

Bespreken en doorbreken Eén tegen eenzaamheid

Evaluatie en vervolg Actieprogramma





Samen sterker tegen eenzaamheid

De gemeente Castricum maakt zich hard voor de aanpak van eenzaamheid. Met genoegen presenteer ik u het tussentijdse rapport van het Actieprogramma: Bespreken en doorbreken - Eén Tegen Eenzaamheid, dat plaatsvindt in onze gemeente. Dit document biedt een globaal overzicht van onze inspanningen afgelopen periode, maar vooral een blik voorruit in onze gezamenlijke strijd tegen eenzaamheid.

Eenzaamheid is een uitdaging die ons allen kan treffen, ongeacht onze leeftijd, achtergrond of omstandigheden. Als gemeente is het onze verantwoordelijkheid om inwoners te ondersteunen en te streven naar een inclusieve samenleving waarin we ons allemaal verbonden en gewaardeerd voelen. Het programma: Eén Tegen Eenzaamheid is ons antwoord op dit belangrijke vraagstuk.

De afgelopen en aankomende jaren werken we met grote toewijding en betrokkenheid samen met diverse partners, organisaties en natuurlijk met inwoners, om eenzaamheid aan te pakken. Samen werken we aan het creëren van een omgeving waarin iedereen zich gehoord voelt, zich verbonden voelt en de benodigde ondersteuning ontvangt om eenzaamheid te overwinnen.

We hebben de afgelopen periode waardevolle inzichten en lessen geleerd tijdens de uitvoering van het programma. Deze helpen ons te begrijpen wat goed is gegaan en waar we nog kunnen verbeteren en versterken.

Ik ben bijzonder dankbaar voor de inzet van alle betrokkenen bij het Actieprogramma: Eén Tegen Eenzaamheid. Professionals, vrijwilligers, organisaties en inwoners maken dit programma tot een succes. Alleen samen kunnen we het verschil maken in het leven van mensen die zich eenzaam voelen. Samen kunnen we bouwen aan een gemeenschap waarin iedereen zich verbonden en gewaardeerd voelt.

Met vriendelijke groet,

Falgun Binnendijk
Wethouder Zorg en Welzijn

Samenvatting

In de afgelopen jaren is gebleken dat zelfs kleine daden van vriendelijkheid een grote impact kunnen hebben op het verminderen van eenzaamheid. Het oprechte contact tussen mensen herstelt het gevoel van verbondenheid, vooral na de impact van het coronavirus, waarbij een opmerkelijke bereidheid is getoond om dit te doen.

In de afgelopen drie jaar hebben maatschappelijke partners in onze dorpskernen hard gewerkt aan het tegengaan van eenzaamheid. Nieuwe initiatieven zijn gestart, bestaande projecten versterkt, randvoorwaarden verbeterd en er is meer kennis over eenzaamheid vergaard. Het doel: een ommekeer in de stijgende eenzaamheid onder inwoners bewerkstelligen.

Eenzaamheid is een dringend maatschappelijk probleem met negatieve gevolgen voor het welzijn en de gezondheid van individuen en de samenleving als geheel. Het actieprogramma “Eén tegen Eenzaamheid” in Castricum heeft als doel eenzaamheid te verminderen en sociale verbinding te bevorderen. De afgelopen drie jaar is met inzet door maatschappelijke partners gewerkt aan het tegengaan van eenzaamheid.

Het tussentijdse resultaat

Op basis van de tussentijdse evaluatie kunnen we voorzichtig concluderen dat het actieprogramma “Eén tegen Eenzaamheid” een bijdrage levert aan het verminderen van eenzaamheid en het bevorderen van sociale verbinding in Castricum. De toegenomen bekendheid, betrokkenheid en positieve individuele ervaringen wijzen op een veelbelovende ontwikkeling. De opgedane inzichten en leerpunten nemen we direct mee in de verdere uitvoering van het programma, om zo de impact te vergroten en nog meer mensen te bereiken die baat hebben bij de geboden ondersteuning en activiteiten.

Vervolg

Het is duidelijk dat er nog veel werk te verrichten is, een conclusie die ook door de Rijksoverheid wordt getrokken. Daarom wordt het landelijke programma Eén tegen Eenzaamheid voortgezet en zullen er extra middelen beschikbaar komen voor gemeenten. Door gebruik te maken van de nog beschikbare middelen en middelen die beschikbaar komen vanuit de overheid (SPUK-regeling), kunnen we nieuwe impulsen geven aan de aanpak van eenzaamheid. Het programma in Castricum had na de corona-epidemie een stimulans nodig. Nu die er is, kunnen we stappen ondernemen om het programma op een duurzame manier te verankeren. Dit stelt ons in staat om de aanpak van eenzaamheid in de gemeente Castricum te verbeteren en effectieve interventies te implementeren.



Actielijnen

De actielijnen hebben we voor de komende periode aangescherpt:



Bewustwording vergroten

Signaleren en bespreekbaar maken



Werkzame elementen gebruiken

Sterk netwerk



Kosten

Doordat de resterende middelen via de overloopreserve overgeheveld zijn, is er nog geld beschikbaar en deze willen we rest 2023 en heel 2024 inzetten.

Eindresultaat

Ons doel is het tegengaan van de groei van eenzaamheid en het verankeren van de aanpak ervan in het sociale beleid. We hebben met succes de eenzaamheidspercentages in Castricum, Bakkum, Limmen, Akersloot en De Woude verminderd. In 2025 is het percentage jongeren dat zich ernstig eenzaam voelt gedaald naar 10%. We hebben bewustwording over eenzaamheid vergroot bij gemeentelijke instanties, maatschappelijke partners, bedrijven, verenigingen en inwoners, en zij zijn actief betrokken bij het verminderen van eenzaamheid. Daarnaast hebben we in de hele gemeente een aanbod van activiteiten met bewezen effecten op het verminderen van eenzaamheid.

Eenzaamheid

Iedereen voelt zich wel eens eenzaam of alleen. **Wat is eenzaamheid precies en wanneer is eenzaamheid een probleem? Hoe word je eigenlijk eenzaam?**

Wat is eenzaamheid en waarom is een aanpak nodig?

Eenzaamheid is het tegenovergestelde van verbondenheid met mensen en de omgeving. Het gemis aan betekenisvolle sociale relaties, het gevoel er niet bij te horen of ertoe te doen, kenmerkt eenzaamheid. Het is niet alleen een vervelend gevoel voor het individu zelf, maar vormt ook een uitdaging voor de gehele samenleving. Eenzaamheid kan leiden tot het vermijden van sociale contacten en deelname aan activiteiten, waardoor de drempel om naar buiten te gaan steeds hoger wordt. Het kan leiden tot gevoelens van stress, depressie, angst en een verslechtering van de algehele geestelijke gezondheid. Dit kan resulteren in langdurige eenzaamheid, een negatieve spiraal die steeds moeilijker te doorbreken is.

Eenzaamheid heeft ook negatieve gevolgen voor de samenleving als geheel. Het kan leiden tot een verminderde sociale cohesie, lagere productiviteit en hogere zorgkosten. Daarom is het verminderen van eenzaamheid niet alleen belangrijk voor het welzijn van individuen, maar ook voor het bevorderen van een gezonde en bloeiende samenleving.

Daarnaast is het belangrijk om eenzaamheid aan te pakken omdat ieder mens het recht heeft om zich verbonden te voelen, erbij te horen en betekenisvolle relaties te hebben. Het vervullen van deze fundamentele behoefte aan verbondenheid draagt bij aan het creëren van een inclusieve en ondersteunende samenleving waarin iedereen de kans krijgt om volledig deel te nemen en bij te dragen.

Kortom, het aanpakken van eenzaamheid is van essentieel belang om het welzijn van individuen te verbeteren, de sociale cohesie te versterken en een inclusieve samenleving te bevorderen waarin niemand zich buitengesloten of geïsoleerd voelt.

Negatieve spiraal

Wat gebeurt er met mij?



Je voelt je onprettig alleen



Interpretatie sociale informatie gaat op een negatieve manier



Ontwikkelt meer negatieve gevoelens



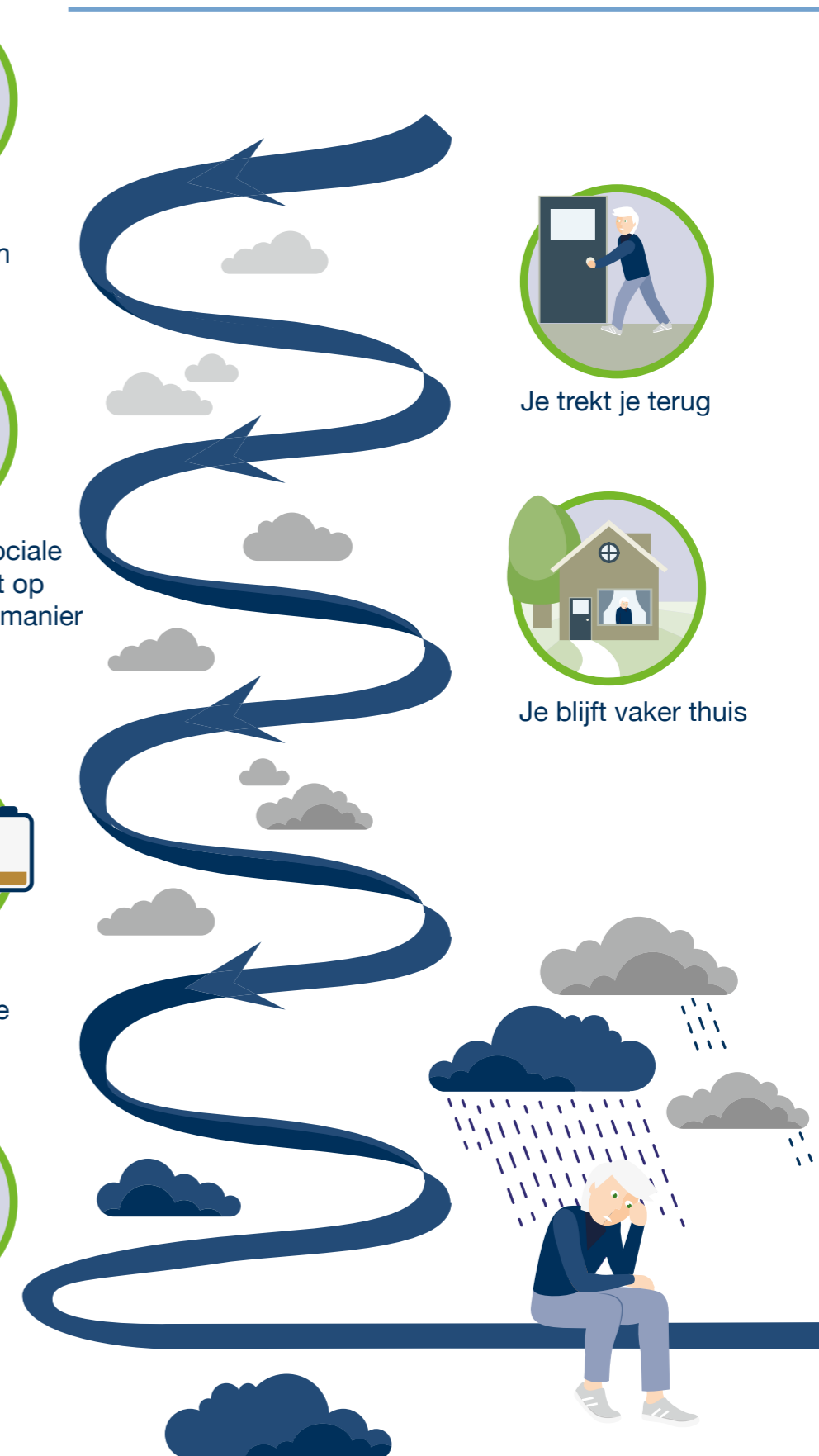
Langdurige vecht/vlucht stand



Je trekt je terug



Je blijft vaker thuis



Verkenning: hoe staat het ervoor in de gemeente Castricum

Wie zijn eenzaam in de gemeente Castricum? Is de situatie verbeterd sinds de vorige meting?

De stand van zaken

Doelstelling

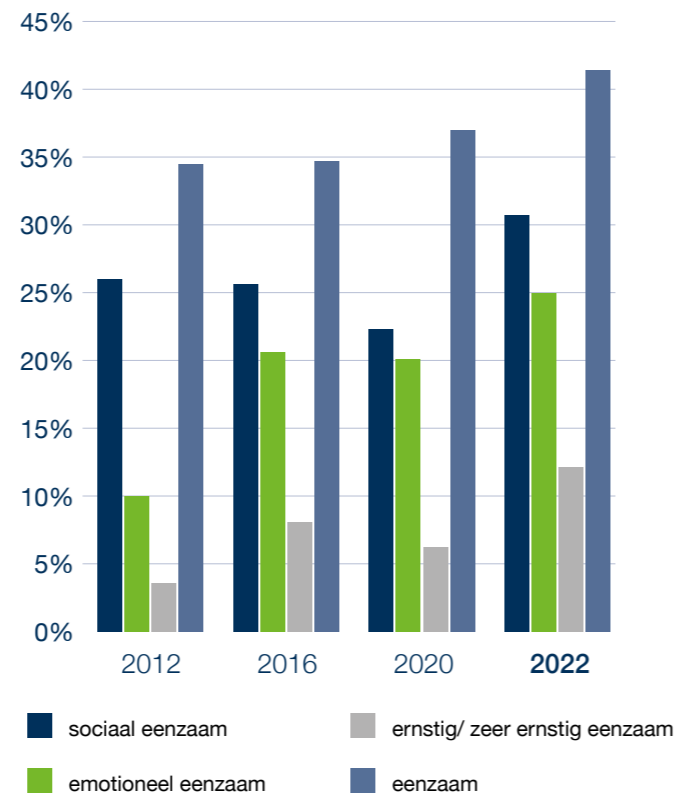
De gemeente Castricum heeft zich ten doel gesteld om het aantal eenzame inwoners in de periode 2020-2024 te laten dalen van 38% naar 33%. Bij de start van het programma voelde 38% van de inwoners zich eenzaam, waarvan 8% ernstige eenzaamheid ervaarde (RIVM-cijfers 2016, inwoners per 1-1-2019).

Het is echter moeilijk om een concrete doelstelling te bepalen voor het aantal inwoners dat zich ernstig eenzaam voelt. Daarom is afgesproken dat elke afname in dit aantal en elke persoon die zich minder eenzaam voelt, als een positieve stap in de goede richting wordt beschouwd. Om eenzaamheid aan te pakken, streefden we ernaar om het aantal eenzame inwoners in de periode 2020-2024 te laten dalen van 38% naar 33%. In eerste instantie leek deze daling haalbaar, maar de impact van het coronavirus heeft een negatieve invloed gehad op onze plannen, onverminderde inzet blijft dus nodig.

Cijfers Eenzaamheid Castricum

In de gemeente Castricum worden de cijfers over eenzaamheid periodiek gemeten door het RIVM en de GGD. De meest recente metingen hebben aangetoond dat de eenzaamheid gedurende het programma is gestegen, mede als gevolg van de aanwezigheid van het coronavirus en de beperkende maatregelen die het sociale contact hebben beïnvloed. Desondanks doet de gemeente Castricum het redelijk goed in vergelijking met het

Eenzaamheidscijfers Castricum



Er zijn positieve effecten waargenomen op individueel niveau, waarbij deelnemers aan bepaalde activiteiten hebben aangegeven dat ze zich minder eenzaam voelen en nieuwe contacten hebben gelegd. Ook is er een grotere bereidheid om hulp te vragen en te bieden binnen de gemeenschap. Deze individuele veranderingen zijn hoopvol en wijzen op een mogelijke vermindering van eenzaamheid op de langere termijn.

Een volgende reguliere meting zal plaatsvinden in 2024, die medio 2025 beschikbaar zullen zijn, waaruit verdere inzichten zullen voortkomen.

Conclusies

Voor de aanpak van eenzaamheid in Castricum geven de cijfers aan dat:

- De aantallen dusdanig zijn dat **onverminderde inzet nodig** is;
- De aanpak op **alle leeftijdsgroepen** moet blijven;
- De groei van **emotionele eenzaamheid** onder (jong)volwassenen extra aandacht verdient;
- De verhoogde eenzaamheid in dorp, wijk of buurt nader bekeken moet worden wat de **oorzaken** zijn;
- De doelstelling bijgesteld moet worden om een **breder focus** te hebben op de cijfers en om de uitdagingen van eenzaamheid adequaat aan te pakken.



Het is een complexe uitdaging om de afname van eenzaamheid goed in beeld te krijgen, aangezien mensen zichzelf vaak niet snel als eenzaam bestempelen. Desalniettemin kunnen cijfers over eenzaamheid ons helpen het probleem beter te begrijpen, prioriteiten te stellen en effectieve strategieën te ontwikkelen om eenzaamheid te verminderen en het welzijn van individuen te verbeteren.





Wat is de afgelopen twee jaar gedaan?
Wat weten we van de resultaten?

Terugblik

Uitvoering Actieprogramma

In 2020 is gestart met het actieprogramma Bespreken en doorbreken. Het doel van dit programma is om een ommekeer (trendbreuk) in de groeiende eenzaamheid te bewerkstelligen. Hiertoe werden 3 stappen uitgevoerd: bewustwording, herkenning en bespreking en activiteiten. Al voor dit programma kende de gemeente Castricum een groot aantal activiteiten die ontmoeting stimuleerden. Deze activiteiten vormden de basis van de aanpak. Het programma vulde deze basis aan met inspanningen gericht op het versterken van de onderlinge samenwerking, het bereiken van meer eenzamen en het bieden van nieuwe ondersteuningsvormen.

Bewustwording

Hoe meer we ons bewust zijn van de omvang van eenzaamheid, des te beter kunnen we het herkennen en bespreekbaar maken. Het is essentieel dat het normaal wordt om openlijk te praten over gevoelens van eenzaamheid.

Steunpunt Eenzaamheid

Het Steunpunt Eenzaamheid is de plek waar inwoners, professionals en ondernemers terecht kunnen met zorgen en vragen over eenzaamheid, waar ze ondersteuning kunnen krijgen en ideeën kunnen inbrengen. Ze kunnen telefonisch, via mail of via de website contact opnemen. Het steunpunt valt organisatorisch onder Stichting Welzijn

Castricum. Het steunpunt staat in verbinding met het Sociaal Team van de gemeente Castricum. Er waren totaal over 2022 en 2023, 249 unieke bezoekers op de webpagina van Castricum. Ze bleven gemiddeld bijna een half uur op de site. Op de contactpagina waren totaal 139 unieke weergaven. Of zij ook contact hebben opgenomen met Stichting Welzijn Castricum is niet bekend. Vaak bellen mensen niet met eenzaamheid als reden.

Ambassadeurs

Mensen die midden in de maatschappij staan, zijn ambassadeur voor het steunpunt. Ze zijn de ogen en oren in de gemeente en maken het thema bespreekbaar. Ze komen uit de verschillende kernen en hebben allemaal een verschillende achtergrond en een eigen netwerk.

Alle ambassadeurs vinden het belangrijk dat er meer bewustwording wordt gecreëerd rondom eenzaamheid, maar niet iedereen zet ook zelf bewust zijn/haar rol in als ambassadeur. Er is een nieuwe jongerenambassadeur die zowel regionaal als landelijk haar ervaringsverhaal vertelt en bewustwording onder jongeren wil creëren.

Week van de eenzaamheid

Zowel in 2021 als 2022 is er in de jaarlijks landelijke Week van de Eenzaamheid extra aandacht besteed aan het thema met een afgestemd en gevarieerd aanbod van activiteiten.

Overig

De komst van het coronavirus in maart 2020 heeft ironisch genoeg geleid tot een grotere bewustwording van eenzaamheid. De beperkende maatregelen brachten een sterke focus op dit probleem in de publieke aandacht. Als reactie daarop zijn er talloze initiatieven ontstaan om contactmomenten te faciliteren en eenzaamheid tegen te gaan.

Het oorspronkelijke plan was om jaarlijks bijeenkomsten in de dorpskernen te organiseren met als doel eenzaamheid bespreekbaar te maken en kennis over dit onderwerp te vergroten. Daarnaast was het idee om ondernemers en andere organisaties bij het programma te betrekken. Echter, als gevolg van de impact van het coronavirus, was de regie op het programma vervaagd en waren de benodigde stappen in het programma niet langer in beeld.

Herkenning en bespreking

Jongeren

Jongeren- en welzijnswerkers hebben voor de klas gestaan op het Jac. P. Thijsse College. In alle 4e klassen is er voorlichting gegeven over eenzaamheid en Join us. Tijdens interactieve lessen zijn de leerlingen in gesprek gegaan over eenzaamheid en hebben ze informatie ontvangen over de Join us-bijeenkomsten. Een deelnemster van Join us heeft ook enkele keren haar ervaringen gedeeld over haar eigen eenzame periode, hoe ze bij Join us terecht is gekomen en wat haar bevindingen zijn van de bijeenkomsten. Join us heeft 50 jongeren bereikt in de afgelopen twee jaar die gevoelens hadden van (ernstige) eenzaamheid. Er was een jonge groep die liep tot augustus 2022 en deze telde in totaal 11 deelnemers. De oudere leeftijdsgroep telde in totaal 39 deelnemers en loopt nog steeds.

Activiteiten

Maatschappelijke organisaties zetten zich voortdurend in om mensen in beweging te krijgen en een betekenisvol gevoel te geven in de maatschappij. Er gebeurt al veel in onze gemeente. Op de volgende pagina's staat een overzicht van activiteiten uit de afgelopen periode die hebben bijgedragen aan mogelijkheden voor ontmoeting en contact.

Activiteit	Omschrijving	Organisator
Ontmoeten Algemeen	Bij diverse buurtcentra, welzijnswerk, bibliotheken, kerken, Tuin van Kapitein Rommel, bij Reakt, in de wijk/buurt worden mogelijkheden gecreëerd om elkaar laagdrempelig te ontmoeten via bijvoorbeeld koffie inloop of samen eten.	Diverse organisaties
Ontmoeten Jeugd	Voor jongeren met een beperking, jongeren met ASS of jongeren die vastlopen in sociale situaties worden er de G-Disco, ASS-bijeenkomsten en Jong Beleggen Ontmoet georganiseerd.	Stichting Welzijn Castricum, REAKT en RIBW
Ontmoeten Speciale Doelgroepen	Er worden voor slechthorenden, mensen met een beperking en slechtzienden laagdrempelige ontmoetingsactiviteiten aangeboden.	Stichting Welzijn Castricum
Ontmoeten Anderstaligen	Voor anderstaligen wordt taalondersteuning, SamenSprak, Hulp bij administratie, Fietslessen, Voorlezen en Spelen met Taal aangeboden.	Stichting Welzijn Castricum, Bibliotheek Kennemerwaard
Steunpunt tegen eenzaamheid	Het Steunpunt Eenzaamheid biedt advies en steun door: eenzaamheid bespreekbaar te maken, adviezen en steun te bieden, te zorgen voor doorverwijzing en te helpen bij het verminderen van gevoelens van eenzaamheid.	Stichting Welzijn Castricum
Ambassadeurs eenzaamheid	De ambassadeurs van het steunpunt eenzaamheid zijn mensen met een groot netwerk in de gemeente die zich inzetten door eenzaamheid bespreekbaar te maken.	Stichting Welzijn Castricum
Join Us	Join Us is er voor jongeren die zich (soms) eenzaam voelen. Elke twee weken ontmoeten ze elkaar op een fijne plek in eigen gemeente. Samen doen ze allerlei leuke activiteiten en werken ze onder begeleiding aan hun social skills en mindset. Zo leren jongeren zelf een passend netwerk opbouwen en behouden.	Stichting Welzijn Castricum
Activiteiten	Diverse organisaties organiseren activiteiten voor ouderen, zoals kaarten, gymnastiek, sjoelen, bingo enzovoort. De activiteiten zijn bedoeld om senioren actief te houden en eenzaamheid te bestrijden.	SWOL, SWOA, Stichting Welzijn Castricum, Zonnebloem, Ouderenbonden, Kerken
Conquista World Wide	Om niet taalvaardige jongeren ook te kunnen bedienen is Conquista Worldwide gestart in 2021. Dit is een ontmoetingsgroep voor anderstalige jongeren in samenwerking met de internationale schakelklas. Deze jongeren hebben ook meegeholpen aan de Kattenmuur op de Overtoom. Een project in de zomer waar de jongeren met veel plezier aan hebben gewerkt. Verder zijn ze met deze groep in de zomervakantie naar Artis geweest en een avondje naar de film (de Luizenmoeder).	Stichting Welzijn Castricum
Peutercafés	Een ontmoetingsplek voor (groot)ouders en hun (klein)kinderen, met wisselende activiteiten en sprekers. In Castricum, Limmen en Akersloot. Het initiatief is ontstaan vanuit persoonlijke ervaring, waarbij gemerkt is hoe moeilijk het kan zijn voor buitenlandse moeders met kleine kinderen om anderen te ontmoeten.	Stichting Welzijn Castricum
Samen 2	Koppeling van vrijwilliger aan kwetsbare inwoner. De vrijwilliger gaat voor 1 jaar, 1x per 14 dagen naar de inwoner voor een goed gesprek, koffie, wandeling of andere activiteit. Doel is een jaar lang 'er zijn' voor iemand, vertrouwensband opbouwen en het netwerk versterken.	Stichting Welzijn Castricum
Kleren maken de mens	Anderstaligen krijgen naailes om zelf kleding te maken. Dit project heeft niet alleen als doel om naaivaardigheden te leren, maar heeft ook een sociale functie. De deelnemers hebben de mogelijkheid om andere mensen te ontmoeten en worden begeleid door Nederlandssprekende docenten, waardoor ze tegelijkertijd de Nederlandse taal kunnen oefenen. Bovendien kunnen ze na de lessen thuis verder oefenen met wat ze tijdens de les hebben geleerd. Het creëren van iets eigens geeft hen zelfvertrouwen en voldoening.	

Activiteit	Omschrijving	Organisator
Week van de eenzaamheid	Een afgestemd aanbod voor diverse doelgroepen om ontmoeting en bewustwording te bevorderen rondom het thema eenzaamheid.	Diverse organisaties
Welzijn op recept	Welzijn op Recept is een aanpak waarbij huisartsen patiënten doorverwijzen naar niet-medische activiteiten en ondersteuning in de lokale gemeenschap. Het richt zich op het verbeteren van het welzijn en de sociale participatie van mensen met lichte psychosociale klachten of sociaal-maatschappelijke problemen. Het biedt een breder perspectief op zorg, waarbij het stimuleren van sociale activiteiten en gemeenschapsdeelname centraal staan om het welzijn van individuen te bevorderen.	Huisartsen, praktijk-ondersteuners, Sociaal Team, Stichting Welzijn Castricum
Tafel van Veel	Maandelijks houden restaurants een tafel vrij voor mensen die behoefte hebben om nieuwe contacten te maken en lekker te eten.	Ondernemers
Kerstactiviteiten	De kerstlunch in De Landbouw en kerstdiner in De Schakel op tweede kerstdag waren drukbezocht. Sportaanbieders hebben kosteloos hun deuren opengezet voor niet-leden.	Stichting Welzijn Castricum, Team Sportservice, Sportaanbieders
Zorgmaatjes	Zorgmaatjes is een project waar vrijwilligers gedurende 2 of 3 uur per twee weken langskomen. Het doel is om mantelzorgers de mogelijkheid te geven tijd voor zichzelf te nemen, terwijl hun zorgtaken worden overgenomen door betrouwbare vrijwilligers.	
Castricum Ontmoet	Gratis laagdrempelig sportaanbod voor volwassenen die graag nieuwe sociale contacten willen, het netwerk vergroten, fitter worden, structuur aanbrengen in de dag, werken aan zelfvertrouwen, zelfdiscipline, samenwerken als ook het toepassen, leren en verbeteren van de Nederlandse taal.	Stichting Sport-Z
Jong Castricum kookt	Elke week kookt een jongere, samen met een jongerenwerker, een heerlijke vegetarische maaltijd. Voor alle inwoners.	Stichting Welzijn Castricum
Treffers BUCH	Regionaal platform om activiteiten te ondernemen en contacten te leggen.	Stichting Welzijn Castricum, Trefpunt Heiloo, Stichting
IKSTART	Een programma waarbij jij aan de hand van een laagdrempelig beweegprogramma aan de slag gaat met je eigen doelstellingen en uitdagingen. Omdat wij snappen dat het lastig kan zijn deze stap te maken, zorgen we voor individuele begeleiding die past bij jou als persoon.	Stichting Sport-Z
Digitale/taalhuis activiteiten	Digiaandacht/ Biebspot/ Digispot/ mediainloop spreekuur / Zingen & digidingen / Taalbingo / Digitaler / Samenspraak. Mensen worden individueel of groepsgewijs begeleid in het leren van digitale, reken en taalvaardigheden.	Bibliotheek Kennemerwaard, Stichting Welzijn Castricum
Bakfiets on tour	Met de bakfiets de wijk in om het gesprek aan te gaan met inwoners. Laagdrempelige manier om in de straat of bij een winkel in gesprek te komen met elkaar.	Bibliotheek Kennemerwaard, Stichting Welzijn Castricum, Sociaal Team
Beweegaanbod 60-plus	De beweeggids maakt het sport- en beweegaanbod voor senioren inzichtelijk.	Team Sportservice, Sportaanbieders
Beweegaanbod algemeen	Een breed sport- en beweegaanbod voor alle leeftijden.	Sportverenigingen
Cultuuraanbod algemeen	Een breed cultureel aanbod voor alle leeftijden.	Cultuurverenigingen

Afgelopen periode is er specifiek aandacht besteed aan jongeren, mensen met (complexe) psychosociale problemen, ouderen en nieuwe Nederlanders. Vooral Join us blijkt een werkzame methode voor de aanpak van eenzaamheid bij jongeren. Het is belangrijk om ook oog te hebben voor andere doelgroepen, zoals gescheiden mensen, mantelzorgers, mensen die in armoede verkeren, laaggeletterden en werklozen.



Wat hebben deze inspanningen opgeleverd?

Effectmeting

Gezondheidsmonitor

De Gezondheidsmonitor is uitgevoerd en de resultaten zijn in het vorige hoofdstuk beschreven. Hieruit zijn voorzichtig een aantal conclusies getrokken voor de vervolgaanpak.

Interventies

Naast deze conclusies zou je het liefst willen weten welke activiteiten en projecten effectief zijn. De monitoring en evaluatie hiervan is echter complex. Het uitvoeren van een nulmeting heeft een te groot afschrikkend effect op de (potentiële) deelnemers. Vragenlijsten worden vaak als confronterend ervaren. Een alternatief, namelijk het invullen van het spinnenweb van de positieve gezondheid, wordt vaak ervaren als te uitgebreid. Hoewel de intentie van een brede uitvraag van iemands situatie overeenkomt met het kunnen bieden van passend aanbod, ervaren deelnemers het afnemen als overdreven of te uitgebreid. Landelijk wordt er onderzoek gedaan naar effectieve interventies. Daarnaast is het zorg om te kijken of voor alle verschillende soorten eenzaamheid ook aanbod is in de gemeente. De website wegwijsaanpakeenzaamheid.nl kan hier bij helpen.

Observaties

Over de opgedane ervaringen kunnen een aantal observaties worden gemaakt welke nuttig kunnen zijn voor de verdere aanpak. Deze zijn:

Gezamenlijke stappen gezet

Het uitwisselen van ervaringen tijdens de kernteamvergaderingen, maken dat we als collectief zijn gegroeid in ons begrip van eenzaamheid. Waar we drie jaar geleden het onderwerp nog moesten agenderen, zijn veel maatschappelijke partners nu doordrongen van de noodzaak om hier blijvend aandacht aan te besteden.

Kennen is nog niet samenwerken

Er is een grote belangstelling voor de netwerkbijeenkomsten. Organisaties hechten veel waarde aan het leren kennen van elkaar. Echter, de samenwerking binnen het netwerk staat nog in de kinderschoenen bij veel partijen. Het blijft voornamelijk beperkt tot het uitwisselen van informatie. Er zijn nog mogelijkheden om meer te werken vanuit één coherente aanpak, actief naar elkaar door te verwijzen, samen te werken aan deskundigheidsbevordering en gezamenlijk het aanbod te communiceren.

Zichtbaarheid

Uit de evaluatiegesprekken blijkt dat het steunpunt eenzaamheid bij veel inwoners, professionals en organisaties nog niet bekend is en dus weinig wordt gebruikt. Op de week van de eenzaamheid na, is er weinig tot geen zichtbaarheid gegeven aan eenzaamheid om ook daadwerkelijk bewustwording te creëren.



Conclusies

Uit deze terugblik op de afgelopen twee jaar zijn de volgende conclusies te trekken:

- Er is met het **kernteam** ervaring opgedaan die kan worden gebruikt voor een betere aanpak;
- **Bewustwording**: er zijn stappen gezet, maar dit kan nog breder opgepakt worden;
- **Herkennen en bespreken**: het jongerenwerk heeft mooie eerste stappen gezet, een trainingsaanbod moet opgepakt worden;
- **Activiteiten**: er is een breed ontmoetingsaanbod voor veel doelgroepen, werkzame elementen moeten nog bekeken worden;
- Bepaalde onderdelen moeten **opgepakt of doorontwikkeld** worden, zoals de samenwerking tussen organisaties, het betrekken van bedrijven en deskundigheidsbevordering.

Naar een blijvende, lokaal verankerde aanpak

Met de opgedane ervaringen van de afgelopen jaren, kan een duurzame aanpak worden vormgegeven. Hierbij gaan we in samenhang bouwen aan de zes bouwstenen, maken we gebruik van de inzichten uit het onderzoek naar eenzaamheid en gaan effectieve interventies inzetten.

Eén tegen eenzaamheid 2023 en verder Een verankerde aanpak

Een effectieve en verankerde aanpak van eenzaamheid vereist een strategische en duurzame aanpak, gericht op daadwerkelijke vermindering van eenzaamheid bij de inwoners van de gemeente. Het gaat niet alleen om het creëren van een tijdelijk goed gevoel, maar om het stap voor stap aanpakken van de oorzaken van eenzaamheid en het realiseren van blijvende verandering. Dit vereist langdurige inzet en continuïteit. Het is belangrijk dat initiatieven en programma's op de lange termijn worden ondersteund, zodat ze kunnen groeien, zich kunnen aanpassen aan veranderende behoeften en een blijvend effect kunnen hebben. van de aanwezigheid van het coronavirus en de beperkende maatregelen die het sociale contact hebben beïnvloed. Desondanks doet de gemeente Castricum het redelijk goed in vergelijking met het landelijke gemiddelde en omliggende gemeenten.

Zes bouwstenen

Om een de aanpak te waarborgen, is het essentieel om gelijktijdig en in samenhang aan zes bouwstenen te werken. Zie de pagina hiernaast.

Het is cruciaal dat alle zes bouwstenen goed geregeld zijn, aangezien het ontbreken van één bouwsteen de effectiviteit van de andere bouwstenen kan belemmeren. Een integrale aanpak, waarbij alle bouwstenen in samenhang worden aangepakt, is essentieel voor het succesvol verminderen van eenzaamheid in de gemeente. Als één van deze zes bouwstenen niet goed geregeld is, dan heeft het feitelijk ook weinig zin om de andere bouwstenen wél op te pakken.

De zes bouwstenen

Voor een effectieve aanpak van eenzaamheid

1.

WETEN

Mensen moeten zich bewust zijn van eenzaamheid, begrijpen wat het inhoudt en welke impact het heeft.



2.

VINDEN

Het is belangrijk dat we eenzame mensen herkennen en vinden, zodat zij de juiste ondersteuning en hulp kunnen ontvangen.



3.

ONDERSTEUNEN

Eenzame mensen moeten worden ondersteund en gestimuleerd om hun sociale contacten en netwerken te versterken.



4.

KWALITEIT BIEDEN

Het aanbod van activiteiten en interventies moet van goede kwaliteit zijn, zodat het effectief bijdraagt aan het verminderen van eenzaamheid.



5.

SAMENWERKEN

Verschillende betrokken partijen moeten goed samenwerken om een integrale aanpak van eenzaamheid te realiseren.



6.

INFORMEREN

Informatie over eenzaamheid en beschikbare ondersteuning moet gemakkelijk en snel toegankelijk zijn voor zowel professionals als inwoners.



Interventies

De strategie is om een breed pallet aan interventies aan te bieden waarin de verschillende werkzame elementen allemaal aanwezig zijn. Op die manier kunnen inwoners met verschillende soorten eenzaamheid en verschillende behoeften toch een interventie vinden die heeft wat zij nodig hebben.

Hier zijn enkele voorbeelden van interventies die kunnen worden ingezet om eenzaamheid te verminderen:

1. **Activiteitenprogramma's:** Organiseer diverse bezigheden en activiteiten die mensen kunnen ondernemen. Dit kunnen creatieve workshops, sportactiviteiten, hobbygroepen, gezamenlijke uitstapjes of culturele evenementen zijn. Deze activiteiten bieden mensen de mogelijkheid om zinvol bezig te zijn, voldoening te ervaren en nieuwe contacten te leggen.
2. **Ontmoetingsgroepen:** Faciliteer groepen waarin mensen met vergelijkbare interesses of ervaringen samenkomen. Dit kunnen praatgroepen, thematische bijeenkomsten, hobbyclubs of steungroepen zijn. Het doel is om mensen de kans te geven sociale interacties aan te gaan, ervaringen te delen en nieuwe relaties op te bouwen.
3. **Vrijwilligerswerk:** Moedig mensen aan om vrijwilligerswerk te doen bij organisaties of initiatieven die passen bij hun interesses en vaardigheden. Door anderen te helpen, kunnen ze een gevoel van betekenis en voldoening

ervaren, en tegelijkertijd nieuwe sociale contacten opdoen.

4. **Sociale vaardigheidstraining:** Bied trainingen aan waarin sociale vaardigheden worden versterkt. Dit kan onder andere communicatieve vaardigheden, assertiviteitstraining en het omgaan met sociale angst omvatten. Door het vergroten van sociale vaardigheden kunnen mensen gemakkelijker contacten leggen en onderhouden.
5. **Mentorschapsprogramma's:** Zet programma's op waarbij ervaren en sociaal betrokken individuen fungeren als mentoren voor mensen die eenzaamheid ervaren. De mentoren bieden ondersteuning, begeleiding en betekenisvolle relaties aan degenen die behoefte hebben aan sociaal contact en ondersteuning.
6. **Buurtinitiatieven:** Stimuleer en ondersteun initiatieven in de buurt die sociale interactie en betrokkenheid bevorderen. Denk aan buurtmaaltijden, tuinverenigingen, buurtfeesten of buurtprojecten. Deze activiteiten bieden mogelijkheden voor ontmoeting, samenwerking en het ontwikkelen van een gevoel van gemeenschap.

Het is belangrijk om rekening te houden met de specifieke behoeften en kenmerken van de doelgroep en om interventies aan te passen aan de lokale context. Het combineren van meerdere interventies en het aanbieden van een diversiteit aan mogelijkheden kan effectief zijn om verschillende werkzame elementen aan te pakken en eenzaamheid op meerdere niveaus te verminderen.



Conclusies

Een duurzamere aanpak kan worden opgebouwd door:

- In samenhang te werken aan de zes bouwstenen voor een lokale aanpak tegen eenzaamheid;
- Het huidige aanbod tegen het licht te houden op de werkzame elementen en daar een overzicht van per werkzaam element van te maken;
- Te streven naar een aanbod aan interventies waarin alle werkzame elementen worden toegepast.



Wat willen we bereiken de komende jaren? En hoe kan dit worden aangepakt?

Doelstelling en werkwijze

Het speelveld

Alvorens de doelstellingen te bepalen, is het goed om bewust te zijn van de kaders waarbinnen het actieprogramma zal worden uitgevoerd. Er zijn een aantal beperkingen die onze slagkracht belemmeren. Deze zijn:

Mensen die last hebben van eenzaamheidsgevoelens moeten zelf gemotiveerd zijn om hieraan te werken.

Niet iedereen wil en kan dat. Aan de andere kant zijn er ook mensen die zichzelf helpen zonder een beroep op ondersteuning te doen. Het actieprogramma hoeft daarmee niet de hele groep te bereiken.

Eenzaamheid hoort bij het leven.

Het hoort bij veranderingen in het leven dat naasten wegvallen. Gevoelens van eenzaamheid hebben als functie om de nabijheid van anderen weer op te zoeken en horen als zodanig bij de overlevingsstrategie van de menselijke soort. Eenzaamheid helemaal willen oplossen past hier niet bij.

SPEELVELD

Maakbaarheid van de samenleving.

Er zijn processen in onze samenleving die juist het risico op vereenzaming vergroten. Zo spelen processen als individualisering, verstedelijking, verandering in de samenstelling van huishoudens, contactloos winkelen, veranderingen op de werkplek, het gebruik van social media en de technologisering van bedrijfs- en overheidsdienstverlening allen een rol¹.

Het instrumentarium om eenzaamheid te bestrijden is nog volop in ontwikkeling.

Zoals hierboven beschreven is het aantal effectief bewezen interventies beperkt en is er nu slechts zicht op de werkzame elementen. Doordat eenzaamheid per individu sterk kan verschillen in omvang, soort en oorzaak, is het moeilijk passende oplossingen te bieden.

Doelstellingen

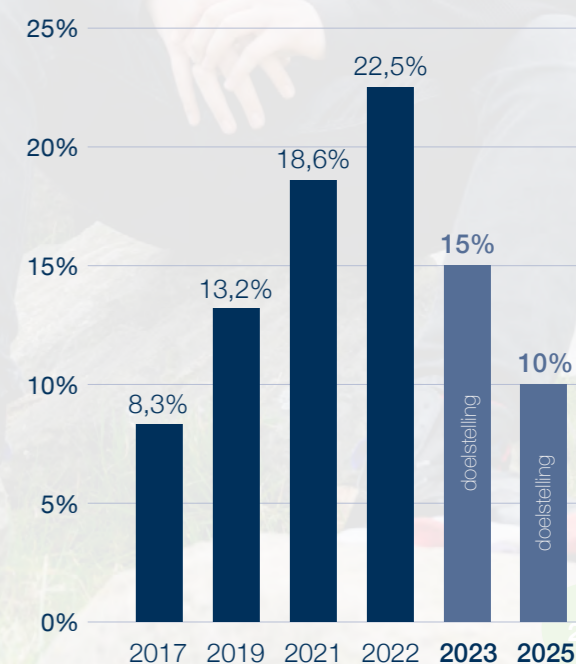
Met deze beperkingen voor ogen kunnen de volgende doelstellingen worden geformuleerd. Daarbij houden we ook de specifieke doelgroepen als mensen met (complexe) psychosociale problemen en nieuwe Nederlanders voor ogen, maar hier vindt geen meting op plaats.

Jeugd (16-25 jaar)

Het percentage van jongeren die zich ernstig eenzaam voelt, brengen we omlaag van 22,5% naar 15% in 2023 en 10% in 2025. In 2017 lag het percentage op 8,3%, we hopen dit weer om te buigen. Terug naar de 8,3% lijkt voor nu nog te hoog gegrepen.



Ernstig sociaal eenzaam (16-25 jaar)

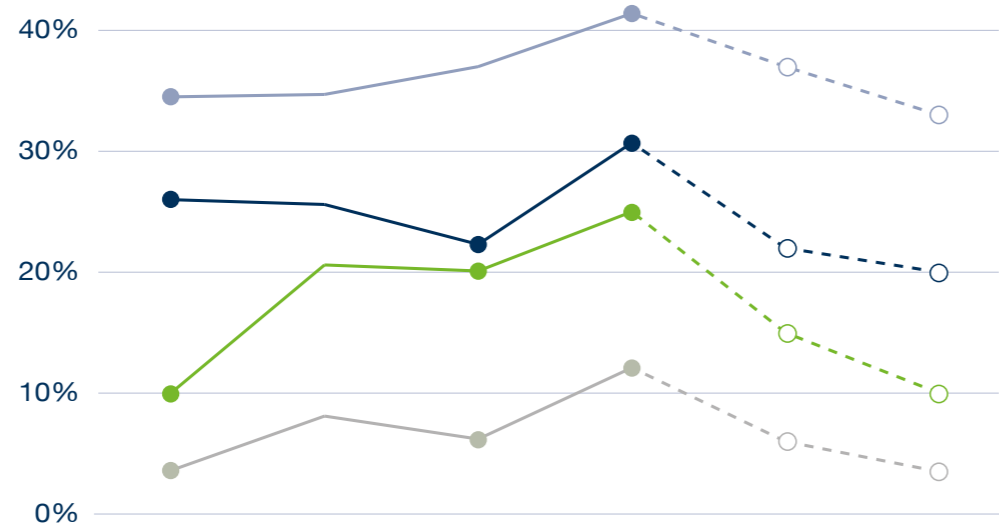


Gezondheidsmonitor Eenzaamheid

We streven naar een dalende lijn op alle vormen van eenzaamheid. Het doel is ook om de gestegen eenzaamheid weer om te buigen naar het eerdere niveau en vervolgens naar een lager niveau dan 2012.

Deze doelstellingen zijn ambitieus gezien de hiervoor genoemde beperkingen van het speelveld. Toch denken we dat we terug kunnen naar de percentages voor corona en lager of gelijk met 2012. Dat we de lat hoog leggen en er toch naar streven om eenzaamheid in alle vormen terug te dringen is ingegeven door de impact die eenzaamheid heeft.

Doelstellingen eenzaamheidsafname



- eenzaam (%)
- ernstig/ zeer ernstig eenzaam (%)
- emotioneel eenzaam (%)
- sociaal eenzaam (%)

	2012	2016	2020	2022	Doelstelling	
					2024	2028
eenzaam (%)	34,5	37,4	37,0	41,4	37,0	33,0
ernstig/ zeer ernstig eenzaam (%)	3,6	8,1	6,2	12,1	6,0	3,5
emotioneel eenzaam (%)	10,0	20,6	20,1	25,0	15,0	10,0
sociaal eenzaam (%)	26,0	25,6	22,3	30,7	22,0	20,0

Werkwijze

Regievoering

De gemeente speelt een cruciale rol als regievoerder in dit proces. Zij schept de kaders, bepaalt de richting, stelt financiële middelen beschikbaar en maakt afspraken met betrokken partijen. Het regievoerderschap wordt vormgegeven door middel van deze nota, het beschikbare budget en de nog te schrijven subsidieregeling voor de aanpak van eenzaamheid. Om deze rol goed te kunnen vervullen, is er een kwartiermaker aangesteld die verantwoordelijk is voor het voeren van de regie in de komende periode.

De huidige partijen uit het kernteam hebben kennis en ervaring vanuit de uitvoering. Door samen op te trekken worden beleid en uitvoering met elkaar verbonden. Gezamenlijk bewaken we de voortgang, signaleren we mogelijkheden en verbreden we de samenwerking met nieuwe partners.

Lokale trekkers

In elke dorpskern wordt een lokale trekker aangesteld. Deze trekker fungeert als verbinder tussen de samenwerkende organisaties en is tevens de schakel naar de gemeentelijke aanpak. De lokale trekker neemt deel aan het kernteamoverleg met de gemeente en speelt een belangrijke rol in het betrekken van de lokale gemeenschap. De lokale trekker is zelf intrinsiek gemotiveerd om te werken aan de aanpak van eenzaamheid in het dorp.

Gemeente brede aanpak

Daarnaast worden uitvoerende partijen, zoals maatschappelijke organisaties die activiteiten organiseren, regelmatig bij elkaar gebracht om de aanpak te evalueren en af te stemmen. Op deze manier wordt een gemeente brede aanpak gerealiseerd, waarbij alle betrokken partijen samenwerken en bijdragen aan het verminderen van eenzaamheid.

Door middel van deze gestructureerde werkwijze, waarbij de gemeente als regisseur optreedt en lokale trekkers en uitvoerende partijen betrokken zijn, wordt beoogd effectieve oplossingen te ontwikkelen en eenzaamheid binnen de gemeente te verminderen.

Actielijnen

Wat is er nodig om de doelstellingen te realiseren? Om structuur aan te brengen in de verschillende inspanningen, kiezen wij voor vier actielijnen.



Bewustwording vergroten

Een effectieve aanpak van eenzaamheid begint bij het vergroten van bewustwording en het doorbreken van het taboe rondom eenzaamheid. Om eenzaamheid goed te kunnen signaleren, is het essentieel dat mensen weten wat eenzaamheid inhoudt en hoe het eruit kan zien. Bewustwording komt dus vóór het signaleren van eenzaamheid.

Het bevorderen van bewustwording kan op verschillende manieren worden aangepakt. Een publiekscampagne, ondersteund door een lokale coalitie tegen eenzaamheid, kan helpen om het besef van eenzaamheid te vergroten. Daarnaast kunnen kleinschalige communicatie-activiteiten, zoals nieuwsbrieven, sociale media, fototentoonstellingen en verhalen in huis-aan-huisbladen, bijdragen aan het vergroten van bewustwording.

Het doel van bewustwordingscampagnes is om het taboe rond eenzaamheid te doorbreken en mensen bewust te maken van de impact ervan. Een effectieve communicatiestrategie speelt een belangrijke rol bij het onder de aandacht brengen van het plan van aanpak bij inwoners, professionals en andere belanghebbenden. Daarnaast is het van cruciaal belang om inwoners actief te betrekken bij de ontwikkeling, uitvoering en evaluatie van de aanpak van eenzaamheid.

Naast bewustwording is ook destigmatisering van groot belang. Het vergroten van bewustzijn en begrip rondom eenzaamheid kan helpen om het taboe te doorbreken en stigmatisering tegen te gaan. Dit moedigt mensen aan om openlijk over hun gevoelens van eenzaamheid te praten en hulp te zoeken zonder schaamte of oordeel.

Kortom, een effectieve aanpak van eenzaamheid begint met het vergroten van bewustwording en het doorbreken van het taboe. Door deze elementen samen te brengen, kunnen we streven naar een gemeenschap waarin mensen zich gesteund en verbonden voelen.

Hoe gaan we dat doen?

Een communicatieadviseur zal dit onderdeel oppakken om samen met de partners uitvoering te geven aan het communicatieplan



Signaleren en bespreekbaar maken

Eenzaamheid signaleren is niet gemakkelijk. Door het taboe en de schaamte die erop rusten, praten de meeste mensen er niet over. Daarnaast zoeken mensen niet snel hulp op eigen initiatief. Als we (mogelijke) vereenzaming zien of zorgen over de ander hebben, ervaren we soms ook zelf schroom om met mensen in gesprek te gaan of ze hulp aan te bieden.

Gelukkig zijn er verschillende mensen en organisaties die kunnen helpen bij het signaleren van eenzaamheid, zoals familieleden, burens, buurtbewoners, professionals en vrijwilligers van welzijnsorganisaties, kerken, verenigingen, gezondheidscentra, woningcorporaties en lokale ondernemers. Het signaleringsproces bestaat uit een aantal belangrijke onderdelen:

- Mensen vaardigheden leren om eenzaamheid te herkennen en bespreekbaar te maken.
- Een laagdrempelige en centrale plek instellen waar mensen signalen kunnen melden.
- Goede afspraken maken over de opvolging van signalen en de verdere aanpak.

We onderscheiden daarbij de volgende stappen: signalen opvangen, signalen overgeven, signalen opvolgen en een vervolg opzetten. Hoe eerder het signaleren plaatsvindt, des te beter kunnen verdere problemen en een neerwaartse spiraal worden voorkomen.

Hoe gaan we dat doen?

Een concreet initiatief dat bijdraagt aan het signaleren van eenzaamheid is het Signaalpunt tegen eenzaamheid. Dit is een website waar mensen zich kunnen melden als ze zelf worstelen met eenzaamheid of zich zorgen maken over iemand anders. Welzijnswerkers brengen vervolgens een huisbezoek. Hoewel landelijk gezien het aantal meldingen via een signaalpunt nog beperkt zijn, blijkt uit de ontvangen signalen en de opvolging ervan dat zo'n punt waardevol is. Ook organisaties als PostNL en de Regiobank willen hierbij aansluiten. Stichting Welzijn Castricum wordt gevraagd wat de mogelijkheden zijn om steunpunt eenzaamheid hiervoor te gebruiken.

Er wordt een structureel leeraanbod ontwikkeld om professionals en vrijwilligers handvatten te bieden bij het herkennen en bespreken van eenzaamheid.

Het is belangrijk om professionals en vrijwilligers die betrokken zijn bij de aanpak van eenzaamheid te voorzien van deskundigheidsbevordering. Trainingen over het herkennen van eenzaamheid, gespreksvaardigheden en het doorverwijzen naar passende hulpverlening zijn van onschatbare waarde.

Samen de trap op

Wat kan mij helpen?



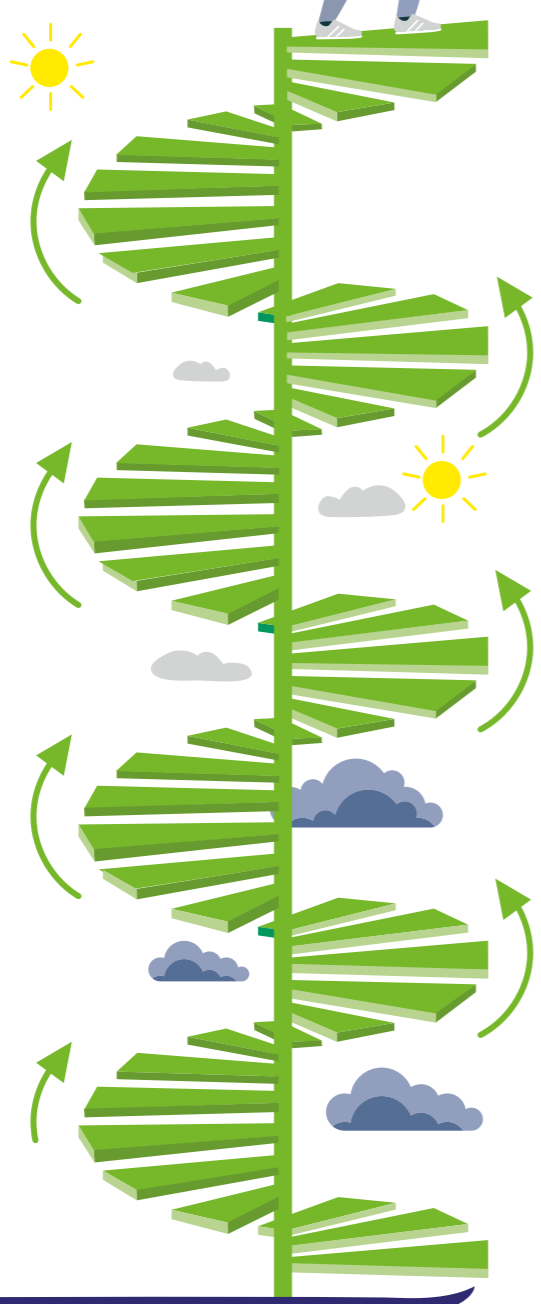
Bezigheden



Praktisch ondersteunen



Betekenisvolle rol



Ontmoeten



Betekenisvol contact



Sociale vaardigheden



Realistische verwachtingen



Werkzame elementen gebruiken

Een effectieve aanpak van eenzaamheid vereist passende hulp en ondersteuning die aansluiten bij individuele behoeften. We streven naar interventies waarin alle werkzame elementen zijn opgenomen, gebaseerd op wetenschappelijk onderzoek. Het is belangrijk om maatwerkoplossingen te ontwikkelen en diversiteit te omarmen. Bestaande interventies kunnen worden verdiept en uitgebreid, terwijl ontbrekende bouwstenen zoals bijvoorbeeld 'realistische verwachtingen' worden aangevuld. Door voortdurend te innoveren en te evalueren, streven we naar effectieve oplossingen en een inclusievere samenleving.

Wanneer een eenzame inwoner de stap zet om verbinding te zoeken, is het belangrijk dat er geschikt aanbod beschikbaar is. Gezien de verscheidenheid aan oorzaken en behoeften, streven we ernaar om alle werkzame elementen in interventies te integreren. Movisie heeft mensen met ervaringskennis gevraagd wat volgens hen werkt bij het verminderen van eenzaamheid, en zij benadrukten vooral de rol van het individu zelf, en in mindere mate de rol van de omgeving. Het is belangrijk dat sociaal professionals hun aanpak daarop af stemmen. Dit heeft ook implicaties voor bestaande interventies.

Hoe gaan we dat doen?

We vragen maatschappelijke organisaties die samenwerken in de bestrijding van eenzaamheid om hun activiteiten tegen het licht te houden van de werkzame elementen. We kijken waar verdieping of uitbreiding nodig is en vullen ontbrekende elementen aan.

We zorgen dat het aanbod zich blijft ontwikkelen en verbeteren.



Sterk netwerk

Een effectieve aanpak van eenzaamheid vereist een breed en goed samenwerkend netwerk. Maatschappelijke partners uit diverse sectoren, zoals zorg, welzijn, ondernemers, sportverenigingen, cultuur en onderwijs, moeten de handen ineen slaan. Samen kunnen zij signalen van eenzaamheid opvangen en initiatieven ontplooiën. Een 'Signaalpunt tegen Eenzaamheid' fungeert als centraal meldpunt en bevordert samenwerking tussen gemeente, bedrijfsleven en organisaties.

Daarnaast is samenwerking en partnerschap cruciaal. Gemeente, maatschappelijke organisaties, zorginstellingen, vrijwilligers en inwoners moeten hun krachten bundelen en expertise en middelen delen om effectieve en duurzame initiatieven te realiseren. Versterking van samenwerking met zorg- en welzijnsinstellingen, scholen, jeugdorganisaties, bedrijven en andere relevante partijen vergroot de impact van het actieprogramma en biedt een breed scala aan ondersteunende activiteiten.

Om het netwerk verder te verbeteren, is betrokkenheid van lokale ondernemers en de culturele sector van belang. Het bundelen van activiteiten en het stimuleren van onderlinge doorverwijzing tussen maatschappelijke partners bevordert de effectiviteit. Een communicatieplan en gezamenlijke deskundigheidsbevordering kunnen bijdragen aan de groei en vaardigheden van organisaties.

Door gezamenlijk te werken, kunnen we een inclusieve en verbonden gemeenschap creëren waarin eenzaamheid effectief wordt aangepakt.

Hoe gaan we dat doen?

We richten een lokale coalitie op waar partijen uitdragen dat ze zich gezamenlijk willen inzetten om de eenzaamheid in Castricum aan te pakken. Dit is ook een onderdeel dat een bijdrage levert aan het actiepunt Bewustwording. Het huidige kernteam wordt aangevuld met meer partijen uit de uitvoering om mee te werken aan effectieve interventies.

Om oog en verbinding te hebben met de verschillende dorpen worden er lokale trekkers benaderd om deel te nemen aan het kernteam.





*Hoe gaan we
bepalen of de
inspanningen
effect hebben?*

Monitoring en evaluatie

Het is van groot belang om te leren en verbeteren in onze aanpak. We willen graag weten of onze inzet en energie daadwerkelijk leiden tot een afname van eenzaamheid. Door middel van monitoring en evaluatie kunnen we ontdekken wat werkt en waar verbeteringen mogelijk zijn. Op deze manier kunnen we verantwoording afleggen over onze aanpak, betrokkenen enthousiasmeren en de aanpak verder verbeteren.

Gezondheidsmonitors

De cijfers en doelen genoemd in de eerdere hoofdstukken zijn gebaseerd op de gezondheidsmonitor die wordt uitgevoerd door GGD Hollands Noorden. Het is dan logisch dat de voortgang wordt gemonitord en geëvalueerd aan de hand van de nieuwe monitors. Deze worden om de vier (18 jaar en ouder) en twee jaar (jeugd) uitgevoerd.



Doelmatigheid interventies

Bij de terugblik in hoofdstuk 3 hebben we gezien dat een aantal van de eerdere meetmethoden in de praktijk moeilijk toepasbaar bleken. Mensen die deelnemen aan een activiteit – soms na in zichzelf meerdere drempels te hebben overwonnen – kan je moeilijk een vragenlijst laten invullen. Bovendien is voor goed wetenschappelijke onderzoek van de effectiviteit van interventies meer nodig dan het toepassen van een enkel meetinstrument. Hiervoor is voldoende onderzoekscapaciteit, een controlegroep, statistische analyse en gedegen kennis van de literatuur noodzakelijk. Dit is op de schaal van Castricum niet haalbaar. Daarom zien wij af van effectmeting bij het merendeel van de interventies.

Verhaal achter de cijfers

Omdat het toepassen van meetinstrumenten bij informele activiteiten moeilijk is, kan de nadruk worden verlegd naar kwalitatief onderzoek. Een onderzoeker kan interviews houden met deelnemers van deze activiteiten om op die manier een idee te krijgen van de impact en de werkzame elementen binnen deze interventies.

Outcome Rating Scale

Om de effecten van professionele interventies te meten, is een eenvoudige methode nodig. De Outcome Rating Scale (ORS) is een mogelijke kandidaat. Dit instrument is een kort vragenlijstje dat deelnemers kunnen invullen om hun eigen progressie te volgen. Met de maatschappelijke organisaties worden afspraken gemaakt of deze of een andere methode ingebed kan worden in hun huidige manier van werken. Om zo tot een meer eenduidige manier van meten te komen.

Financiering

Het voorstel is om de niet bestede middelen eenzaamheidsbestrijding jaarlijks via de overloopreserve over te hevelen naar het nieuwe boekjaar was al goedgekeurd. Omdat eenzaamheid in 2024 niet verdwenen is, willen we het overhevelen voorzetten zolang er middelen beschikbaar zijn.

Doordat de afgelopen periode de middelen nauwelijks benut zijn is het mogelijk het programma te verlengen.

We geloven dat het haalbaar is om de doelstelling van een afname naar 33% eenzame inwoners te realiseren. Door de extra tijd kunnen we de effectiviteit van de interventies verbeteren, nieuwe strategieën implementeren en de benodigde ondersteuning bieden om eenzaamheid duurzaam te verminderen. Daarnaast kunnen we in kaart brengen hoe het programma structureel ingebed kan worden en wat daarvoor nodig is.



Budget 2023 en verder		€ 160.476
Vanaf 2024 jaarlijks vanuit het coalitieprogramma		€ 25.000
Programma uitvoering		
Kwartiermaker 24 uur per week		pm
Bewustwording vergroten		
Uitvoering communicatieplan		€ 33.000
Signaleren en bespreekbaar maken		
Opzetten signaalpunt		€ 5.000
Leeraanbod		€ 15.000
Werkzame elementen gebruiken		
(Ontmoetings)activiteiten		-
Join-us		externe financiering
Welzijn op Recept		externe financiering
Welkomstcultuur (gespreksvaardigheden)		€ 10.000
Ontbrekende elementen		€ 15.000
Sterk netwerk		
Startconferentie en oprichting lokale coalitie		€ 2.000
Betrekken partijen (ondernemers, culturele organisaties, etc)		-
Per dorpskern aan de slag		-
Gezamenlijk verbeteren		€ 5.000