



# Integratief Gezondheidscentrum De Ruimte

## Activiteiten verslag 2023

### **Naam van de Stichting**

Stichting Integratief Gezondheidscentrum De Ruimte

### **Vestigingsadres**

Overlekergrouw I  
1151 CX, Broek in Waterland

### **Bestuursleden**

*Voorzitter*

Naam: Hudepohl, Laura Theresia

*Penningmeester*

Naam: Graaman, Edwin Louis Maria

*Secretaris*

Naam: Schonholzer, Berber Gryt

### **Activiteiten**

Dit verslag beschrijft de activiteiten die ondernomen zijn vanuit de Stichting Integratief Gezondheidscentrum De Ruimte van het moment van oprichting in maart 2022 tot aan juli 2023. Binnen deze periode zijn we als stichting vooral bezig geweest met opstarten en bekendheid creëren.

*(Sollicitatie) gesprekken ZZP-ers*

Voor de verhuur van de ruimtes aan ZZP-ers zijn er in totaal zo'n 50 gesprekken gevoerd. Van deze gesprekken zijn uiteindelijk 20 ZZP-ers die ruimtes zijn gaan huren (in of buiten het kernteam).

Nog twee van de ZZP-ers zullen naar verwachting na de zomer bij ons starten.

Zo hebben we nu een groep professionals bij elkaar gebracht, die niet meer als ZZP-er alleen werken, maar binnen het centrum samen. We hebben twee keer een Groot Ruimte overleg georganiseerd waar de ZZP-ers elkaar konden ontmoeten en ideeën konden uitwisselen. Inmiddels vinden er mooie samenwerkingsverbanden plaats en zijn we met elkaar steeds meer een netwerk aan het creëren waarmee we mensen kunnen ondersteunen.

## Het vullen van de Zorgpot

Er zijn voorbereidingen gedaan om de zorgpot te kunnen gaan vullen. We hebben contact opgenomen met de Gemeente en een subsidie aanvraag gedaan hiervoor. Deze is na een jaar wachten helaas afgekeurd. We zijn op dit moment aan het zoeken naar andere vormen van subsidies en fondsen. Henk Kroeze van Sesam ondersteund ons hierbij (zie Waterlandse Uitdaging). Tevens zijn we op zoek geweest naar een organisator die het werven van bedrijven voor de verhuur van de vergaderruimte op kan pakken. Deze hebben we helaas nog niet gevonden. Er zijn wel een aantal gesprekken geweest met kandidaten en er is een vacature geplaatst bij een vrijwilligersorganisatie. Verder zijn er inmiddels professionele foto's gemaakt en is er een pagina aangemaakt op de website voor de verhuur aan bedrijven en zijn alle materiele voorwaarden die nodig zijn voor de verhuur aanwezig; opklapbare tafels en opstapelbare stoelen. Qua promotie is er onderzocht op welke websites we eventueel kunnen inschrijven voor promotie van onze verhuur om bedrijven te werven. Er zijn echter nog onvoldoende inkomsten om ons hierop in te schrijven.



## Promotie

### Flyers

Voor alle ZZP-ers zijn professionele foto's gemaakt en is er een flyer gedrukt met wat ze precies doen binnen het centrum. Deze flyers zijn te vinden in de hal. Verder zijn er algemene flyers gemaakt en verspreid ter promotie van het centrum.

### Social media

Er is een website opgezet waar opstaat wat we beogen met de stichting en welke ZZP-ers er te vinden zijn binnen het centrum. Tevens is er een reserveringssysteem voor ZZP-ers en bedrijven opgezet, zodat zij zelfstandig de agenda kunnen inzien en een reservering kunnen maken. Daarnaast is er een LinkedIn-, Instagram- en Facebook pagina aangemaakt waar we als ZZP-ers op kunnen posten.

### Artikelen krant

Sinds de oprichting zijn er meerdere artikelen geplaatst in de krant. Een artikel over de Open Dag waarin we zorgprofessionals hebben uitgenodigd om te komen. Een tweede artikel over de open dag nadien en een artikel over het bieden van integratieve zorg.



[https://www.noordhollandsdagblad.nl/cnt/dmf20230521\\_07822925?utm\\_source=google&utm\\_medium=organic](https://www.noordhollandsdagblad.nl/cnt/dmf20230521_07822925?utm_source=google&utm_medium=organic)

### Open dagen

Er zijn twee Open dagen georganiseerd. De eerste op 3 januari 2023 waar we zorgprofessionals hebben uitgenodigd om kennis te maken met het centrum en de mensen die er werken. We hebben een programma gemaakt waarin de professionals konden kennis maken met de verschillende yoga stijlen en therapie en waarin we de tijd hadden om met elkaar te netwerken.

De tweede Open dag op 31 maart was toegankelijk voor iedereen. Ook op deze dag hebben we een inkijkje kunnen geven in wat we bieden vanuit het centrum en de verschillende ZZP-ers, inclusief wat ze doen, zijn voorgesteld. De wethouder Welzijn en Gezondheid, Astrid van de Weijenberg, heeft het centrum officieel geopend door het planten van een pruimenboom.



### Netwerken

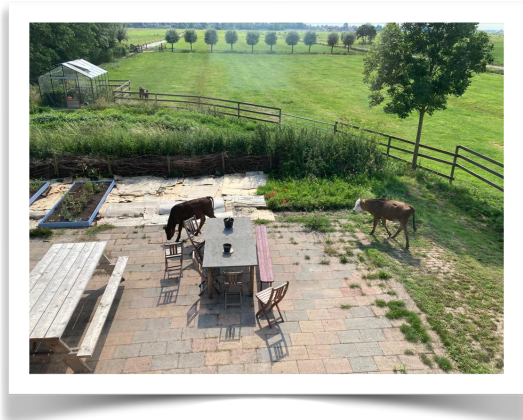
Er zijn twee netwerkrondes gedaan waarbij organisatoren van de Stichting Integratief Gezondheidscentrum De Ruimte langs zorgprofessionals zijn gegaan om te vertellen dat we er zijn. Om een indicatie te geven wanneer professionals naar het centrum zouden kunnen verwijzen.

Tevens zijn we aanwezig geweest bij De Waterlandse Uitdaging; De Beursvloer. Hier hebben we kennisgemaakt met bedrijven en andere stichtingen/verenigingen in de omgeving. Hier zijn een aantal vruchtbare samenwerkingen uit voortgekomen. Waaronder met LinkedIn trainer Jolanda Pranger, Lucien van Aalzum (co-owner Branding New) en Henk Kroeze van Sesam. Tevens is er contact gelegd met Rodi media.

### Sociale projecten

#### De eetbare tuin

Binnen het eetbare tuinproject zijn er het afgelopen jaar verschillende mensen geweest die elkaar hebben ontmoet in de tuin en hebben samengewerkt. Het is een plek buitenshuis waar je anderen kan ontmoeten, buiten bent en van betekenis kan zijn door een plant te planten die we later weer kunnen oogsten en gebruiken voor retreats/workshops. Tevens hebben we een oogstfeest gehad waar we samen zijn gekomen om de oogst te verwerken. De moestuinbakken liggen er nu allemaal en zijn volop gevuld. Tevens is er een kruidenspiraal aangelegd en zijn een aantal bomen gepland.



### Werken in De Ruimte

Naast de ZZP-ers die ruimtes huren van de stichting willen we bij de Stichting De Ruimte graag een plek aanbieden voor mensen om samen te komen en iets kan doen van betekenis. Zowel voor mensen die kunnen deelnemen aan de maatschappij, als mensen die er om wat voor reden dan ook buiten vallen. Er zijn een aantal vrijwilligers geweest die op een eigen voorwaarden de afgelopen tijd de Stichting hebben ondersteund met hun werkzaamheden. Twee klusjesmannen die af en toe het gebouw hebben verzorgd. Meerdere vrijwilligers hebben in de tuin gewerkt. Er zijn twee vrijwilligers die ondersteunen bij de organisatie van het centrum. Verder is een groep van de plantsoendienst bij ons betrokken die, in ruil voor yoga lessen, komt onkruid wieden in de tuin. Er is een stagiaire Psychologie bij ons geweest die haar stage met succes heeft afgerond. Het afstudeerproject van een traumaseksuologe is gepresenteerd binnen De Ruimte. En we hebben inmiddels een expositie binnen het centrum van een kunstenares die langdurig ziek is. Twee Oekraïense schoonmaaksters hebben betaald werk bij ons gedaan.

