



DOOR EN VOOR BEWONERS VAN HELMOND, SINDS 2017

Het doeboek

Samen maken we de wijk. Stap
voor stap naar Kansrijk in
jouw buurt.

Doe je mee?

Een kop koffie, een praatje, een bekend
gezicht in de buurt. Het begint met één keer
langskomen.

Wat staat erin?

Wat Kansrijk is

Wat er al is in de wijken

Een eerste bijeenkomst organiseren

Hoe het begon

Hoe wij denken en werken

Zelf beginnen in jouw wijk

Tips om het vol te houden

Laten zien wat je doet



Wat vind je waar?

• Wat is Kansrijk?

Iedereen is welkom	2
Een beweging van bewoners	3
Wat bedoelen we met verbinden?	4
Onze vier waarden	5 – 6
Sinds 2017	7
Van proberen kun je leren	8
Waar we op letten	9

• Zelf beginnen in jouw wijk

De wijk leren kennen	10 – 12
Bijeenkomsten organiseren	13 – 15
Zo houd je de moed erin	16
Twee kaartensets voor een goed gesprek	17

• Hoe het begon

Het verhaal	18
Dit is er al	19

• Laten zien wat je doet

Tips voor in de wijk en online	20 – 21
Posters, flyers en logo's	22

• Contact

Achterkant van het boekje	23
---------------------------	----

WELKOM

Iedereen is welkom

Fijn dat je dit leest.

Dit boekje laat zien wat Kansrijk is en hoe wij werken. Je kunt het op veel manieren gebruiken. Bijvoorbeeld als:

- ☐ je wilt meedoen als vrijwilliger
- ☐ je gewoon nieuwsgierig bent
- ☐ je wilt weten hoe Kansrijk werkt
- ☐ je zelf Kansrijk wilt starten in jouw wijk
- ☐ je iets anders zoekt dat hier niet bij staat

Voor al deze dingen kun je bij ons terecht.

Je hoeft geen lid te worden en het kost niets. Je komt, je kijkt en je doet mee zoveel als jij wilt.



Een beweging van bewoners

“Wij stoppen geen behoeften in structuren, maar bouwen structuren om behoeften heen.”

Jan Drouen, die Kansrijk begon

Kansrijk is geen vereniging en geen stichting. Het is een beweging. Dat betekent: we kijken eerst wat mensen in de wijk nodig hebben. Daarna kijken we wat daarbij past. Zo ontstaan activiteiten die echt bij de wijk horen.

Meestal gaat het andersom. Er is een organisatie, en mensen moeten daarin passen. Bij Kansrijk niet. Wij bouwen om de vraag van bewoners heen. Daarom werkt het.

Iedereen heeft iets te bieden: kennis, tijd, talent of een luisterend oor. Kansrijk brengt dat bij elkaar.



Wat bedoelen we met verbinden?

Dit doen we in de wijk:

- ☐ Drempels weghalen, aan beide kanten.
- ☐ Wat er al is in de wijk sterker maken en met elkaar verbinden.
- ☐ Uitgaan van vertrouwen. Kijken naar wat wél kan.
- ☐ Zorgen dat mensen in de buurt elkaar kennen.
- ☐ Iemand persoonlijk overdragen als een ander verder helpt. Met aandacht.
- ☐ Straten en buurten hechter maken.
- ☐ Nieuwe bewoners welkom heten.
- ☐ Vrijwilligers en professionals samen laten werken.
- ☐ Samen optrekken met mensen die bij bewoners thuis komen.

Wat spreekt jou het meest aan? Waar zou jij het liefst bij helpen? Kruis het aan.

Kies wat je het belangrijkste vindt. Hoe zou jij dat doen? Op een manier die jou ook energie geeft. Schrijf het op.

Wil je ermee aan de slag? Wie kan je helpen? Wat kun je zelf al doen?

Onze vier waarden

1. Sociaal

We doen het samen, met aandacht voor elkaar.

2. Proactief

We praten niet alleen. We doen het ook.

3. Eigen

Je doet het op jouw manier.

4. Objectief

We kijken rustig en zonder oordeel naar wat er gebeurt.

Deze vier waarden horen bij alles wat we doen. Sociaal staat voorop. Proactief komt direct daarna: we willen mensen bij elkaar brengen en dan echt iets doen. In actie komen is voor ons belangrijk.

We werken het liefst samen met mensen die sociaal zijn en graag iets doen. Krijg jij daar energie van? Doe mee. Of start Kansrijk in jouw eigen wijk.

Er is altijd ruimte om het op je eigen manier te doen. En om rustig te kijken: wat gebeurt er eigenlijk? Zonder oordeel. Wij willen vooral leren.

Sociaal en proactief

Word jij daar blij van?

Mooi. Dan kunnen we samen iets goeds doen. Groot of klein, dat maakt niet uit.

Wie ken je die ook zo is?

Dat kunnen mensen zijn, maar ook organisaties. Schrijf ze op. Neem contact met ze op en vertel over Kansrijk. Kijk wat er gebeurt.

Aan welke mensen denk je?

Aan welke organisaties denk je?

Zet het in je agenda. Deel dit boekje met anderen. Kansrijk is er voor iedereen.

Samen kom je verder. En elkaar leren kennen is op zich al winst.

WAT IS KANSRIJK?

Klein begonnen, samen groot geworden

Sinds 2017

Het begon in Mierlo-Hout, een wijk in Helmond. Met een ontbijt op maandagochtend, een team voor kleine klusjes en een wensbox in het wijkhuis. Al snel kwamen daar elke maand meer dan 265 buurtbewoners op af.

Nu is Kansrijk in zes wijken van Helmond. Met meer dan 200 vrijwilligers en meer dan 60 organisaties die meedoen. Lees het hele verhaal op pagina 18.



Van proberen kun je leren

"Doe niet DAN, wat NU kan."

Nieuwe dingen ontstaan door ze gewoon te proberen. Soms lukt het niet. Dan leer je hoe het wél kan. Er is altijd een mogelijkheid.

We maken vooraf geen grote plannen. We kijken rond, praten met mensen en zien wat er nodig is. Daar beginnen we, klein. Zonder oordeel en zonder druk. Elke stap is waardevol, ook als het niet lukt. Want als je het niet probeert, lukt het zeker niet. En als je het wel probeert, leer je altijd iets.

Hoe kijk jij hiernaar? Wat zou het voor jou betekenen als je vaker gewoon begint? Schrijf het op.

Wie ken je die hier goed in is? Praat met diegene. Vraag om raad als je vastloopt.

Onthoud: proberen is nooit mislukken.

Drie dingen die altijd meetellen

- Mensen en organisaties met elkaar verbinden
- Gezond zijn, in je hoofd en in je lijf
- Iets betekenen voor jezelf en voor een ander

Deze drie zitten in alles wat we doen. Welke raakt jou het meest? Waarom?
Schrijf het hieronder op.

Op dit moment werken we vooral aan:

- | | |
|--|---|
| ☐ Minder eenzaamheid bij ouderen en jongeren. | ☐ Zin in het leven. |
| ☐ Hulp voor mantelzorgers. | ☐ Organisaties en initiatieven met elkaar verbinden. |
| ☐ Gezondheid, in hoofd en lijf. | ☐ Goede burens zijn. |
| ☐ Bewegen en gezond eten. | ☐ Activiteiten en hulp bij geldzaken. |

Wat spreekt je aan? Wat zou jij hierin willen doen? Schrijf het op als je al een idee hebt.

Het gaat altijd om de bewoner zelf.

De wijk Leren kennen

Waar begin je? Met een eerste kleine stap. Kijk bijvoorbeeld eerst eens online rond. Op allecijfers.nl zoek je jouw wijk op. Je ziet dan hoeveel mensen er wonen, hoe oud ze zijn, of ze huren of kopen en waar ze vandaan komen. Op ggdmonitor.nl staan cijfers over gezondheid. Zo krijg je een eerste beeld.

Wat valt je op?

Wat wist je nog niet?

Wat kun je hiermee?

"Het maakt niet uit hoe groot je stappen zijn. Dat je stappen zet, dat telt. Zo kom je altijd vooruit."

Jan Drouen

Maak je eerste stap zo klein dat hij bijna niet kan mislukken.

Wie doet wat, en wanneer? Schrijf het hieronder op. Kijk je liever gewoon in de wijk rond, niet online? Sla dan om.

Zoek mensen die meedoen

Breng de wijk in kaart. Dat doe je zo:

De wijk

Cijfers zijn handig. Maar wat zie jij zelf? Wat valt jou op, en wat valt anderen op? Schrijf het op.

De bewoners

Praat met bewoners die al actief zijn of iets willen doen. Zij zijn de kern van Kansrijk. Wat hoor je? Wat is het meest nodig?

Wie zie je niet?

Elke wijk heeft mensen die overal bij zijn, en mensen die nergens bij zijn. Ga eens een uur naar een plek waar niets georganiseerd is: de bushalte, het schoolplein om kwart over acht, de supermarkt. Wie zie je daar? Schrijf op wat je opviel.

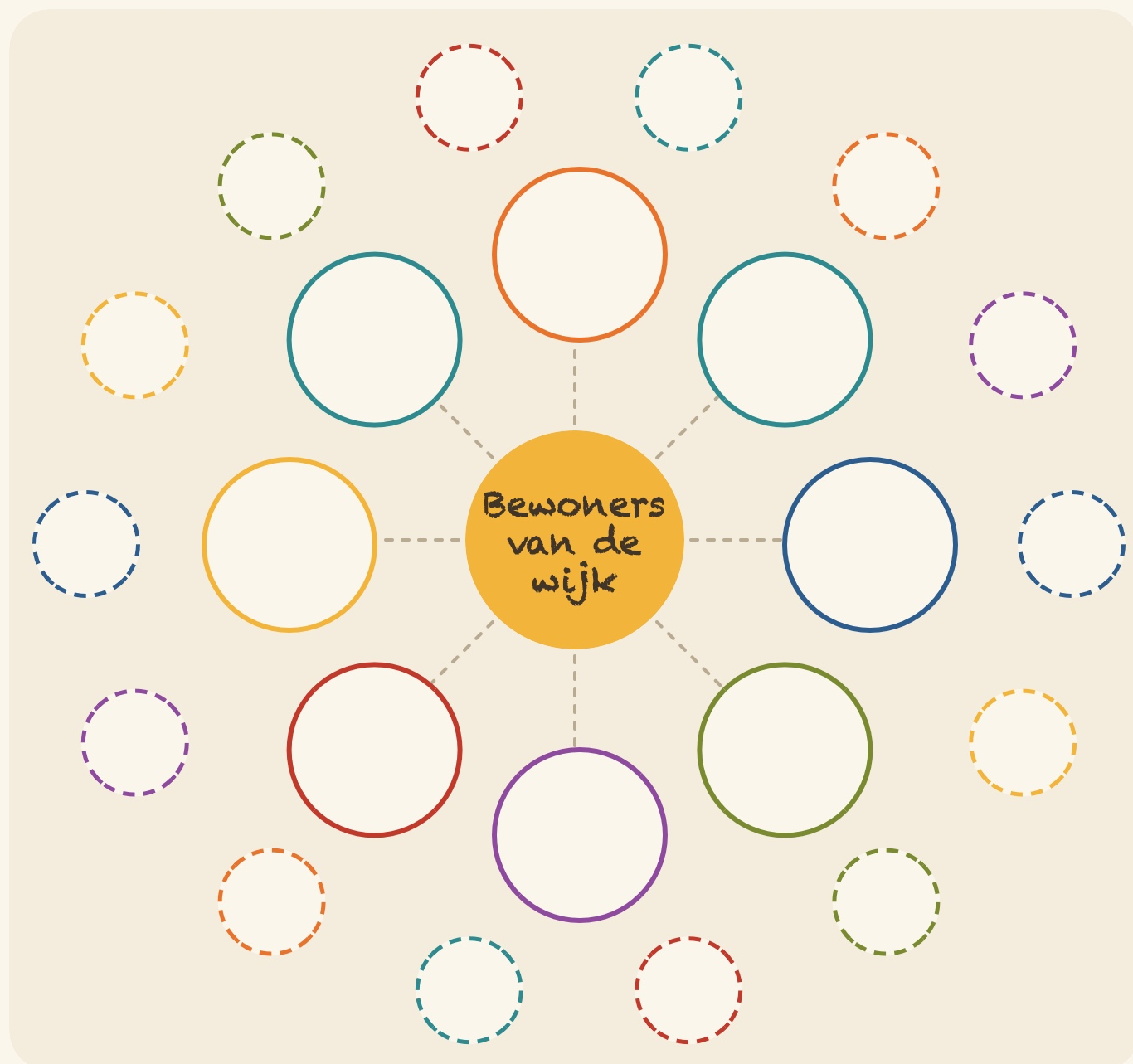
De organisaties

Welke organisaties zijn er in de wijk? Denk aan de wijkraad, het wijkhuis, welzijn, zorg, de school, de kerk en de woningcorporatie. Nodig ze persoonlijk uit om mee te doen.

Vergeet niet: bewoners staan voorop. Zij nemen het voortouw. Organisaties helpen daarbij. Niet andersom.

Het netwerk in kaart

De bewoners staan in het midden. Wie hoort daar omheen? Schrijf organisaties, clubs en groepen in de rondjes. De gestippelde rondjes zijn voor wie je nog niet kent, maar wel zou willen kennen. Trek lijnen tussen wie bij elkaar past.



Tip: kijk op kansrijkhelmond.nl wie er in andere wijken al meedoen. Veel organisaties werken in heel Helmond. En vergeet niet: bewoners staan voorop, organisaties helpen daarbij.

De eerste wijkbijeenkomst

Organiseer een bijeenkomst waar iedereen makkelijk naartoe komt. Wat past bij deze wijk? Wat spreekt mensen aan? Kies een vorm:

- ☐ **Samen aan de slag.** Je gaat meteen doen wat de wijk nodig heeft.
- ☐ **Een feestje.** Gezellig samenkomen, de rest komt later.
- ☐ **Samen eten.** Een buurtlunch of ontbijt. Aan tafel leer je elkaar kennen.
- ☐ **Even uitleggen.** Een avond waarop je vertelt wat Kansrijk is en wat er kan.

Elke buurt is anders. Kies wat past en geef er je eigen draai aan. En begin gewoon.

Waar denk je aan?

Waar kun je het het beste houden?

Wanneer?

Hoe laat je het aan zo veel mogelijk mensen weten?

Wie kan je daarbij helpen?

Onthoud: elke stap telt.



Het programma van de eerste bijeenkomst

Je hoeft het wiel niet zelf uit te vinden. Dit programma werkte bij ons. Gebruik het voor elke bijeenkomst en doe het vooral op jouw manier.

- 1 Kennismaken.** Begin licht en speels. Zo voelen mensen zich op hun gemak. Bedenk samen iets leuks.
- 2 Uitleg over Kansrijk.** Vertel wat Kansrijk is en wat er al gelukt is. Er is een presentatie die je kunt gebruiken. Vraag ernaar bij je contactpersoon.
- 3 Speeddaten over de wijk.** Wat gun jij de wijk? Wat is je favoriete plek? Hoe zou je de wijk beschrijven? Gebruik hiervoor de kaartenset Buurten met de Buurt.
- 4 Maak het concreet.** Bespreek drie vragen.
 - Wat is er nodig?
 - Wie wil wat doen?
 - Wat is er dan nog nodig?
- 5 Plan een vervolg.** Spreek meteen een volgende bijeenkomst af. Schrijf op hoe je dat aanpakt.
- 6 Vraag hoe mensen het vonden.** Zo maak je de volgende keer beter. Hoe houd je dat bij?

Daarna: het kernteam

Vorm een kernteam: een groepje bewoners dat de activiteiten bij elkaar houdt.
Nodig iedereen uit die wil, wat iemand ook doet.

Bespreek wat er loopt en wat er nog nodig is. Stel steeds dezelfde drie vragen:
wat is er nodig in de wijk? Wie wil wat doen? Wat is er dan nog nodig?

Spreek af wie wat doet. Dan weet iedereen waar hij aan toe is.

Houd de beweging gaande

Vier wat gelukt is.

Kom bijvoorbeeld één keer per jaar met iedereen samen. Bedank elkaar en kijk terug op wat er is gebeurd.

Bespreek ook in het kernteam wat goed ging.

- Waar gaan we mee door?
- Waar stoppen we mee?
- Wat pakken we nieuw op?

Leren is net zo veel waard als succes.

Hoe wil jij successen vieren? Schrijf je ideeën op en bespreek ze met de mensen met wie je het doet.

Hoe pak je dat aan? Plan het in.

Zo houd je de moed erin

Deze tips werken bij ons. Gebruik wat bij jou past. Je hoeft het niet alleen te doen, wij helpen graag mee.

- **Kleine stappen.** Een groot doel haal je in kleine stappen. Elke stap die lukt, geeft moed. Is het moeilijk om door te gaan? Maak de stappen dan kleiner. En zeg tegen elkaar wat er gelukt is.
- **Doe het samen.** Iets nieuws beginnen is in je eentje lastiger dan samen. Loop een stukje met iemand mee. Zo bouw je vertrouwen op. Daarna laat je langzaam los.
- **Geef vertrouwen.** Laat mensen zelf oppakken wat ze willen doen. Help waar nodig, maar laat het van hen zijn.
- **Blijf in contact.** Plan momenten in om bij te praten, ook één op één. Persoonlijke aandacht is belangrijk. Zorg goed voor elkaar.
- **Weet waarom je het doet.** Waarom is dit belangrijk voor jou? Houd een goede balans tussen anderen helpen en zelf plezier hebben.



Twee kaartensets voor een goed gesprek

Praten gaat makkelijker met een goede vraag. Daarom zijn er twee kaartensets.

Trek een kaart en begin het gesprek. Of gebruik ze als je even niet weet waar je moet beginnen.

Je kunt de kaarten zelf printen en uitknippen.

Buurten met de Buurt

Vragen over de wijk. Voor een eerste kennismaking.

Kansrijk denken

Vragen die je aan het denken zetten over wat kan.



Scan voor de kaarten

Scan de QR-code en download de kaarten op kansrijkhelmond.nl.
Printen, uitknippen, klaar.

Alles begint met een eerste stap en een goed gesprek.

Het verhaal

Problemen in een wijk worden vaak van bovenaf aangepakt. Organisaties bepalen dan hoe het moet. Maar werkt dat wel? Die vraag was eind 2017 het begin van Kansrijk. De aanleiding was een bijeenkomst over armoede.

Vanaf mei 2018 voerde Jan Drouen veel gesprekken. Niet alleen met organisaties, maar juist ook met actieve mensen uit de wijk. Die gesprekken gingen goed. Ze leidden tot de samenwerking met de vele partijen die nu bij Kansrijk horen.

Andersom werken. Kansrijk begint niet bij de organisaties, maar bij de mensen om wie het gaat. Van daaruit kijken we samen wat er nodig is en wie kan helpen. Praktisch, zodat er echt iets gebeurt.

Wat is het geworden? Een beweging die door proberen, luisteren en verbinden bijdraagt aan het welzijn van bewoners. Het gaat altijd om de bewoner zelf.

Via het VSBfonds kwamen we in contact met Movisie. Movisie onderzoekt Kansrijk Mierlo-Hout in het landelijke project Wij in de Wijk. Meer daarover lees je op kansrijkhelmond.nl.

"Het maakt niet uit wie het uitvoert, als de wijk maar centraal staat."

Jan Drouen



Dit is er al

Dit ontstond de afgelopen jaren in de wijken. Niet elke wijk doet alles. Kijk op de website van jouw wijk wat er bij jou is.

• Kansrijk algemeen

Buurtorganisaties
Informatiebijeenkomsten
Nieuwsbrief
Nieuwe bewoners welkom heten

• Kansrijk Ontmoet

Buurtinloop
Ontmoetcafé
Maatjes
Houtomaatje
Duofiets

• Kansrijk Gezond

Beurs Op je gezondheid
Gezond Mierlo-Hout
Beweegtuin
Bewegen en voeding
Lekker in je Vel

• Jong & Kansrijk

Activiteiten op school
Knutselclub
Wijkpreventieteam
Activiteiten voor jongeren

• Kansrijk Gastvrij

High tea
Brunch
Lunch
Maaltijden
Ontbijt

• Kansrijk Helpt

Hulp bij geldzaken
Formulierenhulp
Wensbox
Helpende Handen
Tuinen

• Kansrijk Nabuurschap

Welkomsttas
Straatbrunch
Deelkast
Kansrijke buurten

• Kansrijk Huiskamer

Huiskamer in de wijk
Groep voor mantelzorgers

In de wijk

Als mensen je zien, kunnen ze meedoen

Dit wordt vaak vergeten. Toch is het belangrijk: mensen moeten weten dat er iets leuks is. Wij helpen je daarbij met materialen. Kijk op pagina 22.

Wat kun je doen?

- ☐ Hang posters op, voor het raam of in het wijkhuis.
- ☐ Is er een beeldscherm in het wijkhuis? Vraag of je daarop mag.
- ☐ Zet een stukje in het wijkkrantje of de lokale krant.
- ☐ Gebruik prikborden: in de flat, de supermarkt, de school, de bibliotheek en bij de sportclub.
- ☐ Vraag of je in de nieuwsbrief van andere clubs mag.
- ☐ Geef een interview.
- ☐ Gebruik Facebook of Instagram.
- ☐ Maak een flyer voor huis-aan-huis. Doe dat samen met andere initiatieven, dan deel je de kosten.
- ☐ Vertel het door. Vrijwilligers, deelnemers en burens zijn de beste reclame.
- ☐ Wees aanwezig bij buurtbijeenkomsten en markten.
- ☐ Vraag de woningcorporatie, kerk, school of zorgorganisatie om het door te geven.

Kies wat haalbaar is en wat bij je past. **Vink het aan.** Heb je al ideeën? Schrijf ze op.

Online en op de telefoon

Kies wat past bij jou en bij de wijk

Online:

- ☐ Facebookgroepen van de wijk.
- ☐ Apps waar mensen elkaar ook in het echt willen ontmoeten, zoals Meet5 en NMLK.
- ☐ Nextdoor, een app voor berichten aan je burens. Veel buurten hebben er een eigen groep.

Op de telefoon:

- ☐ WhatsApp- en Telegramgroepen.
- ☐ Gewoon bellen met buurtbewoners die interesse hebben.

Voor jongeren:

- ☐ Instagram
- ☐ TikTok

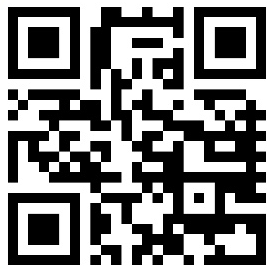
Ook mogelijk:

- ☐ Een eigen website. Handig voor uitleg, nieuws en een agenda. Elke Kansrijk-wijk heeft er een.
- ☐ Een nieuwsbrief per mail. Zo blijven mensen op de hoogte.

Kies de kanalen waar jullie je prettig bij voelen. Vink ze aan. Schrijf op wie wat oppakt.

Materialen die je kunt gebruiken

Posters, flyers, folders en het logo van Kansrijk staan online klaar. Je mag ze gebruiken in jouw wijk, in de kleur van jouw wijk. Kijk op kansrijkhelmond.nl of scan de QR-code.



Scan voor de website

Daar vind je alle materialen, de kaartensets en dit doeboek.

CONTACT

Waar vind je ons

Wil je weten wat er bij jou in de buurt te doen is? Kijk op de website, bel, mail of loop binnen.

In jouw wijk

Mierlo-Hout

Helmond-West

Brandsvoort

Helmond-Oost

Helmond-Noord

Helmond Centrum

Elke wijk heeft een eigen plek, eigen vrijwilligers en een eigen website:

- kansrijkmierlohout.nl
- kansrijkhelmondwest.nl
- kansrijksbrandsvoort.nl
- kansrijkhelmondoost.nl
- kansrijkhelmondnoord.nl
- kansrijkhelmondcentrum.nl

Loop zo binnen

- **Mierlo-Hout**
Wijkhuis de Oersdonk
Codemooistraat 44
Iedere maandag 10.30-11.30
- **Helmond-West**
Wijkhuis Westvliet
Carnielandstraat 70
Iedere woensdag 11.15-12.15

Kansrijk Helmond
info@kansrijkhelmond.nl
www.kansrijkhelmond.nl
of bel naar 06 19 68 19 85

Scan voor de website

Tot snel in de wijk
Je bent welkom, ook als je alleen even komt kijken.

Samen maken we de wijk

Een kop koffie, een praatje, een bekend gezicht in de buurt. Het begint met één keer langskomen.

Ontmoeten
Bij een kop koffie of een praatje.

Verbinden
We kijken naar wat ons samen brengt.

Meedoen
Op jouw manier, in jouw tempo.

6 wijken
200+ vrijwilligers

50+ betrokken organisaties

"Doe niet DAN, wat NIJ kan."
Jan Drouen, initiatiefnemer van Kansrijk

sinds 2017

WAT IS KANSRIJK

Iedereen heeft iets te bieden

Kansrijk is een bewonersinitiatief dat mensen in de wijk samenbrengt. Iedereen heeft iets te bieden: kennis, tijd, talent of een luisterend oor. Geen vereniging, geen contributie, geen lidmaatschap. Je komt, je kijkt en je doet mee zoveel als jij wilt.

"Wij stoppen geen behoeften in structuren, maar bouwen structuren om behoeften heen."

Hoe het begon

In 2017 begon initiatiefnemer Jan Drouen in Mierlo-Hout met één vraag: hoe zorgen we dat iedereen in de wijk mee kan doen? Niet vergaderen, maar gewoon beginnen. Al snel deden wijkbewoners, 25 wijkinitiatieven en organisaties mee, van de wijkeiraad tot de basisschool. Nu is Kansrijk in zes wijken van Helmond te vinden.

Zo werken we. Vragen: wat leeft er in de wijk? **Samenbrengen:** wie wil hierin iets betekenen? **Activeren:** welke stap zetten we nu?



DIT IS ER TE DOEN

Zo kun je meedoen

- **Kansrijk Gastvrij**
Samen eten in de wijk, voor een klein bedrag.
- **Kansrijk Ontmoet**
Introop, ontmoetscafé, een maaltijd en de duofiets.
- **Kansrijk Helpende handen**
Hulp in de tuin of een klusje in huis.
- **Kansrijk Helpt**
Uitlagover post, formulieren, computer of telefoon.
- **Kansrijk Gezond**
Samen bewegen en wandelen, bijeenkomsten Lekker in je Vel.
- **Kansrijk Nabuurschap**
Welkomstas, straatbrunch, deekast en kansrijke buurten.

Je hebt niks nodig om te beginnen

Heb je een idee voor jouw buurt? Of wil je gewoon eens langskomen? Wij weten alles bij Kansrijk wordt gedaan door bewoners en er is altijd plek voor iemand die iets wil.

Jij bepaalt hoe vaak. Geen ervaring nodig.

CONTACT

Zo bereik je ons

Nog een tip:
"Doe niet DAN, wat
NU kan."
Groetjes, Jan

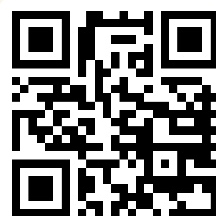
Kansrijk Helmond

Bel of app: 06 19 68 19 85

Mail: info@kansrijkhelmond.nl

Website: kansrijkhelmond.nl

Scan voor
de website →



Met dank aan

Dit boekje is gemaakt door Jan Drouen, die Kansrijk begon, en Noor Hagelaar van Met Noorderlicht.

En met dank aan de fondsen en organisaties die ons geholpen hebben:

VSBfonds

Stichting DOEN

Oranje Fonds

LVC Yarden

Gemeente Helmond

Stichting Subsidiefonds Kruisvereniging Helmond

RK parochie H. Damiaan de Veuster

Coöperatiefonds Rabobank Helmond Peel Noord

Ondernemersvereniging Mierlo-Hout

Stichting Ondernemersfonds Helmond

LSVA

Stichting Coovels Smits

Stichting Wijkraad Mierlo-Hout

Stichting Steun Welzijnszorg

Stichting Pape-Fonds

Stichting het R.C. Maagdenhuis

Stichting HSHB

Stichting Pasman

Stichting Wijkhuis de Geseldonk

Nederlandse Centrale voor Praktische
Hulpverlening

Fonds familie Van Ommering

Jumbo Mierlo-Hout

Goede Doelen Actie Jan Linders