



RIDDERKERK



Plan van Aanpak eenzaamheid

Ridderkerk

1. Inleiding

Het signaleren, voorkomen en tegengaan van eenzaamheid is een van de prioriteiten van het college van Burgemeester en Wethouders van Ridderkerk.

Door verschillende maatschappelijke ontwikkelingen, zoals individualisering, extramuralisering en digitalisering neemt het aantal mensen dat zich eenzaam voelt toe (bron: collegeprogramma). Deze landelijke tendens is ook in de gemeente Ridderkerk te zien; daar waar in 2012 al een aanzienlijke groep (39,4%) zich in hoge mate eenzaam voelde, is dit percentage in 2016 gestegen naar 41,7% (landelijk gemiddelde percentage ligt iets hoger met 42,9%) (bron: waarstaatjegemeente.nl). Dit aantal neemt naar alle waarschijnlijkheid de komende jaren alleen maar verder toe en vormt een groot maatschappelijk probleem in onze samenleving.

Eenzaamheid kent vele vormen, komt onder alle leeftijdsgroepen en binnen alle sociale klassen voor. Het wordt door verscheidende factoren veroorzaakt en moet via uiteenlopende invalshoeken worden aangepakt. Voor het signaleren, voorkomen en bestrijden van eenzaamheid is dan ook een brede en gedifferentieerde aanpak nodig. In veel gemeenten in ons land zijn of worden lokale coalities tegen eenzaamheid gevormd, al dan niet ondersteund door het ministerie van VWS. Ook in de gemeente Ridderkerk gaan we een coalitie vormen om dit 'veelkoppige' probleem te lijf te gaan. Samen met onze partners en met benutting van ervaringen die elders in het land zijn opgedaan met succesvolle aanpakken, streven wij er naar vanaf 2020 te kunnen bepalen hoe de aanpak van eenzaamheid concreet vorm kan krijgen. Naar verwachting zal dit leiden tot velerlei ideeën voor verschillende doelgroepen en verscheidene vormen van eenzaamheid. Het is dan ook zaak dat wij samen met de coalitiepartners waarmee wij op dit terrein samenwerken gaan prioriteren en faseren.

De bestrijding van eenzaamheid start natuurlijk niet met dit plan van aanpak. Veel initiatieven van verschillende partijen, evenals aanbod van activiteiten hebben direct of indirect ook als doel om eenzaamheid te bestrijden. Zo heeft het Interkerkelijk Diaconaal Beraad eerder nog een themabijeenkomst georganiseerd over dit onderwerp, zijn al verschillende projecten in uitvoering die ook dit doel dienen, zoals maatjesprojecten en organiseert bijvoorbeeld Facet activiteiten in de Week tegen eenzaamheid etc. In het stappenplan wordt op de inventarisatie van hetgeen reeds in Ridderkerk gebeurt, teruggekomen. Bij de vorming van de lokale coalitie tegen eenzaamheid krijgen wij ondersteuning van een adviseur EEN tegen EENZAAMHEID van het Ministerie van VWS.

Met het onderliggende Plan van Aanpak eenzaamheid Ridderkerk wil de gemeente een bijdrage leveren aan het bespreekbaar maken, voorkomen en terugdringen van eenzaamheid bij inwoners van Ridderkerk. Het voorliggend Plan van Aanpak eenzaamheid Ridderkerk, met daaraan gekoppeld stappenplan aanpak eenzaamheid Ridderkerk is een dynamisch document en kan vanuit de werkgroep aanpak eenzaamheid Ridderkerk vanwege pragmatische redenen in samenspraak met de gemeente op onderdelen worden bijgesteld, waaronder de fasering in tijd.

2. Start van de lokale aanpak eenzaamheid Ridderkerk met de vijf pijlers

Met de onderstaande pijlers richten lokale partijen een duurzame aanpak in waarin iedereen verantwoordelijkheid neemt (Bron Ministerie van VWS, aangaan coalitie tegen eenzaamheid).

1. Bestuurlijk commitment

De aanpak van eenzaamheid valt of staat met politiek-bestuurlijk draagvlak hetgeen goed geregeld is in het collegeprogramma.

2. Creëer een sterk netwerk

Eenzaamheid aanpakken kan alleen in netwerkverband. Kijk dus naar welke partijen er al zijn, maar maak ook nieuwe en slimme verbindingen om samen verder te komen.

Betrek daarbij ook zeker het bedrijfsleven en de lokale ondernemer. De regie ligt vooralsnog bij de gemeente. Het netwerk in de vorm van een nog op te richten werkgroep aanpak eenzaamheid Ridderkerk is in ontwikkeling. Zie ook bijgaand stappenplan aanpak eenzaamheid Ridderkerk.

3. Betrek mensen, eenzamen zelf

Er is niet één type eenzame of één type eenzaamheid. Om goed aan te sluiten bij de doelgroep, moet je mensen die eenzaam zijn betrekken. En ook de omgeving, zoals de familie en buurtbewoners. Zorg dat je mensen bereikt door achter de voordeur te komen. Haal mensen vervolgens over de drempel. Voor meer info t.a.v. het type van eenzaamheid verwijzen wij naar de gezondheidsatlas van de GGD Rotterdam-Rijnmond, zie verderop onder paragraaf 5.

4. Werk aan een duurzame aanpak

Kijk naar wat echt werkt om eenzaamheid te doorbreken en kies voor een duurzame aanpak. Maak onderscheid tussen verschillende soorten eenzaamheid en baseer je aanpak op feiten. En maak afspraken wie waar verantwoordelijk voor is. Hierbij is het ook van belang om een onderscheid te maken tussen eenzaamheid jongeren en ouderen.

5. Monitoring en evaluatie

Eenzaamheid aanpakken is blijven leren in de praktijk. Monitoring en evaluatie dwingen je om samen te blijven leren en de aanpak verder te brengen. Doe dit op een vergelijkbare manier, zodat data gebundeld kunnen worden.

3. Vormen van eenzaamheid en risicogroepen eenzaamheid

Er zijn veel oorzaken van eenzaamheid. Sociale relaties die verloren gaan door gebeurtenissen, zoals overlijden van een dierbare, ziekte, echtscheiding, verlies van werk en inkomen en verhuizingen. Maar ook persoonlijke eigenschappen spelen een rol, zoals een gering gevoel van eigenwaarde, verlegenheid, angst voor afwijzing of intimiteit en onzekerheid over uiterlijk. Bij eenzaamheid is er sprake van een groter risico op suicide, hartproblemen of andere chronische aandoeningen, depressie, dementie of ongezond gedrag, bijvoorbeeld het gebruik van verslavende middelen.

Vormen van eenzaamheid

Er bestaan verschillende soorten eenzaamheid. Het belangrijkste onderscheid dat wordt gemaakt, is tussen sociale eenzaamheid en emotionele eenzaamheid. Daarbij gaat het respectievelijk om het aantal contacten en de kwaliteit van de contacten. Soms voelt iemand beide, dan wordt ook wel gesproken over gecombineerde eenzaamheid.

Sociale eenzaamheid

Hierbij gaat het vooral om het ontbreken van contacten met mensen waarmee iemand bepaalde gemeenschappelijke kenmerken deelt, zoals vrienden, kennissen of collega's.

Emotionele eenzaamheid

Dit treedt op als iemand een hechte, intieme band mist met één andere persoon, meestal de levenspartner.

Andere typen eenzaamheid

In de praktijk komen wij ook andere begrippen van eenzaamheid tegen. Bijvoorbeeld existentiële eenzaamheid, als een gevoel van zinloosheid.

Denk ook aan sociaal isolement; dit is geen gevoel, maar het feitelijk ontbreken van betekenisvolle, ondersteunende relaties. Ook contactarm is een begrip dat soms voorkomt. Daarbij gaat het om mensen die weinig contacten hebben (vaak maar een of twee), maar zich desondanks niet eenzaam voelen omdat de aanwezige contacten toereikend zijn en voldoen aan de behoeften. Wel is daarmee hun sociaal netwerk kwetsbaar.

Verschillende aanpak

Het onderscheid in verschillende soorten eenzaamheid is niet alleen theoretisch. Het zorgt ook voor een verschillende aanpak, waarbij een onderscheid gemaakt kan worden in risicogroepen.

Risicogroepen eenzaamheid vanaf 19 jaar en ouder

De risicogroepen omtrent eenzaamheid worden door het Rijksinstituut Volksgezondheid en Milieu (RIVM) als volgt benoemd: (1) 75 jaar en ouder, (2) eenpersoonshuishoudens, (3) niet westers allochtonen, (4) moeite met rondkomen (langdurige armoede is een betere definiëring), (5) hoog risico op angst of depressie, (6) onvoldoende regie op eigen leven, (7) mensen met een beperking, (8) mensen met een niet goed ervaren gezondheid.

Daarnaast zijn er nog andere risicogroepen waarbij te denken valt aan o.a. chronisch zieken, –overbelaste-mantelzorgers en laaggeletterden, kwetsbare jongeren, met de aantekening dat deze mensen vaak in bovengenoemde 8 categorieën vallen. Bovengenoemde opsomming is niet limitatief, en vanuit de werkgroep aanpak eenzaamheid Ridderkerk kunnen nog aanvullende risicogroepen aangedragen worden.

Risicogroepen eenzaamheid onder jongeren in de leeftijd van 12-16 jaar.

Uit de beleidsadviesnota Centrum voor Jeugd en Gezin Rijnmond gedurende het schooljaar 2017/2018 komen de volgende risicogroepen in de regiogemeenten naar voren: (1) meisjes, (2), vmbo leerlingen, (3), niet oorspronkelijk gezin (zoals een eenoudergezin), (4) autochtone jongeren en (5) jonge mantelzorgers.

Eenzame jongeren hebben vaker automatische negatieve of foutieve opvattingen over zichzelf en anderen en kunnen overgevoelig zijn voor sociale afwijzingen. Daarnaast heeft eenzaamheid onder jongeren ook sociale gevolgen, zoals lagere schoolprestaties, schooluitval en een grotere kans op werkloosheid.

4. Vertaalslag doelstellingen

Samen aan zet tegen eenzaamheid

Met zoveel mogelijk partijen uit de samenleving werken wij samen bij het tegengaan van eenzaamheid. Dit zijn organisaties die hulp en ondersteuning bieden, dienstverleners zoals winkeliers, pompbedienden en postbezorgers, maar ook inwoners. We strijden samen tegen eenzaamheid.

Benadering vanuit kracht

We behandelen mensen die zich eenzaam voelen niet als slachtoffer, maar vanuit kracht. We laten mensen merken dat zij ertoe doen in de samenleving.

Vooraf gewoon doen

We gaan aan de slag met wat er al is: kennis, bestaande netwerken, structuren en projecten. We durven, proberen uit en leren. We maken ruimte voor nieuwe ideeën.

Aandacht voor preventie

Informatie, activiteiten en projecten maken we beter zichtbaar. Vooral inwoners met een groot risico op eenzaamheid stimuleren we om mee te doen, zich aan te sluiten bij anderen en hun netwerk te vergroten. De gemeente Ridderkerk werkt aan een dynamische sociale kaart waarop het aanbod van organisaties en activiteiten duidelijk zichtbaar is voor professionals en inwoners.

Direct aan de slag

We gaan direct aan de slag met ideeën die er al zijn. We zetten alles in om eenzamen de hand te reiken.

Inbedding eenzaamheid in gemeentelijk beleid

Inbedding van beleid in zijn algemeenheid binnen het sociaal domein (Wet maatschappelijke ondersteuning), en specifiek binnen gezondheidsbeleid (Wet publieke gezondheid), en armoedebeleid.

5. Stappenplan samenwerking

Voor de tijdsfasering verwijzen wij naar het bijgaand stappenplan aanpak eenzaamheid Ridderkerk.

Stap 1: Initiatief nemen

Wat: het initiatief nemen betekent het onderwerp agenderen.

Wie: de gemeente neemt het initiatief samen met de lokale partners, en vormt een coalitie tegen de eenzaamheid.

Waarom: het signaleren, voorkomen en tegengaan van eenzaamheid is een van de prioriteiten van de nog op te richten werkgroep aanpak eenzaamheid Ridderkerk (coalitie tegen eenzaamheid).

Stap 2: Feiten en cijfers verzamelen

Een volgende stap is inzicht te krijgen in feiten en cijfers over eenzaamheid binnen de gemeente Ridderkerk. Een belangrijke bron hierbij is de GGD Rotterdam-Rijnmond, waarbij te denken valt aan de Feitenkaart eenzaamheid regio Rotterdam-Rijnmond, Gezondheid in kaart 2018, Kernboodschappen Ridderkerk, gezondheidsmonitor Kinderen Ridderkerk 2018 en Hoe gezond is Ridderkerk 2016. Voor meer specifieke informatie over eenzaamheid verwijzen wij naar de link gezondheidsatlas Rotterdam-Rijnmond:

https://gezondheidsatlasrotterdamrijnmond.nl//jive?workspace_guid=37ecd649-d2e4-49ef-8e68-138034e95ddb

Op <https://www.rivm.nl/media/eenzaamheid/eenzaamheid.html?gemeente=Ridderkerk> kun je per buurt selecteren voor (de verschillende soorten) eenzaamheid voor 19 jaar en ouder en 75plussers. Door te klikken op de buurten in de kaart krijg je de cijfers en karakteristieken (bv % alleenstaanden, % moeite met rondkomen, etc.) per buurt in de tabel te zien.

Stap 3: beginnen met organiseren

Om samen met andere mensen en organisaties eenzaamheid aan te pakken is het noodzakelijk om deze samenwerking te gaan organiseren.

Stap 4: Plan maken door werkgroep aanpak eenzaamheid Ridderkerk

Met de nog op te richten werkgroep aanpak eenzaamheid Ridderkerk opstellen van een plan om eenzaamheid in de gemeente Ridderkerk aan te pakken (uitvoering onderliggende Plan van Aanpak eenzaamheid Ridderkerk).

Stap 5: Plan uitvoeren

Op het moment dat er vanuit de nog op te richten werkgroep aanpak eenzaamheid een plan komt, dient dit –binnen de bestaande middelen- uitgevoerd te worden. Geen woorden maar daden! De werkgroep bewaakt hoe de uitvoering vordert, wat er goed gaat, wat er minder goed gaat. De ervaring leert dat de samenwerking in en uitvoering van stappen 4 en 5 minstens twee jaar duren om eenzaamheid goed aan te kunnen pakken.

Stap 6: Zorgen voor permanente aandacht

Het is belangrijk vanuit de samenwerking geleidelijk te werken aan permanente aandacht voor het onderwerp eenzaamheid in de gemeente Ridderkerk.

Het is van belang hiertoe een intentieverklaring lokale coalitie tegen eenzaamheid op te stellen, tezamen met de partners vanuit de werkgroep.

6. Rol werkgroep aanpak eenzaamheid Ridderkerk nader belicht

6.1 Hoe pakken we het aan/stappenplan

De werkgroep aanpak eenzaamheid Ridderkerk bestaande uit kernpartners, zoals geformuleerd in bijgaand stappenplan aanpak eenzaamheid Ridderkerk, komt periodiek bij elkaar, en geeft uitvoering aan het onderliggende Plan van Aanpak eenzaamheid Ridderkerk. Hiertoe levert de werkgroep bouwstenen voor het nog op te stellen beleidsplan eenzaamheid Ridderkerk. We werken samen aan diverse initiatieven rondom het bestrijden van eenzaamheid. We hanteren de volgende uitgangspunten: niet problematiseren, samenwerking staat centraal, niet zelf het wiel uitvinden, aanhaken bij bestaande structuren en vooral gewoon doen. We gaan direct aan de slag en ontwikkelen tegelijkertijd een structuur voor een permanente aanpak. Voorts is het van belang op welke wijze, gezien het taboe op eenzaamheid, we de verborgen doelgroep in beeld krijgen en hoe we deze doelgroep kunnen verbinden met de verschillende partners. Ook is het van belang de bestaande initiatieven te verbinden en te versterken.

6.2 Inventariseren bestaande situatie aanpak en preventie eenzaamheid

Het is belangrijk om te beginnen met een gezamenlijke inventarisatie van wat de verschillende kernpartners nu al doen als het gaat om de aanpak en preventie van eenzaamheid.

Daarnaast inzichtelijk maken welke organisaties, naast de kernpartners, ook actief zijn met de aanpak van eenzaamheid door bijvoorbeeld het aanbieden van culturele activiteiten (bewegen en kunstparticipatie).

6.3 Maak keuzes en stel prioriteiten (benoemen oplossingslijnen en concrete voorstellen)

Nadat de bestaande situatie inzichtelijk is gemaakt, kan de werkgroep inhoudelijke en organisatorische keuzes maken en prioriteiten stellen. Het is belangrijk een focus te kiezen door het maken van keuzes:

- Op welke doelgroep, bijvoorbeeld één of meer risicogroepen?
- Op eenzamen, hun netwerk, burgers/burgerinitiatieven, vrijwilligers en/of professionals?
- Op welk geografisch gebied?
- Op preventie of op tegengaan van eenzaamheid?
- Iedere doelgroep/type eenzaamheid vergt een andere aanpak.

Zie <https://www.movisie.nl/sites/movisie.nl/files/2019-06/Onderbelichte-aspecten-eezaamheid-essays.pdf>

Daarnaast is het van belang aandacht te hebben voor:

- Prioriteiten en haalbaarheid: maak keuzes wat (nu) wel en niet doen en sta stil bij de haalbaarheid van de plannen. Zijn ze niet alleen ambitieus, maar ook realistisch?

- Bemensing: wie doet wat?
 - Planning: wat doet wie en wanneer?
 - Financiën: welke financiële middelen zijn nodig, beschikbaar en/of kunnen geworven worden? Denk hierbij aan gemeentelijke subsidie of fondsenwerving via crowdfunding, lokale, regionale of landelijke fondsen of sponsoring door bedrijven in geld of natura.
 - De organisatie kan ingeregeld worden in de onderliggende werkgroep. Het is van belang hierbij goede werkafspraken te maken.
 - Het is van belang de voortgang en resultaten te monitoren.
- *Voorbeeld brainstormsessie en mogelijke oplossingsrichtingen*
 - Meldpunt eenzaamheid jongeren (zie <https://www.join-us.nu/meldpunt-eenzaame-jongeren/>)
 - Lokaal signaalpunt eenzaamheid en isolement (zie <https://www.eentegeneenzaamheid.nl/toolkit/lokaal-meldpunt-signalering-van-eenzaamheid-en-isolement/>)
 - Is er een pilot Samen eten, v.w.b. organiseren van een eettafel voor buurtbewoners?
 - Volgen inwoners en professionals trainingen om beter om te gaan met eenzaamheid, t.a.v. signaleren en aanpakken ervan?
 - Het organiseren van een laagdrempelig punt waar iedereen met zijn vraag, signaal of suggestie rond eenzaamheid terecht kan, -zie voorgaande punten-?
 - Projecten ouderen en voorkomen eenzaamheid?
 - Projecten om mantelzorgers te ontlasten?

7. Samenwerking

Naast de bovengenoemde processtappen (het hoe) en inventariseren wat er al wordt gedaan, de eenzamen in beeld brengen, etc., zijn er zes samenhangende onderdelen voor de samenwerking:

1. *Zorgen voor bewustwording en agendering bij mensen en organisaties*
Bv. PR-campagne; gesprekstafels, regelmatig stukjes in krant/media/via eigen kanalen gemeente en organisaties, etc.
2. *Zorgen dat eenzame mensen herkend en gevonden worden*
Signaleren, signaalpunt eenzaamheid, gebruik signaleringskaart
Hoe verloopt het signaleringsproces, wie (kunnen) signaleren allemaal, hoe bespreekbaar maken, welke afspraken zijn gemaakt over opvolging van signalen?
3. *Zorgen voor ondersteuning en activering van eenzame mensen*
Zie kwaliteitskompas Movisie. <https://www.movisie.nl/publicatie/kwaliteitskompas-praktijk>
4. *Zorgen voor voldoende kwaliteit en deskundigheid van alle betrokkenen*
Signalen van eenzaamheid kunnen herkennen en bespreekbaar maken, Cursussen/training vrijwilligers en professionals.
5. *Zorgen voor goede samenwerking tussen alle partijen*
Coalitie/netwerk/platform, gedeeld eigenaarschap, intentieverklaring
6. *Zorgen voor makkelijk en snel kunnen vinden van informatie over eenzaamheid en mogelijke interventies*
Waar is informatie te vinden? Bij/voor verwijzers/intermediairs, informatie voor doelgroep zelf.

Bron: Adviseur/partner EEN tegen EENZAAMHEID/Ministerie van VWS