

Initiatieven tbv sociaal contact

Snelle inventarisatie door de RIVM Corona Gedragsunit – dd. 19 januari 2021

Nederlands Jeugdinstituut

- Overzicht over welke buurtinitiatieven mogelijk zijn in deze verlengde lock-down en hoe deze te benutten? Buurthuizen blijven bijvoorbeeld open voor mensen in kwetsbare omstandigheden. Ook wordt benoemd om huiswerkbegeleiding voor jongeren/ kinderen te organiseren/ stimuleren. En initiatieven voor stimuleren contact op afstand (bijvoorbeeld lokale initiatieven voor contact op afstand in de LHBTI-gemeenschap):
<https://www.nji.nl/nl/coronavirus/Professionals/Steun-in-dagelijks-leven/Buurtinitiatieven>

Raad voor ouderen

Thuiswonende ouderen hebben grote behoefte aan en het behouden van contact. Met name wanneer fysiek contact moeilijk, zo niet onmogelijk is. Dit betreft niet alleen contact met de eigen familie en vrienden, maar ook het belang van buurtcontact wordt met regelmaat genoemd. Hoe aan deze contactbehoefte tegemoet kan worden gekomen, varieert. Wel zijn er 2 kernbevindingen:
<https://www.beteroud.nl/beteroud/media/documents/Advies-Raad-van-ouderen-belcirkels-en-andere-initiatieven-corona.pdf>

- Dagelijks even contact hebben is belangrijk.
- Vooral het behouden van onderling contact belangrijk

320 initiatieven met oplossingen voor behoud van contact zijn in kaart gebracht, verdeeld naar :

- Beeldbellen
- Telefooncirkels
- Samen dingen doen zoals gezelschapsactiviteiten, boodschappen, eten
- WhatsApp groep opzetten
- Samen bewegen

Ook zijn er andere initiatieven zoals:

- E-mail-cirkels
- Lokale Nieuwsbrief
- Initiatieven door gemeenten gericht op specifieke doelgroepen zoals oudere migranten, ouderen met een risico op eenzaamheid door bijvoorbeeld het afschalen van dagopvang, ouderen met vraagverlegenheid etc.
- Belacties door zorgverzekeraars

De Raad van ouderen adviseert de minister om zicht - samen met genoemde stakeholders - in eerste instantie te richten op initiatieven zoals beeldbellen en belcirkels. Naar de mening van de Raad kenmerken deze initiatieven zich als: • Laagdrempelig te organiseren onder voorwaarde van gepaste ondersteuning • Grote kans op continuïteit • Anderen kunnen het snel overnemen (reproduceerbaarheid)

Voorbeelden van initiatieven voor telefooncirkels en beeldbellen:

KBO-PCOB en NOOM: https://www.kbo-pcob.nl/nieuws/kbopcob_vereniging/start-een-belcirkel/
 KBO-Brabant: <https://www.kbo-brabant.nl/belcirkels/> Gemeente Wijdemeren:
[https://www.deappelboom.nl/belcirkel vereniging Humanitas:](https://www.deappelboom.nl/belcirkel_vereniging/Humanitas)
<https://www.humanitas.nl/programmas/telefooncirkel/locaties/> NL Voor Elkaar:
<https://www.nlvoorelkaar.nl/hulpvragen/plaatsen> BeterOud: <https://www.beteroud.nl/voor-ouderen/corona-en-ouderen> Oranjefonds: <https://www.oranjefonds.nl/coronahulp-dit-kun-jij-doen-voor-mensen-dieer-alleen-voor-staan> Landelijke hulplijn voor digitaal contact:
<https://dedigihulplijn.nl> Seniorweb: <https://www.seniorweb.nl/artikel/videobellen-apps-en-mogelijkheden> Vitavalley: <https://vitavalley.nl/programma/fasttrack-beeldschermzorg/>

Trimbos

- Overzicht van organisaties die hulp aan mensen die angstig zijn, stress ervaren of andere mentale problemen ontwikkelen door de lockdown en waar naar door verwezen kan worden, zoals de luisterlijn ect. <https://www.trimbos.nl/kennis/corona/mentale-gezondheid/doorverwijzen-bij-mentale-problemen-door-corona>

Movisie

- Recent rapport <https://www.movisie.nl/sites/movisie.nl/files/2021-01/Hoopvol%20en%20kwetsbaar.%20Omzien%20naar%20elkaar%20in%20tijden%20van%20corona.pdf>
- **Kernbevinding: Vergroot de mogelijkheden voor digitale participatie Digitaal participeren is een must geworden.**
- Staan verder allerlei voorbeelden in mbt tegengaan eenzaamheid en versterken sociale inclusie
- Coronadossier, algemeen: <https://www.movisie.nl/coronadossier> en eenzaamheid algemeen <https://www.movisie.nl/eenzaamheid>

Pharos

- Er zijn allerlei initiatieven om eenzaamheid onder ouderen tegen te gaan. Maar slechts **weinig oplossingen zijn echt geschikt voor ouderen met een lage sociaaleconomische status** of een migratieachtergrond. Dat terwijl zij een hoger risico hebben op eenzaamheid. De interventies die er zijn veronderstellen vaak dat mensen kunnen lezen, de Nederlandse taal spreken en digitaal- en gezondheidsvaardig zijn. Daardoor sluiten ze niet aan bij de

behoeften en vaardigheden van mensen met een lage SES of migratieachtergrond

<https://www.pharos.nl/nieuws/eenzaamheid-bij-ouderen-met-lage-ses-en-migratieachtergrond-vraagt-om-andere-oplossingen/>

- Beeldbellen met mensen met beperkte digitale vaardigheden.
<https://www.pharos.nl/kennisbank/beeldbellen/>

Kennisplatform Integratie en Samenleving

- Eenzaamheid is onder oudere migrantengroepen niet makkelijk bespreekbaar . Ook in de huidige Corona omstandigheden is de kans groot dat deze ouderen niet op eigen beweging eenzaamheidsgevoelens zullen aankaarten bij familieleden, vrijwilligers of sociaal professionals. **Inzetten op herkennen / signaleren van eenzaamheid belangrijk.** Er is een speciale Corona- hulplijn voor oudere migranten <https://www.kis.nl/artikel/coronavirus-en-eenzaamheid-bij-migrantenouderen-tips>

-

Kenniscentrum Sport

- Speciale beweegprogramma's voor ouderen met het bestrijden van eenzaamheid als uitdrukkelijk doel > contactpersoon binnen KCS is @ [redacted] 5.1.2e > zij staat in direct contact met div beweegcoaches binnen deze context.

Wat meer algemene links

- Gehonoreerde projecten uit tweederonde ZonMw:
- https://www.zonmw.nl/nl/actueel/nieuws/detail/item/tweede-ronde-projecten-tegen-eenzaamheid-van-start/?utm_medium=email
- Ter inspiratie en om te volgen hoe andere ouderen met corona en de beperkingen omgaan: <https://wijncorona.nl/verhalen/>