

NACHTLEVEN

MEELEVEN

MEELEVEN IS EEN MAGAZINE VAN DE REGENBOOG GROEP EN VERSCHIJNT VIER KEER PER JAAR

DAKLOOS
HET IS STIL IN
AMSTERDAM

GELUKT
'M'N EIGEN WONINKIE!
IK KAN WEL JANKEN'

LADIES NIGHT PRINCEHOF
'WAT BEN JE MOOI'

COVERSTORY
ERVARINGSDESKUNDIGE
JOVANKA

Hallo en beste! Wat ontzettend dat je de Meeleven Ik mijn verhaal misschien wat Dit komt namelijk we .. september .. start gegaan met ... nieuw initiatief: **Woord voor Woord uit de Eenzaamheid**. Hierbij woorden kopen om .. een van ... bekende auteur .. onthullen. (€2,50 per woord).

Ja dit dus: **Woord voor Woord uit de Eenzaamheid**. Een heel leuk én goed initiatief dat hier achter de schermen anderhalf jaar, in nauwe samenwerking met reclamebureau Code d'Azur, in ontwikkeling is geweest. Van start gegaan in de week van de eenzaamheid en nu zijn we alweer aan het derde verhaal toe.

Hoe dat dan werkt, laat zich na mijn inleiding wel raden: je koopt, met kleine donaties, woorden die ontbreken uit een verhaal. Een verhaal dat speciaal voor ons is geschreven. James Worthy's verhaal én dat van Meester Bart zijn al gedoneerd en zodoende in hun geheel te lezen op www.uitdeeenzaamheid.nl (Let op die drie eee-en!).

Het verhaal dat nu online staat, van Klaas Boomsma, valt heel mooi samen met het thema van deze Meeleven: 'De Nacht'. Want waar Klaas zijn verslavingsverleden deelt op www.uitdeeenzaamheid.nl, doet ons covermodel - tevens medewerker van De Regenboog Groep - Jovanka dat in deze Meeleven. Maar met een twist: het zwartst van haar nacht gaf uiteindelijk glans aan de dag.

Colofon
Meeleven wordt vier keer per jaar uitgegeven door De Regenboog Groep
ISBN 13840607

De Regenboog Groep
Droogbak 1-d
1013 GE Amsterdam
020 531 76 00
www.deregenboog.org
info@deregenboog.org

Contactpersoon donateurs
Fré Meijer
020-531 76 00

Fotografie
Merlijn Michon

Fotografie cover
Aatjan Renders

Design
Bourne Design

Redactie
Nicolline van der Spek
Brechtje Keulen

Correcties
Veu Studio

Hoofdreductie
Sander Kersten

Over de dag gesproken, ook die is koud in de winter. Onze inloophuizen spelen daar op in. Zij hebben hun openingstijden verruimt en gaan in veel gevallen ook in het weekend open. Zoals altijd, als de winter weer begint, is er veel behoefte aan (winter-)jassen, schoenen en broeken. Ook tweedehands slaapzakken zijn altijd welkom. Op pagina 8 vind je de openingstijden in de winter. Handig, mocht je aan vrijwilligerswerk denken óf lekker warme kleren willen langsbrengen.

Tja, en na zo'n dag in een inloophuis, valt de avond. "Soms wordt er voor de dakloze dames een ladies night georganiseerd (lees pagina 16!). Echter, de cijfers liegen niet; maar liefst negentig procent van de daklozen is man. Hoe ziet de nacht van een dakloze man eruit, als de deur van het inloophuis na een lange dag dichtslaat? Dat lees je in de reportage over de Amsterdamse nacht, een drieluik geschreven en gefotografeerd door onze vaste waarden Nicolline van der Spek en Merlijn Michon (vanaf pagina 4).

Ik hoop in ieder geval dat je deze Meeleven **Woord voor Woord**, helemaal zal uitlezen. En tenslotte nog een leuke tip: als je besluit wat woorden te kopen op www.uitdeeenzaamheid.nl en zo het verhaal van Klaas Boomsma, of de volgende auteur(s), gaat onthullen, doe jezelf een extra groot plezier: koop woorden waar je zelf ook nog een zin van kan maken. Zo kreeg ik ineens: "OVERAL SCHOONHEID EN MEER LIEFDE". Mooi toch? Dat kan je zo de hele wereld wel wensen. En dat doe ik dan ook (en dat voor maar €12,50!).

Sander Kersten, hoofdredacteur

Druk
Drukkerij Schuttersmagazijn

Disclaimer
De in dit magazine gepresenteerde informatie is in samenspraak met en met toestemming van de geraadpleegde bron tot stand gekomen. Samensteller De Regenboog Groep accepteert dan ook geen enkele aansprakelijkheid voor onjuistheden anders dan spellings- of interpunctiefouten.

Acceptgiro
We sturen altijd een acceptgiro mee voor abonnees, zodat ook de lezers die geen donateur zijn aan onze projecten kunnen doneren.
Direct doneren? Dat kan ook NL21 INGB 0000 0080 81

f De Regenboog Groep
t Amsterdam@Regenboog020

Nieuwsbrief ontvangen?
www.deregenboog.org/nieuwsbrief

Meeleven niet meer ontvangen?
Stuur een mail naar Fré Meijer: fmeijer@deregenboog.org


HANS IN GESPREK MET...

VRIJWILLIGER NACHTOPVANG NASIR

Nasir Higazi is vrijwilliger bij De Regenboog Groep. In 2015 werd hij gekozen tot Amsterdamer van het Jaar, vanwege zijn tomeloze inzet voor de opvang van vluchtelingen. Nog altijd vangt hij elke nacht vluchtelingen op. Hans Wijnants is directeur van De Regenboog Groep.

H: "Hoe lang ben je nu al betrokken bij de nachtopvang van vluchtelingen?"
N: "Sinds september 2015."
H: "Hoe ziet je nacht eruit?"
N: "Ik ga rond half zeven 's avonds naar het Centraal Station. Daar vang ik alle mensen op die niet meer verder kunnen reizen naar Ter Apel, omdat er geen treinen meer gaan. Omdat ik zeven talen spreek, waaronder Arabisch, kan ik de mensen allemaal te woord staan en welkom heten."
H: "Tot 1 september 2016 ving De Regenboog Groep deze mensen op bij inloophuis Blaka Watra. Waar brengen ze nu de nacht door?"
N: "Jonge mannen overnachten op het Centraal Station. Vrouwen en kinderen begeleid ik naar een hostel in de stad. De volgende ochtend ga ik om half zes terug naar het station, waar de politie ze een kaartje geeft voor de trein naar Ter Apel."

H: "Komen er nog altijd vluchtelingen aan?"
N: "Nog dagelijks, maar niet meer zoveel als een paar jaar geleden. De ene nacht vang ik drie mensen op, de andere nacht zijn het er vijftien."
H: "Je bent twaalf uur per dag, zeven dagen per week, als vrijwilliger in touw voor De Regenboog Groep. Je kookt voor onze dakloze bezoekers, repareert alles wat stuk is op het hoofdkantoor, houdt de voorraden op peil en ruimt ook nog eens de afwasmachine uit. Wanneer slaap je eigenlijk?"
N: "Ik slaap maar drie uur per nacht. Dat komt door een bombardement in 1983 in Iran. Ik was militair, maar ik was mijn gasmasker vergeten en heb te veel gifgas ingeademd. Sindsdien geeft mijn lichaam niet meer aan wanneer ik moet gaan slapen. Ik ben gewoon nooit moe."
H: "Is je eigen oorlogsverleden een belangrijke motivatie om je in te zetten voor de vluchtelingen?"
N: "Zeker. Ik begrijp heel goed wat deze mensen meemaken en hoe het is om voor een oorlog te vluchten. Zelf ben ik 28 jaar geleden uit Iran gevlucht. Ik ben met heel veel liefde opgevangen in Nederland. Ik ben blij dat ik iets kan terugdoen." Thuis is toch je basis."

Interview: Nicolline van der Spek/ Foto: Merlijn Michon

'T IS STIL IN AMSTERDAM

Officieel mag je nergens op straat slapen in Nederland, ook niet op bankjes in parken of plantsoenen. Maar dakloos ben je helaas niet alleen tijdens kantooruren. Wat doe je 's nachts? Een drieluik.

Door: Nicolline van der Spek/ Foto: Merlijn Michon

1 Het Stoelenproject In de rij voor een matrasje

Om half negen zijn de meeste mensen al binnen bij het Stoelenproject in de Marnixstraat. Iedereen kent de regels: na 21 uur kom je er niet meer in. Bonnetje of niet. Een bon geeft recht op een slaapplek, waarvan er officieel 45 zijn. Op maandag- en donderdagochtend worden ze uitgedeeld. "Voor vandaag staan er vijftig man op de lijst", zegt coördinator Mark Vos. "Maar we gaan ervan uit dat er altijd wel een aantal mensen overdag verdwaalt. Die zijn dan tegen iets lekkers aangelopen. Dus dan houd je wat plekken over. Maar vandaag moet ik iedereen wegsturen. Dat is het rottigste van mijn werk."

Achter hem gaat een man op een stoel staan. Hij hangt zijn jas over het EXIT-bordje. Alvast voor straks; het felle lampje hindert. Niemand zegt er wat van. Het wachten is op de matrassen, die om precies kwart voor negen worden uitgedeeld. Nu liggen ze nog opgestapeld achter een schot, als de matten in het gymnastieklokaal.

Het aftellen is begonnen. Iedereen haast zich met een matras onder de arm naar zijn lievelingsplek. Voor de een is dat tegenover de bar, voor de ander zo dicht mogelijk bij de voordeur, ver weg van de drukte. Een enkeling smokkelt twee matrassen mee. "Onze prinsessen op de ervt",

lacht een vrijwilliger achter de bar. Het is een keurige man in de pensioengerechtigde leeftijd. Samen met een andere vrijwilliger blijft hij vannacht slapen om een oogje in het zeil te houden. "Er gebeurt nooit wat, hoor. Je hoort een hoop gesnurk. Dat is alles." Vandaag is het anders. Vandaag is er een lastige klant in huis, waar zelfs al weddenschappen op zijn afgesloten: die gaat het hier niet volhouden. Als hij ondanks herhaalde waarschuwingen maar blijft doorgaan met treiteren, grijpt coördinator Mark in en zet hij hem zonder pardon het pand uit. De vrijwilligers kijken bewonderend toe: zo doe je dat dus. "Die man is net een magneet", verklaart Mark. "Hij trekt gewoon ruzie aan. Moet je niet hebben. De mensen komen hier voor hun rust." De meesten liggen al te slapen. Er zijn geen dekens (het wassen

is te duur) en ook geen kussens. De mensen liggen met hun hoofd op hun rugzak. Wie niet al ligt, zit aan de lange tafel en kijkt naar de tv, waar de film Forrest Gump te zien is. Mark zet hem even op pauze om de mannen toe te spreken. Elke avond worden de regels nog eens uitgelegd: wie drugs wil gebruiken, wil drinken of de behoefte voelt om ruzie te maken of te discrimineren, wordt vriendelijk verzocht het pand te verlaten. Na een kort applaus gaat de tv weer aan en zien we hoe Tom Hanks door stom toeval en geluk van al zijn mislukkingen toch een succes weet te maken. De jongens hier hebben minder geluk. Amsterdam is geen Hollywood. De jongens hier zijn overlevers. Sommigen moeten de volgende dag alweer vroeg op om te werken. Het licht kan uit.



Het Stoelenproject

Het Stoelenproject is de meest laagdrempelige avond- en nachtopvang van Amsterdam. De opvang is sober, maar veilig, warm en gratis. Het Stoelenproject realiseert ieder seizoen (half september tot eind april) 10.000 overnachtingen. De naam is afgeleid van hoe het in 1989 begon: de daklozen sliepen toen nog op tegen elkaar geschoven stoelen.

DAGOPVANG VAN DE REGENBOOG GROEP

In inloophuizen van De Regenboog Groep kunnen mensen op adem komen: slapen als dat nodig is, een kopje koffie drinken, douchen en hun kleding omruilen voor schone kleding. Ook is er maatschappelijk werk aanwezig en kunnen mensen terecht voor een zinvolle dagbesteding. Alleen ons inloophuis AMOC heeft een kleine nachtopvang.

ONZE BEZOEKERS

De Regenboog Groep vangt zo'n 550 mensen per dag op, ruim 5.500 per jaar.

2 Het verhaal van Richard (49), gids bij Amsterdam Underground "Na twee uur wordt het eenzaam."

H "Het begon met coke. Daar was ik een paar jaar super verslaafd aan. Ik ben drummer en zelfs dat ging beter op coke. Na een optreden sjouwde ik fluitend mijn drumstel naar driehoog. Tot ik heroïne ging gebruiken. Ik was een week euforisch. Daarna heb ik het maanden niet gebruikt. Toen het een half jaar later uitging met mijn vriendin, zat ik zo stuk dat ik het opnieuw wilde gebruiken. Ik had alleen geen idee waar ik dat spul kon kopen, want die eerste keer had ik het gekregen van een vriend. Ik trok een lange regenjas aan en deed een hoed op en ging de Wallen op. Op de Wallen woonden twee jongens uit de band, vandaar die regenjas: ik wilde absoluut niet herkend worden. En maar rondjes lopen, tot ik zeker wist: dit moet een dealer zijn. BAM, twintig jaar verslaafd.

Snel geld

Verder in mijn verslavingsgeschiedenis begon ik te zwerven. Ik wilde geld hebben, snel geld. Wat deed ik: mijn huis verhuren. Aan Amerikanen. Mijn huis

zag er pico bello uit, tuin op het zuiden en zo. Ik vroeg vierhonderd euro per week. Dat was binnen twee dagen op. Kon ik nergens heen, want die mensen zaten in mijn huis. Een plan B had ik niet. Mijn enige doel was scoren. Bij Magna Plaza lag het toen nog vol met slaapzakken. Daar ben ik gewoon tussen gaan liggen. Ik deelde wel eerst wat uit. Goodwill kweken, dat is altijd handig, dan word je geaccepteerd. Later vond ik mijn eigen plekje, in de parkeergarage van het Waterlooplein onder de Stopera.

Na twee uur 's nachts wordt het eenzaam in de stad. Dan loop je tussen de hoerenlopers. Alle dealers zijn vertrokken, met de laatste metro naar de Bijlmer. Die jongens verstopten toen hun spullen hier in de binnenstad, omdat ze er niet mee gepakt wilden worden in de metro. Dan had je een heel zoekend publiek, dat tot half vijf 's ochtends bijna letterlijk over de straten kroop. En maar zoeken, zoeken, zoeken. Soms had je beet en vond je iets in een plantenbak.

Op een gegeven moment ging ik jatten. In opdracht. Daar was ik heel goed in. Dan ging ik met een tas naar de dvd-afdeling van de Bijenkorf. Een verdieping lager haalde ik die magneetstripjes eraf. Liep ik zo naar buiten. Tot die ene keer... Was er een stripje aan mijn voetzool blijven plakken. Het alarm ging af. Ik rennen! Ze hadden me al een hele tijd in de smiezen, zeiden ze, maar hadden nooit bewijs. Ik kwam gewoon overall mee weg. Ook bij mijn familie, terwijl ik alleen maar geld van ze wilde. Echt verschrikkelijk eigenlijk. Inmiddels ben ik bijna tien jaar clean en vertel ik mijn verhaal als gids bij Amsterdam Underground."

Amsterdam Underground

Amsterdam Underground is een initiatief van De Regenboog Groep en de enige non-profit aanbieder van daklozenwandelingen in Amsterdam. De gidsen zijn (ex-) daklozen. Ieder van hun vertelt zijn of haar eigen verhaal langs een persoonlijke route. Meer informatie: www.amsterdamunderground.org



DE AMSTERDAMSE WINTEROPVANGZOEKER IN BEELD

De gemiddelde leeftijd van de bezoekers is 40 jaar (jongste 18, oudste 75 jaar) en 88% is man. Acht procent is jonger dan 23 jaar, twee procent 65 jaar of ouder. (GGD, 2016)

3 Buitenslapers Slapen op waakstand

Onder de brug in de buurt van het Scheepvaartmuseum liggen drie mannen te slapen. Ze slapen op waakstand. Bij elk geluid gaat er bij alle drie de mannen een oog open.

Verderop staat een visser. De nacht is snoekbaars-time! Wel zou er beter moeten worden gehandhaafd, aldus deze nachtelijke visser aan het IJ. Niet op daklozen, maar op vissers. Sommigen nemen te kleine snoekbaarzen mee naar huis, kleiner dan dertig centimeter. Dat mag niet. Maar handhaving doet niets.

Daar denkt de gemiddelde buitenslaper anders over. Hoe zorg je dat je niet wordt weggestuurd en een boete krijgt? Waar lig je nog een beetje uit de wind en hoe zorg je dat je plek niet wordt ingenomen door een andere buitenslaper?

"'s Nachts moet je een muis worden", zegt een vaste bezoeker van de inloophuizen van De Regenboog Groep: "Je moet je klein maken. Muizen kruipen ook in de kleinste gaatjes. Ik sliep toen ik dakloos was in afvalcontainers. Dat zou nu niet meer kunnen, want tegenwoordig zitten ze nachts op slot."

DAK- OF THUISLOOS?

Wat is het verschil tussen dakloos en thuisloos? Dakloos ben je als je geen eigen woonplek hebt en geen geld hebt om er één te huren of te kopen. Je bent dakloos als je in een noodopvang slaapt, bij bekenden of familie of buiten. Voor thuisloosheid is geen duidelijke definitie. Meestal bedoelen we met thuislozen mensen die zich niet thuis voelen in de woning die ze wél hebben. Ze voelen zich vaak onthecht en eenzaam.

(Definitie: GGD, 2016)

Maar toen konden de luikjes nog open. Ik paste er precies doorheen. Binnen in die container is het ruim hoor!”

Buitenslapers zijn creatief. Ze slaan hun tentje op in het bos, maken een vuurtje, gaan onder een stapel bladeren liggen of wikkelen zich in plastic verpakkingsmateriaal tegen de kou.

Bij een bushalte zit een man op het bankje. Door de coke is hij klaarwakker.

“Slapen bij het Stoelenproject? Mij niet gezien,” zegt hij en maakt een gebaar alsof hij peterselie aan het hakken is. “Matrasje, matrasje, matrasje.” De boodschap is duidelijk. Hij wil niet als sardientjes naast elkaar liggen. “Ik loop straks gewoon een hotel binnen. Dan vraag of ik naar de wc mag en loop ik door naar de kelder of ik pak de lift naar de bovenste verdieping en ga ergens in een halletje liggen.”

Een korte pauze. Daarna splijt zijn gezicht open, laten we het houden op een lach. “Ik ben vandaag jarig!” Zijn hand wordt een vuist.

“Echt waar, ik ga zo gebakjes halen bij de Texaco. Kom, geef me een boks.”

Het is half vier.

Winteropvang

Van 1 december tot 1 april regelt de gemeente extra slaapplekken voor dak- en thuislozen in Amsterdam die zelf geen opvang kunnen vinden. regelt de gemeente extra slaapplekken voor dak- en thuislozen in Amsterdam die zelf geen opvang kunnen vinden. Dak- en thuislozen die aantoonbaar geen binding hebben met Amsterdam, worden terugverwezen naar de regio van herkomst.

Ook gaan de inloophuizen van De Regenboog Groep tussen 1 december 2017 en 31 maart 2018 weer langer open.

Zie het schema hiernaast.



Winteropeningstijden 1 december 2017 – 31 maart 2018 inloophuizen van De Regenboog Groep

De Spreekbuis

ma-vr 08:00 - 13:00

Ondro Bong

ma-vr 11:00 - 18:00

Oud West

ma en do-zo 08:30 - 11:30 en 12:30 - 15:30

di 08:30 - 11:30

wo 08:30 - 11:30 en 13:30 - 15:30

Blaka Watra

ma-zo 10:30 - 18:30

De Kloof

ma-vr 09:00 - 15:00

Makom

ma 13:00 - 16:00 en 17:00 - 19:45

di 13:00 - 19:00

wo 13:00 - 16:00 en 17:00 - 19:45

do 13:30 - 16:00 (Geen Regenboog, maar Drugspastoraat)

vr 10:00 - 12:00: ochtend in zelfbeheer en

13:00 - 16:00 en 17:00 tot einde film

za 10:00 - 13:00

zo 10:00 - 16:00

De Princehof

Inloop ma-zo 10:00 - 16:30

Gebruikersruimte ma-zo 10:00 - 18:00

AMOC

Inloop ma-vr 10:00 - 17:00

Gebruikersruimte

ma-vr 10:00 - 17:30

za en zo 12:00 - 19:30

De Meeuw

ma-vr 09:00 - 17:00

Help 80.000 Amsterdammers woord voor woord uit de eenzaamheid

Ruim 80.000 Amsterdammers leven in complete eenzaamheid. Zij zien of spreken soms dagenlang niemand. En dat terwijl zij juist een verhaal hebben dat gehoord mag worden. We hebben diverse bekende auteurs gevraagd om verhalen over eenzaamheid in de stad te schrijven. Op www.uitdeeenzaamheid.nl worden deze verhalen alleen zichtbaar als mensen de woorden ervoor doneren. Met deze gedoneerde woorden kan De Regenboog Groep gesprekken met coaches financieren, buurtrestaurants openen en daklozen opvangen, om zo alle Amsterdammers perspectief te bieden.

Het derde verhaal dat online onthuld zal worden is het verhaal van Klaas Boomsma. Klaas is, naast de broer van Arie, ook schrijver én hardloper. Schrijver en hardloper werd Klaas nadat hij zijn verslaving aan alcohol en cocaine inruilde voor het hardlopen. Vijf jaar en meerdere marathons verder, verschijnt zijn boek ‘Ren voor je leven.’

Voor Woord voor Woord uit de Eenzaamheid schreef Klaas speciaal voor ons een verhaal over zijn leven vóór de verandering. Onthul het snel mee op www.uitdeeenzaamheid.nl

HET INITIATIEF MET WOORDEN ALS BASIS

Marit Postma, De Regenboog Groep: “Wij dromen van een stad waarin plek is voor iedereen. Waarin de stad ieders thuis is, waarin niemand zich verloren hoeft te voelen. We zijn alle auteurs dankbaar die mee hebben gewerkt aan het initiatief Woord voor Woord uit de Eenzaamheid, dat iedereen de kans geeft om bij te dragen aan het verminderen van eenzaamheid in Amsterdam. Het initiatief raakt de kern van het probleem: eenzame mensen missen de warmte van sociaal contact. Woorden vormen nu juist de basis van gesprekken en sociaal contact in het algemeen.”

Lees ook de verhalen die al compleet zijn, gedoneerd door de mensen die je voorgingen!
www.uitdeeenzaamheid.nl

KONINGIN VAN DE KAARSEN

Tekst: Nicoline van der Spek | Fotografie: Merlijn Michon

Bianca (45) is de naam, en Bianca is leuk. Onder haar hippiehoed glanst niet alleen haar oorbel, ook haar ogen glimmen. Nog deze week wordt ze oma van alweer haar vierde kleinkind. Ze is lang dakloos geweest, maar heeft nu een eigen kamer. “De feestdagen zijn evl als je dakloos bent. Echt verschrikkelijk. Dat wens je geen mens toe. Dit jaar weet ik nog niet waar ik het ga vieren. Ik heb een hele grote kennissenkring, maar misschien vier ik het ook wel bij de kerk in de Kinkerstraat, hier om de hoek.”

Eigenlijk ben ik kunstenaar

We staan in de kaarsenmakerij Colors naast inloophuis Oud-West op de Bilderdijkstraat. Colors is een project van De Regenboog Groep waar mensen met een grote afstand tot de arbeidsmarkt een zinvolle dagbesteding vinden. Bianca werkt er drie dagen per week. Het is zeker niet haar eerste dagbestedingsproject. “Ik heb zo’n beetje aan alle dagbestedingen meegedaan die de gemeente me aanbood. Ik heb bij boer Piet gewerkt, bij boer André, bij boer Martijn. Echt boerinnenwerk in al die kleine dorpietjes om Amsterdam heen, Broek en Waterland en zo. Maar eigenlijk ben ik kunstenaar. Ik maak allemaal souvenirs van Fimo klei voor toeristen, daar ben ik heel goed in. Breien doe ik ook. Ik brei een sjaal in zes uurtjes. En ik maak schilderijen van paraffine, waar je ook kaarsen van maakt.”

Ik houd gewoon van kleurtjes

Stapje voor stapje krijgt haar leven weer kleur. Ze schrijft teksten voor rappers, zingt in een band, jazz, soul, disco. Ze heeft veel nieuwe vrienden en kan haar geluk niet op met al die kaarsen: “Ik houd gewoon van kleurtjes, weet je.”

Bianca is een spraakwaterval, maar vooral is ze een optimist. Ook is ze een doorzetter. Het is verstandiger een kaars aan te steken dan te klagen over de duisternis. Het is een uitspraak van de beroemde Chinese filosoof Lao-Tse, maar hij zou ook zomaar uit de mond van onze Bianca hebben kunnen rollen.

KERSTTIP!

Bezoek onze webshop! Van snuisterijen tot truien, van creatieve kaarsen tot rauwe rondleidingen en warme sokken voor de dakloze op straat. Allemaal cadeaus met een warm hart!

www.deregenboog.org/webshop

Nu weet je hoe de kaarsen worden gemaakt en waarom juist onze kaarsen zoveel pit hebben! Je vindt ze in de webshop van De Regenboog Groep.

Een cadeau kopen is twee keer iets geven!

Want van alles dat je in onze webshop koopt weet je dat het ofwel iemand geholpen heeft óf nog iemand gaat helpen en dan heb je het cadeau nog niet eens gegeven! Want met ieder item in onze webshop help je De Regenboog Groep helpen.

Ook kan je direct iemand helpen in deze koude maanden. Met nieuwe, warme sokken bijvoorbeeld, of een warme maaltijd.

Neem dus snel eens een kijkje op www.deregenboog.org/webshop



OVER DE ERVA- RING

Ervaringsdeskundigheid is een groot goed bij De Regenboog Groep. Want wie het klappen van de zweep kent, kan – als hij of zij er klaar voor is – ook mensen die nog niet zo ver zijn op gang helpen. Bijvoorbeeld als schouder.

Vaak gaan ervaringsdeskundigen ook werkelijk als ervaringsdeskundige aan de slag bij De Regenboog Groep. In het geval van Jovanka (46) is het net anders: ze werd niet aangenomen als ervaringsdeskundige, al maken haar ervaringen in haar vak, nu extra deskundig.

Fotograaf Aatjan Renders geeft via beeld zijn kijk op 'De Nacht' op de coverfoto. Het 'covermodel' Jovanka beschrijft hier haar kijk op de nacht.

D **De nacht is mooi?**
Het zwart en de eenzaamheid van de nacht is een mooie metafoor voor mijn periode van verslaving.
Letterlijk, omdat mijn leven zich gedurende tien jaar bij nacht en ontij afspeelde. En figuurlijk, omdat... Nou ja, dat hoeft ik niemand uit te leggen. Deze episode uit mijn leven zou een mooie brug zijn naar het thema 'De Nacht', toch ga ik het niet over deze periode hebben.

Ik wil liever iets vertellen over hoe 'de nacht' en de strijd om daar 'een dag' van te maken, twintig jaar na dato nog steeds invloed heeft op mijn leven. En wel op een geheel onverwachte manier.
Ik ben in de gezegende omstandigheid dat ik mijn verslaving achter me heb kunnen laten en alsnog een sterk en solide leven op heb kunnen bouwen. Ik heb kinderen, een uitgebreide vriendenkring, een prachtig huis en een leuke baan.

Eigenlijk een heel normaal leven. Toch is dat voor mij niet zo normaal. Doordat ik dakloos ben geweest, ben ik nog dagelijks dankbaar voor het feit dat ik een dak boven mijn hoofd heb. Doordat ik zo afhankelijk ben geweest en een tijdlang geen hoop meer had ooit nog onderdeel van de maatschappij uit te maken, ben ik apetrots op mezelf dat ik nu op alle fronten onafhankelijk ben. Doordat ik mijn lichaam zo verwaarloosd heb en in de veronderstelling was dat ik als 'straf' waarschijnlijk kinderloos zou blijven, ben ik nog steeds perplex dat ze er zijn: die prachtige jongen en meid. En dan zwijg ik nog over alle lieve nieuwe vrienden die ik heb gemaakt, down the road en alle oude vrienden die zo gul hun vertrouwen in mij hebben hersteld. Voor mij is niets vanzelfsprekend en ik zie alles nog steeds met verwondering en het gevoel dat ik een enorme bofkont ben. Ik tel mijn zegeningen, omdat ik maar al te goed weet hoe hard en meedogenloos het leven kan zijn.

Wat ik maar wil zeggen is dat soms het diepste zwart van de nacht juist glans aan de dag kan geven. Inmiddels werk ik dankzij mijn roerige verleden bij De Regenboog Groep. Ook daar geeft mijn verleden me dus weer iets. Maar nu kan ik ook iets teruggeven! De cirkel is rond.

Wat ik als één van de grootste krachten van onze ervaringsdeskundigheid zie, is de inspiratie die het kan geven aan mensen die nog dagelijks worstelen met hun verslaving en de bijbehorende shit. Dat het wel degelijk mogelijk is om alsnog iets moois van je leven te maken.

Wat ook een pre is, is dat ik onze doelgroep heel goed snap. Ik begrijp de charme van het gebruik en de vrijheid van het niet hebben van verantwoordelijkheden als geen ander. Verslaving kent namelijk ook een lichte en een donkere kant. Dat maakt stoppen vaak zo moeilijk.

Uiteraard probeer ik mensen ervan te overtuigen dat stoppen de moeite waard is en het leven prachtig mooi. Helaas lukt dat niet altijd en zie ik ook heel goed waarom. Het heeft met geluk (een onderdeel daarvan is de 'gunfactor'), persoonlijkheid (zonder oordeel) en omstandigheden te maken. De meeste deelnemers aan ons traject zijn niet in het bezit van een gelukkige combi van deze drie factoren. Als het niet lukt om iemand structureel weer op de been te helpen, dan is het zaak te roeien met de riemen die je hebt. Het leven, zoals het is, zoveel mogelijk glans te geven. Een geintje, een knuffel,

een luisterend oor, de nodige ondersteuning en een beetje veel liefde kunnen altijd wat licht in de duisternis brengen.

Zo, nou is het wel mooi geweest met de metaforen. Ik ga genieten van mijn dag!

Ben je, of ken je iemand die ook hulp van een ervaringsdeskundige zou kunnen gebruiken? Laat het ons weten! Op www.hulpvanderegenboog.org. Jovanka de Boer is ambulant dagcoördinator voor De Regenboog Groep in Amsterdam Noord. Ze werkt vanuit Huis van de Wijk De Meeuw aan het project 'Team Up', voor mensen die herstellen na hun verslaving.

DE COVER ALS CANVAS: FOTOGRAAF AATJAN RENDERS

Aatjan fotografeerde Jovanka in het holst van de nacht onder een brug in Amsterdam. Op de foto op deze pagina laat Jovanka haar tattoos zien. Ze hebben een diepe betekenis voor haar. In de palm van Jovanka's linkerhand is een oog getatoeëerd. "Het is het oog dat waakt over mijn leven." In de sterren op haar armen staan de namen van haar kinderen. Bekijk Aatjan Renders' indrukwekkende portfolio op www.aatjanrenders.nl

Fotografie: Aatjan Renders



Wilt u het werk van De Regenboog Groep (extra) steunen? Dan kunt u periodiek of incidenteel een donatie doen. Knip deze donatiekaart uit en stuur hem op naar De Regenboog Groep, antwoordnummer 11641, 1000 RA Amsterdam. Een postzegel is niet nodig.

Ik machtig Stichting De Regenboog Groep om met ingang van _____

per maand kwartaal jaar, van IBAN _____
een bedrag af te schrijven van €10 €25 €50 anders, nl. _____
 Ik wil graag periodiek schenken, stuur mij een schenkingsformulier.

Naam _____ M V

Adres _____

Postcode + plaats _____

Gebortedatum _____

Wilt u onze (digitale) nieuwsbrief ontvangen? Ja e-mailadres _____ Nee

Telefoon _____

Datum _____

Handtekening _____

Doneer eenmalig op NL21 INGB 0000 0080 81

U kunt zich ook via de website opgeven om donateur te worden. Ga naar www.deregenboog.org/donateur. Belt u liever? Telefoon 020 531 76 00

CODE 22045



ATINA

LADIES NIGHT

“Wat ben je mooi!”

Kappers, kleding, make-up, muziek en hapjes: het is Ladies Night in inloophuis Princehof. Voor vrouwen die weleens in het zonnetje gezet mogen worden.

Tekst: Brechtje Keulen Fotografie: Merlijn Michon

D'Daar in dat kleine café aan de haven' schalt uit de speakers. Plastic bordjes met appeltaart gaan rond. Een visagiste houdt een spiegel omhoog en vraagt verwachtingsvol: “Vind je het mooi geworden?”

Bezoeker Rita straalt. “Wow, echt. Tien punten voor jou!” Het is Ladies Night in inloophuis de Princehof op de Wallen.

Overdag komen hier daklozen en gebruikers, het merendeel mannen. Ze krijgen een kop koffie, een maaltijd, of komen voor de gebruikersruimte en de spuitnomruil. Maar vanavond is het feest voor vrouwen die weleens een extraatje kunnen gebruiken. Omdat ze dak- of thuisloos zijn of in moeilijke

situaties leven. Al sinds vier uur vanmiddag is het personeel bezig geweest de rauwe ruimte om te toveren tot een feestzaal: compleet met lichtsnoeren, bingoprijsjes in een cellofaantje en heel veel make-up en nagellak.

“Het idee voor deze avond ontstond doordat we heel veel kleding voor dames binnenkrijgen, terwijl onze bezoekers vooral mannen zijn”, vertelt locatiehoofd Anita Suuoverste. “We weten dat er ook vrouwen zijn die de spullen goed kunnen gebruiken en die ook weleens een leuke avond kunnen gebruiken, vandaar de Ladies Night.”

Tussen de huffer-proof tafels door, wagen de eerste dames zich aan een dansje. Binnen de kortste keren staat de ruimte blauw van de sigarettenrook.

Aandacht

Bezoeker Atina tuit haar lippen en bewondert haar nieuwe felrode lippenstift. “Als ik vroeger weleens make-up op deed, riepen de mensen: ‘Hoer!’ Toen ben ik ermee gestopt.” Ze haalt mistroostig haar schouders op. “Wel jammer, want het is leuk om jezelf mooi te maken.”

In een inloophuis zou je misschien verwachten vrouwen tegen te komen die niet veel aandacht besteden aan hun



WILHELMINA

uiterlijk. Toch vinden de dames die er vanavond zijn het heerlijk om eens in de watten gelegd te worden. Ze lachen, bewonderen elkaar en bloeien zichtbaar op.

“Ik ben acht jaar dakloos geweest”, vertelt Wilhelmina, die haar goudblonde haar net heeft laten bijknippen. Tevreden: “Zou je niet zeggen, hè?” In de jaren die achter haar liggen kwam ze vaak als bezoeker in de Princehof. Nu ze zelf weer een dak boven haar hoofd heeft, kookt ze nog regelmatig in het inloophuis. “Ik laat de mensen niet in de steek. Ze moeten het gevoel hebben dat ze welkom zijn, dat ze erbij horen.”

Op je plek

Terwijl de kappers knippen, de gehaktballetjes met knoflooksaus rondgaan en even verderop nagels worden gelakt, kijkt Dolly rustig om zich heen. Ze heeft een lastige tijd achter de rug. Toen zij 55 jaar oud was, ontdekte ze dat ze een autismespectrumstoornis heeft. Daarna duurde het lang voor ze haar plek had gevonden. Maar het is gelukt: ze doet nu dagbesteding bij de veegploeg en bij de kaarsenmakerij bij De Regenboog Groep. Ze had veel zin in een gezellige avond. “Ik hou wel van een beetje tutten. Misschien kan ik straks een lijntje boven mijn ogen laten zetten, of mijn haar laten föhnen. Zoiets.”

Mooi

Dan barst Rita aan de visagietafel in jubelen uit. Ze heeft net een laagje foundation gekregen, met een mooie lippenstift en oogschaduw. “Ik vind het geweldig! Ik ben heel blij dat ik dit mag beleven. Dit beurt vrouwen weer op.” Ze strijkt over haar haar als ze vanuit haar ooghoek vriendin Chantal voorbij ziet lopen, die net klaar is bij de kapper. “Oh, kijk Chantal eens!”, roept Rita. “Channie! Wat ben je mooi!”

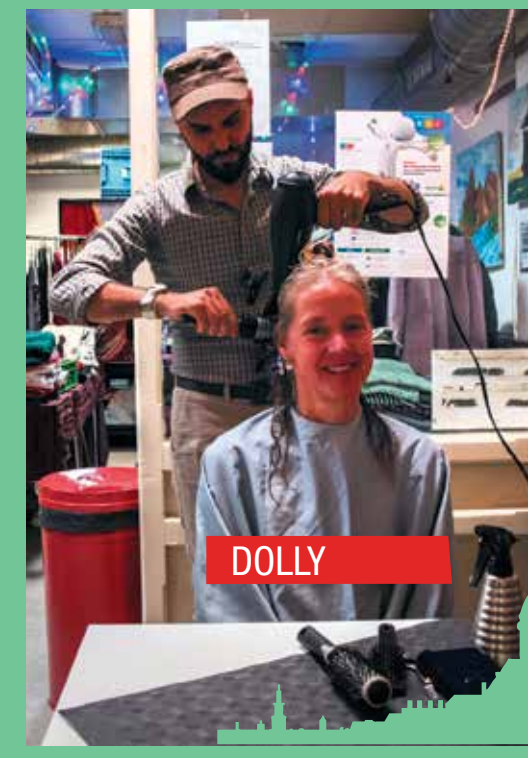
Dolly loopt na haar eigen kappersbehandeling even naar het toilet om beter in de spiegel te kunnen kijken. Ze straalt. Aandacht doet goed.

KLEDING OVER?

De Princehof verzamelt kleding die nog goed is, om die uit te delen aan bezoekers van het inloophuis. Dit zijn voornamelijk mannen, dus warme winterkleding en schoenen, dat is waar het meest behoefte aan is. Maar, zoals je ziet komt dameskledij ook heel goed terecht bij Princehof. De kledinginzameling is iedere werkdag tussen 10.00 en 16.30 uur open. (Oudezijds Voorburgwal 165)



RITA



DOLLY

Van inloophuis naar eigen huis

Voordeuren heb je in alle soorten en maten. Die van Nelis (58) is wel heel speciaal, omdat hij er 18 jaar op heeft moeten wachten. “Mijn eigen woninkie, ik kan wel janken.”

Door: Nicolline van der Spek | Foto: Merlijn Michon

Handen als kolenschoppen en een lengte van tenminste twee meter. Nelis is de naam! Althans de schuilnaam: “Ik woon nu in een hele sjeke kaaskoppenbuurt en wil geen gajes aan mijn deur.” Wel wil hij zijn verhaal onder een andere naam vertellen. Maar eerst thee. De grote vriendelijke reus loopt zo trots als een pauw naar zijn eigen keuken en schenkt de thee in. In nota bene goudgerande kopjes! “Allemaal gekregen”, lacht hij alsof hij zich moet verontschuldigen. “Net als mijn meubels en dat kastje waar de tv op staat. Eigenlijk heb ik alles gekregen.” De telefoon gaat. “Een koelkast zeg je. Ja maar ik heb helemaal geen centen. Gratis! Echt?” Tranen.

Sinds 2001 staat Nelis al ingeschreven voor een woning. Nooit prijs. Hij woonde antikraak of sliep bij vrienden op de bank. Een paar maanden geleden kwam deze woning vrij. “Ik wist niet wat ik hoorde. Ik was de zesde in de rij, en gaf mezelf geen schijn van kans, maar ineens werd ik gebeld: we hebben een woning voor u. In de Rivierenbuurt nog wel. Ik kon wel janken!”

Ontslag

Nelis heeft zijn leven lang gewerkt, met name in de bouw. Hij is ook glazenwasser geweest en heeft als verhuizer gewerkt. In 2013 is hij op straat gezet om sociaal-economische redenen.

“Ik heb me suf gesolliciteerd, maar ze vonden me overal te oud. Ik kreeg slaapproblemen, en greep naar de fles. “Ik ben een kerel, wat denk je. Ik ging keilen.”

Hij zat dagen in het Vondelpark, waar hij, ondanks zijn lengte, als een zielig hoopje op verschillende bankjes zat te kniezen. Toen kwam ik L. tegen, een rastafari. “Wat zit je daar nou man?”, zei die gast. Weet je wel dat je daar en daar soep kunt krijgen. Ik ben toen bij Oud-West terechtgekomen, een inloophuis van De Regenboog Groep op de Bilderdijkstraat. Daarna kwam alles op zijn pootjes terecht.”

ONDER DE PANNEN: SNELLER ONDERDAK VOOR MENSEN ZOALS NELIS

Er is een groep nieuwe daklozen, niet verslaafd of met psychiatrische aandoeningen, maar zonder goed sociaal netwerk dat hen opvangt. Voor deze mensen bestaat niet of nauwelijks opvang, terwijl deze groep in omvang toeneemt.

Daarom is De Regenboog Groep een project gestart. Het gaat vooral om mensen die door verlies van hun baan of door scheiding op straat terecht komen. Doel van het project is om mensen snel onderdak te bieden, zodat zij niet verder afglijden en afhankelijk raken van hulpverlening en mogelijk van de (dure) nachtopvang.

De Regenboog Groep heeft in samenwerking met de Gemeentelijke Ombudsman voor deze specifieke groep een alternatief aanbod bedacht, genaamd **Onder de Pannen**. Deze nieuwe daklozen brengen we tijdelijk onder bij Amsterdammers die een kamer beschikbaar hebben en bereid zijn een mede-Amsterdammer hulp te bieden.

Degene die onder dak gebracht wordt, betaalt hiervoor huur en een onkostenvergoeding.

De gemeente financiert het project en er is een samenwerkingsovereenkomst met de grootste woningcoöperaties.

Wil je meer informatie? Bel naar 020 – 5317600 of kijk op www.deregenboog.org/onder-de-pannen

Eelt

“Via Homeservice, een project van De Regenboog Groep, kon ik aan de slag als verhuizer. Ik heb heel veel ervaring, maar die andere jongens van De Regenboog stonden heel stom te kijken. We moesten een oude wasmachine aanslaan. Dat is zwevend beton zo’n machine. Die moet je echt inpakken als een cadeautje, anders gaat het mis. Vierpuntsbelasting.

Daar hadden ze nog nooit van gehoord. Dus ik alles uitleggen. Prachtig. Weet je, mijn zelfvertrouwen was nog maar zó klein.” Nelis perst zijn duim en wijsvinger op elkaar. Nu voelt hij weer bloed door zijn spieren en komt ook het eelt op zijn handen langzaam terug. “Na vier jaar op de bank zitten, was al het eelt verdwenen. Nu voel ik me weer man.”

Nelis is een pseudoniem.

DE NACHT IS TIJD VOOR BEZINNING

Interview: Nicolline van der Spek | Foto: Omroep Max | Mike Roelofs

“Mensen zijn in de nacht minder gejaagd. Iedereen luistert ook beter. Dat merk ik echt. Ik heb ook overdag radio gemaakt, in de drukke uren. Dan is er veel minder aandacht. De nacht is tijd voor bezinning. Dat levert heel mooie verhalen op...

Zo heb ik ooit een dakloze man aan de lijn gehad. Dat vond ik een fascinerende beller, want ik dacht altijd dat daklozen zielig waren. Hij sliep in een zelf gefabriceerd tentje, ergens in een park. Daar lag hij dan lekker radio te luisteren. Ik zei tegen die man dat het toch te doen moest zijn om in een welvarend land als Nederland een dak boven je hoofd te regelen. Toen begon hij te lachen. Hij wilde helemaal geen huis. Dat vond ik een eyeopener. Het laat ook zien waar Nachtzuster voor staat. Het is geen programma voor zielige mensen. Het gaat altijd ergens over, van Egyptische piramides tot het geven van melk aan egeltjes. Heerlijke onderwerpen, waarover verbazingwekkend veel kennis bestaat in Nederland. Dan krijg ik weken later nóg reacties van mensen die me benaderen via Facebook om het effect van melk op allerlei soorten zoogdieren uit de doeken te doen. Als ik dan niet op tijd reageer, worden ze soms boos. Maar ik blijf altijd aardig. Mijn levensmotto is een zin uit een liedje van Daniël Lohues: *Je moet aardig doen tegen mensen die niet aardig doen*. Want die hebben het het hardste nodig. Zeker 's nachts.”



Astrid de Jong presenteert elke donderdagnacht van 2.00 tot 6.00 uur het programma *Nachtzuster* op Radio 1.