

# Sociale Activering van Kwetsbare Ouderen in de Gemeente Heerlen

Marianne Potting  
Nol Reverda

Hogeschool Zuyd  
Maastricht, 2009

CERT

*research centre Social Integration*



## CESRT *lectoraat Sociale Integratie*

Comparative European Social Research and Theory (CESRT) is een kenniskring van Hogeschool Zuyd verankerd in de faculteit Sociale Studies. CESRT heeft als doel een bijdrage te leveren aan het curriculum van sociaal werk opleidingen en het professionaliseren van docenten. Door het uitvoeren van toegepast onderzoek biedt CESRT ook een kwaliteitsimpuls aan de sociale beroepspraktijk. Thematisch staat binnen CESRT het proces van sociale uitsluiting en insluiting centraal.

Copyright©CESRT/Hogeschool Zuyd. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt zonder voorafgaande toestemming van de rechthebbende.

### CESRT/Hogeschool Zuyd

|              |                                                             |
|--------------|-------------------------------------------------------------|
| Bezoekadres: | Brusselseweg 150   6217 HB Maastricht                       |
| Postadres:   | Postbus 634   6200 AP Maastricht                            |
| Tel.:        | 043 - 346 6600                                              |
| Fax:         | 043 - 346 6619                                              |
| E-mail:      | <a href="mailto:cesrt@hszuyd.nl">cesrt@hszuyd.nl</a>        |
| Website:     | <a href="http://cesrt.hszuyd.nl">http://cesrt.hszuyd.nl</a> |

## Inhoudsopgave

|                                                                              |    |
|------------------------------------------------------------------------------|----|
| <i>Sociale Activering van kwetsbare ouderen in de gemeente Heerlen</i> ..... | 3  |
| Hoofdstuk 1 .....                                                            | 3  |
| Inleiding .....                                                              | 3  |
| Kwetsbare ouderen .....                                                      | 4  |
| Sociale activering en actief burgerschap .....                               | 4  |
| Onderzoeksvragen .....                                                       | 5  |
| Aansluiting bij beleid: operationalisering van het onderzoek .....           | 6  |
| Onderzoeksmethode .....                                                      | 7  |
| Hoofdstuk 2 .....                                                            | 8  |
| Inleiding .....                                                              | 8  |
| Huiskamerprojecten .....                                                     | 8  |
| Huisbezoeken .....                                                           | 9  |
| Vrijwilligerswerk .....                                                      | 9  |
| Burenhulp .....                                                              | 10 |
| Informatieprojecten .....                                                    | 10 |
| Levensverhalen .....                                                         | 11 |
| Allochtonen .....                                                            | 11 |
| ICT/ Nieuwe media projecten .....                                            | 11 |
| Eenzaamheid/ Sociaal geïsoleerde ouderen .....                               | 12 |
| Niet verder onderzochte projecten: .....                                     | 12 |
| Conclusie .....                                                              | 12 |
| Hoofdstuk 3 .....                                                            | 14 |
| Inleiding .....                                                              | 14 |
| Eigen Kracht .....                                                           | 14 |
| Eigen Kracht in Heerlen .....                                                | 15 |
| Conclusie en aanbevelingen .....                                             | 18 |
| Gebruikte literatuur .....                                                   | 19 |
| Bijlage I .....                                                              | 21 |
| Gebruikte Databanken .....                                                   | 21 |

## *Sociale Activering van kwetsbare ouderen in de gemeente Heerlen*

### Hoofdstuk 1

#### **Inleiding**

Heerlen is een stad met een verhoudingsgewijs grote sociaal-economische problematiek. Het gemiddeld inkomen is laag, de werkloosheid is hoog, de gezondheidstoestand loopt achter en de vergrijzing gaat sneller dan in de rest van het land (Meerjarig Bestuurlijk Programma, 2006). Heerlen is een van de snelst verouderende gemeenten in Nederland. De Heerlense bevolking vergrijst snel. De vergrijzing ligt momenteel 4% boven het landelijk gemiddelde en daarmee loopt Heerlen een halve tot een hele generatie voor op de rest van Nederland. Was in 2001 28% van de Heerlense bevolking 55 jaar of ouder, in 2015 zal dat 33.5% zijn. Tot 2005 werd de groei voornamelijk veroorzaakt door de groep ouderen van 75 jaar en ouder. Vanaf 2005 neemt de leeftijdsgroep tussen 55 en 75 jaar relatief in aantal toe (Kadernota Integraal beleid voor Ouderen, 2003).

Bovendien is Heerlen een gemeente met een onevenredig groot aandeel mensen in een uitkeringssituatie die op of onder de grens van de armoede leven. Het aantal arme ouderen in Heerlen die van een laag of ontoereikend pensioen moeten rondkomen, is naar verwachting dan ook hoog getal. In de Kadernota Integraal beleid voor Ouderen van de gemeente Heerlen wordt gesteld dat de groep ouderen in Heerlen minder vermogend, minder mobiel en minder zelfredzaam is dan een vergelijkbare leeftijdsgroep in de rest van Nederland. Het SCP noemt als definiërende kenmerken voor zwak en kwetsbaar bij ouderen: lage opleiding, laag inkomen en/of slechte gezondheid (SCP 2006). De verwachting is dus dat er in Heerlen een aanzienlijke groep ouderen is die als kwetsbare ouderen kunnen worden beschouwd. Deze groep ouderen hebben veelal reeds een aanzienlijk uitkeringsverleden en het gevaar dat zij steeds minder aansluiting kunnen vinden bij de sterk veranderende maatschappij is groot. In de visie Lokaal Sociaal Beleid (2002) wordt bovendien gesteld dat veel ouderen in Heerlen een afwachtende houding hebben ten aanzien van ontwikkelingen die door de gemeente of andere instellingen in gang worden gezet. Doordat deze ouderen gewend zijn dat de mijnen of de kerk voor hen zorgden en hun leven vorm en inhoud gaven, is het zelf nemen van initiatieven en het verantwoordelijkheid dragen voor het oplossen van de eigen problemen bij deze groep oudere inwoners minder ontwikkeld. Deze ouderen dreigen door hun armoede, hun gebrekkige gezondheid, hun kleine sociale netwerk en/of door hun afhankelijke levensstijl sociaal te isoleren. De gemeente Heerlen wil juist deze groep mensen bij de Heerlense samenleving (blijven) betrekken.

De WMO omschrijft in prestatieveld 3 de gemeentelijke taak om cliënten te informeren, te adviseren en te ondersteunen. Deze algemene taak wordt in dit onderzoek vertaald naar het armoedevraagstuk van ouderen in de gemeente Heerlen. Hoe kan de gemeente ouderen, die hetzij reeds onder de armoedegrens leven, hetzij dreigen daarin te komen ondersteunen om hun plek in de Heerlense samenleving in te vullen? Welke projecten zijn er die zich richten op deze doelgroep en hoe kunnen dergelijke projecten worden uitgevoerd door Heerlense diensten en instellingen, die zich op het terrein van het armoedevraagstuk bewegen?

Voor ouderen is een gang naar de arbeidsmarkt om uit hun armoedesituatie te komen geen optie. Sociale activering van ouderen dient dan ook een ander karakter te hebben dan sociale activering bij ontvangers van een uitkering. Dit onderzoek zoekt naar manieren waarop de gemeente Heerlen haar ouderen – en specifiek haar arme ouderen – kan uitnodigen en ondersteunen om actief aan de samenleving deel te nemen. Anders gezegd – wat kan actief burgerschap betekenen voor ouderen op of onder de armoedegrens in Heerlen?

Het onderzoek richt zich op de verbetering van de uitvoeringspraktijk van de gemeente Heerlen ten aanzien van ouderen, die op het sociale minimum of daaronder zitten. Speciale aandacht zal er in dit verband uitgaan naar de sociale activering van die ouderen. Hiertoe zullen 'practices' van elders onderzocht worden en geanalyseerd op hun bruikbaarheid voor de gemeente Heerlen.

In dit onderzoek worden dus twee begrippen gecombineerd, namelijk het begrip kwetsbare ouderen met de aan elkaar verwante begrippen sociale activering en actief burgerschap.

### **Kwetsbare ouderen**

'Ouderen' zijn als sociale categorie een bijna niet te definiëren groep. In veel beleidsstukken begint de ouderdom al bij 55 jaar en ook in het welzijnswerk worden veel projecten ontwikkeld voor de doelgroep 'vanaf 50'. Onder deze definitie vallen dus zowel ouderen die nog werkzaam zijn op de betaalde arbeidsmarkt en die in goede gezondheid nog de hele wereld over reizen, als ook hoogbejaarden met complexe en meervoudige gezondheidsproblemen die hun laatste dagen in een verzorgingshuis doorbrengen. Een zoektocht naar projecten gericht op de sociale activering van 'ouderen' vereist dus een nadere inperking van de beoogde doelgroep.

In dit onderzoek is de nadruk gelegd op ouderen die niet meer actief zijn op de arbeidsmarkt en die kwetsbaar zijn. Kwetsbaarheid van ouderen is een belangrijk thema binnen het ouderenbeleid. Tal van literatuur en projectbeschrijvingen handelen over deze groep: de kwetsbare ouderen. Echter onder kwetsbaarheid wordt dan vooral verstaan dat ouderen gezondheidsproblemen hebben: kwetsbaarheid in de betekenis van fragiliteit. Andere vormen van kwetsbaarheid zoals sociale of financiële kwetsbaarheid neemt in de meeste debatten over kwetsbare ouderen nog een marginale positie in. Vragen over de hoe de zorg voor kwetsbare ouderen geregeld moet worden, zijn dominant over vragen over hoe het welzijn van kwetsbare ouderen gegarandeerd kan worden.

In dit onderzoek heeft kwetsbaarheid veel meer de betekenis van sociaal geïsoleerd al dan niet in combinatie of veroorzaakt door armoedeproblematiek. Het verminderen van de kwetsbaarheid moet dan vooral gezocht worden in het doorbreken van de sociale uitsluiting en het faciliteren van participatie. De kwetsbaarheid vormt daarmee de aanleiding voor de interventie, maar bemoeilijkt tegelijkertijd de beoogde uitkomst. Want welke vormen van participatie zijn weggelegd voor kwetsbare ouderen? Is actieve of zelfs passieve participatie weggelegd voor ouderen die sociaal en financieel kwetsbaar zijn?

### **Sociale activering en actief burgerschap**

De term sociale activering is in de tweede helft van de jaren negentig ontwikkeld in het debat over de herintegratie van uitkeringsgerechtigden naar de arbeidsmarkt. Sociale activering had in dat kader vooral een verplichtend karakter (Freitag et al., 2003). Hoewel het doel van betaalde arbeid, nog lange tijd overeind bleef werd sociale activering ook steeds meer in verband gebracht met maatschappelijke participatie in het algemeen. Dit bracht ook een verschuiving van de doelgroep met zich mee, niet langer richtte sociale activering zich alleen op uitkeringsgerechtigden, maar nu kwamen ook andere groepen in het vizier, zoals ouderen, verslaafden, nieuwkomers en arbeidsongeschikten. De Wmo zou je kunnen opvatten als het ultieme voorbeeld van de inzet van de overheid om haar burgers sociaal te activeren: mee te laten doen in de samenleving en in de zorg voor die samenleving.

Verwant aan de term sociale activering, die over het algemeen een vrij praktische invulling krijgt, is de meer theoretische term actief burgerschap. In discussies over actief burgerschap gaat het over de rechten en plichten die burgerschap met zich meebrengt en over de vraag wanneer iemand een goede burger is.

In discussies over beide termen worden ook vragen gesteld over het al dan niet verplichtende karakter van sociale activering of actief burgerschap. Kan iemand verplicht worden tot het doen van

*vrijwilligerswerk?* Wat is belangrijker de rechten of de plichten van een burger? En kunnen de rechten komen te vervallen als een burger zich niet aan zijn plichten houdt?

Voor het hier beschreven onderzoek zijn deze vragen van groot belang. De doelgroep van het onderzoek zijn ouderen, ouderen die door hun levensstijl, of door hun sociale, fysieke of financiële beperkingen minder actief aan de samenleving kunnen of willen meedoen. De gemeente wenst vanuit haar Wmo opdracht deze ouderen echter juist te ondersteunen en te stimuleren een meer actieve en betrokken levenshouding aan te nemen. In de Wmo wordt 'deelname aan de samenleving' en 'zich inzetten voor anderen' welhaast automatisch aan elkaar gekoppeld, en staat participatie vooral in het licht van zelfzorg en informele zorg. Dit directe verband tussen deelname en voor anderen zorgen, maakt het moeilijk om te beoordelen wanneer mensen die beperkingen hebben of die anderszins kwetsbaar zijn, goede burgers zijn (Koops, 2005). Hoe kunnen mensen met sociale, fysieke of financiële beperkingen volwaardig participeren? Wanneer zijn zij sociaal actief, of worden zij als actieve burgers beschouwd? Wanneer een oudere een actieve vrijwilliger wordt? Of is het ook voldoende als de oudere deelnemer is bij activiteiten die door anderen georganiseerd worden? Of is de uiteindelijke doelstelling vooral dat een oudere minder hulpvragen formuleert en minder beslag legt op de beperkte middelen? Een antwoord op deze vragen is vooral ook een politieke keuze en houdt verband met welke vorm van actief burgerschap er gewenst is. Bij de zoektocht naar interventies en vooral bij de beoordeling ervan op geschiktheid voor de Heerlense vraag, zullen deze vragen en de antwoorden die de gemeente Heerlen hierop formuleert een rol moeten spelen.

### **Onderzoeksvragen**

Voor dit onderzoek heeft de gemeente Heerlen de volgende onderzoeksvraag geformuleerd:

1. Welke bestaande evidence-based of goodpractice interventies bestaan er teneinde de zelfredzaamheid van ouderen te bevorderen én die geïmplementeerd kunnen worden in Heerlen?

Daarnaast zijn de volgende subvragen geformuleerd:

2. Welke interventies zijn er (die toepasbaar zijn in Heerlen) waarbij de kwetsbare oudere zelf het heft in handen neemt om zijn/haar sociale en financiële zelfredzaamheid te behouden of te bevorderen?
3. Welke (onorthodoxe) interventies zijn er (die toepasbaar zijn in Heerlen) van professionele organisaties om de sociale en financiële zelfredzaamheid van ouderen te behouden of te bevorderen?
4. Welke interventies zijn er (die toepasbaar zijn in Heerlen) tussen professionele organisaties (sluitende ketenaanpak) om de sociale en financiële zelfredzaamheid van ouderen te behouden of te bevorderen?

Voor het onderzoek zijn de volgende drie kernbegrippen afgebakend:

1. Zelfredzaamheid:  
Hierbij gaat het voor Heerlen met name om de financiële en sociale zelfredzaamheid. Mensen die niet goed kunnen rondkomen met hun inkomen en mensen die sociaal zwak zijn (beperkt sociaal netwerk, zich uitgesloten voelen, e.d.).
2. Kwetsbare Ouderen:  
Het gaat in Heerlen met name om ouderen die een laag inkomen hebben (110% van de bijstandsnorm) of de ouderen die hierop afstevenen. Interventies:  
Het draait in Heerlen met name om de preventieve interventies, om erger te voorkomen.

### **Aansluiting bij beleid: operationalisering van het onderzoek**

Verscheidende beleidsrapporten van de gemeente Heerlen zijn gebruikt om de context van dit onderzoek af te bakenen en de uitgangspunten voor het onderzoek te formuleren. Zo zijn in de conceptnota 'Meedoen in Heerlen: beleidsplan WMO 2008-2011' de volgende drie hoofddoelen van het Heerlense sociale beleid geformuleerd:

- Meer zelfregie voor de cliënt
- Versterking van zelfredzaamheid en maatschappelijk participatie
- Versterking ketensamenwerking in de welzijnssector

Voor dit onderzoek betekent dit dat er vooral gezocht zal worden naar interventies die de cliënt actief betrekken en gericht zijn op (sociale) zelfredzaamheid en participatie.

Heerlen is als stad opgebouwd rondom diverse mijnen en heeft zich daarmee feitelijk ontwikkeld als een stad van buurten in een netwerk en niet zoals de meeste steden in Nederland als een stad die zich vanuit een historisch hart (Kerk, gemeentehuis) concentrisch ontwikkeld heeft (Stadsvisie 2006). Het feit dat Heerlen in feite een verzameling van buurten is, versterkt de algemeen gehoorde roep om meer buurtgericht te werken. In de meest recente Kadernota Integraal beleid voor ouderen (2003), stelt de gemeente Heerlen dan ook dat het doel van het bevorderen van participatie van ouderen vooral via wijk- en buurtgericht werken tot stand moet komen. Het versterken van de sociale netwerken van ouderen zou vooral moeten plaatsvinden daar waar ouderen wonen: in hun buurt.

In dit onderzoek zal dus het zoeklicht met name gericht zijn op projecten die in de *wijk* ontwikkeld zijn dan wel op *wijkniveau* geïmplementeerd kunnen worden.

Uit de Kadernota Integraal Beleid voor ouderen kan worden afgeleid dat de gemeente een specifieke samenwerkingspartner ziet bij haar doelstelling om meer ouderen actief bij de samenleving te betrekken, namelijk het *vrijwilligerswerk*. Door ouderen actief bij het vrijwilligerswerk en verenigingsleven in Heerlen te betrekken, kan het sociaal isolement van ouderen doorbroken worden en kunnen zij hun (onbenutte) talenten en capaciteiten inzetten voor de Heerlense samenleving. De gemeente Heerlen heeft vanuit deze gedachte dan ook aangegeven met name belangstelling te hebben voor voorbeeldprojecten waarbij ouderen actief bij het vrijwilligerswerk betrokken worden.

Hierbij kunnen echter twee kanttekeningen gemaakt worden. Ten eerste vormen ouderen in de leeftijdscategorie 55-75 jaar nu reeds een derde van het totale aantal vrijwilligers. En de verwachting is dat dit aandeel alleen maar zal toenemen. Enerzijds betekent dit dat de verwachtingen over een verdere toename van het aantal oudere vrijwilligers niet te groot moeten zijn, anderzijds betekent dit ook dat het huidige vrijwilligerswerk en verenigingsleven al behoorlijk vergrijsd zijn. Voor de toekomst van het vrijwilligerswerk en het verenigingsleven kan een dergelijke vergrijzing ook gevaren met zich mee brengen. De tweede kanttekening die gemaakt kan worden bij de doelstelling om ouderen vooral via het vrijwilligerswerk te activeren is dat uit onderzoek is gebleken dat ouderen met gezondheidsproblemen, ouderen met een laag inkomen en ouderen met een klein netwerk deelname aan vrijwilligerswerk minder vanzelfsprekend is (Breedveld e.a., 2004). Juist voor die groep ouderen die de gemeente Heerlen dus wil bereiken is vrijwilligerswerk een minder vanzelfsprekende stap en zijn er meer randvoorwaarden zoals gezondheid, inkomen en de kwaliteit van het sociale netwerk waaraan eerst moet worden voldaan voordat maatschappelijke inzet en het benutten van de kwaliteiten van deze groep ouderen, een optie is (Movisie, 2008).

Voor dit onderzoek betekent dit dat er wel in het bijzonder uitgekeken zal worden naar projecten waarbij vrijwilligerswerk gebruikt wordt om de zelfredzaamheid en participatie van ouderen te bevorderen, maar als selectie criterium zal dit criterium minder zwaar wegen.

Samenvattend zijn dus de volgende criteria geformuleerd die gebruikt zullen worden om projecten te beoordelen op hun geschiktheid voor de vraag en situatie van de gemeente Heerlen.

1. doelgroep is ouderen die een laag inkomen hebben (of dreigen te krijgen)
2. doelstelling is het vergroten van de zelfredzaamheid en het actief participeren in de samenleving
3. het project is evidence-based dat wil zeggen dat het effect ervan systematisch is aangetoond
4. het project is preventief van aard en poogt problemen te voorkomen of te voorkomen dat problemen verergeren
5. zelfregie van ouderen dient een uitgangspunt te zijn
6. het project vind bij voorkeur in een de directe woonomgeving van de oudere plaats of is wijkgericht
7. het project betreft, of maakt gebruik van vrijwilligerswerk.

Het is aannemelijk dat het moeilijk, zo niet onmogelijk zal zijn om een bestaand project te vinden dat volledig aan al deze criteria voldoet en zonder verdere aanpassingen in Heerlen ingezet zou kunnen worden. De criteria geven echter wel een goede richtlijn om de geschiktheid van projecten te beoordelen en af te wegen of en in hoeverre een project geschikt gemaakt kan worden voor de vraag en de situatie in Heerlen.

### **Onderzoeksmethode**

In dit onderzoek worden diverse kwalitatieve onderzoeksmethodes gecombineerd.

1. Deskresearch ten behoeve van voorbeeldprojecten op het gebied van actief burgerschap bij ouderen.
2. Stuurgroep overleg waarin de gevonden projecten voorgelegd worden aan de opdrachtgever en een of meerdere sleutelfiguren om de voor Heerlen meest geschikte projecten te selecteren uit de gevonden voorbeeldprojecten.
3. Keuze voor een of meerdere veelbelovende projecten en nader onderzoek naar de gekozen project(en) en de geschiktheid of aanpasbaarheid daarvan voor de gemeente Heerlen.
4. Rapportage: analyse van het materiaal, aanbevelingen en conclusies.

## Hoofdstuk 2

### Inleiding

Wie op zoek gaat naar projecten over sociale activering van ouderen stuit op een groot en divers veld. Er blijken in Nederland de afgelopen jaren een groot aantal projecten van start te zijn gegaan die allemaal tot doel hadden ouderen te activeren of hun zelfredzaamheid te vergroten. Voor projecten voor ouderen blijken er verschillende fondsen te zijn (geweest) die expliciet tot doel hebben, dergelijke projecten middels een financiële bijdrage mogelijk te maken. Een zoektocht levert dan ook al snel een overzicht van projectendatabanken, programma's en subsidieregelingen op die allemaal een groot aantal projecten tot gevolg hebben gehad.

Een eerste kenmerk van dit onderzoeksveld is dat het zo groot is. Projecten gericht op ouderen zijn een speerpunt van het sociale beleid van de laatste jaren geweest, wat heeft geresulteerd in een uitermate omvangrijke projectenpool. Een tweede kenmerk is de grote diversiteit aan projecten die allemaal te vinden zijn onder de noemer activering van ouderen. De projecten variëren van kleinschalig en buurtgericht tot grote stedelijke programma's. Onder activering (of het daaraan verwante 'vergroten van de zelfredzaamheid') blijken inhoudelijk zeer verschillende projecten te vallen. En de uitvoerders van de projecten kunnen professionele instellingen zijn, maar ook vrijwilligersorganisaties of de projecten zijn voorbeelden van actief burgerschap.

Een derde kenmerk van het onderzoeksveld is dat veel projecten slechts summier beschreven zijn in de databanken en dat het moeilijk is om meer informatie over de opzet, uitvoering en effecten van het project te vinden.

In dit onderzoek was de expliciete vraag om projecten te vinden die een bewezen effectiviteit hadden. Echter dit blijkt niet mogelijk. Wellicht samenhangend met het feit dat de projecten niet altijd goed beschreven zijn (of dat deze beschrijving in ieder geval niet meer te achterhalen is), dat projecten niet vanuit een onderzoeksmindenedness gestart zijn, dat in het sociale veld effectiviteitsvragen sowieso erg moeilijk te beantwoorden zijn of omdat men de effectiviteit simpelweg niet gemeten heeft, kunnen er voor de meeste projecten geen uitspraken gedaan worden over een eventueel effect (gerelateerd aan de doelstelling). Dit is geen verrassende constatering want hoewel de roep om 'evidence based' te werken in de sociale sector, steeds luider gehoord wordt, is dat in de praktijk nog een moeilijke opdracht (Rensen et al. 2009) Het enige programma dat systematisch geëvalueerd is zijn de projecten die in het kader van een programma rond eenzaamheid van ouderen zijn uitgevoerd. Hierbij bleek de effectiviteit, in termen van het afnemen van de eenzaamheid, zeer gering (Fokkema & van Tilburg, 2005).

Hieronder worden een aantal voorbeelden gegeven van de projecten voor ouderen. Deze voorbeelden zijn ingedeeld in groepen. Deze indeling is enigszins arbitrair omdat veel projecten meerdere subdoelen hebben of inhoudelijk verschillende werkvormen combineren. In zijn geheel geeft het overzicht echter wel een helder inzicht in de diversiteit aan projecten onder de noemer sociale activering van ouderen (In bijlage I staat een overzicht van de belangrijkste gebruikte databanken).

### Huiskamerprojecten

In wijkgebonden 'huiskamers' activiteiten aanbieden voor ouderen. Veelal zijn kwetsbare ouderen (dit kan kwetsbaar in de betekenis van fragiel zijn of in de betekenis van eenzaam) de doelgroep en actieve, zelfredzame ouderen betrokken bij de uitvoering als vrijwilligers. Doel is eenzaamheid te doorbreken, gezelschap en ondersteuning te bieden en dagbesteding aan te bieden. Voorbeelden van aangeboden activiteiten kunnen zijn: gezamenlijk koffie drinken, spelletjes of creatieve activiteiten, gesprekjes voeren etc.

Voorbeelden: Stichting Dagopvang Weert (info de Stad een buffet).  
 Senioren hobby centrum (samen hobby's uitvoeren)  
 Oud en wijs op wereldreis, st. Humanitas (info Zilveren Kracht)  
 Koffiegroep Assen, Leeuwarden, (info projectenbank zorg en welzijn)  
 Koken voor ouderen, KBO Sterksel (info projectenbank zorg en welzijn)  
 Welkom Boerderij, (info projectenbank zorg en welzijn)  
 Actor (bewegingsactiviteiten), Nunspeet (info projectenbank zorg en welzijn)  
 Huiskamerproject d'n inloop, Nuenen (info projectenbank zorg en welzijn)  
 Eettafel, Amsterdam (info projectenbank zorg en welzijn)  
 Wandelproject voor 50 plussers (info projectenbank zorg en welzijn)  
 Onder de mensen, (info Oranjefonds)  
 Kookcafé, Helmond (info Oranjefonds)  
 Buurtkamer, Kampen (info Oranjefonds)  
 Collectief atelier voor senioren, (info Sluijterman vd Loo fonds)  
 Buurtlunches in Amersfoort (Gewest Eemland, Wmo pilotprojecten)  
 Huiskamerproject Bunschoten (Gewest Eemland, Wmo Pilotprojecten)

### **Huisbezoeken**

Diverse projecten zijn er op gericht de ouderen in hun eigen huis te bereiken. Vaak gaat het dan om eenzame ouderen. De ouderen worden bezocht door andere ouderen, vrijwilligers (al dan niet op leeftijd), jongeren, speciaal opgeleide ouderenadviseurs etc. Meestal hebben de huisbezoeken nog een ander doel dan alleen het bieden van gezelschap, en zijn ze gericht om de ouderen naar andere voorzieningen te leiden.

Voorbeelden: Veur Mekaar. Ontmoetingsproject ouderen Dinkelland  
 Barendrecht (be)zoekt&. Vrijwilligers gaan op huisbezoek bij eenzame ouderen  
 Huisbezoeken en persoonlijke activering (info projectenbank zorg en welzijn)  
 Project Sociale Activering Renkum (info projectenbank zorg en welzijn)  
 Grijs genoeg(en) Leger des Heils, Almere (info projectenbank zorg en welzijn)  
 In gesprek. Eindhoven (info projectenbank zorg en welzijn)  
 Bezoekdienst Weduwen en Weduwnaars, Trajekt (info projectenbank zorg en welzijn)  
 Een uitgestoken hand, Oostelijk zuid Limburg (info projectenbank zorg en welzijn)  
 Actieve, outreachende huisbezoeken (info projectenbank zorg en welzijn)  
 Bezoekersgroep, Aalten, Zierikzee (info projectenbank zorg en welzijn)  
 Lief en leed, Overdinkel (info projectenbank zorg en welzijn)  
 Vriendschap samen in kaart gebracht, Delfshaven (info projectenbank zorg en welzijn)  
 Ouderen centraal, Bussum (info projectenbank zorg en welzijn)  
 Verkennend huisbezoek (info projectenbank zorg en welzijn)  
 Aanpak eenzaamheid, Harderwijk (info Oranjefonds)  
 Een tijdelijke vriend, ANBO (info Oranjefonds)

### **Vrijwilligerswerk**

Diverse projecten zijn gericht op ouderen te betrekken bij vrijwilligerswerk. Soms door in te spelen op in het werk opgedane kennis en ervaringen. Soms door ouderen persoonlijk te benaderen en hun 'te activeren' (dit laatste vaak ook als resultaat van bijvoorbeeld huisbezoeken of huiskamerprojecten). Of in geval van reeds 'actieve' ouderen door het inrichten van een informatiemarkt of het verspreiden van vacatures.

Doel kan enerzijds het versterken van het vrijwilligerswerk zijn, vaak ook is het doen van vrijwilligerswerk op zich al het doel omdat het een bewijs van participatie is.

Voorbeelden: Activeren 55+ers in de wijk Engk/Binnenstad  
 SeniorenVoor..... 'Uw gemeente' (info Zilveren Kracht)  
 Talent Ontdek Plan voor vijftigplussers (info Zilveren Kracht)  
 Plan60, Wenen (info zilveren kracht)  
 Waterlijn, Amersfoort (info zilveren kracht)  
 Lace Europe (info Zilveren Kracht)  
 Creatief denken over mobiliseren van senioren, Laarbeek (info Zilveren Kracht)  
 Verzilver je club (info Zilveren Kracht)  
 Cursus een nieuwe levensfase (info Zilveren Kracht)  
 Nestor project, Amersfoort (info Zilveren Kracht)  
 Stichting SESAM Academie (info Zilveren Kracht)  
 Gilden Nederland (info Zilveren Kracht)  
 Oma en opa project, Alphen aan den Rijn (info Zilveren Kracht)  
 Buurtkamer, Deurne (info Sluiterman vd Loo fonds)  
 Ongekend talent, Rotterdam (info Actief Ouder worden)  
 De Zilveren match, Utrecht (info Actief Ouder worden)  
 Zilveren Kracht centrale (info Actief Ouder worden)  
 Samen Westermere (info Actief Ouder worden)  
 Senioren maken school, Almelo (info Movisie)  
 Zilveren kracht Amersfoort (Gewest Eemlanden, Wmo pilot)

### **Burenhulp**

Burenhulp projecten zijn erop gericht mensen met een eenvoudige hulpvraag te koppelen aan mensen die deze vraag kunnen beantwoorden. Met betrekking tot ouderen, is de doelstelling dan vaak om de zelfredzaamheid van ouderen te verhogen door hun te ondersteunen in hun dagelijkse leven. Vaak zijn echter de vrijwilligers die de hulp bieden ook al ouder. Het betreft hier dus het organiseren van onderlinge klus- en hulpdiensten.

Voorbeelden: Tante Kwebbel in Rotterdam (info Zilveren Kracht)  
 Seniorengenossenschaften , Duitsland (info Zilveren Kracht)  
 Ruilplus, Ermelo (info Zilveren Kracht)  
 Ouderencoöperaties op het platteland (info Zilveren Kracht)  
 Jongeren klussen voor ouderen, Zaanstad (info projectenbank zorg en welzijn)  
 Tijd voor elkaar, Breda (WMO pilotprojecten)

### **Informatieprojecten**

Dit kan variëren van cursussen en opleidingen als HOVO tot het organiseren van buurtgerichte kleinschalige informatiebijeenkomsten. Doel kan zijn het aanbieden van stimulerende cursussen en informatiebijeenkomsten gericht op interesses van ouderen, maar ook het praktijkgericht aanbieden van informatie die ouderen in hun dagelijks leven ondersteunt. Soms is het onderscheid tussen deze twee vormen niet helemaal helder, bijvoorbeeld bij informatiebijeenkomsten over omgaan met rouwen of over nieuwe ontwikkelingen in de samenleving.

Voorbeelden: JacobAcademie Zuid-Kennemerland (info Zilveren Kracht)  
 Cultuurraden voor ouderen (info Zilveren Kracht)  
 LACE, Europe (info zilveren kracht)  
 Stichting bij de tijd, Amsterdam (info Zilveren Kracht)  
 Cursus Zelfmanagement (info projectenbank zorg en welzijn)  
 Geef uw leven een beetje meer glans, Groningen (info projectenbank zorg en welzijn)  
 Op zoek naar zin, Trimbos instituut (info projectenbank zorg en welzijn)

Cursus Verlies... en dan verder, Eindhoven (info projectenbank zorg en welzijn)  
Vriendschapskursus (info projectenbank zorg en welzijn)  
Ieder mens is wel eens eenzaam..... (info projectenbank zorg en welzijn)  
De beurs 'Den Haag Helpt', over armoede, voor ouderen  
Ouderen en zelfredzaamheid, Groningen (info Oranjefonds)

### **Levensverhalen**

Op allerlei manieren staat het levensverhaal van mensen centraal in diverse projecten. Soms gaat het hierbij om het 'vastleggen' van de geschiedenis van een groep of een wijk, soms gaat het om een middel om contacten te leggen (bijvoorbeeld tussen de generaties). Vaak ook is het levensverhaal een middel om ouderen een manier van zelfexpressie te geven.

Voorbeelden: Maak een kunstwerk van je leven, Amsterdam (info Zilveren Kracht)  
Schrijfcursussen voor 65-plussers, Rotterdam (info Zilveren Kracht)  
Levenskunstspel, Amsterdam (info Zilveren Kracht)  
Plezierig oud worden, Vilans (info Zilveren Kracht)  
Reisgids Levenskunst (info Zilveren Kracht)  
Schrijven vanuit je hart, Brabant (info Zilveren Kracht)  
Test levenskunst/ Recepten voor de ziel (info Zilveren Kracht)  
Tijdreizen (jong/oud project) (info Zilveren Kracht)  
Zelfreflector Ouderen en levenskunst (info Zilveren Kracht)  
Zingeving voor ouderen, Amersfoort (info Zilveren Kracht)  
Voet aan de grond, Nijmegen (info projectenbank zorg en welzijn)  
Springtij(d), Texel (info Sluijterman vd Loo fonds)  
Verhalen vertellen, Utrecht (info Movisie)

### **Allochtonen**

Projecten die specifiek gericht zijn op allochtone ouderen dan wel op de ontmoeting met allochtone ouderen.

Voorbeelden: Kleurrijke ontmoetingen, Amsterdam (info Zilveren Kracht)  
Samenspraak, Amsterdam (info Zilveren Kracht)  
St. Ouderen aan het woord, Amsterdam (info Zilveren Kracht)  
Oudere migranten werken aan een nieuw Amsterdam (info Zilveren Kracht)  
De multiculturele buurt voor ouderen, Enschede (info Zilveren Kracht)  
Verhalenderwijs, Rotterdam (info Zilveren Kracht)  
Huisbezoek Turkse en Marokkaanse ouderen Leiden (info projectenbank zorg en welzijn)

### **ICT/ Nieuwe media projecten**

Het gaat hierbij om projecten die gebruik maken van ICT voorzieningen en nieuwe media als internet om ouderen te ondersteunen, te bereiken of mogelijkheden voor contact te bieden. Ook hier zie je vaak een combinatie met andere projectdoelstellingen als levensverhalen vastleggen of contact met jongere generaties.

Voorbeelden: 50plusnet/Seniorweb (info Zilveren Kracht)  
Bouwen aan digitaal geheugen, Amsterdam (info Actief Ouder worden)  
Jongeren leren ouderen, Breda (info Movisie)  
Tennantspin, Manchester (Shrinking Cities)

### **Eenzaamheid/ Sociaal geïsoleerde ouderen**

Bestrijding van eenzaamheid komt in diverse programma's en projecten terug. Vaak zijn deze projecten gericht op het doorbreken van het sociaal isolement en het gebrek aan contacten. Netwerkvorming is dan ook een van de centrale concepten in deze projecten. Een evaluatie van de effecten van deze projecten leverde op dat er nagenoeg geen effect aan te tonen was (Fokkema, T., van Tilburg, T. 2005). Op het eerste gezicht lijken deze projecten wellicht goed toepasbaar bij het activeren van de sociaal zwakke Heerlense ouderen. Eenzaamheid als probleem is namelijk onder andere een sociaal probleem dat mede samenhangt met factoren als armoede en het al dan niet hebben van een sociaal netwerk. Eenzaamheid blijkt echter ook een complex probleem. Het blijkt bijvoorbeeld niet eenvoudig personen op hoge leeftijd sociaal te activeren; hiervoor is veelal meer nodig dan het organiseren van gezamenlijke activiteiten en het aanbieden van een contactrijke omgeving (Fokkema, T., van Tilburg, T. 2005).

Voorbeelden: Sociale netwerkondersteuning Nunspeet (info projectenbank zorg en welzijn)  
Welzijn thuis: extramurale welzijn arrangementen, Gelderland (info projectenbank zorg en welzijn)  
Interventies bij eenzaamheid, Hoogeveen (info projectenbank zorg en welzijn)  
Maatjesproject (jong/oud), Oisterwijk (info projectenbank zorg en welzijn)  
Cursussen en gespreksgroepen, diverse org. (info projectenbank zorg en welzijn)  
75+ in de knel, Primo Friesland (info projectenbank zorg en welzijn)  
Contact vol betekenis, Almere (info projectenbank zorg en welzijn)  
Meldpunt eenzaamheid, Valkenswaard (info projectenbank zorg en welzijn)  
Telefoon-Ster Project, Axel (info projectenbank zorg en welzijn)

### **Niet verder onderzochte projecten**

Projectenbank Intergenerationeel werken (Movisie); Projectenbank Zorg en Welzijn (oudvoorgongjongvooroud; jongenoudvoordebuurt; conflictentussenoudenjong)

Alles met betrekking tot specifieke woningbouw, projecten gericht op werkende ouderen, zorgvoorzieningen, projecten gericht op senioren als klanten en consumenten.

### **Conclusie**

De gevonden projecten kunnen ingedeeld worden naar het niveau waarop ze ingezet worden. Zo zijn er projecten die vooral op het individuele niveau van de ouderen werken. Voorbeelden hiervan zijn de projecten die outreachend te werk gaan en waarbij individuele ouderen worden opgezocht. Een tweede groep projecten werken op groepsniveau (of lotgenoten niveau), hieronder vallen bijvoorbeeld de projecten gericht op het samenbrengen van ouderen met elkaar of met andere generaties en projecten waarbij activiteiten voor en door ouderen georganiseerd worden. Tenslotte is er een groep projecten die op wijkniveau werkzaam zijn, bijvoorbeeld het inrichten van wijkservicepunten of opbouwwerkactiviteiten.

Een andere mogelijke indeling van de gevonden projecten is een indeling naar wat er binnen een project onder participatie verstaan wordt. Sommige projecten lijken vooral tot doel te hebben ouderen te stimuleren passief aan de samenleving deel te laten nemen, bijvoorbeeld als 'klant' van een koffieochtend in het wijkgebouw of als deelnemer aan een spelletjes middag. Andere projecten streven een actievere vorm van participatie na, zoals het serveren van koffie tijdens de koffieochtend of het organiseren van de spelletjesmiddag (met andere woorden actief vrijwilligerswerk).

Uit een analyse van de gevonden projecten die zich richten op het activeren van ouderen kunnen een aantal conclusies getrokken worden:

Er is een grote rijkdom aan projecten voor, door en met ouderen die als doel hebben ouderen(weer) een zinvolle en actieve rol in de samenleving te geven.

De meeste projecten of een variant erop blijken reeds in het bestaande welzijnswerk een plek te hebben.

Geen van de projecten combineert de verschillende aspecten van de doelgroep van dit onderzoek: ouderen, met een zwakke sociale en financiële positie, die gericht zijn op het behouden of bevorderen van de zelfredzaamheid. Veel van de projecten gericht op zelfredzaamheid gaan niet expliciet uit van ouderen met een zwakke financiële positie, en de projecten die zich richten op armoede onder ouderen hebben veelal alleen een financiële invalshoek.

De projecten zijn slechts summier beschreven en het blijkt in veel gevallen zeer moeilijk of zelfs onmogelijk om projectbeschrijvingen te achterhalen. Systematische evaluatie vind lang niet altijd plaats en een evaluatie van de daadwerkelijk bereikte effecten is uiterst zeldzaam. Over de meeste projecten kunnen dan ook geen uitspraken gedaan worden over de effectiviteit ervan of over in hoeverre de doelstellingen daadwerkelijk gehaald worden.

## Hoofdstuk 3

### Inleiding

Uit de resultaten van hoofdstuk 2 blijkt dat het veld van het ouderenwerk een grote diversiteit aan projecten omvat. Ouderen zijn een belangrijke doelgroep voor sociale interventies, niet in het minst omdat het aantal ouderen in onze samenleving toeneemt.

Nadere bestudering van dit brede veld aan ouderenprojecten leert echter ook, dat veel van de projecten een duidelijke inhoudelijke en theoretische onderbouwing missen, dat het effect van de projecten niet onderzocht is en derhalve ook niet bekend en dat er geen projecten zijn die aansluiten bij de combinatie van doelstellingen van de gemeente Heerlen, namelijk het vergroten van de sociale en financiële zelfredzaamheid van kwetsbare ouderen. Bovendien is het merendeel van de gevonden projecten weinig vernieuwend en voegen ze derhalve ook weinig toe aan het al bestaande welzijnswerk voor ouderen in Heerlen.

Om toch een mogelijke interventie te vinden die voor de gemeente Heerlen bruikbaar is om haar ouderen beter te helpen een actievere rol in de samenleving in te nemen, is besloten het blikveld te verruimen naar andere projecten die aangepast kunnen worden aan de doelstellingen en doelgroep van de gemeente Heerlen.

Als het veld rondom ouderenwerk al breed en uitgebreid is dan is het gehele veld van mogelijke sociale interventies helemaal te groot om in zijn geheel te bestuderen. Daarom is besloten het zoeklicht te richten op projecten die expliciet gericht zijn op activering en zelfredzaamheid (als belangrijkste doelstelling van de gemeente Heerlen) én die een bewezen effectiviteit hebben die middels (wetenschappelijk) onderzoek is aangetoond.

Voor dit laatste criterium blijkt een belangrijk onderscheidende factor te zijn. Van alle mogelijke projecten die gericht zijn op activering springt er één eruit die vanaf haar introductie in Nederland begeleid is door evaluatief onderzoek naar haar effecten, namelijk het Eigen Kracht project. Eigen Kracht is een besluitvormingsmodel dat gericht is op het vergroten van de zelfredzaamheid door het aanspreken van de eigen verantwoordelijkheid van een individu en zijn of haar eigen netwerk. Het uitgangspunt van Eigen Kracht sluit naadloos aan bij de (beleids)doelstellingen om burgers weer meer eigen verantwoordelijkheid te geven voor hun eigen leven en om burgers minder afhankelijk te maken van hulpverleners en overheid. De ervaringen tot nu toe laten zien dat Eigen Kracht een effectieve en efficiënte manier van hulpverlening is. Besloten is derhalve het project Eigen Kracht nader te bestuderen op haar geschiktheid voor de doelstellingen van de gemeente Heerlen.

### Eigen Kracht

De oorsprong van het project Eigen Kracht ligt in de jeugdzorg in Nieuw-Zeeland. Daar is het principe van de 'family Group conferences' of 'family Group decision making' ontwikkeld. Vanuit de gedachte dat het netwerk rondom een kind breder is dan het kerngezin en dat het voor het kind beter is hulp te krijgen in zijn of haar eigen vertrouwde netwerk in plaats van volledig uit de eigen omgeving gehaald te worden, is een methodiek ontwikkeld die de mogelijkheden en kracht van de hele omgeving van een gezin aanspreekt.

In Nederland is vanaf eind jaren negentig van de vorige eeuw ervaring opgedaan, met wat hier Eigen Kracht conferenties is genoemd. De eerste ervaringen zijn ook hier opgedaan met toepassing van de methodiek in de jeugdhulpverlening, maar al snel is de methodiek ook gebruikt bij bijvoorbeeld hulpverlening bij huiselijk geweld, vrouwenopvang of alcoholproblematiek.

Zelfbeschikking is het uitgangspunt van Eigen Kracht. Het principe is om mensen de eigen verantwoordelijkheid terug te geven voor hun eigen leven, voor hun problemen én voor hun hulpverlening. Daarbij wordt gebruik gemaakt van het eigen, uitgebreide netwerk van het individu en het gezin. Met behulp van een onafhankelijke coördinator, die nadrukkelijk niet verbonden is aan

een hulpverleningsinstantie, organiseert het gezin of het individu een netwerk bijeenkomst. Voor deze bijeenkomst worden alle personen uitgenodigd die mogelijk een bijdrage zouden kunnen en willen leveren aan een (deel)oplossing van het geconstateerde probleem. De coördinator zorgt ervoor dat tijdens deze netwerk bijeenkomst alle informatie beschikbaar is die eventueel nodig is voor besluitvorming en dat er voldoende faciliteiten zijn. Vervolgens bespreekt het netwerk, in alle beslotenheid, het probleem en de mogelijke oplossingen. Hieruit komt een plan voort dat vervolgens aan de coördinator en eventuele hulpverleners gepresenteerd wordt. Bij de jeugdhulpverlening is daarbij het uitgangspunt dat het plan van het netwerk in alle gevallen dat het veilig en wettig is, geaccepteerd wordt.

Uit de ervaringen tot nu toe blijkt dat de effectiviteit van dergelijke bijeenkomsten groot is. Uit praktisch alle conferenties komt een goed en bruikbaar plan naar voren waar gemiddeld zo'n 18 punten van actie op staan. Een kleine minderheid van die actiepunten hebben betrekking op professionele hulpverlening, het grootste deel van het plan bestaat uit zaken die het netwerk zelf voor haar rekening neemt. Uit een vergelijking met de gangbare hulpverlening blijkt dat het eindeffect van Eigen Kracht conferenties gelijk is aan dat van de reguliere hulpverlening, maar dat effect wordt wel veel sneller en eerder in het traject gehaald.

Deze Eigen Kracht Conferenties zijn inmiddels dus al enige jaren met succes ingezet in verschillende vormen van individuele hulpverlening. Daarnaast zijn er inmiddels varianten ontwikkeld die geen hulpverleningsuitgangspunt hebben zoals bijvoorbeeld 'Echt-recht Conferenties' die een justitiële invalshoek hebben of groepsgerichte interventies als 'Alle Hens'. "De varianten verschillen door de context waarin ze gebruikt worden. Het gaat steeds om een manier waarop burgers verantwoordelijkheid nemen voor hun problemen en een plan maken voor de uitweg daaruit. Zij doen dat samen met mensen die deelgenoot zijn aan het probleem en met degenen die hen dierbaar zijn, omdat die kunnen bijdragen aan een oplossing" (Lieshout, Pagée, 2005).

Inmiddels zijn er ook enkele initiatieven om het Eigen Kracht principe toe te passen op interventies gericht op ouderen, met name in de hulpverlening aan eenzame ouderen, maar de hiermee opgedane ervaring is nog niet zo groot.

### **Eigen Kracht in Heerlen**

De Eigen Kracht methodiek lijkt een veelbelovende methodiek voor toepassing op de vraag van de gemeente Heerlen naar een methodiek die gebruikt kan worden om de groeiende groep ouderen te ondersteunen bij het aannemen van een meer actieve en participerende levenshouding en zo minder te leunen op overheid en hulpverleningsinstanties. Bij Eigen Kracht is juist de zelfredzaamheid van het individu in zijn of haar eigen netwerk het uitgangspunt. Het gaat bij Eigen Kracht om burgerschap en autonomie; door het 'gewone' oplossend vermogen van mensen te activeren, door het contact met hun sociale omgeving te herstellen, blijven burgers eigenaar van hun probleem, maar ook van de oplossingsrichting. Eigen Kracht is per definitie geen hulpverleningstraject, maar een ondersteuning om de probleemoplossing weer zelf in eigen hand te nemen. Eigen Kracht gaat daarbij dus niet uit van een hulpverleningsaanbod afgestemd op een door instanties gedefinieerde hulpvraag, maar van de eigen vraag van het individu (of het netwerk) en van de oplossingen die het individu (en/of het netwerk) zelf voor deze vraag formuleert.

De invoering van Eigen Kracht in Nederland is vanaf het begin door onderzoek begeleidt en haar uitgangspunten steunen op internationale theorievorming en wetenschappelijk onderzoek. (Beek, 2003; Visser, 2001, [www.eigen-kracht.nl](http://www.eigen-kracht.nl)). In dat opzicht is Eigen Kracht dus een sociale interventie die de vraag om 'bewezen effectiviteit' grotendeels waar kan maken. Eigen Kracht blijkt een effectieve en efficiënte vorm van ondersteuning, een gegeven waar steeds meer professionals en beleidsmakers van overtuigd raken (Bosma, 2009).

Eigen Kracht past in haar uitgangspunten en gebruikte methodiek dus naadloos bij een aantal van de door de gemeente Heerlen geformuleerde criteria voor het gezochte project: het is zelfredzaamheid bevorderend, activerend en het heeft een methodische en doordachte aanpak met bewezen effectiviteit. Bovendien is er reeds ervaring opgedaan met toepassing van de Eigen Kracht methodiek bij wijkgerichte problemen en doordat de methodiek de situatie van het betreffende individu als uitgangspunt neemt, houdt het per definitie rekening met de unieke situatie van het individu (ook als dat een financieel en sociaal zwakke positie is).

Voor de specifieke vraag en doelgroep van de gemeente Heerlen: het bevorderen van de zelfredzaamheid van ouderen in Heerlen (met alle daarbij horende groepskenmerken), is er nog geen specifieke Eigen Kracht variant ontwikkeld. Eigen Kracht richt zich met name op individuen met een hulpverleningsvraag. De doelgroep van de gemeente Heerlen is een andere groep. Om de Eigen Kracht methodiek in te kunnen zetten voor de vraag van de gemeente Heerlen zou een pilot gestart kunnen worden om de methodiek aan te passen aan deze specifieke vraag en doelstelling en context. Hierbij dienen dan een aantal overwegingen meegenomen te worden:

- Wie is de eigenaar van de hulpvraag? Bij Eigen Kracht is het uitgangspunt dat het individu (of haar omgeving) een duidelijke vraag heeft waar een oplossing voor gezocht moet worden. Bijvoorbeeld: hoe kan een veilige thuisomgeving voor mijn dochter gerealiseerd worden? Of Hoe kan het geweld in het gezin van mijn zus stoppen? Maar van wie komt de vraag in Heerlen? Is het de oudere die aangeeft dat hij meer actief wil worden, of is het de gemeente die vindt dat de oudere meer actief zou moeten worden. Wie heeft er hier een probleem?
- Eigen Kracht gaat uit van het individu en haar directe netwerk. In het geval van de gemeente Heerlen, is de doelgroep niet zozeer een individuele oudere, maar eerder de ouderen als groep, of de ouderen als wijkbewoner. Hoe verhouden individuele hulpverlening en buurtwerk zich tot elkaar? De resultaten van een heel ander soort project, namelijk het Sociaal Speerpunten Plan in Arnhem dat gericht is op buurtontwikkeling, heeft in ieder geval wel laten zien dat individuele hulpverlening en het creëren van een straat of buurtnetwerk met preventieve gevolgen goed samen kunnen gaan en elkaar zelfs kunnen versterken (Meere et al., 2005). Kan de Eigen Kracht methodiek ook op een dergelijk groepsniveau ingezet worden? Het zou dan de vorm van een 'serie' van individuele conferenties kunnen hebben, met als risico dat binnen een wijk steeds hetzelfde netwerk uitgenodigd wordt. Een alternatief zou zijn om niet de zelfredzaamheid van het individu als uitgangspunt te nemen, maar die van het netwerk (de wijk). Dat laat echter de vraag open of en hoe de individuele oudere daarmee gebaat is. Deze vragen dienen dus in de pilot uitgezocht en beantwoord te worden.
- Eigen Kracht bevordert de zelfredzaamheid: het geeft de verantwoordelijkheid en de controle terug aan de burger. Dit impliceert dus ook dat hulpverleners en beleidsmakers die controle uit handen moeten geven. Wanneer het individu en haar netwerk met een plan van aanpak komen, dan dient dit plan ook (onder zeer beperkte voorwaarden zoals dat het veilig en wettelijk is) geaccepteerd te worden. Hulpverleners en beleidsmakers dienen zich aan dit plan aan te passen en niet andersom. Een beroep op regeltjes en voorwaarden om het plan in de richting van bestaande structuren te sturen, of medewerking die beperkt wordt tot het bestaande aanbod, zal de effectiviteit van de Eigen Kracht methodiek onmogelijk maken. Eigen Kracht inzetten is dan ook meer dan een nieuwe methodiek die toegevoegd kan worden aan het bestaande aanbod aan hulpverlening. Eigen Kracht vraagt om een paradigma verandering: de burger en zijn of haar familie en vriendengroep bovenaan in de hulpverleningspiramide en de professionele zorg in een faciliterende positie. Van aanbodgestuurd naar vraaggestuurd (Pagée, 2008).

- Voor de invoering van de methodiek (de ontwikkeling van de pilot, het inhuren van de onafhankelijke coördinatoren en de benodigde faciliteiten) dienen middelen beschikbaar te zijn. Daarnaast dient er een budget te zijn (al dan niet binnen de bestaande budgetten voor zorg en welzijn) dat gebruikt kan worden voor dat deel van de plannen waarbij een vraag om hulp gericht is aan instanties en overheid.

## Conclusie en aanbevelingen

De gemeente Heerlen is een gemeente met een toenemend aantal ouderen. Ouderen die veelal een zwakke sociale en financiële positie hebben en die van oudsher niet gestimuleerd zijn om in hun eigen behoeften te voorzien. Vanuit dit uitgangspunt is de gemeente Heerlen op zoek naar sociale interventies die deze groep ouderen meer zelfredzaam maken en hun ondersteunen bij het innemen van een actievere rol in de Heerlense samenleving. Daarbij is als voorwaarde gesteld dat een dergelijke interventie rekening houdt met de kenmerken van de Heerlense ouderen, dat activering centraal staat en dat de ouderen zelf actief betrokken worden bij de interventie. Daarnaast is een voorkeur uitgesproken voor projecten die wijkgericht zijn en waarbij het vrijwilligerswerk een rol speelt. Tenslotte dient het project voor Heerlen vernieuwend te zijn (dus aanvullend op het bestaande ouderenwerk) en waar mogelijk een bewezen effectiviteit te hebben.

Na bestudering van het grote en brede veld van projecten gericht op (activering van) ouderen is geconstateerd dat er weliswaar een zeer groot aantal projecten in Nederland ontwikkeld zijn voor en door ouderen, maar dat deze projecten niet uitblinken in originaliteit, niet goed aansluiten bij de specifieke eisen van de Heerlense doelgroep en dat de effectiviteit ervan niet aangetoond is. Vanuit deze constatering is het zoeklicht verbreed naar projecten die specifiek gericht zijn op de belangrijkste doelstelling namelijk het bevorderen van zelfredzaamheid, die een bewezen effectiviteit hebben én die aangepast zouden kunnen worden aan de doelgroep en doelstellingen van de gemeente Heerlen.

Aanbevolen wordt om een pilot te ontwikkelen rondom de Eigen Kracht methodiek. Deze Eigen Kracht methodiek neemt de eigen verantwoordelijkheid van een individu voor zijn of haar probleem als uitgangspunt, de oplossing voor het probleem wordt daarbij gelegd bij dat individu en zijn directe omgeving (familie, bekenden, buurt). Dit netwerk krijgt ondersteuning om zelf een plan van aanpak te maken om het probleem op te lossen. Hulpverlening en overheid blijven daarbij op afstand en accepteren op voorhand het aangedragen plan van aanpak en committeren zich om de aan hun gevraagde bijdrage en ondersteuning te leveren. De ervaring leert dat het overgrote deel van de actiepunten door het eigen netwerk uitgevoerd worden en dat slechts een klein deel van de actiepunten vragen om professionele ondersteuning.

De Eigen Kracht methodiek sluit in haar uitgangspunten en werkwijze zeer goed aan bij het 'eisenpakket' van de gemeente Heerlen. Er is op dit moment echter nog geen Eigen Kracht variant die voor deze doelgroep en doelstelling specifiek ontwikkeld is. Voorgesteld wordt dan ook, in samenwerking met de Eigen Kracht Centrale, een pilot te ontwikkelen om de Eigen Kracht methodiek toe te passen op de Heerlense vraagstelling.

## Gebruikte literatuur

Beek, F. van, (2003). *Eigen Kracht volgens plan? Onderzoek naar de plannen en follow-up van de Eigen Kracht conferenties*. Voorhout: WESP.

Boer, A.H., de. (2006). *Rapportage ouderen 2006. Veranderingen in de leefsituatie en levensloop.* 's Gravenhage: SCP.

Bosma, H. (2009). *Een plan van allemaal. Professionals over eigen kracht*. Deventer: Eigen Kracht Centrale.

Breedveld, K., Broek, A. van den e.a. (2006). *De tijd als spiegel. Hoe Nederlanders hun tijd besteden*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Connolly, M. (2006). *Up front and personal: confronting dynamics in the family Group conference*. Family Process, 45, (3), 345-357

Fokkema, T., Tilburg, T. van. (2005). *Eenzaam en dan? De (on)mogelijkheden van interventies bij ouderen*. Amsterdam: NIDI/Vrije Universiteit.

Freitag, T., Leene, I., Tenhaeff C. (2003). *Buurtgerichte sociale activering*. Utrecht: NIZW.

Gemeente Heerlen. *Meedoen in Heerlen. Beleidsplan Wet maatschappelijke ondersteuning 2008-2011*. 2007

Gemeente Heerlen. (2006). *Op weg naar Stadsvisie Heerlen 2006-2026*.

Gemeente Heerlen. (2006). *Meerjarig bestuurlijk programma 2007-2010. Programmabegroting 2007*.

Gemeente Heerlen. (2003). *Kadernota integraal beleid voor ouderen Heerlen*.

Gemeente Heerlen. (2002). *Visie op Lokaal Sociaal Beleid*.

Koops, H., Kwekkeboom, R. (2005). *(Goed) burgerschap van mensen met een beperking*. In: Dekker, P., Hart, J., de (Red.). *De goede burger. Tien beschouwingen over een morele categorie*. Den Haag: SCP.

Lieshout, J. van, Pagée, R. van. (2005). *Eigen Kracht. De slijtvastheid van zelfbeschikking*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Meere, F., de, Davelaar, M. (2005). *Schrapen over de zeebodem*. In: Meere, F., de, Davelaar, M. *Tot achter de voordeur. Leren van burgergerichte initiatieven ter versterking van sociale relaties*. Utrecht: Verwey-Jonker Instituut.

Movisie. *De zilveren kracht in cijfers. Factsheet maatschappelijke inzet door ouderen*. 2008 Utrecht: Movisie.

Pagée, R. van. (2008). *Burgers en familie aan de regieknoppen bij de hulp*. SOZIO, 84, 28-33.

Rensen, P., Kooij, A. van der, Booijink, M., Zwet, R. van der, Verduin, M. (2009). *Passend bewijs voor effectiviteit in de sociale sector*. Utrecht: Movisie.

Visser, K. (2001). *Eigen Kracht conferentie, een literatuurstudie*. doctoraalscriptie Universiteit van Amsterdam, Amsterdam: UvA.

[www.eigen-kracht.nl](http://www.eigen-kracht.nl)

## Bijlage I

### Gebruikte Databanken

- Het project Actief ouder worden maakt deel uit van het landelijk stimuleringsprogramma Zilveren Kracht en is een samenwerkingsproject van MOVISIE en het Oranje Fonds. Actief ouder worden steunt twintig lokale en/of regionale organisaties die op creatieve wijze de maatschappelijke inzet van ouderen stimuleren met maximaal € 20.000. Daarnaast geeft Actief ouder worden inhoudelijke ondersteuning en advies bij de projectontwikkeling.  
<http://www.actiefouderworden.nl/>.
- Brabants Kenniscentrum Ouderen  
<http://www.bkobrabant.nl/pages/publicaties/publicaties.php>.
- Centrale Samenwerkende Ouderenorganisaties.  
<http://www.ouderenorganisaties.nl/site/>.
- Het Nationaal Ouderenfonds is het enige geldwervende fonds dat zich uitsluitend inzet voor het welzijn van kwetsbare ouderen in Nederland. Hierbij richt het Ouderenfonds zich op het bestrijden van eenzaamheid en armoede en het bevorderen van veiligheid, een goede ouderenzorg en een gezonde oude dag. Dit doet het Fonds via eigen diensten, het subsidiëren van welzijnsprojecten van derden en het organiseren van activiteiten.  
<http://www.ouderenhulp.nl/wie-zijn-wij/nationaal-fonds-ouderenhulp>.
- De Projectenbank Zorg en Welzijn. Op deze site is informatie te vinden over projecten van verschillende organisaties in de sector zorg en welzijn.  
<http://www.projectenzorgenwelzijn.nl/>.
- De projectenbank Eenzaamheid Ouderen. In deze bank zijn projecten opgenomen ter voorkoming van sociaal isolement bij ouderen, verzameld door het Kenniscentrum Ouderen (Vilans). In deze databank participeren ook de gezamenlijke ouderenbonden, de Stichtingen Welzijn Ouderen en de Provinciale Organisaties voor Maatschappelijke Ontwikkeling. De projectenbank eenzaamheid bij ouderen is een dochtersite van de Projectenbank Zorg en Welzijn.  
[http://www.projectenzorgenwelzijn.nl/eenzaamheid\\_ouderen/](http://www.projectenzorgenwelzijn.nl/eenzaamheid_ouderen/).
- Het Oranje Fonds bevordert betrokkenheid in de samenleving. Het Oranje Fonds wil enerzijds *sociale samenhang* en anderzijds *sociale participatie* bevorderen. Sociale samenhang is belangrijk om eenzaamheid en isolatie te voorkomen van kwetsbare groepen in de samenleving. We willen hen ook in staat stellen volwaardig te participeren in de samenleving. Om deze doelen te verwezenlijken ondersteunt het Fonds projecten die de *sociale infrastructuur* verbeteren of vernieuwen. Daarnaast investeren we in projecten die een positieve *sociale dynamiek* op gang brengen.  
<http://www.oranjefonds.nl/>.
- Het Kenniscentrum Ouderen (KCO) is een punt waar informatie over ouderen en ouderenzorg bijeen wordt gebracht. Het KCO slaat een brug tussen onderzoek, het beleid en de praktijk. Het KCO verzamelt kennis die over ouderen beschikbaar is, maakt deze toegankelijk en toepasbaar en draagt de informatie over aan uiteenlopende gebruikersgroepen in de praktijk en het beleid.  
<http://www.kenniscentrum-ouderen.nl/>.
- Bureau Senia houdt zich bezig met projecten die eraan bijdragen dat senioren actief aan de samenleving meedoen.  
<http://www.senia.nl/>.
- In de bijeenkomst 'Senioren Voor...Uw gemeente' maken senioren die een jaar met pensioen zijn kennis met verschillende soorten vrijwilligerswerk.  
<http://www.seniorenvooruwgemeente.nl/>.
- <http://www.seniorweb.nl/index.aspx>.

- Stichting RCOAK is een Amsterdams vermogensfonds dat ruim 400 jaar bestaat. Uit de opbrengst van haar kapitaal geeft Stichting RCOAK financiële ondersteuning aan initiatieven die bijdragen aan de kwaliteit van leven van mensen in de laatste levensfase. Voor deze doelgroep - ouderen - kennen wij donaties toe in heel Nederland.  
<http://www.rcoak.nl/>.
- Fonds .Sluyterman van Loo. Als stimuleringsfonds voor ouderenprojecten bevordert Fonds Sluyterman van Loo het welbevinden van ouderen in Nederland enop de Nederlandse Antillen. Door middel van subsidies worden initiatieven en projecten ondersteund die zich richten op: versterken van zelfredzaamheid van ouderen; behoud van autonomie en waardigheid; bevorderen van zingeving; stimuleren van positieve beeldvorming.  
<http://www.stsvl.nl/>.
- Zilveren Kracht wil organisaties helpen om maatschappelijke inzet van senioren te stimuleren.  
<http://www.zilverenkracht.nl/>.
- MOVISIE heeft verschillende methoden ontwikkeld om kwetsbare mensen te activeren. Deze zijn bijvoorbeeld gericht op activering richting vrijwilligerswerk. Ook vind u een methode die samenwerking tussen activeerders en hulpverleners helpt verbeteren.  
[http://www.movisie.nl/115462/def/home\\_/activering/](http://www.movisie.nl/115462/def/home_/activering/)