

# Bijzondere activiteiten bij de inloop

Enkele voorbeelden van de manier waarop inloophuizen bezoekers uitdagen om meer te doen dan koffie drinken.

Netwerk  
**DAK**

Dit is een greep uit jaarverslagen en berichten van facebook, samengesteld in december 2017

Crea-ochtend

Inloophuis de Groene Luiken in Vlaardingen, wordt gerund door vrijwilligers. Bezoekers zijn dak- en thuislozen en mensen met psychiatrische problematiek en mensen uit de buurt. De Groene Luiken heeft wekelijks een crea-ochtend. Er komt een andere groep dan de doorsnee bezoekers, maar enkele bezoeker doen mee. Ze maken allerlei leuke creatieve dingen onder begeleiding van een vrijwilliger.

Het Annahuis in Breda is al langere tijd bezig om dak- en thuislozen een rol te geven in het inloopgebeuren. In het jaarverslag 2016 staat het volgende stukje:

## Workshops

Een aantal vrijwillige medewerkers en bezoekers vindt het fijn om in een veilige en vertrouwde sfeer, thema's die in het Annahuis leven rondom zingeving, diepgaander met elkaar te verkennen. Zo hebben we in de aanloop naar Pasen met elkaar gesproken over 'Het leven is goed!'. Dit onderwerp was onderverdeeld in vier workshops: 'Hebben is het einde van vermaak', 'Wat kom je hier halen?', 'Wat heb je te delen?' en 'Is het glas halfvol of halfleeg?'. Er ontstonden boeiende gesprekken met creatieve verwerkingen. Elementen hieruit kwamen terug in

*'Ik raakte pas na mijn dertigste verslaafd. Ik ging graag uit, en van het een kwam het ander. Al snel gebruikte ik dagelijks heroïne en cocaïne. Alles viel weg. Mijn huis, vrienden, baan, vrouw en kind. Toen ik op een dag wakker werd in een doos besepte ik dat ik nog maar twee dingen kon doen: doodgaan of mezelf aanpakken. Daarmee begon een jarenlange tocht langs klinieken. De laatste keer besloot ik me niet meer alleen te focussen op clean worden, maar op wat ik wilde gaan doen als ik zover was. Ik moest mezelf bezig houden. Inmiddels ben ik vijf maanden clean. Het Annahuis en de Straatraad bleken mijn redding. Hier oordelen mensen niet. Ook niet na een terugval. Als gids bij de Straatraad leid ik mensen rond door de stad, laat ik alle plekken zien die belangrijk zijn voor drugsverslaafden en daklozen. Het is een dimensie die de meeste mensen niet zien. Dit werk houdt me bezig, en ik merk ook dat ik groei. Weer zelfvertrouwen krijg.'* Delano (49), vrijwillige medewerker, uit publicatie in uitgave Kansfonds.

het moment van vieren voorafgaand aan de Paasbrunch. Zowel de workshops als de maaltijd werden voorbereid door bezoekers en vrijwillige medewerkers, ondersteund door een stagiaire en een beroepskracht. In de tijd voor Kerstmis verkenden we de mogelijkheden hoe we kunnen 'stoppen... even stil... en kijken naar datgene wat komt' en boden daarvoor mindfulness-oefeningen aan. Voor bezoekers waren de eenvoudige oefeningen nieuw en daardoor ook wat onwennig. Na de Kerstviering werden 30 bezoekers verwend met een heerlijk 3-gangen diner bereid door de kookgroep van onze 'Annakeuken' (zie elders).

Ook stimuleerden we bezoekers en vrijwillige medewerkers om andere workshops te geven. Op initiatief van twee nieuwe vrijwillige medewerkers, leverde dit een serie van drie kookworkshops op. Bezoekers kregen kookles en vervolgens at men samen. Daarnaast hebben bezoekers en vrijwillige medewerkers enthousiast meegedaan aan een eenmalige workshop zelfverdediging, gebaseerd op Thaiboksen en Jiu jitsu. De benodigde sportruimte werd ons gratis aangeboden door de Stichting Kick na het lopen van een straattoer met ons. Tijdens de workshop bleek dat meerdere deelnemers affiniteit hadden met vechtsporten of talent hadden hiervoor. Na afloop kwam naar voren dat sporten, naast gezelligheid en het gevoel van veiligheid binnen een groep, mensen positieve energie geeft.

De Jessehof in Delft is een interkerkelijk inloophuis. In het jaarverslag 2016 worden de activiteiten besproken:

### 3.2 Open Atelier

Mensen: vrouwen én mannen, bij elkaar brengen om gezellig al werkend te kletsen, koffie te drinken. Maar ook iets moois maken met elkaar. Laagdrempelig en flexibel. Het Open Atelier is voor iedereen. Met of zonder ervaring. Met textiele vormen doen vooral vrouwen mee, bij schilderen en boetseren hebben we soms een gemengde groep.

Het Open Atelier wordt gedraaid door drie enthousiaste vrijwilligers die zelf de onderwerpen bepalen, voorbeelden maken, materialen kopen. We zijn begonnen met een maal per maand maar zijn uitgebreid naar twee maal per maand. Belangrijk doel van deze activiteit is het beseffen dat iedereen iets leuks kan maken en dat het ook ouderwets gezellig is om met elkaar aan de tafel bezig te zijn.

### 3.5 Jessezang

In onze samenleving wordt niet zo veel meer gezongen. Een groep van 10-15 deelnemers komt bij elkaar om samen oude en nieuwe liedjes te zingen onder deskundige en enthousiaste leiding van een van onze vrijwilligers. Het doet mensen goed om, ondanks vele problemen, te lachen en te zingen. Zingen in groepsverband vormt een mooie stimulans dit te blijven doen.

### 3.6 Expositie

Amateur kunstenaars: schilders, tekenaars, fotografen etc. krijgen de mogelijkheid om in de Jessehof twee maanden hun producten te tonen. Er kunnen zo'n 12 stukken hangen aan de muren. De Jessehof verzorgt de opening en de pr. Een beeldend kunstenaar zorgt voor de selectie van de kandidaten. Dit jaar exposeerden onder anderen Anne Mathu, Reinier de Jonge en Arsevin Mikail

### 3.7 Jesseviering

Sinds januari 2014 hebben we een maandelijks oecumenische viering in de Jessehof. Een groepje vrijwilligers en gasten bereiden samen met een van de pastores een thema viering voor. Gemiddeld bezoeken 15-20 mensen deze viering op vrijdag, aan het eind van de ochtend. We houden een korte en interactieve viering waarna we in de Jessehof met elkaar een eenvoudige broodmaaltijd gebruiken. De sfeer tijdens deze vieringen is heel bijzonder, mensen leggen heel direct hun zorg en dank voor God.

Inloophuis Meet-Inn in Ede heeft behalve open inloop, ook break-Inn, lunch en inloop voor dak- en thuislozen, senioren-inloop, taalgroepbordspelavond, bingo-avond. Maar ook iets heel anders: repair café.

#### Zaterdag

**10.00-12.30 Repair Café Ede** – Weggooien? Mooi niet! Neem je kapotte spullen mee naar het Repair Café en repareer het samen. Opgeven is niet nodig. Elke 3<sup>e</sup> zaterdag van de maand. Kosten: vrijwillige bijdrage.

## Inloophuis Domino in Gouda, een inloophuis gerund door vrijwilligers:

### **Crea-avonden**

Om de zes weken was er een crea-avond voor de bezoekers. Een groep van 6 creatieve dames verzorgden per toerbeurt de avonden. Op deze avonden is het Inloophuis gewoon voor Inloop.

### **Kapster**

In 2015 is een aantal keren een kapster bij Domino geweest, zodat bezoekers zich gratis konden laten knippen.

### **Bezinning**

Eenmaal per maand komt een groep bezoekers op vrijdagavond bij elkaar om met medewerkers van de bezinningsgroep na te denken over geloofs- en zingevingsvragen. Iedereen is op deze avond welkom. De groep bestaat uit ongeveer 10 bezoekers. Deze avonden worden, zowel door bezoekers als medewerkers, als zinvol ervaren. Het Inloophuis is deze avond gesloten voor Inloop.

### **Breiclub**

Ook in 2015 was er eenmaal in de twee weken op vrijdagmorgen een breiclub. Dit gebeurt tijdens de Inloop en iedereen kan aanschuiven. Men kan werken aan een eigen brei/haakwerkje of men kan helpen met het breien van een lappendeken voor 'Het goede Doel'. De begeleiding is in handen van twee vrijwilligsters.

Inloophuis Tiel heeft enkele projecten zoals een moestuin en levensboeken voor ouderen. De ruimte wordt op de ochtenden gebruikt door verwante organisaties, bijvoorbeeld 'ruimte voor anderszijn' voor mensen met een psychische beperking. Doordeweeks hebben ze behalve inloop het volgende aanbod:

- Creatief: elke dinsdagmiddag kaarten maken. De kaarten worden voor € 1,- verkocht en de opbrengst is voor het Inloophuis.

- Spel: op maandagmiddag wordt er na de maaltijd een kaartje gelegd. Bij voldoende belangstelling zal er op vrijdagmiddag een klaverjasclubje beginnen.

- Afwisselend: op vrijdagmiddag zijn er afwisselende activiteiten: creatief (schilderen, vilt, handwerken etc.) of spel (bingo, sjoelen, rummikub etc.). Ook wordt er soms een film of TV programma bekeken.

- Bijzondere dagen: als een dag bijzonder is, dan maken wij er ook iets bijzonders van! Denk bijvoorbeeld aan de feestdagen of het Sinterklaasfeest. Maar het kan ook een voetbal kampioenschap, Prinsjesdag of het Fruitcorso zijn.



Markt 17 in Wageningen is een inloophuis dat vier dagen per week open is en waar dan ook een maaltijd is. Bezoekers worden vrijwilliger en helpen mee. Er is ook aandacht voor af en toe een extra activiteit.

### Er zit muziek in Markt 17

Op zondag 10 december vindt in Wageningen het evenement 'Muziek bij de burenen' plaats. Het idee is dat er die dag in huiskamers op tal van plekken in de stad een podium wordt gecreëerd waar bijzondere muzikale optredens kunnen plaatsvinden. Deelnemende muzikanten hebben een link met Wageningen, de muziekstijlen lopen ver uiteen en de optredens zijn allemaal gratis te bezoeken.



Markt 17 wil graag een 'huiskamer' voor Wageningers bieden. We beschikken bovendien over een ruimte waar muziek kan worden gemaakt. Er staan een piano en verschillende gitaren waar bezoekers nu en dan op spelen. Vandaar dat we richting de organisatie van 'Muziek bij de Buren' hebben aangegeven dat we

graag op de één of andere manier meedoen op 10 december en die dag ook een podium willen bieden voor muziek. Het blijkt wel wat lastig om ons compleet te voegen binnen het concept. In goed overleg hebben we daarom besloten buiten het officiële programma mee te doen. Wie er op 10 december zullen spelen ligt nog niet vast.

Het Open Venster in Alphen aan de Rijn heeft twee betaalde medewerkers. Men zoekt naar manieren om bezoekers een actievere rol te geven. De tuin werd omgebouwd tot moestuin, samen met bezoekers wordt gekookt. Men hield een open dag waar bezoekers hun dromen konden vertellen. Onderstaand een fragment uit het verslag op facebook:

#### Geslaagde open dag op Het Open Venster

Afgelopen zaterdag was de open dag van Aandachtscentrum Het Open Venster. Op het grasveldje naast het gebouw stonden een paar tenten: een waar mensen hun droom konden opschrijven en als een wolk ophangen. Deze dromen worden verzameld en vanaf volgende week gaan de werkers van Het Open Venster met de dromers aan de slag om te kijken of hun droom kan worden verwezenlijkt. Er stond een tent waar je zelf een broodje gezond kon samenstellen met allerlei lekkers zoals een gekookt eitje, kaas, ham, sla en andere lekkere gezonde dingen. Ook koffie of frisdrank mocht iedereen zelf inschenken, met een lekkere verse marketentster. In het kader van de samenwerking TOM en de Binnenvest uit Leiden waren er ook twee kramen, waar zij hun diensten presenteerden. Een kleurig uitgedoste dame verwelkomde alle bezoekers. En bezoekers konden een make-up beurt krijgen. Om half 3 sprak voorzitter Wijnans van het bestuur van Het Open Venster een woord van welkom aan de aanwezigen en brak het ijs door te vragen of iedereen even wilde kennis maken met degene die naast hem of haar stond. Daarna was wethouder De Jager aan de beurt. De gemeente

Inloophuis 't Hemeltje in Eindhoven noemt de huiskamer de centrale plek in huis.

### Huiskamer

De huiskamer is de centrale plek in huis. Je kunt er koffie, thee, brood en soep verkrijgen. Naast de inloop worden er ook activiteiten georganiseerd. Activiteiten die opgezet worden vanuit wensen, behoeften en ideeën van gasten en werkers. Hierbij valt ook te denken aan een barbecue, bingo en een sinterklaasviering.

De huiskamer is de plaats waar gasten en werkers (vrijwilligers en coördinatoren) elkaar kunnen ontmoeten, waar gesprekken kunnen ontstaan - soms tussen twee personen, soms in een groep. Hier komen contacten tot stand, leren mensen elkaar kennen, ontstaan relaties.



### Atelier

Het atelier heeft zich ontwikkeld tot een activiteit waar dak- en thuislozen en buurtbewoners elkaar ontmoeten. Elke week is er op dinsdagochtend de mogelijkheid om te schilderen en te tekenen onder begeleiding van een kunstdocent. Het atelier heeft zich ontwikkeld tot een kleine gemeenschap in huis waarin de gasten sterk op elkaar betrokken zijn en elkaar ondersteunen in hun levenssituaties.

De Windwijzer is Vlaardingen is een diaconaal centrum dat een brede waaier aan activiteiten organiseert voor diverse groepen. Eén van de activiteiten is zingen:

### Zingen in NL – samen Nederlandstalige liederen zingen

16 december 14:30 - 16:30



Nederlands is een lastige taal om te leren spreken. Uit onderzoek blijkt dat je een vreemde taal sneller leert door liedjes te zingen. Met dat gegeven organiseren De Windwijzer en 'Veel Vlaardingse Eén Huis' speciaal voor 'nieuwe Nederlanders', expats en 'oude Nederlanders' drie zaterdagen in het najaar 'Zingen in NL', een gezellige meezingsessie met Nederlandse liedjes. Het plezier staat voorop. Iedereen die plezier heeft in al zingend Nederlands leren aan de hand van Nederlandse popsongs, smartlappen, songfestivalliedjes, kinderliedjes, enz. is welkom. De Windwijzer zorgt voor een enthousiaste dirigent en pianist en voor teksten. Zingen van 15.00 – 16.00, daarvoor en daarna is er gelegenheid elkaar te ontmoeten.

**Kosten** : gratis

**Aanmelden** : via [info@dewindwijzer.nl](mailto:info@dewindwijzer.nl)

Inloophuis de Wissel in Schiedam, bedenkt diverse manieren om nieuwe bezoekers over de drempel te krijgen. Zie bijvoorbeeld deze aankondiging.

