

Bootcamp eenzaamheid

De Pijp-Rivierenbuurt

Old School Amsterdam, 20 juni 2017

Wat doen we met de kracht van de Pijp-Rivierenbuurt om eenzaamheid te verminderen en te voorkomen? 9% van de inwoners van de Pijp-Rivierenbuurt is ernstig eenzaam volgens onderzoek van de GGD. Dit belemmert hen om mee te doen in de stad. Als onderdeel van de Aanpak Eenzaamheid Amsterdam onderzoeken we met aandeelhouders uit De Pijp-Rivierenbuurt hoe we eenzaamheid in dit gebied kunnen verminderen en voorkomen. Dit doen we door experimenten rond eenzaamheid in de praktijk uit te voeren en hier samen van te leren.

Op 20 juni 2017 gaan 35 mensen van maatschappelijke organisaties, innovatieve initiatieven, bewoners, beleidsmakers en een onderzoeker in dialoog over de centrale vraag. We brengen eenzaamheid in De Pijp-Rivierenbuurt in beeld, formuleren gezamenlijke ambities voor de toekomst en produceren voorstellen voor experimenten voor de praktijk aanpak. Tegelijkertijd leren we door samen te ontwikkelen en versterken we het Amsterdams Netwerk Eenzaamheid.

In het komende jaar wil de gemeente, samen met de wetenschap en de praktijk, experimenteren met interventies rondom eenzaamheid. Niet om eenzaamheid in een jaar op te lossen maar om een lange termijn aanpak op eenzaamheid te bouwen. Experimentvoorstellen kunnen tot 1 juli worden ingediend. De geselecteerde experimenten worden

tussen half juli en eind december uitgevoerd en gemonitord. In februari 2018 worden de resultaten met de rest van de stad gedeeld, op weg naar een duurzame en lange termijn aanpak van eenzaamheid in Amsterdam.

Lindy Kalwij van het regieteam Aanpak Eenzaamheid van de gemeente Amsterdam opent de dag. Wilma Borgt van Dynamo licht namens de kerngroep, een groep van verschillende aandeelhouders die de bijeenkomst heeft voorbereid, het proces van de dag toe. Jan Willem van de Maat van onderzoeksbureau Movisie deelt de resultaten van het onderzoek naar wat werkt binnen eenzaamheid, zoals het belang van maatwerk, het verminderen van negatieve interpretaties, groepsaanpakken die initiatief nemen stimuleren, sociale activiteiten die langer dan vijf maanden duren en een actieve bijdrage van de eenzame Amsterdammer zelf.

Centrale vraag:
Wat kunnen we doen met de kracht van de Pijp-Rivierenbuurt om eenzaamheid te verminderen en te voorkomen? Hoe versterken we het buurtgevoel, zodat we elkaar kennen, erkennen en herkennen? Hoe worden we samen redzaam?





TRENDS IN HET HEDEN

Gezamenlijk brengen we de trends rondom eenzaamheid in De Pijp-Rivierenbuurt in kaart op een mindmap. De volgende trends zijn volgens de aanwezigen op dit moment het belangrijkste:

'Terrassentreur'

- Toegenomen betrokkenheid op straat
 - Meer mensen die iets vrijwillig willen doen, zowel fysiek als digitaal
 - Maatschappelijke betrokkenheid van bedrijven neemt toe
 - Meer actieve bewonerscommissies
 - Meer gelijkwaardigheid tussen informele en formele initiatieven
- Meer ontmoetingen tussen jong en oud in de buurt
- Minder laagdrempelige activiteiten beschikbaar
 - Speltheek wordt drukker
 - Meer behoefte aan speelplekken, vooral in de winter

Centrale aanpak leidt tot minder aandacht bottom-up (& minder aandacht voor doelgroep zelf)

Meer digitalisering leidt tot meer eenzaamheid

- Meer pestgedrag op sociale media
- Verarming van persoonlijke interactie, vaker door digitale schermen
- Veel neppe positieve beelden
- Onhaalbare perfecte doelen
- Mensen zijn minder aangesloten

Meer bezuiniging in de zorg

- Minder aandacht voor sommige doelgroepen

Meer mensen met geldgebrek

- Aanbod kost geld



AMBITIES VOOR DE TOEKOMST

De groep formuleert ambities om eenzaamheid in De Pijp-Rivierenbuurt te verminderen of te voorkomen:

PREVENTIE: INVESTEREN IN SAMENREDZAAMHEID

Op het gebied van preventie voor ouderen (met of zonder gezondheidsproblemen) willen wij een aanpak ontwikkelen samen met de doelgroep, opdat zij zich niet eenzaam gaan voelen.

DOORBREKEN VAN TABOE OP EENZAAMHEID

Op het gebied van doorbreken van taboe voor een brede doelgroep, willen wij een excuus/reden geven, opdat het eerste contact in de straat gemaakt wordt, bijvoorbeeld door middel van een challenge.

EFFECTIEVE DOORVERWIJZING

Op het gebied van effectieve doorverwijzing voor bijna alle doelgroepen willen wij dat de professionals in de wijk de netwerken kennen en persoonlijk de mensen de wijk leren kennen, opdat een aanbod duurzaam wordt ingezet om te voorkomen dat de 'klant' terugvalt in eenzaamheid (minimaal 5 maanden).

SIGNALERING

Op het gebied van signalering voor doelgroepen willen wij dat bewoners zich verantwoordelijk voelen voor buurtbewoners, opdat de signalen sneller herkend worden en beter terecht komen bij de desbetreffende professionals.

SAMENWERKING

Op het gebied van samenwerking tussen formele organisaties, vrijwilligers en informele netwerken, willen we in elke wijk sleutelfiguren in kaart brengen die een duidelijk aanspreekpunt zijn voor de wijk en mensen de weg kunnen wijzen en met hen kunnen meedenken, opdat we het informele netwerk versterken.

ROL VAN DE LEEFWERELD

Op het gebied van de rol van de leefwereld, willen wij voor alle eenzame Amsterdammers in De Pijp-Rivierenbuurt dat zij gezien worden, opdat doordat als hun leefwereld wordt verbreed door contact te hebben met meer betekenisvolle relaties, zij eerder om hulp durven vragen en aanbieden (wederkerigheid).



EXPERIMENTEN

Gebaseerd op trends die momenteel spelen en de ambities voor de toekomst, brainstormen de aanwezigen ideeën om de ambities te realiseren. Dit doen we door middel van 'brainwriting', een techniek om alle ideeën die je hebt op te schrijven en voort te bouwen op die een ander. We gaan specifiek op zoek naar experimenten die het verschil maken voor eenzame Amsterdammers. Zeven ideeën worden verder uitgewerkt.

SENIOREN DENKTANK - DE KUNSTHIPSTERS

We nodigen inspirerende en talentvolle senioren uit om samen een preventief aanbod te bedenken gericht op ouderen. Bijvoorbeeld door een dag per maand samen te komen. Ze zijn zelf verantwoordelijk voor het project en worden gefaciliteerd door PuurZuid. Het aanbod wordt bedacht door ouderen dus levert het passend aanbod, is zelfsturend en zet ouderen in hun kracht.

"Logica brengt je van A naar B, maar verbeelding brengt je overal" - Einstein

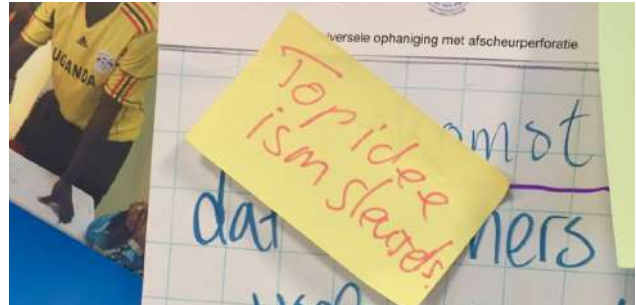
Amsterdammer: "Ik heb weer zin het leven door deze denktank"



SLEUTELS IN DE WIJK

We zoeken sleutelfiguren in elke wijk die communiceren tussen formele organisaties en de wijk. We beginnen in de Rivierenbuurt. We stellen een profiel op voor de rol van sleutelfiguur. We inventariseren de behoefte in de wijk en de competenties van de sleutelfiguur en bieden digitale ondersteuning. Zo weet de sleutelfiguur of hij/zij een passende sleutel heeft en krijgen we meer sleutelfiguren in de wijk die een laagdrempelige aanpak voor eenzaamheid bieden. Sleutelfiguren kunnen kennis en kunde overdragen en creëren helderheid in de samenwerking tussen formeel en informeel.

Amsterdammer: "Ik voel me betrokken bij de wijk en als er iets is weet ik de weg!"



DEUR AAN DEUR+

Samen met bewoners uit de buurt en professionals (zoals van welzijnsinstanties of brandweer) gaan wij aanbellen in de wijk om het gesprek aan te gaan over de buurt. We starten in de Diamantwijk. Zo kunnen we achterhalen of er signalen van eenzaamheid zijn. Als die er zijn, verwijzen we door. Op deze laagdrempelige manier spreken we de bewoners achter de voordeur.

Amsterdammer: "Ik voelde mij gehoord en durfde er voor het eerst over te praten. Na het gesprek kwam er ook gelijk actie."

THUIS IN MIJN WIJK

We willen warm contact en passend aanbod voor psychisch, psychiatrische en niet-westerse deelnemers realiseren. We willen 10 aanmeldingen binnen krijgen en hen intensief coachen, door middel van vier coachgesprekken per week. Dit monitoren we en zo ontwikkelen we een vervolgsysteem voor een betekenisvollere invulling aan hun leven.

Amsterdammer: "Ik sta op eigen benen in mijn wijk"

"Eenzaamheid hoort bij het leven maar wanneer het langdurig of ernstig is, is het een maatschappelijk probleem waar wij als samenleving iets aan zouden moeten doen."



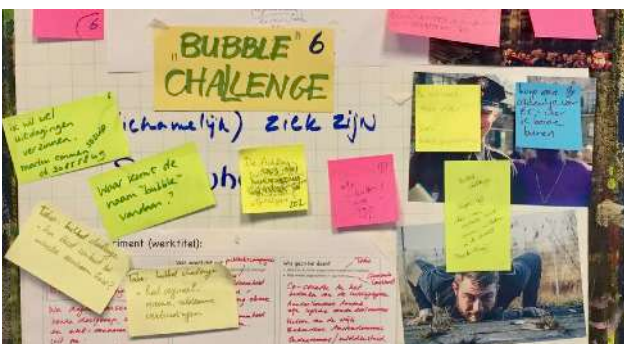
BUBBLE CHALLENGE

We dagen zowel eenzame als niet-eenzame mensen uit om buiten hun comfortzone te gaan, initiatief tot iets te nemen en onlogische ontmoetingen te hebben in de directe omgeving. Bijvoorbeeld:

- Drink een kopje thee met iemand die op een andere politieke partij stemt dan jij.
- Zoek de oudste bewoner in je straat op en maak een selfie.
- Ga voor je deur staan en doe 100 stappen naar links en bel aan.

We zetten een publiekscampagne op met stickers of armbandjes of iets soortgelijks om de zichtbaarheid te vergroten. Met dit experiment verminderen we de verlegenheid en schuwheid richting elkaar en doorbreken we het stigma van eenzaamheid.

Wijkbewoners: "Zo dichtbij en zo onverwacht" "Dit gaf mij een excuus eindelijk contact te maken met mijn straatgenoot" "Na die eerste keer elkaar gesproken te hebben, hebben we nu vaker contact"



GROEPSAANPAK ZIN IN VRIENDSCHAP

Dit is een al bestaande aanpak gedigitaliseerd door de VU voor mensen die willen leren hoe ze zelf actief contact kunnen leggen. We willen partijen zoeken om de digitale versie te adopteren en de training aan te jagen.

WIE WOONT HIER EIGENLIJK?

Vrijwilliger, buurtbewoner en professional gaan in een straat de vraag en het aanbod van goederen en diensten ophalen, door middel van de vraag: 'Wat heb je te bieden? Heb je nog spullen aan te bieden of acties te doen?' Zo brengen we in kaart wat mensen willen bieden en of de huis-aan-huis benadering werkt. We zetten mensen aan om hun talenten en kennis te delen om zich daardoor waardevol te voelen.

Amsterdammer: "Fijn dat ik wat kan betekenen voor de buurt." "Fijn dat ik van mijn oude spullen af ben." "Vaak gezien nooit geweten dat jij hier woont."



LONG LIST

Een lijst van overige ideeën die geopperd zijn:

- Portiekgesprek voor veilige portieken
- Talentenshow voor senior met muziek en kunst, betrekken van studenten van de kunstacademie en een manier om maatschappelijke dienstplicht in te vullen
- Jong en oud verbinden in bestrijden van eenzaamheid op het gebied van interesse en hobby's, bijv. via een festival voor jong en oud
- Buurttheater in de buurt door de buurt - opvoeren en na bespreken. Wellicht in combinatie met talentenmarkt en talentensignaleer-uurtje,
- Talenten en signalen kaarten. Buurt-ideeënbus met out-of-the box wenskaarten. Kunstenaars vragen voor ontwerp.
- Geveltuinendag organiseren met een afsluitend buurtfeest (bring your own lunch)
- Groeten op straatniveau: in het portiek een bordje met 'Vanaf hier groeten'
- Buurtboekje maken met ouderen en kinderen zodat jongeren en ouderen aan elkaar gekoppeld kunnen worden



AFSLUITING

Marijn van Ballegooijen, portefeuillehouder Zorg stadsdeel Zuid sluit de dag af met stimulerende woorden over transformatie in het sociaal domein in Amsterdam, specifiek in stadsdeel Zuid. Hij vertelt dat in Zuid eenzaamheid altijd een belangrijk thema was, maar dat het de laatste jaren hipper is geworden en er nu, naast aandacht voor fysieke gezondheid, ook meer zorg is voor sociale contacten. De meest hoopvolle transformatie van de afgelopen tijd is volgens hem dat er meer ingangen zijn gevonden om eenzame Amsterdammers te bereiken, zoals via werk en zorginstellingen, zoals psychiatrie en fysiotherapeuten.

CRITERIA VOOR EXPERIMENTEN

De voorstellen kunnen tot 1 juli via een online registratie-formulier worden ingediend, via deze [link](#). Hier vind je ook de resultaten van de verkenningsfase gebundeld in de Snapshot en daarnaast het Plan van Aanpak. In de laatste staat ook het programma van mogelijkheden, met daarin de randvoorwaarden voor het indienen van een experiment.

MEER INFORMATIE?

Heeft u een vraag over deze bijeenkomst of over dit verslag? Neem contact op met het Regieteam Aanpak Eenzaamheid Amsterdam via aanpakeenzaamheid@amsterdam.nl. Wordt u ook lid van de LinkedIn groep Amsterdams Netwerk Eenzaamheid? Dit is mogelijk via de volgende link: <https://www.linkedin.com/groups/13530090>

SMOELENBOEK

Een goed gesprek gehad met iemand maar de naam vergeten? Check het smoelenboek voor namen en contactgegevens van alle aanwezigen:

<https://padlet.com/Perspectivity/bootcampeenzaamheidpijprivierenbuurt>

REFLECTIES

Positieve energie, benieuwd naar resultaten, out of the box, leuke manier om met ideeën te komen, veel gehoord nog laten bezinken, speels, beste stadsdeel van Amsterdam, samen virtuele hondjes uitlaten, verbondenheid, ontspannen, creatief en zonnig in Zuid, goed dat ik gekomen ben, eenzaamheid is ook een kans, mooie club mensen bij elkaar, verhelderend

COLOFON

Facilitatie & verslag:
perspectivity.org



AANWEZIGEN Andries Reinhart (Gemeente Amsterdam), Anne Jacobse (Combiwel Welzijn op Recept), Anna Prins (Huis van de Wijk de Pijp), Birgit Antonio (Dynamo), Christine Verweij (Huis van de Wijk Rivierenbuurt), Daniel de Groot (Gemeente Amsterdam), Dasha van Amsterdam (Vrijwilligerscentrale Amsterdam), Derk van Buren (Gemeente Amsterdam), Diana Houwerzijl (Gemeente Amsterdam), Edgar Burlison (Stadgenoot), Ety Elbaz Griffioen (Plan C), Femke van de Giessen (PuurZuid), Fikri El Moussaoui (Huis van de Wijk de Pijp), Frieda Kooij (Particura), Helga Spel (Combiwel), Herma Andringa (PuurZuid), Jacqueline van der Willigen (Puur Zuid), Jan Willem v/d Maat (Movisie), Johan Smit (Voedselbank en GGZ kookgroep Huis van de Wijk de Pijp) . Josianne Ombre (Gemeente Amsterdam), Liesbeth Steetskamp (Gemeente Amsterdam), Lindy Kalwij (Gemeente Amsterdam), Madelon Bos (Combiwel), Marijn van Ballegooijen (Gemeente Amsterdam), Marlou Emmen (Gemeente Amsterdam), Marnix Kistemaker, Monique van Kempen (Ergotherapeut), Peter Gualterus (Stichting Blij Buren), Peter van Maaren, Ruud Kamminga (Ymere) Sara Bruinsma, Simea Knip (Pakhuis de Zwijger), Sjoukje van t Veer (Gemeente Amsterdam), Tabo Goudswaard (Studio Goudswaard), Wilma Borgt (Dynamo), Elien Rogaar (Perspectivity), Petra de Boer (Perspectivity), Anne van Marwijk (Perspectivity)