Bijlage I Activiteiten Utrecht Omarmt

Kwetsbare inwoners

We constateren dat een deel van onze inwoners te maken heeft met om een combinatie van psychische problematiek, verlieservaringen, armoede en eenzaamheid. Vanuit het netwerk proberen we met deze inwoners in contact te zijn en te blijven, waarbij we maatwerk bieden en samenwerken met betrokken professionals. Een oplossing bieden vanuit de mogelijkheden binnen de aanpak eenzaamheid is voor deze bewoners met multiproblematiek echter niet altijd mogelijk. Onder andere op basis van de resultaten van de beknopte studie uitgevoerd door Labyrinth worden de volgende acties ondernomen:

1. Binnen 'Thuis in de wijk' wordt met 8 kernpartners en een groot netwerk gewerkt aan soortgelijke problematiek. Het verloop van dit project is te volgen: www.nizu.nl/thuisindewijk;
2. Binnen het netwerk Utrecht Omarmt zal er aandacht worden besteed aan het gezamenlijk verbeteren van de communicatie over activiteiten;
3. Tijdens de netwerkbijeenkomst van Utrecht Omarmt op 8 november 2022 en tijdens individuele netwerkgesprekken, zal het 'sluiten van vriendschap' als thema worden besproken met de aanwezige netwerkpartners. Missen we aanbod voor specifieke groepen of is (een deel van) het aanbod niet bekend genoeg?;
4. Organisaties die zich richten op Utrechters met een (psychische) beperking worden actief benaderd om aan te sluiten als partner van Utrecht Omarmt;
5. Er wordt bijgedragen aan het uitvoeringsprogramma 'mobiliteitsarmoede'.

Van heel dichtbij (STUT theater)

De voorstelling Van heel Dichtbij was vormgegeven in een verrijdbare kubus. De kubus bood plaats aan een speler en twee bezoekers. Ieder bevond zich coronaproof in een eigen ruimte. In de kubus ontmoette het publiek één van de spelers, Ricardo, Elias of Christiaan. Zij deelden elk hun eigen bijzondere verhaal rond het thema eenzaamheid. Of het nu ging over de psychose van Christiaan, het vluchtverhaal uit Syrië van Elias of het leven op straat van Ricardo. De kubus heeft op verschillende locaties gestaan, o.a. tijdens de week tegen eenzaamheid 2021. Totaal zijn er 950 bezoekers bereikt. Ook zijn er in de maand ervoor 112 ontmoetingen in buurthuizen geweest als voorprogramma van de voorstelling, om de drempel te verlagen om naar een voorstelling te komen. Kijk hier voor de aftermovie.

(*Good practice coronasteungelden tweede tranche Versneld Vernieuwen*)

Jongvolwassenen

Vanaf 2020 wordt in Utrecht het Join Us programma aangeboden. Tijdens dit programma wordt gewerkt aan het sociaal sterker worden van jongeren. Op dit moment is er een groep voor jongeren van 16 t/m 19 jaar bij stichting JoU en van 20 t/m 24 jaar bij U Centraal. In het najaar van 2022 start een tweede groep voor jongvolwassenen bij U-centraal. Het is onze ambitie om jongeren eerder te bereiken door professionals beter in staat te stellen eenzaamheid te herkennen. Het afgelopen jaar zijn hiervoor tijdens drie trainingen in totaal 57 professionals getraind door Join Us. Op 29 november 2022 zal vanwege het succes van de eerste drie trainingen een extra training worden aangeboden.

Het grote animo bevestigt dat dit onderwerp leeft onder jongeren en daardoor ook onder professionals.

We weten echter nog niet goed hoe we (gemeente en partners) deze ernstig eenzame jongvolwassenen (18 – 27 jaar) beter kunnen bereiken en toeleiden naar het beschikbare hulpaanbod. Hiernaast willen we beter weten hoe we het taboe rond dit onderwerp kunnen doorbreken, zodat jongvolwassenen erover gaan praten (met elkaar). Om hier meer inzicht en handvatten voor te krijgen, wordt op initiatief van het Marketing en Communicatie Netwerk (MCN) door de afdeling Onderzoek en Advies in 2022 een onderzoek uitgevoerd. Omdat eenzaamheid de mentale gezondheid van jongeren verslechtert, worden activiteiten op het gebied van eenzaamheid en jongvolwassen afgestemd op het beleid op het gebied van mentale gezondheid jongvolwassen. Uit onderzoek van het Trimbos Instituut blijkt bij volwassenen zonder psychische aandoening, eenzaamheid een risicofactor te zijn voor het drie jaar later ontwikkelen van een ernstige stemmings-, angst- of middelenstoornis. Andersom bleek dat volwassenen met deze stoornissen een verhoogde kans hebben om drie jaar gevoelens van eenzaamheid te ontwikkelen. De nieuwe nadere regel 'Herstel en veerkracht voor de Utrechtse jeugd' biedt een kans om in te zetten op het versterken van de mentale gezondheid en dus ook op het gebied van eenzaamheid. Een mooi voorbeeld van aandacht voor de mentale gezondheid van jongvolwassen waar ook eenzaamheid een plek krijgt is: www.studentenzorgwijzer.nl.

Gelukscafés (Geluks BV)

De gelukscafés hebben als doel het vergroten van de kansengelijkheid op geluk en gezondheid, door het preventief versterken van de individuele en collectieve veerkracht van jongeren in Utrecht. Er is extra aandacht voor hen die niet lekker in hun vel zitten ten gevolge van de coronapandemie en er wordt niet alleen gebruik gemaakt van gesprekken, maar ook van onder andere mindfullness en meditatie. Tot de zomer van 2022 hebben er 37 jongvolwassenen deelgenomen aan één of meerdere gelukscafés. Eenzaamheid is één van de genoemde redenen om zich aan te melden. In de wervingsvideo voor de volgende reeks vertellen zij over hun ervaringen. (*Good practice coronasteungelden tweede tranche Versneld Vernieuwen*)

Ouderen

Om meer ouderen te bereiken en hen de juiste interventie aan te bieden zijn er vanuit de Utrechtse aanpak eenzaamheid de afgelopen maanden drie nieuwe projecten gestart:

1. Uit onderzoek blijkt dat het aantal nauwe contacten afneemt zodra mensen slechter gaan horen. Dat kan eenzaamheid in de hand werken. Dit onderzoek is een samenwerking tussen Beter Horen, Deloitte en de gemeente Den Haag. Samen met Beter Horen is de afspraak gemaakt dat er tijdens de Wijkproeverij georganiseerd door DOCK en partners in september in Kanaleneiland gratis hoortesten aangeboden worden. Dit is de start van een samenwerking tussen Beter Horen en de wijk waar ze sinds dit jaar hun Hoofdkantoor hebben staan. Er worden ook kansen gezien in de samenwerking met moskeeën. Audiciens kunnen zo een rol spelen in het signaleren van een vermindering in het aantal betekenisvolle contacten en doorverwijzing naar de zorg en welzijnspartijen in de wijk.

2. Professor Anja Machielse heeft aan de hand van tien jaar praktijkonderzoek een typologie met interventieprofielen opgesteld. Deze typologie helpt bij het vinden van passende interventies voor eenzame en sociaal geïsoleerde ouderen. Zij ontwikkelde de typologie in nauwe samenwerking met professionals van zes Rotterdamse welzijnsorganisaties. De profielen in de typologie zijn gebaseerd op casussen, beschreven in logboeken van professionals van de betrokken organisaties en op

gesprekken met ouderen. Ze zijn opgenomen in een boekje met handvatten. Om de kennis te delen over deze acht profielen is door WMO Radar een training ontwikkeld. Deze training is aan 18 professionals aangeboden in Utrecht. Aan de hand van de positieve ervaringen met deze training is besloten het bredere gebruik van de interventieprofielen in Utrecht te gaan verkennen. Er wordt in het laatste kwartaal van 2022 met het kernteam van Utrecht Omarmt onder andere besproken in hoeverre de training aangepast wordt naar de Utrechtse context, of er een handreiking wordt toegevoegd en voor wie de training geschikt is. Tot slot wordt er bepaald of er een overzicht van het (activiteiten) aanbod met een koppeling aan de verschillende typologieën wordt gemaakt. Zodat eenzaamheid vaker wordt gesignaleerd en nog meer ouderen bij een voor hen passende activiteit of interventie terecht komen.

3. De afgelopen jaren is geconstateerd dat de kennis over eenzaamheid onder migranten (ouderen) nog onvoldoende aanwezig is onder professionals en vrijwilligers in de stad. Om deze reden zijn het Netwerk van Organisaties van Oudere Migranten (NOOM) en het Netwerk Informele Zorg Utrecht (NIZU) een samenwerking aangegaan. Zij hebben de bestaande training aangevuld met deze kennis en bieden vanaf november 2022 deze training aan.

De Droomvrouwroute (Stichting Welzijn Saffier)

Het doel van de droomvrouwroute is in korte tijd mensen op weg helpen en het eigen ritme weer terugvinden. Er wordt gezamenlijk een netwerk opgebouwd waarmee persoonlijke omstandigheden worden verlicht. Mensen hoeven niet alleen te zijn in het beleven van stress. Het middel daarbij zijn creatieve werkvormen. Inmiddels nemen er 20 mensen in vier groepen deel aan het project. Mooie resultaten zijn bijvoorbeeld: 1) een deelnemer die na verlies en rouw om het verliezen van dierbaren aan corona, toch weer nieuwe contacten aangaat. 2) een deelnemer die na mantelzorgen en het overlijden van een partner weer alleen op reis en naar musea gaat. Er zijn ook verwijzingen ontstaan naar andere activiteiten die aansluiten bij de interesses van deelnemers.

(*Good practice coronasteungelden tweede tranche Versneld Vernieuwen*)