



humanitas

Startnotitie aanpak eenzaamheid Groningen 2016/2017 +

Bezien vanuit kartrekkersrol Humanitas

Inhoud

1.	Inleiding en vraagstelling	3
2.	Eenzaamheid in Groningen	5
3.	Literatuur en onderzoek	6
4.	Situatie in de Groningse WIJ-teams	9
5.	Stappen op weg naar een aanpak van eenzaamheid	12
6.	Concluderend	16
7.	Contouren duurzame aanpak eenzaamheid Groningen	18
	Gesprekslijst	23
	Bronnen	24

1. Inleiding en vraagstelling

Gemeente Groningen heeft in 2013 de aanpak van eenzaamheid als prioritair thema binnen het lokaal gezondheidsbeleid benoemd. Dit als reactie op de uit onderzoek gebleken hoge zelfdodingscijfers binnen de provincie en de stad Groningen, waarbij eenzaamheid als belangrijke risicofactor wordt aangeduid.

Vanaf 2013 heeft de gemeente daarom actief ingezet op de aanpak van eenzaamheid, met bundeling van initiatieven en partijen, kennisdeling, intensivering en verduurzaming van de aanpak van eenzaamheid als inzet. In 2013 en 2014 hebben met name de ketenondersteuners een verkennende start gemaakt: inventarisatie van interventies (23 Interventies door ketenondersteuners), een conferentie en debat ('Samen tegen eenzaamheid'), een Kom Erbij Festival.

Met het WIJ-werken vanaf 2015 krijgt de aanpak van eenzaamheid een nieuwe impuls. De WIJ-teams hebben binnen de kaders van de nieuwe Wmo de opdracht om zorg en ondersteuning dicht bij mensen te organiseren, zelf-en samenredzaamheid te faciliteren, omzien naar elkaar te stimuleren. Tegelijkertijd worden met het wijkwerken ook de gevolgen van de nieuwe Wmo en de daarmee parallel lopende bezuinigingen beter zichtbaar. Een toename van eenzaamheids-signalen, met name bij ouderen, is één van die effecten.

Niet alleen de noodzaak, maar ook de mogelijkheid om de krachten ook rond een thema als eenzaamheid te verbinden, neemt met het wijkwerken toe. Maar de vertaalslag naar een samenhangende en verankerde aanpak van eenzaamheid in de wijken is nog niet eerder gemaakt. Omdat de functie van ketenondersteuner binnen de WIJ-structuur niet langer bestaat, is de gemeente op zoek naar een andere partij die dit thema onder haar hoede wil nemen en over een samenhangende en verankerde ofwel 'duurzame' aanpak van eenzaamheid na wil denken.

Eenzaamheid is een lastig grijpbaar en complex thema, verweven met vele leefgebieden en problematieken, hoogst persoonlijk, en niet zomaar in 'een aanpak' te vatten. De vraag van de gemeente naar een duurzame aanpak tegen eenzaamheid is er dan ook vooral één naar het verbinden van de aandacht en krachten rond dit thema, in al z'n veelzijdigheid en complexiteit. De gemeente is op zoek naar een verbindende partij en werkwijze, uitgaande van een gezamenlijke verantwoordelijkheid van WIJ-partijen én niet-WIJ-partijen, beroepskrachten, vrijwilligers én wijkbewoners. Want eenzaamheid, of liever het voorkomen daarvan, is een maatschappelijk thema waar iedereen op een of andere manier mee te maken heeft en iedereen wat in betekenen kan.

Vraag aan Humanitas

Humanitas Groningen Stad heeft - met zo'n 3000 vrijwilligers en 6000 'deelnemers' in de wijken - veel ervaring met ondersteuning van eenzaamheid en sociaal isolement. Humanitas is tevens één van de WIJ-partijen en neemt als vrijwilligersorganisatie met 11 wijkwerkers - betaalde projectcoördinatoren - deel aan alle 11 WIJ-teams. Deze wijkwerkers hebben, naast mantelzorgondersteuning als primaire Wmo-taak, een belangrijke rol in het verbinden en versterken van informele ondersteuning. Humanitas is bovendien coalitiepartner van het landelijk programma Coalitie Erbij ('Tegen eenzaamheid') en vandaaruit 'kartrekker' in Groningen. De gemeente Groningen vraagt daarom aan Humanitas om vanuit haar informele expertise ...

... een aanzet te geven voor een duurzame aanpak van eenzaamheid binnen de WIJ-teams, alsmede haar eigen rol en bijdrage – en die van andere (WIJ)partners - daarin duidelijk te maken.

‘Eenzaamheid’ is één van de zes programma’s van Humanitas, waar onder meer bezoekwerk, verschillende maatjesprojecten en netwerkversterking onder vallen. Maar het ondersteunen van kwetsbare mensen die op een of andere manier met eenzaamheid en sociaal isolement te maken (kunnen) krijgen is herkenbaar in eigenlijk alle activiteiten van Humanitas.

Het wijkwerken in de Groningse WIJ-teams plaatst Humanitas uitdrukkelijker in de rol van verbinder op het gebied van informele ondersteuning; het verbinden van Humanitas activiteiten met de wijk, het verbinden van informele en formele ondersteuning binnen de WIJ-teams, het verbinden met partijen die rond eenzaamheid actief zijn...

De vraag over de bijdrage van Humanitas aan de aanpak van eenzaamheid is deels inhoudelijk ingegeven, maar heeft met name betrekking op haar rol als verbinder. Wat kan Humanitas als kartrekker van de Coalitie Erbij, als WIJ-partner en als vrijwilligersorganisatie daarin betekenen?

Coalitie Erbij

Het landelijke programma Coalitie Erbij wil gemeenten ondersteunen bij de lokale aanpak van eenzaamheid. Kartrekkers – zoals Humanitas - hebben vanuit de Coalitie een *procesopdracht* om dit lokaal en ‘op maat’ vorm te geven, samen met een brede coalitie van bij de aanpak van eenzaamheid betrokken partijen. Het is aan de kartrekker daar vervolgens de eigen rol in te bepalen – trekker, procesbegeleider, vliegwiel, ambassadeur, eigenaar. Dus ook de Coalitie vraagt Humanitas haar positie als brede verbinder te bepalen. De vraagstelling van gemeente en de opdracht vanuit Coalitie Erbij sluiten dus mooi op elkaar aan.

Coalitie Erbij

In het kader van het project “**Versterking lokale aanpak eenzaamheid**” biedt Coalitie Erbij in 2015 en 2016 in twintig gemeenten actieve ondersteuning bij de samenwerking aan een integrale aanpak van eenzaamheid.

Doel is in deze koploperplaatsen te komen tot een goede inbedding van het thema eenzaamheid binnen de bestaande sociale infrastructuur die er in de gemeenten reeds is voor problemen waar kwetsbare burgers mee te maken hebben.

Doel en opbouw van deze notitie

Deze startnotitie gaat op zoek naar aanknopingspunten voor een duurzame aanpak van eenzaamheid in Groningen, waar Humanitas in haar rol als kartrekker richting aan kan geven.

De notitie verkent allereerst de situatie rond eenzaamheid in Groningen en de WIJ-teams, belicht literatuur, onderzoek, ervaringen van kartrekkers en inventariseert welke ontwikkeling rond de aanpak van eenzaamheid in de Groningse Wijken al gaande is. Een en ander komt samen in een concluderende paragraaf met een aantal aanknopingspunten voor een duurzame aanpak van eenzaamheid.

Het laatste hoofdstuk van deze startnotitie doet een voorstel voor de contouren van een duurzame Groningse aanpak van eenzaamheid, uitgezet over een periode van vier jaar (2016 t/m 2019), met Humanitas als kartrekker. De voorgestelde aanpak is er voor een belangrijk deel op gericht om in een aantal wijken met bij eenzaamheid betrokken partijen samen en ‘werkendeweg’ te ontwikkelen en ervaring op te doen. Op die manier wordt een basis gelegd voor een bredere uitrol van de aanpak van eenzaamheid in Groningen.

Het voorstel bevat nog wel een aantal keuzepunten (welke wijken, precieze activiteiten en bemensing) die o.m. met betrokken WIJ-managers en werkers besproken moeten worden, alvorens - naar verwachting september 2016 – in de wijken van start te kunnen gaan.

2. Eenzaamheid in Groningen

De gezondheidsprofielen van de GGD worden eens in de 4 jaar geactualiseerd. De nu bekende gegevens over eenzaamheid zijn die van 2012. Nieuwe gegevens worden begin 2017 verwacht.

Cijfers Groningen stad

De eenzaamheidscijfers in de stad Groningen zijn vergeleken met landelijke cijfers niet opvallend hoog. Vergeleken met bijvoorbeeld Eindhoven eerder laag.

In de Groningse wijken springen Nieuw-west, Oosterpark, Noorddijk e.o., Zuidwest, Oud-noord, er uit met 10% of meer mensen die ernstig eenzaam. (GGD 2012)

Naast de cijfers van de GGD zijn er de gemeentelijke wijkanalyses. In deze Groningse wijkanalyses wordt eenzaamheid niet op een structurele manier gemeten en komt ook niet als zodanig naar voren. In hoeverre eenzaamheid speelt in een wijk is vooral gebaseerd op ervaring en 'gevoel' bij professionals, bestuurders en ambtenaren die de wijk goed kennen. Wat in statistische cijfers niet altijd naar voren komt kan wanneer bewoners en instellingen samen een sociale agenda opstellen wél naar boven komen (bron: Conferentie Wmo-werkplaats 'Voorkomen is beter dan genezen' 2016).

Provinciaal (GGD 2012)

- 7,5% van de volwassenen (zeer) ernstig eenzaam, 39% van de volwassenen is in bepaalde mate sociaal eenzaam, terwijl een kwart emotioneel eenzaam is.
- Ouderen zijn vaker eenzaam dan jongeren. Naarmate de leeftijd toeneemt, neemt de kans op eenzaamheid eveneens toe. Meer dan 10 % van de 75-plussers is (zeer) ernstig eenzaam.
- Vrouwen zijn over het algemeen iets eenzamer dan mannen.
- Lager opgeleiden zijn vaker (zeer) ernstig eenzaam dan hoger opgeleiden. Slechts de helft van de lager opgeleiden is niet eenzaam, terwijl dit onder hoogopgeleiden bijna 70% is. 75-plussers is (zeer) ernstig eenzaam.

Dit beeld komt overeen met het landelijke beeld, van bijvoorbeeld het RIVM (2012).

Oud, jong, kwetsbaar

Eenzaamheid heeft weliswaar een piek bij 75+, maar komt in alle leeftijdsgroepen voor. Naar eenzaamheid bij ouderen wordt veel onderzoek gedaan. Ook beleidsontwikkeling en interventies zijn veelal op ouderen gericht. Eenzaamheid bij jongeren krijgt veel minder aandacht. Dat geldt landelijk, en ook in Groningen. Terwijl Groningen als studentenstad die aandacht zeker verdient.

In 'Maatwerk bij de interventies van EENZAAMHEID – 23 interventies' (Nupius, Van de Garde, 2013?) van de ketenondersteuners: *"... waarbij er voor de groep tussen de 18 en 45 jaar weinig specifieke interventies zijn. [...] Interventies voor ouderen zijn echt anders dan voor jongeren. [...] Jongeren met eenzaamheidsproblematiek zijn ook nog weinig in beeld. [.....] Voor de groep jongeren is er nog ruimte voor ontwikkeling van passende interventies."*

Recentelijk is gedragswetenschapper Gerine Lodder in Nijmegen gepromoveerd op onderzoek naar eenzaamheid bij jongeren. Zij is nu als postdoctoraal onderzoeker verbonden aan de RUG. Contacten met haar zijn inmiddels gelegd.

Naast ouderen en jongeren horen ook de niet-leeftijdsgebonden risicogroepen als mantelzorgers, mensen zonder werk, allochtonen, mensen met een lichamelijke of psychische beperking, in een duurzame aanpak van eenzaamheid thuis.

3. Literatuur en onderzoek

Er is veel onderzocht en gepubliceerd rond eenzaamheid. Coalitie Erbij (www.eenzaam.nl) is een verdienstelijke bron waar theorie, onderzoek en praktijkervaringen gebundeld zijn. Maar ook bijvoorbeeld Movisie heeft veel materiaal beschikbaar. Zonder al te diep te hoeven graven komt de kern daaruit wel bovendien.

Probleem

Eenzaamheid is van alle tijden maar wordt als een groeiend maatschappelijk probleem beschouwd - "Volksziekte nummer 1" ? De Wmo wil dat iedereen meedoet en zoveel mogelijk zelf- en samenredzaam is. Maar met de toenemende vergrijzing, een sterk geïndividualiseerde samenleving en het door bezuinigingen wegvallen van voorzieningen, ligt vereenzaming op de loer.

Eenzaamheid heeft invloed op de gezondheid en de kwaliteit van leven. De zelfredzaamheid van mensen die vereenzamen neemt af. Het beroep dat zij doen op voorzieningen en zorg neemt toe. Het is dus zaak om zo vroeg mogelijk passende ondersteuning te bieden, zodat verslechtering van de situatie en verlies van eigen regie kan worden voorkomen (Van de Maat & Van Santen, Movisie, 2013). Dat is van belang voor mensen zelf, maar ook om de maatschappelijke kantelingsdoelstelling te kunnen realiseren.

Eenzaamheid duiden

Eenzaamheid is een containerbegrip dat om nadere duiding vraagt. Algemeen worden onderscheiden: sociale (gemis van sociale contacten), emotionele (gemis van nabije contacten) en existentiële eenzaamheid (gemis op zingevingsniveau) naast sociaal isolement (ontbreken van ondersteunende relaties).

Eenzaamheid is een subjectief ervaren gevoel. Iemand die in sociaal isolement leeft, hoeft zich niet eenzaam te voelen. Een zekere mate van eenzaamheid hoort bij het leven. In hoeverre dat draaglijk is of als probleem ervaren wordt, is alleen door de persoon zelf te bepalen.

In de literatuur wordt veel verwezen naar de typologie van Anja Machielsen, onderzoeker bij de Universiteit voor Humanistiek/LESI. Op de dimensies duur-van-de-eenzaamheid/isolement en motivatie-tot-sociale-participatie, komt zij tot 8 typologieën. Die zeggen iets over hoe mensen eenzaamheid ervaren en hoe zij daarmee omgaan, maar geven ook richting aan wat bij deze persoon passende interventies kunnen zijn.

Maatwerk

In haar proefschrift 'Onkundig en Onaangepast' (2006) laat **Machielsen** zien dat sociaal isolement en chronische eenzaamheid processen zijn die zichzelf versterken, juist door de overlevingsstrategie van sociaal onhandige mensen: "Zonder ingrijpen van buitenaf glijden mensen steeds verder af." Ze pleit voor meer maatwerk: "Iemand die al jaren afgezonderd leeft, krijg je niet naar een bingoavond. Die haal je niet meer uit dat isolement. Als hulpverlener boek je dan een prima resultaat als je erger voorkomt. Door er voor te zorgen dat iemands huis wordt schoongemaakt en er een maaltijddienst komt. Of door erop toe te zien dat iemand op tijd naar de dokter gaat en zijn schulden aflost. De vraag is hoe hoog je als samenleving de lat moet leggen." (www.eenzaam.nl)

Kern van haar betoog is dat het van belang is om je als beroepskracht of vrijwilligers af te vragen met wat voor soort eenzaamheid iemand kampt, hoe die persoon daarmee omgaat, en wat dan passend zou kunnen aan ondersteuning.

Signaleren – bespreken - interventies

Een bruikbare rode draad om naar de aanpak van eenzaamheid te kijken is de driedeling signaleren – bespreken - interventies. Uit literatuur en onderzoek komt naar voren dat er qua signalering en interventies rond eenzaamheid al heel veel is. Tegelijkertijd blijken veel interventies niet effectief te zijn, omdat ze onvoldoende aansluiten bij de behoefte van de persoon in kwestie (Heessels e.a., 2015). Cruciaal voor een effectievere aanpak van eenzaamheid is het gesprek over eenzaamheid met de persoon zelf. Eigen regie moet daarbij het uitgangspunt zijn. Iemand moet zijn of haar eenzaamheid zelf als probleem ervaren én er zelf iets aan willen doen. Dat persoonlijke gesprek/onderzoekje wordt vaak overgeslagen. We denken al snel dat iemand eenzaam is. En we willen iemand zo graag (aan een interventie) helpen... Dat overkomt werkers, vrijwilligers, iedereen.

Werkzame elementen tegen eenzaamheid

Ook Movisie (Van de Maat, z.d.) legt met bijeengebracht onderzoek de sleutel voor een effectieve aanpak van eenzaamheid bij het gesprek met de persoon. Aansluiten bij de oorzaken en de wil om er iets aan te doen zijn bepalend voor succes. Wat werkt volgens divers onderzoek?

- preventie →, het hebben van een sterk sociaal netwerk;
- interventies die inspelen op negatieve oorzaken en verwachtingen van sociale situaties → omdat het aansluit bij de ‘negatieve cirkel van zelfregulering’ die eenzaamheid vaak is. ‘Vrienden maken kun je leren’ of netwerkversterking zijn dan vaak effectiever dan sociale steun en ontmoeting;
- maatschappelijke participatie → het van betekenis kunnen zijn voor anderen werkt vaak beter dan de veel ingezette recreatieve en ontmoetings-activiteiten;
- continuïteit → eenmalige interventies tegen eenzaamheid werken eigenlijk niet; structurele en duurzame interventies en relaties zijn veel effectiever;
- het betrekken van deelnemers (onderzocht bij ouderen) bij ontwikkeling, implementatie en evaluatie van interventies verbetert de uitkomsten en effectiviteit ervan.

Integrale werkwijze

Door de Wmo-werkplaatsen (Nijmegen en Noord) is rond eenzaamheid een werkmethode ontwikkeld die juist dat gesprek-met-de-persoon centraal zet. Deze methode is opgezet om in multidisciplinaire lokale (wijk)teams als beroepskrachten en vrijwilligers samen te werken aan een aanpak voor eenzaamheid. Bijbehorende training is gepilot in onder meer Beijum/Lewenborg. Door Timpaan Welzijn is i.s.m. de NHL aan een integrale aanpak van eenzaamheid gewerkt, gebaseerd op een eenvoudig stappenplan. Gemeente Opsterland werkt hiermee, Medemblik ook. Beide ‘methoden’ werken met een combinatie van training en tools om in de praktijk mee aan de slag te gaan. Beide werkwijzen leggen in feite een basis voor breed integraal en gekanteld samenwerken. Eenzaamheid is één van de onderwerpen.

Inzichten Coalitie Erbij

Coalitie Erbij brengt de ervaringen van de kartrekkers in de 20 koplopergemeenten met het vormgeven van een lokale aanpak tegen eenzaamheid samen. In een bijeenkomst begin 2016 komt mede uit recent onderzoek een aantal thema’s naar voren.

- De diversiteit in de door de Coalitie ondersteunde kartrekkers en gemeenten is veel groter dan verwacht. In plaats van – toch top down - formats en ready made campagnes aan te dragen lijkt het beter aan te sluiten bij wat er in de gemeenten al gebeurt. De lokale aanpak van eenzaamheid vergt vooral bottom up maatwerk. Dat betekent: klein beginnen, uitproberen, dan uitbouwen. Maar ook: werken met onbekende uitkomst. Dat vraagt om sturing op *proces* in plaats van op resultaat.

- Eenzaamheid integreren of apart benaderen? Dat vraagstuk speelt met name bij grotere gemeenten met wijkteams. Vanuit de coalitie is ingezet op het apart aandacht geven en beleggen van het thema. De wijk-praktijk voelt meer voor integratie, omdat er echt een taks bereikt is als het gaat om specifieke aandachtsgebieden. Niet alleen bij managers, maar ook in de uitvoering. Veel meer behoefte lijkt er aan het werkelijk integraal benaderen van hulp- en ondersteuningsvragen, en het ondersteunen daarvan.
Werkbaar compromis lijkt het thema eenzaamheid wél apart aandacht te geven, aan kennisbevordering te doen, een aandachtsfunctionaris te benoemen die het thema agendeert, maar in de uitvoering zoveel mogelijk in te voegen bij bestaande werkwijzen en infrastructuren. Wel aanscherpen van vragenlijsten, verdiepen van kennis en vaardigheden van beroepskrachten en vrijwilligers om beter beslagen te signaleren en het gesprek ook op dit punt te kunnen voeren.
- Coalitie Erbij heeft aanvankelijk vooral ingezet op het tegengaan van sterke eenzaamheid (+/- 8 %), maar verschuift gaandeweg haar aandacht naar de grotere groep 'matige eenzaamheid' (bijna 40%). Een verschuiving van 'genezen' naar voorkomen van erger. Een verschuiving naar preventie en samenlevingsopbouw.
Anja Machielsen doet in dit kader onderzoek naar *community building*, naar hoe sociale kwetsbaarheid voorkomen en opgevangen kan worden. "Werken aan een gezonde verbonden samenleving", noemt ze het.
Ze kijkt daarbij naar samenlevingsopbouw en opbouwwerk, waar het vraagstuk eenzaamheid wel een nieuw aspect aan toevoegt. Machielsen is hoopvol over de aanpak van Rotterdam, waar bij dit aspect expliciet deel uitmaakt van de aanpak van eenzaamheid (zie kader).

Rotterdamse aanpak eenzaamheid

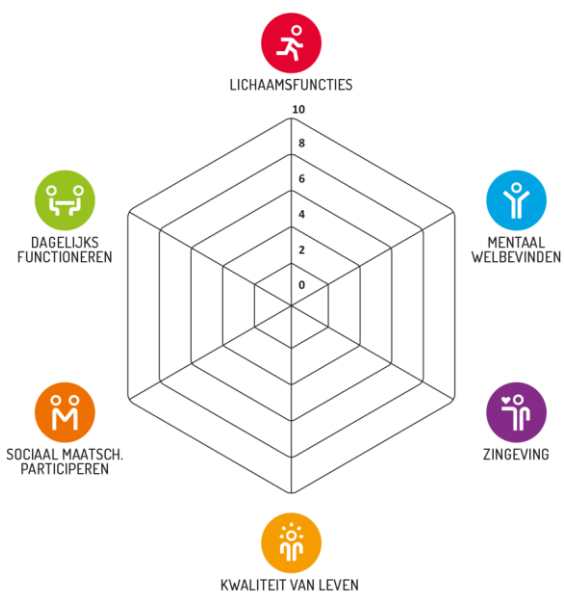
Drie doelstellingen :

1. Versterken van de aandacht van Rotterdammers voor elkaar
2. Zorgwekkende eenzaamheid beter herkennen
3. Inzetten van de juiste interventies
<http://www.coalitieerbijrotterdam.nl/>

Positieve gezondheid

Interessant is ook de visie van arts/onderzoeker Machteld Hubers met haar concept van 'positieve gezondheid'. Zes dimensies of levensgebieden gebruikt zij om gezondheid te duiden. Fysieke gezondheid is slechts één van die zes. Haar pleidooi is om (als arts, hulpverlener, maar misschien ook wel als vrijwilliger, buurvrouw of naaste) vanuit de volle breedte naar iemands gezondheid te kijken.

Dat biedt een ingang om ook eenzaamheidssignalen vroeg op te vangen, en preventief te werken aan de eigen gezondheid, kijkend naar wat nog wél mogelijk is...
"Gezondheid als het vermogen om je aan te passen en je eigen regie te voeren, in het licht van de sociale, fysieke en emotionele uitdagingen van het leven." (<http://www.ipositivehealth.com/>)



4. Situatie Groningse WIJ-teams

Wijkteams gepolst

Ten behoeve van dit voorstel zijn in een drietal WIJ-teams gesprekken gehouden over eenzaamheid in de wijk, aan de hand van de trits signaleren – bespreken – interventies. Een gesprek met managers en werkers van Zuid, Rivierenbuurt, en een gesprek met alleen werkers in Beijum.

Wat naar voren komt:

- Over eenzaamheid als probleem of 'prioritair thema?' verschillen de meningen. De werkers herkennen en signaleren het; langer thuis wonen, minder voorzieningen, minder tijd voor ondersteuning, (over)belaste mantelzorgers, minder aandacht voor preventie. Eenzaamheid ligt op de loer. Maar de managers zien graag meer bewijzen, cijfers, gerichte wijkanalyses. Er zijn zoveel onderwerpen die aandacht vragen... Verdient eenzaamheid die specifieke aandacht?
- Voor iedereen geldt dat het lastig gevonden wordt om te bepalen wat met eenzaamheid precies bedoeld wordt. Wanneer is iemand eenzaam? Ook het – snel - *denken* of invullen dat iemand eenzaam is, dat overkomt beroepskrachten, vrijwilligers, maar ook buurtbewoners (*mevrouw van hiernaast ziet nooit iemand... ;(!)*). Dit, samen met het ontbreken van gerichte cijfers, maakt het 'probleem' eenzaamheid wat diffuus.
- Het gesprek gaat al snel over (dementerende) ouderen en chronisch zieken. Als het over interventies gaat, is er op dat gebied van alles. Wel wordt gewezen op het wegvallen van voorzieningen als dagbesteding, dorpshuis- en buurtactiviteiten, zonder dat er alternatieven beschikbaar zijn. "*Als de gemeente wil dat mensen zelfredzamer zijn, wat heeft de gemeente dan te bieden?*" Maar ook het wegvallen van een wijkkrant wordt met lede ogen aangezien. Want weet men de weg wel te vinden naar de activiteiten en ondersteuningsmogelijkheden die er wél zijn? Weet iedereen – die het nodig heeft - de weg naar het STIP/Toegang te vinden?
- In beide gesprekken komt naar voren dat de stap van signaal naar interventie misschien wel te makkelijk gezet wordt. Niet alleen door beroepskrachten, maar ook door 'informele' wijkwerkers en vrijwilligers. "*Dat onderzoekje, dat slaan we eigenlijk over.*" De waarde van een dergelijk gesprek, waarin én beter onderzocht kan worden hoe de persoon zelf t.o.v. vermeende eenzaamheid staat, én op aangeven van de persoon zélf een passende interventie gevonden kan worden, wordt zeker gezien.
- Er bestaat behoefte aan meer handvatten om überhaupt zo'n 'gekanteld' gesprek te kunnen voeren, waarbij eenzaamheid één van de onderwerpen is. De ene werker doet dit vanuit de eigen bagage al makkelijker dan de ander. Maar een WIJ-brede aanpak van dergelijke gesprekken, met name aan de preventie kant(!), is er nog niet. Ook vrijwilligers zouden daar baat bij kunnen hebben.
- Maar er bestaat ook behoefte aan meer kennis over eenzaamheid en het hanteren van een gezamenlijke taal daaromtrent. Dat maakt het gezamenlijk optrekken tegen en samenwerken rond eenzaamheid makkelijker. Ook dat zou voor vrijwilligers interessant kunnen zijn.

Ondertussen in de wijken

Ondertussen gebeurt er in de wijken natuurlijk van alles waarbij eenzaamheid aan bod komt. Deels beproefde methoden en activiteiten, deels pilots of nieuwe initiatieven. Deels stedelijk vanuit de moederorganisaties geïnitieerd en ondersteund, deels op wijkniveau. Hoe prominent eenzaamheid op de agenda staat verschilt nogal per wijk en is afhankelijk van specifieke werkers die zich hard

maken voor dit thema. Eenzaamheid is op dit moment geen apart belegd thema in de wijken. Eenzaamheid komt ook niet voor als thema op de gebiedsagenda van de gemeentelijke gebiedsteams. Het prioritaire thema van de gemeenteraad is niet naar beleid en uitvoering doorvertaald.

Signaleren

Eigenlijk alle signalering/melding binnen de WIJ-teams is breed georiënteerd. Of eenzaamheid opgepikt wordt hangt af van de achtergrond en competenties van de werker/vrijwilliger in kwestie. Eenzaamheid is niet 'ingebakken' in de werkwijze. Eenzaamheid wordt veelal gekoppeld aan 'sociaal netwerk', waarmee de al dan niet al problematisch ervaren eenzaamheid (het onderzoekend gesprek...) niet altijd aangeraakt hoeft te worden.

Wat opvalt m.b.t. de signaleringsrol:

- De focus (én capaciteit) in de WIJ-teams ligt momenteel vooral op hulpverlening en minder op ondersteuning en preventie, van waaruit je eenzaamheid vooral zou willen benaderen. Ook de wijk/mantelzorgwerkers van Humanitas worden enigszins in deze beweging meegetrokken.
- Rol STIP/WIJ-toegang is sterk in beweging, waarmee de aandacht voor dit thema eerder afneemt dan toeneemt. Bovendien zijn bereikbaarheid en laagdrempeligheid soms in het geding;
- Signalering van eenzaamheid is vooral op ouderen ingericht, jeugd is veel minder in beeld.
- Specialismen als ouderenadviseurs zijn opgegaan in het generalistisch (buurt)werken.
- Contacten met kerken, speeltuinverenigingen, sportclubs, scholen huisartsen – als belangrijke signaleerders - moeten nog verder of opnieuw opgebouwd worden.
- Proef met signaleringsrol van ondernemers en leveranciers – b.v. Medipoint, leverancier van Wmo-hulpmiddelen – met ketenondersteuners als 'meldpunt', valt met WIJ tussen wal en schip
- Signalen van vrijwilligers en buurtgenoten die bij mensen thuis komen, komen nog niet altijd door naar de WIJ-teams;
- Humanitas herkent stedelijk juist wel een toename van het aantal hulpvragen voor bijvoorbeeld bezoekwerk. Niet iedereen komt met ervaren eenzaamheid makkelijk in de wijk.
- Er 'zoemen' signalen rond over mensen die niet meer deelnemen aan activiteiten, vanwege een te hoge eigen bijdrage of kosten voor vervoer. Die signalen komen niet altijd bij WIJ...

Over instrumenten (zonder compleet te zijn):

- De zelfredzaamheidsmatrix - bedoeld voor keukentafelgesprekken of zelfs als breed instrument voor het hele WIJ-team - wordt wel gebruikt "maar nog onvoldoende gedisciplineerd" volgens een ambtenaar. Eenzaamheid is impliciet benoemd in leefgebied 'sociaal netwerk'. Commentaar is dat de ZRM vooral probleemgericht is, minder vanuit ondersteuning van zelfredzaamheid benaderd.
- Activerend huisbezoek 'Broez'n in de buurt', MJD-pilot in 3 wijken, vrijwilligers bezoeken 60+ ers, borduurt voort op seniorenvoorlichting, brede vragenlijst: wonen – netwerk – gezondheid (NB: niet gekoppeld aan zelfredzaamheidsmatrix), waarbij eenzaamheid licht aangestipt wordt;
- Met een signaleringskaart eenzaamheid, zoals bijvoorbeeld door NHL/Timpaan Welzijn of Coalitie Erbij ontwikkeld, wordt niet gewerkt
- Een methode als *natuurlijk, een netwerkcoach* (Mezzo, 2009) die Humanitas gebruikt bij het project netwerkvrijwilligers, bevat veel elementen om (het gesprek over) eenzaamheid te benaderen. Maar dit project/deze methode wordt maar heel weinig ingezet.



- Ook we-helpen.nl is een – juist heel praktisch - handvat om een gesprek over eenzaamheid aan te vatten. Maar de WIJ-teams gebruiken dit medium niet tot nauwelijks. Daar waar persoonlijke ondersteuning gegeven wordt – zoals door een vrijwilliger van Humanitas in Hoogkerk bijvoorbeeld - werkt het veel beter.
- Het gesprek over eenzaamheid wordt nog best lastig gevonden. Signaleren is één, maar dan. Hoe breng je (mogelijke...) eenzaamheid op een goede manier ter sprake? Kennis en handvatten ontbreken.



Ofwel, als het gaat om signaleren van eenzaamheid, het op een goede manier – direct of juist indirect - bespreekbaar maken en het zinvol gebruik van ‘instrumenten’ of handvatten daarbij, is er in de wijken nog wel het een en ander uit te diepen en bij elkaar te brengen.

Interventies

Er is ook van alles aan beproefde interventies op het gebied van eenzaamheid, binnen en buiten WIJ. Zie o.a. de ‘23 interventies’ van de ketenondersteuners, waaronder vele projecten van Humanitas (maatjes, netwerkvrijwilligers, bezoekwerk etc.), MJD, Leger de Heils, Grip & Glans et cetera. Ook voor jeugd is een begin gemaakt met een inventarisatie (zie H5, de jeugdcoalitie). Veel van deze interventies zijn stedelijk georganiseerd en niet altijd even zichtbaar in de wijk. Lang niet alle werkers, vrijwilligers en bewoners hebben zicht op dit aanbod.

Daarnaast zijn er natuurlijk allerlei wijkgebonden initiatieven vanuit welzijn en soms vanuit buurtbewoners die eenzaamheid helpen voorkomen. Vanuit Wijken voor Jeugd en de innovatieateliers is en wordt ook rond eenzaamheid en een gezonde samenleving het een en ander geïnitieerd. Maar ook hierbij ontbreekt het totaaloverzicht.

Kortom, er is van alles, maar het ‘aanbod’ bestaat vooral naast elkaar. Het beter verbinden en op elkaar aansluiten binnen en rond het wijkwerken moet nog plaatsvinden. Denkend aan een wijk waar het diverse aanbod laagdrempelig en toegankelijk is, een wijk waar omzien naar elkaar óók betekent dat mensen weten te verwijzen, is er zeker nog winst te behalen.

5. Stappen op weg naar een aanpak van eenzaamheid

Er is behoefte aan meer samenhang rond de aanpak van eenzaamheid, behoefte aan meer kennis en concrete handvatten, behoefte aan een beter antwoord op het groter wordende eenzaamheidsvraagstuk. Dat beeld komt uit de wijken naar voren.

Toch wordt er op verschillende manieren al wel gewerkt aan het verduurzamen van de aanpak van eenzaamheid. Het zijn veelal nog losse sporen, die allemaal bijdragen aan die aanzet voor een meer geïntegreerde aanpak van eenzaamheid. Nu nog verbinden...

I. Rol van de kartrekker

Hoewel Humanitas vanuit haar verbinding met Coalitie Erbij al eerder betrokken was bij de activiteiten rond eenzaamheid o.l.v. de ketenondersteuners, vervult zij vanaf 2015 de rol van 'kartrekker' binnen de gemeente Groningen. De positie van Humanitas als 'uitvoerende' vrijwilligersorganisatie, is anders dan die van de ketenondersteuners, verbinders pur sang. Dat verklaart een wat andere invulling van de trekkersrol tot nu toe. In plaats van de grotere bijeenkomsten en festivals van 2013 en 2014 door te zetten, heeft Humanitas ervoor gekozen – mede op aangeven van de ketenondersteuners - de focus op eenzaamheid bij jongeren te leggen en de verbinding rond dat thema eerst in klein comité op te zoeken.

De vraag van de gemeente, medio 2015, om een aanzet te geven voor verankering van de aanpak van eenzaamheid in de Wijken, doet een breder appel op de kartrekkersrol van Humanitas. Deze startnotitie geeft invulling aan die bredere rol.

II. Jeugdcoalitie

In 2015 heeft Humanitas een bijeenkomst georganiseerd met zowel WIJ- als niet-WIJ partijen (MJD, Lentis, CJG, Jimmy's, Humanitas, RUG, Hanzehogeschool)- rond jeugd & eenzaamheid: *hoe kunnen we rond dit thema de krachten bundelen?* De groep is inmiddels twee maal bijeen gekomen, een derde gepland, waarmee feitelijk een jeugdcoalitie rond eenzaamheid ontstaan is.

Er is gestart met een inventarisatie van wat er zoal gedaan wordt op dit punt. Een en ander is samengebracht en geordend in een exell-overzicht, een werkdocument voor werkers. Vanuit Jimmy's is een facebook-groep gestart (<https://www.facebook.com/groups/1525098704455149>) om activiteiten rond jeugd & eenzaamheid ook voor de buitenwereld zichtbaar te bundelen. De gedachte: beter zichtbaar en vindbaar maken wat we allemaal doen om eenzaamheid tegen te gaan, actiever verwijzen naar elkaars activiteiten, elkaar aanvullen en versterken.

Gezamenlijke thema's die naar voren komen:

- Bewustwording van en alert zijn op eenzaamheid bij jongeren mag meer tussen de oren bij hulpverleners, ondersteuners en opvoeders, maar ook bij jongeren zelf;
- Sleutel ligt bij wat aan signaleren vooraf gaat: activeren, preventie; zelfredzaamheid, goed voor jezelf én anderen (leren) zorgen, als gekantelde insteek (*"zij hebben nog een heel leven voor zich"*);
- Meer aandacht/ideeën nodig voor betere toeleiding van (impliciete) vraag naar 'aanbod';

Vervolg medio 2016: nadenken over concrete activiteiten in de week van de eenzaamheid 2016, maar ook over belang, bedoeling en vervolgstappen van deze jeugdcoalitie.

III. Ontwikkelen in de wijk

Ondanks het feit dat lang niet alle 'eenzamen' in beeld zijn, sijpelt de urgentie van het groter wordende eenzaamheidsprobleem wel door. De vraag rijst of er wel voldoende

ondersteuningsaanbod is, maar ook of het bestaande aanbod nog voldoende passend is; *“doen we wel nog de goede dingen?”*

Taaie wachtlijsten voor m.n. ‘moeilijk’ bezoekwerk, een groter wordende groep lastiger bemiddelbare ouderen, het wegvallen van voorzieningen, het appel om zelf- én samenredzaamheid te bevorderen, informele ondersteuning te versterken, de behoefte aan meer flexibiliteit en vernieuwing in vrijwilligerswerk, het benodigde aanboren van nieuw/ander vrijwilligers-potentieel...

Kortom, het roept om én biedt mogelijkheden voor verdere ontwikkeling van eenzaamheids-interventies. Wijkwerkers en stedelijke werkers in en rond de WIJ-teams mee doende.

Ontwikkelrichtingen zijn: aansluiten bij partijen die al actief zijn in de wijk, meer vraaggerichte benadering los van bestaand ‘aanbod’, hulpvragers verbinden in collectieve interventies, meer sturen op verzelfstandiging van interventies, positief duiden van vraag én aanbod (in mogelijkheden denken), betekenisvol verbinden bijvoorbeeld door verhalen (de koffieochtend voorbij...).

Een paar voorbeelden:

- Snertbijeenkomsten – initiatief (2015) van Humanitas in het kader van de week tegen eenzaamheid, i.s.m. andere WIJ(k)-partijen;
- Wehelpen.nl – ‘implementeren’ in de wijk; vrijwilligers helpen bewoners met het gebruik ervan;
- Netwerkvrijwilligers 3.0 met ‘Expeditie samen actief’ – vanuit innovatieatelier/Humanitas; het met elkaar verbinden van ondersteuningsvragers 60+ als concrete vorm van netwerkversterking;
- Denken over een ‘vorm’ tegen eenzaamheid in de weekenden – n.a.v. signalen o.m. in Lewenborg; de weekenden en zomervakantie zijn notoir eenzaamheidsgevoelig;
- Contacten met vrijwilligersorganisaties buiten WIJ, bijvoorbeeld Stichting Present, om zoveel mogelijk passende matches tussen hulpvragers en vrijwilligers te bewerkstelligen;
- Contacten met Welzijn op recept, via welzijnscoach en huisarts meer en betere signalering en doorverwijzen naar informele ondersteuning;
- Contacten met SSWG, kerken en andere vrijwilligersorganisaties over het eenzaamheidsvraagstuk.
- Maar ook bijvoorbeeld een initiatief van het Rode Kruis, met veiligheid als ‘haakje’ om beter voor jezelf en elkaar te zorgen, uitgeprobeerd in een tweetal wijken.

Er wordt dus in verschillende wijken samengewerkt, geëxperimenteerd en ontwikkeld rond eenzaamheid, waarbij de daarvoor geschikte wijken en werkers zichzelf opwerpen. Het is wel zaak deze ontwikkelingen te volgen, met elkaar te verbinden en te delen. Dat er geleerd kan worden van elkaar. Dat de olievlek kan uitdijen. Dat de aanpak van eenzaamheid zich gaandeweg inkleurt, van los zand naar eenheid in verscheidenheid.

IV. Week tegen eenzaamheid

De week tegen eenzaamheid is een initiatief van de landelijke Coalitie Erbij. De Coalitie zorgt voor een landelijke campagne en biedt enige ondersteuning bij het lokaal invulling geven aan de week tegen eenzaamheid. Nadat de ketenondersteuners in 2013 en 2014 hierbij het voortouw hadden, was Humanitas in 2015 aan zet. Druk met alle veranderingen in de wijken en nog wat onwennig in de nieuwe rol heeft Humanitas de week tegen eenzaamheid bescheiden ingevuld. Met twijfels over ‘grootse’ invulling vanwege de eenmaligheid en het beperkte bereik ervan - vaak toch meest professionals, zit Humanitas meer op de lijn van structurele ondersteuning. De week van de eenzaamheid moet vooral eenzamen bereiken. In 2015 was het:

- Training bij Jimmy’s vanuit Coalitie Erbij: bewustwording van eenzaamheid bij jongeren zelf
- Snert-dag in een vijftal wijken divers ingevuld, mooie samenwerking met WIJ, buurtorganisaties, Noorderpoort etc. Veel mensen bereikt, die nog niet eerder een voet over de WIJ-drempel gezet

hadden. Mooie verhalen en onderlinge contacten. Vraagt om doorzetten van dit initiatief en – na initiële tijdsinvestering - oogsten in 2016.

- Verder is er aangesloten bij initiatieven in de wijk; niet-weer-een-nieuw-initiatief, maar liever wat extra aandacht om mensen te benaderen voor bestaande activiteiten-tegen-eenzaamheid.

De invulling van de week van de eenzaamheid was in 2015 wat gehaast en ad hoc. 2016 verlangt meer samenhang en het duidelijker innemen van de kartrekkersrol.

V. Gesprek over eenzaamheid

Het onderzoekende gesprek met de persoon komt naar voren als een belangrijke sleutel voor effectieve interventies om eenzaamheid te verminderen. Dit wordt herkend, en er lijkt behoefte aan handvatten op dat punt. Ook hier liggen aanknopingspunten klaar.

De eerder genoemde werkmethode 'Eenzaam ben je niet alleen' van de Wmo-werkplaatsen is onder meer gepilot in Groningen, met een aantal beroepskrachten uit de teams van Beijum en Lewenborg. Hier is verder geen opvolging aan gegeven. Implementatie valt niet binnen de scope van het onderzoek... Met twee deelnemers is gesproken over een mogelijk gebruik van die training. Beiden geven aan dat er zeker nuttige elementen inzitten, waarvan zij inschatten dat deze vooral voor vrijwilligers van nut kunnen zijn. Een van hen, nu opbouwwerker in de Rivierenbuurt, had al plannen voor het op maat maken van de training, en is daar nog steeds toe bereid.

Een tweede aanknopingspunt is de methode 'Ja natuurlijk, een netwerkcoach' (Mezzo) die gebruikt wordt door het project netwerkvrijwilligers van Humanitas. Daarin veel aandacht is voor het gesprek en de zoektocht met de persoon in kwestie naar het ervaren probleem en mogelijke eigen oplossingsrichtingen om het netwerk te versterken /eenzaamheid tegen te gaan. Wel is het zo dat zo'n netwerkcoachtraject vooral als interventie ingezet wordt: iemand krijgt een netwerkcoach, met bijbehorend traject en werkwijze. Het is denkbaar dat bepaalde elementen van de methode/werkwijze gebruikt kunnen worden om het onderzoekende gesprek met de persoon het door velen gemiste houvast te geven. Dat zou meteen een uitweg kunnen zijn voor het soms als 'te zwaar' ervaren netwerkcoachtraject. Ook hier ligt bruikbaar materiaal klaar.

VI. Verschuiving naar de voorkant

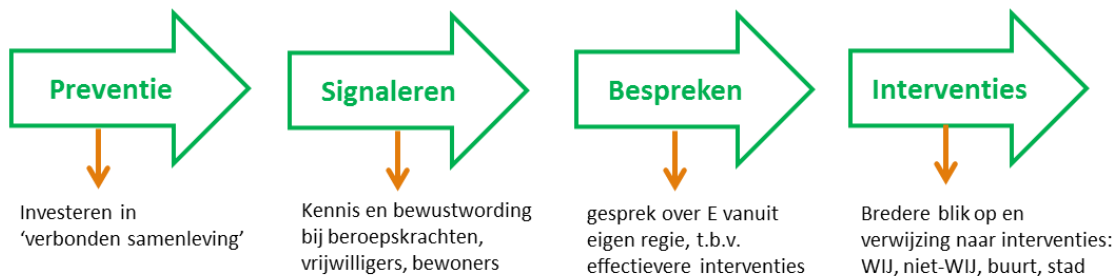
Het is een ondertoon in het hele verhaal: *eigenlijk willen we meer naar de voorkant, naar preventie, vóórdat er van eenzaamheids-signalen sprake is*. Het is een zoektocht bij de gemeente, in de WIJ-teams, bij Humanitas-projecten, de jeugd-coalitie, Wijken voor Jeugd, burgerinitiatieven. Het speelt lokaal en landelijk: hoe werken we samen aan een meer 'verbonden samenleving', van omzien naar elkaar?

Er gebeurt in Groningen ook van alles aan die voorkant. Er zijn natuurlijk de bestaande verbanden in buurten, van kerken, van verenigings- en vrijwilligerswerk, meedoen en vinger aan de pols in één. Er zijn ook allerlei nieuwe initiatieven, bewoners met ideeën over zorg-coöperaties en meer-generatiehuizen, lichtere varianten als lief en leed-straten, een buurtapp vanuit de G1000 (gekoppeld aan we-helpen.nl) concepten 'Omapost.nl' en 'Wijk van waardering', projecten als de wijkloodsen, etcetera. Allemaal kleine stappen op weg naar die verbonden samenleving, bewust of minder bewust tégen eenzaamheid.

Er zijn gemeenten die bewust aan de voorkant sturen door bijvoorbeeld 'langer thuiswonen' of 'prettig ouder worden' als positieve insteek gebruiken om eenzaamheid te benaderen. Ook nieuwe technologie ter ondersteuning van langer thuis wonen en 'zorg op afstand' dient soms als

preventieve ingang. De focus ligt niet op het probleem, maar op dat wat wél mogelijk is – om eenzaamheid te voorkomen.

Hoe dan ook, bij een integrale aanpak van eenzaamheid hoort óók de stap voorafgaand aan signaleren: preventief en denkend vanuit een positief streefbeeld. Het wordt een rijtje van vier aspecten, ieder met eigen aandachtsgebieden.



Vier aspecten van een integrale benadering van eenzaamheid, met eigen aandachtsgebieden.

Kortom

Naast de eerder benoemde behoefte aan kennis, samenhang en verbinding, worden tegelijkertijd verschillende sporen bewandeld op weg naar een meer samenhangende aanpak van eenzaamheid. Er ligt van alles klaar, bestaand en nieuw materiaal, er is een voorzichtig begin van bundeling en 'coalitievorming'. Nu is het zaak deze draden samen te knopen tot een meer structurele aanzet tot aanpak van eenzaamheid, en de rol van de kartrekker daarin te bepalen.

6. Concluderend

Een aanzet voor een duurzame aanpak van eenzaamheid, daar is het in deze startnotitie om te doen. Uit de verkenning komt een aantal aanknopingspunten naar voren die daar richting aan kunnen geven.

Timing

Het WIJ-werken biedt mooie kansen om eenzaamheid preventief te benaderen, eerder te signaleren en gezamenlijk in de wijk aan te pakken. Maar in de nog jonge WIJ-teams gaat veel aandacht uit naar de zwaardere hulpverlening en de interne WIJ-organisatie. Preventie, het versterken van informele ondersteuning, het werken aan een samenredzame en ‘verbonden’ samenleving, waar het met de Wmo en de kanteling uiteindelijk om te doen is, krijgen op dit moment nog minder aandacht. Eenzaamheid staat bij de gemeenteraad hoog op het lijstje, maar in de gebiedsteams en de wijken is eenzaamheid slechts één van de vele topics. Niet dat het niet belangrijk gevonden wordt, het groeiend probleem wordt door de meesten onderkend, maar andere zaken worden als meer urgent ervaren. Niet een ideaal moment om eenzaamheid als ‘prioritair thema’ in de WIJ-teams te brengen.

Vuurtjes koesteren

Ondertussen wordt het probleem wel gevoeld en wordt er door verschillende werkers in de WIJ-teams gewerkt aan het oppakken van de draad rond eenzaamheid, naar samenwerking en vernieuwing gezocht. Deze beweging drijft veelal op individuele werkers. Toch is het wel zaak om deze vuurtjes de ruimte te geven en met elkaar te verbinden. Daar waar de wijk er om vraagt, energie en support in het WIJ-team aanwezig is, kan prima gewerkt en geëxperimenteerd worden met een meer gebundelde en effectievere aanpak van eenzaamheid. Verbreden kan als de WIJ-teams zover zijn.

Apart thema

Idealiter is de aanpak van eenzaamheid geïntegreerd in het beoogde generalistisch en gekantelde werken in WIJ-teams en wijken. Maar – zo leren we van andere gemeenten - in deze nog-in-ontwikkeling-fase verdient het de voorkeur om het thema wel apart aandacht te geven en bij een aantal ‘aandachtsfunctionarissen’ te beleggen. Eenzaamheid is bovendien een thema dat verder dan WIJ reikt en partijen op inhoud makkelijk verbindt.

Houvast

Uit de WIJ-teams komt duidelijk naar voren dat er behoefte is aan meer kennis, meer handvatten, meer zicht op wat eenzaamheid is en wat effectief is in de aanpak ervan. Beroepskrachten benoemen dat, maar voor ook vrijwilligers kan het van toegevoegde waarde zijn. Een bruikbaar handvat bij de analyse en ontwikkeling van een meer integrale aanpak van eenzaamheid is het rijtje:

preventie – signaleren – bespreken – interventies

Waar het denken - en doen! - al snel naar meer of andere interventies neigt, ligt de sleutel voor een effectievere en duurzame aanpak van eenzaamheid juist in de daaraan voorafgaande stappen. Met name het gesprek over de al dan niet terecht gesignaleerde en ervaren eenzaamheid, en of de persoon daar zelf wat aan wil doen, is cruciaal om tot effectievere interventies te komen. Dit ‘gekanteld’ gesprek over eigen regie wordt nog te vaak overgeslagen - door beroepskrachten én door vrijwilligers. Een beter gesprek leidt niet alleen tot effectievere interventies, maar geeft ook

aanknopingspunten voor betere preventie en signalering. Het voeren van een dergelijk gesprek verdient extra aandacht, kennis en kunde, en inbedding in processen en werkwijze.

Een gezamenlijk inhoudelijk houvast, taal en aanpak, helpt partijen – formeel én informeel - elkaar te verstaan en zich te verbinden rond een meer integrale benadering en een effectievere ‘duurzame’ aanpak van eenzaamheid.

Integraal samenwerken

Bij de aanpak van eenzaamheid zijn - van preventie tot interventies - vele partijen betrokken. Om de slag naar een integrale aanpak te maken is samenwerking nodig die verder gaat dan de afstemming tussen partijen zoals die nu gebruikelijk is. Integrale samenwerking vraagt partijen echt samen de schouders onder de aanpak van eenzaamheid te zetten. Niet langer naast elkaar, maar mét elkaar, als gezamenlijke verantwoordelijkheid. Integrale samenwerking is niet per se in structuur gevat, maar juist flexibel en verbonden op de inhoud en het gezamenlijk doel: duurzame aanpak eenzaamheid. Deze samenwerking zal zowel binnen de WIJ-teams, als daarbuiten in de wijken en met stedelijk opererende partijen gevonden moeten worden. De aanvankelijke focus op verankering van de aanpak van eenzaamheid in de het WIJ-werken wordt dus uitdrukkelijk verbreed.

Rol Humanitas

Humanitas is zeer vertrouwd met het ‘van mens tot mens’ ondersteunen bij eenzaamheid en sociaal isolement. Kartrekker zijn bij het vormgeven de lokale aanpak van eenzaamheid lijkt daarmee een rol te zijn die Humanitas – op de inhoud - als van nature past. Toch heeft ook Humanitas op weg naar verduurzaming nog slagen te maken; een meer vraaggerichte benadering (los van projectaanbod), gericht op eigen regie van hulpvragers, en integraal samenwerken met andere partijen.

Minder vanzelfsprekend voor Humanitas is de rol van kartrekker, de verbinder, de aanjager, de procesbegeleider, die verder gaat dan ‘gewone’ afstemming met partijen die actief zijn op het gebied van eenzaamheid. Om de rol van kartrekker te kunnen vervullen is een zekere gevestigde positie nodig. In de WIJ-teams zijn de wijkwerkers van Humanitas die nog aan het opbouwen. Nu tijdens deze verkenning het perspectief voor een duurzame aanpak van eenzaamheid vanuit WIJ, naar wijk en stedelijk verbreed is, is het voor Humanitas makkelijker om de kartrektersrol te vervullen. Veel van de ‘natuurlijke’ verbindingen rond eenzaamheid liggen immers in het informele veld, bij partijen die niet per se deel uit maken van de WIJ-organisatie.

Humanitas is een sterke organisatie met een eigen identiteit. Om de kartrektersrol voor een duurzame aanpak van eenzaamheid goed te kunnen vervullen, zal ze moeten investeren in de verbindersrol. Niet zelf op de schouders nemen, maar werken aan draagvlak en samen optrekken. Daar ligt een belangrijke sleutel voor een meer eigentijdse en duurzame aanpak van eenzaamheid.

Traag vraagstuk

Vat krijgen op een aanpak van eenzaamheid is niet eenvoudig. Eenzaamheid is van alle tijden en van iedereen, complex en verweven. Het zoeken naar wat effectief is in de aanpak van eenzaamheid is nog volop in ontwikkeling. Ondertussen neemt met alle veranderingen in de samenleving en binnen zorg en welzijn in het bijzonder, en het risico op ervaren eenzaamheid toe. Een meer integrale aanpak van eenzaamheid lost het probleem niet op, maar gaat wel op zoek naar wat mogelijk is, stap voor stap. Met meer kennis van zaken, bewuster van wat werkt en wat niet, uitdrukkelijker de samenwerking opzoekend. Dat is al heel wat.

7. Contouren duurzame aanpak eenzaamheid Groningen

In dit hoofdstuk geven we een schets van hoe we, gezien van onze rol als kartrekker, het werken aan een duurzame aanpak van eenzaamheid voor ons zien. We zetten de contouren neer voor een periode van 4 jaar, enerzijds om de ontwikkeling van een duurzame aanpak een kans te geven, anderzijds om onze rol als kartrekker serieus invulling te kunnen geven.

7.1 Visie op duurzame aanpak eenzaamheid

- ✓ Een *duurzame aanpak van eenzaamheid* is een integrale aanpak van eenzaamheid, die
 - eenzaamheid *in samenhang* benadert: preventie – signaleren – bespreekbaar maken – interventies
 - door betrokken partijen *samen* vormgegeven en gedragen wordt.
- ✓ Een *duurzame aanpak van eenzaamheid* gaat uit van eigen regie; iemand moet zélf iets aan ervaren eenzaamheid willen doen.
- ✓ Een *duurzame aanpak van eenzaamheid* richt zicht niet alleen op de groeiende groep ouderen, maar ook op jongeren. Leren om goed voor jezelf en voor anderen te zorgen: jong geleerd, oud gedaan.
- ✓ Een *duurzame aanpak van eenzaamheid* benadert eenzaamheid als iets dat bij het leven hoort. Eenzaamheid is gewoon bespreekbaar, het taboe voorbij.

7.2 Twee ontwikkelpaden

Het vormgeven van een dergelijke duurzame aanpak van eenzaamheid is niet als een project af te bakenen. Het is een ontwikkelproces, ‘traag’ in meerdere opzichten. Een ontwikkelproces dat bovendien nauw samenhangt met vele nog niet uitgekristalliseerde veranderingen binnen het domein van zorg en welzijn. Dat betekent dat de richting is aan te geven, maar niet de uitkomst. Het vergt een lange adem en tevreden zijn met kleine stappen.

In dit beweeglijke geheel onderscheiden we daarom twee ontwikkelpaden:

1. Werken aan een **integrale aanpak van eenzaamheid**, met als twee belangrijkste sporen:
 - A. expertiseopbouw (meer gedeelde kennis, houvast en samenhang m.b.t. eenzaamheid)
 - B. samenwerking / coalitievorming (draagvlak, commitment en daadwerkelijk samen optrekken tegen eenzaamheid)Hiermee willen we in een aantal wijken aan de slag, en met een aparte groep voor jeugd.
2. Werken aan **bewustwording** van eenzaamheid, agenderen en bespreekbaar maken als maatschappelijk vraagstuk.
Dit is meer de PR-kant, met de week tegen eenzaamheid als belangrijk moment / instrument.

Om het uitwerken van de beide ontwikkelpaden een goede kans te geven is tijd en ruimte nodig om die ontwikkeling daadwerkelijk aan te gaan:

- Een langere tijdshorizon. We gaan in ons plan uit van een periode van minimaal 4 jaar;

- Een groeimodel: bescheiden starten en uitproberen, daarna pas verbreden;
- Bottom up en 'werkendeweg' ontwikkelen, waar/bij wie urgentie, commitment en energie is.

Ontwikkelen van een duurzame aanpak van eenzaamheid staat niet in het teken van nieuw, maar vooral in het teken van verbinden, dus:

- aanhaken bij en versterken van 'wat werkt' aan bestaande structuren en werkwijzen;
- wel verbinden, maar geen eenheidsaanpak; streven naar eenheid in verscheidenheid
- de blik niet alleen op WIJ richten, maar ook daarbuiten, in de wijk én stedelijk.

Tot zover een visie en ontwikkelpaden als richting en uitgangspunten om het proces in te gaan. Hoe we dit alles concretiseren, volgt in de volgende paragrafen.

7.3 Werken aan eenzaamheid jeugd en jongeren

Rond eenzaamheid en jongeren is min of meer spontaan vanuit een meeting in de week van de eenzaamheid in 2015 een Jeugdcoalitie ontstaan. Het is een organisch groeiende groep die de link wil leggen tussen wat stedelijk en in de wijken gebeurt op het gebied van eenzaamheid. Kernvraag is hoe jongeren voldoende tijdig te bereiken en hoe dit thema op een passende manier bij hen onder de aandacht te brengen; zowel bij eenzamen, als bij ieder om hen heen – als gedeelde maatschappelijke verantwoordelijkheid. Naast elkaar weten te vinden en werken aan kennisopbouw, staan ook concrete acties voor de week van de eenzaamheid op de agenda.

Er is animo om op deze organische wijze met deze jeugdcoalitie door te gaan. Humanitas heeft de rol van samenroeper.

7.4 Werken aan eenzaamheid in de WIJ-ken

De insteek in de wijken is een andere dan die voor jeugd. In plaats van vooraf een coalitie samen te stellen, nemen we de wijk zelf als vertrekpunt. Daar nodigen we wijk-partijen (WIJ, en niet WIJ, beroepskrachten en vrijwilligers, bewonersorganisaties) uit om mee te denken over eenzaamheid en de aanpak daarvan in die specifieke wijk.

We organiseren een 'startworkshops aanpak eenzaamheid' met de bedoeling om kennis te brengen over eenzaamheid (waar hebben we het over?) en de aanpak daarvan (wat werkt?), om commitment/draagvlak te creëren (wie wil meedoen aan?), en vast te stellen waar behoefte aan is (samenwerking, kennis, training, werkwijze). Zo vormt zich een wijk-activiteitenplan op maat en ontstaat daaromheen tegelijkertijd een wijk-coalitie om daar mee aan de slag te gaan.

Door op deze manier in een twee- of drietal wijken heel concreet met verschillende wijkcoalities en wijkplannen aan de slag te gaan wordt een mooie brede ervaringsbasis gelegd met een wijkgerichte integrale benadering van eenzaamheid. Deze basis biedt aanknopingspunten voor verbreding naar andere wijken. Duidelijk worden wat werkt en wat niet, wat herbruikbaar is en waar juist maatwerk vereist is. Maar ook waar trainingen ondergebracht kunnen worden, WIJ-academie, Kennisplein, etc.

Geschikt is een wijk waar:

- eenzaamheid vanuit gebieds/WIJ-team als actueel speerpunt benoemd is
- animo en ruimte is bij WIJ-werkers (al dan niet van Humanitas) om daarmee aan de slag te gaan

Voor de startworkshops roepen we de hulp in van Willie Oldengarm, zelfstandig adviseur, die in verschillende gemeenten aan een integrale aanpak van eenzaamheid heeft gewerkt en tevens verbonden is aan de Coalitie Erbij (<http://www.willieoldengarm.nl/>).

De precieze behoefte/invulling van de wijkactiviteitenplannen wordt pas duidelijk na het houden van de startworkshop. Maar voor het uitwerken van de wijkplannen hebben we trekkers nodig, liefst uit WIJ of de wijk zelf, naar alle waarschijnlijkheid inkoop of ontwikkeling van training/workshops, en enige procesadvisering.

Maar er is meer

Niet alle ontwikkelingen zijn te vatten in de geschetste wijkwerkwijze voor speerpunt-wijken. Zo zijn er wijken waar eenzaamheid geen wijkprioriteit is, maar waar door werkers wel actief aan verduurzaming van de aanpak van eenzaamheid gewerkt wordt.

Ook wordt er door Humanitas gewerkt aan een training over eenzaamheid (gebaseerd op 'Eenzaam, maar niet alleen' van de Wmo-werkplaats) specifiek voor vrijwilligers. In de week tegen eenzaamheid vindt deze z'n primeur (zie Kennisplein).

Deze en andere voorkomende initiatieven en werkers houden we als kartrekker aangesloten bij de ontwikkelingen en de coalitie(s).

7.5 Week tegen eenzaamheid

De week tegen eenzaamheid volgt naast de coalitie van jeugd en het proces in de wijken een heel eigen spoor. Idealiter komen in de week tegen eenzaamheid successen en mijlpalen uit de ontwikkelprocessen mooi samen, en versterkt het elkaar. Maar de week tegen eenzaamheid moet ook op zichzelf kunnen staan. Onze insteek is dat de week tegen eenzaamheid vooral een PR-moment is. Dus vanuit de kartrekkersrol niet veel effort steken in nog meer soepbijeenkomsten of langste-tafels-van-de-wijk; dat kunnen de wijken prima zelf en gebeurt vaak ook al. Wel zouden we vanuit onze kartrekkers/coalitie-rol graag iets toevoegen dat te maken heeft met het bespreekbaar maken van het thema. Als er één week in het jaar is dat eenzaamheid geen taboe hoeft te zijn, dan is het wel in de week tegen eenzaamheid. Over hoe dat op een goede manier te doen of te ondersteunen zijn we onze gedachten nog aan het vormen. Het vraagt echt een andere benadering, die met beleid en de juiste toon gebracht moet worden. In 2016 hopen we er al iets van te kunnen laten zien, maar dat zal nog bescheiden zijn. In 2017 maken we samen met de dan verzamelde coalitiepartners een robuuster plan.

7.6 Groningse Coalitie?

Op verschillende punten in dit voorstel werken we aan coalitievorming. Er is de coalitie jeugd, er ontstaan verschillende wijkcoalities. Een resultante van een bottom up werkwijze. Maar het is wel zaak dit alles op een overzichtelijke manier en soepel met elkaar te verbinden. Een taak voor de kartrekker.

Een overweging vanuit communicatief oogpunt kan zijn om – zoals in Rotterdam - een 'Groningse Coalitie Erbij' in het leven te roepen. Als we dat zouden doen, met een eigen website of andere communicatiedrager, wordt het makkelijker om meer PR/communicatiemomenten te kiezen. Maar in deze startfase vinden we dat nog een te groot gebaar. Bovendien is op dit moment niet duidelijk of de landelijk Coalitie Erbij voortgezet wordt. Indien niet, dan kunnen we ook een andere benaming kiezen. Wel iets om in het oog te houden, als het gaat om werken aan bewustwording en bespreekbaar maken van eenzaamheid – het tweede ontwikkelpad.

7.7 Rol kartrekker

Humanitas is één van de vele partijen die zich met eenzaamheid bezig houden. De rol van kartrekker nemen we graag aan, ook voor een langere periode. Maar een duurzame aanpak van eenzaamheid heeft alleen kans van slagen als we ons daar vanuit verschillende hoeken – als coalitie - aan verbinden en onze schouders er onder zetten. Daarbij willen we graag het voortouw nemen, de samenroeper en vliegwiel zijn, afstemmen over richting en koers, hulptroepen organiseren, het ontwikkelproces op hoofdlijnen begeleiden. Maar waar het gaat naar uitwerking, uitvoering en duurzaam verankeren in wijken en in processen, rekenen we mede op onze coalitiepartners.

Met name in het eerste jaar heeft de kartrekker een rol om de verschillende activiteitgebieden goed op de rit te krijgen. Het accent verschuift daarna naar faciliteren (anderen zijn aan zet) maar ook naar borging en meetbaarheid van een duurzame aanpak van eenzaamheid (zie onderaan tabel van 7.8).

De kartrekker doet dat in nauwe afstemming met:

- gemeente als opdrachtgever
- betrokken WIJ-managers
- externe ondersteuning
- Humanitas intern: projectleider, management en betrokken (wijk)werkers

7.8 Fasering activiteitgebieden

Activiteitgebieden	2016	2017	2018 + 2019
Jeugdcoalitie	<ul style="list-style-type: none"> - uitbreiden coalitie - aanhaken wetenschap - activiteiten week tegen eenzaamheid 	vanuit coalitie gezamenlijk invullen	
Integrale aanpak Eenzaamheid in de wijk	<ul style="list-style-type: none"> - kiezen eerste wijken - startworkshops - formuleren wijk-activiteitenplannen 	Uitwerken + uitvoeren activiteitenplannen eerste wijken	Uitrol naar meer wijken
Week tegen eenzaamheid	<ul style="list-style-type: none"> - gesprek over E naar voren brengen, eerste aanzet - vrijwilligerstraining - invoegen activiteiten jeugdcoalitie 	(suggestie) “Heb het over eenzaamheid” als campagne + format om in wijken uit te voeren	Kracht zit in herhaling van de boodschap...
Groningse Coalitie Erbij	Afwachten of Coalitie landelijk blijft bestaan	<ul style="list-style-type: none"> - Kiezen voor communicatiedrager - Communiceren over voortgang jeugdcoalitie en wijkaanpak - Verschillende coalities slim verbinden 	voortzetten
Kartrekker - projectleider - projectgroep	Initiëren <ul style="list-style-type: none"> - Startnotitie - Begeleiden jeugdcoalitie - Wijkaanpak op de rit - Week E richting geven - Verbinden activiteitgebieden 	Gaat meer naar faciliteren, zorgen dát, op de verschillende activiteitgebieden	<ul style="list-style-type: none"> - Sturen op verankering in wijken en coalities - Aandacht voor meetbaarheid en indicatoren duurzame aanpak E

7.8 Begroting

Hieronder een globale begroting uitgewerkt voor de eerste 1,5 jaar, waarbij vanwege het initiërende karakter wat zwaarder op de kartrekkersrol en begeleiding ingezet is. Voor 2018/2019 zal opnieuw de balans opgemaakt moeten worden.

Activiteit	Uren + middelen	2016*	2017	2018/2019
1. Kartrekkersrol	16 uur/wk, jaar, à 75,-	€ 24.000	€ 48.000	PM
2. Coalitie deelname (verschillende organisaties)	24 uur/pp, jaar, à 75,- (schatting 10 deelnemers)	€ 9.000	€ 18.000	
3. Week tegen eenzaamheid - projectleider - activiteiten/ middelen	4 uur/wk, half jaar, à 75,- € 1000 per wijk	- ** € 11.000	€ 6.000 € 11.000	
4. Startworkshops eenzaamheid	€ 1000 per workshop	€ 2.000	€ 4.000	
5. Procesbegeleiding (Oldengarm training & advies)	80 uur à 90,- op jaarbasis	€ 3.600	€ 7.200	
6. Ontwikkelkosten (ter ondersteuning aanpak)	Materiaal (stappenplan, signaleringskaart, film?)	-	€ 7.500	
7. www.groninger-coalitie-erbij	Communicatiedrager?	-	PM	
Subtotaal centraal		€ 49.600	€ 101.700	
8. Inkoop/ontwikkeling t.b.v. wijkactiviteitenplannen	volgt uit startworkshops	PM	PM	
9. E-trekkers in de wijken	idem	PM	PM	
Totaal		PM	PM	

Toelichting

* De kosten voor 2016 zijn berekend voor het resterend half jaar.

** Deze uren worden in 2016 nog door Coalitie Erbij vergoed. Vanaf 2017 niet meer.

Ad 1 Kartrekkersrol

Idealiter neemt deze inzet af in de tijd. De intentie is immers zoveel mogelijk dragende kracht (ook) bij coalitiepartners en wijken neer te leggen.

Ad 2 Coalitiedeelname

Om de bijdrage aan de coalities van werkers uit verschillende organisaties zeker te stellen, willen we hier uren voor beschikbaar stellen. Dit staat los van de trekkers-uren in de wijken (zie 8.)

Ad 3 Week tegen eenzaamheid

De inschatting van € 1000,- per wijk is een globale. Zowel wijkgerelateerde kosten als meer overstijgende (campagnematige) kosten kunnen hieruit bekostigd worden. Bij voorkeur nacalculatie.

Ad 4 Startworkshops

Inhoudelijk geleid door Willie Oldengarm, aangevuld met voorzitter + verslaglegger.

2016: 2 wijken, 2017: 4 wijken, inschatting (zou mooi zijn)

Ad 6+7 Ontwikkelkosten

Schuiven we naar 2017, eerst maar eens begin maken met startworkshops en draagvlak.

Ad 8 en 9 Kosten wijkaanpak: PM

Na de eerste startworkshops is het mogelijk hier een raming van te maken. Verwachting begin '17.

Gesprekslijst

Gemeente/opdrachtgever

Ulie Glas, Thea Sytsema

WIJ-teams

- Zuid: WIJ-manager, wijkwerker Humanitas, wijkverpleegkundige Buurtzorg
- Rivierenbuurt: WIJ-manager, wijkwerker Humanitas, opbouwwerker
- Beijum: wijkwerker Humanitas, gezinsmaatschappelijk werkster, buurtwerker

Humanitas

- Renée Blauw en Hennie Mulder, opdrachtnemers
- Eerdere betrokkenen Coalitie Erbij, Jeichien Martens en Carolien Soons
- projectcoördinatoren jeugd, bezoekwerk, netwerkvrijwilligers, maatjes
- wijkwerkers mantelzorg/informele ondersteuning
- Gonny Westerhuis, portefeuillehouder landelijk programma eenzaamheid
- Humanitas bestuur afdeling Groningen

Jeugdcoalitie

- 2^e bijeenkomst (Lentis preventie, CJG-Zuid, Jimmy's, Humanitas)

Coalitie Erbij

- Maarten de Gouw, projectleider lokale aanpak eenzaamheid
- Bijeenkomsten met kartrekkers en onderzoekers
- Willie Oldengarm, zelfstandig adviseur, + Timpaan Welzijn

Wmo werkplaats

- Jolanda Kroes, Hanzehogeschool, onderzoeker eenzaam ben je niet alleen
- wijkwerkers Thea van der Schreer, Afsaneh Moghadam, deelnemers pilot bijbehorende training

Stedelijk

- Bernard Schlimbach, Link 050
- Marja Wolthuis, Mjd, Broez'n in de buurt
- Greetje Kartsens Rode Kruis

Bronnen

Naast vele Humanitas-bronnen de belangrijkste externe bronnen:

Coalitie Erbij: www.eenzaam.nl

Garde, N. van de, Nipius, A. (z.d. 2013??). *Maatwerk bij de aanpak van eenzaamheid, 23 interventies*. Ketenondersteuners Groningen

GGD, *Gemeentelijk Gezondheidsprofiel gemeente Groningen 2012*

GGD, *Gezondheidsprofiel Groningen 2012*

Heessels, M; Braun, M.; Kroes, J.; Dankers, T.; Roozendaal, K.; Ouwerkerk, A.; Damoiseaux, D.; Biene, M. van; (2015), *Eenzaam ben je niet alleen, samenwerken aan een nieuwe blik op eenzaamheid*, Movisie/Wmo-werkplaatsen

Maat J.W. van de, (z.d.), *Werkzame elementen bij eenzaamheid*, leaflet, Movisie, geraadpleegd: [https://www.movisie.nl/sites/default/files/alfresco_files/Leaflet_werkzame_elementen_bij_eenzaamheid%20\[MOV-1705498-0.1\].pdf](https://www.movisie.nl/sites/default/files/alfresco_files/Leaflet_werkzame_elementen_bij_eenzaamheid%20[MOV-1705498-0.1].pdf)

Maat J.W. van de, Santen, H. van, (2013), *Sleutels voor de lokale aanpak van eenzaamheid*, Movisie/Coalitie Erbij.

Maat, J.W. van de, Vermaas, M, Kruijswijk, W. (2012) *Omgaan met eenzaamheid onder mantelzorgers*, expertisecentrum mantelzorg, Utrecht

Timpaan Welzijn (z.d.). *Eenzaamhorigheid, Samen eenzaamheid de baas*, folder, geraadpleegd: <http://timpaanwelzijn.nl/eenzaamheid>

Werkplaats Sociaal Domein: conferentie 'Voorkomen is beter dan genezen' april 2016