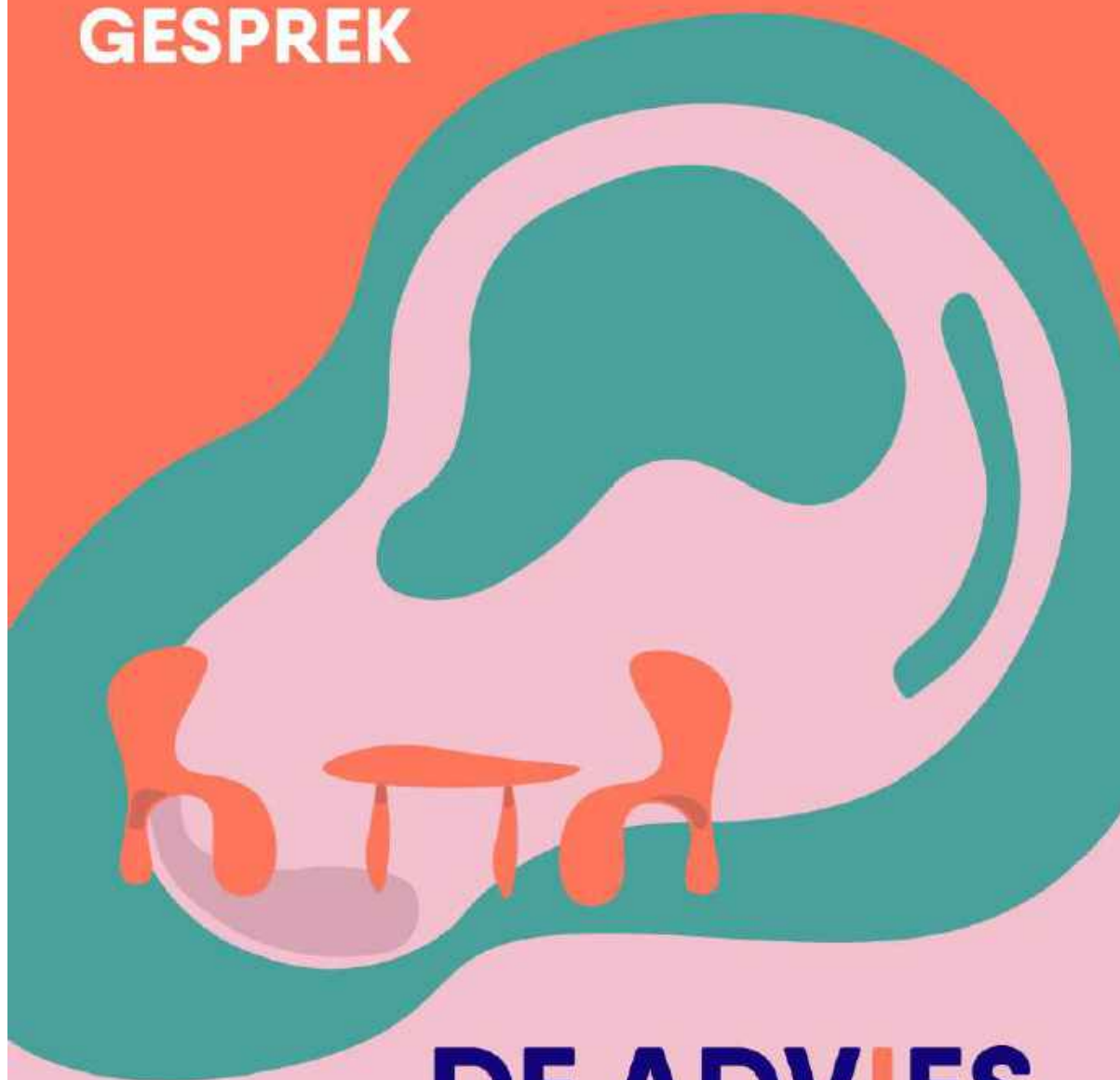


**VOOR EEN  
VERTROUWELIJK  
GESPREK**



**DE ADVIES  
WINKEL**

Stichting De Advieswinkel; Jaarverslag en afrekening  
2019-2020

## Inhoudsopgave

<b>Voorwoord</b>	<b>2</b>
<b>Algemeen</b>	<b>3</b>
Adresgegevens	3
Rechtsvorm	3
Bestuur	3
Raad van Toezicht	3
Commissie van Advies	3
Doelstelling	3
<b>Samenvatting bestuursjaar</b>	<b>4</b>
Bezoekers	4
Vrijwilligers en werkwijze	4
Huisvesting	4
Samenwerkingen	5
Promotie	6
Bekostiging	6
<b>Afrekening</b>	<b>7</b>

## Voorwoord

Het concept *De Advieswinkel* werd bedacht door de Nationale DenkTank 2013 en is vervolgens in 2014 opgericht. Inmiddels heeft de stichting een stevige basis en heeft al verschillende generaties student-vrijwilligers getraind. Een netwerk van betrokken GZ-Psychologen verzorgt supervisie avonden en een paar keer per jaar wordt een thema-avond georganiseerd om onze vrijwilligers verder te scholen in relevante gebieden. Afgelopen jaren heeft het bestuur hard gewerkt aan het werven van bezoekers, resulterend in een groeiend aantal bezoekers. Het eerste half jaar van het huidige bestuursjaar verliep dan ook voorspoedig met recordaantallen in gesprek aantallen en een sterke focus op promotie en het verder vergroten van de naamsbekendheid van De Advieswinkel. Het tweede half jaar werd echter gekleurd door de uitdagingen van de maatschappelijke ontwikkelingen rondom het coronavirus. Hierbij lag de nadruk op het blijven verbinden van het team, het zoeken van nieuwe mogelijkheden om onze werkzaamheden door te zetten en oplossingen te vormen voor onze geslonken bezoekersaantallen. We zijn gesprekken, intervisies en supervisies gaan aanbieden via Zoom en meer nadruk gaan leggen op onze online zichtbaarheid, via Facebook en Instagram. Ten slotte is onze subsidieaanvraag bij de Gemeente Amsterdam gehonoreerd waardoor De Advieswinkel ook volgend jaar financieel stabiel zal zijn.

# Algemeen

## Adresgegevens

Stichting de Advieswinkel  
Nieuwe Achtergracht 170  
1018WV Amsterdam  
E-mail: [info@de-advieswinkel.nl](mailto:info@de-advieswinkel.nl)

## Rechtsvorm

Stichting de Advieswinkel is een stichting gevestigd te Amsterdam. De stichting is op 9 april 2014 ingeschreven bij de Kamer van Koophandel in Amsterdam.

## Bestuur

Mevr. M.A Godes (voorzitter)  
Mevr. E. Ijzerman (secretaris)  
Mevr. F.A.T. Both (penningmeester)

## Raad van Toezicht

Prof. Dr. M.H.J. Bekker  
Dhr. G.J.M. Cornel  
Mevr. H.B.M. Miedema

## Commissie van Advies

Mevr. B. Hogendoorn  
Mevr. H. Thio  
Mevr. M. ter Avest

## Doelstelling

Stichting de Advieswinkel streeft twee doelen na, die zoveel mogelijk gelijktijdig en in onderlinge samenhang worden nagestreefd:

1. het bevorderen van de kwaliteit van leven van mensen van de algemene bevolking door middel van het verhogen van de psychische volksgezondheid;
2. het bevorderen van de praktische vorming van gevorderde universitaire psychologiestudenten.

De Advieswinkel wil de drempel om psychologische hulp te zoeken verlagen, het praten over psychische klachten normaliseren en zo voorkomen dat deze klachten verergeren. Mensen met milde psychische problemen lopen vaak jaren met hun klachten rond voordat ze naar de huisarts of psycholoog gaan. Dat zorgt voor ziekteverzuim en verergering van de klachten, waardoor psychische problemen steeds grotere gevolgen hebben.

Dit doen we door gratis, anoniem en vrijblijvend gesprekken aan te bieden met vergevorderde psychologiestudenten. De Advieswinkel beoogt deze studenten hiermee een unieke kans te geven om tijdens hun studie meer praktijkervaring op te doen. De vrijwilligers verhelderen samen met de bezoeker het probleem en komen

gezamenlijk tot een praktisch doel en advies. Tevens kan men bij onze vrijwilligers terecht voor meer informatie over psychische klachten en informatie over het zorgaanbod in de buurt.

## Samenvatting bestuursjaar

### Bezoekers

Het afgelopen jaar hebben wij 44 bezoekers mogen verwelkomen bij De Advieswinkel. Deze zijn voornamelijk in het eerste half jaar gezien. Vanaf de eerste lockdown in maart zijn onze bezoekerscijfers sterk gedaald. Bezoekers waren over het algemeen zeer tevreden met de gesprekken. Gemiddeld gaven bezoekers hun stemming voor het gesprek een 6 en na het gesprek een 7.1. De gemiddelde tevredenheid van het gesprek was een 8.4 en de mate waarin bezoekers De Advieswinkel zouden aanraden betrof gemiddeld een 9.2.

### Vrijwilligers en werkwijze

Er zijn drie woensdagavonden per maand waarin de gesprekken zijn gehouden met iedere avond maximaal drie boekingen. In verband met de huidige ontwikkelingen rondom het coronavirus zijn de tijden van de gesprekken flexibeler geweest en in overeenstemming met de bezoeker. Deze gesprekken werden dan online gevoerd. De vierde woensdagavond van de maand vond er ofwel een supervisie ofwel een intervisie plaats. Tijdens de supervisie worden de gesprekken met bezoekers uitvoerig besproken en bij mogelijke vraagtekens de nodige begeleiding en ondersteuning gegeven. Dit geeft de vrijwilligers de kans om zoveel mogelijk van de gesprekken te leren en zich verder te ontwikkelen.

Het afgelopen jaar werkten er 9 psycholoog-vrijwilligers bij de Advieswinkel, afgezien van het bestuur die ook getraind is voor gesprekken. Onze vrijwilligers schrijven zich per maand voor twee reguliere diensten en één achterwacht dienst in. Daarnaast werden er enkele keren een thema-avond georganiseerd voor onze vrijwilligers, waarin verschillende relevante onderwerpen worden besproken omtrent de GGZ. Zo is er bijvoorbeeld via Zoom een training gegeven over zelfcompassie, een onderdeel van mindfulness, die zeer positief door de vrijwilligers werd ontvangen. Daarnaast heeft de Advieswinkel drie trainers, die de training voor de vrijwilligers verzorgen, waarbij de theorie van gespreksvaardigheid wordt besproken en wordt geoefend aan de hand van rollenspellen. Ook deze trainingen, die dit jaar in april zijn gegeven, zijn succesvol via Zoom uitgevoerd. Door middel van de supervisie, intervisie, thema-avonden en trainingen werd ook dit jaar gewaarborgd dat de vrijwilligers in staat zijn namens de Advieswinkel gesprekken te voeren van goede kwaliteit.

### Huisvesting

De Advieswinkel is momenteel gevestigd in Crea, het bruisende cultureel centrum voor Amsterdamse studenten. Dit bevindt zich temidden van de campus van de Universiteit van Amsterdam. Hierdoor is het zeer toegankelijk voor onze doelgroep, de Amsterdamse student. Echter is het door de centrale locatie en de goede bereikbaarheid met het openbaar vervoer voor alle Amsterdammers toegankelijk. De locatie is halverwege het jaar in verband met het coronavirus gesloten, waardoor we

over zijn gestapt op online gesprekken, gevoerd via Zoom. De hoop is dat Crea binnenkort weer hun deuren voor ons zullen openen waardoor we onze gesprekken op locatie weer kunnen oppakken. Tot die tijd blijven we online gesprekken aanbieden.

## Samenwerkingen

Met betrekking tot externe relaties zijn we dit jaar minder contact aangegaan in vergelijking met voorgaande jaren. Door de omstandigheden rondom het coronavirus hebben onze prioriteiten elders gelegen. Echter liggen veel lijnen uit verleden jaren nog uit en zijn klaar om te openen. Het huidige jaar hebben we getracht te werken aan het vergroten van de naamsbekendheid van de Advieswinkel, dit wordt gereflecteerd in onze contacten. In de toekomst hopen we vooral (sterker) te verbinden met lokale huisartsen en organisaties zoals Alliantie Wijkzorg stadsdeel Centrum.

### **Studentenbox**

De Studentenbox is een organisatie die nieuwe studenten op weg helpen door hen een box aan te bieden met allerlei samples, folders en eten. We zijn in contact geweest om een folder van De Advieswinkel in de boxen voor Amsterdam te krijgen. Ieder jaar selecteert de Studentenbox een partij die dit tegen kostprijs mag doen, dit jaar wilde de Studentenbox dit voordeel aan De Advieswinkel verlenen. Hier zijn we toen niet mee in zee gegaan, gezien de toenemende onzekerheid rondom het coronavirus. Echter hebben we de mogelijkheid voor dit aanbod staan voor het komende jaar.

### **Spiegeloo**

De Spiegeloo is de maandelijkse krant van de faculteit psychologie aan de Universiteit van Amsterdam. We zijn hiervoor geïnterviewd en dit interview is gepubliceerd in De Spiegeloo. Hierdoor is onze naamsbekendheid waarschijnlijk vergroot.

### **@ease**

@ease is een organisatie vergelijkbaar aan De Advieswinkel. We hebben hen benaderd voor mogelijke samenwerkingen. Zij leken hier open voor te staan echter zijn de exploraties naar een samenwerking uitgesteld wegens het coronavirus.

### **De Kleine Consultant**

De samenwerking met de Kleine Consultant begon aanvankelijk met dat ze tegen gereduceerd tarief De Advieswinkel onder de loep hebben genomen en advies hebben gegeven over ons verdere verloop. Echter bleken veel van de medewerkers bij de Kleine Consultant te kampen met stress-gerelateerde problemen. Om deze reden hebben wij hen vaker gesproken en gesprekken aangeboden en gegeven.

### **Marleen ter Avest, mindfulness trainer**

Marleen ter Avest is een mede oprichter van De Advieswinkel, oud bestuurslid en huidig lid van onze commissie van advies. We zijn in gesprek gegaan met haar om mogelijk onze vrijwilligers tegen gereduceerd tarief mindfulness trainingen aan te

bieden. De precieze toepassing hiervan laat zich nog op zich wachten aangezien Marleen het komende jaar te weinig tijd heeft in verband met andere bezigheden. In de toekomst wordt deze vorm van samenwerking herzien.

### **SPS-NIP**

SPS-NIP is een organisatie voor Nederlandse Psychologiestudenten. Ze hebben ons geholpen door zowel ons bedrijf als onze zoektocht naar nieuwe vrijwilligers te promoten. Mogelijk kunnen we deze samenwerking in de toekomst uitbreiden.

### **Promotie**

Het afgelopen jaar hebben we proberen sterk in te zetten op promotie. Het bereik op sociale media is vergroot, zo heeft onze Facebookpagina inmiddels 1134 volgers. Wekelijks wordt een bericht geplaatst gerelateerd aan de geestelijke gezondheid, zoals relevante artikelen. Ook is er een Instagram account aangemaakt die in korte tijd 136 volgers heeft vergaard. Hierop worden de vrijwilligers voorgesteld en relevante informatie gegeven omtrent De Advieswinkel. Daarnaast hebben we geadverteerd op Google, Facebook en Instagram om onze online zichtbaarheid te vergroten. Deze kanalen zijn omtrent COVID-19 extra belangrijk geworden. Verder hebben we veel geflyerd op de campus en omstreken, en op plekken waar veel studenten komen zoals studentencomplexen en studenten bibliotheken. Enkele bezoekers hebben aangegeven dat zij via deze flyers bij ons zijn gekomen, dus we beschouwen deze pogingen als succesvol. Ook hebben we rond de 40 studentgerelateerde organisaties gecontacteerd in de hoop op nieuwe gesprekken en samenwerkingen. Daarnaast zijn we gepromoot door De Spiegeloog en SPS-NIP.

### **Bekostiging**

Bij het opzetten van de Advieswinkel had de stichting nog geen vermogen, en zijn de kosten door de oprichters voorgeschoten. Als eerst hebben wij een subsidie ontvangen van de Fonds Psychiatrische Gezondheid. Vervolgens heeft de stichting een beroep gedaan op enkele partijen voor subsidies. Drie jaar geleden hebben wij een subsidie ontvangen van gemeente stadsdeel Oost en een jaar later een subsidie van stadsdeel centrum. Ook hebben wij twee jaar geleden een eenmalige subsidie ontvangen van de Rabobank. In oktober 2020 is subsidie vanuit Stadsdeel Centrum gehonoreerd.

## Afrekening

Periode: 30-06-2019 t/m 30-06-2020

### Inkomsten boekjaar 2020:

Subsidie*	€0,00
Overige inkomsten	€0,00

### Uitgaven boekjaar 2020:

Verzekeringen	€ 0,00
Promotiekosten	€ 1,476,82
Kantoorkosten	€630,46
Coördinatiekosten	€ 303,46
Overige kosten	€ 137,10
	<hr/>
	€0,00
	<hr/>
	€2.547,84

Verschil: inkomsten - uitgaven      **€2547,84**

\* Het boekjaar en het bestuursjaar heeft dit jaar ongelijk gelopen waardoor de subsidie, die in oktober 2020 gehonoreerd werd, niet in het huidige boekjaar valt. Deze inkomstenpost zal derhalve in het volgende jaarverslag worden opgenomen.



Balans 30 juni 2020

<u>Activa</u>	30-6-2016	30-6-2017	30-6-2018	30-6-2019	30-6-2020
Bank	€ 319,71	€ 3.833,72	€ 5.956,60	€3.301,92	€754,08
Borg	€ 50,00	€ 50,00	€ 50,00	€50,00	€50,00
	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
	€ 369,71	€ 3.883,72	€ 6.006,60	€3.351,92	€804,08
 <u>Passiva</u>	 30-6-2016	 30-6-2017	 30-6-2018	 30-6-2019	 30-6-2020
Crediteuren 2016	€ 159,06	€ 106,32			
Crediteuren 2017		€ 37,33			
Crediteuren 2018			€ 0,00		
Crediteuren 2019				€ 0,00	
Crediteuren 2020					€ 0,00
Eigen vermogen	€ 210,65	€ 3.740,07	€ 6.006,60	€3.543,34	€804,08
	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
	€ 369,71	€ 3.883,72	€ 6.006,60	€3.543,34	€804,08