

**Innovatieprogramma
Welzijn Ouderen**

februari 2006

**Beter
verbonden**

Een lokale aanpak voor bestrijding van
eenzaamheid en sociaal isolement bij
ouderen

Kees Penninx
januari 2006



Inleiding

In Nederland voelt een miljoen ouderen zich vaak eenzaam; 200.000 van hen zijn extreem eenzaam. *Beter verbonden* is een checklist voor diegenen die op lokaal niveau de handen ineens willen slaan en de aanval willen openen op deze maatschappelijke misstand. De checklist is geschreven in het kader van het Innovatieprogramma Welzijn Ouderen van het NIZW. Het NIZW ziet voor Welzijn Ouderen de komende jaren een belangrijke opdracht. Steeds meer ouderen blijven thuis wonen, ook als ze kwetsbaar worden. Goede zorg en een geschikt huis zijn belangrijk. Maar het is minstens net zo belangrijk dat ouderen zich wél bevinden. Dat betekent bijvoorbeeld: zelf keuzes blijven maken, op de hoogte blijven, sociale contacten opdoen en praktische hulp krijgen wanneer je die nodig hebt. Dat alles gaat een stuk gemakkelijker als ouderen niet eenzaam of sociaal geïsoleerd zijn, maar verbonden met de samenleving. Eenzaamheid maakt ouderen ziek. Verbinding is een belangrijke voorwaarde om je beter te voelen. Vandaar de titel van deze uitgave: *beter verbonden*!

WMO

De sector welzijn ouderen ondersteunt ouderen daarbij, en maakt zich klaar om voor een oudere en meer kwetsbare doelgroep dan in het verleden haar diensten aan te bieden. De Wet Maatschappelijke Ondersteuning wordt daarbij het richting gevend kader. De wet verplicht gemeenten goede zorg te verlenen aan de meest kwetsbaren. Welzijn Ouderen kan daar in belangrijke mate aan bijdragen, onder meer door het voortouw te nemen in een lokale aanpak van eenzaamheid en sociaal isolement. Met *Beter verbonden* biedt het Innovatieprogramma Welzijn Ouderen, door en voor de sector zelf, daarbij de helpende hand.

Inhoudsopgave

Inleiding	2
Stap 1 Oriënteren	4
Stap 2 Agenderen	5
Stap 3 Voorbereiden	6
Stap 4 Uitvoeren	8
Stap 5 Evalueren	9



Welzijn Ouderen: de spin in het web

Op dat gebied gebeurt al veel, maar vooral nog zijn het vaak niet meer dan losse, veelal tijdelijke projecten. De checklist *Beter verbonden* helpt bij het ontwikkelen van een duurzame, samenhangende en systematische strategie, die transparant is in het aangeven van resultaten. Die ook samenwerking bevordert, een absolute voorwaarde voor een effectieve aanpak. Samenwerking is nodig tussen zorg- en welzijnsorganisaties, vrijwilligerswerk, ouderenorganisaties en vele andere organisaties die een onmisbare schakel vormen bij de bestrijding van eenzaamheid op lokaal niveau. *Beter verbonden* heeft niet alleen betrekking op verbindingen tussen ouderen en de samenleving, maar ook op verbindingen tussen deze organisaties. De checklist beschouwt Welzijn Ouderen als de spin in het web, maar vraagt ook van de andere organisaties een flinke portie committent. Aan Welzijn Ouderen de uitdaging om met de nodige overtuigingskracht deze organisaties te betrekken bij deze belangrijke maatschappelijke opgave.

Eenzaamheid bestrijden in zes stappen

Zes stappen

Aan de slag dus. De checklist *Beter verbonden* bestaat uit zes stappen. Achtereenvolgens komen aan de orde: oriënteren, analyseren, agenderen, voorbereiden, uitvoeren en evalueren. Per stap beschrijven we het doel, een aantal vragen die u moet beantwoorden, de actie en de resultaten.

Zorgen dat het werkt

De checklist introduceert geen nieuwe theorie of methodiek. Er zijn in Nederland al veel methodieken en projecten op dit gebied. Ook heeft de nodige theorievorming plaatsgevonden. De checklist brengt zaken bij elkaar, zodat u kunt zorgen dat het werkt. Een uitgebreid overzicht van bruikbare methodieken en activiteiten is te vinden op de website van het Innovatieprogramma.¹ Box 1 bevat een overzicht van achtergrondinformatie die van pas komt bij het gebruik van de checklist.

¹ Website www.nizw.nl/werkbookeenzaamheid

BOX 1

Overzicht achtergrondinformatie bij gebruik van de checklist *Beter Verbonden* ouderen

Digitaal werkboek

Via de website wordt een werkboek over het bestrijden van eenzaamheid en sociaal isolement verspreid. Het werkboek ordent en bundelt welke methodieken en activiteiten binnen en buiten welzijn bestaan. Ze worden geordend per fase in het proces van het bestrijden van eenzaamheid en sociaal isolement.

Website www.nizw.nl/werkbookeenzaamheid.

Cliëntgericht interdisciplinair samenwerken

Een aantal ouderen heeft complexe problemen. Eenzaamheid en sociaal isolement zijn daar bijna altijd onderdeel van. Belangrijk bij de aanpak van dergelijke problemen is dat meerdere disciplines samenwerken rond een individuele cliënt. Bovendien is belangrijk dat signalen uit de omgeving van de oudere niet verloren gaan, maar op een gestructureerde manier opgepakt worden. Een handreiking hiervoor vindt op de website www.nizw.nl/werkbookeenzaamheid.

Overzicht van cursussen voor vrijwilligers rond eenzaamheid

Vrijwilligers zijn heel belangrijk in de aanpak van eenzaamheid van ouderen, daar is iedereen het wel over eens. Scholing en deskundigheidsbevordering voor hen horen er dan ook bij. Maar welk aanbod is er precies, wat kost het en waar is het te verkrijgen? Dat is niet altijd makkelijk te vinden. Daarom maken we in het Innovatieprogramma 2005 een overzicht. Dit overzicht vindt op de website www.nizw.nl/werkbookeenzaamheid.

Hoe kwetsbare ouderen hun tijd besteden en beleven.

Binnen het Innovatieprogramma Welzijn Ouderen zijn in 2004 interviews gehouden met kwetsbare ouderen, over hoe zij hun tijd beleven en besteden, en over de mogelijkheden van het sociaal-cultureel werk om een bijdrage te leveren aan een zinvolle dagbesteding. Op basis van deze gesprekken is in



mei 2005 een publicatie verschenen.
Website www.nizw.nl/innovatiewelzijnouderen.

Kwetsbare ouderen in beeld; informatie voor sociaal-cultureel werkers

Brochure met achtergrondinformatie en werkbladen over de levenssituatie van kwetsbare ouderen voor sociaal-cultureel werkers. Hiermee kunnen zij de situatie in hun eigen werkgebied in kaart brengen, om vanuit het verkregen overzicht bij te dragen aan de maatschappelijke ondersteuning van deze groep mensen.

Website www.nizw.nl/innovatiewelzijnouderen.

Websites

Voor een literatuurlijst over eenzaamheid: zie www.kenniscentrum-ouderen.nl

Voor een overzicht van inspirerende praktijkvoorbeelden: zie www.projectenzorgenwelzijn/eenzaamheid-ouderen

Stap 1 Oriënteren

Doel

In deze fase oriënteert u zich globaal op de mogelijkheden en de levensvatbaarheid van een lokaal aanvalsplan eenzaamheid en sociaal isolement bij ouderen.

Vragen

- Waarom denkt u dat er sprake is van een urgent probleem?
- Om hoeveel mensen gaat het?
- Denken andere relevante organisaties dat ook?

Actie

U neemt de checklist een keer helemaal door. Voor zover u deze nog niet kent bestudeert u de achtergrondinformatie waarnaar de checklist verwijst. U praat met uw medewerkers en met externe stakeholders over het probleem. Doe een quick scan door na te gaan wat er al gebeurt op dit gebied, door wie, met welk resultaat? Het organiseren van werkconferenties is een effectieve en efficiënte werkwijze in deze fase. Maak vooral gebruik van de kennis die binnen uw organisatie al voorhanden is op de werkvloer. Wat kunnen de ouderenadviseurs,

sociaal-cultureel werkers, vrijwilligers en anderen u vertellen over eenzaamheid bij ouderen in hun werkgebied? Wat hebben zij nodig om hun prestaties te verbeteren? Waar lopen zij tegenaan?

Resultaat

U heeft een eerste, globale analyse van het probleem en weet op hoofdlijnen wat er al op dit vlak gebeurt in de gemeente. U maakt de afweging of een integrale aanpak haalbaar is. Op grond daarvan besluit u: *go* of *no go*.

Een belangrijk resultaat in deze fase is dat u weet om hoeveel mensen het gaat. Box 2 bevat enkele landelijke cijfers.

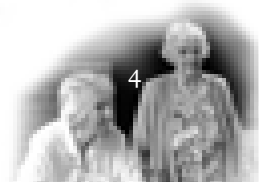
BOX 2

Cijfers over eenzaamheid in Nederland

- Eenzaamheid is het gevoel van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan (kwaliteit van) bepaalde sociale relaties. Een groot sociaal netwerk is geen garantie tegen eenzaamheid; andersom voelen mensen met een klein netwerk zich niet per sé eenzaam. Er zijn vier categorieën:
 - Eenzamen: groot netwerk, voelen zich eenzaam: 22% van de Nederlandse bevolking
 - Sociaal geïsoleerden: klein netwerk, voelen zich eenzaam: 6% van de Nederlandse bevolking
 - Contactarmen: kleine netwerk, voelen zich nieteenzaam: 8% van de Nederlandse bevolking
 - Sociaal weerbaren: groot netwerk, niet eenzaam: 64% van de Nederlandse bevolking

Het meest kwetsbaar zijn de sociaal geïsoleerden: zij voelen zich eenzaam en kennen weinig mensen bij wie zij compensatie kunnen zoeken.

- In Nederland voelt een miljoen ouderen zich vaak eenzaam, 200.000 van hen zijn extreem eenzaam.
- Van alle 65-plussers woont ongeveer 40% alleen en van alle 75-plussers ongeveer 55%.



- Het meest eenzaam zijn alleenwonende ouderen die gescheiden zijn en weinig sociale relaties hebben.
- Volgens onderzoek van de gemeente Almere blijkt zelfs een op de drie Aalmeerse ouderen eenzaam.
- Momenteel woont ruim 85 % van de 65-plussers zelfstandig en van de 85-plussers nog 50%. Het aantal ouderen dat zelfstandig woont, blijft toenemen – net als de eenzaamheid.
- In 2010 zijn er naar verwachting zo'n 1,5 miljoen eenzame ouderen, waarvan er meer dan 310.000 extreem eenzaam zijn.
- Van de duurzame relaties van mensen rond de zestig jaar, is 20 jaar later nog maar een kwart over.
- Twintig procent (420.000 ouderen) van de ouderen viert Kerst en Oud en Nieuw niet. Ruim 200.000 ouderen (10 % van de ouderen) in Nederland zitten tijdens de feestdagen zonder bezoek, een kwart van hen (48.000 ouderen) voelt zich hierdoor eenzaam.

Landelijke gegevens bieden een indicatie, maar voor inzicht in de lokale situatie zijn lokale gegevens onontbeerlijk. Aan u de taak om lokale gegevens te verzamelen. Wijkt uw gemeente af van de landelijke gegevens? Zijn er bepaalde wijken die er uit springen? U hoeft deze gegevens niet altijd zelf te verzamelen. Werk daarvoor samen met de gemeentelijke dienst Onderzoek en Statistiek, de regionale GG en GD, een Centrum voor Maatschappelijke Ontwikkeling of een onderzoeksbureau dat in staat is voor u de nodige gegevens op een rij te zetten.

Stap 2 Agenderen

Doel

Op grond van stap 1, de oriëntatiefase, heeft u mogelijk besloten om het aanvalsplan daadwerkelijk in te zetten. Uw besluit betekent niet dat eenzaamheid bij ouderen al hoog op de lokale agenda staat. In stap 2, de agenderingsfase, gaat u op zoek naar de belangrijkste personen en organisaties die zich voor het (nog te ontwikkelen) aanvalsplan kunnen uitspreken en er misschien

een concrete bijdrage aan kunnen leveren. Zo nodig probeert u hen over de streep te trekken. Het helpt enorm als u de actieve steun heeft van een wethouder, die kan optreden als ambassadeur van het plan. Denk ook aan een gesprek met de ambtenaar die belast is met de coördinatie van de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO). Presenteer hen de gegevens die u bij stap 1 hebt verzameld. Dat zal zeker bijdragen aan het gevoel van urgentie. Geef ook aan wat u is opgevallen in de manier waarop eenzaamheid en sociaal isolement bij ouderen tot nu toe zijn aangepakt.

Vragen

Welke argumenten zijn er voor hun medewerking? Welk belang hebben zij daarbij? Willen zij daadwerkelijk meewerken? Zo ja, wat hebben zij te bieden (geld, onderzoekscapaciteit, bestuurlijke kwaliteiten, cliënten, vrijwilligers, enzovoort). Waarom levert uw voorstel betere resultaten op dan de huidige aanpak?

Denk aan de volgende organisaties:

- Gemeente: prestatievelden WMO (zie box 3), lokaal sociaal beleid, lokaal ouderenbeleid;
- GG/GD: preventie, lokaal gezondheidsbeleid, onderzoekscapaciteit;
- 1^e lijnsgezondheidszorg: signalering, doorverwijzing;
- vrijwilligersorganisaties: signalering, uitvoering van onderdelen;
- ouderenorganisaties: draagvlakversterking, signalering, uitvoering van onderdelen.

WMO als kader voor agendasetting

Voor alle partijen, de gemeente voorop, zal de WMO het nieuwe wettelijk kader zijn voor lokale welzijnsactiviteiten. Daarom is het belangrijk om de WMO bij de agendasetting te betrekken. Box 3 bevat daarvoor enkele bouwstenen.

BOX 3

WMO, eenzaamheid en gezondheid van ouderen
De Wet Maatschappelijke Ondersteuning maakt de gemeente verantwoordelijk voor de maatschappe-



lijke ondersteuning. Oftewel: gemeenten moeten het mogelijk maken dat alle inwoners maatschappelijk kunnen meedoen. Voor kwetsbare groepen, zoals eenzame ouderen, is extra aandacht. De WMO omschrijft ‘maatschappelijke ondersteuning’ in negen prestatievelden. Daarvan zijn er zes direct of indirect van belang voor het thema eenzaamheid bij ouderen. Het prestatieveld dat er in dit opzicht uitspringt is het vijfde prestatieveld van de WMO:

“Het bevorderen van de deelname aan het maatschappelijke verkeer en van het zelfstandig functioneren van mensen met een beperking of een chronisch psychisch probleem en van mensen met een psychosociaal probleem.”

Eenzaamheid is een psychosociaal probleem dat niet alleen de fysieke gezondheid, maar ook de zelfredzaamheid ernstig kan ondermijnen. Daarom is er alles voor te zeggen om eenzaamheidsbestrijding op te nemen in het basispakket van welzijnsdiensten die de gemeente financiert. Onderzoek wijst uit dat het hebben van voldoende goede sociale relaties een gunstig effect heeft op de lichamelijke en geestelijke gezondheid. Mensen met een goed sociaal netwerk ontvangen én geven meer sociale steun; beide hebben een gunstig effect op de gezondheid. Vooral het zelf sociaal actief zijn heeft een positief effect op de gezondheid en levensduur van ouderen. Een vermoedelijke verklaring hiervoor is dat mensen met veel en goede contacten beter geïnformeerd zijn over gezondheid en gezondheidszorg. Ook wordt vermoed dat sociaal actieve mensen minder angst en stress ervaren, wat een positief effect heeft op het immuunsysteem.

Actie

U gaat in gesprek met invloedrijke personen en beslissers binnen de genoemde organisaties en polst hun bereidheid om mee te werken.

Resultaat

U heeft een aantal potentiële samenwerkingspartners om u heen verzameld. U heeft met hen afspraken gemaakt over de manier waarop zij het initiatief zullen ondersteunen.

U heeft groen licht van de gemeente en/of andere financiers om een offerte in te dienen voor het plan van aanpak.

Stap 3 Voorbereiden

Doel

Weten wat u gaat doen, voor wie en op welke manier.

Vragen

- Het is bekend dat “ouderen” geen juiste aanduiding voor de doelgroep is. Niet alle ouderen zijn eenzaam. Welke specifieke doelgroepen en/of wijken wilt u met het aanvalsplan bedienen? In welke wijken valt relatief veel eenzaamheid te verwachten, bijvoorbeeld op basis van demografische gegevens? Omschrijf de doelgroep zo concreet mogelijk. Indien u kiest voor een gebiedsgerichte benadering geeft u aan wat daarvoor de argumenten zijn..
- Waar gaat u op inzetten: specifieke interventies, een brede benadering, of beide? In het laatste geval kiest u voor tweesporenbeleid. Maak dus een keuze uit
 1. specifieke interventies ontwikkelen voor specifieke groepen (spoor 1);
 2. een breed, preventief aanbod ontwikkelen, gericht op maatschappelijke participatie en sociale cohesie in het gebied (spoor 2).
 3. beide: tweesporenbeleid.

De keuze is aan u. Box 4 bevat informatie waarmee u uw keuze kunt onderbouwen.

BOX 4

Spoorboekje eenzaamheidsbestrijding

De afgelopen jaren zijn talloze lokale interventieprojecten ontwikkeld waarin het bestrijden van eenzaamheid een rol speelde. Bij sommige interventies is dit het enig doel (spoor 1), bij andere wordt gesproken van een ‘primair’ doel en/of een ‘secundair’ doel (spoor 2).

Spoor 1. Eenzaamheid bestrijden als enige doel. Het eerste type projecten bevindt zich op spoor één. Het gaat hier primair om het verminderen van de eenzaamheid. Bijvoorbeeld een vriendschaps cursus of vriendschappelijk huisbezoek. Bij stap 4 vindt u meer voorbeelden van deze enkelvoudige interventies.



Spoor 2 Eenzaamheid bestrijden als één van de doelen.

Op spoor 2 treffen we interventies waarbij het bestrijden van eenzaamheid één van de doelen is. Daarbij kan nog een onderscheid worden gemaakt tussen spoor 2a en spoor 2b.

Spoor 2a: hier is het bestrijden van eenzaamheid een 'primair' doel náást andere doelen. Naast de eenzaamheidsproblematiek wordt ook aandacht besteed aan andere problemen, die even belangrijk worden geacht. Bijvoorbeeld armoede. De interventie is dan breder dan alleen het bestrijden van eenzaamheid. Een voorbeeld is een huisbezoekproject waarbij ouderen voorlichting krijgen over sociale activiteiten en over financiële regelingen en voorzieningen waar zij recht op hebben.

Spoor 2b. Op spoor 2b vinden we interventies, waarbij eenzaamheidsbestrijding een 'secundair' doel is. Een ander doel staat hier voorop, bijvoorbeeld het verbeteren van de leefbaarheid van de buurt. De bestrijding van eenzaamheid bij (oudere) wijkbewoners wordt hier als een subdoel meegenomen. Denk bijvoorbeeld aan een open eettafel voor alle buurtbewoners, waarbij de werving zich nadrukkelijk mede richt op eenzame of sociaal geïsoleerde ouderen.

Afweging

Het voordeel van projecten op spoor één is overzichtelijkheid en meetbaarheid van resultaten. Het gaat hier om ouderen die al duidelijk tekenen van eenzaamheid of sociaal isolement vertonen. Een nadeel van projecten op spoor 1 is dat zij stigmatisering in de hand kunnen werken en daardoor een afschrikwekkend karakter hebben voor ouderen. Je geeft niet zo gemakkelijk toe dat je eenzaam bent. Projecten op spoor 2a en 2b hebben dat nadeel niet. Het gaat hier om een scala van activiteiten waarbij mensen worden uitgenodigd tot deelname, zonder dat zij worden aangesproken op de noemer eenzaamheid. Een gemeente die opereert op spoor 2a kan bijvoorbeeld beslissen dat alle ouderen boven de 75 jaar, ongeacht hun persoonlijke situatie, de mogelijkheid van een huisbezoek krijgen aangeboden. Op spoor 2a gaat het veelal om buurtgerichte activiteiten, of vormen van vrijwilli-

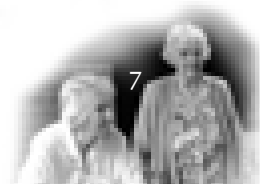
gerswerk waarbij mensen worden aangesproken op hun mogelijkheden om zèlf iets voor anderen te betekenen. Dit is een belangrijke bron van zingeving. Deze activiteiten zijn vaak ook niet exclusief op ouderen gericht. Voor zover ouderen er aan meedoen, bouwen zij al doende wél een buffer op van sociale relaties. Deze beschermen hen tegen eenzaamheid, terwijl het toch geen eenzaamheidsinterventie is waaraan zij deelnemen. Denk aan projecten rond vrijwilligerswerk, mantelzorg, sociale buurtontwikkeling, intergenerationele projecten, sport, natuurontwikkeling, enzovoort. Al deze projecten kunnen mede bijdragen aan het voorkomen of verminderen van eenzaamheid en sociaal isolement bij ouderen. Ouderen die meedoen aan specifieke eenzaamheidsinterventies kunnen hier eventueel in doorstromen. Zo vergroot u uw zicht op de totale doelgroep, en creëert u doorstromingsmogelijkheden. Eenmalige interventies krijgen daarmee een follow up, waardoor het effect duurzamer wordt.

Actie

In deze fase treft u de nodige voorbereidingen om het plan te kunnen uitvoeren. Samen met de partners en in overleg met de financier stelt u een concreet plan op, waarbij u uw keuze voor spoor 1, spoor 2a of 2b onderbouwt. U kunt natuurlijk ook kiezen voor een zeer brede, integrale aanpak. Dan bewandelt u alle sporen. Dit is de meest integrale variant van een lokale aanpak. Specifieke eenzaamheidsinterventies hangen daardoor niet "in de lucht", zoals nog wel eens het geval is. Ze bieden dan een tijdelijke impuls, die de oudere in staat stelt weer een plek te vinden én te behouden in het sociale leven.

Denk ook aan het volgende:

- Het spoorboekje biedt een ordeningskader voor interventies en activiteiten, maar daarmee heeft u nog geen systeem voor signalering en verwijzing. Maak uw plannen daarom ook bekend bij huisartsen, maatschappelijk werkers, ouderadviseurs, vrijwilligersorganisaties en anderen die een signalerings- of verwijzingsfunctie kunnen vervullen. Informeer hen niet eenmalig, maar regelmatig en koppel de resultaten terug.



- Het aanstellen van een projectleider, benoemen van een projectgroep of, bij een brede aanpak met meerdere organisaties een stuurgroep en/of projectadviescommissie. Zorg voor een intentieverklaring waarin alle partijen hun commitment tonen. Ook nádat de financiering van het project afloopt.
- Gesprekken met financiers: hebben zij hier extra geld voor over of verwachten zij dat de inspanningen gefinancierd worden uit de reguliere middelen? Moet hiervoor een speciale offerte worden ingediend? Is sprake van aanbesteding?
- Stel in deze fase ook een campagneplan op (werving, public relations) en geef globaal aan hoe u de resultaten van het aanvalsplan in beeld gaat brengen.

Resultaat

U beschikt nu over de contouren van het plan, een sociale professional die de kar gaat trekken, een werkstructuur, commitment van belangrijke partijen, een p.r.plan en een plan van aanpak voor het meten van de resultaten op beide sporen. U bent klaar om aan de uitvoering te gaan werken. Wat u nog mist is een begroting. Die kunt u pas opstellen als u weet welke activiteiten u met welke middelen in welke periode gaat uitvoeren. In stap 4 gaan we daar op in.

Stap 4 Uitvoeren

Doel

Het op verantwoorde wijze (doen) uitvoeren en coördineren van activiteiten in het kader van een lokale aanpak bestrijding eenzaamheid en sociaal isolement bij ouderen.

Vragen

Welke interventies gaat u uitvoeren, met welke middelen? Zie box 5 voor voorbeelden van mogelijke interventies.

BOX 5

Interventies

Een kleine greep uit een lange reeks van interventies die ontwikkeld zijn om eenzaamheid en sociaal isolement bij ouderen te bestrijden. Een uitgebreid overzicht vindt u op de website van het Innovatieprogramma Welzijn Ouderen: www.nizw.nl/werkboekouderen. Activiteiten op spoor 2 die niet exclusief gericht zijn op verminderen van eenzaamheid en sociaal isolement (koffie-ochtenden, buurtprojecten, enzovoort) laten we in dit tekstkader buiten beschouwing.

Voorbeelden van mogelijke interventies

- Galerijgesprekken
 - Activerend huisbezoek
 - Huisbezoek Turkse en Marokkaanse ouderen
 - Verlies...en dan verder
 - Geef uw leven een beetje meer glans
 - 50-plusnet.nl
- Hoe gaat u de coördinatierol vervullen in het lokale netwerk van betrokken personen en organisaties? Hoe gaat u op wijkniveau de coördinatie in de uitvoering ter hand nemen? Zie box 6 over coördinatie van netwerken op lokaal- en wijkniveau.
 - Hoe zorgt u voor blijvend commitment van medewerkers zowel binnen als buiten uw organisatie?
 - Wat doet u aan deskundigheidsbevordering voor medewerkers en vrijwilligers?
 - Hoe gaat de projectmedewerker zijn ervaring overdragen indien u werkt met een tijdelijke projectsubsidie?

BOX 6

Tips voor regie in stedelijk netwerk eenzaamheidsbestrijding ouderen

1. Wezenlijk is een goed uitgewerkte visie, die steeds een richtpunt aan de horizon geeft. De levensloopbenadering biedt daarbij een interessant perspectief.



2. Zorg voor ‘glansprojecten’: deelprojecten waarvan het resultaat snel zichtbaar is.
3. Zorg zo veel mogelijk voor meetbare doelen, zodat voor iedereen helder is of een project geslaagd is of niet.
4. Beloon, motiveer en ontwikkel de mensen die het moeten doen.
5. Kies bij de start voor een insteek op bestuurlijk niveau: het gaat om het opzetten van complexe processen met een zeker afbreukrisico. Een formeel startdocument of convenant heeft een symbolische, communicatieve en enthousiasmerende functie.
6. Breng de drijfveren, wensen, ambities én grenzen van de betrokken partijen snel en duidelijk in beeld. Begin met een niet te grote groep; deze kan later altijd nog worden uitgebreid.
7. Werk vraaggericht: breng de vragen van de ouderen in de wijk in beeld. Elke wijk vraagt mogelijk om een andere aanpak.
8. Doe nu wat nu kan. Laat het project niet vertragen door een langzame schakel. Snel concreet worden maakt partijen ‘rolvaster’ en gewilliger in het leveren van een bijdrage.
9. Verknoop op alle fronten. Er is al zo veel. Er kan vaak al veel en met weinig extra middelen worden ingezet.
10. Communiceer het project, want onbekend maakt onbemind. Met een eigen logo, een eigen site of nieuwsbrief.

Tips voor regie op buurtniveau: buurtnetwerk 55+
Zie de website www.nizw.nl/werkboekeenzaamheid.

Actie

In deze fase voert u de activiteiten uit en zorgt u ervoor dat er coördinatie plaatsvindt, zowel in het lokale netwerk als op wijkniveau.

- In het lokale netwerk overleggen organisaties op beleidsniveau over de voortgang van de lokale aanpak. Daar worden jaarlijks afspraken gemaakt over de te realiseren doelen, de keuze van interventies, de inbedding daarvan in een breed scala van preventieve activiteiten, de wijze van signalering en contactlegging, informatievoorziening naar instellingen en media, verde-

ling van mensen en middelen en verantwoording naar klanten en financiers.

- Op wijkniveau zorgt u voor samenwerking tussen professionals en vrijwilligers rond individuele cliënten. Daarvoor staat de methodiek van het buurtnetwerk 55+ model.

Resultaat

- Een vooraf vastgesteld minimum aantal ouderen heeft een aanbod gekregen om mee te doen aan een of meer activiteiten en interventies.
- De vastgestelde activiteiten en interventies worden uitgevoerd; bepaalde vooraf vastgestelde bestaande activiteiten die niet primair gericht zijn op eenzaamheidsbestrijding zijn beter toegankelijk gemaakt voor ouderen die in een sociaal isolement (dreigen te) verkeren.
- Er ontstaat een stedelijk netwerk van instellingen en personen die zorg dragen voor voortgang en blijvende betrokkenheid.
- Op wijkniveau vind de nodige coördinatie rond individuele cliënten plaats binnen buurtnetwerken 55+; daarin nemen uitvoerende professionals en actieve wijkbewoners zitting die als gemeenschappelijke opgave zien het bestrijden van eenzaamheid en sociaal isolement bij ouderen.
- Er ontstaat een solide financiële basis voor de uitvoering en de coördinatie van activiteiten. Met de gemeente worden afspraken gemaakt over de te leveren prestaties. Zo mogelijk zijn deze beschreven in een module “Bestrijding eenzaamheid bij ouderen” waarin interventies, resultaten en kosten zijn omschreven.

Stap 5 Evalueren

Doel

Op grond van adequate beleidsinformatie in staat zijn om sturing te geven aan processen en activiteiten in het kader van het aanvalsplan.

Vragen

- Hoe zorgen we ervoor dat we weten wat we bereiken? Zie box 7.



- Welke lokale processen en activiteiten zijn in de afgelopen periode op gang zijn gekomen?
- Hoe waarderen ouderen en betrokken organisaties deze ontwikkelingen?
- Wat is het resultaat is van de verschillende onderdelen / specifieke interventies die zijn uitgevoerd?
- Wat moeten we in het vervolg niet meer doen?
- Op welke punten kunnen we verbeteringen aanbrengen?
- Waar zitten de witte vlekken (groepen die we nog niet hebben bereikt, organisaties die we er nog bij willen betrekken)?

BOX 7

De eenzaamheidsschaal van De Jong Gierveld en Kamphuis (1985).

In Nederland wordt al vele jaren gebruik gemaakt van de eenzaamheidsschaal van de Jong Gierveld en Kamphuis. De schaal kan ook worden gebruikt voor het meten van effecten van interventies tegen eenzaamheid. De schaal bestaat uit 11 uitspraken, vijf positief geformuleerde en zes negatief geformuleerde, waarop respondenten kunnen antwoorden met ja! (= geheel mee eens), ja min of meer, nee, en nee! (= geheel mee oneens).

1. Er is altijd wel iemand in mijn omgeving bij wie ik met mijn dagelijkse probleempkes terecht kan.
2. Ik mis een echt goede vriend of vriendin.
3. Ik ervaar een leegte om mij heen.
4. Er zijn genoeg mensen op wie ik in geval van narigheid kan terugvallen.
5. Ik mis gezelligheid om mij heen.
6. Ik vind mijn kring van kennissen te beperkt.
7. Ik heb veel mensen op wie ik volledig kan vertrouwen.
8. Er zijn voldoende mensen met wie ik mij nauw verbonden voel.
9. Ik mis mensen om me heen.
10. Vaak voel ik me in de steek gelaten.
11. Wanneer ik daar behoefte aan heb kan ik altijd bij mijn vrienden terecht.

Hoe krijgt u zicht op de resultaten van een interventie?

- Onderzoeksbureau inschakelen: degelijk, maar kostbaar;
- Literatuur raadplegen: hoe werkte de interventie elders?
- Zelf gesprekken voeren met deelnemers over tevredenheid en hun beleving van de resultaten.
- Gesprekken voeren met anderen: hulpverleners en familieleden die de oudere kennen.

Actie

- Resultaten / effecten van specifieke interventies in beeld brengen (box 7).
- Procesevaluatie: in kaart brengen welke activiteiten en processen op gang zijn gekomen in de gemeente; welke interventies zijn opgezet, hoe is dat gegaan, wat liep goed, wat liep minder goed?
- Verantwoording afleggen aan klanten en opdrachtgevers. Zijn streefcijfers gehaald?

Resultaat

- Inzicht in processen en effecten, waardoor een en ander efficiënter en/of effectiever kan worden aangepakt.
- Meer vertrouwen in eigen kunnen en bij opdrachtgever / klanten.

