Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

Actieprogramma

Eén tegen eenzaamheid

Actieprogramma

Eén tegen eenzaamheid

'Samen zijn. Is samen lachen, samen huilen. Leven door dichtbij elkaar te zijn. Samen zijn, is sterker dan de sterkste storm. Gekleurder dan het grauwe om ons heen. Want samen zijn, ja samen zijn. Dat wil toch iedereen?' (Willeke Alberti)

Inhoud

Inleiding 5

1. Eenzaamheid: een groot, complex probleem 6

2. Het doel: minder eenzaamheid bij ouderen 10

3. De aanpak van eenzaamheid vanuit landelijke en lokale coalities 11
   - A. Signaleren en bespreekbaar maken 12
   - B. Doorbreken en duurzaam aanpakken 14
   - C. Gunstige juridische en beleidsmatige randvoorwaarden creëren 16
   - D. Strategie en organisatie 18

4. Monitoring en evaluatie 21

5. Planning en fasering 23

Tenslotte 24

Inleiding

Onze samenleving staat aan de vooravond van een grote verandering. Nu nog zijn 1,3 miljoen mensen ouder dan 75 jaar, in 2030 zijn er dat 2,1 miljoen. En met de meesten van die ouderen gaat het fysiek gelukkig goed. Maar tussen gezond zijn en je goed voelen, zit soms een wereld van verschil, want meer dan de helft van de 75-jarigen zegt zich eenzaam te voelen. Dat zijn meer dan 700.000 ouderen, dat baart ons zorgen.

Die eenzaamheid begint vaak bij het stoppen met werken, het wegvallen van een geliefde of het niet zo gemakkelijk meer naar buiten kunnen. En voor je het weet gaan er dagen voorbij zonder dat ouderen iemand spreken. Eenzaamheid is een naar en verdrietig fenomeen met grote gevolgen voor de kwaliteit van leven. Dit actieprogramma gaat voor een trendbreuk van eenzaamheid onder ouderen in Nederland.

Dé eenzaamheid oplossen kan niemand. Al was het maar omdat de oorzaken ervan diep in de haarvaten van onze samenleving zitten en er geen pasklare oplossingen zijn voor zulke problemen. Maar íemands eenzaamheid doorbreken kunnen we allemaal. En ontzettend veel mensen, inclusief heel veel ouderen, doen dat ook! De veelzijdigheid van initiatieven is indrukwekkend, maar daardoor soms ook versnipperd en incidenteel. Soms is een tandje meer nodig, professionele hulp. Dit neemt niet weg dat we, als buren, als bedrijven, als maatschappelijke organisaties, als overheden meer kunnen en zouden moeten doen. Om vereenzaming voor te zijn en een halt toe te roepen is een gezamenlijke aanpak nodig die de versnippering en vluchtigheid voorbij gaat. Met de diversiteit die Nederland kent, is een brede en kleurrijke aanpak nodig om dat voor elkaar te krijgen. We kunnen met elkaar een beweging op gang brengen en stimuleren, maar lokaal, in de wijk, in de straat, bij de deur en achter de deur is waar we allemaal echt het verschil kunnen maken. Daar mikt dit programma één tegen eenzaamheid op.

Het doel van één tegen eenzaamheid is de trend van eenzaamheid onder ouderen te doorbreken. Dit gaan we doen door eenzaamheid eerder te signaleren en doorbreken. En dat doen we door zowel landelijk als lokaal coalities te smeden. De aanpak kan per gemeente verschillen. Rotterdam is Raalte niet, maar Rotterdam kan wel van Raalte leren. En andersom natuurlijk ook. Het kabinet investeert de komende jaren 26 miljoen euro extra om eenzaamheid de aandacht én aanpak te geven die het verdient. Dit programma is een uitwerking van het Pact voor de Ouderenzorg en heeft nauwe verbinding met de nog in ontwikkeling zijnde programma's Langer Thuis en Verpleeghuiszorg.

In dit actieprogramma lees je achtereenvolgens wat het probleem eenzaamheid behelst, wat het doel van het programma is, welke acties we gaan ondernemen en stimuleren om een beweging in de samenleving te brengen die een daling gaat realiseren in de prevalentie van eenzaamheid en hoe we dat gaan meten. Maar het belangrijkste onderdeel van dit programma tegen eenzaamheid is niet in papier te vangen. Mensen hebben mensen nodig. Samen zijn we één tegen eenzaamheid en dat begint vandaag.

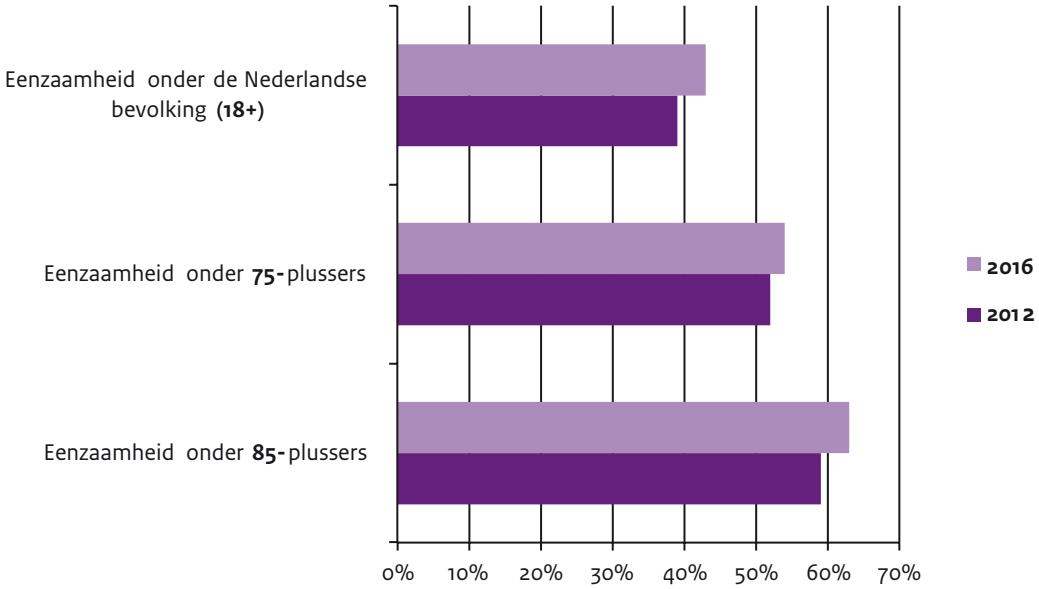
Ricky: "Mensen zeiden tegen mij: Ricky, we hebben het idee dat je beter voor je honden zorgt, dan dat je dat doet voor jezelf. En dat kwam hard binnen. Heel hard. Ik wist dat het waar was. Toen heb ik de knop omgezet. Ik ben in beweging gekomen,heb contacten gelegd. Sinds twee jaar ben ik niet meer eenzaam."

1

Eenzaamheid: een groot, complex probleem

Hoe groot is het probleem van eenzaamheid in Nederland?

Eenzaamheid is een urgent en complex probleem. Het gaat over gevoelens van verlatenheid of het ontbreken van intimiteit. Veel Nederlanders voelen zich soms of zelfs vaak eenzaam: 43 procent van de volwassen bevolking ervaart dit gevoel en bij 10 procent is sprake van sterke eenzaamheid[1]. Deze mensen geven aan zich in de steek gelaten te voelen, niet bij vrienden terecht te kunnen wanneer zij daar behoefte aan hebben, weinig tot geen mensen te hebben die ze vertrouwen, met wie ze zich nauw verbonden voelen of waar ze op terug kunnen vallen bij narigheid. Eenzaamheid komt onder alle leeftijden voor en is op alle leeftijden een ervaren belemmering om mee te komen in onze samenleving. Hoewel het bestrijden van eenzaamheid dus onder alle leeftijden belangrijk is, richt dit programma zich op de aanpak van eenzaamheid onder ouderen. Naarmate de leeftijd hoger wordt, zien we gevoelens van eenzaamheid namelijk toenemen. Van de 75- plussers heeft 54 procent gevoelens van eenzaamheid, en 11 procent voelt zich sterk eenzaam[2]. Anno 2018 hebben we het dus over ruim 700.000 eenzame ouderen. In 2030 kunnen dit er 1,1 miljoen zijn. Dat is zorgwekkend.



Bron: GGD, CBS, RIVM Gezondheidsmonitor 2012 & 2016

Waarom zijn ouderen een belangrijke risicogroep?

Dat zoveel ouderen eenzaam zijn, heeft verschillende oorzaken. Als mensen ouder worden, krijgen ze steeds meer te maken met verlies: het wegvallen van de partner, waar iemand soms zijn hele leven mee samen is geweest. Het kwijtraken van het netwerk van vrienden, familie en kennissen, waardoor iemand bij steeds minder mensen terecht kan. Het verlies van mobiliteit (bijvoorbeeld hun rijbewijs), waardoor iemand steeds minder gemakkelijk bij andere mensen langs kan gaan en minder eenvoudig op eigen houtje activiteiten kan ondernemen. En het verlies van de gezondheid: zo gaat het gehoor achteruit, gaat bewegen steeds minder makkelijk, wordt het zicht en het geheugen steeds een beetje slechter. Al deze verlieservaringen zijn grote en kleine tegenslagen. Ze zijn moeilijk om mee om te gaan of te accepteren.

1 GGD, CBS, RIVM (2016) Gezondheidsmonitor 2016

2 GGD, CBS, RIVM (2016) Gezondheidsmonitor 2016

Hoe kan je nog iets van het leven maken na al deze tegenslagen? Het is tegelijkertijd, juist bij ouderen, moeilijk om iets tegenover al deze verliezen te zetten. Ook hebben veel mensen het gevoel dat ze, naarmate ze ouder worden, steeds meer buiten de samenleving staan, bijvoorbeeld omdat zij niet meer werken: 'Wat beteken ik nog voor anderen?' 'Doe en tel ik nog mee?' Ouderen hebben hierdoor soms het gevoel dat zij geen zinvol en erkend leven meer leiden. Zij voelen zich eenzaam.

Veranderende samenleving werkt eenzaamheid in de hand

Maar niet alleen individuele ervaringen verhogen de kans op eenzaamheid onder ouderen. Ook de veranderende samenleving heeft daar invloed op. Zo worden we dankzij goede zorg en welvaart steeds ouder. Vergrijzing zorgt ervoor dat het aantal mensen met gevoelens van eenzaamheid absoluut stijgt. Tegelijkertijd wonen we het liefst zo lang mogelijk thuis en zijn gezinnen vanaf 1975 kleiner geworden, van gemiddeld 3,2 naar 1,7 kinderen. Ook is de fysieke afstand tussen ouders en kinderen gegroeid - ze wonen simpelweg verder bij elkaar vandaan. Dit alles zorgt ervoor dat mensen vaker het gevoel hebben dat ze er alleen voor staan. Daarnaast vinden steeds meer contacten en dienstverlening in de digitale wereld plaats. Natuurlijk biedt dit mogelijkheden om sneller in contact te komen met anderen, omdat afstand juist geen rol meer speelt. Maar voor mensen die geen goede digitale vaardigheden hebben, leidt dit tot gevoelens van uitsluiting: er is een hele wereld waar ze wel weet, maar geen toegang toe hebben. Ook gaan we vaker alleen door het leven. Onze samenleving is gericht op zelfontplooiing en succesvol zijn. Hierdoor hebben we een druk bestaan. Iets doen voor elkaar moet in dat drukke leven passen[3]. Verminderde solidariteit, vertrouwen en cohesie in de samenleving kan leiden tot een toename van eenzaamheid[4]. Om eenzaamheid aan te pakken en een doorbraak te realiseren, moeten we een draai maken in hoe we de samenleving, zorg, communicatie en dienstverlening inrichten.

Eenzaamheid heeft ernstige gevolgen

Eenzaamheid heeft ernstige lichamelijke, psychische en financiële gevolgen. Het verhoogt zelfs de kans op vroegtijdig overlijden[5]. In de Verenigde Staten is een groot onderzoek gedaan onder 65-plussers naar vroegtijdig overlijden[6]. Eenzaamheid is hier een belangrijke voorspeller voor. Ook veroorzaakt eenzaamheid depressie, suïcide, dementie, zelfverwaarlozing, hartproblemen en schulden[7]. De ernstige gevolgen van eenzaamheid leiden tot een stapeling van problemen waarbij het niet altijd duidelijk is wat nu oorzaak of gevolg is. Daarnaast voltrekt eenzaamheid zich vaak in een negatieve spiraal: iemand die zich eenzaam voelt, trekt zich terug, wordt vervolgens nog eenzamer en trekt zich nog meer terug.

Richard: "Ik geef twee avonden in de week bij sportclub Only Friends fitnessles aan kinderen met een beperking. Dat werk als vrijwilliger geeft een enorme kick. Maar als ik weer thuis kom, dan lijkt het wel of er een deken van eenzaamheid over me heen valt. Daar zit ik weer in een leeg huis, denk ik dan."
(bron: eenzaamheid.nl)

3 RVS (2017) De vele kanten van eenzaamheid

4 SCP (2018) Eenzaamheid in Nederland (publicatie in mei 2018)

5 LASA (2017) 'Burden of loneliness and depression in late life'

6 Susan Pinker (2015) The Village Effect: How Face-to-Face Contact Can Make Us Healthier, Happier, and Smarter

7 Dit komt uit verschillende onderzoeken, samengevat in Movisie (2016) 'Wat werkt bij eenzaamheid'

Eenzaamheid doorbreken is lastig maar niet onmogelijk

Eenzaamheid doorbreken is niet eenvoudig. Het begint en eindigt namelijk bij een gevoel van een individu, een mens. Eenzaamheid is geen eenvoudig gespreksonderwerp. Het is makkelijker om te vragen of iemand je kan helpen om de boodschappen binnen te zetten dan te vragen of ze even tijd hebben voor een gesprekje. Zeggen dat je moe bent of het druk hebt, is meer geaccepteerd dan zeggen dat je je eenzaam voelt. Mensen die eenzaam zijn, denken daardoor soms dat het hun eigen schuld is en schamen zich daarvoor: 'er zal wel iets mis met mij zijn'. Ze denken dat ze de enige zijn die kampen met deze gevoelens. 'Verhalen uit de praktijk' van Patiëntenfederatie Nederland biedt een inkijkje in deze kant van eenzaamheid. Daarnaast is eenzaamheid lastig te doorbreken omdat er verschillende soorten bestaan die om verschillende aanpakken vragen:

- Dit programma richt zich primair op het voorkomen en bestrijden van *sociale eenzaamheid*. Dit is eenzaamheid die ontstaat bij het ontbreken van contacten met mensen waarmee je iets gemeenschappelijks deelt, zoals vrienden, collega's of buren. Het ligt niet altijd aan de hoeveelheid mensen die er om iemand heen staan. Het zit veel meer in de gelijkwaardigheid van het contact. Dit kan lastiger worden, bijvoorbeeld als iemand chronisch ziek of beperkt wordt of het geheugen afneemt waardoor de bezoekjes die er zijn niet meer worden opgeslagen. Maatwerk is hier van belang.

- Eenzaamheid kan ook samenhangen met het ontbreken van zingeving (wat voeg ik nog toe aan de mensen en contacten om mij heen?) genaamd *existentiële eenzaamheid*. Dit programma richt zich ook hier op. Er zijn veel voorbeelden dat ouderen die actief zijn en van betekenis kunnen zijn voor anderen, zich minder eenzaam voelen. Dit is niet met één activiteit op te lossen, maar vraagt om goed luisteren en kijken naar wat iemand zelf nog wil en kan doen.

- Een andere vorm van eenzaamheid is *emotionele eenzaamheid*. Dit is wanneer iemand een hechte, intieme band mist, iemand om gevoelens mee te delen, bijvoorbeeld na het overlijden van een levenspartner. Deze vorm van eenzaamheid is misschien het moeilijkst te doorbreken en vraagt een fijnmazige aanpak, waar het programma ook op inzet. Een activiteit waar je verwacht wordt 'gezellig' te zijn, kan soms het gevoel van leegte en gemis versterken. Dit is waar stabiele contacten en soms ook professioneel handelen nodig zijn.

Iemands eenzaamheid doorbreken, gebeurt heel dicht bij de persoon zelf. We richten dit programma daarom op het mobiliseren van de samenleving om in de eigen omgeving verschil te maken. Soms kan net die ene vraag of die ene toevallige ontmoeting hét verschil maken. Daarmee hebben we over een paar jaar de eenzaamheid nog niet verbannen, maar zijn er wel veel ouderen die zich minder eenzaam voelen.

Trix: "De eenzaamheid die ik ervaar is emotionele eenzaamheid, een algeheel verlatenheidsgevoel. Wat deed ik eraan? Ten eerste erkennen dat ik mij eenzaam voelde, dat helpt. Aan sommige mensen spreek ik dit ook uit. Afleiding zoeken. Vaak ging het ongemerkt en soms ook plotseling weer weg." (bron: eenzaamheid.nl)

2.

Het doel: minder eenzaamheid bij ouderen

Dit programma heeft als doel een trendbreuk van eenzaamheid onder ouderen te bewerkstelligen: minder eenzaamheid onder 75-plussers. Om dit te realiseren nemen we als landelijke coalitie tegen eenzaamheid het voortouw. Lokale coalities gaan zich smeden (we streven naar een coalitie in elke gemeente), met ondersteuning waar nodig. VWS organiseert de ondersteuning en zwengelt waar nodig de beweging aan. Zo bestrijden we eenzaamheid gezamenlijk. Dit doen we langs twee actielijnen:

1. **Het signaleren en bespreekbaar maken van eenzaamheid:** We brengen innovatiekracht, kennis en betrokkenheid bij elkaar om het begrip en bewustzijn over eenzaamheid in de samenleving te versterken. Ook willen we dat iedere 75-plusser jaarlijks een bezoek aan huis krijgt, er meldpunten of signaleringsnetwerken zijn, er mogelijkheden voor gepaste doorverwijzing zijn, en instrumenten om eenzaamheid beter te diagnosticeren. We geven mensen de instrumenten in handen om zelf het verschil te kunnen maken.

2. **Het doorbreken en duurzaam aanpakken van eenzaamheid:** Om te realiseren dat minder mensen zich eenzaam voelen en ouderen een zinvol bestaan ervaren, werken we zo dicht mogelijk bij (het dagelijks leven) van mensen. Nederland kent al een groot aanbod van initiatieven die bijdragen aan het doorbreken van eenzaamheid. We leren wat werkt - en wat niet - en iedereen pakt de rol die bij hem hoort om samen invulling te geven aan de brede verantwoordelijkheid. We gaan aan de slag met veelbelovende aanpakken, ontwikkelen training en richtlijnen voor professionals, voorkomen eenzaamheid door enerzijds ouderen te activeren en anderzijds de fysieke infrastructuur daarop in te richten en creëren met behulp van innovatie een breder en gevarieerder aanbod.

3.

De aanpak van eenzaamheid vanuit landelijke en lokale coalities

Dit programma maakt vanuit een landelijke coalitie en zoveel mogelijk lokale coalities in gezamenlijkheid werk van het volgende:

A. Signaleren en bespreekbaar maken

i. Bewustwordingscampagne

We willen eenzaamheid uit de taboesfeer halen en bespreekbaar maken. Zodat mensen met gevoelens van eenzaamheid eerder hulp gaan zoeken en zodat de samenleving eerder bereid is hulp te bieden. Daarom starten we een publiekscampagne. Deze campagne zetten we landelijk op, maar op zo'n manier dat er lokaal verdere invulling en vervolg aan kan worden gegeven. De grote eenzaamheid onder ouderen kunnen we namelijk alleen doorbreken als we daar gezamenlijk verantwoordelijkheid voor nemen: ouderen, hun familie, de omgeving en betrokken instanties samen. Met behulp van deze campagne willen we mensen er bewust van maken dat eenzaamheid een probleem van ons allemaal is. Dat eenzaamheid vaker voorkomt dan we denken, maar ook: dat een klein gebaar al een groot verschil kan maken. We kunnen elke dag voor iemand van betekenis zijn en zo het verschil maken in het leven van mensen.

ii. Een jaarlijks bezoek aan huis bij iedere 75-plusser

Mensen trekken niet vanzelf aan de bel bij gemeenten om te melden dat ze eenzaam zijn. Signalering vraagt om een actieve aanpak. Zelf de drempel over gaan dus. We willen dat 75-plussers in hun omgeving bezoek aan huis krijgen en dat de tijd wordt genomen om uit te leggen welke ondersteuning en activiteiten beschikbaar zijn voor als ze daar behoeften aan hebben. Zo hebben we op tijd in beeld wanneer mensen eenzaam zijn of eenzamer lijken te worden en wordt het laagdrempeliger voor mensen om zich bij een activiteit te melden. Dit programma biedt gemeenten en/of organisaties hulp bij de opzet van deze bezoeken. Ook bieden we ondersteuning om vrijwilligers en professionals goed op te leiden, zodat ze weten waar ze tijdens een bezoek op moeten letten, en waar ze met signalen terecht kunnen.

> **De Zonnebloem** heeft 1150 lokale afdelingen en legt iedere dag 3500 1:1 bezoeken aan huis af.

iii. Een (lokaal)meldpunt, digitale signaleringsnetwerken

Gelukkig zijn er veel maatschappelijke organisaties, bedrijven, vrijwilligers, kappers, buschauffeurs, huisartsen, wijkverpleegkundigen bereid signalen van eenzaamheid te melden. Maar waar kunnen al deze partijen terecht met de signalen? We bieden gemeenten ondersteuning om een 'meldpunt eenzaamheid' in te richten waar mensen terecht kunnen met vermoedens van eenzaamheid. Ook bieden we hulp om reeds bestaande meldpunten te verbeteren. Daarnaast benutten we de mogelijkheden van digitale signaleringsnetwerken. Zo kan een bankaccount dat nooit gebruikt wordt, een signaal zijn voor eenzaamheid. Ook het niet openen van de post, het niet betalen van rekeningen, of het niet gebruiken van water of elektriciteit zijn signalen die bij bedrijven en instellingen binnenkomen en kunnen wijzen op vereenzaming. We willen realiseren dat we deze signalen serieus nemen en melden.

> **De gemeente Vianen heeft** een meldpunt Eenzaamheid ingericht. Dit meldpunt is een samenwerkingsverband van zorg – en welzijnsinstellingen.

iv. Risicogebieden in kaart brengen

Elke wijk of straat kent zijn kansen en risico's. Dankzij koppeling van databestanden is het mogelijk om in beeld te krijgen welke straat of wijk met voorrang extra aandacht zou moeten krijgen. Dit programma stimuleert deze aanpak zodat mensen met een verhoogd risico op eenzaamheid sneller en gemakkelijker te benaderen zijn.

v. Een luisterend oor, 24 uur per dag

Behoefte aan een vertrouwelijk gesprek, laat niet makkelijk op zich wachten. In het holst van de nacht of op een feestdag kan de eenzaamheid soms extra ingrijpend zijn. Nederland kent een bij wet vastgelegde voorziening, namelijk het luisterend oor. Een hulplijn die 24 uur per dag open staat dankzij duizenden vrijwilligers die bereid zijn om op elk uur van dag en nacht te luisteren en een goed gesprek te voeren. Deze landelijke hulplijn financieren we en we stimuleren dat een goede verbinding met de lokale sociale kaart gelegd kan worden zodat er na het goede gesprek ook nog opvolging mogelijk is als daar behoefte aan is.

> **Sensoor** heeft zo'n 1000 vrijwilligers die worden opgeleid tot deskundige gesprekspartners. In 2016 voerden zij ruim 250.000 gesprekken per telefoon, chat en e-mail.

vi. Met signalen aan de slag: gepaste doorverwijzing

Signalen van vereenzaming serieus nemen en melden is belangrijk. Maar daarna is het essentieel dat er ook wat met deze signalen gebeurt, zodat mensen met gevoelens van eenzaamheid gepast kunnen worden doorverwezen. We bieden gemeenten de mogelijkheid om in een sociale kaart de beschikbare welzijnsactiviteiten in de eigen gemeente in beeld te brengen, die bijdragen aan het doorbreken van eenzaamheid. Op die manier weten partijen die eenzaamheid signaleren, naar wie ze kunnen doorverwijzen. Daarnaast zorgen we ervoor dat 'Welzijn op recept' landelijk functioneert, waardoor iedere huisarts in iedere gemeente mensen met gevoelens van eenzaamheid kan doorverwijzen naar een gepaste welzijnsactiviteit.

vii. Instrument om (ernstige) eenzaamheid beter te diagnosticeren

Eenzaamheid kent verschillende vormen en oorzaken. Daar waar het gaat om langdurige ernstige vormen van eenzaamheid, is goede kennis van zaken nodig om iemand passende ondersteuning te kunnen bieden. Het ontbreekt nog aan een diagnostisch instrument voor professionals om eenzaamheid vast te stellen en dus ook om de weg naar de juiste effectieve aanpak te vinden. In dit programma willen we met wetenschappers verkennen welk instrument geschikt is voor betere diagnostiek van eenzaamheid.

> **Albert Heijn** organiseert rond de kerstdagen ieder jaar honderden kerstlunches door het hele land om mensen met elkaar in verbinding te brengen.

B. Doorbreken en duurzaam aanpakken

i. Aan de slag met veelbelovende aanpakken

Zingeving is een belangrijk aspect om eenzaamheid te voorkomen en verminderen. Om daar een bijdrage aan te kunnen leveren is het van essentieel belang dat we kijken naar wat mensen nog wel kunnen in plaats van wat ze niet meer kunnen. De aanpak moet aansluiten bij de talenten, passies en vaardigheden van mensen. Zo leren mensen gebruik te maken van hun eigen kracht en eigen regie. Ontmoetingen mogelijk maken is een goede start, maar in veel gevallen niet voldoende. In dit programma gaan we door met het vinden van wat aanvullend nodig is om eenzaamheid duurzaam te bestrijden. Deze interventies zullen in de lokale aanpakken tegen eenzaamheid landen. Ingrediënten voor succesvolle aanpakken zijn[8]:

- Onder leiding van een getrainde deskundige ontdekken wat iemand zijn passie is, wat hij of zij ervaart als welbevinden, en waar iemand gemotiveerd van raakt. Zo vergroot iemand zijn eigenwaarde.
- Cursussen gericht op het versterken van eigen regie op het welbevinden. Hier gaan mensen aan de slag met vragen als: Hoe leven mensen gezond en gelukkig? Wat kan ik hier zelf in doen? Wat kunnen we voor elkaar doen? Wat kan de samenleving doen?
- (Online) vriendschapscursussen voor mensen die meer uit hun vriendschappen willen halen of nieuwe vriendschappen willen leggen. Met betere sociale vaardigheden kunnen mensen die eenzaam zijn makkelijker nieuwe vrienden maken.
- Groepsactiviteiten gericht op sociale activiteiten en sociale steun.
- Het betrekken van ouderen bij het ontwikkelen en uitvoeren van activiteiten die bijdragen aan het bestrijden van eenzaamheid.

We bieden gemeenten en lokale coalities waar nodig ondersteuning om uit een waaier van mogelijk effectieve interventies een aanpak eenzaamheid samen te stellen, die aansluit bij de lokale behoeften en omstandigheden.

Effectieve interventies kunnen en moeten vaker en concreter worden toegepast. Veelbelovende aanpakken die bijdragen leveren aan het bestrijden van eenzaamheid verspreiden we. Ook bieden we begeleiding bij een zorgvuldige implementatie. Op die manier leren we met, en van elkaar en voorkomen we eerder gemaakte fouten - niet iedere gemeente hoeft zelf het wiel uit te vinden, tegelijk kan maatwerk nodig zijn omdat de omgeving waarin mensen wonen verschilt.

> **Resto van Harte** maakt jaarlijks ruim 120.000 ontmoetingen mogelijk. Meer dan 3.000 vrijwilligers zetten zich hiervoor in op meer dan 35 locaties, verspreid in het land. Dat worden er steeds meer.

ii. Training en richtlijnen voor professionals: hoe om te gaan met eenzaamheid?

Laagdrempelige en kortstondige interventies zijn niet voor alle vormen van eenzaamheid de oplossing. Het doorbreken van ernstige en emotionele eenzaamheid vraagt om een intensieve aanpak op maat, goede diagnostiek, een positieve benadering en het werken naar een duurzaam resultaat. Daar zijn goede professionals of getrainde vrijwilligers voor nodig.

8 'Wat werkt bij de aanpak eenzaamheid', Movisie 2016

En dus gaan we trainingaanbod en richtlijnen ontwikkelen voor zulke professionals, zodat zij nog beter weten hoe zij op een kwalitatief goede manier aan de slag kunnen gaan met ernstige vormen van eenzaamheid. Enerzijds betrekken we de opleidingen daarbij. Zodat aankomende professionals goed worden onderwezen en weten hoe zij in hun loopbaan moeten omgaan met ernstige vormen van eenzaamheid. Anderzijds scholen we professionals via digitale methoden bij. De richtlijn 'eenzaamheid' voor wijkverpleegkundigen is al in ontwikkeling en dit jaar gereed. We willen dat ook de huisarts, de ziekenhuizen en andere 'medische' professionals die soms meer het vertrouwen van en makkelijkere toegang hebben tot ouderen, meer alert zijn op de effecten en aanpakken van eenzaamheid. Kennis van en samenwerking met het lokale netwerk kan daaraan bijdragen. In het programma 'Langer Thuis' wordt uitgebreid ingezet op de samenwerking tussen de sociale en medische keten.

iii. Eenzaamheid voorkomen door: activeren en vitaal blijven

De persoonlijke risicofactoren op eenzaamheid zijn bekend. Slechte gezondheid, verlies van mobiliteit en zintuigen, lager inkomen, mantelzorger worden in plaats van partner, rouw, of een ingrijpende gebeurtenis. Dit programma legt de verbinding met het nationale programma 'Alles is gezondheid…' om de risicofactoren op eenzaamheid onder de Nederlandse bevolking te verminderen en gezondheid en vitaliteit te bevorderen. Mensen hebben zelf een verantwoordelijkheid te kijken welke acties zij kunnen nemen om zich voor te bereiden op het ouder worden en eenzaamheid te voorkomen. Activiteiten, zoals cursussen die er zijn om mensen rondom hun pensionering voor te bereiden op het actief blijven in vrijwilligerswerk, worden gestimuleerd. Ook zal het programma samen met Alles is gezondheid verkennen hoe ouderen goed geïnformeerd kunnen worden rondom positief en vitaal ouder worden.

iv. Eenzaamheid voorkomen door: de fysieke infrastructuur daarop in te richten

Hoe mensen wonen, kan mede bepalend zijn voor de contacten die mensen hebben en het gevoel van eenzaamheid. Een verouderde wijk met voornamelijk ouderen, bijvoorbeeld, met weinig groen, bankjes of openbare toiletten, bevordert niet dat mensen voor een ommetje naar buiten gaan en op straat een praatje maken. Slechte vervoersverbindingen maken het ouderen moeilijker op pad te gaan. En een snelle roulatie van bewoners weerhoudt ouderen er misschien van vriendschappen te sluiten met de buren. Andere omstandigheden die gevoelens van eenzaamheid beïnvloeden zijn het verdwijnen van buurtwinkels, verpaupering of onveiligheid op straat. Vanuit dit programma wordt met woningcorporaties en gemeenten verkend hoe hier in lopende en toekomstige bouwplannen rekening mee kan worden gehouden. Ook brengen we goede voorbeelden in kaart zoals bijvoorbeeld buurtbusjes die ritjes tussen bibliotheek, huisarts, winkelcentrum en stations leggen.

Ook kan een woonvorm zelf zorgen voor contact met andere mensen. Een mantelzorgwoning kan ervoor zorgen dat mensen in de buurt van familie of vrienden kunnen blijven. Het wonen met andere mensen kan voorzien in een gezamenlijke maaltijd of het doen van gezamenlijke activiteiten. Een deel van de ouderen wil best wonen een geclusterde woonvorm, maar wil nog niet naar een instelling. Het aanbod tussen thuis en instelling is beperkt en er is nog weinig vernieuwend aanbod. Dit geldt vooral voor mensen met lage en middeninkomens. In het Programma 'Langer Thuis' wordt gewerkt aan een uitbreiding van dit aanbod.

> **Stichting Thuis in Welzijn** verbindt met het Thuishuisproject een uniek leef- en woonconcept met Thuisbezoek en Thuishuis: Een 'studentenhuis' voor alleenstaande (kwetsbare) ouderen. Eenzaamheid neemt af en een maatschappelijk rendement van 175%.

v. Innovatie stimuleren

De inzet van nieuwe, innovatieve vormen van zorg en ondersteuning (waaronder e-health) kan een belangrijke bijdrage leveren aan het voorkomen en bestrijden van eenzaamheid. Als de technologie doet wat de technologie kan doen, dan kan de mens weer doen wat alleen de mens kan doen, namelijk zinvol contact leggen. Mogelijkheden van ICT en technologie worden nog te vaak onderschat, terwijl het aanbod waarmee ouderen op nieuwe innovatieve wijze met anderen in verbinding kunnen komen in snel tempo toeneemt. Zo kunnen bijvoorbeeld beeldbellen, sociale robots, VR-brillen, platforms voor hulpvragen en aanbod, en nieuwe vormen van dagbesteding een meerwaarde leveren aan het voorkomen en bestrijden van eenzaamheid. Daarom gaan we onder andere versnellingsmakelaars inzetten om te zorgen dat gemeenten en verzekeraars deze nieuwe innovatieve vormen van ondersteuning sneller en gemakkelijker in hun aanbod kunnen opnemen. Op die manier creëren we een breder, gevarieerder aanbod dat beter aansluit bij de behoeften van ouderen. Ook bieden we ouderen de mogelijkheid te leren omgaan met deze nieuwe vormen van ondersteuning. Zo maken studenten in Eindhoven ouderen wegwijs in het gebruik van ICT-middelen. Ook zijn er veel bibliotheken in Nederland die een inloop organiseren om ouderen op weg te helpen bij gebruik van i-pad, smartphone of online zaken. Dit is een mooie manier om digitale vaardigheden van ouderen te verbeteren, en zorgt het voor bijzondere ontmoetingen tussen generaties.

De gemeente Den Haag brengt samen met **Deloitte** in kaart of de interventies tegen eenzaamheid aansluiten bij de aard, omvang en oorzaken van eenzaamheid in verschillende wijken in Den Haag. Op basis hiervan stelt de gemeente aanpakken bij.

Om deze acties mogelijk te maken, nemen we daarnaast de volgende maatregelen:

C. Gunstige juridische en beleidsmatige randvoorwaarden creëren

Dit programma bouwt op de kracht en mogelijkheid eenzaamheid te signaleren en te doorbreken vanuit de samenleving, lokaal, met behulp van goede hulpverleners en in nieuwe vormen van publiek-private samenwerking. Om bovenstaande acties beter te laten lopen en gemakkelijker op gang te krijgen, creëren we de volgende gunstige juridische en beleidsmatige randvoorwaarden:

i. Versterking van vrijwilligerswerk

Met dit programma zetten we in op het activeren van ouderen in het vrijwilligerswerk (ter voorkoming van eenzaamheid) en de inzet van vrijwilligers bij het aanpakken van eenzaamheid. Het is dan ook heel mooi dat de Vrijwilligerskoepel NOV samen met een aantal landelijke vrijwilligersorganisaties parallel hieraan werkt aan een programma om betere samenwerking tussen beroepsmatige zorg, de gemeente en vrijwilligersorganisaties tot stand te brengen. Organisatieversterking van vrijwilligersorganisaties is hierbij een belangrijk onderdeel. Voor dit programma is in de periode 2018-2021 maximaal 1,7 miljoen euro per jaar beschikbaar. Dit versterkt de ambities van dit programma tegen eenzaamheid.

Het platform NL voorelkaar verbindt hulpvragers en vrijwilligers aan elkaar. 41 gemeenten zijn aangesloten en het platform heeft meer dan 60.000 gebruikers.

ii. Digitale vraag- en aanbodplatforms onderzoeken

Eenzaamheid kan voorkomen worden als ouderen zelf actief blijven. Maar waar en hoe dan? Een laagdrempelige manier om te weten waar in de buurt iemand je kan helpen is een digitaal vraag- en aanbodplatform. Veel gemeenten maken al gebruik van een dergelijk matchingsinstrument. Kennisinstituut Movisie onderzoekt op dit moment hoe hiervan efficiënt gebruik gemaakt kan worden, in het bijzonder ook door en voor ouderen. Op basis van de uitkomsten van het onderzoek zal ik bezien op welke wijze het gebruik van digitale platforms verder gestimuleerd kan worden. Hiervoor is in de periode 2018-2021 maximaal 0,25 miljoen euro per jaar beschikbaar.

> **Platform Mijn Buurtje.nl** is actief in 40 gemeenten en heeft ruim 400 buurtverbinders getraind.

iii. Gratis VOG -Vereenvoudigen van vrijwilligersinzet

Ruim 1 miljoen vrijwilligers zijn in Nederland actief binnen de domeinen zorg en ondersteuning. Zij leveren onder andere een belangrijke bijdrage aan het voorkomen en bestrijden van eenzaamheid onder ouderen. Het is belangrijk dat binnen vrijwilligersorganisaties meer aandacht komt voor integriteit en mogelijke risico's op grensoverschrijdend gedrag die samenhangen met de inzet van vrijwilligers. Het kan bijvoorbeeld gaan om risico's op fysieke mishandeling, financieel misbruik en/ of het misbruiken van vertrouwelijke informatie. De Verklaring Omtrent Gedrag (VOG) is een belangrijk instrument als onderdeel van een breder integriteitsbeleid. Daarom komt 7 miljoen euro extra beschikbaar voor het gratis aanvragen van VOG's door organisaties die vrijwilligers inzetten die werken met mensen in een afhankelijkheidssituatie. Hierdoor valt een mogelijke financiële drempel voor deze organisaties weg om een VOG aan te vragen.

iv. Maatschappelijke diensttijd- betrekken en activeren van jongeren

De maatschappelijke diensttijd stimuleert jongeren om zich in te zetten voor de mensen om zich heen. De wensen en behoeften van jongeren staan zoveel mogelijk centraal. We verwachten dat veel projecten die jongeren lokaal zullen oppakken direct- of indirect bijdragen aan het tegengaan van eenzaamheid onder ouderen. We zullen ons samen met maatschappelijke organisaties inspannen om juist rondom het thema eenzaamheid een aantrekkelijk aanbod van projecten voor jongeren te creëren. Een ander effect van de maatschappelijke diensttijd is dat het deelnemen aan activiteiten leidt tot meer sociale contacten en gevoel van toegevoegde waarde te zijn voor anderen. Daarmee heeft de maatschappelijke diensttijd naar verwachting op het voorkomen en bestrijden van eenzaamheid onder jongeren.

> **Heerenveen Helpt** heeft 'centra voor meedoen' waar sociale activiteiten zijn en het 'wijkmenu' klaar ligt waar inwoners zorg, sport of gezelligheid kunnen vinden.

v. Belemmerende regels wegnemen

Het stoppen van goede initiatieven omdat ze vastlopen op belemmerende regels van lokale of landelijke overheid willen we voorkomen. We vereenvoudigen waar nodig en relevant de regels om signalen uit te kunnen wisselen, burgerinitiatieven op te starten en te verduurzamen, publiek private co-financiering in te richten en andere bewezen effectieve programma's uit te voeren.

> AutoMaatje van de **ANWB** 'loopt' pas een jaar in Nederland, maar in dat jaar (2017) zijn al 13.900 ritten gereden voor 1.600 minder mobiele buurtgenoten. Dit heeft voor 48.000 nieuwe ontmoetingen gezorgd.

D. Strategie en organisatie

i. Strategie

Maatschappelijke organisaties, gemeenten en ondernemers nemen dagelijks op tal van plekken het initiatief om mensen in contact met elkaar te brengen. Er ligt een groot netwerk met als drijvende kracht grote aantallen van vrijwilligers. Hier komen zingevende, blijvende contacten uit voort en dat is iets wat we koesteren. Tegelijkertijd zijn al deze activiteiten soms versnipperd, te veel aanbod gericht, of vluchtig en incidenteel. Dit programma voorziet daarom in een strategie om verder te komen, maar zonder over te nemen wat ouderen, vrijwilligers en lokale coalities allemaal al doen. Het brengt de beweging op gang, brengt best-practices bij elkaar en draagt de boodschap dat we wél iets kunnen doen tegen eenzaamheid, uit.

1. *Inrichten van vernieuwende (landelijke)coalitie tegen eenzaamheid*

   Wij zetten in op het faciliteren en intensiveren van publiek-private samenwerking tussen bedrijven en ondernemers, maatschappelijke organisaties, vrijwilligers en overheid om samen aandacht te stimuleren, creëren en organiseren.
   Nieuwe combinaties van samenwerking en initiatieven zijn nodig om verder verschil te kunnen gaan maken en al de hierboven genoemde acties mogelijk te maken. Daarom brengen we de kracht van ondernemers, vrijwilligers, bestuurders en politiek bij elkaar in een landelijke coalitie, verbonden met een convenant. Van daaruit kan het voortouw genomen worden om eenzaamheid in Nederland te verminderen en met lef nieuwe combinaties te stimuleren. De coalitie is niet exclusief: partijen die op een later moment willen aansluiten, zijn welkom.

2. *Oprichten en ondersteunen van 380 lokale coalities tegen eenzaamheid*

   Iedere (lokale) bestuurder geeft invulling aan zijn of haar verantwoordelijkheid om eenzaamheid te verminderen en wordt daarbij ondersteund door het Rijk.
   Gemeenten zijn op grond van de Wmo 2015 primair verantwoordelijk voor het vormgeven van een aanpak tegen eenzaamheid. Gemeenten en Rijk hebben in het Interbestuurlijk programma afgesproken dat de strijd tegen eenzaamheid een gezamenlijke opgave is die in deze kabinetsperiode opgepakt gaat worden. De nieuwe colleges en bestuurders kunnen na de coalitievormingen direct aan de slag met en voor hun inwoners een stevige aanpak tegen eenzaamheid in te richten. Landelijk bieden we daarvoor handelingsperspectieven en passende ondersteuning.

3. *Bewustmaken en activeren van de hele samenleving*

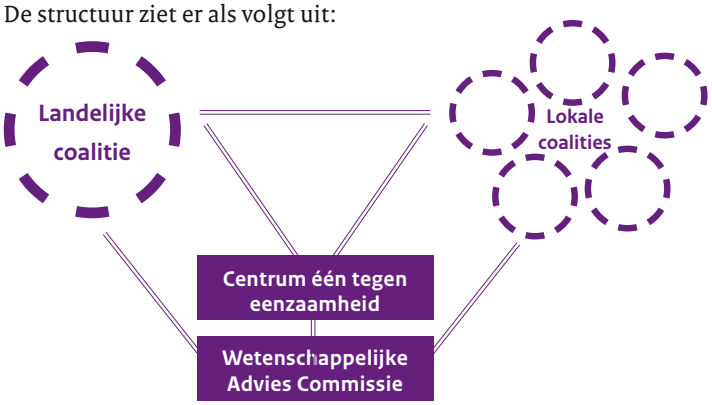
   De samenleving aan de praat houden.
   Bel momentjes, adopteer een buur, maak een praatje: al deze korte contacten kunnen leiden tot een nieuwe verbinding en zijn betekenisvol. We maken de samenleving ervan bewust dat eenzaamheid iets is wat ons allen raakt en waar we allemaal, hoe klein ook, van betekenis in kunnen zijn. Soms niet in het oplossen van ernstige gevoelens van eenzaamheid (daar hebben we professionele hulp voor nodig), maar wel om mensen net over de drempel te helpen en om te voorkomen dat mensen zich verder isoleren van contact. Dus elkaar opzoeken vanuit gelijkwaardigheid en goede vriendschappen aangaan, is belangrijk.

> **Het Nationaal Ouderenfonds** zorgt voor verbroedering: 1250 Old Stars voetballen bij hun favoriete (amateur)club. Honderden dames breien en haken erop los bij de 87 clubs van Samen Breien.

ii. Structuur

De organisatie van het programma zal 'lean en mean' zijn, maar inhoudelijk 'bold en broad'. We zetten stevig in om de kennis in het veld te vergroten en een netwerkstructuur op te zetten die landelijk dekkend en ambitieus is en slagkracht heeft.

De structuur ziet er als volgt uit:



iii. Wie doet wat?

1. *Landelijke coalitie tegen eenzaamheid*

De landelijke coalitie, waar VWS ook onderdeel van gaat uitmaken, verbinden we met een convenant. In dat convenant spreken we de volgende dingen af:

- We doen wat we kunnen, met de middelen die we hebben, om aandacht te geven aan mensen die zich eenzaam voelen;
- We roepen (lokale) partners, bestuurders en managers van filialen en ondernemingen op om mee te doen in lokale coalities en ondersteunen vanuit een gedeelde visie de inwoner.
- We stemmen zaken op elkaar af, versterken elkaar en zullen voorkomen dat we dingen dubbel of niet doen;
- We spelen in op de kwalitatieve en kwantitatieve resultaten die wetenschappers ons aandragen over de trendbreuk.

2. *Lokale coalities tegen eenzaamheid*

Vanuit de koplopende gemeenten is veel te leren. Tegelijkertijd moet ook iedereen een deel van het wiel zelf uit kunnen vinden om met de juiste partijen aan de slag te gaan. We bieden vanuit dit programma ondersteuning op kennis en kunde om tot lokale aanpakken te komen. Deze aanpakken kunnen o.a. de volgende elementen bevatten:

- Inrichten van een lokale coalitie (met ondernemers, inwoners, instellingen….)
- Organiseer een signaleringspunt/netwerk;
- Breng elke 75-plusser jaarlijks een bezoek aan huis;
- Een sociale kaart waarmee alle initiatieven voor inwoners en hulpverleners te vinden zijn;
- Bewustwording en activering van inwoners, of buren om initiatief te nemen;
- Training of coaching van vrijwilligers, kassamedewerkers en anderen die vaak ouderen voorbij zien komen;
- Informatievoorziening: 'Waar kan ik terecht voor een goed gesprek? Of hulp? Of waar kan ik iets met leeftijdsgenoten doen?'

In **23 Nederlandse gemeenten** zijn op dit moment lokale coalities tegen eenzaamheid actief.

3. *Centrum één tegen eenzaamheid*

Het centrum één tegen eenzaamheid is een organisatie die de kennis, kunde en ondersteuning voor dit programma organiseert. Het heeft als doel gemeenten en hun coalities te ondersteunen bij het inrichten en vormgeven van hun lokale coalities en aanpak tegen eenzaamheid. Tegelijkertijd vertaalt het bureau de acties, wensen en energie van de landelijke coalitie tegen eenzaamheid door met lokale partners aan de slag te gaan. Verder haalt het bureau knelpunten en informatie vanuit gemeenten en lokale coalities op. Dit bureau vormt dus de spil van de aanpak één tegen eenzaamheid. Om dit te kunnen doen zullen de volgende expertises en instrumenten in ieder geval beschikbaar gesteld worden vanuit het bureau:

- Adviseurs met ervaring en tools vanuit bijvoorbeeld de koplopende gemeenten die helpen bij de implementatie van één tegen eenzaamheid;
- Procesbegeleiders die een publiek-private coalitie helpen vormen;
- Boegbeeld(en) die bestuurlijke impact en ondersteuning bieden;
- Communicatieadviseurs die helpen bij bewustwordingstrajecten;
- Innovatie versnellingsmakelaar(s) die nieuwe technologieën lokaal kunnen verbinden aan de opgave;
- Een levende sociale kaart met instrumenten, handboeken, contactgegevens en bibliotheek van goede voorbeelden.

> De **gemeente Rotterdam** heeft aanpak ontwikkeld om eenzaamheid onder ouderen te bestrijden. Deze aanpak heeft een trendbreuk veroorzaakt, waardoor eenzaamheid onder ouderen nu daalt in plaats van stijgt.

4. *Wetenschappelijke Advies Commissie*

Uit de vele publicaties en onderzoeken valt al heel veel te leren over wat eenzaamheid is, wat werkt om het te voorkomen en verminderen, de omvang van eenzaamheid en de gevolgen. Het programma wordt dus gebouwd op deze kennis. Maar kennis is altijd in ontwikkeling en de praktijk is dat natuurlijk ook. Verdere ontwikkeling van onze kennis en de implementatie daarvan in de praktijk, moeten dus hand-in-hand gaan. Al doende leren we, maar ook eerst leren en dan doen. De commissie krijgt als opdracht om het volgende te doen en maken:

- Kennissynthese: Kennis over eenzaamheid in te brengen bij de landelijke en lokale coalities;
- Lerende praktijk: Met de praktijk mee te lopen en vanuit daar nieuwe kennis over effectiviteit te ontwikkelen en delen;
- Één jaarlijkse foto: Een vaste selectie van indicatoren en onderzoeken te bepalen en op basis daarvan jaarlijks een beeld te geven over de voortgang op de doelen van dit programma;
- Een kennisprogramma: Vanuit een bundeling van kennisbehoeften wordt bepaald wie welk onderzoek in welke periode oppakt zodat het veld op effectieve wijze wordt gevoed.

> In de **gemeente Amsterdam** bindt het Amsterdams Netwerk tegen Eenzaamheid de strijd aan met eenzaamheid. Dit netwerk bestaat uit 600 partijen die gezamenlijk eenzaamheid in Amsterdam bestrijden.

4.
Monitoring en evaluatie

Door doelen te stellen geven we eenzaamheid alle aandacht die het verdient. Door te meten krijgen we een indicatie in welke mate het programma impact heeft. Nederlanders moeten daadwerkelijk iets merken van één tegen eenzaamheid. We realiseren ons dat het lastig is de relatie tussen de effectiviteit van dit programma en de mate waarin iemand zich wel of niet eenzaamheid voelt één op één te leggen. Eenzaamheid is tenslotte een subjectief gevoel dat door zeer veel factoren wordt beïnvloed.

Effectmonitoring

Desondanks streven we ernaar om de komende periode een daling in te zetten van het aantal ouderen dat aangeeft zich eenzaam te voelen. We meten we of in de periode 2018 – 2020 een trendbreuk realiseren in de eenzaamheid onder ouderen. We kijken of het aantal mensen met gevoelens van eenzaamheid in deze periode procentueel daalt. Als startpunt gebruiken we de 'nulmeting' uit 2016 door GGD, CBS en RIVM in de Gezondheidsmonitor 2016. Om inzichtelijk te maken in welke mate mensen zich eenzaam voelen, gebruiken we de De Jong Gierveld Eenzaamheidsschaal. Deze schaal bestaat uit de volgende 11 stellingen op basis waarvan wordt beoordeeld of iemand eenzaam is of niet:

1. Er is altijd wel iemand in mijn omgeving bij wie ik met mijn dagelijkse problemen terecht kan
2. Ik mis een echt goede vriend of vriendin
3. Ik ervaar een leegte om me heen
4. Er zijn genoeg mensen op wie ik in geval van narigheid kan terugvallen
5. Ik mis gezelligheid om me heen
6. Ik vind mijn kring van kennissen te beperkt
7. Ik heb veel mensen op wie ik volledig kan vertrouwen
8. Er zijn voldoende mensen met wie ik me nauw verbonden voel
9. Ik mis mensen om me heen
10. Vaak voel ik me in de steek gelaten
11. Wanneer ik daar behoefte aan heb kan ik altijd bij mijn vrienden terecht

We gebruiken de Gezondheidsmonitor 2020 om een indicatie te krijgen over de mate waarin dit programma een bijdrage heeft geleverd aan de trendbreuk. Met de Wetenschappelijke Advies Commissie willen we bekijken op welke stellingen dit programma het meeste invloed heeft. Deze stellingen willen we vervolgens zwaarder laten wegen in de beoordeling of dit programma effect heeft op een afname van aspecten van eenzaamheid. Ook gaan we verkennen of we op basis van een selectieve steekproef frequenter informatie kunnen ophalen over de mate waarin ouderen zich eenzaam voelen in Nederland. We onderzoeken de mogelijkheden of we op die manier jaarlijks in plaats van eens in de vier jaar vinger aan de pols kunnen houden over de prevalentie van eenzaamheid.

Maar ook een aantal andere indicatoren geeft inzicht in de mate waarin de acties uit het programma effect hebben op het bestrijden van eenzaamheid in de samenleving. Eenzaamheid hangt namelijk sterk samen met de ervaren kwaliteit van leven. Andere outcome indicatoren als 'de mate waarin iemand zich gelukkig voelt', 'ervaren gezondheid', 'zingeving', en 'participatie' zeggen daarom ook iets over de mate waarin dit programma bijdraagt aan een verhoogde kwaliteit van leven. Daarom geven we kennisinstituten de opdracht om eind 2018 de huidige kennis ten aanzien van kwaliteit van leven te bundelen met de uitkomsten van de Gezondheidsmonitor, zodat we per 2019 ook via andere wegen inzicht verkrijgen in of en zo ja in de mate waarin het programma een trendbreuk in eenzaamheid veroorzaakt.

Meetbare stappen

Verder zeggen een aantal (tussen) stappen iets over de te verwachte opbrengst van de acties uit het programma, zoals:

- Aantal gevormde lokale coalities tegen eenzaamheid;
- Aantal gemeenten dat jaarlijks 75-plussers bezoekt;
- Aantal bereikte mensen met bewustwordingscampagnes;
- Aantal interventies waarvan de effectiviteit is bewezen;
- Aantal mensen dat vrijwilligerswerk doet;
- Aantal mensen dat vindt dat de aangeboden voorzieningen bijdragen om in contact te komen met andere mensen;
- Aantal mensen dat vindt dat aangeboden voorzieningen door gemeente bijdragen aan het onderhouden van contacten met andere mensen.

Deze stappen willen we gedurende dit programma blijven volgen.

5.
Planning en fasering

Het programma kent een looptijd van minimaal drie jaar. In 2021 vindt een evaluatie plaats en wordt besloten hoe dit programma zich voortzet. Het programma kent de volgende fasen:

Fase 0: **1e kwartaal 2018 Planvorming**

Fase 1: **2e t/m 4e kwartaal 2018 Opbouw** van het programma, de landelijke en lokale coalities, de wetenschappelijke commissie en het veldbureau. Ondertussen gaan we uiteraard ook met zoveel mogelijk activiteiten aan de slag.

Fase 2: **2018-2020 Uitvoering** van de (lokale) plannen, wetenschappelijk en actiegericht onderzoek, verspreiding van kennis, continue reflectie en bijsturing. Jaarlijks wordt een verdere uitwerking van de planning gemaakt waardoor aansluiting wordt gezocht bij nieuwe kansen en initiatieven.

Fase 3: Eind **2020 IJkpunt** meten en ophalen van de resultaten op de doelstellingen van het programma en besluit over vervolg.

Lancering 'Pact voor de Ouderenzorg', 8 maart 2018

Ten slotte

Met dit programma zijn we er van overtuigd dat we een beweging in gang gaan zetten die de trend van eenzaamheid in Nederland gaat kenteren en de eenzaamheid bij veel ouderen gaat doorbreken. Het succes hangt samen met een actieve samenleving, publiek-private coalities landelijk en lokaal en bestuurders met ambitie om het verschil te maken. Dat gaat niet alleen succes opleveren bij vermindering van eenzaamheid onder ouderen. Dit draagt ook bij aan het plezier in de wijk, dorp, straat, (verpleeg)huis en de gezondheid en eigen regie van ouderen nu en in de toekomst.

Volg ons op www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/eenzaamheid.

Anjo: "Je over en weer kwetsbaar opstellen, helpt om eenzaamheid te overbruggen. Als je niet weet wat je voor een ander kunt doen, zeg dat dan. Het belangrijkste is dat we niet moeten denken voor die ander, maar vragen wat hij of zij wil."
(bron: PFN)

Dit is een uitgave van
Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

Bezoekadres
Parnassusplein 5 | 2511 VX Den Haag

Postadres
Postbus 20350 | 2500 EJ Den Haag
Telefoon 070 340 79 11
Telefax 070 340 78 34
www.rijksoverheid.nl

maart 2018