



# Sterk in MENSS werk

## MEE DOEN MET MENSS

Door de coronapandemie kunnen mensen (verder) in een isolement raken. Wij, als Menss partners, volgen de richtlijnen van de overheid én zorgen dat mensen ook in deze tijd mee kunnen doen. Dit doen we met de mogelijkheden die we hebben, kijkend naar wat wél kan. Want de behoefte aan ondersteuning is er nog steeds. Individuele Menss trajecten kunnen dagelijks gestart worden. Hoe doen we dat in deze tijd? Dat lees je in deze nieuwsbrief.

### MST

Het MST probeert op diverse manieren zoveel mogelijk mensen te bereiken. Er staat een tent op het voorterrein voor ontmoeting (mits dit kan i.v.m. de maatregelen). Spreekuren zijn op afspraak. Mensen die we minder bereiken, zoeken we op in hun omgeving. De meeste cursussen "Basisvaardigheden" zijn digitaal. Als het aantal besmettingen minder wordt, stappen we weer over op een hybride lesstructuur: 1 les in de week thuis, 1 les op het centrum.

De huiskamer, balie en spreekkamers van het MST bouwden we digitaal na, in de 'MST-present-app'.

De app is eenvoudig te bedienen voor laaggeletterden, migranten en digibeten. In de digitale huiskamer is tussen 12:00-14:00 uur altijd iemand aanwezig om de sociale processen te begeleiden en of om de hulp- en dienstverlening te regelen. Zie ook [www.rooihart.org](http://www.rooihart.org).



## #WIJZIJNERWEL

### Feniks

De groepsactiviteiten liggen momenteel stil, waardoor we veel vaker (beeld)bellen of op huisbezoek gaan. Ook zijn er WhatsApp-groepen voor deelnemers/vrijwilligers. We spreken regelmatig buiten af om bewegen en naar buiten gaan te stimuleren. Individuele begeleiding gaat -met inachtneming van de coronamaatregelen- zoveel mogelijk op locatie door. We merken dat laaggeletterden (w.o. migranten) extra kwetsbaar zijn tijdens de lockdown. Ze begrijpen de regelgeving vaak onvoldoende en raken (verder) geïsoleerd. We koppelen taalmaatjes aan laaggeletterden waardoor één-op-één contact mogelijk blijft. Binnenkort starten we met cursussen "Digitale vaardigheden". We merken helaas een toename van huiselijk geweld. Vrouwen kunnen altijd binnenlopen bij Feniks, ook zonder afspraak. We bieden een luisterend oor en schakelen passende hulpverlening in. Bovendien bieden we ondersteuning bij eenzaamheid en aanvragen voor bijzondere bijstand, leergeld, voedselbank, fondsen e.d. Zie ook [www.fenikstilburg.nl](http://www.fenikstilburg.nl).

### De Krachtcentrale 013

Elke vier weken start De Krachtcentrale met een nieuwe training gericht op het werk-fit maken van deelnemers. Mensen breiden hun netwerk uit, oriënteren zich op (vrijwilligers)werk en helpen elkaar om hun plannen te realiseren. We verzorgen de trainingen online. Mensen zonder computer lenen we een laptop uit.

Daarnaast starten we dagelijks individuele trajecten. Ook voor de mensen die al langer in een traject zitten, voeren we via "Zoom" individuele gesprekken. Regelmatig wandelen we door het Spoorpark om toch nog dat persoonlijke contact te houden. Dat is voor mensen heel belangrijk. De 'Eropuit groep' voor de meer kwetsbare deelnemers gaat één keer per week door in aangepaste vorm. Tot slot, zijn we positief verrast over de mogelijkheden die er zijn, ondanks de beperkingen door de coronamaatregelen. De training "Vrienden maken vrolijk" bijvoorbeeld, geven we online. Er is veel belangstelling voor. Zie ook [www.dekrachtcentrale013.nl](http://www.dekrachtcentrale013.nl).

## ContourdeTwern

ContourdeTwern is gestart met wandel- en fietsroutes met een soep of koffie To Go waarbij deelnemers mee kunnen doen aan de voorbereiding van de activiteit. Via deze ontmoeting worden er ook verbindingen gelegd tussen de deelnemers onderling. De begeleiding is individueel en maatwerk.

Hoewel we minder klussen uitvoerden en de uitvoering is aangepast aan de richtlijnen, werken de “Beter”-projecten ook door in coronatijd. We bedachten verschillende creatieve oplossingen om de deelnemers toch een goede daginvulling te bieden. Nieuwe deelnemers kunnen nog steeds worden aangemeld. Deelnemer: “Door psychische beperkingen, kwam ik niet aan het werk. Bij Beter3West heb ik inmiddels leren schilderen, meegelopen met verhuizingen, vloeren leggen en nog veel meer. Ik vind het erg fijn en hopelijk worden de coronamaatregelen snel minder streng, zodat ik meer dagen kan komen werken”. Zie ook [www.contourdetwern.nl](http://www.contourdetwern.nl).

## Sociaal Krachtig 013 (SK013)

Vanaf het begin van de coronaperiode passen we onze werkwijze aan en gingen we, volgens de richtlijnen, door met onze dienstverlening. We doen onze coaching/begeleiding zoveel mogelijk online. Waar wij denken dat een ‘live’ ontmoeting beter werkt nodigen we cliënten uit op locatie of voeren we een gesprek in de buitenlucht. Ons cursusmateriaal is geschikt gemaakt voor online gebruik waardoor we onze cliënten nog beter kunnen ondersteunen. Wij coachen mensen bij het omgaan met veranderingen, bij eenzaamheid en bij een (financiële-, maatschappelijke- of mentale) terugval. Dit doen we door helderheid te brengen in de situatie, te werken aan een positieve mindset en door mensen te leren weer zelfregie te nemen en nieuwe kansen en mogelijkheden te zien. We bieden individuele begeleiding bij het vinden van betaald werk, vrijwilligerswerk of een andere zinvolle dagbesteding en bij het starten van een eigen onderneming. Zie ook [www.sk013.nl](http://www.sk013.nl).



## Meedoen bij Broodje Aap & Linke Soep

Broodje Aap & Linke Soep is een interculturele lunch- en cateringservice met een positief verhaal. Bij ons gaat het om ontmoeting, verbinding en meeDOEN. We werken momenteel in kleinere groepjes, zodat de deelnemers op een verantwoorde en veilige manier kunnen meedoen. Vaste (taal)vrijwilligers begeleiden de groepjes.

Het Menss-traject is bedoeld voor nieuwkomers en oudkomers die nog niet het netwerk hebben en die de Nederlandse taal nog onvoldoende spreken om mee te kunnen doen in de Tilburgse samenleving. Bij Broodje Aap & Linke Soep gaan participeren, werken en leren hand in hand. Het traject bestaat uit een praktisch programma van één dagdeel per week waarin het samen zijn centraal staat: ze praten, leren, werken, eten samen en ruimen samen op. Zie ook [www.broodjeaaplinkesoep.nl](http://www.broodjeaaplinkesoep.nl).

## GroeiTuin013

Vanaf april/mei zal GroeiTuin013 (voorheen StadsTuinderij Piushaven) haar poorten openen. Een groene en veelzijdige locatie gelegen aan de Reeshofdijk. GroeiTuin013 wordt een plek waar alles samenkomt: o.a. veel actieve vrijwilligers die samenwerken, elkaar stimuleren en inspireren, maatschappelijke participatie en toeleiding naar werk, dagbesteding voor zorgcliënten, onderwijs en educatie, aandacht voor gezonde voeding en ontmoetingen tussen mensen. In coronatijd is de Piushaven altijd open gebleven en dat zijn we nog steeds, omdat er ruimte genoeg is om veilig op afstand te kunnen werken. Tijdens de lockdown-periode werken wij op inschrijving. In deze periode kregen we er behoorlijk wat vrijwilligers en deelnemers bij, omdat we één van de weinige plekken zijn waar ontmoeting en lekker actief bezig zijn, gewoon door kan gaan. Ook de groeiende interesse in gezonde voeding en biologische teelt, draagt hieraan bij. Zie ook [www.groei tuin013.nl](http://www.groei tuin013.nl).

## Aanmelden voor een Menss traject? #WIJZIJNERWEL

Aanmelden is mogelijk via de contactgegevens op de website

of via de centrale aanmelding per e-mail: [meikeschreurs@contourdetwern.nl](mailto:meikeschreurs@contourdetwern.nl)