

Kees Penninx  
Loes Hulsebosch

# Atelier Samenkracht

Bewoners en professionals in gesprek  
over weerbarstige vraagstukken in de wijk



Kees Penninx  
Loes Hulsebosch

# Atelier Samenkracht

Een handreiking voor bewoners en professionals die samen willen nadenken over weerbarstige vraagstukken in de wijk en elkaar vooruit willen helpen bij het vinden van oplossingen



## Colofon

Deze publicatie is een uitgave van Stichting Woonservicewijken Escamp, Den Haag en mede mogelijk gemaakt door de gemeente Den Haag.

Auteurs: Kees Penninx en Loes Hulsebosch

Foto's: Herman Eitjes en Kees Penninx

Ontwerp en productie: Pasmans Drukkerij

Vormgeving en productie

© 2013 Stichting Woonservicewijken Escamp

Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm, of op enige andere wijze zonder voorafgaande schriftelijke toestemming.

## Voorwoord

Hoe is het toch mogelijk dat bepaalde vraagstukken in een wijk maar niet oplossen, zelfs niet een klein beetje? Ondanks jarenlange aandacht vanuit overheid en maatschappelijke organisaties, ondanks allerlei projecten en burgerinitiatieven blijven ze toch steeds weer de kop op steken.

In 2012 startte in de Haagse wijk Moerwijk een proef met een sluitende aanpak voor kwetsbare ouderen. Dit was voor de stichting Woonservicewijken Escamp de aanleiding om verder in de aanpak van weerbarstige onderwerpen te duiken. Wat te denken van de ongezondheid in Moerwijk en de armoede?

Het beleidstoverwoord in deze tijd is 'eigen verantwoordelijkheid'.

Niet langer zorgt de overheid voor alle voorzieningen, ook burgers zelf worden geacht hun steen bij te dragen. Maar wat betekent dat voor mensen die flink op leeftijd zijn, tussen 600 en 1000 euro per maand te besteden hebben, meerdere chronische ziekten hebben en slecht ter been zijn?

Wat betekent het voor gezinnen met opgroeiende kinderen die niet vanzelfsprekend dagelijks eten op tafel hebben, waar werkeloosheid is, waar de kinderen moeten werken voor de zorgkosten van hun broertje?

Het behoeft geen betoog: zulke problematiek is groot en hardnekkig. En wat gaan we doen? Een nieuw project beginnen? Een nieuwe dienst lanceren? Dat lijken de reflexen van vroeger.

Tegenwoordig draait het om eigen verantwoordelijkheid. Maar wiens eigen verantwoordelijkheid bedoelen we dan precies?

In Moerwijk is hierbij de methodiek 'Atelier Samenkracht' bedacht en uitgetoetst.

In Atelier Samenkracht staat 'eigen verantwoordelijkheid' voor iederéén centraal gezet, in welke rol je ook zit. Dat kan zijn: bewoner, vader, moeder, broer, zus, buur, patiënt, vrijwilliger. Maar ook: zorgprofessional (denk aan wijkverpleegkundige schakels), sociale professional (denk aan

ouderenconsulenten en jeugdwerkers), onderwijzer, vrijwilliger in het buurtcentrum, pastor in een kerk, imam in een moskee, medewerker van de burenhulpcentrale, huismeester, etc. En ook overheidsdienaren: de stadsbeheerder, de wijkcoördinator, de (wijk)agent.

Eigen verantwoordelijkheid vraagt om een sterke civil society. Het vraagt om samenwerking in de driehoek van de burger, de overheid en de maatschappelijke organisaties. In die driehoek hebben we in het Atelier Samenkracht nagedacht over oplossingsrichtingen voor de weerbarstige problemen waar mensen voor staan. We geloven dat de sleutel voor het dichterbij brengen van oplossingen zit in het ontwikkelen van Samenkracht in die driehoek.

Niet langer is de boodschap: dat is uw eigen verantwoordelijkheid.

De boodschap wordt: het is ons aller verantwoordelijkheid om er samen iets op te verzinnen.

In deze publicatie treft u een weergave van onze eerste bevindingen met de methodiek Atelier Samenkracht.

# Inhoud

<b>1</b>	<b>Inleiding: Atelier Samenkracht in vogelvlucht</b>	<b>7</b>
<b>2</b>	<b>Onderbouwing: waarom werkt het?</b>	<b>11</b>
	Krachtgericht werken: de cirkels van kwetsbaarheid en kracht	13
	Integraal werken vanuit alle levensdomeinen	17
	Programmeren op basis van afwisseling tussen actie en reflectie	20
<b>3</b>	<b>Atelier Samenkracht in vijf stappen</b>	<b>23</b>
	Stap 1 Samenstellen Samenkracht-team	25
	Stap 2 Themakeuze	25
	Stap 3 Werving professionals en vrijwilligers	26
	Stap 4 De bijeenkomsten	26
	Bijeenkomst 1. De organisatie rijp maken	27
	Bijeenkomst 2. De kring groter maken	28
	Bijeenkomst 3. Bewoners in de hoofdrol zetten	29
	Bijeenkomst 4 De oogst binnenhalen	31
	Stap 5 Evaluatie en vervolg	33
<b>4</b>	<b>Randvoorwaarden</b>	<b>35</b>
	Competenties	37
	Middelen	37
	<b>Literatuur</b>	<b>39</b>

# 1. Inleiding



# Atelier Samenkracht in vogelvlucht

Atelier Samenkracht is een methodiek waarbij professionals samen met bewoners nadenken over weerbarstige, complexe en hardnekkige onderwerpen en elkaar helpen om vooruit te komen in het alledaagse leven. Of je nu bewoner bent of professional: iedere deelnemer is belangrijk voor de andere deelnemers. Bewoners helpen bewoners, professionals helpen bewoners, bewoners helpen professionals en professionals helpen professionals. De methodiek is gebaseerd op principes van krachtgericht werken, integraal werken vanuit alle levensdomeinen en programmeren op basis van afwisseling tussen actie en reflectie. Zij is ontwikkeld in Moerwijk, een Haagse wijk in de buurt van het Zuiderpark, onderdeel van stadsdeel Escamp. Atelier Samenkracht kan gaan over diverse thema's en worden georganiseerd met uiteenlopende doelgroepen in de wijk. In de pilot Moerwijk is gekozen voor de doelgroep ouderen en voor professionals die met ouderen in de wijk te maken krijgen. Gekozen is voor het thema 'rondkomen met weinig'.

De doelgroepen van Atelier Samenkracht zijn wijkbewoners, sleutelfiguren en vrijwilligers uit de wijk en professionals in het werkgebied: maatschappelijk werkers, jongeren- en ouderenwerkers, wijkverpleegkundigen, opbouwwerkers, vrijwilligerscoördinatoren.

Het doel van Atelier Samenkracht is tweeledig:

---

*Bewoners krijgen meer greep op hun leven; ze wisselen kennis en ervaringen uit en vertellen elkaar hun verhaal; zo ontdekken ze nieuwe mogelijkheden om zelfredzaam te blijven en mee te doen in de samenleving.*

---

*Professionals, sleutelfiguren in de wijk en bewoners vinden elkaar in een gezamenlijke aanpak, die het leerproces van bewoners ondersteunt en die aansluit bij de eigen kracht en oplossingen van bewoners.*

---



### Zwaan-kleef-aan

Atelier Samenkracht start bij een kleine groep bevlogen en ondernemende sociale professionals, die samen met enkele betrokken bewoners een Samenkracht-team vormen. Zij doen dit op eigen initiatief of naar aanleiding van een opdracht van de (deel)gemeente, een woningcorporatie, een zorginstelling of een sociaal fonds. Het team stelt een moderator - een gespreksleider - aan, legt het thema en de doelgroep vast en maakt een globaal programma van vier bijeenkomsten volgens de richtlijnen in de methodiekbeschrijving (zie hoofdstuk twee). Na afloop van iedere bijeenkomst vraagt de moderator de deelnemers of zij de volgende keer enkele mensen, die zij persoonlijk kennen, willen meenemen. Bij iedere volgende bijeenkomst wordt de kring van deelnemers zo op zijn minst verdubbeld: zwaan-kleef-aan. Tijdens de laatste bijeenkomst kan het aantal deelnemers oplopen tot 50 of meer. Atelier Samenkracht krijgt daarmee tevens de plek in de wijk die het beoogt: een plek waar naar je verhaal wordt geluisterd, waar wordt gelachen, waar je nieuwe contacten legt en waar je wat van opsteekt.

### Leeswijzer

In deze methodiekbeschrijving vindt u informatie over waarom Atelier Samenkracht werkt (hoofdstuk 2: onderbouwing), hoe het werkt (hoofdstuk 3: stappenplan) en onder welke condities het werkt (hoofdstuk 3: randvoorwaarden).

Mocht u nog vragen hebben, of ook aan de slag willen met Atelier Samenkracht, dan kunt u contact opnemen met de auteurs.

## 2. Onderbouwing: waarom werkt het?



Atelier Samenkracht brengt het sociaal en cultureel kapitaal van de wijk, datgene wat er is aan netwerken, kennis en kunde, van bewoners en van organisaties, bij elkaar. Atelier Samenkracht is niet 'weer een nieuw project' in de wijk. Het gaat niet om nieuwe projecten of voorzieningen. Het gaat om nieuwe verbindingen. Atelier Samenkracht is ontwikkeld vanuit een drietal methodische basisprincipes, die goed gedocumenteerd zijn in de literatuur en die hun werkzaamheid in talloze praktijken hebben bewezen: krachtgericht werken, integraal werken vanuit alle levensdomeinen en programmeren op basis van (afwisseling tussen) actie en reflectie.

## Krachtgericht werken: de cirkels van kwetsbaarheid en kracht

Atelier Samenkracht - de naam zegt het al - mobiliseert de kracht van de wijk en zijn bewoners. Bij krachtgericht werken staan de principes van *empowerment* centraal. Het gaat om meer dan het versterken van individuele autonomie; empowerment gaat vooral over verbinden (Penninx en Sprinkhuizen, 2011).

Het moet gestalte krijgen op drie niveaus:

---

Empowerment op individueel niveau: het bevorderen van eigen regie, het aanspreken van eigen kwaliteiten, het ontwikkelen van vaardigheden, het doen groeien van zelfbewustzijn en zelfvertrouwen, maatschappelijke participatie stimuleren;

---

Empowerment op collectief niveau: het ontginnen van krachtbronnen in de eigen omgeving, het bevorderen van samenwerking en het stimuleren van zelforganisatie en zelfhulp in de sfeer van burens, buurtgenoten, lotgenoten en zelfhulpgroepen;

---

Empowerment op politiek-maatschappelijk niveau: het vergroten van macht om veranderingen door te voeren die breder reiken dan het eigen leven, zoals het veranderen van vooroordelen via lokale campagnes, of betere toegankelijkheid - fysiek en sociaal - van voorzieningen (design for all) en het beïnvloeden van wet- en regelgeving (Van Regenmortel, 2008).

---

### Verbindingen leggen

Deze drie niveaus staan niet los van elkaar; ze zijn verweven. Je kunt immers werken aan empowerment van kwetsbare mensen, maar als deze mensen zich bevinden in omgevingen (families, netwerken, buurten) die ontoegankelijk zijn, die stigmatiseren en uitsluiten, dan is het effect gering. Dat betekent



dat ook in de omgeving iets moet veranderen en dat op diverse niveaus verbindingen worden gelegd. Dat doen we in Atelier Samenkracht. De relatie tussen professionals en bewoners staat in het teken van partnerschap. De samenwerking tussen organisaties en de erkenning van ervaringsdeskundigheid zijn cruciale elementen. Professionals leggen hun oor te luisteren bij bewoners, maar doen ook mee; ze delen in de verhalen. Ze komen even los van de waan van de dag, stellen zich open en horen nieuwe dingen, die rechtstreeks afkomstig zijn uit de leefwereld van bewoners. En passant sonderen zij hun praktijk als professional: hoe kan ik als individuele hulpverlener nog beter inspelen op de vraag van bewoners: het individueel niveau van empowerment. Hoe kunnen wij als professionals opnieuw vorm geven aan de samenwerking met elkaar en met de bewoners; welke voorzieningen kunnen daarbij worden ingeschakeld: het collectief niveau van empowerment. En welke signalen vangen wij op van bewoners, over hun benarde leefsituatie, over gemeenschappelijke knelpunten en belemmeringen die zij in de wijk ervaren? Signalen over structurele problemen die wij als individuele professionals niet kunnen oplossen, maar die wij wel kunnen (helpen) agenderen bij beleidsmakers en bestuurders: het politiek-maatschappelijk niveau van empowerment.

### Een plaats voor verhalen

Krachtgericht werken gaat ervan uit dat alle mensen en omgevingen een inherente capaciteit hebben tot leren, groeien en veranderen. Het is de taak van de professional om deze krachten samen met de bewoner en zijn omgeving op te sporen en te mobiliseren. Dit houdt in dat de professional open staat voor de potentiële krachten van iedereen, dat hij of zij hierin niet alleen gelooft, maar er ook expliciet een appèl op doet: 'Uw verhaal is belangrijk, anderen kunnen er van leren.' Bewoners zijn ervaringsdeskundigen en worden uitgenodigd om hun verhaal te vertellen, ervaringen te delen en ook anderen te bevragen. Hoe lukt het sommige bewoners om rond te komen met weinig? Wat maakt dat ze er doorheen komen? Waarin zit hun veerkracht? Wat kunnen anderen daar van opsteken? Atelier Samenkracht biedt bewoners een 'narratieve ruimte', een plek waar ze terecht kunnen met hun verhalen van pijn en verdriet, maar ook vol alledaagse kennis en kunde. Atelier Samenkracht ziet die verhalen als leerstof voor de toehoorders en - via hun reflectie op het verhaal - voor de verteller.

### Kracht opsporen en mobiliseren

Als alle mensen en omgevingen een inherente capaciteit tot leren, groeien en veranderen hebben, is het de taak van de sociaal werker om deze krachten samen met de bewoner en zijn omgeving op te sporen en te mobiliseren. Daarbij komen vragen aan de orde als: waar loopt u tegenaan? Wat zou u willen bereiken? Wat kunt u daar zelf aan doen? Wie heeft u daarbij nodig? Het sociaal werk doet dat bijvoorbeeld door middel van krachtgerichte methodieken als activerend huisbezoek, buurtnetwerken, galerijgesprekken en vriendschapsbemiddeling. In de jeugdzorg en in het maatschappelijk werk is sinds enkele jaren de Eigen Kracht Conferentie in opkomst. Het gemeenschappelijke in al die benaderingen is het appèl dat wordt gedaan op de betekenis die mensen voor elkaar kunnen hebben, in combinatie met het stimuleren of verbeteren van steun- en hulpbronnen in de omgeving (Driessens en Van Regenmortel, 2006).

### De cirkels van kwetsbaarheid en kracht

Tijdens het Atelier gaan bewoners en professionals met elkaar in gesprek over de cirkels van kracht en kwetsbaarheid. Deze zien er als volgt uit:



In de pilot ouderen in Moerwijk was het thema armoede, gepresenteerd als 'rondkomen met weinig'. Links zien we de cirkel van kwetsbaarheid. Ouderen willen (of moeten) steeds langer zelfstandig blijven wonen, ook als er sprake is van een inkomen onder de armoedegrens, geringe mobiliteit, ongezondheid en

eenzaamheid. Veel ouderen bezuinigen op eten en sociale activiteiten, waardoor ze minder gezond, minder veerkrachtig worden en minder mensen ontmoeten, minder van betekenis kunnen zijn voor een ander, minder kunnen geven aan een ander, (nog) minder durven vragen en uiteindelijk minder terug krijgen van anderen. Bewoners zijn angstig om hiervoor uit te komen en trekken zich terug, wat de situatie alleen nog maar verergert.

Als mensen de kracht vinden om de andere cirkel te bewandelen, hebben zij veel gewonnen: erop uit trekken, nieuwe mensen ontmoeten, iets betekenen voor een ander, (gemakkelijker) iets durven vragen, iets terug krijgen van een ander, handige tips horen over besparen, beter kunnen rondkomen, trots zijn. De Ateliers laten mensen inzien dat zij zelf iets kunnen doen en zetten aan tot handelen. Daarbij zijn de verhalen van andere bewoners het inspirerende voorbeeld.

### Less is more

Atelier Samenkracht werkt ook volgens het principe van de minst ingrijpende zorg: *less is more*. Deze wordt geboden in de vertrouwde context van de betrokkene, dicht bij zijn natuurlijke hulp- en steunbronnen. Daarmee is maximale aansluiting - verbinding - mogelijk met de leef- en betekeniswereld van de betrokkenen, en kan veel aandacht worden besteed aan het zoeken naar laagdrempelige, alledaagse en natuurlijke oplossingen in de eigen omgeving van mensen: het sociale netwerk, de wijk, het werk, de school. De organisatie die van krachtgericht werken zijn handelsmerk wil maken, ontwikkelt zich tot makelaardij in sociale hulpbronnen voor kwetsbare bewoners. Atelier Samenkracht is daarvan een effectief voorbeeld. Waar dit type interventies ontbreekt, zullen kwetsbare mensen vaker een beroep doen op dure, gespecialiseerde, psychosociale en medische zorg.

## Integraal werken vanuit alle levensdomeinen

Voordat u met Atelier Samenkracht start, is een goede taxatie nodig van de situatie van de bewoners en hun wijk. Welke problemen ervaren (bepaalde groepen) bewoners? Waar liggen kansen? Veel hulpverleners en sociaal werkers in de wijk baseren hun interventies op een analyse van levensdomeinen. Een voorbeeld is de zelfredzaamheidsmatrix, waarbij de mate van zelfredzaamheid van de cliënt wordt beoordeeld op de domeinen inkomen, dagbesteding, huisvesting, gezinsrelaties, geestelijke en fysieke gezondheid, verslaving, ADL-vaardigheden<sup>1</sup>, sociaal netwerk, maatschappelijke participatie en justitie ([www.zelfredzaamheidsmatrix.nl](http://www.zelfredzaamheidsmatrix.nl)). Wat opvalt is dat er een zeer uitvoerige analyse wordt gemaakt van problemen op individueel niveau. Dat strookt maar ten dele met de principes van krachtgericht werken en empowerment, zoals uiteengezet in de vorige paragraaf. Atelier Samenkracht kijkt verder: het gaat niet alleen over problemen van wijkbewoners, maar ook over hun kracht: persoonlijke competenties, kennis, levenservaring. Het gaat ook niet alleen om individuele problemen, ook (het signaleren van) collectieve tekorten is een belangrijk aandachtspunt in het Atelier.

### Levensdomeinen als zuilen van identiteit

Atelier Samenkracht biedt geen individuele hulpverlening; het is een vorm van groepsaanpak. Met het delen van ervaringskennis helpen deelnemers elkaar om competenties te ontwikkelen en kansen in de omgeving te zien, te benutten en eventueel ook zelf kansen te creëren en actie te ondernemen. Belangrijk is daarbij een goede themakeuze. Daarbij maken we gebruik van een model van vijf levensdomeinen, ook wel 'zuilen van identiteit' genoemd. Het model is gebaseerd op het werk van de Duitse psycholoog Hilarion Petzold en is door de stedenbouwkundige en sociaal-psycholoog Piet Houben met succes toegepast in het Nederlandse ouderenwerk (Houben, 2009). De stichting Woonservicewijken Escamp heeft dit model enkele jaren geleden uitgewerkt voor het werken aan kwaliteit en samenwerking in wijken en gebruikt dit nog steeds als basismodel voor de samenwerking.

<sup>1</sup> ADL = Algemene Dagelijkse Levensverrichtingen zoals eten, drinken, lopen, wassen, aan- en uitkleden, enzovoort.

Zie hiervoor ook de eerdere publicaties ‘Moerwijk knapt aardig op’ (Hulsebosch, 2004) en ‘Vertrouwd wonen in lerende wijken’ (Hulsebosch, 2009). Als levensdomeinen worden aangehouden: lichaam en geest, sociale relaties, materiële situatie, arbeid en prestatie en waarden en inspiratie.

Houben stelt dat mensen een goede kwaliteit van leven ervaren als zij een basiskwaliteit voelen in alle levensdomeinen. Als levensdomeinen onderscheidt hij: lichaam en geest, sociale contacten, materiële situatie (inkomen, onderdak), arbeid en activiteiten, waarden en inspiratie. Alle domeinen worden voor een groot deel gekleurd en beïnvloed door de sociale omgeving, waarin mensen verkeren. Ieder mens kan tijdelijk of permanent in een situatie terecht komen dat er problemen worden ervaren in één of meer levensdomeinen. Meestal kunnen mensen daar zelf of met hun omgeving (informele hulpbronnen) uitkomen. Soms zijn daar voorzieningen (formele hulpbronnen) voor nodig. Bij kwaliteit van leven gaat het om het zoeken van de juiste balans: mensen leven zo veel mogelijk vanuit hun eigen kracht, vanuit hetgeen ze zelf kunnen (Hulsebosch, 2012). Soms is een klein zetje in de goede richting nodig. Daar zijn niet altijd artsen of hulpverleners voor nodig, mensen kunnen elkaar dat zetje ook geven. Atelier Samenkracht is hiervoor bedoeld: het is een broedplaats en uitwisselingsplek van kleine, soms grotere en altijd slimme overlevingsstrategieën.

### Slim spelen met levensdomeinen

Het slimme karakter van de tips en trucks die bewoners elkaar kunnen bieden, kunt u nog vergroten door flexibel combinatiewerk met de levensdomeinen. Zo zoeken mensen, die een tekort ervaren binnen één van de domeinen, vaak erg lang naar verbetering binnen hetzelfde domein. Iemand die werkloos wordt, ziet soms maar één oplossing: herstel van de oude situatie en opnieuw (het zelfde) werk vinden. De integratieve benadering van levensdomeinen leert dat iemand de balans ook ‘slimmer’ kan herstellen. Dat kan door een lagere ambitie te formuleren binnen hetzelfde domein, bijvoorbeeld vrijwilligerswerk gaan doen. Het kan ook door compensatie te zoeken bij krachten en kansen die zich voordoen in andere domeinen. De persoon heeft bijvoorbeeld geen werk, maar heeft wel veel sociale contacten die hij of zij aanhaalt en vernieuwt.

Zo zijn er talloze combinaties mogelijk om ‘anders denken’ te bevorderen, met slimme oplossingen als resultaat. Wie een partner verliest, kan troost en nieuwe zingeving vinden in het volgen van een tekencursus of in het doen van vrijwilligerswerk. Wie stijve botten krijgt van artrose, kan meer afleiding vinden door kinderen te gaan voorlezen op een basisschool, dan door alsmaar herhaald doktersbezoek. Wie arm is, kan zich rijk voelen met nieuwe sociale contacten. Wie eenzaam is, kan nieuwe contacten vinden in betaald of onbetaald werk.

### Integrale aanpak

Atelier Samenkracht laat bewoners hun verhaal doen over wat zij zien als hun problemen en over oplossingen die zij kennen. Door het gesprek hierover met andere mensen, komen nieuwe oplossingen in beeld, maar ook nieuwe manieren van denken over de problemen. “Als je arm bent helpt geld, maar ook andere oplossingen kunnen de pijn verzachten”, verwoordde een van de deelnemers het treffend.

Samenvattend: Atelier Samenkracht brengt een integrale aanpak binnen handbereik voor bewoners en professionals, die samen willen nadenken over weerbarstige problemen in de wijk, door gebruik te maken van de levensdomeinen van Petzold, en wel op drie manieren:

---

Als analysekader voor het in kaart brengen van de persoonlijke problematiek van bewoners;

---

Als leidraad voor het gesprek tussen bewoners en professionals tijdens de bijeenkomsten;

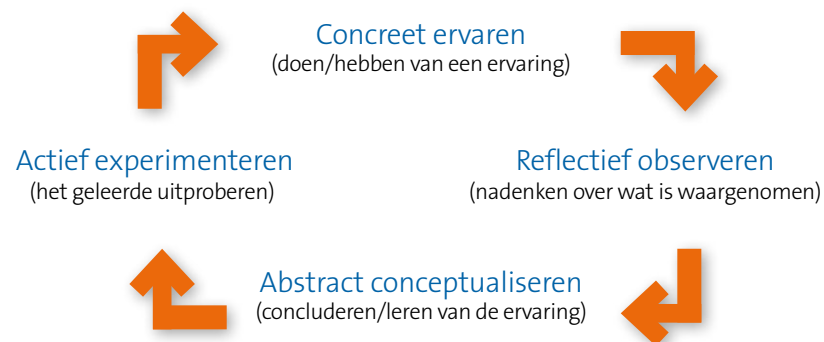
---

Als instrument voor het in kaart brengen van de (aanwezigheid, kwaliteit en toegankelijkheid van) voorzieningen in de wijk en voor het stimuleren van samenwerking tussen organisaties, professionals en bewoners.

---

## Programmeren op basis van afwisseling tussen actie en reflectie

Atelier Samenkracht ziet bewoners en de professionals als partners in een leerproces. De partners helpen elkaar nadenken over hun eigen praktijk. Ze benoemen problemen, bedenken kleine, praktische oplossingen en stimuleren elkaar om nieuwe dingen uit te proberen. Wellicht herkent u hierin de leercyclus van Kolb, die we gebruiken ter onderbouwing van de didactische aanpak van het Atelier (de Caluwé en Vermaak, 2008, Bijkerk en van der Heide, 2006).



Het stimuleren van leren betekent aansluiten op de leefwereld en ook rekening houden met de verschillende leerstijlen die de deelnemers aan het Atelier hebben. Kolb spreekt over een leercyclus om aan te geven dat er sprake is van een aantal opeenvolgende stappen tijdens het leren. De meeste deelnemers aan het Atelier zijn doeners. Ze leren het liefst door actief bezig te zijn, zonder al te veel theoretische ballast. Dit geldt voor veel bewoners, maar ook voor veel professionals! Voor een volwaardig leerproces is het belangrijk dat alle fasen van het leren worden doorlopen. Het is de taak van de begeleider om ook het bezinnen, het nadenken en het maken van keuzes te stimuleren. We kennen de doener, zijn motto is "Actie!" De bezinner bekijkt een concrete situatie van alle kanten en bedenkt oplossingen: "Bezint eer ge begint". De denker verzamelt

gegevens, vergelijkt ze met elkaar en vertaalt ze in een visie op de juiste handelwijze. Hij of zij is de filosoof van het gezelschap. De beslisser bedenkt liever niet zelf een nieuwe oplossing, maar gaat aan de slag met al bestaande oplossingen waar hij of zij tijdens het Atelier van hoort.

### Anderen motiveren

Tijdens de pilot 'Rondkomen met weinig' werden maar liefst 96 (!) oplossingen bedacht voor het verminderen of voorkomen van armoede. Variërend van maaltijden maken van klikjes tot een huishoudboekje bijhouden en een dubbeltjes spaarpot, tot het inrichten van een weggeefwinkel in de buurt, enzovoort. De begeleider lokt de deelnemers niet alleen uit om oplossingen te bedenken, maar ook om erover na te denken, erover te beslissen en ze te gaan toepassen.

De werkvormen die daarbij worden gebruikt, zijn elementen uit de intervisiemethode (leren van elkaar in kleine groepen), activerende gespreksvoering en werken met beeldmateriaal. Youtube is een prachtige leverancier van allerlei filmpjes, die het leerproces kunnen ondersteunen. Korte, informatieve en inspirerende inleidingen worden afgewisseld met werken aan doe-gerichte opdrachten in kleine subgroepjes. Ook krijgen de deelnemers na iedere bijeenkomst een opdracht mee naar huis: neem de volgende keer enkele mensen mee die ook hun ervaringen willen vertellen. Aan deze oproep wordt door bijna iedereen gehoor gegeven. Het feit dat deelnemers dit doen, en dat zij aan anderen uitleggen waar het atelier over gaat en hen motiveren om ook mee te doen, is minstens zo belangrijk als de hoge opkomst.

# 3. Stappenplan



# Atelier Samenkracht in vijf stappen

## Stap 1

### Samenstellen Samenkracht-team

Atelier Samenkracht komt als een pop-up op het goede moment op de juiste plek. In dit geval was het de wijk Moerwijk waar partners in de stichting Woonservicewijken Escamp een sluitende aanpak wilden ontwikkelen voor (kwetsbare) ouderen. Onder sluitende aanpak verstaan we een combinatie van individuele en collectieve zorg, waardoor niemand buiten de boot hoeft te vallen. In het besef dat een aanpak niet sluitend is als er niet voldoende aandacht wordt besteed aan de problematiek van vele ouderen rond armoede en ongezondheid, was het Samenkracht-team al snel ingesteld: de wijkverpleegkundige schakels in de wijk, de ouderenconsulent en de gezondheidsmakelaar van de gemeente. Als moderator werd gekozen voor de projectleider van Centrum voor Ouderen Escamp/Moerwijk. In een vervolg Atelier kan ook een opbouwwerker of een buurtcoach de rol van moderator vervullen.

## Stap 2

### Themakeuze

Het thema wordt gekozen op basis van de (wijk)analyse en de verhalen die de professionals in de praktijk horen. Het thema heeft betrekking op één of meer levensdomeinen. In het geval van het Atelier in Moerwijk is gekozen voor het thema armoede. Dit thema raakt meerdere levensdomeinen: materiële situatie (je hebt weinig geld), sociale relaties (je kunt niet overal aan meedoen, niet overal naar toe gaan), lichamelijke gezondheid (je kunt niet altijd gezond eten op tafel krijgen, je bent vaak neerslachtig, beweegt te weinig), psychische gezondheid (mensen 'praten' over je, je voelt je onzeker, eenzaam), waarden/inspiratie (je ziet soms niet in waarvoor je je bed zou uitkomen, zinervaring staat onder druk), arbeid en prestatie (niet alleen betaalde arbeid, ook vrijwilligerswerk vraagt om een bepaalde vitaliteit en mobiliteit, die je niet altijd hebt of kunt opbrengen). De titel van het Atelier was 'Rondkomen met weinig', positief en uitdagend geformuleerd, in het Haags uitgesproken (wèinig), voor velen aansprekend.



## Stap 3

### Werving professionals, vrijwilligers en bewoners

Beginnend vanuit het Samenkracht-team was in het geval van Moerwijk de werving een kwestie van het aanboren van ieders netwerk. In dit geval betrof dat een actuele lijst van ca 26 mensen, zowel contactpersonen van verenigingen en clubs, als professionals in maatschappelijke organisaties op het gebied van wonen, zorg, veiligheid, welzijn, onderwijs en cultuur. Niet altijd zal een dergelijk netwerk al binnen handbereik zijn en zal moeten worden geïnvesteerd in het opbouwen van het netwerk.

In stadsdeel Escamp is door de stichting Woonservicewijken Escamp en de gemeente Den Haag (stadsdeelteam Escamp) al jaren geïnvesteerd in een infrastructuur van samenwerking in netwerken. Elke Escampse wijk heeft zijn eigen Wijknet, een platform van partners in de wijk. De lijnen zijn kort; men weet elkaar snel te vinden. Dankzij deze wijknetwerken is de werving voor een Atelier Samenkracht in enkele weken rond.

## Stap 4

### De bijeenkomsten

Atelier Samenkracht bestaat uit vier bijeenkomsten, met tussenpozen van ongeveer vier weken. De kring van deelnemers wordt bij iedere bijeenkomst groter, volgens de zwaan-kleef-aan-methode:

1. De organisatie rijp maken. Een bijeenkomst met het samenkracht-team: de eerste kring professionals en de moderator.
2. De kring groter maken. Een bijeenkomst met wijkprofessionals van andere organisaties en wijkkader; dit zijn sleutelpersonen en vertegenwoordigers van belangenorganisaties uit de wijk.
3. Bewoners in de hoofdrol zetten. Een bijeenkomst met wijkprofessionals, wijkkader en bewoners. De bewoners zijn persoonlijk door de professionals en het wijkkader uitgenodigd om actief mee te doen.
4. De oogst binnenhalen. Een vierde bijeenkomst met wijkprofessionals en -kader, bewoners van de vorige bijeenkomst en andere bewoners uit de wijk die meekomen.

## Toelichting bijeenkomsten

### Bijeenkomst 1 - De organisatie rijp maken

**Doel:** het thema neerleggen in de eigen organisatie en medewerkers aansporen tot meedenken en meedoen.

Zaalopstelling: U-vorm, carré of ronde tafel.

- Na een korte kennismaking (indien nodig) zet u het doel, de filosofie en de aanpak van Atelier Samenkracht kort uiteen. Ook geeft u aan waarom u gekozen hebt voor het betreffende thema. Wat was de aanleiding? Waarom is dit thema zo belangrijk voor de wijk en zijn bewoners?
- Vervolgens inventariseert u welke ervaringen de professionals van de organisatie hebben met dit thema. Vraag hen:
  - Herkennen jullie het thema?
  - Op welke manier komen jullie het tegen in jullie werk?
  - Wat zien jullie bij bewoners? Welke problemen ervaren bewoners? Welke oplossingen hanteren bewoners in het alledaagse leven? Welke hulpbronnen schakelen ze in? Welke niet? Waarom schakelen zij sommige hulpbronnen niet in?
- Gluren bij de burens; leren van goede voorbeelden. Na deze verkenning van het probleem presenteert u een aantal bewezen effectieve (of veelbelovende) manieren om het probleem aan te pakken. U kunt de presentatie zelf doen; u kunt collega's inschakelen voor korte presentaties van goede voorbeelden die zij kennen; u kunt ook een inleider van buiten aantrekken die een goed overzicht heeft van vernieuwende praktijkvoorbeelden. Toon zo mogelijk filmbeelden over deze praktijkvoorbeelden; daarvan komen er steeds meer beschikbaar op Youtube. Wat kunnen we leren van deze praktijkvoorbeelden? Geef in het nagesprek aan dat het niet gaat om het kopiëren van methodieken of het opzetten van een nieuw project. Vraag de deelnemers zich op te splitsen in groepjes voor het laatste onderdeel van deze bijeenkomst.
- Brainstormen in ontwerpgroepjes. Laat de groepjes nadenken over het thema en over de gepresenteerde praktijkvoorbeelden. Vraag hen het thema uiteen te rafelen in deelthema's die spelen in de wijk.



- Welke oplossingen zijn bruikbaar? Wat gebeurt er al in de wijk? Wat kan worden ontwikkeld en wie kunnen daarbij een rol spelen: bewoners, sleutelfiguren, wijkorganisaties, instellingen, gemeente?
- Evaluatie en vervolg. Vraag hoe de deelnemers deze bijeenkomst hebben ervaren. Nodig hen uit mee te werken aan het vervolg van Atelier Samenkracht en organisaties te noemen die een rol kunnen spelen. Afgesproken wordt dat iedereen enkele professionals of sleutelfiguren uit de wijk persoonlijk benadert en meeneemt naar de volgende bijeenkomst.

## Bijeenkomst 2 - De kring groter maken

Doel: de kring van samenwerkende en voorwaardenscheppende professionals en sleutelfiguren groter maken en het thema en de aanpak verder uitwerken.

Zaalopstelling: U-vorm, carré of ronde tafel.

- Korte voorstelronde voor de nieuwe mensen en terugblik op de uitkomsten van de vorige bijeenkomst. Pak de thema's van de vorige keer er weer bij en vraag of er nog aanvullingen zijn. Inventariseer alle thema's op bijvoorbeeld een flap-over.
- Samenwerken aan goede voorwaarden voor krachtgericht werken. Kies één thema als opstapje naar een groepsgesprek over krachtgericht werken. Stel de volgende vragen als leidraad voor het gesprek:
  - Analyse: wat is er aan de hand en over welke groepen wijkbewoners hebben we het?
  - Eigen oplossingen: wat zijn voorbeelden van eigen oplossingen van bewoners? Kent u mensen in de wijk die hierover kunnen vertellen, hoe zijn zij uit hun benarde situatie gekomen? Hoe hebben zij dat gedaan, wie heeft geholpen?
  - Welke verbindingen kunnen worden gelegd om randvoorwaarden te scheppen voor een 'wijkklimaat' waarin eigen kracht kan gedijen? Denk aan verbindingen tussen bewoners en organisaties, verbindingen tussen organisaties onderling, verbindingen tussen praktijk en beleid.
- Draaitafels. Na dit plenair besproken voorbeeld worden de andere thema's uitgewerkt in subgroepen. Deze gaan elk aan de slag met een thema. Verdeel

- de thema's. Elke groep schrijft op een flap de 'Naam' van het thema en ideeën over 'Wat speelt er': analyse. Vervolgens worden de flappen doorgegeven aan de volgende groep. Deze noteert: 'Eigen oplossingen' en vult aan met voorbeelden van eigen kracht. Andermaal worden de flappen doorgedraaid. De volgende groep noteert 'Verbindingen'. Deze groep vult de flap van de vorige groep aan met kansen voor het leggen van verbindingen. Als de tijd het toelaat kan nog een keer worden gedraaid. De groepjes vullen nog een keer aan door het plaatsen van enkele kritische vragen, een reflectie, wellicht aanvullende tips en ideeën. Daarna worden de resultaten kort gepresenteerd.
- Evaluatie en vervolg. Vraag hoe de deelnemers deze bijeenkomst hebben ervaren. Nodig hen uit mee te werken aan het vervolg van Atelier Samenkracht en wijkbewoners te noemen die uit eigen ervaring kunnen vertellen. Afgesproken wordt dat iedereen enkele bewoners persoonlijk benadert en meeneemt naar de volgende bijeenkomst.

## Bijeenkomst 3 - Bewoners in de hoofdrol zetten

Doel: Bewoners gaan met elkaar en met de beroepskrachten en sleutelfiguren in gesprek over het thema en over een mogelijke aanpak in de toekomst.

De aanwezigen wisselen tips en ideeën uit over wat zij zelf doen om het hoofd boven water te houden, om tegenslagen te overwinnen en om vooruit te komen in het leven.

Zaalopstelling: cabaret (losse tafels met elk 5 à 7 stoelen er omheen).

- Korte voorstelronde voor de nieuwe mensen. Licht het thema van het Atelier toe en vat de resultaten van de twee voorbereidende bijeenkomsten kort samen. Geef aan dat Atelier Samenkracht wil uitnodigen tot samen nadenken over lastige onderwerpen waar mensen in de wijk mee te maken hebben. Vertel dat het Atelier inspiratie wil bieden om deze onderwerpen zelf én met elkaar aan te pakken. En daarbij te leren van de verhalen van mensen die een bepaald probleem zelf (en met anderen) hebben overwonnen. Leg uit waar het vandaag om gaat:
  - bewoners wisselen eigen ervaringen en gedachten uit over 'slim omgaan' met het probleem. Zo leren zij van elkaars verhalen.

- Ook helpen ze de aanwezige professionals en sleutelfiguren nadenken over een goede aanpak van het probleem in de wijk. Wat is daarvoor nodig bij deze bewoners, in deze wijk?

- Vraag of iedereen begrijpt waar het over gaat. Laat mensen even aan het woord: kennen zij wellicht al een voorbeeld uit hun eigen omgeving van mensen met slimme oplossingen voor het betreffende probleem (thema)?
- Introduceer de cirkels van kwetsbaarheid en kracht (zie pagina 15). Vraag of iedereen begrijpt wat hiermee wordt bedoeld en of men dingen herkent. Laat de aanwezigen kort enkele voorbeelden van kwetsbaarheid en kracht noemen.
- Zoomsessies. Vraag de deelnemers om gedurende tien minuten in tweetallen met elkaar van gedachten te wisselen over de volgende vraag: “Hoe kun je de cirkel van kwetsbaarheid achter je laten en hoe kun je kracht ontwikkelen zoals geschetst in de cirkel van kracht?” Laat elke gesprekspartner tenminste één voorbeeld noemen. Dat kan een voorbeeld zijn uit eigen ervaring, maar ook van iemand die men kent, iemand waarover men iets gelezen heeft of iemand die men op televisie heeft gezien. Hoe is de persoon in dit voorbeeld er bovenop gekomen? Wat maakt deze persoon zo sterk? Wat kun je daar van leren?  
Ga de zaal in en interview alle tweetallen over hun bevindingen.
- Samen eten en informeel verder praten. Het is tijd voor een lekkere lunch of, indien de bijeenkomst 's middags plaatsvindt, een diner. Een tafelschikking is niet nodig, maar zorg er wel voor dat bewoners, professionals en sleutelfiguren mengen. Wens iedereen smakelijk eten en nodig de tafelgasten uit om informeel nog wat met elkaar door te praten.
- Afsluiting. Vraag of iedereen lekker heeft gegeten. Vraag of er nog nieuwe verhalen naar boven zijn gekomen. Vraag of er nog nieuwe suggesties naar boven zijn gekomen voor een aanpak in de wijk, ook als het Atelier (na de volgende bijeenkomst) is afgesloten. Nodig iedereen uit om meer wijkbewoners te noemen die uit eigen ervaring kunnen vertellen. Spreek af dat iedereen (dus ook de nu aanwezige bewoners) enkele andere bewoners persoonlijk benadert en meeneemt naar de volgende bijeenkomst.

## Bijeenkomst 4 - De oogst binnenhalen

Doel: vervolg geven aan Atelier Samenkracht in een nog grotere kring, waardoor het gesprek ook buiten het Atelier gaat plaatsvinden, draagvlak wordt gevonden voor vervolgvaciviteiten en nieuwe verbindingen worden gelegd tussen professionals, sleutelfiguren en wijkbewoners.

Zaalopstelling: cabaret (losse tafels met elk 5 à 7 stoelen er omheen).

Mogelijk heeft u dit keer een grotere zaal nodig dan de vorige keer!

- Korte voorstelronde voor de nieuwe mensen. Licht het thema van het Atelier toe, zet opnieuw het doel uiteen en vat de resultaten van de drie vorige bijeenkomsten kort samen. Leg uit wat we vandaag gaan doen:
  - Bewoners wisselen opnieuw persoonlijke ervaringen en gedachten uit over ‘slim omgaan met...’. Ook nu staan de verhalen van bewoners centraal. Geef aan dat er vandaag veel te leren valt, maar ook iets te winnen: een prijs voor de drie beste ideeën die vandaag op tafel komen!
  - Afsluiting van het Atelier met conclusies, ideeën voor vervolgvaciviteiten en de eerste afspraken daarover.
- Ga de zaal in en vraag een korte reactie op de vorige bijeenkomst aan bewoners die er toen bij waren. Wat hebben zij onthouden? Wie hebben zij meegenomen? Interview kort enkele mensen die voor het eerst aanwezig zijn. Waarom zijn zij meegekomen? Wat komen zij halen, wat komen zij brengen?
- Filmfragmenten over ‘slim’ (en minder slim) omgaan met problemen. Toon enkele korte filmfragmenten waarin te zien is dat mensen heel verschillend kunnen omgaan met problemen. Toon bij voorkeur iemand (of enkele personen) met een actieve en effectieve stijl en iemand (of enkele personen) met een minder effectieve stijl. Vraag de aanwezigen welke verschillen zij zien. Waarom overwint de een gemakkelijker problemen dan de ander?
- Zoomsessie. Laat deelnemers in groepjes van twee een ‘Persoonlijk Advies’ opstellen voor de getoonde personen. Denk aan ‘top’: wat doen deze personen slim en ‘tip’: wat kan slimmer. Noteer de adviezen van alle groepjes op een flap.
- De ideeënparade. Maak een nieuwe tafelschikking met gemengde groepen van bewoners, professionals en sleutelfiguren. Zet nog één keer het thema (probleem) uiteen. Vraag aan iedere tafel om zo veel mogelijk ideeën te noteren: wat kun je doen om slim en effectief om te gaan met het probleem?

Zorg ervoor dat men niet te lang blijft stilstaan bij één idee. Geen discussie, alleen vragen om toelichting en noteren. Het doel is het verzamelen van zo veel mogelijk tips en ideeën.

- Samen eten en informeel verder praten. Zie vorige bijeenkomst.
- Vervolg ideeënparade. Na het eten krijgt iedere deelnemer drie ronde stickers. Inmiddels hangen alle flappen met ideeën aan de muur. Nodig iedereen uit om een sticker te plakken bij de drie ideeën die zij het beste vinden. Het is ook toegestaan om twee of drie stickers te plakken bij één idee. Het is niet toegestaan om stickers te plakken bij de ideeën uit de eigen groep.
- Prijsuitreiking. Sluit de ideeënparade af met een prijsuitreiking voor de drie ideeën die de meeste stickers hebben gekregen. Laat de bedenkers van het idee naar voren komen, vraag hen om het idee toe te lichten en overhandig hen (onder luid applaus) hun prijs. In de pilot Moerwijk waren er drie prijzen in de vorm van cadeaubonnen van tien euro.
- Afsluiting Atelier Samenkracht. Vervolgactiviteiten kunnen voortbouwen op wensen of goede ideeën die tijdens het Atelier naar voren zijn gekomen. Mogelijk stellen bewoners voor om opnieuw een Atelier Samenkracht te organiseren over een ander thema.  
Uw afsluitende woorden hebben de volgende strekking: “Of het nou gaat om ‘rondkomen met weinig’, ‘leven met een ziekte of beperking’, ‘leven in eenzaamheid’, ‘een veilige buurt’, of ‘geen werk meer en dan?’, er zijn altijd mensen om je heen die er zelf of met anderen uit zijn gekomen. Het is de kunst deze mensen te vinden, ze te leren kennen, hun verhalen te horen en er van leren voor je eigen situatie. We hebben hiervan in het Atelier prachtige voorbeelden gezien. Voorbeelden die we zo kunnen overnemen. Voorbeelden die onze fantasie prikkelen. Voorbeelden die ons helpen geloven in onze eigen kracht”.
- De deelnemers zullen worden geïnformeerd over het vervolg en ze worden hartelijk bedankt voor hun actieve bijdrage.

## Stap 5

### Evaluatie en vervolg

Het samenkracht-team evalueert na afloop het proces, de organisatie en de resultaten:

- Waren de afspraken duidelijk?
- Wist iedereen wat van hem/haar werd verwacht en is dit ook uitgevoerd?
- Was de organisatie goed (ruimte, techniek, catering, materialen)?
- Is er voldoende uit gekomen, zijn de resultaten goed?
- Hoe wordt gezorgd voor het vasthouden van de energie? Zorg ervoor dat bewoners en professionals Samenkracht blijven ervaren door vervolgactiviteiten op te pakken en ontmoeting en communicatie onder de noemer van Samenkracht levend te houden.

### Kanttekening

Tot zover het (gedetailleerde) stappenplan. De methodiek Samenkracht is een verbindende methodiek. De methodiek verbindt een systemische wereld (met agogische of pedagogische theoretische kaders als achtergrond) met de leefwereld en belevingswereld van bewoners (met verhalen als achtergrond). De trefwoorden zijn partnerschap, dialoog, gelijkwaardigheid en wederkerigheid. Zowel professionals als bewoners worden aangesproken op hun kennis en persoonlijke ervaringen en krijgen daarmee een nieuwe betekenis voor elkaar. Echte dialoog vraagt om het loslaten van oude scheidslijnen, routines en rolpatronen. Wees daarom niet bang om al werkende weg het Atelier in te vullen en af te wijken van het programma. Zorg wel dat je vooraf met het Samenkracht-team de uitgangspunten vaststelt.

# 4. Voorwaarden voor Ateliers Samenkracht



## Competenties

In de uitvoering is de rol van de moderator belangrijk. Een goede moderator is thuis in het onderwerp 'Samenkracht', is belangstellend en oprecht betrokken bij de deelnemers en hun zorgen. Ook de moderator voelt vanuit zijn/haar eigen rol de motivatie om invulling te geven aan het uitgangspunt van 'allemaal verantwoordelijkheid nemen' en 'samen nadenken'.

De moderator heeft verder:

- HBO of WO werk- en denkniveau;
- ervaring met het begeleiden en coachen van groepen;
- het vermogen te denken in mogelijkheden en kansen;
- is in staat met de 'handen op de rug' te werken;
- een goed analytisch vermogen;
- kan schakelen en makelen;
- is in staat zelfstandig, flexibel en onafhankelijk te werken;
- een goed gevoel voor verhoudingen en timing;
- schriftelijke en mondelinge vaardigheden;
- een ondernemende houding;
- is creatief en flexibel in het hanteren van de methodiek.

## Middelen

Ateliers lopen 'gesmeerd' als er aan de middenkant voldoende is geregeld. Om te beginnen: een prettige ruimte, lekkere koffie, thee, fris, iets erbij, een lekkere lunch of diner. Bewoners en professionals worden vaak gevraagd om te komen voor inspraak of samspraakbijeenkomsten en na afloop hebben ze het gevoel 'uitgeknepen' te zijn. Dat gevoel mag bij een Atelier Samenkracht niet ontstaan. Deelnemers zijn elkaar dankbaar voor hun openheid, voor alle verhalen die zijn verteld en voor de kwetsbaarheid die ieder heeft getoond. Daar mag op z'n minst tegenover staan dat ze lekker hebben gezeten, gepraat, gegeten en er iets van mee terug naar huis nemen. Dat hoeft niet altijd duur te zijn: ook zelfgemaakte baklava, appeltaart en meegebrachte stroopwafels zijn heerlijk. Deelnemers krijgen hun onkosten vergoed.

Ateliers zijn ook gebaat bij goede technische ondersteuning: een presentatie laten zien ondersteunt het groepsgesprek, een filmpje van Youtube kan verhelderend zijn. Het is belangrijk dat de techniek werkt. Hier is wel een kanttekening bij te maken (zie ook pagina 33): de methodiek is een verbindende methodiek! Niet alles hoeft gesmeerd te gaan; je zult zien dat de deelnemers (mits het klimaat van het Atelier goed is) hun weg toch wel vinden en - mocht de techniek toch een keer falen - spontaan de helpende hand toesteken.

## Kosten

Een Atelier Samenkracht bestaat gemiddeld 4 bijeenkomsten.

Kosten zijn er voor:

- ruimte
- catering
- moderator
- materiaal zoals flap-over, papier, pennen
- eventueel: inleiders
- eventueel: presentjes voor de deelnemers.

Het hangt van de situatie af voor welke begroting gekozen wordt. Een Atelier met weinig extra kosten, waar bewoners zelf voor drinken en eten zorgen hoeft niet perse minder resultaten te hebben.

Het opstellen van een reële begroting is afhankelijk van doelen en doelgroep.

Het is altijd belangrijk om een reële begroting op te stellen en daar een 'dekkingsplan' aan te koppelen.

Financiers voor deze activiteit kunnen zijn: de gemeente (Wmo, participatie) en verschillende fondsen (kwaliteit van leven, participatie, zelfzorg en zelfredzaamheid).

# Literatuur



Caluwé, L. de, en H. Vermaak (2008). *Leren veranderen. Een handboek voor de veranderkundige. Tweede, geheel herziene editie.* Deventer: Kluwer.

Bijkerk, L. en W. van der Heide (2006). *Het gaat steeds beter! Activerende werkvormen voor de opleidingspraktijk.* Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Driessens, K., en T. van Regenmortel (2006). *Bind-kracht in armoede. Leefwereld en hulpverlening.* Leuven: LannooCampus.

Hulsebosch, L. (2004). *Moerwijk knapt aardig op.* Verslag van een levende en lerende woonzorgzone in Den Haag. Den Haag: Stichting Woonservicewijken Escamp.

Hulsebosch L. (2009). *Vertrouwd wonen in lerende wijken.* Den Haag: Stichting Woonservicewijken Escamp.

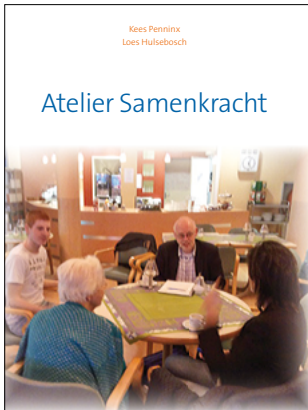
GGD Amsterdam (2013). [www.zelfredzaamheidsmatrix.nl](http://www.zelfredzaamheidsmatrix.nl). Website geraadpleegd op 20 februari 2013.

Hulsebosch, L. (2012). *Samen leven en samen zorgen in theorie en praktijk.* In: *Geron*, Jaargang 14, Nr. 2, juni 2012, 47-50.

Penninx, K. en A. Sprinkhuizen (2011). *Krachtgerichte sociale zorg. Sociaal werk in de participatiesamenleving.* Utrecht: MOVISIE.

Regenmortel, T. van (2008). *Zwanger van empowerment. Een uitdagend kader voor sociale inclusie en moderne zorg.* Eindhoven: Fontys Hogeschool.





Atelier Samenkracht is een methodiek voor bewoners en professionals die gedurende een viertal bijeenkomsten samen willen nadenken over weerbarstige vraagstukken in de wijk. Het Atelier brengt hen bij elkaar en stelt hen in staat om elkaar vooruit te helpen bij het vinden van oplossingen.

Nog niet zo lang geleden werden antwoorden op opvoedingsproblemen, eenzaamheid, armoede en andere weerbarstige vraagstukken gezocht in wéér een nieuw project of wéér een nieuwe dienst. De laatste tijd slaat dit rigoureus om in de nieuwe mantra van 'eigen verantwoordelijkheid'. Atelier Samenkracht zet een stap verder. Samenkracht betekent dat het ons aller verantwoordelijkheid is om er samen iets op te verzinnen. Bewoners, professionals en overheidsdienaren gaan met elkaar in gesprek over nieuwe oplossingen, waarbij ieder zijn denkkracht inzet, zijn verantwoordelijkheid neemt en een steentje bijdraagt. Bewoners helpen bewoners, professionals helpen bewoners, bewoners helpen professionals en professionals helpen professionals met kennis en slimme suggesties. Atelier Samenkracht gelooft dat iedereen iets in te brengen heeft. Centraal staan de verhalen van bewoners: zij noemen problemen bij de naam en getuigen bovenal van veerkrachtige en slimme manieren om verder te komen.

Atelier Samenkracht bouwt voort op deze verhalen van veerkracht. Door partnerschap, dialoog en het loslaten van oude denk- en handelingspatronen, komen beetje bij beetje nieuwe oplossingen in beeld. Oplossingen die werken omdat ze collectief ontwikkeld en gedragen worden en niet het eigendom zijn van één partij.

## Over de auteurs

Kees Penninx is zelfstandig onderzoeker, trainer, adviseur en conceptontwikkelaar voor het sociale domein en directeur van Bureau ActivAge. ActivAge werkt aan nieuwe concepten en praktische toepassingen rond maatschappelijke inzet, informele zorg, wonen en burgerinitiatief van ouderen.

[www.activage.nl](http://www.activage.nl)

Loes Hulsebosch is bestuursadviseur bij de Stichting Woonservicewijken Escamp en projectleider Centrum voor Ouderen. Zij heeft een adviespraktijk voor innovatie en kwaliteitsverbetering in samenwerking tussen (gezondheids)zorg, welzijn en wonen.

[www.hulseboschadvies.nl](http://www.hulseboschadvies.nl)