MEMO

AAN : Commissie Burgers

VAN : L.R.E. Grubben

DATUM : 8 juni 2021

ONDERWERP : Een tegen Eenzaamheid

Via deze memo wordt u geïnformeerd over de stand van zaken wat betreft het actieprogramma 'Een tegen Eenzaamheid'.

Actieprogramma
In 2020 is de gemeente Asten aangesloten bij het landelijke actieprogramma 'Een tegen Eenzaamheid'. Vanuit het ministerie van VWS is er een adviseur toegewezen aan de gemeente Asten ter ondersteuning.
De afgelopen tijd is het huidige aanbod geïnventariseerd. Op basis van deze inventarisatie zijn actiepunten geformuleerd, welke opgepakt worden.

Overzicht huidig aanbod
Om eenzaamheid te voorkomen en vroegtijdig aan te pakken is het van belang een goed overzicht te hebben van de huidige situatie. Hiervoor is gebruik gemaakt van de leidraad van Movisie 'Preventie van eenzaamheid; bouwstenen voor beleid, 2018'.
In de bijlage van deze memo is dit overzicht toegevoegd. Er wordt met kleuren aangegeven in welke mate de bouwstenen in Asten al aandacht krijgen van de betreffende partij (gemeente, professionals en vrijwilligers, inwoners). Groen: veel aandacht, oranje: in beperkte mate aandacht, rood: te weinig aandacht.

Ook is toegevoegd wat in de huidige aanpak nog gemist wordt en welke (risico)groepen dit betreft.

Het overzicht in de bijlage is tot stand gekomen in samenwerking met de beleidsmedewerker van Onis Welzijn, enkele medewerkers van het Sociaal Team Asten en de afdeling beleid Sociaal Domein.

Actiepunten
In het overzicht is te zien dat er in de gemeente Asten al veel gebeurt als het gaat om het bestrijden van, bespreekbaar maken van eenzaamheid. Echter zijn er nog enkele punten die extra aandacht verdienen.
De volgende actiepunten worden daarom, naast het reguliere aanbod, de komende maanden opgepakt:

- <u>Deskundigheidsbevordering:</u>

In de periode van mei t/m november 2021 wordt een reeks van vier verschillende workshops georganiseerd rondom eenzaamheid. Dit gebeurt in samenwerking met de gemeente Someren, de GGD en Onis Welzijn.
De workshops zijn voor zowel professionals als vrijwilligers en hebben de volgende thema's:

1. Een goed gesprek over eenzaamheid
   Handvatten en tips om het gesprek aan te gaan over eenzaamheid.

2. Activiteiten onder de loep
   Handvatten en tips om activiteiten 'eenzaamheidsproof' te maken.

3. Samen staan we sterk
   Hoe kan nog beter samengewerkt worden, zodat optimaal gebruik wordt gemaakt van het beschikbare aanbod op het gebied van hulpverlening en activiteiten?

4. Eenzaamheid en psychische kwetsbaarheid
   Hoe groot is het risico voor mensen met een psychische kwetsbaarheid om eenzaam te worden? Wat kan ik doen om dit beter te begrijpen? En wat kan ik voor deze mensen betekenen?
   Hoe kunnen ervaringsdeskundigen helpen om hiermee om te gaan?

   Na deze reeks workshops wordt geïnventariseerd of er behoefte is aan aanvullende workshops. Is dit het geval, dan wordt dit opgepakt.

- <u>Campagne taboedoorbreking en normalisering:</u>
  Momenteel ontwikkelt de GGD Zuidoost Brabant een regionale campagne over het thema eenzaamheid. De doelen van de campagne zijn taboedoorbreking en het normaliseren van eenzaamheid.
  De gemeente Asten heeft hiervoor input geleverd en zal deze campagne gaan uitdragen vanaf juli. Er wordt met name gebruik gemaakt van lokale (sociale) media.

- <u>Ervaringsdeskundigheid</u>
  In overleg met Stichting Door en Voor wordt dit najaar bekeken hoe ervaringsdeskundigheid in Asten meer ingezet kan worden.

- <u>Vragenlijst mantelzorgers</u>
  Sinds het verdwijnen van het Steunpunt mantelzorg in maart 2020 zijn de mantelzorgers minder goed in beeld dan voorheen. Mantelzorgers kunnen met vragen terecht bij het Sociaal Team Asten, o.a. op het gebied van eenzaamheid. Echter komen er minder specifieke 'mantelzorg vragen' binnen, dan voorheen bij het Steunpunt mantelzorg het geval was.
  Juist in deze tijd, waarin eenzaamheid extra op de loer ligt, vinden we het belangrijk te peilen hoe het gaat met onze mantelzorgers. We zetten daarom een brede vragenlijst uit onder de mantelzorgers in Asten. We peilen o.a. de ondersteuningsbehoeften, bekendheid van (voorliggende) voorzieningen, belastbaarheid van de mantelzorgers, tevredenheid over de mantelzorgwaardering.
  Een analyse van deze vragenlijst zal in het najaar naar u teruggekoppeld worden.

Bijlage: Aanbod eenzaamheid

Wat kunnen <u>inwoners</u> doen om eenzaamheid te <u>voorkomen</u>?

Bouwstenen voor beleid	Wat doen we al in Asten?	Wat missen we nog?
Investeer in een sterk en divers sociaal netwerk. Deelname aan (sport-) verenigingen, culturele activiteiten, actief worden als vrijwilliger (bijvoorbeeld bij een museum) of aansluiting zoeken bij een kerkgemeenschap zijn manieren om te investeren in een stevig sociaal netwerk.	Er is zo'n groot aanbod van verenigingen, sportclubs, koren ed. dat je dat bijna niet kunt versterken. En ook de toegang is goed geregeld.	Er wordt niet direct iets gemist maar wel extra aandacht gevraagd voor bekendheid (sociale kaart mag aantrekkelijker), communicatievormen (denk bijv. aan laaggeletterdheid) en andere (financiële) drempels voor risicogroepen.
Zorg voor een mix van zowel familie, collega's, buren en vrienden. Een sociaal netwerk is op zijn sterkst wanneer het bestaat uit zowel contacten die emotionele steun bieden (zoals een partner of beste vriend of vriendin) als minder diepgaande contacten (collega's, kennissen en buren).	Maak gebruik van de bestaande voorzieningen die je hierbij kunnen ondersteunen. Raadpleeg de sociale kaart van van het Sociaal Team Asten. Neem contact op met de dorpsondersteuner.	Hiervoor kan bewustwor-dingscampagne helpen. Een aantrekkelijke sociale kaart is van belang als je geen netwerk hebt en bij niemand terecht kunt. Burgerinitiatief Goed voor Elkaar: een project waarbij inwoners andere inwoners d.m.v. wijkbijeenkomsten en huisbezoeken informeren, activeren en ondersteunen bij het versterken van het eigen netwerk. Goed voorbeeld: Samen Ostade: een wijkinitiatief met o.a. straatcontactpersonen, 'doe-groepen', nieuwsbrief. KBO maakt gebruik van belcirkels.
Praat met anderen over belangrijke gebeurtenissen in je leven en schroom niet om hen om hulp te vragen. Houd contact met anderen en luister naar anderen die het moeilijk hebben, daardoor kan de relatie versterken. Luisteren betekent niet per se dat je met oplossingen moet komen.		
Wees niet te terughoudend en groet gerust als eerste. Het kan een veilig en geborgen gevoel geven als je mensen in je buurt of straat van gezicht kent.		
Sta open voor zelfontwikkeling. Vind je het lastig contact te maken of contacten te onderhouden? Overweeg dan het volgen van een training of cursus waarin je werkt	Maak gebruik van de bestaande voorzieningen die je hierbij kunnen ondersteunen. Raadpleeg de sociale kaart van Sociaal Team Asten of	LEV groep kan hierin ondersteunen met trainingen en cursussen op het gebied van bijv. sociale vaardigheden, assertiviteit etc., rouw. Gericht op hulpverlening.

aan sociale vaardigheden, een positief zelfbeeld, veerkracht of een assertieve(re) houding.	neem contact op met de dorpsondersteuner.	Onis heeft divers lokaal cursusaanbod gericht op welzijn.

Wat kunnen <u>professionals en vrijwilligers</u> doen om eenzaamheid te <u>voorkomen</u>?

Bouwstenen voor beleid	Wat doen we al in Asten?	Wat missen we nog?
Life-events. Wees **alert op ingrijpende gebeurtenissen** in het leven van cliënten en bied passende zorg en ondersteuning.	Dorpsondersteuners, voorportaal Sociaal Team Asten en jongerenwerkers met hulp van wijkbewoners. Echtscheidingsspreekuur: maatschappelijk werk i.s.m. advocaat. Spreekuur voor alle vragen rondom relaties, echtscheiding en alles wat daarbij komt kijken.	Zijn we voorbereid op dubbele vergrijzing, wegtrekken van jongeren, post-coronacrisis klachten?
Divers sociaal netwerk Ondersteun en faciliteer cliënten en inwoners bij het realiseren en in stand houden hiervan**.** Sociale professionals kunnen mensen bijvoorbeeld helpen te laten zien welke manieren er zijn om nieuwe contacten te maken en bestaande contacten te onderhouden. Biedt daarvoor ook trainingen, activiteiten of cursussen aan die zijn gericht op het verbeteren van sociale vaardigheden, het zelfbeeld, selfmanagement, het zelfvertrouwen en veerkracht.	· Dorpsondersteuners · Cursus weerbaarheid voor ouderen door Onis · Inzetten van een maatje om samen ergens op af te stappen. · KBO: benadert mensen proactief waardoor ze een signalerende rol hebben en hier naar kunnen handelen. · Multiculturele vrouwen groep bij Onis. · Dementievriendelijke gemeente zijn zodat deze doelgroep zo lang mogelijk kan participeren in de samenleving (winkels, verenigingen, buurtgenoten worden toegerust vanuit de diverse kernen). · Ondersteuning arbeidsmigranten vanuit de LEVgroep.	Vriendschapscursussen: de werving daarvoor is best lastig maar als mensen eenmaal meedoen is die heel effectief. Onis is hier mee bezig in de vorm van een cursus die lijkt op 'Grip en Glans'. Mogelijk opzetten van gespreksgroepen Wereldse zaken vanuit Onis.

Wat kunnen <u>professionals en vrijwilligers</u> doen om eenzaamheid vroegtijdig te <u>signaleren</u>?

Bouwstenen voor beleid	Wat doen we al in Asten?	Wat missen we nog?
Samenwerkingsverbanden in de wijk of de gemeente. Zorg dat je aangesloten bent als sociale problematiek wordt gesignaleerd en besproken.	We hebben in Asten kernteam waarin elke week binnengekomen casuïstiek wordt besproken. Integraal overleg waarbij veel verschillende disciplines aansluiten. Er wordt een casusregisseur aangewezen die vervolgens integraal te werk gaat. ZorgAdviesTeam; integraal overleg op scholen over leerlingen waar zorgen over zijn. Ook politie, leerplicht, gezins- en jongerencoach sluit hierbij bijv. aan. Peeloverleg kwetsbare ouderen: overleg in Peelverband over o.a. eenzaamheid, dementie.	
Risicogroepen en risicofactoren. Wees op de hoogte van de groepen en factoren waar jij in je werk mee te maken krijgt	Er zijn mogelijkheden voor deskundigheidsbevordering.	Gebruik maken van deskundigheidsbevordering vanuit Movisie voor professionals. Normaliseren: communicatie richting inwoners en professionals en vrijwilligers.
Signalen (sneller) herkennen en bespreekbaar maken. Maak hiervoor gebruik van deskundigheidstrainingen of workshops en intervisie. Besteed daarbij aandacht aan onderliggende oorzaken en de wijze waarop je hier achter kunt komen.	· Training vanuit Onis over signalen laaggeletterdheid en financiële problemen. · Deelnemen aan intervisie bijeenkomsten in regio. · Overleg en sparren door de verschillende disciplines binnen het Sociaal Team Asten onderling.	Deskundigheidsbevordering over het bespreekbaar maken van signalen.
Lokale ondersteuningsaanbod gericht op eenzaamheid voor	Medewerkers van het Sociaal Team Asten zijn op de hoogte	Valkuil is dat ze denken dat ze goed op de hoogte zijn,

de verschillende doelgroepen. Blijf op de hoogte, zodat je weet welke passende ondersteuning er beschikbaar is in je werkgebied.	van de voorzieningen in de omgeving.	maar niet verder gaan zoeken. Aandacht blijven houden voor normaliseren.

Wat kan de <u>gemeente</u> doen om eenzaamheid te <u>voorkomen</u>?

Bouwstenen voor beleid	Wat doen we al in Asten?	Wat missen we nog?
Algemene bewustwording onder alle inwoners van de belangrijkste risicofactoren voor eenzaamheid (o.a. ingrijpende levensgebeurtenissen) en het belang van het bouwen en onderhouden van een divers sociaal netwerk. Dat kan via creatieve campagnes. Kies voor een positieve insteek door niet het probleem van eenzaamheid uit te vergroten, maar te wijzen op voordelen van een solide en divers sociaal netwerk.	We delen sporadisch informatie over eenzaamheid. Een van de middelen is d.m.v. project Goed voor Elkaar. Dit is met name gericht op ouderen. Voor jongeren wordt een project uitgevoerd om voor jongeren verveling tegen te gaan in coronatijd. Samenwerking tussen jongerenwerk, GJC's, Peelpioniers.	Aandacht voor taboes en misverstanden over eenzaamheid en het belang van sociale netwerken voor alle leeftijden en specifieke doelgroepen. Landelijke campagne, combineren met lokale campagne vanuit GGD. Hoe bereiken we jongeren die zich eenzaam voelen? Aanbod voor trainingen bij scholen neerleggen.
Zelfvertrouwen, sociale vaardigheden, een positief zelfbeeld, veerkracht en selfmanagement-vaardigheden Niet iedereen is goed toegerust om een divers sociaal netwerk te creëren en onderhouden zijn hierbij van groot belang. Zorg voor voldoende trainingen, activiteiten en interventies waarmee inwoners vaardigheden en eigenschappen kunnen verbeteren.	Cursusaanbod van de LEV groep. Maatjesprojecten vanuit Onis. Inzet Peelpioniers; maken film over alcoholgebruik. Een van de doelen is jongeren met elkaar in contact brengen.	
Ervaringsdeskundigen: betrek hen bij het ontwikkelen van beleid. Zij kunnen vanuit hun ervaring vertellen welke ondersteuning hen had kunnen helpen toen zij vereenzaamden.	I.s.m. Stichting Door en Voor bekijken we wat er nodig is zodat zij hun aanbod ook meer in Asten in kunnen zetten. Er is een burgerinitiatief voor bijeenkomsten rondom ex-verslaafden in Asten (zelfhulpnetwerk).	Meer gebruik maken van ervaringsdeskundigen. Meer bekendheid geven aan deze mogelijkheden o.a. via sleutelfiguren die kunnen doorverwijzen.

Ondernemers: stimuleer bakker, supermarkt, kapper e.d. om ontmoeting te faciliteren, door bijvoorbeeld een koffiehoek of tafel in te richten.	Bibliotheek koffiehoek Hema heeft een koffiehoek. KBO: wekelijks koffie drinken bij Jan van Hoek.	Ondernemers meenemen in een campagne.
Informele vormen van ondersteuning en ontmoeting in de buurt zoals burenhulp en bewonersinitiatieven. Mensen met veel contacten in de buurt zijn meestal minder eenzaam dan mensen met net zoveel contacten op afstand. Faciliteer en ondersteun deze mogelijkheden	Dorpsondersteuners zijn de spil in de wijk, zij zijn laagdrempelig en hebben een signalerende en activerende functie. Activiteiten in de Beiaard vanuit verschillende organisaties KBO, Zonnebloem. Voorliggende dagbestedingen in Ommel en Heusden. Samen Ostade is een voorbeeld van burenhulp. De Stip: ontmoetingsruimte in de Paddenstoelenwijk. Wordt inmiddels gedraaid door buurtbewoners. Ook worden hier activiteiten georganiseerd vanuit Onis. Speelochtend voor ouders met jonge kinderen: gericht op netwerken en ontmoeten van gelijkgestemden.	Voorliggende dagbesteding in Asten.
Vrijwilligerswerk bij jong en oud. Bij 'third agers' (grofweg ouderen tussen de 60-75 jaar) is met onderzoek aangetoond dat vrijwilligerswerk een bijdrage kan leveren aan het voorkomen van eenzaamheid. Stimuleer vrijwilligerswerk bij jong en oud.	Vrijwilligerscentrale Onis. Onis Welzijn wijst verenigingen erop om inwoners actief te benaderen met de vraag om vrijwilligerswerk te doen.	Ook iemand die dagopvang aanvraagt kan soms beter als vrijwilliger / gastvrouw worden ingezet. (zingeving).
Aandacht voor life-events zoals met pensioen gaan, overlijden partner, werkloosheid e.d. Dat kan via bezoekjes en cursussen zoals Pensioen in Zicht. Benadruk niet alleen het belang van een divers sociaal netwerk, maar bied ook ondersteuning bij	Dorpsondersteuner: bezoekt risicogroepen (bijv. na Life- event zoals overlijden partner, verhuizing, stoppen als boer) bij signalen of als er een vraag komt. Wel vaak als er al contact is of een	Mensen meer wijzen op cursussen zoals PIZ (pensioen in zicht).

hoe ze hun sociaal netwerk kunnen verbeteren en onderhouden. Bied extra aandacht aan oudere mensen met specifieke risicofactoren zoals alleenstaanden of ouderen met een lage opleiding en laag inkomen, want zij hebben doorgaans meer moeite met het onderhouden van een divers sociaal netwerk.	bepaalde band is opgebouwd. Vanuit de KBO wordt aandacht gegeven aan ouderen bij verschillende life events. LEVgroep biedt cursussen bij bijv. echtscheiding en verstoorde rouw. Collega's van team Ruimte die in gesprek gaan met boeren kennen de weg naar Sociaal Team Asten en sturen door waar nodig.	
Sociale vaardigheden en het zelfbeeld van jongeren. Stimuleer scholen om te investeren bijvoorbeeld middels school- of klasbrede aanpakken als de Kanjertraining.	o.a. Bokx, Meidengroepen van Onis Welzijn en SOVA trainingen in het onderwijs.	
Verbeter de **mogelijkheden voor jongeren** om deel te nemen aan **sportactiviteiten**. Hierbij zou voldoende aandacht moeten zijn voor constructieve sociale interacties en het ontwikkelen van sociale vaardigheden.	Programma LEEF! Met aandacht voor sport maar ook cultuur. Sport- en cultuurvoucher voor kinderen tussen 4 en 18 jaar waarvan ouders minimuminkomen hebben. Per jaar max. 200,= beschikbaar om lid te worden van vereniging.	
Verbeter de **mogelijkheden voor kwetsbare volwassenen en ouderen** om deel te nemen aan **beweeg- en sportactiviteiten**.	Het programma LEEF! brengt kwetsbare volwassenen en ouderen bij elkaar door samen te sporten en bewegen of op zoek te gaan naar geschikt aanbod voor inwoners die hiertoe niet zelf in staat zijn. Beweegactiviteiten in verzorgingstehuizen. Beweegactiviteiten vanuit de Onis Welzijn/KBO.	

Bij het ondersteunen van risicogroepen bij het creëren en onderhouden van een divers sociaal netwerk is het belangrijk zoveel mogelijk belemmeringen weg te nemen. De gemeente kan dit via algemene voorzieningen op de volgende manieren doen:

Bouwstenen voor beleid	Wat doen we al in Asten?	Wat missen we nog?
Mobiliteit. Zorg dat iedereen, onafhankelijk van de beperking**,** mobiel is. Denk daarbij, naast **vervoer**, ook aan het verbeteren van **ICT-vaardigheden** zodat mensen ook via internet contact kunnen onderhouden.	Automaatje en ook alle andere maatjesprojecten. KBO scootmobielcursus Computercursus door Digitaal Kompas. Bibliotheek: 'Klik en Tik' computercursus. Onis organiseert activiteiten voor laaggeletterden (o.a. voorleesactiviteiten, individueel aanbod).	1 op 1 begeleiding voor computervaardigheid aan huis. Voor mensen die niet mobiel zijn en juist de digitale wereld nodig hebben ook voor het leggen en onderhouden van contacten. → hier gaan de vrijwilligers van het digitaal kompas mee aan de slag. Zij krijgen ondersteuning door Onis Welzijn om dit goed op poten te zetten.
Respijtzorg. Zorg dat zorg- en welzijnsorganisaties voldoende aanbieden, zodat **mantelzorgers** voldoende tijd hebben voor het onderhouden van sociale contacten.	Logeerhuis Plezant voor mensen met dementie en NAH. Dorpsondersteuners hebben hier oog voor en denken mee met de mantelzorger. Vanuit de Wmo zijn er mogelijkheden voor kortdurend verblijf, zodat bijv. mantelzorger weer even op adem kan komen. Mantelzorg uitjes: werkgroep in Asten. Vrijwilligers organiseren uitjes en activiteiten voor mantelzorgers. Vanuit zorgverzekering zijn er (soms) mogelijkheden voor respijtzorg.	Steunpunt Mantelzorg bestaat in Asten niet meer sinds maart 2020. Mantelzorgers kunnen met vragen terecht bij Sociaal Team Asten. Mantelzorgers zijn minder goed in beeld. Vragenlijst uitzetten onder mantelzorgers; weten ze waar ze terecht kunnen? Wat hebben mantelzorgers nodig?
Laag besteedbaar inkomen. Korting voor mensen met een op sportieve, recreatieve en culturele activiteiten.	Sportvouchers, stichting Leergeld. Regeling Meedoen: een jaarlijkse bijdrage van 110,= per kind tussen 0 en 18 jaar, bedoeld voor deelname aan de maatschappij. Tussen 4 en	

	18 jaar is er een extra bedrag van 150,= beschikbaar. Bibliotheekpas: jaarabonnement op de bibliotheek voor mensen met minimum inkomen met flinke korting.	
Psychische kwetsbaarheid of (licht) verstandelijke beperking. Hun sociale vaardigheden zijn vaak beperkt. Voor hen is het extra belangrijk dat zij verwelkomd worden als zij in de wijk komen wonen, zodat voorkomen kan worden dat zij vereenzamen. Een methode die daarbij kan helpen is 'Kwartier maken'.	ORO: zorg voor inwoners met een verstandelijke beperking. MEE: inzet vanuit MEE voor ondersteuning van mensen met een psychische, verstandelijke of lichamelijke beperking en hun omgeving. GGZ in de wijk: binnen het Sociaal Team Asten is er GGZ expertise. Kan in specifieke GGZ casussen worden ingezet.	

Wat kan de <u>gemeente</u> doen om eenzaamheid vroegtijdig te <u>signaleren</u>?

Bouwstenen voor beleid	Wat doen we al in Asten?	Wat missen we nog?
Belangrijkste risicogroepen in beeld op gemeente- en/of wijkniveau. Dit kan door te kijken naar de cijfers van de **Gezondsheidsmonitor** van de GGD en in **gesprek te gaan met professionals en sleutelpersonen**	Resultaten GGD monitors worden besproken met sleutelfiguren.	
Afstemmen rondom sociale problematiek met professionele en vrijwillige organisaties binnen netwerken Sluit hiervoor aan op bestaande netwerken. Wijs bijvoorbeeld aandachtsfunctionarissen aan, die zorgen dat eenzaamheid, en het signaleren, op de agenda blijft staan.	Sociaal café Asten-Someren Ontwikkeltafel Sociaal Netwerk Asten Bijeenkomsten Jeugd voor jeugdprofessionals, georganiseerd vanuit de gemeente. Kernteam; wekelijkse casuïstiek bespreking/verdeling met partners Sociaal Team Asten.	
Deskundigheidsbevordering van sociale professionals en vrijwilligers. Investeer wat betreft kennis over risicogroepen en het signaleren en bespreekbaar maken van	Af en toe een themabijeenkomst (bijv. jaarlijks rondom echtscheiding).	In samenwerking met Someren worden in de periode mei 2021 t/m oktober 2021 een reeks van 4 workshops

eenzaamheid incl. de onderliggende oorzaken en de wijze waarop je hier achter kunt komen.		georganiseerd rondom eenzaamheid. Deze workshops zijn voor zowel professionals als vrijwilligers.