

Gemeente Hengelo

Gemeenteraad van Hengelo
Postbus 18
7550AA Hengelo

Postbus 18
7550 AA Hengelo

Onderwerp	Zaaknummer	Uw kenmerk	Datum
Aanbieden concept uitvoeringsplan 'Eenzaamheid is iets om te delen'	2446265		19 november 2019

Geachte heer/mevrouw,

Het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) heeft een actieprogramma *Eén tegen Eenzaamheid* (2018) vastgesteld om de toenemende eenzaamheid in Nederland te doorbreken. Zij geloven dat dit kan door eenzaamheid eerder te signaleren en bespreekbaar te maken. En vervolgens een duurzame aanpak te ontwikkelen. Het ministerie sluit op landelijk niveau coalities met zorg- en welzijnsorganisaties maar vooral ook met het bedrijfsleven. Van gemeenten wordt gevraagd lokale coalities te sluiten in het kader van de aanpak tegen eenzaamheid.

Het ministerie heeft ook de gemeente Hengelo gevraagd actief met het onderwerp eenzaamheid aan de slag te gaan en dit te bekrachtigen met een handtekening en een uitvoeringsplan. De handtekening is gezet op 4 oktober 2019 in aanwezigheid van een aantal betrokken partijen.

Daarmee onderschrijven we de vijf pijlers van het landelijke actieprogramma:

1. Bestuurlijk commitment van college en beleidsmakers.
2. Creëer een sterk netwerk van partijen (waaronder bedrijfsleven en lokale ondernemers) en maak nieuwe en slimme verbindingen.
3. Betrek mensen, eenzamen (en hun omgeving) zelf en zorg dat je mensen bereikt door achter de voordeur te komen.
4. Werk aan een duurzame aanpak en kijk naar wat echt werkt om eenzaamheid te doorbreken.
5. Monitoring en evaluatie om samen te blijven leren en de aanpak verder te brengen.

Deze vijf pijlers gebruiken we als basis voor een lokale aanpak.

Motie Eenzaamheid

De aftrap van onze – Hengelose – lokale aanpak is gelegen in de motie *Eenzaamheid* die de gemeenteraad van Hengelo op 6 november 2018 heeft aangenomen en de conferentie die we op 11 april 2019 hebben georganiseerd.

Met de motie heeft u het college gevraagd het onderwerp 'eenzaamheid' onder de aandacht te brengen in een conferentie en te komen met voorstellen voor pilots gericht op verschillende doelgroepen. Ook vraagt u van het college de regierol te pakken en een visie en een uitvoeringsplan te ontwikkelen. Voor u ligt nu het uitvoeringsplan.

In dit uitvoeringsplan stellen we drie experimenten voor, zoals gevraagd in de motie. Naast het feit dat we tot op heden geen extra middelen hadden om dit te financieren, maken we keuzes die passen bij een duurzame aanpak. We starten met de experimenten in het nieuwe jaar omdat we dan ook beschikken over de extra middelen.

Vermeld altijd het zaaknummer als u contact opneemt met de gemeente.

Bezoekadres
Hazenweg 121

E-mailadres
gemeente@hengelo.nl
Telefoonnummer
14-074

We zijn benieuwd naar uw zienswijze op het concept uitvoeringsplan en verzoeken u hierover een beeldvormende politieke markt te organiseren. Met uw input en dat van de Adviesraad sociaal domein zullen we het concept aanpassen en een definitief uitvoeringsplan vaststellen.

Met vriendelijke groet,
Burgemeester en wethouders van Hengelo,
de secretaris, de burgemeester,



De heer J. Eshuis

[Signature]

De heer S.W.J.G Schelberg

Bijlagen: 1 Concept uitvoeringsplan *Eenzaamheid is iets om te delen*



EENZAAMHEID IS IETS OM TE DELEN

Concept
Uitvoeringsplan
gemeente Hengelo

Inhoudsopgave

Inhoudsopgave.....	1
1. Inleiding	2
1.1 Landelijk actieprogramma	2
1.2 Motie Eenzaamheid	2
2. Term eenzaamheid en doelgroepen	2
2.1 Wat Eenzaamheid is	2
2.2 Doelgroepen	3
3. Wat we (gaan) doen	4
3.1 Wat is er al	4
3.2 Nieuwe initiatieven: duurzame aanpak	5
3.2.1 Bewustwording en signalering	6
3.2.2 Netwerk(en) creëren	7
3.2.3 Experimenten	8
Bijlage I Levenslijn.....	11
Bijlage II Cijfers Hengelo	12
Bijlage III Uitkomsten startconferentie.....	13

1. Inleiding

Eenzaamheid is een onderwerp wat al bijna zo oud is als de mensheid zelf, en misschien hoort eenzaamheid ook wel gewoon bij het leven. We hebben als gemeente vanuit de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo 2015) een belangrijke verantwoordelijkheid om vorm te geven aan een aanpak tegen eenzaamheid. Dé eenzaamheid oplossen kan niemand. Maar iemands eenzaamheid signaleren en doorbreken kan wel en kan iedereen. En veel mensen doen dat ook. De veelzijdigheid van initiatieven is groot, maar daardoor soms ook versnipperd en incidenteel. "Om vereenzaming voor te zijn en een halt toe te roepen is een gezamenlijke aanpak nodig die de versnippering en vluchtigheid voorbij gaat", aldus het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) in haar actieprogramma *Eén tegen Eenzaamheid* (2018).

1.1 Landelijk actieprogramma

Met het actieprogramma *Eén tegen eenzaamheid* wil de landelijke overheid de trend van het toenemen van eenzaamheid in Nederland doorbreken. Zij geloven dat dit kan door eenzaamheid eerder te signaleren en bespreekbaar te maken. En vervolgens een duurzame aanpak te ontwikkelen. Het ministerie sluit op landelijk niveau coalities met zorg- en welzijnsorganisaties maar vooral ook met het bedrijfsleven. Van gemeenten wordt gevraagd lokale coalities te sluiten in het kader van de aanpak tegen eenzaamheid.

Het ministerie heeft ook de gemeente Hengelo gevraagd actief met het onderwerp eenzaamheid aan de slag te gaan en dit te bekrachtigen met een handtekening en een uitvoeringsplan. De handtekening is gezet op 4 oktober 2019 in aanwezigheid van een aantal betrokken partijen.

Daarmee onderschrijven we de vijf pijlers van het landelijke actieprogramma:

1. Bestuurlijk commitment van college en beleidsmakers.
2. Creëer een sterk netwerk van partijen (waaronder bedrijfsleven en lokale ondernemers) en maak nieuwe en slimme verbindingen.
3. Betrek mensen, eenzamen (en hun omgeving) zelf en zorg dat je mensen bereikt door achter de voordeur te komen.
4. Werk aan een duurzame aanpak en kijk naar wat echt werkt om eenzaamheid te doorbreken.
5. Monitoring en evaluatie om samen te blijven leren en de aanpak verder te brengen.

Deze vijf pijlers kunnen als basis gebruikt worden voor een lokale aanpak.

1.2 Motie Eenzaamheid

De aftrap van onze – Hengelose – lokale aanpak is gelegen in de motie *Eenzaamheid* die de gemeenteraad van Hengelo op 6 november 2018 heeft aangenomen en de conferentie die we op 11 april 2019 hebben georganiseerd.

Met de motie wordt het college gevraagd het onderwerp 'eenzaamheid' onder de aandacht te brengen in een conferentie en te komen met voorstellen voor pilots gericht op verschillende doelgroepen. Ook zegt de motie dat het college de regierol moet pakken en een visie en een uitvoeringsplan moet ontwikkelen. Voor u ligt nu het uitvoeringsplan.

In dit uitvoeringsplan geven we voorbeelden van wat er nu al gebeurt en doen we concrete voorstellen voor nieuwe initiatieven. Want we beginnen niet op 'nul' en er zijn raakvlakken met eerder vastgestelde plannen zoals de preventievisie en ons lokaal gezondheidsbeleid.

In de Kadernota 2020-2023 is voor 2020 en 2021 jaarlijks een bedrag van 50.000 Euro gereserveerd voor nieuwe initiatieven.

2. Term eenzaamheid en doelgroepen

Voordat we overgaan tot het beschrijven wat er nu zoal gebeurt en welke nieuwe initiatieven we willen (laten) ontplooiën en stimuleren, nemen we u kort mee in de terminologie en de doelgroepen.

2.1 Wat Eenzaamheid is

Eenzaamheid wordt vaak omschreven als 'je niet verbonden voelen'. Je mist een hechte, emotionele band met anderen of je hebt minder contact met andere mensen dan je wenst. In de onderzoeken naar aantallen en in het landelijke actieprogramma worden drie soorten eenzaamheid onderscheiden:

- *Sociale eenzaamheid*: met sociale eenzaamheid wordt voornamelijk het ontbreken van sociale contacten bedoeld. Hierbij gaat het om sociale contacten waarmee iemand bepaalde gemeenschappelijke kenmerken deelt zoals collega's, vrienden of kennissen.
- *Emotionele eenzaamheid*: hiermee wordt het missen van een intieme band met een andere persoon aangeduid. Vaak gaat het hierbij om de partner.
- *Andere typen*: een ander type eenzaamheid kan existentiële eenzaamheid zijn. Hierbij gaat het om het missen van de zin van het leven. Bijvoorbeeld een gevoel van zinloosheid ervaren. Daarnaast kan ook gedacht worden aan een sociaal isolement. Het feitelijk ontbreken van sociale contacten en betekenisvolle relaties.

In dit uitvoeringsplan hanteren we de algemene term eenzaamheid. Hier worden alle typen van eenzaamheid mee bedoeld tenzij anders aangegeven.

Overigens kan eenzaamheid ook een beladen term zijn. Vaak zal men niet zo snel willen toegeven dat men eenzaam is en reageren op een uitnodiging waarin de term eenzaamheid wordt gebruikt.

2.2 Doelgroepen

Eenzaamheid komt voor bij alle leeftijden. Iedereen kan in zijn of haar leven momenten tegen komen die zwaar zijn en je eenzaam kunnen maken. Bijvoorbeeld:

- Je gaat naar de lagere school, vindt geen aansluiting bij de groep en wordt gepest;
- Je zit op social media, maar je wordt er niet blij van. Je zit niet lekker in je vel en op Facebook zie je alleen maar foto's van bekenden die er geweldig uitzien en het samen heel leuk hebben;
- Ook als je een relatie hebt, kun je je eenzaam voelen. Je leeft langs elkaar heen door drukte of een heftige gebeurtenis. Je begrijpt elkaar niet meer;
- Je oude moeder wordt ziek en je gaat voor haar zorgen. Dit kost veel tijd en energie. Hierdoor verlies je steeds meer het contact met je vrienden.

In bijlage I is een levenslijn opgenomen die bovenstaande illustreert. Het laat goed zien dat eenzaamheid ook 'gewoon' bij het leven hoort.

Het percentage eenzame mensen is over het algemeen hoger bij mensen op leeftijd. Nu nog zijn in Nederland 1,3 miljoen mensen ouder dan 75 jaar, in 2030 zijn er dat 2,1 miljoen. Met de meesten van die ouderen gaat het fysiek gelukkig goed. Maar tussen gezond zijn en je goed voelen, zit soms een wereld van verschil, want meer dan de helft van de 75-jarigen zegt zich eenzaam te voelen. Eenzaamheid begint vaak bij het stoppen met werken, het wegvallen van een geliefde of het niet zo gemakkelijk meer naar buiten kunnen.

Eenzaamheid komt echter ook voor bij volwassenen, bij de zogenaamde 'werkende generatie'. En ook onder jongeren is eenzaamheid een steeds groter probleem aan het worden.

Er zijn ook algemene verklaringen voor eenzaamheid zoals een lage sociaal economische status (SES). En uit landelijke onderzoeken blijkt dat 60 % van de volwassenen met een niet-westerse achtergrond ouder dan 19 jaar zich eenzaam voelt. Uit de signalen die we opvangen en de cijfers in de GGD rapportage blijkt dat de situatie hier in Hengelo niet anders is.

Cijfers Hengelo

De cijfers van de GGD geven een beeld over de mate van eenzaamheid in Hengelo. De cijfers zijn van het najaar 2016 en worden afgezet tegen het gemiddelde in Twente. Er zijn (nog) geen recente cijfers bekend. In bijlage II zijn de cijfers in beeld gebracht. Zie ook:

https://www.twentsegezondheidsverkenning.nl/jive/report?openinputs=true&id=factsheet_volwoud2016_eenz_hengelo en <https://www.rivm.nl/media/eenzaamheid/eenzaamheid.html?gemeente=Hengelo>

De cijfers geven ook in Hengelo reden tot nadenken. Ruim 46% van de volwassenen en ouderen in Hengelo zijn in meer of mindere mate eenzaam. Dit is een groot percentage. Met name voor de volwassenen betekent dit een behoorlijke toename ten opzichte van 2012. Toen was dat nog maar 33%. Voor ouderen was het toen 42%. Bij de volwassenen in Hengelo gaat het om 37% die matig eenzaam is, 6% ernstig eenzaam en 3% zeer ernstig eenzaam. Voor de ouderen in Hengelo zien we een vergelijkbaar beeld.

Daarbij zien we bij zowel volwassenen als ouderen weinig verschil tussen mannen en vrouwen. Wel zien we dat de eenzaamheid toeneemt naarmate de leeftijd toeneemt. Van de eenzame volwassenen heeft 32% moeite met rondkomen en heeft 42% een langdurige ziekte. Bij de ouderen liggen die percentages iets lager.

Op wijkniveau zien we het percentage eenzaamheid variëren tussen de 44% en 48%, met uitzondering van het Buitengebied, Slangenbeek en de Hasseler Es. Die springen er positief uit met percentages van respectievelijk 33%, 35% en 40%.

Doelgroep uitvoeringsplan

Het ministerie beperkt zich met haar actieprogramma hoofdzakelijk tot de doelgroep ouderen. Met het oog op de Hengelose cijfers en de opdracht in de motie doen we dat in dit uitvoeringsprogramma niet. Zonder de aandacht voor de samenleving in brede zin los te laten richten we ons in dit uitvoeringsplan in eerste instantie op ouderen, niet-westerse migranten en jongeren.

3. Wat we (gaan) doen

Zoals in de inleiding al is aangegeven staat dit uitvoeringplan niet op zichzelf. Er is gemeentelijk beleid waarmee ook eenzaamheid wordt aangepakt en onlangs hebben we (concept) plannen vastgesteld die hierop ook betrekking hebben. Alvorens we overgaan tot het beschrijven welke nieuwe initiatieven we voornemens zijn te (laten) ontplooiën en stimuleren, beschrijven we wat er al is. Daarin zijn we absoluut niet compleet, maar schetsen we slechts een aantal voorbeelden.

3.1 Wat is er al

Ons gemeentelijk sociaal beleid is gericht op meedoen en participeren. De basis daarvoor is de nota *Met Respect... op weg naar een nieuw stelsel voor maatschappelijke ondersteuning*. Hierin staat dat het sociale beleid gericht is op participatie en het vergroten van de zelfredzaamheid van inwoners. Het voorkomen van eenzaamheid draagt bij aan een betere zelfredzaamheid en gezondheid en welbevinden. De problematiek rond eenzaamheid is dus sterk verweven met het gemeentelijk beleid voor welzijn, zorg, jeugd, inkomen, werk, cultuur en sport.

Hoewel er verschillende notities en beleidsnota's zijn die meehelpen aan het bestrijden van eenzaamheid (denk aan het *Actieplan Vrijwillige inzet versterken*, de nota *Armoedebelief gemeente Hengelo 2016-2020* en aan de *Kadernota Sport en Bewegen*), zijn er recent twee notities vastgesteld waarin eenzaamheid heel concreet als thema (of doelgroep) is benoemd:

- *Nieuwe focus op preventie in het sociaal domein*, waarin staat dat we doelgroepgericht investeren in preventie, kiezen voor bewezen effectieve interventies en proberen de ondersteuning te verweven in het "gewone leven". Dit uitvoeringsplan sluit hierop aan. We laten de universele preventie niet los, maar richten ons lokaal op een aantal doelgroepen. We kijken wat werkt en bijdraagt aan de doelstelling om eenzaamheid te doorbreken en verminderen. Uit oogpunt van duurzaamheid streven we naar een professioneel vangnet voor ernstige eenzaamheid, maar onze aanpak van eenzaamheid is van ons allemaal en niet alleen een opdracht voor de overheid.
- *Meerjarenplan lokaal gezondheidsbeleid*: Eenzaamheid en gezondheid zijn sterk met elkaar verbonden. Problematische eenzaamheid vermindert de gezondheid en het welzijn waardoor inwoners eerder en een groter beroep zullen doen op de gezondheidszorg en aangewezen zijn op voorzieningen. De initiatieven rond positieve gezondheid zoals "welzijn op recept", "geluk gericht" werken en het stimuleren van meer bewegen dragen bij aan het doorbreken of verminderen van de eenzaamheid.

Bij de uitwerking van de initiatieven die we in dit plan voorstellen, houden we rekening met de visie en uitgangspunten van deze twee notities.

Het nog op te stellen actieplan (de lokale inclusie agenda) waar we naar aanleiding van motie *Toegankelijk Hengelo* mee bezig zijn, zal natuurlijk ook een bijdrage leveren aan het bestrijden van eenzaamheid. Hoe toegankelijker onze stad is, hoe meer mensen kunnen "mee doen", hoe minder mensen eenzaam zullen zijn.

Ook de op te stellen omgevingsvisie voor Hengelo kan een bijdrage leveren aan bestrijding van eenzaamheid. Een bankje in de straat kan een begin zijn voor mensen om elkaar te groeten en naar elkaar om te zien.

Concrete activiteiten nu

Er zijn heel veel initiatieven in Hengelo, groot en klein, die bijdragen aan het voorkomen of signaleren van eenzaamheid. Deels vloeien ze voort uit gemeentelijk beleid en worden ze door ons gefinancierd. Maar vaker nog komen ze voort uit de samenleving zelf en zijn het onze inwoners, de

vele vrijwilligers, die met hun idee, hun activiteit bedoeld of onbedoeld een bijdrage leveren aan de bestrijding van eenzaamheid.

We geven een aantal voorbeelden:

- Humanitas Twente biedt met Tandem en Match (inzet van 'maatjes') houvast voor mensen die zich geïsoleerd en alleen voelen, ongeacht hun levensverhaal, achtergrond, leeftijd en leefomstandigheden en afkomst.
- Ixta Noa zet in Hengelo ook in op voorkomen van eenzaamheid, door de inzet van ervaringsdeskundigen op dat gebied.
- De Zonnebloem Hengelo heeft zes afdeling over de stad verspreid die het bezoeken van inwoners en activiteiten organiseren, zowel één op één als in groepsverband.
- Ook zijn er veel initiatieven van bijvoorbeeld (patiënten)verenigingen en van kerken (onder andere via het Diaconaal Platform Hengelo), van koffieochtenden, bezoeken tot creatieve clubs.
- Meer voorbeelden zijn te vinden in de Informatiewijzer onder bijvoorbeeld actief zijn en meedoen of ouder worden en eenzaamheid. Denk ook aan de initiatieven vanuit kerken. <https://www.informatiewijzerhengelo.nl/onderwerp/actief-zijn-en-mee-doen> of <https://www.informatiewijzerhengelo.nl/onderwerp/eenzaamheid>
- Ook sport- en cultuurverenigingen hebben eenzaamheid als thema opgenomen en benoemd bij werkzaamheden van bijvoorbeeld de combinatiefunctionarissen (o.a. de beweegmakelaar, de cultuurmakelaar, de buurtsportcoach zwemmen, de buurtsportcoach FBK). Hun opdracht is het ontwikkelen en uitvoeren van laagdrempelige activiteiten voor doelgroepen waaronder mensen die eenzaam zijn of dreigen te worden. Voorbeelden hiervan zijn: Programma Hengelo in Beweging, Pilot Positieve gezondheid op recept, sociaal activeringsmakelaars voor kwetsbare kinderen, het opleiden van sportvrijwilligers (Plan Kom meedoen). Er start een nieuw traject met Scoren met Gezondheid. Aandacht voor het onderwerp wordt ook gevraagd binnen het lokaal sportakkoord met een start bijeenkomst op 17 oktober.
- De bewonersbedrijven Nijverheid en Berflo Es en ook Wijkkracht bieden vervoer met begeleiding, waarbij een vrijwilliger naast het vervoeren van de mensen ook (gezellig) mee gaat naar de supermarkt, het ziekenhuis, de markt of het museum.
- We subsidiëren Wijkkracht (waaronder Welzijn Ouderen en de Hulpdienst Hengelo) voor het signaleren van eenzaamheid en een aanbod van activiteiten en ondersteuning. Er zijn drie wijkteams met veel expertise zoals mantelzorgondersteuning, ouderenwerk, sociaal cultureel werk en preventieve wijkverpleegkundige zorg. Daarnaast zijn er ontmoetingsruimten, sociëteiten en ontmoetingsgroepen voor alle leeftijden en achtergronden (bewegen, studiekringen, eetgroepen etc.). Dit resulteert in de inzet van honderden vrijwilligers die mensen bezoeken of proberen te stimuleren tot deelname aan activiteiten in de wijken. In de jaren 2017/2018 zijn er bijvoorbeeld in het kader van het doorlopende initiatief Huisbezoek 75+ zo'n 650 ouderen door vrijwilligers bezocht. Ook is worden bijvoorbeeld nieuwe weduwen en weduwnaars bezocht.
De informatiewijzer bevat een uitgebreid overzicht van deze activiteiten en instanties (www.informatiewijzerhengelo.nl).
- We zetten in op laaggeletterdheid. Uit onderzoek van de Stichting Lezen en Schrijven blijkt dat 70% van de laaggeletterden zich eenzaam voelt. Van de mensen die vervolgens een taalcursus volgt, voelt 53% zich na 5 maanden psychisch gezonder. Bij iedereen die een uitkering aanvraagt wordt de taalmeter afgenomen. De inzet van ons taalpunt wordt versterkt en per oktober '19 is een stagiaire bestuurskunde gestart met onderzoek hoe het signaleren van laaggeletterdheid te verbeteren. Begin 2020 wordt gestart met om met de samenwerkingspartners een ambitiesdocument op te stellen waarin we afspreken wat we allemaal gaan doen de komende drie jaar om de mensen te vinden en de juiste ondersteuning te bieden.

3.2 Nieuwe initiatieven: duurzame aanpak

Het ministerie pleit voor duurzame oplossingen tegen eenzaamheid, die verder gaan dan activiteiten organiseren. De oplossingen moeten gezocht worden in bewustwording. Bij inwoners zelf, bij hulpverleners, consultants/ regisseurs, baliemedewerkers, college- en raadsleden, maatschappelijke instellingen, scholen, bedrijven, winkeliers, etc. Hierdoor wordt signaleren gemakkelijker. Daarnaast biedt samenwerking meer mogelijkheden en helpt ook te houden voor verschillende aspecten. Een brede aanpak zal bijdragen aan een langdurige werking en duurzame aanpak.

Iemand die eenzaam is zal echter altijd zelf de eerste stap moeten zetten om er minder last van te ervaren. Maar die eerste stap is het aller moeilijkste en voor veel mensen een berg waar ze tegenop zien. We willen ze met deze aanpak helpen deze berg zo goed mogelijk te bedwingen.

Hopelijk zal de aandacht van dit onderwerp als sneeuwbal effect gaan werken en zullen velen meer bewust bezig zijn met eenzaamheid in hun omgeving dan voorheen werd gedaan.

We willen in Hengelo inzetten op signaleren en bewustwording en de samenwerking rond dit thema bevorderen. Doel van de duurzame aanpak is de eenzaamheid in Hengelo terug te dringen. We hebben niet de illusie dat dit met vele procenten naar beneden zal gaan, maar op de langere termijn beogen we wel degelijk een daling van het aantal mensen die zich (ernstig) eenzaam voelt.

Input startconferentie

De startconferentie die we op 11 april 2019 hebben georganiseerd heeft geen direct concrete initiatieven opgeleverd voor de duurzame aanpak. Wel is de noodzaak voor signaleren en bewustwording onderschreven. En heeft de conferentie zelf laten zien dat samenwerking van verschillende partijen heel waardevol is. Er zijn een aantal tips gegeven die we in de uitwerking van onze aanpak meenemen: gebruik eens wat vaker kunst als methodiek om mensen te verbinden, eerder signaleren van problemen (armoede, ziekteverzuim), zorg voor kennis over de oudere migranten en de problematiek waarmee zij worstelen. In bijlage III leest u meer over de uitkomsten van de startconferentie.

Activiteiten

Het organiseren van activiteiten alleen is niet genoeg om duurzaam het onderwerp eenzaamheid op de agenda te houden, aldus het ministerie. We vinden activiteiten echter wel belangrijk om in contact te komen met mensen. Activiteiten hebben in de eerste plaats een preventieve werking. Het gaat dan vaak helemaal nog niet over eenzaamheid maar over het delen van een hobby of interesse voor sport, kunst en cultuur, gezondheid etc. Activiteiten gericht op specifieke doelgroepen zijn vaak wel meer gericht op signaleren en actief aanpakken van eenzaamheidsproblematiek. De recente aandacht voor de toenemende eenzaamheid is aanleiding om te onderzoeken of bestaande initiatieven nog aansluiten bij de behoefte of beter bekend moeten worden gemaakt.

3.2.1 Bewustwording en signalering

Een belangrijke stap naar het verminderen van eenzaamheid is het zorgen voor bewustwording en het herkennen van (dreigende) eenzaamheid. Daarmee wordt het mogelijk om eenzaamheid bespreekbaar te maken en de taboe die er om hangt te doorbreken. We gaan daar, in aansluiting op wat er landelijk gebeurt, verbetering in aanbrengen door:

- Aandacht in media: we zullen in de Hengelose media actief aandacht (blijven) vragen voor dit onderwerp, niet alleen in de landelijke week van de eenzaamheid. Bijvoorbeeld met advertenties in ons weekblad, de (zorg)krant, posters in bushokjes en de sociale media. Doel is bewustwording bij onze inwoners: wat kunnen ze zelf doen om eenzaamheid te verlichten en ermee te leren dealen en naar wie kunnen ze toe gaan of iemand anders verwijzen. Eenzaamheid hangt samen met een stuk maatschappelijke betrokkenheid voor elkaar. Het is van belang dat inwoners elkaar kunnen en willen ondersteunen. Inzet van professionals is dan vaak overbodig. Inwoners moeten zich hiervan bewust zijn, de problematiek herkennen en zich verantwoordelijk voelen om deze rol op zich te nemen.
- Scholing: terugkerende aandacht voor dit onderwerp door middel van scholing van professionals en vrijwilligers. En te zorgen voor handvaten om te kunnen signaleren, het gesprek aan te gaan en te kunnen verwijzen. Het gaat om onder andere professionals bij Wijkkracht, de wijkverpleging, zorgorganisaties (denk aan de huishoudelijke hulpen), maar ook de professionals bij onze gemeentelijke toegang (Wmo, jeugdhulp en sociale zaken). Via o.a. het Platform Vrijwilligers zullen we ook de vele vrijwilligers in Hengelo de gelegenheid geven hieraan mee te doen.
- Optimaliseren (bekendheid) informatiewijzer Hengelo: daarmee zorgen we ervoor dat de informatie over activiteiten en organisaties die kunnen bijdragen aan het voorkomen van eenzaamheid of aan het verminderen van eenzaamheid, nog beter bekend en vindbaar is voor professionals, vrijwilligers en inwoners. Ook zullen we bekijken hoe compleet het overzicht is en ook bijvoorbeeld cultuur en kunst activiteiten, zoals van Oyfo er ook in op te nemen.
- Deelname Werkplaats Sociaal Domein: we nemen deel en leveren een bijdrage aan de Werkplaats Sociaal Domein van Saxion. Een werkplaats voor en door professionals. Ook daar staat het onderwerp eenzaamheid geagendeerd. Wat zijn best en worst practices van Twentse

initiatieven en welke rol speelt technologie en de samenwerking met vrijwilligers en ervaringsdeskundigheid hierin.

- Actieve rol Wijkkracht: we vragen van Wijkkracht een actieve rol bij het onderwerp eenzaamheid. Vanuit het dagelijkse werk dat ze al doen in Hengelo, maar ook extra ten behoeve van bovengenoemde activiteiten. Zij vormen de verbinding tussen professionals en vrijwilligers in Hengelo, hebben een scholingsprogramma en beheren de informatiewijzer. We zullen Wijkkracht faciliteren om passende interventies te (blijven) ontwikkelen, waarbij (h)erkenning van eenzaamheid en aandacht voor het juiste gesprek belangrijk zijn. Wat wil een inwoner nu echt? En voor welke doelgroepen binnen de samenleving moeten we extra of aanvullende activiteiten organiseren om ze te kunnen bereiken. Veel is niet nieuw maar kan bewuster worden voortgezet. Concreet gaat Wijkkracht inzetten op:
 - o Huisbezoeken migranten ouderen: Wijkkracht start een pilot om huisbezoeken aan migranten ouderen te organiseren, naast de al bestaande huisbezoeken aan zelfstandig wonende ouderen (vanaf 75 jaar). Deze gesprekken worden gevoerd door vrijwilligers aan de hand van een checklist over onderwerpen die voor migranten ouderen relevant zijn. Deze ouderenbezoekers hebben een belangrijke signalerende functie.
 - o Mensen bij elkaar brengen: Wijkkracht onderzoekt de mogelijkheid om een digitale tool te ontwikkelen waarmee mensen die graag iets samen willen doen bij elkaar gebracht kunnen worden.
 - o Inzet duo fiets: Wijkkracht heeft in 2018 vanuit de Fuldauerstichting/Lokaal Fonds Hengelo een donatie ontvangen om een duo fiets aan te schaffen. Deze zal worden ingezet om met oudere inwoners, die niet meer zelfstandig kunnen fietsen, in en rondom Hengelo te fietsen.
- Meldisolement: we gaan onderzoeken of een meldpunt kan bijdragen aan het voorkomen van ernstige eenzaamheid, naar voorbeeld van Rotterdam (Meldisolement). Meldisolement ondersteunt bij het vroegtijdig opsporen van personen die (ongewenst sociaal) geïsoleerd zijn geraakt. Dit wordt gedaan om te voorkomen dat zij in ernstige problemen raken zonder dat iemand dat in de gaten heeft. De (soms al aanwezige) signalen van sociaal isolement van bijvoorbeeld gangmakers in de buurt, pastoraat en winkeliers worden bij elkaar gebracht waarna eventueel actie kan worden ondernomen.

3.2.2 Netwerk(en) creëren

Landelijk heeft een groot aantal bedrijven zich aangesloten bij de coalitie 'Een tegen eenzaamheid'. Het doel van de Nationale coalitie is een brede beweging op gang brengen die aandacht creëert voor eenzaamheid onder ouderen, het taboe op eenzaamheid doorbreekt en bespreekbaar maakt en die een trendbreuk teweegbrengt zodat de samenleving meer en meer vanzelfsprekend naar elkaar omkijkt. Bepaalde bedrijven en beroepsgroepen bereiken inwoners die vaak niet bekend zijn bij welzijns- of zorgprofessionals. Het blijkt bijvoorbeeld dat notarissen, banken, kappers, pakjes bezorgers en kassières regelmatig te maken hebben met eenzame klanten. Er zijn landelijk verschillende voorbeelden hoe hierop in te spelen. Winkels en bibliotheken richten bijvoorbeeld een koffiehoeke in of supermarkten die een zogenaamde klets-kassa hebben. Hoewel het ministerie van VWS nog druk doende is nadere afspraken te maken met de partijen die hebben ondertekend, gaan we in Hengelo alvast kijken of we uitvoering kunnen geven aan de intenties van de coalitie:

- Bedrijven benaderen: we gaan bij de lokale vestigingen van bedrijven die hebben ondertekend aandacht vragen voor eenzaamheid en ze uitdagen met concrete initiatieven te komen. We zullen Wijkkracht hierbij betrekken omdat zij ook voor de aanpak van dementie inmiddels een netwerk van bedrijven en instellingen heeft opgebouwd. Idee is hierbij zoveel mogelijk aan te sluiten.
- De Slinger betrekken: We gaan samenwerken met De Slinger Hengelo, de organisatie die met de inzet van het bedrijfsleven projecten en initiatieven van maatschappelijke organisaties helpt te realiseren. De bij de Slinger aangesloten bedrijven kunnen een bijdrage leveren aan het realiseren van voorzieningen/activiteiten die bijdragen aan het verkleinen van de kans op negatieve eenzaamheid. Bijvoorbeeld via de Matchmakers-aanpak als er vraag is naar het aanpassen of realiseren van een voorziening (bijvoorbeeld een kleine aanpassing of verbouwing) ten behoeve van activiteiten. De Slinger Hengelo wil in mei 2020 een bijeenkomst organiseren over het bestrijden van eenzaamheid. Samen met de bedrijven die aangesloten zijn bij "één tegen eenzaamheid" en in afstemming met de gemeente en Wijkkracht zal ingezoomd worden op wat Hengelo al doet, wat beter kan, waar verbindingen liggen en waar

we elkaar kunnen versterken. Het Slingerteam zal dit organiseren, samen met de sector sociaal van de gemeente en deskundigen vanuit Wijkkracht. Ook via de nieuwe digitale Slingemarkt (zie www.Slingemarkt.nl) kunnen matches tot stand worden gebracht die via eenmalige projecten kunnen bijdragen aan het bestrijden van eenzaamheid. Tenslotte zal in het najaar van 2020 op de Partnerbijeenkomst van de Slinger het onderwerp "wat te ondernemen tegen eenzaamheid" één van de gespreksthema's zijn.

- Ambassadeurs: via bovenstaande netwerken zoeken we contact met personen / bedrijven in Hengelo die als lokale ambassadeur willen functioneren.

Ook de samenwerking tussen de organisaties die zich met het welzijn van mensen bezighouden is voor een duurzame aanpak van eenzaamheid van groot belang. Denk daarbij aan de verschillende vrijwilligersorganisaties, advies- en cliëntenraden, bewonersorganisaties en (professionele) zorgorganisaties:

- Sociaal netwerk creëren: Wijkkracht krijgt opdracht om trekker te worden, initiatief te nemen of deel te nemen in diverse platformen en/of netwerken rond het thema eenzaamheid, zodat signalen ook gemakkelijk afgegeven en opgepakt kunnen worden. De aanpak en samenwerking en initiatieven die rond dementie zijn gemaakt, kan ook rond eenzaamheid toegepast worden. Verder denken we aan aansluiten bij het Platform vrijwilligerswerk en de Leerkring eenzaamheid en jongeren van Twentse Noabers, een coöperatie van en voor burgerinitiatieven. In lijn met pijler drie van het ministerie (betrek mensen, eenzamen en hun omgeving zelf) moet daarbij de input van de doelgroep, van ervaringsdeskundigen worden meegenomen. Belangrijk is met elkaar uit te vinden wat werkt en concreet te maken wat eenieder kan bijdragen.

3.2.3 Experimenten

Hiervoor hebben we beschreven waar we de komende tijd op in zetten om de eenzaamheid in Hengelo terug te dringen. De motie *Eenzaamheid* vraagt om concrete experimenten in 2020 en 2021 met "...bijvoorbeeld als doelgroep: voor jongeren, voor zelfstandig wonende ouderen en voor ouderen in een instelling...".

We stellen echter voor om de focus van de experimenten niet primair te richten op deze doelgroepen maar aan te sluiten op de duurzame oplossingsrichtingen (bewustwording, signaleren en netwerk creëren). En op de tips die voortkomen uit de startconferentie (gebruik kunst als methodiek en zorg voor kennis over de oudere migranten).

Ons voorstel is om in 2020 en 2021, de jaren waarvoor de gemeenteraad extra budget beschikbaar heeft gesteld voor eenzaamheid, in ieder geval de volgende 'experimenten' te starten:

Pilot 1: Huisbezoeken migranten ouderen

Uit landelijke onderzoeken blijkt dat 60 % van de volwassenen met een niet-westerse achtergrond ouder dan 19 jaar zich eenzaam voelt. Dit staat tegenover ruim 35 % van de autochtone Nederlanders (GGD gezondheidsmonitor). Uit de signalen die we lokaal opvangen o.a. tijdens de conferentie dit voorjaar, blijkt dat de situatie hier in Hengelo niet anders is. Vooral oudere migranten lijden aan sociale- en emotionele eenzaamheid. Hiervoor zijn algemene verklaringen voor eenzaamheid, zoals de sociaal economische status (SES). Maar ook een aantal cultuurspecifieke factoren, waarbij moet worden gedacht aan het taboe op praten over gevoelens van eenzaamheid, gebrekkige aansluiting bij de Nederlandse samenleving, het verschil in zorgattitudes in familieverband en de verwachtingen rond relaties. Migrant ouderen zijn zich minder bewust van lokale zorg- en welzijnsmogelijkheden en minder assertief als het gaat om hulp vragen.

Wijkkracht start in 2020 een pilot om, naast de al bestaande huisbezoeken aan ouderen (Huisbezoek 75+), huisbezoeken aan migranten ouderen te organiseren. Deze worden tot nu toe nog niet bereikt. Zij doen dit in eerste instantie voor een jaar. Doel van de huisbezoeken is:

- Ouderen bereiken door het actief tonen van belangstelling.
- Met ouderen in gesprek gaan over voor hen relevante onderwerpen die gericht zijn op het zelfredzaam blijven of worden.
- Meedenken/ adviseren over dag- en vrijetijdsbesteding, over ontmoeten of over lichte (individuele) ondersteuning (al dan niet door een vrijwilliger). Waar nodig en wenselijk verwijzen ze door naar andere organisaties.
- Signaleren van kwetsbare situaties en -indien gewenst- inschakelen van het wijkteam van Wijkkracht of verzorgen van een warme overdracht naar het team Wmo van de gemeente.

In de pilot worden de gesprekken gevoerd door vrijwilligers aan de hand van een checklist over onderwerpen die voor migranten ouderen relevant zijn. De vrijwilligers worden ondersteund door een deskundige die naast algemene beroepsvaardigheden ook beschikt over een aantal aanvullende vaardigheden zoals interculturele competenties, cultuur sensitieve competenties, talige competenties en die herkenbaarheid uitstraalt. De ouderenbezoekers hebben een belangrijke signalerende, adviserende en daardoor preventieve functie. Beoogd resultaat is in het eerste jaar minimaal 25 migranten ouderen te bereiken.

De kosten worden geraamd op €7.100,- per jaar.

Pilot 2: Extra ondersteuning jongeren 12-25 jaar

Humanitas gelooft dat ieder individu sterker is dan hij/zij denkt. Is dat even niet het geval, dan ondersteunt Humanitas diegene, met een vrijwilliger, zodat hij/zij vroeg of laat zelf weer verder kan. Humanitas Match is er voor alle jongeren tussen de 12-25 jaar die een ondersteuningsvraag hebben. Bijvoorbeeld jongeren die vragen hebben op het gebied van school, werk of vrije tijd, jongeren die een link met jeugdzorg hebben (gehad), jonge nieuwkomers, jonge ouders of dak- en thuisloze jongeren.

Vanuit Humanitas Match wordt een vrijwilliger een jaar lang gekoppeld aan een deelnemer om samen op te trekken, te sporten, creatief bezig te zijn, de deur uit te gaan, contacten te leggen, filmpje te pakken, te shoppen, elkaar te vertrouwen, vrienden te maken, praktische hulp te geven (en ontvangen) en zelfvertrouwen en een toekomst op te bouwen. Op dit moment koppelt Humanitas jaarlijks 18 Hengelose jongeren aan een vrijwilliger, dat we financieren vanuit ons reguliere budget.

Uit onderzoek blijkt dat jongeren die ondersteund zijn door Match zich positief ontwikkelen op het gebied van zelfvertrouwen, cognitieve en sociale vaardigheden. Bovendien weten jongeren beter een beroep te doen op familie, vrienden, klasgenoten en leerkrachten bij tegenspoed.

We vragen Humanitas om in 2020 door middel van Matches extra in zetten op de ondersteuning van jongeren 12-25 jaar en zich daarbij specifiek te richten op jongeren die eenzaam zijn.

Doel is de jongere te ondersteunen bij het (her)vinden van een plek in de maatschappij, het leggen van sociale contacten, het versterken van het zelfvertrouwen, het vergroten van hun netwerk en het maken van keuzes in bijvoorbeeld school, werk of vrije tijd. Het beoogd resultaat is vijf extra koppelingen/ matches maken met eenzame jongeren van 12-25 jaar.

De extra kosten komen neer op € 11.585,- voor komend jaar.

Pilot 3: Oyfo zet je aan!

Oyfo wil een plek zijn waar je wordt 'aangezet'. Aangezet om te doen, te kijken, te beleven, te maken en te leren. Aangezet om vanuit verschillende standpunten iets te bekijken, vrij te associëren, wetenschappelijk, creatief en kritisch te denken en zelf problemen op te lossen. Aangezet om jezelf uit te dagen, te ontdekken waar talenten liggen, nieuwsgierig te zijn, verbanden te leggen, te creëren en te experimenteren. Om fouten te maken, ze te verbeteren en door te zetten. Oyfo zet je aan door kunst, techniek & erfgoed als middel in te zetten. Oyfo is geen school, wel een leeromgeving. Met geluiden en geuren die anders zijn dan thuis of op school. Met kunstwerken en objecten die een verhaal vertellen. Met gereedschappen, instrumenten en materialen die thuis of op school niet altijd voorhanden zijn. Een unieke leeromgeving waardoor ze in staat zijn educatieve producten te ontwikkelen in een betekenisvolle context.

Deze visie is ook in het kader van de aanpak tegen eenzaamheid een krachtig uitgangspunt.

Inzetten van kunst, techniek & erfgoed als middel, voor alle leeftijden, voor alle doelgroepen, met als doel eenzaamheid onder jong en oud te voorkomen of tegen te gaan.

Concrete voorbeelden die ingezet kunnen worden op korte termijn:

- Bezoek buiten reguliere openingstijden van (migrant) ouderen aan het museum met kleine groepen o.b.v. speciale begeleiders van Oyfo. Op zaal worden enkele objecten uitgekozen waarbij wordt aangesloten met een tafelgesprek en een (kleine) activiteit.
- Alle kunst disciplines kenmerken zich door taal overstijgende mogelijkheden. Korte workshops waarbij ingespeeld wordt op het contact door actief bezig te zijn. Kunst als middel.
- Kunstenaar-docenten van Oyfo inzetten in de wijk: maak samen met bewoners het verhaal, het kunstwerk. Samenwerken aan een kunstwerk, samen dansen, klein theater, samen muziek maken. Samen eten na afloop.
- Jongeren laten kennismaken met programmeren en coderen met doelstelling elkaar te helpen, elkaars buddy te zijn. Het gaat om laagdrempelig aanbod dat ze ontwikkelen in samenspraak met bibliotheek.

Een keuze voor de inzet en de beoogde resultaten daarbij worden in overleg met Oyfo nader bepaald. Hiervoor stellen we in 2020 een bedrag van € 15.000,- beschikbaar.

Aan de partijen die betrokken zijn bij de experimenten stellen we de voorwaarde dat zij vooraf en aan het eind van hun inzet/ interventie de deelnemers vragen naar hun mate van eenzaamheid (en andere problemen) om te kunnen beoordelen of het experiment heeft geholpen bij het aanpakken/ oplossen daarvan.

Het resterende budget uit de Kadernota zullen we inzetten voor scholing van professionals (bij gemeente, Wijkkracht en andere welzijns- en zorgpartners), de Week van de Eenzaamheid en voor het opbouwen van een logische samenwerkingsstructuur gericht op eenzaamheid bij jongeren en ouderen.

CONCEPT

LEVENSLIJN

Illustratie: Elise van IJerson

Op je levenspad kom je veel momenten tegen die zwaar kunnen zijn en je dus ook eenzaam kunnen maken. Wat zijn die momenten? En wanneer zou je ze kunnen tegenkomen? Illustrator Elise van IJerson tekende het voor ons uit.

Naar de lagere school. Je vindt geen aansluiting bij de groep en je wordt geïsoleerd. Een klasgenootje wordt uit de groep verwijderd en jij wordt een leeuw en alleen. Jij krijgt er geen...

Je bent bang als kind en je krijgt daar niet voldoende steun of troost voor van je ouders. Je moet tenslotte maar sterk zijn.

Je gaat op zoek naar een partner, maar je bent versluisd op iemand die jou geen seksuele niet beantwoordt.

Ook als je een relatie hebt, kun je je eenzaam voelen. Je leeft langzaam heen, bijvoorbeeld door draken van een kind. Je begrijpt elkaar niet meer en het gevoel van verbinding is weg.

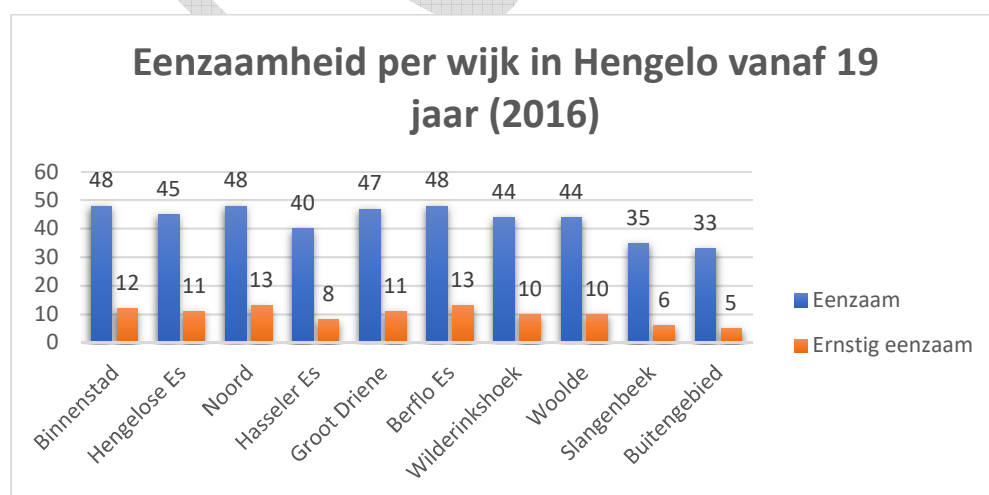
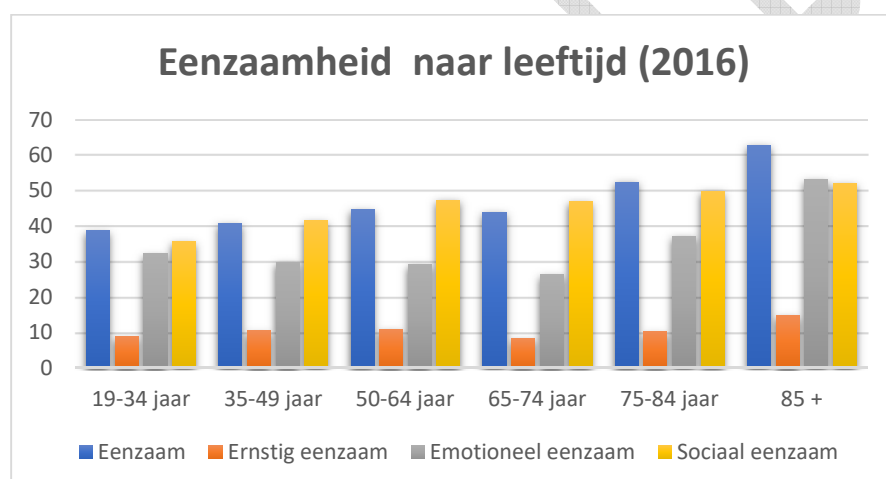
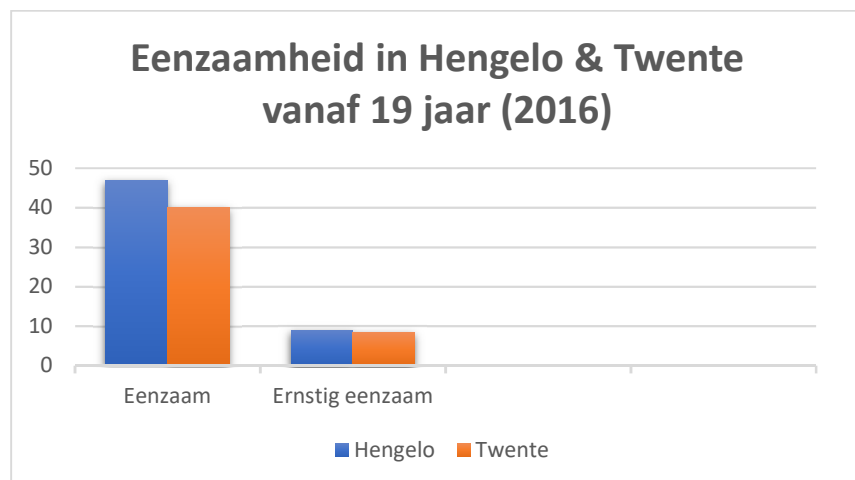
Je gaat schieden. Het is niet alleen je gevoel, of je vertrekt zelf. Je blijft ineens alleen achter.

Je oude moeder wordt ziek en je gaat voor haar zorgen. Het is niet alleen je moeder, maar ook de familie. Het contact met je vrienden.

Je wordt ouder. Om je heen vallen kinderen en weg. Je krijgt nog maar weinig kinderen en je kinderen worden ouder. Ze hebben hun eigen leven. Je hebt fysieke problemen en gevoel de energie niet meer om er zelf op uit te gaan, waardoor je niet meer sociaal neemt deel.

Indereen zit op social media. Het is niet alleen de manier van communiceren, maar ook de manier van denken. Je zit niet lekker in je vel en op Facebook zie je alleen maar foto's van bekenden die er geweldig uitzien en het samen heel leuk hebben.

Bijlage II Cijfers Hengelo



Bijlage III Uitkomsten startconferentie



Hartelijk dank voor uw komst op 11 april 2019 naar de Schouwburg Hengelo voor de Conferentie Eenzaamheid Hengelo! Fijn dat we zoveel bij dit thema betrokken deelnemers konden verwelkomen.

In de bijlagen vindt u de presentaties van wethouder Bas van Wakeren en van Willie Oldengarm, adviseur van het Ministerie van VWS 'Een tegen Eenzaamheid'. Hieronder een korte weergave van de workshops.

Vragen, tips, ideeën?

Dank ook voor de vragen, tips en ideeën met betrekking tot het signaleren en bestrijden van eenzaamheid die u na afloop van de conferentie heeft aangegeven via de post-it's. Mocht u nog meer vragen, tips en ideeën hebben, dan kunt u dat via de mail laten weten aan Jorien Kernkamp (j.kernkamp@hengelo.nl).

Evaluatie organisatie conferentie

Heeft u nog opmerkingen of feedback voor ons met betrekking tot de conferentie zelf? Dan horen wij dat graag. U kunt uw reactie ook mailen naar Jorien Kernkamp.

Vervolg proces

We zijn druk bezig met het verwerken van de opbrengsten uit de workshops. We gaan ook kijken hoe we pilots kunnen concretiseren. Na de zomer zullen we een voorstel aan de gemeenteraad doen. Wij houden u op de hoogte!

Nogmaals heel hartelijk dank voor uw komst en inbreng!



Workshop 1: Durf te vragen

(Karin van Dam, Spinnenwebteksten)

Doel van de workshop was inzicht krijgen in ons eigen beeld van eenzaamheid om van daaruit naar oplossingen of mogelijkheden te zoeken. In tweetallen gingen deelnemers aan de slag met de volgende vragen: 'Wil jij met mij een kopje koffie drinken?' of 'Wil jij mij naar het ziekenhuis brengen?' om aansluitend te bespreken wie je vraagt wanneer deze personen niet kunnen helpen.

Conclusie was dat het niet altijd makkelijk is en energie kost om hulp of gezelschap te vragen. Hulp bieden is makkelijker

dan hulp vragen. Sociale vaardigheden zijn ook belangrijk. Vervolgens kregen de deelnemers vragen over hun eigen ervaringen met eenzaamheid. Wat iemand die eenzaam is, nodig heeft, varieert: van iemand met wie je een band hebt, tot iemand die doorvraagt of iemand die afleiding biedt.

Relaties tussen mensen beginnen met omzien naar elkaar in de wijk waar je woont. Een bankje in de straat kan een begin zijn, net als elkaar groeten of een keer met iemand een kopje koffie drinken!



Workshop 2: Kunst en Cultuur en eenzaamheid (Simone Roerink, Theatercoach en Het Verteltheater)

Simone laat met haar collega's van het Verteltheater zien wat de Kracht van Kunst is. Hierbij werkt ze vanuit community-art: kunstprojecten rondom sociale vraagstukken. Dit gebeurt altijd in samenwerking met een groep bewoners uit een wijk of een specifieke doelgroep. Voor het thema eenzaamheid levert dit het volgende op: Kunst zorgt voor echte ontmoeting op een ongedwongen manier; met kunst raak je de passie van mensen; als je iets doet of maakt, laat je iets zien, dat zorgt er weer voor dat je ook gezien wordt. Ook kun je verhalen delen, die voor (h)erkenning zorgen vanuit universele thema's. De actrices spelen scènes aan de hand van ingebrachte verhalen van aanwezigen, waarmee kunst kan helpen om vragen rond een ondersteuningsvraagstuk scherper te krijgen. Wat zie je gebeuren? Wat doet dit met je? Door uit te vergroten zie je ook de humoristische kant, dat maakt het minder zwaar.

Gebruik eens wat vaker kunst als methodiek om mensen te verbinden, in beweging te krijgen, als middel om als professional te leren. Gebruik hierbij de kracht van de Hengelse (amateur)kunstenaars.

Workshop 3: Geluksgericht werken en eenzaamheid (Ruth Deddens, Buro Zeggingskracht)

Vastgesteld werd dat problemen als 'schaarste in tijd, geld en sociale contacten' stress geeft en al snel kan leiden tot eenzaamheid. Basisbehoeften voor welbevinden zijn: autonomie (je hebt zelf de regie), verbondenheid (participatie) en competenties (eigen kracht, de dingen doen die je goed kunt en wil). Deze driehoek moet in balans zijn en hulpverleners moeten zich daarvan bewust zijn. Om iemand positiever te stemmen kun je vragen stellen als: 'Waar ben je goed in?', 'wat zou je het liefste willen?', 'wat is je droom?', 'waar word je blij van?' Hierbij helpt het om te kijken naar het verleden ('waar werd je blij van?') of naar de toekomst ('hoe wil je dat mensen straks over je praten?'). Veeg problemen niet van tafel, maar parkeer ze! En laat iemand zijn leven een cijfer geven en vraag waarom het niet lager is. Dan is men verplicht na te denken over iets positiefs.

Alles wat aandacht krijgt groeit! Laat de mensen herontdekken wie ze zijn!

Workshop 4: Armoede en eenzaamheid (Carla Boerrigter, Impuls)

Carla Boerrigter had ervaringsdeskundige Cecil meegenomen naar de workshop. Aanwezigen werden gevraagd op te schrijven wat bijdraagt aan een gezond leven. Vervolgens werd Cecil gevraagd of dat op haar situatie van toepassing is. Daaruit bleek dat gezond eten met een voedselpakket lastig is, vanwege het gebrek aan groente en fruit. Humor en 'positief zijn' is lastig als je veel financiële problemen hebt. Kinderen kunnen geen verjaardagsfeestje geven, waardoor ze zelf ook niet uitgenodigd worden. Wie leeft in armoede is niet bezig met de toekomst en plannen om uit de situatie te komen, maar met het overleven per dag!

Mensen moeten het vooral zelf doen anders heeft hulpverleners ook weinig effect. Eerder signaleren van problemen, zoals bij b.v. ziekteverzuim, kan uiteindelijk helpen eenzaamheid te voorkomen.

Workshop 5: Oudere migranten en eenzaamheid (Meryam Sumer en Yasemin Bingöl, ADEM/Wijkkracht)

De workshopleiders namen de deelnemers mee in de leefwereld van de oude migranten. In Overijssel wonen 10.000 Turkse 55-plussers en 4000 Suryoye ouderen (Turkije, Syrië, Irak en Libanon) met bijna tot geen werkverleden. Ruim 90% is analfabeet! Ze wonen dicht bij elkaar en vaak dicht bij de kerk of moskee. Lagere sociaaleconomische status, slechtere gezondheid en een verminderd gevoel voor eigen regie leiden tot eenzaamheid. Twee derde van de 55-plus migranten is eenzaam. Deelnemers konden reageren op stellingen zoals: 'Oudere migranten zijn niet eenzaam, want zij hebben een groot netwerk'. Er is echter veel eenzaamheid, al herkent men dit vaak zelf niet, waardoor somatische klachten kunnen ontstaan. De Suryoye en Turkse ouderen kennen zelfs geen term voor het begrip eenzaamheid! Eenzaamheid begint vaak met het overlijden van de partner. Problemen met partners b.v. worden niet besproken. Er is veel schaamtecultuur. Het is niet meer vanzelfsprekend dat kinderen voor hun ouders zorgen.

Zorg voor meer kennis over de oudere migranten en de problematiek waarmee ze worstelen!

Workshop 6: Eenzaam Hoe bedoel je? (Joke Brinkman - WOH/Wijkkracht en Ine Smits, vrijwilliger ouderenbezoek)

De deelnemers kregen eerst informatie over wat Welzijn Ouderen Hengelo (onderdeel van Wijkkracht) organiseert met betrekking tot ouderen en eenzaamheid. WOH stuurt alle 75-plussers iedere 5 jaar een uitnodiging voor een gesprek met een vrijwilliger over hoe ouderen hun leven ervaren. Met behulp van een checklist, met voor ouderen relevante thema's, wordt het gesprek gevoerd. Eenzaamheid komt dan ook ter sprake. Deze gesprekken hebben een belangrijke signalerende functie. Daarnaast zijn er o.a. beweeggroepen, 1 op 1 gespreksmaatjes en ervaringsdeskundigen die weduwen/weduwnaars bezoeken na het verlies van hun partner. Alle 70-plussers krijgen elke 2 jaar de Informatiewijzer waarin diverse mogelijkheden staan om activiteiten te ondernemen. Daarna ging men aan de hand van stellingen in gesprek over eenzaamheid. Hieruit bleek dat het om hulp te kunnen bieden, belangrijk is te weten om welke vorm van eenzaamheid het gaat. Om een gesprek hierover aan te gaan heeft de professional ruimte en tijd nodig (aandachtstijd). Verder kwam naar voren dat inwoners soms schromen om contact te zoeken met een mogelijk eenzame buurtbewoner, omdat men bang is voor de consequenties. Professionals en inwoners moeten weten welke initiatieven en ondersteuningsmogelijkheden er zijn.

Iedereen ervaart in zijn leven weleens eenzaamheid. Eenzaamheid is een probleem als het je ongelukkig maakt en het je belemmert in je functioneren.