

# De Hudsonhof

## Jaarverslag 2022

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 vrijwilligers .....	4
3. Voorbeelden van activiteiten 2022.....	7
4. De activiteiten in 2022 .....	9
5. Samenwerking met andere organisaties in 2022 .....	15
6. Spreekuren in De Hudsonhof .....	17
7. Financieel verslag 2022.....	18

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

De Hudsonhof is een  
Basisvoorziening Activering en participatie  
voor ouderen en mensen met een beperking  
in De Baarsjes in Amsterdam West

*Voorpagina: het nieuwe meubilair in ruimte 1, dat in 2022 is aangeschaft*

*In dit verslag wordt verantwoording afgelegd over de subsidie Basisvoorziening Activering en participatie De Hudsonhof – 2022/00182 (oud: SBA-033206) – van de gemeente Amsterdam*

# 1. Voorwoord

## Samen onverwoestbaar

Koningin Beatrix opende de Hudsonhof in 1998. Ze deed dat tijdens de feestelijke viering van de vernieuwing van de Mercatorbuurt. De koningin sprak bij die opening warme woorden. Zij vroeg zich destijds wel één ding af, bewust als ze is van de snel veranderende wereld: bestaat de Hudsonhof over 25 jaar ook nog? Die vraag van Hare Majesteit kunnen we vandaag beantwoorden met een volmondig ja. De Hudsonhof is na een kwart eeuw *alive and kicking*, misschien wel meer dan ooit.

We gaan dit jubileumjaar in met een fris gezicht. In 2022 vervingen we ons meubilair, met dank aan een extra eenmalige bijdrage van Stadsdeel West. We bestaan 25 jaar, maar zien er vandaag uit als nieuw.

Dat nieuwe en frisse gezicht was de afgelopen jaren niet vanzelfsprekend. Corona trof de kwetsbare doelgroep van de Hudsonhof hard. Ondanks een periode van lange sluitingen, hebben we het afgelopen jaar de draad weer weten op te pakken. De vrijwilligers organiseerden opnieuw meer activiteiten dan gepland, onze bezoekers kwamen terug en het bruipte als vanouds. We hadden daarbij vooral ook aandacht voor vertrouwde activiteiten. Daarmee laten we onze bezoekers zien dat De Hudsonhof een stabiele factor is, waar ze op kunnen rekenen. Juist ook in woelige en onzekere tijden. Dat geeft onze vrijwilligers én onze bezoekers nieuwe energie.

De oorlog in Oekraïne zorgde het afgelopen jaar voor hard stijgende energierekeningen en steeds duurdere boodschappen en woonlasten. We probeerden onze bezoekers daarbij te helpen met voorlichtingsbijeenkomsten over schuldproblematiek en (energie)besparing. Ook de Hudsonhof zelf ziet een stijgende energierekening, een huurverhoging van maar liefst 8% en andere hogere kosten op alle fronten. Door scherp te letten op onze kosten houden we het hoofd nog boven water. De jaarlijkse indexatie van de gemeentelijke subsidie is echter onvoldoende om onder deze omstandigheden te kunnen blijven leveren wat we de afgelopen 25 jaar gewend zijn.

Het zijn dus uitdagende tijden voor een vrijwilligersorganisatie als de Hudsonhof. Maar wij zijn vooral trots op onze vrijwilligers. Zij hebben ook in 2022 laten zien dat ze een onmisbare binding in de buurt weten te realiseren. We kijken uit naar ons jubileumfeest op 24 juni 2023. Of prinses Beatrix opnieuw van de partij zal zijn, weten we nog niet. Maar we zijn blij dat we na 25 jaar nog steeds bestaan. En hoe. Samen zijn we onverwoestbaar.

*Coos Hoebe*

*Voorzitter bestuur Stichting Multicultureel Centrum De Hudsonhof*

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

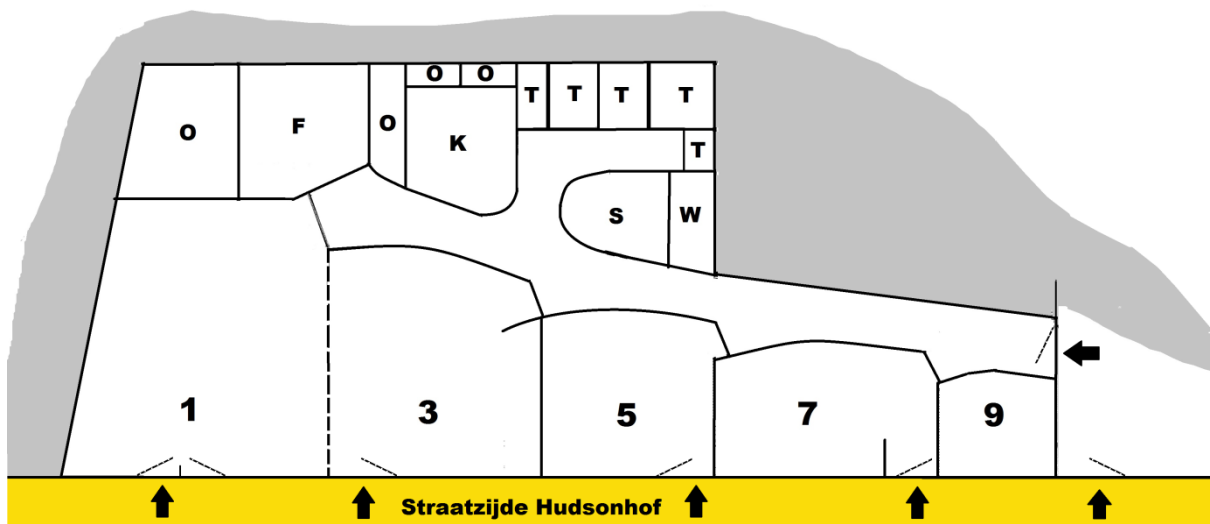
### Het gebouw en de straat

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 inmiddels niet meer exclusief voor ouderen, maar het activiteitscentrum is al die tijd actief gebleven voor de ouderen.



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 vooral een groep 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 vier personen. Het dagelijks bestuur bereidt besluiten van het algemeen bestuur voor 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 krijgen we van de gemeente Amsterdam subsidie als Basisvoorziening Activering en participatie.

De activiteiten worden georganiseerd door de programmacommissie. Dit is een groep vrijwilligers uit de doelgroep, die samen het programma vaststellen. Zij zorgen samen met vele andere vrijwilligers dat dit programma wordt uitgevoerd. Deze vrijwilligers vormen het hart van De Hudsonhof. De meeste leden van de programmacommissie 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 Marokkaanse bezoeker: ik kom graag naar De Hudsonhof om dat het zo gezellig is, er is altijd een leuke sfeer, en je ontmoet er ook mensen uit andere culturen.*

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 2022 uit de volgende leden:

Dhr. C. Hoebe, voorzitter, lid dagelijks bestuur  
Mw. G. Sijlbing, secretaris, lid dagelijks bestuur  
Dhr. R. de Vries, penningmeester, lid dagelijks bestuur  
Dhr. B. van Els, bestuurslid, lid dagelijks bestuur  
Dhr. S. Abbas, bestuurslid  
Mw. J. van Dijk, bestuurslid  
Dhr. A. el Hayani  
Mw. A. Olujic, 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 partnerbe- raad 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 fondsenwerving voor onderhoud en vervanging van inventaris.

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

*Een dame uit de handwerkclub: het is gewoon gezellig om elkaar hier te ontmoeten en de gastvrouwen zorgen altijd heel goed voor ons. En ik kom hier ook altijd naar Chi Kung. Het is goed dat er dat ook is.*



*Humor uit de handwerkclub*

### 3. Voorbeelden van activiteiten 2022

Er zijn zoveel verschillende activiteiten, dat het niet mogelijk is om alle leuke dingen hier te vermelden. Oma's soep was weer heel leuk, de activiteiten voor de Marokkaanse groep lopen steeds beter, er zijn excursies geweest naar de Keukenhof en de haven van IJmuiden, er is weer een leuke teambuilding geweest voor alle vrijwilligers etc. Alle activiteiten staan in het overzicht. Hieronder worden wat voorbeelden van activiteiten.

#### **Chi Kung lessen – als voorbeeld van een activiteit die goed op gang is gekomen**

De Chi Kung lessen worden verzorgd door Corrine Kramer van Leefup. De gemiddelde leeftijd is hoog, de lessen worden vooral bezocht door de kwetsbare bezoekers. In 2021 is er onderling contact gebleven, onder meer via een App-groep. Eind januari is er weer gestart met een klein groepje van gemiddeld 8 deelnemers. Er wordt gesport met buitendeur open, om goed te ventileren, en de deelnemers houden nog goed afstand van elkaar. Sommigen waren nog bang, anderen waren ziek (geen Covid) of rond het tijdstip van de activiteit nieuwe vaste afspraken hebben gemaakt. In de loop van het jaar groeit de groep tot zo'n 30 deelnemers die gebruik maken van de lessen, met een vaste kern van 15 deelnemers. De nieuwe deelnemers hebben zeer verschillende achtergronden, en soms doen er ook dames mee uit de dagopvang van Cordaan. Een aantal deelnemers gebruikt een rollator en een deelnemer zit in de rolstoel. De leeftijd is van ca. 55 tot ca. 85 jaar. Via de oefeningen wordt het hele lichaam fit en soepel gehouden. Maar de activiteit gaat niet alleen om bewegen. De meeste deelnemers zitten ook in de App-groep. Hierin worden buurtinformatie, gezondheidstips en extra beweeg-oefeningen van YouTube gedeeld. Na de les wordt er thee gedronken en gezellig gekletst. Daarmee is dit een voorbeeld van een activiteit waarbij het niet alleen gaat om de hoofdactiviteit, maar tevens om ontmoeten, mengen, versterken van het eigen netwerk en informatie uitwisselen.



*Chi Kung les – oefeningen om het hele lichaam fit en soepel te houden, en na afloop gezellig thee drinken*

#### **Extra aandacht voor sociale veiligheid**

In 2022 is op verzoek van de gemeente extra aandacht gegeven aan ouderenmishandeling en sociale veiligheid. Hierover zijn voorlichtingen georganiseerd. Met vrijwilligers is besproken dat zij er op letten dat er in de Hudsonhof geen sprake is van misbruik van bezoekers en ouderenmishandeling. Dat kan bijvoorbeeld gaan om geweld, pesten en financiële zaken. Bij een vermoeden hiervan, informeren ze de coördinator of een bestuurslid. Dat is ook opgenomen in het vrijwilligersbeleid en het vrijwilligerscontract. Deze aandacht zal doorgaan in 2023.

## Project Digicoaches Academie van de Stad

Eind 2022 zijn er ook weer computerlessen geweest van het project Digicoaches van Academie van de Stad. Dat is een project voor mensen met een migrantenachtergrond en voor ouderen, dus precies de bezoekers van De Hudsonhof. Een team stagiairs van verschillende studierichtingen helpt mensen om hun digitale vaardigheden te verbeteren. Bijvoorbeeld het installeren van apps, het omgaan met e-mailprogramma's en alles ertussen. Er was veel belangstelling voor en de deelnemers waren enthousiast.



**Computerles in De Hudsonhof**

**4 november beginnen in De Hudsonhof de computerlessen van het project Digicoaches. Zie toelichting hieronder.**

**Je hoeft niets van computers te weten, je moet wel redelijk Nederlands spreken. In De Hudsonhof ligt een inschrijffijl.**

**De lessen zijn op vrijdag van 10:30 – 12:30.**

**Project Digicoaches!**

**Ervaart u problemen met de computer, tablet of telefoon? Dan kunnen wij u daarmee helpen!**

<b>Wij bieden twee trajecten van drie maanden met:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Gratis wekelijkse lessen</li><li>Vaste deelnemers</li><li>Vaste locaties in Amsterdam West</li><li>Vaste coaches</li></ul>	<b>Wat kunt u allemaal leren? Bijvoorbeeld:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>E-mailen</li><li>Internetten</li><li>Online winkelen</li><li>Videobellen</li><li>Documenten opstellen</li></ul>
---	---

De lessen zijn geschikt voor **laptop, tablet en mobiel**. Het eerste traject start op **4 november** en het tweede traject start in **maart**.

 Academie van de Stad  

Poster voor het werven van deelnemers voor het project digicoaches



## 4. De activiteiten in 2022

### Doelstelling ruim gehaald, verschuiving op basis van behoefte

In de eerste maanden van 2022 zijn de activiteiten weer langzaam op gang gekomen. Met corona was de leefwereld van veel van onze bezoekers volledig op zijn kop gezet. Daarom zijn we vooral gestart met de vertrouwde activiteiten, om te laten zien dat De Hudsonhof een vertrouwde plek is, waar iedereen nog steeds terecht kan.

Veel bezoekers van De Hudsonhof zijn kwetsbaar, door hun leeftijd of hun gezondheid. In de eerste maanden zagen we dat veel mensen nog bang of onzekers waren. Daar hielden we begin 2022 heel goed rekening mee. Bij veel activiteiten werd de 1,5 meter lang aangehouden en bleef de deur open voor de ventilatie. Bij sommige specifieke groepen heeft het wel lang na corona geduurd voordat ze weer op gang kwamen, bijvoorbeeld de ontmoetings-bijeenkomsten voor de Bosnische en Irakese groepen. Maar intussen is dat ook weer op stoom.

Mede dankzij de enthousiaste inzet van onze vrijwilligers zagen we dat de meeste activiteiten in de loop van 2022 goed op gang kwamen. Ondanks de rustige start hebben we de doelstellingen in 2022 ruim gehaald (zie tabel). Wel is er een kleine verschuiving opgetreden. We zien steeds meer behoefte aan voorlichting over gezondheid en behoefte aan beweegactiviteiten. Binnen de voorlichtingen is er veel aandacht voor allerlei onderwerpen die te maken hebben met gezondheid, zoals obesitas, mondzorg, diabetes en veilig vasten. Daarnaast zijn er meer beweegactiviteiten in 2022 gerealiseerd. Gezien de behoefte is daar bewust op ingezet. Misschien dat we deze veranderende behoefte ook verwerken in de subsidieaanvraag voor 2024.

Verder zijn we erg terughoudend geweest met het organiseren van grote excursies. Enerzijds waren bezoekers toch nog voorzichtig vanwege Corona, anderzijds zagen we de kosten van de bussen sterk stijgen. Als we kijken naar de uitgaven, zijn we daar mogelijk te voorzichtig geweest.

### Specifieke onderwerpen

Vanuit het stadsdeel is aandacht gevraagd voor enkele onderwerpen:

- Er was extra aandacht voor sociale veiligheid en ouderenmishandeling (zie H.3).
- Er is een project gestart met de digicoaches (zie H. 3)
- In het kader van armoede onder ouderen zijn diverse voorlichtingen gehouden, over de gemeentelijke regelingen, energiecompensatie, energie besparing, belastingen etc.
- Bereiken van de autochtone Nederlanders. We merken dat bij de standaard activiteiten de deelname van Nederlandse ouderen beter is. Er zijn wel enkele activiteiten georganiseerd die meer op mensen met Nederlandse roots waren gericht, zoals de filmmiddagen. In de praktijk was het publiek echter ook hier weer gemengd.

### Doelen van de activiteiten

De activiteiten in De Hudsonhof zijn gericht op de volgende vijf doelen.

**Zelfredzaamheid** is van oudsher een zwaartepunt in de activiteiten. De drukbezochte voorlichtingen en cursussen goede voorbeelden van activiteiten die hieraan bijdragen. Er is altijd veel aandacht voor onderwerpen rond armoede en voorzieningen voor kwetsbaren.

**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 uitgangspunt dat het open activiteiten zijn en geen gesloten clubjes. Er zijn wekelijkse activiteiten zoals de hobbyclub en de spelletjesmiddag met een redelijk vaste bezoekersgroep, maar ook losse activiteiten waar men nieuwe contacten kan leggen.

**Gezondheid en bewegen.** Over de preventieve gezondheid worden veel voorlichtingsbijeenkomsten en themabijeenkomsten georganiseerd. En er is steeds meer behoefte aan activiteiten waarbij bezoekers zelf bewegen, zeker sinds Corona. Daarnaast biedt De Hudsonhof in de fitnessruimte met veel plezier onderdak aan MVBO (Meer Bewegen Voor Ouderen). Voor het bewegen zoekt De Hudsonhof naar activiteiten die niet elders in de buurt worden gedaan. Bewegen op muziek, Chi Kung, Suri Zumba en Golden Moves zijn een groot succes.

**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. Dat varieert van buurtbewoners die actieve vrijwilligers worden, tot bezoekers die meehelpten met de kopjes opruimen. Activeren is een aspect dat bij de cultuur van De Hudsonhof hoort.

**Samenredzaamheid en 'mengen'.** Onder 'mengen' verstaan we het bij elkaar brengen van bezoekers met verschillende achtergronden en kwaliteiten, zodat bezoekers hun netwerk kunnen versterken. Het is moeilijk om hiervoor aparte activiteiten te organiseren, maar bij veel activiteiten is het een nevendoeel. Het is wel heel moeilijk om er achter te komen, of dat in de praktijk ook zo werkt.

### **Spreiding van activiteiten over hoofddoelen en nevendoeelen**

Om een goed beeld te krijgen van 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 aan gezondheid en activeren. Dit hebben we nevendoeelen genoemd. Deze zijn ook opgenomen in de samenvattende tabel. Uit de tabel blijkt dat de activiteiten redelijk zijn gespreid. De laatste jaren Ook dit jaar springt Gezondheid en bewegen springen eruit, omdat er rond gezondheid veel voorlichtingen zijn georganiseerd en omdat er veel behoefte is aan beweegactiviteiten

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

*Iemand die activiteiten voor Turkse vrouwen organiseert: Je maakt oudere mensen blij met de activiteiten, ze zijn ook altijd heel teleurgesteld als het een keer niet door gaat vanwege vakantie of een feestdag.*

**Activiteiten in de De Hudsonhof - 2022**

**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	50	150					
Themabijeenkomsten	67	160					
Cursussen	107	300					
Doe-activiteiten	118	328					
Bewegen	214	341					
Samenbrengen	56	141					
<b>Totaal aantal activiteiten</b>	<b>612</b>	<b>1.420</b>	<b>161</b>	<b>38</b>	<b>164</b>	<b>190</b>	<b>59</b>

**Aantal uren per hoofddoel en nevendoeel**

Totaal aantal uren per hoofddoel	1.420	454	83	448	294	141
Totaal aantal uren per nevendoeel *		366	716	153	77	108

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

**Deelnemers**

Soort activiteit	aantal bezoeken	aantal bezoeken	% niet-regulier
Voorlichting	830	150	14%
Themabijeenkomsten	1.262	160	24%
Cursussen	883	300	22%
Doe-activiteiten	1.189	328	n.v.t.
Bewegen	4.170	341	n.v.t.
Samenbrengen	1.222	141	30%
<b>Totaal</b>	<b>9.556</b>	<b>1.420</b>	

**Doorlopende activiteiten in 2022**

Open inloop in een van de ruimten (als er geen activiteit wordt georganiseerd)	6-7 dagen per week
Telefooncirkel	hele jaar door

**Vergelijking met de subsidiebeschikking en aanvraag - periodieke subsidie**

Activiteiten	Aantal activiteiten				Totaal aantal uren activiteiten		
	realisatie	beschik.	%		realisatie	aanvraag	%
Voorlichting	50	35	143%		150	105	143%
Themabijeenkomsten	67	60	112%		160	150	107%
Cursussen	107	100	107%		300	167	180%
Doe-activiteiten	118	125	94%		328	250	131%
Bewegen	214	162	132%		341	260	131%
Samenbrengen	56	60	93%		141	140	101%
<b>Totaal</b>	<b>612</b>	<b>542</b>	<b>113%</b>		<b>1.420</b>	<b>1.072</b>	<b>132%</b>

Activiteiten 2022	Kwantitatieve gegevens			
	aantal activiteiten	aantal contact uren*	aantal deelnemers	unieke deelnemers**
<b>Voorlichting</b>	<b>50</b>	<b>150</b>	<b>830</b>	<b>14%</b>
Voorlichting bewindvoering	1	3	21	5
Voorlichting zorgbemiddeling	1	3	19	5
Voorlichting chronische ziekte tijdens de ramadan	1	3	18	4
Voorlichting energie compensatie	1	3	18	3
Voorlichting remigraite	1	3	18	4
Voorlichting verkiezingen	1	3	19	6
Voorlichting wijkzorg	1	3	19	5
Voorlichting eerstelijnszorg	1	3	20	5
Voorlichting gemeentelijke belasting	1	3	21	6
Voorlichting verhuisregelingen	1	3	22	7
Voorlichting belastingaangifte	1	3	19	4
Voorlichting digitale zorg	1	3	21	6
Voorlichting wmo indicaties	1	3	18	3
Voorlichting uitvaartzorg	1	3	18	3
Voorlichting kindertoeslag	1	3	18	3
Voorlichting obesitas	1	3	14	1
Voorlichting Gezond en veilig vasten	1	3	8	2
Voorlichting dokersassistent	1	3	17	2
Voorlichting pak je kans	1	3	14	0
Voorlichting mantelzorg	1	3	18	3
Voorlichting Oorlog oorzaken en gevolg	1	3	13	0
Voorlichting respijt zorg	1	3	21	2
Voorlichting alamering	1	3	19	3
Voorlichting aov veranderingen	1	3	14	1
Voorlichting ambulante zorg	1	3	16	0
Voorlichting boesterprik ( corona)	1	3	19	1
Voorlichting medische zorg in het buitenland	1	3	15	0
Voorlichting over mondzorg	1	3	14	3
Voorlichting fysiotherapie	1	3	9	2
Voorlichting covid 5de prik	1	3	7	1
Voorlichting diabetes	1	3	12	3
Voorlichting nationale ouderendag	1	3	17	1
Voorlichting vriendschappen door de GGD	1	3	18	1
Verlangen naar het land door de GGD	1	3	13	0
Voorlichting palitatieve zorg	1	3	18	1
Voorlichting 77 jaar verenigde naties	1	3	19	2
Voorlichting Dag van de mantelzorg	1	3	16	2
Voorlichting Internationale mannendag.	1	3	14	0
Voorlichting black Friday	1	3	16	2
Voorlichting energie besparing	1	3	11	1
Voorlichting overstappen zorgverzekering	1	3	16	0
Voorlichting over Nationale vrijwilligersdag	1	3	19	2
Voorlichting Internationale dag van de thee	1	3	20	2
Voorlichting dag van de migranten	1	3	22	2
Voorlichting wat komt er kijken bij een scheiding	1	3	7	0
Voorlichting dwangstoornissen	1	3	13	0
Voorlichting omgaan met dementie	1	3	32	5
Voorlichting schizofrenie	1	3	18	1
Voorlichting over klimaat verandering	1	3	10	0
Voorlichting veilig op vakantie	1	3	12	1

Activiteiten 2022	Kwantitatieve gegevens			
	aantal activiteiten	aantal contact uren*	aantal deelnemers	unieke deelnemers**
<b>Themabijeenkomsten</b>	<b>67</b>	<b>160</b>	<b>1132</b>	<b>24%</b>
Viering Internationale vrouwen dag	1	3	26	5
Valentijnsdag	1	3	27	5
Bezoek Keukenhof	1	3	31	0
Turkse iftar	1	3	32	7
Pannekoeken dag	1	3	17	2
Dag van de Arbeid	1	3	12	2
Suikerfeest Irakese groep	1	3	14	4
Paasontbijt	1	3	52	24
Keti Koti	1	3	22	8
Bezinningsdag	1	3	12	3
Nationale donordag	1	3	21	4
Koningsdag	1	3	16	2
Marokkaanse iftar	1	3	31	2
Week van de dietiste	1	3	14	2
Dag van het milieu	1	3	10	1
Nationale donordag (tweede bijeenkomst)	1	3	11	0
Themabijeenkomst 1 ouderen mishandeling	1	3	7	0
Themabijeenkomst 2 ouderen mishandeling	1	3	19	2
Themabijeenkomst huiselijk geweld	1	3	20	8
Voorkomen van suïcide	1	3	10	3
Nationale koffiedag	1	3	10	1
Suikerfeest ruimte 7	1	4	22	4
Wereld verteldag	1	2	17	5
Corona beleviing	1	2	11	4
Viering burendag	1	2	8	3
Viering moederdag	1	2	11	2
Wereld gebedsdag	1	2	8	0
Wereld mileu dag	1	2	7	0
Dag tegen het pesten	1	2	8	2
Viering Kadir Gece	1	2	27	7
Iftar ruimte 7	1	2	53	7
Viering slachtfest ruimte 7	1	2	27	5
Internationale dag tegen geweld tegen vrouwen	1	2	11	1
Vier de zomer	1	5	63	12
Wereld poeziedag	1	2	8	2
Internationale dag alfabetiseringdag	1	2	20	3
Internationale dag tegen kernproeven	1	2	16	2
Wereld hepatitisdag	1	2	17	1
Nordsea Jazz festival	1	2	15	3
Nationale dag van respect	1	2	11	2
Excursie IJmuiden	1	2	9	0
Internationale dag van de Lasagne	1	2	26	5
Internationale watermeloen dag	1	2	12	2
Burendag	1	2	28	7
Dag van de verspilling	1	2	17	2
Nationale krokettendag	1	2	22	3
Dag van de Mantelzorg	1	2	24	4
Internationale dag van de recchten van het kind	1	2	26	18
Onafhankelijkheidsviering Suriname	1	2	28	6
Bezoek Nieuwe kerk	1	2	8	1
Wereld Rheuma dag	1	2	18	3
Sint Maarten	1	2	84	60
Internationale theedag	1	2	10	0
Oudejaars viering	1	2	23	4
Osmaanse cultuurbijeenkomst	10	2	12	4
Kolonale sporen	3	2	11	8

Activiteiten 2022	Kwantitatieve gegevens			
	aantal activiteiten	aantal contact uren*	aantal deelnemers	unieke deelnemers**
<b>Cursussen</b>	<b>107</b>	<b>300</b>	<b>137</b>	<b>22%</b>
Taalles ruimte 7	10	3	15	1
Naalles	32	3	10	2
Brainon	25	3	10	9
Digitalisering	5	3	10	4
Cursus veerkracht	6	3	12	7
De Nederlandse cultuur/geschiedenis	1	2	19	4
Cursus AED	1	2	12	0
Teambuilding vrijwilligers	1	4	16	0
Culturele en educatieve lessen	20	2	19	3
Assertieveteits cursus	6	3	14	3
<b>Doe activiteiten</b>	<b>118</b>	<b>328</b>	<b>96</b>	<b>n.v.t.</b>
Hobby club iedere woensdag	44	3	6	
Spelletjesmiddag	42	3	12	
Koor	25	2	12	
Film middag	6	3	11	
Volksdansen	1	2	55	9
<b>Bewegen</b>	<b>214</b>	<b>341</b>	<b>89</b>	<b>n.v.t.</b>
Surizumba	48	1,5	11	
Fitness op muziek ( iedere donderdag en vrijdag )	86	1,5	32	
Fitness Turkse vrouwen	25	2	10	
Golden moves	25	2	12	
Chi kung	20	1,5	10	
Dance Connect	10	1	14	
<b>Samenbrengen</b>	<b>56</b>	<b>141</b>	<b>437</b>	<b>30%</b>
Ontbijt voor Turkse vrouwen	24	2	12	4
Oma's soep	20	3	23	
Oma's soep met bestuurder AH	1	3	24	
Nieuwjaarsreceptie	1	4	175	100
Viering 5 mei	1	3	15	2
Viering Koningsdag	1	3	18	2
Dodenherdenking	1	3	8	0
Viering 24 jaar Hudsonhof	1	3	54	6
Sinterklaas viering	1	2	18	3
Kersviering	1	2	26	5
Samen lezen ruimte 7	3	2	36	5
Barbecue	1	4	28	3
<b>Totaal aantal</b>	<b>612</b>	<b>1420</b>	<b>2721</b>	
* contacturen, exclusief de voorbereidingsuren op locatie				
** Wanneer het aantal niet reguliere (unieke) bezoekers bekend is, is dit vermeld in de tweede kolom				

## 5. Samenwerking met andere organisaties in 2022

Een belangrijke functie van De Hudsonhof is dat het een vindplaats is voor professionele organisaties die de ouderen in de buurt willen bereiken. Daarnaast werken we samen met organisatie voor speciale landen van herkomst. Deze samenwerking is een essentieel onderdeel van onze werkwijze. In dit hoofdstuk noemen we de belangrijkste voorbeelden.

### **Samenwerking met professionele 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. Ook biedt De Hudsonhof stageplekken voor organisaties, waaronder DWI.

### **Samenwerking in West - Huis van de buurt**

De Hudsonhof neemt deel aan het netwerkhuis 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.

### **Buurtteam de Tagerijn**

In 2021 zijn we benaderd door buurtteam de Tagerijn, met de vraag of zij in De Hudsonhof een ruimte voor een spreekuur mochten huren. Dat voorstel hebben we omarmd. Een belangrijke functie van De Hudsonhof is immers dat we vindplaats zijn voor professionele organisaties. Het team huurt een ruimte en ze mogen de activiteitenruimten kosteloos gebruiken voor openbare activiteiten voor onze doelgroep. Na Corona en de start van het team, komt het steeds beter op gang in 2022. We hopen op een goede samenwerking in de komende jaren.

### **Project Digicoaches – Academie van de stad**

Via de Academie van de Stad ondersteunen studenten buurtbewoners en professionals in de wijken. In Amsterdam West loopt het project Digicoaches, onder andere in De Hudsonhof. Een team stagiairs van verschillende studierichtingen van de HvA coacht op vrijdagmiddag een groep buurtbewoners bij hun digitale vaardigheden. Dat project is eind 2022 weer gestart (zie hoofdstuk 3).

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

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

### **Irakese ouderen**

Vanaf 2015 gebruikt een groep Irakese ouderen De Hudsonhof voor een wekelijkse ontmoeting. Stapsgewijs is de groep gewoon gaan meedraaien in De Hudsonhof. Ze organiseren activiteiten, en ze zijn vertegenwoordigd in de programmacommissie en het algemeen bestuur. In de loop van 2022 is dit weer op gang gekomen.

## 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 gebruikers die ingeschreven zijn verder gratis gebruik 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 stabiel. 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 50+ vrouwen te kunnen voldoen, is de fitness tweemaal per week één uur alleen open voor deze groep.



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

*Een groepje dames bij de MBVO: We trainen al meer dan tien jaar met een groepje een of dagen per week bij De Hudsonhof om fit te blijven. Sommigen komen hier al bijna 20 jaar. Het is heel gezellig en vertrouwd. Bovendien komen we hier ook voor andere activiteiten zoals voorlichtingen en Bewegen op muziek.*

## Telefooncirkel

De telefooncirkel voor ouderen in De Baarsjes is een activiteit van ABC-alliantie en Cordaan. De telefooncirkel heeft onderdak gekregen bij De Hudsonhof. Deze activiteit was ook in 2022 heel belangrijk.



## 6. 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. Voor alle onderstaande spreekuren geldt dat ze in 2022 maar beperkt hebben plaatsgevonden vanwege Corona.

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

WPI houdt regelmatig spreekuren waarvoor cliënten, die langdurig in de bijstand zitten, worden uitgenodigd voor een gesprek. Dat gebeurt ook in De Hudsonhof, omdat dit een laagdrempelige locatie is.

### **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 vakantieperioden dagelijks terecht voor hulp, ook in de avonduren.

### **Medische pedicure**

Eenmaal per 4 weken zit er een medische pedicure in De Hudsonhof, waar bezoekers terecht kunnen voor behandeling.

### **Spreekuur buurtteam de Tagerijn**

De Hudsonhof is in 2022 een satellietlocatie van Buurtteam de Tagerijn geworden. Vanaf 1 mei huurt het team op dinsdag- en woensdagochtend een spreekkamer in De Hudsonhof. Dat spreekuur is in 2022 langzaam op gang gekomen.

### **Bloedafname locatie Reinier Haga**

In De Hudsonhof is een van de locaties voor bloedafname van Reinier Haga. In 2022 was dat een of twee ochtenden in de week open voor bewoners die daarvoor een afspraak hadden gemaakt.

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

*Een medewerker van het buurtteam over het spreekuur:  
We maken afspraken met buurtbewoners in De Hudsonhof, maar mensen mogen ook gewoon binnenlopen. Dat loopt steeds beter, ze weten het nu goed te vinden. Het gaat meestal over praktische zaken, bijvoorbeeld over brieven die ze moeten sturen, post die ze hebben gekregen die ze niet begrijpen, instanties die ze moeten bellen, problemen met de bankrekening etc..*

## 7. Financieel verslag 2022

### Resultaat 2022

Het jaar 2022 was financieel een ingewikkeld jaar. In de loop van het jaar zijn de kosten stevig gestegen, vooral van energie. Daarom was het tijdens het jaar moeilijk inschatten hoe we uit zouden komen. Bovendien moest er een bedrag van € 17.525 worden terugbetaald over 2021, vanwege een lagere realisatie tijdens de coronatijd. We zijn dus voorzichtig geweest. Als we kijken naar de materiële kosten van de activiteiten is er in 2022 vooral rustig aan gedaan met de excursies.

Bij de huisvestingskosten zijn er twee bijzonderheden. De kosten voor groot onderhoud zijn fors hoger door de aanschaf van nieuw meubilair, maar dat wordt vrijwel geheel gecompenseerd door een extra eenmalige subsidie. In totaal zijn het groot en klein onderhoud bij elkaar in lijn met de begroting. Het is verder niet verwonderlijk, is dat de kosten voor gas en licht fors hoger zijn dan voorzien. Dat is de belangrijkste oorzaak van de hogere uitgaven bij huisvesting.

Het budget voor het vrijwilligersbeleid is geheel besteed, onder meer aan de teambuilding voor alle vrijwilligers. De algemene kosten hebben laag weten te houden.

In totaal is er in 2022 een tekort van € 11.512, dat geheel wordt veroorzaakt door de teruggave van de subsidie uit 2021, wegens het niet halen van de doelen door corona. Als daar geen rekening mee wordt gehouden, is er een positief resultaat van € 6.013.

### Zuinig met subsidiegeld

De huisvestingskosten zijn de grootste kosten. De mogelijkheden om deze kosten laag te houden worden zo veel mogelijk benut. Zo wordt de schoonmaak grotendeels uitgevoerd door vrijwilligers. Eenvoudig onderhoud doen we ook zelf. De netto activiteitenkosten zijn al jaren laag ten opzichte van de andere uitgaven. Dit zijn de kosten waarop de organisatie zelf de meeste invloed heeft. Het lukt al jaren om zuinig om te gaan met het geld dat het stadsdeel beschikbaar stelt. Dat is te danken aan de grote inzet van de vrijwilligers.

### Risico's in 2023

Voor 2023 zien we meerdere financiële risico's. Allereerst de sterk gestegen kosten door de inflatie, zoals de energiekosten en de huur die met bijna 10% stijgt. De stijging bij de huur wordt voor een klein deel gecompenseerd met hogere inkomsten uit de verhuur, maar dat is niet genoeg om de enorme stijging te dekken. De energiekosten zijn dit jaar bovendien weer een onzekere factor.

Onverwachte kosten voor het onderhoud en tegenvallers in de exploitatie vormen voor de langere termijn een risico. De reserve om tegenvallers in het onderhoud op te vangen blijft beperkt, zeker als in 2023 de airco wordt vervangen.

Een belangrijk risico voor de continuïteit van de activiteiten zijn de kosten van de coördinator. Omdat de coördinator de werkzaamheden kan combineren met werkzaamheden voor Cordaan, en omdat hij meer uren maakt dan feitelijk worden vergoed, is het mogelijk om met de beschikbare middelen de coördinatie te financieren. Als daar - om welke reden dan ook - verandering in komt, zijn de middelen ontoereikend om een reëel aantal uren voor een coördinator te vergoeden.

Tot slot vieren we in 2023 ons 25 jarig jubileum. Dat brengt extra kosten met zich mee. Als dat niet past in de lopende begroting, moeten daarvoor andere middelen worden gevonden.

<b>Jaarrekening 2022 Stichting Multicultureel Centrum De Hudsonhof</b>
--

<b>Balans en resultatenrekening 2022</b>
--

Balans	31-12-2022	31-12-2021
<b>Activa</b>		
Vorderingen	14.528	1.370
Liquide middelen	52.256	102.571
Totaal Activa	66.784	103.941
<b>Passiva</b>		
<u>Vermogen</u>		
Resultaat boekjaar	-11.512	2.881
Eigen vermogen	42.706	39.825
<u>Voorzieningen</u>		
Groot onderhoud	34.570	29.960
<u>Kortlopende schulden</u>		
Overige schulden	1.020	31.275
	66.784	103.941

<b>Resultatenrekening</b>	<b>2022</b>	<b>2021</b>
---------------------------	-------------	-------------

<b>Opbrengsten</b>		
Subsidies	153.439	107.918
Huur	25.459	22.698
Overige opbrengsten	1.378	182
	180.276	130.799
<b>Kosten</b>		
Huisvesting	128.817	71.479
Coördinator Hudsonhof	9.317	9.735
Algemene kosten	5.863	4.492
Activiteitenkosten	30.266	23.852
Teruggave subs. Gem. A'dam	17.525	18.360
	191.788	127.918
Resultaat	-11.512	2.881

Poster voor de voorlichting over de verkiezingen



# 16 maart zijn de verkiezingen voor de gemeenteraad

Hoe kun je stemmen? Op wie kun je stemmen?  
Waarom is dit belangrijk voor De Baarsjes?  
Wat vinden de partijen? Dat zijn ingewikkelde vragen.



Daarom is er voorlichting op  
**Zaterdag 12 maart om 14:00 uur**



**De Hudsonhof - Hudsonhof 1**  
Iedereen is welkom, het gebouw is rolstoeltoegankelijk

*Bij participeren in de samenleving, hoort ook dat je gaat stemmen.  
Daarom is er bij iedere verkiezing een voorlichting  
waar wordt verteld hoe en waar je kunt stemmen,  
en wat de verschillende partijen in hun programma hebben staan.*