

Beknopt inhoudelijk Jaarverslag 2024

Amsterdam, 30 juni 2025



Inhoudelijk jaarverslag 2024

Voor u ligt een zeer beknopt inhoudelijk jaarverslag van Stichting Triple I-S (met roepnaam COCRATOS) over 2024.

Cocratos is sinds haar oprichting in 2006 als zelfstandig onderzoeks- en opleidingsinstituut steeds op zoek naar nieuwe wegen om de samenleving een beetje mooier te maken voor iedereen. Zo geven we al 18 jaar vorm aan 'duurzaam, rechtvaardig en inclusief'. Dit doen we door participatief onderzoekend te leren door zelf allerlei pilotprojecten te doen of pilots van andere organisaties te begeleiden, en daarnaast opleidings- en maatwerktrajecten aan te bieden. Kortom, bij COCRATOS draait het om permanent Leren EN Doen. Daarin staat het denken vanuit de Donut Economie centraal, m.b.v. het door Cocratos in 2019 ontwikkelde concept van Donut Deals en dat inmiddels 13 maal beproefd is, zelfs internationaal.

In 2024 ging de aandacht van onze Stichting uit naar 4 projecten:

- Donut Deal rond 6 maal driemaandstrainingen en coaching: Leven Lang Leren EN Doen
- Vorm geven aan de Donut Deal: 'Marineterrein Circulair' m.b.v. CIRC-minivergister
- 60 circulaire etentjes rond 'SamenSLIM circulair' m.b.v. HomeBiogas-Microvergister Belly
- Buurtwarmte Holendrecht Oost: op naar een EnergieCoöperatie!

Donut Deal: Leven Lang Leren EN Doen

Het project Leven Lang Leren (LLL) werd door de gemeente, dankzij de succesvolle voorgeschiedenis met eerdere LLL-cursussen (zie voor verslagen de website <https://www.cocratos.nl/opleiding/>) omgezet in een stevige opdrachtfinanciering voor 2024-2025. Twee cursussen daarvan werden vormgegeven in 2024, de rest volgt in 2025/2026.

De cursussen vinden plaats onder leiding van Rizairis Lacroes die de werving en intake verzorgt, evenals de 12 trainingsdagen en de werving van de coaches, en tot slot de verslaglegging. Anne Stijkel verzorgt de supervisie voor het geheel en de financiële afhandeling, ook met de opdrachtgever. De focus van de opleiding ligt - als vanouds - op helpen zicht te krijgen op ieders uniciteit, mogelijkheden en beperkingen, vandaar uit vorm geven aan de betekenis economie door maatschappelijk actief te worden. Per cursus gingen steeds 10 deelnemers van start. Een aantal van hen kon doorstromen naar een betaalde baan of vrijwilligerswerk. Met eerder groepen werden (gezamenlijke) terugkombijeenkomsten georganiseerd. Zo ontstaat er een mooi netwerk van maatschappelijk actievelingen dat elkaar ondersteunt in heel Zuidoost.

Donut Deal: Marineterrein Circulair

Cocratos heeft al een lange geschiedenis met denken over GroenGas als SLIMME oplossing om woningen aardgasvrij te maken, sinds 2019 werken we aan projecten rond GroenGas uit poep en GFE. Eerst gericht op samenwerken met bewoners, gemeente, Waternet en marktpartijen aan een grote groengas poepvergister voor heel Gaasperdam. Die grote vergister is er nog niet, omdat de systeemwereld nog niet toe is aan decentraal denken; 15 jaar geleden heeft Waternet juist alle rioolwaterzuivering gecentraliseerd naar Westpoort. Dit zou een prachtige casus kunnen zijn, maar dat vraagt meer politieke wil. Om hewt vuurtje brandende te houden is in 2020 door Cocratos ooit de minivergister aangeschaft als onderdeel van de Donut Deal rond GroenGas uit GFE in combinatie met ratten weg. Deze minivergister werd geplaatst bij de Groene Hub, waar Cocratos later een Coöperatie als eigen entiteit voor heeft opgericht. De minivergister bleef eighendom van de stichting, er werd een bruikleenovereenkomst opgesteld tussen Cocaros en de coöperatie. Omdat het bij Coöperatie de Groene Hub niet lukte om het gas een goed bestemming te geven is besloten de bruikleen overeenkomst te ontbinden en op zoek te gaan naar een betere plek. Die is gevonden op het Marineterrein, opnieuw rond een Donut Deal, met 6 partners. Zie <https://www.cocratos.nl/wp->

<content/uploads/2025/02/DD-minivergister-Marineterein-lange-versie.pdf>. In 2024 is dat omgezet in een heuse samenwerkingsovereenkomst (november 2024) waarin ook ieders inhoudelijke en financiële bijdrage meer wordt uitgewerkt. Sinds jan 2025 wordt gewerkt aan de vergunningverlening, zodat we hopelijk eind van 2025, en anders begin 2026 van start kunnen.

SamenSLIM Circulair m.b.v. etentjes rond microvergister Belly

Wij hebben in 2024 400 mensen actief betrokken bij het anders omgaan met afval (en in het bijzonder groente- fruit- en etensresten). Daartoe hebben we een 60-tal etentjes georganiseerd, van 1,5 uur. En dat alles in de achtertuin van Anne Stijkel, directeur van Stichting Cocratos, met hulp van 3 koks. Een bijdrage in de kosten werd gevraagd van 5 euro per persoon. Daarvoor kregen de deelnemers een onvergetelijke ervaring: een maaltijd (gekookt op groen gas uit microvergister Belly, met deels groente uit de buurttuin), met een drankje, in een comfortabele kapschuur, een bezoek aan de collectieve buurttuin de Hoftuin ('dat hebben we dus gegeten'), een mooi informatief gesprek over afval en milieu in de bredere zin des woords, gericht op circulariteit; en tot slot een flesje plantenvoeding, voor mee naar huis, ook als 'reminder'.

Waarin kun je circulariteit, de *kringloopgedachte* beter mee uitleggen dan met voedselproductie: eten, wat ons allen aangaat, van grond tot mond tot kont), en dan nog wel zo dicht bij huis? Dat begint immers met zorg voor de aarde! Gevolgd door zorg voor de productie (wat heeft de aarde nodig, hoe zorg je voor een goede oogst, alleen of met elkaar, zonder toevoeging van bestrijdingsmiddelen, hoe zorg je voor een goede mix aan voedingsmiddelen; al dan niet vlees eten. maar ook de milieukant van het koken zelf (electrisch, op aardgas, op groengas; samen koken of alleen) kwam aan bod. En ja, uiteindelijk: wat te doen met de resten, te beginnen met het snijafval. Maar ook: wat doe je met de etensresten zelf? Kun je die bewaren, en zo ja, hoe lang en hoe? Of gooi je het weg? Maar dan toch niet in de openbare ruimte?? Het leverde stuk voor stuk mooie gesprekken op. Per keer, afhankelijk van de samenstelling en belangstelling van de groep, kwamen we ook op delen van auto's, windmolens wel of niet in de buurt, verwarming van onze huizen, zorg voor elkaar, armoedekwesties etc uit. Informatief, leuk, inspirerend, maar bovenal Empowerend: een gevoel van "we kunnen er zelf wat aan doen!"!

Iedere deelnemer kreeg van tevoren ook de opdracht/uitnodiging om *een zakje groente-, fruit- en etensresten mee te nemen*. Die gingen we na het eten 'ontleden'. Vervolgens werd de inhoud opgedeeld in: wat is goed voor Belly, wat voor de composthoop, wat voor de groencontainer? Een leerzame exercitie, zo praktisch! Ze kregen tijdens de maaltijd een inleidend praatje over circulariteit, de grote afvalberg, het rattenprobleem, de verrommeling van de openbare ruimte etc. en wat we daar zelf aan kunnen doen. De zakjes GFE werden ontleed en het gesprek kwam over het gebruik van (collectieve) groenbakken, individuele GFE-rolcontainers, tuinafval, plastic en blik, maar ook over composteren, wormenhoeven, bokashi en vergisten in diverse maten (micro, mini, macro; poepvergister voor heel Gaasperdam, om onze huizen mee te verwarmen).

Van het begin af aan hadden we (ik als initiator, Stichtingsdirecteur en 'host', aangevuld met 3 koks) afgesproken dit intensieve traject *1 seizoen* lang te doen, en daarna Belly door te geven aan een mooi initiatief, zodat *goed voorbeeld gevolgd* zou kunnen worden. De reacties waren ronduit enthousiast, bij alle deelnemers die we 'aan tafel' gehad hebben. In september hebben we een *prijsvraag* uitgeschreven, nadat we eerst een enthousiasmerende nieuwsbrief hadden geschreven. *10 initiatieven* toonden belangstelling; met hen hebben wij een gesprek gehad 1 op 1, maar slechts 1 initiatief stapte uiteindelijk over de drempel: Belly is uiteindelijk terecht gekomen bij Circulair Restaurant Elixer, in maart 2025! Mooier hadden we dat niet kunnen dromen....

Zie <https://www.cocratos.nl/samenslimcirculair/>

BUURTwarmte Holendrecht Oost

Begin 2024 kwam Cor van Haagen, bewoner van Maldenhof bij de directeur van de Stichting, Anne Stijkel, ook woonachtig in Maldenhof en gepokt en gemazeld in duurzame projecten. Daar kwam hij in een warm bad: Anne kon en wilde al haar kennis en netwerk warm overdragen en Cor stond daar voor 100% voor open. Samen startten ze het proces op, een mooie initiatiefgroep was de oogst van een 1^e bewonersbijeenkomst en Cor pakte stevig door. We zijn nu ruim een jaar verder (lees: juni 2025) en we zien dat de Coöperatie in oprichting (zie www.ec-ho.nl) nu echt op uitvliegen staat! Een schoolvoorbeeld van voortbouwen op de schouders van de (voor-)ouders. Hoe mooi kan het zijn? Anne vervult nu nog de rol van klankbordgroep en adviseur. Een typisch voorbeeld van de kraamkamerrol die de stichting maar al te graag vervult. Lees er meer over op <https://www.cocratos.nl/slimwonengaasperdam/>