



Hilversum
Mediastad



Samen is leuker!

Lokale aanpak eenzaamheid Hilversum 2020

11 september 2020

Versie 2.0

Ton Rolink & Melanie van Kooten

In samenwerking met Houriya Harrane van Versa Welzijn

Inhoudsopgave

1	Inleiding	3
1.1	Bestuurlijk kader Hilversum	3
2	Eenzaamheid	4
2.1	Soorten eenzaamheid	4
2.2	Taboe op eenzaamheid	4
2.3	Oorzaken en risicofactoren	4
2.4	Risicogroepen	4
2.5	Eenzaamheid onder jongeren	4
2.6	Gevolgen van eenzaamheid	5
2.7	Suicidepreventie	5
2.8	Eenzaamheid tijdens de coronacrisis	5
2.9	Wat werkt bij eenzaamheid?	5
2.10	Activiteiten	6
3	Lokale aanpak eenzaamheid	7
3.1	Feiten en cijfers eenzaamheid in Hilversum	7
3.2	Doelstelling lokale aanpak	8
3.3	Beoogde resultaten	8
4	Uitvoering en organisatie	9
4.1	Preventieve aanpak	9
4.2	Samenwerking	9
4.3	Signalering en opvolging signalen	10
4.4	Bewustwording en bespreekbaar maken	12
4.5	Inzicht in factoren in relatie tot eenzaamheid	13
4.6	Borging	13
4.6.1	Communicatie	13
4.6.2	Financiering	13
4.6.3	Evaluatie	14
	Bijlage 1. Asset based community development (ABCD werkwijze)	15

1 Inleiding

Voor inwoners is het belangrijk om naar vermogen mee te kunnen doen en te kunnen bijdragen aan de samenleving. Het lukt echter niet iedereen om volwaardig mee te doen. Sommige mensen kunnen geen aansluiting vinden of leiden een teruggetrokken bestaan. Zij hebben moeite met het opbouwen en onderhouden van (betekenisvolle) relaties. Dit kan gevolgen hebben voor de gezondheid en de kwaliteit van leven. Het voorkomen en verminderen van eenzaamheid is daarom belangrijk. De gemeente draagt hieraan bij door het bouwen aan een gezonde, sterke en sociale samenleving. Daarnaast organiseert de gemeente kwalitatieve goede ondersteuning voor inwoners die dat nodig hebben. Eenzaamheid is een complexe opgave. Het vraagt om een structurele aanpak met een overstijgende benadering. Dat komt omdat hier geen eenduidige oplossing voor is en het samenhangt met allerlei individuele factoren.

De lokale aanpak eenzaamheid van de gemeente Hilversum is gebaseerd op:

- De actielijnen vanuit landelijk actieprogramma Eén tegen Eenzaamheid
 - Signaleren en bespreekbaar maken van eenzaamheid
 - Doorbreken en duurzaam aanpakken van eenzaamheid
- De bouwstenen preventieve aanpak eenzaamheid van Movisie

1.1 Bestuurlijk kader Hilversum

In 2018 heeft de gemeenteraad van Hilversum de motie 'Structurele aanpak eenzaamheidsbestrijding' (M18/64) en het amendement Structurele aanpak eenzaamheidsbestrijding, juli 2019 (A19/78) aangenomen. Via de motie heeft de gemeenteraad van Hilversum het college gevraagd om conform het actieprogramma 'Eén Tegen Eenzaamheid' een lokaal actieprogramma eenzaamheid op te stellen. Daarnaast is de prestatie indicator 'vermindering eenzaamheid' opgenomen in de begroting 2019, uitgaande van de cijfers van [waarsstaatjegemeente.nl](http://www.waarsstaatjegemeente.nl)¹. De opdrachten zijn verwerkt in de Agenda Wmo-Welzijn in de wijk 2019-2021, die in oktober 2019 door de Raad is vastgesteld. Om uitvoering te geven aan de motie en het amendement is het voorliggend actieplan 'Samen is leuker! Lokale aanpak eenzaamheid Hilversum 2020' opgesteld. Hiermee komen we tot een structurele aanpak om eenzaamheid te signaleren, doorbreken en verminderen.

In Hilversum werken we aan een sterke sociale basisstructuur infrastructuur, waarbij elke inwoner van Hilversum erbij hoort en ertoe doet. Door het verbinden van inwoners, belangrijke formele en informele partners, verenigingen, kerken, lokale ondernemers, etc. bouwen we aan sterke sociale gemeenschappen. De essentie van is samenlevingsopbouw ofwel het versterken van de wijk en naar elkaar omkijken. De wijk wordt centraal gesteld. Sociaal werkers (maatschappelijk werk en opbouwwerk) hebben een belangrijke rol in het ondersteunen van inwoners bij het bouwen en onderhouden van sociale netwerken. Gemeenschaps-vorming is namelijk hun primaire doel vanuit de gedachte Asset Based Community Development (ABCD werkwijze). Dit is ook het uitgangspunt bij wijkgericht werken.

Wij werken vanuit de gedachte positieve gezondheid. Het draait om het vermogen van inwoners om zich aan te passen en eigen regie te voeren, in het licht van fysieke, emotionele en sociale uitdagingen van het leven. Het betekent dat iemand een belemmering kan ervaren op een bepaald gebied en juist op andere gebieden heel krachtig kan zijn. Dat wat een inwoner zelf kan doen en zijn/haar mogelijkheden die passen om iets terug te doen in de samenleving staan hierbij centraal. Op die manier krijgen inwoners het gevoel zelf een bijdrage te kunnen leveren aan de samenleving.

¹ Dit onderdeel van de motie is afgedaan!

2 Eenzaamheid

Iedereen heeft een beeld bij eenzaamheid. Eenzaamheid is vooral een gevoel dat zich kenmerkt door gemis en teleurstelling en je niet verbonden voelen. Volgens de Jong - Gierveld (2007) is eenzaamheid een situatie waarin een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan (kwaliteit van) bepaalde sociale relaties subjectief wordt ervaren.

2.1 Soorten eenzaamheid

Sociale eenzaamheid

Gemis van betekenisvolle relaties met een bredere groep mensen. Het gaat hierbij om het aantal mensen in je omgeving en groepen waar je deel van uit maakt, zoals kennissen, collega's, buurtgenoten, vriendengroepen of mensen met dezelfde belangstelling. Een intieme partnerrelatie kan sociale eenzaamheid niet opheffen.

Emotionele eenzaamheid

Een sterk gemis door afwezigheid van een intieme relatie. Hierbij gaat het om personen met wie je een diepere emotionele band hebt, zoals een intieme partnerrelatie, een hechte band met een familielid of hartsvriend(in). Het gaat hier om de kwaliteit van contacten.

Existentiële eenzaamheid

Het verlangen naar een zinvol leven en het gevoel er niet toe te doen. Het gaat hierbij vooral om de relatie met jezelf, zingeving, je verbonden voelen, een eigen plek of rol in het leven kennen.

2.2 Taboe op eenzaamheid

Er rust nog steeds een taboe op eenzaamheid. Mensen praten liever over lichte en minder complexe onderwerpen. Of mensen durven niet toe te geven dat ze eenzaam zijn. Schaamte is een belangrijke factor hierbij. Echter een goed gesprek kan mensen helpen beter om te gaan met hun eenzaamheid. Negatieve gevolgen kunnen hierdoor verminderen of verdwijnen. Het is dus van groot belang dat het taboe op eenzaamheid wordt doorbroken.

2.3 Oorzaken en risicofactoren

Iedereen kan op enig moment in zijn leven met eenzaamheid geconfronteerd worden ongeacht leeftijd, fitheid, afkomst of economische situatie. Eenzaamheid kan ontstaan door *veranderingen in het sociaal netwerk* als gevolg van een grote gebeurtenis in je leven (echtscheiding, verhuizing, verlies van werk, enz), *individuele oorzaken* (gezondheidsverlies, gebrek aan sociale vaardigheden, negatief zelfbeeld, enz.) of *maatschappelijke oorzaken* (afbraak sociale systemen, niet mee kunnen komen in de samenleving, digitalisering, enz.).

2.4 Risicogroepen

Ondanks dat eenzaamheid van alle leeftijden is loopt de één meer risico op eenzaamheid dan de ander. Volgens de cijfers van de gezondheidsmonitor (GGD'en, CBS en RIVM, 2016) neemt het percentage sociale eenzame mensen gestaag toe met de leeftijd en het percentage dat zich emotioneel eenzaam voelt neemt toe vanaf 75+. Inwoners die binnen de risicogroepen vallen hebben een grotere kans op eenzaamheid. Dit zijn inwoners: met een lage sociale economische status, een beperking of gezondheidsproblemen, onvoldoende regie op eigen leven, niet-westerse migranten, ouderen, alleenstaanden, laagopgeleiden, lhbt, mantelzorgers en jongeren. We zoeken niet in op de verschillende risicogroepen, omdat we ons in de lokale aanpak niet focussen op een doelgroepgerichte aanpak.

2.5 Eenzaamheid onder jongeren

Bij eenzaamheid wordt vaak automatisch de eerste associatie gelegd met eenzame ouderen. Maar eenzaamheid is van alle leeftijden, waarbij we specifieke aandacht vragen voor eenzaamheid bij jongeren. Jongeren zitten in een levensfase waarin er in een korte tijd veel veranderd op gebieden van: opleiding, werk, relaties, loskomen

van ouders, zelfstandig wonen en verhuizen. Uit onderzoek van Movisie (2016) blijkt dat voor jongeren specifieke risicofactoren gelden die bijdragen aan gevoelens van eenzaamheid. Deze factoren zijn onder andere: weinig toegang tot leeftijdgenoten, weinig sociale steun of zich niet prettig/begrepen voelen binnen het gezin, ontbreken van sociale vaardigheden, het negatief interpreteren van de eigen situatie, meemaken van meerdere belangrijke gebeurtenissen tijdens de jeugd of problematische hechtingsstijlen. Daarnaast kunnen net als bij volwassenen gezondheidsproblemen, beperkingen of onderliggende diagnoses een rol bij eenzaamheid spelen. Welzijnsorganisatie Versa constateert daarnaast dat eenzaamheid relatief vaak ervaren wordt door jonge statushouders en nieuwkomers. De gemeente heeft extra aandacht voor kinderen en jongeren. Sociale armoede heeft immers een negatieve invloed op hun ontwikkelingskansen.

2.6 Gevolgen van eenzaamheid

Eenzaamheid komt in verschillende mate voor en kan licht of intens gevoeld worden en incidenteel, kortdurend, of langdurig aanhouden. Eenzaamheid wordt vooral een probleem voor mensen die het sterk of langdurig ervaren en die de veerkracht of vaardigheden missen om hier zelf uit te komen. Wanneer mensen vereenzamen raakt dat de kern van hun bestaan en ontstaat een gevoel van grote leegte, verdriet, angst, zinloosheid en algemene ontevredenheid over het leven. Het gevaar bestaat dat een negatieve spiraal ontstaat doordat men minder goed voor zichzelf zorgt en uiteindelijk een groter beroep zal doen op de zorg (Movisie 2016). Het gevolg is vaak dat langdurige eenzaamheid het *zelfbeeld aantast*, dat mensen zich terugtrekken en minder deelnemen aan samenleving (*participatie*). Het heeft ook grote gevolgen voor de *gezondheid*. Het kan leiden tot uiteenlopende mentale klachten, zoals depressie, stressklachten, slaapproblemen, cognitieve achteruitgang en een verhoogde kans op suïcide. Daarnaast brengt het ook lichamelijke gezondheidsrisico's met zich mee, zoals: verminderde weerstand, beroertes, hoge bloeddruk en hart- en vaatziekten. Eenzaamheid kan zelfs de kans op vroegtijdig overlijden verhogen. Langdurige intense eenzaamheid beïnvloedt ook de *kwaliteit van leven*; het levensgenot.

2.7 Suïcidepreventie

Het ligt voor de hand een relatie te leggen tussen gevoelens van eenzaamheid en suïcide. In het regionale Actieplan Suïcidepreventie 2019-2021 wordt sociaal geïsoleerd zijn, weinig sociale steun en eenzaamheid ervaren genoemd als risicofactoren voor suïcide. Dit betekent dat aanpak van eenzaamheid tevens bijdraagt aan het tegengaan van het ontwikkelen van gedachten tot zelfmoord. De publiekscampagne (zie communicatieplan) zal dan ook integraal benaderd worden vanuit aanpak suïcidepreventie en aanpak eenzaamheid.

2.8 Eenzaamheid tijdens de coronacrisis

Als gevolg van de coronacrisis en de maatregelen die hier tegen genomen zijn worden mensen meer geconfronteerd met eenzaamheid. Er is sprake van verlies van sociale contacten. Dit blijkt voor een groot deel bij ouderen en alleenstaande te spelen, maar met name ook bij jongeren. Juist omdat zij in een fase zitten van aangaan van nieuwe relaties, ontdekking en zelfontplooiing. Wat in deze tijd niet goed mogelijk is. Mensen zijn meer aangewezen op andere contactmogelijkheden om sociale contacten te leggen of relaties te onderhouden. Elkaar fysiek ontmoeten is niet goed mogelijk. De 'anderhalvemetersamenleving' heeft gevolgen voor de inrichting van ontmoetingsplekken. Telefonie en digitale contactvormen worden meer benut. Dit is echter niet voor iedereen weggelegd.

2.9 Wat werkt bij eenzaamheid?

Volgens het programma Eén tegen eenzaamheid zijn er in Nederland meer dan een miljoen inwoners die zich sterk eenzaam voelen. Eenzaamheid kan allerlei negatieve gevolgen hebben voor de gezondheid, kwaliteit van leven. Ook komt de zelfredzaamheid van mensen onder druk te staan. Daarmee is eenzaamheid een groot en relevant probleem. Het vraagstuk is echter niet eenduidig op te lossen. Het vraagt om oplossingen op zowel individueel niveau als groeps-, buurt- of wijkgericht niveau, waarbij inwoners zelf ook een eigen verantwoordelijkheid kennen om hun situatie te veranderen. Bij de aanpak eenzaamheid gaat het om voorkomen, doorbreken, verminderen en/of verzachten van eenzaamheid. Het uitgangspunt hierbij is doordat vitaliteit, zingeving en het geluk groeit, eenzaamheid voorkomen kan worden. Om die reden focussen we ons op

de samenstelling en omstandigheden in de verschillende wijken en wat inwoners zelf kunnen bijdragen. We houden in gedachten dat het een proces is en maatwerk vergt. Het is een samenspel van bewustwording, een gevarieerd aanbod van activiteiten en interventies. Daarnaast is het een investering in het bouwen aan kleine sociale netwerken en stimuleren van onderlinge verbinding van inwoners.

Uit onderzoek van Movisie (2016) blijkt dat met een aanpak gericht op het voorkomen van eenzaamheid meer winst te behalen is dan met een aanpak alleen gericht op het verminderen van eenzaamheid. Inzetten op een duurzame preventieve aanpak is dus van groot belang, waarbij een heldere visie op de aanpak en een goede afstemming en samenwerking van alle formele en informele partijen een vereiste zijn.

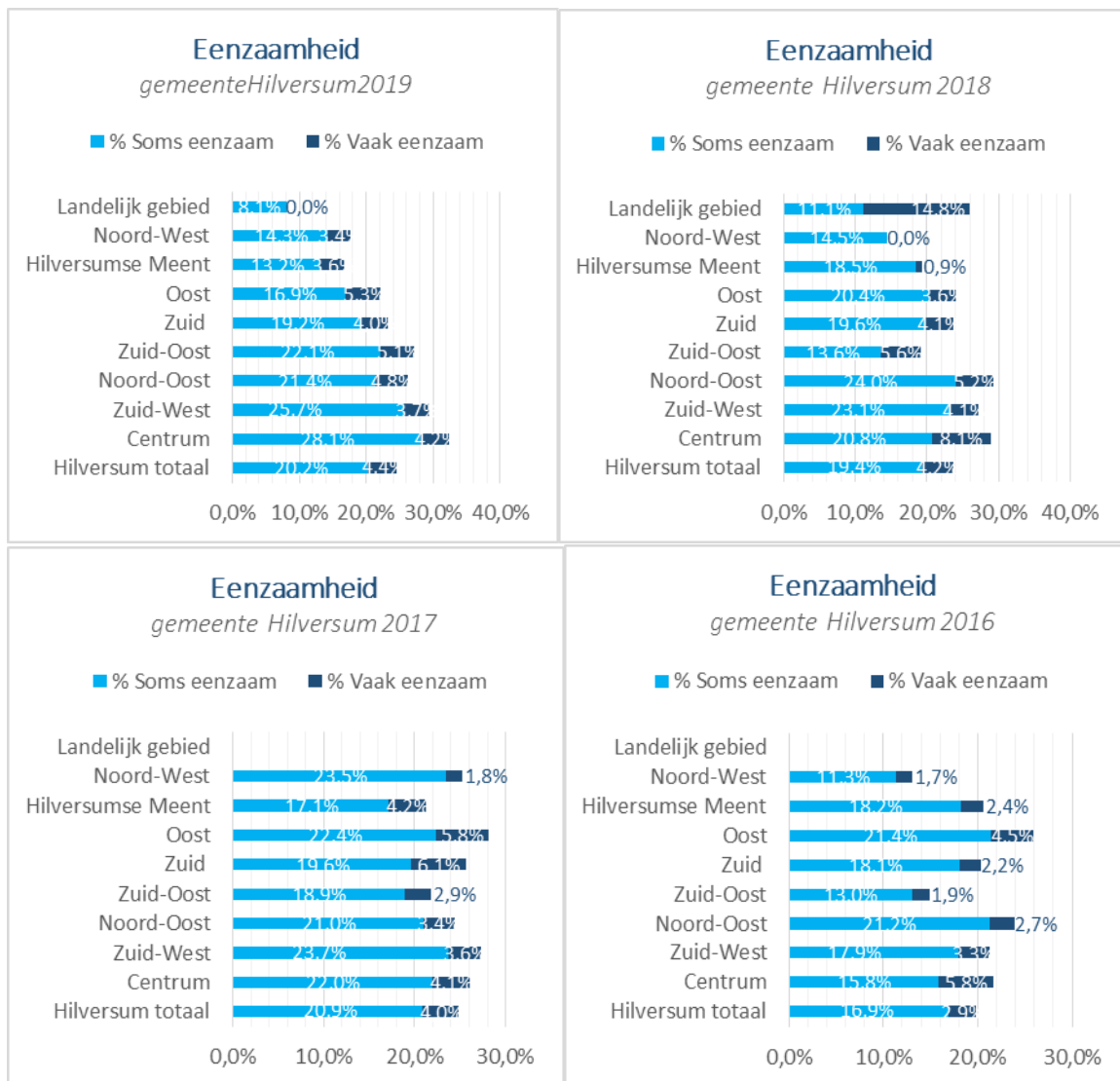
2.10 Activiteiten

Binnen de sociale basisstructuur van de gemeente Hilversum zijn er vele activiteiten, (bewoners) initiatieven, voorzieningen en soorten hulp en ondersteuning beschikbaar voor inwoners. Activiteiten met als doel: ontmoeting, ontspanning en recreatie hebben. Ook zijn er allerlei ondersteuningsmogelijkheden voor het bevorderen van de zelfredzaamheid van inwoners. Hierbij valt te denken aan lotgenotenbijeenkomsten, cursussen en trainingen, laagdrempelige ondersteuning, invulling van de dag, hulp bij het opbouwen van een sociaal netwerk, hulp bij schuldenproblemen etc. Er zijn ook vele sport en culturele activiteiten die kunnen bijdragen om eenzaamheid tegen te gaan. Er zal een inventarisatie worden gedaan van activiteiten die ingezet kunnen worden om eenzaamheid tegen te gaan. Dit is terug te vinden in het uitvoeringsplan. Een verbreding van de pilot met het buurtplatform Wijkconnect in Oost (van, voor en door inwoners) zou hier ook goed op aansluiten.

3 Lokale aanpak eenzaamheid

3.1 Feiten en cijfers eenzaamheid in Hilversum

Uit de Hilversum Monitor van de afgelopen vier jaar blijkt dat gemiddeld een kwart van de inwoners zich eenzaam voelt. Het grootste deel hiervan (20%) voelt zich soms eenzaam en een klein deel (4%) voelt zich regelmatig tot vaak eenzaam. Wanneer we kijken naar de totale eenzaamheidscijfers in Hilversum (figuur 1) zien we een lichte stijging van het aantal inwoners dat zich eenzaam voelt. In de wijken Centrum, Zuid-West en Noord-Oost zie je de laatste drie jaar structureel hogere percentages ten aanzien van gevoelens van eenzaamheid. Hier voelt één op de drie mensen zich eenzaam. In Noord-West en Hilversumse Meent voelt het kleinste deel van de inwoners zich eenzaam in 2019 (13-14%). Vooral in Hilversumse Meent is dit een opvallend gegeven, aangezien in deze wijk een relatief hoog percentage ouderen woont.



Figuur 1. Percentages eenzaamheid van personen van 19 jaar en ouder in gemeente Hilversum ingedeeld per wijk over de afgelopen 4 jaar. De cijfers zijn afkomstig van de Hilversum Monitor.

Over de afgelopen jaren zien we ook verschillen in dalingen en stijgingen binnen wijken. Een directe relatie, van cijfers over eenzaamheid met factoren die van invloed kunnen zijn, is daarom lastig te leggen. Dit heeft onder andere te maken met de subjectieve beleving van eenzaamheid, een veelheid aan factoren die van invloed kunnen zijn en de samenstelling en inrichting van de wijk. Meer inzicht op factoren die per wijk van invloed

kunnen zijn vereist daarom meer verdiepend (kwantitatief én kwalitatief) onderzoek. Bijvoorbeeld door een burgerpeiling en aanvullende kwalitatieve interviews en in samenwerking met wijkgerichte medewerkers (o.a. buurtcoördinatoren).

Opvallend is dat het gevoel van eenzaamheid in Hilversum iets lager is dan in de rest van Nederland waarbij 43% van de mensen aangeeft zich eenzaam te voelen en 10% ernstig eenzaam. Dit blijkt uit de gezondheidsmonitor van de GGD (volwassenen vanaf 19 jaar en ouderen) die in 2016 is gehouden. Voor volwassenen is er in Hilversum een eenzaamheidsscore van 42% met 9% mensen die zich ernstig eenzaam voelen. De eerstvolgende Gezondheidsmonitor start in september 2020. De resultaten volgen in 2021.

3.2 Doelstelling lokale aanpak

Langdurige eenzaamheid heeft gevolgen voor de gezondheid, welzijn en zelfredzaamheid van inwoners. De gemeente Hilversum wilt dat alle inwoners naar vermogen mee kunnen doen en kunnen bijdragen in de samenleving en dat zij naar elkaar omkijken. Daarom hebben wij als doelstelling: *het voorkomen en verminderen van eenzaamheid onder alle inwoners van de gemeente Hilversum*. Waarbij we de ambitie hebben om het percentage inwoners van de gemeente Hilversum met een hoge eenzaamheidsscore te verlagen naar $\leq 40\%$. Dit blijkt uit de cijfers van de gezondheidsmonitor over het jaar 2020.

3.3 Beoogde resultaten

In het sociaal domein wordt al veel gedaan aan eenzaamheid. We bouwen aan sociale samenhang en te zorgen dat zoveel mogelijk inwoners aansluiting vinden bij sociale netwerken. Zorgen ervoor dat inwoners gezien worden en van betekenis kunnen zijn voor anderen. Toch staan we aan het begin van een concrete aanpak van eenzaamheid. Om meer inhoud te geven aan de doelstelling zijn hieronder de beoogde resultaten geformuleerd van de lokale aanpak eenzaamheid. Deze beoogde resultaten vormen ook de basis voor de interventies die we bij de gemeente Hilversum inzetten.

- Er is sprake van een duurzame (preventieve) aanpak eenzaamheid;
- Er is sprake van een duurzame aanpak voor samenlevingsopbouw;
- Er is onder inwoners en professionals bewustzijn en begrip rondom het onderwerp eenzaamheid en het onderwerp wordt vaker bespreekbaar gemaakt;
- Het taboe op eenzaamheid is doorbroken;
- Er is sprake van een goede samenwerking van alle betrokken maatschappelijke partners;
- Het percentage inwoners van de gemeente Hilversum met een hoge eenzaamheidsscore is gedaald ;
- We herkennen inwoners die eenzaamheid ervaren en weten hen te vinden;
- Er zijn passende activiteiten en ondersteuningsmogelijkheden ten behoeve van inwoners die (dreigende) eenzaamheid ervaren;
- Beter zicht op dwarsverbanden en factoren in relatie tot eenzaamheid.

4 Uitvoering en organisatie

Een preventieve aanpak met bewustwording onder inwoners en professionals over het belang van sociale netwerken en het stimuleren van sociale samenhang zijn belangrijke aandachtspunten om de aanpak van eenzaamheid tot een blijvend succes te maken. De aanpak van eenzaamheid is vooral gebaat bij gemeenschapsvorming en het onderling verbinden van inwoners. Daarnaast valt of staat een goede aanpak natuurlijk met een goede samenwerking en organisatie. Hieronder worden alle onderdelen die worden ingezet ten behoeve van een aanpak eenzaamheid uitgebreid toegelicht.

4.1 Preventieve aanpak

In de uitvoering maken wij zoveel mogelijk gebruik van bestaande netwerken, samenwerkingsverbanden, routes en werkwijzen. Binnen de gemeente Hilversum hebben we namelijk een stevige sociale basisstructuur waarbij al veel wordt gedaan aan eenzaamheid. We zijn hard aan het bouwen met en aan gemeenschappen om samen met inwoners en belangrijke formele en informele partijen meer onderlinge verbinding te creëren en binnen heel Hilversum sterke buurten neer te zetten waarbij elke inwoner erbij hoort en ertoe doet. Dit gebeurt vanuit community building gedachtengoed binnen de ABCD werkwijze die we gebruiken binnen Hilversum (zie bijlage 1). Inwoners worden gestimuleerd gebruik te maken van hun eigen kracht, en we streven ernaar dat iedere inwoner naar vermogen kan meedoen in en kan bijdragen aan onze samenleving. Het uitgangspunt hierbij is dat een positieve bijdrage van inwoners leidt tot vitaliteit, zingeving en geluk. De lokale aanpak eenzaamheid is vooral gericht op bewustwording onder alle inwoners, het onderwerp bespreekbaar maken en het belang van 'aandacht voor elkaar'.

Onderwerp	Wat gaan we doen?	Wat willen we bereiken?	Verantwoordelijk
Sociale ontmoeting en Betrokkenheid van inwoners	<ul style="list-style-type: none">- Bouwen aan kleine sociale gemeenschappen samen met inwoners via ABCD werkwijze;- Bouwen aan betekenisvolle relaties en werken aan ontmoeting en stimuleren de onderlinge betrokkenheid van inwoners;- Sociaal werk werkt en neemt deel aan informele gemeenschappen en netwerken in de buurt;- Matchen van vraag en aanbod van behoeften van inwoners onderling en met activiteiten.	<ul style="list-style-type: none">- Er zijn meer kleinere sociale netwerken met verschillende typen contacten en sociale relaties waar inwoners elkaar ontmoeten en elkaar versterken;- Inwoners voelen zich meer verbonden met de buurt;- Grotere betrokkenheid en meer verantwoordelijkheid van inwoners ten aanzien van actief naar elkaar omkijken;- Meer inwoners zetten zich in met vrijwilligerswerk;- Inwoners zetten zich meer in met aandacht voor burens in een zorgwekkende situatie- Mate waarin buurtgenoten elkaar ondersteunen is gestegen;- Er is meer waardering van inwoners over hun sociaal vangnet;	Trekker: Versa Uitvoering: Sociaal werk, maatschappelijke partners.
Digitale inclusie	<ul style="list-style-type: none">- Tablet voor ouderen.	<ul style="list-style-type: none">- Wegnemen van belemmerende regels en investeren in digitale vraag- en aanbodplatforms etc.	

4.2 Samenwerking

Het vrijwilligersnetwerk is een belangrijke speler in de aanpak eenzaamheid. In Hilversum is er een goede samenwerking binnen het zorgnetwerk in de wijken. De verbinding tussen formele en informele zorg is hier goed gerealiseerd. Deze wordt versterkt met de Basisvoorziening Begeleiding. Met de lokale aanpak eenzaamheid sluiten we zoveel mogelijk aan op deze netwerken.

Om zoveel mogelijk gebruik te maken van de expertise van (ervarings-)deskundigen op het gebied van preventie, signalering en aanpak van eenzaamheid vormen we een 'netwerkgroep' met partners die betrokken willen zijn bij de aanpak eenzaamheid. Deze netwerkgroep volgt de activiteiten met betrekking tot de aanpak van eenzaamheid, zij monitoren de voortgang en houden de beoogde resultaten in het vizier. Versa welzijn zal de

regierol hiervan op zich nemen. Zij onderhouden ook de contacten met de bestuurlijk en ambtelijk verantwoordelijken binnen de gemeente.

Onderwerp	Wat gaan we doen?	Wat willen we bereiken?	Verantwoordelijk
Samenwerking rondom aanpak eenzaamheid	<ul style="list-style-type: none"> - We werken wijkgericht en wijk-verbonden opdat professionals de wijk en de inwoners kennen en gekend worden; - Het bestaande zorgnetwerk vormt de basis voor de lokale aanpak eenzaamheid. - We werken intensief samen om mensen in eigen kracht te zetten en om passende interventies te vinden voor inwoners die dat nodig hebben; - Heldere afspraken over signaleren, opvolging en terugkoppeling; - Delen van kennis; - We richten ons op het voorkomen en verminderen van eenzaamheid; 	<ul style="list-style-type: none"> - Inbedding lokale aanpak binnen bestaande zorgnetwerken; - Professionals werken effectief samen; - Structurele aandacht voor het onderwerp eenzaamheid en het versterken van verbondenheid in de wijk; - De maatschappelijke partners zijn op de hoogte van het aanbod van activiteiten en ondersteuningsmogelijkheden en blijven dit afstemmen op de vraag en behoeften in de wijk; - Professionals en vrijwilligers hebben kennis van signalen van eenzaamheid, risicofactoren en gevolgen. 	<p>Trekker: Versa</p> <p>Uitvoering: Betrokken partners zorgnetwerk in de wijk. Eventueel aanhaken bij project Basisvoorziening Begeleiding.</p>
Netwerkgroep Samen is leuker	<ul style="list-style-type: none"> - Vormen van een 'netwerkgroep Samen is leuker' (starten met: Versa, Senver, Vrijwillige Thuishulp, afgevaardigde van het sociaal plein, buurtcoördinatoren, MEE); - Betrekken van relevante partijen die betrokken willen zijn bij de aanpak eenzaamheid (maatschappelijke partners, zorgpartners, platforms, profit en non-profit organisaties, lokale ondernemers, inwoners, etc.); - 2 á 3 keer per jaar een plenair bijeenkomst organiseren. 	<ul style="list-style-type: none"> - Commitment; - Gezamenlijke visie; - Delen expertise; - Monitoring voortgang lokale aanpak; - Inzet van (ervarings-)deskundigen. 	<p>Trekker: Versa</p> <p>Uitvoering: Aanjager/ projectleider vanuit Versa Welzijn die in nauw contact staat met de gemeente.</p>

4.3 Signalering en opvolging signalen

Vroegsignalering is nodig om de kwetsbare inwoners al in beeld te hebben voordat er eventuele problemen optreden. Hierbij is kennis van signalen en risicofactoren van eenzaamheid bij alle maatschappelijke partners van groot belang. Hierbij hebben we aandacht voor groepen met een hoger risico op eenzaamheid zonder dat er sprake is van een doelgroepgerichte aanpak. Verder is het voor goede signalering belangrijk duidelijkheid te hebben over rollen en verantwoordelijkheden én over de te nemen stappen na signalering. Het doel is beter signaleren en passender reageren op gevoelens van eenzaamheid of signalen of risicofactoren van eenzaamheid bij inwoners.

Opvolging van signalen is afhankelijk van de soort actie/interventie dat passend is. We werken aan de kwaliteit van samenleven vanuit het uitgangspunt dat mensen ertoe willen doen, relaties willen aangaan met anderen en iets voor anderen willen betekenen. Waar mensen sterk in zijn staat centraal en stimuleren op die manier kleine sociale vitale gemeenschappen. Inwoners zelf en buurtgenoten worden nauw bij betrokken bij het proces en er wordt zoveel als mogelijk gebruik gemaakt van sociale systemen in de buurt, activiteiten, (bewoners)initiatieven, vrijwilligers en voorzieningen binnen het voorliggende veld.

Het kan natuurlijk voorkomen dat iemand niet gericht is op sociale participatie of het aanpakken van het probleem. Of dat er eerst een belemmerde factor weggenomen dient te worden. Binnen de sociale basisstructuur in Hilversum zijn er dan verschillende ondersteuningsmogelijkheden om in te zetten, zoals bijvoorbeeld: maatschappelijke werk, lotgenoten- of praatgroepen, cursussen of trainingen gericht op vergroten van zelfvertrouwen of sociale vaardigheden, levensstijlinterventies, begeleiding in de wijk, of andere vormen van ondersteuning. Ook kan er gebruik worden gemaakt van de basisvoorziening begeleiding. Dit blijft uiteraard maatwerk.

Actie	Wat gaan we doen?	Wat willen we bereiken?	Verantwoordelijk
Vroegsignalering			
75+ huisbezoeken	<ul style="list-style-type: none"> - 75+ huisbezoeken worden ingebed in de gebiedsteams van Versa Welzijn; - Vrijwillige buurtbewoner (buurtmakers) doen huisbezoeken volgens de ABCD werkwijze. 	<ul style="list-style-type: none"> - Alle 75+ inwoners ontvangen jaarlijks een bezoek aan huis; - De ABCD werkwijze wordt gehanteerd voor het doen huisbezoeken. 	Trekker: Versa Uitvoering: Senver
Sociaal werk en jongerenwerk 'present' in de wijk	<ul style="list-style-type: none"> - Sociaal werk en jongeren werk zijn aanwezig in de wijk en acteren op signalen vanuit een 'erop afgaan' mentaliteit; - Zij werken vanuit de gedachte dat elke inwoner ergens warm voor loopt en iets kan betekenen (positieve gezondheid) en bevorderen de onderlinge verbinding van buurtbewoners, faciliteren bewonersinitiatieven op het terrein van ontmoeten; 	<ul style="list-style-type: none"> - inwoners die kampen met (dreigende) eenzaamheid worden snel herkend en gevonden. 	Trekker: Versa Uitvoering: sociaal werk
Signalering			
Signalering en melding	<ul style="list-style-type: none"> - Vrijwilligers, professionals, ondernemers en inwoners leveren een actieve bijdrage aan het signaleren van eenzaamheid; - Er is specifiek aandacht voor jongeren en andere groepen die een verhoogd risico op eenzaamheid hebben; - Het bestaande signaleringsnetwerk (zorgnetwerk) vormt de basis voor de lokale aanpak eenzaamheid; - Individuele casussen worden besproken binnen het zorgnetwerk; - Sociaal werk Versa pakt signalen op. Dit gebeurt via de bestaande contactlijnen vanuit het zorg en buurtnetwerk (er is geen specifiek telefoonnummer); - Maatschappelijke partners in het zorgnetwerk beoordelen of de signalering direct opgepakt kan worden door sociaal werk of dat zij zelf eerste maatwerk willen inzetten; 	<ul style="list-style-type: none"> - Heldere afspraken omtrent signalering en melding; - Inbedding reguliere werkwijze doorverwijzing, warme overdracht, zachte landing bij de aanpak eenzaamheid; - Professionals en vrijwilligers hebben kennis van signalen van eenzaamheid, risicofactoren en gevolgen. - Professionals delen expertise; - Maatschappelijke partners zijn op de hoogte van het aanbod van activiteiten voorzieningen, ondersteuningsmogelijkheden. 	Trekker: Versa Uitvoering: Maatschappelijke partners, opbouwwerk, maatschappelijk werk.
Opvolging signalen			
Inzetten van passende interventies	<ul style="list-style-type: none"> - Sociaal werk benadert inwoners en kijkt samen met hen naar passende interventies; - Bij het vinden van oplossingen wordt uitgegaan van wat mensen kunnen en niet van 'beperkingen' die zij ervaren; - Matchen van vraag en aanbod op basis van behoeften van inwoners; - Inwoners die het lastig vinden om nieuwe sociale activiteiten te ondernemen worden warm doorverwezen, begeleid of gefaciliteerd; - Er is sprake van nazorg. Er wordt geregeld gemonitord hoe het met de inwoner gaat om te voorkomen dat de inwoner terugvalt in eenzaamheid. 	<ul style="list-style-type: none"> - Inwoners staan meer in hun kracht, zijn zelfredzaamheid; - Onderlinge verbinding en betrokkenheid tussen inwoners in de buurt; - Kleine sociale en vitale gemeenschappen, waar inwoners deel uit maken. 	Trekker: Versa Uitvoering: Sociaal werk Versa.
Activiteitenlijst	<ul style="list-style-type: none"> - Inventarisatie van activiteiten die een waardevolle betekenis hebben voor de aanpak van eenzaamheid. 	<ul style="list-style-type: none"> - Inzicht in het gevarieerde aanbod van activiteiten specifiek in te zetten tegen eenzaamheid; - Streven naar actuele wijkplatforms zoals wijkconnect. 	Trekker: gemeente Uitvoering: Beleidsadviseur

4.4 Bewustwording en bespreekbaar maken

Bewustwording onder inwoners en professionals over het belang van sociale netwerken en het stimuleren van sociale samenhang zijn belangrijke randvoorwaarden voor preventie van eenzaamheid. Het is een traject waar langer in geïnvesteerd moet worden. In de publiekscampagne wordt daarom onderscheid gemaakt in de bewustwordingscampagne en de wijkgerichte communicatie op langer termijn. De bewustwordingscampagne wordt gelanceerd om eenzaamheid zichtbaar en bespreekbaar te maken, aan te pakken en blijvend onder de aandacht te brengen. Met de bewustwordingscampagne helpen we het taboe op eenzaamheid te doorbreken, inwoners bewust te maken en te activeren. Omdat het woord eenzaamheid een taboeterm is, zal dit niet gebruikt worden in de uitingen. Wij zullen ons richten op het ‘samengevoel’. De ontwikkeling en uitvoering is in samenwerking met de projectgroep Suïcidepreventie, communicatieadviseurs van de gemeente Hilversum. De kick-off van de bewustwordingscampagne gaat van start tijdens de week van de eenzaamheid. In het communicatieplan ‘Samen is leuker!’ is een gedetailleerde beschrijving van alle acties te lezen.

In het kader van bewustwording is het bespreekbaar maken in de wijken cruciaal. Er zijn verschillende manieren om met inwoners in gesprek te gaan. In gesprek gaan met inwoners over het onderwerp eenzaamheid geeft beter zicht op wat er in de betreffende wijk speelt rondom ‘aandacht voor elkaar’ en hoe dit kan worden gestimuleerd. Het geeft ook zicht op activiteiten of ondersteuning die eventueel gemist worden. In gesprek gaan met inwoners doen we tijdens wijkgesprekken in het kader van ‘Langer thuis wonen’ en daarnaast maken we gebruik van bestaande kleinere ontmoetingsactiviteiten in de wijken. Daarnaast wordt er gebruik gemaakt van verschillende buurtplatforms: wijkconnect, wijkkrant en facebookgroepen.

Onderwerp	Wat gaan we doen?	Wat willen we bereiken?	Verantwoordelijk
Publiekscampagne ‘Samen is leuker!’	<ul style="list-style-type: none"> - Het onderwerp eenzaamheid zichtbaar en bespreekbaar maken en blijvend onder de aandacht brengen; - Bewustwordingscampagne ‘Samen doen is leuker!’: met: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Campagneposters met pakkende teksten ▪ Kaartenactie met pakkende teksten; ▪ Filmpjes op schermen ▪ Kaartenactie ▪ Stoepteksten ▪ Aftrap publiekscampagne met wethouder - Follow up wijkgerichte campagne met kansen in de wijk; - Betrekken van pers; - Nieuwsberichten in kranten; - Social media inzetten; - Start campagne in de week van de eenzaamheid (1-8 oktober 2020); - Infographic/factsheet met daarop de routing aanpak eenzaamheid, signalen en risicofactoren eenzaamheid. 	<ul style="list-style-type: none"> - Het begrip en het bewustzijn over eenzaamheid is bij inwoners van alle leeftijden, professionals en maatschappelijke partners versterkt; - Taboe op eenzaamheid is doorbroken; - Het belang van ‘aandacht voor elkaar’ is gegroeid bij inwoners en professionals in de gemeente Hilversum; 	<p>Trekker: gemeente</p> <p>Uitvoering: werkgroep communicatie- en beleidsadviseur, Versa en inwoners.</p>
Week van de eenzaamheid	<ul style="list-style-type: none"> - Gesprek aangaan met inwoners over eenzaamheid onder het genot koffie en koekjes. 	<ul style="list-style-type: none"> - Nieuwswaardige ludieke actie voor kickoff publiekscampagne’; - Inwoners zijn geïnformeerd over de van aanpak eenzaamheid. 	<p>Trekker: Gemeente</p> <p>Uitvoering: Versa Welzijn, communicatie- en beleidsadviseur</p>
Bespreekbaar maken in de wijk	<ul style="list-style-type: none"> - Wijkgesprekken houden met het onderwerp eenzaamheid. Hierbij wordt voortgebouwd op de wijkgesprekken die gevoerd worden rond het thema “Langer thuis wonen”. - Bestaande (ontmoetings-) activiteiten benutten om met inwoners in gesprek te gaan, zoals koffiemomenten, buurtbus gesprekken ‘Deel je zorg’, buurtcafés. 	<ul style="list-style-type: none"> - Beter zicht op wat er in de wijk speelt rondom “aandacht voor elkaar” en hoe dit kan worden gestimuleerd. - Inwoners en professionals zijn zich bewust van het belang van voorkomen van eenzaamheid; - In contact zijn met inwoners over dit onderwerp. 	<p>Trekker: Versa</p> <p>Uitvoering: Versa, maatschappelijke partners, buurtmakers</p>

4.5 Inzicht in factoren in relatie tot eenzaamheid

Het is mogelijk eind 2020 een extra burgerpeiling uit te voeren (met aanvullend kwalitatief onderzoek). Uitgevoerd door interne Advisering gemeente Hilversum. Daarnaast bestaat de mogelijkheid om een verdiepend database onderzoek te doen op basis van de gegevens in de Hilversum Monitor 2019. Dit biedt meer inzicht in de samenhang tussen eenzaamheid en factoren die hier een rol in spelen op wijkniveau. Dit is haalbaar binnen de besteedbare budgetten.

Onderwerp	Wat gaan we doen?	Wat willen we bereiken?	Verantwoordelijk/
Verdiepend onderzoek eenzaamheid	- Extra burgerpeiling eind 2020; - Extra database onderzoek eind 2020 (dwarsverbanden Hilversum Monitor).	- Meer inzicht relatie eenzaamheid en factoren die van invloed zijn.	Trekker: Gemeente Uitvoering: Finance & control

4.6 Borging

Het is van belang vanuit de samenwerking geleidelijk te werken aan permanente aandacht voor het onderwerp eenzaamheid. Versa Welzijn heeft hier een cruciale rol in. Zij voeren de regie bij de lokale aanpak van eenzaamheid, zorgen voor lokale inbedding, commitment van de belangrijkste maatschappelijke partners. Zij zullen ook een rol spelen in de evaluatie van de aanpak van eenzaamheid.

4.6.1 Communicatie

Er wordt een duidelijk herkenbare lijn uitgezet met een publiekscampagne. Kennis, informatie en contactgegevens over de aanpak van eenzaamheid zijn te vinden op hilversum.nl/samenisleuker op de website van de gemeente Hilversum. De publiekscampagne en de webpagina zijn onderdeel van het communicatieplan. Zie voor details het communicatieplan 'Samen is leuker!'.

4.6.2 Financiering

De dekking van de kosten voor de lokale aanpak van eenzaamheid wordt gevonden binnen de bestaande budgetten voor de uitvoering van de Wmo en verlening van welzijnssubsidies. Daarnaast is in 2020 eenmalig het bedrag van € 31.000 beschikbaar 'voorziening frictiekosten eenzaamheid GGD', (amendement A19/78) aangewend voor de uitvoering van de lokale aanpak.

Publiekscampagne	Het ontwerpen en drukken middelen, video's, verspreiding media, infomateriaal.	De totale kosten bedragen € 35.000,-. Deze zijn gedekt binnen eenmalige voorziening frictiekosten eenzaamheid GGD en beschikbaar budget voor de publiekscampagne vanuit suïcidepreventie.
Week van de eenzaamheid	Kickoff publiekscampagne met koffiekar, ontwerp en drukken materialen, buitencampagne.	De geschatte kosten zijn € 1.800,-. Deze zijn gedekt binnen eenmalige voorziening frictiekosten eenzaamheid GGD.
Netwerkgroep Samen is leuker	Netwerkgroep waarin partijen kunnen deelnemen (op basis van willingness) om bij te dragen aan de lokale aanpak van eenzaamheid. Aanjager/projectleider vanuit Versa Welzijn heeft de regie en is verantwoordelijk voor inbedding lokale aanpak en onderhoudt contact met de gemeente.	De geschatte kosten per jaar zijn € 20.000,-. €10.000 euro voor een projectleider/aanjager bij Versa en 10.000 euro voor zaalhuur en materiaal. Deze kosten worden opgevangen binnen het welzijnsbudget, door te schuiven met budgetten.
Verdiepend onderzoek eenzaamheid	Extra burgerpeiling; Evt. aanvullend kwalitatief onderzoek.	De geschatte kosten zijn € 2000,-. Deze kosten zijn gedekt binnen het onderzoeksbudget van interne advisering.
	Extra database onderzoek.	De geschatte kosten van database onderzoek zijn € 1815,-. Deze zijn gedekt binnen eenmalige voorziening frictiekosten eenzaamheid GGD.

4.6.3 Evaluatie

We streven er gezamenlijk naar om het aantal inwoners die kampen met eenzaamheid terug te dringen ten opzichte van het percentage eenzamen in 2020. Voor monitoring maken we gebruik van de Gezondheidsmonitor van GGD, CBS en RIVM die in 2020 wordt uitgebracht en de Hilversum Monitor. Hierbij beschouwen we de meting uit 2016 als de nulmeting. We beogen de lokale aanpak van eenzaamheid te evalueren eind 2021. Bovengenoemde metingen gebruiken we om de beoogde resultaten te toetsen en om te bezien of we met de lokale aanpak eenzaamheid op de goede weg zitten. Daarnaast is er bestuurlijk voor gekozen per wijk in beeld te brengen welke interventies nodig zijn om maatschappelijke vraagstukken op te lossen. De uitvoeringsnotitie Buurten 3.0 besproken in de commissie Zorg & Samenleving en de Agenda Wmo-Welzijn in de wijk geven hier richting aan.

Evaluatie	<ul style="list-style-type: none">- Evaluatie eind 2021 aan de hand van Hilversum Monitor2020 op basis van de genoemde meetbare resultaten;	<ul style="list-style-type: none">- Bijstellen van de aanpak eenzaamheid op basis van de meetbare resultaten;- Zicht krijgen op de te verzamelen informatie.	Trekker: gemeente
------------------	---	---	-------------------

Bijlage 1. Asset based community development (ABCD werkwijze)

De welzijnsinzet in de stad is gebaseerd op de ABCD werkwijze: asset based community development. Deze werkwijze heeft als uitgangspunt dat iedereen talenten heeft en daarmee een bijdrage kan leveren aan de samenleving. Hierbij wordt gekeken naar de krachten van mensen in plaats van de tekortkomingen of beperkingen. Wat kan wél! Het gaat bij deze benadering om het ontdekken, mobiliseren, verbinden en borgen van de competenties en talenten van de inwoners. Op het ontsluiten van de verborgen talenten op flat, straat en wijkniveau. Daarmee bevorderen we de nabijheid en laten we meer onderlinge contacten tussen buurtbewoners ontstaan; jong, oud en van alle achtergronden. Hierdoor is er meer bekommerning voor elkaar. De ondersteuning die we bieden is gericht op het versterken van onderlinge verbanden.

Het gaat dus om gemeenschapsvorming, het versterken van gemeenschappen waar iedereen vanuit de talenten, krachten en potentie, mee kan doen, erbij hoort en tot zijn recht komt. Inwoners worden verbonden in een gedeeld verlangen en sluiten aan bij wat er al is. De inwoners zijn hierbij 'in the lead' en worden gestimuleerd om de meeste vragen en problemen in de buurt zelf op te lossen zonder al teveel inmenging van professionals. Het doel is sterke, veerkrachtige, open en inclusieve gemeenschappen te creëren, waar mensen zich thuis voelen en zich om elkaar bekommeren. Met meer onderlinge relaties en vriendschappen is het leven in buurten leuker, zijn we gelukkiger, sterker en kunnen we ook beter problemen het hoofd bieden.

Focus ligt dus niet op eenzaamheidsbestrijding, maar op het voorkomen en tegen gaan van eenzaamheid door het verbinden van inwoners en het creëren van kleine lokale sociale gemeenschappen waarin alle inwoners naar elkaar omkijken.