



# Goudse jongerenbeweging tegen eenzaamheid

## PROJECTPLAN GOUDHELDEN

DOOR STICHTING NETWERK SAMEN VOOR GOUD

SAMENVATTING.....	2
NETWERK SAMEN VOOR GOUD .....	1
PROJECTEN.....	1
BEGROTING GOUDHELDEN.....	3
DANKWOORD .....	3



**SAMENVOORGoud**  
JONGERENNETWERK GOUDA

## SAMENVATTING

Goudhelden is een programma van Netwerk Samen voor Goud. Dit programma heeft als doel om jongeren en jongvolwassenen tussen de 14 en 30 jaar te inspireren en enthousiasmeren voor eenzame en kwetsbare Gouwenaren. Deze doelgroep kan iedereen zijn, die niet voldoende netwerk of middelen heeft om zijn of haar hulpvraag op te pakken. Vanuit dit programma organiseren we diverse projecten. Hier volgen alle projecten die onder dit programma vallen: 'Bewegen is Goud', een sportactiviteit voor Goudse jongeren en statushouders, 'De Straattafel', diverse tafels verspreid door Gouda waar jong en oud gezellig met elkaar het gesprek aangaat, 'Mentorproject Goudvinders', waar jongeren een jaar lang optrekken met een andere jongeren die zich in een kwetsbare situatie bevindt, 'Het Bezoekteam', waar Goudse jongeren op bezoek gaan bij mensen thuis, 'Jong & Goud', waar hbo studenten samen met basisschoolleerlingen wekelijks het gesprek aangaan met ouderen over bepaalde thema's, of 'Goudhelden 2.0' waar scholen, organisaties of individuele jongeren aan meekunnen doen om eenmalige klussen op te pakken en ludieke acties organiseren voor en eenzame en kwetsbare Gouwenaren.

Naast het programma 'Goudhelden', draaien we het programma Maatschappelijke Diensttijd YourCube en Onderwijs.

## CONTACTGEGEVENS MEDEWERKERS

Volkan Ozdemir	Sarah van Assenbergh	Maurice de Korne
Jongerenwerker	Projectcoördinator	Directeur
Tel. 06-11105640	Tel. 06-11196029	Tel. 06-21905867
<a href="mailto:volkan@samenvoorgoud.nl">volkan@samenvoorgoud.nl</a>	<a href="mailto:sarah@samenvoorgoud.nl">sarah@samenvoorgoud.nl</a>	<a href="mailto:maurice@samenvoorgoud.nl">maurice@samenvoorgoud.nl</a>

## CONTACTGEGEVENS BESTUUR

Leon Smit	Jeffrey Strik	Maartje Bouwens
Voorzitter	Penningmeester	Secretaris
<a href="mailto:voorzitter@samenvoorgoud.nl">voorzitter@samenvoorgoud.nl</a>	<a href="mailto:penningmeester@samenvoorgoud.nl">penningmeester@samenvoorgoud.nl</a>	<a href="mailto:secretaris@samenvoorgoud.nl">secretaris@samenvoorgoud.nl</a>

## CONTACTGEGEVENS ORGANISATIE



Postbus: 452 2800AL Gouda



IBAN: NL04 INGB 0007 2220 83

**RSIN** 85621222

**KvK** 65680790

## NETWERK SAMEN VOOR GOUD

### AANLEIDING EN NOODZAAK

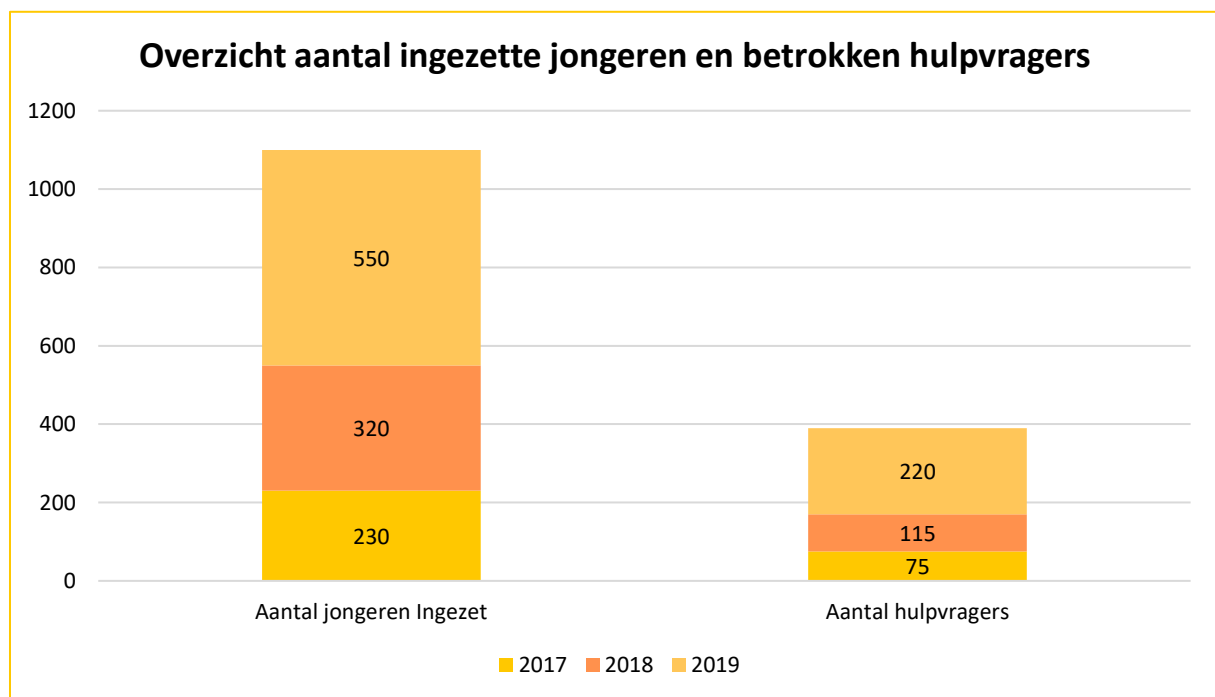
Gouda kent circa 8700 jongeren in de leeftijd van 15 tot 25 jaar. Dit zijn honderden jongeren die van betekenis kunnen zijn voor de stad. In Gouda is er maar één organisatie die specifiek inzoomt om deze doelgroep actief te helpen om zich in te zetten als vrijwillig voor kwetsbare Gouwenaren. Dat zijn wij, Netwerk Samen voor Goud. In totaal heeft Gouda 73.000 inwoners. 8000 daarvan zijn 65+.<sup>1</sup> Voor ongeveer iedere jongere staat er circa 1 oudere tegenover. Zowel jongeren, ouderen, vluchtelingen, alleenstaande ouders of mensen met een beperking kunnen zich in een kwetsbare situatie bevinden. Juist daar kunnen jongeren van betekenis zijn. Een van de begrippen die we in al onze projecten tegenkomen, is eenzaamheid.

46% van de Gouwenars voelt zich eenzaam<sup>2</sup>. Uit de gezondheidspeiling van de GGD uit 2016 blijkt dat 44% van de volwassen inwoners van Gouda (18-65 jaar) meer en betere contacten zouden willen hebben. Dat is sociale eenzaamheid. 9% van de genoemde doelgroep voelt zich langdurig ernstig eenzaam. Voor 65+ers zijn de cijfers nog hoger: 50% wil meer contact (sociale eenzaamheid) en 12% voelt zich ernstig langdurig eenzaam.

Al onze projecten zijn gericht op het versterken van de netwerken van en ondersteuning bieden aan kwetsbare Gouwenaren. Juist jongeren zijn van groot belang om dit op te pakken. We investeren in een cultuur waarin het normaal is om naar elkaar om te kijken.

### TERUGBLIK

In de afgelopen vier jaar zijn we als team gegroeid en hebben we geleerd om elkaars kwaliteiten te benutten en zowel intern als extern te investeren in een cultuur van openheid en vertrouwen. In de tijd die achter ons ligt hebben we een stevige netwerk opgezet met maatschappelijke organisaties, hulpverleningsinstanties als het sociaal team, scholen als het Hoornbeek College, Mbo Rijnland College, Leo Vroman College en Driestar College en werken we bijvoorbeeld samen met de Rabobank. Hieronder volgt een overzicht van de groei die we hebben doorgemaakt.



Aantallen programma Goudhelden, dit is exclusief de aantal van het programma Maatschappelijke Diensttijd

<sup>1</sup> <https://gouda.incijfers.nl/>

<sup>2</sup> <https://indebuurt.nl/gouda/gemeente/46-procent-van-de-gouwenars-voelt-zich-eeenzaam-dit-kun-je-doen~69153/>

## CORONA ACTIVITEITEN

Vanaf maart 2020 hebben we verschillende projecten gelanceerd, die nu of gestopt zijn of ondergebracht zijn onder andere activiteiten.

- **Heel Gouda Belt:** Dit is een belactie waar mensen zich konden aanmelden om elkaar te bellen of gebeld te worden. Bij **180 aanmeldingen** hebben we de aanmeldingen van mensen die wilden bellen stopgezet. In totaal waren er **37 mensen** die gebeld wilden worden en 143 die mensen gingen bellen. In juli hebben wij de coördinatie van dit project stopgezet en hebben de deelnemers wel aangemoedigd om elkaar te blijven bellen of opzoeken indien mogelijk. Sommigen hiervan zijn overgegaan naar een maatjescontact.
- **Boodschappendienst:** In april zijn we de boodschappendienst gestart. Hier hebben we de aanmeldingen bij 100 stopgezet. Mede ook omdat er **20 mensen** waren die boodschappen nodig hadden en dus 80 die boodschappen wilden bezorgen. Dit project draait nu nog steeds onder project Goudhelden 2.0.
- **Huis-aan-Huis:** Dit project hebben we in samenwerking met het Sociaal Team en Burennetwerk gelanceerd. We hebben in totaal 3000 flyers huis aan huis bezorgd in Gouda en bij honderden huizen aangebeld om te vragen of er hulp nodig was. In totaal hebben we hier **42 nieuwe hulpvragen** uit opgehaald die we met de samenwerkende organisaties hebben opgepakt.
- **Gouda Corona Challenge:** Onder Goudse scholen hebben we de Corona Challenge uitgezet. In totaal hebben **110 leerlingen** hieraan meegedaan. Jongeren werden gestimuleerd om op ludieke wijze van betekenis te zijn voor kwetsbare mensen. De winnaars hadden een muzieknummer en video uitgebracht waarin ze cupcakes hebben gebakken voor ouderen en die op coronaproof wijze hebben uitgedeeld. Dit om andere jongeren aan te moedigen om klaar te staan voor de ander.  
[https://www.youtube.com/watch?v=sv3aBU5A1G0&ab\\_channel=Timechangers](https://www.youtube.com/watch?v=sv3aBU5A1G0&ab_channel=Timechangers)
- **#NietAlleen:** Daarnaast hebben wij in Gouda de rol op ons genomen om lokaal coördinator te zijn van de landelijke beweging #NietAlleen. Hier hebben we ca. 20 vragen uit opgepakt. Een aantal hebben we onderverdeeld bij Heel Gouda Belt of de Boodschappendienst. Andere vragen hebben we uitgezet bij samenwerkingspartners.

## VISIE

Jongeren geven de samenleving kleur. Goudse jongeren kijken over opgetrokken muren heen en geven aandacht aan hulpbehoevende Gouwenaren, ongeacht achtergrond, religieuze of politieke voorkeur, sekse of welk verschil er ook mag zijn. Goudse tieners en twintigers vormen een eenheid in de strijd tegen eenzaamheid.

In Gouda raken steeds meer jongeren betrokken bij laagdrempelige activiteiten waar ze in contact komen met hulpbehoevende Gouwenaren. Jongeren nemen verantwoordelijkheid voor activiteiten als bewegen is goud, Straattafel, bezoekteam en ontmoeten op diverse manieren stadsgenoten die extra steun kunnen gebruiken. Eenzaamheid wordt verminderd. Het Goudse jongeren netwerk is de verbindende partij voor kwetsbare Gouwenaren, vrijwilligersorganisaties, bedrijven en hulpverleningsinstantie. Jongeren sluiten zich graag aan bij het programma Goudhelden. Netwerk Samen voor Goud heeft een aanjagende rol met het verminderen van eenzaamheid in Gouda, geeft haar mening en advies op gebied van beleid over eenzaamheid, jongeren en vrijwilligerswerk en deelt haar expertise op dit gebied met andere belangstellenden.

**Missie: Netwerk Samen voor Goud investeert in een Goudse samenleving waarin mensen naar elkaar omzien.**

## DOELSTELLING

### Hulp en netwerk bieden aan mensen die weinig of geen netwerk hebben door Goudse jongeren actief te betrekken bij de samenleving.

Hieronder vindt u onze doelstelling voor de komende jaren met het programma Goudhelden. Hieronder zijn alle projecten samengevoegd. Op de volgende pagina vindt u de verschillende soorten activiteiten.

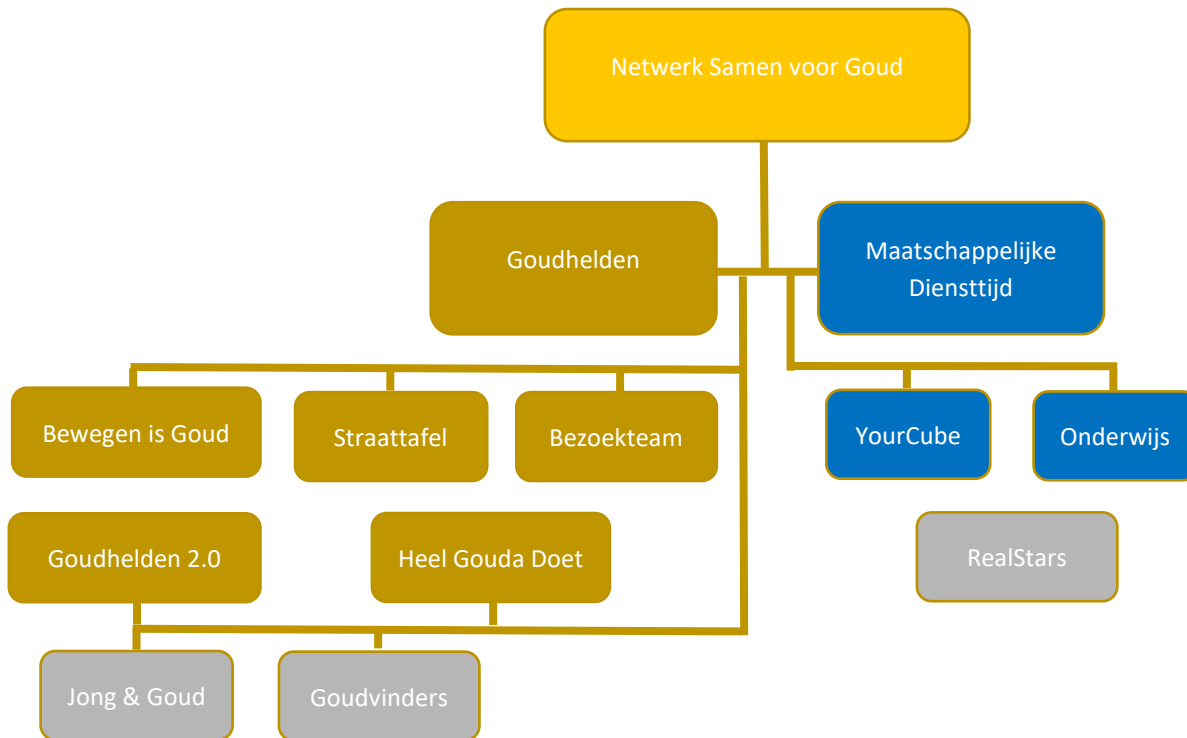
	2021	2022	2023
Aantal jongeren als vrijwilliger	775	950	1100
Aantal hulpontvangers	305	350	400
Aantal vrijwilligersuren	5000	7000	10000
Aantal projecten	7	9	10
Aantal hulpactiviteiten*	1000	1200	2000
Verschillende doelgroepen bediend**	5	7	8

\* Het aantal hulpactiviteiten zijn de contactmomenten binnen een project.

\*\* Ouderen, statushouders, jongeren, kinderen, alleenstaanden, zieken

## PROJECTEN

Hieronder vindt u een overzicht van al onze projecten die vallen onder het programma Goudhelden. Alle projecten onder Goudhelden zijn gericht op het enthousiasmeren van jongeren om hulp en netwerk te bieden aan kwetsbare en eenzame Gouwenaren. Maatschappelijke Diensttijd projecten zijn gericht op ontwikkeling van jongeren én maatschappelijk impact realiseren.



**Bewegen is Goud:** Om de week op donderdagavond wordt er gesport door Goudse jongeren en statushouders. Dit wordt begeleid door een sportdocent van Sport.Gouda. We sporten in een sporthal. Iedere week vinden er andere sporten plaats. Denk aan voetbal, basketbal, volleybal, hockey, badminton, of ren en tikspellen. Dit project zijn we in 2018 samen met Sport.Gouda en Kerk & Vluchteling gestart. Sindsdien hebben circa 55 Goudse jongeren meegedaan en 50 statushouders. Per week zijn er gemiddeld tussen de 10 en 18 deelnemers.

- **Doel 2021:** 40 Goudse jongeren en 45 statushouders.

**Straattafel:** In maart 2019 zijn we gestart met een straattafel voor ons kantoor. Het plan is om dit naar vijf plekken uit te breiden. Vanwege Corona is dit uitgesteld. Er zijn al wel twee nieuwe locaties afgesproken. Een straattafel is een tafel – zoveel als mogelijk buiten op straat – waar jongeren en ouderen elkaar ontmoeten. Gezellig met elkaar praten of een spelletje spelen. Per buurt kan hier ook een thema aan verbonden worden. Zo hebben we in samenwerking met het nieuwe wijkcentrum Van Noord een specifieke tafel gestart waar ouderen met ICT vragen langs kunnen komen.

- **Doel 2021:** 5 wekelijkse straattafels en waarbij per straattafel per week 2 jongeren en 5 ouderen aanwezig zijn.

**Bezoekteam:** Vanuit het bezoekteam gaan jongeren in tweetallen op bezoek bij bijvoorbeeld ouderen of anderen die het leuk vinden om bezoek te ontvangen. Indien de maatregelen rondom Corona het toelaten kunnen we bij mensen thuis op bezoek. Anders houden we online contact.

- **Doel 2021:** 20 Gouwenaren worden thuis bezorgd door in totaal 30 jongeren.

**Goudhelden 2.0:** Dit is het bruisende hart van wie wij als Samen voor Goud zijn. Hier komen hulpvragen binnen die niet binnen een bestaand project passen. Maar juist dan willen we wel kijken welke mogelijkheden er zijn. Denk bijvoorbeeld aan een wandelmaatje voor een oudere, boodschappen doen die niet zelfstandig naar de winkel kunnen, fietsles geven, iemand begeleiden naar een ziekenhuisafpraak en dergelijke. Vanuit deze bruisende omgeving kunnen we jongeren ook verwijzen naar andere projecten die we hebben.

- **Doel 2021:** 40 hulpvragen opgepakt van 35 kwetsbare Gouwenaren door 80 jongeren.

**Heel Gouda Doet:** Dit project is specifiek voor scholen georganiseerd, maar andere organisaties die jongeren in huis hebben mogen ook meedoen. Denk aan kerken of sportverenigingen. Scholen hebben bijvoorbeeld de wens om een klas leerlingen maatschappelijke ervaring te laten opdoen. Wij realiseren dan een programma dat begint met een leuke workshop en vervolgens organiseren we voor alle deelnemende leerlingen activiteiten als helpen bij de Voedselbank, kaartjes schrijven en bezorgen in het ziekenhuis, pannenkoeken bakken in het verzorgingstehuis, door middel van vlogs actuele en sociale Goudse thema's in kaart brengen enzovoorts.

- **Doel 2021:** 500 jongeren zetten zich in en ondersteunen 100 kwetsbare Gouwenaren.

**Jong & Goud:** Jongeren en ouderen zijn samen Goud waard. De levenswijsheid die ouderen hebben opgebouwd, willen we graag overbrengen op de jongeren. Daarom zijn we nu een project aan het voorbereiden waar hbo studenten, samen met basisschoolleerlingen wekelijks het gesprek aangaan met ouderen. Thema's die voorbij komen zijn carrière, thuissituatie, geschiedenis, relaties en einde van het leven. Dit project is nog in opstartfase.

- **Doel 2021:** 30 ouderen, 20 jongeren, 60 basisschoolleerlingen, 30 gouden momenten

**Goudvinders:** Mentorproject Goudvinders is ook nog in voorbereiding. Jongeren worden voor een jaar mentor van een andere jongere. Als een jongere zich bijvoorbeeld in een kwetsbare thuissituatie bevindt, is de kans aanwezig dat de jongere minder makkelijk op school kan meekomen. De mentoren verbinden zich aan de andere jongere en samen gaan ze op pad om elkaar te steunen, samen leuke dingen te ondernemen en bijvoorbeeld samen huiswerk te maken. Dit project is nog in opstartfase.

- **Doel 2021:** 25 mentortrajecten = 25 mentoren en 25 maatjes

### **Maatschappelijke Diensttijd**

Onder de MDT vallen drie projecten, welke allen gericht zijn op ontwikkeling van jongeren en daarbij maatschappelijke impact creëren. De MDT is verder niet uitgewerkt in dit projectplan en dus ook niet opgenomen in de begroting. Wil je meer informatie over de Maatschappelijke Diensttijd? Neem contact op met onze collega Sarah, projectleider van de MDT via [sarah@samenvoorgoud.nl](mailto:sarah@samenvoorgoud.nl).

\*Voor alle activiteiten geldt dat we de landelijke richtlijnen rondom Corona volgen. Dit betekent dat sommige activiteiten online of tijdelijk niet plaatsvinden, zoals 'Bewegen is Goud' en de 'Straattaafel'.

## **TOEVOEGING IN GOUDA**

**Netwerk en advies in Gouda:** Naast alle projecten die we uitvoeren, worden we in diverse overleggen betrokken. Zo maakten we tijdens de eerste coronagolf deel uit van een werkgroep die een wekelijks overleg hadden met een tweetal wethouders om de noodhulp aan kwetsbare Gouwenaren te bespreken. Daarnaast zijn wij initiatiefnemer van het Goudse informeel netwerk, zoals bijvoorbeeld het Netwerk Informele Zorg Utrecht al georganiseerd heeft ([www.nizu.nl](http://www.nizu.nl)). We hopen in Gouda een soortgelijk groot netwerk te realiseren waar iedere partij die betrokken is met de inzet van vrijwilligers, elkaar vindt en versterkt. Dit start in tweede kwartaal 2021. Hierdoor kunnen wij onze kennis en expertise delen met Gouda.

## BEGROTING GOUDHELDEN

<b>Inkomsten</b>	<b>2021</b>	<b>2022</b>	<b>2023</b>
Gemeente	€ 50.000	€ 40.000	€ 50.000
Subsidie landelijk	€ 22.000	€ 25.000	€ 35.000
Fondsen	€ 66.000	€ 75.000	€ 60.000
Bedrijven	€ 25.000	€ 30.000	€ 30.000
Maatschappelijke organisaties	€ 500	€ 2.000	€ 4.000
Scholen	€ 2.000	€ 3.000	€ 4.500
Kerken	€ 500	€ 2.500	€ 3.500
Giften	€ 500	€ 2.500	€ 3.000
<b>Totaal inkomsten</b>	<b>€ 166.500</b>	<b>€ 180.000</b>	<b>€ 190.000</b>

<b>Kosten</b>	<b>2021</b>	<b>2022</b>	<b>2023</b>
Personeel	€ 143.000	€ 148.000	€ 152.000
Vrijwilligersbudget	€ 5.000	€ 7.500	€ 8.000
PR & Communicatie	€ 6.000	€ 7.500	€ 9.000
Kantoorkosten	€ 5.000	€ 5.000	€ 7.500
Bijdrage Inspiratienetwerk TijdVoorActie	€ 3.000	€ 3.000	€ 3.000
Inspiratiebijeekosten	€ 3.500	€ 6.000	€ 9.000
<b>Totaal kosten</b>	<b>€ 165.500</b>	<b>€ 177.000</b>	<b>€ 188.500</b>

<b>Resultaat</b>	<b>€ 1.000</b>	<b>€ 3.000</b>	<b>€ 1.500</b>
------------------	----------------	----------------	----------------

### PERSONEEL

We verwachten dat we komende jaren onze uren kunnen uitbreiden. Dit omdat de nood in de stad groot is en er potentie is onder het aantal jongeren en de rol van de jongeren. Dit vraagt echter wel een goede coördinatie. In deze begroting is het programma Maatschappelijke Diensttijd niet meegenomen in resultaten en financiële cijfers.

### DANKWOORD

Jongeren verbinden zich aan kwetsbare Gouwenaren en ondertussen leren ze belangrijke levenslessen. Samen voor Goud is een prachtige plek waar jongeren zich ontwikkelen en van betekenis zijn voor de mensen die ze via onze organisatie leren kennen. Met uw en jouw steun kunnen we dit prachtige werk mogelijk maken. Dank voor uw vertrouwen.