gemeente Capelle aan den IJssel

Meer samen, minder eenzaam

Samen tegen eenzaamheid

Plan van aanpak

Voorwoord

Het gevoel verbonden te zijn met anderen is een basisbehoefte in het leven. En toch voelen nog steeds veel mensen zich eenzaam. Daarom besteedt het kabinet maar ook ons college daar veel aandacht aan. 44% van de Nederlanders geeft aan zich wel eens eenzaam te voelen. In Capelle is dit zelfs 47%.[1] Dat is de opgaveteams, die vragen, uitdagingen en aandachtspunten voor alle wijken van Capelle hebben opgehaald, en ook aan de gemeenteraad niet onopgemerkt gebleven. Ondanks de vele aandacht voor het thema, rust er nog steeds een taboe op eenzaamheid. Daarom is het van belang dat we met elkaar proberen de cirkel van eenzaamheid te doorbreken.

Capelse Alliantie: Samen tegen eenzaamheid

Op initiatief van de landelijke ambassadeur van Eén tegen eenzaamheid en de gemeente, zijn de gemeente, Welzijn Capelle en Sportief Capelle een jaar geleden de Alliantie 'Capelle Samen tegen Eenzaamheid' gestart om in Capelle samen onze schouders onder dit belangrijke thema te zetten.

Inmiddels zijn al veel andere partijen aangesloten bij de Alliantie, waaronder De Zellingen en De Vijverhof. Maar ook het onderwijs, kerken, ondernemers en Havensteder zijn inmiddels vertegenwoordigd. We hebben met elkaar al mooie stappen gezet, en het belangrijkste: we weten als professionals hierdoor steeds beter de weg naar elkaar te vinden. Want er gebeurt al ontzettend veel in Capelle.

Het Capels antwoord op eenzaamheid

Als overheid hebben wij geen pasklare oplossing waardoor geen Capellenaar zich meer eenzaam voelt. Sterker nog, eenzaamheid hoort ook bij het leven. Het wordt problematisch wanneer dit gevoel langdurig aanhoudt. Daarom dragen we als gemeenschap en gemeente ons steentje bij door te zorgen dat er voldoende mogelijkheden en plekken zijn om elkaar te ontmoeten en dat we Capellenaren leren om te gaan met (ongewenste) eenzaamheid. Belangrijk daarbij is ontmoeting en Capellenaren de gelegenheid te geven dat te realiseren. Dat doen we in nauwe samenwerking met maatschappelijke organisaties, ondernemers en inwoners. De kracht daarvan ligt in straten, buurten en wijken. Want als mensen elkaar kennen, als buren elkaar kennen en oog hebben voor elkaar, ontstaat vanzelf ontmoeting.

Tegelijkertijd zien we dat ontmoeting alleen niet hét antwoord voor iedereen is tegen eenzaamheid, want eenzaamheid kan aanwezig zijn in verschillende vormen. Denk hierbij ook aan existentiële eenzaamheid waarbij zingevingsvraagstukken een grote rol spelen. Ook voor deze Capellenaren willen we klaar staan en ook voor hen slaan wij onze handen ineen.

Ik ben er trots op dat dit plan van aanpak dat voor u ligt niet ontwikkeld is door de gemeente, maar juist in co-creatie met ruim dertig organisaties uit de Alliantie 'Samen tegen eenzaamheid' tot stand is gekomen.

Eenzaamheid aanpakken in Capelle doen we namelijk met elkaar. Meer samen, minder eenzaam.

Wethouder Marc Wilson,
Wmo, Volksgezondheid, Integratie

[1] RIVM

Inhoudsopgave

Voorwoord....2

Inleiding....4

Eenzaamheid in wetenschappelijk perspectief....5
- Oorzaken & gevolgen....5
- Wat weten we over wat wel werkt?....6
  - Aandachtspunten bij interventies....6

Ontmoeting als positieve tegenhanger....7
- Capelle ✓oor Elkaar....7
- Het Capelse antwoord op eenzaamheid....7
- Meestal vindt ontmoeten spontaan plaats....7
- Als ontmoeting niet vanzelfsprekend is, ondersteunt de gemeente....8
- Bevindingen....9

Capelle in beeld....10
- Persona's....11
  - Wat zijn persona's?....11

Alliantie 'Samen tegen eenzaamheid'....12
- Structuur....12
  - Kerngroep....13
  - Themagroep....**Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.**
  - Brede klankbordgroep....13
  - Aanjager....13
- Verbinding opgaveteams....13

Samen tegen eenzaamheid: de volgende stap!....14

Uitvoeringsplan....15
- 1. Ken elkaar, vind elkaar....15
  - Wat gaan we doen?....15
- 2. Kwetsbare Capellenaren en life events....15
  - Wat gaan we doen?....15
- 3. Eenzaamheid onder jongeren....16
  - Wat gaan we doen?....16
- 4. Verbuurzamen....16
  - Wat gaan we doen?....16

Tot slot....18
- Monitoring....18
- Privacywetgeving....18
- Financiële inzet....18
- Vervolgstappen....18

Bijlage 1 – Persona's....19

> Dé eenzaamheid oplossen, dat kan niemand alleen. Maar iemands eenzaamheid oplossen, kunnen we allemaal', aldus minister Hugo de Jonge Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

Inleiding

Eenzaamheid is niet een vraagstuk dat zich alleen in Capelle afspeelt. De gezondheidsmonitor van de GGD toont al jaren aan dat eenzaamheid een landelijk vraagstuk is. Sociaal maatschappelijke en demografische ontwikkelingen uit de afgelopen decennia kunnen niet los gezien worden van het eenzaamheidsvraagstuk.

De laatste decennia vond een verschuiving plaats van de verzorgingsstaat naar de participatiesamenleving, waarin eigen kracht en de zelfredzaamheid van mensen centraal staan. We worden ouder en het aantal ouderen zal komende jaren steeds meer toenemen, tot 2,1 miljoen in 2030. Het aantal ouderen neemt niet alleen toe, ouderen worden ook ouder en blijven langer vitaal. In toenemende mate willen ze daarom als het even kan thuis blijven wonen in hun eigen, vertrouwde omgeving en de regie op hun eigen leven houden. De participatiesamenleving heeft geleid tot vergaande individualisering waarbij we steeds meer handelen vanuit het individu. Ook onder jongeren komt eenzaamheid meer en meer voor. Door toenemende digitalisering hebben zij veel contacten via social media, maar tegelijkertijd geven veel jongeren aan betekenisvolle contacten te missen.

Om verder te bouwen aan een duurzame aanpak is het van belang dat naast sociale ontmoeting wordt ingezet op het voorkomen en tegengaan van andere vormen van eenzaamheid, zoals de hiervoor genoemde existentiële en emotionele eenzaamheid en is innovatie van de bestaande aanpak belangrijk. Daarom willen we meer inzetten op duurzame ontmoetingen en op maatwerk.

Eenzaamheid is een complex vraagstuk, één die vraagt om intensieve samenwerking. Daarom hebben we een sterk netwerk van actieve organisaties nodig. Het zijn Capellenaren met elkaar – individueel en georganiseerd in vrijwilligersorganisaties – en maatschappelijke organisaties die zorgen voor de aanpak tegen eenzaamheid. In dit plan wordt ingegaan op het Capelse antwoord op eenzaamheid – een aanpak om meer gezamenlijk de schouders eronder te zetten en onze ambities te verwezenlijken.

Afgelopen maanden zijn er veel gesprekken gevoerd met organisaties en Capellenaren rondom het thema eenzaamheid. We hebben deskresearch gedaan, cijfers onderzocht, gesprekken gevoerd, ons eigen ontmoetingsbeleid onder de loep genomen en de Alliantie 'Samen tegen eenzaamheid' verder opgezet. Al deze activiteiten hebben ons waardevolle inzichten gegeven hoe we tot nu toe met eenzaamheid om gaan in Capelle. Bijvoorbeeld dat we al ontzettend veel doen en organiseren in Capelle, maar dat we het niet altijd van elkaar weten. En dat we ons vooralsnog in het kader van ontmoeting tot nu toe richten op het organiseren van sociale activiteiten voor de ouder wordende Capellenaar.

Alle opgedane inzichten, lessen en plannen komen samen in dit plan van aanpak waarin we bestaande activiteiten voortzetten, maar ook een fundament leggen voor een stevige sociale basisinfrastructuur die ontmoeting voor alle Capellenaren stimuleert. We gaan inzetten op vier thema's die domeinoversteigend zijn:

1) Ken elkaar, vind elkaar waarin we de samenwerking tussen betrokkenen versterken;
2) Kwetsbare Capellenaren en life-events waarbij we inspelen op veranderingen en gebeurtenissen die het risico op eenzaamheid vergroten;
3) Eenzaamheid onder jongeren;
4) Verbuurzamen waarbij we contacten en netwerken in de buurt willen versterken.

Ons doel met het plan is het voorkomen en tegengaan van sociale, emotionele en existentiele eenzaamheid onder kwetsbare Capellenaren, jong én oud!

Eenzaamheid in wetenschappelijk perspectief

Eenzaamheid betekent dat de betreffende persoon iets mist. Het gaat om het "subjectief ervaren van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan [kwaliteit van] bepaalde sociale relaties"[2].

Er zijn verschillende vormen van eenzaamheid:

- Sociale eenzaamheid bestaat uit het ontbreken van betekenisvolle contacten met mensen met wie je iets gezamenlijks deelt.
- Emotionele eenzaamheid is het missen van een hechte, intieme band.
- Existentiële eenzaamheid gaat over het ontbreken van voldoende zingeving in het leven (ondanks contact/relaties met anderen).

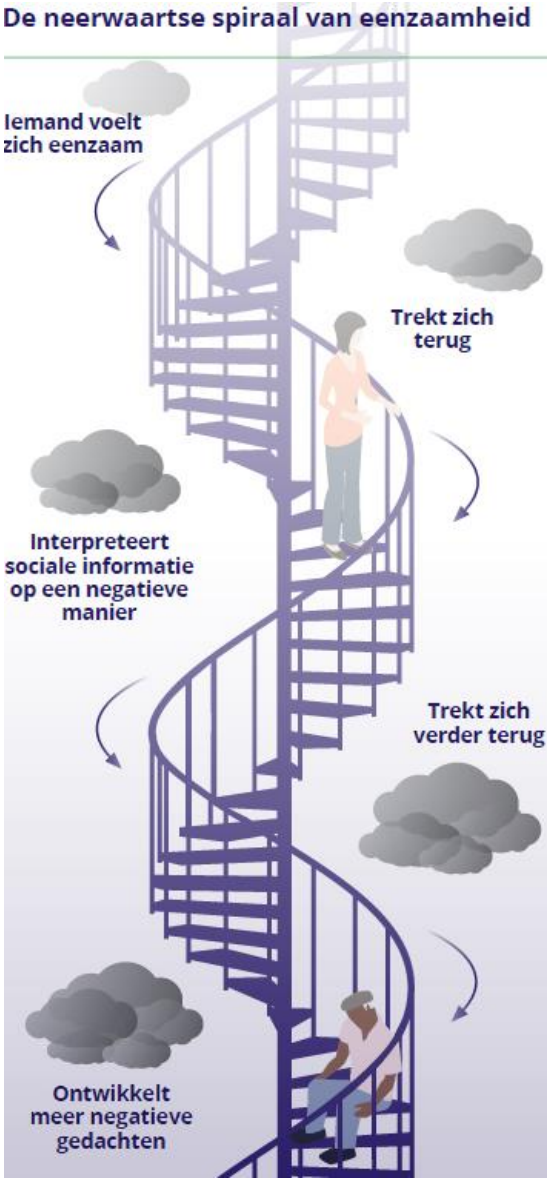
Eenzaamheid is niet hetzelfde als alleen zijn. Mensen kunnen dolgelukkig alleen zijn of zich juist eenzaam voelen op een feest. Eenzaamheid is ook niet hetzelfde als een sociaal isolement. Daarbij gaat het om het ontbreken van een sociaal netwerk.

Oorzaken & gevolgen

Er is niet één ding dat eenzaamheid veroorzaakt, vaak is het een combinatie van factoren die ervoor zorgt dat mensen vereenzamen. Wel is ondervonden dat sommige groepen een verhoogd risico lopen: ouderen zonder sociaal netwerk, mensen met gezondheidsproblemen (waaronder ggz-problematiek), weduwen, gescheiden mensen, laagopgeleiden, niet-westerse migranten en mensen met een beperking[3].

Eenzaamheid wordt een probleem als mensen over een langere periode vereenzamen en in een neerwaartse spiraal terecht komen.

"In 2003 las ik een studie die me echt omver blies. Hersenonderzoekers ontdekten dat eenzaamheid zeer doet. Niet bij wijze van spreken, maar letterlijk: het pijncentrum in het brein licht op. Ik dacht: nu begrijp ik het. Waarom eenzame mensen ook vaak pijn lijden. Dat zeggen we natuurlijk al veel langer: het doet pijn dat je me verlaat. Iedereen dacht dat het metaforen waren, maar nu weten we: het is écht zo. De taal is wijs"[4].



[2] Van Tilburg & De Jong Gierveld, 2007.
[3] Movisie 2018

[4] Trouw 20 november 2018: Uit Interview met de Duitse psychiater Manfred Spitzer

Uit diverse onderzoeken blijkt dat vereenzaming bijdraagt aan uiteenlopende lichamelijke en psychische klachten zoals depressie, alcoholverslaving, hart- en vaatziekten, slaapproblemen en verminderde afweer. Mensen die vereenzamen en daardoor (gezondheids)problemen ervaren, hebben minder mogelijkheden om terug te vallen op een sociaal vangnet. Hierdoor doen zij vaker een beroep op professionele hulp- en zorgverlening. Zij gaan bijvoorbeeld frequenter naar de huisarts en worden eerder opgenomen in verpleeghuizen[5]. Bij jongeren kan het leiden tot een verhoogde zorgbehoefte en vroegtijdig schoolverlaten[6].

Daarom is het belangrijk dat we ons niet alleen hard maken voor het verminderen van eenzaamheid, maar ook richten op preventie en bewustwording van risicofactoren van eenzaamheid.

Wat weten we over wat wel werkt?

Movisie[7] heeft onderzoek gedaan naar de werkzame factoren bij een aanpak tegen eenzaamheid voor verschillende doelgroepen.

Wat het meest bijdraagt aan het verminderen van eenzaamheid [ongeacht de leeftijd van de persoon] is sociaal cognitieve training. Hierbij wordt ingegaan op negatieve interpretaties en verwachtingen van sociale situaties. Vooral interventies waarin wordt gewerkt met sociale cognitieve trainingsaspecten om de negatieve spiraal te doorbreken, verminderen eenzaamheid. Ook kunnen mensen zélf veel doen. Zo blijkt dat acceptatie een goede oplossing kan zijn, net als het bewust investeren in de kwaliteit van relaties met bijvoorbeeld familie, vrienden en kennissen.

Groepsinterventies met een educatief aspect gericht op het onderhouden en verbeteren van het sociale netwerk zijn succesvol bij de aanpak van eenzaamheid onder ouderen.

Activiteiten gericht op het verbeteren van het gevoel van eigenwaarde en persoonlijke controle zijn ook relatief succesvol.

Aandachtspunten bij interventies

- Er is nauwe samenwerking nodig tussen zorg-, welzijns- en vrijwilligersorganisaties.
- Aandacht voor selectie, training en doorlopende ondersteuning van de coördinatoren en vrijwilligers die betrokken zijn bij de interventies.
- Aandacht voor deskundigheidsbevordering onder professionals en vrijwilligers.
- Consistente en gedegen manieren om eenzaamheid te meten.
- Continue steun en aanmoediging aan de deelnemers om deel te blijven nemen.
- Flexibiliteit om de interventie aan te passen aan de doelgroep en lokale omstandigheden.
- Continuïteit [de interventie moet duurzaam aangeboden kunnen worden].

[5] Russel et al. 1997
[6] Lodder et al., 2016

[7] https://www.movisie.nl/artikel/wat-werkt-wel-aanpak-eenzaamheid

Ontmoeting als positieve tegenhanger

In het coalitieakkoord 2018 – 2022 'Met het oog op morgen' is opgenomen dat nog meer aandacht wordt gegeven aan de bestrijding van eenzaamheid. Daarbij realiseren we ons dat eenzaamheid bestrijden een complex vraagstuk is: eenzaamheid is van niemand en van iedereen tegelijk. Het vraagt een cultuuromslag en een inspanning van iedereen, zowel van organisaties als van Capellenaren zelf.

Capelle ✓oor Elkaar

In Capelle willen wij samen met onze partners in zorg en welzijn dat zo min mogelijk mensen in de zorg terechtkomen, zoveel mogelijk voorkomen dat drang of dwang nodig is en een antwoord geven op de vraagstukken die op ons afkomen in het sociaal domein. Hierbij geldt: ondersteuning zo licht als mogelijk en zo zwaar als nodig. We willen er in Capelle voor zorgen dat mensen actief zijn en zo goed mogelijk voor zichzelf kunnen zorgen, weerbaar zijn en mee kunnen doen. Wij willen dat Capellenaren zich veilig en prettig voelen in hun wijk en daar trots op kunnen zijn. Het gaat goed met de meeste Capellenaren en dat houden we graag zo! Om dit te doen, hebben we een stevige, sociale basisinfrastructuur nodig en is het belangrijk dat we steeds voldoende inzetten op preventie.

Wanneer we er in Capelle voor willen zorgen dat mensen actief zijn en zo goed mogelijk voor zichzelf kunnen zorgen en mee kunnen doen, moeten we invloed uitoefenen op de factoren die daaraan bijdragen: draaien aan de juiste knoppen!

- Werken en actief meedoen in Capelle.
- Toegang tot en samenwerking in preventie & zorg.
- Een uitnodigende fysieke omgeving met ruimte voor ontmoeten, sporten en bewegen.
- Een sterke sociale omgeving waarin er samenhang is in en met de buurt.
- Inzet op gedrag en versterken van vaardigheden.

Het is belangrijk dat we blijven investeren in hoe mensen zich voelen, zowel fysiek als mentaal. Dit gebeurt onder meer door een versterking van de sociale basisinfrastructuur, met voorzieningen op het terrein van ontmoeting, cultuur, sport en buurthuizen. Hierdoor kunnen Capellenaren elkaar ontmoeten: een voorwaarde om sociaal vitaal te blijven, elkaar te ondersteunen en daarmee eenzaamheid tegen te gaan.

Het Capelse antwoord op eenzaamheid

Mensen zijn groepsdieren en hebben vanuit evolutionair oogpunt behoefte aan betekenisvolle verbinding met anderen en deel uitmaken van een groep mensen bij wie je je prettig voelt en die je regelmatig ontmoet. Wij geloven daarom in de kracht van verbinding en ontmoeting.

Onder ontmoeten verstaan wij:

- Het aangaan en onderhouden van waardevolle en zinvolle sociale contacten met buren, kennissen, collega's, vrienden en familie.
- Contacten tussen individuen en/of groepen gericht op ontspanning en/of kennismaking met door anderen gehanteerde normen en/of waarden.
- Hierbij vinden we het belangrijk dat wordt bijgedragen aan het voorkomen van emotionele en existentiële eenzaamheid.

Meestal vindt ontmoeten spontaan plaats

De meeste Capellenaren ontmoeten anderen en zijn in staat een waardevol sociaal netwerk op te bouwen en te onderhouden. Het ontmoeten van anderen is een vast onderdeel van hun leven en verloopt natuurlijk. Het ontmoeten van anderen vraagt van hen geen buitengewone inspanning. Op spontane wijze wordt gebruik gemaakt van de mogelijkheden om anderen te zien. Denk hierbij aan familie, buren, vrienden, collega's, klasgenoten, kennissen via het

verenigingsleven, geloofshuizen en andere kanalen. Voor deze Capellaren is geen inspanning nodig van de gemeente om ontmoeting te faciliteren. Volstaan kan worden met een gevarieerde sociale basisinfrastructuur, die bijdraagt aan ontmoeting in brede zin. Ontmoeting en buurtactiviteiten komen vaak tot stand op eigen initiatief van Capellenaren, buurtgroepen, vrijwilligersorganisaties en maatschappelijke organisaties. Vanuit de Wmo wordt ontmoeting gefaciliteerd voor de Capellenaar die moeite heeft met het in stand houden of opbouwen van een eigen netwerk.

Als ontmoeting niet vanzelfsprekend is, ondersteunt de gemeente

Voor een deel van de Capellenaren geldt dat het ontmoeten van anderen niet vanzelfsprekend is. Er is wel behoefte aan ontmoeting, maar het lukt niet of onvoldoende om dit te realiseren. Ook kan het zijn dat men wel anderen ontmoet, maar dat het toch ontbreekt aan contacten die als gewenst, waardevol of zinvol worden ervaren. Existentiële en emotionele eenzaamheid ligt dan op de loer. Voor deze inwoners is het van belang dat ondersteuning wordt geboden om gewenste en zinvolle contacten aan te kunnen gaan. Voor inwoners die bijvoorbeeld vanwege ouderdom, gezondheidsproblemen of het ontbreken van de juiste vaardigheden moeite hebben met het aangaan van gewenste sociale contacten, kan de gemeente bewust meer specifieke ontmoetingsactiviteiten faciliteren. Op dit moment doet de gemeente dit door middel van een behoorlijk aanbod voor ouderen en Capellenaren met een vorm van kwetsbaarheid.

Daarnaast heeft de gemeente een belangrijke rol als het gaat om bewustwording over het nut van laagdrempelige contacten tussen buurtbewoners. Want dit is een belangrijke basis voor ontmoeten.

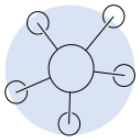
Vanuit de gemeente wordt onder meer het volgende georganiseerd en gefaciliteerd:

- ✓ De gemeente faciliteert ontmoeting in het kader van de Wmo d.m.v. subsidies, bedoeld voor organisaties die kwetsbare Capellenaren ondersteunen bij het in stand houden, opbouwen of uitbreiden van een eigen netwerk.
- ✓ De gemeente ondersteunt relevante initiatieven financieel vanuit het Denk & Doe mee!-fonds en MaakCapelle.
- ✓ Via onze verbonden partijen: Stichting Welzijn Capelle, het Centrum voor Jeugd en Gezin en Sportief Capelle.
- ✓ Oprichting van de lokale Alliantie 'Samen tegen eenzaamheid'.
- ✓ Diverse culturele en zorginstellingen bieden laagdrempelige ontmoetingsactiviteiten.
- ✓ In alle wijken vinden in de Huizen van de Wijk en jongerenvoorzieningen (ontmoetings)activiteiten plaats die laagdrempelig toegankelijk zijn.
- ✓ We onderzoeken de behoefte aan ontmoeting en uitwisseling voor LHBTI-ouderen.
- ✓ In het kader van signaleren en bespreekbaar maken van eenzaamheid wordt de bewustwordingscampagne voor de ouder wordende Capellenaar (Ben van Waarde) ingezet.
- ✓ Iedere 75-plusser krijgt jaarlijks een preventief huisbezoek van Stichting Welzijn Capelle, waarbij ook sociale contacten en vitaliteit onderwerpen van gesprek zijn.
- ✓ De Toegang in Capelle is erop ingericht dat signalen gegeven kunnen worden bij het CJG, Welzijn Capelle, de Huizen van de Wijk en het Wmo-loket, die ook zorgen voor gepaste ondersteuning of doorverwijzing.
- ✓ Vrijwillige inzet door Capellenaren wordt bevorderd en gefaciliteerd.
- ✓ Capelle is aangesloten bij Sensoor, de landelijke hulplijn voor een luisterend oor.
- ✓ Er is aandacht voor een goede inrichting van de openbare ruimte. Met de integrale gebiedsontwikkeling van transformatiegebieden en het ontwikkelen van de Stadsvisie, krijgt de verbinding fysiek-sociaal de komende tijd extra aandacht.

Bevindingen

Afgelopen jaar hebben we onderzocht wat we al doen in Capelle en voor welke doelgroepen we ons momenteel inzetten. We hebben veel gesprekken gevoerd met maatschappelijke- en zorgorganisaties, scholen, kerken en Capellenaren, deskresearch gedaan en cijfers onderzocht. We hebben veel informatie boven water gekregen. Hierbij kunnen we drie conclusies trekken:

Om te bepalen welke vervolgstappen nodig zijn om tot een duurzame aanpak van eenzaamheid te komen hebben we echter eerst inzicht nodig in de kenmerken van de Capelse eenzaamheidsproblematiek. In de volgende hoofdstukken gaan hier verder op in.



Er gebeurt al heel veel en we doen heel veel, maar we weten nog niet altijd de weg naar elkaar te vinden.

Onze sociale basisinfrastructuur richt zich met name op de ouder wordende Capellenaar.

We doen vooral veel om sociale eenzaamheid te voorkomen.

Capelle in beeld

Capelle kent

66.486

inwoners

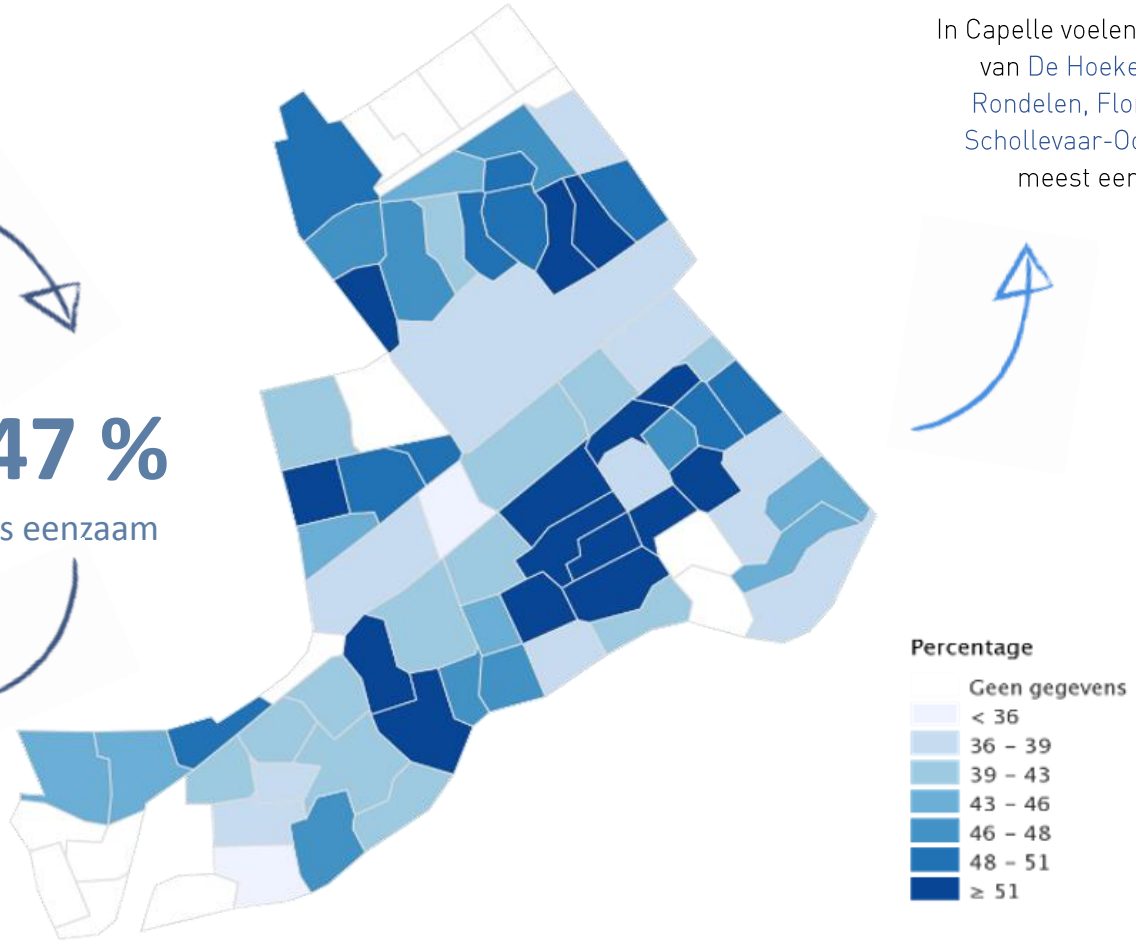
47 %

is eenzaam

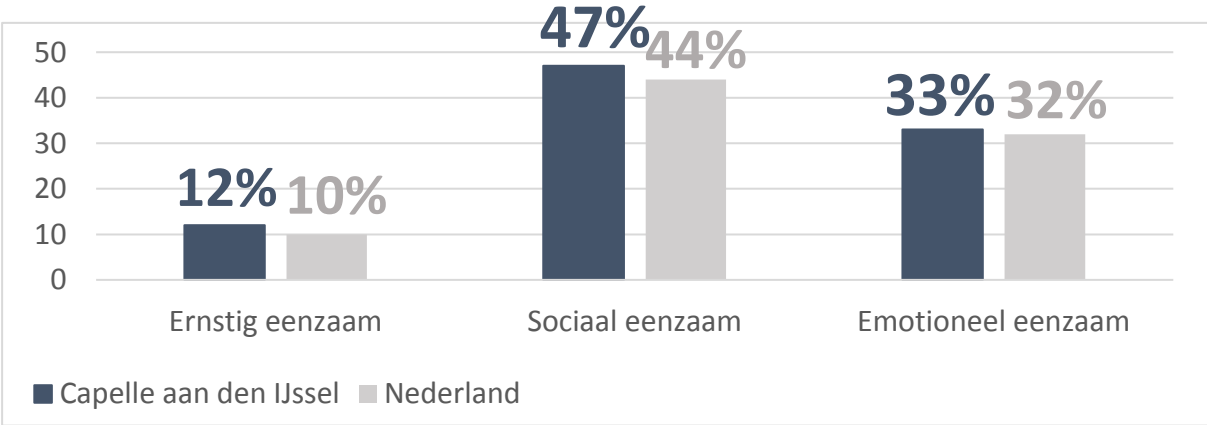
Dat zijn

31.248

Capellenaren



In Capelle voelen de bewoners van De Hoeken, Hoven, Rondelen, Florabuurt en Schollevaar-Oost zich het meest eenzaam.



- ✓ Landelijk voelt 43% van de mensen boven de 19 jaar zich (wel eens) eenzaam.
- ✓ Eenzaamheid in de regio Rijnmond is het hoogst van Nederland.

Persona's

Om een beeld te krijgen van andere doelgroepen – buiten de ouder wordende Capellenaar – die kampen met eenzaamheidsgevoel, hebben we samen met de Capelse Alliantie 'Samen tegen eenzaamheid' zes fictieve Capellenaren gecreëerd. Voor de keuze van de persona's hebben we aansluiting gezocht bij de risicogroepen. Ook zijn de persona's gebaseerd op wat de Alliantieleden in de dagelijkse praktijk veel tegenkomen.

Wat zijn persona's?

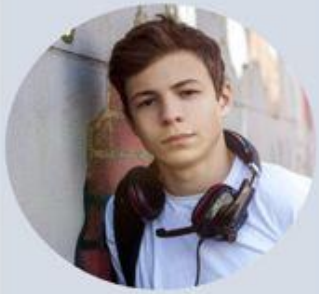
Persona's zijn fictieve 'klantprofielen' om een naam en gezicht te geven aan eenzame Capellenaren. Het is een simpel, maar krachtig middel dat ons helpt om onze aanpak persoonsgerichter te maken.

De uitgebreide persona's kunt u terugvinden in de bijlage.

Hans

Leeftijd:	82 jaar
Geslacht:	Man
Nationaliteit:	Nederlands
Burgerlijke staat:	Weduwnaar
Kinderen:	Dochter
Opleiding:	Geen
Woongebied:	Schenkel
Beroep:	Gepensioneerd
Inkomen:	AOW + klein pensioen

Nick



Leeftijd:	16 jaar
Geslacht:	Man
Nationaliteit:	Nederlands
Burgerlijke staat:	Ongehuwd
Kinderen:	Nee
Opleiding:	MBO kader
Woongebied:	Schollevaar
Beroep:	Scholier
Inkomen:	Nihil

Patricia

Leeftijd:	28 jaar
Geslacht:	Vrouw
Nationaliteit:	Nederlandse
Burgerlijke staat:	Alleenstaand
Kinderen:	Ja, 1
Opleiding:	Laag opgeleid
Woongebied:	Hoeken
Beroep:	Geen
Inkomen:	Bijstand

Zeynap

Leeftijd:	70 jaar
Geslacht:	Vrouw
Nationaliteit:	Afghaans
Burgerlijke staat:	Gehuwd
Kinderen:	Ja, 2
Opleiding:	MBO
Woongebied:	Rondelen
Beroep:	Kapster
Inkomen:	€ 1250,-

Truus

Leeftijd:	55 jaar
Geslacht:	Vrouw
Nationaliteit:	Nederlands
Burgerlijke staat:	Gehuwd
Kinderen:	Ja, 2
Opleiding:	N.v.t.
Woongebied:	's Graveland
Beroep:	N.v.t.
Inkomen:	1,5x modaal

Yonas

Leeftijd:	37 jaar
Geslacht:	Man
Nationaliteit:	Eritrees
Burgerlijke staat:	Gehuwd
Kinderen:	Ja
Opleiding:	Basisschool
Woongebied:	Schollevaar
Beroep:	Inburgeraar
Inkomen:	Bijstand

Alliantie ‘Samen tegen eenzaamheid’

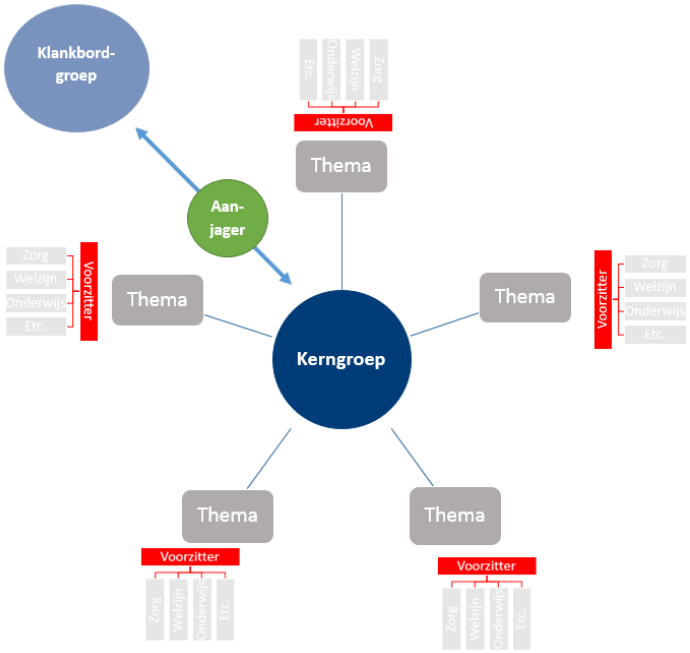
Eenzaamheid is een vraagstuk van ons allemaal. Een vraagstuk dat vraagt om intensieve samenwerking en betrokkenheid. De gemeente Capelle aan den IJssel wil daarom de krachten bundelen met maatschappelijke partners om samen de strijd tegen eenzaamheid te intensiveren. Op 17 september 2018 zijn wij met Welzijn Capelle en Sportief Capelle de Alliantie ‘Samen tegen eenzaamheid’ gestart. Voor een effectieve en duurzame aanpak van eenzaamheid is een bredere Alliantie nodig met alle relevante partijen en betrokkenheid van bewoners(organisaties). We hebben daarom afgelopen jaar fors ingezet om de Alliantie te verbreden met organisaties als zorginstellingen, scholen, ondernemers, woningbouwcorporatie, kerken en opgaveteams. Afgelopen jaar zijn we dan ook gegroeid naar ruim 30 deelnemende organisaties, en we groeien nog iedere maand!

Structuur

Met de Alliantie willen we een boost geven aan het onderwerp eenzaamheid, maar kijken we ook hoe we op een duurzame manier kunnen werken aan inbedding van dit thema in bestaande structuren.

We geloven daarom in een aanpak waarin de gemeente samen met aandeelhouders eigenaarschap toont door actief deel te nemen in de aanpak en te werken aan de geformuleerde resultaten. Dit betekent ook samen nadenken over de inhoud, doelstellingen en structuur van de Alliantie. Hierdoor kunnen we een netwerk van organisaties oprichten die elkaar versterken.

Er is een gezamenlijk eigenaarschap van het thema waarbij tussen betrokken partijen in zorg, welzijn, onderwijs en het maatschappelijk middenveld taken en rollen worden verdeeld. De gemeente stimuleert, verbindt, faciliteert samenwerking, stuurt op resultaat en is aanjager van dit proces. Om dit eigenaarschap verder vorm te geven zijn een kerngroep, themagroepen en een klankbordgroep nodig.



Kerngroep

De kerngroep richt zich op de strategie, de hooflijnen en het behalen van de geformuleerde resultaten. Deelnemers zorgen in hun organisatie voor draagvlak voor het programma. De kerngroep levert voorzitters voor de zogeheten themagroepen. Hierdoor fungeren zij als verbindende schakel (linking pin) in de projectstructuur. Deelnemers aan de kerngroep zijn lokaal stevig geborgd. Dit uit zich in het gegeven dat zij zijn vertegenwoordigd in het lokale netwerk en zich richten op duurzaam investeren in het sociaal domein in Capelle, liefst met een divers aanbod van diensten op het gebied van welzijn en zorg. In hun primaire werkproces komen zij eenzaamheid of risico's hierop veelvuldig tegen en hebben zij hierop ook een passend aanbod.

- Geschatte tijdsinvestering [excl. voorzitterschap]: 45-50 uur per jaar (8x kerngroepbijeenkomsten: 16 uur/ 8x themagroepbijeenkomsten: 16 uur/ 4x klankbordgroepbijeenkomsten: 8 uur/ 5 niet voorziene uren.
- Geschatte tijdsinvestering [incl. Voorzitterschap]: 70-75 uur per jaar (8x kerngroepbijeenkomsten: 16 uur/ voorbereiding themagroep: 16 uur/ acties uitwerken: 8 uur / 8x themagroepbijeenkomsten: 16 uur / 4x klankbordgroepbijeenkomsten: 8 uur / 5 niet voorziene uren.

Themagroep

De themagroepen worden ingericht om met één of meerdere thema's uit het programma 'Samen tegen Eenzaamheid' aan de slag te gaan. Deelnemers aan de themagroepen zijn vertegenwoordigers van organisaties die een actief aanbod doen of kunnen doen in de aanpak van eenzaamheid. De deelnemers vervullen in hun organisatie een rol op tactisch niveau: denk aan beleidmakers, maar ook uitvoerders. Daarnaast is het wenselijk de themagroepen uit te breiden met vertegenwoordigers van de doelgroep. Immers, het is van belang te toetsen of planvorming bijdraagt aan de vraag van Capellenaren.

Geschatte tijdsinvestering: 40-45 uur per jaar [8x themagroepbijeenkomsten: 16 uur/ acties uitwerken: 8 uur / 4x klankbordgroepbijeenkomsten: 8 uur / 5 niet voorziene uren]

Brede klankbordgroep

De klankbordgroep komt enkele malen per jaar bij elkaar om input te geven op de voorstellen met betrekking tot de aanpak. Hierin kan een breed palet aan organisaties deelnemen die in hun dagelijks werk te maken hebben met Capellenaren die eenzaam zijn. Geschatte tijdsinvestering: 8-13 uur per jaar (4x bijeenkomsten: 8 uur / 5 niet voorziene uren]

Aanjager

De gemeente vraagt een beleidsadviseur om invulling te geven aan deze rol. De aanjager is de spil van de Alliantie. Hij/zij ondersteunt de kerngroep, organiseert bijeenkomsten van de klankbordgroep en zorgt voor samenhang tussen de themagroepen. De aanjager stuurt daarbij op het halen van de geformuleerde resultaten.

Geschatte tijdsinvestering: 1 dag per week / 400 uur per jaar

Verbinding opgaveteams

De gemeente Capelle is gestart met opgavegericht werken. Dit vraagt nauwe samenwerking met de opgaveteams in de wijken van Capelle. In vier wijken is ontmoeten of eenzaamheid gekozen als gezamenlijke opgave. Om de verbinding te houden tussen de Alliantie en de opgaveteams neemt de gebiedsregisseur deel aan de kerngroep 'Samen tegen eenzaamheid' en neemt een beleidsadviseur Wmo/ontmoeting deel aan de opgaveteams die eenzaamheid benoemd hebben als thema.

Samen tegen eenzaamheid: de volgende stap!

Zoals eerder omschreven gebeurt er in Capelle veel als het gaat om ontmoeten. Daarbij valt op dat de ontmoetingsactiviteiten in Capelle vooral gericht zijn op sociale ontmoetingen. Deze activiteiten richten zich vooral op de oudere Capellenaar.

Relatief gezien is er nog weinig aandacht voor jongeren en andere doelgroepen die een hoger risico lopen op eenzaamheid. Om ontmoeten meer bij te laten dragen aan zingeving en ook de andere vormen van eenzaamheid in overweging neemt is innovatie van de bestaande aanpak belangrijk.

Het is tijd voor de volgende stap! Als Alliantie zetten we de volgende uitgangspunten en resultaten centraal in ons beleid.

Het hoofdresultaat

Het voorkomen en tegengaan van sociale, emotionele en existentiële eenzaamheid onder (kwetsbare) Capellenaren, jong én oud.

We zien ontmoeting als positieve tegenhanger van eenzaamheid en willen een gevarieerde sociale basisinfrastructuur in Capelle hebben. Deze infrastructuur draagt bij aan ontmoeten in brede zin voor jong én oud.

Een volledige informatievoorziening is essentieel zodat Capellenaren de weg weten. Hierbij wordt gebruik gemaakt van www.watisertedoenincapelle.nl.

Eenzaamheid hoort bij het leven. We vinden het belangrijk om het taboe rondom eenzaamheid te doorbreken.

De gemeente zet in op het tegengaan van emotionele en existentiële eenzaamheid en stimuleert het aangaan van betekenisvolle en duurzame contacten tussen Capellenaren.

We hebben aandacht voor het realiseren van ontmoeten op maat.

De gemeente zet acties in op preventie van eenzaamheid door interventies die Capellenaren helpen zich bewust te worden van risiciofactoren (bijv. door vaardigheidstrainingen)

Uitvoeringsplan

Op basis van gesprekken, cijfers en deskresearch, de opgestelde persona's en de input gegeven op de thema-avond over eenzaamheid hebben we in de Alliantie vier inhoudelijke thema's benoemd. Deze thema's dragen bij aan de gemeentelijke visie op ontmoeten en de hierboven genoemde uitgangspunten.

1. Ken elkaar, vind elkaar

Geconstateerd wordt dat veel organisaties in Capelle bijdragen aan het organiseren van ontmoetingsactiviteiten of op een andere wijze investeren in het voorkomen van eenzaamheid. Tegelijkertijd geven professionals aan dat eenzaamheid lang niet altijd wordt herkend. Als eenzaamheid wordt gesignaleerd blijkt het nog moeilijk te zijn Capellenaren toe te leiden naar een passend aanbod. Dit komt omdat het aanbod onvoldoende bekend is. Enerzijds omdat betrokken professionals en vrijwilligers elkaar niet kennen, anderzijds omdat de informatievoorziening versnipperd is.

Wat houdt het thema in?

Het versterken van de samenwerking tussen betrokkenen bij de aanpak van eenzaamheid en het op zo helder mogelijke wijze aanbieden van informatie aan Capellenaren.

Te bereiken resultaat

- ✓ Professionals en vrijwilligers herkennen eerder signalen van eenzaamheid.
- ✓ Professionals en vrijwilligers weten wat de rol is van de verschillende betrokken organisaties bij het signaleren en aanpakken van eenzaamheid. Hierbij is aandacht voor ieders positie in de keten van preventie, signaleren, bieden van activiteiten en ondersteuning.
- ✓ Het volledige aanbod voor professionals, vrijwilligers en Capellenaren wordt eenduidig (digitaal) ontsloten.

Wat gaan we doen?

Eenvoudige toegang tot de juiste informatie over lokale zorg en ondersteuning is essentieel voor de sociale basisinfrastructuur van het gehele sociaal domein. Binnen de visie voor het Capelse sociaal domein *Capelle: ✓oor Elkaar!* (2019) wordt dan ook gesproken over het realiseren van een laagdrempelige informatievoorziening.

Dit thema benoemd door de Alliantie zal opgaan in de brede themagroep vanuit de gemeente die aan de slag gaat met de informatievoorziening in het brede sociaal domein.

2. Kwetsbare Capellenaren en life events

Voor ieder mens geldt dat zij/hij in een levensfase terecht kan komen waarin zij/hij kwetsbaar is voor eenzaamheid. Bijvoorbeeld door grote veranderingen in het leven. Denk hierbij aan, de overgang van school naar studie, beginnen met werken, kinderen krijgen, een echtscheiding, stoppen met werken, afnemende gezondheid of het wegvallen van vrienden of een partner. We zijn ons nog onvoldoende bewust van de risico's op eenzaamheid en de situaties die Capellenaren kwetsbaar maken. Dit geldt zowel voor de Capellenaar zelf, zijn of haar netwerk en professionals welzijn en zorg.

Wat houdt het thema in?

Het voorkomen van eenzaamheid bij toenemende kwetsbaarheid, grote veranderingen, ingrijpende gebeurtenissen en verliezen. Het signaleren en acteren op basis van het herkennen van risico's.

Te bereiken resultaat

- ✓ Capellenaren zijn zich bewust van risico's op eenzaamheid.
- ✓ Professionals en vrijwilligers zijn zich bewust van risico's op eenzaamheid.
- ✓ Professionals en vrijwilligers beschikken over vaardigheden om eenzaamheid of de risico's hierop bespreekbaar te maken.
- ✓ Professionals en vrijwilligers leiden Capellenaren toe naar passende (ontmoetings)activiteiten.
- ✓ Capellenaren kunnen signalen of vermoedens over eenzaamheid bespreken met een professional. Het kan gaan om signalen bij henzelf en om signalen die zij zien in hun omgeving.

Wat gaan we doen?

- ➢ We gaan inspelen op verschillende life events van Capellenaren om bewustzijn te vergroten door signaleerders bij life events te betrekken om informatie te verstrekken aan kwetsbare achterblijvers. Bijvoorbeeld door een ontmoetingsplek vanuit Inloophuis de IJssel voor rouwenden

- ➢ We gaan onze professionals trainen en voorlichten zodat zij signalen van eenzaamheid kunnen signaleren en vervolgens kunnen verbinden naar (ontmoetings)activiteiten

- ➢ We gaan een centraal kennis- en adviespunt met informatie over eenzaamheid, advies wat je kunt doen of als je het signaleert in de omgeving. Hierbij wordt ook verwezen naar een plek waar je naar toe kan.

- We gaan een publiekscampagne in samenwerking met het Capelse bedrijfsleven opzetten om taboe en stigma tegen te gaan.

3. Eenzaamheid onder jongeren

In Capelle is veel aandacht voor het voorkomen van eenzaamheid onder ouderen. Inmiddels zijn ketenpartners en gemeente zich er van bewust dat eenzaamheid speelt in alle leeftijdsgroepen. Een groep die specifiek aandacht nodig heeft zijn jongeren. Eenzaamheid is bij hen vaak een verborgen probleem. Om eenzaamheidsproblemen bij kinderen en jongeren te voorkomen is het zinvol om zowel meer aandacht te besteden aan het verbeteren van hun sociale vaardigheden als hun zelfbeeld (Movisie). Hierbij speelt dat jongeren in deze leeftijd in een belangrijke ontwikkelingsfase in hun leven verkeren. Zij vormen hun identiteit, en eenzaamheid kan hierop grote nadelige effecten hebben. Bijvoorbeeld doordat hierdoor depressieve gedachten ontstaan, ook in andere levensfasen.

Wat houdt het thema in?

Investeren in de aanpak van eenzaamheid onder jongeren in de leeftijd van 12-24 jaar.

Te bereiken resultaat

- ✓ Professionals en vrijwilligers signaleren eenzaamheid onder jongeren.
- ✓ Helder wordt aan wat voor aanbod jongeren behoefte hebben.
- ✓ Er wordt een passend aanbod ontwikkeld.
- ✓ Jongeren worden zo nodig toegeleid naar dit aanbod.

Wat gaan we doen?

Inzetten op de informatievoorziening over eenzaamheid en jongeren door:

- Opzetten van een online platform/ontmoetingsplek (bijv. een Instagramaccount) dat kan fungeren als platform en online ontmoetingsplek (aansluiting vinden, bewustwording, erkenning en aandacht).
- Informatie over eenzaamheid onder jongeren delen (bijvoorbeeld met een infograpic, voorlichting aan jongeren door ervaringsdeskundigen en informatieavonden) met vrijwilligers en professionals die actief met jongeren in contact komen/zijn.
- Voorlichting aan mentoren op scholen;
- We gaan een maatjesproject opzetten door jongerenwerk, bij voorkeur laagdrempelig en vrijblijvend (buiten professionele hulpverlening om), om te helpen met het uitbreiden van sociale contacten.

4. Verbuurzamen

De belangrijke basis voor ontmoeten vormt waarschijnlijk de directe woonomgeving van inwoners. De buurt, daar waar mensen wonen en leven liggen de kansen voor ontmoeten letterlijk en figuurlijk op straat. Je buren en buurtgenoten kennen is daarvoor essentieel. De verdergaande individualisering en versobering van de verzorgingsstaat, heeft ervoor gezorgd dat dit minder vanzelfsprekend is. Als bewoner, buur of professional kun je, zonder veel moeite, verschillende kleine dingen doen die mensen in de omgeving helpen om zich gezien en gehoord te voelen. In dit thema staat het verbinden van buurtgenoten (die elkaar nog niet kennen) centraal.

Wat houdt het thema in?

Het bijdragen aan bewustwording bij buurtbewoners over de waarde van 'beter een goede buur dan een verre vriend'. Het verbinden van mensen, het versterken van buurten en het creëren van betekenisvolle relaties op buurtniveau. Daarnaast heeft dit thema een fysieke component door plekken voor ontmoeting te realiseren, open plekken om een praatje te maken.

Kernvraag voor de themagroep is hoe professionals een (andere) rol kunnen nemen om bij te dragen aan bewustwording en kennismaking tussen buren. Hierbij is het zaak te beginnen met hele concrete acties om later ook grotere acties in de straten, buurten en wijken op gang te brengen.

Te bereiken resultaat

- ✓ Stimuleren van bewustwording bij buurtbewoners over het belang van verbuurzamen;
- ✓ Stimuleren van initiatieven die gericht zijn op duurzame relaties in de buurt.
- ✓ Buurten waar mensen zich om elkaar bekommeren en waar iedereen bij hoort.
- ✓ Op zoek en op gang brengen van gemeenschapszin en kracht in wijken.

De deelnemers aan de themagroep hebben uitgesproken zich eerst te willen richten op concrete, overzichtelijke acties. Het gaat om acties die tussen buren kunnen plaatsvinden. Deze acties moeten nader worden uitgewerkt en afgestemd worden met de WOP's (Wijk Overleg Platforms). Essentieel is het om buurtbewoners te betrekken die fungeren als 'voelsprieten' in de wijk en die handen en voeten geven aan de acties. Het idee is om gefaseerd de WOP's te betrekken en zo per wijk te komen tot maatwerk.

Wat gaan we doen?

- Het beschikbaar stellen van een ontmoetingspakket voor nieuwe Capellenaren waarin nieuwe bewoners gestimuleerd worden om de buurt te gaan verkennen. Dit pakket bestaat uit een aantal essentiële basiselementen (flyers met ontmoetingsactiviteiten, smoelenboek van

sleutelfiguren), maar ook een paar leuke dingen, bijvoorbeeld een presentje, waar je uit kan kiezen.

- Het stimuleren van de mogelijkheid om tijdens het jaar een paar laagdrempelige acties gericht op het aangaan van contact met de buren of het betrekken van buren bij activiteiten uit te voeren:
  - Diverse mogelijkheden voor een kaartje (complimentenkaartje, uitnodiging om mee te doen aan ..., verjaardagskaart, en vast nog meer).
  - Het aanbieden van een attentie zoals buurman en buurman koekjes, een appeltaart om samen op te eten.
  - Het plaatsen van zwaaitegels (tegel met zwaaisymbool, met uitnodiging te zwaaien, contact te leggen).
  - Lief en leed pot voor de straat.
  - Het via de supermarkt of andere centrale punten in de wijk zichtbaar maken van activiteiten.

  NB. Per WOP kan worden bepaald welke actie(s) het beste 'passen in hun straatje'.

- Voor de langere termijn wordt voorgesteld te investeren in grotere projecten gericht op ontmoeten:
  - Het opzetten van maatjesprojecten in de straat en buurt.
  - Het met elkaar in contact brengen van gescheiden mensen, of weduwnaren.

Tot slot

Met dit uitvoeringsplan zetten we in op laagdrempelige acties, omdat we geloven dat er al een goed fundament ligt in Capelle. Komend jaar willen we dit fundament verbreden door in te zetten op verschillende doelgroepen en het verbeteren van de samenwerking.

Monitoring

Om te sturen op het bereiken van de geformuleerde resultaten is het belangrijk dat wordt gemonitord. Daarnaast vinden we het belangrijk dat er ruimte blijft voor flexibiliteit in de aanpak. In de structuur hebben we niet voor niets gekozen voor linking pins (voorzitters van de themagroep die ook in de kerngroep deelnemen). Hierdoor vindt er continue evaluatie en monitoring plaats op de acties die de themagroepen uitzetten. Aan het einde van het jaar 2020 wordt een eindevaluatie gedaan met de Alliantie, waarin tevens gekeken wordt naar de vervolgambities.

Privacywetgeving

Bij de uitvoering van de geformuleerde acties houden de betrokken partijen zich aan de privacywetgeving en de hiervoor opgestelde richtlijnen van hun organisatie. Zoveel als mogelijk wordt voor het uitwisselen van gegevens gewerkt op basis van toestemming door de betrokken Capellenaar. In zorgwekkende situaties kan na een zorgvuldige afweging actie worden ondernomen zonder toestemming van de betrokkene. Betrokkene dient hierover te worden geïnformeerd.

Financiële inzet

Momenteel worden de middelen voor het thema ontmoeten en het tegengaan van eenzaamheid gefinancierd vanuit de Wmo. Hiervoor is in de meerjarenbegroting 2020 - 2022 jaarlijks een bedrag opgenomen van €.514.000,-. Dit bedrag wordt ingezet voor het subsidiëren van diverse activiteiten en initiatieven gericht op het faciliteren van ontmoeting voor kwetsbare Capellenaren.

Zoals we in dit plan van aanpak hebben benadrukt zijn we klaar om de volgende stap te zetten en de aanpak van het thema ontmoeting en eenzaamheid te verbreden. Verbreden door de samenwerking met de Alliantie vorm te geven, maar ook verbreden door in te zetten op andere doelgroepen die buiten de Wmo-kaders vallen. Het is belangrijk dat de beoogde activiteiten van de themagroepen plaatsvinden en daarvoor zijn financiële middelen nodig. De financiële middelen zijn bedoeld om uitvoering te geven aan het Plan van Aanpak 'Meer Samen, minder eenzaam'.

Daarom streven wij ernaar bij de afwegingen in het kader van de Voorjaarsnota 2020 een voorstel in te dienen om een impuls te kunnen geven aan de aanpak van eenzaamheid. Het gaat hierbij om een verzoek om incidentele middelen voor 2020 en 2021. Dit past ook bij de programmatische aanpak van eenzaamheid. Het programma en de daarbij horende Alliantie met onderliggende themagroepen moet bijdragen aan het zetten van een volgende stap.

Bij de financiering hanteren we de volgende uitgangspunten:

- We kiezen bewust voor incidentele financiering. Het plan van aanpak kent in feite een programmatische aanpak. Een programmatische aanpak kenmerkt zich door een tijdelijk karakter;
- Het is belangrijk dat maatschappelijke organisaties zoveel mogelijk bekijken hoe activiteiten op den duur een structureel karakter kunnen krijgen zonder dat hiervoor aanvullende financiering door de gemeente nodig is. Het is daarom belangrijk tijdig na te denken over de vraag hoe financiering uit bestaande middelen en bronnen kan plaatsvinden;
- Deelnemers aan de Alliantie en themagroepen worden gestimuleerd aanvullende financiering voor hun activiteiten te zoeken. Hierbij denken we aan het benutten van fondsen, subsidieregelingen, (bijvoorbeeld het Denk-& Doe mee-fonds). Wellicht bieden de budgetten van de WOP's ook mogelijkheden hierin.

Vervolgstappen

Dit plan van aanpak wordt na bespreking met de verantwoordelijk portefeuillehouder aangeboden aan het college en de Alliantie 'Samen tegen eenzaamheid'. Ook wordt dit plan van aanpak ter kennisname aangeboden aan de Adviesraad Sociaal Domein.

Dit plan van aanpak en de opbrengsten uit de Alliantie zullen eveneens worden gebruikt als input voor de herijking van het Wmo-beleid in 2020 (het huidige beleidskader is vastgesteld voor de periode 2017 – 2020) en voor de sturing op de subsidies met betrekking tot ontmoeting vanuit de subsidieregeling Maatschappelijke Ondersteuning.

Leeftijd:	82 jaar
Geslacht:	Man
Nationaliteit:	Nederlands
Burgerlijke staat:	Weduwnaar
Kinderen:	Ja, 1
Opleiding:	Geen
Woongebied:	Schenkel
Beroep:	Gepensioneerd
Inkomen:	AOW + klein pensioen

Oudere

Hans

Persoonskenmerken

Sociale vaardigheden	Laag	0	0	X	0	0	hoog
Zelfbeeld	Negatief	0	X	0	0	0	positief
Oriëntatie	Introvert	0	0	0	X	0	Extravert
Zelfvertrouwen	Laag	0	X	0	0	0	hoog
Zelfredzaamheid	Laag	X	0	0	0	0	hoog

Behoefte aan...

1. Ondersteuning bij regelen van voorzieningen
2. Vergroten van netwerk in de buurt
3. Verbonden voelen & diepgang
4. Ontmoeting en activiteiten

Zo word ik het beste bereikt

- ○ Digitaal
- ✓ Persoonlijk
- ✓ Post / folder
- ○ Anders, namelijk: ...

Situatieschets

Hans is sinds 4 jaar weduwnaar, na ruim 50 jaar huwelijk. Zijn vrouw was verantwoordelijk voor het huishouden. Sinds haar overlijden is Hans in een gat terechtgekomen. Oude buren, vrienden en familie zijn al overleden. Hans heeft meer zorg nodig en zit veel alleen thuis. Zijn dochter woont niet in de buurt. Hans houdt erg van dieren en van een potje schaken.

Contacten met zorg, welzijn & overheid

- Wijkverpleger
- Schoonmaakhulp

Doel (vanuit persoon)

- Diepgaande en betekenisvolle contacten
- Een schaakmaatje
- Versterken mobiliteit

Belemmeringen (vanuit persoon)

- Kan niet ver lopen met een rollator, verder is Hans nog redelijk gezond

Leeftijd:	16 jaar
Geslacht:	Man
Nationaliteit:	Nederlands
Burgerlijke staat:	Ongehuwd
Kinderen:	Nee
Opleiding:	MBO kader
Woongebied:	Schollevaar
Beroep:	Scholier
Inkomen:	Nihil

Jongere

Nick

Persoonskenmerken

Sociale vaardigheden	Laag	0	X	0	0	0	hoog
Zelfbeeld	Negatief	X	0	0	0	0	positief
Oriëntatie	Introvert	X	0	0	0	0	Extravert
Zelfvertrouwen	Laag	0	X	0	0	0	hoog
Zelfredzaamheid	Laag	0	0	0	X	0	hoog

Behoefte aan...

1. Veilige omgeving waar hij kan groeien
2. Bewustwording eigen ik
3. Eigen zelfbeeld ontwikkelen / wat kan ik
4. Passend vrijwilligerswerk of bijbaantje

Zo word ik het beste bereikt

- ✓ Digitaal
- ✓ Persoonlijk
- o Post / folder
- ✓ Anders, namelijk: school, stage, baantje

Situatieschets

- Weinig contact met leeftijdsgenoten (buitenbeentje)
- Regulier gezin, geen extra verzuim op school
- Geen baantje, vooral contact via sociale media/games
- Geen diversiteit in sociale contacten
- Dreigt op school te falen / uit te vallen, groepsopdrachten lukken niet

Contacten met zorg, welzijn & overheid

- Stage in de zorg
- Goede klik met ouderen / kwetsbare mensen, daarin kan hij zichzelf zijn
- Nog niet in beeld bij jongerencoach / CJG

Doel (vanuit persoon)

- Gezien worden in wat wel goed gaat
- Niet hoeven te voldoen aan stereotype stoer / sportief
- Succesvolle stage of vrijwilligerswerk

Belemmeringen (vanuit persoon)

- Laag zelfbeeld
- Beperkte weerbaarheid / eigenheid / assertiviteit
- Niet goed in communicatie / delen van emoties
- Identiteitsontwikkeling gestagneerd

Leeftijd:	28 jaar
Geslacht:	Vrouw
Nationaliteit:	Nederlandse
Burgerlijke staat:	Alleenstaand
Kinderen:	Ja, 1
Opleiding:	Laag opgeleid
Woongebied:	Hoeken
Beroep:	Geen
Inkomen:	Bijstand

Alleenstaande moeder

Patricia

Persoonskenmerken

Sociale vaardigheden	Laag	0	0	0	0	X	hoog
Zelfbeeld	Negatief	0	X	0	0	0	positief
Oriëntatie	Introvert	0	0	X	0	0	Extravert
Zelfvertrouwen	Laag	0	X	0	0	0	hoog
Zelfredzaamheid	Laag	0	X	0	0	0	hoog

Behoefte aan...

1. Sociaal netwerk
2. Luisterend oor, persoonlijk contact
3. Vast maatje / gezin als buddy
4. (Vrijwilligers)werk
5. Bewustwording / vaardigheden leren

Zo word ik het beste bereikt

- o Digitaal
- ✓ Persoonlijk
- o Post / folder
- ✓ Anders, namelijk: school, CJG

Situatieschets

- Vanuit Rotterdam naar Capelle verhuisd
- Kinderen van verschillende vaders
- Geen financiële middelen, wel schulden
- Familie woont ver weg (Noord NL), weinig contact
- Door drukte i.v.m. zorg kinderen weinig tijd zelf
- Kinderen ook geïsoleerd, o.a. geen geld voor clubs of activiteiten. Risico: schooluitval

Contacten met zorg, welzijn & overheid

- CJG, school / opvang
- Havensteder (huur)
- Wmo-loket, schuldhulpverlening, bewindvoering
- Werkplein

Belemmeringen (vanuit persoon)

- Foute keuzes / vicieuze cirkel
- Geen / weinig betrouwbaar netwerk
- Onvoldoende eigen vaardigheden / scholing
- Schulden

Doel (vanuit persoon)

- Weerbaarheid vergroten (slechte relaties voorkomen)
- Andere focus / opleiding
- Ondersteuning voor de kinderen

Leeftijd:	70 jaar
Geslacht:	Vrouw
Nationaliteit:	Afghaans
Burgerlijke staat:	Gehuwd
Kinderen:	Ja, 2
Opleiding:	MBO
Woongebied:	Rondelen
Beroep:	Kapster
Inkomen:	€ 1250,-

Mantelzorger

Zeynep

Persoonskenmerken

Sociale vaardigheden	Laag	0	0	X	0	0	hoog
Zelfbeeld	Negatief	0	X	0	0	0	positief
Oriëntatie	Introvert	0	0	X	0	0	Extravert
Zelfvertrouwen	Laag	0	0	0	X	0	hoog
Zelfredzaamheid	Laag	0	0	0	X	0	hoog

Behoefte aan...

1. Luisterend oor, i.p.v. iemand die oplost
2. Erkenning / herkenning / begrip
3. Behouden eigen identiteit

Zo word ik het beste bereikt

- o Digitaal
- ✓ Persoonlijk
- o Post / folder
- ✓ Anders, namelijk: 'buurtmoeder', gerichte cursus (inzicht ziektebeeld + omgang, effect op draagkracht)

Situatieschets

- Mantelzorger voor dementerende echtgenoot
- Veel informele zorg
- Echtgenoot kan geen Nederlands meer spreken (dementie)
- Door drukte i.v.m. zorg kinderen weinig tijd voor zich zelf

Contacten met zorg, welzijn & overheid

- Huisarts
- Verder minimaal contact
- Pas bij overspoeld raken volgt hulpvraag

Doel (vanuit persoon)

- Weer tijd voor zichzelf, naast mantelzorg
- Behoud eigen identiteit
- Eigen grenzen aangeven en bewaken ('Nee zeggen')

Belemmeringen (vanuit persoon)

- Taal
- Beperkt netwerk (wordt kleiner door mantelzorg)
- Opofferingsgezind / onvoldoende assertief
- Beperkte financiële middelen

Leeftijd:	55 jaar
Geslacht:	Vrouw
Nationaliteit:	Nederlands
Burgerlijke staat:	Gehuwd
Kinderen:	Ja, 2
Opleiding:	N.v.t.
Woongebied:	's Graveland
Beroep:	N.v.t.
Inkomen:	1,5x modaal

Beginnende eenzaamheid

Truus

Persoonskenmerken

Sociale vaardigheden	Laag	0	0	X	0	0	hoog
Zelfbeeld	Negatief	0	0	0	X	0	positief
Oriëntatie	Introvert	X	0	0	0	0	Extravert
Zelfvertrouwen	Laag	0	X	0	0	0	hoog
Zelfredzaamheid	Laag	0	0	0	0	X	hoog

Behoefte aan...

1. Zingeving, ertoe doen
2. Zelfvertrouwen in aangaan contacten
3. Vrijwilligerswerk

Zo word ik het beste bereikt

- o Digitaal
- ✓ Persoonlijk
- o Post/folder
- ✓ Anders, namelijk: thema's aansluitend bij interesse, appèl doen op zorgbehoefte

Situatieschets

- Gewerkt totdat kinderen werden geboren
- 'Empty nest' sinds kinderen uit huis zijn
- Beperkt sociaal netwerk
- Ouderwets opgevoed (ouders WO II meegemaakt: niet zeuren, maar doorgaan)
- Risico's: wegvallen partner, lager inkomen, levensfase

Contacten met zorg, welzijn & overheid

- Niet bekend in 1e instantie
- Voelt zich te goed / ongemakkelijk om hulp te vragen
- Komt wel bij 1e lijn (huisarts, POH, fysio) i.v.m. chronische ziekte

Doel (vanuit persoon)

- Verdiepende gesprekken
- Verbreding netwerk
- Ertoe doen / nodig zijn zowel privé als in samenleving

Belemmeringen (vanuit persoon)

- Niet geleerd om een sociaal netwerk op te bouwen
- Te weinig coping strategie
- Beperkte digitale vaardigheden
- Chronisch ziek geworden (psychosociaal)

Leeftijd:	37 jaar
Geslacht:	Man
Nationaliteit:	Eritrees
Burgerlijke staat:	Gehuwd
Kinderen:	Ja, 2
Opleiding:	Basisschool
Woongebied:	Schollevaar
Beroep:	Inburgeraar
Inkomen:	Bijstand

Nieuwkomers

Yonas

Persoonskenmerken

Sociale vaardigheden	Laag	0	X	0	0	0	hoog
Zelfbeeld	Negatief	0	0	X	0	0	positief
Oriëntatie	Introvert	X	0	0	0	0	Extravert
Zelfvertrouwen	Laag	0	X	0	0	0	hoog
Zelfredzaamheid	Laag	0	X	0	0	0	hoog

Behoefte aan...

1. Gezinshereniging met vrouw en kinderen
2. Sociaal netwerk
3. Zelfbeeld ontwikkelen/ wat kan ik/ wat wil ik
4. Passend werk

Zo word ik het beste bereikt

- o Digitaal
- ✓ Persoonlijk
- ✓ Post / folder
- ✓ Anders, namelijk: school, stage, baantje

Situatieschets

- Weinig sociale contacten
- Gezin wacht op gezinshereniging
- Geen baan, is nog aan het inburgeren
- Niveau op school is hoog voor hem
- Geen uitzicht op werk als de Nederlandse taal niet beheerst wordt
- Onverwerkt trauma

Contacten met zorg, welzijn & overheid

- Vluchtelingenwelzijn
- Werkplein
- Taalschool

Doel (vanuit persoon)

- Vergroten netwerk en meer integreren
- Zelfvertrouwen vergroten
- Succesvolle stage of werk

Belemmeringen (vanuit persoon)

- Laag zelfvertrouwen
- Weinig weerbaarheid / eigenheid / assertiviteit
- Niet goed in taal, communicatie en delen van emoties
- Beperkte financiële en digitale vaardigheden