

Gratis & Gezonde levensmiddelen in de Baarsjes

In MidWest starten we een afhaalpunt waar buurtbewoners die moeite hebben de eindjes aan elkaar te knopen, gratis gezond eten en andere producten die voorzien in eerste levensbehoeften, kunnen ophalen. Hiervoor werken we samen met verschillende Amsterdamse initiatieven die hier al ruime ervaring mee hebben. Zoals de Voedselcirkel, weggeefwinkels en andere organisaties. Behalve het afhalen van levensmiddelen gaan we ook wekelijks gezonde maaltijden koken samen met vrijwilligers.

AFBEELDING

In delen van de Baarsjes groeit een kwart van de jeugd op in armoede. En één op de vijf huishoudens moet rondkomen van een minimumloon. Dit is niet alleen heel ongezond op heel veel vlakken, het is ook een serieuze hindernis om mee te kunnen doen, het veroorzaakt eenzaamheid en het is een slechte startpositie voor jongeren.

“In Oud-West, De Baarsjes wonen bijna 74.000 mensen. Het is het dichtstbevolkte gebied van Nederland en heeft de afgelopen jaren aan populariteit gewonnen. Maar er is ook hardnekkige sociale achterstand, stapeling van problematiek en langdurige (verborgen) armoede, met name in de Van Galenbuurt, de Jan Majienbuurt en rond het Balboaplein en Columbusplein”.

In MidWest starten we een afhaalpunt voor gratis gezond eten en andere producten die voorzien in eerste levensbehoeften. Hiervoor werken we samen met verschillende Amsterdamse initiatieven die hier al ruime ervaring mee hebben. Zoals de Voedselcirkel, weggeefwinkels en andere organisaties. Behalve het afhalen van levensmiddelen gaan we ook wekelijks gezonde maaltijden koken samen met vrijwilligers. En gaan we samen met bewoners workshops organiseren over gezond eten en leven.

“Stem op MidWest met West Begroot 2025. Zo zorgt jouw stem ervoor dat iedereen in West mee kan blijven doen en dat we samen onze buurt socialer, eerlijker en dus mooier voor iedereen maken.”

Waarom stemmen op MidWest en ons gratis levensmiddelen afhaalpunt?

Midwest laat al jaren zien dat we midden in West werken aan een mooie, sterke, sociale en gezonde buurt. Dat doen we inmiddels met tientallen vrijwilligers en een vast team. Zo laten we veel buurtactiviteiten en initiatieven groeien door ze te helpen aan een plek, een netwerk en wat ze nog meer nodig hebben. Voor een groot deel verdienen we als sociale onderneming onze eigen inkomsten door zaaltjes te verhuren en cappuccino's te verkopen. Maar voor onze buurtactiviteiten die veel betekenen voor bewoners hebben we geld nodig. En dus een budget van West Begroot. En daar kan jij mee helpen door op ons te stemmen.

Wat is MidWest?

MidWest is in 2012 opgericht door buurtbewoners die van een oud en vervallen schoolgebouw op de Cabralstraat een leuke plek voor de buurt wilden maken. Dertien jaar later is het een bekende ontmoetingsplek waar veel buurtinitiatieven zijn ontstaan, buurtbewoners werk en of een re-integratieplek hebben gevonden en vrijwilligers de buurt elke dag een stukje mooier maken. Er wordt o.a. wekelijks samen gekookt en gegeten, er is muziek en theater. Buurtbewoners maakten van de betegelde tuinen wilde stadstuinen met veel ruimte voor biodiversiteit, waar het voor iedereen goed toeven is. Er gebeurt eigenlijk te veel om op te noemen.

Waarom een afhaalpunt in MidWest?

MidWest heeft een groot lokaal netwerk. Niet alleen burens weten de Cabralstraat te vinden. Ook bedrijven en organisaties lopen de deur plat. In MidWest komt iedereen elkaar tegen, of zoals wij het noemen: "Of je nu wind mee of wind tegen hebt, je vindt elkaar in MidWest". Door dit diverse netwerk denken wij burens die de eindjes niet meer aan elkaar kunnen knopen goed te kunnen vinden. En we bewoners en organisaties kunnen betrekken die ook kunnen bijdragen..

Hoe gaan we dit doen?

We werken samen met bestaande initiatieven in de stad die levensmiddelen, groente en fruit distribueren. Wekelijks is er minimaal één moment in MidWest dat we burens uitnodigen om op te komen halen. We doen alles op basis van vertrouwen. En we nodigen iedereen uit om ons mee te helpen. Zo werken we al samen met o.a. Stichting de Wending, Turning Tables, Boeren en Burens, de Stadsbroeibos, en vele anderen.

De kosten van dit project bestaan uit:

- het opzetten van de logistiek (het ophalen van alle levensmiddelen op verschillende locaties);
 - de communicatie met gezinnen, vrijwilligers en de donateurs en leveranciers van de levensmiddelen;
 - investering in duurzaam vervoer
 - investering in voedselveilige opslag
 - vergoedingen voor vrijwilligers en coördinator.
- totaal van ca € 50.000.

We verwachten wekelijks een uitgifte te kunnen door. We starten met 5 gezinnen en verwachten uiteindelijk 50 gezinnen wekelijks te helpen aan levensmiddelen.

De 7 workshops trekken per keer 8 mensen.

De proeverijen krijgen aandacht door verkoop van de gemaakte producten (tegen kostprijs). Zo'n 10 potjes met ingemaakt eten per proeverij kunnen we dan afzetten. De Proeverij heeft ca 5 deelnemers per keer (samen koken)

ZIE PROJECTBEGROTING

Stichting MidWest gaat dit plan uitvoeren in 2026.