



Thuishuis project; leef- en woonconcept voor alleenstaande senioren

Praktijksessie 20

Welkom bij de workshop over het: Thuishuisproject



“Op een manier samen oud worden”

Laat niemand in eenzaamheid leven!



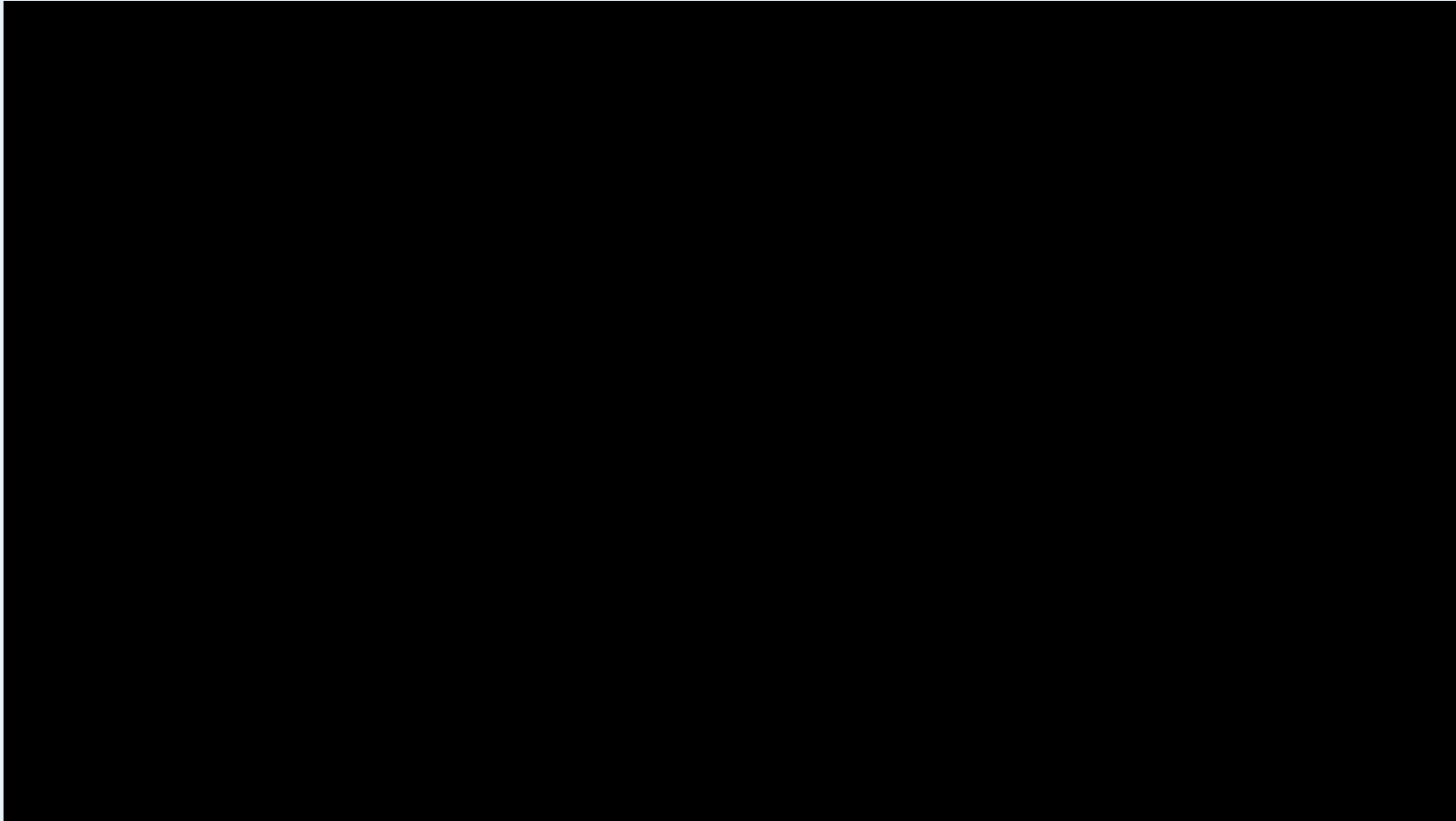
Expliciet over eenzaamheid concludeert het Rapport :

"In vergrijzend Nederland waar het beleid erop is gericht ouderen zolang mogelijk zelfstandig thuis te laten wonen, met onvermijdelijk een toename van vereenzaamde en kwetsbare ouderen tot gevolg, kan het woonconcept Thuishuis een waardevol alternatief zijn.

Het tegengaan van vereenzaming door mensen fysiek de mogelijkheid te bieden bij elkaar te wonen kan nauwelijks eenvoudiger en doeltreffender worden vormgegeven."

Bron: 'Effectenanalyse Thuishuis', inzicht in de maatschappelijke meerwaarde, ministeries BZK/VWS-RIGO Amsterdam, mei 2015

NOS



EENZAAMHEID - DEFINITIE

Eenzaamheid is het negatief **ervaren** verschil tussen de kwaliteit van de relaties die men onderhoudt en de relaties zoals men die voor zichzelf wenst

(De Jong-Gierveld)

Eenzaamheid is een toestand van zonder gezelschap te zijn, zich verlaten te voelen

(van Dale)

EENZAAMHEID

- Emotionele en sociale eenzaamheid, combinatie ernstig!
- Eenzaamheid is vaak tijdelijk, maar omvangrijke groep is langdurig eenzaam
- Eenzaamheid zit *in* persoon, niet zichtbaar, dus onderschat!
- Ouderen vatbaarder eenzaamheid opeenstapeling gebeurtenissen
- Ziekte, verlies van partner, onveiligheid oorzaak eenzaamheid

Bron: "Laat niemand in eenzaamheid leven", Handleiding voor het opzetten van een Thuishuisproject: van idee tot realisatie Met praktijkvoorbeelden voor vrijwilligers, medewerkers en bestuur, Jan Ruyten, De Toorts 2017

RISICOGROEPEN

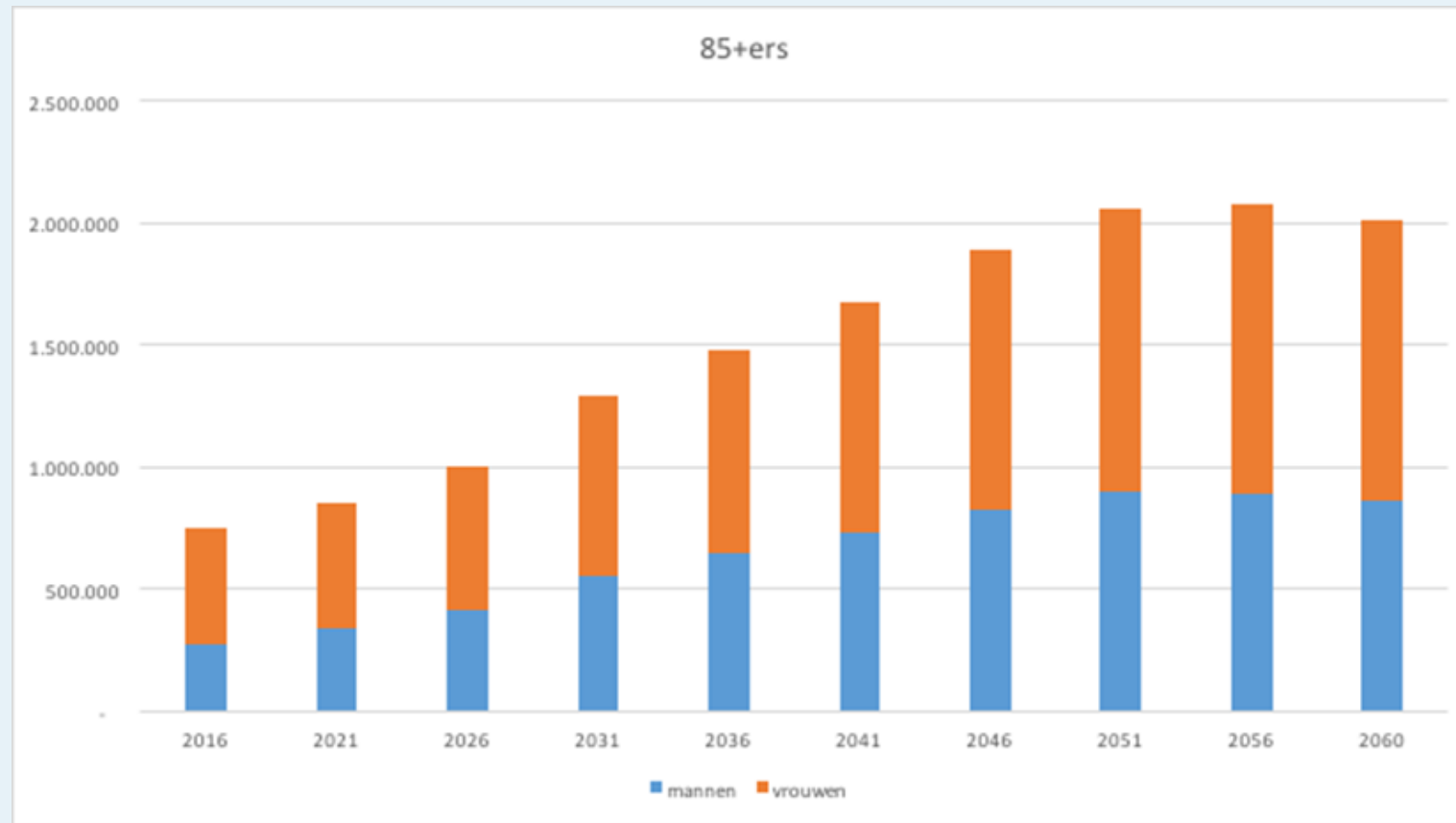
Risicogroepen voor eenzaamheid

- Alleenstaanden
- Personen met minder fysieke mogelijkheden
- Personen met een te klein sociaal netwerk
- Personen met depressieve klachten
- Personen met smalle beurs

Bron: 'Laat niemand in eenzaamheid leven', Handleiding voor het opzetten van een Thuishuisproject: van idee tot realisatie Met praktijkvoorbeelden voor vrijwilligers, medewerkers en bestuur, Jan Ruyten, De Toorts 2017

RISICOGROEPEN

Aantal 85plus groeit



LANDELIJK - BEELD

- Ruim 30% 18+ voelt zich wel eens eenzaam
- 1,5 miljoen ouderen eenzaam, waarvan 310.000 extreem eenzaam!
- Oudere mannen 33% en vrouwen 50%
- Migranten ouderen scoren hoger dan autochtonen
- Hogere eenzaamheid in stedelijke gebieden (33% versus 25%)
- Dementie: 250.000 nu, 500.000 in 2040, waarvan 70% thuis!
- Toename alleenstaanden: 2,9 mil. (2015) en 3,4 mil. (2030)
- Behoeftte veranderd: 55% kiest vorm gemeenschappelijk wonen!

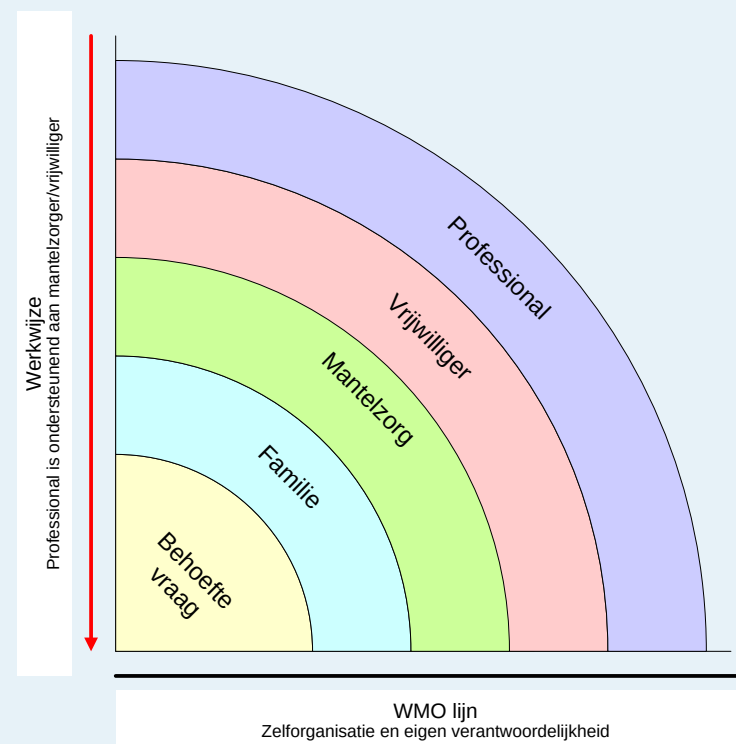
Bron: verschillende onderzoekspublicaties o.a. Vilans, CPB, Aedes, ANBO, Van Tilburg De Jong Gierveld, VU Amsterdam

Drenthe-Thuis in de Wijk

- Bijna één op de twee ouderen (65Plus) meldt eenzaamheidsgevoelens (48%)
- Ruim 11% (zeer) ernstig eenzaam, dat zijn ruim 210 inwoners in Bargeres
- Aantal alleenstaande huishoudens stijgt naar circa 40% in 2040 in Thuis in de Wijk
- Circa 12.000 ouderen 65plus in Thuis in de Wijk eenzaam!
- Gemeente Thuis in de Wijk: dementie van 1.900(2018) naar 3.900(2050), stijging: 105%(!)

Bron: GGD Drenthe, Ouderenmonitor 2020/Gemeente Thuis in de Wijk/Trendbureau Drenthe/RIWM-VWS/Toekomstverkenning dementie, Alzheimer Nederland.

- **PROFESSIONALS ONDERSTEUNEN VRIJWILLIGERS**
- **WELZIJN BOVEN ZORG PRINCIPE**
- **OUDEREN BLIJVEN ALTIJD IN EIGEN REGIE**



SAMENVATTING SITUATIE

(dreigende) Vereenzaming bij alleenstaande ouderen!

- Ontstaan negatieve spiraal door regieverlies over het leven
- Langer zelfstandig wonen verhoogt het risico op verwaarlozing en vereenzaming
- Investeren in welzijn stelt behoefte aan zorg uit
- Inzet en ondersteuning van vrijwilligers belangrijker bij een terugtrekkende overheid
- Meer verbinding gewenst tussen wonen, welzijn en zorg door vergrijzing

THUISBEZOEK

OUTRECHENDE ACTIVITEIT

1 op 1 ondersteuning vrijwilliger

Thuisbus

OuderMaatje

AutoMaatje

Thuishuis-café

Telefooncirkel

THUISHUIS

KLEINSCHALIGE WOONVORM

Studentenhuis voor ouderen

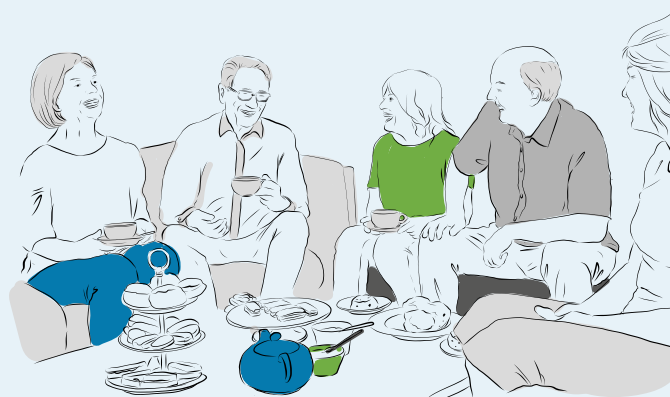
Zelfstandig wonen in de wijk

Samen en toch apart

Contact naar eigen behoefte

Welzijn boven zorg

55+



Samen is niet alleen:

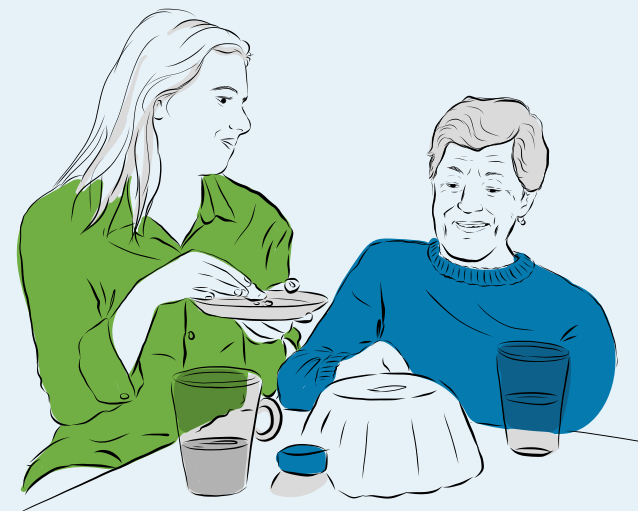
- Verlaagt 'drempels' en verhoogt sociale betrokkenheid
- Nodigt uit tot sociale activiteiten
- Vrijwilligers vormen constante factor in ondersteunende faciliteiten
- Verhoogt het gevoel van veiligheid en geborgenheid
- Nodigt uit tot onderlinge contacten, ook in de buurt of de wijk

Een Thuisbezoek aan zelfstandig wonende ouderen in buurt of wijk gericht op:

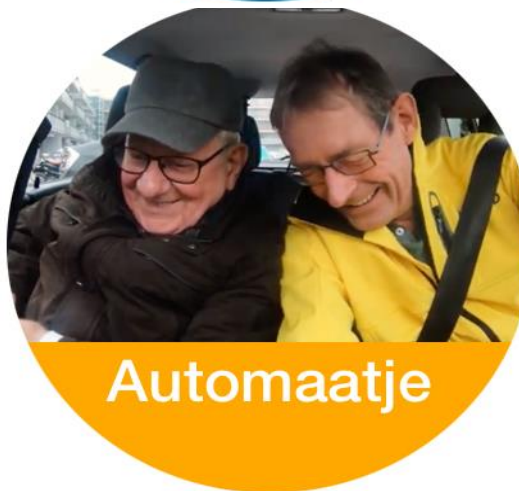
- Behoefte/vraag wat ouderen zelf willen
- Zelf – en Samenredzaamheid
- Tijdelijk van aard

Waarom dit Thuisbezoek?

- Onorthodoxe methoden; *Galerijgesprekken, Thuisbus, AutoMaatje, OuderMaatje, Thuishuis-cafe*
- Verbinding andere organisaties in gemeente
- Focus & expertise eenzaamheid ouderen



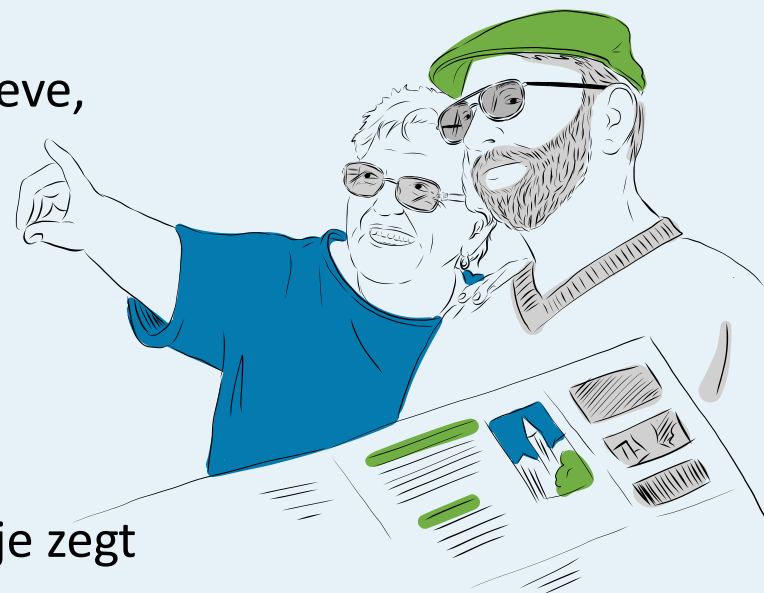
OuderMaatje, AutoMaatje, Thuishuis-Café, Thuisbus



OVER DE DREMPEL

De 'Majoor Bosshardt methodiek' / *De 'Geef nooit op methodiek'*

- Contact maken in wijk en buurt op diverse, creatieve, persoonlijke wijze
- Eén vraag: wat zou u leuk vinden om te doen?
- Kunst van de verleiding – oprechte belangstelling
- Kracht van de ontvangstbevestiging en doen wat je zegt
- Compassie -'vallen en opstaan'- de aanhouder wint!



Mobiele/pop-up ontmoetingsplek in de wijk

- Dichtbij de ouderen
- In eigen wijk
- Stimuleert buren-contact
- Lage drempel om te komen
- Mogelijkheid om ouderen op te halen
- Gastvrouw = Leuk vrijwilligerswerk
- Gratis; dus voor iedereen!
- Geen inschrijving/vrije aanloop
- Geboren uit behoefte; samen koffie/kletsen
- Manier om in contact te komen op een vriendelijke, indirecte manier
- Van hieruit is het contact opbouwen makkelijker



ANWB AUTOMAATJE WOERDEN

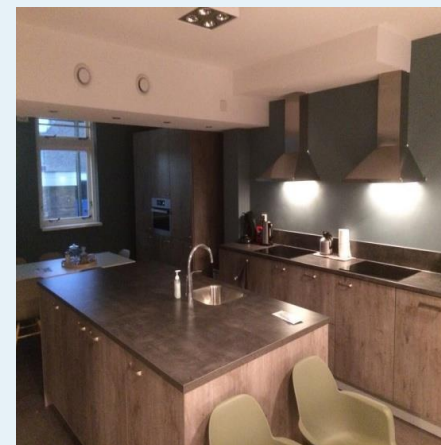
Vervoerservice voor en door eigen inwoners

- Voor wie minder mobiel is en OV/taxi probleem is
- Vrijwilligers rijden in hun eigen auto
- Voordelig tarief
- Aanvraag rit minimaal 2 werkdagen van te voren
- Contactmogelijkheid doelgroep Thuishuisproject (per maand 20 nieuwe, onbekende deelnemers)
- In Woerden ca 26.000 contactmomenten!



Een Thuishuis:

- Kleinschalige woonvorm
- 5 tot 7 bewoners
- Eigen & gedeelde woonruimte
- Welzijn boven zorg-principe
- Behoud eigen regie
- 1 voordeur, 1 achterdeur
- Ondersteuning vrijwilligers mogelijk
- Gezellig samen oud worden

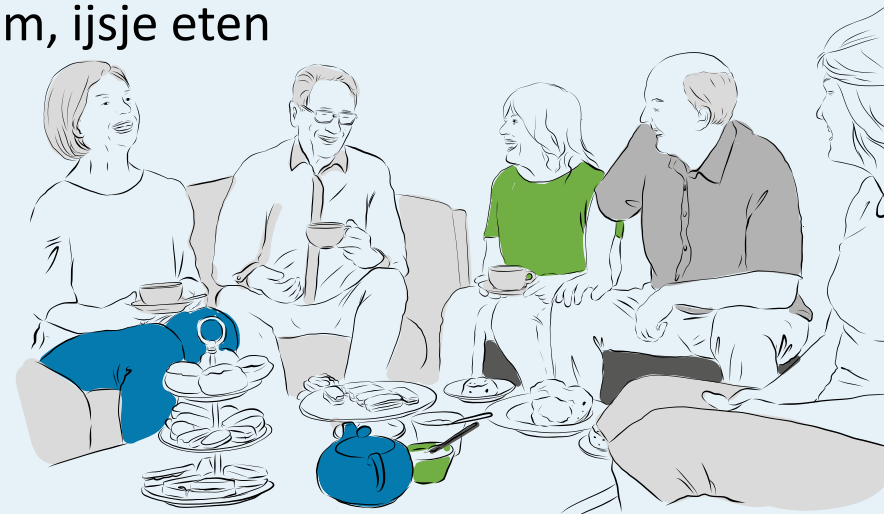


THUISHUIS



PRAKTISCHE VOORDELEN THUISHUIS

- Even bij elkaar binnenlopen om een praatje met elkaar te maken
- Met elkaar tv kijken, borduren, puzzelen, de tuin doen
- Samen koffie drinken, koken, eten
- Aanvullen/ondersteunen in elkaars bezigheden (computer)
- Samen boodschappen doen, naar museum, ijsje eten
- Kortom, omzien naar elkaar en....
- Niet eenzaam hoeven zijn!



DOELGROEP

- Alleenwonende oudere medemens die niet alleen wil wonen
- Alleenwonende oudere medemens met een (mogelijke) dreigende vereenzaming
- Niet-welgestelden (sociale woningbouw)
of
- Welgestelden
of
- Combinatie van beiden binnen één wijkproject



Samenwerkingspartners

- Vrijwilligersorganisaties
- Woningcorporatie(s)
- Welzijnorganisatie
- Maatschappelijke organisaties & Kerkgemeenschappen
- Gemeente
- Huisartsen
- Professionele zorg, met name thuiszorg
- En.....Stichting Thuis in Welzijn

SOORTEN THUISHUISPROJECTEN

- Thuishuisproject voor alleenstaande ouderen
- Thuishuisproject voor alleenstaande ouderen migrantenachtergrond
 - Thuishuis voor migrante vrouwen
 - Thuishuis voor migrante mannen
- Thuishuisproject voor (alleenstaande) ouderen met dementie
 - Thuisbezoek – **Inloophuis** – Thuishuis



WAAROM THUISHUISPROJECT

- Versterkt civil society: ‘aansluiten bij wat leeft in buurt/wijk’
- Stimuleert attitudeverandering: ‘meedoen en erbij blijven’
- Actieve terughoudendheid: ‘reactiveren van eigen verantwoordelijkheid’
- Een brede opzet: ‘voor elkaar en met elkaar’
- Kostenbesparend: ‘veilig & kleinschalig bevordert langer gezond zelfstandig wonen, doorstroming (huur)woningen’
- Bijdrage aan vitale wijken en speciale woonruimten ouderen: ‘groeierende vraag ouderenhuisvesting’
- Innovatie maatschappelijk verantwoord ondernemerschap ‘samenwerking gemeente en woningcorporatie’
- Langer actief en zelfstandig

MAATSCHAPPELIJK RENDEMENT

- Conservatief 45%, realistisch 144%; en alleen het Thuishuis uitgroeiend naar 175% in de meest optimale situatie !
- Besparing Wmo – samenredzaam
- Besparing Zorgverzekering – gezondheidssituatie
- Besparing WIZ – duurzamer zelfstandig wonen
- Besparing bewoners – woonkosten (huishoud/aanpassing

Bron: SEV/Platform 31, Analyse maatschappelijk rendement Thuishuis, 2012; 'Effectenanalyse Thuishuis', inzicht in de maatschappelijke meerwaarde, ministeries BZK/VWS-RIGO Amsterdam, mei 2015

SUCCESVOL IN HET LAND



Winnaar Nationale Eenzaamheid Prijs



Bezoek Minister Hugo de Jonge aan Thuishuisproject Woerden

SUCCESVOL BIJ DE BELANGRIJKSTE: DE OUDEREN



OPZETTEN THUISHUISPROJECT

- Fase 1 Richtinggevend haalbaarheidsonderzoek
- Fase 2 (op)startfase, gericht op projectorganisatie
- Fase 3 Implementatiefase
- Kritische succesfactoren
- Programma van Eisen Thuishuis
- (éénmalige) Kosten ontwikkeltraject Thuishuisproject

- Wmo
- Woningcorporatie
- Huurtoeslag
- Wet langdurige zorg/Zorgverzekeraar
- Particulier initiatief
- Sponsoring

BOEK THUISHUISPROJECT

"Toen mijn vader nog leefde, zei hij: 'Als ik later oud word, dan vraag ik Piet of hij bij mij komt wonen, want die kan goed schaken; Harry, want die kan lekker koken; en Toos, want die vindt de tuin doen leuk.' Mijn vader had een groot huis waarin ze allemaal een eigen kamer zouden krijgen, en dan konden ze hun eigen lekkere luie stoel in de huiskamer zetten ... om op een gezellige manier samen oud te worden! Jan Ruyten



Jan Ruyten

Als ouderen alleen komen te staan, bijvoorbeeld door dat hun partner wegvalt, en er ook in de vrienden- en kennissenkring mensen komen te overlijden, komt het nogal eens voor dat zij vereenzamen. Vereenzaming wordt wel de ergste kwaal genoemd waarmee je in je leven kunt worden geconfronteerd.

Uit diverse onderzoeken komt naar voren dat wanneer mensen tijdig uit hun isolement worden gehaald en worden geactiveerd tot deelname aan sociale activiteiten, het moment van de daadwerkelijke behoefte aan zorg kan worden uitgesteld.

Er is thans veel beweging binnen de wereld van zorg en welzijn van met name ouderen. In de orkaan van kritiek over het huidige zorg- en welzijnssysteem laat Jan Ruyten zien dat 'het ook anders kan'.

Dit boek gaat over het opzetten van een Thuishuisproject, bestaande uit Thuisbezoek en Thuishuis, ook wel 'studentenhuis voor ouderen' genoemd. Vanuit de visie: 'eigen regie houden' en: 'professionals ondersteunen de vrijwilligers/mantelzorgers' (en niet andersom!), en gericht op het verminderen c.q. voorkómen van eenzaamheid!



Laat niemand in eenzaamheid leven

Jan Ruyten | Stichting Thuis in Welzijn

De Toorts

Laat niemand in eenzaamheid leven

Handleiding voor het opzetten van een Thuishuisproject: van idee tot realisatie

Met praktijkvoorbeelden voor vrijwilligers, medewerkers en bestuur

Jan Ruyten | Stichting Thuis in Welzijn

De Toorts



De ouderen hebben het laatste woord!



Pauze op het Kennisplein