

Eenzame senioren in Dronten

*Als ze hulp zoeken...
Voorstel voor een integrale aanpak*

Wergroep Eenzaamheid
*op initiatief van SBA De Bijenkorf en
Netwerk Burgers in de Knel*

*Dronten
September 2018*

Voorwoord (Hier een eerste opzet om mijn eigen gedachten te organiseren)

Eenzaamheid bij senioren is een van de 6 speerpunten van het Seniorennetwerk 65 jaar en ouder Dronten "De Bijenkorf". Speerpunten die voorjaar 2018 zo zijn gekozen dat ze gezamenlijk tot geïntegreerd seniorenbeleid kunnen leiden. Tot die tijd ontbeerde de gemeente een seniorenagenda.

Het Netwerk Burgers in de Knel installeerde op initiatief van en onder leiding van de Voedselbank voorjaar 2018 een Taskforce Voedselverdeling. Aanleiding was het besef enerzijds dat er veel potentiële klanten niet worden bereikt, anderzijds het gegeven dat de beschikbare hoeveelheid uit te geven voedsel fors steeg. Doel was meer klanten bereiken. Een belangrijke groep bleek de groep senioren te zijn. Er zijn nauwelijks senioren klant van de Voedselbank. Besloten werd te onderzoeken of en hoeveel potentiële klanten zijn onder de senioren, waar zij zijn, wat zij ontberen en wat zou moeten worden aangeboden en door wie.

Meerdere liaisons uit de twee burgerinitiatieven leidde vervolgens in juni 2018 tot het voorstel in beide netwerken gezamenlijk verder te gaan in de werkgroep Eenzaamheid bij Ouderen.

Conform de werkwijze van de Bijenkorf stelt een werkgroep een Voorstel voor een Plan van Aanpak op en brengt dit vervolgens in overleg met de gemeente, uitvoerders en maatschappelijk actieve organisaties. Doel is met het resultaat van dit overleg de lege pagina's in het College Akkoord voor dit onderwerp te vullen.

Voor u ligt thans het Voorstel voor een Plan van Aanpak. Opgesteld door een zeer gemotiveerde werkgroep met wisselende leden, op diverse momenten op hun specifieke kennis ingezet. Veel materie voor de nota was al voorhanden. Bijgevoerd door de Bijenkorf. Verder zijn er rapportages als de Volwassen- en Senioren enquête van de GGD en de notitie Feiten en cijfers 2017 van de gemeente Dronten.

Bij de motivatie voor het speerpunt werden ook al acties door de Bijenkorf voorgesteld. Deze bleken later een grote overlap te hebben met het programma Aanpak Eenzaamheid van de landelijke overheid 2018. Dat mikt op het bereiken van lokale coalities en haar ondersteuning daarvan. De werkgroep heeft daarom aansluiting gezocht met de plannen van het ministerie.

Uiteraard is er ook afstemming gezocht met de gemeente op ambtelijk en bestuurlijk niveau nu de deur openstaat voor burgerinitiatieven. De gemeente subsidieert welzijnsinstellingen. In het traject liepen we aan tegen het feit dat deze organisaties de transities naar meer inzet van burgerinitiatieven nog eigen moeten maken. Gemeente, welzijnsinstellingen en wijzelf hebben dat traject doorlopen en zijn er trots op dat we het resultaat hier kunnen neerleggen.

We zijn er trots op dat beide netwerken gezamenlijk een Voorstel kunnen doen. In het vervolgoverleg geven we graag het stokje over om gezamenlijk met gemeente, maatschappelijke organisaties en andere uitvoerende organisaties het voorstel te bewerken tot een serieus breed gedragen plan en uitvoeringsvoorstel.

Voorzitter "De Bijenkorf"

Secretaris "De Bijenkorf"

Voorzitter Netwerk Burgers in de Knel

Wim Lanphen

Frans Wesselink

Jan de Graaf

INHOUDSOPGAVE

1. *Inleiding, Doel en werkwijze*
2. *Definitie eenzaamheid en toelichting*
3. *Omvang van het verschijnsel*
4. *Onderverdeling naar soort*
5. *Beleid*
 - *Landelijk*
 - *Lokaal*
 - *Gemeentelijk*
 - *Organisaties*
 - *Bijenkorf*
-
6. *Gewenste aanpak en werkwijze naar soort in de gemeente en randvoorwaarden*
7. *Bestaand bereik, aanbod en werkwijze in de gemeente*
8. *Afstemming van vraag en aanbod in afstemming met de randvoorwaarden*
9. *Conclusies en aanbevelingen*
 - Wat loopt goed*
 - Wat moet gebeuren*
 - Wie doet dat en wie betaalt dat*

1. *Inleiding*

In literatuur over het onderwerp worden vele data genoemd. Vanwege uiteenlopende definities over de uitgangsleeftijden heeft Seniorennetwerk Dronten “De Bijenkorf” als definitie voor senior de leeftijd 65 en ouder gekozen. De ingrediënten voor deze nota zijn verzameld door enerzijds literatuurstudie. De werkgroep heeft besloten de bronnen in een bijlage te noemen en niet steeds te vermelden in de tekst zelf. Grootste bronnen zijn landelijk www.volksgezondheid.info en regionaal/ lokaal **de monitor Volksgezondheid van GGD Flevoland** en **Feiten en cijfers 2018** van de website van de gemeente.

Anderzijds zijn een aantal gesprekken gevoerd met leden van het netwerk Burgers in de Knel welke met senioren werken en met leden vanuit KBO en PCOB, participierend in het Seniorennetwerk “De Bijenkorf”.

De werkgroep heeft allereerst een indeling ontworpen voor deze nota. Daarna zijn per hoofdstuk relevante data verzameld en zo nodig naar kern bewerkt. In verband met privacyaspecten zijn we niet op lagere aggregatieniveaus zoals wijk gaan zitten.

2. *Definitie eenzaamheid en toelichting*

2.1 *Algemeen.*

Eenzaamheid is een lange of korte periode waarin iemand ongewenst een intieme relatie mist of nauwelijks tot geen sociale contacten heeft. Dit is iets anders dan alleen zijn. Eenzaamheid heeft een negatieve invloed op gezondheid en participatie.

Verhoogd risico op depressie en angststoornissen

Eenzaamheid is een sluimerend proces en verergert als de cirkel niet doorbroken wordt. Iemand die zich eenzaam voelt, beweegt minder, eet ongezonder en rookt en drinkt meer. Het zelfrespect en gevoel van eigenwaarde neemt af door gebrek aan sociale steun en positieve bevestiging. Depressieve klachten en angststoornissen komen vaker voor bij eenzame mensen. Eenzaamheid is op alle fronten ongezond en leidt indirect – en in ernstige gevallen direct – tot zelfdoding.

Twee vormen van eenzaamheid

Er zijn twee soorten eenzaamheid: emotioneel en sociaal. Iemand ervaart emotionele eenzaamheid bij het ontbreken van een speciale intieme relatie, bijvoorbeeld een partner of hartsvriend(in). Iemand zonder ondersteunend netwerk of sociale contacten valt onder sociale eenzaamheid. Een gevarieerd netwerk van relaties biedt bescherming tegen eenzaamheid.

Overige soorten eenzaamheid

De laatste jaren wordt ook veel gesproken over existentiële eenzaamheid. Bij existentiële eenzaamheid gaat het meer over zingeving dan over je sociale contacten. Het wordt omschreven als een verloren en zwervend gevoel, geen eigen plek of rol in het leven kennen, een gevoel van zinloosheid.

Het is nog niet goed onderzocht hoe emotionele en sociale eenzaamheid en existentiële eenzaamheid zich tot elkaar verhouden.

Sociaal isolement

We spreken van sociaal isolement wanneer iemand weinig of geen contacten heeft. Sociaal isolement is niet hetzelfde als eenzaamheid. Het kan wel samenvallen.

'Big life events' trigger voor eenzaamheid

Eenzaamheid kan ontstaan door een specifieke of plotselinge gebeurtenis, gecombineerd met een aantal persoonlijkheidskenmerken. Het overlijden van een levenspartner, een verhuizing of het krijgen van een kind kunnen oorzaken zijn. Ook levensopvattingen, geaardheid en geestelijke en lichamelijk beperkingen kunnen leiden tot eenzaamheid. Mantelzorgers zijn ook een risicogroep, doordat zij vanwege hun zorgtaak minder tijd hebben om hun sociaal netwerk te onderhouden.

Aandacht voor persoonlijkheidsvorming

Bepaalde persoonlijkheidskenmerken spelen een rol bij gevoelens van eenzaamheid. Te denken valt aan een gebrek aan gevoel van eigenwaarde of zelfvertrouwen, een bepaalde angst of bijvoorbeeld een neiging naar perfectionisme. De persoonlijkheid wordt gevormd onder invloed van de opvoeding en omgeving, wat mogelijk ingang biedt voor (verdere) preventie.

Leeftijd

In het algemeen neemt het percentage ((zeer) ernstig) eenzamen toe met het ouder worden. Dit geldt specifiek voor sociale eenzaamheid. Het percentage mensen dat zich emotioneel eenzaam voelt, neemt pas toe vanaf 75 jaar. Na de leeftijd van ongeveer 75 jaar is de kans op eenzaamheid groter bij een opeenstapeling van verschillende gebeurtenissen zoals het overlijden van de partner en van andere leeftijdsgenoten en het verlies van mobiliteit en zelfstandigheid door afnemend fysiek, cognitief en sensorisch functioneren. Van de 85-plussers voelt bijna twee derde (63%) zich eenzaam. Onder 85-plussers zijn relatief veel vrouwen eenzaam. Een verklaring daarvoor is dat oudere vrouwen vaker alleenstaand zijn dan oudere mannen.

2.2 Flevoland en Dronten

Vrouwen vaker eenzaam

Met name inwoners van Flevoland in de leeftijd van 80-plus voelen zich eenzaam. Daarnaast kan gesteld worden dat meer vrouwen dan mannen eenzaamheid ervaren.

Minder ernstige eenzaamheid bij Drontense senioren

Ruim een kwart van de Dronter volwassenen is wel eens eenzaam. Bij de senioren speelt dit bij 40%. Acht procent van de Drontense volwassenen voelt zich ernstig eenzaam en drie procent voelt zich zeer ernstig eenzaam. Bij de senioren voelt vier procent zich ernstig eenzaam en twee procent voelt zich zeer ernstig eenzaam. (Zeer) ernstige eenzaamheid ligt bij de Drontense senioren onder het Flevolands en landelijk gemiddelde.

Eenzaamheid maakt dat mensen minder zelfredzaam worden en vaker of meer zorg nodig hebben. Daarbij heeft eenzaamheid een negatieve invloed op de leefstijl en kan het depressies en hart- en vaatziekten veroorzaken.

Meer sociale eenzaamheid dan emotionele eenzaamheid

Ruim een derde van de Dronter volwassenen is sociaal eenzaam. Dit ligt onder het Flevolands en Nederlands gemiddelde. Bij de Drontense senioren is dit bijna de helft, namelijk 47%. Dit is gelijk aan het gemiddelde in Flevoland.

Sociale eenzaamheid komt vaker voor dan emotionele eenzaamheid.

Bij sociale eenzaamheid ontbreekt er een ondersteunend netwerk van vrienden, familie, kennissen en burens. Meer vrouwen dan mannen ervaren emotionele eenzaamheid. Bij emotionele eenzaamheid gaat het om het ontbreken van een speciale intieme relatie/band, bijvoorbeeld het ontbreken van een partner of hartsvriendin.

Mentale gezondheid volwassenen en senioren

De mentale gezondheid onder de volwassenen en senioren in Dronten is net iets beter dan gemiddeld in Flevoland. Toch loopt een derde deel van de Drontenaren een verhoogd risico op depressie en 5% zelfs een hoog risico op een depressie of angststoornis. Zeven procent is ernstig eenzaam en 2% is zeer ernstig eenzaam. Eenzaamheid en depressie werken negatief op gezondheid en participatie.

3. Omvang van het verschijnsel.

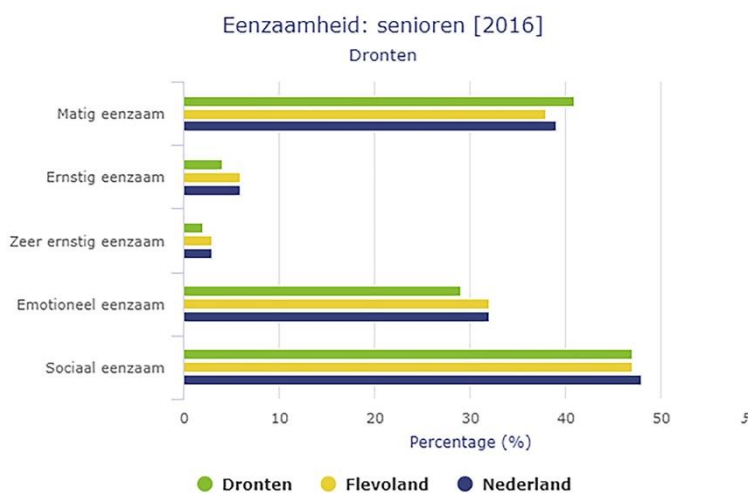
3.1 Wanneer we gaan kijken naar de omvang van het verschijnsel is het belangrijk eerst de kenmerken en veroorzakende factoren te benoemen. De werkgroep heeft er een aantal benoemd, ze worden in dit hoofdstuk voor zover mogelijk van data voorzien.

De bron voor het aantal 65 plussers in 2017 in de gemeente is "Feiten en cijfers", een gemeentelijke publicatie. Hieruit zijn de volgende cijfers verkregen:

Aantal inwoners 65+

	Biddinghuizen		Dronten		Swifterbant		gemeente	
	65 - 69	320	65 - 69	1.469	65 - 69	365	65 - 69	2.154
	70 - 74	316	70 - 74	1.323	70 - 74	300	70 - 74	1.939
	75 - 79	229	75 - 79	845	75 - 79	198	75 - 79	1.272
	80 - 84	153	80 - 84	628	80 - 84	141	80 - 84	922
	85 - 89	76	85 - 89	409	85 - 89	64	85 - 89	549
	90 - 94	18	90 - 94	154	90 - 94	25	90 - 94	197
	> 94	4	> 94	36	> 94	4	> 94	44
Totaal	1116		4864		1097		7077	
Verdeling naar kern	16%		67%		15,5%			

In het vorige hoofdstuk zijn de omvang van de emotionele en sociale eenzaamheid al geduid. De GGD presenteerde in haar onderzoek bij senioren 2016 de volgende grafiek:



Aannemend dat deze verdeling in een jaar nauwelijks wijzigt betekent dit voor Dronten dat het aantal per kern als volgt is verdeeld:

	Biddinghuizen	Dronten	Swifterbant	Gemeente
N=	1116	4864	1097	7077

Matig eenzaam 41%	455	1992	446	2883
Ernstig eenzaam 4%	44	195	43	282
Zeer ernstig eenzaam 2%	22	97	21	140
Subtotaal	521	2288	510	3305
Emotioneel eenzaam 29%	145	663	145	957
Sociaal eenzaam 47%	244	1075	239	1558

Er is meer sociale eenzaamheid dan emotionele eenzaamheid. Maar combinaties zijn natuurlijk mogelijk. De landelijke en regionale literatuur zegt daar weinig over.

Sociale uitsluiting

Onder sociale uitsluiting bij senioren 65+ benoemt de GGD 4 factoren:

³¹ Onvoldoende sociale participatie: Onvoldoende deelname aan formele en informele sociale netwerken, inclusief vrijetijdsbesteding; onvoldoende sociale ondersteuning, sociaal isolement en onvoldoende sociale betrokkenheid.

³² Materiële deprivatie: Tekort aan middelen voor elementaire levensbehoeften en materiële goederen, leefstijldeprivatie, problematische schulden; betalingsachterstanden; geen mogelijkheden om geld te lenen.

³³ Onvoldoende toegang tot sociale grondrechten: wachtlijsten en/of (financiële) drempels voor gezondheidszorg, onderwijs (vooral voor de kinderen), huisvesting, rechtsbijstand, maatschappelijke dienstverlening, schuldhulpverlening, arbeidsbemiddeling, sociale zekerheid, zakelijke dienstverlening door organisaties als banken en verzekeringsinstellingen, onvoldoende veiligheid en leefbaarheid van de woonomgeving.

³⁴ Onvoldoende normatieve integratie: onvoldoende naleving van centrale waarden en normen: gering arbeidsethos, geringe opleidingsbereidheid, niet stemmen, misbruik van sociale zekerheid, delinquent gedrag, afwijkende opvattingen over rechten en plichten van vrouwen/mannen.

Sociale uitsluiting op het terrein van sociale participatie ³¹	
	Dronten
Niet of nauwelijks	92%
Enigszins tot sterk	8%
Sociale uitsluiting op het terrein van materiële deprivatie ³²	
	Dronten
Niet of nauwelijks	90%
Enigszins tot sterk	10%
Sociale uitsluiting op het terrein van toegang tot sociale grondrechten ³³	
	Dronten
Niet of nauwelijks	93%
Enigszins tot sterk	8%
Sociale uitsluiting op het terrein van normatieve integratie ³⁴	
	Dronten
Niet of nauwelijks	95%
Enigszins tot sterk	5%

Vertaald in aantallen:

In 2017 namen rond de 570 Drontense senioren onvoldoende deel aan maatschappelijke processen.

Rond de 700 Drontense senioren leven onder het bestaansminimum.

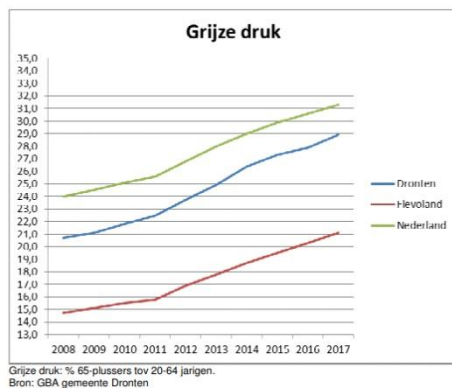
Sociale grondrechten worden voor/door rond de 700 senioren geschonden of vermeden.

Rond de 350 Drontense senioren kennen onvoldoende normatieve integratie.

Kijkend naar de aantallen inwoners betekent dat de helft van deze personen in Dronten zelf woont en een kwart in Swifterbant en een kwart in Biddinghuizen. We mogen de aantallen niet optellen: er is waarschijnlijk danige overlap.

Snelle groei

We horen veel over snel groeien van het aantal senioren. De volgende grafiek laat zien dat het ernst wordt en wat de grijze druk heet snel toeneemt.



Het is duidelijk dat een groot probleem op de gemeente afkomt.

4 Over oorzaken , risicofactoren en aanpak

De werkgroep vond op de website www.eenzaam.nl een zeer toegankelijk overzicht over het fenomeen eenzaamheid. De volgende alinea's zijn overgenomen uit deze website.

4.1 Oorzaken en risicofactoren

Oorzaken

Alleenstaand

Over het algemeen komt eenzaamheid sterker naar voren onder mensen zonder partner dan onder mensen met een partner. Dit geldt met name voor mensen van middelbare of latere leeftijd. Een goede partnerrelatie beschermt vooral tegen emotionele eenzaamheid. Op internet zijn er websites gericht op het ontmoeten van een partner of gewoon nieuwe vrienden. Soms ook specifiek voor een doelgroep, zoals voor 50+'ers of voor mensen met een psychische aandoening. Daarnaast zijn er in veel gemeenten activiteiten- of vriendengroepen waar je bij aan kan sluiten.

Andere oorzaken cq risicofactoren zijn de volgende: (per item geeft de website een toelichting.)

'Anders' zijn

Autisme

Dementie

Depressie

Geldproblemen

Gezondheidsklachten

Lichamelijke of verstandelijke beperking

Mantelzorg

Pensionering

Persoonlijke eigenschappen

Pesten
Psychiatrische aandoening
Psychose
Scheiding of verlies
Slechte relatie
Verhuizen
Verwachtingen
Werkloosheid
Woonomgeving

4.2 Bestrijding van eenzaamheid is maatwerk

Op www.eenzaam.nl wordt een breed overzicht gegeven van activiteiten etc. die aansluiten bij de situatie en karakter van degene die met eenzaamheid kampt. In bijlage 3 zijn ze voor u op een rij gezet. Het betreft activiteiten in het kader van:

Ontmoeting & activiteit
Maatje, buddy en vrijwilliger
Een luisterend oor
Cursus & training
Matchingwebsite
Uitje & vakantie

5. Beleid

Uiteraard is er beleid aanwezig op tal van aspecten die samen met eenzaamheid te maken hebben. Er is regelgeving, er zijn wetten, we hebben een maatschappelijke organisatie landelijk, regionaal en lokaal. In Flevoland is dat CMO Flevoland, lokaal de door de gemeente aangestuurde afdeling Welzijn van de gemeente en er zijn op de diverse niveaus andere organisaties. We gaan daar nu op in.

5.1. Landelijke overheid en regionaal

De minister voor Volksgezondheid publiceerde voorjaar 2018 het actieprogramma Eén tegen Eenzaamheid.

Het actieprogramma **Eén tegen Eenzaamheid** bevat een ambitieus pakket aan maatregelen, dat een maatschappelijke beweging tot stand moet brengen. Het pakket biedt veel kansen voor het sociaal werk om een bijdrage te leveren!

‘Dé eenzaamheid oplossen kan niemand. Al was het maar omdat de oorzaken ervan diep in de haartvaten van onze samenleving zitten en er geen pasklare oplossingen zijn voor zulke problemen. Maar iemands eenzaamheid doorbreken kunnen we allemaal.’

Buren, bedrijven, maatschappelijke organisaties en overheden kunnen en moeten volgens de minister meer doen om vereenzaming voor te zijn en een halt toe te roepen. Er is een gezamenlijke aanpak nodig die de versnippering en vluchtigheid voorbij gaat. Het programma wil een maatschappelijke beweging tot stand brengen om een trendbreuk te realiseren.

Maatregelen

De minister wil dat een brede *landelijke* coalitie het voortouw neemt, en streeft naar 380 lokale coalities op *gemeenteniveau*. De Jonge zet de komende drie jaar dan ook in op:

- publiekscampagne voor meer bewustwording;
- elke 75-plusser een huisbezoek;
- training vrijwilligers en professionals in signalering en doorverwijzing van eenzaamheid;
- risicogebieden in kaart brengen door koppeling van data;
- hulp bij maken lokale sociale kaart van welzijnsactiviteiten;
- landelijke implementatie Welzijn op recept;
- stimuleren van toepassing effectieve interventies;
- stimuleren van cursussen voor ouderen om actief te blijven als vrijwilliger na pensionering;
- landelijke 24-uurs hulplijn;
- gemeentelijke meldpunten;
- diagnostisch instrument voor ernstige eenzaamheid;
- fysiek wijkinrichting (woonvormen en infrastructuur);
- E-health;
- versterking vrijwilligersorganisaties;
- gratis VOG voor vrijwilligers;
- maatschappelijk diensttijd voor jongeren inzetten voor aanpak eenzaamheid;
- stimuleren digitale (buurt)platforms;
- belemmerende regels wegnemen.

Je zou kunnen zeggen dat De Jonge hiermee de randvoorwaarden schept voor een sterke sociale basisinfrastructuur in elke wijk, rond ouder worden en voorkomen eenzaamheid.

De Jonge wil de volgende activiteiten ontplooiën voor het **Doorbreken en duurzaam aanpakken van eenzaamheid**:

Het ministerie van VWS streeft met landelijk en lokale coalities naar minder ouderen die zich eenzaam voelen. Bijvoorbeeld met de volgende acties:

Gemeenten en lokale coalities ondersteunen met een pakket van mogelijke maatregelen. Hieruit kunnen zij een aanpak van eenzaamheid samenstellen die aansluit bij de lokale behoeften en omstandigheden.

VWS ontwikkelt trainingen en richtlijnen voor professionals.

VWS zet in op positief en vitaal ouder worden door de verbinding te leggen met het [programma 'Alles is gezondheid...'](#).

VWS organiseert activiteiten, zoals een cursus actief blijven na je pensionering.

Eenzaamheid voorkomen door de fysieke infrastructuur daarop in te richten. Denk aan woonvormen, buurtwinkels en veiligheid op straat.

Een breder en gevarieerder aanbod van vernieuwende oplossingen voor eenzame mensen. Bijvoorbeeld beeldbellen, sociale robots, VR-brillen, platforms voor hulpvragen en aanbod en nieuwe vormen van dagbesteding. Deze oplossingen kunnen helpen eenzaamheid te voorkomen en te bestrijden.

5.1.2. **Coalitie Erbij**

Coalitie Erbij is hét nationale samenwerkingsverband tegen eenzaamheid. Coalitie Erbij en de meer dan veertig bij haar aangesloten organisaties werken samen 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 elk mens telt bij wie eenzaamheid wordt voorkomen of wordt verminderd!

Samen tegen eenzaamheid

Kern van Coalitie Erbij vormen acht landelijke organisaties: Humanitas, KPN Mooiste Contact Fonds, Leger des Heils, Nationaal Ouderenfonds, Nationale Vereniging de Zonnebloem, Resto VanHarte,

Sensor en Sociaal Werk Nederland. Zij organiseren in het hele land activiteiten voor mensen die zich eenzaam voelen of dreigen te vereenzamen. Zoals ontmoetingsmiddagen, uitstapjes, activerend huisbezoek, maatjesprojecten, inloophuizen, vrijwilligerswerk, samen eten en een luisterend oor. Daarnaast maken dienstverleners, kennisinstituten, belangen- en brancheorganisaties die actief zijn op het gebied van eenzaamheid, deel uit van de coalitie.

5.1.3 Regionale en Lokale samenwerking

In steeds meer gemeenten vinden maatschappelijke organisaties, bedrijven en actieve burgers elkaar om eenzaamheid te verminderen en voorkomen. Zo'n lokale coalitie is dé manier om ervaringen en kennis over wat werkt tegen eenzaamheid te delen en echte oplossingen te bieden voor mensen die iets willen doen tegen eenzaamheid. Aldus de landelijke redenering.

In Flevoland kennen we **CMO Flevoland**. Dit rondde onlangs een vierjarig project af.

'Alles is gezondheid.....Flevoland' veelbelovend van start:

Peter de Vreede, directeur CMO Flevoland, heeft tijdens de bijeenkomst 'Een Krachtig Flevolands Netwerk' op 26 april jongstleden het regionetwerk 'Alles is gezondheid Flevoland' gelanceerd. Een netwerk dat regionale partners, organisaties, bedrijven en individuen bij elkaar wil brengen om samen te bouwen aan een vitaal en krachtig Flevoland. De lancering vond plaats direct na de afsluiting van vier jaar Eenzaamheid in het provinciehuis in Lelystad.

Onder toezicht van alle aanwezigen ondertekende De Vreede de belofte van CMO Flevoland. Een belofte die de start van het regionetwerk betekende en waarin staat hoe CMO Flevoland een bijdrage wil leveren aan een vitaal en krachtig Flevoland.

De Vreede: 'Alles is gezondheid Flevoland raakt alle aspecten van het leven. Zo is eenzaamheid een aspect van gezondheid. Als verbindende partij met een uitgebreid netwerk wil CMO Flevoland een positieve bijdrage leveren aan al deze aspecten. En dat is belangrijk want er zijn veel bedreigingen.

Een paar voorbeelden: er is een tekort aan leerkrachten, een tekort op de arbeidsmarkt in de sector zorg en welzijn, zijn er mensen met problematische schulden en is er laaggeletterdheid. Zaken die we met elkaar moeten oppakken'.

Oproep aansluiten

Onder de stoel van alle aanwezigen lag een handschoen. Na de oproep van de dagvoorzitter wie ook de handschoen aan wilde trekken om mee te bouwen aan een krachtig Flevoland reageerden de aanwezigen massaal. Uiteindelijk melden die middag ruim 20 partijen zich aan waaronder gemeenten, zorg- en welzijnsorganisaties en vrijwilligersorganisaties.

Hoe verder

De regionale partners, bedrijven, organisaties en individuen die zich hebben aangemeld worden door CMO Flevoland op korte termijn benaderd om de eerste ideeën uit te wisselen. Daarbij wordt met elkaar onderzocht wat er al is en hoe vorm gegeven kan worden aan het netwerk.

Een sleutelpartner is GGD Flevoland

De GGD levert kennis op het gebied van data en interventie. Zij wordt gefinancierd door de gemeentes en dus ook door de gemeente Dronten. De GGD participeert in bijeenkomsten georganiseerd door de gemeente en Meerpaa, voorveld bijeenkomsten genoemd. Alsmede in innovatiebijeenkomsten.

Een andere sleutelpartner is de **Meerpaa met haar afdelingen recreatie en welzijn**.

Welzijn: "De Meerpaa levert vele activiteiten: wij zijn er voor alle inwoners van de gemeente Dronten: van 0 – 100, van alleenstaand tot gezin. Welke vraag je ook hebt, bij ons kun je terecht. Ook verenigingen en organisaties kunnen bij ons terecht voor informatie, advies en samenwerkingen.

Wij vinden jou of je komt bij ons. Veel mensen weten ons al te vinden, maar daar waar nodig gaan we erop af. Onze medewerkers zijn actief werkzaam in de wijken van de gemeente Dronten. Bij ons staat de vraag van de

inwoner altijd centraal. Van hieruit zoeken we met elkaar naar een passend antwoord.
Kunnen wij je helpen? De Meerpaal is er voor alle vragen op het gebied van welzijn, zorg of vrijwilligerswerk.”

Recreatie: “In het seizoen 2018-2019 bieden we, verdeeld over de disciplines dans, beeldend, muziek en theater, maar liefst 74 verschillende cursussen aan. In ons cursusaanbod vind je ze allemaal terug.”

Vier andere sleutelpartners zijn de aanbieders van thuiszorg , wijkverpleging en verzorging- en verpleeghuiszorg.

Het betreft **Coloriet, Icare, Buurtzorg en Allertzorg**. Coloriet beschikt daarbij vooralsnog als enige over interne verpleging en verzorging en maaltijdvoorziening ook voor externen. Waarbij met de Meerpaal samen het Tafeltje Dek Je wordt uitgevoerd

Vele andere organisaties

Enkele activiteiten die daarbij in het oog springen en die de potentie hebben brede groepen te bereiken en elders dat al bewijzen zijn **VraagElkaar.nl** , **Open je Hart**, en het onlangs gestarte **Mantelzorg project** Mantelkring in Biddinghuizen en Swifterbant.

Binnen de gemeente zijn vele andere organisaties actief met inzet voor senioren of ook voor senioren. Veel van hen kunnen iets betekenen of betekenen dat al. De vraag is of voor al de oorzaken / risicofactoren die eenzaamheid betreffen actie waar nodig voor wie nodig en gevraagd samenhangend, klantgericht en klantvriendelijk worden aangeboden.

De thema's waarop in Dronten nog seniorenbeleid moet worden gemaakt zijn begin 2018 door de Bijenkorf gedefinieerd.

De werkgroep heeft allereerst bekeken wat het leidend thema moet zijn van waaruit een risicofactor kan worden aangepakt. Ook de medethema's zijn aangegeven. Het resultaat is weergegeven in het volgend overzicht:

Op welke oorzaken/risicofactoren kan een thema worden ingezet.								
Hoofdthema	Zelfredzaamheid	Wonen	Informatie	Signalering	Activeren	Senioreninzet	Gezond leven	Mantelzorg
Medethema								
'Anders' zijn								
Autisme								
Dementie								
Depressie								
Geldproblemen								
Gezondheidsklachten								
Lich/verstbeperking								
Mantelzorg								
Pensionering								
Persoonlijke eigenschappen								
Pesten								
Psychiatrische aandoening								
Psychose								
Scheiding of verlies								
Slechte relatie								
Verhuizen								
Verwachtingen								
Werkloosheid								
Woonomgeving								

Duidelijk blijkt uit deze tabel dat mantelzorg en informatie hoofdthema's zijn die fors scoren. Voorts dat de medische en paramedische risicofactoren zeer gevoelig zijn voor interventie vanuit meerdere thema's al naar gelang de ernst en de fase van de risicofactor.

Maar ook dat aanbieders elkaar op thema's overlappen. De eerste gedachte om een bepaalde factor aan te pakken vanuit het meest in het oog lopende thema hoeft niet de juiste te zijn wanneer uitgegaan wordt van de geïntegreerde aanpak die de Bijenkorf voorstaat.

Een voorbeeld uit de praktijk: De "Bijenkorf" bracht haar beleidsnota "Oud worden in Dronten" begin 2018 uit waarin de genoemde speerpunten werden uitgewerkt en komende tijd in werkgroepen vertaald naar Voorzetten voor Beleid. In de werkgroep wonen wordt onder meer benoemd dat het wellicht economisch, sociaal en seniorvriendelijk is om terug te keren naar de wijkverpleegkundige oude stijl in de grotere wooncomplexen: 1 of 2 wijkverpleegkundigen die vervolgens alle bewoners kennen, preventief kunnen werken en vroegtijdig signaleren en inzetten met eerstelijnsactiviteiten.

6. De gewenste situatie

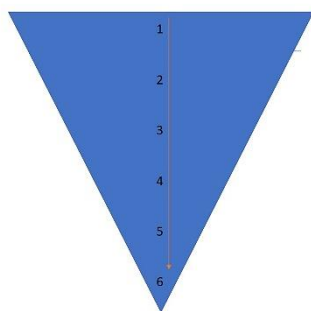
In een seniorvriendelijk Dronten staan er voldoende en goed bereikbare woningen in verschillende maten, vormen en prijzen om elke senior seniorvriendelijk te kunnen huisvesten. Er is voldoende aanbod om het ouder worden, met eventueel ziekten, handicaps en toenemend aantal risicofactoren voor het ontstaan van eenzaamheid te kunnen bestrijden.

Dat aanbod kent

1. preventieve maatregelen,
2. vroegtijdige onderkenning,
3. inzet van mantel- en andere vrijwilligerszorg ,
4. eerstelijnszorg ,
5. tweedelijnszorg en
6. langdurig verblijf.

Een aanbod overigens dat overzichtelijk is, klantgericht en klantvriendelijk. Waarbij eigen kracht uitgangspunt is maar geen doodoener mag zijn.

Naarmate de senior meer voelbaar wordt voor risico's cq. ze al heeft wordt de kans groter dat deze senior meer specialistisch aanbod zal gaan consumeren. De senior zakt in de omgekeerde pyramide:



Integrale bestrijding van eenzaamheid door meerdere spelers vindt in het ideale Dronten plaats bij vooral preventie en vrijwilligersinzet tezamen.

Senioren thuis bezoek is een project waarin onder andere de Meerpaal, KBO en PCOB en Diakonaal Platform Dronten samen werken.

Alle aanbieders van cursussen, gezondheidsinformatie, bewegen en contact en andere informatie over thema's die senioren betreffen wordt via diverse kanalen in de hele gemeente beschikbaar gesteld en onderhouden. Een handreiking is in de bijlage te vinden .

Aanbieders uit de eerste en tweede lijn passen het eenzaamheidsscreening instrument toe, onderhouden en coördineren een signaleringsdatabase, geven regelmatig adviezen waar volgens hen vraag naar is om de senior in de eerste laag te houden.

Seniorennetwerk Dronten heeft op zich genomen om samen met de GGD en het project Senioren Thuis Bezoek continue informatie te verzamelen. Dit onderbouwt steeds meer het seniorvriendelijk zijn in de gemeente.

Vanuit de Voorzet voor een Senioren Beleid door de “Bijenkorf” als vertrekpunt opgezet is najaar 2018 in een beleidsvierkant besloten een **coalitie eenzaamheid bij senioren** in te stellen met **hoofdspelers uit de preventie en de eerste en tweede laag**. Als eerste doelen werden bundeling van informatie en brede verspreiding over eenzaamheid bij senioren en forse versterking van de mantelzorg gesteld. Veder het uitwerken van de Voorzet en het actueel houden. De gemeente levert de ondersteuning voor het project, bekostiging is eveneens een taak van de gemeente en van de zorgverzekeraars.

Uit de beleidsnota van de Bijenkorf begin 2018:

Uitvoering 2018 - 2021 In 2021 is een “peilstation” opgezet om kwetsbaarheid en eenzaamheid te signaleren en te traceren en deels tot uitvoering gekomen, waaraan het hele “Vierkant” (zie bijlage voor toelichting) integraal input levert en waarop mogelijke actie is gevolgd en evaluatie mogelijk is. In 2018 wordt een peilstation opgezet en in 2019 en 2020 vindt de praktische uitvoering plaats.

Uitvoering 2018 - 2021 In 2021 is er een robuust, toegankelijk en wijd en zijd bekend programma verder uitgebreid, dat mantelzorgers ondersteunt en (te) zwaarbelaste mantelzorgers tijdelijk ontlast van hun zorgtaak (respijtzorg).

7. Lokale coalitie?

De minister pleit voor het realiseren van lokale coalities tegen eenzaamheid. Eerder al zijn er in Dronten breed opgezette stuurgroepen en dergelijke opgezet. Ze hadden meestal geen lang leven. De verklaring volgens betrokkenen is dan dat breed opzetten niet altijd werkt. Men verzand in praatclubs.

De werkgroep heeft deze kwestie besproken.

In dit geval troffen twee burgerinitiatieven in Dronten elkaar. Op thema en op leeftijd. Je zou dit een lokale coalitie kunnen noemen. Wanneer de Voorzet wordt ingebracht in het Vierkantoverleg is er de kans dat bij het bespreken van te starten acties ook naar andere leeftijden wordt gekeken. Het netwerk Burgers in de Knel kan in dat geval ook de meeprater voor de leeftijden onder de 65 jaar worden, de Bijenkorf blijft dat voor 65 plus. De overige deelnemers in het Vierkantoverleg over Eenzaamheid kunnen dan als de uitbreiding van de coalitie worden gezien en de dan te vormen coalitie kan dan landelijk aansluiten.

Bijlages:

Literatuur:

Gemeente Dronten, www.dronterwijzer.nl Feiten en cijfers 2017

.
GGD Flevoland (26-04-2018). Gezondheid Dronten in vogelvlucht 2016

Ministerie van Volksgezondheid: www.volksgezondheid.info

Landelijk Plan van aanpak: <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/eenzaamheid/aanpak-eenzaamheid>

Coalitie erbij : <https://www.samentegeneenzaamheid.nl/>

www.eenzaam.nl een zeer informatieve duidelijke site.