

Eén tegen eenzaamheid

Overzicht gefinancierde projecten ZonMw 'Versterking aanpak eenzaamheid' versie 12.05.2021

Het actieprogramma Eén tegen eenzaamheid van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport zet zich in om eenzaamheid te bestrijden en te voorkomen. Eén van de onderdelen waarop dat wordt gedaan is via het programma 'Versterking aanpak eenzaamheid' van ZonMw. Daarin krijgen activiteiten tegen eenzaamheid ondersteuning en worden ze versterkt met als doelstelling om een actieve bijdrage te leveren om de trend van eenzaamheid onder ouderen te doorbreken.

Dit wordt gedaan door initiatieven en interventies tegen eenzaamheid te:

- Inventariseren en analyseren;
- Ondersteunen in de (door)ontwikkeling en evaluatie;
- Ondersteunen bij het beschrijven;
- Ondersteunen bij het theoretisch onderbouwen

Dit is een samengesteld overzicht van twee subsidieoproepen met beiden twee stromen, namelijk voor 1) startende lokale initiatieven tegen eenzaamheid, 2) bestaande lokale initiatieven tegen eenzaamheid, 3) beloftevolle eenzaamheidsinterventies op weg naar erkenning en 4) ondersteuning van de maatschappelijke beweging tegen eenzaamheid.

Eenzaamheid kent grote gevolgen, naast dat het een ontzettend naar gevoel is voor een persoon, kent het vele gezondheidsgevolgen. Door projecten die eenzaamheid voorkomen en bestrijden te ondersteunen, wordt er een bijdrage geleverd aan samenleving waarin er minder mensen zijn die zich eenzaam voelen én we ook meer naar elkaar omkijken. Daarom is het zo belangrijk om ook kennis op te halen over wat werkt tegen eenzaamheid.

Met dit programma wordt aangesloten op de databank van Movisie over 'effectieve sociale interventies', daar staan nu een gering aantal interventies in die effectief werken tegen eenzaamheid. Met stroom 3 zijn een aantal interventies geanalyseerd en geselecteerd door Movisie en wordt er een begeleidingstraject aangeboden voor opname in de databank van Movisie. De uiteindelijke beoordeling wordt gedaan door een onafhankelijk beoordelingscommissie van Movisie.

Daarnaast wordt met stroom 4 ook de maatschappelijke beweging tegen eenzaamheid ondersteund. Een groot aantal initiatieven worden ondersteund in het uitbreiden/opschalen van hun aanpak met aandacht voor o.a. publiek-private samenwerkingen en een duurzame aanpak van eenzaamheid.

Op de website van ZonMw [Versterking aanpak eenzaamheid - Projecten - ZonMw](#) is meer informatie te vinden over de inmiddels gesloten subsidieoproepen. In dit document kunt u alle gehonoreerde projecten vinden.

Voor vragen kunt u contact opnemen met Viyeta Biere via sv.biere@minvws.nl en/of met Ivo Leijten via ib.leijten@minvws.nl.

Kijk op www.eentegeneenzaamheid.nl voor meer informatie over de aanpak tegen eenzaamheid.

Disclaimer: aan dit document kunnen geen rechten worden ontleend. Dit document is zorgvuldig samengesteld, maar kan desondanks fouten bevatten.



**EEN
TEGEN
EENZAAMHEID**

Inhoudsopgave

A. Subsidieoproep 2019	8
a. Subsidieoproep 1 stroom 1 Startende lokale initiatieven	8
1. Oud voor mekaar (SportDrenthe).....	8
2. Van begraafplaats naar Ontmoetingspark Bovenbroek (gemeente Kampen)	8
3. Who is there? (Performance Support Group BV).....	8
4. Samen-redzaam (Stichting Present Amsterdam).....	9
5. Theaterclub 'Samen uit' (Stadsgehoorzaal Vlaardingen)	9
6. Aanpak eenzaamheid senioren begint bij beroepsonderwijs (Consortiumbo)	9
7. Straatmadeliefjes (Beweegcollectief Mook en Middelaar)	10
8. De Taalvereniging (Emile Thuiszorg)	10
9. Thuis in Duivendrecht (Stichting Coherente).....	10
10. Lokaal eenzaamheidssignaleringsnetwerk met bedrijven (Stichting Meerwaarde)	11
11. KlusPlus (Stichting Humanitas)	11
12. Zondagsociëteit (Seniorenvereniging Theresia-Loven-Besterd).....	11
13. Bakkie op de bakfiets (Palet Welzijn).....	11
14. Bewegen als Chinezen (Malderburch, centrum voor welzijn, wonen en zorg).....	12
15. De Kruiskamp gaat 'effebuurtten' (Stichting Ludolo)	12
16. The making of the landmark (Welzijnsorganisatie Diverz)	12
17. Walking Football (Voetbalvereniging MBC'13).....	13
18. Senioren in gesprek in eigen buurt (Wooninc.)	13
19. Tsezame (Welzijnsgroep Parkstad Limburg).....	14
20. Inzet VR-brillen tegen eenzaamheid (Ons Welzijn)	14
21. In beweging door kletsbenkskes (Zorgcoöperatie Zeeland)	14

22.	Van eenzaamheid naar verbondenheid in de gemeente Borger-Odoorn (Tinten Welzijnsgroep)	15
23.	Samen verbinden (Stichting Zorggroep Manna)	15
24.	Handmassage tegen eenzaamheid, wijk Woudhuis/Osseveld in Apeldoorn (Woon-en zorgcentrum Talma Borgh)	15
b.	Subsidieoproep 2 stroom 2 Bestaande lokale initiatieven	16
25.	Meetinstrument: Het Goede Gesprek (WMO Radar Rotterdam)	16
26.	Ouderenkamer in de moskee (Stichting Inclusia)	16
27.	SamenKracht.nu (Stichting ZorgMerk)	16
28.	In gesprek over eenzaamheid: een aanvulling op de training 'Verbinden met eenzaamheid' (GGD Brabant-Zuidoost)	17
29.	Tijd van je leven (GGD West-Brabant)	17
30.	Doorontwikkeling Huiskamers Aa en Hunze (Tinten Welzijnsgroep)	17
31.	Souvenirs uit andere tijden - storytelling voor meer verbinding en contact (Stichting Centrum Sociaal Vitaal)	18
32.	Blijf je nog even? (Stek – Stichting Stad en Kerk)	18
33.	Gouden Mannen (Stichting Gouden Mannen)	18
34.	Uitbreiding Verborgene Schatten in Amsterdam (Stichting BedtimeStories)	19
35.	Het Beste van Kampen (SAMBIQ Stichting Cultuurbeheer Kampen)	19
36.	In je Uppie (Stichting MOAI)	19
37.	Football Memories (Willem II Betrokken)	20
38.	Koffietijd (Stichting Welzijn Ouderen Berkel-Enschot)	20
39.	Sharing stories, met tips en tops aan de slag (Stichting Centrum Sociaal Vitaal)	20
40.	Geinoord Met En Voor Elkaar (SV Geinoord Nieuwegein)	21
41.	Koffietijd Online – Taalmaatjes (HierTV)	21
42.	Wijkgericht Vriendschappelijk Huisbezoek (Humanitas Utrecht en de Zonnebloem Utrecht)	21
43.	Sociaal Vitaal Westerwolde (Stichting GALM)	22
44.	Oba maatje (Openbare Bibliotheek Amsterdam)	22
45.	Alleen is maar Alleen 2.0 (Stichting Welzijn Capelle)	22

46.	Versterking Seniorenplezier (Stichting Seniorenplezier).....	23
47.	Eenzaamheid? Aanbellen! (Buurtcoöperatie Apeldoorn-Zuid).....	23
48.	BuurtBLIK Heemstede (Stichting Stadsparels).....	23
49.	Ontmoeting maakt alles mooier! (Stichting PieterBrueghelHuis).....	24
50.	SamenUit! (Carintreggeland).....	24
51.	Doorontwikkeling mobiele participatiecoach voor ouderen (Cordaan).....	24
52.	Sociaal Vitaal Stadskanaal (Stichting GALM).....	25
53.	VerhalenVanger + - voor senioren (Stichting ZID).....	25
54.	Gezond Oud Worden In Nederland: GO-WIN (Indigo Preventie)	25
55.	Ontmoeting in Beweging, gezamenlijk, gezond en gezellig (Stichting Oisterwijk Centraal).....	26
56.	Rollator wandelgroep Aalsmeer (Stichting GEZ Aalsmeer).....	26
57.	Gouda tegen Eenzaamheid - Netwerk Samen voor Goud (Stichting Netwerk Samen voor Goud)	26
58.	'Spelen Met Tijd' improvisatiecursus voor eenzame buurtgenoten van 75+ (Stichting Stadstoneel).....	27
59.	Voorstel Het Danspaleis in Rotterdam in 2020; Faciliteren infrastructuur Aanpak Eenzaamheid (Het Danspaleis).....	27
B.	Subsidieoproep 2020	28
a.	Subsidieoproep 2 stroom 3 Kwaliteitsontwikkeling eenzaamheidsinterventies	28
60.	Mijn Verhaal – Interventies tegen eenzaamheid onder 75+ers (Stadstrainers).....	28
61.	Sociaal Vitaal in Kleur Utrecht (NOOM).....	28
62.	Project creatief leven goed beschreven en goed onderbouwd (bureau LWPC).....	28
63.	Het Grijs Koppen Orkest onder de loep (Stichting Fort van de Verbeelding).....	29
b.	Subsidieoproep 2 stroom 4 Ondersteuning maatschappelijke beweging tegen eenzaamheid	29
64.	Dag!enDoen!Duurzaam Door (Stichting Dag!enDoen!)	29
65.	Sociaal Vitaal, verander muren in deuren (Sportbedrijf Lelystad)	29
66.	Humanitas Ontmoeting – creëren, investeren en borgen (Humanitas).....	30
67.	Aanpassen/doorontwikkelen interventie GoldenSports voor 75+ (GoldenSports).....	30

68.	Koffieluitjes Ede Centraal (Stichting Koffieleutjes Ede).....	30
69.	Groen en Grijs	31
70.	TAS Thuis Actief Samen (diverse organisaties).....	31
71.	Vrijwillige inzet voor en door ouderen (Humanitas).....	31
72.	We komen op bezoek: Eenzaamheidstelefoon (Stichting DOCK)	31
73.	Een oppashond voor eenzame OPOEH's in de rouw (65+ en 75+) (Stichting OPOEH).....	32
74.	We ontmoeten elkaar door cultuur op maat (Florence).....	32
75.	Belmaatjes (Humanitas Groningen).....	32
76.	Doorontwikkeling en uitbreiding Argos Vertrouwd en Zeker – Maassluis (Argos Zorggroep)	33
77.	Grip op eenzaamheid: een e-learningmodule ter signalering en bestrijding van eenzaamheid onder ouderen in het verpleeghuis (Hogeschool Zeeland).....	33
78.	Gouwe Ouwe ontmoetingen in de wijk (Stichting De Tijdmachine).....	33
79.	By jo thus en ut preventief huisbezoek in verbinding (Stichting Sociaal Collectief Súdwest-Fryslân)	33
80.	Waarom alleen doen als het samen kan (Stichting Welzijn Lelystad)	34
81.	Humanitas Maatjesproject: vriendschappelijk contact (Humanitas).....	34
82.	Positief gezond ouder worden in de buurt (Bint voor welzijn & ondersteuning)	34
83.	Uitbreiden koffiebus 75+ Nissewaard (Stichting Welzijn Ouderen Spijkenisse)	35
84.	Doorontwikkeling vrijwillige ouderenadviseurs in de strijd tegen eenzaamheid (Spectrum, partner met elan)	35
85.	Minder Eenzaam, Samen Oud en Vitaal (MESOVIT) (Stichting Fietsmaatjes Teylingen).....	35
86.	Ontmoetingen en activiteiten voor senioren in de Bibliotheek Neude (Bibliotheek Utrecht)	36
87.	Belmaatje Roermond (Stichting Wel.kom)	36
88.	Tandem (Humanitas afdeling Amsterdam)	36
89.	Meedoen in Zeist @home (MeanderOmnium)	36
90.	Bel me! Bingo	37
91.	Thuiswonende ouderen met een lichamelijk beperking en dreigend sociaal isolement mee laten doen aan de digitale samenleving (Nationale Vereniging de Zonnebloem).....	37
92.	Onze Buurt de Posten-Begripvol Samenleven Eenzame Ouderen 75+ (Verzorgingshuis De Posten)	37

93.	Soep met Ballen (Stichting WV Venlo Foundation).....	38
94.	Gemeente Eijsden-Margraten pakt de enorme eenzaamheid bij de doelgroep senioren van 75 jaar en ouder, aan met Sociaal Vitaal samen met de werkgroep Een tegen eenzaamheid, de participatiecoach en de buurtcoach sport en bewegen (Stichting Sport Welzijn Eijsden Margraten)	38
95.	Sociaal Vitaal Bolsward (Sport Fryslân).....	38
96.	Sociaal Vitaal Hogeland (Beweeglink).....	39
97.	Over de drempel: bewonersinitiatieven strijden tegen eenzaamheid (Landelijk Samenwerkingsverband Actieve Bewoners)	39
98.	Thuisgekookt beter geschikt voor (doorverwijzen door) zorgverleners en maaltijdservices (Stichting Thuisgekookt).....	39
99.	LevensLuister (De Riethorst Stromenland).....	39
100.	Sociaal Vitaal Delfzijl (Wijkbelangen Delfzijl Noord).....	40
101.	Project Netwerkversterking ouderen 65+ (gemeente Gorinchem).....	40
102.	Sociaal Vitaal Vlissingen (Club Vief).....	40
103.	Coronamonologen (Rick).....	41
104.	Kapele aanpak tegen eenzaamheid (gemeente Kapelle).....	41
105.	WIJ Samen Ouderen; Achter de Voordeur (WIJ Heemstede).....	41
106.	Winterconcert voor kwetsbare en eenzame ouderen (Stichting Nationaal Ouderenfonds)	42
107.	Telefooncirkels gemeenten Zeist/Utrechtse Heuvelrug/Bunnik (Humanitas).....	42
108.	Hoor je ons? Virtueel persoonsgericht musiceren met eenzame ouderen (Hanzehogeschool Groningen).....	42
109.	Samen en Anders bruisend verder (Platform 31)	43
110.	Borging Ons Raadhuis (Stichting Ons Raadhuis)	43
111.	1330-Dementie (1330)	43
112.	Het Huis van de Wijk (Zuyderland Medisch Zorgconcern).....	43
113.	Stichting JOW! De kracht van Jong met Oud (Stichting JOW! Nederland)	44
114.	Arnhem tegen eenzaamheid Doorontwikkeling en uitbreiding van de methode WijkMaker, een integrale wijkgerichte aanpak ter voorkoming en vermindering van eenzaamheid bij ouderen (gemeente Arnhem).....	44
115.	Vangnetwerken. Eenzaamheid verminderen door elkaar te steunen (AanEen).....	44
116.	Adoptieproject: Jong adopteert Oud (Alzheimer Centrum Limburg)	45

117.	Kameraden (Stichting Kameraden).....	45
118.	Subsidieaanvraag doorontwikkeling Humanitas Vriendschappelijk Huisbezoek Almere (Humanitas).....	45
119.	KBO – Huiskamerproject (KBO Roermond).....	45
120.	Welzijnsbezoeken 75+ (Stichting Meervoormekaar).....	46

A. Subsidieoproep 2019

a. Subsidieoproep 1 stroom 1 Startende lokale initiatieven

Organisatie	Projectnaam	Projectomschrijving
SportDrenthe	1. Oud voor mekaar (SportDrenthe)	In de gemeente Hoogeveen is sprake van een hoge eenzaamheidsscore onder 75-plussers. Door de inzet van de lokale partner 'Stichting Sport en Beweeg' met 23 sport- en beweeggroepen voor senioren, kunnen we inzetten op het verminderen van de sociale eenzaamheid binnen deze doelgroep. De senioren sporten en bewegen in een groep die precies past bij hun wensen en sportieve mogelijkheden. Qua leeftijd variëren ze tussen de 65 en 90 jaar. Meedoen is voor de deelnemers dan ook meer dan bewegen, het is een uitje en zorgt voor sociale contacten. Na het sporten even samen een kopje koffie drinken en bijkomen van de les is net zo belangrijk. Deze actieve senioren hebben contacten met de doelgroep. Zij gaan in gesprek met de eenzame 75-plussers en nemen ze 1 keer per maand mee naar de speciale wandel- en koffie met appelgebak-activiteit. De wandelroutes zijn kort en vooral bedoeld om mensen uit hun eenzaamheid te halen en in een sociale context te krijgen.
Gemeente Kampen	2. Van begraafplaats naar Ontmoetingspark Bovenbroek (gemeente Kampen)	Op de Algemene Begraafplaats Bovenbroek in de gemeente Kampen merkten we dat met name oudere bezoekers van de begraafplaats verlegen zijn om een praatje te maken, ondersteuning nodig hebben in het rouwproces of zich (erg) eenzaam voelen. Met ons initiatief willen wij deze ouderen vroegtijdig signaleren en hen de ondersteuning bieden die zij nodig hebben. We doen dit door de inzet van (vrijwillige) gastvrouwen. Hun taken zijn: - aanwezig zijn op de begraafplaats op vaste tijden; - het aangaan van gesprekken en het bieden van een luisterend oor; - het doen aan vroegsignalering; - het registreren van de gesprekken (anoniem) om zo te monitoren wat de behoeften zijn van de oudere bezoekers van de begraafplaats. We willen op deze wijze oudere bezoekers van de begraafplaats ondersteunen om hun gevoelens van eenzaamheid te doorbreken. En waar nodig, te helpen bij het rouwproces of door te verwijzen naar professionals.
Performance Support Group BV	3. Who is there? (Performance Support Group BV)	Meer dan een miljoen Nederlanders voelt zich vaak eenzaam en een op de drie Nederlanders voelt zich wel eens eenzaam. Voor het structureel verminderen van eenzaamheid onder ouderen is het belangrijk dat sociale netwerken opnieuw worden opgebouwd en sociale vaardigheden worden gerevitaliseerd. Who is there? biedt een directe opname in een actief bestaand sociaal netwerk (ik hoor erbij), met betrokken medemensen (ondersteuning), alle dagen van de week (24/7), waar nieuwe relaties ontstaan (de gewenste oplossing). Who is there? is een communicatie platform, waar eenzame (oudere) mensen en betrokken medemensen elkaar ontmoeten en steunen. Vanuit de moderator-rol wordt het groepsproces geïnitieerd, gestimuleerd en wordt

		waar mogelijk de (her)ontwikkeling van sociale vaardigheden gefaciliteerd. Who is there? versterkt en sluit naadloos aan bij de vele waardevolle dagactiviteiten die op dit vlak reeds worden georganiseerd. Who is there? is the missing link...!
Stichting Present Amsterdam	4. Samen-redzaam (Stichting Present Amsterdam)	Het project 'Samen-redzaam' is ontstaan door enerzijds de toename van eenzaamheid onder ouderen en anderzijds door de vraag van vrijwilligers bij Present, die graag langer betrokken willen zijn bij een stadsgenoot. Met deze beide signalen gaan wij in het project Samen-redzaam aan de slag. Om samen eenzaamheid te doorbreken, om van elkaars gezelschap te genieten en om nieuwe betekenisvolle contacten te ontwikkelen. Vrijwilligers ondersteunen eenzame oudere Amsterdammers bij het aangaan van duurzame betekenisvolle relaties. Samen-redzaam van Present Amsterdam is een project waarin een groep vrijwilligers voor langere tijd wordt verbonden aan een eenzame, oudere Amsterdammer die zelfstandig woont of in een instelling. Samen vormen zij een netwerk, maar de vrijwilligers helpen ook nieuwe contacten aan te gaan, zodat er gewerkt wordt aan een netwerk dat mensen op termijn zonder hulp van Present kunnen onderhouden.
Stagsgehoorzaal Vlaardingen	5. Theaterclub 'Samen uit' (Stadsgehoorzaal Vlaardingen)	Met het project Theaterclub 'Samen uit!' willen we samen met de zorgpartners in de regio een theaterclub oprichten voor ouderen in Vlaardingen van 75 jaar en ouder waar ze in groepsverband voorstellingen bezoeken. Ze programmeren en organiseren, uiteraard met onze hulp en die van de partners, iedere maand een theatervoorstelling op de zondagmiddag. De clubleden worden opgehaald, ontvangen leuke informatie, krijgen een rondleiding, ontmoeten de cast, komen in contact met andere theaterliefhebbers en worden weer thuisgebracht. De grootste reden voor de doelgroep om niet naar het theater te gaan, is door het ontbreken van iemand kennen om mee uit te gaan. Daarnaast is ook de toegangsprijs en het vervoer een drempel tot theaterbezoek. Middels dit project willen we deze drempels weghalen, een bijdrage leveren aan het voorkomen en verminderen van sociale eenzaamheid en het voorzien in betekenisvolle relaties.
Consortiumbo	6. Aanpak eenzaamheid senioren begint bij beroepsonderwijs (Consortiumbo)	Ruim de helft van de 75-plussers kampt met eenzaamheid. Tegelijkertijd krijgen ook bijna alle thuiswonende ouderen vroeg of laat te maken met medewerkers uit de thuiszorg. Omgekeerd is het dus aannemelijk dat alle thuiszorgmedewerkers te maken krijgen met oudere cliënten die eenzaam zijn. Toch maakt het onderwerp eenzaamheid landelijk nog geen expliciet deel uit van het curriculum van Mbo-opleidingen Verzorgende, Verpleegkunde en Maatschappelijke Zorg. In het voorliggende project 'Aanpak eenzaamheid senioren begint bij beroepsonderwijs' wordt daarom een onderwijsmodule ontwikkeld voor Mbo-studenten die opgeleid worden voor werken in de thuissituatie. De studenten leren eenzaamheid bij toekomstige cliënten te herkennen, bespreekbaar te maken en er adequaat op te reageren. Ze passen in dit kader de geleerde theorie toe tijdens hun stage bij ouderen. Tevens wordt de opzet van een handboek of training voor professionals opgeleverd.

Beweegcollectief Mook en Middelaar	7. Straatmadeliefjes (Beweegcollectief Mook en Middelaar)	Het Beweegcollectief (BM&M), KBO-Mook, Proteion en ZZG gaan met dit project eenzaamheid terugdringen. Door het organiseren van wandelommetjes door het dorp wordt het contact bevorderd. Het project gebruikt de methode positieve gezondheid IPH. In Mook wonen 894 ouderen van 75 jaar en ouder waarvan 33% emotioneel eenzaam is. Aan het einde van het project hebben we met onze methode 120 kwetsbare ouderen bereikt en lopen er 60 actief de routes. De aantrekkelijke ommetjes van 3 km, met afkortingen van 800 m en 1500 m, lopen door de kern en langs mooie delen in Mook. Alle stappen, eindproducten zoals het vraagstuk, de doelen, de doelgroep, de waardering vanuit de doelgroep, de opzet en de uitvoering van de aanpak, de interviews, de procesevaluatie en de uitkomsten, worden vastgelegd in een handboek. Het handboek vormt het uitgangspunt voor de andere kernen van de gemeente. Naast dit handboek worden er producten ontwikkeld zoals: een dagboek voor de senior, een route kaart, een QR-code en een promotiefilm.
Emile Thuiszorg	8. De Taalvereniging (Emile Thuiszorg)	De Taalvereniging organiseert bijeenkomsten met taalactiviteiten voor ouderen, waarbij ouderen samen aan de slag gaan met taal en in gesprek over taal. Van mei tot en met juli 2020 vinden er wekelijkse bijeenkomsten plaats. Het initiatief is gericht op ouderen met gevoelens van eenzaamheid in Amsterdam-Oost. Met de Taalvereniging willen de initiatiefnemers ouderen dichterbij elkaar brengen door ervaringen te delen over taal. Tijdens de bijeenkomst wordt er gewerkt aan eigen taaldoelen zoals bijsluiters lezen, appjes typen of puzzelen. Ook wordt er gepraat over taal zoals het delen van herinneringen of ervaringen met taal. Deelnemers worden in de eerste plaats geworven onder cliënten van Emile Thuiszorg. Er is plek voor 24 deelnemers in twee 'trainingsgroepen'. Voorafgaand aan de bijeenkomsten vullen deelnemers de Talentenscan in, die in kaart brengt wat de behoefte zijn van de deelnemers. Aan de hand van de Talentenscan wordt een activiteitenprogramma op maat ingericht.
Stichting Coherente	9. Thuis in Duivendrecht (Stichting Coherente)	Thuis in Duivendrecht is een samenwerking tussen eerstelijnsprofessionals, welzijn en gemeente. Zij richt zich op het bouwen van een duurzaam netwerk rond eenzame, sociaal geïsoleerde ouderen. Tijdens het project worden 10 ouderen (cliënten) begeleidt. Thuis in Duivendrecht benaderd eenzaamheid van twee kanten: Omgeving: Het sociale netwerk wordt bekeken en versterkt waar nodig door middel van een buurtnetwerk. Hulp wordt verdeeld over meerdere handen waardoor het voor elk een kleine moeite is. De bereidheid van buurbewoners is hierdoor groot. Beleving: Eenzaamheid is vaak (ook) een ervaring. Om de cliënt hierin te begeleiden worden trainingen en/of hulpgroepen georganiseerd. Met de cliënt wordt de oorzaak van de eenzaamheid uitgelicht en de persoonlijke behoeftes geïnventariseerd. Uitgangspunt is dat de cliënt eigenaar is van het traject en actief meedenkt en -doet met het realiseren van de oplossingen.

Stichting Meerwaarde	10. Lokaal eenzaamheidssignaleringsnetwerk met bedrijven (Stichting Meerwaarde)	Het project is een samenwerking tussen MeerWaarde (sociaal werk), Axxicom (thuishulp) en Rabobank Schiphol (bedrijfsleven), en vormen een sterke kerntriade. We zetten in op eenzame inwoners in Haarlemmermeer. Dagelijks zien de vele bedrijven en organisaties in Haarlemmermeer inwoners die te maken hebben met eenzaamheid. Lokale bedrijven, zoals de groenteboer, zijn essentieel om de aanpak tegen eenzaamheid te versterken. De winkel, het kantoor of de dienstverlening aan huis is de vindplaats. Met elkaar ontstaat er een groot netwerk van bedrijven die de eenzaamheid onder ouderen kunnen opsporen . We bieden bedrijven in Haarlemmermeer een training aan en geven handvatten om eenzaamheid te signaleren en bespreekbaar te maken met de ouderen. De sociaal werkers van MeerWaarde staan klaar om de juiste opvolging aan de gesprekken te geven. Zo ontstaat er een waardevol en duurzaam netwerk. Door goede afspraken te maken over doorverwijzing wordt eenzaamheid aangepakt en wordt erger voorkomen.
Stichting Humanitas	11. KlusPlus (Stichting Humanitas)	KlusPlus is bestemd voor ouderen die niet zo goed meer weten wat ze willen en kunnen. Het doel is om een oudere zo zelfstandig mogelijk aan de slag te laten gaan bij een bedrijf of organisatie in de buurt . Door een klus te doen die past bij hun talenten en interesses wordt de zingeving verhoogd. Klusplus werkt met vrijwilligers: de Kluscoaches. Deze gaan in gesprek met de ouderen bij de ouderen thuis. Op een leuke manier gaat de oudere op ontdekkingsreis naar de talenten en interesses. Door middel van een goed doordacht kaartenspel wordt samen in beeld gebracht wat de talenten en wensen zijn. Vervolgens wordt samen gekeken op welke manier dit talent ingezet kan worden in de buurt van de oudere. De Kluscoach helpt waar nodig mee bij het leggen van het eerste contact en kan ook mee naar de eerste afspraak. Enkele voorbeelden: een oudere ontdekt groene vingers te hebben en wordt gekoppeld aan een buurttuin. Een oudere ontdekt graag voor te lezen en wordt gekoppeld aan een bibliotheek of school.
Seniorenvereniging Theresia-Loven-Besterd	12. Zondagsociëteit (Seniorenvereniging Theresia-Loven-Besterd)	Seniorenvereniging Theresia LB, Stadstuin Theresia, Zorginstelling Thebe, Zorgatelier Buitentuin en De Zonnebloem werken aan een vernieuwend en duurzaam concept. Vanuit de buurtzorg wordt er (zorg voor en door elkaar) een aantrekkelijk aanbod opgezet voor eenzame ouderen om elkaar te ontmoeten en elkaar te helpen, vooral op momenten dat er geen professionele verzorger aanwezig is. Uit gesprekken met zo'n 100 mensen uit de doelgroep kwam naar voren dat door circa 80% de zondag als de meest vervelende weekdag ervaren wordt. Ouderen kijken dan uit naar het begin van de nieuwe week. Het idee is om op zondag laagdrempelige activiteiten en diensten te organiseren in Stadstuin Theresia, waar iedereen aan deel kan nemen . Omdat we met een kwetsbare doelgroep te maken hebben en een bijpassende community willen opzetten, krijgt het de naam "Zorgsociëteit"; de ontmoetingsplek 2.0 waar zorg gegeven wordt en waar creatieve en educatieve activiteiten georganiseerd kunnen worden.
Palet Welzijn	13. Bakkie op de bakfiets (Palet Welzijn)	Het doel van het project is het in beeld krijgen en ondersteunen van eenzame ouderen in Zoetermeer die zelf niet in staat zijn de weg naar sociale contacten en zinvolle dagbesteding te vinden. De sociaal makelaar gaat op een bakfiets met een mobiel terras de wijken in. De sociaal makelaar spreekt ouderen aan, nodigt hen uit om met elkaar in gesprek te gaan en informeert over de mogelijkheden voor ontmoeting, activiteiten en dagbesteding . Waar nodig wordt de oudere geholpen zich aan te sluiten bij deze

		initiatieven. Partnerorganisaties sluiten op thema aan om ouderen van informatie te voorzien en relevante informatie op te halen. De 'onzichtbare' groepeerzame ouderen komt in beeld en ontvangt informatie en ondersteuning. Vitale en kwetsbare ouderen worden verbonden. Ouderen worden uitgedaagd om eigen initiatieven te ontwikkelen om eenzaamheid in de buurt te verminderen. Palet Welzijn en partnerorganisaties krijgen inzicht in trends wat kan leiden tot de ontwikkeling van nieuwe producten.
Malderburch, centrum voor welzijn, wonen en zorg	14. Bewegen als Chinezen (Malderburch, centrum voor welzijn, wonen en zorg)	Bewegen als Chinezen is een beweegactiviteit om sociale eenzaamheid onder senioren van 75 jaar en ouder in de gemeente Heumen terug te dringen. Denk hierbij aan Tai-Chi en Chi-gong of wandelyoga. Het betreft een buiten beweegactiviteit, dicht bij locaties waar veel senioren wonen en waar men een kopje koffie kan drinken. De lessen worden zowel staand, zittend of steunend op de rollator gegeven. De activiteiten zijn geschikt voor elk niveau van bewegelijkheid. Het doel is dat senioren meer plezier krijgen in bewegen. Bij het koffiedrinken na afloop van de activiteiten is er een gastheer of -vrouw die zorgt voor een prettige en toegankelijke sfeer. We gaan in de gemeente Heumen op minimaal 4 plaatsen buiten "bewegen als Chinezen". Hierbij maken we gebruik van geschikte locaties met horecafaciliteiten en een grote enthousiaste projectgroep. Samen zorgen we voor de PR activiteiten en zetten we ons in om de senioren te activeren.
Stichting Ludolo	15. De Kruiskamp gaat 'effebuurtten' (Stichting Ludolo)	In de wijk De Kruiskamp in 's-Hertogenbosch start het project 'effebuurtten'. Gezelschapsspel 'effebuurtten' maakt de tongen los. Tijdens het spel delen de spelers het wel en wee van alle dag met elkaar. Op een laagdrempelige en leuke manier leren mensen elkaar (nog beter) kennen. Ze verbreden en versterken zo hun netwerken beperken zo de vorm van sociale eenzaamheid. De doelgroep zijn de senioren in de wijk. Hun kinderen en bekenden vormen de secundaire doelgroep. De senioren spelen meermaals 'effebuurtten'. Bij de evaluatie in november 2020 moet blijken of zij nieuwe contacten hebben gemaakt. Hierdoor wordt sociale eenzaamheid buiten de deur gehouden. Samen met partners enthousiasmeren wij senioren om 'effebuurtten' met elkaar te spelen. Bij hen thuis met enkele straat- en buurtgenoten en op openbare plaatsen in de wijk. Bekenden van deze senioren komen hier en maken zo kennis met 'effebuurtten'.
Welzijnsorganisatie Diverz	16. The making of the landmark (Welzijnsorganisatie Diverz)	Tijdens het project gaan we met ouderen op zoek naar een gedicht dat we koppelen we aan een afbeelding van een (historische) plek in Zwijndrecht. De zogenaamde landmark. De keuze van de plek en het gedicht wordt door de deelnemers van het project gemaakt. Dit vormt uiteindelijk onderdeel van een boek. Tijdens het project bezoeken de ouderen samen met vrijwilligers plekken binnen de gemeente, nemen zij deel aan lezingen en exposities en gaan zij op zoek naar aansprekende schrijvers en literatuur. Deze zoektocht wordt in beeld gebracht door jongeren vanuit het jongerenwerk. Zo proberen wij op subtiële wijze het ontstaan van sociale cohesie, eventuele vriendschappen en een verminderde eenzaamheid vast te leggen. Met uiteindelijk het boek en de video als eindresultaat.

		De ouderen die deelnemen doen dit vanuit hun interesse in kunst & cultuur en behoefte aan contact. Zij ontmoeten ouderen met dezelfde interesses, maken ergens deel vanuit en hierdoor ervaren zij minder eenzaamheid.
Voetbalvereniging MBC'13	17. Walking Football (Voetbalvereniging MBC'13)	SDOUC is een open voetbalclub in Ulft. Uitgangspunt is dat alle inwoners kunnen meedoen. Via Vitaal in Beweging (ViB) creëren we nieuw aanbod waardoor we meer Ulftenaren kunnen laten sporten en bewegen. De afgelopen twee jaar hebben we ingezet op 45-plus voetbal, Walking Football en Scoren met Gezondheid. Ulft Vitaal in Beweging is een samenwerking van SDOUC, stichting Vitaal op Weg (is de nieuwe naam van deze organisatie), Kei-Fit, Kruiswerk Achterhoek, AZORA en het Graafschap College. Belangrijkste resultaten: In totaal hebben 473 inwoners van Ulft e.o. deelgenomen aan het totale programma. In totaal zijn 215 deelnemers aangesloten bij een programma van Vitaal in Beweging en circa 171 deelnemers zijn na de kennismakingsactiviteiten actief geworden bij een aanverwante sport/beweegorganisatie. Op 1 november 2016 zijn 35 werklozen meer gaan participeren in de samenleving. Op 1 november 2016 hebben 85 45-plussers deelgenomen aan het 45-plus voetbal en 38 aan Walking Football. In totaal hebben 92 volwassenen meegedaan aan Scoren met Gezondheid. Deelnemers hebben meer kennis van, zijn bewust van de waarde van gezondheid en een gezonde leefstijl en hebben een positiever zelfbeeld. Ruim 80% van de deelnemers aan Scoren met Gezondheid zijn na het 12-weeks programma structureel blijven sporten in dezelfde groep(en). Er is via de stichting Vitaal op Weg (opgericht april 2016) een structurele samenwerking ontstaan en vaste overlegstructuur. Deze zal continu doorgaan en de aanpak verbreden in de Achterhoek. Mede door onze inspanningen en onze ondersteuning zijn er in 4 Achterhoekse gemeenten 6 voetbalverenigingen gestart met Walking Football en er zijn ruim 60 ouderen actief."
Wooninc.	18. Senioren in gesprek in eigen buurt (Wooninc.)	In 'Senioren in gesprek in eigen buurt!' leren deelnemers wat ze zelf kunnen doen om de persoonlijke eenzaamheid te verminderen. Twee groepen senioren ontvangen drie maal per week een gepersonaliseerde e-mail. Deze e-mails bevatten informatie, bewustwordingsoefeningen en opdrachten over eenzaamheid. Het leerproces wordt ondersteund door tweewekelijkse groepsbijeenkomsten. Na verloop van tijd gaat de deelnemer het geleerde in de eigen omgeving (op straat, in contact met de burens, in de winkel etc.) toepassen. Deelnemers leren zo thuis, in de eigen veilige omgeving, kennis en vaardigheden die de stap naar contact op straat verkleinen. De aanpak is luchtig van opzet en voor deelnemers leuk om te doen. Door deelname aan de groepsbijeenkomsten versterken deelnemers bovendien hun netwerk in de buurt. Na afloop van het project voelen deelnemers zich meer thuis in de wijk en weten ze makkelijker contact te leggen met burens en buurtgenoten. De training is gebaseerd op een sociaal cognitieve techniek.

Welzijnsgroep Parkstad Limburg	19. Tsezame (Welzijnsgroep Parkstad Limburg)	In het project “Tsezame” ("samen") wordt een bemiddelingsfunctie ontwikkeld om eenzame ouderen van 75+ op basis van hun interesses aan elkaar te koppelen. Het doel is 8 mensen te bemiddelen naar 4 koppels om samen activiteiten te ondernemen. De bemiddelaars zijn getrainde vrijwilligers die tussen ouderen bemiddelen. De start wordt gemaakt door het organiseren van een laagdrempelige ontmoetingsactiviteit. Hiertoe worden mensen benaderd die bekend zijn bij het Project Eenzaamheid. De bemiddeling wordt door de vrijwilliger intensief begeleid. Hij/zij organiseert een kennismakingsgesprek en leidt door naar de activiteiten in de wijk Kerkrade-West. Daarnaast worden mensen vanuit het Meldpunt Eenzaamheid en Ruggesteun gewezen op de mogelijkheid van “Tsezame”. Na circa 3 maanden wordt er een vervolgactiviteit georganiseerd, waarbij de “bemiddelde ouderen” worden uitgenodigd. Na een duurzame bemiddeling trekt de vrijwilliger zich terug.
Ons Welzijn	20. Inzet VR-brillen tegen eenzaamheid (Ons Welzijn)	Samen met vrijwilligers gaan we in gemeente Meierijstad in gesprek met verenigingen over dementie en de gevolgen daarvan, middels inzet van VR-brillen. VR-brillen laten je ervaren wat het is om dementie te hebben. Door de brillen op deze manier in te zetten, verwachten we dat er meer begrip ontstaat voor mensen met dementie en hun mantelzorgers. We willen namelijk voorkomen dat mensen met dementie afhaken bij activiteiten en vereenzamen. We zetten tijdens de gesprekken met leden van verenigingen, naast de persoonlijke “dementie-belevenis”, in op signaleren (van dementie, maar ook op uitval van mantelzorgers). We geven tips en omgangsadviezen, en zoeken samen naar mogelijkheden binnen de vereniging om mensen met dementie en hun mantelzorgers binnen boord te houden en zo lang mogelijk te laten meedoen. Zo willen we voorkomen dat er extra dure zorg ingezet moet worden omdat mensen vereenzamen en geen doel meer in het leven hebben.
Zorgcoöperatie Zeeland	21. in beweging door kletsbenkskes (Zorgcoöperatie Zeeland)	Bewegen combineren met ontmoeten en een goed gesprek op een 'kletsbenkske'; dat is de kern van dit project. In de gemeente Landerd staan diverse bankjes waarop mensen kunnen rusten tijdens een wandeling. We leggen deze plekken vast in een wandelroute en creëren waar nodig nieuwe rustplekken met bankjes. We stimuleren mensen om letterlijk en figuurlijk in beweging te komen en met elkaar in gesprek te gaan. We helpen ze hierbij een handje door gespreksonderwerpen aan te dragen. Dit kunnen dialectwoorden of gezegden zijn die op de bankjes staan, maar ook een gesprek over bezienswaardigheden in de directe omgeving. De wandelingen met bijbehorende gespreksonderwerpen worden vastgelegd in een flyer zodat er zowel georganiseerd als ongeorganiseerd gewandeld kan worden. We richten ons op mensen met een risico op eenzaamheid (bijvoorbeeld ouderen of inwoners met een lichamelijke beperking), die normaal gesproken niet ver kunnen wandelen. We betrekken ze ook bij het hele proces.

Tinten Welzijnsgroep	22. Van eenzaamheid naar verbondenheid in de gemeente Borger-Odoorn (Tinten Welzijnsgroep)	Hoofddoel Voorkomen en terugdringen van eenzaamheid onder ouderen door middel van het bevorderen van de verbondenheid. Doelgroep Senioren met eenzame gevoelens en vrijwilligers. Inhoud van ons initiatief Het ontwikkelen van ontmoetingsbankjes voor eenzame senioren. Speciaal getrainde vrijwilligers nemen plaats op de bankjes om een verbindend gesprek aan te gaan. Het ontwikkelen van een (online) communicatietraining voor vrijwilligers uit de regio gericht op eenzaamheid en verbondenheid. Onze aanpak start met een actielijst met onder andere het kiezen van locaties, samen met kunstenaars en de doelgroep bankjes beschilderen. De training zal worden ontwikkeld op basis van onderzoek dat eerder in de gemeente is uitgevoerd en zal daarom onder andere gericht zijn op zingeving, welbevinden en verbondenheid. Samenwerkende partijen Andes Borger-Odoorn Gemeente Borger-Odoorn Schaamteloos imperfect
Stichting Zorggroep Manna	23. Samen verbinden (Stichting Zorggroep Manna)	Door het aanbieden van laagdrempelige gespreksgroepjes in de eigen wijk helpen we ouderen die eenzaamheid ervaren om de eerste stap te zetten richting verbinding. De cursus is bedoeld voor minder vitale ouderen die zelfstandig wonen en die gevoelens van eenzaamheid ervaren. Zij zijn cliënt bij een zorgorganisatie voor huishoudelijke ondersteuning of wijkverpleging. De medewerkers kennen hun cliënten en vragen hen persoonlijk om mee te doen. Na de cursus hebben de deelnemers helder wat hun eigen wens is en wat zij kunnen ondernemen om verbindingen aan te gaan. Bovendien hebben zij nieuwe contacten opgedaan in de gespreksgroep. Om het laagdrempelig te houden gaat de zorgmedewerker mee naar de eerste bijeenkomst. De bijeenkomsten vinden plaats bij mensen thuis. Een gespreksleider stimuleert het gesprek en zorgt dat iedereen aan bod komt. Tijdens de vijfde bijeenkomst gaat de groep een maatschappelijke activiteit doen.
Woon-en zorgcentrum Talma Borgh	24. Handmassage tegen eenzaamheid, wijk Woudhuis/Osseveld in Apeldoorn (Woon-en zorgcentrum Talma Borgh)	Talma Borgh is een thuis voor welzijn met zorg. In het najaar van 2019 startte in de wijk Ossevelt/Woudhuis het project handmassage tegen eenzaamheid. Liefdevolle aanraking via handmassage is een goed instrument om contact te maken met eenzame ouderen. Vanuit Talma Borgh worden er 15 vrijwilligers opgeleid tot handmasseurs. Tijdens het project wordt een handmasseur voor 10 weken gekoppeld aan een eenzame oudere. Binnen de vertrouwensrelatie die ontstaat met de handmasseur kunnen eenzame wijkbewoners hun wensen en behoeften uiten bij de handmasseur waarna ze worden begeleid naar een activiteit. Tevens wordt er een projectgroep gevormd van lokale

		samenwerkende partijen waarin zij uitgangspunten formuleren over de aanpak rondom eenzaamheid. We streven naar een duurzame aanpak, waarbij het netwerk vanuit een gezamenlijk verantwoordelijkheid interventies bij eenzame wijkbewoners inzet.
--	--	--

b. Subsidieoproep 1 stroom 2 Bestaande lokale initiatieven

Organisatie	Projectnaam	Projectomschrijving
WMO Radar Rotterdam	25. Meetinstrument: Het Goede Gesprek (WMO Radar Rotterdam)	Een goed gesprek is zeer waardevol en welkom bij met name ouderen die te maken hebben met gevoelens van eenzaamheid. De betekenis van zo'n gesprek willen wij in beeld brengen. Door een ingrijpende gebeurtenis kan het leven op zijn kop staan. Denk aan het verlies van een partner of aan een ernstige ziekte. Levensvragen zijn niet op te lossen, iemand moet er mee leren leven. Een Goed Gesprek kan hierbij helpen. De maatjes zijn vrijwilligers met levenservaring die een gesprek aan durven gaan. Ook wanneer er niets op te lossen valt en het vooral gaat om bij de ander te zijn en te blijven. De maatjes worden getraind en begeleid door een geestelijk verzorger. Om de betekenis van de gesprekken in beeld te brengen ontwikkelen we een meetinstrument om met de deelnemers in gesprek te gaan. Op deze manier betrekken we hen ook actiever bij het project.
Stichting Inclusia	26. Ouderenkamer in de moskee (Stichting Inclusia)	We zien in Rotterdam dat ouderen met een migratieachtergrond vaker eenzaam zijn dan andere ouderen. Door gebrekkige taalbeheersing en onbekendheid met de mogelijkheden nemen ze minder deel aan bestaande activiteiten. Daarnaast zien we dat er vaak behoefte is om samen te komen met mensen waar ze een geschiedenis en cultuur mee delen. In samenwerking met Stichting Ouderen Feijenoord gaan we een inloop opzetten speciaal voor ouderen met een migratieachtergrond die zich geïsoleerd voelen. Door op plekken te komen waar ze nog wel heen gaan, zoals de moskee, willen wij hen bereiken. Het project biedt activiteiten waarbinnen ontmoeting en zelfredzaamheid centraal staan. We gaan ze in beweging brengen en kijken waar in de wijk voor hun nog meer mogelijkheden zijn om bij aan te sluiten. Het betekent veel voor ons om aan de slag te kunnen gaan met deze mensen. Deze eerste generatie arbeidsmigranten hebben gebouwd aan onze stad en verdienen het om sociaal ouder worden.
Stichting ZorgMerk	27. SamenKracht.nu (Stichting ZorgMerk)	'Ertoe doen, meedoen en van betekenis zijn' is het motto van SamenKracht.nu. SamenKracht.nu is een community methodiek, waarbij via dialoogbijeenkomsten ouderen zich meer bewust worden van de eigen situatie, wensen, mogelijkheden en 'geefkracht'. Dit alles wordt gedeeld in gelijkwaardige dialoog met professionals, vrijwilligers en buurtgenoten. Het thema eenzaamheid wordt zo bespreekbaar vanuit 'kracht'

		van de betrokkenen. We richten ons vooral op mensen in Den Haag met een gebrek aan sociale contacten of die zinloosheid ervaren. SamenKracht.nu werkt vanuit een onderbouwd theoretisch kader, dat is beschreven in een handreiking. In dit project voeren we een procesevaluatie uit, die ons zal helpen bij een succesvolle inzet van de methodiek met en voor ouderen met verminderde taalvaardigheid en/of specifieke culturele en migratieachtergrond. We hebben de ambitie om SamenKracht.nu in de Movisie databank 'Effectieve sociale interventies' te laten opnemen. Voor de uitvoering van de procesevaluatie volgen we de richtlijnen van Movisie.
GGD Brabant Zuidoost	28. In gesprek over eenzaamheid: een aanvulling op de training 'Verbinden met eenzaamheid' (GGD Brabant-Zuidoost)	GGD Brabant-Zuidoost biedt de training 'Verbinden met eenzaamheid' (Movisie, 2018) aan. Deelnemers geven regelmatig aan behoefte te hebben aan handvatten om het gesprek aan te gaan met eenzame ouderen. Fontys Hogescholen ontwikkelt handvatten met als doel ondersteuning bieden bij gesprekken over eenzaamheid. Het doel van het project is om de training 'Verbinden met eenzaamheid' aan te vullen met de genoemde handvatten. Gedurende de projectperiode zal de vernieuwde training steeds bijgesteld worden, op basis van procesevaluaties. Na deelname aan de vernieuwde training zijn professionals beter in staat om op passende wijze een gesprek te voeren over het onderwerp eenzaamheid. Dit gesprek leidt ertoe dat eenzaamheid wordt herkend. Daardoor kunnen eenzame ouderen vervolgens beter worden geholpen.
GGD West-Brabant	29. Tijd van je leven (GGD West-Brabant)	Het project 'Tijd van je leven' gaat over culturele activiteiten en elkaar ontmoeten. Het doel is eenzaamheid te voorkomen. Het project is voor zelfstandig wonende ouderen vanaf 75 jaar. Het project omvat een ontmoetingsdag, workshops en een tussen- en eindpresentatie. De ontmoetingsdag is de 1e stap naar een vertrouwensband tussen deelnemers en kunstenaars. In workshops werken de deelnemers aan zelfgekozen thema's met verschillende kunstvormen, zoals muziek en toneel. Tegelijkertijd praat men over de thema's. Zo komen diepgaande gesprekken op gang. Deelnemers ontwikkelen zich, vergroten hun sociale netwerk en ondersteunen elkaar. Samen wordt een tussentijdse- en eindpresentatie georganiseerd. Doel hiervan is stilstaan bij wat er is bereikt. In het project werken deelnemers toe naar het zelfstandig doorzetten van activiteiten en verdieping van hun sociale netwerk. Verder vindt onderzoek plaats met als doel het evalueren van het project. Tussentijds en na afloop wordt met deelnemers en kunstenaars besproken wat goed gaat en waar de interventie aanpassing verdient.
Tinten Welzijnsgroep	30. Doorontwikkeling Huiskamers Aa en Hunze (Tinten Welzijnsgroep)	Onze Huiskamers zijn ontmoetingsplaatsen voor kwetsbare ouderen met vitale ouderen als vrijwilliger. In sommige huiskamers zijn deelnemers duidelijk meer kwetsbaar en soms dementerend. Dit is kostenbesparend vanuit de WMO voor de gemeente. Huiskamers zijn ook voedingsbodem voor andere sociale en verbindende dorpsinitiatieven. Een sociaal web in dorpen maakt korte lijnen in ondersteuning en hulpverlening mogelijk. Er is direct contact tussen medewerkers van de welzijnsorganisatie en huisartsenpraktijken.

		Een sociaal netwerk is van groot belang. Huiskamers met veel vitale ouderen zorgen preventief voor een sociaal netwerk. Deelnemers worden met de jaren meer kwetsbaar met alle bijkomende problematiek. Het percentage ouderen stijgt eveneens. Doel van de verdere doorontwikkeling is om het project een blijvende en centrale rol te laten vervullen in de keten van ondersteuning en zorgverlening.
Stichting Centrum Sociaal Vitaal	31. Souvenirs uit andere tijden - storytelling voor meer verbinding en contact (Stichting Centrum Sociaal Vitaal)	Stichting Sociaal Vitaal heeft de werkvorm verhalentafel ontwikkeld. Een verhalentafel focust zich op het activeren van positieve levensverhalen in verschillende levensfasen. Het gaat over thema's die iedereen meemaakt en die in overleg met de doelgroep worden ingevuld. Doel hiervan is om ouderen die zich eenzaam voelen de gelegenheid te bieden om positieve ervaringen uit hun leven met anderen onder begeleiding te delen. De begeleider introduceert het gespreksonderwerp en zorgt voor geschikte ondersteunende materialen en uitdagende vragen. Iedere deelnemer komt elke bijeenkomst minstens drie keer aan bod om zijn/haar eigen ervaringen in te brengen. Naast het ophalen van herinneringen wordt stil gestaan bij overeenkomsten en verschillen tussen de deelnemers. Ook wordt er actief gewerkt aan inzichten over deze gebeurtenissen. De begeleider heeft een belangrijke rol bij het creëren van een veilige setting, waarin elk verhaal ertoe doet. Oordelen en adviezen door de andere deelnemers worden zo vermeden. De deelnemers zijn 75 jaar of ouder en komen uit de wijk Leidsche Rijn in Utrecht
Stek – Stichting Stad en Kerk	32. Blijf je nog even? (Stek – Stichting Stad en Kerk)	“Blijf je nog even?”, dat horen (thuis)zorgmedewerkers vaak. Veel zelfstandig wonende ouderen (75+), die afhankelijk zijn van zorg, voelen zich eenzaam. Ze hebben minder mensen om zich heen, gaan minder de deur uit en kunnen (levens)vragen moeilijk kwijt. Eenzame ouderen ontleen zin aan één-op-één gesprekken over levensvragen. In Den Haag bezoekt een gespreksmaatje, voor minstens een jaar, om de week een oudere voor een goed gesprek. Thuis, tijdens een wandelingetje of op een buurtterras. Daarnaast is er drie maal per jaar een high tea. De gespreksmaatjes komen via vrijwilligerswebsites, Stek en Cardia, en krijgen training en coaching. De ouderen komen tevens via Stek en Cardia, maar ook via welzijnswerk en de kerken. Bij de koppeling schatten we in of er een 'klik' is. Ons doel is dat ouderen uitkijken naar de bezoeken en voelen zich minder eenzaam. In 2020 breidt dit project van Stek en Cardia uit naar twee nieuwe Haagse wijken, om zo nog meer ouderen en vrijwilligers te verbinden!
Stichting Gouden Mannen	33. Gouden Mannen (Stichting Gouden Mannen)	Het programma ‘Gouden Mannen’ dat op dit moment in Amsterdam wordt uitgevoerd, levert een belangrijke bijdrage aan het voorkomen en bestrijden van eenzaamheid onder oudere mannen met een migratie achtergrond. Het gaat vooral om oudere, geïsoleerde mannen met een laag inkomen die geen werk (meer) hebben, niet of nauwelijks participeren in de maatschappij, zich gediscrimineerd voelen en een laag zelfbeeld hebben. Vaak is er sprake van GGZ-problematiek.

		Het programma 'Gouden Mannen' is een doorlopende leerlijn van 18 maanden. De deelnemers volgen een basisprogramma over taal, sociale vaardigheden, computervaardigheden en het omgaan met somberheid en stress. Aanvullend zijn er onder andere sport-, theater- of muziekactiviteiten en toeleiding naar vrijwilligerswerk. Het doel van deze procesevaluatie is inzicht krijgen in het bereik, de uitvoer, de succes- en faalfactoren en de waardering van het programma 'Gouden Mannen' door uitvoerders en deelnemers uit de doelgroep.
Stichting BedtimeStories	34. Uitbreiding Verborgen Schatten in Amsterdam (Stichting BedtimeStories)	BedtimeStories gaat in samenwerking met de Amsterdamse zorgorganisatie Cordaan het project Verborgen Schatten implementeren in diverse ontmoetingscentra. De methodiek activeert kwetsbare ouderen, waarbij de literatuur centraal staat. Het weer "gezien" worden als degene die hij/zij diep van binnen is, het leven dat ze hebben geleefd en de verbinding met de andere deelnemers door middel van literatuur is de kern van het project. De wekelijks terugkerende interactieve voorleessessies worden geleid door een voorleesacteur, waar wisselende maandthema's worden behandeld. Het 1e deel is plenair waar de performance van de voorleesacteur centraal staat. Het 2e deel is individueel waarbij de deelnemers actief aan het werk gaan met de opdrachten via het Doe-boek. Dit met ondersteuning van vrijwilligers en deelnemers worden geestelijk en creatief gestimuleerd. Verborgen Schatten draagt essentieel bij aan het leef-plezier van (eenzame) ouderen in de wijk en geeft het gevoel van zinvol samenzijn.
SAMBIQ Stichting Cultuurbeheer Kampen	35. Het Beste van Kampen (SAMBIQ Stichting Cultuurbeheer Kampen)	De vijf grootste culturele instellingen en Welzijn Kampen ontwikkelen samen met 75-plussers culturele activiteiten. Uitgangspunt zijn de ontwikkelingswensen en mogelijkheden van de ouderen. Onderweg ontstaan nieuwe sociale netwerken, (her)ontdekken plussers hun talenten, voelen deelnemers zich uitgedaagd en gewaardeerd en leren organisaties beter in te spelen ouderen die nu niet kunnen deelnemen. Dit vermindert de kans op eenzaamheid en draagt bij aan de positieve gezondheid van de deelnemers. We zetten in op actieve deelname door zowel vitale als minder vitale 75-plussers. De initiatieven worden waar mogelijk uitgevoerd bij bestaande groepen en organisaties, zodat ze kunnen blijven bestaan. Er is eerst een verkennende fase om de echte vraag en behoeftes van ouderen te ontdekken. Daarna gaan projectgroepen aan de slag. Zij stellen concrete doelen op en verdelen de taken. De professionele instellingen bieden hierbij hulp en ondersteuning. Het Beste van Kampen, dat zijn wij samen!
Stichting MOAI	36. In je Uppie (Stichting MOAI)	We organiseren in de gemeente Dantumadiel en Noardeast Fryslân themagesprekken voor ouderen over schurende thema's als afscheid, spijt en familie. Ouderen praten hier niet snel over, maar piekeren hier wel in hun eentje over. De doelgroep zijn dorpsbewoners van 75 jaar en ouder. De deelnemers wonen thuis en zijn vaak alleen. Vrouwen én mannen, hoog- en laagopgeleid, vitaal en kwetsbaar. We geven mensen de kans om verhalen te

		delen of ernaar te luisteren. Dat biedt herkenning, verbinding en moed. Het sterkt ze en maakt weerbaar tegen eenzaamheid. Met een aansprekende folder verleiden we mensen om mee te doen aan een 'In je Uppie'-themagesprek. We spreken gewone mensentaal en er is een gespreksleider die zorgt voor een veilige en ook gezellige ontmoeting. We leggen op een luchtige toon lastige thema's op tafel. We nodigen ouderen uit hun verhaal te vertellen. Een aantal ouderen doet dat, anderen luisteren liever. Het mag allemaal.
Willem II Betrokken	37. Football Memories (Willem II Betrokken)	Samen voetbalherinneringen ophalen. Dat is de essentie van Football Memories. Ouderen ontmoeten elkaar in het stadion waar ze onder leiding van vrijwilligers herinneringen ophalen over het rijke voetbalverleden van hun favoriete club. Elke sessie duurt 90 minuten met een kwartier theepauze. Voor veel deelnemers zijn sociale interacties als deze niet meer zo vanzelfsprekend. De doelgroep van Football Memories zijn ouderen die kampen met eenzaamheid en/of (beginnende) dementie. Football Memories richt zich op het voorkomen van sociale eenzaamheid door betekenisvolle ontmoetingen tot stand te brengen. De gemeenschappelijke passie voor voetbal verbindt deelnemers en vrijwilligers. Willem II introduceerde in 2018 het programma in Nederland. Het bestaande lokale initiatief in Tilburg wordt doorontwikkeld en uitgebreid naar VVV-Venlo. "Af en toe vergeet ik wat. Maar niet als het over voetbal gaat." - Jimmy Calderwood (ex-Willem II) kampt met dementie
Stichting Welzijn Ouderen Berkel-Enschot	38. Koffietijd (Stichting Welzijn Ouderen Berkel-Enschot)	Het Platform Welzijn Ouderen Berkel-Enschot is actief voor ouderen in het dorp. Er woont een grote groep zelfstandig wonende, kwetsbare ouderen. Deze ouderen zijn kwetsbaar op het gebied van mobiliteit, (dreigend) isolement of een ziektebeeld. Door diverse redenen kunnen zij niet aansluiten bij het reguliere aanbod. Koffietijd is opgezet om deze doelgroep wél te bereiken. Het voorkomt of bestrijdt eenzaamheid onder ouderen én overbelasting van mantelzorgers. Koffietijd is een wekelijkse activiteit voor twaalf (vaste) gasten. Vrijwilligers verzorgen vervoer, activiteiten en lunch. Er is sprake van een 'georganiseerde deelname'. Er zijn korte lijnen tussen vrijwilligers- en professionele organisaties. Toetsing verloopt zonder indicatie via welzijnsorganisaties, thuiszorg en/of de huisarts. Door toenemende vraag is uitbreiding en doorontwikkeling gewenst. Koffietijd is een laagdrempelig en goedkoop alternatief dat dagbesteding uitstelt. Het collectieve aspect maakt Koffietijd efficiënt en duurzaam.
Stichting Centrum Sociaal Vitaal	39. Sharing stories, met tips en tops aan de slag (Stichting Centrum Sociaal Vitaal)	Stichting Sociaal Vitaal heeft het spel Sharing Stories ontwikkeld dat ouderen die zich eenzaam voelen de gelegenheid biedt om positieve ervaringen uit hun leven met anderen te delen onder begeleiding van een vrijwilliger. Het spel focust zich op het activeren van positieve levensverhalen in verschillende levensfasen rondom de thema's plezier, durf, liefde en succes. Herinneringen worden met vraagkaartjes verrijkt door de andere deelnemers. De spelleider heeft een belangrijke rol in het creëren van een veilige setting.

		De doelgroep van dit project zijn ouderen van 75 jaar en ouder die nu niet deelnemen aan activiteiten van een welzijnsorganisatie in Maarssen en Breukelen. Voor het werken met het spel en het begeleiden van persoonlijke verhalen wordt een korte training aan vrijwilligers aangeboden met terugkommomenten. Vervolgens nodigen de vrijwilligers met behulp van de coördinator de ouderen uit die hiervoor in aanmerking komen. Zij gaan het spel drie keer spelen en dit wordt geëvalueerd.
SV Geinoord Nieuwegein	40. Geinoord Met En Voor Elkaar (SV Geinoord Nieuwegein)	Op dinsdagmorgen organiseert SV Geinoord in Nieuwegein het wandelvoetbal voor senioren . ‘Geinoord Met en Voor Elkaar’ is een uitbreiding van deze activiteit. Dit project richt zich op inwoners van 75 jaar en ouder uit Nieuwegein. Het doel is hen samen te brengen en eenzaamheid te verminderen. Vanaf 4 februari 2020 zijn de deelnemers elke dinsdag welkom op het sportpark van de vereniging. Er is gratis koffie, thee en lunch. Vrijwilligers zorgen voor activiteiten voor binnen en buiten zoals bewegingsoefeningen, bordspellen, kaarten, sjoelen en jeu de boules. Ook zullen er themadagen worden ingevuld met onderwerpen voor deze doelgroep. Indien nodig zijn er vrijwilligers voor vervoer van en naar huis. Met hulp van huisartsen, thuiszorg, lokale media en de kerken legt SV Geinoord contact met de doelgroep.
HierTV	41. Koffietijd Online – Taalmaatjes (HierTV)	Koffietijd Online stelt senioren in de gelegenheid om via videobellen contact te houden . Voor mensen die tijdelijk of langdurig niet mobiel genoeg zijn om het huis uit te gaan kan videobellen waardevol zijn. Taalmaatjes zijn senioren van 75 jaar of ouder die eenzaamheid ervaren of het leuk vinden om aan dit project mee te doen. Taalstudenten zijn mensen die Nederlands willen praten en oefenen. Hoe ziet het project eruit? Op een vast moment komen beide partijen online samen. Drie keer per maand vindt het gesprek digitaal plaats. Één keer per maand ontmoeten de deelnemers elkaar om samen te koken of koffie te drinken. We vragen taalmaatjes om taalstudenten te helpen hun Nederlands te oefenen. Hiermee willen we gevoelens van existentiële eenzaamheid, ‘Wat voeg ik nog toe?’, bij senioren voorkomen en bestrijden. Verschillende doelgroepen komen innovatief en toekomstbestendig met elkaar in contact.
Humanitas en de Zonnebloem (Utrecht)	42. Wijkgericht Vriendschappelijk Huisbezoek (Humanitas Utrecht en de Zonnebloem Utrecht)	Humanitas, afdeling Utrecht en de Zonnebloem Utrecht werken samen om wijkgericht eenzame ouderen (75+) in Vleuten-De Meern en Leidsche Rijn te helpen uit hun sociaal isolement te komen. Uit gemeentelijke cijfers blijkt dat de eenzaamheid in deze wijken relatief hoog is. Humanitas en de Zonnebloem vormen voor en door 75-plussers een gezamenlijke stuurgroep die op zoek gaat naar vrijwilligers om deelnemers te kunnen ondersteunen. Onze stuurgroep ondersteunt bij het werven van vrijwilligers, het toetsen van de scholing en het netwerken in de wijken. In dit project koppelen we hulpvragers aan oudere vrijwilligers (75+) die de wijk goed kennen en goed geschoold worden om een deelnemer te activeren. De vrijwilliger kijkt gedurende één jaar samen met de deelnemer naar het vergroten van het netwerk in de wijk. Hierbij nemen ze kleine stapjes, gebaseerd op de wensen en behoeften van de hulpvrager.

Stichting GALM	43. Sociaal Vitaal Westerwolde (Stichting GALM)	Sociaal Vitaal is een beweegprogramma voor kwetsbare thuiswonende ouderen in de leeftijd van 65 tot 85 jaar die (te) weinig bewegen en/of gevoelens van eenzaamheid ervaren. Het doel is om fysieke fitheid te verbeteren en sociale vaardigheden aan te leren ter bevordering van weerbaarheid, veerkracht en sociale verbondenheid. Het project bestaat uit een voorbereidingsfase, een persoonlijke wervingsbenadering, het aanbieden van een fittest en een veelzijdig beweegprogramma met aandacht voor weerbaarheid, sociale vaardigheden, gedragsbehoud en gezondheid. Het borgen van de groepen (in bestaande structuren of zelfstandig) is de laatste en zeer belangrijke fase van het project. Sociaal Vitaal is een project dat op maat wordt aangeboden en door Stichting Galm in samenwerking met relevante lokale partners wordt uitgevoerd. In Westerwolde maken Welzijn Westerwolde, Zorggroep Meander (thuiszorg) en de gemeente deel uit van de projectgroep. Deze wordt ondersteund door de huisartsenpraktijken.
Openbare Bibliotheek Amsterdam	44. Oba maatje (Openbare Bibliotheek Amsterdam)	Met het project 'OBA Maatje' richt de OBA zich sinds 2018 op alle ouderen die niet meer in staat zijn zelfstandig naar de bibliotheek te komen, maar nog onverminderd van lezen houden. Enthousiaste vrijwilligers brengen ten minste elke maand een bezoek aan een zogenaamde thuislezer met een selectie boeken of andere media. Door een zorgvuldige koppeling tussen de vrijwilliger en thuislezer vormt de driehoek tussen thuislezer, vrijwilliger en OBA een mooie match. De ervaring heeft geleerd dat de maandelijkse bezoeken een toegevoegde waarde hebben voor zowel de ouderen als de vrijwilligers en duidelijk in een behoefte voorzien. Met OBA Maatje wil de OBA bijdragen aan het verminderen van eenzaamheid onder ouderen, vooral de 75-plussers. OBA Maatje verlaagt de drempel tot het leggen van contact, omdat een bezoek aan de ouderen is gekoppeld aan het lenen van boeken of andere media.
Stichting Welzijn Capelle	45. Alleen is maar Alleen 2.0 (Stichting Welzijn Capelle)	'Alleen is maar alleen 2.0' richt zich op eenzame 75-plussers in Capelle aan den IJssel. Het is een maatjesproject met speciale groepsbijeenkomsten. Deze zijn erop gericht het gevoel van eigenwaarde en controle van de ouderen te vergroten. Deelnemers worden gestimuleerd om mee te doen met buurtactiviteiten. Zo neemt het netwerk van de ouderen weer toe. Professionals en vrijwilligers van Welzijn Capelle voeren individuele gesprekken met 75-plussers en vullen gezamenlijk de eenzaamheidsschaal van VZinfo in om te zien of de bewoner eenzaamheid ervaart. De deelnemers van Alleen is maar alleen 2.0 worden aan een maatje gekoppeld. De maandelijkse groepsbijeenkomsten focussen op ontmoeting en informatie. Ook werken de deelnemers aan leeropdrachten om hun veranderwens in kaart te brengen. De maatjes leren over de belevingswereld van de 75-plusser en helpen bij de persoonlijk leeropdrachten. Maandelijks komt er een nieuwsbrief 'Kom d'r eens uit!' uit.

Stichting Seniorenplezier	46. Versterking Seniorenplezier (Stichting Seniorenplezier)	‘Seniorenplezier’ biedt kwetsbare ouderen uit Wormer en omgeving een huiskamer. Ouderen kunnen binnenlopen voor een kop koffie of aanschuiven bij een diner. Ook worden er uitjes georganiseerd, bijvoorbeeld naar de bollenvelden. Hierdoor doen de ouderen nieuwe contacten op, vergroten ze hun sociale netwerken worden ze weerbaarder. De activiteiten zijn echter niet kostendekkend. Doormiddel van het project ‘Doorontwikkelen Seniorenplezier’ willen we de continuïteit van Seniorenplezier waarborgen. Door samenwerking met het Nationaal Ouderenfonds willen we de bedrijfsvoering verbeteren. De afhankelijkheid van individuele vrijwilligers moet worden verkleind. Door samen te werken met andere partijen die ouderen ondersteunen, verbeteren we de kwaliteit van onze dienstverlening. We willen hierdoor nog meer ouderen bereiken en onze impact vergroten. Onze ervaringen leggen we vast in een handboek zodat andere groepen vrijwilligers in Nederland aan de slag kunnen met het opzetten van hun eigen Seniorenplezier.
Buurtcoöperatie Apeldoorn-Zuid	47. Eenzaamheid? Aanbellen! (Buurtcoöperatie Apeldoorn-Zuid)	Buurtcoöperatie Apeldoorn-Zuid is een bewonersinitiatief uit Apeldoorn-Zuid die het omzien naar elkaar vergroot. Onze buurtassistenten bellen huis aan huis aan om met alle buurtgenoten in contact te komen. Dat is een effectieve methode gebleken om eenzaamheid op te sporen. Doordat de buurtassistent uitnodigt tot participatie, drempels slecht en mensen verbindt, lukt het ons om eenzaamheid te doorbreken. In het project 'Eenzaamheid? Aanbellen!' nemen wij een extra buurtassistent in dienst om dit proces een impuls te geven. Tevens worden contacten met huisartsen in Apeldoorn-Zuid gelegd, zodat er samenwerking op gang kan komen om eenzaamheid te stoppen. Onze eerste samenwerkingspartner is hierbij Huisartsenpraktijk Van der Velde. Samen maken we een einde aan eenzaamheid door ouderen bijvoorbeeld te begeleiden naar ons buurthuis Ons Honk, te koppelen aan een andere buurtbewoner of door het inzetten van een student via ons Leerbedrijf. Samen tegen eenzaamheid!
Stichting Stadsparels	48. BuurtBLIK Heemstede (Stichting Stadsparels)	In ons project ‘BuurtBLIK’ maken 75-plussers films over de wijze waarop ouderen zich verbinden met de wereld om hen heen. Zij brengen daarvoor plekken in beeld waar ouderen samenkomen. Eenzaamheid onder ouderen is groter dan ooit. De BuurtBLIK-films helpen mensen die verbinding zoeken om die stap wél te zetten. Want bijna alle senioren, ook de makers van de films, weten dat het heel lastig is om je weer te verbinden na bijvoorbeeld het overlijden van je partner. Het project rust op twee pijlers: films gemaakt door de doelgroep zelf en op het activeren van een community van belanghebbenden die zich inzetten voor de verspreiding van de films. We schrijven een handboek over deze methodiek en ontwikkelen een jaartraining voor professionals van welzijns-, cultuur- of zorginstellingen. BuurtBLIK is een project van Mirna Ligthart en Marieke Boon van Stichting Stadsparels. In samenwerking met Kennemerhart en Gemeente Heemstede.

Stichting PieterBrueghelHuis	49. Ontmoeting maakt alles mooier! (Stichting PieterBrueghelHuis)	Projectomschrijving Het PieterBrueghelHuis is een uniek ontmoetingshuis voor en door burgers in de gemeente Meierijstad. We willen met 'Ontmoeting maakt alles mooier!' mensen met een klein of geen netwerk helpen met het ontmoeten van anderen. Dit doen we door de inzet van buddy's, het organiseren van activiteiten op zondagen en het uitbreiden van het activiteitenprogramma door de weeks. Samen met de projectpartners vinden we mensen die eenzaam zijn. We leggen contact met hen en maken tijd om elkaar te leren kennen. We zoeken naar een passende invulling bij hun vragen en behoeften. De burger komt hierdoor op de juiste plek in contact met de juiste mensen. Door het organiseren van laagdrempelige betekenisvolle activiteiten rondom het thema ontmoeting, willen we de eenzaamheid in onze gemeente verminderen. Dit project richt zich op eenzame ouderen in de gemeente Meierijstad.
Carintreggeland	50. SamenUit! (Carintreggeland)	'SamenUit!' wil oud en jong verbinden. SamenUit! organiseert uitstapjes voor een steeds grotere groep kwetsbare ouderen in de regio Twente. De uitstapjes zorgen voor verbinding, zingeving, gevoel van welbevinden en opbouw van sociale contacten met als doel om eenzaamheid tegen te gaan. SamenUit! heeft een vaste groep vrijwilligers die de uitstapjes uitvoeren. De afgelopen jaren heeft SamenUit! al meerdere uitstapjes georganiseerd in samenwerking met het ROC van Twente. Dit is van grote meerwaarde gebleken voor oud en jong. In het komende jaar willen wij met het ZonMw-programma dit initiatief verder uitbouwen. Wij gaan ouderen nog meer betrekken bij het lespakket van het ROC. Wij nodigen ouderen uit om gastlessen te geven voor het vak Burgerschap. Het contact tussen oud en jong geeft een positieve sfeer en zorgt voor levendigheid. Dit draagt bij aan de bestrijding van eenzaamheid.
Cordaan	51. Doorontwikkeling mobiele participatiecoach voor ouderen (Cordaan)	Er zijn zorgen over de verborgen ondersteuningsbehoefte onder thuiswonende ouderen in Amsterdam, zeker nu de vergrijzing toeneemt, ouderen langer thuis moeten blijven en de kans op sociaal isolement toeneemt. Gelukkig is er een uitgebreid ondersteunings- en zorgaanbod beschikbaar, maar deze moet de bewoner zelf inschakelen. Dit is voor veel ouderen, met name met een klein netwerk, erg lastig te organiseren. Om deze groep bewoners echt te bereiken is er een andere benadering en maatwerk nodig. De mobiele participatiecoach krijgt als taak om deze kwetsbare bewoners actief op te sporen en de ondersteuning, vanuit de behoefte van de cliënt, te organiseren. De coach stelt samen met de cliënt, en eventueel mantelzorger, een weekagenda op die cliënten een bevredigende en passende invulling van hun tijd biedt. Dit kan gaan om geïndiceerde activiteiten, maar juist ook om het informele zorg- en welzijnsaanbod. De coach begeleidt de cliënt bij eerste ontmoetingen en blijft beschikbaar waar nodig.

Stichting GALM	52. Sociaal Vitaal Stadskanaal (Stichting GALM)	‘Sociaal Vitaal’ is een beweegprogramma voor kwetsbare, thuiswonende ouderen in de leeftijd van 65 tot 85 jaar die (te) weinig bewegen en/of gevoelens van eenzaamheid ervaren. Het doel is om fysieke fitheid te verbeteren en sociale vaardigheden aan te leren ter bevordering van weerbaarheid, veerkracht en sociale verbondenheid. Het project bestaat uit een voorbereidingsfase, een persoonlijke wervingsbenadering, het aanbieden van een fittest en een veelzijdig beweegprogramma met aandacht voor weerbaarheid, sociale vaardigheden, gedragsbehoud en gezondheid. Het borgen van de groepen (in bestaande structuren of zelfstandig) is de laatste en zeer belangrijke fase van het project. Sociaal Vitaal is een project dat op maat wordt aangeboden en door Stichting Galm in samenwerking met relevante lokale partners wordt uitgevoerd. In Stadskanaal maken Stichting Welstad, Zorggroep Meander (thuiszorg) en de gemeente deel uit van de projectgroep. Deze wordt ondersteund door Buurtzorg, participatieraad, kerken en ouderbonden.
Stichting ZID	53. VerhalenVanger + - voor senioren (Stichting ZID)	Dit programma bestaat uit wekelijkse, creatieve workshops voor ouderen uit het zorgcentrum Osdorperhof (Amsterdam Nieuw-West) en buurtbewoners. De methode VerhalenVanger, ontwikkeld door ZID Theater, wordt hierbij toegepast. Deze methode daagt deelnemers uit hun verhaal met elkaar te delen. De gevangen verhalen worden vervolgens op theatrale wijze gepresenteerd op het openbare, maandelijkse ‘Cultuurpodium’, waar ook optredens plaatsvinden van lokale artiesten. Het project is bedoeld voor 75-plussers, wonend in en rondom het woon- zorgcentrum Osdorperhof. Met dit programma willen we ouderen verbinden met elkaar en met andere buurtbewoners, jong en oud en van diverse culturele achtergronden. Dat maakt hun sociale netwerk minder kwetsbaar en voorkomt sociale eenzaamheid. We werken samen met professionals en vrijwilligers die met ouderen (willen) werken. Zij worden gedurende dit project getraind om de methodiek zelfstandig toe te passen.
Indigo Preventie	54. Gezond Oud Worden In Nederland: GO-WIN (Indigo Preventie)	Stichting Ouderen Feijenoord, Inclusia en Indigo preventie gaan de methodiek GO-WIN (Gezond Oud Worden In Nederland) inzetten voor migranten ouderen vanaf 75 jaar. We richten ons op Marokkaanse ouderen in gebied Feijenoord. De afgelopen jaren is GO-WIN succesvol uitgevoerd voor migranten ouderen van 50 tot 60 jaar. Echter, 75+ migranten ervaren ook eenzaamheid; 59% van de Marokkaanse ouderen rapporteert sociale eenzaamheid. Er is weinig aanbod voor hen en bij datgene dat er is voelen zij zich niet thuis. Ook beschikken ze over minder Nederlandse taalvaardigheden en algemene gezondheidsvaardigheden. Eenzaamheid is vaak verweven met heimwee. Met het uitvoeren van de methodiek willen we de zelfmanagementvaardigheden en daarmee het welbevinden vergroten waardoor de ouderen zich minder eenzaam voelen. We voeren de cursus tweemaal

		uit. Het is nodig om de bestaande methodiek aan te passen voor 75-plussers. Ook willen we de methodiek nog beter beschrijven waardoor deze landelijk verspreid kan worden.
Stichting Oisterwijk Centraal	55. Ontmoeting in Beweging, gezamenlijk, gezond en gezellig (Stichting Oisterwijk Centraal)	We laten mensen letterlijk en figuurlijk in beweging komen, waarbij de nadruk ligt op ontmoeting en gezelligheid. Beweging en verbetering van de vitaliteit is voor veel deelnemers de 'hoofddreden' om mee te doen. We bieden een laagdrempelig en aantrekkelijk beweegprogramma met drie 'veilige' sporten: zwemmen, wandelen en stoelgym plus aangepaste stoelyoga. Dit doen we 40 weken per jaar, 2x per week. We richten ons op kwetsbare ouderen in de gemeente. Vooral mensen die niet meer op eigen kracht mee kunnen doen aan recreatieve en/of sportieve activiteiten. Chronische, lichamelijke en psychische beperkingen, vaak samen met armoedeproblematiek, maken dat mensen eenzaam thuis zitten en zelf de stap niet meer zetten om ergens bij te gaan horen. Ons programma is een totaalconcept met vervoer vanaf een centrale opstapplaats, samen sporten en koffiedrinken. Deelname is zonder abonnement. Doel is doorbreken van het sociale isolement en het versterken van het zelfvertrouwen.
Stichting GEZ Aalsmeer	56. Rollator wandelgroep Aalsmeer (Stichting GEZ Aalsmeer)	We zijn in 2019 gestart met onze rollator wandelgroep. Elke week gaan we wandelen en aansluitend drinken we een kop koffie met zijn allen. Bij slecht weer huren we een zaal in sportcentrum en organiseren we binnen activiteiten zoals een parcours wandelen. Ook als mensen geen rollator hebben, maar wel willen meedoen, dan zijn ze van harte welkom. Onze doelgroep bestaat uit ouderen die voor de gezelligheid komen wandelen, ouderen die zich nog onzeker voelen met het lopen met een rollator, ouderen die mobieler willen worden, ouderen die wat aan hun conditie willen doen en ouderen die eenzaam zijn. De meeste deelnemers zijn 70-plussers, maar we hebben ook wel wat minder oudere deelnemers. Dit is voor de dynamiek van de groep erg leuk. We willen dit jaar op een andere locatie (Kudelstaart) ook dit initiatief gaan opstarten. We doen dit door overal posters en flyers op te hangen, een advertentie in de lokale krant te plaatsen en de nulde en eerste lijn te informeren.
Stichting Netwerk Samen voor Goud	57. Gouda tegen Eenzaamheid - Netwerk Samen voor Goud (Stichting Netwerk Samen voor Goud)	Het verminderen van met name sociale eenzaamheid onder ouderen. We hebben twee speerpunten centraal staan: Signaleren van eenzaamheid en duurzame contacten opbouwen tussen jongeren en ouderen. Met het realiseren van diverse straattafels in de stad, doen we signalen op van eenzaamheid onder ouderen. Door jongeren te laten deelnemen aan bezoektteams investeren we in duurzame relaties met ouderen. De straattafel is een ontmoetingsplek op straat of in een openbare ruimte, waar mensen kunnen aanschuiven voor gratis koffie en thee. Aan de straattafel nemen twee jongeren plaats als gastheer/gastvrouw. Zij gaan in gesprek met de bezoekers, onder leiding van een professional. Nu hebben we één straattafel, dit willen we uitbouwen tot vijf straattafels.

		Het bezoektteam is een poule van jongeren die regelmatig op bezoek gaat bij ouderen. Dit kunnen ouderen zijn die we via de straattafel ontmoet hebben, maar dit zijn ook ouderen die we al vanuit ons netwerk kennen. Naast dit alles gaan we in gesprek met de ouderen welke rol zij willen innemen voor jongeren. Ouderen zijn van onschatbare waarde. Graag dragen we de levenservaring over aan de jongeren die vrijwilliger zijn bij Netwerk Samen voor Goud. Dit kan in de vorm van trainingen, activiteiten en dergelijke.
Stichting Stadstoneel	58. 'Spelen Met Tijd' improvisatiecursus voor eenzame buurtgenoten van 75+ (Stichting Stadstoneel)	Een serie van 12 improvisatiebijeenkomsten voor eenzame 75-plussers. Zij maken, door te luisteren en te kijken naar elkaars verhalen, op informele wijze kennis met hun buurtgenoten en deze theatrale methode. Ze worden uitgedaagd, onder begeleiding van theaterdocent Joanne Swaan, blokkades die de spontaniteit tegenhouden bewust op te heffen. Door luisteren, kijken, emotionele expressie, timing, fysieke uitdrukking, aanraken enzovoorts, leren zij spelenderwijs verbaal en non-verbaal te communiceren. Zo trainen zij hun sociale vaardigheden. Ouderen raken soms het contact met hun omgeving kwijt en weten niet dat je het improvisatie- en expressievermogen kunt trainen. Spelen Met Tijd leert hen zich bewust te worden van deze alledaagse kunst en deze ook in te zetten om uit hun isolement te komen. Zij leren een positieve basishouding aan ten opzichte van hun medespelers en vooral van zichzelf. Bezig zijn met improvisatie is een verrijking van je sociale vaardigheden als medemens.
Het Danspaleis	59. Voorstel Het Danspaleis in Rotterdam in 2020; Faciliteren infrastructuur Aanpak Eenzaamheid (Het Danspaleis)	De missie van 'Het Danspaleis' is om ouderen in Nederland vitaal en inclusief te houden door hun kwaliteit van leven te verbeteren met dans en muziek, en daarmee eenzaamheid aan te pakken. Het Danspaleis is een ouderwets gezellige dansmiddag voor ouderen en hun omgeving, die georganiseerd wordt in zorgcentra en Huizen van de Wijk. Daarnaast is er de Muzieksalon, waar deelnemers elkaar ontmoeten in een huiskamersetting. Hier worden samen herinneringen opgehaald met muziek en nieuwe ontmoetingen gecreëerd. Ook buiten deze edities om worden nieuwe contacten voortgezet. Wij verbinden ouderen door dansen en muziek in te zetten om mensen te raken en met elkaar in contact te brengen. Onze gastvrije vrijwilligers spelen hierbij een belangrijke rol. Onze doelgroep bestaat uit (eenzame) ouderen, zowel in zorgcentra als zelfstandig wonend. Alle ouderen en hun familieleden, mantelzorgers, personeel van de verzorgingscentra en buurtbewoners, zijn welkom.

B. Subsidieoproep 2020

a. Subsidieoproep 2 stroom 3 Kwaliteitsontwikkeling eenzaamheidsinterventies

Organisatie	Projectnaam	Projectomschrijving
Stadstrainers	60. Mijn Verhaal – Interventies tegen eenzaamheid onder 75+ers (Stadstrainers)	De interventie 'Mijn Verhaal' is een groepsactiviteit voor ouderen die kampen met één of meerdere vormen van eenzaamheid. Deelnemers maken via zelfgemaakte (polaroid)foto's en korte verhalen hun dagelijks leven zichtbaar door bijvoorbeeld dagelijkse activiteiten, hobby's en belangrijke mensen vast te leggen. Fotografie wordt ingezet als middel om het delen van dit verhaal makkelijker te maken: foto's zetten het verhaal kracht bij en ondersteunen deelnemers die moeite hebben met zich in woorden uit te drukken. Door een train-de-trainersprogramma wordt de methode van Mijn Verhaal overdraagbaar gemaakt zodat andere organisaties hiermee aan de slag kunnen. In ons ZonMW-traject draagt Stadstrainers de methode over op samenwerkingspartners SOL en de Zellingen, zodat zij de methode duurzaam in kunnen zetten in hun dagelijks werk. Deze train de trainer monitoren we in samenwerking met. Socioloog Marion Matthijssen en zo werken we aan opname van de interventie in de databank "Effectieve sociale interventies" van Movisie.
Netwerk van Organisaties van Oudere Migranten (NOOM)	61. Sociaal Vitaal in Kleur Utrecht (NOOM)	Sociaal Vitaal in Kleur is een beweegprogramma voor kwetsbare thuiswonende migrantenouderen in Utrecht . Sociaal Vitaal in Kleur richt zich op 55-plussers met een Marokkaanse, Turkse en Chinese achtergrond die (te) weinig bewegen en/of gevoelens van eenzaamheid ervaren. Het doel is om fysieke fitheid te verbeteren en sociale vaardigheden aan te leren ter bevordering van weerbaarheid, veerkracht en sociale verbondenheid en daardoor hun gevoelens van eenzaamheid te verminderen. Ouderen worden op verschillende manieren actief bij de uitvoering betrokken. Het project start met een persoonlijke wervingsbenadering via sleutelpersonen. Vervolgens wordt de fitheid gemeten. Aansluitend wordt een beweegprogramma met aandacht voor weerbaarheid, sociale vaardigheden, gedragsbehoud en (gezondheids)voorlichting aangeboden. Het project wordt uitgevoerd door NOOM, COSBO-Stad-Utrecht, DOCK Utrecht Zuidwest, Hanzehogeschool Groningen en GALM. Het project duurt 18 maanden en start op 15 januari 2021.
Bureau LWPC	62. Project creatiefleven goed beschreven en goed onderbouwd (bureau LWPC)	Creatief Leven is een cursus van 8 weken voor wie zich te lang eenzaam voelt. De cursus leert mensen hun eigen eenzaamheid te verminderen. Het sluit aan op de (on)mogelijkheden van mensen die last hebben van eenzaamheid. Met dit project richten we ons op deelnemers van 75 jaar en ouder. Voor hen is het juist zo geschikt omdat er geen digitale vaardigheden nodig zijn. Het tempo past de cursusleider zo nodig aan. Dit project is geslaagd als deze interventie toegankelijk is voor het werkveld. We voeren de cursus uit in Den Haag samen met lokale partijen. We maken een procesevaluatie. We voeren voor- en nametingen uit. We schrijven een handboek met beschrijving en een wetenschappelijke onderbouwing voor de cursus. We maken een voorstel voor invoering van deze beschrijvingen van de cursus

		in de databank van Movisie. We maken een plan voor het duurzame verankeren van deze aanpak voor het werkveld en een eindverslag van het project.
Stichting Fort van de Verbeelding	63. Het Grijze Koppen Orkest onder de loep (Stichting Fort van de Verbeelding)	Het Grijze Koppen Orkest is een succesvol muziek-project van Fort van de Verbeelding. In het project maken ouderen muziek. In echte orkesten, met bijzondere instrumenten en met elkaar. Ook zij die nog nooit muziek hebben gemaakt doen mee. Overal in Nederland zijn er Grijze Koppen Orkesten. In zorgcentra en op wijklocaties. Ouderen oefenen wekelijks en treden echt op. Samen met kinderen van de basisschool en muziekprofs en -amateurs uit de buurt. Het Grijze Koppen Orkest wordt onderzocht op twee in het oog springende aspecten. Allereerst haar werking op eenzaamheid van de deelnemende ouderen. En ten tweede op haar duurzaamheid. Fort van de Verbeelding beoogt de orkesten te laten voortbestaan na de eerste gesubsidieerde periode. Ze zet daarvoor tal van duurzaamheids-tools in. Maar hoe werken die tools? Leveren ze ook op wat ze beogen? Zijn er manieren waarop dit allemaal nog beter kan?

b. Subsidieoproep 2 stroom 4 Ondersteuning maatschappelijke beweging tegen eenzaamheid

Organisatie	Projectnaam	Projectomschrijving
Dag!enDoen!	64. Dag!enDoen!Duurzaam Door (Stichting Dag!enDoen!)	Dag!enDoen! is een project dat ouderen in staat stelt dagelijks via een digitale activiteitenagenda te zien aan welke activiteiten zij die dag deel kunnen nemen, direct vervoer regelt en een maatje dat hen ondersteunt met het gebruik van de (in bruikleen gegeven) tablet en mee kan gaan naar een activiteit. De App die is ontwikkeld is zeer gebruiksvriendelijk. De methodiek is een oplossing voor mensen die eenzaam zijn of dreigen te worden. Het geeft het antwoord op de drie problemen die deze groep mensen aangeeft als reden voor het niet deelnemen aan activiteiten: Ik weet niet wat er te doen is, ik weet niet hoe ik er moet komen en ik ga er niet in mijn eentje naar toe. Het project wordt in diverse gemeentes uitgerold via de lokale welzijnsinstellingen met ondersteuning vanuit Stichting Dag!enDoen!. Daarnaast worden interactieve thuisactiviteiten ontwikkeld en aangeboden, zoals de digitale huiskamer, het gedicht van de dag en spelletjes.
Sportbedrijf Lelystad	65. Sociaal Vitaal, veranderen in deuren (Sportbedrijf Lelystad)	Sociaal Vitaal is een beweegprogramma voor kwetsbare thuiswonende ouderen van 65-85 jaar, die (te) weinig bewegen en/of gevoelens van eenzaamheid ervaren. In dit programma staan het verbeteren van fysieke fitheid en het vergroten van de sociale verbondenheid voorop.

		Lelystad kent verschillende stadsdelen. In elk stadsdeel zijn eigen trends en ontwikkelingen te zien. Het programma start in stadsdeel Zuidoost. In dit deel is een grote groep senioren van 75 jaar en ouder met beweegbehoeftes en minder sociale verbondenheid. Het initiatief zorgt ervoor dat ouderen elkaar ontmoeten, in beweging blijven en sociaal actief worden. Zo veranderen muren in deuren. Sociaal Vitaal is door en voor ouderen. Zij zijn van start tot finish actief betrokken. De coördinatie ligt bij Sportbedrijf Lelystad in samenwerking met onder andere Stichting GALM, Welzijn Lelystad, OSOL, Thuiszorg Lelystad en Stichting Lelystad Vitaal.
Humanitas	66. Humanitas Ontmoeting – creëren, investeren en borgen (Humanitas)	Het Programma Van Hier naar Daar helpt mensen om zelf iets te doen aan vermindering van hun eenzaamheid door middel van het gezamenlijk vormgeven aan en ondernemen van activiteiten. Hierdoor ontstaat van een sociaal netwerk zodat op langere termijn geen behoefte meer is aan ondersteuning door een vrijwilliger. Vrijwilligers creëren activiteiten in samenspraak met deelnemers; van kleien, koken tot pad gaan. Soms met inzet van smartphone of tablet. Ontmoetingen dragen bij aan verbreding van het sociale netwerk. Activiteiten worden gestart binnen de bekende omgeving om vervolgens aan te haken bij activiteiten in de eigen wijk, in samenwerking met coalitiepartners 'Een tegen Eenzaamheid'. Hoewel ons project gericht is op de 75-plussers, werken 60-plussers vrijwilligers ongemerkt aan de vergroting van hun eigen sociale netwerk. Hiermee wordt eenzaamheid op latere leeftijd ook bij deze groep voorkomen. Mooi voor huidige en toekomstige senioren!
GoldenSports	67. Aanpassen/doorontwikkelen interventie GoldenSports voor 75+ (GoldenSports)	GoldenSports is een interventie waar ouderen elkaar ontmoeten in de buitenlucht door sament te bewegen. Het is een buurtgerichte interventie. Professionel trainers verzorgen samen met vrijwilligers de training. Met het project 'aanpassen GoldenSports voor 75+' richt GoldenSports zich specifiek op deelnemers ouder dan 75 jaar. Het percentage deelnemers ouder dan 75 ligt nu rond de 20%. Met GoldenSports 75+ willen we op 2 locaties onderzoeken hoe we 75+ groep beter kunnen bereiken en betrekken en welke aanpassingen/doorontwikkelingen er nodig zijn in de aanpak GoldenSports. GoldenSports is een erkende interventie (Theoretisch Goed onderbouwd) en opgenomen in de databank van Movisie (thema ouderen en eenzaamheid) en in de database sport en beweeginterventies van KennisCentrum Sport en Bewegen. Uit onderzoek van Mulier instituut van 2019 blijkt dat 79% van de deelnemers nieuwe buurtgenoten ontmoet.
Stichting Koffieluitjes Ede	68. Koffieluitjes Ede Centraal (Stichting Koffieleutjes Ede)	Stichting Koffieluitjes zet zich in voor eenzame senioren in de gemeente Ede en wil deze uit hun isolement halen, ze activeren en het gevoel geven ergens bij te horen. Het doel van Koffieluitjes is om het netwerk van senioren te vergroten, bij te dragen aan het welbevinden en een plezierige weekinvulling. Koffieluitjes is nu in 3 buurten van Ede succesvol actief. Per buurt organiseert Koffieluitjes drie contactmomenten per maand. De basisactiviteiten zijn een koffieochtend, een externe activiteit en een extra ochtend in te vullen naar keuze. De activiteiten worden door de senioren zelf samengesteld waardoor

		zij mede-eigenaar zijn van de jaarplanning. Met de subsidie van ZonMw wil Koffieluitjes de buurt Ede Centrum opzetten. Daar zijn nu de meeste hulpvragen van eenzame senioren. Het concept van Koffieluitjes is in de basis eenvoudig en kan gemakkelijk uitgebreid worden naar andere buurten van Ede.
	69. Groen en Grijs	Omschrijving volgt
Divers I.s.m. Zonnebloem, Met je Hart, KBO, HEVO)	70. TAS Thuis Actief Samen (diverse organisaties)	Binnen dit initiatief worden ouderen in isolement gekoppeld aan een vrijwilliger die hen regelmatig bezoeken en waar mogelijk samen activiteiten uit te voeren thuis. TAS richt zich op ouderen die (tijdelijk) de deur niet uitgaan vanwege fysieke of mentale problemen. Door het contact tussen vrijwilliger en oudere werken we aan het opheffen van de sociale eenzaamheid. Getrainde vrijwilligers gaan in gesprek met de ouderen en proberen hen stap voor stap te activeren om ook andere activiteiten op te pakken. Ouderen worden aangemeld door intermediairs. Intermediairs zijn informele ouderenorganisaties (Zonnebloem, Met je Hart, KBO, HEVO), of professionals uit zorg en welzijn. De medewerker van TAS maakt een zorgvuldige match tussen oudere en vrijwilliger. Vrijwilligers worden door Farent ondersteund en getraind in omgang met (beginnende) dementie en omgaan met psychische kwetsbaarheid en eenzaamheid.
Humanitas	71. Vrijwillige inzet voor en door ouderen (Humanitas)	Het doel van dit project is het voorkomen en verminderen van eenzaamheidsgevoelens bij ouderen vanaf 70 jaar oud. Dit doen we door hen in contact te brengen met vrijwilligerswerk. Enerzijds een oudere koppelen als 'maatje' aan iemand die hulp nodig heeft. Anderzijds een vrijwilliger koppelen aan een oudere die aangeeft graag een 'maatje' te willen. Tot nu toe richtten wij ons in onze maatjesprojecten niet specifiek op de doelgroep (eenzame) ouderen. Wij denken met een extra impuls en specifieke pr deze doelgroep beter te kunnen bereiken. We gaan daarbij uit van behoeftes en wensen van de ouderen zelf. Dus niet 'voor' maar 'met' de doelgroep. Daarmee hopen we een Verdubbeling van het aantal deelnemers en vrijwilligers in de leeftijdscategorie 70+ te bereiken. We breiden uit in de regio, scholen vrijwilligers op het thema eenzaamheid en ouderen. We werken samen met ervaringsdeskundigen en met relevante partijen en netwerken.
Stichting DOCK	72. We komen op bezoek: Eenzaamheidstelefoon (Stichting DOCK)	Deze telefoonlijn is er voor Haarlemmers die hulp nodig hebben of verlegen zitten om een praatje. De vrijwilligers van de telefoonlijn bieden een luisterend oor en kunnen iemand eventueel in contact brengen met een aantal aangesloten welzijnsmedewerkers in de betreffende wijk. Die kunnen samen met de inwoner kijken naar de juiste ondersteuning. Mensen kunnen eveneens worden teruggebeld na een gesprek en vanuit de telefoonlijn worden kwetsbare inwoners ook actief benaderd De telefoonlijn maakt het makkelijk voor mensen om contact te zoeken en biedt een laagdrempelige ingang naar andere soorten ondersteuning. Vooral voor ouderen, die vaak minder goed ter been zijn, is dit een

		simpele manier om in contact te komen. Op deze manier hopen we de eenzaamheid binnen Haarlem in 2021 zichtbaar te maken en te verminderen.
Stichting OPOEH	73. Een oppashond voor eenzame OPOEH's in de rouw (65+ en 75+) (Stichting OPOEH)	Stichting OPOEH doorbreekt sinds 2012 eenzaamheid door senioren (OPOEH's) duurzaam te koppelen aan een oppashond en hun baasje. Het project heeft als doel om eenzaamheid te voorkomen en te verminderen bij rouwende ouderen. Deze rouwende ouderen (RO's) zijn ofwel hun partner ofwel hun eigen dierbare hondje verloren. Geografische focus is in Amsterdam, Rotterdam, Den Haag en Utrecht. De RO's willen wij effectiever bereiken en dat willen wij doen door samen te werken met dierenartsen, POH's/uitvaartcentra, ouderenwelzijncoaches en 'rouwondersteunende' organisaties. Ook zijn er ervaringsdeskundige OPOEH's die deelnemen aan projectgroepen. In 18 maanden denken 500 nieuwe eenzame R.O's van 65+ te bereiken. En daarvan 75% te matchen aan een lief oppashondje. De resterende 25% matchen wij erna want we continueren dit project daarna op eigen kracht/financiering.
Florence	74. We ontmoeten elkaar door cultuur op maat (Florence)	Het programma is gericht op het verminderen van sociale eenzaamheid door plezier te beleven aan de culturele activiteiten. De onderlinge contacten tussen de vakdocent, activiteitenbegeleider en de deelnemer aan de activiteit bevorderen het gevoel ergens bij te horen. De basis is ontmoeten op een fijne plek, zinvolle dagbesteding en aantrekkelijke activiteiten. Wat levert het op? Verminderen van eenzaamheid. Een stimulans voor ouderen om gezond, vitaal en betrokken te zijn. Focus op plezier. Het leven leiden dat je lief is. Ondersteuning van de doelgroep om langer zelfstandig thuis te wonen met passende voorzieningen. Actieve kunstbeoefening onder deelnemers en medewerkers van de ontmoetingscentra wordt bevordert door samen te werken met een vakdocent. Een 'Kunstkar' met kwalitatief goed materiaal wordt ter beschikking gesteld. Partner organisatie KOO levert de vakdocent. Bijzonder is dat we dit project uitvoeren voor 75 + ers, een kwetsbare doelgroep inclusief mensen met dementie.
Humanitas Groningen	75. Belmaatjes (Humanitas Groningen)	'Belmaatjes' is een nieuwe maatjesactiviteit van Humanitas Groningen. Het is een aanvullende vorm van maatjescontact die eenzaamheid bij ouderen en andere kwetsbaren kan helpen verminderen. Belmaatjescontact is laagdrempelig, persoonlijk en 100% coronaproof. Tijdens de eerste lockdown bleek bellen voor veel ouderen en andere kwetsbaren een uitkomst. Vanwege het enthousiasme bij hulpvragers, vrijwilligers en netwerkpartners is besloten om Belmaatjes als aparte activiteit door te ontwikkelen. De keuze voor een belmaatje kan corona-gerelateerd zijn. Maar ook mensen die om andere redenen liever niemand thuis ontvangen, kunnen baat hebben bij een belmaatje. Tot slot kunnen mensen die aan huis gebonden zijn - in plaats van hulp te vragen - zelf belmaatje worden. Onze ambitie voor de komende periode is om Belmaatjes steviger neer te zetten en meer deelnemers en vrijwilligers aan elkaar te koppelen. Zo kunnen we meer tegen eenzaamheid betekenen.

Argos Zorggroep	76. Doorontwikkeling en uitbreiding Argos Vertrouwd en Zeker – Maassluis (Argos Zorggroep)	Argos Zorggroep pakt de doorontwikkeling en uitbreiding op van geclusterd wonen plus in Zonneburcht i.s.m. gemeente Maassluis, wooncorporatie Maasdelta en zorgverzekeraar DSW. Voor ouderen (80/85+) zonder Wlz indicatie die in aanmerking komen voor een sociale huurwoning en behoefte hebben aan beschut wonen met ondersteuning dichtbij. De ondersteuning (praktische hulp- en dienstverlening) is gericht op het voorkómen en tegengaan van eenzaamheid en negatieve gezondheidseffecten daarvan. Vlakbij huis is een groepsruimte met keuken waar ouderen samen zinvolle activiteiten ondernemen. Ze hebben daarbij een betekenisvolle rol en ervaren erbij te horen. Door de focus op bewegen en samen eten krijgen ze meer vitaliteit en durven en kunnen ze meer activiteiten aan. Medewerkers zien de complete ondersteuningsvraag van ouderen en organiseren de ondersteuning door Argos Zorggroep i.s.m. partners. De doorontwikkeling omvat professionalisering van het concept als best practice voor andere locaties.
Hogeschool Zeeland	77. Grip op eenzaamheid: een e-learningmodule ter signalering en bestrijding van eenzaamheid onder ouderen in het verpleeghuis (Hogeschool Zeeland)	Veel ouderen in verpleeghuizen voelen zich eenzaam. Hoewel ze niet vaak alleen zijn, missen ze intieme, langdurige relaties. Het herkennen en bespreekbaar maken van deze gevoelens is vaak moeilijk voor de betrokken mantelzorgers en zorgmedewerkers. In dit project wordt voor hen een korte online cursus ontwikkeld. De al bestaande online module “spil in de wijk” vormt ons uitgangspunt. Deze module gaat over thuiswonende ouderen. In het huidige project passen we de module aan, zodat deze geschikt wordt voor ondersteuning van ouderen in het verpleeghuis. Hiervoor gebruiken we de ervaringen van ouderen en hun omgeving. De module wordt gratis beschikbaar gesteld aan mantelzorgers en zorgmedewerkers en wordt een vast onderdeel van het verpleegkunde onderwijs van de hogescholen in Vlissingen en Rotterdam. De module wordt ook breed gedeeld via netwerken van zorgorganisaties in Zuidwest Nederland en landelijke netwerken. De module biedt handvatten voor ondersteuning van deze groep ouderen.
Stichting De Tijdmachine	78. Gouwe Ouwe ontmoetingen in de wijk (Stichting De Tijdmachine)	Met Gouwe Ouwe ontmoetingen in de wijk nemen wij thuiswonende ouderen mee naar de jaren waarin ze in de bloei van hun leven stonden. Wij brengen livemuziek die veel verder gaat dan een deuntje op de radio; die als een vuurtje de zaal doorgaat en de herinneringen aanwakkert. Onze professionele muzikanten gaan de verbinding aan met de mensen. Hier ontmoeten ouderen naast generatiegenoten ook lokale organisaties die zich inzetten voor ouderenwelzijn. Dit verlaagt de drempel voor ouderen om zich aan te sluiten bij bestaande activiteiten. Door extra inzet op kwetsbare ouderen is Gouwe Ouwe er voor iedereen. Onze droom is dat ouderen op die manier een hechte band met elkaar en hun buurt krijgen. Een band die steeds sterker wordt, omdat ze elkaar op natuurlijke wijze bij het feestelijke samenzijn betrekken en ook deelnemen aan de activiteiten die anderen organiseren. Zo is Gouwe Ouwe een katalysator voor nog meer geluk en binding met de buurt en bestrijden we eenzaamheid.
Stichting Sociaal Collectief Súdwest-Fryslân	79. By jo thus en ut preventief huisbezoek in verbinding (Stichting	De gemeente Súdwest-Fryslân wil het project “By jo thús en út” ontwikkelen. Hiermee wordt eenzaamheid onder 75 plussers in Bolsward e.o. vroegtijdig gesignaleerd en voorkomen. Vrijwilligers leggen huisbezoeken af en gaan in gesprek met ouderen. We willen ontdekken wat hun wensen en verlangens zijn en hen

	Sociaal Collectief Súdwest-Fryslân)	ondersteunen om deze te realiseren. Professionals, inwoners, vrijwilligers of ondernemers werken samen en zijn “present” in buurten, wijken en dorpen. Met de aanstelling van een projectleider zetten we het onderwerp eenzaamheid op de agenda door het organiseren van een mini congres. Er worden twee netwerken ontwikkeld met lokale samenwerkingspartners. Een grote kring van professionals en vrijwilligers worden getraind in het signaleren van eenzaamheid. Hierdoor komen meer eenzame ouderen in beeld met hun vragen en wensen. Na afloop van het project zijn er 200 ouderen bezocht door vrijwilligers.
Stichting Welzijn Lelystad	80. Waarom alleen doen als het samen kan (Stichting Welzijn Lelystad)	Welzijn Lelystad wil breed bijdragen aan de eenzaamheidsaanpak in Lelystad. Dit doen wij door onze kennis over eenzaamheid te delen met inwoners en netwerkpartners. Wij geven de cursus Creatief Leven en de online training Meer Contact waarmee we bewoners leren omgaan met hun eenzaamheidsgevoelens. Het zijn beide laagdrempelige en vooral leuke cursussen om meer zelfinzicht te krijgen, om sociale vaardigheden te oefenen en om beter te snappen waarom je eenzaamheidsgevoelens ervaart. Verder geven we training aan vrijwilligers en professionals die veel bij mensen thuis komen. Deze trainingen gaan vooral over het herkennen van eenzaamheid en het bespreekbaar maken. Daarbij zetten wij ook ervaringsdeskundigen in om dat verhaal kracht bij te zetten. Met de projectsubsidie van ZonMw willen wij ons wel voornamelijk richten op de oudere doelgroep.
Humanitas	81. Humanitas Maatjesproject: vriendschappelijk contact (Humanitas)	Het maatjesproject Vriendschappelijk Contact richt zich op het voorkomen en bestrijden van eenzaamheid van mensen in de stad Maastricht. De focus ligt op de behoefte aan (meer) contact met anderen en/of aansluiting vinden. De deelnemers worden gekoppeld aan een vrijwilliger; een maatje. Deze biedt sociale steun, waardoor het zelfvertrouwen en de zelfredzaamheid van de deelnemer kan verbeteren. Daarbij ondernemen zij op een laagdrempelige manier samen activiteiten gericht op het doorbreken van het isolement, het uitbreiden van het sociale netwerk en het weer actief deelnemen aan de samenleving. De ondersteuning van een vrijwilliger is altijd tijdelijk.
Bint voor welzijn & ondersteuning	82. Positief gezond ouder worden in de buurt (Bint voor welzijn & ondersteuning)	In de gemeente Sint-Michielsgestel bestaat vanaf 2016 een aanpak tegen eenzaamheid met verschillende activiteiten en diensten. Wat beter kan in de gemeente is samenhang tussen al deze projecten/diensten, iets doen met de informatie die we bij mensen ophalen en preventief te werk gaan. Vanuit deze gedachten is het project ‘Positief gezond ouder worden in de buurt’ gestart. Met dit project kunnen we beter aansluiten bij de behoefte van ouderen en eenzaamheid structureel terugdringen. Zo worden er lokale coalities tegen eenzaamheid gevormd per dorpskern. Ook gaan we werken vanuit het gedachtengoed van positieve gezondheid. Praktisch gezien betekent dit dat in de gemeente drie coalities (groepen) ontstaan die zich bezig gaan houden met eenzaamheid onder ouderen in hun dorpskern. Positieve gezondheid is een manier om met mensen in gesprek te gaan en daarbij te kijken

		naar hun veerkracht dus: wat kan iemand nog wél ondanks zijn beperkingen of uitdagingen? En hoe kan iemand van betekenis zijn?
Stichting Welzijn Ouderen Spijkenisse	83. Uitbreiden koffiebus 75+ Nissewaard (Stichting Welzijn Ouderen Spijkenisse)	In Nissewaard bestaat een mobiele koffiebus die 75-plussers kunnen 'inboeken' voor een koffiemoment. Het is een rolstoelbus die geschikt is gemaakt om op afstand met elkaar contact te hebben onder het genot van een bakje koffie, thee of fris . De bus is volledig coronaproof aangekleed. 75-plussers kunnen zich aanmelden via het centrale telefoonnummer en e-mailadres van de ouderenwelzijnsorganisaties SWO in Spijkenisse. Met dit project beogen we de inzet van deze bus in Nissewaard te vergroten naar meer ouderen en in het bijzonder de Koffiebus aan te bieden aan 75-plussers die geen deelnemer van de SWO zijn. We bereiken deze nieuwe deelnemers zoveel mogelijk door samenwerkingen aan te gaan met zorgorganisaties, woningbouwcorporaties, wijk en bewonersgroepen en winkels zoals Albert Heijn en Jumbo. Deelnemers worden tevens uitgenodigd om koffiemomenten voor anderen te helpen organiseren.
Spectrum, partner met elan	84. Doorontwikkeling vrijwillige ouderenadviseurs in de strijd tegen eenzaamheid (Spectrum, partner met elan)	In Lingewaard worden ouderenactiviteiten georganiseerd om eenzaamheid tegen te gaan. De ouderensstichtingen organiseren voor ruim 5000 ouderen activiteiten. Soms is de stap naar meedoen te groot voor eenzame ouderen. Dan kan de ouderenadviseur helpen. De ouderenadviseur biedt een luisterend oor, geeft advies en verwijst (soms) door. Door inzet van de ouderenadviseurs worden méér ouderen geholpen door: een training voor ouderenadviseurs te ontwikkelen; meer lokale, vrijwillige ouderenadviseurs te werven en trainen. Ouderenadviseurs helpen ook bij andere vragen, bijvoorbeeld: wonen, financiën en contact met instanties. Zo kan de ouderenadviseur breed helpen. Samen met ervaringsdeskundigen, vrijwilligers en lokale organisaties gaan Stichting Welzijn Lingewaard, Senioren Netwerk Lingewaard en Spectrum aan de slag.
Stichting Fietsmaatjes Teylingen	85. Minder Eenzaam, Samen Oud en Vitaal (MESOVIT) (Stichting Fietsmaatjes Teylingen)	Bij Fietsmaatjes maken ouderen regelmatig fietstochten op een duofiets met een maatje . Daardoor zijn ze meer in beweging en buiten en hebben meer sociaal contact. Het project Minder Eenzaam, Samen Oud en Vitaal (MESOVIT) heeft als doel om het bestaande initiatief Fietsmaatjes door te ontwikkelen voor de doelgroep van eenzame ouderen. Fietsmaatjes.NL ontwikkelt met Mulier Instituut de volgende twee resultaten: Medewerkers uit eerstelijns zorg en welzijnsorganisaties gaan eenzame ouderen beter doorverwijzen. Zij signaleren eenzaamheid en vertellen de ouderen uit eigen ervaring hoe leuk Fietsmaatjes voor hen kan zijn; Vrijwilligers worden beter in staat gesteld om dilemma's, die voorkomen bij het omgaan met eenzaamheid, te bespreken. Hierdoor krijgt het maatjescontact voor beiden meer betekenis. Bij de ontwikkeling wordt samengewerkt met mensen uit de doelgroep in de pilotgemeente Teylingen. De resultaten worden verspreid naar gemeenten waar Fietsmaatjes actief is en naar nieuwe locaties.

Bibliotheek Utrecht	86. Ontmoetingen en activiteiten voor senioren in de Bibliotheek Neude (Bibliotheek Utrecht)	In de binnenstad van Utrecht merken veel senioren dat ze ‘alleen achterblijven’. Leeftijdsgenoten komen te overlijden of trekken naar de wijken. Plekken waar senioren samenkomen, zoals de bruine kroeg op de hoek, verdwijnen. In 2020 is de nieuwe bibliotheek in de binnenstad van Utrecht geopend. Een mooie plek voor ontmoeting en deelname aan activiteiten voor senioren. Het doel is de zelfredzaamheid van senioren in de binnenstad te stimuleren. En eenzaamheid bij hen te voorkomen en/of te verminderen. Door het organiseren van activiteiten gericht op het verbeteren van (digitale) vaardigheden. En het versterken van het sociaal netwerk. Zoveel mogelijk met en door de senioren zelf. De bibliotheek is een plek waar veel wijkpartners hun krachten bundelen. Binnen dit project werkt de Bibliotheek Utrecht samen met Cosbo (belangenbehartiger ouderen Utrecht), Dock (sociaal makelaar) en Mitros (woningcorporatie).
Stichting Wel.kom	87. Belmaatje Roermond (Stichting Wel.kom)	In maart 2020 is op initiatief van een aantal vrijwilligers in Roermond de Belbrigade opgezet. De Belbrigade is bedoeld om eenzaamheid bij ouderen weg te nemen, die ontstond vanwege de coronamaatregelen. De tijdsinvestering voor de vrijwilligers is echter zo groot, dat het voor hen niet haalbaar is om hier in de toekomst mee door te gaan. Dat is de aanleiding voor dit project. Doel van het project Belmaatje is om de Belbrigade op te nemen als onderdeel van Maatje-op-Maat van welzijnsinstelling Wel.kom in Roermond. Op deze manier willen we deze dienstverlening voor toekomst veilig stellen. Op deze manier komt er voor aanvragers 1 ingang voor alle één-op-één ondersteuningsvragen. We richten ons op 75-plussers, met specifieke aandacht voor oudere mantelzorgers en licht dementerende ouderen. Vrijwilligers kunnen zich voor meerdere onderdelen inzetten en worden persoonlijk en groepsgewijs begeleid en geschoold.
Humanitas Amsterdam	88. Tandem (Humanitas afdeling Amsterdam)	Het doel van Tandem Amsterdam is eenzaamheid verminderen voor deelnemers die minder (zinvolle) contacten hebben dan gewenst. Vrijwilligers helpen de deelnemers om bestaande contacten te versterken of om nieuwe mensen in de buurt te ontmoeten. Op die manier wordt het sociale netwerk sterker en groter gemaakt. Dat is goed voor het zelfvertrouwen. Zo krijgt iemand het plezier in sociaal contact weer terug! Getrainde vrijwilligers helpen eenzame ouderen rond de pensioenleeftijd om het plezier in sociaal contact terug te krijgen. De deelnemer stelt zelf doelen. Bijvoorbeeld zelfstandig met openbaar vervoer reizen of leren Skypen met kleinkinderen. De vrijwilliger helpt om de doelen op te delen in kleine stappen. Planmatig gaan de deelnemer en vrijwilliger samen aan de slag. Elk seizoen bekijken de maatjes hun plan van aanpak. Gaat alles nog goed? Of moeten we iets anders gaan doen?
MeanderOmnium	89. Meedoen in Zeist @home (MeanderOmnium)	Project Meedoen in Zeist @home betreft een samenwerking van de lokale coalitie tegen eenzaamheid in Zeist. In dit project worden ouderen boven de 75 jaar thuis bezocht. De gemeente schrijft hiervoor ca. 5000 ouderen aan. We verwachten een respons van 25%. De huisbezoeken worden uitgevoerd door getrainde

		vrijwilligers. In verband met corona bieden we naast het huisbezoek ook alternatieven aan zoals een telefonische afspraak, beeldbellen, een afspraak in een wijkcentrum of een wandeling in de wijk. De methodiek van de zng. geluksgerichte route wordt toegepast in dit project. Er wordt met ouderen in gesprek gegaan over wensen en behoeften die zij willen bereiken. De lokale coalitie voorziet in oplossingen en aanbod. We verwachten dat het project door maatwerk bijdraagt aan het verminderen van eenzaamheid. Het project start met een nulmeting. Na afloop van het programma volgt een tweede meting om de werkzaamheid te meten. Gedurende het project wordt ook een procesevaluatie uitgevoerd.
	90. Bel me! Bingo	Omschrijving volgt nog
Nationale Vereniging de Zonnebloem	91. Thuiswonende ouderen met een lichamelijke beperking en dreigend sociaal isolement mee laten doen aan de digitale samenleving (Nationale Vereniging de Zonnebloem)	Thuiswonende ouderen met een lichamelijke beperking en dreigend sociaal isolement mee laten doen aan de digitale samenleving. De Zonnebloem is er voor mensen met een lichamelijke beperking. Vrijwilligers zijn elke dag actief om voor hen sociale & recreatieve activiteiten te organiseren en begeleiden. Thuiswonende ouderen met een lichamelijke beperking hebben vaker dan gemiddeld gevoelens van eenzaamheid. Een sociaal isolement ligt op de loer doordat hun sociale netwerk vaak relatief klein is. Daarnaast is deze doelgroep vanwege hun beperking beperkt in hun mobiliteit. De Zonnebloem wil oudere Zonnebloem deelnemers onder begeleiding leren beeldbellen om hun eenzaamheidsgevoelens te verminderen. Dankzij deze nieuwe bezigheid, het leren van nieuwe vaardigheden en het online ontmoeten van anderen, zullen zij het gevoel ervaren 'er meer bij te horen'. Door deze nieuwe én extra vorm van contact is deze doelgroep met de lichamelijke beperking naast sociaal aangesloten óók digitaal aangesloten.
Verzorgingshuis De Posten	92. Onze Buurt de Posten- Begripvol Samenleven Eenzame Ouderen 75+ (Verzorgingshuis De Posten)	In Enschede, in de Wesselerbrink, ligt de buurt De Posten (± 4.425 inwoners). De coalitie onze buurt de Posten (Zorgcentrum de Posten, Gemeente Enschede, Woningcorporatie Domijn en Woonzorg Nederland) wil samen met (eenzame) ouderen uit de wijk en coalitie Samen1Enschede inzetten op vermindering van eenzaamheid onder ouderen (75+) in de buurt en het woonzorgcentrum de Posten. Dit doen we in het project door: Het actief betrekken van ervaringsdeskundigen en ouderen in de buurt; Het optimaliseren van de samenwerking door versterken van het professioneel en informeel netwerk. Het doel is te komen tot een gezamenlijke effectieve werkwijze; Onderzoek (Saxion/UT) eenzame ouderen om beter inzicht te krijgen in behoeften, effectieve wijze benadering en huidig en mogelijk nieuw te ontwikkelen ondersteunings- en welzijnsaanbod (voorzieningen); Doorontwikkeling wijkwijzer als meldpunt; De inzet van seniorentablet De Compaan.

Stichting VVV-Venlo Foundation	93. Soep met Ballen (Stichting VVV Venlo Foundation)	Voor veel ouderen zijn sociale contacten niet meer vanzelfsprekend. Mede door corona zijn ouderen momenteel eenzaamder dan ooit. De VVV Foundation richt zich binnen Soep met Ballen in de wijk op de ouderen in verschillende wijken in de stad Venlo. Er wordt hierbij extra ingezet op de oudere ouderen met een leeftijd van 75 jaar en ouder. De VVV Foundation zet zich samen met de Gemeente Venlo, Includio en woningcorporatie Antares in voor de ouderen in de wijken Blerick, Tegelen, Venlo-Noord en Venlo-Zuid. In deze wijken zullen er maandelijks bijeenkomsten georganiseerd worden die in het teken staan van een beweegmoment, een kop Soep met Ballen en het ophalen van herinneringen aan het rijke verleden van VVV-Venlo en de stad Venlo. Aan het eind van jaar zullen de deelnemers uitgenodigd worden voor een heus kerstdiner in Covebo Stadion – De Koel – waar selectiespelers zorgen voor de bediening.
Stichting Sport Welzijn Eijsden Margraten	94. Gemeente Eijsden-Margraten pakt de enorme eenzaamheid bij de doelgroep senioren van 75 jaar en ouder, aan met Sociaal Vitaal samen met de werkgroep Een tegen eenzaamheid, de participatiecoach en de buurtcoach sport en bewegen (Stichting Sport Welzijn Eijsden Margraten)	De gemeente Eijsden-Margraten start met het programma Sociaal Vitaal. Het project richt zich op ouderen vanaf 75 jaar met een lage sociale economische status die onvoldoende lichamelijk actief zijn en zich eenzaam voelen. Het doel is om fysieke fitheid te verbeteren en sociale vaardigheden aan te leren ter bevordering van weerbaarheid, veerkracht en sociale verbondenheid en daardoor eenzaamheid te verminderen. Het project duurt 18 maanden en start op 15 januari 2021. Het project bestaat uit een persoonlijke wervingsbenadering, het aanbieden van een fittest en een veelzijdig beweegprogramma met aandacht voor weerbaarheid, sociale vaardigheden, gedragsbehoud en gezondheidsvoorlichting. Het project wordt uitgevoerd door de gemeente Eijsden-Margraten, SWEM, Huis voor de Sport Limburg, Envida, Traject, de Zonnebloem, de GGD, de buurtsport- en participatiecoach en GALM. Ouderen worden op verschillende manieren actief bij de opzet en uitvoering van het project betrokken.
Sport Fryslân	95. Sociaal Vitaal Bolsward (Sport Fryslân)	Sociaal Vitaal is een beweegprogramma voor kwetsbare thuiswonende ouderen in de leeftijd 65-85 jaar die (te) weinig bewegen en/of gevoelens van eenzaamheid ervaren. Sociaal Vitaal wordt aangeboden aan cliënten van de thuiszorg en zelfstandig wonende ouderen zonder thuishulp. Het doel is om fitheid te verbeteren en sociale vaardigheden aan te leren ter bevordering van weerbaarheid en veerkracht en vermindering van eenzaamheid. Het project duurt in totaal 18 maanden en start op 15 januari 2021. Het project start met een persoonlijke wervingsbenadering (huis aan huis en via de thuiszorg). Vervolgens wordt de fitheid gemeten. Aansluitend wordt een beweegprogramma van 30 weken met aandacht voor weerbaarheid, sociale vaardigheden, gedragsbehoud en gezondheidsvoorlichting. Het project wordt uitgevoerd door Sport Fryslân, Gemeente Súdwest-Fryslân, Sociaal Collectief, thuiszorg Súdwest-Fryslân en GALM. Ouderen worden op verschillende manieren actief bij de uitvoering van het project betrokken.

Beweeglink	96. Sociaal Vitaal Hogeland (Beweeglink)	Sociaal Vitaal is een beweegprogramma voor kwetsbare thuiswonende ouderen in de leeftijd 65-85 jaar die (te) weinig bewegen en/of gevoelens van eenzaamheid ervaren. Het doel is om fysieke fitheid te verbeteren en sociale vaardigheden aan te leren ter bevordering van weerbaarheid, veerkracht en sociale verbondenheid en daardoor eenzaamheid te verminderen. Het project wordt uitgevoerd in Uithuizen, Uithuizerveen en omliggende dorpen, met speciale aandacht voor accommodatie- en vervoersproblematiek. Het project bestaat uit een persoonlijke wervingsbenadering, het aanbieden van een fittest en een veelzijdig beweegprogramma met aandacht voor weerbaarheid, sociale vaardigheden, gedragsbehoud en gezondheidsvoorlichting. Het project wordt uitgevoerd door Goud Verreg, welzijnsinstelling Mensenwerk, gemeente het Hogeland, stichting GALM, Dorpsbelangenverenigingen, de thuiszorg en Beweegteam Hogeland. Ouderen worden op verschillende manieren actief bij de uitvoering van het project betrokken.
Landelijk Samenwerkingsverband Actieve Bewoners	97. Over de drempel: bewonersinitiatieven strijden tegen eenzaamheid (Landelijk Samenwerkingsverband Actieve Bewoners)	Het project is een voortzetting van het project Betrokken Buurten. Doel was om samen met bewonersinitiatieven te ontdekken welke mogelijkheden er zijn om vanuit de buurt eenzaamheid te voorkomen en verminderen. Er is een online toolkit ontwikkeld voor bewonersinitiatieven waar al deze kennis en lessen te vinden zijn. In het vervolgproject gaan we met behulp van deze toolkit een grotere groep bewonersinitiatieven in het land helpen met het verminderen en voorkomen van eenzaamheid onder ouderen in hun buurt. We doen dit door korte opmaat adviestrajecten voor bewonersinitiatieven. Dit advies heeft tot doel om te inspireren, kennis over te dragen en om handelingsperspectief te bieden. Op basis van de toolkit wordt er een training ontwikkeld voor de adviseurs die de adviestrajecten gaan uitvoeren. Ook na dit project kunnen zij met deze kennis andere initiatieven in hun netwerk blijven ondersteunen.
Stichting Thuisgekookt	98. Thuisgekookt beter geschikt voor (doorverwijzen door) zorgverleners en maaltijdservices (Stichting Thuisgekookt)	Ons project gaat over beter samenwerken. Wij werken samen met zorgprofessionals, omdat echt kwetsbare aanvragers vaak zelf niet de stap zetten om met ons in contact te komen, maar hier hulp en begeleiding bij nodig hebben. Terwijl onze hulp voor deze doelgroep juist het meeste kan betekenen. We werken samen met maaltijdservices, omdat hun gebruikers vaak in een risicogroep vallen en we dit 1 á 2 keer per week met een bezoekje door een thuiskok grotendeels kunnen voorkomen/verzachten. Ook andersom is het fijn als aanvragers bij ons voor de gehele week maaltijden kunnen regelen (door de combinatie met een maaltijdservice, want meestal komen onze thuiskoks 1 á 2 keer per week). Zo maken we het voor de doelgroep minder ingewikkeld om (ook) afspraken met een thuiskok te maken en zo contact aan de maaltijden toe te voegen. Om deze samenwerkingen echter echt goed te laten verlopen is een helder proces nodig, want op dit moment is dit niet structureel en ligt dit vaak op persoons- in plaats van organisatieniveau.
De Riethorst Stromenland	99. LevensLuister (De Riethorst Stromenland)	LevensLuister gaat over aandacht voor ouderen die zich minder gehoord voelen. Centraal daarbij staat een kaartenset met verrassende, verdiepende vragen. Als hulpmiddel voor een betekenisvol gesprek tussen een

		oudere en zijn naasten of zorgverlener. Vaardigheden om zo'n gesprek te voeren zijn niet vanzelfsprekend. In dit project gaan we daarom uitbreiden én verdiepen. Uitbreiden door de kaartenset aan meer ouderen aan te bieden zowel in de zorginstelling als thuis. Verdiepen door het ontwikkelen van een leertraject voor zorgverleners, vrijwilligers en ouderen. Met inzet van experts op het gebied van onder meer luisteren, goede vragen stellen en zingeving. In het leertraject worden vaardigheden ontwikkeld om ouderen te kunnen ondersteunen bij het reflecteren op het leven en om te gaan met emoties als angst en verdriet. Om zo met ouderen betekenisvolle gesprekken te kunnen voeren waarin verbondenheid ontstaat.
Wijkbelangen Delfzijl Noord	100. Sociaal Vitaal Delfzijl (Wijkbelangen Delfzijl Noord)	Sociaal Vitaal is een beweegprogramma voor kwetsbare thuiswonende ouderen in de leeftijd 75 jaar en ouder jaar die weinig bewegen en/of gevoelens van eenzaamheid ervaren. In Delfzijl wordt samengewerkt met de thuiszorg om aan cliënten Sociaal Vitaal aan te bieden. Het doel is om fysieke fitheid te verbeteren en sociale vaardigheden aan te leren ter bevordering van weerbaarheid, veerkracht en sociale verbondenheid en daardoor eenzaamheid te verminderen. Het project duurt 18 maanden en start 15 januari 2021. De uitvoering start met een persoonlijke wervingsbenadering. Vervolgens wordt fitheid gemeten. Aansluitend wordt een beweegprogramma, dat 30 weken duurt, met aandacht voor weerbaarheid, sociale vaardigheden, gedragsbehoud en gezondheidsvoorlichting uitgevoerd. Het project wordt uitgevoerd door Wijkbelangen Delfzijl Noord, Beweeglink, Stichting Welzijn en Dienstverlening, de thuiszorg en GALM. Ouderen worden op verschillende manieren actief bij de uitvoering van het project betrokken.
Gemeente Gorinchem	101. Project Netwerkversterking ouderen 65+ (gemeente Gorinchem)	De gemeente Gorinchem heeft de ambitie de eenzaamheid onder ouderen aan te pakken. Het project 'Netwerkversterking senioren 65+' is gericht op eenzame, thuiswonende, ouderen met geen of een zeer smal netwerk. De senioren worden gekoppeld aan een getrainde netwerkcoach en via individuele of collectieve coaching ondersteund, gemotiveerd en begeleid naar netwerkuitbreiding en/of deelname aan activiteiten. Op deze manier werken de senioren aan hun sociaal netwerken maatschappelijke participatie met als beoogd resultaat minder gevoelens van eenzaamheid. Er wordt gewerkt met samenwerkingspartners die in contact staan met senioren en met vrijwilligers die zoveel mogelijk afkomstig zijn uit de doelgroep. De gemeente Gorinchem heeft reeds ervaring opgedaan met het versterken van het netwerk van kwetsbare inwoners via het succesvolle bestaande initiatief 'Netwerkversterking kwetsbare inwoners'. Het project 'Netwerkversterking senioren 65+' betreft een uitbreiding van het bestaande initiatief.
Club Vief	102. Sociaal Vitaal Vlissingen (Club Vief)	Sociaal Vitaal is een beweegprogramma voor kwetsbare thuiswonende ouderen in de leeftijd 75 jaar en ouder jaar die weinig bewegen en/of gevoelens van eenzaamheid ervaren. In Vlissingen wordt samengewerkt met de thuiszorg om Sociaal Vitaal uit te voeren. Het doel is om fysieke fitheid te verbeteren en sociale vaardigheden aan te leren ter bevordering van weerbaarheid, veerkracht en sociale verbondenheid en daardoor eenzaamheid te verminderen. Het project duurt 18 maanden en start op 15 januari 2021.

		Het project start met een persoonlijke wervingsbenadering. Vervolgens wordt de fitheid gemeten. Aansluitend wordt een veelzijdig beweegprogramma met aandacht voor weerbaarheid, sociale vaardigheden, gedragsbehoud en gezondheidsvoorlichting aangeboden. Het project wordt uitgevoerd door Club Vief, WVO zorg, gemeente Vlissingen, Kembang en stichting GALM. Ouderen worden op verschillende manieren actief bij de uitvoering van het project betrokken.
Rick	103. Coronamonologen (Rick)	Coronamonologen is een initiatief dat is ontwikkeld tegen de toenemende eenzaamheid. Deze eenzaamheid is ontstaan als gevolg van de maatregelen rondom het coronavirus. Cranendonck is hard geraakt en iedereen op een andere manier. Om de betrokkenen te helpen met de verwerking is Community Art Cranendonck (CAC) dit project begonnen. Het doel is om de gevolgen van het coronavirus te verwerken door middel van het delen van verhalen. Het delen van deze verhalen zorgt voor acceptatie, begrip en verbinding. We beginnen dit project met het halen van verhalen. De monologen worden geschreven door een toneelschrijver, verwerkt in een podcast en ingestudeerd door amateurspelers uit de gemeente. Vervolgens worden deze monologen verwerkt in een boek 'De Corona Monologen'. Het project wordt afgerond met een 9-tal voorstellingen in een intieme setting. Na de voorstelling kunnen toeschouwers vragen stellen en ervaringen delen.
Gemeente Kapelle	104. Kapelse aanpak tegen eenzaamheid (gemeente Kapelle)	De Kapelse aanpak tegen eenzaamheid bestaat uit twee onderdelen: Het gemeentebrede sociale wijkteam uitbreiden met dorpssteams per dorp in de gemeente Kapelle; Het uitbreiden van het aantal Wijkcirkels, dit zijn groepen waar mensen elkaar onder begeleiding ontmoeten en een netwerk opbouwen, voor meerdere doelgroepen, waaronder een Wijkcirkel voor ouderen van 75 jaar en ouder. De primaire focus van dit initiatief is het verminderen van eenzaamheid door middel van de Wijkcirkel. Door deel te nemen aan een Wijkcirkel nemen eenzame gevoelens af onder de deelnemers. Dit komt doordat er een netwerk ontstaat en men zich nuttig voelt. Het van betekenis zijn voor anderen geeft daarnaast een positief gevoel. De dorpssteams signaleren eenzaamheid (ze herkennen dreigende problematiek in een vroeg stadium) en richten zich op het verminderen en aanpakken van eenzaamheid door actieve begeleiding naar bijvoorbeeld de Wijkcirkel en het inzetten van bezoekerwilligers.
WIJ Heemstede	105. WIJ Samen Ouderen; Achter de Voordeur (WIJ Heemstede)	Eenzaamheid is een probleem wat alle leeftijden treft, maar ouderen zijn er kwetsbaarder voor. Binnen ons huidige initiatief is het doel ouderen in de leeftijd van 65 tot 100 jaar uit Heemstede in beeld hebben en krijgen, waarbij de focus ligt op preventie en ontmoeting. Activering, meedoen en erbij horen is waar het om draait. Het doel van Achter de Voordeur is in contact komen met eenzame ouderen achter hun voordeur, in de leeftijd van 65 jaar, maar specifiek 75-plussers, die niet of onvoldoende in beeld zijn bij WIJ Heemstede of

		samenwerkingspartners en deze ouderen passende ondersteuning bieden en/of verbinden aan bestaand en nieuw aanbod. De behoefte van de doelgroep in relatie tot Achter de Voordeur is dan ook gericht op het verder verminderen van sociale en emotionele eenzaamheid. Erbij horen, weer ergens onderdeel van uitmaken en gezien worden.
Stichting Nationaal Ouderenfonds	106. Winterconcert voor kwetsbare en eenzame ouderen (Stichting Nationaal Ouderenfonds)	Voor ouderen die niet kunnen terugvallen op een sociaal netwerk zijn de 'donkere dagen voor kerst' soms eenzaam, confronterend en verdrietig. Het Nationaal Ouderenfonds organiseert, in samenwerking met het Nederlands Philharmonisch Orkest, al jaren een kerstconcert in het concertgebouw om ouderen samen te brengen. Na 11 jaar weten we wat werkt en wat niet. Door de processen vast te leggen en impact te meten kunnen wij (nog beter) inspelen op de wensen van de doelgroep en de organisatie verbeteren. Door uitbreiding van het nationale kerstconcert naar regionale concerten hebben ouderen de gelegenheid mensen te ontmoeten die bij hen in de regio wonen . We starten met uitbreiding in Groningen, met medewerking van het Noord Nederlands Orkest. Als het concept goed staat willen we graag in het hele land concerten gaan organiseren. Verder willen we de ervaring en de mogelijkheid contact te leggen vergroten door een educatief programma te koppelen aan de concerten.
Humanitas	107. Telefooncirkels gemeenten Zeist/Utrechtse Heuvelrug/Bunnik (Humanitas)	Het project Telefooncirkels gemeenten Heuvelrug richt zich op het uitbreiden van de huidige telefooncirkels in de gemeenten Bunnik, Zeist en Utrechtse Heuvelrug . Een telefooncirkel is een dagelijks belronde langs acht tot tien alleenwonenden – veelal ouderen – met als doel onderling 'vinger aan de pols' te houden en de kans op sociaal isolement en gevoel van eenzaamheid te verkleinen. De telefooncirkel biedt een deelnemer een gevoel van veiligheid en aansluiting bij anderen. Het belronde wordt uitgevoerd door een vrijwilliger, gesteund door een coördinator van Humanitas Heuvelrug. Het programma Telefooncirkels is gestart in 2019 en wordt doorgezet in 2020 en 2021 om te komen tot een werkwijze waarin met weinig inspanning een toenemend aantal telefooncirkels kan worden opgezet, gesteund door de drie gemeenten. Met de steun van ZonMw wordt een extra impuls gegeven aan de coördinatoren van Humanitas Heuvelrug om in 2021 om de werkwijze uit te bouwen en overdraagbaar te maken.
Hanzehogeschool Groningen	108. Hoor je ons? Virtueel persoonsgericht musiceren met eenzame ouderen (Hanzehogeschool Groningen)	Tijdens de lockdown in het voorjaar van 2020 zijn musici-collectief Stichting Mimic Muziek, aanbieder van ouderenzorg Dignis en het lectoraat Lifelong Learning in Music (Hanzehogeschool Groningen) een virtueel persoonsgerichte muziekpraktijk gestart voor geïsoleerde kwetsbare ouderen en hun naasten en verzorgers . Het doel was betekenisvolle muzikale ervaringen delen via videobellen, op maat van deelnemers. Deze muzikale sessies hebben geleid tot versterking van het contact tussen ouderen en hun naasten en verzorgers, en bestreden hiermee mogelijke eenzaamheid bij de ouderen. Met het project 'Hoor je ons?' wordt dit initiatief doorontwikkeld. Dit is waardevol omdat hiermee een betekenisvolle activiteit op maat van (eenzame) ouderen en hun naasten en verzorgers wordt ontwikkeld die ongeacht isolatie kan plaatsvinden.

		Daarnaast dragen de sessies positief bij aan de relatie tussen cliënt en zorgprofessional en het welzijn van zorgprofessionals op het werk.
Platform 31	109. Samen en Anders bruisend verder (Platform 31)	Omschrijving volgt nog.
Stichting Ons Raadhuis	110. Borging Ons Raadhuis (Stichting Ons Raadhuis)	Ons Raadhuis is een tussenvoorziening (tussen buurthuis en dagopvang) waar ouderen welkom zijn, ongeacht hun beperkingen. Dit wordt mogelijk gemaakt door de aanwezigheid van een professionele kracht. Elke dag kunnen ouderen in en uit lopen, meedoen aan activiteiten of een kopje koffie drinken. Zo'n 365 deelnemers per week maken hier gebruik van. Mensen vinden in Ons Raadhuis gezelligheid, activiteiten en soms zelfs 'een thuis'. Het project 'Borging Ons Raadhuis' draagt op directe en indirecte wijze bij aan de vermindering van eenzaamheid onder ouderen. Direct door ons activiteitenprogramma uit te breiden en ervoor te zorgen dat ouderen die niet naar Ons Raadhuis toe kunnen komen vanuit huis minimaal één activiteit per dag kunnen blijven volgen. Indirect door te werken aan structurele financiering. Bovendien worden kennis en kunde die opgedaan zijn bij het vormgeven van Ons Raadhuis actief uitgedragen naar geïnteresseerden die een vergelijkbaar initiatief zouden willen starten.
1330	111. 1330-Dementie (1330)	1330 verbindt mensen door middel van gesprekken met inhoud. Dit gebeurt middels dialogen, gespreksleiderstrainingen en de 1330 box. 1330 is meer dan een gespreksstarter: het biedt cognitieve uitdaging en een betekenisvol gesprek, zorgt voor intergenerationeel contact en vergroot het gevoel van eigenwaarde. Met steun van ZonMw wordt 1330 doorontwikkeld voor mensen met dementie (75 plus) en hun mantelzorgers met als doel dat gevoelens van eenzaamheid onder deze groep worden voorkomen en/of verminderd. Eind 2021 is het materiaal doorontwikkeld, zijn er 50 dialogen met mensen met dementie gevoerd en 10 trainingen voor zorgprofessionals georganiseerd. Partners: KenniZ, Participe Amstelland, Cordaan, Zorggroep de Laren, Alzheimercentrum Amsterdam.
Zuyderland Medisch en Zorgconcern	112. Het Huis van de Wijk (Zuyderland Medisch Zorgconcern)	Stichting Zuyderland Zorg streeft naar het verminderen van vereenzaming onder steeds langer thuiswonende ouderen. Ouderen uit de omliggende wijk Hoogveld-Limbrichterveld (Gemeente Sittard-Geleen) kunnen eenvoudig deelnemen aan georganiseerde sociale activiteiten vanuit het Wijkzorgcentrum Hoogstaete. Daarnaast kunnen ouderen gebruik maken van wijkgerichte hulp en ondersteuning. Het realiseren van een blauwdruk voor verdere inzet in andere wijken in de toekomst staat centraal. Met de subsidie van ZonMw worden krachten van verschillende organisaties, gericht op zorg (Zuyderland), welzijn, sociaal werk, informele zorg (MIK & PIW Groep) en burgerparticipatie (Burgerkracht Limburg) gebundeld. Het initiatief wordt daarnaast ondersteund door de Gemeente Sittard-Geleen. Dit optimale draagvlak zorgt voor snellere

		signalering van eenzame ouderen. Ook kan er makkelijker passende ondersteuning worden gezocht, die voldoet aan de persoonlijke behoeftes van de ouderen.
Stichting JOW! Nederland	113. Stichting JOW! De kracht van Jong met Oud (Stichting JOW! Nederland)	Stichting JOW! koppelt jongeren aan senioren voor het samen ondernemen van (één-op-één-) activiteiten bij zorginstellingen. Wij spelen een rol van betekenis voor kwetsbare senioren die voor hun dagbesteding afhankelijk zijn van het aanbod van hun zorginstelling/van het bezoek. Ons initiatief breiden we in 2020 uit in de Achterhoek. Het hoofddoel is om de sociale eenzaamheid te verminderen. De subdoelen die wij hierbij stellen zijn dat het sociale netwerk is verbeterd en het gevoel erbij te horen is vergroot. Om tot matching te komen zetten wij een eigen matchingsysteem in, gecombineerd met een app. Jongeren worden via de app geworven, zorginstellingen zetten via de app activiteiten/verzoeken uit en JOW! maakt de matches via een beheerdersdashboard. Alle activiteiten worden geregistreerd in de accounts.
Gemeente Arnhem	114. Arnhem tegen eenzaamheid Doorontwikkeling en uitbreiding van de methode WijkMaker, een integrale wijkgerichte aanpak ter voorkoming en vermindering van eenzaamheid bij ouderen (gemeente Arnhem)	Het tegengaan van eenzaamheid en sociaal isolement is een speerpunt van de gemeente Arnhem. Dit project is gericht op de doorontwikkeling en uitbreiding van de methode WijkMakers. De methode is een integrale, wijkgerichte aanpak met als doel het voorkomen en verminderen van eenzaamheid. We richten ons op de buurten Immerloo en 't Duifje (onderdeel van stadsdeel Malburgen) en de wijk Elderveld. De WijkMakers onderzoeken deze gebieden en brengen de belangrijkste sleutelpersonen, initiatieven en organisaties bij elkaar. Gezamenlijk vormen zij zogenaamde Leidende Coalities. Het resultaat is een blijvende samenwerking gericht op eenzaamheid in de wijk. Tegelijkertijd streven de WijkMakers naar het ontwikkelen van een generieke methode/aanpak. Deze aanpak kan een leidraad vormen die voldoende open is voor een passende eenzaamheidsaanpak in andere wijken van de stad. Van belang is dat de aanpak altijd goed aansluit bij de karakteristieken van de betreffende wijk.
AanEen	115. Vangnetwerken. Eenzaamheid verminderen door elkaar te steunen (AanEen)	Eenzaamheid speelt bij veel ouderen in Buren en Neder-Betuwe. In dit project worden door Welzijn Rivierstroom twee vangnetwerken opgezet. In deze groepen bieden eenzame ouderen elkaar onderlinge steun. Deelnemers organiseren wekelijks een activiteit voor en met elkaar. Doordat iedere deelnemer bijdraagt ontstaat een wederkerig contact tussen deelnemers. Zij voelen zich deel van een groep en bieden elkaar vanuit dat gevoel steun. Participeren in een vangnetwerk leidt daardoor tot vermindering van eenzaamheidsgevoelens. De begeleidende sociaal werkers worden ondersteund door coaching en intervisie. Er vindt een kwaliteitsslag plaats in eenzaamheidsbestrijding. De sociaal werkers delen hun ervaringen breed in het werkgebied. Naast lokale inzet, is het project gericht op doorontwikkeling van vangnetwerken. In de projectperiode wordt ingezet op opname van de methode vangnetwerken als 'Goed beschreven' eenzaamheidsinterventie in de databank effectieve interventies.

Alzheimer Centrum Limburg	116. Adoptieproject: Jong adopteert Oud (Alzheimer Centrum Limburg)	In het Adoptieproject: Jong adopteert Oud worden jonge en oude generaties met elkaar in contact gebracht. Kinderen van groep 7 en 8 krijgen op school voorlichting over dementie. Vervolgens gaan de kinderen in kleine groepjes op bezoek bij ouders met dementie in een zorginstelling. Het doel van het Adoptieproject is om het sociaal isolement van mensen met dementie te doorbreken, het taboe rondom dementie te doorbreken, en kinderen de wereld van de medemens met dementie beter te leren begrijpen. In het huidige project gaan we het Adoptieproject evalueren, doorontwikkelen en 'coronaproof' maken. Daarnaast worden nieuwe voorlichters binnen Alzheimer Nederland geworven, die in hun eigen regio's nieuwe koppelingen tussen school en zorginstelling gaan leggen (landelijke uitbreiding), en tot slot zal wetenschappelijk worden onderzocht in hoeverre het Adoptieproject het welbevinden van de persoon met dementie bevordert en de kennis van kinderen over de medemens met dementie vergroot.
Stichting Kameraden	117. Kameraden (Stichting Kameraden)	Kameraden is een sociale onderneming die al vier jaar actief is in Den Bosch. Eenzaamheid wordt ervaren omdat de betekenisvolle rol die iemand kan spelen niet onderkend wordt. Dat geldt voor jong en oud. Maar waar en hoe kan men elkaar vinden? Bij die vraag houdt het vaak op. Daarom organiseren wij intergenerationeel contact, op een (nog) unieke manier. Niet door groepen zomaar te mengen, maar door gemeenschappelijke interesses te vinden en mensen op een originele manier te matchen. Zo verbinden we de jongere generatie met de oudere en verkleinen we de denkbeeldige kloof tussen jongen en oud. Wij werken aan een groeiend concept om die kennisoverdracht te faciliteren, op een leuke en laagdrempelige manier. Als sociale onderneming willen we zo een dynamiek in de stad (en uiteindelijk daarbuiten) creëren, waardoor samenzijn van jong en oud weer een herkend en natuurlijk beeld wordt in het straatbeeld, of nu op een beeldscherm.
Humanitas	118. Subsidieaanvraag doorontwikkeling Humanitas Vriendschappelijk Huisbezoek Almere (Humanitas)	Vrijwilligers worden getraind in het activerend ondersteunen van eenzame 75-plussers. Er worden duurzame werk- en coaching methoden ontwikkeld die individueel toepasbaar zijn. De focus hierbij ligt vooral op structuur, beweging en zingeving. 75-plussers die meedoen aan Goed Ontmoet voelen zich na deelname minder eenzaam. Zij hebben meer kennis over en meer inzicht in hun eigen eenzaamheid. Zij weten hoe zij hun eenzaamheid nu en in de toekomst kunnen aanpakken. Hierdoor krijgen zij meer plezier in het leven. De toegepaste methode hangt mede af van persoonlijke kenmerken en kan per deelnemer verschillen. Te denken valt aan (her)ontdekken van waarden en interesses en aanleren van life-skills. Ook het vergroten, verkleinen of versterken van het netwerk kan nodig zijn. De getrainde vrijwilliger en de 75-plusser bepalen samen aan welke doelen er gewerkt gaat worden. De ondersteuning wordt zodanig geboden dat de 75-plusser hier niet afhankelijk van wordt.
KBO Roermond	119. KBO – Huiskamerproject (KBO Roermond)	KBO Roermond is een autonome seniorenvereniging. De nieuwe aanpak: vroeger was alles gericht op passief amusement. In 2021 op actief zelf doen, waardig ouder worden, geen eenzaamheid, meer actieve ontmoeting met senioren, eigen leden en andere verenigingen samen. Eenmaal per maand open voor leden en niet-

		leden, normale vrije inloop. In de zaal staan tafels voor 4 personen, ruim van elkaar. 1 Tafel met allerlei spellen die iedereen van vroeger kent of herkent om samen te spelen, ook pc-hulp. Eigen hobbyspullen meenemen voor De marktkraam waar een lid gratis over zijn hobby uitleg kan geven c.q. tentoonstellen. Verder 1 leestafel met KBO- en welzijnsinformatie. Regelmatig wordt er een pp-diashow gepresenteerd of een actieve lezing/voordracht verzorgd. Gelegenheid tot napraten tot 17.00 uur. 3 Vrijwilligers zullen een oogje in het zeil houden.
Stichting Meervoormekaar	120. Welzijnsbezoeken 75+ (Stichting Meervoormekaar)	Wat is een welzijnsbezoek? Een welzijnsbezoek is een eenmalig bezoek aan huis. De medewerker van MeerVoormekaar (MvM) maakt een afspraak en komt dan aan huis. De afspraak gaat over het welzijn, de gezondheid en kwaliteit van leven. De inwoner kan aangeven hoe het gaat en waar hij/zij behoefte aan heeft, bijvoorbeeld om samen met iemand te eten enkele keren per maand. Wij stimuleren dan dat de inwoner gaat deelnemen aan een bijeenkomst om samen te eten. Wat willen we bereiken? We willen goed in beeld krijgen of er sprake is van eenzaamheid binnen de groep 75-plussers in Druten. Mocht dat het geval zijn, dan willen we ondersteunen om dit aan te pakken. Daarnaast willen we eenzaamheid voorkomen. Welke organisaties zijn erbij betrokken? Gemeente Druten, woningcorporatie Woonwaarts, adviesraad Druten en MeerVoormekaar.

