

ÉÉN TEGEN EENZAAMHEID RIJSEN-HOLTEN

NOTA EN ACTIEPLAN



Inhoud

1. Inleiding	3
2. Eenzaamheid bij iedereen	4
2.1. Jongeren	4
2.2. Ouderen.....	5
3. Eenzaamheid in Rijssen-Holten	6
3.1. Voorbeelden acties/activiteiten gericht op eenzaamheid bij jongeren.....	6
3.2. Voorbeelden acties/activiteiten gericht op eenzaamheid bij ouderen	6
4. Nota, actieplan en kick-off : één tegen eenzaamheid in Rijssen-Holten.....	7
5. Speerpunten: wat gaan we doen?	8
5.1. Bewustwording.....	8
5.2. Signaleren	8
5.3. Meldpunt en doorverwijzen	8
6. Actieplan: hoe gaan we het doen?	9
6.1. Bewustwording.....	9
6.2. Signaleren	10
6.3. Meldpunt en doorverwijzen	11
7. Coalitie “één tegen eenzaamheid in Rijssen-Holten”	13
7.1. Samen tegen eenzaamheid	13

1. Inleiding

Het landelijke beleid is erop gericht dat iedereen zo lang mogelijk in de eigen omgeving mee kan doen aan de samenleving. Dat beleid is onderdeel van de gewenste en noodzakelijke hervorming van het sociaal domein, waarin kwaliteit en houdbaarheid van de zorg hand in hand gaan met het vergroten van de betrokkenheid van de samenleving. Ook de gemeente Rijssen-Holten streeft naar een samenleving waarin alle inwoners, naar vermogen, mee kunnen doen. We gaan daarbij uit van de eigen kracht en de burgerkracht in de samenleving en streven naar participatie. De aanwezigheid van eenzaamheid in de samenleving past hier niet bij en vormt een bedreiging voor deze samenleving. Eenzaamheid heeft een negatief effect op de gezondheid van mensen, het individuele en collectieve gevoel van welzijn en het overheidsstreven om een samenleving te realiseren waarin iedereen naar vermogen mee kan doen.

- *Algemeen:* Er zijn veel mensen in Nederland (meer dan een miljoen) die zich eenzaam voelen, jong én oud. Daarom is eenzaamheid een groot maatschappelijk en relevant probleem en treft het veel Nederlanders direct in hun welzijn. Uit onderzoek is gebleken dat er een stijgend percentage is van matig, sterk en chronisch eenzamen.
- *Omschrijving:* Eenzaamheid is het niet verbonden voelen met de wereld en met andere mensen om je heen. Iedereen voelt zich wel eens eenzaam of verlaten, het is een gevoel van leegte, verdriet en soms van angst. Het is een persoonlijke beleving. Iemand met weinig contacten hoeft niet per se eenzaam te zijn, terwijl iemand met veel mensen om zich heen, zich toch eenzaam kan voelen. Je bent pas eenzaam als je het gemis aan relaties of contacten als negatief ervaart. Het is iets wat je alleen zelf ervaart. Anderen kunnen moeilijk van buitenaf zien of je je eenzaam voelt.
- *Oorzaken:* Er zijn veel oorzaken van eenzaamheid. Sociale relaties kunnen verloren gaan door veranderingen in de persoonlijke omstandigheden zoals overlijden van een dierbare, ziekte, echtscheiding, verlies van werk en inkomen en verhuizingen. De oorzaak kan ook gelegen zijn in het verminderen van de rol en betekenis van traditionele sociale verbanden zoals kerk- en buurtgemeenschappen. Daarnaast kunnen persoonlijke eigenschappen leiden tot gevoelens van eenzaamheid. Zoals een gering gevoel van eigenwaarde, verlegenheid, angst door afwijzing of intimiteit en onzekerheid over uiterlijk. Een geheel andere oorzaak van eenzaamheid ligt in onrealistisch hoge verwachtingen van sociale relaties.
- *Gevolgen:* De gevolgen van eenzaamheid kunnen groot zijn. Eenzaamheid brengt gezondheidsrisico's met zich mee, kan leiden tot minder meedoen in de samenleving en verhoogt de kans op vroegtijdig overlijden. Mensen die zich erg eenzaam voelen, zijn minder gelukkig en hebben vaker een negatief mens- en/of zelfbeeld dan mensen die geen last van eenzaamheid hebben.
- *Risicogroepen:* Iedereen kan zich in zijn leven een periode eenzaam voelen, in licht of in sterke mate. Maar er zijn factoren die de kans op eenzaamheid vergroten. Sociale relaties kunnen verloren gaan door veranderingen in de persoonlijke omstandigheden (overlijden, echtscheiding, verlies van werk en inkomen) en/of maatschappelijke veranderingen (woonomgeving, individualisering en negatieve beeldvorming van bepaalde groepen). Risicogroepen zijn chronisch zieken, mensen met een beperking, alleenstaanden, zwaarbelaste mantelzorgers, ouderen (75+) en ook zeker jongeren.
- *Herkennen:* Vrijwel niemand die zich eenzaam voelt, komt hier openlijk voor uit. Op eenzaamheid rust een taboe. Er zijn signalen die kunnen wijzen op eenzaamheid. Lichamelijke signalen zijn verslechterde zelfzorg en vermoeidheid. Psychische signalen zijn een negatief zelfbeeld, boosheid en overmatig gebruik van verslavende middelen. Sociale signalen zijn weinig sociale contacten, claimgedrag en/of mensen op afstand houden. Omgevingssignalen kunnen ook duiden op eenzaamheid, zoals een verwaarloosde woning.
- *Tegengaan:* Eenzaamheid tegengaan is maatwerk. Eenzaamheid verschilt van mens tot mens en dat geldt ook voor de oplossingen. Belangrijk is eenzaamheid zoveel mogelijk te voorkomen. Dat kunnen mensen zelf doen door te zorgen dat hun sociaal netwerk tegen een stootje kan, maar ook met een goed sociaal netwerk kunnen mensen zich eenzaam voelen als gevolg van een groot gemis of onvervangbaar verlies. Maatschappelijke organisaties bieden een verscheidenheid aan activiteiten tegen eenzaamheid aan.

2. Eenzaamheid bij iedereen

2.1. Jongeren

Bij eenzaamheid wordt al snel gedacht aan ouderen die zich eenzaam voelen. Maar ook onder jongeren is dat een serieus probleem. Eenzaamheid onder jongeren is een onderschat probleem. De sociale omgeving van jongeren lijkt zich steeds meer af te spelen in een online omgeving. Connecties op bijvoorbeeld Facebook worden gezien als echte vrienden. Valt zo'n connectie weg (denk hierbij bijvoorbeeld ook aan Whatsapp, wanneer iemand uit een groep gezet wordt), dan voelt de jongere dit ook daadwerkelijk als een afwijzing, zoals die ook gevoeld wordt wanneer iemand aan probeert te sluiten bij een groep in de fysieke wereld, maar niet geaccepteerd wordt. Eenzaamheid onder jongeren kan tot problemen op het gebied van mentale en fysieke gezondheid leiden. In het kader van een preventieve aanpak is het daarom goed ook op dit vlak te investeren in jongeren. Als ze handvatten krijgen om met eenzaamheid om te gaan, dan nemen ze die kennis ook op latere leeftijd mee. Aan de andere kant is het ook goed dat we ons realiseren dat eenzaamheid een beetje bij de pubertijd hoort. In deze fase zijn leeftijdgenoten belangrijk, net als erbij horen. Dan liggen gevoelens van eenzaamheid ook eerder op de loer. Uit onderzoek¹ blijkt dat tussen de 3 en 10% van jongeren chronisch eenzaam zijn. Deze groep heeft vaak een onderliggend kernprobleem, zoals moeite met sociale vaardigheden of de neiging om de wereld door een zwarte bril te zien. Zij hebben hierbij professionele hulp nodig. Het trainen van sociale vaardigheden kan voor een deel van deze jongeren helpen, maar ook andere vormen van hulpverlening kunnen aan de orde zijn. Behalve de reguliere hulpverleningsinstellingen, kan ook peer-to-peer education² via sociale media of het internet zeer helpend zijn. Een voorbeeld hiervan is bijvoorbeeld het "Jong-in" concept, met lokale websites die gevuld worden met gecontroleerde content, maar ook met een deel waar jongeren vragen kunnen stellen, die (gecontroleerd) beantwoord worden door andere jongeren. De band die jongeren met hun ouders hebben, is hierbij ook erg belangrijk. Ouders moeten zich bewust zijn van het belang van een goede band met hun kind. Dit vormt de basis van een gelukkige jeugd en een positiever zelfbeeld. Tot slot is het belangrijk aandacht te besteden aan kwetsbare groepen, zoals jongeren met laagopgeleide ouders, jongeren met LVB (licht verstandelijke beperking), een allochtone afkomst en jongeren uit eenoudergezinnen of uit een gezin met gescheiden ouders.

"Jongeren" is een breed begrip, er worden veel verschillende leeftijdsfasen in samen gepakt, van het oudere basisschoolkind tot de twintiger en alles wat daar tussenin zit. Verschillende leeftijdsfasen vragen ook om verschillende benaderingswijzen en aanpakken van eventuele problematiek, waaronder eenzaamheid..



¹ Socioloog Gerine Lodder is postdoc-onderzoeker aan de Rijksuniversiteit Groningen en doet onderzoek naar de sociale gezondheid van kinderen en jongeren, waaronder eenzaamheid bij jongeren.

² **Peers:** Jongeren die eigenschappen met elkaar delen (leeftijd, geslacht, etniciteit, cultuur, subcultuur of woonplaats en taalgebruik), ervaringen met elkaar delen (middelengebruik, levensstijl, en scholing), en/of lid zijn van dezelfde groep (McDonald et al., 2003). **Peer-tot peer:** 'Een specifieke methodiek waarbij peers -al dan niet bewust- betrokken zijn bij de begeleiding van jongeren bij het volwassen worden in de samenleving in het domein van de vrije tijd (eventueel in samenwerking met gezin, school, en/of werk)

2.2. Ouderen

Eenzaamheid is, vooral onder ouderen, een probleem dat in toenemende mate lijkt voor te komen. Maar het is moeilijk om dit goed in kaart te brengen en de daarbij passende oplossingen te bedenken. Dat zoveel ouderen eenzaam zijn, heeft verschillende oorzaken. Als mensen ouder worden, krijgen ze steeds meer te maken met verlies:

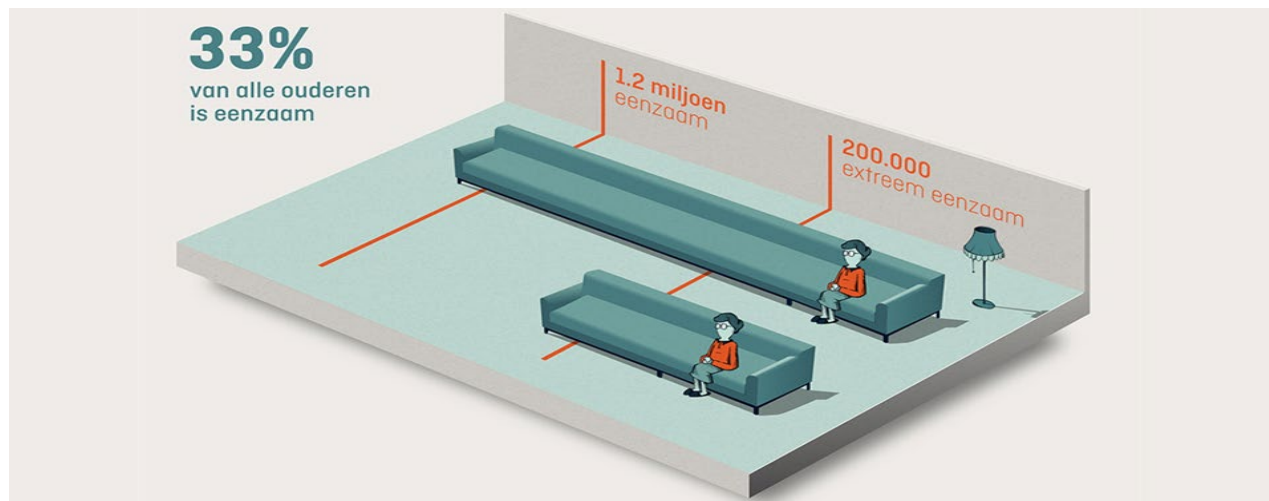
- Het wegvallen van de partner, waar iemand soms zijn hele leven mee samen is geweest. Het kwijtraken van het netwerk van vrienden, familie en kennissen, waardoor iemand bij steeds minder mensen terecht kan.
- Het verlies van mobiliteit (bijvoorbeeld hun rijbewijs), waardoor iemand steeds minder gemakkelijk bij andere mensen langs kan gaan en minder eenvoudig op eigen houtje activiteiten kan ondernemen.
- En het verlies van de gezondheid: zo gaat het gehoor achteruit, gaat bewegen steeds minder makkelijk, wordt het zicht en het geheugen steeds een beetje slechter. Al deze verlieservaringen zijn grote en kleine tegenslagen. Ze zijn moeilijk om mee om te gaan of te accepteren

Daarbij komt ook dat kinderen niet altijd in de buurt wonen of zelfs ver weg in het (buiten)land.

Actuele ontwikkelingen vergroten het risico dat mensen met eenzaamheid te maken krijgen:

- dubbele vergrijzing (steeds meer ouderen die gemiddeld steeds ouder worden),
- afbouw van de verzorgingsstaat (iedereen moet zelfredzaam zijn en zo lang mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen) en
- hoge eisen aan de kwaliteit van leven (intensief streven naar een gelukkig bestaan met goede sociale relaties)

Daarnaast is er steeds meer bekend over de negatieve gevolgen van eenzaamheid voor zowel individu als samenleving. Daardoor neemt het gevoel van urgentie om eenzaamheid aan te pakken bij samenleving en overheid toe. Eenzaamheid en sociaal isolement bij ouderen heeft ook gevolgen voor de gezondheidszorg. Eenzame en sociaal geïsoleerde ouderen hebben een grotere kans op lichamelijke en psychische klachten, waardoor zij eerder en frequenter gebruik zullen maken van de zorg. Dit brengt veel kosten met zich mee. Door de toename van ouderen in de gezondheidszorg dreigt de gezondheidszorg duurder te worden en door de vergrijzing zal dit probleem in de toekomst alleen maar groter worden.



3. Eenzaamheid in Rijssen-Holten

Iedereen maakt deel uit van een sociaal netwerk. De buurt, de burens, de school, het gezin, het werk, vrienden, club of vereniging, dit alles beïnvloedt vele aspecten van ons dagelijks leven. De sociale omgeving kan zowel een positief als een negatief effect hebben op de gezondheid. Goede contacten in de buurt bieden een basis voor sociale steun en hulp als dat nodig is. Een klein sociaal netwerk geeft risico's op het vlak van eenzaamheid.

In de gezondheidsmonitor gemeente Rijssen-Holten van 2016 blijkt dat een derde (32%) van de inwoners in meer of mindere mate eenzaam is. Dit zijn naar onze mening verontrustende cijfers en we voelen daarom de noodzaak om met betrokken (maatschappelijke) partners in de gemeente Rijssen-Holten de trend van stijgende eenzaamheid te keren. Eenzaamheid is dus een actueel en urgent probleem. Het is tegelijkertijd een complex vraagstuk dat individuele oplossingen vraagt. Daarvoor is samenwerking tussen verschillende mensen en organisaties op lokaal niveau noodzakelijk.

In Rijssen-Holten bestaan reeds verschillende initiatieven, vanuit de lokale overheid, non-profit en profit-instellingen, gericht op eenzaamheid bij zowel jongeren als ouderen, zonder een gezamenlijke visie en/of samenhang over het geheel. Daardoor ontstaat het gevaar dat er veel op zichzelf staande dingen worden georganiseerd. Naar aanleiding van deze constatering zijn uiteenlopende, relevante partners/stakeholders uitgenodigd om tot een gezamenlijke visie en integrale uitwerking te komen met betrekking tot het vormen van één blok tegen eenzaamheid in onze gemeente. Met deze integrale aanpak wordt een efficiëntere en effectievere uitwerking van het thema beoogd inclusief structurele inbedding. Er zijn veel andere beleidsterreinen die raken aan de eenzaamheid, zoals mantelzorg, vrijwilligerswerk, dementievriendelijke gemeente en langer zelfstandig thuis wonen. Deze beleidsterreinen worden of moeten met elkaar in verbindingen worden gebracht. Bijvoorbeeld bij 'langer zelfstandig thuis wonen' is eenzaamheid een aandachtspunt.

3.1. Voorbeelden acties/activiteiten gericht op eenzaamheid bij jongeren

Er zijn legio voorbeelden te bedenken, voor iedere leeftijdsfase. Onderstaand een aantal voorbeelden:

- Meer inzetten op een vroege, preventieve insteek in het basisonderwijs:
 - o Trainingen Sociale Vaardigheden, Weerbaarheid, Rots & Water (groepsgericht)
 - o Training Omgaan met Sociale Media
 - o Workshops aan ouders (leren kaders stellen, kinderen weerbaar opvoeden, etc.)
- Skillzone; bij Pand 11 wordt hierin sport ingezet om mensen te verbinden (uit alle lagen van de bevolking, met alle voorkomende doelgroepen).
- Inzetten op een website voor peer-to-peer educatie, met betrouwbare en gevalideerde content.

3.2. Voorbeelden acties/activiteiten gericht op eenzaamheid bij ouderen

- De jaarlijkse GEBAKJESACTIE die ViaVie Welzijn samen met een aantal partners in de Week van de Ontmoeting/Eenzaamheid organiseert
- Het idee van ViaVie om in deze week een 'breder' programma te gaan aanbieden om het thema Eenzaamheid goed onder de aandacht te brengen (27 sept. t/m 6 okt.)
- Rijssen-Holten Doet, samenwerking kerk, politiek en welzijnswerk
- Rabobank Rijssen-Enter: seniorenbezoek voor eenzame ouderen
- Structureel Seniorenbezoek waarover we met diverse partijen in gesprek zijn in het wijkgericht werken
- Notitie van de ASD waar aandacht voor eenzaamheid wordt gevraagd
- ViaVie Welzijn: voorliggende structurele groepsactiviteiten, bijv: de buurthuiskamers, koersbalgroepen, gezamenlijke eetactiviteiten (lunches, diners), creatieve doe-middagen, ouderensoos etc.
- ViaVie Welzijn: 'incidentele' voorliggende groepsactiviteiten: midzomerrondritten, boerderij-verlichtingstocht, bustocht naar de bollen, zomervakantie-activiteiten voor senioren, valentijnsmiddag, themabezoeken aan Rijssens Museum etc.
- ViaVie Welzijn: aantal individuele diensten als: de telefooncirkel, boodschappendienst, vervoersdienst, tuinonderhoud, hulp bij belastingformulier en administratieve ondersteuning.

4. Nota, actieplan en kick-off : één tegen eenzaamheid in Rijssen-Holten

Eenzaamheid is een probleem dat de gemeente niet alleen kan oplossen. Het is nu zaak dat we lokaal de krachten goed gaan bundelen door een brede coalitie 'één tegen eenzaamheid' te vormen met als motto "niemand in Rijssen-Holten hoeft éenzaam te zijn".

- Op 7 juni 2018 is met een aantal partijen/partners (ViaVie Welzijn, Rabobank, Diaconaal Netwerk, Huisartsen en de ASD) de intentie uitgesproken om een coalitie '**één tegen eenzaamheid**' te vormen. Het doel hiervan is gezamenlijk met lokale partners de trend van eenzaamheid doorbreken.
- Op dinsdagochtend 10 juli 2018 heeft een bijeenkomst 'actieplan één tegen eenzaamheid' plaatsgevonden. Om dit thema integraal aan te kunnen pakken is het van belang dat zoveel mogelijk partijen/partners meedenken en werken aan het opstellen en uitvoeren van een actieplan. Tijdens deze bijeenkomst zijn, aan de hand van een startnotitie, met alle lokale partners (ViaVie Welzijn, Zorginstellingen, Diaconaal Netwerk, ASD, VraagRaak, Evenmens, Christelijke mantelzorg, Rabobank, Pand 11, Bibliotheek en de woningbouwcorporaties) gebrainstormd over een aantal speerpunten die verder uitgediept en omgevormd zijn tot concrete actiepunten voor het actieplan één tegen eenzaamheid.

Nota en actieplan "één tegen eenzaamheid Rijssen-Holten"

Dit document gaat op zoek naar aanknopingspunten voor een duurzame aanpak van eenzaamheid en wordt voorgelegd aan het college. Na goedkeuring van het college wordt een gezamenlijke aftrap bijeenkomst (kick-off) georganiseerd. Het document 'Eén tegen eenzaamheid Rijssen-Holten' vormt een handreiking om eenzaamheid in onze gemeente op een integrale wijze aan te pakken en vormt een overkoepelend kader voor bestaande initiatieven om eenzaamheid aan te pakken. Waar het ervaren van eenzaamheid een probleem vormt, voor deze inwoners of voor de samenleving als geheel, is het ons streven om het welzijn van onze inwoners te vergroten en onze inwoners de kans tot participatie te bieden. Daarbij beseffen we dat gevoelens van eenzaamheid bij het leven horen en niet te voorkomen of uit te bannen zijn. Iedereen is weleens eenzaam. Ook is iedereen vrij in de keuze om iets te doen met de eigen gevoelens van eenzaamheid. Het is onze rol om voorwaarden te scheppen om kansen op (risicovolle) eenzaamheid te verkleinen en aan onze inwoners handvatten te bieden om eenzaamheid aan te pakken. Ook is het onze rol om inzichten rond eenzaamheid te vergaren, zeker waar deze inzichten nog ontbreken, en om te zetten in eenduidig beleid en de resultaten van ons beleid te monitoren en waar nodig bij te sturen. Het uiteindelijke doel is een afname van het ervaren van eenzaamheid door inwoners van Rijssen-Holten. Zo streven we naar een samenleving waarin alle inwoners, naar vermogen, mee kunnen doen/participeren.

Kick-off

De officiële aftrap van onze lokale coalitie 'één tegen eenzaamheid' wordt georganiseerd in de week van de eenzaamheid en dat is in de week van 27 september tot en met 6 oktober 2018.

**week tegen
eenzaamheid**
27 september - 6 oktober 2018
een initiatief van Coalitie Erbij

5. Speerpunten: wat gaan we doen?

Op basis van de genoemde gesprekken/bijeenkomsten met zorgorganisaties, welzijnsinstelling, jeugd- en jongerenwerk, Rabobank, diaconaal netwerk, adviesraad sociaal domein (ASD), woningbouwcorporaties, VraagRaak en de huisartsen Rijssen (manager), zijn de volgende drie speerpunten geformuleerd.

5.1. Bewustwording

Bewustwording begint door eenzaamheid uit de taboesfeer te halen en bespreekbaar te maken, zodat mensen met gevoelens van eenzaamheid eerder hulp gaan zoeken. Daarom wordt een landelijke publiekscampagne gestart. De grote eenzaamheid kunnen we namelijk alleen doorbreken als we daar gezamenlijk verantwoordelijkheid voor nemen: overheid, burger, familie, de omgeving en betrokken instanties samen.

5.2. Signaleren

Mensen trekken niet vanzelf aan de bel bij gemeenten om te melden dat ze eenzaam zijn. Signalering vraagt om een actieve aanpak. Zelf de drempel over gaan dus. Wel kunnen wij de mogelijkheden van digitale signaleringsnetwerken benutten. Zo kan een bankrekening die dat nooit gebruikt wordt, een indicator zijn van eenzaamheid. Ook het niet openen van de post, het niet betalen van rekeningen, of het niet gebruiken van water of elektriciteit zijn signalen die bij bedrijven en instellingen binnenkomen en kunnen wijzen op vereenzaming. We willen realiseren dat we deze signalen serieus nemen en melden.

5.3. Meldpunt en doorverwijzen

Signalen van vereenzaming serieus nemen en melden is belangrijk. Maar daarna is het essentieel dat er ook wat met deze signalen gebeurt, zodat mensen met gevoelens van eenzaamheid gepast kunnen worden doorverwezen. Behoeftte aan een vertrouwelijk gesprek, laat niet makkelijk op zich wachten. In het holst van de nacht of op een feestdag kan de eenzaamheid soms extra ingrijpend zijn. Nederland kent een bij de wet vastgelegde voorziening, namelijk het luisterend oor. Een hulplijn die 24 uur per dag open staat dankzij duizenden vrijwilligers die bereid zijn om op elk uur van de dag en nacht te luisteren en een goed gesprek te voeren. Deze landelijke hulplijn wordt gefinancierd en daarbij wordt gestimuleerd dat een goede verbinding met de lokale sociale kaart gelegd kan worden zodat er na het goede gesprek ook nog opvolging mogelijk is als daar behoefte aan is.

Ook de Zilverlijn is een speciale belservice voor ouderen. Als men zich aanmeldt wordt men regelmatig gebeld door professionele vrijwilligers. Zij bieden een luisterend oor, een gezellig praatje of een goed gesprek. Precies waar men behoefte aan heeft.

Gelukkig zijn er veel maatschappelijke organisaties, bedrijven, vrijwilligers, kappers, buschauffeurs, huisartsen, wijkverpleegkundigen bereid signalen van eenzaamheid te melden. Maar waar kunnen al deze partijen terecht met de signalen? Het actieplan van de minister gaat gemeenten ondersteuning bieden om een 'meldpunt eenzaamheid' in te richten waar mensen terecht kunnen met vermoedens van eenzaamheid.



6. Actieplan: hoe gaan we het doen?

De geformuleerde speerpunten zijn vervolgens uitwerkt in concrete actiepunten die gezamenlijk worden opgepakt.

Actiepunten Jongeren:

De actiepunten voor jongeren worden specifiek uitgewerkt/opgepakt vanuit het uitvoeringsprogramma "Samen beter" door de werkgroepen "jeugdparticipatie" en "bevorderen psychosociale weerbaarheid bij kinderen en jongeren". Deze acties worden daarmee onderdeel van het preventieve jeugdbeleid. Waar mogelijk en/of nodig wordt aangesloten bij de acties gericht op ouderen.

De concrete acties binnen de bovengenoemde drie speerpunten zijn hieronder voor ouderen nader uitgewerkt.

6.1. Bewustwording

- *Bewustwordingscampagne:*
VWS wil eenzaamheid uit de taboesfeer halen en bespreekbaar maken, zodat mensen met gevoelens van eenzaamheid eerder hulp gaan zoeken. Daarom wordt een landelijke publiekscampagne gestart. 'De grote eenzaamheid onder ouderen kunnen we namelijk alleen doorbreken als we daar gezamenlijk verantwoordelijkheid voor nemen: ouderen, hun familie, de omgeving en betrokken instanties samen'. Allereerst zoeken we aansluiting bij de landelijke bewustwordingscampagne en daarnaast zullen wij ook de lokale kanalen inzetten zoals: de website van zowel de gemeente als de lokale (coalitie) partners, huis-aan-huis bladen en de lokale radio-omroep (radio 350).
- *Centraal/lokaal aftrapmoment:*
De officiële aftrap van onze lokale coalitie 'één tegen eenzaamheid' wordt georganiseerd in de week van de eenzaamheid en dat is in de week van 27 september tot en met 6 oktober 2018.
- *Ervaringsdeskundigen en/of sleutelfiguren inzetten*
Om een oudere te helpen is het belangrijk om vertrouwen op te bouwen. Hiervoor is het belangrijk op zoek te gaan naar een sleutelfiguur, die de opening kan zijn in contact met de oudere zelf. Tijdens de campagne uitvraag doen om in contact te komen met mensen (jong en oud) die zich eenzaam voelen of hebben gevoeld en erover willen vertellen wat dit met hen doet, hoe ze ermee omgaan en hoe zij er eventueel wat aan doen of hebben gedaan of juist niks aan (kunnen) doen.
- *Inzet cultuur:*
Kunst en cultuur kunnen veel bijdragen aan het bestrijden van eenzaamheid. Activiteiten met groepen kunnen goed werken, omdat mensen dan nieuwe contacten leggen en zich weer een onderdeel van de maatschappij voelen. Vooral creatieve activiteiten met een educatief karakter, zoals het gezamenlijk leren schilderen, werken goed. Door met een groep iets leuks te doen wordt het sociale netwerk verbeterd en wordt de eigenwaarde vergroot.
- *Inzet "sport als middel":*
Vanuit het thema "eenzaamheid" kan sport als middel prima worden ingezet. In dit kader is dagelijks bewegen, bewustwording van een gezonde voeding en een goed sociaal netwerk van groot belang. Het stelt de eenzame in staat langer actief te blijven en mee te doen in de samenleving.

6.2. Signaleren

- *Toolkit, scholing en deskundigheidsbevordering (professionals en vrijwilligers):*
hoe om te gaan met eenzaamheid? Een wekelijks bezoekje van een vrijwilliger is meestal niet de oplossing voor eenzaamheid. Het doorbreken van ernstige en emotionele eenzaamheid vraagt om een intensieve aanpak op maat, goede diagnostiek, een positieve benadering en het werken naar een duurzaam resultaat. Daar zijn goede professionals of getrainde vrijwilligers voor nodig. VWS ontwikkelt een trainingsaanbod voor onder andere wijkverpleegkundigen, zodat zij nog beter weten hoe zij op een kwalitatief goede manier aan de slag kunnen gaan met ernstige vormen van eenzaamheid. Daarnaast is de richtlijn 'eenzaamheid' voor wijkverpleegkundigen al in ontwikkeling en dit jaar gereed.
- *Jaarlijks huisbezoek bij iedere 75-plussers:*
mensen trekken niet vanzelf aan de bel bij gemeenten om te melden dat ze eenzaam zijn. Signalering vraagt om een actieve aanpak. Zelf de drempel over gaan dus. We willen dat 75-plussers bezoek aan huis krijgen en dat de tijd wordt genomen om uit te leggen welke ondersteuning en activiteiten beschikbaar zijn voor als ze daar behoeften aan hebben. Zo hebben we op tijd in beeld wanneer mensen eenzaam zijn of eenzamer lijken te worden en wordt het laagdrempeliger voor mensen om zich bij een activiteit te melden.
- *Voorliggende voorzieningen:*
We stappen over van een tijdperk van verzorging door de overheid naar een tijdperk gekenmerkt door eigen regie en eigen verantwoordelijkheid van de burger. We moeten werken aan een samenleving die niet van bovenaf wordt aangestuurd, maar waar samenwerking tussen de gemeente, maatschappelijke instellingen en inwoners vanzelfsprekend is. Kenmerkend hiervoor is dat er veel activiteiten in het zogenaamde voorveld plaatsvinden. In het kader van deze 'preventie' wordt van de burger verwacht dat deze actief meedoet in de samenleving. Dit heeft een collectief aspect, namelijk: de leefbaarheid in de omgeving van de burger wordt versterkt, en een algemeen aspect, namelijk: de burger blijft 'in de running' en vitaal.
Daarom willen we de vitaliteit van zo veel mogelijk burgers bevorderen:
 - Een vitale burger staat volop in het leven en heeft daarmee veel te bieden aan de samenleving. Bij betrokkenheid van vitale burgers wordt niet alleen gedoeld op het doen van vrijwilligerswerk, maar ook op het betrokken zijn bij elkaar en vanuit die betrokkenheid iets voor elkaar willen betekenen, zonder dat dit altijd het predicaat van vrijwilligerswerk hoeft te krijgen. Daarnaast is een vitale burger geestelijk en lichamelijk gezond en doet daarom nauwelijks of geen beroep op ondersteuning, waardoor dit een besparing oplevert die kan worden ingezet voor andere zaken.
 - Een vitale burger is een burger die betrokken is bij zijn woon-, leef- en/of werkomgeving en deze betrokkenheid tot uitdrukking brengt door vrijwillig actief te zijn in sociale structuren, waardoor hij/zij zich 'goed in zijn vel' voelt. Vitale burgers doen het op eigen kracht, wat de cirkel weer rondmaakt. Echter, het bewustwordingsproces van burgers over hun vitaliteit is een proces dat tijd nodig heeft. Vanuit het verleden is de burger immers 'verzorgd' door de overheid.

Verder is de gemeente Rijssen-Holten op dit moment bezig met een onderzoek naar de voorliggende voorzieningen en de eventuele witte vlekken hierin. Vervolgens komt hier een advies over aan het college waarin geïnvesteerd moet worden.

6.3. Meldpunt en doorverwijzen

- *Centraal meldpunt: brede backoffice / één toegang / Sociaal Plein en VraagRaak*
Binnen de gemeente Rijssen-Holten hebben we op dit moment als toegang te maken met het Sociaal Plein (gemeentelijke loketten) en VraagRaak (onafhankelijke cliëntondersteuning). De toegang via twee loketten blijft voor een zekere overlap en onduidelijkheid zorgen, zeker ook richting inwoners. Op dit moment zijn we binnen de gemeente bezig om visiedocument te ontwikkelen met het thema: 'toewerken naar een integrale toegang die aansluit bij de transformatie doelen'. Om te voorkomen dat binnen de gemeente tal van meldpunten worden opgericht, kan de centrale toegang wellicht ook wat betekenen/fungeren als 'meldpunt eenzaamheid'. Dit zal verder onderzocht en meegenomen moeten worden.
- *Sociale kaart:*
Op dit moment zijn we vanuit het uitvoeringsprogramma 'Samen Beter', bezig met een onderzoek naar de wenselijkheid van een sociale kaart in de gemeente Rijssen-Holten. Willen we komen tot een goede samenwerking met alle zorg- en dienstverlenende organisaties, is het hebben van een sociale kaart een must, immers als men elkaar niet weet te vinden, kan er ook geen samenwerking mogelijk zijn. Verder is een goed, actuele sociale kaart onmisbaar voor de inwoners van onze gemeente. Met behulp hiervan wordt de zelfredzaamheid sterk verbeterd en belangrijk is ook dat mensen, doordat ze beter de weg weten te vinden, eerder hulp zullen gaan zoeken (op de juiste plek), waardoor er ook een preventieve werking is.



7. Coalitie “één tegen eenzaamheid in Rijssen-Holten”

7.1. Samen tegen eenzaamheid

Samen bundelen de coalitieleden hun krachten om mensen die zich eenzaam voelen of dreigen te vereenzamen te steunen. Om de samenleving bewust te maken van de betekenis van eenzaamheid en van het belang eenzaamheid zo veel mogelijk te beperken. Omdat ieder mens telt bij wie eenzaamheid wordt voorkomen of wordt verminderd!

Gemeente Rijssen-Holten

Rabobank Rijssen-Enter

Huisartsen Rijssen

ViaVie Welzijn

Diaconaal Netwerk

Pand 11 (jeugd- en jongerenwerk)

Evenmens

Christelijke Mantelzorghulp

De Goede Woning

Viverion

ASD (adviesraad sociaal domein)

Bibliotheek Rijssen-Holten

Carint Reggeland

Zorgaccent

Thuisgenoten

Carinova

VraagRaak Rijssen-Holten

Postadres

gemeente Rijssen-Holten

Postbus 244

7460 AE Rijssen

T (0548) 854 854

E gemeente@rijssen-holten.nl

W www.rijssen-holten.nl

www.twitter.com/gmrijssenholtent

www.facebook.com/gmrijssenholtent

www.instagram.com/gmrijssenholtent

Bezoekadres

Schild 1

7461 DD Rijssen

Augustus 2018