

"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 Thuishuis-project, 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. voorkomen van eenzaamheid!



9 789060 208291

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



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



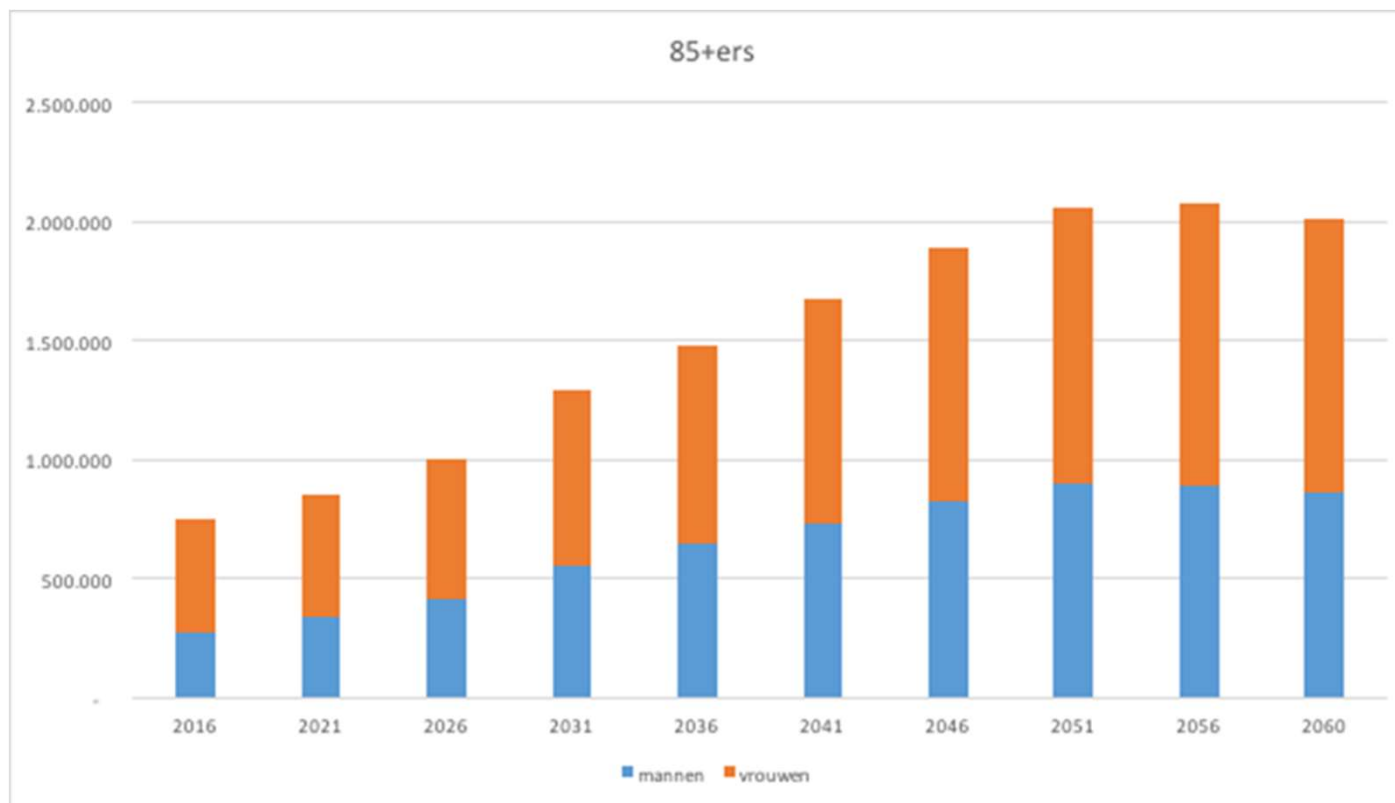
Risicogroepen voor eenzaamheid

- 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 oudere vrouwen 50%
- Migrante ouderen scoren hoger dan autochtonen
- Hogere eenzaamheid in stedelijke gebieden (33% versus 25%)

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

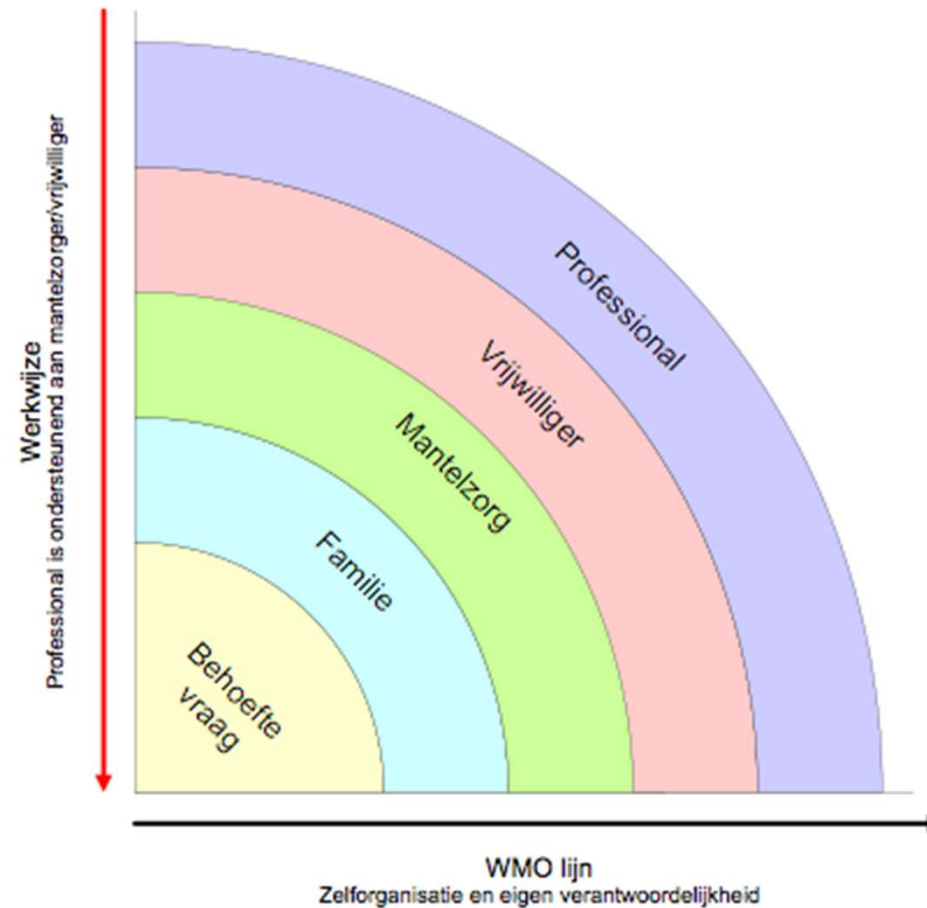
NOORD HOLLAND



- Bijna 1 op de 2 ouderen (65-Plus) meldt eenzaamheidsgevoelens (circa 46%)
- Bijna 1 op de 10 ouderen (zeer) ernstig eenzaam (circa 9%)
- Circa 230.000 ouderen in de provincie Noord Holland eenzaam!
- Groei eenpersoonshuishoudens ouderen tot 2040 is groot!

Bron: 'Hoe gaat het met ouderen in Hollands Kroon', Gezondheidsmonitor 2016/'Prognose 2017-2040', Provincie Noord Holland

Professionals ondersteunen vrijwilligers



THUISHUISPROJECT



THUISBEZOEK

OUTREACHENDE ACTIVITEIT (Majoor Bosshardt-methode)

THUISHUIS

KLEINSCHALIGE WOONVORM (Studentenhuis voor ouderen)

*Facultatief: **THUISHUISCAFÉ of OUDERENSOOS** op zondagmiddag*

*of..... **ANWB AutoMaatje***



Stichting Thuis in Welzijn

www.thuishuis.org

THUISBEZOEK



- Behoefte/vraag wat ouderen zélf willen
- Zelf- en samenredzaamheid
- Onorthodoxe methoden: 'Galerijgesprekken'



OVER DE DREMPEL



De *'Majoor Bosshardt methodiek'* : *er zijn of er niet zijn*

- Contact maken in wijk en buurt of middels 'Galerijgesprek'
- 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' - geef nooit op!

THUISHUIS



Doel	Een kleinschalig 'thuis'
Paradigma	Professionals ondersteunen vrijwilligers (en niet andersom!)
Uitgangspunten	Een 'eigen bekend' woon- en leefklimaat, oudere/bewoner altijd in regie, gericht op zelf- en samenredzaamheid
Hoe ziet het er uit?	Een huis met 'voordeurdelers", 'ondersteund' door vrijwilligers
Huisvesting	Een huis/appartement met specifieke aanpassingen

STAKEHOLDERS



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

THUISHUISVORMEN



- Thuishuisproject voor alleenstaande ouderen
- Thuishuisproject voor alleenstaande ouderen migratieachtergrond
 - Thuishuis voor migrante vrouwen
 - Thuishuis voor migrante mannen
- Thuishuisproject voor ouderen met dementie
 - Thuisbezoek - **Inloophuis** – Thuishuis

Thuis in Welzijn



- Missie

“Laat niemand in eenzaamheid leven”

- Visie:

“Professionals dienen vrijwilligers/mantelzorgers te ondersteunen”

- Participatie & actief burgerschap ipv zorgmodel
- Samenhang– Ontschotten- Samenwerken
- Projecten/Innovaties buiten het systeem
 - Kwaliteit
 - Maatschappelijk Rendement

MAATSCHAPPELIJK RENDEMENT



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

Bron : Analyse maatschappelijk rendement Thuishuis, SEV/Platform31/BZK, 2012; 'Effectenanalyse Thuishuis, inzicht in maatschappelijke meerwaarde, ministeries BZK/VWS-RIGO Amsterdam, juni 2015

- **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 maatschappelijke meerwaarde, ministeries BZK/VWS-RIGO A’dam, juni 2015



Winnaar Nationale Eenzaamheid Prijs

Stichting Thuis in Welzijn

www.thuishuis.org



Op een leuke manier samen oud worden



Oud worden doe je liever niet alleen

"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 Thuishuis-project, 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

