

# De Hudsonhof

## Jaarverslag 2017

WMO basisvoorziening  
in De Baarsjes in Amsterdam West  
voor ouderen en mensen met een beperking



## **Inhoud**

Inhoud .....	2
1. Voorwoord.....	3
2. De Hudsonhof: gebouw, straat, en organisatie .....	4
3. De activiteiten in 2017 .....	7
4. Samenwerking met andere organisaties in 2017 .....	15
5. Spreekuren in De Hudsonhof .....	17
6. Project 2017 opknappen van de het gebouw.....	18
7. Financieel verslag 2017.....	19

Stichting Multicultureel Centrum De Hudsonhof  
Hudsonhof 1, 1057 KP Amsterdam  
Hudsonhof2@outlook.com  
www.hudsonhof.nl  
Telefoon 020 – 2334105

De Hudsonhof is een WMO basisvoorziening  
in De Baarsjes in Amsterdam West  
voor ouderen en mensen met een beperking

# 1. Voorwoord

## Al bijna 20 jaar samenleven in de buurt

De Hudsonhof zet zich in De Baarsjes en omstreken al bijna twintig jaar in voor ouderen en mensen met een beperking. Sinds enkele jaren zijn we ook een erkende WMO-basisvoorziening. De ouderen en andere bezoekers die ons weten te vinden, maken De Hudsonhof tot wat het is: een organisatie voor de buurt en vooral ook ván de buurt. Want de vrijwilligers van De Hudsonhof maken zelf de programma's, runnen zelf de dagelijkse praktijk en zijn zelf dagelijks gastheer en gastvrouw. Samen zijn ze al bijna twee decennia lang een belangrijk onderdeel van het cement dat de buurt samenbindt.

Het afgelopen jaar was vruchtbaar, maar ook bewogen en verdrietig. Mevrouw Wams overleed. Met haar verloor De Hudsonhof een van de vrijwilligers van het eerste uur. Zij was jarenlang een belangrijke stimulator binnen De Hudsonhof én boegbeeld in de buurt. Door ziekte viel ook Jill Ford uit, lid van het dagelijks bestuur en een van onze meest actieve en inspirerende vrijwilligers. Tegelijkertijd met het gemis stellen we met trots vast dat de rest van het vrijwilligersteam het wegvallen van Jill en mevrouw Wams heeft kunnen opvangen. Die veerkracht kenmerkt de buurt en kenmerkt ook De Hudsonhof.

In 2017 hebben we De Hudsonhof een grote opknapbeurt kunnen geven, mede mogelijk gemaakt door een eenmalige extra bijdrage van de Bestuurscommissie West. We knapten het sanitair op, vervingen versleten meubilair, schilderen de ruimtes en hingen nieuwe gordijnen op. De Hudsonhof ziet er nu, twintig jaar oud, weer uit als nieuw.

De Hudsonhof kan er dus weer even tegenaan. We kijken uit naar de viering van ons twintigjarig jubileum in juni 2018, precies twintig jaar nadat onze toenmalige koningin Beatrix De Hudsonhof opende. De buurt is sindsdien enorm veranderd. Maar veel van de mensen die er toen woonden, die toen De Hudsonhof vormgaven én de mensen die destijds De Hudsonhof nodig hadden, wonen er nog steeds. En er zijn talloze nieuwe bewoners die gebruik maken van De Hudsonhof. Daarom zijn wij er ook nog. Met minstens zoveel energie als destijds. Omdat we er meer dan ooit van overtuigd zijn dat in een wereld waarin steeds meer nadruk ligt op wat ons scheidt, De Hudsonhof kan laten zien wat ons bindt: samenleven in de buurt.

Coos Hoebe

Voorzitter bestuur Stichting Multicultureel Centrum De Hudsonhof

### ***Uit de praktijk van De Hudsonhof***

*Een vaste bezoeker, die slechthorend is “..Het is niet gemakkelijk om contact te maken, omdat ik slecht kan horen, en de taal niet goed spreek. Maar dat is hier niet erg, iedereen is vriendelijk, en heb toch contact met mensen. Ik kom hier graag. Ik kom met de fiets, om fit te blijven....”*

## 2. De Hudsonhof: gebouw, straat en vrijwilligers

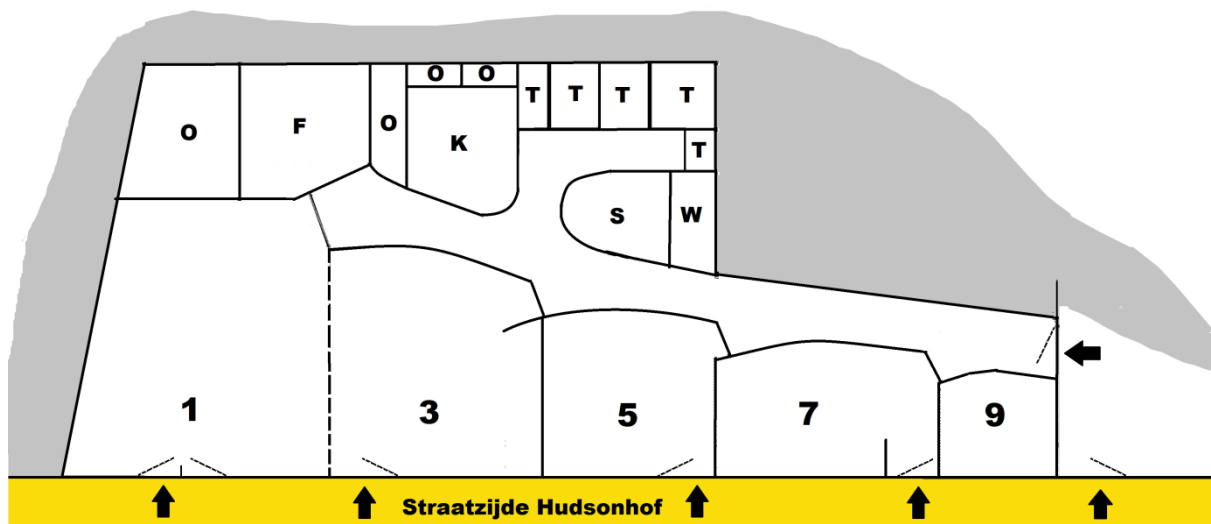
### Het gebouw en de straat

De Hudsonhof is een stichting, een gebouw, een straat en een vrijwilligersorganisatie. Het gebouw is gebouwd als woon- en activiteitscentrum voor ouderen bij de aanpak van de Mercatorpleinbuurt in de jaren negentig van de vorige eeuw. Het stukje Hudsonstraat voor het gebouw is daarbij omgebouwd tot een hofje. Het gebouw is samen met het nieuwe Mercatorplein door koningin Beatrix geopend op 23 juni 1998. Daarbij heeft ook het hofje officieel de straatnaam Hudsonhof gekregen. De woningen zijn niet meer exclusief voor ouderen, maar het activiteitscentrum heeft al die tijd haar functie zeer actief ingevuld.



Het gebouw is een bijzondere combinatie van elementen uit de Amsterdamse school met elementen uit andere culturen. Het is goed toegankelijk voor rolstoelen.

### De activiteitenruimten in het gebouw



Activiteitsruimten 1 t/m 9, de ruimten 1 en 3 kunnen worden samengevoegd.

F= fitnessruimte, S = spreekkamer, W = wasruimte, K= kantoor, T= toiletruimte, O= opslag

## De vrijwilligers: de stichting, het bestuur en de programmacommissie

De Hudsonhof is dus vooral een groep zeer actieve vrijwilligers, die in een stichting zijn georganiseerd. De Stichting Multicultureel Centrum De Hudsonhof is de officiële organisatie die het geld beheert en het gebouw huurt. Het bestuur van de stichting bestaat uit vertegenwoordigers van de belangrijkste gebruikersgroepen: Baarsjesbewoners met een Nederlandse, Marokkaanse, Turkse en Surinaamse, Bosnische en Irakese culturele achtergrond. Daarnaast zijn er enkele bestuursleden benoemd vanwege hun buurtbinding of specifieke inbreng. Het bestuur heeft een dagelijks bestuur dat bestaat uit vijf personen. Het dagelijks bestuur bereidt besluiten voor van het algemeen bestuur, en voert die uit.

Het doel van De Hudsonhof is: *een bijdrage leveren aan het zo zelfstandig als mogelijk wonen van ouderen en mensen met een beperking in en rond De Baarsjes in Amsterdam, en het versterken van de sociale cohesie en het bevorderen van participatie en integratie van ouderen en mensen met een beperking in dit gebied.*

Dat gebeurt door het organiseren van activiteiten, informatiebijeenkomsten en ontmoetingen voor ouderen en volwassenen met een beperking. De Hudsonhof is door Stadsdeel West aangewezen als Wmo-basisvoorziening in De Baarsjes voor kwetsbare ouderen en volwassenen met een beperking. Hiervoor geeft Stadsdeel West subsidie.

De activiteiten worden georganiseerd door de programmacommissie. Dit is een groep vrijwilligers uit de doelgroep, die samen het programma vaststellen, en samen met vele andere vrijwilligers zorgen dat dit programma wordt uitgevoerd. Deze vrijwilligers vormen het hart van De Hudsonhof. De meeste leden van de commissie komen uit de gebruikersgroepen. Het motto is: activiteiten voor buurtbewoners door buurtbewoners. Voor activiteiten waarvoor professionele deskundigheid nodig is, wordt samengewerkt met professionele organisaties of worden er experts bij gehaald.

### ***Uit de praktijk van De Hudsonhof***

*Een vrijwilligster en bestuurslid: “..Vaak hebben de buurtbewoners ergens van gehoord, maar ze weten niet wat het inhoudt. Dan vragen ze ons om een voorlichting te geven. Bijvoorbeeld mensen met een laag inkomen met een handicap. Die kregen bijzondere bijstand van WPII voor de extra kosten die te maken hebben met hun handicap. Toen er werd bezuinigd op de regeling, wilden ze daar graag voorlichting over. Ook hebben we voorlichting gegeven over de bezuinigingen in de thuiszorg. Daarbij hebben wij standaard bezwaarschriften gemaakt. De gemeente kan flyer en of krantjes verspreiden wat ze wil. Die lezen ze niet, die gooien ze weg. Wij zorgen dat ze zelf stappen zetten.”*

De stichting huurt het gebouw, en de vrijwilligers zorgen dat het gebouw wordt beheerd. Dat doen ze samen met de coördinator die een halve dag in de week werkt voor De Hudsonhof. Naast de activiteiten is er dagelijks een open inloop, waar iedereen welkom is voor een kopje koffie of thee en een praatje. De open inloop wordt verzorgd door gastvrouwen en gastheren die zorgen dat iedereen zich er thuis voelt. De Marokkaanse en de Turkse gebruikersgroep hebben een eigen open inloop, met gastheren uit de eigen gebruikersgroep. De gastvrouwen en gastheren verdienen een groot compliment: zij zorgen er voor dat De Hudsonhof zeven dagen in de week open is voor bezoekers.

De Hudsonhof is een open organisatie. Voor bezoekers is De Hudsonhof een laagdrempelige voorziening waar iedereen welkom is. Als onderdeel van het huis van de buurt wordt er zo goed mogelijk samengewerkt met iedere professionele organisatie die kan bijdragen aan ons doel. Bijvoorbeeld via het netwerk huis van de buurt. Andere (zelf)organisaties zijn ook welkom, met eigen activiteiten, mits ze ook meedoen met de algemene activiteiten.

Het bestuur van De Hudsonhof bestond eind 2017 uit de volgende leden:

Dhr. C. Hoebe, voorzitter, lid dagelijks bestuur  
Mw. G. Ford, secretaris, lid dagelijks bestuur  
Dhr. R. de Vries, penningmeester, lid dagelijks bestuur  
Dhr. B. van Els, bestuurslid, lid dagelijks bestuur  
Dhr. H. Mertens, bestuurslid, lid dagelijks bestuur  
Dhr. S. Alnomani, bestuurslid  
Mw. J. van Dijk, bestuurslid  
Mevr. F. Haddaoui, bestuurslid  
Dhr. M. Lazar, bestuurslid  
Dhr. A. Youssef, bestuurslid  
Mevr. A. Uymaz, bestuurslid

Dhr. B. Ensing, coördinator en adviseur van het (dagelijks) bestuur

### **Stichting Vrienden van De Hudsonhof**

Stichting Vrienden van De Hudsonhof is een samenvoeging van het voormalige partnerbeeraad en Stichting Vrienden van De Hudsonhof. Het doel van deze Stichting is het beheer van het concept Hudsonhof en werven van fondsen om De Hudsonhof in stand te houden. Een ander doel van de stichting is fondsen werving voor onderhoud en vervanging van inventaris.

#### ***Uit de praktijk van De Hudsonhof***

*Een vaste bezoeker: "...Door de bustour in De Baarsjes in 2016 ben ik hier voor het eerst binnen gekomen. Het is hier een hele leuke en relaxte plek, met lieve mensen, waar ik me heel erg thuis voel. Ik ga nu leren beien bij de Hobbyclub, en ik wil aan meer dingen meedoen. Ik wil ook een pas aanvragen voor het fitnesslokaal. Ik ben heel blij dat ik deze plek heb gevonden, en ik vertel het ook door aan andere bewoners. ...."*

### 3. De activiteiten in 2017

#### Er zijn veel goede en leuke activiteiten georganiseerd

Er zijn in 2017 weer heel veel goede en leuke activiteiten georganiseerd: de reis naar het Europees Parlement, wekelijks bewegen met Surizumba, het HvA-project 'I'm connected' om ouderen digitaal vaardig te maken, voorlichting over diverse gezondheidsonderwerpen. Er is te veel gebeurd, om aan afzonderlijke activiteiten aandacht te besteden in dit verslag. Het programma bestaat uit vijf soorten activiteiten: voorlichting, themabijeenkomsten, cursussen, doe-activiteiten, bewegen en samenbrengen. Al de activiteiten zijn gericht op ouderen en mensen met een beperking die een steuntje in de rug nodig hebben. Een aantal activiteiten is georganiseerd met samenwerkingspartners, zoals ABC en de Stichting GPB.

Volgens de subsidiebeschikking moest De Hudsonhof 470 activiteiten organiseren in 2017. Dat is ruim gehaald: er zijn 814 activiteiten (1506 uren) georganiseerd. Bij uren kijken we naar de uren voor de bezoekers (contacturen), en niet naar de uren van vrijwilligers. Een lunch is één contactuur, maar kost veel voorbereiding. Al die activiteiten konden dan ook alleen tot stand komen dankzij de inzet van de vele vrijwilligers.

Als we kijken naar de subsidiebeschikking in 2017, is het aantal activiteiten totaal dus ruim gehaald. Bij vijf van de zes soorten activiteiten is het ook ruim gehaald (zie onderstaand de samenvattende tabel), alleen het aantal cursussen ligt maar net iets boven het aantal in de beschikking. Dat is voor 2018 een aandachtspunt.

De vrijwilligers stellen er een eer in, om zo zorgvuldig en zuinig mogelijk om te gaan met gemeenschapsgeld, en daar zoveel mogelijk activiteiten voor organiseren. We zijn er dan ook trots op, dat we met het beschikbare budget de doelstelling weer ruim hebben gehaald. Toch heeft het bestuur voor 2018 de lat niet hoger gelegd. Als vrijwilligersorganisatie die geen vrijwilligersvergoeding betaalt, is De Hudsonhof kwetsbaar. Dat hebben we in 2017 gezien, met het wegvallen van Jill Ford als een zeer actieve vrijwilligster. Gelukkig konden we dat samen opvangen.

#### ***Uit de praktijk van De Hudsonhof***

*Een van de gastheren: “..De koffie is goedkoop, en de thee ook. En als mensen een glaasje water willen, dan kan dat ook. Het gaat niet om het verkopen, bezoekers mogen de hele dag blijven zitten.....”*

#### **Een vast groep bezoekers en veel niet-reguliere bezoekers**

De Hudsonhof heeft een grote groep vaste bezoekers. Dat is een vaste kern, met een relatief klein verloop. Daarnaast is er een grote groep minder reguliere bezoekers. Vanaf 2015 proberen we om bij iedere activiteit een inschatting te maken hoeveel bezoekers niet horen tot de vaste kern. Bij de themabijeenkomsten, voorlichtingen en komt naar schatting ruim 30% niet uit de vaste bezoekers (“niet-regulier”). Bij deze activiteiten trekt De Hudsonhof dus een breed publiek. Bij bewegen, cursussen en doe-activiteiten die vaak wekelijks plaatsvinden, is er een vaste groep bezoekers. Zeker bij bewegen is dat een goed teken, dat vraagt continuïteit. Met de beweeg activiteiten trekken we wel weer andere bezoekers, die maar voor een klein deel met vaste bezoekers van andere activiteiten. Dat verbreedt de bezoekersgroep aanzienlijk. Het is voortdurend een aandachtspunt om te zorgen dat de mensen die het nodig hebben, De Hudsonhof ook weten te vinden.

## De bezoekers zijn tevreden

Bij de beoordeling van de activiteiten, gaat het niet alleen om het aantal activiteiten. Het is zeker zo belangrijk dat bezoekers tevreden zijn. Daarom heeft Blik op Talent als externe partij in 2015 met een grote groep bezoekers een evaluatie gehouden. Er is gekeken naar de activiteiten, de faciliteiten en overige aspecten zoals responsiviteit en hulpvaardigheid. De bezoekers waren op al deze punten zeer tevreden, en hadden alleen kleine suggesties voor verbeteringen. Het is de bedoeling om dit onderzoek in 2018 of 2019 te herhalen.

## Publiciteit door het activiteitenoverzicht en posters

Maandelijks wordt er een activiteitenoverzicht gemaakt, dat zowel op papier als digitaal wordt verspreid. Dit overzicht is een belangrijk middel de mensen in de buurt op de hoogte te stellen. In 2017 is dat een aantal maanden niet goed gegaan, door het wegvallen van een belangrijke vrijwilligster. Dat is weer hervat. Daarnaast wordt er bij iedere activiteit een poster gemaakt, die zowel binnen als buiten De Hudsonhof worden opgehangen.

### ***Uit de praktijk van De Hudsonhof***

*De coördinator: "...ik vond de teambuildingstraining voor gastheren en gastvrouwen die we in 2016 hebben gehad heel bijzonder. Aan deze dag hebben alle gastvrouwen en heren die werkzaam zijn in De Hudsonhof deelgenomen. De samenwerking en verbondenheid tussen de verschillende groepen is enorm gegroeid..."*

## Zeven dagen per week algemene openstelling: open inloop

Als er geen activiteiten zijn, worden de activiteitenruimten gebruikt voor open inloop. Activiteitsruimte 1 is overdag open voor de algemene open inloop. De activiteitenruimten 5 en 7 worden gebruikt voor open inloop voor de Turkse en Marokkaanse gebruikersgroep. De open inloop is een laagdrempelige voorziening waar alle buurtbewoners welkom zijn. De bezoekers kunnen er niet alleen terecht voor een (betaald) kopje koffie of thee, ze kunnen er ook terecht met alle vragen die ze hebben. Het is te danken aan de inzet van de gastvrouwen en gastheren dat alle bezoekers zich welkom voelen, ongeacht hun achtergrond. De gastvrouwen en gastheren volgen ook cursussen, om hun werk nog beter te kunnen doen. Ook in 2017 is een cursus en teambuildingsdag geweest voor alle vrijwilligers over samenwerken en verbondenheid met elkaar. Het is een echt team, dat goed samenwerkt.

Tijdens de open inloop is er ook een internetcafé, waarbij bezoekers hulp kunnen krijgen met het gebruik van een computer. Dat is een laagdrempelige manier dit te leren. In de aantallen bezoekers in de samenvatting, zijn de bezoekers van de open inloop en deelnemers aan het internetcafé niet meegeteld.



## Doelen van de activiteiten

**Zelfredzaamheid** is van oudsher een zwaartepunt in de activiteiten. De druk bezochte voorlichtingen en de taallessen zijn goede voorbeelden van activiteiten die hieraan bijdragen. Ook in 2016 is er weer extra aandacht gekomen voor het leren werken met de computer, omdat daar behoefte aan was. Men helpt elkaar, en voor Marokkaanse ouderen is er speciale hulp. Als de programmacommissie merkt dat er bij de bezoekers behoefte is aan een activiteit op dit gebied, doen ze haar best om die te organiseren.

**Voorkomen van eenzaamheid, ontmoeten** is eveneens een aspect waar De Hudsonhof van oudsher sterk in is. Zowel door de algemene openstelling als door de activiteiten. Voor de activiteiten is het een aandachtspunt dat het open activiteiten zijn, en geen gesloten clubjes. Bovendien worden er regelmatig algemene activiteiten georganiseerd waar de bezoekers van de verschillende doelgroepen elkaar ook kunnen ontmoeten, bijvoorbeeld lunches, de nieuwjaarsbijeenkomst, de Sinterklaasviering en een Kerstoptreden.

**Gezondheid en bewegen.** Over de preventieve gezondheid is er een groot aantal voorlichtingsbijeenkomsten en themabijeenkomsten georganiseerd. De Hudsonhof biedt nog steeds in de fitnessruimte met veel plezier onderdak aan MVBO (Meer Bewegen Voor Ouderen). De Hudsonhof zoekt naar activiteiten die nog niet worden gedaan. Bewegen op muziek, de Chi-Kung projecten en de wandelclub zijn hiervan voorbeelden. Bewegen op muziek even als Surizumba en Golden Moves zijn een groot succes. Toen de groep te groot werd, en moest worden gesplitst, werd duidelijk dat de verschillende doelstellingen elkaar raken: de groep wil niet splitsen omdat ze het ook ziet als een ontmoetingsmoment.

**Activeren** is een bijzonder doel. Er zijn weinig activiteiten die dit als hoofddoel hebben, maar bij heel veel activiteiten is het wel een nevendoeel. Het is meer een houding en een werkwijze, die door alle activiteiten heen loopt. Ook bijvoorbeeld tijdens de algemene openstelling. Op alle niveaus lukt dat steeds beter. Dat varieert van buurtbewoners die zeer actieve vrijwilligers worden, tot bezoekers die meehelpten met de kopjes opruimen. In de praktijkvoorbeelden in dit jaarverslag worden daar een aantal voorbeelden van gegeven. Activeren is een aspect dat steeds meer tot de cultuur van De Hudsonhof gaat horen.

### ***Uit de praktijk van De Hudsonhof***

*Al enkele jaren werken we samen met WPII, waardoor uitkeringsgerechtigden kunnen participeren in De Hudsonhof. Enkelen zijn afgehaakt, maar we hebben toch vooral positieve ervaringen. Uit deze groep komt een aantal fantastische gastheren en –vrouwen. Die voelen zich helemaal thuis en zijn van grote meerwaarde zijn voor De Hudsonhof. Inmiddels organiseren ook ze ook zelfstandig activiteiten.*

**Samenredzaamheid en ‘mengen’.** Een grote groep vrijwilligers en mantelzorgers die bijdraagt aan de samenredzaamheid, weet hun weg naar De Hudsonhof goed te vinden. Dat geldt vooral voor de groep die zelf ook tot onze doelgroep behoort. De buurtbewoners die nog onvoldoende worden bereikt, zijn de hoger opgeleide bewoners, de bewoners met (goede) banen en de financieel draagkrachtige bewoners. Het bestuur heeft de indruk dat deze doelgroep wel iets vaker naar afzonderlijke activiteiten komt, maar echt ‘mengen’ lukt nog niet goed. Dit blijft een aandachtspunt voor de komende jaren.

## Goede spreiding van activiteiten over hoofddoelen en nevendoele

Om een goed beeld te krijgen over de spreiding over de verschillende doelen, zijn alle activiteiten in het samenvattende overzicht ingedeeld bij een van de hoofddoelen. Dat geeft echter een vertekend beeld. Voorlichting kan ook gezondheid tot doel hebben, bewegen kan ook bijdragen een gezondheid en (bij de wandelclub) activeren. Dit hebben we nevendoele genoemd. Deze zijn ook opgenomen in de samenvattende tabel. Uit de tabel blijkt dat de activiteiten goed zijn gespreid over de verschillende doelen.

### **Uit de praktijk van De Hudsonhof**

*Een paar jaar geleden is een activiteit gestart voor oudere Turkse vrouwen die bijna geen Nederlands spreken. Het eerste jaar hebben ze samen de Koran gelezen, gepraat en koffie gedronken. Voor hen hielp dat tegen eenzaamheid. Later vroegen ze om een cursus. Met PuntjeP (van de GGD) is geregeld dat ze meerdere cursussen hebben gehad. In 2016 zijn Nederlandse taallessen voor de 1<sup>e</sup> generatie Turkse vrouwen georganiseerd en wordt Bewegen op muziek een keer per week voor deze doelgroep georganiseerd. In 2016 is voor de Marokkaanse vrouwen eenzelfde traject gestart.*



*Bij feestelijke activiteiten worden hapjes en drankjes geserveerd uit diverse culturen*

## Samenvatting resultaten De Hudsonhof - jaar 2017

Georganiseerde activiteiten							
soort activiteit	aantal georganiseerde bijeenkomsten	totaal aantal contact uren	aantal bijeenkomsten bij ieder hoofddoel				
			Zelfredzaamheid, armoede preventie	Activeren	Ontmoeten, eenzaamheid	Bewegen, gezondheid	Samenredzaamheid, mengen
Voorlichting	42	126					
Themabijeenkomsten	98	208					
Cursussen	103	136					
Doe-activiteiten	232	364					
Bewegen	207	414					
Samenbrengen	132	258					
<b>Totaal aantal activiteiten</b>	<b>814</b>	<b>1506</b>	<b>92</b>	<b>115</b>	<b>249</b>	<b>226</b>	<b>132</b>

Aantal uren per hoofddoel en nevendoeel						
Totaal aantal uren per hoofddoel	1506	167	206	403	472	258
Totaal aantal uren per nevendoeel *		113	106	277	26	92

\* naast het hoofddoel, draagt een activiteit ook vaak bij aan een of meerdere nevendoeelen

Deelnemers			
Soort activiteit	aantal bezoeken	aantal bezoeken	% niet-regulier
Voorlichting	910	126	36%
Themabijeenkomsten	2782	208	27%
Cursussen	1679	136	17%
Doe-activiteiten	2957	364	n.v.t.
Bewegen	2828	414	n.v.t.
Samenbrengen	2206	258	6%
<b>Totaal</b>	<b>13362</b>	<b>1506</b>	

Doorlopende activiteiten in 2017	
Activiteitenoverzicht, maandelijks	10 keer per jaar
Open inloop in ruimte 1, 5 en 7 (als er geen activiteit wordt georganiseerd)	7 dagen per week
Telefooncirkel	hele jaar door
Internetcafé, met mogelijkheid ondersteuning leren werken met internet:	5 dagen per week

Vergelijking met de subsidiebeschikking en aanvraag							
Activiteiten	Aantal activiteiten				Totaal aantal uren activiteiten		
	realisatie	beschik.	%		realisatie	aanvraag	%
Voorlichting	42	35	120%		126	100	126%
Themabijeenkomsten	98	60	163%		208	150	139%
Cursussen	103	100	103%		136	250	54%
Doe-activiteiten	232	125	186%		364	250	146%
Bewegen	207	90	230%		414	125	331%
Samenbrengen	132	60	220%		258	125	206%
<b>Totaal</b>	<b>814</b>	<b>470</b>	<b>173%</b>		<b>1506</b>	<b>1000</b>	<b>151%</b>

Activiteiten 2017	Kwantitatieve gegevens					
	aantal activiteiten		aantal contact uren*		aantal deel-nemers	unieke deel-nemers**
<b>Voorlichting</b>		<b>42</b>		<b>126</b>	<b>910</b>	<b>36%</b>
Voorlichting OBA - eerste bijeenkomst	1		3		10	0
Voorlichting Ipad / mobiel ( i.s.m. Visio )	1		3		29	9
Voorlichting leven met een depressie	1		3		21	5
Voorlichting over Je zelf kunnen zijn	1		3		19	8
Voorlichting over Remigratie	1		3		23	7
Voorlichting over kanker i.s.m. Odensa	1		3		20	9
Voorlichting over Alzheimer i.s.m. Odensa	1		3		24	7
Voorlichting OBA - tweede bijeenkomst	1		3		15	0
Voorlichting over orgaandonatie	1		3		21	8
Voorlichting over alarmering	1		3		20	8
Voorlichting over voedingssupplementen	1		3		23	7
Voorlichting verkiezingen Tweede Kamer - 1e bijeenk.	1		3		46	5
Voorlichting vrouwen emancipatie	1		3		30	10
Voorlichting leven met een depressie	1		3		21	5
Voorlichting HBO studenten uit België - Welzijn	1		3		18	18
Voorlichting pak je kans	1		3		20	18
Voorlichting woningnet	1		3		22	8
Voorlichting huurverhogingen	1		3		23	6
Voorlichting Respijtzorg Bed in de Buurt	1		3		40	30
Voorlichting voorzieningen Hudsonhof	1		3		25	20
Voorlichting Chi Kung	1		3		25	20
Voorlichting over cursus I am connected	1		3		23	20
Voorlichting over budgettering	1		3		19	5
Voorlichting chronische ziektes en Ramadan - ruimte 7	1		3		19	6
Voorlichting plusvoorzieningen	1		3		21	5
Voorlichting mantelzorg en alzheimer ruimte - ruimte 7	1		3		14	6
Voorlichting verkiezingen Tweede Kamer - 2e bijeenk.	1		3		21	0
Voorlichting veilig op vakantie	1		3		17	2
Voorlichting mantelzorg en alzheimer ruimte - ruimte 5	1		3		14	6
Voorlichting chronische ziektes en Ramadan - ruimte 5	1		3		20	4
Voorlichting verkiezingen - ruimte 5	1		3		21	0
Voorlichting consultatie artsen/specialisten	1		3		18	4
Voorlichting behandeling bij artrose	1		3		21	7
Voorlichting analfabetisering	1		3		22	9
Voorlichting AOV	1		3		19	8
Voorlichting extramurale zorg	1		3		23	8
Voorlichting mensenhandel	1		3		21	5
Voorlichting Lymfklier kanker	1		3		15	2
Voorlichting Alzheimer Bosnische ouderen	1		3		21	4
Voorlichting griepvrij Marokkaanse ouderen	1		3		23	8
Voorlichting wisseling zorgverzekering	1		3		26	9
Voorlichting energie coach	1		3		17	4

Activiteiten 2017	Kwantitatieve gegevens					
	aantal activiteiten		aantal contact uren*		aantal deelnemers	unieke deelnemers**
<b>Themabijeenkomsten</b>		<b>98</b>		<b>208</b>	<b>1473</b>	<b>27%</b>
Armoede ( gratis ontbijt ) 10X	10		2		25	5
Alzheimer lunch jan.febr.mrt, april ,mei	5		1		36	4
Visio maandelijks inloop spreekuren	6		2		24	10
Kunst voor iedereen	1		2		45	30
Wat bepaald de waarde van zorg en welzijn	1		3		48	28
Programma commissie	10		2		8	0
Graffiti workshop	1		2		21	3
Viering internationale vrouwendag	1		2		53	15
Thema lunch WPI klanten participatie	2		2		23	19
Viering Koningsdag	1		2		60	15
Paasbrunch	1		2		80	20
Bevrijdingsmaaltijd	1		2		37	7
Herdenkingsbijeenkomst oud vrijwilligers Baarsjes	1		2		74	16
Dodenherdenking	1		2		12	2
Lotgenoten contacten ruimte 7	1		2		37	5
Irakees theater voorstelling	1		2		34	7
Vrouwen ontmoeten elkaar tijdens Ramadan/Suikerfeest	30		2		25	0
Workshop Djembe	1		2		30	6
Suikerfeest Irakese ouderen	1		2		40	4
Bezoek Joodse Synagoge	1		2		20	3
Lezing over Joodse geloof	1		3		36	10
Turkse Iftar	1		3		47	17
Surinaamse culturele avond	1		2		46	5
Viering offerfeest	1		2		57	23
Dag van de mantelzorg	1		4		38	20
Internationale Alzheimerdag	1		2		29	11
Workshop weet wat je eet 15 nov.	1		8		12	0
Viering onafhankelijkheid Suriname	1		2		102	32
Workshop boetsen / Zie Zo	1		2		26	6
Werkbezoek kerk en bijbel museum	1		2		19	3
Werkbezoek Moskee	1		2		16	4
Werkbezoek Europees parlement.	1		2		38	0
Verhalen uit de Baarsjes	1		4		49	12
Burendag	1		2		18	4
Internationale muziekdag	1		2		58	12
Participatiemarkt, energiecoach en lunch i.s.m. ABC	1		2		5	0
Verwen dag voor ouderen	1		2		17	6
Optreden Surinaams koor	1		2		45	25
Verlossing in de verschillende religies	1		2		40	5
Viering oud en nieuw	1		4		25	3
Viering kerst	1		4		18	2

Activiteiten 2017	Kwantitatieve gegevens					
	aantal activiteiten		aantal contact uren*		aantal deelnemers	unieke deelnemers**
<b>Cursussen</b>		<b>103</b>		<b>136</b>	<b>247</b>	<b>17%</b>
Denksport/geheugentraining ruimte 1	40		1		18	2
Socratische gespreksvoering	1		3		12	2
Omgaan met een depressie 4 bijeenkomsten	4		2		21	8
Training jezelf kunnen zijn	8		2		19	5
Cursus gemeentebelasting - 1e bijeenkomst	1		3		19	5
Cursus gemeentebelasting - 2e bijeenkomst	1		3		18	2
Cursus gemeentebelasting - 3e bijeenkomst	1		3		18	0
Cursus project valpreventie - eerste bijeenkomst	1		3		32	12
Cursus project valpreventie - tweede bijeenkomst	1		3		18	3
EHBO Cursus	1		2		14	2
I am connected.	40		1		10	2
Cursus samen koken samen koken	4		3		48	0
<b>Doe activiteiten</b>		<b>232</b>		<b>364</b>	<b>140</b>	<b>n.v.t.</b>
Faciliteren telefooncirkel	0					
Koor Bos en Lommer voices	40		2		12	0
Surinaams koor 1x per week	40		2		10	0
Hobby club iedere woensdag	40		2		15	3
Seizoen afsluiting Turkse vrouwen	1		2		45	0
Bingo	10		2		15	0
Sjoelen	20		1		7	0
Levensverhalen Marokkaanse mannen	80		1		14	0
Kerst Bingo	1		2		22	4
<b>Bewegen</b>		<b>207</b>		<b>414</b>	<b>86</b>	<b>n.v.t.</b>
Chi kung	9		2		20	
Fitness op muziek (twee keer per week)	58		2		16	
Surinaamse samenleving rekken en strekken	40		2		8	
Surinaamse samenleving bewegen op muziek	40		2		8	
Bewegen met sporttherapeut voor Turkse vrouwen	20		2		14	
Surizumba, wekelijks 40x	40		2		20	
<b>Samenbrengen</b>		<b>132</b>		<b>258</b>	<b>89</b>	<b>6%</b>
Irakese ouderen - wekelijks	40		2		20	0
Bosnische ouderen wekelijks	40		2		15	0
Open lunch	10		1		16	0
Ontbijt voor Turkse vrouwen	40		2		15	0
Samen koken samen eten	2		4		23	5
<b>Totaal aantal</b>		<b>814</b>		<b>1506</b>	<b>2945</b>	

## 4. Samenwerking met andere organisaties in 2017

Een belangrijke functie van De Hudsonhof is dat het een vindplaats is voor professionele organisaties die de ouderen in de buurt willen bereiken. Ene samenwerking is een essentieel onderdeel van onze werkwijze. In dit hoofdstuk de belangrijkste voorbeelden.

### Samenwerking in West - Huis van de buurt

De Hudsonhof neemt deel aan diverse overleggen in stadsdeel West. Een van de bestuursleden en de adviseur zijn lid van de regiegroep Mercatorbuurt. Met Cordaan en de ABC Alliantie werkt De Hudsonhof samen in het netwerk huis van de buurt in De Baarsjes. Er wordt afstemming gezocht bij het organiseren van activiteiten, bezoekers die bij een andere locatie meer op hun plek zijn worden doorverwezen, en er worden ervaringen uitgewisseld.

### Samenwerking met andere organisaties

De Hudsonhof is een vrijwilligersorganisatie. Bij activiteiten waar professionele inbreng nodig is, wordt samengewerkt met professionele organisatie. Bezoekers die hulp nodig hebben, worden doorverwezen. Verder wordt samengewerkt met andere vrijwilligersorganisaties uit De Baarsjes die voor dezelfde doelgroep werken. Er is samengewerkt met Stichting GPB, ATKB, SABA, Surinaamse vrouwen in West, Buurtouders Columbusplein, Bos en Lommer Voices, enz. Soms houden deze organisaties hun eigen activiteiten in De Hudsonhof, soms worden er in samenwerking met De Hudsonhof activiteiten georganiseerd. Ook biedt De Hudsonhof stageplekken voor verschillende organisaties, waaronder voor DWI.

#### ***Uit de praktijk van De Hudsonhof***

*Een vaste Surinaamse bezoeker: "... Ik kom hier bijna dagelijks, omdat het een gezellige ontspannen plek is. Ik zit meestal bij de Marokkaanse groep. We verstaan elkaar niet altijd, maar dat is niet erg. Voor mij is het belangrijk om tussen de mensen te blijven komen, dat is ook goed voor de gezondheid."*

### Stichting Gemengd Platform De Baarsjes

De Stichting GPB is een van de organisaties waar zeer nauw mee is samengewerkt. Veel van hun activiteiten vinden plaats in De Hudsonhof, activiteiten worden samen georganiseerd en afgestemd. Deze samenwerking bood grote meerwaarde voor beide organisaties. Helaas moet de Stichting GPB haar activiteiten per 1 januari 2018 staken. De Hudsonhof heeft extra subsidie aangevraagd en gekregen, om een aantal activiteiten over te nemen.

### Project valpreventie - Familysupporters Amsterdam BV

De Hudsonhof doet mee aan het project SeniorenFit In Balans, dat tot doel heeft om de bestaande valpreventietraining In Balans geschikt maken voor migranten. Het is een project dat wordt georganiseerd door Leefup/Familysupporters Amsterdam BV

### I'm connected – HvA – Gemeente Amsterdam

De Hudsonhof was een samenwerkingspartner in het project I'm connected, een project van de HvA en de gemeente om ouderen meer digitaal vaardig te maken. De Hudsonhof was een 'vindplaats' om ouderen te bereiken, en veel activiteiten vonden plaats in De Hudsonhof.

## **SABA: organisatie voor Bosnische ouderen**

De leden van SABA vieren in De Hudsonhof daar hun culturele feesten en organiseren iedere zondag activiteiten. Andere bezoekers doen mee met de activiteiten van SABA, en de Bosnische ouderen doen volop mee aan activiteiten in De Hudsonhof. Zo doen ze op dezelfde manier mee de andere gebruikersgroepen. Leden van Saba zijn ook lid van de programmacommissie, waar gezamenlijk activiteiten worden afgestemd en georganiseerd.

### **Uit de praktijk van De Hudsonhof**

*Een Bosnische bezoeker en vrijwilliger: “..Sinds een paar jaar doe ik hier de Hobbyclub. Dat is leuk om te doen, en we maken dingen voor goede doelen, zoals het kinderspitaal en het Blijf van mijn lijf huis. Het is ook gezellig, elke week een praatje en een mopje. En het is een goede manier om de taal te leren, want daar heb ik nog moeite mee. ....”*

## **Irakese ouderen**

Begin 2015 vroeg een groep Irakese ouderen of ze 1 keer per week elkaar zouden morgen ontmoeten in De Hudsonhof. Een week later startte de groep een avond in de week met een ontmoeting. Al snel werden er in samenwerking met De Hudsonhof ook activiteiten georganiseerd op deze avonden en namen ze deel aan de programmacommissie van De Hudsonhof. De samenwerking gaat met grote stappen vooruit. Eind 2015 werd de eerste activiteit voor de hele Hudsonhof georganiseerd en leverden ze een gastheer voor ruimte 1. Ook is de Irakese groep ouderen vertegenwoordigd in het algemeen bestuur van De Hudsonhof.

## **Meer bewegen voor ouderen (MVBO): fitness**

De MVBO heeft een permanente fitnessruimte voor ouderen in De Hudsonhof. De fitness is vijf dagen in de week open. De inschrijving bij MBVO kost € 50 per jaar. Deze kosten worden grotendeels vergoed door de zorgverzekeraar. Met hun pasje kunnen ze gratis gebruik kunnen maken van de fitness. Wel krijgen ze eerst drie keer begeleiding en instructie van een fysiotherapeut van MVBO. Die is twee keer in de week gedurende een uur aanwezig.

De fitness in De Hudsonhof wordt redelijk intensief gebruikt. Het aantal inschrijvingen is in 2014 is toegenomen. Het toezicht is ook verbeterd, om te zorgen dat alleen ouderen met een pasje gebruik maken van de fitness. Om aan de vraag onder de migranten 35+ vrouwen te kunnen voldoen, is de fitness tweemaal per week één uur alleen open voor deze groep.

## **Ruimte bieden aan buurtactiviteiten**

De Hudsonhof doet niet aan commerciële verhuur. Wel worden ruimtes voor een gebruikersvergoeding beschikbaar gesteld voor buurtactiviteiten. De WMO-adviesraad vergadert in De Hudsonhof, evenals meerdere VVE 's in de directe omgeving van De Hudsonhof. Maatwerk jeugdwerk organiseert trainingen voor ontspoorde jongeren in De Hudsonhof.

## **Telefooncirkel**

De telefooncirkel voor ouderen in De Baarsjes is een activiteit van ABC-alliantie en Cordaan. De telefooncirkel heeft onderdak gekregen bij De Hudsonhof.



## 5. Spreekuren in De Hudsonhof

De Hudsonhof is in De Baarsjes, maar inmiddels ook in stadsdeel West, een herkenbare plek voor veel oudere bewoners. Veel organisaties weten De Hudsonhof te vinden om er spreekuren te houden. De Hudsonhof is niet alleen ontmoetingsplek, hier kan de oudere bewoner uit stadsdeel West ook terecht met een hulpvraag. De Hudsonhof wil dat bewoners met een hulpvraag iedere dag in De Hudsonhof terecht kunnen zonder vooraf een afspraak te maken. Vooral onder de allochtone groep en mensen met een beperking (VGZ/GGZ- cliënten) is veel behoefte aan hulp bij het invullen van formulieren. De onderstaande organisaties hebben in 2015 structureel spreekuur gehouden in De Hudsonhof:

**Spreekuur Stichting GPB.** De Stichting Gemengd Platform De Baarsjes hield in 2017 in een van het jaar dagelijks spreekuur om te helpen met allerlei problemen.

### **Spreekuur WPI (Dienst Werk, Participatie en Inkomen, gemeente Amsterdam)**

In 2016 is een nieuwe samenwerking gestart met WPI. WPI houdt wekelijks spreekuren waar cliënten, die langdurig in de bijstand zitten, worden uitgenodigd voor een gesprek. Dat gebeurt in De Hudsonhof, omdat dit een laagdrempelige locatie is. Met WPI en de participatie coach van ABC wordt 2 tot 3 maal per jaar een participatie markt georganiseerd met een gratis ontbijt.

**Spreekuur NOMA (Nederlandse bond voor oudere migranten).** NOMA houdt spreekuur in De Hudsonhof. Ouderen kunnen er terecht met tal van vragen en voor advies. Ook wordt er zo nodig hulp geboden bij het invullen van formulieren. Vanwege het grote succes van de spreekuren op onze locatie kunnen bezoekers van De Hudsonhof buiten de vakantieperiodes dagelijks terecht voor hulp, ook in de avonden.

**Spreekuur SABA.** De organisatie voor Bosnische ouderen SABA heeft een spreekuur in De Hudsonhof. Minimaal een keer per week kunnen Bosnische ouderen hier met vragen en problemen terecht.

**Spreekuur Visio.** Visio is een landelijke organisatie voor mensen met oogziekten, slechtziende of blind. Vanaf 2015 houden ze een maandelijkse consultatie in De Hudsonhof waar ogen van bewoners worden gecontroleerd op oogziekten en er worden adviezen gegeven over geschikte hulpmiddelen voor slechtzienden of blinden. Deze consultaties zijn gratis voor bewoners.

**Spreekuur wijkverpleegkundige.** De wijkverpleegkundige houdt iedere twee weken een spreekuur in De Hudsonhof. Wijkbewoners kunnen hier terecht voor informatie en advies. Ook is er een mogelijkheid om kleine controles te laten uitvoeren zoals bloeddruk controle.

**Medische pedicure.** Een maal per 4 weken zit er een medische pedicure in De Hudsonhof waar bewoners terecht kunnen voor behandeling.

### ***Uit de praktijk van De Hudsonhof***

*Veel van de bezoekers van De Hudsonhof zijn alleenstaand. Wanneer zij ziek zijn, kunnen ze naar De Hudsonhof bellen voor een boodschap of een helpende hand bij klusjes. Ook dat is een belangrijke functie van De Hudsonhof in deze buurt.*

## 6. Project ‘opknappen van het gebouw’

In de afgelopen twintig jaar zijn er diverse grote investeringen gedaan in het onderhoud, zoals het vervangen van de keukens en de vloerbedekking. Maar na 20 jaar was het gebouw toch sleets. In 2017 heeft de stichting een extra bedrag gekregen van Stadsdeel West, om vooral de achterstand in het regulier onderhoud aan te pakken.

Bij de opknapbeurt is veel gebeurd. Het houtwerk in het hele gebouw is geschilderd, dat was sinds de opening twintig jaar geleden niet meer gedaan. De muren en plafonds zijn gewit. De toiletten zijn gerenoveerd, en aangepast aan de eisen van onze bezoekers. Ook aan de veiligheid is gedacht: de hele elektrische installatie is nagekeken, er is een stopgroep bijgeplaatst, en het toegangssysteem wordt uitgebreid met camera's om beter in de gaten te kunnen houden welke bezoekers er binnen komen. De verlichting is energiezuinig gemaakt, en de wasmachines, droger en vaatwasmachine zijn na vele jaren vervangen door nieuwe energiezuinige apparaten. Bij de oude machines stond de roest er op.

De stoelen en tafels zijn karakteristiek voor De Hudsonhof, en kunnen nog een paar jaar mee. Maar diverse kantoormeubelen en kasten waren aan vervanging toe. De tafels in ruimte 1 die worden gebruikt om eten klaar te maken, waren daar niet geschikt voor. Er zaten gaten in de gordijnen en de vitrage was vergeeld. Dat is allemaal vervangen.

De hele opknapbeurt heeft er toe geleid, dat het gebouw weer een frisse uitstraling heeft, met behoud van het bijzondere karakter van het gebouw.



*Versleten meubilair is vervangen, het klassieke meubilair is gebleven, er hangen nieuwe energiezuinige lampen, en het houtwerk, de muren en de plafonds zijn geschilderd.*

## 7. Financieel verslag 2017

### Algemeen

In 2017 heeft de stichting een extra bijdrage gekregen voor het opknappen van het gebouw. Daarom zijn ook de kosten voor de huisvesting in 2017 eenmalig een stuk hoger. Met deze bijdrage is achterstallig onderhoud aangepakt en zijn achterstallige investeringen gedaan. Deze bijdrage heeft het ook mogelijk gemaakt om 2017 met een positief resultaat af te sluiten. Omdat de doelstellingen uit de subsidieaanvraag zijn gehaald, is dit bedrag dit in de begroting 2018 bestemd voor het jubileumfeest ter gelegenheid van het 20 jarig bestaan.

### Kosten en baten

De huisvestingskosten zijn de grootste uitgavenpost. De mogelijkheden om deze kosten laag te houden, worden zo veel mogelijk benut. Zo wordt de schoonmaak grotendeels uitgevoerd door vrijwilligers. De netto activiteitenkosten zijn nog steeds laag ten opzichte van de andere uitgaven, zeker als je kijkt naar het grote aantal activiteiten. Dit zijn de kosten waarop de organisatie zelf het meeste invloed heeft. Het bestuur is er trots op dat het nog steeds lukt om zeer zuinig om te gaan met het geld dat stadsdeel beschikbaar stelt. Dat is te danken aan de grote inzet van de vrijwilligers.

### Risico's

De stichting komt uit een situatie waarin een kleine reserve voldoende was. De risico's als huurder van het gebouw zijn met ingang van 2014 aanzienlijk groter geworden. Ten opzichte van de omzet is er op dit moment slechts een kleine reserve. Daarom is de afgelopen jaren het maximale bedrag dat de subsidiegever toestaat, gedoteerd aan de reserve. Onverwachte kosten voor het onderhoud en tegenvallers in de exploitatie zijn voor de langere termijn een risico. Dat risico is minder geworden, door de extra bijdrage in 2017 voor het opknappen van De Hudsonhof. Maar de reserve om tegenvallers in de exploitatie op te vangen blijft beperkt. Als volgend jaar de airco en de verwarmingsketel beide kapot gaan, is daarvoor bijna het hele eigen vermogen nodig.

In 2018 gaan de huurlasten bovendien met een bedrag van € 10.000 omhoog. Tot en met 2017 was er een korting op de huur van € 10.000, die werd betaald uit de afkoopsom van Cordaan aan Stadgenoot voor het oude huurcontract. Dat wordt in 2018 voor € 5000 gecompenseerd door een hogere subsidie, de rest moet uit eigen middelen komen. Het voortbestaan van De Hudsonhof voor de lange termijn is alleen mogelijk, indien voor diverse onderhoudsposten extra inkomsten worden gevonden. Daar is het beleid op gericht.

#### ***Uit de praktijk van De Hudsonhof***

*Een allochtone meneer kwam eerst alleen bij activiteiten van zijn zelforganisatie. Via Stichting GPB heeft hij conversatielessen voor niet-Nederlanders gevolgd. Daarna kwam hij bij allerlei activiteiten, hij ging helpen met opruimen en in 2015 werd hij gastheer op een van de middagen. Nu vertelt hij aan iedereen "ik ben gastvrouw", en daar is hij trots op. En hij had nog nooit in zijn leven een kopje thee gezet. In 2016 is hij gaan deelnemen aan de programma commissie en organiseert hij zelf activiteiten.*

<b>Stichting Multicultureel Centrum Hudsonhof</b>		
<b>Jaarrekening 2017</b>		
<b>Balans</b>	<b>31-12-2017</b>	<b>31-12-2016</b>
<u>ACTIVA</u>		
<u>Vorderingen</u>	12.731	5.627
<u>Liquide middelen</u>	39.618	32.893
Totaal Activa	<u>52.349</u>	<u>38.520</u>
<u>PASSIVA</u>		
<u>Vermogen</u>		
Resultaat boekjaar	5.596	531
Eigen vermogen	8.249	7.718
<u>Voorzieningen</u>		
Groot onderhoud	14.715	21.330
<u>Kortlopende schulden</u>		
Overige schulden	23.789	8.941
	<u>52.349</u>	<u>38.520</u>
<b>Resultatenrekening</b>	<b>2017</b>	<b>2016</b>
<u>OPBRENGSTEN</u>		
Subsidies	93.644	93.275
Eenmalige bijdrage investeringen	75.000	-
Huur	17.073	18.268
Overige opbrengsten	5.441	7.038
	<u>191.158</u>	<u>118.581</u>
<u>KOSTEN</u>		
Huisvesting	136.723	70.846
Coördinator Hudsonhof	10.000	10.000
Algemene kosten	4.682	6.284
Activiteitenkosten	34.157	30.920
	<u>185.562</u>	<u>118.050</u>
resultaat	<u>5.596</u>	<u>531</u>