

# Verslag Den Haag 2023



ENERGIE IN DE WIJK

— Daar krijg jij energie van —

# Inleiding

## Missie

Onze trainingen zijn persoonlijk, praktijkgericht en ontwikkeld vanuit de ambitie om deelnemers zichzelf écht te laten leren kennen zodat ze in het leven bewust(er) en duurzamere keuzes kunnen maken die echt bij hen passen.

Wij luisteren, reflecteren, maken bewust en leren handelen. Tijdens onze trainingen werken we aan het vergroten van het zelfbewustzijn en zelfvertrouwen. Met als missie mensen in hun kracht te zetten zodat ze de regie pakken over hun eigen leven.

**Vergroot de kans op financiële vrijheid én activeer de beste versie van jezelf!**

## Impact

En dat zorgt ervoor dat ze beter hun weg weten in de samenleving, initiatief nemen in hun buurt, de toegang weten tot specifieke ondersteunende 'loketten' en hulp durven te vragen bij onder meer energiebesparing en klimaatbewust handelen.

Zo maken we de impact van het programma zo groot mogelijk.

Het kunnen voeren van de eigen regie over je leven stelt mensen beter in staat om met tegenslagen om te gaan, het vermindert stress en bevordert welbevinden.



## Doel

Het uitgangspunt van onze training is gebaseerd op de overtuiging dat je omstandigheden niet kunt controleren, maar je wel altijd een keuze kan maken in hoe je wilt reageren.

Het doel van onze trainingen is dan ook om de deelnemers bewust te maken van hun gedrag in situaties en ze op hun gedrag te leren reflecteren.

Vanuit dit uitgangspunt leiden wij ze naar duurzame financiële & sociale redzaamheid.

***"Het is in een groep maar toch persoonlijk"***

## Groepsverband

De trainingen worden altijd in groepsverband gegeven. Een van de belangrijkste voordelen van groepsgewijs werken is het samenbrengen van mensen die kampen met gelijkaardige uitdagingen. Hierdoor ontstaat er een sfeer van wederzijdse erkenning en begrip.

Andere belangrijke voordelen die groepsgewijs werken o.a. met zich meebrengen zijn:

- opheffen van een taboe
- gevoel van veiligheid en geborgenheid
- ontstaan van wij-gevoel



## Financieel Fit aan de slag met je Talent!

De training **Financieel Fit aan de slag met je Talent** is een combinatie van onderwijs in financiën, empowerment en Life coaching. De combinatie van deze elementen maakt onze training uniek, onderscheidend en aanvullend op het aanbod in de wijken.

Het zorgt ervoor dat de deelnemers bewust worden van hun gedrag en hierdoor intrinsiek gemotiveerd raken/worden om veranderingen door te voeren.

De training wordt zowel op locatie als online aangeboden.

### Financieel Fit Taalhuis

De workshops zijn interactief. Het lesmateriaal is praktisch van aard, visueel van opzet en gemaakt in toegankelijk en begrijpelijk Nederlands.

**Vergroot de kans op financiële vrijheid én activeer de beste versie van jezelf!**

De training **Financieel Fit aan de slag met je Talent** bestaat uit twee blokken:

### Financieel Fit

Tijdens het 1e blok Financieel Fit maken we de doelgroep bewust van hun gedrag ten aanzien van financiën en van benodigde gedragsverandering hierin. Ook krijgen ze administratieve inzichten en vaardigheden.

### Aan de slag met je Talent

In dit tweede blok helpen we de doelgroep ontdekken wie ze zijn, waar ze voor staan in het leven én wat ze kunnen en graag willen. Dit met als doel hun sociale redzaamheid te vergroten.

### ENERGIE BESPAREN

<b>1. Wat is energie?</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Hoge energieprijzen, waarom?</li><li>- Waar heb je energie voor nodig?</li><li>- Energie besparen = geld besparen!</li><li>- Bespaarspel</li></ul> 	<b>2. Van gas naar inductie</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Hoe werk inductie?</li><li>- Voordelen van inductie</li><li>- Nadelen van inductie</li></ul> 	<b>3. Informatie &amp; hulp</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Energiecoach</li><li>- Wat doet een energiecoach</li><li>- Energiecoach worden?</li></ul> 
--	--	---

## Energie in de wijk

Tijdens de training **Energie in de wijk** leren de deelnemers waar ze grip op hebben, invloed op kunnen uitoefenen en keuzes in kunnen maken in de huidige situatie van de stijgende/ hoge energiekosten.

Ze krijgen inzicht in hun gedrag ten aanzien van energie en hoe deze aangepast kan worden om beter grip op de kosten te krijgen. Een heel belangrijk aspect zeker met het oog op het hedendaags energiearmoede problematiek.

Hiernaast vraagt ook de energietransitie om begrip en gedragsverandering van de mensen. Hoe kun je minder en schonere energie gebruiken.

Met handvatten, tips en tools gaan we tijdens deze training hiermee aan de slag.

**"Ik heb veel inspiratie ontvangen door de trainers"**

### Financieel Fit

<b>Inkomsten &amp; Uitgaven</b> <b>1. Het kasboek</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Wat zijn inkomsten?</li><li>- Wat zijn uitgaven?</li><li>- Wat is een kasboek?</li><li>- Kasboek bijhouden</li></ul> 	<b>Inkomsten &amp; Uitgaven</b> <b>2. Een begroting</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Wat is een begroting?</li><li>- Wat is het nut van een begroting?</li><li>- Hoe maak je een begroting?</li></ul> 	<b>Inkomsten &amp; Uitgaven</b> <b>3. Toeslagen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Wat is een toeslag?</li><li>- Welke toeslagen zijn er?</li><li>- Wat je moet weten over toeslagen</li><li>- Helpdesk Geldzaken</li></ul> 
---	---	---

### Energie Ontbijt/High Tea/Diner

Een laagdrempelige en interactieve activiteit om de wijkbewoners te betrekken en te ondersteunen met de energietransitie.

- Energietransitie. Waarom?
- Wat kunnen we zelf doen?  
Aanreiken van praktische, nuttige en direct uitvoerbare tips om zuinig en leefbaar met energie om te gaan.
- Kennismaken met de energiecoach

### Energie in de wijk Taalhuis

De workshops zijn interactief. Het lesmateriaal is praktisch van aard, visueel van opzet en gemaakt in toegankelijk en begrijpelijk Nederlands.



# Overzicht

WIJK	LOCATIE
Mariahoeve	VDZ



Moerwijk	Moerwijk Coöperatie
----------	---------------------



Moerwijk	Bij Betje
----------	-----------



## AANTAL DEELNEMERS

In 2023 hebben we **162 gezinnen** uit Moerwijk, Spoorwijk, de Schilderswijk en Mariahoeve bereikt met onze programma's Financieel Fit aan de slag met je Talent! en "Energie in de wijk".

Het programma is tot stand gekomen in samenwerking met onze wijkpartners.

Met een waardering op basis van de enquête: **9**  
Een resultaat waar we trots op zijn!

Training	Aantal deelnemers
Financieel Fit aan de slag met je Talent	62
Energie in de wijk	29
Energie in de wijk Taalhuis	31
Energie Diner/High Tea	40

### Samen met:

- Lichtpuntjes van Mariahoeve
- Moerwijk Coöperatie
- Buurthuis De Mussen
- VrouwenBuurtLab Laak
- VDZ Taalhuis
- Buurthuis Bij Betje
- Duurzaam Den Haag
- Helpdesk Geldzaken

WIJK	LOCATIE
Spoorwijk	VrouwenBuurtLab



Mariahoeve	Lichtpuntjes
------------	--------------



Schilderswijk	De Mussen
---------------	-----------





# Resultaten

## WERKZAME ELEMENTEN:

Kennis, empowerment en Life coaching

De combinatie van deze elementen maakt onze training uniek, onderscheidend en aanvullend op het aanbod in de wijken. Het zorgt ervoor dat de deelnemers bewust worden van hun gedrag en hierdoor intrinsiek gemotiveerd raken/worden om veranderingen door te voeren.

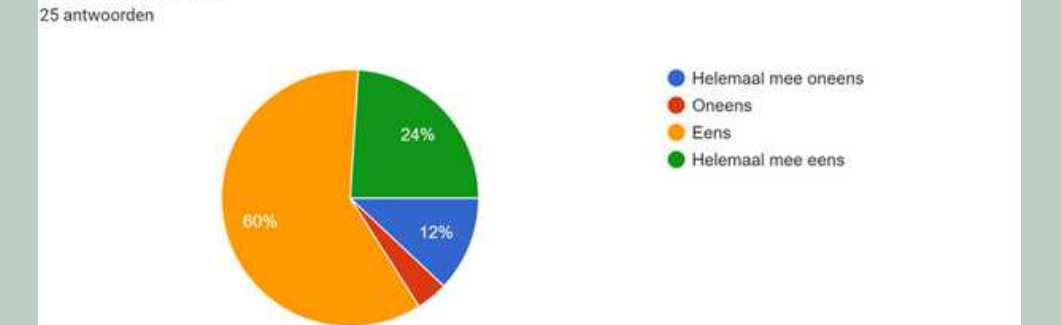
Om het effect van de werkzame elementen van de training te meten is in samenwerking met Avance, het proces van de training vastgelegd in een **Verandertheorie**.

Vanuit deze theorie is een meetplan opgesteld om de werkzame elementen van de trainingen inzichtelijk te krijgen en te meten. Op basis hiervan zijn de enquête en het diepte-interview opgesteld waarvan hier de belangrijkste resultaten worden gedeeld.

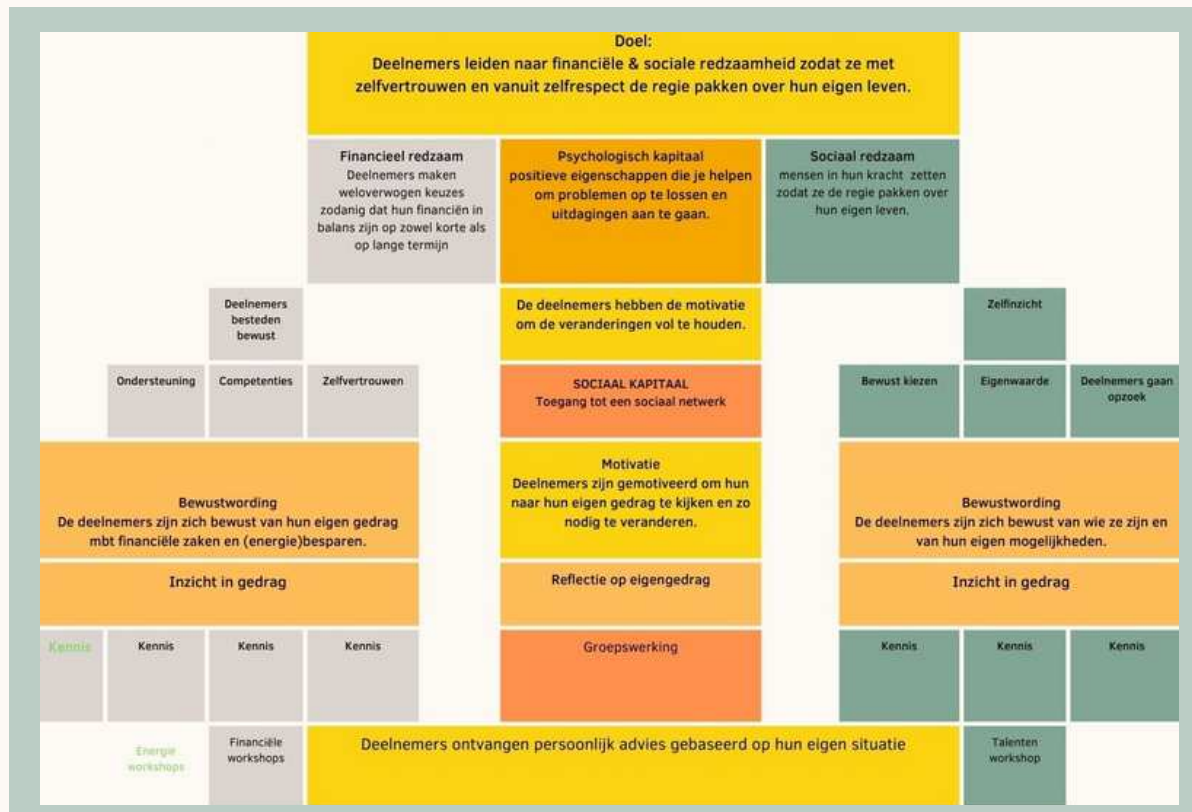
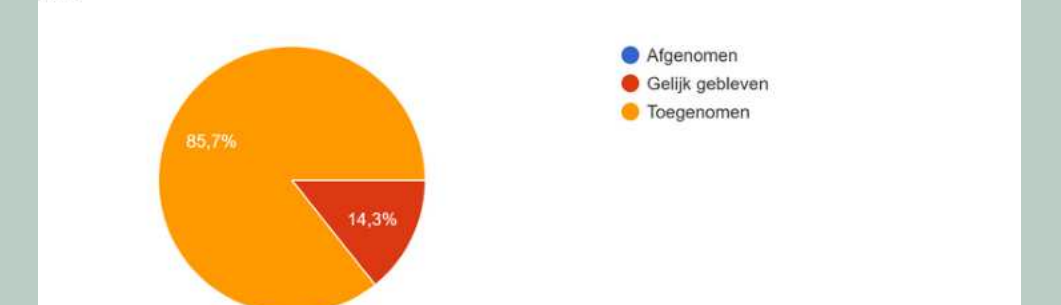
## Belangrijkste resultaten enquête

- 80% van de deelnemers heeft overzicht en inzicht in hun inkomsten en uitgaven.
- De deelnemers hebben de kracht en durf om andere, betere en gemotiveerde keuzes te maken.
- Doordat de deelnemers weten welke mogelijkheden er zijn tot (financiële) ondersteuning ervaren ze meer rust in hun leven.

13. Ben je door deelname aan Financieel Fit aan de slag met je Talent gemotiveerder om andere keuzes te maken?  
25 antwoorden

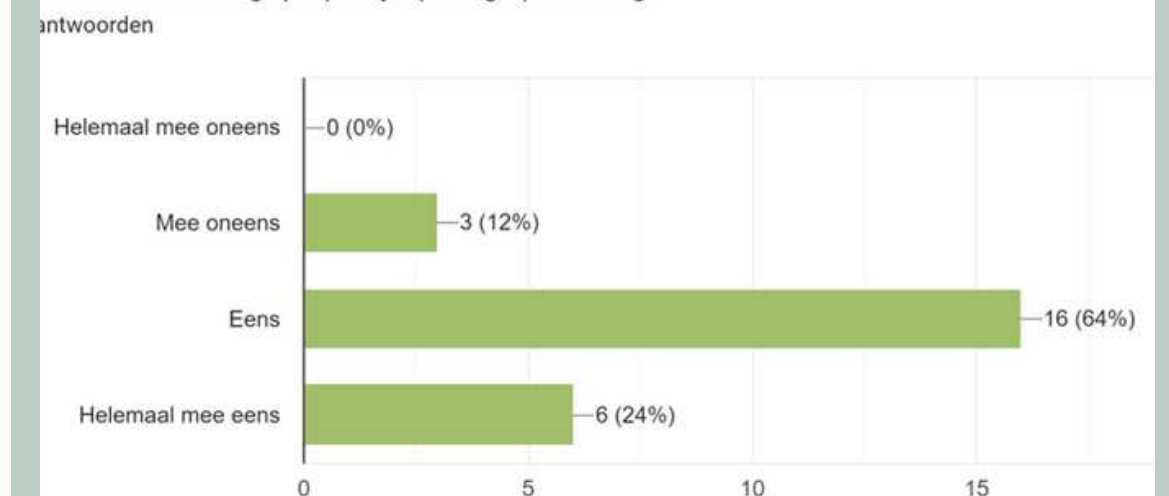


Mijn zelfvertrouwen is na het volgen van de training:  
orden



- 75% van de deelnemers weet nu hulp te vragen bij o.a. de gemeente, woningcorporatie en de energiebank.
- Vrijwilligers van de Buurhuizen kunnen met de tijdens de training opgedane kennis de wijkbewoners nog beter helpen met vragen over energie(besparing)
- Deelnemers hebben nav de demonstratie "Koken op inductie" zelf kookplaten aangeschaft.

Ik heb nu meer grip op mijn (energie)rekening



# Reacties

## DEELNEMERS

*"Ik weet welke acties ik kan ondernemen om uit de schulden te blijven en ik heb meer vertrouwen te hebben in mijn kwaliteiten"*

*"Doordat je je talenten leert kennen, kun je ook je eigen financiën in orde en onder controle krijgen."*

*"Ik weet nu hoe ik het sollicitatiegesprek beter kan voeren want ik ken mijn waarden en mijn talenten."*

*"Ik ga andere mensen in de wijk vertellen wat zij kunnen doen om de energieverbruik te verminderen."*

*"Ik heb geleerd dat at je met kleine aanpassingen in huis energie en dus geld kunt besparen".*

***"Oprechte interesse in mij als persoon!"***

### Hogeschool van Amsterdam

De training past zich goed aan aan de deelnemers (responsiviteitsprincipe).

Doordat de deelnemers hun eigen doel kiezen, is de training erg op maat en flexibel.

Daarnaast richt de training zich op een vrij homogene doelgroep. Uit onderzoek weten we dat dit vaak beter werkt dan een meer heterogene groep. Dat is een sterk punt



## SAMENWERKINGSPARTNERS

### VrouwenBuurtLab Laak

Afgelopen donderdag hebben de dames uit Laak de workshop Financieel Fit aan de slag met je Talent afgerond. Zij hebben een certificaat ontvangen omdat ze een stapje dichterbij financiële onafhankelijkheid zijn.

Zij hebben inzicht gekregen in waar het geld aan uitgeven wordt. Hoe je kunt controleren of je recht hebt op toeslagen en tegemoetkomingen. Het leren omgaan met aanbiedingen en niet onnodig geld uit te geven.

Verder zijn de dames ook aan de slag gegaan met hun talenten. Wat zijn je belangrijkste waarden, waar ben je goed in en wat vind je leuk. En als laatst zijn ze gaan ontdekken aan welke voorwaardes de omgeving of werk moeten voldoen om je te blijven motiveren en talenten tot bloei te laten komen.

***"Door de trainingen ben ik gemotiveerd om een opleiding te gaan volgen die bij me past."***

### Buurthuis De Mussen

Een nuttige cursus. Niet allen de financiële zelfredzaamheid wordt gestimuleerd maar ook leren de deelnemers tools en tips om hun talenten te ontdekken en daar iets mee doen.

De training is een mooi aanvulling op het bestaand aanbod van De Mussen als het gaat om stimuleren van de wijkbewoners naar zelfstandigheid en naar een betere toekomst.

### SKIN

"Houd het enthousiasme en de betrokkenheid vast. De interactie is een grote meerwaarde voor de training."



# Partners

De trainingen werden in het jaar 2023 mede mogelijk gemaakt door de volgende samenwerkingspartners:

<b>Den Haag breed</b>
Helpdesk Geldzaken
Energiebank
Duurzaam Den Haag
MIM (Moeders informeren Moeders)
Talent Coach
<b>Schilderswijk</b>
Buurthuis De Mussen
Stagehuis Schilderswijk
Haag Wonen
Stadstuin De Oase
Schilderswijk Moeders
Jacobahof

<b>Moerwijk</b>
WijkZ
Wijkcentrum Moerwijk
Moerwijk Coöperatie
Bij Betje
Mamma Cafe
OBS Grote Beer

<b>Mariahoeve</b>
Wijk Z
Lichtpuntjes van Mariahoeve
De Tuinen van Mariahoeve
Oppimp Atelier
CJG
VDZ
De Groene Smaragd
Kunstpost

<b>Spoorwijk</b>
WijkZ
VrouwenBuurtLab
Energierijk Molenwijk
Poolse opbouwwerk
Vadercentrum

De trainingen werden in het jaar 2023 mede mogelijk gemaakt door de volgende financiële partners:





# colours of **impact**

De stichting is er voor mensen in een kwetsbare positie. Zij staan centraal!  
We bieden hen een palet aan mogelijkheden om ze op zowel financieel als sociaal vlak te begeleiden naar zelfredzaamheid en hiermee vanuit hun eigen kracht en passie de regie over hun leven te pakken.  
We verleggen de focus bij de mensen op kansen en mogelijkheden in plaats van op belemmeringen!

[www.coloursofimpact.nl](http://www.coloursofimpact.nl) | - [www.facebook.com/coloursofimpact](https://www.facebook.com/coloursofimpact)

## **Talent- & waarden gedreven**

Alles zit in de mens en komt met een beetje warmte en aandacht tot bloei.

## **Versterken van het sociaal netwerk**

## **Groepsdynamica**

De groep is een versterker van de oplossing. Hierdoor ga je de schaamte voorbij

## **Duurzaam uit de armoede**

Financieel Fit

## **Mensgericht, groei & eigenwaarde**

Geloven in jezelf  
Eigen kracht centraal

## **Maatwerk**

Elke groep vraagt om een andere invulling van het programma

## **Wijkgericht**

## **Professionele trainers en coaches**

## **Inclusief en diversiteit**