

Verslag van netwerkbijeenkomst met Eindhoven in Contact 27 mei 2021 in de zaal van de Ilse Wouters Academy.

Eindhoven in Contact staat voor een stad waar inwoners kunnen omgaan met hun eenzaamheid. Een stad die eenzaamheid de erkenning geeft die het verdient.

Eindhoven in Contact wil als onafhankelijke organisatie de Eindhovense Coalitie Aanpak Eenzaamheid faciliteren en ondersteunen. Een coalitie van grote en kleine partijen uit alle geledingen van de stad die bijdragen aan de gemeenschappelijke opgave alle inwoners de kans te bieden te leren omgaan met de eigen eenzaamheid en die van een ander.

Deze middag hebben we* met elkaar vanuit de eigen drijfveren gesproken over het **Waarom** en het **Hoe** van samenwerken in een Eindhovense Coalitie Aanpak Eenzaamheid. Onze verwachting van deze middag is dat iedereen na afloop in de eigen organisatie zich sterk maakt deel te nemen én bij te dragen aan de inrichting van de Eindhovense coalitie Eenzaamheid.

Een eigen geluid in close harmony.

Vanuit ieders persoonlijke betrokkenheid blijken de volgende aspecten belangrijk om samen te werken aan een aanpak eenzaamheid.

Het WAAROM

Oog voor de waarden van de ander.

Praten met, luisteren naar, met aandacht aanwezig. Er echt voor iemand zijn. Iemand zien. Kijk naar iemands waarden en kwaliteiten.

- Eenzaamheid van een ander moet je niet *willen* oplossen, wel helpen bij het leren omgaan met de beleving van het eenzaam-zijn.
- Leed, zoals eenzaamheid, moet je delen
- Wat nodig is: doorbreken van het hulpverlenersparadigma: willen 'fixen', angst om existentiële thema's als eenzaamheid te benoemen, beroepsmatige focus op oplossen i.p.v. acceptatie dat eenzaamheid hoort bij het leven.
- Eenzaamheid en zingeving: mensen willen ertoe doen. Dus focus als hulpverlener niet op het *geven aan* de eenzame mens (aanbod, activiteiten organiseren), maar help de eenzame om *zelf iets aan een ander te kunnen geven*.

Taboe doorbreken: Eenzaamheid is bij uitstek iets wat je met een ander kunt delen!

- Doel: Zowel de "eenzame" als zijn gesprekspartner voelen zich vrij te praten over gevoelens van eenzaamheid.
- Je mag erover praten; het beestje bij de naam noemen.
- Maak het normaal, uiteindelijk zijn we allemaal fundamenteel alleen en kunnen we ons eenzaam voelen.
- Werk aan bewustwording. Omarm jouw eenzaamheid. Jij hoort erbij met jouw eenzaamheid.

Eenzaam met een beperking

Mensen met een zichtbare beperking bijvoorbeeld in een rolstoel kunnen nog wel eens de aandacht krijgen die nodig is. "Ik kan niet bij de pinda's". Maar in het café wordt het al moeilijker, wordt je letterlijk over het hoofd gezien. Veel mensen met een beperking waar je dat niet aan hen ziet, worden belemmerd in het maken en onderhouden van betekenisvolle relaties.

Meedoen, erbij horen is voor hen niet vanzelfsprekend en de directe woon/ leefomgeving ziet hen vaak niet staan. Denk aan mensen met NAH of een autismespectrum stoornis.

Blijf de mens zien als totaal en focus niet op "de handicap"; die mens met een bril op, met een kaal hoofd, met zijn rolstoel, met zijn blindheid, zijn (te korte) arm.

Vindbaarheid

Wie doet wat voor wie, voor welke vorm van eenzaamheid (sociale, emotionele, extensionele) en welke mate van eenzaamheid (adaptief , chronisch)

Nodig: de **wegwijzer eenzaamheid** een app als onderdeel van de bestaande kaarten zoals "de steunwijzer", of "het langer thuis kompas" of "de beter samen" site. Doelgroepen: de professionals en vrijwilligers die met "eenzame mensen" werken en de inwoners zelf die iets willen doen aan hun eenzaamheid. Een app met zoekfilters specialisatie, locatie etc.

Nodig: **op buurt/wijk niveau een ontmoetingspunt**, fysiek dan wel online, waar professionals en vrijwilligers werkzaam in de wijk met elkaar kennis en ervaring delen en cases kunnen bespreken.

Nodig: **op macro niveau een ontmoetingspunt** fysiek én online, waar organisaties, verenigingen, stichtingen en andere geledingen uit de stad met elkaar samenwerken aan ontwikkelen en uitvoeren van een duurzaam effectieve aanpak eenzaamheid (een lerend netwerk van de Eindhovense coalitie eenzaamheid)

Technologie als positieve beïnvloeder voor ontmoeting en contact, voor warme zorg.

- Onderzoek wat technologie kan betekenen in ieders leven waardoor ruimte en tijd vrij komt voor écht contact
- Onderzoek hoe technologie kan helpen bij het leren omgaan met eenzaamheid.
- Ook hier taboe doorbreken, werken aan bewustwording alle gebruikers.
- Technologie als tussenstation om mensen met elkaar in verbinding te brengen.
- In de zorg en welzijnssector: Blended care; én social media / social robots én menselijke ontmoeting.
- Voor degene die zorg nodig heeft: middels technologie eigen regie behouden
- Voor de zorgverlener die tijd krijgt voor echte aandacht, voor écht contact.

Aan de slag

- Wij zijn blij dat iedereen spontaan heeft toegezegd mee te willen doen en een bijdrage te willen leveren aan verdere samenwerking.
- Ter voorbereiding op een volgende bijeenkomst gaan we met een kleine groep donderdagmiddag 8 juli een voorstel opstellen over het HOE. Daar komen vragen aan de orde als: Hoe richten we het samenwerkingsproces en het daaraan gekoppelde leerproces in. Hoe gaan we ons als coalitie organiseren? Wat mogen we van elkaar verwachten c.q. wat is de inbreng van de partners van de coalitie?
- Direct na de zomervakantie gaan we dit voorstel aan jullie allemaal bespreken. (inclusief degene die niet aanwezig konden zijn en met mogelijk andere potentiële deelnemers).
- Voor het WAT liggen er veel uitdagingen o.a. de vraag van de gemeente om als lokale coalitie aanpak eenzaamheid een preventie akkoord eenzaamheid op te stellen.

Een vruchtbare middag

- Met dank aan Colette de Vries en Jacky van de Goor die ons op uitnodigende wijze deze middag hebben begeleid en laten beleven dat jezelf kwetsbaar opstellen helpt om het WAAROM tot uitdrukking te brengen.
- Met dank aan Leon van der Zanden die op zijn inspirerende wijze heeft laten zien dat écht contact ontstaat in het moment vanuit het eigen gevoel. Daar hoeft je niet over na te denken. Oefenen kan geen kwaad.

Het team van Eindhoven in Contact heeft veel respect voor ieders persoonlijke bijdrage waaruit blijkt dat we allemaal een soort verlangen hebben te leren omgaan met onze eenzaamheid en elkaar daarbij te helpen. Daarmee is de verwachting ruimschoots gehaald. We hebben een stevige basis gelegd voor een samenwerking waar iedereen zijn stukje van de puzzel kan inbrengen. De volgende keer na de zomervakantie gaan we graag met jullie in op het HOE en WAT van het samenwerken in een coalitie.

Namens Eindhoven in Contact

Tom van Campen

*deelnemers werken bij: WijEindhoven, Parktheater, Bibliotheek, Vitalis, Vrijwillige Hulpdienst, Humanitas, Mee, Woonbedrijf, Fontys Hogeschool, Summacollege, stichting wijbelangen Jagershoef, GGD Brabant zuidoost, Archipel, Gemeente Eindhoven, Lumens,