

JAARPLAN 2026

SAMEN STERKER VOOR VROUWEN IN LIMBURG



SHARE
POWER

www.sharepower.nl

Inhoud

Inleiding	3
1. SharePower.....	4
1.1 Visie, missie en kernwaarden	4
1.2 Good governance	4
1.3 Thema's SharePower.....	4
1.4 Maatschappelijke relevantie.....	5
1.5 Samenwerking en expertise SharePower	6
2. Activiteiten 2026	7
2.1 Sexting lesprogramma	7
2.2 Likes, liefde en grenzen – hoe ga je hier als ouder mee om?	8
2.3 Basisschool docenten les: Likes, liefde, grenzen & games	9
2.4 Krachtige vrouwen Limburg	10
2.5 Krachtige vrouwen-Rolmodellen aan het woord	11
2.6 Vrouwveiligheid	12
2.7 Loopbaan en zelfontwikkeling voor moeders/vrouwen met een migratieachtergrond.....	13
2.8 Ouderbetrokkenheid en Leerproblemen in het Nederlandse Onderwijs.....	14
2.9 Werken of niet, jouw rechten en plichten.....	15
2.10 Zwanger, wat moet ik regelen?	16
2.11 Vrouwengezondheid	17
2.12 Gezonde Vrouwen, Sterke Toekomst.....	18
2.13 Partners van PTSS.....	18
2.14 Opstarten lokale netwerken Doelstelling:.....	20
2.15 De kweekvijver	20
2.16 Mamacafe	21
3. Overige activiteiten.....	22
3.1 Bewustwording genderongelijkwaardigheid	22
3.2 Inzet vrijwilligers	22
3.3 Subsidies en andere inkomsten	23

Inleiding

In het jaar 2025 heeft SharePower en haar rechtsvoorgangers, haar 50-jarig jubileum gevierd. Een mijlpaal in de inzet voor de positie van vrouwen in Limburg, maar ook een tragische constatering van de noodzakelijkheid van de organisatie in een wereld die wederom vrouwonvriendelijker dreigt te worden

Inmiddels streven vrouwen mannen links en rechts voorbij, zijn succesvoller in studie, bezetten steeds meer belangrijke posities in de samenleving en de missie waarvoor de organisatie opgericht is, lijkt volbracht. Niets is echter minder waar.

De achterstand die mannen nu lijken op te lopen ten opzichte van vrouwen is voor de rechts populistische politiek een aanleiding voor het uitvergroten van de ontreddering van de man ten opzichte van de vrouw. Dat komt de door Sharepower nagestreefde gelijkwaardigheid niet ten goede.

Dat vraagt in samenwerking met de Provincie Limburg en in aansluiting op het 'Beleidskader 2024-2027, Samen Leven en bestaanszekerheid' van de Provincie Limburg nog steeds om het versterken van de positie van vrouwen in onze provincie.

Dit jaarplan beschrijft de activiteiten die Sharepower in 2026 wil uitvoeren. Daarnaast komen ieder jaar activiteiten op het pad waarvoor Sharepower zich graag zou willen inzetten waar deze haar doelen versterken. Hierbij geleid, door te luisteren naar de behoefte van de doelgroep en kansen te zien en te grijpen waar mogelijk. Sharepower pakt extra activiteiten zoveel mogelijk op en gaat hiervoor op zoek naar extra financiering indien mogelijk.

De Stichting Sharepower heeft zich de afgelopen decennia ontwikkeld tot de autoriteit op het gebied van gendergelijkwaardigheid in Limburg en is een onmisbare schakel in het ondersteunen van vrouwen in Limburg. Het komend jaar ligt onze focus op de thema's bestaanszekerheid, eenzaamheid, weerbaarheid en gelijkwaardigheid. Deze thema's vormen de kern van onze inspanningen om ervoor te zorgen dat iedere vrouw in Limburg de kans krijgt om zichzelf te ontplooiën, onafhankelijk te zijn en volwaardig deel te nemen aan de maatschappij.

Ook met dit jaarplan volhard Sharepower in de koers om een jaar vol inspirerende en impactvolle activiteiten, lokaal en in de buurten, te blijven initiëren en te ondersteunen.

Sharepower is vastbesloten om, met haar samenwerkingspartners, onze boodschap van empowerment, solidariteit en gelijkwaardigheid sterker dan ooit te laten klinken. Sharepower bouwt aan een Limburg waarin iedere vrouw zeker is van haar bestaan, weerbaar en gelijkwaardig is.

1. SharePower

Voor een inclusieve samenleving met gelijke kansen voor iedereen, in het bijzonder voor vrouwen, zet SharePower zich in voor bestaanszekerheid, weerbaarheid en gelijkwaardigheid. Sharepower biedt informatie, trainingen, inspirerende activiteiten en werkt samen met verschillende organisaties. Boeiend en pragmatisch waarmee je meteen aan de slag kan!

1.1 Visie, missie en kernwaarden

Visie

Een Limburg met gelijke kansen voor iedereen, in het bijzonder voor vrouwen.

Missie

Inzetten op bewustwording en verandering door te trainen, begeleiden, informeren, activiteiten te organiseren en samen te werken.

Kernwaarden

Onze kernwaarden zijn:

- Respect voor verschillen: laat iedereen eigen keuzes maken in het leven, maar zorg voor bewustwording van de (eventuele) gevolgen die keuzes kunnen hebben.
- Economische zelfstandigheid: een voorwaarde voor een zelfredzaam en (financieel) gezond leven is economische onafhankelijkheid.
- Gelijkwaardigheid: mannen en vrouwen zijn niet altijd gelijk, maar wel gelijkwaardig.
- Met elkaar: de aanpak van genderongelijkheid doe je vooral met elkaar. Verbinden, samenwerken en groeien.
- Weerbaarheid: door vrouwen sterker te maken, maken ze het ook voor zichzelf veiliger. Bewustwording van de huidige positie van vrouwen.

1.2 Good governance

SharePower is een stichting die ernaar streeft om in alle gevallen aan de beginselen van de Governancecode Welzijn & Maatschappelijke Dienstverlening te voldoen.

1.3 Thema's SharePower

We stellen drie thema's binnen SharePower centraal:

- Bestaanszekerheid;
- Weerbaarheid, en;
- Gelijkwaardigheid.

Samen vormen zij de pijlers van een samenleving waarin vrouwen zich ontwikkelen tot krachtige leiders van hun eigen leven en daarbij bestand zijn tegen tegenslagen.

Bestaanszekerheid:

Bestaanszekerheid is een voorwaarde voor het creëren van een sterke en rechtvaardige samenleving, waarin vrouwen volledig tot hun recht kunnen komen. Daarbij zijn een goed eigen inkomen, woning, veilige leefomgeving en positieve gezondheid cruciaal.

Weerbaarheid:

Door weerbaarheid centraal te stellen, creëer je een omgeving waarin vrouwen zich veerkrachtig en vastberaden door het leven bewegen. Dit is ongeacht de obstakels die vrouwen tegenkomen op seksueel, financieel, mentaal, fysiek, verbaal, sociaal en emotioneel vlak. Het helpt vrouwen om met vertrouwen keuzes te maken, op te komen voor hun rechten en actief bij te dragen aan de maatschappij en hun omgeving.

Gelijkwaardigheid:

Gelijkwaardigheid is de basis van een inclusieve en rechtvaardige samenleving. Wij geloven in de gelijkwaardigheid van alle mensen. Hoewel iedereen anders is, hebben wij allemaal dezelfde rechten en waardigheid. We werken aan een Limburg waarin iedereen dezelfde kansen krijgt, ongeacht de culturele, economische, politieke, relationele, sociale, spirituele verschillen. Samen werken wij aan een toekomst waarin mannen én vrouwen samen werken en waarin ieders bijdrage wordt gezien, gehoord en gewaardeerd.

1.4 Maatschappelijke relevantie

Tabel 1; *'Maatschappelijke relevantie'* schetst de relatie tussen de drie kernthema's uit paragraaf 1.3 van SharePower en de maatschappelijke opgave van de Provincie Limburg vertaalt in de daarbij behorende deelthema's uit het *'Beleidskader 2024-2027 Samen leven en bestaanszekerheid'*.

Thema's SharePower 		Bestaanszekerheid	Weerbaarheid	Gelijkwaardigheid
Thema's Beleidskader 'Samen leven en bestaanszekerheid'	Terugdringen van armoede en laaggeletterdheid	2.7 Loopbaan en zelfontwikkeling voor moeders/vrouwen met een migratieachtergrond 2.8 Ouderbetrokkenheid en Leerproblemen in het Nederlandse Onderwijs 2.9 Werken of niet, jouw rechten en plichten 2.10 Zwanger, wat moet ik regelen?		2.16 De kweekvijver
	Jeugd die veilig, kansrijk en gezond opgroeit		2.1 Sexting lesprogramma 2.2 Likes, liefde en grenzen – hoe ga je hier als ouder mee om? 2.3 Basisschool docenten les: Likes, liefde, grenzen & games 2.4 Krachtige vrouwen Limburg 2.5 Krachtige vrouwen-Rolmodellen aan het woord 2.6 Vrouwveiligheid 2.10 Zwanger, wat moet ik regelen?	
	Vergroten van de sociale cohesie en gemeenschapszin	2.16 Mamacafe	2.16 Mamacafe	2.14 Opstarten lokale netwerken 2.15 De kweekvijver 2.16 Mamacafe
	Een gezonde Limburger door meer bewegen en sporten	2.11 Vrouwegezondheid 2.12 Gezonde Vrouwen, Sterke Toekomst 2.13 Partners van PTSS		
	Limburgse wijken en dorpen zijn leefbaarder en veiliger	2.16 Mamacafe		2.14 Opstarten lokale netwerken 2.15 De kweekvijver 2.16 Mamacafe

Tabel 1 Maatschappelijke relevantie

1.5 Samenwerking en expertise SharePower

SharePower is dé expert op het gebied van gendergelijkwaardigheid in Limburg en een onmiskenbare schakel in het versterken van de positie van de vrouw, waardoor wij de uitgelezen samenwerkingspartner zijn op dit gebied. Als SharePower zien wij de witte vlekken die er in de Limburgse maatschappij nog liggen ten aanzien van ons expertisegebied. Wij zetten onze kunde in om deze witte vlekken aan te pakken en om te zetten naar concrete doelen. Hiervoor werken wij samen met verschillende (maatschappelijke) organisaties in Limburg. Wij geloven immers niet in concurrentie, maar juist in het samenbrengen van ieders krachten. Wij verbinden waar mogelijk en kijken waar en hoe een zo groot mogelijke impact voor de maatschappij te bereiken is.

Ondanks de veelheid van belangrijke thema's zal rekening gehouden moeten worden met de inzetbaarheid en capaciteit van Sharepower en zullen keuzes gemaakt moeten worden met betrekking tot de te ondernemen activiteiten welke hierna in de plan successievelijk aan de orde komen.

2. Activiteiten 2026

2.1 Sexting lesprogramma

Op iedere middelbare school gebeurt het met enige regelmaat, een blootfoto van een leerling wordt door andere leerlingen rondgestuurd. Zelfs op basisscholen vindt dit weleens plaats. Het gebeurt al bij gemiddeld twee kinderen van groep 8, met name meisjes die extra kwetsbaar zijn op deze leeftijd. De impact op het betreffende slachtoffer valt niet te onderschatten. Een goed programma om dit te voorkomen ontbrak echter nog volledig. Daarom heeft SharePower, in samenwerking met een expert, hiervoor een lesprogramma ontwikkeld. Eén voor schoolklassen en één voor leraren. De lessen worden op verschillende scholen door heel Limburg gegeven.

Doelstelling:

Het versterken van digitale veiligheid van jongeren.

Doelgroep:

Leerlingen en leraren van groep 7 en 8 van de basisschool en klas 1 t/m 4 van de middelbare school.

Wat kan de doelgroep na afloop van het lesprogramma beter:

Na het lesprogramma weten de leerlingen:

- hoe veilig aan sexting te doen,
- welke gevaren aan sexting kleven,
- wat te doen als ze slachtoffer of getuige worden van sexshaming én;
- dat bij sexshaming het niet de fout is van de persoon die op de foto staat, maar van de persoon die het door heeft gestuurd.

Na het lesprogramma weten leraren:

- dat sexting normaal is onder jongeren,
- welke inzichten in de problematiek rondom sexshaming aan de orde zijn en;
- wat te doen zodra een leerling zich bij hen meldt met betrekking tot sexshaming.

Duur:

Beide lesprogramma's duren één lesuur.

Monitoring:

Na afloop van de les vullen de leerlingen en docenten een anonieme enquête in. Hier kunnen ze ook anoniem vragen stellen.

Borging:

De leerlingen krijgen achteraf een e-mail van de docent met een factsheet waarin alles nog een keer wordt vermeld. Tijdens de lessen hangen er op school posters op de wc's, zodat jongeren anoniem hulp kunnen inschakelen bij een professional.

Samenwerking en expertise:

We hebben dit programma in samenwerking met een ambulant docent seksuele gezondheid vormgegeven en uitgevoerd.

Bereik 2026:

Voor het jaar 2026 streven wij ernaar om minimaal 500 leerlingen en/of leraren met dit programma te bereiken.

Aansluiting beleidskader 'Samen leven en bestaanszekerheid':

Deze activiteit draagt actief bij aan een jeugd die veilig, kansrijk en gezond opgroeit doordat het aan de ene kant jongeren leert veiliger gebruik te maken van de digitale wereld en aan de andere kant zowel jongeren als hun omgeving leert wat te doen zodra het alsnog mis gaat. Het is wetenschappelijk bewezen dat goede seksuele voorlichting bijdraagt aan het maken van belangrijke keuzes ten aanzien van seksuele activiteiten. Daarnaast vullen leerlingen tijdens het lesprogramma een anonieme enquête in. Hierdoor krijgt de school beter zicht op wat er speelt bij leerlingen in een klas. Zo bleek dat in iedere brugklas waar wij deze lessen reeds gegeven hebben uit de enquête dat er gemiddeld één leerling een vervelende seksuele ervaring heeft gehad, maar dit nog met niemand had durven te delen.

2.2 Likes, liefde en grenzen – hoe ga je hier als ouder mee om?

In het digitale tijdperk staan jongeren voor nieuwe uitdagingen op het gebied van relaties, seksualiteit en sociale media. Hun online aanwezigheid brengt kansen met zich mee, maar ook risico's zoals shaming, grooming en ongewenste digitale druk. Voor ouders en verzorgers is het daarom essentieel om samen met de school een veilige en verantwoorde digitale omgeving te creëren voor onze kinderen. Onze kinderen worden offline opgevoed maar online gevormd. Een wereld die ouders nauwelijks kennen of begrijpen. Ook komt aan bod welk social mediagedrag bij welke leeftijd hoort, zodat ouders beter begrijpen wat passend en veilig is in de verschillende ontwikkelingsfasen van hun kinderen.

Doelstelling:

Gezond en veilig opgroeien in de digitale wereld is een gedeelde verantwoordelijkheid. Door ouders/verzorgers te informeren en te betrekken, versterkt hun rol in de digitale opvoeding. Samen zorgen we ervoor dat jongeren zich bewust worden van de risico's, weten hoe ze veilig kunnen handelen en steun ervaren als ze in een lastige situatie terechtkomen.

Doelgroep:

Ouders en verzorgers van minderjarige, kinderen.

Wat kan de doelgroep na afloop van het lesprogramma beter:

Met deze workshop krijgen ouders/verzorgers inzicht in hoe jongeren omgaan met waardering online (likes), hoe je zoekt naar verbinding (liefde) en het stellen en respecteren van persoonlijke grenzen. De workshop maakt ouders verzorgers bewust van de risico's en uitdagingen die digitale interacties met zich meebrengen en reikt praktische handvatten aan om hun kinderen te ondersteunen in het ontwikkelen van digitale (seksuele) weerbaarheid.

Duur:

90 – 120 minuten (afhankelijk van de vragen)

Monitoring:

Na afloop van elke ouder/verzorgers-les wordt via een anonieme QR-code feedback verzameld van de deelnemers. De geanonimiseerde analyse van deze feedback wordt gedeeld met SharePower, zodat inzicht wordt verkregen in hoe de lessen zijn ontvangen.

Borging:

De ouders/verzorgers krijgen een factsheet met uitleg en tools om deze thema's bespreekbaar te maken en wat te doen als iets misgaat. Via anonieme QR-codes wordt feedback gegenereerd.

Samenwerking en expertise:

Dit programma is in samenwerking met een ambulant docent seksuele gezondheid vormgegeven en uitgevoerd. Tevens brengt Sharepower structureel de eerder ontwikkelde podcast 'Wat jij niet ziet', onder de aandacht.

Bereik 2026:

50 ouders/verzorgers.

Aansluiting beleidskader 'Samen leven en bestaanszekerheid':

Zie de activiteit: 'Sexting lesprogramma'.

2.3 Basisschool docenten les: Likes, liefde, grenzen & games

Een docenten les voor basisschoolteams, die kan worden aangeboden tijdens een kenniscafé of studiedag. Deze les richt zich op de rol van docenten in de digitale leefwereld van leerlingen en hoe zij hen kunnen.

Doelstelling:

Ondersteunen bij thema's als online waardering (likes), het zoeken naar verbinding (liefde), het stellen en respecteren van grenzen en de rol van gaming.

Doelgroep:

Basisschooldocenten.

Wat kan de doelgroep na afloop van het lesprogramma beter:

Invulling geven aan de rol die een docent kan spelen bij de ondersteuning met betrekking tot het zoeken naar verbinding (liefde), het stellen en respecteren van grenzen en de rol van gaming.

Duur:

90-120 minuten.

Monitoring:

Na afloop van elke les wordt via een anonieme QR-code feedback verzameld van de deelnemers. De geanonimiseerde analyse van deze feedback wordt gedeeld met SharePower, zodat zij inzicht hebben in hoe de lessen zijn ontvangen.

Borging:

Factsheets met uitleg.

Samenwerking en expertise:

Dit programma is in samenwerking met een ambulant docent seksuele gezondheid vormgegeven en uitgevoerd.

Bereik 2026:

5 a 6 bijeenkomsten op studiedagen.

Aansluiting beleidskader ‘Samenleven en bestaanszekerheid’:

Zie de activiteit: ‘Sexting lesprogramma’.

2.4 Krachtige vrouwen Limburg

Het inmiddels succesvol bewezen traject ‘Krachtige Vrouwen Limburg (KVL)’ zetten we in 2026 voort. Vrouwen ondervinden door meerdere rollen in hun dagelijks leven (vrouw, moeder, mantelzorger) en ongelijke verdeling van de huishoudelijke taken en financiële afhankelijkheid, verschillende obstakels op hun pad naar welzijn. Door deel te nemen aan deze trajecten ontstaat bewustwording bij de deelnemende vrouwen, benoemen zij uitdagingen die zij ervaren in hun dagelijks leven en gaan ze in kleine groepjes aan de slag, middels empowerment op maat, waarbij een duurzame oplossing het einddoel is.

Ook in 2026 blijft SharePower KVL ondersteunen in het mogelijk maken van het uitvoeren van meerdere projecten binnen Limburg.

Doelstelling:

Het versterken van de weerbaarheid en bestaanszekerheid van vrouwen.

Doelgroep:

Kwetsbare vrouwen.

Wat kan de doelgroep na afloop van het traject beter:

De deelnemers zijn na afloop bewuster van hun eigen mogelijkheden, sterker in het nemen van eigen beslissingen en veerkrachtiger in het omgaan met uitdagingen.

Duur:

Acht bijeenkomsten van een dagdeel per traject, het streven is minimaal 5 trajecten te kunnen uitvoeren.

Monitoring:

Middels evaluatie.

Borging:

Tussen de een na laatste en laatste bijeenkomst zitten een aantal weken waar vrouwen in de praktijk kunnen toepassen wat ze in de voorgaande bijeenkomsten hebben geleerd. Alle vragen en drempels waar ze in die weken tegenaan lopen nemen ze mee naar de laatste bijeenkomst waar ze hiermee aan de slag gaan.

Samenwerking en expertise:

Het eerste traject Krachtige Vrouwen heeft SharePower samen met de bedenker en ontwikkelaars opgezet. De inhoud is vormgegeven door twee implementatiecoaches van Positieve Gezondheid, die daarnaast ruime ervaring hebben in (sociaal-maatschappelijke) zorg en onderwijs. Hierbij ligt hun expertise in het creëren van een ondersteunend netwerk dat gericht is op bestaanszekerheid en samenleven, waarbij het welzijn en de zelfstandigheid van kwetsbare groepen vrouwen centraal staat. Inmiddels is de samenwerking uitgebreid naar o.a. Stichting Tijdig, meerdere gemeentes, Kansrijke Start en Kansfonds.

Bereik 2026:

In 2026 worden meerdere trajecten ondersteund in de uitvoering.

Aansluiting beleidskader ‘Samen leven en bestaanszekerheid’:

Deze activiteit draagt bij aan het terugdringen van armoede en laaggeletterdheid. Daarnaast wordt de sociale cohesie vergroot. Vrouwen worden samengebracht, nemen treden op de participatieladder en krijgen handvatten om elkaar samen verder te helpen.

2.5 Krachtige vrouwen-Rolmodellen aan het woord

Doelstelling:

Online aandacht voor positieve verhalen en krachtige vrouwen om te inspireren en rolmodellen aan te reiken.

Doelgroep:

Vrouwen op zoek naar voorbeeldgedrag en rolmodellen.

Wat kan de doelgroep na afloop van het traject beter:

1. Herkenning en inspiratie

Vrouwen zien voorbeelden van anderen die op hen lijken en toch stappen hebben gezet richting meer gezondheid en zelfredzaamheid. Dit verlaagt de drempel: *“Als zij het kan, kan ik het ook.”*

2. Normaliseren van uitdagingen

Door open te praten over obstakels en successen wordt duidelijk dat het normaal is om ‘struggles’ te hebben. Dat doorbreekt schaamte en isolement, wat motiverend werkt.

3. Versterking van gemeenschap & verbinding

Een online podium maakt verhalen toegankelijk voor een grotere groep vrouwen, ook voor wie fysiek niet aanwezig kan zijn. Het stimuleert onderlinge steun en creëert een gevoel van *wij doen dit samen*.

4. Duurzaam effect

Netwerkverbindingen zijn waardevol, verhalen van rolmodellen blijven online

beschikbaar en kunnen steeds opnieuw inspiratie geven. Dat vergroot de impact van SharePower.

5. Vertrouwen en geloofwaardigheid

Informatie of advies wordt sneller aangenomen als het komt van iemand die het zelf heeft ervaren. Rolmodellen zijn geloofwaardige boodschappers.

Duur:

Doorlopend rolmodellen via website en social media een podium bieden door middel van delen, podcasts etcetera.

Monitoring:

Bereik kan gemonitord worden via Social Media.

Samenwerking en expertise:

Voor de Podcasts wordt gebruikt gemaakt van het brede netwerk van Sharepower van succesvolle en ervaringsdeskundige vrouwen. In samenwerking met aangenaam.co, het intersectioneel feministisch platform voor de regio Noord- en Midden-Limburg.

Bereik 2026:

Tenminste vijf Podcasts zullen uitgevoerd worden in 2026 en minimaal 12 rolmodellen wordt een (digitaal) podium geboden.

2.6 Vrouwveiligheid

In een samenleving waar vrouwenhaat en onderdrukking, ook in Nederland, steeds zichtbaarder worden, is het van groot belang om dit bespreekbaar te maken.

Doelstelling:

Door kennis te delen en bewustwording te vergroten, jonge vrouwen en ouders weerbaarder maken en voorkomen dat schadelijke patronen zich herhalen.

Doelgroep:

Jonge vrouwen en ouders.

Wat kan de doelgroep na afloop van de workshop beter:

- Signaleren en bespreekbaar maken van ongezonde en gewelddadige relatiepatronen ten behoeve van het ontwikkelen van gezonde, veilige en gelijkwaardige relaties.
- Minimaal 2 getrainde vrouwen als sleutelfiguren
- Verhoogd zelfvertrouwen en initiatief bij >60% (via zelfevaluatie)
- Toename in kennis van de arbeidsmarkt met >50%
- Verbeterde sociale integratie en netwerkvorming

Duur:

Zes bijeenkomsten, waar mogelijk in combinatie in lesbijeenkomsten van Floor Noten, uitvoerder het programma digitale weerbaarheid.

Monitoring:

Reviewformulieren na bijeenkomsten.

Borging:

Eindevaluatie.

Samenwerking en expertise betrokkenen:

Daarom gaat Sharepower de samenwerking aan met Lifeline

(<https://expertisebureaulifeline.nl/>, voorheen helse liefde).

Expertisebureau Lifeline heeft expertise in mensenhandel – seksuele uitbuiting (loverboyproblematiek), criminele uitbuiting, intieme terreur, huiselijk geweld, (seksueel) geweld in afhankelijkheidsrelaties en eengerelateerd geweld.

Bereik 2026:

70 vrouwen en jongeren worden bereikt met deze bijeenkomsten

Aansluiting beleidskader ‘Samen leven en bestaanszekerheid’:

Gespecificeerd in de ‘Nadere subsidieregels brede sociale basisinfrastructuur 2026 en verder’, sluit deze activiteit aan op leefbaarheid en veiligheid zoals beschreven in Artikel 2 van onderhavige regeling.

2.7 Loopbaan en zelfontwikkeling voor moeders/vrouwen met een migratieachtergrond

Door taalbarrières, culturele verschillen en een beperkt professioneel netwerk hebben vrouwen met een migratieachtergrond aanzienlijk minder toegang tot de arbeidsmarkt (15–20% lager).

Bron: CBS (2023), Arbeidsdeelname migrantenvrouwen.

Doelstelling:

Het vergroten van zelfvertrouwen, zelfredzaamheid, maatschappelijke participatie en arbeidsmarktkansen voor allochtone vrouwen.

Doelgroep:

Vrouwen met een migratieachtergrond.

Wat kan de doelgroep na afloop van de workshop beter:

De doelgroep krijgt antwoord op de vragen:

- Wat zijn mijn mogelijkheden voor studie of scholing in Nederland?
- Hoe combineer ik moederschap met persoonlijke ontwikkeling?
- Welke regelingen of financiële ondersteuning bestaan er (zoals kinderopvangtoeslag, SLIM subsidie, Tesselschadefonds)?
- Hoe kan ik als ouder actief deelnemen in de samenleving?
- Waar begin ik als ik opnieuw wil starten of mezelf wil ontplooiën?

Duur:

Het project wordt uitgevoerd in 2 x 2 bijeenkomsten van ongeveer 1,5 uur en een train de trainer-bijeenkomst van twee dagdelen.

Monitoring:

Eindevaluatie

Borging:

Trainer de trainer zorgt voor borging en doorgeven van het estafettestokje.

Samenwerking en expertise betrokkenen:

Stichting Sociaal Netwerk Versterken zet zich in voor het creëren van een inclusieve gemeenschap voor mensen van alle achtergronden.

Bereik 2026:

100 vrouwen met een migratieachtergrond

Aansluiting beleidskader 'Samen leven en bestaanszekerheid':

Met dit programma leren vrouwen met een migratieachtergrond om bewuster keuzes te maken en hoe zij armoede kunnen voorkomen door te participeren op de arbeidsmarkt. Dit heeft een domino-effect; dochters van werkende moeders, blijkt uit onderzoek, hebben later een hogere arbeidsparticipatie dan dochters van niet werkende moeders.

2.8 Ouderbetrokkenheid en Leerproblemen in het Nederlandse Onderwijs

Allochtone ouders missen vaak de kennis en tools om adequaat te communiceren met scholen en leerproblemen vroegtijdig te signaleren.

Bron: Nationaal Regieorgaan Onderwijsonderzoek (2023).

Doelstelling:

Het versterken van ouderbetrokkenheid bij de schoolontwikkeling van kinderen, met focus op het herkennen en aanpakken van leerproblemen.

Doelgroep:

Ouders met een migratieachtergrond.

Wat kan de doelgroep na afloop van de workshop beter:

Vragen die aan bod komen:

- Hoe werkt het Nederlandse onderwijssysteem (vanaf basisschool tot middelbaar onderwijs)?
- Wat is mijn rol als ouder in het contact met school?
- Wat zijn veelvoorkomende leerproblemen bij meertalige of allochtone kinderen?
- Hoe herken ik signalen van o.a. taalachterstand, faalangst, dyslexie, ADHD, autisme?
- Hoe maak ik deze problemen bespreekbaar met school of hulpverlening?
- Wat kan ik thuis doen om mijn kind sterker te maken?

Duur:

Het project wordt uitgevoerd in 2 x 2 bijeenkomsten van ongeveer 1,5 uur en een train de trainer-bijeenkomst van twee dagdelen.

Monitoring:

Tussentijdse evaluatie.

Borging:

Trainer de trainer zorgt voor borging en doorgeven van het estafettestokje

Samenwerking en expertise betrokkenen:

Stichting Sociaal Netwerk Versterken zet zich in voor het creëren van een inclusieve gemeenschap voor mensen van alle achtergronden.

Bereik 2026:

80 ouders met een migratieachtergrond.

Aansluiting beleidskader ‘Samen leven en bestaanszekerheid’:

Bij deze leren ouders met een migratieachtergrond ouderbetrokkenheid bij de schoolontwikkeling van kinderen, met focus op het herkennen en aanpakken van leerproblemen, te ontwikkelen. Dat verhoogt kansen op de arbeidsmarkt en stimuleert participatie in de maatschappij van kinderen, wat de sociaaleconomische verschillen verkleint.

2.9 Werken of niet, jouw rechten en plichten

Iedereen maakt eigen keuzes in zijn of haar leven. Maar vaak zijn wij ons niet bewust van de consequenties die deze keuzes kunnen hebben en hebben we dit niet goed aan de voorkant geregeld. Zo kiezen veel vrouwen ervoor om weinig of niet te werken zolang de kinderen klein zijn. Soms dragen multiculturele levensnormen en waarden hieraan bij. Dit heeft mede tot gevolg dat er beduidend meer vrouwen in de bijstand terecht komen dan mannen. Nieuwe leefstijl trends, zoals ‘*trad wives*’, die (jongere) influencers op sociale media promoten helpen hier niet bij. Daarom gaan we, in samenwerking met een arbeidsrechtadvocaat, deze workshop digitaal aanbieden om vrouwen op een laagdrempelige manier inzichten en handvatten te geven bij het maken van belangrijke keuzes rondom werk en wat hierin de juridische valkuilen zijn. De workshops worden door heel Limburg gegeven bij bijvoorbeeld bibliotheken, buurthuizen en dergelijke.

Doelstelling:

Het versterken van economische zelfredzaamheid van kwetsbare vrouwen.

Doelgroep:

Financieel afhankelijke vrouwen.

Wat kan de doelgroep na afloop van de workshop beter:

De deelnemers zijn zich bewuster van de consequenties die hun keuzes hebben ten aanzien van werk en denken positiever over (meer) werken.

Duur: één digitale bijeenkomst van 1 uur.

Monitoring:

Aantal streams.

Borging:

Digitaal permanent vindbaar.

Samenwerking en expertise:

Dit programma is in samenwerking met een advocaat arbeidsrecht in 20225 ontwikkeld en wordt in 2026 digitaal aangeboden.

Bereik 2026:

Sharepower streeft ernaar om minimaal 100 vrouwen met deze digitale workshop te bereiken.

Aansluiting beleidskader ‘Samen leven en bestaanszekerheid’:

Deze activiteit draagt voornamelijk bij aan het terugdringen van armoede, doordat vrouwen leren bewuster keuzes te maken en geleerd krijgen hoe zij armoede kunnen voorkomen door te participeren op de arbeidsmarkt. Dit heeft een domino-effect; dochters van werkende moeders, blijkt uit onderzoek, hebben later een hogere arbeidsparticipatie dan dochters van niet werkende moeders.

2.10 Zwanger, wat moet ik regelen?

Bij het krijgen van een kind komt ook een hoop bureaucratie kijken. Soms is de vader in beeld. Soms niet. Wat zijn je rechten en je plichten als je zwanger bent rondom afstamming, erkenning en ouderlijk gezag? Wat is je rechtspositie rondom jouw werk? De meeste jonge zwangere vrouwen zitten met een hoop vragen. Ze hebben geen idee waar ze alle antwoorden toegankelijk, begrijpelijk en overzichtelijk kunnen krijgen. In deze digitale workshop worden de belangrijkste juridische zaken rondom het krijgen van een kindje uitgelegd en kunnen zwangere vrouwen terecht met al hun vragen. De workshops worden door heel Limburg gegeven bij bijvoorbeeld verloskundigen en consultatiebureaus.

Doelstelling:

Het versterken van de weerbaarheid en bestaanszekerheid van zwangere vrouwen en hun ongeboren kind.

Doelgroep:

Zwangere vrouwen.

Wat kan de doelgroep na afloop van de workshop beter:

De deelnemers zijn zich na afloop bewuster van wat hun rechten en plichten zijn ten aanzien van afstamming, erkenning en ouderlijk gezag als aankomende moeder.

Duur:

Eén digitale bijeenkomst van 1 uur.

Monitoring:

Aantal streams.

Borging:

Digitaal permanent vindbaar.

Samenwerking en expertise:

Dit programma is in samenwerking met een advocaat arbeidsrecht in 2025 ontwikkeld en wordt in 2026 digitaal aangeboden.

Bereik 2026:

Sharepower streeft ernaar om minimaal 50 vrouwen met deze digitale workshop te bereiken.

Aansluiting beleidskader ‘Samen leven en bestaanszekerheid’:

Deze activiteit draagt bij aan het terugdringen van armoede en aan een jeugd die veilig, kansrijk en gezond opgroeit. Als het tijdens de zwangerschap al niet goed geregeld is, is de kans groot dat het kind al met een valse start aan zijn of haar leven begint. Onbeantwoorde vragen zorgen vaak voor stress en onrust, wat weer niet goed is voor moeder en ongeboren kind. Door zaken goed te regelen komt er meer rust en duidelijkheid en daarmee ook ruimte om bijvoorbeeld te werken of een studie op te pakken. Tevens voorkomt het juist een kwetsbare thuissituatie.

2.11 Vrouwengezondheid

Een onderzoek, uitgevoerd in opdracht van de Nederlandse Vereniging voor Obstetrie en Gynaecologie (NVOG) en WOMEN Inc., schat de kosten van vier veel voorkomende vrouwelijke aandoeningen (bekkenbodemp Problemen, menstratiestoornissen, hormoon-gerelateerde problemen en vulvaire klachten) tussen € 2,5 en € 7,8 miljard per jaar. Dit is exclusief kosten vóór de definitieve diagnose, waardoor de werkelijke maatschappelijke schade waarschijnlijk nog hoger ligt.

Doelstelling:

Bevorderen bestaanszekerheid en zelfredzaamheid van vrouwen.

Doelgroep:

Vrouwen met klachten op het gebied van bekkenbodemp Problemen, menstratiestoornissen, hormoon-gerelateerde problemen en vulvaire klachten

Wat kan de doelgroep na afloop van het traject beter:

Gericht investeren in gezondheid ten behoeve van stabiele inzetbaarheid.

Duur:

Eén bijeenkomst.

Monitoring:

Evaluatie.

Borging:

Door middel van publiciteit bevindingen uit de bijeenkomst uitdragen.

Samenwerking en expertise:

In samenwerking met Voices voor Women zoals in Sittard in 2025, mits externe financiering (subsidie) mogelijk.

Bereik 2026:

50 vrouwen in 2026.

Aansluiting beleidskader ‘Samen leven en bestaanszekerheid’

Aansluitend op thema ‘de gezonde Limburger’ uit het beleidskader.

2.12 Gezonde Vrouwen, Sterke Toekomst

Veel vrouwen ervaren drempels in het verbeteren van hun gezondheid en welzijn. Door beperkte zelfzorg, een klein sociaal netwerk of een gebrek aan kennis en vaardigheden zijn zij minder zelfredzaam. Het gedachtengoed van Positieve Gezondheid kijkt breder dan alleen lichamelijke klachten en richt zich ook op mentale veerkracht, zingeving, kwaliteit van leven, meedoen en dagelijks functioneren. Met dit project willen we vrouwen versterken in hun gezondheid én hun zelfredzaamheid.

Doelstelling:

Drieledig:

- Vrouwen zelfredzaam te maken door ze bewust te maken van hun eigen gezondheid in de brede zin van Positieve Gezondheid.
- Praktische handvatten bieden voor gezondere keuzes in voeding, beweging, ontspanning en sociale verbondenheid.
- Vergroten van veerkracht en zelfvertrouwen zodat zij meer regie krijgen over hun leven.

Doelgroep:

Vrouwen (18+) uit de wijk/stad die behoefte hebben aan meer balans, gezondheid en zelfredzaamheid.

Wat kan de doelgroep na afloop van het traject beter:

Beter keuzes maken op het gebied van balans, gezondheid en zelfredzaamheid met praktische handvatten daarvoor.

Duur:

Het project bestaat uit negen groepssessies (elk twee uur) met maximaal tien deelnemers. De bijeenkomsten zijn interactief, praktisch en laagdrempelig.

Monitoring:

Voor- en nameting met het spinnenweb van Positieve Gezondheid. Korte vragenlijst over tevredenheid en ervaren impact.

Borging:

Het is aan de groep zelf om daarna samen verder te gaan maar met faciliterende ondersteuning van SharePower.

Samenwerking en expertise:

Met gemeenten, buurthuizen, welzijnsinstellingen en maatschappelijke organisaties.

Bereik 2026:

60 vrouwen

2.13 Partners van PTSS

Voor mensen met PTSS wordt van alles georganiseerd, maar voor de rest van het gezin zo goed als niks. De noodzaak daarvoor is echter groot. Veel vrouwen van partners met PTSS vallen uit doordat zij door de situatie een burn-out krijgen of zelfs

op den duur door deze situatie zelf PTSS krijgen. Het gevolg hiervan is dat zij niet meer deelnemen aan de maatschappij en/of niet meer (economisch) zelfredzaam zijn. Dit heeft een grote impact op de partner en de kinderen uit het gezin. Hoog tijd voor aandacht en hulp. Uit ervaring is bekend dat dat contact met lotgenoten, herkenning, het delen van ervaringen en het uitwisselen van tips hierbij cruciaal is. Samen met een klinisch psycholoog en psychotherapeut is in 2025 een module ontwikkeld. Deze vrouwen krijgen inzichten en handvatten hoe samenredzaam te worden, zowel binnen als buiten het gezin.

Doelstelling:

Het versterken van de weerbaarheid en de bestaanszekerheid van vrouwen en kinderen met partners/ouders met PTSS.

Doelgroep:

Vrouwen met partners die PTSS hebben.

Wat kan de doelgroep na afloop van het traject beter:

De deelnemers hebben meer inzicht op wat de impact is van PTSS op een relatie en het gezin en hoe hier mee om te gaan.

Duur:

Drie bijeenkomsten van 2,5 uur.

Monitoring:

Eindevaluatie.

Borging:

Door mede in te zetten op samenredzaamheid zorgt de onderlinge verbinding in de groepen automatisch voor de borging.

Samenwerking en expertise:

Sharepower gaat dit programma vormgeven in samenwerking met een ervaringsdeskundige en een klinisch psycholoog en psychotherapeut met oog voor ontwikkelings- & systeemgericht werken en ruime ervaring met behandeling van enkelvoudig en complex trauma bij volwassenen en jongeren.

Bereik 2026:

SharePower streeft ernaar om minimaal 1 traject met 6 vrouwen in Limburg uit te zetten komend jaar.

Aansluiting beleidskader 'Samen leven en bestaanszekerheid':

Deze activiteit draagt bij aan het vergroten van de sociale cohesie en gemeenschapszin en aan een jeugd die veilig, kansrijk en gezond opgroeit. Gezinnen met een ouder met PTSS staan onder een enorme druk. Er is vaak geen zicht op de impact van de situatie op de kinderen. Daarnaast proberen de partners alle ballen in de lucht te houden en lopen zij op hun tenen om het allemaal geregeld te krijgen. Door het onbegrip van de omgeving over hun situatie en doordat mensen met PTSS neigen tot zelfisolatie, ontstaat bij veel gezinnen eenzaamheid.

Door de partners met elkaar te verbinden ontstaan er netwerken van lotgenoten waar ervaring gedeeld kan worden. Dit vergroot de wereld weer doordat deelnemers zich

gezien, gehoord en begrepen voelen en er worden inzichten en handvatten gedeeld om met de complexe thuissituatie om te gaan. Voor zichzelf, voor hun partner en voor hun kinderen.

2.14 Opstarten lokale netwerken

Doelstelling:

Drie actieve vrouwennetwerken verdeelt over de doelregio(Limburg).

Doelgroep:

(Kwetsbare) vrouwen.

Wat kan de doelgroep na afloop van het traject beter:

Elkaar vinden, ondersteunen, versterken en kennis uitwisselen.

Duur:

In de loop van 2026 vanuit de bestaande activiteiten netwerken opstarten.

Monitoring:

Vastleggen deelnemers.

Samenwerking en expertise:

In samenwerking met de uitvoerders van en deelnemers aan de door SharePower ondersteunde activiteiten.

Bereik 2026:

Drie lokale actieve netwerken met tenminste 50 deelnemers per netwerk.

Aansluiting beleidskader ‘Samen leven en bestaanszekerheid’:

Aansluitend op het vormen van in het Beleidskader genoemde krachtige gemeenschappen.

2.15 De kweekvijver

Doelstelling:

Van basissteun naar structurele verandering. SharePower zet zich in het algemeen en vrouwen aan de onderkant van de samenleving, in het bijzonder. Sharepower biedt steun, kansen en handvatten om de positie van vrouwen te versterken.

Maar alleen hulp op individueel niveau is niet genoeg. Zonder structurele verandering is het dweilen met de kraan open. De omstandigheden die ongelijkheid in stand houden, vragen ook om verandering op bestuurlijk niveau. Daarom koppelt Sharepower haar inzet voor vrouwen direct aan de doelen van de sociale agenda: gelijke kansen, inclusie en duurzame maatschappelijke vooruitgang. Een belangrijke pijler daarin is meer diversiteit in besluitvorming. Besturen en politici die de samenleving écht weerspiegelen, nemen betere besluiten en boeken aantoonbaar meer succes. Daarom organiseert SharePower trainingen voor (aankomende) politica's en bestuurders.

Met deze trainingen wordt de stem van vrouwen in raden en besturen gehoord en de invloed van vrouwen vergroot zodat beleid niet alleen over vrouwen maar ook door vrouwen gemaakt wordt.

Doelgroep:

Politiek geëngageerde vrouwen die een bijdrage willen leveren in de politiek dan wel het verschil willen maken.

Wat kan de doelgroep na afloop van het traject beter:

Na de kweekvijver zijn de deelnemers in staat om deel te nemen aan het politieke debat door overtuigend te debatteren en bewust te beïnvloeden.

Duur:

Zes bijeenkomsten.

Monitoring:

Evaluatie

Borging:

Onder de link '<https://sharepower.nl/kweekvijvertraject-meer-vrouwen-in-de-politiek> Samenwerking en expertise:' vind je diverse testimonials van vrouwen die in de lokale politiek gestapt zijn, geïnspireerd en aangemoedigd door de kweekvijver.

Bereik:

Een groep met 15 deelnemers.

Aansluiting beleidskader 'Samen leven en bestaanszekerheid':

Sterke politici dragen hun steentje bij aan cohesie in krachtige gemeenschappen

2.16 Mamacafe

Doelstelling:

Ontmoeten, kennis delen en netwerken opbouwen.

Doelgroep:

Voor moeders met jonge kinderen. Voor een breed publiek met een diverse sociale status. Centraal hierin staat het ontmoeten.

Wat kan de doelgroep na afloop van het traject beter:

De doelgroep is na het traject bewust van de omgeving en de positie die ze daarin innemen.

Duur:

12 themabijeenkomsten waarin die van Sharepower kunnen passen (zie overige evenementen). Het streven is om een nieuw mama café op te zetten in de Donderberg in Roermond waar ook 12 bijeenkomsten worden georganiseerd.

Monitoring:

Evaluatie.

Borging:

Bestaat hier in het ervaren van eventueel nieuwe netwerken en sociale ontmoetingspunten.

Bereik:

Bereik: 100 vrouwen

Samenwerking en expertise:

Samenwerking met bibliotheek Roermond en Speeltuin Kitskensberg.

Bibliotheek (die een nieuwe locatie in 2026 tegenover de Donderie gaat krijgen) is bezig om deze activiteit langs Maximina (in de wijk 'Donderberg') te organiseren.

Aansluiting beleidskader 'Samen leven en bestaanszekerheid':

Het Mamacafe sluit aan bij het in de het beleidskader genoemde thema lokale verbinding en sociale cohesie.

3. Overige activiteiten

3.1 Bewustwording genderongelijkwaardigheid

Met een veranderende maatschappij en een nieuw beleidskader vanuit de Provincie is het aan Sharepower om hierop mee te bewegen. Daarom dan ook een hoop mooie en zinvolle nieuwe activiteiten mét de doelgroep en in de wijken.

Door de enorme expertise die Sharepower de afgelopen jaren heeft opgebouwd zijn we inmiddels de autoriteit op het gebied van gendergelijkwaardigheid in Limburg geworden en wordt Sharepower geregeld door andere organisaties en de media gevraagd om input te leveren.

Dit mag niet verloren gaan. Blijvend wil Sharepower werkgevers of andere organisaties kunnen helpen met het bereiken van een inclusievere cultuur. Er vindt in het beleidskader een verschuiving plaats naar meer eerstelijns activiteiten. Daarnaast blijft Sharepower tweedelijns input leveren waar nodig. Daar waar dit bijdraagt aan het nieuwe beleidskader, bijvoorbeeld door hogere arbeidsparticipatie van (jonge) vrouwen.

3.2 Inzet vrijwilligers

Aan het werken met vrijwilligers geeft SharePower veel aandacht.

Er is een bemoedigende bereidwilligheid is om iets voor Sharepower, voor de Limburgse maatschappij en in het bijzonder voor de doelgroep zelf te doen. Het is voor de meesten wel fijn als dit is afgebakend, ofwel op projectmatige basis is. Hier dienen onze activiteiten uitstekend voor.

Mensen kunnen in hun eigen buurt een workshop of traject organiseren, waarbij SharePower de locatie en werving van de deelnemers coördineert.

Voor bewaking en borging van de kwaliteit ondersteunt Sharepower vrijwilligers met train-de-trainer-trainingen. Daarnaast wordt er op toegezien dat iedereen die betrokken is met jongeren onder de 18 jaar en Verklaring Ontrent Gedrag (VOG) heeft/ krijgt. Als blijk van waardering voor de vrijwilligers wordt ieder jaar een vrijwilligersbijeenkomst georganiseerd.

3.3 Subsidies en andere inkomsten

Net als voorgaande jaren blijft Sharepower ook in 2026 gericht werken aan het verbreden en vergroten van haar inkomstenbronnen. Naast de subsidie van de Provincie, die een belangrijke financiering is voor onze activiteiten, heeft Sharepower in 2025 inkomsten verkregen uit diverse andere bronnen.

Dankzij deze bijdragen zijn in 2025 ongeveer 14% van onze totale inkomsten afkomstig uit alternatieve subsidies en bijdragen in natura, waardoor onze afhankelijkheid van de provinciale subsidie is verminderd. Deze aanvullende financiering heeft Sharepower in staat gesteld om activiteiten verder te versterken en nieuwe initiatieven op te zetten.

De strategie om kosten te beperken heeft zich bovendien bewezen door samenwerkingen met andere organisaties, zoals Limburgse vrouwenorganisaties en de alliantie Politica. Daarnaast ontvangen de stichting vergoedingen voor het gebruik van intellectueel eigendom wanneer de kweekvijver *Meer Vrouwen in de Politiek* elders wordt georganiseerd.

In 2026 wordt voortgebouwd op deze samenwerkingen en worden actief nieuwe mogelijkheden met andere gemeentes en fondsen verkend.

De ambitie van Sharepower gaat verder: Sharepower erkent dat financiële onafhankelijkheid essentieel is voor onze duurzame groei en ontwikkelt daarom strategieën om de afhankelijkheid van één enkele bron verder te verminderen. In 2026 zal een grondige scenarioanalyse uitgevoerd worden om alternatieve financieringsbronnen te identificeren en te evalueren. Hierbij richt de stichting zich onder andere op private fondsen, maatschappelijke partners en cofinancieringsmogelijkheden.

We zijn vastbesloten om onze plannen verder te concretiseren en in 2026 merkbare vooruitgang te boeken, waarbij we blijven inzetten op samenwerking, innovatie en financiële duurzaamheid.