

Aan de gemeenteraad

datum	12 december 2024
behandeld door	N. van Driel en D. van Holten
ons kenmerk	2024-0120361
doorkiesnummer	14078
Onderwerp	Uitvoeringsagenda Eenzaamheid

Geachte mevrouw, heer,

Met deze brief willen wij u informeren dat we vanaf december 2024 aan de slag gaan met onze Uitvoeringsagenda Eenzaamheid 2024 - 2026.

Uitvoeringsagenda Eenzaamheid

De uitvoeringsagenda eenzaamheid beschrijft welke acties we gaan ondernemen om eenzaamheid in Papendrecht aan te pakken. Deze uitvoeringsagenda is een uitwerking van een onderwerp uit het bestuursakkoord 2022 – 2026, namelijk het speerpunt 'We maken een actieplan tegen eenzaamheid, dat aansluit op het landelijke programma Een tegen Eenzaamheid'.

Eenzaamheid in Papendrecht

In Papendrecht is, net als in de rest van Nederland, een toename zichtbaar in het aantal inwoners dat zich (ernstig) eenzaam voelt. Deze ontwikkeling is zorgelijk en daarom staat de aanpak van eenzaamheid expliciet benoemd in het bestuursakkoord Papendrecht 2022 - 2026.

De uitvoeringsagenda is tot stand gekomen in samenwerking met maatschappelijke partners. Om eenzaamheid aan te pakken zetten we de komende jaren in op een structurele aanpak van eenzaamheid, waarbij we eenzaamheid proberen te voorkomen en mensen in staat stellen de eerste stap te zetten hun gevoelens van eenzaamheid aan te pakken.

We richten ons in de voorliggende uitvoeringsagenda op alle inwoners in Papendrecht die zich eenzaam voelen. Wel is er bij de startfase speciale aandacht voor senioren (65-plussers) en jongeren (16-25 jaar). We werken toe naar een brede maatschappelijke beweging die eenzaamheid signaleert en aanpakt.

De gemeente Papendrecht gebruikt data van het RIVM, de GGD, het CBS en de benchmark meting van Eén tegen eenzaamheid om eenzaamheid te monitoren. Met deze gegevens ontwikkelen we gerichte maatregelen en evalueren we de impact van onze initiatieven en interventies.

Consequenties

We hebben de initiatieven en interventies gekoppeld aan zes wetenschappelijk onderbouwde bouwstenen van Movisie, namelijk: weten, vinden, ondersteunen, kwaliteit bieden, samenwerken en informeren. Wanneer ingezet wordt op elk van deze bouwstenen, staat er een volledige en effectieve eenzaamheidsaanpak.

Vervolgtraject

Met de vaststelling van de uitvoeringsagenda wordt de komende jaren gewerkt aan het verminderen van eenzaamheid, door het versterken van de sociale basis, door zichtbaarheidscampagnes en door het geven van een impuls aan bestaande initiatieven. We doen dit door realisatie van de initiatieven en interventies zoals beschreven in de uitvoeringsagenda. Mocht dat nodig zijn dan stellen we de agenda tussentijds bij op basis van de nieuwe, nog vast te stellen, Visie Sociaal Domein. Over de voortgang van de uitvoeringsagenda informeren we u in principe via de reguliere P&C-cyclus.

Wij vertrouwen er op u hiermee voldoende te hebben geïnformeerd.

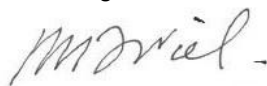
Hoogachtend,

Burgemeester en wethouders van Papendrecht,
de secretaris,



J.M. Ansems

de burgemeester,



M.J.M. van Driel

Uitvoeringsagenda Eenzaamheid

MEER SAMEN, MINDER EENZAAM
"Een Papendrechts meerjarenplan tegen
eenzaamheid"

2024 – 2026



Voorwoord

Eenzaamheid is een onderwerp dat ons allemaal raakt, direct of indirect. Het is een gevoel dat iedereen kan ervaren, ongeacht leeftijd, achtergrond, of situatie. Of het nu gaat om jongeren die zich verloren voelen in een nieuwe omgeving, ouderen die hun sociale kring zien krimpen, of mensen die door ziekte of beperking minder actief kunnen deelnemen aan het dagelijks leven – eenzaamheid kent vele gezichten.

In Papendrecht willen we een gemeenschap zijn waar niemand zich buitengesloten voelt. We geloven dat iedereen recht heeft op verbinding en betrokkenheid, en dat niemand in Papendrecht zich ongezien of ongehoord mag voelen.

We hebben allemaal een rol te spelen in de bestrijding van eenzaamheid. Dit vraagt om samenwerking op alle niveaus – tussen inwoners, (geloofs)gemeenschappen, organisaties, vrijwilligers en de gemeente. We zien al prachtige initiatieven in onze gemeenschap, van buurtprojecten tot vrijwilligerswerk, die mensen samenbrengen en het verschil maken. Maar er is meer nodig. Meer verbinding, meer bewustzijn, en meer acties die eenzaamheid actief tegengaan.

Met deze uitvoeringsagenda willen we een beweging in gang zetten waarbij we elkaar versterken. We willen dat de bestaande initiatieven nog beter op elkaar aansluiten, en dat er ruimte komt voor nieuwe ideeën en oplossingen. Maar belangrijker nog, we willen mensen inspireren om een verschil te maken, hoe klein ook. Een simpel gebaar, zoals een uitnodiging voor een kopje koffie of een praatje in de supermarkt, kan al een wereld van verschil maken voor iemand die zich eenzaam voelt.

Het begint bij ons allemaal. Als we elkaar zien en omzien naar onze medemens, maken we Papendrecht sterker en warmer. Laten we er samen voor zorgen dat niemand zich buitengesloten hoeft te voelen. Wij zijn Papendrecht, en samen maken we deze gemeenschap tot een plek waar mensen zich thuis voelen.

Jaco van Erk

Wethouder Sociaal Domein



INHOUDSOPGAVE

VOORWOORD	02
1. AANLEIDING	04
1.1 Bestuurlijk kader Papendrecht	04
1.2 Integrale samenwerking	05
1.3 Werkwijze en totstandkoming	10
2. WAT IS (DE OORZAAK VAN) EENZAAMHEID?	10
2.1 Wat is eenzaamheid	10
2.2 Soorten eenzaamheid	10
2.3 Oorzaken eenzaamheid	11
2.4 Gevolgen eenzaamheid	11
3. HUIDIGE SITUATIE IN PAPENDRECHT	12
3.1 Wat zegt de data?	12
3.2 Wat gebeurt er nu al?	14
4. MINDER EENZAAMHEID IN PAPENDRECHT	14
4.1 Een duurzame aanpak	14
4.2 Doelgroepen	15
4.3 Pijlers effectieve aanpak eenzaamheid	16
5. WAT GAAN WE DOEN	17
6. COMMUNICATIE-AANPAK	24
7. PIJLERS EN ACTIES	26
8. EVALUATIE EN MONITORING	31
9. FINANCIËN	32
BRONNENLIJST	33

1. Aanleiding

Eenzaamheid komt voor in alle leeftijdsgroepen en maakt deel uit van het leven. Vaak verdwijnt het gevoel van eenzaamheid vanzelf, maar als het aanhoudt, kan het ernstige gezondheidsproblemen veroorzaken. Het is belangrijk dat inwoners van Papendrecht naar vermogen deelnemen aan de samenleving. Helaas is dit niet voor iedereen makkelijk. Sommige mensen hebben moeite met het opbouwen en onderhouden van betekenisvolle relaties, wat hun gezondheid en kwaliteit van leven kan beïnvloeden.

De gemeente Papendrecht draagt bij aan het verminderen van eenzaamheid door te bouwen aan een gezonde, sterke en sociale samenleving en door het bieden van ondersteuning aan inwoners die dat nodig hebben. We werken aan een sterke sociale infrastructuur, waarbij elke inwoner van Papendrecht erbij hoort en ertoe doet. Door het verbinden van inwoners, belangrijke formele en informele partners, (geloofs)gemeenschappen, verenigingen, lokale ondernemers, etc. bouwen we aan een sterke sociale gemeenschap. De uitvoeringsagenda stelt de gemeente en lokale partners in staat om doelgerichter te werken aan het verminderen van eenzaamheid en het versterken van sociale banden binnen de gemeenschap.

Het is belangrijk om te benadrukken dat de uitvoeringsagenda niet bedoeld is om bestaande initiatieven te vervangen, maar om deze te versterken en aan te vullen waar nodig. We erkennen en waarderen de waardevolle inspanningen van diverse organisaties en vrijwilligers in de strijd tegen eenzaamheid binnen de gemeente Papendrecht. Door voort te bouwen op de reeds gevestigde basis van kennis, ervaring en betrokkenheid, streven we naar een krachtigere en meer gecoördineerde aanpak van eenzaamheidsbestrijding.

Dit houdt in dat we de sterke punten van bestaande programma's en samenwerkingsverbanden zullen benutten, terwijl we tegelijkertijd ruimte bieden voor verstevigingen en waar mogelijk innovatie en nieuwe benaderingen.

We baseren onze aanpak op zes belangrijke pijlers van Movisie, die essentieel zijn in de strijd tegen eenzaamheid in onze gemeente. Deze pijlers vormen de fundamenteën van onze strategieën en activiteiten, en zorgen ervoor dat we onze inspanningen kunnen richten op de specifieke behoeften van onze inwoners. Door deze gestructureerde aanpak kunnen we effectiever samenwerken en duurzame oplossingen creëren om eenzaamheid te verminderen en de sociale verbinding te versterken.

1.1 Bestuurlijk kader Papendrecht

In de gemeente Papendrecht voelt ongeveer één op de zes inwoners zich sterk eenzaam, een probleem dat we serieus nemen. Om eenzaamheid aan te pakken, hebben we dit onderwerp als speerpunt opgenomen in ons bestuursakkoord 2022-2026. Waar de focus voorheen lag op het organiseren van ontmoetingen, vooral voor senioren, tonen recente onderzoeken aan dat ontmoeting alleen niet voldoende is om eenzaamheid effectief te bestrijden.

We richten ons daarom op een bredere, preventieve aanpak. Naast het bevorderen van sociale contacten, zetten we in op vroegtijdige signalering en ondersteuning van kwetsbare groepen. In deze uitvoeringsagenda staan de concrete stappen en acties die we de komende jaren gaan ondernemen, zoals samenwerking met zorg- en welzijnsorganisaties, het organiseren van laagdrempelige activiteiten en voorlichtingscampagnes om het stigma rondom eenzaamheid te doorbreken.

1.2 Integrale samenwerking

Eenzaamheid aanpakken doe je niet alleen. Het vraagt om een stevig netwerk van mensen die weten wat er speelt in de wijk, van professionals tot vrijwilligers. Daarom is onze aanpak niet iets wat op zichzelf staat. We kiezen ervoor om dit onderdeel te maken van een breder geheel, waarbij we inspelen op landelijke trends, regionale samenwerkingen, andere beleidskaders en lokale uitvoeringsagenda's. Op die manier versterken we elkaar en pakken we eenzaamheid effectiever aan.

Commitment aan het landelijke programma Eén tegen eenzaamheid

Papendrecht is aangesloten bij het landelijk actieprogramma Eén tegen eenzaamheid. Het doel van dit actieprogramma van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) is om een brede beweging op gang te brengen, die:

- Bewustwording in de samenleving creëert rondom eenzaamheid.
- Het taboe op eenzaamheid doorbreekt en bespreekbaar maakt
- Een omslag in gang zet waardoor het steeds normaler wordt dat we in de samenleving naar elkaar omkijken.

Zie bijlage 1 voor meer informatie over het landelijk programma Eén tegen eenzaamheid.

Aansluiten Kompas Sociaal Domein 2021 - 2024

Het Kompas Sociaal Domein vormt de basis voor de uitvoeringsagenda eenzaamheid, door duidelijke handvatten te bieden op het gebied van preventie, samenwerking en het versterken van sociale netwerken. Deze agenda richt zich op het stimuleren van vroeg signalering van eenzaamheid en het opbouwen van sterke samenwerkingsverbanden met lokale partners, zoals zorg- en welzijnsorganisaties.

** De Visie Sociaal Domein, als opvolger van het Kompas Sociaal Domein 2021 – 2024, is op dit moment in ontwikkeling en zal straks ook aandacht besteden aan dit onderwerp.*

Cultuurplatform

In Papendrecht hebben de culturele partners de handen ineengeslagen binnen het cultuurplatform. Dit platform versterkt de samenhang tussen culturele activiteiten. De focus ligt op wat er gebeurt, niet op wie het organiseert, zodat cultuur voor iedereen toegankelijk blijft.

Cultuur speelt een belangrijke rol in het verminderen van eenzaamheid. Door deel te nemen aan activiteiten zoals muziek, theater of workshops, ontmoeten mensen elkaar en bouwen ze nieuwe sociale contacten op. Dit helpt doelgroepen, zoals ouderen en jongeren, om meer betrokken te raken bij de gemeenschap en eenzaamheid tegen te gaan.

Aansluiten bij de speerpunten Visie Wonen, Zorg en Senioren

De visie op wonen en zorg voor senioren in Papendrecht richt zich op het ondersteunen van zelfredzaamheid en het versterken van gemeenschappen door initiatieven zoals de Zorgzame Buurt. Kijkend naar de uitvoeringsagenda tegen eenzaamheid, kunnen we deze visie benutten door ontmoetingsplekken te benutten waar senioren en andere inwoners elkaar kunnen ontmoeten en eventueel ondersteunen. Dit sluit aan bij bestaande projecten, zoals het Odensehuis, dat laagdrempelige sociale activiteiten aanbiedt. Op deze manier versterken we sociale netwerken en verminderen we eenzaamheid onder senioren.

Verbinding met het Integraal Zorg Akkoord

Het Integraal Zorgakkoord (IZA) vormt een belangrijk middel onder ons beleid en sluit aan op de ontwikkeling van zorg en welzijn in de regio Waardenland. In het Regiobeeld, dat ten grondslag ligt aan het IZA, wordt de huidige situatie op het gebied van zorg en preventie in de regio Drechtsteden en Alblasserwaard-Vijfheerenlanden beschreven. Eén van de genoemde ontwikkelingen in het Regiobeeld is het toenemend aantal mensen dat zich eenzaam voelt.

Het IZA is een instrument om de ontwikkelingen die in het Regiobeeld geschetst worden, aan te pakken. In het IZA staan afspraken tussen zorgaanbieders, verzekeraars, Gemeenschappelijke Gezondheidsdienst (GGD) en gemeenten in de regio Waardenland om te zorgen voor toegankelijkheid en betaalbaarheid van ondersteuning, zorg en spoedzorg.

Om de doelstelling van eenzaamheid te behalen, sluiten we aan op de afspraken en acties die in het IZA zijn vastgelegd. Dit doen we onder andere via de Welzijnscoach en Ouderenadviseur, die zich richt op het versterken van sociale cohesie en het verminderen van eenzaamheid in de buurt.

Daarnaast sluiten we aan bij de beweging “de buurt als ecosysteem voor maatschappelijke zorg,” die vanuit het IZA gefinancierd wordt. In dit plan wordt de gemeenschap centraal gesteld en ingezet op vijf thema's:

Preventie Mindset: Mensen helpen om zelfredzaam te zijn en gezond te blijven.

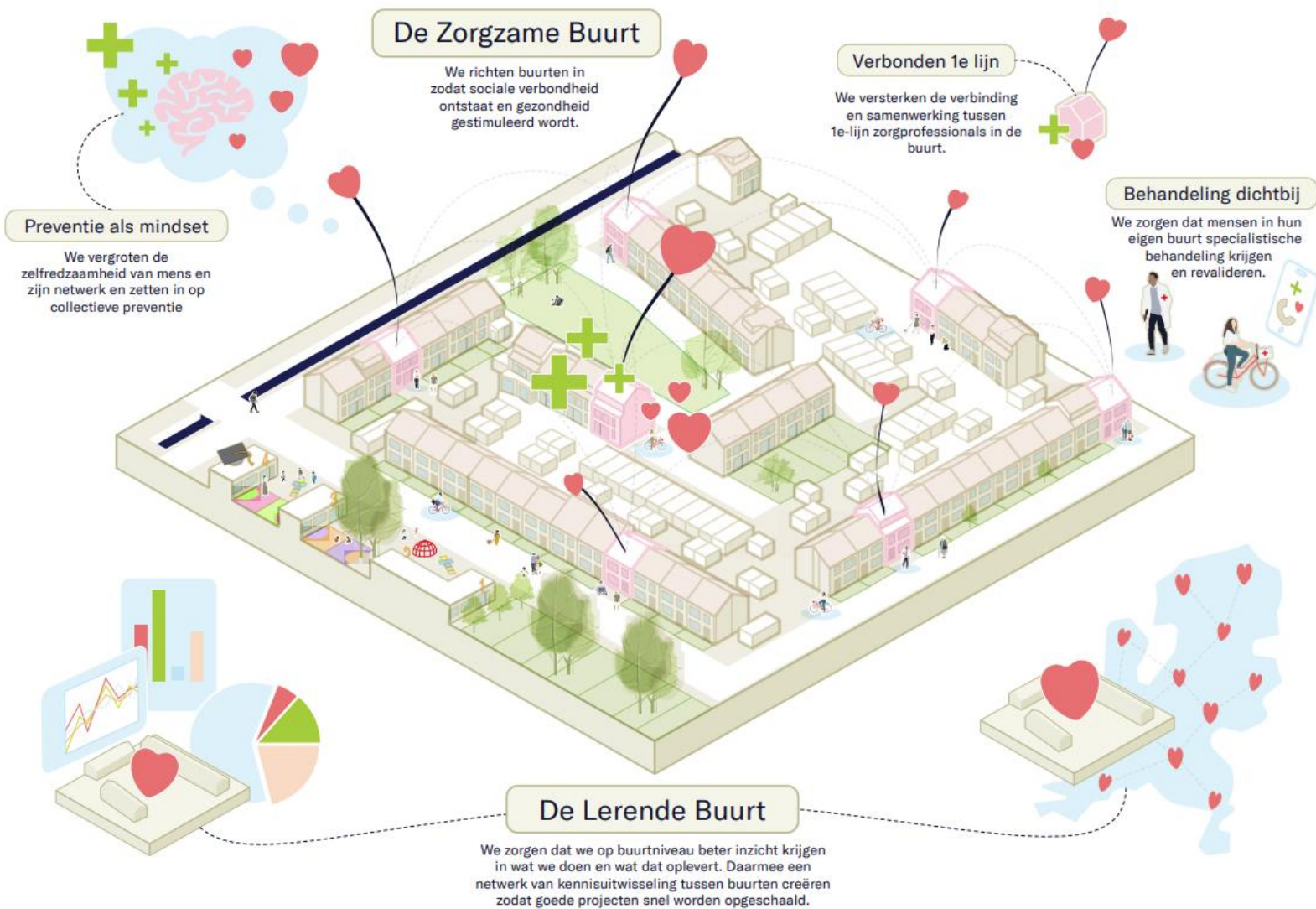
Integrale 1e lijn zorg: Zorgverleners laten samenwerken voor betere zorg.

Behandeling dichtbij: Specialistische zorg in de buurt beschikbaar maken.

Zorgzame buurt: Buurten zo inrichten dat mensen elkaar kunnen ontmoeten en steunen.

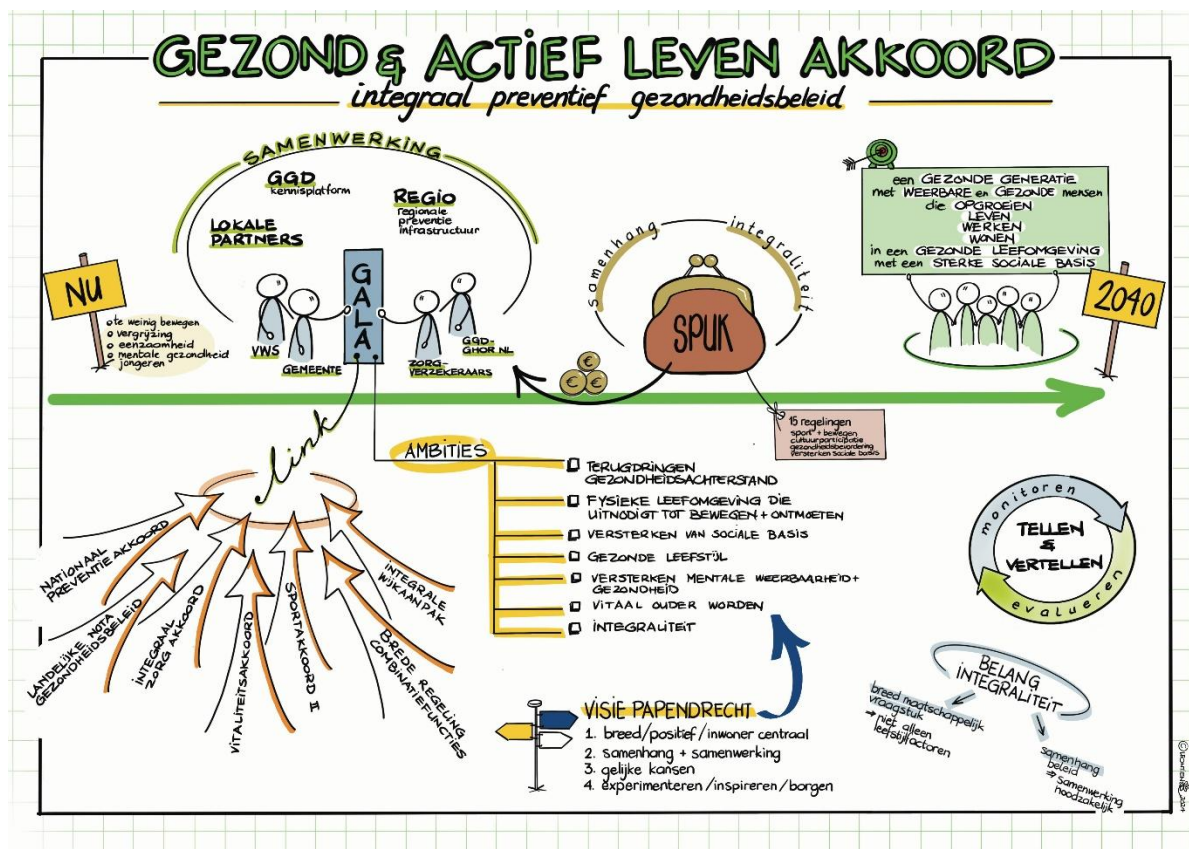
Lerende buurt: Buurten laten leren en verbeteren door te evalueren wat werkt en wat niet.

Zo maken we buurten tot ondersteunende gemeenschappen voor duurzame zorg. Zie onderstaande foto voor meer informatie.



Verbinding met het Gezond Actief Leven Akkoord en de Brede SPUK

Eenzaamheid is een complex probleem dat niet alleen kan worden opgelost met het organiseren van ontmoetingen. Het vraagt om een preventieve en integrale aanpak. Het Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA) is een initiatief dat zich richt op het bevorderen van een gezonde leefstijl en actieve deelname aan de samenleving. Het akkoord stimuleert samenwerking tussen gemeenten, zorgaanbieders en maatschappelijke organisaties om de gezondheid en het welzijn van inwoners te verbeteren. Door middel van de Brede SPUK versterken we de sociale basis door een krachtig netwerk van formele en informele partners op te bouwen. Met de ontwikkeling van een uitvoeringsagenda Eenzaamheid geven we concreet invulling aan de doelstellingen van het GALA, waaronder o.a. het versterken van de sociale basis.



Aansluiten bij Wijkgericht Werken

De gemeente financiert via diverse subsidiestromen interventies die direct en indirect bijdragen aan de vermindering van eenzaamheid in de wijk. Denk hierbij aan onze welzijnscoach en ouderenadviseur, actief in je buurt en de preventieve huisbezoeken 75+ van Sterk Papendrecht. Maar ook grote projecten zoals de zorgzame buurt en de integrale wijkaanpak. Bij de implementatie van deze uitvoeringsagenda zoeken we aansluiting bij deze bestaande initiatieven. We onderzoeken of het nodig is deze interventies een impuls te geven extra in te zetten op eenzaamheid of dat er een logische (bredere) samenwerking moet worden opgezet.

Vitaliteitsakkoord Papendrecht

Het Vitaliteitsakkoord Papendrecht richt zich op het bevorderen van een gezonde, vitale gemeenschap. De stuurgroep van het Vitaliteitsakkoord werkt actief samen met lokale partners en inwoners om door middel van sport en bewegen onder andere eenzaamheid te verminderen en sociale verbindingen te versterken.

De stuurgroep beoordeelt via aanvragen diverse initiatieven die sociale interactie bevorderen en kwetsbare groepen ondersteunen. Denk aan wandelgroepen met een kopje koffie/thee na afloop en sport- en beweegactiviteiten. Deze activiteiten stimuleren inwoners om elkaar te ontmoeten, actief te blijven en een sterke band met hun gemeenschap op te bouwen. We monitoren ook de resultaten van onze sport- en beweeginitiatieven, zodat we onze aanpak voortdurend kunnen verbeteren.

Met het Vitaliteitsakkoord zet Papendrecht zich in voor een inclusieve en verbonden gemeenschap, waar sport en beweging een belangrijke rol spelen.

Verbinding met andere beleidsterreinen

Om de acties uit de uitvoeringsagenda te realiseren, zoeken we de samenwerking met jeugd, onderwijs, cultuur, sport, armoedebestrijding en de wijkaanpak. We richten ons op de overgang van individuele naar collectieve oplossingen, zodat persoonlijke problemen op een breder niveau kunnen worden aangepakt. In de uitvoeringsagenda bekijken we of collectieve interventies ook geschikt zijn voor eenzame jongeren en ouderen. Aangezien eenzaamheid gezondheidsrisico's met zich meebrengt, zoals stress, overgewicht en psychische klachten, werken we nauw samen op het gemeentelijke gezondheidsbeleid, waar de focus ligt op het verbeteren van gezondheid en welzijn. Zo kunnen mensen meer grip krijgen op hun leven.

1.3 Werkwijze totstandkoming Uitvoeringsagenda Eenzaamheid

Deze uitvoeringsagenda is tot stand gekomen door samen te werken met onze samenwerkingspartners, vrijwilligers en de betrokken leden van de werkgroep ontmoeting. We hebben aandacht besteed aan het verzamelen van ideeën, inzichten en ervaringen om een plan te ontwikkelen dat breed gedragen wordt.

Met enthousiasme werken we samen met diverse lokale organisaties, zoals welzijnsinstellingen, (geloofs)gemeenschappen en vrijwilligersgroepen. Deze samenwerking stelt ons in staat om een krachtig netwerk op te bouwen dat effectief de strijd tegen eenzaamheid aangaat. Samen creëren we een warme en verbonden gemeenschap waarin niemand zich alleen hoeft te voelen.

2. Wat is (de oorzaak van) eenzaamheid?

2.1 Wat is eenzaamheid?

Eenzaamheid is iets dat iedereen op elk moment in zijn leven kan ervaren, ongeacht leeftijd of achtergrond. Iedereen voelt zich wel eens eenzaam. Echter, wanneer iemand zich langdurig eenzaam voelt, kan dit problematisch worden. Het wordt een probleem als eenzaamheid je ongelukkig maakt of je functioneren belemmert. In deze uitvoeringsagenda gaat we uit van de definitie van eenzaamheid zoals deze standaard in Nederland wordt gehanteerd:

‘Eenzaamheid is het subjectief ervaren van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan (kwaliteit van) bepaalde sociale relaties. Het kan zijn dat het aantal contacten dat men heeft met andere mensen geringer is dan men wenst. Het kan ook zijn dat de kwaliteit van de gerealiseerde relaties achterblijft bij de wensen (Van Tilburg, & De Jong-Gierveld, 2007, p. 14).’

Vaak gaat eenzaamheid gepaard met gevoelens van leegte, verdriet, angst en zinloosheid, en kan zowel lichamelijke als psychische klachten veroorzaken. Het is een persoonlijke ervaring; iemand is eenzaam als hij of zij zich eenzaam voelt. Iedereen ervaart zelf hoe eenzaam hij of zij is.

2.2 Soorten eenzaamheid

Er zijn drie verschillende soorten eenzaamheid (Movisie, 2020). Het belangrijkste onderscheid dat wordt gemaakt, is die tussen sociale eenzaamheid en emotionele eenzaamheid. Wanneer iemand beiden voelt, wordt ook wel gesproken over gecombineerde eenzaamheid. Iedere vorm van eenzaamheid vraagt om een verschillende aanpak:

- Bij **sociale eenzaamheid** gaat het vooral om het ontbreken van contacten met mensen waarmee iemand bepaalde gemeenschappelijke kenmerken deelt, zoals vrienden, kennissen of collega's.
- **Emotionele eenzaamheid** treedt op wanneer iemand een hechte intieme band mist met één andere persoon, meestal de levenspartner.
- Een minder bekende vorm is **existentiële eenzaamheid**. Deze vorm van eenzaamheid hangt samen met zingelevingsvragen. Het gaat om een gevoel geen verbinding te hebben met of je thuis te voelen in de samenleving. Er is bewijs dat mensen die van betekenis kunnen zijn voor anderen zich minder eenzaam voelen en vaker het gevoel hebben dat zij erbij horen.

2.3 Oorzaken van eenzaamheid

Om eenzaamheid effectief te verminderen, is het belangrijk om te begrijpen waar het vandaan komt. Eenzaamheid kan verschillende redenen hebben, dingen die met jezelf te maken hebben of dingen die in de samenleving gebeuren. De oorzaken van eenzaamheid zijn divers en globaal in te delen in drie categorieën (Fokkema, & Van Tilburg, 2007):

Individuele oorzaken: Zoals persoonlijke eigenschappen en vaardigheden. Een gebrek aan sociale vaardigheden, probleemoplossend vermogen, dementie, lichamelijke of verstandelijke beperking, een negatief zelfbeeld of gezondheidsproblemen zijn hier voorbeelden van.

Oorzaken in veranderingen in het sociale netwerk: Deze veranderingen komen vaak voort uit ingrijpende gebeurtenissen, ook wel life-events genoemd. Voorbeelden hiervan zijn een scheiding, ontslag, de overstap naar een nieuwe baan of opleiding, een verhuizing, het verlies van dierbaren, pensionering, financiële problemen of thuiswerken.

Maatschappelijke oorzaken: Voorbeelden van actuele situaties zijn onder andere het langer thuis wonen van jongvolwassenen en de maatregelen tijdens de coronapandemie.

2.4 Gevolgen van eenzaamheid

Eenzaamheid kan behoorlijk wat invloed hebben op zowel je fysieke gezondheid als je mentale welzijn. Het kan op verschillende manieren en in verschillende gradaties voorkomen: van een lichte, tijdelijke eenzaamheid tot een diepe en langdurige ervaring. Vooral voor degenen die intens of langdurig alleen zijn, kan het een enorme impact hebben, vooral als ze niet de veerkracht of de vaardigheden hebben om eruit te komen (Movisie, 2023 8 mei).

Wanneer iemand zich echt eenzaam voelt, raakt dat vaak de kern van hun bestaan. Het kan leiden tot een gevoel van leegte, verdriet, angst en een algemene ontevredenheid over het leven. Dit kan een negatieve spiraal veroorzaken, waarbij mensen minder goed voor zichzelf zorgen en uiteindelijk meer afhankelijk worden van zorgverlening. Langdurige eenzaamheid kan ook je zelfbeeld aantasten, je terugtrekken uit sociale situaties en je deelname aan de samenleving verminderen (Movisie, 2023).

De gevolgen voor je gezondheid zijn ook aanzienlijk. Mentale klachten zoals depressie, stress, slaapproblemen en zelfs een verhoogd risico op suïcide kunnen ontstaan. Daarnaast zijn er ook lichamelijke risico's zoals een verminderde weerstand, hoge bloeddruk, hart- en vaatziekten en zelfs een verhoogde kans op vroegtijdig overlijden. Kortom, langdurige eenzaamheid kan je algehele levenskwaliteit sterk beïnvloeden (Movisie, 2023).

3. Huidige situatie in Papendrecht

In dit hoofdstuk onderzoeken we de huidige situatie van eenzaamheid in Papendrecht. Eenzaamheid is een groeiend probleem dat zowel volwassenen als jongeren raakt en de kwaliteit van leven van veel mensen beïnvloedt. We bekijken de recente data en focussen op de verschillende soorten eenzaamheid onder zowel volwassenen als jongeren. Deze korte analyse biedt inzicht in de diversiteit van het probleem en helpt ons te begrijpen waar de kansen liggen.

Eenzaamheid heeft niet alleen negatieve gevolgen voor individuen, zoals stress, slapeloosheid en verslaving, maar leidt ook tot maatschappelijke problemen. Dit omvat onder andere stijgende zorgkosten, hoger ziekteverzuim, vroegtijdig afgebroken opleidingen en een afname van betrokkenheid bij vrijwilligerswerk en verenigingen. In de volgende sectie wordt de data verder toegelicht en gespecificeerd.

“Door meer integrale samenwerking en innovatie streven we naar een meer gecoördineerde aanpak van eenzaamheidsbestrijding”

3.1 Wat zegt de data

Uit recente onderzoeken blijkt dat een aanzienlijk deel van de inwoners zich eenzaam voelt. De cijfers geven aan dat zowel ouderen als jongeren hiermee te maken hebben, hoewel de oorzaken en gevolgen kunnen variëren. Momenteel ervaart 46% van de inwoners van onze gemeente eenzaamheid, wat iets lager is dan het percentage in de GGD-regio ZHZ (48,3%) en het landelijke gemiddelde (48,6%). Dit duidt erop dat Papendrecht in het algemeen een relatief lager gevoel van eenzaamheid ervaart dan de bredere regio en het land als geheel. Zie tabel 1 voor meer informatie. Bij jongeren bedraagt dit percentage 29,6%, wat ook iets lager is dan het percentage in de GGD-regio ZHZ (26,6%) en gelijk is aan het landelijk gemiddelde (29,6%). Zie tabel 2 voor meer informatie.

Als we dieper ingaan op de verschillende soorten eenzaamheid, merken we een verschil tussen regionale en landelijke gebieden.

Sterke Eenzaamheid

Een opvallend aspect van de data in tabel 1 is het percentage van mensen die zich sterk eenzaam voelen in Papendrecht, dat met 17,3% aanzienlijk hoger is dan zowel de GGD-regio ZHZ (13,2%) als het landelijke gemiddelde (14,2%). Dit wijst op een specifieke doelgroep in Papendrecht, waar een groter deel van de bevolking intensere eenzaamheidsgevoelens ervaart.

Emotionele en Sociale Eenzaamheid

Wat betreft emotionele eenzaamheid vertoont Papendrecht met 28,1% een percentage dat dicht in de buurt komt van de regionale (28,5%) en landelijke (29,6%) cijfers, zie tabel 1. Dit suggereert dat emotionele eenzaamheid minder variatie vertoont tussen de verschillende gebieden.

Aan de andere kant is het percentage sociaal eenzame mensen in Papendrecht (35,8%) ook hoger dan dat van de GGD-regio ZHZ (34,1%) en het landelijke gemiddelde (34,9%). Dit geeft aan dat er een significante groep is die zich sociaal geïsoleerd voelt in Papendrecht.

Wijken

Op wijkniveau blijkt eenzaamheid onder inwoners van 18 jaar en ouder het meest voor te komen in de wijken Kraaihoek en Westpolder. In deze wijken liggen de percentages van eenzaamheid, ernstige eenzaamheid, emotionele eenzaamheid en sociale eenzaamheid boven het Papendrecht en landelijk gemiddelde. Ditzelfde geldt voor de leeftijdscategorieën van 18 tot 65 jaar en van 65 jaar en ouder. Zie bijlage 2 voor meer informatie.

Conclusie

Samenvattend blijkt uit de cijfers dat Papendrecht een lager algemeen eenzaamheidspercentage heeft in vergelijking met de regio en het land, maar dat het percentage van de sterk eenzame bevolking aanzienlijk hoger is. Daarnaast zijn de percentages voor sociale eenzaamheid ook hoger dan gemiddeld, wat wijst op een verontrustende situatie. Het is van belang dat beleidsmakers in Papendrecht aandacht besteden aan deze cijfers om effectieve maatregelen te ontwikkelen ter bestrijding van eenzaamheid, vooral gericht op de groepen die zich sterk eenzaam en sociaal eenzaam voelen.

Deze korte data-analyse biedt belangrijke inzichten over eenzaamheid in Papendrecht, met name de hogere percentages van sterk eenzame en sociaal eenzame mensen. Om deze situatie beter te begrijpen, willen we in de toekomst een diepere data-analyse uitvoeren. In deze vervolganalyse zullen we kijken naar de oorzaken van eenzaamheid door demografische gegevens en sociale factoren te onderzoeken. We willen ook de ervaringen van inwoners verzamelen om een duidelijker beeld te krijgen van de problematiek. Met deze uitgebreide aanpak kunnen we gerichtere aanbevelingen doen voor beleid.

Tabel 1: Eenzaamheid in Papendrecht onder personen van 18 jaar en ouder

Eenzaamheid	Papendrecht	GGD-regio ZHZ	Nederland
Eenzaam	46,0%	48,3%	48,6%
Sterk eenzaam	17,3%	13,2%	14,2%
Emotioneel eenzaam	28,1%	28,5%	29,6%
Sociaal eenzaam	35,8%	34,1%	34,9%

Bron: RIVM Statline 2022. Cijfers afkomstig uit Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022. Onderzoek uitgevoerd door de GGD 'en, CBS en RIVM.

Tabel 2: Eenzaamheid in Papendrecht naar leeftijd

Eenzaamheid	Papendrecht	GGD-regio ZHZ	Nederland
Middelbare scholieren (klas 2 en 4) - 2021	29,6%	26,6%	29,6%
16 t/m 25 jaar - 2022	-	63,9%	63,1%

Bron: RIVM Statline 2022. Cijfers afkomstig uit Corona Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2022, GGD 'en CBS en RIVM en Corona Gezondheidsmonitor Jeugd 2021, GGD 'en, CBS en RIVM.

3.2 Wat gebeurt er nu al?

In Papendrecht zijn er al veel activiteiten en initiatieven die bijdragen aan het voorkomen of het verminderen van eenzaamheid. Elke dag weer zetten inwoners, professionals en vrijwilligers zich in om anderen uit hun isolement te halen door het organiseren van activiteiten op het gebied van ontmoeting, beweging of creativiteit. In bijlage 3 is terug te vinden wat we precies al doen in Papendrecht.

Het is ontzettend positief dat er binnen Papendrecht al zoveel moois georganiseerd wordt, maar helaas is dat niet genoeg. De eenzaamheidscijfers stijgen nog steeds. Daaruit moeten we concluderen dat de huidige initiatieven en interventies nog onvoldoende geholpen hebben. Het is noodzakelijk om eenzaamheid op een gestructureerde wijze aan te pakken en ons te focussen op bewezen interventies. Daarnaast blijft het natuurlijk belangrijk om naar elkaar om te kijken. De werkgroep ontmoeting in Papendrecht verliest dit zeker niet uit het oog. Zij zetten zich in om Papendrecht te verbinden en creëren diverse mogelijkheden voor ontmoeting.

4. Minder eenzaamheid in Papendrecht

In Papendrecht ondersteunen we al diverse initiatieven om eenzaamheid aan te pakken. Tegelijkertijd benutten we inzichten uit recente onderzoeken om te leren wat effectief is. Dit stelt ons in staat kritisch te kijken naar onze huidige aanpak, verbeteringen door te voeren en nieuwe ideeën of initiatieven toe te voegen. Met deze uitvoeringsagenda versterken we onze bestaande inspanningen en benutten we nieuwe kansen.

4.1 Een duurzame aanpak

We beseffen dat eenzaamheid nooit volledig kan worden opgelost, maar langdurige eenzaamheid heeft ernstige gevolgen voor de gezondheid, het welzijn en de zelfredzaamheid van onze inwoners. Dit is schadelijk voor zowel de betrokkenen als de gemeenschap waarin we iedereen verbonden willen laten voelen. Daarom richt deze uitvoeringsagenda zich op een duurzame, meerjarige aanpak. Het doel is om het percentage mensen dat zich eenzaam voelt te laten dalen.

Doelstelling van de uitvoeringsagenda:

‘Gemeente Papendrecht heeft een structurele aanpak op eenzaamheid, waarbij we eenzaamheid willen tegengaan en wellicht zelfs voorkomen en inwoners ondersteunen om de eerste stap te zetten in het omgaan met hun gevoelens van eenzaamheid.’

Het gewenste resultaat is dat in de komende jaren het percentage inwoners dat zich eenzaam voelt, afneemt. We zijn ons ervan bewust dat we eenzaamheid niet volledig kunnen wegnemen, maar we zetten ons in voor verbetering.

4.2 Doelgroepen

Iedereen kan op enig moment in het leven te maken krijgen met gevoelens van eenzaamheid. Veel jongeren tussen 16 en 25 jaar in onze regio voelen zich eenzaam, wat hun welzijn, gezondheid en ontwikkeling kan belemmeren. In gemeente Papendrecht zien we echter ook dat vooral 65-plussers hier meer mee worstelen.

Cijfers laten zien dat 65-plussers het meest gevoelens van eenzaamheid ervaren.

Om te voorkomen dat eenzaamheid zich verergert, is het belangrijk om deze vroegtijdig te herkennen en bespreekbaar te maken. Het tijdig signaleren van eenzaamheid is belangrijk voor een effectieve aanpak en helpt verdere vereenzaming te voorkomen (Flapper, 2013).

In de startfase van deze uitvoeringsagenda ligt de focus op deze twee doelgroepen: senioren (65-plussers) en jongeren (16-25 jaar). Voor deze groepen zetten we **selectieve preventie** (Maat & Zwet, 2018) in door specifieke programma's te ontwikkelen die gericht zijn op het verminderen van eenzaamheid. Selectieve preventie richt zich op bevolkingsgroepen met een verhoogd risico. Tegelijkertijd verliezen we andere risicogroepen, zoals mensen met een lage sociaaleconomische status, mensen met gezondheidsproblemen, LHBTQI+ personen en mensen met een migratieachtergrond, niet uit het oog.

We werken samen met bestaande programma's binnen de gemeente, zoals sportinitiatieven, IZA, mantelzorgondersteuning en vrijwilligerswerk, om via **universele preventie** (Maat & Zwet, 2018) bredere groepen te betrekken. Universele preventie richt zich op de gezonde bevolking (of delen daarvan) en bevordert en beschermt actief de gezondheid van de bevolking. Deze samenwerkingen helpen ons ook om de aanpak duurzaam te verankeren binnen de gemeente.

“Papendrecht kiest actief voor een duurzame, meerjarige strategie om (ernstige) eenzaamheid aan te pakken. We richten ons in de eerste fase op jongeren en senioren, terwijl we ook andere risicogroepen niet vergeten. We baseren onze aanpak op de zes pijlers voor een krachtige en samenhangende strijd tegen eenzaamheid.”

4.3 Pijlers effectieve aanpak eenzaamheid

Voor een effectieve en samenhangende strijd tegen eenzaamheid baseren de gemeente Papendrecht en lokale partners zich op de zes kernpunten die zijn ontwikkeld door Movisie. Deze kernpunten vormen de basis voor onze aanpak en zorgen ervoor dat we breed en gericht kunnen inzetten tegen eenzaamheid.

Het is over het algemeen niet mogelijk om alle zes kernpunten tegelijk aan te pakken. Belangrijk hierbij is om bij de start een aantal (onderdelen van) kernpunten prioriteit te geven. Op termijn kan dit mogelijk worden uitgebreid.

De zes pijlers vanuit Movisie voor een effectieve strijd tegen eenzaamheid zijn:

1. **Weten;** Bewustwording van eenzaamheid vergroten. We informeren inwoners over de gevolgen van eenzaamheid en maken het probleem zichtbaar.
2. **Vinden;** Sociale netwerken versterken. We helpen inwoners om betekenisvolle relaties op te bouwen door initiatieven te stimuleren die ontmoeting en verbinding bevorderen.
3. **Ondersteunen;** Vrijwilligers ondersteunen. We geven aandacht aan de vrijwilligers die een belangrijke rol spelen in het verbinden van mensen en het doorbreken van eenzaamheid
4. **Informeren;** We zorgen ervoor dat informatie over activiteiten en evenementen beschikbaar is, zodat iedereen weet wat er te doen is en waar ze naartoe kunnen gaan.
5. **Samenwerken;** Het is belangrijk om samen te werken met lokale organisaties, zorginstellingen en bedrijven. Door onze krachten te bundelen, kunnen we effectievere oplossingen vinden.
6. **Kwaliteit Bieden;** We monitoren en evalueren onze aanpak om de kwaliteit van onze maatregelen te waarborgen. Dit stelt ons in staat om voortdurend te verbeteren en de impact te vergroten.

Met deze aanpak willen we het percentage eenzame inwoners in gemeente Papendrecht verminderen. We zetten in op preventie, ondersteuning en het versterken van sociale verbindingen.



5. Wat gaan we doen?

In Papendrecht zijn er veel activiteiten en initiatieven die bijdragen aan het voorkomen of verminderen van eenzaamheid. Dagelijks zetten inwoners, professionals en vrijwilligers zich in om anderen uit hun isolement te halen door het organiseren van activiteiten op het gebied van ontmoeting, bewegen of creativiteit. Verspreid door deze uitvoeringsagenda en in bijlage 3 en 4 is meer te lezen over enkele mooie voorbeelden. Bijlage 5 laat onder andere zien waar nog kansen liggen voor senioren in Papendrecht.

De zes pijlers voor een effectieve aanpak zijn nader uitgewerkt. In dit hoofdstuk geven we per pijler weer welke acties we zullen ondernemen om te komen tot een duurzame aanpak tegen eenzaamheid.

Onze inzet om eenzaamheid te bestrijden is een doorlopend proces dat we zullen voortzetten tot en met 2026. Dit betekent dat we niet alleen op korte termijn willen handelen, maar ook duurzame oplossingen ontwikkelen in samenwerking met lokale partners.

PIJLER 1: Weten

We willen dat eenzaamheid lokaal prioriteit krijgt en dat inwoners, professionals en vrijwilligers goed op de hoogte zijn.

Zichtbaarheid en Kennis Papendrecht pakt eenzaamheid actief aan en zorgt ervoor dat inwoners, professionals en vrijwilligers goed geïnformeerd zijn over dit belangrijke onderwerp.

Zichtbaarheid Creëren We ontwikkelen een publiekscampagne om het onderwerp onder de aandacht te brengen. Dit omvat een publiekscampagne die mensen ondersteunt bij het bespreken van hun eenzaamheid en hen aanmoedigt om de eerste stap te zetten. Denk aan kerst vier je samen.

Normaliseren van het Thema Tijdens de jaarlijkse Week tegen Eenzaamheid neemt Papendrecht deel aan activiteiten die gericht zijn op bewustwording. In 2025 bouwen we voort op eerdere initiatieven en faciliteren we een gezamenlijke netwerkactiviteit, waarbij we bestaande activiteiten van partners versterken en nieuwe ideeën uit kunnen werken.

Inzet van Ambassadeurs Deelnemers van de werkgroep ontmoeting, gemeente en andere lokale partners worden ambassadeurs voor het onderwerp eenzaamheid. Ze bevorderen het gesprek hierover in hun professionele omgeving en helpen om kennis te verspreiden als een olievlek.

Aandacht Met de gereserveerde GALA en IZA* middelen voor de aanpak op eenzaamheid tot 2026 blijft dit onderwerp actueel en zichtbaar, waardoor de impact van onze acties duidelijk en uitvoerbaar zijn. *onder voorbehoud

PIJLER 2: Vinden

We willen mensen met eenzaamheidsgevoelens bereiken. We verhogen de kennis van professionals over het herkennen van eenzaamheid en zorgen ervoor dat inwoners en professionals weten waar ze terecht kunnen met hun signalen.

Meer kennis bij professionals over het signaleren van eenzaamheid We trainen professionals, vrijwilligers, verwijzers en ondernemers in het signaleren, herkennen en bespreekbaar maken van eenzaamheid. Deze trainingen helpen hen om sociale, emotionele en existentiële eenzaamheid te onderscheiden en hierop in te spelen. Denk ook aan buurtverbinders of vrijwilligers die bij mensen thuis komen. In de trainingen leren zij ook hoe ze als ambassadeur van eenzaamheid kunnen optreden. Zo kunnen zij het goede gesprek aangaan met mensen met eenzaamheidsgevoelens, zodat deze zelf de eerste stap kunnen zetten om hun gevoelens van eenzaamheid aan te pakken.

Inwoners en professionals weten waar ze naartoe kunnen met signalen We versterken ons lokale meldpunt bij Sterk Papendrecht en maken dit nog beter bekend, zodat inwoners weten dat zij ook bij Sterk Papendrecht terecht kunnen met vragen rondom eenzaamheid. Inwoners, buurtgenoten, professionals of verwijzers die een vermoeden hebben van eenzaamheidsklachten, kunnen hun zorg uiten bij Sterk Papendrecht*. Een medewerker zorgt ervoor dat de hulpvraag wordt opgepakt door bijvoorbeeld een welzijnscoach of cliëntondersteuner. We sluiten hierbij aan bij bestaande structuren, zoals de Buurtverbinders en Welzijn op Recept, en onderzoeken hoe we het meldpunt het best aan bestaande initiatieven die al door het wijkteam worden uitgevoerd, kunnen verbinden. Ook zetten wij door op het verder professionaliseren van huisbezoeken voor senioren van 75+.

**Mensen kunnen zelf ook veel betekenen. Een kopje koffie en een goed gesprek kunnen al een eerste stap naar verbinding zijn. Niet elke zorg hoeft direct gemeld te worden; buurtbewoners kunnen door eigen initiatief eenzaamheid helpen voorkomen en verminderen.*

PIJLER 3: Ondersteunen

We creëren een passend en concreet aanbod dat gemakkelijk te vinden is voor specifieke doelgroepen. Dit aanbod wordt ondersteund door subsidieregelingen en initiatieven vanuit lokale partners en bewoners, zodat het toegankelijk is voor iedereen.

Nieuw aanbod voor jongeren met gevoelens van (sociale) eenzaamheid We ontwikkelen een passend aanbod voor jongeren in Papendrecht. Er is nu een pilot die jongeren effectief ondersteunt bij het omgaan met hun eenzaamheidsgevoelens. We zetten in op deze methode die jongeren met sociale eenzaamheid helpt, in samenwerking met het initiatief Join-Us en schoolmaatschappelijk werk. Deze aanpak ondersteunt hen bij het ontwikkelen van een positief zelfbeeld, het verbeteren van sociale vaardigheden, het invullen van hun vrije tijd, het opbouwen en onderhouden van een passend netwerk en het sluiten van vriendschappen. We richten ons op jongeren van 12-25 jaar en sluiten aan bij een evidence-based methodiek.

(Vrijwilligers)werk kan een effectieve oplossing zijn voor mensen die zich eenzaam voelen. Het biedt de kans om deel uit te maken van een gemeenschap, nieuwe contacten te leggen en betekenisvolle relaties op te bouwen. Door zich in te zetten voor anderen ervaren vrijwilligers niet alleen voldoening, maar ontwikkelen ze ook nieuwe vaardigheden en vergroten ze hun zelfvertrouwen. Daarnaast creëert (vrijwilligers)werk een gevoel van zingeving en betrokkenheid, waardoor mensen zich minder alleen voelen. Het is een waardevolle manier om zowel de eigen situatie als die van anderen te verbeteren en bij te dragen aan een samenleving waar minder mensen zich eenzaam voelen.

Versterken digitale vaardigheden senioren We zetten in op het versterken van digitale vaardigheden van senioren in Papendrecht. Landelijk voelt iets meer dan de helft van de ouderen zich niet digitaal vaardig. Dit belemmert hen in het communiceren met instanties en het onderhouden van online contacten (bijvoorbeeld via Facebook of WhatsApp) en het zoeken naar activiteiten op websites. We investeren in computer- en internettrainingen voor ouderen, georganiseerd door de Bibliotheek aan Zet van Papendrecht, en onderzoeken of we kunnen aansluiten bij bestaande initiatieven. Een bijkomend voordeel van deze trainingen is dat ouderen gelijkgestemden ontmoeten en sociale relaties aangaan, wat bijdraagt aan de vermindering van sociale eenzaamheid. Daarnaast zijn computer- en internettrainingen voor senioren effectieve interventies bij eenzaamheidsbestrijding.

Het aanbod is inzichtelijk en vindbaar

Bestaande activiteiten bundelen We verzamelen alle activiteiten die gericht zijn op het voorkomen van eenzaamheid (zoals het type activiteit, waar en door wie georganiseerd). Dit overzicht maken we makkelijk toegankelijk via online en offline kanalen. We sluiten aan bij de Sociale Kaart (Puur Papendrecht) die door inwoners van Papendrecht kan worden gebruikt. Door het aanbod duidelijk te maken, helpen we mensen de eerste stap te zetten om ergens naartoe te kunnen gaan met hun eenzaamheidsgevoelens.

Onderdeel subsidieregelingen; ruimte voor bewonersinitiatieven

Eenzaamheid als onderdeel van subsidieregelingen en ruimte voor bewonersinitiatieven Er is op dit moment, op GALA/IZA na, geen aparte subsidieregeling of bekostiging voor eenzaamheid; we zorgen ervoor dat het verminderen of bestrijden van eenzaamheid een onderdeel wordt van bestaande en toekomstige subsidieregelingen. Ook nemen we de bestrijding van eenzaamheid op in de afspraken met subsidierelaties. We onderzoeken of we kunnen aansluiten bij initiatieven van uit de wijk en moedigen aanvragers van activiteiten, bijvoorbeeld via actief in je buurt, aan om aandacht te hebben voor de verschillende vormen van eenzaamheid (sociaal, emotioneel en existentieel).

PIJLER 4: Kwaliteit Bieden

We werken samen aan hoogwaardige dienstverlening tegen eenzaamheid door de kennis van professionals te vergroten en de resultaten van onze aanpak te monitoren om te zien wat wel en niet werkt.

Kennis bij professionals over wat werkt

- **Verspreiden van effectieve methoden:** We geven opdracht aan professionals en vrijwilligers om zoveel mogelijk interventies te gebruiken met bewezen effectieve elementen in het bestrijden van eenzaamheid.
- **Actieve informatieverspreiding:** We delen kennis uit de 'wat werkt'-dossiers van Movisie en het landelijke programma Eén tegen Eenzaamheid, met goede voorbeelden uit het hele land.
- **Investeren in evidence-based methodieken:** De gemeente investeert in bewezen methodieken zoals Join-Us en richt zich op het versterken van de digitale vaardigheden van ouderen.

Monitoren of de aanpak het gewenste resultaat bereikt

- **Resultaten monitoren:** We volgen nauwgezet of onze aanpak de gewenste resultaten oplevert en passen, waar nodig, onze strategie aan om de effectiviteit te vergroten. Dit wordt verder uitgewerkt in 2025.



PIJLER 5: Samenwerking en Kennisdeling

We geven de opdracht om mensen en organisaties samen te brengen en kennis te delen in de strijd tegen eenzaamheid

De lokale samenwerking verstevigen we vanuit het netwerk rondom eenzaamheid. Hierbij horen (duidelijke) werkafspraken, welke in 2025 verder uitgewerkt worden. Dit netwerk bestaat uit:

- **Opdrachtgeversrol:** Gemeente Papendrecht
- **Coördinerende rol:** Sterk Papendrecht vervult, vanuit onder andere de doelen uit GALA/IZA, de trekkersrol/coördinerende rol. De coördinator werkt samen met een kerngroep om de aanpak van eenzaamheid verder uit te werken en faciliteert het netwerk met lokale partners. Ook helpt de coördinator de werkgroep ontmoeting door deze te begeleiden.
- **Kerngroep:** Deze groep bestaat uit organisaties en één afgevaardigde vanuit de werkgroep ontmoeting, die zich actief inzetten voor het thema eenzaamheid. Ze zijn gemotiveerd en dienen als sparringpartners voor elkaar en de coördinator bij de uitvoering van deze agenda. Zij zijn de eerste 'ambassadeurs van eenzaamheid'.
- **Lokale partners:** Een groep van samenwerkingspartners die zich, binnen hun mogelijkheden, inzetten tegen eenzaamheid. Dit omvat collega's vanuit gemeente en welzijnsorganisaties, denk aan thema's op ouderen of armoede, maar ook ondernemers, (geloofs)gemeenschappen, zorgorganisaties, sleutelfiguren in de wijk, postbodes, scholen, vrijwilligersorganisaties, culturele instellingen, woningcorporaties, supermarkten, seniorenbonden, sport- en mobiliteitsorganisaties, en zelforganisaties zoals ouderen- en migrantenverenigingen. Het netwerk van lokale partners wordt door de aangestelde coördinator geënthousiasmeerd via bijeenkomsten en communicatiemateriaal.
- **Werkgroep ontmoeting:** een werkgroep bestaande uit vrijwilligers die zich actief inzetten tegen eenzaamheid in Papendrecht. Eén vrijwilliger is afgevaardigd in de kerngroep

Tijdens bijeenkomsten die georganiseerd worden over lokale samenwerking bespreken we verschillende onderwerpen en stemmen we af op de behoeften van de deelnemers.

Communicatie speelt hierbij een belangrijke rol. Ieder jaar organiseren we een brede kennissessie over eenzaamheid, bijvoorbeeld tijdens een symposium in de Week tegen Eenzaamheid. Deze sessie kan gericht zijn op een effectieve aanpak eenzaamheid of op het delen van ervaringen, afhankelijk van wat het meest nodig is.

PIJLER 6: Informeren

We zorgen ervoor dat het aanbod rondom eenzaamheid duidelijk zichtbaar is en dat er altijd aandacht voor blijft. Inwoners weten waar ze hulp kunnen krijgen en informatie over eenzaamheid is voor iedereen toegankelijk. Zo maken we eenvoudig voor iedereen om de juiste ondersteuning te vinden. Het is belangrijk dat iedereen makkelijk informatie over eenzaamheid kan vinden en weet wat er te doen is.

Aanbod is zichtbaar en er is blijvend aandacht voor

- **Aanstellen van een Coördinator Eenzaamheid:** Zoals eerder aangegeven, is de gemeente Papendrecht opdrachtgever. De coördinator wordt in 2025 aangesteld. Dit om de trekkersrol te borgen, de agenda goed te starten en het te combineren met het werk dat al gedaan wordt, de voortgang te bewaken en bij te sturen waar dat nodig is.

Inwoners weten waar ze naartoe kunnen en informatie over eenzaamheid is vindbaar voor alle doelgroepen

- **Verspreiding van informatie via lokale partners en op locaties waar de doelgroep komt:** Dit is onderdeel van de communicatie-aanpak die in het volgende hoofdstuk wordt toegelicht. De uitvoeringsagenda vormt de basis voor een duurzame aanpak van eenzaamheid. Gedurende de realisatie kan het op basis van voortschrijdend inzicht nodig blijken om de uitvoeringsagenda aan te scherpen of de focus te verleggen naar een andere kernpunt of doelgroep. De zes kernpunten blijven zoals beschreven, want we weten dat deze een goede basis vormen voor een duurzame aanpak van eenzaamheid.

We voeren verschillende acties uit die zijn gebaseerd op de zes pijlers voor een goede aanpak van eenzaamheid. Deze acties helpen om verschillende vormen van eenzaamheid te voorkomen en moedigen mensen aan om de eerste stap te zetten om hun eenzaamheid aan te pakken.

Tijdens de uitvoering kan het nodig zijn om meer aandacht te geven aan een andere groep of pijler.

6. Communicatie-aanpak

Eenzaamheid kan iedereen treffen, jou en de mensen om je heen. Kom in contact met elkaar, deel je ervaringen en praat erover. Iedereen in Papendrecht kan het verschil maken, want niemand staat er alleen voor in eenzaamheid.

Het is belangrijk om te weten wat eenzaamheid met je kan doen, hoe je het kunt herkennen en wat je eraan kunt doen. Deze kennis is cruciaal voor verandering, en samen kunnen we echt impact maken.

Dit komt terug in vijf speerpunten voor een goede communicatie:

1. **Weten dat het bestaat:** De gemeente Papendrecht blijft inzetten op bewustwording en het bespreekbaar maken van het thema eenzaamheid. Eenzaamheid kan iedereen overkomen. De jaarlijkse Week tegen Eenzaamheid is een belangrijk evenement om dit onder de aandacht te brengen.
2. **Bespreekbaar maken:** We doorbreken het taboe en praten openlijk over eenzaamheid. Storytelling door en voor inwoners van Papendrecht helpt hierbij. Herkenbare verhalen en situaties maken het makkelijker voor mensen om de boodschap te accepteren en hun gedrag aan te passen.
3. **Vindbaar en zichtbaar:** Informatie over eenzaamheid moet herkenbaar en toegankelijk zijn. We richten ons op het bereiken van nieuwe groepen mensen, ook via gesponsorde sociale media campagnes.
4. **Kennis en informatie:** Kennis over eenzaamheid moet makkelijk toegankelijk zijn. We zorgen ervoor dat iedereen weet hoe ze met eenzaamheid kunnen omgaan en waar ze informatie kunnen vinden.
5. **Netwerk:** Partners zijn cruciaal. We faciliteren en versterken de samenwerking met partners, streven naar een gedeelde taal en herkenbare communicatiestijl. Samen met sleutelfiguren en partners krijgen we inzicht in waar doelgroepen zich bevinden en hoe ze zoeken.

Alle communicatie is:

***Doelgroepgericht:** aansluiten op de beleving(-swereld)*

***Menselijk:** het gaat om echte verhalen*

***Thematisch:** we doen mee aan (landelijke) initiatieven zoals de week tegen eenzaamheid*

***Herkenbaar:** band van vertrouwen en herkenbaarheid door herkenbare stijl (gewoon Papendrechts*) en gedeelde taal*

***Biedt handvatten:** lokale partners krijgen de tools om met het thema bezig te blijven*

***Vindbaar:** op logische plekken waar mensen al samen komen*

* één van de onderdelen van het jaarprogramma van Team Communicatie



7. Pijlers en acties

We gaan in 2025 vaststellen wie welke taken op zich neemt en welke kaders we hiervoor willen meegeven. Dit is een belangrijke stap om duidelijkheid te creëren en ervoor te zorgen dat iedereen weet wat er van hem of haar verwacht wordt. We zullen dit proces goed afstemmen met alle lokale partners, zodat we samen tot de beste afspraken komen.

Er zijn al verschillende acties en initiatieven in gang gezet, maar de onderstaande acties zijn specifiek geselecteerd om opgenomen te worden in de uitvoeringsagenda. Deze selectie benadrukt onze focus op de belangrijkste doelstellingen en zorgt ervoor dat we gericht en effectief kunnen werken aan de realisatie van onze plannen.

PIJLER 1: WETEN: ZORG DAT EENZAAMHEID LOKAAL OP DE AGENDA STAAT EN DAT MENSEN ER KENNIS VAN HEBBEN			
ACTIE	OMSCHRIJVING	DOELGROEP	PLANNING
Opstellen en uitvoeren communicatieaanpak	Opstellen en uitvoeren van een meerjarige communicatieaanpak om bewustwording te stimuleren met o.a. de inzet van een publiekscampagne rondom bewustwording. De acties worden verder uitgewerkt in samenwerking met maatschappelijke partners.	Alle inwoners in Papendrecht. Ook gericht op professionals en vrijwilligers.	Eerste kwartaal 2025 - meerjarige communicatieaanpak opgesteld. Vanaf tweede kwartaal - uitvoer, daarna jaarlijkse update en continuering. Zie specificatie hieronder:
	Participatie: draagvlak en draagkracht maatschappelijke partners: taal, beeld en woorden.	Alle inwoners in Papendrecht. Ook gericht op professionals en vrijwilligers.	Tweede kwartaal 2025
	Ontwikkelen van een doelgroepaanpak jongeren in samenwerking met Support.	Jongeren	Tweede kwartaal 2025
	Campagne mentale gezondheid jongeren, landelijke campagne VWS <i>Hey, het is oké</i> - gericht op jongeren. We sluiten aan bij lokale acties.	Jongeren	Tweede en/of kwartaal 2025
	Communicatie Toolkit: tekst website, kernboodschap, beeld, nieuwsartikelen voor de start van een campagne.	Maatschappelijke partners	Derde kwartaal 2025
	Aandacht en PR trainingen rondom computer en internettrainingen senioren - in samenwerking met Bibliotheek AanZet Papendrecht.	Senioren	Derde kwartaal 2025
	Actie: Zomer Eenzaamheid	Alle inwoners in Papendrecht	Derde kwartaal 2025
	26/9 - 3/10 Landelijke week tegen eenzaamheid	Alle inwoners in Papendrecht. Ook gericht professionals en vrijwilligers	Derde kwartaal 2025
	Actie: Kerst vier je samen	Alle inwoners in Papendrecht	Vierde kwartaal 2025

Deelname jaarlijkse week tegen eenzaamheid	Deelname jaarlijkse <i>Week tegen eenzaamheid</i> , inclusief campagne.	Alle inwoners in Papendrecht. Ook gericht op professionals en vrijwilligers.	Start voorbereiding tweede kwartaal 2025, de week zelf is in het derde kwartaal 2024. Jaarlijks terugkerend evenement.
Inzet ambassadeurs	Ambassadeurschap stimuleren bij professionals, vrijwilligers en inwoners.	Denk hierbij aan de ouderenadviseurs, welzijnscoach, vrijwilligers en actief in je buurt.	Start tweede kwartaal 2025, door aandacht te vragen in het lokale netwerk. Vervolgens uitbreiding en continuering.
Eenzaamheid blijft een actueel onderwerp	Doorlopend aandacht vragen voor het onderwerp door zichtbaarheid en impact van activiteiten te genereren. Denk hierbij aan publiekscampagnes.	Denk hierbij aan de ouderenadviseurs, welzijnscoach, vrijwilligers en actief in je buurt.	Start 2025, daarna continueren.

PIJLER 2: VINDEN: ZORG DAT MENSEN GESIGNALEERD EN GEVONDEN WORDEN			
ACTIE	OMSCHRIJVING	DOELGROEP	PLANNING
Trainen in signaleren, herkennen en bespreekbaar maken	We zetten trainingen op binnen Papendrecht om op deze manier mensen van dezelfde informatie te voorzien.	Professionals, culturele partners vrijwilligers en ondernemers.	Ontwikkeling aanpak tweede kwartaal 2025, uitvoering vanaf het derde kwartaal 2025. Daarna jaarlijkse update en continuering
Realiseren van meldpunt lokale wijkteam voor eenzaamheid	We versterken ons lokaal meldpunt Sterk Papendrecht en borgen hierin het thema eenzaamheid.	Alle inwoners die zelf eenzaam zijn of iemand in hun omgeving hebben die eenzaam is. Ook gericht op doorverwijzers, professionals en vrijwilligers.	Tweede kwartaal 2025
Preventieve huisbezoeken 75+	We versterken de preventieve huisbezoeken en zorgen dat het thema eenzaamheid nog uitgebreider meegenomen wordt.	Senioren 75+	Voortzetten en borgen

PIJLER 3: ONDERSTEUNEN: WE WILLEN EEN CONCREET AANBOD VOOR MENSEN DIE EENZAAM ZIJN			
ACTIE	OMSCHRIJVING	DOELGROEP	PLANNING
Starten pilot Join Us	Wij ontwikkelen een passend aanbod voor jongeren in Papendrecht met een pilot die hen effectief ondersteunt bij het omgaan met eenzaamheidsgevoelens. Deze methode, in samenwerking met het initiatief Join-Us en schoolmaatschappelijk werk, richt zich op het helpen van jongeren met sociale eenzaamheid.	Jongeren van 12 - 25 jaar in Papendrecht.	Derde kwartaal 2024
Versterken digitale vaardigheden senioren	We versterken de digitale vaardigheden van senioren in Papendrecht en willen dit aanbod verder uitbreiden.	Senioren die gevoelens van eenzaamheid ervaren.	Voortzetten en borgen
Bestaande activiteiten bundelen zowel online als offline	We verzamelen alle activiteiten die gericht zijn op o.a. het voorkomen van eenzaamheid (zoals het type activiteit, waar en door wie georganiseerd). Dit overzicht maken we makkelijk toegankelijk via online en offline kanalen.	Alle inwoners in Papendrecht.	Start ontwikkeling tweede kwartaal 2025, daarna voortzetten,
Eenzaamheid als onderdeel van subsidieregelingen en ruimte voor bewonersinitiatieven	We zorgen ervoor dat het verminderen of bestrijden van eenzaamheid een belangrijk onderdeel wordt van bestaande en toekomstige subsidieregelingen.	Alle inwoners in Papendrecht.	Vierde kwartaal 2025, daarna voortzetten.



PIJLER 4: KWALITEIT BIJEN: SAMENWERKEN AAN HOOGWAARDIGE DIENSTVERLENING TEGEN EENZAAMHEID			
ACTIE	OMSCHRIJVING	DOELGROEP	PLANNING
Kennis bij professionals over wat werkt	We geven opdracht aan professionals en vrijwilligers om interventies te gebruiken die effectief bewezen zijn. We delen kennis uit de 'wat werkt'-dossiers van Movisie en het landelijke programma. Er wordt geïnvesteerd in onder andere evidence-based methodieken.	Professionals en vrijwilligers	Start 2025, daarna voortzetten.
Resultaten monitoren	We volgen nauwgezet of onze aanpak de gewenste resultaten oplevert en passen, waar nodig onze strategie aan om de effectiviteit te vergroten.	Sterk Papendrecht en Gemeente Papendrecht	Evaluatie derde kwartaal 2025
	Benchmark VWS Eén tegen Eenzaamheid	Gemeente Papendrecht	Vierde kwartaal 2024, daarna voortzetten
	Halfjaarlijkse evaluatie Sterk Papendrecht en Gemeente	Sterk Papendrecht en Gemeente Papendrecht	Eind tweede kwartaal, eind vierde kwartaal 2025, daarna voortzetten

PIJLER 5: SAMENWERKING EN KENNISDELING			
ACTIE	OMSCHRIJVING	DOELGROEP	PLANNING
Lokale samenwerking oprichten. Aanstellen coördinator.	Er wordt een lokale samenwerking opgericht vanuit het netwerk rondom eenzaamheid, bestaande uit verschillende rollen. Er wordt een coördinator aangesteld die de trekkersrol op zich zal nemen.	Coördinerende rol (Sterk Papendrecht)	Derde kwartaal 2025

PIJLER 6: INFORMEREN			
ACTIE	OMSCHRIJVING	DOELGROEP	PLANNING
Aanbod is zichtbaar en er is blijvend aandacht voor.	De coördinator is verantwoordelijk om de aanpak eenzaamheid goed van de grond te krijgen, de voortgang te bewaken en aan te passen indien nodig.	Sterk Papendrecht	Start 2025, daarna voortzetten
Verspreiding informatie via lokale partners/ locaties van de doelgroep	Inwoners worden op een goede wijze geïnformeerd over de activiteiten ter voorkomen en bestrijding van eenzaamheid. Dit hangt samen met de communicatieaanpak (meerjarig).	Alle inwoners in Papendrecht. Ook gericht op professionals en vrijwilligers.	Start 2025, daarna voortzetten

8. Evaluatie en Monitoring

We evalueren regelmatig de voortgang van onze uitvoeringsagenda, omdat we als gemeente kwaliteit willen leveren. De uitvoeringsagenda is ons **startpunt**. We sluiten aan bij een sessie georganiseerd door de coördinator zodat we de voortgang regelmatig kunnen bespreken. Op basis van de halfjaarlijkse voortgangsgesprekken geven we advies aan de portefeuillehouder en nemen we beslissingen voor de toekomst, met een focus tot eind 2026. In het derde kwartaal van 2026 actualiseren we de uitvoeringsagenda voor 2027 en verder.

Onze uitvoeringsagenda is flexibel en we passen het aan waar nodig. Zo kunnen we goede initiatieven voortzetten en minder effectieve projecten tijdig stoppen.

Monitoring

Bij het monitoren en evalueren hanteren we de volgende uitgangspunten:

- **Kwantificeren:** We bepalen vooraf ons verwachte bereik door middel van de benchmark 0-meting, zoals het aantal deelnemers aan trainingen en online bezoekers, en vergelijken deze cijfers achteraf met de werkelijke resultaten.
- **Verhalen:** Naast cijfers verzamelen we verhalen die de impact van onze acties en campagnes laten zien.
- **Indicatoren:** We gebruiken specifieke indicatoren uit de gemeentelijke GGD monitor en uit gegevens bijgehouden door Sterk Papendrecht en partners om eenzaamheid te meten, zoals het percentage inwoners dat zich vaak eenzaam voelt en het percentage mensen met voldoende sociale contacten.
- **Analyseren:** We bekijken regelmatig de resultaten om te zien of we onze doelen hebben bereikt en bespreken deze met onze partners om bij te stellen waar nodig.
- **Leren en Verbeteren:** Samen met het netwerk en onze samenwerkingspartners streven we naar voortdurende verbetering.

Effecten op de doelgroep:

De gemeente Papendrecht gebruikt data van het RIVM, de GGD, het CBS en de benchmark meting van Eén tegen eenzaamheid om eenzaamheid te monitoren. Met deze gegevens ontwikkelen we gerichte maatregelen en evalueren we de impact van onze initiatieven en interventies. Daarnaast vindt participatieve monitoring plaats op basis van ervaringen van de doelgroep en andere betrokkenen.

Hierbij wordt gekeken naar de kwaliteit van de uitvoering, de tevredenheid van deelnemers, het juiste bereik en de aandacht voor eenzaamheid bij activiteiten, zoals de Join-Us sessies en huisbezoeken aan senioren.

Ook wordt actief gebruik gemaakt van data verworven door Sterk Papendrecht en lokale partners.

9. Financiën

Vanuit het Rijk is er financiële ondersteuning beschikbaar gesteld vanuit het GALA om de lokale aanpak van eenzaamheid te versterken. Daarnaast biedt het IZA ook een mogelijkheid ter financiering door o.a. de kosten van Welzijn op Recept vanuit deze middelen te kunnen financieren.

Er is een jaarlijks bedrag vanuit GALA beschikbaar voor 2024, 2025 en 2026 om de Uitvoeringsagenda Eenzaamheid uit te voeren. Wij zijn op dit moment als gemeente in afwachting voor de financiële middelen die vrijkomen vanuit het IZA. Mocht er via het IZA meer financiën vrijkomen voor Welzijn op Recept. Dan komen er middelen vrij vanuit het GALA die wij kunnen besteden aan het onderwerp eenzaamheid.

*Het **Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA)** is een samenwerking tussen gemeenten, GGD' en, zorgverzekeraars en VWS. Het doel van GALA is om in 2040 een gezonde generatie te laten opgroeien in een gezonde leefomgeving met een sterk sociaal netwerk. Hier zijn enkele doelen die binnen GALA worden nagestreefd¹:*

1. **Terugdringen van gezondheidsachterstanden:** Gemeenten streven naar een kansrijke start voor elk kind in de eerste 1000 dagen van hun leven. VWS agendeert dit onderwerp bij andere ministeries.
2. **Gezonde fysieke leefomgeving:** Gezondheid wordt meegenomen in de inrichting van de fysieke omgeving, bijvoorbeeld in omgevingsplannen. Ook wordt ingezet op kennis en maatregelen om mensen te beschermen tegen hitte, allergieën, uv-straling en infectieziekten.
3. **Versterken van de sociale basis:** Gemeenten zorgen voor een sterke sociale samenhang en laagdrempelige voorzieningen waar mensen op kunnen terugvallen.
4. **Gezonde leefstijl voor iedereen:** VWS, gemeenten en zorgverzekeraars stimuleren gezond gedrag en keuzes, zoals minder alcohol, tabak en drugsgebruik. Er is ook ondersteuning en zorg voor mensen met overgewicht of obesitas.
5. **Mentale weerbaarheid en gezondheid:** Mentale gezondheid wordt bespreekbaar gemaakt en inwoners krijgen handvatten om eraan te werken.
6. **Gezond en sterk ouder worden:** Ouderen moeten vitaal blijven met gezonde voeding, sociale contacten en beweging.

Naast de GALA- en IZA-middelen biedt het VWS-programma Eén tegen eenzaamheid de mogelijkheid om een adviseur in te schakelen. Deze adviseur kan de coördinator eenzaamheid ondersteunen en meedenken over strategieën en initiatieven om eenzaamheid aan te pakken. De adviseur is beschikbaar voor 20 uur per jaar, wat een waardevolle aanvulling vormt op de werkzaamheden van de coördinator. Door het delen van kennis en best practices helpt de adviseur de coördinator eenzaamheid bij het realiseren van doelen en het vergroten van impact.

De gemeente financiert al diverse activiteiten gericht op het voorkomen en verminderen van eenzaamheid. Onze uitvoeringsagenda sluit aan bij deze bestaande initiatieven. Daarnaast investeren we extra door gebruik te maken van de middelen van het GALA en het IZA. Op dit moment worden er echter geen aparte budgetten voor eenzaamheid vrijgemaakt of aangevraagd.

Bronnenlijst

CBS, GGD 'en, & RIVM. (2022). *Cijfers afkomstig uit Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022*. RIVM Statline.

Onderzoekcentrum Drechtsteden. (2022). *Senioren in Papendrecht: Behoeften- en bekendheidsonderzoek*. Dordrecht: Uitgever Onderzoekcentrum Drechtsteden.

Flapper, T. (2013). *Module signaleren en begeleiden van eenzaamheid*. Drachten: TREES.

Fokkema, T., & Van Tilburg, T.G. (2007). *Zin en onzin van eenzaamheidsinterventies bij ouderen [Loneliness interventions among older adults: Sense or nonsense?]*. *Tijdschrift voor Gerontologie en Geriatrie*, 38, 185-203.

Maat, J. W. van de, & Zwet, R. (2018). *Preventie van eenzaamheid: Bouwstenen voor beleid*. Movisie. <https://www.movisie.nl>

Movisie. (2023, 8 mei). *Eenzaamheid: een complex en veelkoppig monster*. <https://www.movisie.nl/artikelen/eenzaamheid-een-complex-en-veelkoppig-monster>

Movisie. (2020). *Handreiking eenzaamheid: Koepel ASD*. <https://www.movisie.nl/sites/movisie.nl/files/2020-11/Handreiking-Eenzaamheid-KoepelASD-Movisie.pdf>

Movisie. (2023). *Wat werkt wel bij de aanpak van eenzaamheid?* <https://www.movisie.nl/publicaties/wat-werkt-bij-de-aanpak-van-eezaamheid>

Van Tilburg, T., & De Jong-Gierveld, J. (Eds.) (2007). *Zicht op eenzaamheid. Achtergronden, oorzaken en aanpak*. Assen: Van Gorcum.

Bijlages

Bijlage 1 - Deelname actieprogramma VWS Eén tegen eenzaamheid

Gemeente Papendrecht is aangesloten bij het landelijk actieprogramma Eén tegen eenzaamheid. Dit houdt in dat het college commitment heeft uitgesproken en zich aansluit bij de 5 pijlers die onderdeel zijn van een succesvolle aanpak. Het doel van het actieprogramma Eén tegen eenzaamheid van VWS is een brede beweging op gang brengen, die:

- Maatschappelijke aandacht creëert voor eenzaamheid
- Het taboe op eenzaamheid doorbreekt en bespreekbaar maakt
- Een trendbreuk teweegbrengt zodanig dat wij in de samenleving meer en meer vanzelfsprekend naar elkaar omkijken.

5 Pijlers actieprogramma Eén tegen eenzaamheid

1. Bestuurlijk commitment

De aanpak van eenzaamheid valt of staat met politiek-bestuurlijk draagvlak. Zorg dat het college van burgemeester en wethouders betrokken is. Evenals beleidsmakers van verschillende beleidsterreinen.

2. Creëer een sterk netwerk

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

3. Betrek mensen, eenzamen zelf

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

4. Werk aan een duurzame aanpak

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

5. Monitoring en evaluatie

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

Bijlage 2 – Wijkcijfers

Wijken en buurten	Eenzaam %	Ernstig/zeer ernstig eenzaam %	Emotioneel eenzaam %	Sociaal Eenzaam %
Papendrecht	48,4	13,7	28,7	34,4
Westpolder	50,1	14,3	30,1	35,7
De Boezem	52,9	15,7	32	38,6
Schildersbuurt	48,7	13,7	29,1	34,5
Schrijversbuurt	49,7	14,5	30,6	34,9
Den Briel	56	15,1	33,3	40,2
Erasmusbuurt	55,5	18,6	36,4	40,2
Het Eiland	44,3	10,5	23,3	31,7
Centrum	50,5	13,3	29,8	35,1
Molenvliet	46,6	12,9	26,8	33,3
Molenbuurt	47,4	13,2	27,7	33,8
Achterdijk	45,2	12,2	25,3	32,4
Buitengebied Molenvliet	.	.	.	.
Noordhoekse Wiel	.	.	.	.
Kraaihoek	54,7	17,3	34,7	39,7
Kraaihoek Noord	53,9	17,4	34,6	38,9
Kraaihoek Zuid	58,9	19,6	38,7	43,2
Pontonniersbuurt	46,5	10,7	25,8	32,4
Het Zand	56,2	18,6	35,6	42,4
Middenpolder	47,7	12,9	27,7	33,6
Staatsliedenbuurt	48	12,9	27,3	34,1
Zeeheldenbuurt	46,8	12,9	29,2	32
Wilgendonk	45,1	12	25,6	31,9
Oostdonk	41,5	10	22,3	29
Zuiddonk	49,8	14,6	29,7	36,1
Westdonk	42,9	10,7	23,8	29,6
Buitengebied Wilgendonk	.	.	.	.
De Kooy-Oosteind	46,5	11,9	26,1	32,5
De Kooy	46,7	12	26,2	32,7
Bedrijventerrein Oosteind e	39,9	8,9	20,7	27,2
Oostpolder	43,2	11,3	24,2	29,9
Sportpark Oostpolder	.	.	.	.
Zuidkil Kwartier	42,3	10,9	23,6	29,1
Noordkil Kwartier	45,6	12,3	25,8	31,9
Land van Matena	37,2	9,3	20,9	25,5
Landschapspark Tiendzone	39,9	9,5	21,4	27,5
Vriesenpolder	35,7	8,3	19,5	24,3
Alblasserbos Oost	35,7	8,3	19,5	24,3
Buitengebied Vriesenpolder	.	.	.	.
De Noordoever	.	.	.	.
Bedrijventerrein Nieuwland	.	.	.	.
Bedrijventerrein Slobbengol	.	.	.	.
Sportpark Slobbengors	.	.	.	.
Ecozone Nieuwland	.	.	.	.

Eenzaamheid in de wijken en buurten van gemeente Papendrecht, 2021. Bron: Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2012/2016/2020/2022, GGD'en/CBS/RIVM (bewerking o.b.v. SMAP-methodiek, RIVM)

Bijlage 3 – Voorbeelden van Initiatieven en activiteiten eenzaamheid Papendrecht

In gemeente Papendrecht erkennen we dat eenzaamheid een groeiend probleem is met een grote impact op de levenskwaliteit van onze inwoners. Daarom zetten we ons al tijden actief in om eenzaamheid te verminderen en sociale verbindingen te versterken. We hebben verschillende initiatieven ontwikkeld, zoals gezellige bijeenkomsten en samenwerkingsprojecten met lokale organisaties, die gericht zijn op het creëren van een warme en ondersteunende gemeenschap.

Hier volgen enkele voorbeelden van wat we al doen om verbindingen te versterken en om eenzaamheid aan te pakken:

Verbinding in wijken

- **Zorgzame buurt:** Woningcorporatie Woonkracht10 werkt samen met de gemeente aan de fysieke vernieuwing van de wijk Kraaihoek in Papendrecht.
- **Integrale wijkaanpak:** Gericht op het verbeteren van ondersteuning en veiligheid in de wijk Kraaihoek.
- **Huisbezoeken:** Sterk Papendrecht neemt het initiatief om actief senioren op te zoeken, vooral bij 75+'ers die weinig hun huis verlaten. Ze peilen gericht hoe het met ouderen gaat en bieden hulp of diensten aan als er behoefte is.

Verbinding door ontmoeting

- **Wandelgroepen:** Deze zijn opgezet vanuit het vitaliteitsakkoord en bevorderen zowel beweging als sociale contacten voor o.a. senioren.
- **Werkgroep ontmoeting:** Actief bij Sterk Papendrecht om eenzaamheid te bestrijden en sociale verbondenheid te bevorderen. De werkgroep ontmoeting organiseert verschillende activiteiten, zoals de wekelijkse schaak- en spelbijeenkomsten in de bibliotheek. Deze initiatieven kunnen variëren per jaar en dragen bij aan sociale verbondenheid.
- **Grip op je leven:** is een training die wordt aangeboden vanuit de werkgroep ontmoeting in Papendrecht. Het doel van deze workshop is om eenzaamheid terug te dringen door bewustwording van de eigen patronen en overtuigingen en inzicht te krijgen in hoe je zelf eenzaamheid zou kunnen verminderen. De onderwerpen die worden besproken zijn: je sociale netwerk, je talent, eigenwaarde, zelfvertrouwen en communicatie.
- **Week tegen Eenzaamheid:** Een jaarlijks evenement waarbij extra aandacht wordt besteed aan eenzaamheid in Papendrecht. In voorgaande jaren zijn er folders uitgebracht met informatie over diverse activiteiten in de gemeente.
- **Welzijn op Recept:** Een alternatief voor mensen met psychosociale klachten, waaronder eenzaamheid. In plaats van medicatie verwijst bijvoorbeeld de huisarts patiënten door naar een welzijnscoach.
- **(Geloofs)gemeenschappen:** (Geloofs)gemeenschappen bestrijden eenzaamheid door hun leden actief samen te brengen via kerkdiensten, bijeenkomsten en sociale activiteiten. Ze bieden een plek voor ontmoeting en signalering.
- **Verenigingen:** Verenigingen in Papendrecht, zoals bijvoorbeeld Sportvereniging Papendrecht, vrouwennetwerk Papendrecht, de Ertepeller en PCOB spelen een belangrijke rol in de gemeenschap en bieden inwoners diverse mogelijkheden voor sociale interactie en betrokkenheid.
- **Koffie met...momenten:** Plekken in Papendrecht waar je wekelijks langs kan om anderen te ontmoeten. Er is een folder waarin alle koffiemomenten en wandelgroepen staan vermeld.
- **De "Praatjesmaker":** Initiatief vanuit Sterk Papendrecht en Puur Papendrecht, waarbij de praatjesmakers in wisselende samenstelling in gesprek gaan met voorbijgangers. Met als doel ontmoeting en vragen "Hoe het met je gaat?". Hierbij worden de bestaande initiatieven gepromoot.

Verbinding met jeugd

- **Support:** is een initiatief in Papendrecht dat zich richt op van jongeren van 6 tot en met 21 jaar. Het team van Support is deskundig en divers, en ze streven naar een goede aansluiting bij de brede doelgroep, inclusief verschillende culturen. Ze geloven in een positieve benadering en stimuleren zelfstandigheid en talentontwikkeling. Dit doen ze door te informeren, adviseren, coachen en ontmoetingen te faciliteren. Ook voeren zij de interventie Join-Us uit, een maatwerk aanpak om eenzaamheid onder jongeren te verminderen.

Verbinding door sport en bewegen

Het programma "**verbinding door sport en bewegen**" in Papendrecht is gericht op het bevorderen van een gezonde leefstijl en het verbinden van inwoners door middel van sport en beweging. Hier zijn enkele relevante punten:

- **Vitaliteitsakkoord:** Papendrecht heeft een Vitaliteitsakkoord waarin inwoners en organisaties samenwerken om vitale en gezonde inwoners te stimuleren. Sport en beweging spelen hierbij een essentiële rol.
- **Sportcentrum Papendrecht:** Het Sportcentrum Papendrecht is een veelzijdige plek waar mensen met een passie voor sport en gezondheid samenkomen. Het centrum biedt faciliteiten voor sport en beweging, en gemotiveerd personeel zorgt ervoor dat bezoekers zich thuis voelen en gewaardeerd worden voor hun prestaties.
- **Buurtportcoaches:** De gemeente heeft buurtportcoaches die preventief werken aan gezondheid en mensen met plezier laten bewegen. Samen streven ze ernaar om zoveel mogelijk inwoners in Papendrecht in beweging te brengen.

De bibliotheek als verbinder

De bibliotheek in Papendrecht organiseert een breed scala aan activiteiten om mensen samen te brengen en te verbinden. Hier zijn enkele voorbeelden:

- **Leesclubs:** De bibliotheek faciliteert leesclubs waarin mensen samenkomen om boeken te bespreken. Dit is een geweldige manier om nieuwe mensen te ontmoeten en interessante gesprekken te voeren.
- **Workshops en cursussen:** Ze bieden workshops en cursussen aan over verschillende onderwerpen, zoals digitale vaardigheden, creatief schrijven, kunst en muziek. Dit is een kans om te leren en gelijkgestemde mensen te ontmoeten.
- **Voorleesmiddagen:** Vooral voor kinderen zijn er regelmatig voorleesmiddagen. Dit is een leuke gelegenheid voor ouders en grootouders om andere ouders te ontmoeten terwijl de kinderen genieten van verhalen.
- **Exposities en lezingen:** De bibliotheek organiseert exposities van lokale kunstenaars en lezingen over uiteenlopende onderwerpen. Dit biedt een platform voor culturele uitwisseling en discussie.
- **Taalcursussen:** Voor mensen die Nederlands willen leren of hun taalvaardigheden willen verbeteren, biedt de bibliotheek taalcursussen aan. Dit kan een geweldige manier zijn om nieuwe mensen te ontmoeten terwijl je samen leert.

Verbinden door netwerkversterking

In Papendrecht zijn er verschillende organisaties die bijdragen aan netwerkversterking en het verminderen van eenzaamheid:

- **Mantelzorgpunt Papendrecht:** Dit punt ondersteunt mantelzorgers en helpt hen een sterk netwerk op te bouwen met familie, vrienden, kennissen en burens. Een goed netwerk kan de balans voor mantelzorgers verbeteren en de zorg draaglijker maken.
- **Vrijwilligerspunt Papendrecht:** Het Vrijwilligerspunt Papendrecht is een belangrijke schakel in de gemeente, waar vrijwilligers en organisaties samenkomen. Het biedt ondersteuning aan zowel vrijwilligers als organisaties bij het vinden van elkaar, het ontwikkelen van projecten en het

organiseren van activiteiten. Met een breed aanbod aan vrijwilligerswerk helpt het Vrijwilligerspunt inwoners om zich actief in te zetten voor de gemeenschap en hun talenten te benutten.

- **Sterk Papendrecht:** Sterk Papendrecht bestaat uit MEE Plus, Vivenz en Stichting Jeugdteams. Ze werken samen met andere organisaties, zoals de Dienst Gezondheid & Jeugd, huisartsen, Woonkracht10 en maatschappelijke instellingen, om netwerken te versterken en eenzaamheid tegen te gaan. Sterk Papendrecht heeft regionaal experts op eenzaamheid in dienst en is eigenlijk een soort meldpunt / informatiepunt waar burgers zelf, maar ook partners in het werkveld terecht kunnen met vragen.
- **Actief in je buurt** Actief in je buurt is een onderdeel van de gemeente Papendrecht dat verschillende activiteiten aanbiedt om de buurt te versterken en bewoners met elkaar in contact te brengen. Het doel is om op een leuke manier meer mensen te leren kennen en beter te weten wat er speelt in de straat, buurt of wijk. Want pas als je elkaar kent, kun je er voor elkaar zijn. Enkele voorbeelden van activiteiten zijn:
 - **Samen koken, samen eten:** Maandelijkse bijeenkomsten waar bewoners samen kunnen koken en eten.
 - **Lief & Leedstraten:** Initiatief waar het contact in de straat wordt versterkt en extra aandacht voor elkaar is.
 - **Buurtkastjes:** Kleine kastjes in de buurt waar mensen spullen kunnen geven en nemen. Dit versterkt het buurtgevoel.
 - **Het groene keetje:** Een mobiel keetje vol handig tuingereedschap dat naar verschillende straten kan komen om samen aan de slag te gaan.
 - **Gouwe Ouwe:** Een feestelijke middag waar je elkaar en Papendrechtse organisaties leert kennen. Bewoners wordt nadrukkelijk gevraagd om iemand mee te nemen die 'ook wel toe is aan een feestje'.



In Papendrecht zijn er drie relevante initiatieven die gezinnen hierin extra ondersteunen:

- **Buurtgezinnen:** Dit programma koppelt gezinnen die extra steun kunnen gebruiken aan stabiele gezinnen in de buurt. Zo krijgen kinderen meer liefde en aandacht, en worden ouders ontlast.
- **Samen Oplopen:** Sterk Papendrecht startte in het voorjaar van 2021 met dit project. Hierbij krijgen kwetsbare gezinnen steun van mede-inwoners. Het doel is om kinderen gezond te laten opgroeien en gezinnen te ondersteunen waarbij een meer complexe hulpvraag ligt.
- **Jong JGZ:** biedt preventieve jeugdgezondheidszorg aan alle 0-18 jarigen in Zuid-Holland Zuid, waaronder Papendrecht. Ze kijken mee met de groei en ontwikkeling van kinderen en beantwoorden vragen van ouders. Zij hebben extra oog voor eenzaamheid gevoelens en weinig netwerk in opvoeding bij ouders en bieden hiervoor extra opvoed ondersteuning aan.



Bijlage 4 - Uitvoering en organisatie

Scan activiteiten Sterk Papendrecht - Thema eenzaamheid

Deze scan omvat een overzicht van de diensten/activiteiten die te linken zijn aan het thema eenzaamheid. Het betreft de activiteiten en diensten van Sterk Papendrecht. In onderstaande tabel zijn de activiteiten opgesomd en is aangegeven aan welke doelen en doelgroepen ze verbonden zijn. Na de tabel met activiteiten volgt een overzicht met kansen op het thema eenzaamheid.

Activiteiten	Doelen				Doelgroep		
	1. versterking van preventieve maatregelen	2. toegankelijke hulp en ondersteuning	3. specifieke aanpak voor de jeugd	4. monitoren en evalueren	jongeren	volwassenen	ouderen
Grip op je leven	✓	✓				✓	✓
Koffie met...	✓	✓				✓	✓
ANWB-automaatje		✓				✓	✓
Voor Elkaar	✓	✓				✓	✓
Sterk Portret		✓			✓	✓	✓
Samen Oplopen	✓	✓				✓	
Lift je leven		✓				✓	✓
Training Ervaringsdeskundigheid		✓				✓	✓
Klussendienst	✓					✓	✓
Buurtbemiddeling	✓					✓	✓
Hulp bij thuisadministratie	✓					✓	✓
Preventief huisbezoek	✓						
Spreekuur Sociaal Raadslieden	✓					✓	✓
Welzijn op sociaal recept	✓	✓					

Buurtwerk	✓	✓				✓	✓
Join us	✓	✓	✓	✓	✓		
Activiteiten voor jonge mantelzorgers	✓	✓	✓		✓		
Mantelzorgcursus Just 4 me	✓	✓	✓		✓		
Mantelzorgcursus balans in zorg	✓	✓				✓	✓
Week van de mantelzorg	✓	✓				✓	✓
Week tegen Eenzaamheid	✓				✓	✓	✓
Oriëntatie op vrijwilligerswerk (adviesgesprekken)	✓					✓	✓



Samenvatting



Kenmerken en prognose

Op dit moment (2022) wonen er 7.291 65+’ers in Papendrecht. Zij vormen 23% van de in totaal 32.171 inwoners. Ruim de helft van hen (55%) is jonger dan 75 jaar. In 2030 zijn er naar verwachting ruim 8.000 65+’ers en in 2050 zijn dat er 8.438. De 65+’ers zijn in 2050 de enige leeftijdsgroep waarvan het aantal en het aandeel naar verwachting zal zijn toegenomen ten opzichte van nu. Op dat moment is de verhouding tussen jong (onder 75 jaar) en oud (75+) omgedraaid; 37% van de 65+ers is dan jonger dan 75 jaar.

Wonen

Zeven van de tien zelfstandig wonende senioren zeggen dat hun huis levensloopbestendig is. Voor diegenen waarvoor dit niet geldt, is het vaak omdat ze er (nog) niet mee bezig zijn (39%) of omdat ze nog niet weten wat ze willen (30%). Twee derde van hen heeft wel behoefte aan informatie over het onderwerp langer zelfstandig thuis wonen. Minder dan de helft van de senioren die aangeeft hun eigen woning (wellicht) levensloopbestendig te willen maken, heeft zich hierin al verdiept. Bijna alle senioren die (wellicht) van plan zijn om te verhuizen naar een levensloopbestendige woning vinden het belangrijk dat deze woning helemaal gelijkvloers is en dat er voorzieningen in de buurt zijn. Ontmoetingsplekken worden minder vaak genoemd door de senioren zelf, terwijl de professionals die we over dit onderwerp spraken dat juist wel van belang vinden. Als belemmering om te verhuizen worden het vaakst de hogere woonkosten genoemd. Zowel professionals als senioren zelf geven aan dat er in Papendrecht een gebrek is aan geschikte betaalbare woningen voor ouderen.

Gezondheid

Twee derde van alle senioren beoordeelt zijn of haar gezondheid als (zeer) goed, maar een heel klein deel heeft naar eigen zeggen een slechte gezondheid (4%). In de groep 65-74 jarigen beoordeelt 17% zijn gezondheid als zeer goed tegenover 8% van de 75+’ers. Zes op de tien senioren vinden dat zij voldoende bewegen. Voor hen die vinden dat ze te weinig bewegen of meer zouden willen bewegen is een lichamelijke beperking de vaakst genoemde reden, gevolgd door de reden dat het niet leuk is om (meer) te bewegen. Het doen van het huishouden blijkt een goede manier voor senioren om in beweging te blijven. Daarnaast blijven veel senioren in beweging door te wandelen en te fietsen. Zes op de tien lukt het om elke week of regelmatig 2,5 uur matig intensief te bewegen en spier- en botversterkende activiteiten te doen. Balansoefeningen, ook een onderdeel van de beweegrichtlijn, worden echter veel minder gedaan. Veel senioren hebben wel eens van valpreventie gehoord, de helft weet ook wat het inhoudt.



Samenvatting

Sociale contacten en vrijetijdsbesteding

De meeste senioren vinden dat ze voldoende sociale contacten hebben. Van degenen die meer contacten zouden willen zegt een derde dat ze niet weten waar ze andere mensen kunnen ontmoeten. Anderen vinden het spannend om contact te maken of kunnen niet goed overweg met internet, computer en mobiele apparaten. Professionals zien tijdens huisbezoeken regelmatig eenzaamheid bij senioren en pleiten voor het actief organiseren van activiteiten in de wijken. Met betrekking tot vrijetijdsbestedingsmogelijkheden zijn senioren het meest bekend met schaken en bridgen bij het denksportcentrum, de ZAPPers, 'Koffie met ...'-activiteiten in de bibliotheek en de cursus digitale vaardigheden. Deze activiteiten zijn bekend bij (ruim) de helft van de senioren. Professionals zien veel onbekendheid met het aanbod, doordat de informatie alleen of vooral online beschikbaar is. Informatie op papier werkt volgens hen beter. De meeste senioren zelf - en dan vooral de 75+'ers - geven dit ook aan. Het liefst worden zij via een folder/ informatiebrochure of het huis-aan-huisblad geïnformeerd door de gemeente. Het versnipperde aanbod van op zichzelf veel en goede initiatieven voor senioren is volgens professionals een aandachtspunt.

Openbare ruimte

Bewegen is belangrijk voor senioren, zo ook bankjes in de openbare ruimte. Ruim 80% van de senioren geeft aan dat er voldoende bankjes zijn in Papendrecht, al zijn er nog wel wensen voor andere locaties (langs wandelpaden, in parken en bij winkelcentra bijvoorbeeld). De toegankelijkheid van voorzieningen wordt in zijn algemeenheid als goed tot zeer goed beoordeeld door hen die een oordeel geven. Als het gaat om onveilige locaties worden kruispunten en rotondes het meest genoemd. Onder andere te hard rijden, slechte fiets- en voetpaden en slechte verlichting leiden tot onveilige situaties. Vooral professionals, maar ook senioren zelf, merken op dat het openbaar vervoer te wensen over laat.

Suggesties

Van de 100 senioren die zeggen iets te missen in Papendrecht als het gaat om ouder worden, noemen er 39 het gebrek aan betaalbare seniorenwoningen. Dit gemis wordt ook door professionals benoemd. Professionals zouden daarnaast graag een eigen Wmo-loket in de gemeente zien. Ook hebben zij behoefte aan meer gebruik van domotica in de zorg en uitbreiding van goede respijtzorg. Verder worden organisaties als Stichting Helpende Handen en de voorziening Steunwijzer genoemd als goede voorbeelden in andere Drechtsteden.