

Overzicht 25 deelnemende projecten Oranje Fonds programma Samen Ouder

Stichting Hoornbeeck Helpt *Hoornbeeck Helpt Ouderen*

Achter de voordeur komen bij ouderen die nog niet in beeld zijn. Dat is het doel van 'Hoornbeeck Helpt Ouderen'. Het is een uitbreiding van een lopend project van het wijkleerbedrijf waarbij studenten van het Hoornbeeck College Rotterdam in actie komen. Minimaal een schooljaar lang bezoeken ze ouderen en nemen ze hen mee naar activiteiten in de buurt en op school. Zo dragen ze bij aan het verminderen van isolement en het vergroten van het netwerk van de ouderen in de buurt. Ouderen op hun beurt geven feedback op de jongeren, wat hen het gevoel geeft dat ze iets voor de jonge generatie kunnen betekenen. Het project vindt plaats in een aandachtswijk met veel lage SES, vergrijzing en eenzaamheid onder ouderen.

Stichting Bint welzijn *Samen tegen eenzaamheid*

Geïsoleerde ouderen die niet actief zijn de stap naar buiten laten maken. Dat gebeurt met hulp van participatiecoaches onder de noemer 'Samen tegen eenzaamheid'. Het project wil eenzaamheid onder ouderen tegengaan door het vergroten van hun netwerk en het bevorderen van zelfmanagement.

Dankzij het lopende project 'Achter de voordeur', waar vrijwilligers een huisbezoek brengen en eventueel doorverwijzen naar professionele ondersteuning, zijn geïsoleerde, kwetsbare ouderen al aardig in beeld. Voor velen is een verwijzing naar het activiteiten aanbod niet genoeg. Ze hebben meer begeleiding en ondersteuning nodig om uit hun isolement te raken. Die taak nemen vijftien vrijwillige, overwegend oudere, participatiecoaches op zich. Ze worden opgeleid en helpen vervolgens met het netwerk in beeld brengen, het activeren van de ouderen en het verlagen van de drempel om mee te doen. Zo gaan ze bijvoorbeeld mee naar een activiteit.

Stichting Seniorenbus Vught *Maximor*

Stichting Seniorenbus Vught wil voorkomen dat ouderen in een isolement raken. Ze vervoert ouderen van deur tot deur, maar organiseert ook diverse activiteiten. Nu wil de stichting de doelgroep uitbreiden: ook mensen met een visuele beperking uit zorgcentrum de Vlasborg en dementeren en ouderen met een psychiatrische aandoening die nog zelfstandig wonen zijn welkom. Daarnaast wil de stichting de Molukse gemeenschap meer betrekken.

Zo worden de etensactiviteiten, die maandelijks plaatsvinden op drie locaties, uitgebreid. Verder wordt er maandelijks een danspaleis georganiseerd. Ouderen kunnen al wekelijks binnenlopen in buurthuis Rode Rik 2.0 waar de stichting nog meer activiteiten gaat aanbieden.

Bij de start kreeg de seniorenbus hulp van het Oranje Fonds. Er was toen al veel vraag naar de diensten van de seniorenbus. Sindsdien is de stichting in gesprek met andere organisaties en groepen die ook graag gebruik willen maken van het vervoer.

Inmiddels bestaat de stichting drie jaar en draait ze volledig op vrijwilligers van bijna allemaal 50 jaar en ouder.

Beheerstichting Onder Ons

Kom Onder Ons- maaltijdproject

Gezellig samen eten, maar ook luisteren naar sprekers of zelf een creatieve bijdrage leveren. Dat gebeurt tijdens de sociale maaltijden voor ouderen in dorpshuis Onder Ons in het centrum van Veenendaal.

Momenteel komen ouderen één keer per maand samen, maar er is behoefte aan meer bijeenkomsten. Het aantal maaltijden wordt dan ook uitgebreid naar minimaal twee en maximaal vier keer per maand. Verder zijn nieuwe deelnemers altijd welkom, net als meer activiteiten/entertainment rond de maaltijden.

Er is meer vraag naar deelname aan de maaltijden dan plek. Zo zou er oorspronkelijk plaats zijn voor dertig mensen, maar zelfs na het instellen van een leeftijdsgrens van 65+, zijn er vijftig deelnemers. De zaal zit dan ook vol. De acht vrijwilligers kunnen het koken voor zo een groot groep net aan. Daarom is het idee ontstaan om de ouderen zelf te laten koken. Op dit moment zijn de meeste vrijwilligers jonger dan 65 jaar. Naast de vrijwilligers in de keuken, zijn er ook vrijwilligers die het vervoer van deelnemers organiseren.

Stichting Perspectief voor Welzijn, Zorg, Sociaal en Cultureel Werk Beuningen

Sozen en Eetpunten PLUS in Ewijk Weurt en Winssen

Kwetsbare ouderen in de kleine kernen van Beuningen moeten niet vereenzamen. Vaak hebben ouderen van boerenbedrijven geen link met de grotere centrale kern. Ze zetten niet makkelijk uit zichzelf de stap naar activiteiten. Het project 'Sozen en Eetpunten PLUS in Ewijk Weurt en Winssen' stimuleert daarom herhaalde ontmoetingen tussen andere dorpsbewoners en vrijwilligers. Doel is om zo de moeilijke doelgroep eenzame ouderen, zoals dementerenden en mensen met psychische problematiek, in de kleine kernen te bereiken. De koppeling aan een vrijwilliger draagt eveneens bij aan vergroting van het sociale netwerk. De belemmering van vervoer wordt weggenomen door vrijwillige inzet bij halen en brengen met de rode bus van de stichting.

Bijzonder is dat ook mensen met een beperking worden ingezet als vrijwilliger. Door het etiket vrijwilliger voelen ze zich betrokken en hebben ze zelf profijt van deze sociale activering. Als het project eenmaal succesvol draait, kan het vervolgens grotendeels op vrijwillige inzet worden gecontinueerd.

Stichting Ons Dorpshuis

Samen aan tafel

'Samen aan tafel' in Ons Dorpshuis in Wilhelminaoord is een succes. Bij de start bleek er meer behoefte aan samen eten dan al was geïnventariseerd. Zo delen vanaf het begin een groep van dertig mensen trouw de maaltijd.

Stichting Ons Dorpshuis wil nu uitbreiden met alleenstaanden, die in aanleunwoningen vlak bij het dorpshuis wonen. Daarnaast werkt de stichting tegenwoordig samen met Trajectum. Enkele dove vrijwilligers helpen bij de maaltijden.

Het project 'Samen aan tafel' biedt in eerste instantie een maandelijks contactmoment. Naast het samen eten kunnen deelnemers doorstromen naar andere activiteiten.

Voorzichtig zijn er ook contacten buiten het buurthuis.

Zowel de organisatie als de ouderen in dit veenkoloniedorp laten weten dat de wens bestaat voor nog meer mogelijkheden om samen te eten. De stichting verwacht dan ook zeker 25 nieuwe deelnemers te krijgen.

Momenteel houden vijftien vrijwilligers de boel draaiende. Van hen is een behoorlijk deel zelf ook ouder. Dit zijn onder andere ook de algemene vrijwilligers bij het dorpshuis. De organisatie hoopt op een mix met andere leeftijden, net zoals de mensen die aan tafel schuiven om samen te eten.

Stichting Super-Actief

Wijksteun

Kwetsbare ouderen moeten verbonden blijven met de wijk de Esch zodat ze zich niet eenzaam voelen. Dat vindt Stichting Super-Actief, een wijkorganisatie in de Rotterdamse wijk Kralingen. Met het project 'Wijksteun' betreft ze ouderen (70+) bij de buurt en de buurtactiviteiten.

Eerst signaleren ketenpartners, zorginstellingen en burens, de ouderen met een beperking en de geïsoleerde ouderen. Vervolgens legt Super-Actief contact en gaat een netwerkmaatje met de oudere aan de slag.

Het maatje helpt met het vergroten van het netwerk volgens de methodiek van Vilans. De deelnemer komt in aanraking met zoveel mogelijk voorzieningen, van buurthuis tot zorg. Als er behoefte is aan een-op-een contact verschijnt een gezelschapsmaatje in beeld.

Het project bestaat al sinds 2015 en bij dit project is groei het doel. De stichting heeft al een behoorlijk aantal mensen in beeld die ze wil steunen met hulp van vrijwilligers. Een groot deel van hen heeft ook een hoge leeftijd. Bij dit project zullen ruim twintig vrijwilligers betrokken zijn.

Korfbalvereniging KZ

Kombifit - Bewegen voor ouderen

Geïsoleerde, minder vitale ouderen in Koog aan de Zaan krijgen de kans om weer deel te nemen aan een sportvereniging. Korfbalvereniging KZ biedt hen een plek onder de noemer 'Kombifit - Bewegen voor ouderen', een laagdrempelig beweegaanbod gecombineerd met sociale activiteiten zoals gezamenlijk koffie drinken of samen eten. Het verenigingslidmaatschap tegen gereduceerde prijs betekent een laagdrempelige toegang tot nieuwe sociale activiteiten.

De ouderen kunnen binnen de vereniging vrijwilligerstaken op zich nemen en deelnemen aan alle verenigingsactiviteiten. De deur staat niet alleen open voor oudere, niet meer spelende leden van de vereniging, maar vooral ook voor mensen van buiten die niet meer actief zijn en zich eenzaam voelen. Overigens is er geen hele scherpe grens tussen deelnemer en vrijwilliger. Voor de vitale ouderen werkt dit project dan ook preventief. Momenteel is er al één beweeggroep die bestaat uit twintig deelnemers. Dit wordt uitgebreid naar drie groepen. De behoefte is door het huidige team zelf gesignaleerd maar men krijgt ook signalen uit de wijk.

Stichting Welzijnsorganisatie Impuls

Sociale huiskamer voor en door ouderen, preventie zonder indicatie

De sociale huiskamer die begin 2017 is geopend in het dorpshuis in Gasselternijveen is zo'n succes dat Stichting Welzijnsorganisatie Impuls wil uitbreiden. In Gieten en Annen, twee andere kernen van AA en Hunze, moet nog zo'n plek komen voor ouderen. De stichting wil ook graag de ouderen uit de kleine kernen bij deze locaties betrekken.

Naast eigen werving en signalering komen mensen in de sociale huiskamer terecht via huisartsen en buurtzorg. Een groot deel van hen vindt er zijn plek en komt structureel. De sociale huiskamer is een bekend concept. In het dorpshuis is op vaste tijden een inloop waar ook activiteiten worden georganiseerd voor met name ouderen.

Naast een professionele coördinator wordt de huiskamer vooral draaiende gehouden door vrijwilligers. Ze helpen organiseren, begeleiden en verzorgen ook maaltijden. In de huidige huiskamer komt een vaste groep van dertig mensen. De vrijwilligersspoule bestaat uit twintig personen. Het project slaat aan en er zijn meer ouderen die bij de huiskamer gebaat zijn en die Impuls een plek wil bieden.

Vereniging Tennisclub Oirsbeek

Sociaal Vitaal

Met het project 'Sociaal Vitaal' bereikt Vereniging Tennisclub Oirsbeek nu vitale ouderen, maar de organisatie wil ook niet-actieve, geïsoleerde ouderen activeren en betrekken. Daarom focust het initiatief zich meer op kwetsbare ouderen. De vereniging hoopt dat ze door het project meer sociale contacten krijgen. Uit eigen peiling en Huis voor de Sport blijkt dat daar in de vergrijzende regio behoefte aan is.

De inzet en vitalisering van oudere vrijwilligers heeft extra aandacht nodig.

Stichting Pluspunt Zandvoort Welzijn

OOK Samen

Om eenzaamheid onder ouderen in Zandvoort tegen te gaan richt het project 'OOK Samen' zich op herhaalde ontmoetingen en uitbreiding van het sociale netwerk. Stichting Pluspunt Zandvoort Welzijn wil niet alleen kwetsbare ouderen zoals mensen met Parkinson en (beginnende) dementie bereiken, maar ook mannen. Voor hen is er namelijk geen aanbod.

Deelnemers kunnen meedoen aan Welzijn op Recept en de nieuwe inloop De Locomotief. Speciaal voor alleenstaande mannen is er Plannen voor Mannen. De activiteiten vinden onder andere op zondag en in de zomermaanden plaats. Het bestaande OOK Samen, oudere vrijwilligers, GGD-onderzoek naar eenzaamheid in Zandvoort en huisbezoeken tonen aan dat er behoefte is naar deze activiteiten.

Aan het project zijn vitale ouderen als vrijwilliger verbonden. Voor hen werkt het initiatief preventief. Ze zijn al betrokken vóórdat er problemen ontstaan. Momenteel zijn er twintig vrijwilligers actief, maar door inzet van vitale ouderen neemt dit aantal toe met minimaal tien personen.

Stichting Pulse

De Oase/Caleidoscoop

De Oase is het ouderenactiviteitencentrum van stichting Pulse in IJsselstein. Het is de plek voor activiteiten voor ouderen. Toch ziet het centrum dat sommige groepen meer moeite hebben om binnen te komen, zoals ouderen met mantelzorgers en de wat meer geïsoleerde mensen. Ook vanuit het mantelzorgsteunpunt van Pulse is de behoefte onder deze groep aangegeven.

een aantal mensen die na een doorverwijzing naar het centrum komen, haken snel af. Daarom komt er een huiskamer/ontvangst waar meer geïsoleerde en minder actieve ouderen worden verwelkomd. Getrainde vrijwilligers proberen hen te verleiden en te begeleiden naar andere activiteiten binnen de Oase. Door deze doorstroom komen ze terecht bij de structureel geplande bezigheden. In eerste instantie kunnen nieuwe bezoekers van de huiskamer kennismaken met alle activiteiten zonder zich direct te verplichten.

Stichting Vitaal Dorp

Vitaal dorp

Kwetsbare inwoners van Everdingen worden niet vergeten door Stichting Vitaal Dorp. De stichting, die de vitaliteit van het dorp wil vergroten, werkt met vrijwilligers. Ook betreft ze mensen met een beperking en een afstand tot de arbeidsmarkt bij haar activiteiten. Ze beheren en werken in de (enige) winkel en landgoed Everstein. Het lokale krantje wordt gemaakt door vooral oudere vitale vrijwilligers.

Naast de vitale ouderen die meedoen aan activiteiten, is er een groep die drempelvrees heeft of nog thuis zit. De stichting wil deze minder vitale en eenzame ouderen ook bereiken en betrekken bij de activiteiten die het hele jaar plaatsvinden. Zo komen in de ontmoetingsruimte van de winkel mensen samen. Op het landgoed steken deelnemers de handen uit de mouwen tijdens beheer- en groene activiteiten zoals groente verbouwen en samen koken. Door mensen één keer per week uit te nodigen voor de eettafel, worden ze structureel betrokken.

Om de eenzame ouderen in het vizier te krijgen, wil de stichting minimaal drie straatcoaches werven.

Wijkbelangen Delfzijl Noord ***Samen Ouder in Delfzijl***

Migrantenouderen in Delfzijl hebben behoefte aan beweging, sociale contacten en zelfredzaamheid. Daarom wil Wijkbelangen Delfzijl Noord deze groep betrekken bij hun beweegprogramma's. Er zijn namelijk al een aantal groepen, maar migranten worden moeilijk bereikt. De stichting werkt voor de werving dan ook samen met migrantenorganisaties en migrantengroepen.

De ouderen die deelnemen aan 'Samen Ouder in Delfzijl' doen eerst mee aan een fitheidstest. Vervolgens wordt in overleg een beweegprogramma opgezet. Die bestaat niet alleen uit modules om te bewegen, maar hebben ook betrekking op sociaal contact en weerbaarheid. De ouderen vormen namelijk samen een groep. Op deze manier is het project deels preventief, terwijl de deelnemende eenzame ouderen weer structureel sociaal contact hebben. Het is verder de bedoeling dat vitale deelnemers zelf beweegactiviteiten en lessen uitvoeren.

Het beweegprogramma is een uitbreiding op de twee andere beweegprogramma's Sociaal Vitaal en Delfgoud. De behoefte aan bewegen was groter dan deze eerdere projecten aan konden. Men richt zich met die nieuwe project specifiek op migrantenouderen. Voor deze uitbreiding wil de stichting twee nieuwe groepen met in totaal veertig deelnemers opzetten.

Stichting Thuis in West ***Samen Ouder in West***

Ouderen in de Rotterdamse wijk Middelland moeten zich niet eenzaam voelen, maar juist met elkaar en andere mensen in contact komen. Daarvoor kunnen ze bij Thuis in West terecht. Met het project 'Samen Ouder in West' verbindt het buurthuis ouderen in de wijk met activiteiten en elkaar. Naast hun eigen activiteiten, werkt het buurthuis ook samen met de elf andere buurtinitiatieven in Middelland.

Door aanbeldacties in de wijk uit te breiden wil de stichting eenzame en geïsoleerde ouderen betrekken. Ze worden aan het buurthuis gekoppeld of aan een van de andere buurtinitiatieven. Daardoor kunnen ze structureel deelnemen aan activiteiten.

Veertig ouderen doen al mee aan verschillende activiteiten, zoals de buurtlunch en buurtmaaltijd, spelletjesavond, computercursus en burenhulp. Ze worden georganiseerd door 65 vrijwilligers. De oudere deelnemers kunnen zelf ook vrijwilliger worden.

Stichting Carint-Reggeland Groep ***Samen Uit!***

Ouderen uit instellingen van zorgorganisatie Carinth Reggeland en uit de wijk, in de regio Hengelo, hebben recht op leuke uitjes. Dankzij 'Samen Uit!' van Stichting Carint-Reggeland Groep gaan ze weer op pad. Het initiatief is aantrekkelijk voor veel ouderen. Ze geven namelijk zelf geregeld aan uitjes te missen.

Het aanbieden van uitjes maakt de drempel voor veel kwetsbare ouderen lager. Ze kunnen kiezen uit een groot aanbod. Een behoorlijke groep gaat meerdere keren per maand mee. Hierdoor is naast incidenteel contact ook meer structureel contact met andere ouderen.

Het project is anderhalf jaar oud en een succes. Nu wil Samen Uit! een groter gebied bedienen en specifiek ook geïsoleerde ouderen en arme ouderen bereiken.

Het project draait, op de coördinatie na, op vrijwilligers. De meeste chauffeurs en gastvrouwen zijn 65+ en vaak 70+.

Vereniging De Modestraat *Sweet70*

Eenzame ouderen en migranten moeten een plek krijgen bij Sweet70, een lunchrestaurant in Amsterdam dat eens in de twee weken plaatsvindt. De lunch wordt bereid in een keuken die uit de jaren vijftig lijkt te komen.

Sweet70 heeft naast de lunch ook andere leuke activiteiten. Zo zijn er, naast samen eten, ook bijeenkomsten zoals een make-over en fotografieactiviteiten (in samenwerking met stichting Karel). Tijdens memorytrips gaan ouderen in een kleine groep naar een locatie uit hun jeugd of herinnering. Deze activiteiten kunnen de aanleiding vormen voor een lunch in het restaurant.

Sweet70 is ontstaan na een gesprek van de initiatiefneemster met een eenzame buurtgenoot. De deelname van ouderen was groter dan verwacht en legde zo de behoefte bloot. Inmiddels bestaat het initiatief ruim een jaar en komt een vaste groep naar de lunchcafés. Het lunchrestaurant kan rekenen op zo'n dertig vaste gasten.

Vrijwilligers koken en ook zijn er ongeveer tien ambassadeurs.

In Vereniging De Modestraat werken ongeveer 55 vrijwilligers. Binnen het project zijn vrijwilligers van verschillende leeftijden actief, maar een behoorlijk deel is ook ouder.

Stichting JIBB *Buurtsport 'vur al auw'*

Stichting JIBB wil er zijn voor de oudere Helmonders. Ouderen in vijf wijken die nu nog achter de voordeur blijven en deelnemers uit zorginstellingen (inclusief licht dementerenden) komen door Buurtsport 'vur al auw' in beweging en met elkaar in contact.

Het project komt voort uit gesignaleerde vraag en behoefte in de wijken. Er wordt dan ook maatwerk per wijk geleverd. De behoefte is geuit naar aanleiding van de succesvolle aanpak van buurtsportcoaches in andere wijken, maar blijkt ook uit de ouderenmonitor van de GGD. De coaches stimuleren bewegen en een actieve leefstijl.

Bij dit project ligt de focus op het opzetten van een sociale infrastructuur met voldoende vrijwilligers rondom de ouderen. Oudere vrijwilligers in de wijk treden op als een soort buddy. Voor hen werkt deelname preventief.

Vrijwilligers worden geworven en getraind maar ook vrijwilligers uit zorginstellingen doen mee. De stichting wil dan ook de kloof tussen professionals en vrijwillige inzet slechten.

Amsta

Met groen en blauw, niemand in de kou!

Wandelgroepen voor ouderen langs groene en blauwe plekken in de wijken, vissen, activiteiten in beleefstuinen. Het zijn voorbeelden van groene en blauwe activiteiten voor bewoners van de Amsterdamse zorginstelling Amsta en oudere wijkbewoners. Op drie locaties kunnen ouderen meedoen aan de activiteiten waarbij de instelling het IVN, de Vereniging Natuur- En Milieueducatie, heeft betrokken.

Ook in ontmoetingsruimten vindt er van alles plaats, maar het liefst buiten. Op dit moment doen twintig mensen structureel mee aan het project dat $\frac{3}{4}$ jaar bestaat. Samen vormen ze groepjes. Op elke locatie vinden minimaal één keer per maand activiteiten plaats. De (wandel)groepjes kunnen ook vaker afspreken.

De stichting wil nu meer bereik onder de eenzame ouderen in de wijk en groepen met andere culturele achtergrond/migrant. De zelfstandige ouderen organiseren nog eigen activiteiten en komen niet naar de zorginstelling of ze zijn vrijwilligers. Geregeld is de grens tussen vrijwilliger en deelnemer vaag: wie helpt wie? Ook zijn er vrijwilligers die door IVN worden getraind om groene activiteiten op te zetten en te begeleiden en groene netwerken in stand te houden.

Stichting Miks welzijn

Samen vitaal

Ouderen in de kleine kernen in Balk en omstreken verleiden uit huis te komen. Dat wil Miks welzijn bereiken door niet alleen studenten maar ook andere, oudere vrijwilligers te werven.

Met het project 'Samen vitaal' wil de stichting ouderen door beweging (wandelen, oefeningen, fitness in de openbare ruimte) vitaler maken en laten deelnemen aan sociale activiteiten en groepsbijeenkomsten van maatjes en deelnemers samen.

De aanpak van Cios-studenten als beweegmaatje voor ouderen wordt doorontwikkeld naar andere, oudere, vrijwilligers. Daarbij zijn de pijlen ook gericht op het opzetten van en doorverwijzen naar sociale activiteiten en groepsbezigdheden. Daarnaast bestaat de wens om het aantal beweegactiviteiten per week uit te breiden. Het liefst is er dagelijks iets actiefs te doen. Om dit te bereiken wordt een samenwerkingsverband met zorgpartners opgezet, zodat een structureel aanbod voor kwetsbare ouderen ontstaat. De vrijwilligers krijgen training en begeleiding in het omgaan met de doelgroep, bijvoorbeeld over eenzaamheid en rollator- en rolstoelgebruik.

ANBO

Support your chosen family

Met 'Support your chosen family' wil seniorenorganisatie ANBO kwetsbare oudere lesbische vrouwen, homoseksuele mannen, biseksuelen, transgender- en intersekse personen (LHBTI) verbinden met een vrijwillige supportgroep.

Het supportnetwerk bestaat uit vijf tot tien LHBTI-ouderen die redelijk bij elkaar in de buurt (stad, gemeente, regio) wonen. Elk netwerk ondersteunt minimaal vijf kwetsbare ouderen.

De deelnemers kunnen elkaar onderling informeren, ondersteunen door te bellen of mailen, af te spreken en/of te helpen bij klusjes zoals het invullen van formulieren of regelen van vervoer.

De supportgroepen bestaan uit vrijwilligers die een speciale training krijgen. De coördinatie ligt in handen van een vrijwillige vitale LHBTI-oudere, een ambassadeur van het 50+ roze netwerk. De basis van ambassadeurs en ouderenadviseurs (ANBO) en roze organisaties is er al.

Stichting de Vrije Ruimte

Grijs Voorbij; op zoek naar een nieuw evenwicht

Stichting de Vrije Ruimte in Amsterdam kijkt om naar Spaanstalige mannen en vrouwen met een Caribische, Kaapverdische en Dominicaanse achtergrond als ook andere migrantenouderen.

Met het project 'Grijs voorbij; op zoek naar een nieuw evenwicht' richt de stichting zich op 60-plussers, omdat veel migrantenouderen al rond hun vijftigste allerlei aandoeningen krijgen. Ook heeft deze groep een grotere kans op armoede wegens een onvolledig arbeidsverleden (geen of laag pensioen, geen volledige AOW opgebouwd). Daarnaast hebben ze vaak een lage sociaal-economische status en verkeren ze door beperkte beheersing van de Nederlandse taal vaker in een isolement.

De mannen krijgen speciale aandacht vanwege hun specifieke problematiek. Door de losse gezinsstructuur zijn zij vaak zeer geïsoleerd, hebben ze een mindere band met de kinderen en vaak zelfs geen contact. Daardoor ontbreekt het aan mantelzorg.

Stichting Erfgoed Stein ***Wètste nog***

Door herinneringen aan vroeger te delen wil Stichting Erfgoed Stein kwetsbare, eenzame ouderen uit Stein bereiken. Onder de noemer 'Wètste nog' organiseert de stichting verschillende activiteiten die de sociale samenhang binnen het eigen dorp en de buurt versterken.

Zo zijn er workshops, wordt er samen gekookt en gegeten en zijn er herinneringsmiddagen in het dorp of in zorginstellingen. Maar de stichting wil meer: een uitbreiding van de activiteiten naar zingeving voor eenzame ouderen. Daarbij zijn vitale ouderen belangrijk als vrijwilliger. Zij zijn de doelgroep van morgen.

Daarnaast is het doel de sociale samenhang in de verschillende kernen vergroten door een scala aan activiteiten en cursussen waar inwoners en buurtgenoten elkaar ontmoeten. Minstens 25 deelnemers zijn zeker van de partij.

De stichting werkt samen met veel projectpartners.

Stichting Oisterwijk Centraal

Ontmoeting in Beweging: gezamenlijk, gezond, gezellig!

Bewegen om met elkaar in contact te komen. Dat is het doel van 'Ontmoeting in Beweging: gezamenlijk, gezond, gezellig!'. Stichting Oisterwijk Centraal is het gezicht achter het project waarbij het draait om een beweegactiviteit zoals zwemmen en/of zittend gymmen, met daarna een sociaal moment met koffie. Beide delen duren drie kwartier. De deelnemers worden naar de activiteit gebracht met de Parelexpress, een soort dorpsstreintje, georganiseerd door vrijwilligers.

De groep is heel divers. De meerderheid is ouder dan 65 jaar. Een behoorlijk deel heeft een lichamelijke beperking. Ook leven enkele deelnemers onder of tegen de armoedegrens.

Het project is begin 2017 gestart. Er doen steeds meer mensen mee. Zo komen mensen die veelal ook in sociaal isolement zaten, nu wekelijks naar de activiteiten. Er is duidelijk behoefte aan sociaal contact, ook al hebben deelnemers soms wat stimulans nodig om voor het eerst deel te nemen.

De organisatie en de Parelexpres hebben gezamenlijk veertig vrijwilligers. Er zijn ongeveer tien vrijwilligers die meebewegen, daarbij ondersteunen en 'koffie drinken'. Een deel heeft zelf ook de oudere leeftijd.

Stichting Ruya

Samen zijn we gelukkig

Allochtone en autochtone ouderen in heel Arnhem krijgen de kans om deel te nemen aan activiteiten in het atelier van Evital Thuiszorg. Door het project 'Samen zijn we gelukkig' kunnen ze daar hun dag besteden in gezelschap van vrijwilligers van stichting Ruya.

In het atelier is al plek voor daartoe geïndiceerde ouderen, maar geïsoleerde ouderen zonder indicatie kunnen daar nu ook terecht. Veel migrantenouderen zijn namelijk niet op de hoogte van voorzieningen, kennen de weg niet of kunnen dit niet regelen.

De stichting wil veelal migrantenouderen vanaf 55 jaar en ouder bereiken. Deze mensen kampen vaak al met gezondheidsproblemen en eenzaamheid als ze jonger zijn dan 65 jaar. In 2018 hoopt Ruya minimaal 25 ouderen zonder sociaal netwerk te bereiken. In 2020 moeten dat er zestig zijn.