

# Jaarverslag **Stichting Orenda**

# 2021



## **STICHTING ORENDA**

Kerkwervesingel 51 C  
3086 HK  
Rotterdam

E: [info@stichting-orenda.nl](mailto:info@stichting-orenda.nl)

W: [www.stichting-orenda.nl](http://www.stichting-orenda.nl)

T: +31(0)10-314 08 24

Kvk: 78246636





## Inhoudsopgave

|                                              |    |
|----------------------------------------------|----|
| Inhoudsopgave .....                          | 2  |
| Voorwoord .....                              | 3  |
| Achtergrond Stichting Orenda.....            | 4  |
| Wekelijkse en bijzondere activiteiten .....  | 6  |
| Nieuwe activiteiten .....                    | 7  |
| Ontwikkelingen.....                          | 8  |
| Veranderingen voor de volgende periode ..... | 8  |
| Aandachtspunten .....                        | 8  |
| Focus en dialoog.....                        | 9  |
| Samenwerking.....                            | 9  |
| Stichting orenda in het nieuws.....          | 9  |
| Financiën .....                              | 10 |
| Resultaten en conclusies .....               | 11 |





## Voorwoord

Op 9 juni 2020 is stichting orenda opgericht.

Zowel het bestuur als de vrijwilligers maken deel uit van de wijk waardoor zij zich gericht en met hart en ziel kunnen inzetten voor de wijk. Hierbij bedanken wij de secretaris Mw. van Vught voor haar diensten en hulp en heten de nieuwe secretaris Mw. Begina welkom.

Zoals wij schreven in het verslag van 2020, is er naar uitgekeken om de activiteiten zoals gepland uit te gaan voeren. Door de pandemie moesten wij zoals zovelen op een andere manier invulling geven hieraan.

Het plan was om de activiteiten die vanwege corona vertraging hebben opgelopen alsnog te realiseren in 2021. Ervan uitgaande dat de gevolgen van corona in 2021 beperkter zouden zijn dan in 2020 door de vaccinaties. Helaas verliep het jaar toch nog anders dan verwacht en hebben wij moeten schuiven en alternatieven moeten bedenken.

Gelukkig hebben wij onze doelgroep toch goed kunnen bedienen. Met name toen de maatregelen versoepeld werden konden wij wel meer activiteiten persoonlijk uitvoeren, die eerder digitaal werden gedaan. Persoonlijk contact heeft toch de voorkeur.

In dit verslag geven wij aan wat we in een jaar tijd, ondanks de beperkingen van corona, toch hebben ondernomen met beide groepen.

Concreet resultaat: maar liefst 100 jongeren zijn actief betrokken en er zijn 30 ouderen die actief meedoen in plaats van dat ze alleen thuis zitten. Een enorme stap in de goede richting!

Er hebben verdere ontwikkelingen en veranderingen plaatsgevonden, ook in het bestuur.

De ontwikkelingen, alsmede de jaarrekening van 2021 worden meegenomen in dit verslag.

De voorzitter Mevrouw E.L.Simson



**Beelden bij het woord zien?**  
**Kijk dan ook even hier voor een geweldig  
filmpje, gemaakt in oktober 2021!**



## Achtergrond Stichting Orenda

Wij zijn gestart in Rotterdam Zuid met het aanbieden van activiteiten voor jongeren en ouderen in de wijk. De reden hiervoor, was dat een bepaalde groep jongeren niet altijd wist wat ze met hun dag moesten doen. Ze verveelden zich, hingen rond en gedroegen zich hierdoor niet zoals het hoort, met als gevolg overlast en soms ook vandalisme.

De problemen van de jongeren werden thuis niet opgelost of niet gehoor soms vanwege een problematische 'thuisituatie' en er werd niks gedaan aan de verveling. Hierdoor hadden deze jongeren ook geen enkele manier om zich te uiten en zo ontstonden eveneens gedragsproblemen.

Behalve de jongeren was er een grote groep ouderen die hinder ondervonden aan de jongeren en die eigenlijk niet alleen naar buiten wilden of durfden. Het gevolg hiervan was eenzaamheid voor de ouderen en onbegrip jegens de jongeren en andersom.

Stichting Orenda heeft deze beide groepen opgezocht, een luisterend oor geboden en diverse activiteiten georganiseerd. De jongeren werden uit de dagelijkse sleur gehaald door ze hun eigen talenten te laten ontdekken en iets terug te doen voor de samenleving. Ook de ouderen werden betrokken door samen met de jongeren iets te ondernemen, door met onze vrijwilligers op pad te gaan of mee te doen aan activiteiten.







## Wekelijkse en bijzondere activiteiten

De activiteiten die het meest populair waren gedurende het gehele jaar, waren het sporten voor kinderen & ouderen en de crea-knutsel club voor kinderen en ouderen. Deze activiteiten werden het meest aangeboden, want de toeloop was veel meer dan verwacht! De veranderingen die hierdoor plaatsvonden zijn:

- De workshops die, vooral door corona, niet veel aanmeldingen hadden, zijn op een veel lagere frequentie gezet i.p.v. wekelijks, naar maandelijks.
- De kapper workshop is geschrapt, het idee was goed maar in de praktijk is er toch sprake van schaamte en was er weinig animo.

Voor alle groepen biedt Stichting orenda wekelijks activiteiten aan. Ook biedt de stichting incidenteel diverse extra of bijzondere activiteiten aan. Denk hierbij aan seizoensgebonden activiteiten.

Stichting orenda gaat net een stap verder dan alleen maar(sport)activiteiten aanbieden, want 'een gezond lichaam zorgt voor een gezonde geest'. Wij zijn met onze vrijwilligers continue bezig om de deelnemers te blijven motiveren om te bewegen en om aan de overige activiteiten mee te doen. Dit doen wij door afwisseling aan te bieden in met name de sportactiviteiten, door een periode af te sluiten met een voetbal talenten toernooi bijvoorbeeld, waarbij iedereen iets wint.

Bij het kick (fun)boksen voor de kinderen gaan de trainers aan de slag met de kinderen om te helpen hun angst of agressie te helpen verminderen en of er beter mee om te gaan, door gerichte spelletjes. Het gaat hierbij niet alleen om technieken aan te leren, maar vooral om zelfbewustzijn en zelfredzaamheid te bevorderen.

Wij kijken en vragen net iets verder wanneer een deelnemer minder gemotiveerd lijkt (te worden). Dan proberen wij naar de algehele situatie van een deelnemer te kijken en te vragen of wij ergens (anders) bij kunnen helpen. Want ook al gebeurt er van alles om je heen, het is van belang om gemotiveerd te worden om te blijven bewegen voor de gezondheid.

Hetzelfde geldt voor de wandelgroep voor volwassenen, die het toch al druk hebben en de neiging hebben om deze belangrijke stap om goed voor zichzelf te zorgen door te bewegen op de laatste plaats te zetten. Wij blijven in contact om hen blijvend te kunnen motiveren.





## Nieuwe activiteiten

Op verzoek van de doelgroep hebben we gekeken naar nieuwe of andere activiteiten. Onderstaande activiteiten worden toegevoegd of dienen als vervanging van eerdere genoemde geschrapte activiteiten.

### 1. De dames/handwerkclub

- ☐ Hierbij worden ouderen getriggerd uit hun isolement te komen en gezellig aan te schuiven.
- ☐ Het was eerst een koffieochtend die is uitgroeid naar veel meer.
- ☐ Er wordt tijdens het koffie drinken het ene na het andere project gebreid en gehaakt of er worden sieraden, decoratie gemaakt en zelfs geschilderd.
- ☐ Ondersteuning bij het kunnen lezen en begrijpen van een stappenplan van patronen of andere lastige dingen hoort hier ook vaak bij.

### 2. Volkstuin

- ☐ Om het gezond leren eten te stimuleren door te planten, te onderhouden en te oogsten.
- ☐ In de tuin wordt er ook van alles geleerd over wat er geplant wordt zoals de bescherming van de plant. En hoe je zelf groentebakken kan timmeren.
- ☐ In de tuin wordt ook gespeeld en geknutseld.
- ☐ Moeders en andere bewoners vinden het ook fijn om mee te doen.
- ☐ Er wordt ook gegeten (pannenkoeken/broodjes) en gedronken.
- ☐ De handwerkclub heeft ook een heel leuk uitstapje gemaakt.

### 3. De wandelgroep

- ☐ Wekelijks verschillende looproutes bewandelen.
- ☐ Hierbij gesprekken voeren (leefsituatie, problemen enz.).
- ☐ Een deelnemer liep al lang met het idee om over haar angst voor zwemmen heen te willen, door gesprekken tijdens het lopen durft ze het nu aan en zwemt ze nu. Ze is heel blij met deze stap. Weer een andere deelnemer heeft de stap genomen om weer een studie op te pakken.
- ☐ De wandeling wordt afgesloten met koffiedrinken in het activiteitscentrum.
- ☐ Dit spoort weer anderen aan om mee te doen.





## Ontwikkelingen

Wij zijn verheugd om te vertellen dat er in het afgelopen jaar ondanks de beperkingen van corona veel doelen zijn gerealiseerd, met name de jongere en oudere generatie nader tot elkaar brengen tijdens leuke en gezellige bijeenkomsten. Ook zijn er nieuwe activiteiten gestart.

Stichting Orenda heeft samen met vrijwilligers, ouders en andere bewoners zich het afgelopen jaar ingezet om de jongeren en ouderen zowel fysiek als mentaal verder te helpen door meer sociale interactie te faciliteren, fysieke uitdagingen aan te bieden in de vorm van sport en beweging, samen gezond eten te maken voor een gezonde leefstijl en gezamenlijk de samenleving positiever te maken.

Een oudere bewoner zei bijvoorbeeld met een grote glimlach "Het is heel fijn als ik nu in de wijk loop dat de kinderen mij kennen en groeten".

Door de vele deelnemers en positieve reacties van bewoners, leraren, ouders, kinderen en instanties/bedrijven kunnen wij gerust spreken van hele positieve ontwikkelingen.

### Veranderingen voor de volgende periode

We hebben gemerkt dat de mensen heel goed kunnen aangeven wat ze zelf willen.

We verzamelen dus nu veel meer informatie en input bij de doelgroepen, gewoon door te vragen wat ze nu echt zouden willen doen. Hieruit is gebleken dat iedereen graag gezond wil zijn.

Het willen bewegen is toegenomen en het samen dingen ondernemen. In het komend jaar zullen wij de uitjes waar mogelijk zo veilig mogelijk organiseren, dat is toch altijd een hoogtepunt.

Het is nog steeds zaak om de RIVM regels goed in acht te nemen. Gezien er deels ook kwetsbare deelnemers zijn en voor iedereen.

### Aandachtspunten

Door Corona moesten we sommige activiteiten schrappen en hebben we meer ingezet op activiteiten buiten. Ook de enorme toeloop van jongeren heeft ons doen besluiten de activiteiten anders in te richten, om zoveel mogelijk jongeren blijvend te kunnen betrekken.

Wat betreft de nieuwe activiteiten moest er flexibel worden omgegaan met het budget, om onder meer materiaal voor de koffieochtend aan te schaffen toen deze veranderde naar een ochtend met handwerk!





## Focus en dialoog

De focus zal in de toekomst nog meer komen te liggen op gezond worden, niet alleen door te bewegen, maar ook door gezond te eten. De gezamenlijke activiteiten worden hierop aangepast. Onder meer de tuin die we nu verzorgen zal blijven en hier omheen zullen we meerdere activiteiten gaan verzorgen. Er zal bijvoorbeeld meer samen gekookt en gegeten worden.

Door in gesprek te blijven met de bewoners komt het voor dat zij tijdig en naar de juiste instantie kunnen stappen of doorverwezen worden al of niet met begeleiding van de stichting orenda als zij met een vraag of een probleem zitten.

Dit komt uiteindelijk niet alleen de persoonlijke fysieke en psychische welzijn ten goede maar uiteindelijk de wijk.

Daarnaast gaat stichting orenda continue met een open houding het dialoog aan met verschillende (adviserende) instanties en organisaties ter ondersteuning ,advies en of de krachten te bundelen ten behoeve van de leefbaarheid in de wijk.

### Samenwerking

Stichting orenda is hard bezig een naam op te bouwen in Rotterdam -Zuid. Wij werken samen met basisscholen, wijknetbeheer van de gemeente, het sportbedrijf, bedrijven, winkels en met andere welzijnsorganisaties in de wijk.

### Stichting orenda in het nieuws

Stichting orenda was door Rotterdammers genomineerd voor het Rotterdamse kinderrechten award waar wij heel trots op zijn.

In het wijkblad Pendrecht Post staan wij op de voorpagina , terwijl wij “jong en oud” in de volkstuin bezig waren. De Rotterdamse televisie zender Open Rotterdam heeft een item aan onze activiteiten gewijd (interview op de site en op onze socials te zien).

Ook was Stichting orenda uitgenodigd aan tafel bij de burgemeester en de eurocommissaris om te vertellen over wat wij betekenen in de wijk.

**Kortom: Stichting orenda is hard op weg zichzelf op de kaart te zetten in Rotterdam-Zuid Charlois.**





## Financiën

Door Corona moesten we sommige activiteiten schrappen en hebben we meer ingezet op andere activiteiten. Door de enorme toeloop van jongeren moesten de activiteiten anders ingericht worden, om zoveel mogelijk jongeren blijvend te kunnen betrekken.

Stichting orenda werkt nog aan een structureel financieringsplan. Deze zal voor een deel uit bijdragen van o.a. personen en bedrijven (kunnen) bestaan. Daarnaast zal een deel van de financiering (blijven) komen van diverse fondsen en hopen wij op een samenwerking met de gemeente.

We hopen onze relatie met onze bestaande fondsen en sponsors te kunnen verstevigen, waarbij gezamenlijk wordt gewerkt aan structurele aanbidding van onze activiteiten.





## Resultaten en conclusies

De mooiste resultaten tot nu toe zijn:

- ☐ Dat er een behoorlijk aantal (100) jongeren aan het sporten zijn.
- ☐ Dat ouders zeer te spreken zijn over de veranderingen van hun kind door de begeleiding en stimulering tot bewegen.
- ☐ De trainers en vrijwilligers goede feedback krijgen en zelfs als er discipline bij komt kijken, bijv. een kind dat niet gewend is de eigen troep op te ruimen nu gevraagd wordt dit wel te doen en de volgende dag dit ineens ook uit zichzelf doet.
- ☐ Ouders geven aan dit niet voor elkaar te kunnen krijgen en blij zijn met deze aanpak.
- ☐ De jongeren erg uitkijken naar de volgende training en soms zelfs een dubbele training doen.
- ☐ Leraren die aangeven dat dit positief bijdraagt aan het gedrag van sommige kinderen.
- ☐ De leraren grappen wel eens over waar het feest is, als alle jongeren verzamelen is het namelijk een voller plein.
- ☐ De jongeren ontzettend trots zijn op dat zij zelfstandig iets kunnen doen in "hun" tuin.
- ☐ De ouderen elke week lachend hun "clubje" bezoeken en heel trots zijn op hun projecten, waarvan sommigen nog niet eerder iets gemaakt hadden.
- ☐ In de groepsapp blijven ze in gesprek over hun alledaagse leven, waardoor dit ook een middel is gebleken om niet "alleen" te zijn, ook voor en na de "club" gaat het verder op de socials.

