



EENZAAMHORIGHEID

SAMEN EENZAAMHEID DE BAAS

INLEIDING

Timpaan Welzijn heeft een aanpak ontwikkeld voor burgers die eenzaam zijn. Deze aanpak 'Eenzaamhorigheid' is samen met de gemeente Opsterland tot stand gekomen en wordt in meerdere gemeenten actief toegepast. De integrale aanpak is gericht op het helpen van eenzame burgers en het voorkomen van eenzaamheid. Samen met hulp van de omgeving gaan deze mensen werken aan het maken van nieuwe contacten. Niet omdat ze moeten, maar omdat ze het zelf willen, uit eigen initiatief. Timpaan ondersteunt en verbindt waar nodig.

ACHTERGROND

Hét sleutelwoord bij deze aanpak van eenzaamheid is 'eigen regie'. Timpaan Welzijn heeft als belangrijkste doel burgers in de samenleving te helpen en zorgen dat zij regie hebben en houden over hun eigen leven. De aanpak van eenzaamheid (ondersteuning bij en voorkomen van) is een belangrijk speerpunt van Timpaan Welzijn vanwege de enorme omvang van dit grotendeels onzichtbare probleem.

Wat is eenzaamheid?

Maar liefst 1 op de 3 mensen, zowel jong als oud, ervaart eenzaamheid en dit aantal groeit nog steeds. Eenzaamheid is het ervaren van gemis aan contacten en ontstaat vaak door een ingrijpende gebeurtenis. Denk aan het verlies van partner, kind of vriend. Maar ook aan een verhuizing, inkomens-achteruitgang of laag inkomen, ziekte, lichamelijke of psychische klachten en beperkingen. Het is onderdeel van het leven, maar kan er soms voor zorgen dat iemand flink uit het veld geslagen is. Het is dan ook zeer persoonlijk en vraagt om een individuele aanpak op basis van eigen talenten. Voorop staat dat elke aanpak begint bij de beslissing van de burger om zelf de eenzaamheid aan te willen pakken, al dan niet met hulp van hun omgeving. Timpaan Welzijn heeft de expertise om dit ingewikkelde probleem concreet aan te pakken.

Wilt u meer weten over de integrale aanpak eenzaamheid of over een van de onderdelen van deze aanpak? Neem dan contact met ons op of kijk op onze website: www.timpaanwelzijn.nl

TIMPAAN WELZIJN

Telefoon [0515] 421 313

Maandag t/m vrijdag van 9.00 tot 11.00 uur

E-mail info@timpaanwelzijn.nl

ALGEMEEN MAATSCHAPPELIJK WERK

Telefoon [0515] 573 763

Maandag t/m vrijdag van 8.30 tot 17.00 uur

E-mail amw@timpaanwelzijn.nl





SAMENREDZAAMHEID

Eenzaamheid los je niet op met het organiseren van enkele leuke activiteiten. Het vraagt om echte aandacht. Niet alleen van Timpaan Welzijn of een zorgorganisatie. Het vraagt om integrale aandacht van de gemeente, de professionele (zorg)organisaties en de sociale omgeving (buren, vrijwilligers, coaches etc). Daarbij stuurt Timpaan, traint, versterkt en verbindt. Een gezamenlijke aanpak van eenzaamheid door de hele keten van betrokkenen, kortom; **Eenzaamhorigheid!**

SAMENREDZAAMHEID, BUUR & CO

Een voorbeeld van een bijzonder succesvol project voor het voorkomen en tegengaan van eenzaamheid is 'Buur & Co' van Timpaan Welzijn. Hoewel het nog een pilotproject is, wordt het al met succes toegepast in verschillende gemeenten. Op basis van behoeften in een bepaalde wijk worden netwerken opgezet. Groepen buurtbewoners die elkaar helpen, het steuntje in de rug zijn. Van een praatje maken tot het samen vinden van een nieuwe hobby. Gewoon omdat ze het leuk vinden om hulp te geven en ontvangen op basis van hun eigen kunnen. Dat maakt het leven een stuk aangenamer. Daarnaast wordt er minder vaak beroep gedaan op duurdere zorg.

Op jonge leeftijd werd Angelina moeder en leerde al vroeg zeer zelfstandig te zijn. Door achtereenvolgens een ernstige ziekte en vervolgens een verhuizing raakte Angelina onbewust in een isolement. De focus lag op haar gezin en HBO-studie. Bij toeval (voor haar studie) kwam ze in aanraking met een coach van Timpaan Welzijn. Door middel van gesprekken en opdrachten met haar coach is ze uit het isolement geraakt. Ze is opener geworden, durft weer een praatje te maken en durft te vragen om hulp.

Angelina Geerman (33)



'MET BEHULP VAN MIJN COACH DURF IK NU WEER EEN PRAATJE TE MAKEN'

PLAN VAN PERSOON TOT GROEP

Elke burger zijn eigen persoonlijke aanpak. Dat is waar Timpaan Welzijn voor gaat. Voor specifieke doelgroepen is vaak wat extra's nodig. Denk aan groepen burgers met een licht verstandelijke of psychische beperking, dementerenden, maar ook jongeren en mantelzorgers. Elk onderwerp kan worden ingevuld met organisaties die specifieke expertise hebben op een bepaald gebied.

Naast de genoemde groepen kan Timpaan Welzijn samen met een organisatie of de gemeente andere risicogroepen in kaart brengen en hiervoor samen een aanpak ontwikkelen om eenzaamheid aan te pakken en te voorkomen ★



WAT HOUDT DE AANPAK IN?

Veel (zorg)professionals, vrijwilligers, (zorg)organisaties, gebieds- en wijkteams in gemeenten komen in contact met eenzame burgers. Het is hun taak om te signaleren en het probleem bespreekbaar te maken om vervolgens te komen tot een persoonlijke plan van aanpak voor de betreffende burger.

Timpaan Welzijn heeft 5 onderdelen ontwikkeld om deze groep extra handvatten te geven. Hoe eenzaamheid kan worden voorkomen en op welke wijze eenzame burgers kunnen worden ondersteund. Praktisch en gericht op de eigen kracht van de burger.

VOORLICHTING & ADVIES

Timpaan Welzijn verzorgt voorlichting aan gemeenten en (zorg)organisaties. Daarnaast helpt Timpaan ook bij voorlichtingscampagnes en conferenties in de gemeente. Hoe kunnen burgers worden geactiveerd om de handen bij dit probleem ineen te slaan? En wat is de taak van (zorg)professionals en vrijwilligers? Ook wordt er (proces-) ondersteuning geboden bij het opstellen en uitvoeren van actieplannen binnen de gemeente en/of zorgorganisatie(s).

SIGNALERINGSKAART

Samen met de NHL Hogeschool (Talmalectoraat wonen, welzijn en zorg) ontwikkelde Timpaan Welzijn de 'Signaleringskaart Eenzaamheid'. Een routekaart die een completer en nauwkeuriger beeld geeft bij vermoedens van eenzaamheid en de daarbij behorende vervolgstappen. Verschillende (zorg)organisaties en gemeenten maken al gebruik van deze signaleringskaart. Samen met Timpaan Welzijn wordt op basis van specifieke aandachtsgebieden of doelgroepen de kaart op maat geïmplementeerd in het dagelijkse werk.

NETWERKCOACH

Is het sociale netwerk van de eenzame burger niet groot, dan kan Timpaan Welzijn helpen door de inzet van een netwerkcoach. Samen met deze getrainde vrijwilliger worden gewenste doelen gesteld en wordt gewerkt aan het versterken van de eigen sociale omgeving. Desgewenst aangevuld met het netwerk van de netwerkcoach.

TRAINING (ZORG)PROFESSIONALS & VRIJWILLIGERS

Timpaan Welzijn verzorgt trainingen op maat. Daarnaast traint Timpaan medewerkers 'on the job' tot netwerkcoach of bij het herkennen van en het communiceren met specifieke doelgroepen. Denk hierbij aan burgers met een licht verstandelijke beperking of dementie. Alles draait hierbij om de eigen kracht en de eigen talenten en kwaliteiten van de burgers en het stimuleren van de zelfredzaamheid.