

# Samen ben je niet alleen Twenterand

*Nota en actieplan 2.0 (waar staan wij na 1 jaar?)*



## Inhoud

1. Inleiding .....	3
1.1 Eenzaamheid bij ouderen .....	4
1.2 Eenzaamheid bij jongeren .....	5
2. Eenzaamheid in de gemeente Twenterand .....	6
2.1 Aanbod van activiteiten gericht op eenzaamheid.....	7
3. Nota, actieplan en start: één tegen eenzaamheid.....	7
3.1 Landelijke actieprogramma ‘Één tegen eenzaamheid’ .....	7
4. Spierpunten .....	9
4.1 Bewustwording.....	9
4.2 Signaleren .....	9
4.3 Meldpunt en doorverwijzing .....	10
5. Actieplan.....	11
5.1 Rolverdeling.....	11
5.2 Doelgroep.....	11
5.3 Bewustwording.....	11
5.4 Signaleren .....	13
5.5 Meldpunt en doorverwijzing .....	15
5.6 Monitoring en evaluatie .....	17
6. Werkgroepen omgezet naar inventarisatie (Nieuw).....	18
6.1. Randvoorwaarden actieplan .....	18
6.2 Uitkomsten Spierpunten .....	19
6.3 Monitoring en evaluatie .....	22
7. Acties en planning .....	22
Zie de bijlage.....	22
8. Coalitie “Samen ben je niet alleen Twenterand” .....	22
8.1 Samen ben je niet alleen .....	22

## 1. Inleiding

### **Update december 2020:**

*In dit document is in januari 2020 ingegaan op de aanpak van eenzaamheid van ouderen van 75 jaar en ouder. Benoemd is toen dat dit document een werkdocument is dat doorlopend kan worden aangepast. Tevens is aangegeven dat er na ca. 1 jaar een (tussen-)evaluatie zou plaatsvinden. In deze versie geven wij aan hoe ver de projectorganisatie na 1 jaar met haar zoektocht naar een effectieve, integrale en duurzame aanpak van eenzaamheid is gekomen. Deze, t.o.v. Actieplan 1.0 nieuwe, tekstdelen zijn herkenbaar aan de groen gekleurde kaders.*

Eenzaamheid is een groot en relevant probleem. Eenzaamheid vormt een bedreiging voor de inclusieve samenleving, waarin iedereen mee kan doen. Uit onderzoeken blijkt dat eenzaamheid een negatief gevolg heeft op de gezondheid van mensen. Door het negatieve gevolg op de gezondheid van mensen stijgen ook de (gezondheidszorg)kosten. Ook in de gemeente Twenterand is 36% van de inwoners van 19 jaar en ouder eenzaam (RIVM, 2016).

**Algemeen:** Meer dan een miljoen Nederlanders voelen zich sterk eenzaam, volgens onderzoek. Eenzaamheid is dan ook een groot en relevant probleem. Het treft zowel jonge als oude mensen direct in hun welzijn. Uit onderzoeken naar eenzaamheid blijkt dat het percentage mensen dat zich eenzaam voelt stijgt en naar verwachting blijft stijgen, in verband met de vergrijzing van de samenleving en de individualisering van de maatschappij.

**Omschrijving:** In Nederland gebruiken we voor eenzaamheid de volgende definitie: 'eenzaamheid is het subjectief ervaren van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan (kwaliteit van) bepaalde sociale relaties. Het kan zijn dat het aantal contacten dat men heeft met andere mensen geringer is dan men wenst. Het kan ook zijn dat de kwaliteit van de gerealiseerde relaties achterblijft bij de wensen. Eenzaamheid is onvrijwillig, het is een ervaring van mensen en daarmee moeilijk van buitenaf waar te nemen. (Van Tilburg & De Jong Gierveld, 2007, p. 14).

**Oorzaken:** Eenzaamheid kent meerdere oorzaken.

*Allereerst* de individuele oorzaken ofwel persoonlijke capaciteiten en eigenschappen. Bij individuele oorzaken valt te denken aan een gebrek aan sociale vaardigheden, weinig zelfvertrouwen, slechtzindheid, slecht ter been zijn, psychische problemen, een gebrek aan geld om sociale activiteiten te ondernemen.

*Ten tweede* spelen veranderingen in het sociale netwerk een rol. Deze veranderingen kunnen gevoelens van eenzaamheid veroorzaken. Veranderingen kunnen ontstaan na ingrijpende gebeurtenissen, zoals een echtscheiding, een ontslag, een verhuizing, het overlijden van een dierbare etc.

*Ten derde* kent eenzaamheid maatschappelijke oorzaken. Hierbij gaat het om het gemak waarmee mensen in onze samenleving contact met elkaar leggen. Te denken aan bijvoorbeeld een negatieve beeldvorming over ouderen en migranten, waardoor betekenisvol sociaal contact moeilijker tot stand komt. Daarnaast wordt de toegenomen individualisering vaak als een maatschappelijke oorzaak van eenzaamheid genoemd. Traditionele verbanden zoals in een dorp, de kerk, de buurt en verenigingen zijn lossier geworden. Tegenwoordig moeten mensen zelf actief sociale verbanden opbouwen en onderhouden. Daarnaast is er nog veel taboe op het thema, waardoor het moeilijk bespreekbaar is.

**Gevolgen:** Eenzaamheid kan grote gevolgen hebben. Zo brengt het gezondheidsrisico's met zich mee, kan het leiden tot minder participeren in de samenleving en verhoogt het de kans op vroegtijdig overlijden. Daarnaast blijkt uit onderzoek dat mensen die zich erg eenzaam voelen, vaker een negatief mens- en/of zelfbeeld hebben dan mensen die geen last van eenzaamheid hebben en minder gelukkig zijn.

**Risicogroepen:** Er bestaan een aantal factoren die de kans op eenzaamheid vergroten. Een risicofactor is life-events, zoals overlijden van partner, echtscheiding, verlies van werk en inkomen. Ook maatschappelijke veranderingen, zoals woonomgeving, individualisering en negatieve beeldvorming van bepaalde groepen zijn een risicofactor. Daarnaast worden chronisch zieken, mensen met een beperking, alleenstaanden, zwaarbelaste mantelzorgers, ouderen (75+), maar ook jongeren gezien als risicogroepen.

**Herkennen:** Er zijn verschillende signalen die kunnen wijzen op eenzaamheid. Wat betreft lichamelijke signalen zou een verslechterde zelfzorg, gebrek aan eetlust of vermoeidheid opgemerkt kunnen worden. Wat betreft psychische signalen zouden gevoelens van zinloosheid/uitzichtloosheid, een negatief zelfbeeld en verdriet opgemerkt kunnen worden. Als sociale signalen zouden weinig sociale contacten en het missen van sociale steun opgemerkt kunnen worden. Als gedragsmatige signalen zou het gebrek aan sociale vaardigheden, claimedrag of overmatig gebruik of verslaving opgemerkt kunnen worden. Daarnaast kunnen er levensgebeurtenissen opgemerkt worden zoals het overlijden van een naaste, een scheiding, financiële problemen en een verhuizing. Om eenzaamheid of een sociaal isolement te meten is er een eenzaamheidsschaal ontwikkeld. (de Jong Gierveld en Tilburg, 2007)

**Tegengaan:** Het aanpakken van eenzaamheid is maatwerk. Ieder mens kan eenzaamheid anders ervaren en ditzelfde geldt voor de oplossingen. Mensen kunnen eenzaamheid voorkomen door een breed sociaal netwerk op te bouwen. Echter, ook met een goed sociaal netwerk, kan iemand zich eenzaam voelen. Door bestaande en nieuwe werkwijzen, projecten en trajecten te koppelen streven we naar een brede aanpak in het tegengaan van eenzaamheid. Zo zal er onderzocht moeten worden of er voor specifieke doelgroepen een specifieke aanpak moet komen, te denken aan mensen met GGZ-problematiek of LVB-problematiek. Naast hulpverlenende instanties zullen bijvoorbeeld ook inwoners, verenigingen, kerken en ondernemers betrokken moeten worden om de aanpak van eenzaamheid een gezamenlijke aanpak te maken. Daarnaast is de methode positieve gezondheid<sup>1</sup> een uitgangspunt en willen we kijken naar de krachten die ieder individu bezit en op basis hiervan een passende aanpak realiseren. Door een brede samenwerking aan te gaan en een brede aanpak verwachten we dat het thema gaat leven onder de inwoners en de aanpak van eenzaamheid ook daadwerkelijk eenzaamheid reduceert binnen de gemeente Twenterand.

## 1.1 Eenzaamheid bij ouderen

Eenzaamheid onder ouderen is een probleem dat steeds groter lijkt te worden. Echter, het is moeilijk dit probleem goed in kaart te brengen en passende oplossingen te bedenken. Er zijn verschillende oorzaken voor eenzaamheid onder ouderen. Onder andere het meemaken van meerdere life-events speelt een rol bij het ontstaan van eenzaamheid. Life-events zoals het wegvallen van een partner, waar iemand soms zijn hele leven mee heeft gedeeld, het wegvallen van werk (ontslag, pensioen), het kwijtraken van vrienden, familie en kennissen, spelen een grote rol bij het ontstaan van eenzaamheid. Het (steunende) netwerk van een persoon wordt dan steeds kleiner.

---

<sup>1</sup> <https://iph.nl/positieve-gezondheid/>

Daarnaast speelt het verliezen van mobiliteit een rol bij het ontstaan van eenzaamheid. Hierbij valt te denken aan het kwijtraken van een rijbewijs. Hierdoor wordt het voor een persoon steeds moeilijker zelfstandig activiteiten te ondernemen en mensen op te zoeken. Ook een slechter wordende gezondheid speelt een rol bij het ontstaan van eenzaamheid. Hierbij valt te denken aan moeite met bewegen, achteruitgang van gehoor en slechter worden van het geheugen. Dit is voor veel ouderen moeilijk te accepteren, maar ook moeilijk om mee om te gaan. Daarnaast speelt het een rol dat kinderen niet altijd in de buurt wonen of soms zelfs ver weg wonen.

Het risico dat mensen met eenzaamheid te maken krijgen is vergroot door actuele ontwikkelingen, zoals dubbele vergrijzing (steeds meer ouderen, die gemiddeld steeds ouder worden), de afbouw van de verzorgingsstaat (er wordt een hoge mate van zelfredzaamheid en zo lang mogelijk zelfstandig wonen verwacht), de toename van individualisering in de maatschappij en de hoge eisen aan de kwaliteit van leven (streven naar een gelukkig bestaan met goede sociale relaties).

Tegenwoordig is er steeds meer informatie bekend over de negatieve gevolgen van eenzaamheid voor het individu en de samenleving. Dit maakt dat de samenleving en de overheid eenzaamheid als een urgent probleem zien. Er lijkt een verband te zijn tussen eenzaamheid en een toenemend beroep op de gezondheidszorg. Eenzame en sociaal geïsoleerde ouderen hebben een grotere kans op lichamelijke en psychische klachten, waardoor zij eerder en vaker gebruik zullen maken van zorg. Door de vergrijzing zal het aantal ouderen in de gezondheidszorg toenemen en dreigt de gezondheidszorg duurder te worden.

## 1.2 Eenzaamheid bij jongeren

Niet alleen onder ouderen is eenzaamheid een probleem. Ook onder jongeren komt eenzaamheid voor. Waar er een aantal jaren geleden nog geen mogelijkheid was om online te communiceren met anderen, speelt de sociale omgeving van jongeren zich nu steeds meer af in een online omgeving. Zo worden connecties op social media gezien als echte vrienden, te denken aan vrienden op Facebook of een groep op Whatsapp. Wanneer een connectie op social media wegvalt, kan dit door de jongere worden gevoeld als een afwijzing. Deze afwijzing kan hetzelfde voelen dan wanneer iemand in de fysieke wereld niet wordt toegelaten tot bijvoorbeeld een vriendengroep.

Gevolgen van eenzaamheid bij jongeren kunnen ernstig zijn. Het kan gaan om mentale problemen, zoals depressie, laag zelfvertrouwen of verminderd cognitief functioneren. Het kan ook gaan om gedragsmatige problemen, zoals roken en drinken of om lichamelijke problemen, zoals verhoogde stressreacties van het lichaam en slaaptkort. Daarnaast kan het gaan om maatschappelijke problemen, zoals verhoogde zorgbehoefte of vroegtijdig schoolverlaten. Ook bij jongeren zijn de (indirecte) zorgkosten voor eenzaamheid hoog. (Lodder, van Roekel, Verhagen, 2016)

Bij jongeren is het voornamelijk belangrijk te investeren in de coping strategie en het ervaren van voldoende steun. Als men op jonge leeftijd leert om te gaan met tegenslagen, wordt men weerbaarder. Dit maakt een aanpak duurzaam. Daarnaast is (het aanleren van) sociale vaardigheden van belang bij jongeren. Dit is een mogelijke preventieve stap naar een vermindering van eenzaamheid. Echter, ook voor jongeren geldt dat er geen pasklare oplossing is tegen eenzaamheid. Iedere jongere is anders, waardoor er altijd gezocht moet worden naar een oplossing op maat.

## 2. Eenzaamheid in de gemeente Twenterand

Iedereen is onderdeel van een sociaal netwerk. Hierbij valt te denken aan de buren, de school, de vrienden, de vereniging, de kerk, het werk en het gezin. Dit sociale netwerk beïnvloedt ons dagelijks leven, maar kan zowel een negatief als positief effect hebben op de gezondheid. Zo kan goed contact met buren een basis vormen voor sociale steun en hulp, indien nodig. Wanneer er sprake is van een klein sociaal netwerk, levert dit risico's op wat betreft eenzaamheid. Echter, ook wanneer iemand een groot netwerk heeft, hoeft dit niet te betekenen dat het netwerk steunend is.

De GGD Twente heeft in 2016 onderzoek gedaan naar eenzaamheid bij ouderen in de gemeente Twenterand. Hieruit komt naar voren dat 35% van de ouderen matig eenzaam is, 4% ernstig eenzaam is en 2% zeer ernstig eenzaam is. Vanuit cijfers van het RIVM uit 2016 blijkt dat 36% van de inwoners uit Twenterand, van 19 jaar en ouder, eenzaam is. Hiervan is 6% ernstig eenzaam, 36% sociaal eenzaam en 24% emotioneel eenzaam. Per wijk bekeken zien we dat Westerhaar-Vriezenveenswijk en Bruinehaar de wijken zijn waar de eenzaamheid onder inwoners van 19 jaar en ouder het grootst is. In Westerhaar Vriezenveenswijk is 38% eenzaam, waarvan 38% sociale eenzaamheid en 26% emotionele eenzaamheid. In Bruinehaar is 37% eenzaam, waarvan 37% sociale eenzaamheid en 25% emotionele eenzaamheid. Naar eenzaamheid onder jongeren is weinig onderzoek gedaan. Wel is uit onderzoek van Lodder, van Roekel en Verhagen (2016) gebleken dat tot wel 70% van de jongeren aangeeft zich soms of vaak eenzaam te voelen. .

### *Update:*

*In de laatste gezondheidsmonitor Jeugd van 2019 geeft 3% van de jongeren uit Twenterand aan zich vaak eenzaam te voelen en 17% soms. In heel Twente is dit resp. 4 en 14%. Er is momenteel een speciale corona-editie van dit onderzoek gaande. Resultaten hiervan worden eerste kwartaal 2021 verwacht.*

De gemeente Twenterand vindt deze cijfers zeer verontrustend en voelt de noodzaak om samen met betrokken partners eenzaamheid aan te pakken. Daarnaast loopt nu ook de landelijke campagne 'Één tegen eenzaamheid'. Als gemeente vinden we het belangrijk hierbij aan te sluiten. Aangezien eenzaamheid een complex probleem is, waar geen simpele, pasklare oplossing voor te bedenken is, wordt de samenwerking gezocht met verschillende organisaties, verenigingen, bedrijven, kerken en personen. Deze samenwerking is voor ons als gemeente noodzakelijk om eenzaamheid aan te kunnen pakken.

### *Update:*

*De gezondheidsmonitor van de GGD Twente wordt momenteel herhaald. Resultaten hiervan hopen wij in het voorjaar van 2021 te ontvangen. Dan kunnen wij zien hoe deze cijfers zich ontwikkelen. Ook is de gemeente aangesloten bij de landelijke campagne "Één tegen eenzaamheid". Vanuit het landelijke initiatief verschijnen nieuwsbrieven, worden toolboxen ter beschikking gesteld en kan deelgenomen worden aan interessante (online) bijeenkomsten over het thema.*

In de gemeente Twenterand bestaan er al verschillende initiatieven die direct of indirect gericht zijn op het tegengaan van eenzaamheid. Met dit plan willen wij, samen met betrokken partners tot een gezamenlijke visie en integrale uitwerking komen in het verminderen van eenzaamheid. Bij het thema eenzaamheid zijn verschillende terreinen betrokken, zoals vrijwilligerswerk, mantelzorg, een dementievriendelijke omgeving en het langer zelfstandig thuis wonen. Deze verschillende terreinen worden met elkaar in verbinding gebracht, zodat de aanpak van eenzaamheid gezamenlijk en effectief uitgevoerd kan worden. Alleen door verschillende terreinen met elkaar te verbinden, komen we tot een duurzame en effectieve aanpak tegen eenzaamheid.

## 2.1 Aanbod van activiteiten gericht op eenzaamheid

Een aantal reeds bestaande voorbeelden zijn:

- Trainingen met betrekking tot het versterken van sociale vaardigheden
- Lotgenotencontact voor specifieke doelgroepen
- Senioren Advies Teams
- Samen Eten

### *Aanvulling:*

*Wij noemen deze voorbeelden omdat deze activiteiten het inzicht in de eigen eenzaamheid verbeteren, de eenzaamheid bespreekbaar maken en individuele oorzaken van eenzaamheid kunnen verminderen of kunnen wegnemen. Het gaat dus om méér dan alleen ontmoeten; ook om trainingen en workshops gericht op coping en versterking van het sociale netwerk, om maatjes-trajecten etc.*

In januari 2020 is uitgesproken dat we het complete aanbod in de gemeente Twenterand moeten gaan bekijken. Welk aanbod kan (eventueel met een kleine aanpassing) gebruikt worden tegen eenzaamheid en welk nieuw aanbod is er nodig?

### *Update:*

*De eerder genoemde "gewenste verbinding" tussen de diverse terreinen had een aanvang kunnen krijgen via de diverse werkgroepen binnen de coalitie, die voorjaar '20 zouden starten. Deze zijn echter door het uitbreken van de coronapandemie, niet van de grond gekomen. Hier is flexibel op ingespeeld. In plaats hiervan is in mei 2020 is onder de coalitiepartners een inventarisatie uitgezet zodat op bovenstaande vraag antwoord kwam. Op dit verzoek is enthousiast gereageerd zowel met verwijzingen naar bestaand aanbod als met ideeën of wensen voor nieuw aanbod. In deze notitie borduren wij voort op de uitkomsten hiervan. (Een samenvatting van de uitkomsten vindt u in de bijlagen.)*

*Opgemerkt wordt dat in september 2020 een aantal coalitiepartners al proactief aan de slag is gegaan met de uitkomsten van deze inventarisatieronde. Zo is men al gaan nadenken over met welk aanbod het bestaande aanbod kan worden versterkt en zo is er tijdens de landelijke week van de eenzaamheid in de eerste week van oktober 2020, onder het thema "Twenterand ontmoet" een mooie brede agenda gedeeld.*

## 3. Nota, actieplan en start: één tegen eenzaamheid in Twenterand

Eenzaamheid is een probleem dat niet alleen door de gemeente opgelost kan worden. Daarom zoekt de gemeente de samenwerking met betrokken partners, verenigingen, vrijwilligers, inwoners etc. en bundelen we onze krachten om samen een front te vormen tegen eenzaamheid. Dit doen we onder het motto: "samen ben je niet alleen".

### 3.1 Landelijke actieprogramma 'Één tegen eenzaamheid'

De vijf pijlers van het landelijke actieprogramma 'Één tegen eenzaamheid' zijn:

#### 1. Bestuurlijk commitment

De aanpak van eenzaamheid valt of staat met politiek-bestuurlijk draagvlak.

Zorg dat het college van burgemeester en wethouders betrokken is. Evenals beleidsmakers van verschillende beleidsterreinen.

## 2. Creëer een sterk netwerk

Eenzaamheid aanpakken kan alleen in netwerkverband. Kijk dus naar welke partijen er al zijn, maar maak ook nieuwe en slimme verbindingen om samen verder te komen. Betrek daarbij ook zeker het bedrijfsleven en de lokale ondernemer. Maak iemand kartrekker.

## 3. Betrek mensen, eenzamen zelf

Er is niet één type eenzame of één type eenzaamheid. Om goed aan te sluiten bij de doelgroep, moet je mensen die eenzaam zijn betrekken. En ook de omgeving, zoals de familie en buurtbewoners. Zorg dat je mensen bereikt door achter de voordeur te komen. Haal mensen vervolgens over de drempel.

## 4. Werk aan een duurzame aanpak

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

## 5. Monitoring en evaluatie

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

Omdat de gemeente aangemeld is bij het landelijke programma 'Één tegen eenzaamheid' ontvangen we advies vanuit het Ministerie Volksgezondheid, Welzijn en Sport. Daarnaast willen we graag leren van het bestaande landelijke aanbod, maar hopen we dat anderen ook van ons kunnen leren.

### *Update:*

*Ad 1) Bestuurlijk commitment: Eenzaamheid is in Twenterand een prioriteit uit het coalitieakkoord. Het college is nader betrokken door het actieplan in januari 2020 aan hen voor te leggen. Met de uitbreiding naar beleidsmakers van andere beleidsterreinen is in de afgelopen periode een eerste aanzet gemaakt. De bedrijfscontactfunctionarissen zijn persoonlijk benaderd en informatie van het Ministerie van VWS over eenzaamheid en "Ondernemers betrekken" is met hen gedeeld. Ook zijn er door hen webinars over dit thema bijgewoond. Vervolgens is heeft in oktober via een Teams gesprek plaatsgevonden tussen de collega's van de gemeente om over de opgedane bevindingen uit te wisselen en een eventuele vervolgstap te bedenken. Het idee is nu om t.b.v. het bedrijfsleven een webinar te organiseren met thema's uit het sociaal domein, waar eenzaamheid er één van is. Dit sluit aan op een reeds langer bestaande wens vanuit Laaggeletterdheid en Schuldhulpverlening. Wij nemen het idee op in het actieplan maar zijn voor de uitvoering mede afhankelijk van andere afdelingen binnen de gemeente.*

*Ad 2) In oktober 2020 is er verbinding gezocht met sleutelfiguren van de kerken. Dit heeft geleid tot een nader inzicht in het aanbod van de kerken op het gebied van zingeving en projecten als "omzien naar elkaar". Ook is er contact gezocht met het diaconaal platform en het team "Vroegsignalering"<sup>2</sup>. Doel was hen van informatie te voorzien en te onderzoeken waar overlap is en waar kan worden samengewerkt.*

---

<sup>2</sup> <https://benijvrij.nl/twenterand/ons-aanbod/vroegsignaleringgemeenteTwenterand>



## Nota en actieplan “samen ben je niet alleen”

In dit document zoeken we naar een effectieve en duurzame aanpak van eenzaamheid.

Dit document dient als handreiking om eenzaamheid in Twenterand op een effectieve en integrale manier aan te pakken en vormt een kader voor reeds bestaande initiatieven gericht op de aanpak van eenzaamheid.

We realiseren ons dat gevoelens van eenzaamheid niet te voorkomen zijn, bij het leven horen en dat iedereen zelf beslist wel of niet iets te doen met eigen gevoelens van eenzaamheid. Echter, het is ons streven het welzijn van Twenteranders te vergroten en iedereen een kans tot participatie in onze samenleving te bieden. Wij streven er naar de kansen op eenzaamheid te verkleinen en inwoners handvatten te bieden om eenzaamheid aan te pakken. Daarnaast willen we onze aanpak van eenzaamheid monitoren, om te meten wat effectief is en zodat waar nodig bijgestuurd kan worden. De monitoring zal bestaan uit de vierjaarlijkse gezondheidsmonitor van de GGD en er zal onderzocht worden of er een start- en eindmeting met bijvoorbeeld de Loneliness Scale wanneer iemand deelneemt aan een activiteit/interventie tegen eenzaamheid. Uiteindelijk willen we een afname van eenzaamheidservaring zien onder de inwoners van de gemeente Twenterand.

### *Update:*

*De vierjaarlijkse gezondheidsmonitor GGD 2019 is in 2020 opgestart. Voor een monitoring op individueel niveau rondom interventies wordt naast de Loneliness Scale ook gekeken naar de instrumenten in het kader van Positieve Gezondheid. Dit punt moet nog worden opgepakt maar hangt nauw samen met eventuele nieuwe interventies.*

## 4. Speerpunten

Naar aanleiding van de bijeenkomsten met betrokken partners, zijn eind 2019/begin 2020 de volgende speerpunten geformuleerd:

### 4.1 Bewustwording

Op eenzaamheid rust nog steeds een taboe. Door te beginnen met het bespreekbaar maken van eenzaamheid, hopen we dat mensen die zich eenzaam voelen eerder hulp gaan zoeken. Landelijk zijn er meerdere campagnes gestart rondom eenzaamheid. Ook lokaal is er in 2017 – 2018 een begin gemaakt met de aanpak van eenzaamheid, door o.a. het project ‘Samen tegen eenzaamheid’ van ZorgSaam Twenterand in 2018. We kunnen eenzaamheid alleen aanpakken als iedereen hiervoor gezamenlijk de verantwoordelijkheid draagt, zowel overheid, inwoners, familie, omgeving en betrokken instanties.

### 4.2 Signaleren

Er wordt door (maatschappelijke) organisaties opgemerkt dat mensen, wanneer ze zich eenzaam voelen, niet zelf aan de bel trekken. Dit maakt dat we proactief bezig moeten gaan met het signaleren van eenzaamheid. Dit kan onder andere door<sup>3</sup> bij mensen thuis te komen, maar ook de digitale signaleringsnetwerken kunnen benut worden. Zo zijn bijvoorbeeld het niet openen van de post, het niet betalen van rekeningen, het niet gebruiken van water en elektriciteit signalen die bij bedrijven binnen komen en kunnen wijzen op eenzaamheid.

Daarnaast ligt er een rol voor bijvoorbeeld bureaus, ondernemers, woningbouwcoöperatie, thuiszorgmedewerkers, familie, wanneer zij signalen zien bij iemand die zij bezoeken.

---

<sup>3</sup> <https://www.eentegeneenzaamheid.nl/app/uploads/2020/09/Handreiking-signaleren-van-eenzaamheid-voor-gemeenten.pdf>

*Update:*

*Eerder werd de methode Positieve Gezondheid genoemd. Eenzaamheid is geen op zichzelf staande klacht. Het is verweven met veel aspecten van lichamelijke-en psychisch welbevinden. Met het instrument Positieve Gezondheid worden door middel van een 'spinnenweb' meerdere kanten van gezondheid belicht en voorzien van een cijfer op een schaal van 0 tot 10.*

### 4.3 Meldpunt en doorverwijzing

Wanneer iemand signalen van eenzaamheid opmerkt, is het belangrijk dat hier ook naar gehandeld wordt, zodat er een juiste doorverwijzing kan plaatsvinden.

*Update:*

*Onder doorverwijzing verstaan wij het doorleiden naar passend aanbod. Hiervoor achten wij een verbeterde sociale kaart nodig en op onderdelen, een verbreding/vernieuwing van het aanbod dat met name aansluit op een aantal life-events.*

Wanneer iemand behoefte heeft aan een goed/diepgaand gesprek, is het moeilijk dit te laten wachten. Gevoelens van eenzaamheid kunnen bijvoorbeeld op feestdagen extra ingrijpend zijn. In Nederland bestaat er 'de Luisterlijn'. Dit is een hulplijn die 24 uur per dag open staat dankzij duizenden vrijwilligers die bereid zijn om op ieder uur van de dag en nacht te luisteren en een goed gesprek te voeren. Bij deze landelijke hulplijn wordt er een goede verbinding met de lokale sociale kaart gestimuleerd, zodat er na het gesprek lokale opvolging mogelijk is, wanneer iemand hier behoefte aan heeft. Naast de luisterlijn bestaat de Zilverlijn. Dit is een belservice speciaal voor ouderen. Iemand kan zich hier aanmelden en wordt dan iedere week gebeld door een professionele vrijwilliger. Deze vrijwilligers bieden een luisterend oor, een gezellig praatje of een goed gesprek.

*Update:*

*Qua lokaal aanbod op dit gebied zijn er door diverse maatschappelijke partners tijdens de corona-epidemie diverse bel- en luisterlijnen opgezet. Zo werd AutoMaatje door deze crisis tevens "BelMaatje", riep Evenmens haar vrijwilligers op degenen die zij begeleidden regelmatig pro-actief te bellen en belde Zorgzaam Twenterand haar vaste deelnemers van activiteiten. Ook Meldpunt Eenzaamheid nam meer de tijd voor het voeren van gesprekken. We nemen het onderzoeken of er een behoefte is aan een structurele bellijn in de gemeente, weliswaar met lage prio vanwege de aanwezigheid van de landelijke Luisterlijn, op in onze actiepuntenlijst.*

Lokaal zijn er ook veel maatschappelijke organisaties, bedrijven, vrijwilligers, huisartsen, wijkverpleegkundigen et cetera die bereid zijn signalen van eenzaamheid te melden. Deze partijen kunnen terecht bij het lokale meldpunt eenzaamheid.

Het Meldpunt Eenzaamheid wordt in de gemeente Twenterand sinds 2018 uitgevoerd door de zorginformatiepunten (ZIP's). Partijen en inwoners kunnen zich hier persoonlijk melden, maar kunnen ook veel informatie vinden op de website van het meldpunt eenzaamheid (ME). Zie hiervoor ook paragraaf 5.4.

## 5. Actieplan

De speerpunten zijn uitgewerkt in concrete actiepunten die gezamenlijk worden opgepakt.

### 5.1 Rolverdeling

Het blijkt nodig de huidige rollen van de diverse projectdeelnemers tot dusver te verhelderen:

Zorgzaam Twenterand	uitvoerder Actieplan, kartrekker, coördinator
Gemeente Twenterand	Bewaken kaders en budget, linking-pin college van B&W en intern te betrekken afdelingen, delen info via website en nieuwsbrieven
Ministerie van VWS	Aansluiting op landelijk programma en adviesrol
Coalitiepartners (deelnemers: zie Hst 8)	Leveren van input en informatie over nieuw of huidig aanbod, signaleerders, doorverwijzers, uitdragen gezamenlijke communicatie, uitwerking op thema's

#### *Update:*

*Inmiddels melden zich af en toe nieuwe partners aan, vaak na contact met het Meldpunt Eenzaamheid. Dit zijn m.n. partners werkzaam op het gebied van zorg en welzijn. Hoe groter de coalitie is, hoe moeilijker het echter is om slagvaardig te zijn. Overwogen wordt de coalitie op te delen in actieve en minder actieve partners en in een binnenste en buitenste cirkel of een indeling op thema's. Dit zorgt mogelijk voor meer efficiëntie. Ook zorgt samenwerking met coalitiepartners op basis van hun expertise op bepaalde life-events mogelijk voor een meer doelmatige aanpak. We vragen de adviseur van het Min. van VWS om advies*

### 5.2 Doelgroep

In eerste instantie zal de uitvoering van het plan gericht zijn op ouderen van 75 plus. De aanpak van eenzaamheid zal eerst op hen gericht zijn omdat uit onderzoek van GGD Twente blijkt dat zij het meest een gevoel van eenzaamheid ervaren. Zodra deze aanpak staat en werkt, kan de uitvoering eventueel uitgerold worden naar andere leeftijdsgroepen.

#### *Update:*

*De projectorganisatie is via ZorgSaam Twenterand voorjaar/zomer 2020 benaderd om actief deel te nemen aan project "Join Us"; een landelijk initiatief t.b.v. jongeren. Gezien de hiermee gemoeide kosten en de prioriteit die het college heeft gegeven aan de doelgroep 75+, is besloten vanuit de projectgroep nu niet deel te nemen. ZorgSaam Twenterand neemt op eigen titel deel om een voorschot te nemen op een eventuele latere uitrol van het actieplan naar de doelgroep jongeren. Het project start in januari 2021.*

### 5.3 Bewustwording

#### **Bewustwordingscampagne**

Het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport wil eenzaamheid uit de taboesfeer halen en bespreekbaar maken, zodat mensen die zich eenzaam voelen sneller hulp zullen zoeken. Er is een landelijke publiekscampagne gestart.

Eenzaamheid kan alleen aangepakt worden als we ons hier samen verantwoordelijk voor voelen. In de gemeente Twenterand zullen wij aansluiting zoeken bij de landelijke bewustwordingscampagne,

maar zullen we ook lokale kanalen gebruiken, zoals zowel de website van de gemeente als die van de lokale partners en huis-aan-huisbladen.

*Update:*

*Met een bescheiden budget uit de organisatie Zorgzaam Twenterand zelf, werd aan het begin van de coronacrisis (maart/april 2020) vanuit Meldpunt Eenzaamheid een bewustwordingscampagne gestart. Er werd met name aandacht geschonken aan de zichtbaarheid en vindbaarheid van Meldpunt Eenzaamheid en haar loketten. Doel hiervan was inwoners te informeren waar ze signalen m.b.t. eenzaamheid konden neer leggen.*

*Dit startte met de huis-aan-huis verspreiding van de "Zonnebloemkaart"; een kaart met belangrijke lokale en landelijke telefoonnummers. In vervolg hierop is voorjaar 2020 een kaartenactie met de supermarkten opgezet. Inwoners konden gratis kaarten met opbeurende, verbindende teksten meenemen om deze naar bekenden te sturen. Ook op deze wijze werd indirect aan bewustwording gewerkt en werd inwoners die deze kaarten ontvingen, een hart onder de riem gestoken.*

*Voor burendag 2020 werd (deels fysiek) via het brede netwerk van Zorgzaam Twenterand, via bestaande overlegstructuren en via sociale media de "Burenkaart" verspreid. Dit is een kaart waarmee zorgvragen en hulp gekoppeld kunnen worden en waarmee tevens beoogd wordt de vraagverlegenheid in de buurt te verlagen. Omdat niet iedereen zich ervan bewust is dat iemand die hulp nodig heeft, niet om die hulp durft te vragen, werkte de Burenkaart tevens bewustwordend en drempelverlagend. De digitale versie van de Burenkaart is op de website van ME gezet: <https://www.help-me.nu/burenkaart/>*

*Van 1 t/m 8 okt 2020 was de landelijke Week van de Eenzaamheid. Via het op de website zetten van de agenda "Twenterand Ontmoet" werd de aandacht gevestigd op een breed aanbod aan activiteiten, cursussen en ontmoetingen die direct of indirect gericht waren op het verminderen van eenzaamheid. Dit zorgde voor meer bezoekers op de website van ME. Ook groeide in die week het aantal contactmomenten met inwoners die een activiteit wilden bezoeken en/of een melding van eenzaamheid wilden doen. Het Meldpunt heeft in deze week tevens via straataffiches aandacht gevraagd voor het thema Eenzaamheid. Deze activiteiten werden ondersteund met persberichten.*

*In de aanpak van eenzaamheid blijft het vergroten van bewustwording maar ook het delen van kennis continu van belang. De projectleiding van het actieplan wil de bewustwordingscampagne graag uitbreiden naar een meer persoonlijker aanpak, waarin ervaringsverhalen van inwoners die eenzaamheid (hebben) ervaren, een rol spelen. Dit vraagt verdere uitwerking. In 2021 wordt daarom een deel van het beschikbare budget Eenzaamheid aangewend voor de uitvoering van een brede marketing en communicatiecampagne gericht op bewustwording.*

### **Ondertekenen actieplan**

In januari 2020 is een bijeenkomst georganiseerd met alle organisaties die ook bij de eerdere bijeenkomsten aanwezig waren. Hen is gevraagd hun handtekening onder het actieplan te zetten en zo hun betrokkenheid bij dit thema te bevestigen.

*Update:*

*Na de goedkeuring van het college, is in januari 2020 een gezamenlijke startbijeenkomst georganiseerd waarin de coalitiepartners het actieplan hebben ondertekend. Aan deze startbijeenkomst is de nodige publiciteit geschonken.*

### **Inzetten van betrokkenen en/of ervaringsdeskundigen**

Wanneer men iemand wil helpen die zich eenzaam voelt, is het belangrijk vertrouwen op te bouwen. Op het moment dat iemand zich meldt met signalen van eenzaamheid bij iemand uit zijn/haar omgeving, zal de medewerker van het Meldpunt Eenzaamheid nagaan of dit de juiste persoon is om als betrokkene de opening in het contact met de oudere te vormen. Daarnaast zal er voor bijeenkomsten rondom eenzaamheid actief uitgevraagd worden of er inwoners zijn die zich wel eens eenzaam voelen of hebben gevoeld en bereid zijn te vertellen wat dit met hen doet, hoe zij er mee omgaan en wat ze er aan doen of hebben gedaan.

*Update:*

*De werkwijze is ondertussen meer geprofessionaliseerd: na een melding van eenzaamheid gaat de medewerker na in hoeverre de eenzaamheid bespreekbaar is, of het al besproken is met de persoon in kwestie, of de persoon in kwestie gemotiveerd is er iets aan te doen etc.*

*In dit proces wordt het stappenplan<sup>4</sup> van W.Oldengarm toegepast.*

## 5.4 Signaleren

### **Scholing en deskundigheidsbevordering**

Eenzaamheid kent niet één oplossing omdat, zoals we al in de inleiding aangaven, de oorzaken van eenzaamheid divers zijn. Zo is het meestal niet afdoende wekelijks een vrijwilliger een gesprek te laten voeren met iemand die zich eenzaam voelt. Voor de één zal bijvoorbeeld een individuele benadering beter werken, terwijl een ander beter geholpen is met een groepsactiviteit. Twee medewerkers van ZorgSaam Twenterand volgden een train-de-trainer traject onder supervisie van drs. W. Oldengarm, adviseur van het Ministerie van VSW, zodat zij zelf andere professionals, vrijwilligers en andere betrokkenen kunnen trainen op het thema eenzaamheid. Landelijk is op dit moment de richtlijn 'eenzaamheid' voor wijkverpleegkundigen in ontwikkeling. We hopen dat door scholing en train-de-trainer, organisaties en vrijwilligers bekender worden met eenzaamheid en de aanpak hiervan.

*Update:*

*Deze training liep van 2019 tot 2020 en is in oktober 2020 afgerond. In navolging hierop zijn de professionals van de volgende zorginstellingen getraind: de huishoudelijke hulpen van Zorggroep Manna en een groep vrijwilligers. Daarnaast zijn er twee workshops georganiseerd voor resp. de vrijwilligers van AutoMaatje Twenterand en een groep vrijwilligers van de Baptistengemeente Westerhaar.*

*Er is tevens interesse getoond vanuit de wijkverpleging en MEE IJsseloevers. We werken nu uit hoe we deze training verder kunnen uitrollen. We willen de benadering uitrollen d.w.z. aanbod creëren waarop op vaste tijden (minimaal 4 x per jaar) kan worden ingeschreven op een groepstraining van ca. 1,5 u. Punt wordt door Zorgsaam Twenterand uitgewerkt.*

### **Mogelijkheden proactieve signalering eenzaamheid**

Het lijkt erop dat mensen die zich eenzaam voelen niet gemakkelijk zelf aan de bel trekken. Dit maakt dat signalering van eenzaamheid proactief moet gebeuren. Er zullen verschillende mogelijkheden worden onderzocht om meer zicht te krijgen op eenzaamheid onder 75-plussers. Hierbij valt te denken aan de mogelijkheid tot huisbezoeken bij 75-plussers, maar ook aan bijeenkomsten voorbereidend op het pensioen, waarin ook aandacht wordt besteed aan welke ondersteuning en activiteiten er mogelijk zijn binnen de gemeente.

<sup>4</sup> <https://www.eentegeneenzaamheid.nl/app/uploads/2020/09/Handreiking-signaleren-van-eenzaamheid-voor-gemeenten.pdf>

Het doel moet in ieder geval zijn, het vroegtijdig signaleren van problemen op het gebied van zelfredzaamheid, eenzaamheid en maatschappelijke participatie. Uitgangspunt moet zijn dat de focus komt te liggen op het stimuleren van eigen kracht en verantwoordelijkheid.

*Update:*

*Mogelijkheden zijn nog niet onderzocht. Het voornemen is om aan de hand van enkele life-events een 'scan' te maken wie de signaleerder in dit proces zou kunnen zijn en hoe de informatievoorziening op het gebied van dit life-event er uit ziet, d.w.z. welke flyers worden er uitgedeeld rondom dit life-event?*

*We willen hierbij de focus leggen op:*

- ziekte en handicap*
- rouw en verlies dierbare*
- mantelzorg*

*Indien nodig ontwikkelen we nieuwe flyers.*

### **Voorliggende voorzieningen**

Tegenwoordig wordt er door de overheid uitgegaan van eigen regie en eigen verantwoordelijkheid van de inwoner. Steeds meer worden samenwerkingen gestimuleerd tussen gemeenten, maatschappelijke instellingen en inwoners. Door deze ontwikkeling bestaan er veel activiteiten in het voorliggende veld. Van de inwoner wordt verwacht dat deze actief meedoet in de samenleving.

Het collectieve aspect dat hiermee samenhangt is dat de leefbaarheid in de omgeving van de inwoner wordt versterkt. Het algemene aspect dat hiermee samenhangt is dat de inwoner deelneemt aan de samenleving en vitaal blijft. Voor ons is het belangrijk de vitaliteit van zoveel mogelijk inwoners te bevorderen. Vitale inwoners staan volop in het leven en hebben daarmee veel te bieden aan de samenleving. Met betrokkenheid van vitale inwoners wordt bedoeld dat inwoners betrokken zijn bij elkaar en vanuit deze betrokkenheid iets voor elkaar betekenen, zonder dat per sé vrijwilligerswerk als vrijwilligerswerk gedefinieerd moet worden. Daarnaast is een vitale inwoner geestelijk en lichamelijk gezond en doet de inwoner niet tot nauwelijks een beroep op ondersteuning. Dit levert een besparing op die gebruikt kan worden voor andere doeleinden.

Niet geheel onbelangrijk is dat een betrokken vitale inwoner, die zijn betrokkenheid tot uiting brengt door vrijwillig actief te zijn in sociale structuren, vaker 'goed in zijn vel' zit. Terugblikkend op het verleden zijn inwoners gewend 'verzorgd' te worden door de overheid, op dit moment is het bewustwordingsproces over de vitaliteit van inwoners gaande.

*Update:*

*De gemeente Twenterand heeft op haar website twee placemats (Jeugd en Algemeen) waarin alle vrij toegankelijke voorzieningen worden weergegeven. Deze placemat wordt regelmatig geüpdatet en is inmiddels met hyperlinks interactief gemaakt. Meest recente update dateert van november 2020. We gaan kijken of we de placemat kunnen integreren in de sociale kaart.*

*In de maand september 2020 is er naast het ontmoetingscentrum voor dementerenden in Den Ham een tweede centrum in de kern Vriezenveen geopend. Dit zijn inlopen bestemd voor (licht)dementerenden en hun partners/ mantelzorgers. Deze inloop is het resultaat van een samenwerking tussen de organisaties Evenmens en ZorgSaam Twenterand. Door de vorm van lotgenotencontact wordt het sociale netwerk versterkt. De steun die hier genoten wordt draagt op deze wijze bij aan het verminderen van eenzaamheid.*

*Tijdens de landelijke week van de eenzaamheid in oktober, was er ook tijdelijk nieuw aanbod zoals "De Gezonde Ontmoeting" en een koffie-inloop georganiseerd vanuit Carint Reggeland.*

*Stichting Evenmens bood de wandeltocht "Samen Verder" aan, welke bedoeld was voor inwoners die een rouw- en/of verlieservaring hebben doorgemaakt. Samenwerking binnen de coalitie werd hiermee een feit.*

## 5.5 Meldpunt en doorverwijzing

### **Meldpunt Eenzaamheid**

Het Meldpunt Eenzaamheid is in de gemeente Twenterand belegd bij de zorginformatiepunten. Bij het Meldpunt Eenzaamheid werken medewerkers die geschoold zijn om eenzaamheid te signaleren en te herkennen. Bij een melding gebruiken zij de signaleringskaart en het stappenplan van Oldengarm<sup>5</sup>. Daarnaast hebben de medewerkers ervaring in het verhelderen van de ondersteuningsvraag en verwijzen zij door naar aanbod of ondersteuning waar nodig. Ook hebben ze een adviserende rol. Medewerkers van het Meldpunt Eenzaamheid nemen deel aan de lokale kernteams waar zij casuïstiek kunnen inbrengen, bespreken en verwijzen waar nodig. Vanuit het Meldpunt Eenzaamheid worden ook trainingen verzorgd voor kerken, verenigingen, ondernemers etc. Op de website van het meldpunt is tevens informatie te vinden over eenzaamheid.

#### *Update:*

*Bij Meldpunt Eenzaamheid Twenterand kunnen inwoners, verenigingen, kerken en professionals zich fysiek, digitaal en telefonisch melden. Vanuit ME wordt via de website en aparte campagnes kennis gedeeld en gewerkt aan vergroting van de bewustwording rondom eenzaamheid.*

*Signalen komen binnen via diverse kanalen. Bij het meldpunt kunnen zorgen over eenzaamheid gedeeld worden en aan de medewerkers gevraagd worden hoe hiermee om te gaan. Het meldpunt geeft advies en ondersteuning. Indien gewenst wordt de melding opgevolgd door een huisbezoek en/of doorverwijzing naar samenwerkingspartners in het voorliggende veld.*

*Het Meldpunt Eenzaamheid maakt gebruik van de Signaleringskaart van W. Oldengarm. Meldpunt Eenzaamheid is als voorbeeld opgenomen in de toolkit van het VWS<sup>6</sup> omdat het zich in een aantal opzichten onderscheidt van elders gevestigde signaalpunten. Met name de brede bereikbaarheid is een verschil.*

*In de periode tussen januari en oktober 2020 lag de focus van ME op zichtbaar blijven om signalen te kunnen oppakken, op kennis rondom eenzaamheid vergroten o.a. via training of informatie op de website. Daarnaast zet ME zich om partners met elkaar in verbinding te brengen om ook onderling kennis te delen en samen te werken. Tenslotte worden kleine campagnes gehouden om de bewustwording te vergroten.*

*Geconstateerd wordt dat de verwijzingen vanuit professionals naar Meldpunt Eenzaamheid nog minimaal te noemen zijn; de meeste verwijzingen die plaatsvinden komen van enkele huisartsen en wijkverpleegkundigen die al bekend zijn met het Meldpunt en/of de werkwijze van de welzijnsconsulent die de vragen rondom eenzaamheid oppakt.*

<sup>5</sup> <https://www.eentegeneenzaamheid.nl/app/uploads/2019/12/Een-tegen-eezaamheid-ministerie-van-VWS-signaleringskaart-web.pdf>

<sup>6</sup> <https://www.eentegeneenzaamheid.nl/app/uploads/2020/09/Handreiking-signaleren-van-eezaamheid-voor-gemeenten.pdf>

*De toeleiding naar het meldpunt, zowel onder inwoners als onder professionals, moet nog meer worden gestimuleerd. Het continu organiseren van campagnes en activiteiten vanuit Meldpunt Eenzaamheid, zorgt voor meer zichtbaarheid.*

*Zo heeft de digitale activiteitenkalender, die in de landelijke week van eenzaamheid op de website van ME is gezet, aantoonbaar gezorgd voor meer bezoekers van de site.*

*In de komende periode zal voor de doorverwijzing door professionals de nodige aandacht worden gevraagd.*

### **Sociale kaart**

In Twenterand bestaat er voor inwoners een platform c.q. website genaamd 'Helpende Handen'. Op dit platform is te vinden welke zorgaanbieders er werkzaam zijn in de gemeente Twenterand.

Inwoners kunnen ook een vraag of aanbod op de website plaatsen, waar mensen uit de buurt op kunnen reageren. Daarnaast is er, zoals ook al bij 5.3 genoemd is, op de website van de gemeente een placemat te vinden waar het vrij toegankelijke ondersteuningsaanbod van de gemeente wordt weergegeven<sup>7</sup>.

#### *Update:*

*De huidige digitale sociale kaart "Helpende Handen<sup>8</sup>" is in 2016 met behulp van subsidie vanuit de provincie door Zorgsaam Twenterand ontwikkeld. Uit de inventarisatie onder de coalitie bleek o.a. dat er een behoefte is aan een goed overzicht van activiteiten zodat men weet wat er te doen is.*

*Dit zou een signaal kunnen zijn dat coalitiepartners de website onvoldoende kennen en gebruiken of hier niet vinden wat zij zoeken.*

*Dit noopt enerzijds tot een marketingcampagne, die de website/sociale kaart onder professionals méér bekendheid geeft en anderzijds tot een inspanning om aanbieders op deze sociale kaart, meer te triggeren haar content up-to-date te houden. I.v.m. beperkte middelen is hier tot nu toe weinig aandacht voor geweest.*

*Er is door ZorgSaam Twenterand aan diverse partijen gevraagd hoe deze website gebruiksvriendelijker, completer en toegankelijker kan worden. Deze input wordt de komende tijd in de ontwikkelingen meegenomen. Waar mogelijk wordt er gekozen voor koppelingen tussen de placemat voorliggende voorzieningen van de gemeente en de website, zodat het aanbod nog actueler blijft. De wens bestaat tevens om de 1 op 1 matching van hulpvragen uit deze website te halen en deze apart te houden.*

*Ondanks dat er vraag is naar papieren versies, verdient het de voorkeur om de sociale kaart uit kosten- en andere praktische overwegingen, digitaal via de website te blijven aanbieden. Om enigszins tegemoet te komen aan de vraag, wordt er gekeken of er meer gedaan kan worden met prints.*

*Een offerte voor de verbetering van de sociale kaart is door Zorgsaam Twenterand aangevraagd en wordt in de projectgroep besproken. Daarnaast is het voornemen om het beheer duidelijker vast te leggen, inclusief het onderhouden van de content.*

In Twenterand wordt gewerkt met kernteams, in deze kernteams participeren Avedan, ZorgSaam Twenterand (ook het Meldpunt Eenzaamheid), MEE IJsseloevers, Evenmens en consultants van de

<sup>7</sup> [Vrij toegankelijk ondersteuningsaanbod | Twenterand](#)

<sup>8</sup> <https://helpendehanden.zorgsaamtwenterand.nl/>



gemeente (Wmo, JW en PW). Er vinden regelmatig kernteamoverleggen plaats, waarin casussen besproken en verdeeld worden. Betrokken partners geven aan dat ze elkaar goed weten te vinden en inwoners op deze manier kunnen doorverwijzen naar de meest passende partij.

### **Inzet leefstijl**

Dagelijks bewegen, bewustwording van gezonde voeding en een goed sociaal netwerk zijn helpende factoren om eenzaamheid te voorkomen/verminderen. Iemand die zich hiervan bewust is en hier naar leeft, zal waarschijnlijk langer actief blijven meedoen in de samenleving.

Binnen het sociaal domein wordt steeds meer gekeken naar slimme koppelingen. Wellicht kan er voor de aanpak van eenzaamheid een koppeling gemaakt worden met Sport of Cultuur.

#### *Aanvulling:*

*Medewerkers van Zorgsaam Twenterand die actief zijn voor het project Samen tegen eenzaamheid<sup>9</sup>, zoeken proactief contact met de combinatiefunctionarissen sport en cultuur. Zij geven hen informatie over eenzaamheid en vertellen vanuit de methode 'Positieve gezondheid' welke invloed eenzaamheid heeft op wel of niet sporten en op wel of niet deelname aan culturele activiteiten. Aan de combinatiefunctionarissen zal opdracht gegeven worden om met voorstellen te komen met Positieve Gezondheid als basis.*

*Tijdens de landelijke week van de Eenzaamheid (1 t/m 8 oktober 2020) is eenmalig aanbod onder de aandacht gebracht waarbij leefstijl, onder de noemer "De Gezonde Ontmoeting<sup>9</sup>", gekoppeld werd aan ontmoeting. Hierbij was er sprake van samenwerking tussen de disciplines diëtetiek, fysiotherapie en welzijn.*

## 5.6 Monitoring en evaluatie

Met dit actieplan willen we eenzaamheid tegengaan en verminderen. In eerste instantie richten wij ons op inwoners van 75+. In 2016 is door de GGD de gezondheidsmonitor uitgevoerd. Hieruit komen de cijfers rondom eenzaamheid in de gemeente Twenterand naar voren. De cijfers van de gezondheidsmonitor uit 2016 kunnen vergeleken worden met opvolgende gezondheidsmonitoren van de GGD. Verder zal onderzocht worden of bij het inzetten van interventies een start- en eindmeting gedaan kan worden met bijvoorbeeld de Loneliness Scale.

#### *Update:*

*De GGD monitor wordt momenteel herhaald. Resultaten hiervan worden in het eerste kwartaal van 2021 verwacht. Naar de inzet van de Loneliness Scale gaat de projectgroep nog kijken.*

Een jaar na de start van de actieplan vindt er een evaluatie plaats, waarbij we met name kijken naar in hoeverre alles heeft bijgedragen aan het verminderen van eenzaamheid onder 75-plussers. Ook zal er tijdens de evaluatie gekeken worden of de juiste partners betrokken zijn om de aanpak van eenzaamheid uit te voeren.

#### *Update:*

*Naast deze effectmonitoring, zijn er ook andere monitoringscriteria die meegenomen kunnen worden:*

- *Aantal bezoekers website ME*
- *Aantal meldingen eenzaamheid ME*

<sup>9</sup> <https://www.de-haere.nl/nieuws/de-gezonde-ontmoeting-in-vroomshoop>

## Beschikbare middelen

De gemeente Twenterand ontvangt GIDS gelden tot en met 2021. Deze middelen zijn bedoeld voor het aanpakken van gezondheidsachterstanden. Gezien het verband tussen eenzaamheid en gezondheid, is er voor gekozen de GIDS gelden in te zetten voor de aanpak van eenzaamheid.

*Update:*

*Aan de hand van de actiepuntenlijst, plus prioritering, wordt de komende tijd duidelijker in welke richting de beschikbare middelen worden aangewend. Het is zeer goed mogelijk dat met de nog beschikbare middelen (capaciteit & geld) in 2021 niet alle in dit actieplan gestelde ambities gerealiseerd kunnen worden. Het bestrijden van eenzaamheid is, zo weten wij inmiddels, is een kwestie van lange adem.*

## 6. Werkgroepen omgezet naar inventarisatie (Nieuw hoofdstuk)

Door de omstandigheden ten gevolge van het coronavirus, was het niet goed mogelijk om werkgroepen op te zetten. Zodoende heeft er via de mail onder de coalitiepartners een inventarisatie plaatsgevonden naar aanbod dat bij de samenwerkingspartners beschikbaar is en is er naar ideeën gevraagd om eventuele lacunes in het aanbod op te vullen.

### 6.1. Randvoorwaarden actieplan

Uit de inventarisatie is de conclusie getrokken dat samenwerkingspartners randvoorwaarden misten. Om te komen tot een juiste aanpak rondom eenzaamheid zijn randvoorwaarden nodig. Uit de theorie<sup>10</sup> blijkt dat men een gemeenschappelijke visie van waaruit je het thema benadert, nodig heeft om de aanpak verder vorm te geven. Deze randvoorwaarden zijn nu benoemd en worden hieronder uitgelegd.

#### 6.1.1. Samenwerking

Om tot een goede uitvoering van het actieplan te komen zijn afspraken nodig over de wijze van samenwerking tussen de verschillende partners. We zullen hiertoe samen een route moeten bepalen; waar komt de vraag binnen? waar wordt de vraag gemeld? welke acties worden ingezet na een melding? Wie doet voert de start- en eindmeting uit en wie verzamelt?

*Actie: Deze route wordt in de komende periode beschreven en met de coalitiepartners gedeeld en besproken. We kijken hierbij naar een samenwerkingsmethode die vanuit VWS is ontwikkeld. We roepen hierbij de hulp in van onze adviseur van VWS.*

Daarnaast is het voor een goede doorverwijzing van belang dat samenwerkingspartners goed op de hoogte zijn van elkaars aanbod. Hoewel het Meldpunt Eenzaamheid het centrale meldpunt voor de gemeente Twenterand is, kan het ook gebeuren dat hulpvraag m.b.t. eenzaamheid via een van de samenwerkingspartners naar voren komt. De website Helpende Handen en de place-mat op de gemeentewebsite zijn dan goede hulpmiddelen voor een doorverwijzing. Het aanbod op deze website is echter niet volledig en niet altijd even actueel. Partners die aanbod op website hebben staan, worden vanuit het ZIP met regelmaat geattendeerd op het actualiseren van hun aanbod en of het vernieuwen van hun info. Helaas wordt hiervan beperkt gebruik van gemaakt.

*Actie: Met de samenwerkingspartners gaan we kijken naar manieren om elkaar beter op de hoogte te houden van elkaars aanbod en gaan we afspraken maken om het aanbod op Helpende Handen (sociale kaart) en de gemeentewebsite te completeren en goed actueel te houden.*

<sup>10</sup> <https://www.movisie.nl/artikel/samenhangende-duurzame-aanpak-eeenzaamheid>  
<https://www.movisie.nl/sites/movisie.nl/files/2018-09/preventie-van-eeenzaamheid.pdf>

### 6.1.2 Centrale Registratie

Om groeps- of individueel aanbod te realiseren dat goed aansluit bij de behoefte van de doelgroep is het van belang om goed zicht te hebben op het totaal van de hulpvragen die gesteld worden met betrekking tot eenzaamheid. Het Meldpunt Eenzaamheid lijkt hiervoor de meest geschikte plek.

*Actie: We gaan op zoek naar meer manieren om hulpvragen rondom eenzaamheid op deze plaats te centraliseren. Bijvoorbeeld door het via een beveiligde verbinding bijhouden van een centrale registratie van hulpvragen en hier tegelijk het verzamelen van monitoringsresultaten aan te koppelen. Maar we realiseren ons dat een deel van deze hulpvragen buiten ons zicht zal valt en direct door partners wordt opgelost.*

### 6.1.3 Hulpvraag in beeld brengen

Zoals al aangegeven staat eenzaamheid vrijwel nooit op zichzelf; er is vaak sprake van multiproblematiek. Het is daarom belangrijk de totale hulpvraag goed in beeld te brengen. Om de aanpak tegen eenzaamheid te laten slagen, is het belangrijk dat de samenwerkingspartners de hulpvraag op dezelfde manier uitvragen.

*Eerder in deze nota werd de methode Positieve Gezondheid genoemd. Voor het in kaart brengen van de totale hulpvraag die zou het gespreksinstrument van Positieve Gezondheid (het spinnenweb) hulpmiddel kunnen zijn. Met dit instrument wordt het welzijn van de hulpvrager op meerdere levensgebieden uitgevraagd en krijgt men een breed beeld over het fysieke, emotionele en sociale welbevinden van de inwoner. Op basis van dit beeld kan gekeken worden naar passend aanbod waarmee mogelijk óók de eenzaamheid minder wordt.*

*Actie: We willen de coalitie voorstellen zich in deze visie te verdiepen en om in overweging te nemen de bijbehorende tools en documentatie te gaan gebruiken.*

### 6.1.4 Monitoring

Om te weten of interventies werken en of het aanbod wel de passende ondersteuning bij de hulpvraag was, moet er gemeten worden. Alle samenwerkingspartners moeten dit op eenzelfde wijze doen.

Ondanks dat eenzaamheid een subjectief begrip is, zijn er goede manieren om dit meten.

Het is belangrijk dat de samenwerkingspartners de hulpvraag op dezelfde manier uitvragen.

*Hiertoe kan de "Loneliness Scale" als onderdeel gebruikt worden of de ingekorte versie "De Jong Gierveld Eenzaamheidsschaal". Beide schalen bestaan uit stellingen waarop de respondent met een cijfer moet reageren. Door het vergelijken van de resultaten voor en na een interventie, kan gemeten worden of dit gevoel na het volgen van bijvoorbeeld een cursus, verminderd is.*

*Actie: We willen met de coalitie bespreken hoe zij tegen de inzet van een dergelijke scale aankijken en hoe we dit het beste kunnen realiseren.*

*Daarnaast willen we beziën of scores die uit de meting van Positieve Gezondheid komen gebruikt zou kunnen worden als 2<sup>de</sup> instrument voor monitoring.*

## 6.2 Uitkomsten Speerpunten

Vanuit de bijeenkomsten met een groep professionals is in 2019, maar ook in de twee jaren daarvoor, input opgehaald over welke concrete stappen er gezet moeten worden om tot een aanpak tegen eenzaamheid te komen. Deze stappen zijn hieronder per speerpunt beschreven. Per speerpunt geven wij een update:

## 6.2.1 Speerpunt Bewustwording

### Inzet ervaringsdeskundigen

We willen ervaringsdeskundigen inzetten omdat we eenzaamheid beter bespreekbaar willen maken en mensen op deze manier meer voor elkaar kunnen betekenen. Er moet eerst bepaald worden hoe we ervaringsdeskundigen inzetten, met welk doel en wat nodig is om dit te realiseren.

*Update:*

*Op dit moment wordt er nog geen gebruik gemaakt van ervaringsdeskundigen. Punt moet nog worden uitgewerkt. Te denken valt aan het inzetten van testimonials in de communicatie.*

### Campagne rondom eenzaamheid

Plan voor een campagne en starten hiervan, op wie moet de campagne zich richten, wat moet de boodschap zijn en via welke kanalen verspreiden we dit?

*Update:*

*Door het ME zijn kleine lokale campagnes uitgezet. Daarnaast is er lokaal aandacht geweest voor de week van de eenzaamheid in oktober 2020. Zie ook elders in deze notitie.*

### Folders bij life-events

Ter preventie van eenzaamheid is het belangrijk ons te richten op risicogroepen. We denken deze het beste te kunnen bereiken via foldermateriaal. Welke partijen zijn betrokken bij de gekozen life-events (ziekte en handicap, rouw en verlies dierbare, mantelzorg) en hoe kunnen wij deze inzetten bij het ontwikkelen van hierop gerichte folders?

*Update december 2020:*

*Hier is nog geen invulling aan gegeven. Er is wel een plan. Zie ook paragraaf 5.4*

## 6.2.2. Speerpunt signalering

### Signalering

Inventariseren hoe signalering nu is georganiseerd binnen organisaties, inventariseren welke rol ondernemers, verenigingen en kerken hierbij kunnen spelen. Hierbij wordt ook rekening gehouden met signalering op het platteland. Onderzoeken of de wijze waarop nu gesignaleerd wordt afdoende is of dat het wenselijk is een meer proactieve signalering op te zetten.

*Update:*

*Na vergroting van de bewustwording onder inwoners, is het gemakkelijker om meer in te gaan zetten op signalering via diverse kanalen. We denken hierbij vooral aan professionals die bij de mensen aan de deur/aan huis komen. Inmiddels is duidelijk geworden dat er ondanks genoemde bereidheid, onder professionals toch te weinig kennis over het thema eenzaamheid is. Dit merken wij aan de voorstellen die gedaan worden om eenzaamheid aan te pakken of aan het gebrek aan voorstellen hiervoor.*

*In paragraaf 5.4 is nader ingegaan op de voorgenomen aanpak.*

### Ontwikkelen van een algemene signaleringskaart

Ontwikkelen van een algemene signaleringskaart die gemakkelijk te gebruiken is voor zowel professionals als ondernemers, verenigingen en kerken.

*Update:*

*Ontwikkelen hoeft niet. De signaleringskaart die we hiervoor kunnen gebruiken is de signaleringskaart van W.Oldengarm<sup>11</sup>. Volgende stap is om deze gemeentebreed te introduceren en te implementeren.*

### **Trainingen eenzaamheid**

Trainingen aan vrijwilligers, kerken, ondernemers, verenigingen en professionals, zodat zij eenzaamheid kunnen signaleren, weten wat ze zelf kunnen doen en waar zij terecht kunnen met de signalen.

*Update:*

*De trainers zijn getraind (zie ook paragraaf 5.4). Het ME kan trainingen aanbieden over het herkennen en signaleren van eenzaamheid en Evenmens gaat haar vrijwilligers trainen hoe ze met eenzaamheid om kunnen gaan.*

### 6.2.3 Meldpunt en doorverwijzing

#### **Ontwikkelen van een sociale kaart rondom eenzaamheid (per kern)**

Om goed te kunnen doorverwijzen is het nodig om goed zicht te krijgen op welk aanbod er al bestaat voor eenzaamheid, om dit per kern in kaart te brengen en deze informatie goed te ontsluiten. Ook is het nodig om te inventariseren welke organisaties/ondernemers betrokken zijn bij chronisch zieken, laaggeletterden, schulden en life-events. Movisie adviseert te onderzoeken welk groepsaanbod er al bestaat dat aansluit bij het verminderen van eenzaamheid en om eventueel ontbrekende interventies te ontwikkelen.

*Update:*

*Er is daarom tussen mei en augustus 2020 een inventarisatie gehouden onder de coalitiepartners naar groeps-/individueel aanbod rondom eenzaamheid. Dit proces heeft lang geduurd omdat coalitiepartners t.g.v. de coronacrisis andere prioriteiten hadden. Van de input die geleidelijk aan binnenkwam, is nu een totaaloverzicht gemaakt waarmee de sociale kaart kan worden aangevuld.*

*Op basis van de uitkomsten van deze inventarisatie is er tevens een beter zicht gekregen op ontbrekend en gewenst aanbod. Dit betreft:*

- *Aanbod met aandacht voor life-events*
- *Aanbod met aandacht voor zingeving*
- *Maatjestrjecten m.b.t. gezelschap en uitgaan*
- *Uitbreiden laagdrempelige ontmoetingsplekken*
- *Uitbreiden beweegaanbod, voeding, medicatie en leefstijl*
- *Uitbreiden laagdrempelig digitaal aanbod*

*We gaan verder met deze uitkomsten aan de slag. Wij willen onder de coalitiepartners een offerte-uitvraag doen voor aanbod dat op deze gesignaleerde behoeftes aansluit en gaan we keuzes maken die binnen het beschikbare budget passen.*

*We gaan hierbij criteria formuleren en kijken op basis van welke resultaten we deze interventies wel of niet duurzaam inbedden in de structuur van de reguliere gemeentelijke taken.*

*Volgens het dossier van Movisie "Wat werkt bij eenzaamheid" is er enig bewijs dat groepsinterventies met educatief element bij ouderen effectiever zijn dan een een-op-een interventie. Het ligt daarom in de rede naar dergelijke groepsinterventies te gaan kijken.*

<sup>11</sup> <https://www.eentegeneenzaamheid.nl/app/uploads/2019/12/Een-tegen-eenzaamheid-ministerie-van-VWS-signaleringskaart-web.pdf>

*Daarnaast geeft Movisie aan dat interventies gericht op verbeteren van het sociale netwerk, sociale activiteiten, sociale steun en computer- en internettraining effectief zijn gebleken. Dit geeft enige richting aan de focus die we hierbij moeten aanhouden.*

### **Onderzoeken welke interventie het beste ingezet kan worden rondom leefstijl (gemeente)**

*Update:*

*We bevelen hier de bredere inzet van Welzijn op recept aan. Welzijn op recept is door de beleidsmedewerker Gezondheid van de gemeente onderzocht. Omdat het een bredere interventie is dan alleen eenzaamheid en bovendien veel tijd en geld vergt, is het advies deze inzet financieel en organisatorisch los te trekken van de aanpak tegen eenzaamheid. Vanuit het actieplan Samen tegen eenzaamheid zien we wel een aanjaagfunctie in deze.*

*De projectgroep belegt een interne brainstormsessie om een globaal voorstel voor een lokale aanpak op papier te zetten.*

### 6.3 Monitoring en evaluatie

#### **Onderzoeken op welke manier de aanpak tegen eenzaamheid het beste gemonitord en geëvalueerd kan worden (gemeente)**

*Onderzoeken of de GGD aanvullend onderzoek kan doen en onderzoeken hoe de effectiviteit van eventuele interventies gemeten kan worden. Zie hiervoor ook paragraaf 5.5*

## 7. Acties en planning

Alle acties uit deze notitie zijn om praktische redenen omgezet naar een Actiepuntenlijst t.b.v. de projectgroep. Hierin wordt de voortgang van alle acties bewaakt.

## 8. Coalitie “Samen ben je niet alleen Twenterand”

### 8.1 Samen ben je niet alleen

Om mensen die zich eenzaam voelen of dreigen te vereenzamen te steunen, bundelen we via een coalitie onze krachten. Met deze coalitie willen we de samenleving bewust maken van de betekenis van eenzaamheid en van de noodzaak om eenzaamheid zoveel mogelijk te beperken. Door aan te sluiten bij de coalitie geven we aan bereid te zijn ons actief in te zetten voor de aanpak van eenzaamheid. Dit doen we onder andere door actief deel te nemen aan de werkgroepen om zo samen een aanpak tegen eenzaamheid te ontwikkelen. Aangezien dit actieplan een werkdocument is, is het doorlopend mogelijk aan te sluiten bij de coalitie. We hopen op deze manier de aanpak van eenzaamheid iets van ons allemaal te maken.

## Bijlage 1 Coalitiepartners

Gemeente Twenterand	Wethouder Paters
Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn & Sport	Willie Oldengarm
ZorgSaam Twenterand	Renny van Faassen
Avedan, maatschappelijk werk	Ilse Saris
MEE IJsseloevers	Sylvia Swart
Zorgboerderij de Koningshoeve	Martin Wessels
ZorgAccent	Aline Poolen- van den Brink
De Vriezenhof	Jeannet Klinkien
De Haere	Carólie Krommendijk
Huisartsencoöperatie Vriezenveen – Westerhaar	Chantal Reimink en Kristie Heuker of Hoek
Stichting Leergeld Twenterand	Joop Dijkstra
Adviesraad Sociaal Domein	Jan Visscher
Ontmoetingskerk Vriezenveen	Wim den Braber
Interkerkelijk Plaatselijk Netwerk Westerhaar – V'wijk	Wim den Braber
RIBW Groep Overijssel	Maggie Kruiskamp
Evenmens	Mirjam Diderich
Carint Reggeland	Chantal Kniest, W.Jaspers, M.Molenkamp
Bibliotheek Twenterand	Eddy Evers, R. van de Wielen
Zorggroep Manna	Ronnie Reichart
Stichting Manna	Bertus Akse
Fysio Twenterand	Lisa Feddema
Buurtzorg Den Ham	Maaike Lambers
Later aangesloten:	
Impluz	Deirdre Janné

## **Gestelde vragen**

1. Welke specifieke diensten bieden jullie op dit moment aan met als doel eenzaamheid te signaleren, te herkennen, te voorkomen en te beperken?
2. Wat zouden jullie hierin willen verbeteren? Wie of wat heb je daarbij dan nodig?
3. Wat kan je zelf en waar is samenwerking nodig?
4. Hebben jullie nog andere ideeën of opmerkingen?

## **Uitkomsten inventarisatie**

Conclusies:

- Er is behoefte naar een meer concreet actieplan waarin de doelstelling(en), randvoorwaarden en resultaten meer concreet worden omschreven
- Er is behoefte aan (het versterken van) een centraal punt/Meldpunt Eenzaamheid. Een punt waar de vragen binnen komen en van waaruit kan worden samengewerkt.
- Eenzaamheid wordt gezien als een onderdeel van de totale gezondheid. Positieve Gezondheid wordt meerdere keren genoemd als basis/uitgangspunt om eenzaamheid aan te pakken
- Er is behoefte aan een actuele sociale kaart/ overzicht die zowel digitaal als ook op papier kan worden aangeboden
- Er is behoefte aan meer (multidisciplinaire) samenwerking en meer verwijzing; zowel van eerstelijnszorg (bv fysiotherapie, thuiszorg) naar nulde lijn (bv welzijn) als van nulde lijn naar geïndiceerde zorg en/of eerstelijnszorg.  
Signalering wanneer iemand meer of minder ondersteuning nodig heeft lijkt hierin van belang. Dus doorverwijzen wanneer nodig! Dit gebeurt volgens de coalitiepartners nu te weinig. Zowel 'opschalen' naar zorg als ook 'afschalen' naar vereniging, kerk, welzijnsinstanties etc. Belangrijk is in deze samenwerking niet alleen de samenwerking te zoeken met bekende partners maar ook samenwerking te zoeken met kerken en verenigingen en ondernemers. Met name samenwerking met kerken heeft in Twenterand aandacht nodig.
- Er is behoefte aan aanbod gericht op verlies-en rouw
- Er is behoefte aan aanbod gericht op zingeving (kerkelijk en niet-kerkelijk)
- Er is behoefte aan aanbod dat digitale vaardigheden onder ouderen versterkt; meer vraaggericht en laagdrempelig aanbod, gericht op kwetsbare groepen
- Er is (onder coalitiepartners)behoefte aan training op gebied van gespreksvaardigheden en kennis rondom thema eenzaamheid
- Er wordt aangegeven dat we ons niet alleen moeten focussen op ouderen maar ook in moeten zetten op eenzaamheid bij jongeren; jong geleerd is namelijk oud gedaan

## **Aanpak & Focuspunten:**

Aan de hand van de input hebben we de focus bepaald. Deze wordt verwerkt in actieplan "Samen ben je niet Alleen" 2.0. + actiepuntenlijst. De volgende punten krijgen hierin de aandacht:

- Sociale Kaart/ creëren van overzicht m.b.t. lokaal aanbod
- Versterken van het Meldpunt Eenzaamheid, creëren van breed draagvlak en het voeren van campagnes vanuit ME om zo bewustwording te vergroten
- Positieve gezondheid implementeren in aanpak
- Onderzoeken van mogelijkheden implementatie 'welzijn op recept'. Doorontwikkeling (versterken) samenwerking Welzijnsconsulent en huisartsen
- Creëren nieuw aanbod (of bestaand aanbod vernieuwen, doorontwikkelen) met educatief element; gericht op coping en sociale steun
  - Digitale vaardigheden voor ouderen
  - Aanbod gericht op leren omgaan met rouw- en verlies(-ervaringen) bij ouderen
  - Aanbod op gebied van zingeving voor ouderen



- Aanbod waarbij gericht ingestoken wordt op het versterken en vergroten van het sociale netwerk bij ouderen bij voorkeur met hierbij ook een educatief element, denk aan verbeteren van leefstijl
- Versterken van samenwerking zal vooral plaatsvinden binnen de genoemde thema's; rouw-en verlies en zingeving en digitalisering
- Trainingen m.b.t. gespreksvaardigheid en eenzaamheid worden aangeboden vanuit Meldpunt Eenzaamheid
- Aandacht voor jongeren & eenzaamheid; wordt opgepakt door ZorgSaam Twenterand in de vorm van Join Us; <https://www.join-us.nu/>