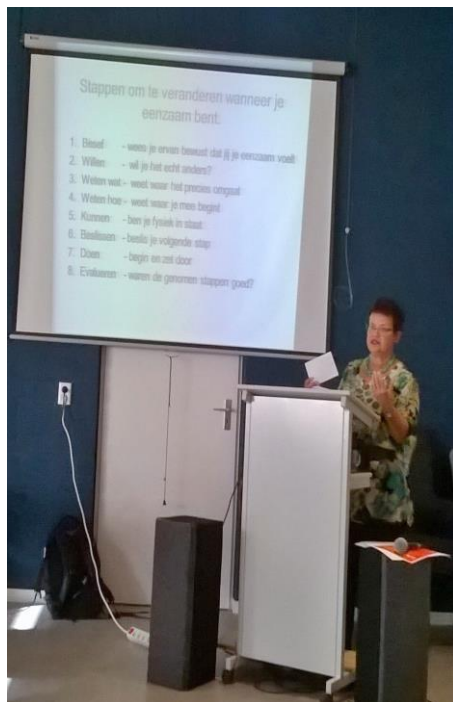
Het Grote Sinterklaas feest hebben verschillende organisaties gesponsord:

- Hypotheekweter Dico
- Albertheijn
- Pogo
- Sligro
- Bakker Bas
- Marco Uiterlinde/Grand café Gelach
- Attema
- Gorinchemse uitdaging
- Innerwheel
- Rob Vroegh en andere donateurs
- Gemeente gorinchem

Bijzonderheden:

We zijn eind 2019 een stichting geworden en we betrekken vanaf 1 januari 2020 een nieuw pand in Gorinchem : DE TOEKOMST (zie foto van het pand hieronder eerste foto overzicht fotoimpressie) Adres: Voermanstraat 2 Gorinchem













► Nieuw platform moet probleem bespreekbaar maken

Nog altijd taboe: praten over kindermishandeling

Het aantal mishandelde kinderen in Zwijndrecht is de afgelopen jaren toegenomen. Reden genoeg voor een platform om kindermishandeling beter bespreekbaar te maken, vindt de gemeente. „Praten over een onveilige jeugd en kindermishandeling is nog altijd taboe.“

Amy van den Berg
Zwijndrecht

Sinds deze week is de website *Wij zijn spraakmakers* officieel in de lucht. Het platform moet jongeren en volwassenen die slachtoffer zijn (gewest) van kindermishandeling een stem geven. „Zij kunnen hun verhaal doen als spraakmakers, met als doel herkenning en erkenning creëren over kindermishandeling“, vertelt Mara Goselink, woordvoerder van de gemeente Zwijndrecht.

In 2017 kwamen daar 257 meldingen van kindermishandeling binnen, vorig jaar 308. „Het aantal betrokken kinderen nam dus toe“, zegt Goselink. Reden te meer om het platform, dat oorspronkelijk in Amsterdam door een groep jongeren werd bedacht, ook in Zwijndrecht te introduceren.

Goselink: „Veel jongeren en kinderen vinden het eng om hun verhaal te vertellen, omdat ze bang zijn voor de consequenties. *Wij zijn spraakmakers.nl/zwijndrecht* moet het taboe doorbreken en jongeren die niet gezien of gehoord worden een kans geven hun stem te laten horen.“

Slachtoffer

Een van de spraakmakers op het Zwijndrechtse platform is de in Gorinchem wonende Vicky Bergman. Zij werd als kind slachtoffer van geweld en aanhoudend seksueel misbruik. „Ik deel mijn verhaal op de website om kinderen die slachtoffer zijn van mishandeling duidelijk te maken dat ze hulp moeten zoeken.“

Zelf had ze die informatie in haar kindertijd graag gehad. „Ik ben van mijn derde tot mijn twaalfde misbruikt.“

Op haar twaalfde zag ze op televisie een item over seksueel misbruik, waarin werd gezegd dat het heel erg fout is als een volwassene



■ Misbruikslachtoffer en spraakmaker Vicky Bergman geeft geregeld voorlichting op scholen om leraren duidelijk te maken hoe ze kindermisbruik kunnen herkennen.

CIJFERS VERTEKENEN

In Zwijndrecht meeste mishandeling

Kindermishandeling komt in Nederland meer dan 119.000 keer per jaar voor. Dat betekent dat gemiddeld in elke schoolklas van dertig leerlingen één kind wordt mishandeld. Kindermishandeling kan fysiek of psychisch geweld

zijn, maar ook bijvoorbeeld verwaarlozing. Volgens cijfers van het CBS heeft Zwijndrecht het hoogste percentage kinderen dat wordt mishandeld. Op die cijfers valt wat af te dingen, zo stelde de Dienst Gezondheid en Jeugd

eerder in deze krant. De cijfers vertekenen doordat de politie in deze regio veel meer gevallen door zou geven aan Meldpunt Veilig Thuis dan elders. Maar dan nog zijn de cijfers in Zwijndrecht hoger dan elders in de Drechtsteden.

was zelf bijvoorbeeld teruggetrokken en angstig. Maar sommige kinderen zijn juist vrolijk omdat het misbruik tijdens schooltijd even stiltigt. Je moet als docent weten welke vragen te stellen, wat je kan doen en hoe signalen te herkennen. Eigenlijk zou op alle scholen een vertrouwenspersoon moeten komen. Daar pleit ik voor.“

Aanpak

Een verklaring voor de stijging van het aantal kindermishandelingmeldingen in Zwijndrecht kan volgens Goselink zijn dat de gemeente Zwijndrecht tegenwoordig met een veel intensievere aanpak bezig is en dat daardoor ook meer kindermisbruik aan het licht komt.

De gemeente heeft sinds een aantal jaar een uitgebreid programma om kindermishandeling tegen te gaan. Dat platform werd opgezet nadat was gebleken, dat nergens in Nederland zo veel kinderen worden mishandeld als in Zwijndrecht.

een kind aanraakt. En dat er ook nergens mag worden gezegd. „Maar wat ik niet wist, was dat ik mijn geheim ook moest delen met andere mensen. Ik heb lang gedacht dat ik geboren was om misbruikt te worden. Dat misbruik bij het leven hoorde. Ik vind het belangrijk dat kinderen weten dat dit absoluut niet zo is

endat ze kunnen bellen naar organisaties als Veilig Thuis.“

Bovendien hoopt Bergman dat het kersverse platform bewustzijn geeft onder buitenstaanders. Zoals mensen die met kinderen werken. „Denk aan basisschoolleerkranten. Je kunt niet aan de buitenkant zien dat een kind wordt mishandeld. Ik