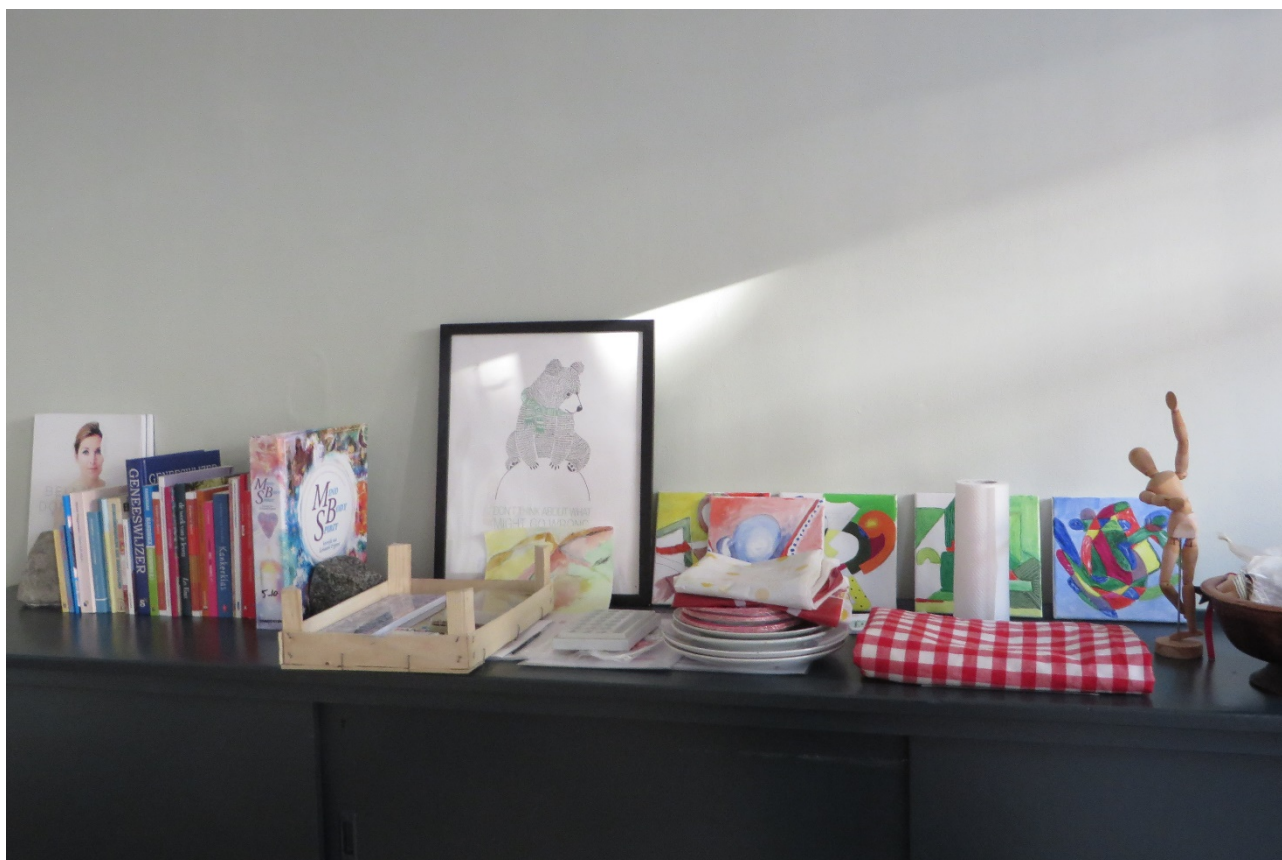




INLOOPHUIS DE KRAANVOGEL

---

# Jaarplan 2020



De Kraanvogel

# Inloophuis Amsterdam-Oost

Januari 2020



## INLOOPHUIS DE KRAANVOGEL

---

Stade de Colombes 64  
1098 VV Amsterdam  
KvK: 60813520  
www.dekraanvogel.org  
NL57TRIO0197910149

---

## ALGEMEEN

### Missie van Stichting De Kraanvogel

- Het bieden van energierijke plekken in Amsterdam en omgeving, voor mensen met kanker en hun naasten
- Het organiseren van verschillende activiteiten voor mensen met kanker en hun naasten
- Het actief samenwerken met andere organisaties die dezelfde doelstellingen nastreven
- Het uitdragen van de landelijke doelstellingen van het IPSO

Wij onderschrijven de uitkomsten van het effectonderzoek uit 2018 van IPSO dat inloophuizen een significante bijdrage leveren aan het herstel bij kanker. Op een aantal kernelementen van welzijn, zoals zingeving, mentaal welbevinden, kwaliteit van leven en sociaal maatschappelijk participeren zien gasten van inloophuizen verbetering na het deelnemen aan activiteiten bij inloophuizen. Dat is de reden waarom wij dit werk doen.

### Visie

De Kraanvogel levert een bijdrage aan fysieke en mentale ondersteuning van mensen die leven met kanker. De Kraanvogel biedt locaties aan waar onze gasten zich thuis kunnen voelen en energie kunnen opdoen, waar het licht en warm is, waar gelachen en gehuild wordt en waar men zich kan ontspannen als ze midden in de storm staan. Wij organiseren daarvoor op onze locaties activiteiten die onze gasten fysiek en mentaal ondersteunen. Daarnaast faciliteren wij actief kennisuitwisseling over begeleiding bij kanker en verwijzen wij door naar andere professionals.



## INLOOPHUIS DE KRAANVOGEL

---

### Strategie

De strategie van de stichting is het aanbieden van verschillende plekken in en rond Amsterdam, waar activiteiten en inloopmogelijkheden geboden worden voor onze gasten. De stichting werft, selecteert en laat vrijwilligers trainen door professionals, zodat zij in staat zijn onze gasten goed te begeleiden tijdens de verschillende activiteiten. Om onze diensten aan te kunnen bieden werven wij gelden bij derden. De stichting vraagt subsidies aan, benadert fondsen, organiseert sponsoractiviteiten, legt contacten met serviceclubs en particulieren om de dekking van de activiteiten te financieren. Wij werken actief samen met professionals, zoals creatieve, psycho- en fysiotherapeuten, artsen en diëtisten.

### Organisatie

De Kraanvogel is een stichting met een ANBI status. Wij hebben een onbezoldigd bestuur. Dit bestuur wordt dit jaar versterkt met drie nieuwe mensen. Er is een directeur die dagelijks leiding geeft aan de organisatie. Daarnaast zijn er externe begeleiders die de activiteiten verzorgen en hebben we gastvrouwen- en heren die onze gasten ontvangen. Ook werken we samen met de Hoge School van Amsterdam (HvA) door stageplekken aan te bieden aan studenten van verschillende studierichtingen.

De Kraanvogel heeft een aantal ambassadeurs. Dit was onder andere Eberhard van der Laan, de oud-burgemeester van Amsterdam. In 2018 is een Raad van Advies gestart met, op dit moment vier leden die zowel uit de gezondheidszorg als uit andere sectoren komen. Om ons heen is een cirkel van Vrienden van De Kraanvogel die ons werk financieel ondersteunen. Allen dragen zij het gedachtengoed van De Kraanvogel uit.



## INLOOPHUIS DE KRAANVOGEL

---

# JAARPLAN 2020

### Activiteiten

In Amsterdam en in Amstelveen biedt De Kraanvogel activiteiten aan.

#### *Amsterdam*

In ons inloophuis aan het Robert Kochplantsoen 19 te Amsterdam bieden we wekelijks inloopdagen aan waar we onze gasten ontvangen en een luisterend oor bieden. Daarnaast organiseren wij met regelmaat (wekelijks/twee wekelijks en maandelijks) activiteiten voor onze gasten. Momenteel bestaan deze uit:

- Qigong
- Creatief atelier
- Schrijven
- Dialoog cirkel
- Handbreien
- Manicure, hand- en voetmassages.



De activiteiten wisselen regelmatig.

Om een zo breed mogelijke groep te bereiken kijken we naar diversiteit aan activiteiten. Op het moment bieden we voornamelijk activiteiten aan rondom het thema creativiteit en ontspanning. Naast uitbreiden van deze activiteiten willen we in ons aanbod verruimen met meer workshops en kennisavonden over kanker en geld/werk/hypotheek, vragen rondom kinderen, voeding en andere praktische zaken. We weten uit ervaring dat dit onderwerpen zijn waar onze gasten tegen aanlopen en over geïnformeerd willen worden. Zo starten wij in 2020 met avondbijeenkomsten voor mensen met prostaatcancer. We werken bij deze nieuwe activiteiten samen met verschillende partijen, waaronder het Fonds tegen Kanker.

#### *Amstelveen*

In 2017 zijn wij intensiever gaan samenwerken met het al langer bestaande en zeer succesvolle Inloopatelier Amstelveen. Samen hebben een succesvolle start gemaakt met de workshopserie Mindful-Art die op de locaties in Amsterdam en Amstelveen wordt aangeboden. Daarnaast is er de



## INLOOPHUIS DE KRAANVOGEL

---

samenwerking met het inloophuis Amstelveen. Zij organiseren twee-wekelijks op zondag inloopgelegenheid voor mensen met kanker.

Het komend jaar organiseren we voor onze gezamenlijke gasten de een aantal nieuwe activiteiten:

- Yogaweekend - onder leiding van William Yang, oprichter van het eerste Inloophuis Nijmegen,
- Workshop Mindful-Art - spelend schilderen met ecoline,
- Info-serie - sprekers: o.a. Annemarie Beintema (Cancer Care Center), Marcia de Groot (Adamas-Inloophuis Nw Vennep), Annet Lips (Pluk de dag), Laura van den Berg (Kanker in Beeld), Eline Aukema (Ingenborg Douwes Centrum). Bundeling PR - Info wijkkrant, website Villa Randwijck, Videowall gemeentehuis Amstelveen, Amstelland Ziekenhuis etc.

### Vrijwilligers

Vrijwilligers zijn de motor achter De Kraanvogel. Zonder hun toewijding kunnen we niet bestaan. Wij vinden het dan ook belangrijk dat onze vrijwilligers goed zijn uitgerust om hun taken uit te kunnen voeren. Alle vrijwilligers van de diverse locaties worden getraind begeleid via intervisie.

#### *Werven*

Onze doelstellingen om het aanbod uit te breiden en meer mensen te bereiken maakt dat we ook in 2020 nieuwe vrijwilligers zullen werven. Dit zijn gastvrouwen en -heren en activiteitenbegeleiders. Het werven doen we via de Vrijwilligers Centrale Amsterdam (VCA), VIIA, Voor Elkaar Amstelveen en door mensen te vragen.

### Promotie

Met de locaties in Amsterdam en in Amstelveen wil De Kraanvogel meer mensen bereiken die te maken hebben met kanker. Zowel voor onze gasten als voor doorverwijzers (huisartsen, Therapeuten, ziekenhuizen etc.) hebben we promotiemateriaal (flyers, brochures, sleutelhangers, pennen etc.). In 2020 willen wij dit aanbod uitbreiden.

Het bereiken van de doelgroep doen we op verschillende manieren. Zo zetten wij graag studenten in door hen stageplekken aan te bieden. Hun uitkomsten nemen we mee in onze promotieactiviteiten.



## INLOOPHUIS DE KRAANVOGEL

---

### *Promotie doorverwijzers*

We blijven actief in het bekend maken van De Kraanvogel bij de verwijzers. Huisartsen, ziekenhuizen, therapeuten en andere zorgverleners die met kankerpatienten werken worden door ons persoonlijk benaderd om ons aanbod blijvend onder de aandacht te brengen bij de doelgroep. Dit vraagt om bezoeken aan deze zorgverleners en mogelijk andere doorverwijzers. We investeren in een goede relatie met hen en houden regelmatig contact. Een mooi voorbeeld zijn de workshops 'De Borst' uit 2018. Deze zijn door De Kraanvogel begeleid. In samenwerking met het OLVG resulteerde dit in een mooie tentoonstelling in het OLVG.

### *Media*

Om onze doelgroepen in de buurten te bereiken zorgen we voor aandacht in de media. Vanuit ons promotie budget zetten we advertenties in lokale bladen en streven we ernaar ook dit jaar weer in grotere lokale kranten een artikel te publiceren. Ook hebben we de afgelopen jaren al twee keer een eigen promotiekrant uitgebracht met verhalen over de activiteiten, de begeleiders en onze gasten.

### *Online*

Vanuit onze website [www.dekraanvogel.org](http://www.dekraanvogel.org) en onze Facebookpagina maken we ons aanbod kenbaar. Dit doen we door regelmatig berichten en advertenties te plaatsen. Verder publiceren wij een aantal maal per jaar een digitale nieuwsbrief.

### *De buurt in*

Om mensen direct te bereiken en om vrijwilligers te werven zijn we aanwezig op buurtmarkten en bezoeken we plekken waar we onze doelgroep kunnen aantreffen zoals (denk bijv aan de middenstand). We willen hiervoor getrainde vrijwilligers inzetten die het gesprek aan kunnen gaan op deze plekken.

## Huur locaties

Wij hebben op dit moment een huurcontract met Villex, de beheerder van het pand aan het Robert Koch- plantsoen 19 in Amsterdam. Zij beheren dit namens het stadsdeel Amsterdam Oost. Vooralsnog blijven wij dit (anti-kraak) pand huren met als functie Inloophuis en plek in Amsterdam om onze activiteiten aan te bieden aan onze gasten. Om onze continuïteit te kunnen waarborgen zijn wij



## INLOOPHUIS DE KRAANVOGEL

doorgaand op zoek naar een nieuwe locatie in Amsterdam-Oost waar wij onze activiteiten kunnen blijven verrichten.

### Financiën

De Kraanvogel kent verschillende financieringsbronnen. Zo hebben we particuliere donateurs, incidentele subsidies en donaties en inkomsten via fondsen. De afgelopen periode zijn we het KWF, Oranjefonds, Menzifonds, Roparun, Theo Janssen Fonds, RCOAK, de Fundatie, het Oranjefonds en vele kleine ondernemingen in Watergraafsmeer zeer erkentelijk voor hun steun. Evenals de gemeente Amstelveen.

In 2020 bouwen we verder op onze bestaande particuliere en institutionele steunpilaren en boren we ook nieuwe bronnen aan om ervoor te zorgen dat we als organisatie trouw kunnen blijven aan onze missie: er zijn voor mensen met kanker en hun naasten in Amsterdam en Amstelveen.

**De Kraanvogel**  
Inloophuis in Amsterdam voor mensen met kanker en hun naasten

KOM EENS LANGS JE BENT WELKOM

### De Kraanvogel

Inloophuis in Amsterdam voor mensen met kanker en hun naasten.

Wanneer je met kanker geconfronteerd wordt of iemand in je nabije omgeving kanker heeft, krijg je te maken met veel onzekerheden, verdriet en vragen.

De Kraanvogel is een plek waar je lotgenoten kunt ontmoeten, en waar je kunt ontspannen, delen en je thuis voelen. Je kunt er terecht als je zelf ziek bent (geweest), als iemand in je omgeving kanker heeft of daaraan is overleden.

We bieden je een luisterend oor: de koffie staat klaar en we luisteren graag naar je verhaal, als je dat wilt vertellen. We organiseren veel activiteiten. Als je zin hebt, doe je mee!

Meer weten?

Op onze website [www.dekraanvogel.org](http://www.dekraanvogel.org) vind je meer informatie over waar we zitten en onze bereikbaarheid, onze openingstijden en activiteiten.

Je kunt ons ook volgen op Facebook:  
[www.facebook.com/dekraanvogel.org](https://www.facebook.com/dekraanvogel.org)

Of stuur een mailtje naar: [info@dekraanvogel.org](mailto:info@dekraanvogel.org)