

## Verslag van de ontwikkelingen in Het Knooppunt en vorderingen m.b.t. het Actieplan, november 2015

Bestuurs- en Beleidscommissie van Het Knooppunt



### Inleiding

Oktober 2014 deden wij aan de kerkelijke achterban en subsidiegevers verslag van de vorderingen m.b.t. het Actieplan dat begin 2014 werd opgesteld. Opnieuw doen we verslag. Wij denken goed op weg te zijn met het revitaliseren van het project, naast het consolideren van de bestaande activiteiten.

Vorig jaar meldden we dat we in de eerste helft van 2014 niet zoveel tijd konden besteden aan vernieuwende activiteiten als de bedoeling was: de voedselbank en de accommodatie vroegen extra tijd en aandacht. Inmiddels kunnen we melden dat we wat dit betreft gelukkig in rustiger vaarwater zijn terecht gekomen. De voedselbank functioneert goed en we blijken in het nieuwe verhuurbeleid van de gemeente Utrecht de ruimte inderdaad om-niet te mogen gebruiken. Dit laatste is bijzonder voor een kerkelijk project. Voorwaarde is wel dat de betaalde kracht/coördinator geen uitvoerende werkzaamheden verricht en wij geen religieuze activiteiten met een wervend karakter organiseren. De coördinator roostert zichzelf sindsdien niet meer in voor de inloopochtenden.

De inloop en andere bestaande activiteiten (Ruilwinkel, vrijdagavondinloop, leeskring) draaien intussen rustig door en blijven van betekenis voor de buurt en de bezoekers. Voor de inloop zijn enkele nieuwe medewerkers geworven. Bij het belang van deze basis van reguliere activiteiten staan wij aan het eind van het verslag nog even stil.

### Actieplan 2014

We keren terug naar de voornemens die in het **Actieplan** van januari 2014 zijn opgenomen. Juli 2014, toen duidelijk was dat u ons wilde blijven steunen, zijn wij bij deze voornemens concrete plannen gaan maken met de betrokken wijkkerken:

1. Wij willen van meer betekenis zijn voor **ouderen** in de wijk. In juli 2014 werd met de kerken concreet afgesproken om een gespreksgroep *De kunst van het ouder worden* op te zetten, die begeleid zou worden door ds. Hans Koops (Marcuskerk). In november 2015 spraken we met de wijkkerken af om opnieuw een vergelijkbare activiteit te organiseren.
2. We willen van betekenis zijn voor zin-zoekende **dertigers en veertigers**. In juli 2014 kozen wij ervoor om aansluiting te zoeken bij het informele netwerk rond de nieuwe facebookgroep *Hart voor Lunetten*.
3. We willen **Mensen met schulden** ondersteunen - door een dependance van *Schuldhulpmaatje* in Het Knooppunt op te zetten.
4. Daarnaast willen wij de **banden met de kerken** aanhalen. Samen met de wijkkerken namen we ons in juli 2014 onder meer voor om binnen kerken aandacht voor Het Knooppunt te vragen, om diaconie-vergaderingen vaker in Het Knooppunt te houden, en om namens de diaconie inloopbezoekers te vragen Kerstkaarten te maken voor gevangenen.
5. We willen van betekenis zijn in de **nieuwe welzijnsstructuur** in de wijk.



We schetsen op de volgende bladzijden de vorderingen op deze punten en van de onvoorziene kansen en mogelijkheden waar wij ook op in willen spelen.

## 1. Ouderen

Voor ouderen is in november de gespreksgroep *De Kunst van het ouder* gehouden, begeleid door ds. Hans Koops. Zo'n 15 ouderen kwamen driemaal bijeen. Zij dachten met elkaar na over de uitdagingen die het ouder worden met zich meebrengt. De ouderen werden geworven via de kerk en in de seniorencomplexen in de wijk (zie flyer hiernaast).

De gespreksgroep en de manier waarop deze begeleid werd, werden zeer op prijs gesteld. Voor het dit seizoen denken wij met de wijkkerken na over het organiseren in het voorjaar van één of meerdere avonden over het *Levenseinde*. Verder houden we contact met welzijnsorganisatie *Vooruit* en zelforganisatie *Lunetten Wil Wel*. Deze hebben de opdracht van de gemeente Utrecht gekregen om activiteiten voor ouderen te ontwikkelen. Wij zijn bereid om een bijdrage te leveren. De gedachten gaan nu uit naar een gespreksgroep *Leven met Verlies* en verder kunnen wij mogelijk een rol gaan spelen in de nieuwe *huiskamers van de buurt* die de gemeente Utrecht in het leven wil roepen, bedoeld voor de opvang van kwetsbare ouderen en anderen. Deze plannen staan nog in de kinderschoenen. Met *Vooruit* en *Lunetten Wil Wel* werd al wel een kleine activiteit georganiseerd, niet specifiek voor ouderen (zie 5).



Het Knooppunt cultureel

### De kunst van het ouder worden

Ouder worden heeft veel kanten. Je treedt de laatste fasen van je leven binnen. Dat roept nieuwe vragen op. Hele praktische, maar ook vragen over zin en levenshouding. We kennen allemaal wel de reclame over het 'Zwitserlevengevoel', waarmee godtijd wordt op het moderne ideaal voor levenslustige pensionado's die na hun zestigste nog een leuke tijd willen hebben. Na een leven lang werken komt het 'grote genieten'.

Is dat erg naïef? Wat maakt ouder worden en oud zijn eigenlijk mooi? Wat maakt ouder worden en oud zijn moeilijk? Hoe gaan we om met werken en zorgen, en daar een keer mee ophouden? Hoe leren we loslaten?

De ouderdom komt met gebreken, wordt wel gezegd. Maar een mens kan ondanks de ongemakken van het ouder worden ook zin, vrede en geluk vinden.

Inloophuis Het Knooppunt in Lunetten organiseert drie middagen waarop we met elkaar over deze vragen en thema's van gedachten wisselen. Dat doen we aan de hand van korte artikeltjes. Omdat de wijkpredikant van de Marcuskerk, Hans Koops, bereid is gevonden de groep te begeleiden, zijn dat o.a. artikelen van christelijke denkers als Henri Nouwen en Herman Andriessen. Maar de kring staat nadrukkelijk open voor ouderen van alle gezindten en voor alle levensopvattingen.

Data en tijd: woensdagmiddag 12, 19 en 26 november, 14.30u - 16.00u.  
Plaats: Het Knooppunt. Aan deelname zijn geen kosten verbonden. Maar een vrijwillige bijdrage voor koffie/thee wordt op prijs gesteld.  
Begeleiding, inlichtingen en aanmelding: Hans Koops, telefoon: 2745036 of mail: predikant@marcuskerk.nl



Inloophuis Het Knooppunt, p/a buurtcentrum de Musketon (Hondsrug 19), met eigen ingang aan de achterzijde. Website: [www.lunetten.nl/knooppunt](http://www.lunetten.nl/knooppunt)

## 2. Dertigers en veertigers



In het vorige verslag aan u vertelden wij al meer over onze betrokkenheid bij de nieuwe Facebookgroep *Hart voor Lunetten*, een informeel platform van vooral jonge christenen in de wijk. Wij dachten mee met de initiatiefnemer en hebben ook geholpen concrete activiteiten te ontwikkelen. Met als resultaat onder andere een zeer geslaagde *picknick* op een mooie zomerdag in 2015 waar een bont gezelschap van zo'n 90 christenen en geïnteresseerden elkaar nu eens face-to-face kon ontmoeten (foto). Enkele vrijwilligers en gasten van Het Knooppunt

verzorgden de koffie en thee.

Voor het nieuwe seizoen bestaat het plan om regelmatig in een kleinere groep bijeen te komen, voor een meditatief moment. Het Knooppunt denkt en doet graag mee.

Ook steunen wij het voornemen in Lunetten een *Kerst-Lichtjesticht* voor schoolkinderen te organiseren naar het voorbeeld van andere wijken. In 2014 dachten we mee maar kon de

Lichtjestocht uiteindelijk niet doorgaan vanwege een te korte voorbereidingstijd. In 2015 proberen we het opnieuw. Het is de bedoeling dat Het Knooppunt een halte (herberg) op de route is, waar de kinderen limonade krijgen en een schoolklas een toneelstuk over vluchtelingen opvoert.

### 3. Schuldhulpmaatje

Aan de plaatselijke organisatie lieten wij medio 2014 weten klaar te staan om een dependance te starten. Het heeft toch nog een klein jaar geduurd voordat we echt van start konden gaan met het treffen van voorbereidingen omdat er onzekerheid bestond over subsidie door de gemeente en de plaatselijk coördinator voor langere tijd ziekteverlof moest opnemen. Vóór de zomer van



2015 en nadat een landelijk medewerker een presentatie had verzorgd voor Het Knooppunt en de wijkkerken, werd ondanks de ziekte van de coördinator besloten om van start te gaan. Vlak voor en na de zomer zijn we met de werving van maatjes begonnen. De belangstelling om maatje te worden bleek groot te zijn, want we kregen 21 serieuze reacties (terwijl we dit jaar maar 5 maatjes een opleidingsplek kunnen bieden). De meeste belangstellenden hebben een christelijke/kerkelijke achtergrond. Behalve via de eigen achterban zijn ook via de Vrijgemaakt Gereformeerden (*Rehobooth*), de facebookgroep *Hart voor Lunetten*, het *Bewonersoverleg Lunetten*, het buurtteam en algemene media maatjes geworven.

Inmiddels hebben de maatjes een (pittige) opleiding gevolgd en zijn we bijna klaar om hen aan de eerste hulpvragers te koppelen. Voor onze coördinator gaat er in de opstart van het project trouwens redelijk veel tijd zitten: werving en intake van de maatjes vroegen tijd, studie en overleg met de plaatselijke en landelijke organisatie eveneens. (In totaal heeft hij wekelijks maar 12 uur voor Het Knooppunt beschikbaar). Maar het is fijn te merken dat de maatjes-in-opleiding heel gemotiveerd zijn om aan de slag te gaan !

Overigens zijn de wijkkerken bereid om de opleidingskosten van de maatjes (€350,- per maatje) voor hun rekening te nemen. Een maatje dat lid is van de Baptistengemeente de Rank heeft van die gemeente een bijdrage ontvangen voor de opleidingskosten.

### 4. Aanhalen van banden met de kerken.

Sinds het vorige verslag is concreet het volgende gebeurd:

- Op de Martinusdag van de Sint Martinus-parochie 2014 verzorgden wij een workshop over Het Knooppunt.
- Parochie en Marcuskerk bleven de voedselbank steunen met giften.
- De locatie Johannes-Bernardus organiseerde november 2015 een gezellige tweedehands markt met loterij ter ondersteuning van Het Knooppunt (foto).
- De diakenen van de Marcuskerk vergaderden enkele keren in Het Knooppunt
- Bezoekers van Het Knooppunt maakten Kerstkaarten voor gevangenen, die daarna door diakenen van de Marcuskerk zijn bezorgd.
- De deurcollecte (zendingsbussen) van de Marcuskerk is dit jaar bestemd voor Het Knooppunt.
- Ds. Hans Koops verzorgde niet alleen een gespreksgroep, maar er is ook samen nagedacht over manieren waarop de Marcuskerk van meer betekenis kan zijn voor de buurt.
- Met de pastores Hans Koops en Hans Harmsen willen we ook dit seizoen themabijeenkomsten voor ouderen organiseren.



- Samen met de diaconie van de Marcuskerk hebben we een bezoeker in nood kunnen helpen aan een inventaris voor haar woning. We zijn blij met de manier waarop de diaconie te hulp schoot !
- Twee keer per jaar overleggen besturen van wijkkerken en Het Knooppunt. Tijdens het overleg van nov. 2015 is opnieuw waardering uitgesproken en steun toegezegd voor onze activiteiten.

### 5. Bijdrage aan de wijk en welzijnswerk nieuwe stijl

Het Knooppunt maakt echt deel uit van het welzijnsaanbod in de wijk. Langzamerhand wordt ook meer duidelijk over onze plaats in het veranderde welzijnslandschap (transitie in zorg en welzijn !). We belichten drie aspecten:

- **Hulpverlening.** Begin 2015 ging het nieuwe buurtteam Lunetten van start. Omdat het kantoor houdt in de Musketon kunnen we eenvoudig contact leggen. Dat is verschillende keren gebeurd vanuit de voedselbank en inloop om deelnemers en gasten met problemen op weg te helpen. Anderzijds wijst het buurtteam ook actief door naar voedselbank en inloop. Zo bracht een buurtteammedewerker een vereenzaamde, angstige man met psychische problemen bij ons. Sindsdien schuift hij regelmatig aan de stamtafel aan en leeft hij op van de gezelligheid en aandacht. Ook de psychiatrisch verpleegkundige van het wijkgezondheidscentrum begeleidde enkele mensen naar onze inloop. Bijvoorbeeld mensen met psychische problemen die een kerkelijke achtergrond hebben. Wij komen haar en andere hulpverleners maandelijks tegen bij het signaleringsnetwerk Lunetten, dat een doorstart heeft gemaakt en nu onder de hoede van de buurtondernemer (buurtteam-leider) bijeen komt. Alhoewel wij de enige niet-professionele organisatie zijn, wordt onze aanwezigheid op prijs gesteld.
- **Welzijnswerk.** Zoals hierboven aangegeven houden wij ons beschikbaar om een bijdrage te leveren aan de realisering van welzijnsdoelstellingen van de gemeente Utrecht door waar gewenst en mogelijk samen te werken met welzijnsorganisatie *Vooruit* en zelforganisatie *Lunetten Wil Wel*. Met de sociaal makelaar van *Vooruit* is regelmatig contact. Met *beide* organisaties is al een concrete activiteit ontwikkeld voor de *Week van de Dialoog* in november: andere buurtbewoners zijn in onze inloopruijme rond twee tafels in gesprek gegaan met onze bezoekers over het thema *Thuis in de wijk*. Boeiende gesprekken!

- **Deel van de wijk.** Mede dankzij het onderdak dat wij hebben gevonden in buurtcentrum de *Musketon* maken wij echt deel uit van het algemene aanbod van voorzieningen, we worden gezien. Ook als kerkelijk project.

Zelforganisatie wordt in deze tijd steeds belangrijker, ook voor gebruikers van de Musketon. Daarom nemen we deel aan het reguliere overleg van gebruikersgroepen. We onderhouden daarnaast contacten met het *Bewonersoverleg* en doen vanzelfsprekend mee met activiteiten als *Gluren bij de Buren*. In het kader van deze laatste activiteit bezochten januari 2015 zo'n 45 buurtbewoners onze inloopruijme, waar zij werden getrakteerd op een swingend optreden van een gelegenheidsformatie onder leiding van Sjef Geraerts (zie foto's). Sjef is ook kerkmusicus van de Johannes-Bernardus en begeleider van het Lunettenkoor dat in Het Knooppunt oefent.

Met Kerst 2015, tenslotte, willen we weer onze traditionele *Kerstlunch* (foto) voor bezoekers en andere bewoners van Lunetten organiseren.



### Tenslotte: presentie als voorwaarde

U ziet, mede dankzij het Actieplan gebeurt er van alles in en rondom Het Knooppunt.

We willen tenslotte aandacht voor het volgende vragen: voorwaarde voor dit alles is onze voortdurende presentie in wijk en buurtcentrum via reguliere activiteiten als de inloop. Dankzij de trouwe presentie, vormgegeven door even trouwe vrijwilligers, worden wij gezien en gewaardeerd in de wijk. Deze presentie legt de basis voor meer incidentele activiteiten en initiatieven. Alhoewel weinig opvallend en tamelijk onzichtbaar voor de kerkelijke achterban willen wij op deze plek het belang van de reguliere activiteiten benadrukken en onze waardering uitspreken voor de langdurige inzet van de daarbij betrokken vrijwilligers. Twee van de inloopmedewerkers zijn zelfs sinds het begin bij het project betrokken: dat is volgend jaar 25 jaar geleden. Dat jubileum gaat gevierd worden, samen met de kerkelijke achterban en buurtbewoners. Ook de vrijwilligers verdienen het dan om in het zonnetje gezet te worden.

Op dit moment denken we aan twee bijzondere activiteiten: een jubileuminloop in het voorjaar, vooral voor onze eigen bezoekers en medewerkers. En een jubileumactiviteit tijdens de Wijkmarkt in september, waarin we onze activiteiten en die van de wijkkerken aan buurtbewoners kunnen presenteren.

Enkele reacties van dit jaar uit het gastenboek van de inloop:

*“Het Knooppunt houdt sociaal contact in stand, en dat is wat waard in deze tijd van toenemende vervlakking. Kom je binnen zonder hoop? Het Knooppunt haalt je uit de knoop!”*

*“Ik kom plm. 3x in de week in Het Knooppunt, voor de gezelligheid omdat ik alleen ben, ook vaak neem ik mijn kleinzoon mee. Ik ben afgekeurd en veel alleen en ben blij met de vele leuke medebezoekers en dat ik een loopje heb voor een kopje koffie. De gastvrouwen/ heren zijn erg aardig en betrokken. Hopelijk blijft Het Knooppunt nog heel lang bestaan!”*

*“Goed initiatief! Onmisbaar voor sociaal contact. Moet zeker blijven bestaan.”*

*“Ik zie de bezoekers en vrijwilligers als familie. Ik heb zelf geen contact met mijn eigen familie.”*

*“Zonder Het Knooppunt zou ik de deur niet uitkomen. Te gek initiatief. Onmisbaar voor wat sociaal contact.”*

*“Een gezellige huiskamer voor Lunettens inwoners. De vrijwilligers zijn er met hart voor de mensen. Heel blij dat het bestaat.”*

*“Te gekke bezoekers. Ik mis ze als ik zelf een keer niet kan, er is altijd wel iemand die even helpt met opruimen.”*

*“Voor mij is het een praathuis. Het mag langer open.”*

*“Als ik niet geweest ben, of veel te laat, dan mis ik veel en voel ik een grote leegte en een ongeleefde dag. Als ik niet kom of kan zit ik vaak uren lang of een hele dag binnen. En weet ik niet meer hoe buiten te komen.”*

*“Veel gezelligheid, grappige sfeer.”*

*“Knooppunt: gezelligheid, samenkomst en ontmoeten van mensen dat houdt in dat je nieuwe contacten en mensen leert kennen. En je bent er even uit, veel mensen zijn alleen en dan is het gezellig om samen een kopje koffie te drinken en wat nieuwtjes of gezellig even te babbelen. Als we niet willen dat er nog meer mensen vereenzamen moet Het Knooppunt blijven bestaan.”*

*“Fijn en gezellige ontmoetingsplek”.*

*“Als een kind aan huis voel ik me hier steeds weer thuis.”*