



Waar vrouwen samenkomen, ontstaat beweging

Welkom bij Vrouw aan het IJ!

Met veel trots en enthousiasme presenteren we de eerste editie van onze kwartaalnieuwsbrief. Vrouw aan het IJ is een bruisende ontmoetingsplek en ontwikkelruimte voor vrouwen en meiden van alle achtergronden in Amsterdam-Noord. Samen met onze leden, partners en actieve buurtbewoners bouwen we aan een veilige, creatieve en krachtige plek waar verbinding, welzijn en economische zelfstandigheid centraal staan.



Even voorstellen: Anke van Hage – Community Manager

Sinds 1 februari versterkt Anke van Hage ons team als Community Manager. Anke is het kloppend hart van onze community: zij bouwt met het team verder aan de ontwikkeling van Vrouw aan het IJ, zorgt voor verbinding zowel binnen Vrouw aan het IJ als met de buurt, luistert en ziet en creëert kansen.

“Met elkaar werken we aan een plek waar iedereen zich welkom voelt en op zijn eigen manier kan groeien”

Anke; Ik ga graag het gesprek aan met mensen, dus voel je welkom langs te komen voor een kop koffie! Maandag t/m donderdag ben ik vaak bij Vrouw aan het IJ. Natuurlijk ben ik ook wel eens de wijk in voor afspraken, dus als je zeker wilt weten dat ik er ben kan je het beste even bellen of een appje naar mij sturen, 06-16394939. Mailen kan uiteraard ook, anke@vrouwaanhetij.com



Waarom Vrouw aan het IJ?

Het begon met een droom van vrouwen uit de wijk. In 2019 sloegen betrokken buurtbewoners, informele vrouwenorganisaties en professionals de handen ineen. Ze startten Vrouwenpower, een platform waar vrouwen elkaar vonden, leerden kennen en samenwerkten. Maar er miste iets: één plek waar vrouwen zich echt thuis voelen, elkaar versterken en samen kunnen groeien. In 2021 vroegen we stadsdeel Noord – via een petitie – om die plek. En in 2023 kwam die droom uit: in het iconische Tolhuis opende het vrouwen- en meidencentrum Vrouw aan het IJ. Sinds januari bruist het gebouw van energie. Vandaag delen we met trots deze mijlpaal met jou.

Co-creatie zit in ons DNA

Wat Vrouw aan het IJ uniek maakt, is de manier waarop we samenbouwen. Co-creatie betekent voor ons: ruimte geven aan de stemmen van vrouwen, professionals en vrijwilligersorganisaties uit Noord. Hun ideeën, hun kracht, hun dromen. Samen creëren we een gemeenschap die van iedereen is – en waarin iedereen mag bloeien.

Vrouw aan het IJ is live!

Met veel plezier delen we dat we op 1 april onze nieuwe website hebben gelanceerd: www.vrouwaanhetij.com Hier vind je alles over onze missie, activiteiten, agenda en hoe je kunt meedoen of bijdragen. Neem vooral een kijkje en sluit je aan bij onze groeiende beweging!



Een feestelijke start

Op **26 februari** vierden we onze officiële kick-off met partners, betrokken vrouwen en lokale initiatiefnemers. De sfeer was warm, krachtig en vol belofte. Een eerste stap naar een levendige gemeenschap vol samenwerking en inspiratie.

Economie van de toekomst: onze Coöperatie

Op **10 maart** werd de Coöperatie Vrouw aan het IJ opgericht. Als sociale onderneming herinvesteren we wat we verdienen weer in de coöperatie en de vrouwen en meiden uit Noord.

Onze coöperatie is van en voor vrouwen – samen creëren we duurzame kansen voor economische zelfstandigheid.

Wil je meedoen of lid worden? Meer info vind je op onze website.



Dankbaar voor de weg hiernaartoe

Een bijzondere dank gaat uit naar **Pasha Elstak**, onze toegewijde procesbegeleider. Zij stond aan de wieg van dit initiatief en speelde een sleutelrol in de opbouwfase. In april namen we op warme wijze afscheid van haar – een moment van groei. Dank je wel, Pasha, voor je openheid, je vertrouwen en het pad dat je mee hebt geplaveid.



Terugblik van de afgelopen vier maanden

Een paar hoogtepunten van onze eerste maanden:

Gezondheid & welzijn

31 jan – Optimaliseer je nachtrust
Met ademhalingstechnieken, een soundsheling sessie en een voedzame lunch leerden deelnemers hoe essentieel rust en slaap zijn voor balans en herstel.

13 april – Holistische cirkel
Een plek voor verbinding, zelfreflectie en innerlijke kracht.

Kunst & cultuur

Afgelopen maart organiseerden we in samenwerking met Vrouwenbazaar twee culturele iftars. **Op 14 maart** vierden we deze bijzondere avond met zo'n 45 vrouwen, vol kunst, verbinding, liefde en dankbaarheid. We genoten niet alleen van een heerlijke maaltijd, maar ook van een indrukwekkend optreden van Ahmad Alkhatib, een soefidanser uit Syrië, gespecialiseerd in de Derwisjdans. Ahmad stamt uit een familie waarin deze traditie al meer dan 150 jaar wordt doorgegeven. Zijn stijl verbindt oude tradities met moderne invloeden en brengt een diepe spirituele beleving. Samen met zijn kinderen nam hij ons mee in de symboliek van de Derwisjdans, geworteld in het soefisme: met de rechterhand naar de hemel om liefde te ontvangen, en de linker naar de aarde om die liefde te verspreiden. Een dans die raakt, verbindt en inspireert.





Kunst & cultuur

Op **21 maart** vierden we samen de lente met een avond vol geloof, cultuur en samenzijn. We brachten twee tradities samen: de iftar en Nowruz – het Perzische Nieuwjaar. Na een warme maaltijd genoten we van muziek, dans en een kleurrijke modeshow van Afghaanse meiden, met een prachtig optreden van zangeres Mahnaz Yaganah. Een feestelijke avond vol traditie, diversiteit en verbondenheid in het hart van Amsterdam-Noord.



Circulaire economie & mode

19 maart – Vrouwen Café: ontdek circulaire fashion. In samenwerking met Modestraat onderzochten we hoe vrouwen uit Noord denken over duurzame mode. De kennis en betrokkenheid waren indrukwekkend – een veelbelovende start voor onze circulaire productlijn.

Economische Empowerment

Op **15 april** organiseerden Vrouw aan het IJ, WPI en VCA een inspirerende bijeenkomst voor vrouwen die vooruit willen. Centraal stond de boodschap: economische zelfstandigheid is mogelijk – stap voor stap. Na een interactieve kennismaking deelden twee vrouwen hun persoonlijke weg van bijstand naar zelfstandigheid. Ervaringen die raakten én motiveerden. Aan thematafels ontvingen deelnemers gerichte informatie over: inkomen en toeslagen, ondernemen vanuit de bijstand, taal, participatie, werk tijdens schooltijden, vacatures en loopbaanmogelijkheden. De ochtend bracht energie, inzichten en concrete vervolgstappen. Veel vrouwen gingen naar huis met hernieuwde motivatie én de wens voor een vervolg. Samenwerking, herkenning en perspectief maakten deze ochtend tot een succes... **Het kan wél!**



Creativiteit & ondernemerschap

Naaiatelier door Thee Salon. Elke dinsdag van 10:00 tot 12:00. In een gezellige en veilige sfeer leer je kleding repareren, aanpassen en ontwerpen.

Upcycle sessies – Van oud naar goud! door Stichting Cleopatra. Elke dinsdag van 13:00 tot 15:00. Maak unieke tassen, sieraden en accessoires van hergebruikte materialen en leer spelenderwijs over duurzaamheid en circulaire mode.

Sociale weerbaarheid

25 maart – Arbeidsuitbuiting: achter gesloten deuren

Op 25 maart organiseerden de Vrouwenrechtswinkel en FairWork een bijeenkomst voor professionals over verborgen vormen van arbeidsuitbuiting, ook binnen huiselijke situaties. Er werd open gesproken over arbeidsrechten – ook in gevallen van zwart werk of ongedocumenteerde status. Het werd een leerzame middag vol waardevolle kennisuitwisseling en verdieping.

Binnenkort bij Vrouw aan het IJ, zet het alvast in je agenda!

- 24 april: Gezondheid & welzijn: De overgang
- 14 mei: Sociale weerbaarheid
- 28 mei: Economische empowerment
- 4 juni: Mentale gezondheid
- 24 juni: Moslimdiscriminatie

Check onze Facebook agenda voor het volledige programma op deze [link](#) of stuur een email naar info@vrouwaanhetij.com

Voorjaarstip: Oefen dankbaarheid

In deze tijd van groei en bloei: sta stil bij wat goed gaat. Schrijf elke dag iets op waar je dankbaar voor bent – hoe klein ook. Een glimlach, zon op je gezicht, een lief woord. Dankbaarheid brengt rust, verbinding en licht, juist in de drukte van alledag.

Tot de volgende editie – juni 2025!

Onze nieuwsbrief verschijnt elk kwartaal. In juni brengen we je opnieuw een inspirerende update vol verhalen, vrouwenkracht en nieuwe plannen.

Tot die tijd: volg ons online, doe mee aan onze activiteiten, of kom gewoon even binnenlopen. Onze deur staat open.

Tot slot...

We kijken met trots terug op wat we samen hebben neergezet – en met nog meer vertrouwen vooruit naar alles wat nog komt.

Dank je wel dat jij deel uitmaakt van onze community: door mee te doen, te lezen, te delen of simpelweg aanwezig te zijn.

Samen bouwen we aan een krachtige plek waar vrouwen groeien, verbinden en bloeien.

Met hartelijke groet,

Team Vrouw aan het IJ

