



Harmen Rijkse &lt;harmenrijksen@gmail.com&gt;

---

## Nieuwsbrief 9 Coalitie Haarlem Ontmoet

---

**Frances Nuijen** <fnuijen@dock.nl>  
Antwoorden op: Frances Nuijen <fnuijen@dock.nl>  
Aan: Harmen <harmenrijksen@gmail.com>

1 juli 2019 om 18:28

[View this email in your browser](#)



Beste Harmen

Met veel plezier presenteer ik hier weer onze nieuwe nieuwsbrief. De 9de alweer! De leden van de coalitie hebben bij de ondertekening van hun lidmaatschap toegezegd serieus aan de slag te gaan met het thema eenzaamheid. Voorbeelden hiervan kunt u lezen in deze nieuwsbrief.

Ik wens u veel leesplezier.

Frances Nuijen  
Projectleider Coalitie Haarlem Ontmoet

### **In deze nieuwsbrief:**

- \* Verslag werkgroep jongeren en eenzaamheid
- \* Verslag werkgroep aandachtsfunctionaris
- \* Rubriek: Kennisdelen
- \* Estafette Interview met David van Wesel.
- \* Rubriek : Waar Haarlem ondernemend in is
- \* Uitnodiging presentatie Kim Schoof van het SIG

### **Werkgroep jongeren en eenzaamheid**

#### **Grip op je eenzaamheid!**

Tijdens de bijeenkomst eenzaamheid en jongeren in het Patronaat zijn de volgende tips verzameld door jongeren aan jongeren.

- \* Tegen eenzaamheid kan je het best een nieuwe hobby zoeken en uitoefenen.
- \* Praat met mensen die om je geven. En luister ook naar hun verhaal.
- \* Vermoed je dat iemand eenzaam is – stap er op af. Knoop een praatje aan. Je

kan het niet op lossen maar wel verlichten.

- \* Wees jezelf, doe je niet anders voor. Anders verlies jij jezelf.
- \* Als je je eenzaam voelt moet je dit zeggen tegen iemand, durf je dit niet geef een brief aan iemand waar je het tegen wilt zeggen. Als je je dan nog steeds eenzaam voelt denk aan iets positiefs.
- \* Doe aardig tegen mensen en heb respect voor ze.
- \* Elkaar ontmoeten, zelf neem ik altijd iemand mee om nieuwe contacten te maken.
- \* Deel je gevoel van eenzaamheid met iemand: iedereen herkent dit gevoel weleens.
- \* Je mag er zijn, je bent goed zoals je bent.

Ben jij jong en heb jij ook een tip of een goede ervaring? Mail [coalitie@haarlemontmoet.nl](mailto:coalitie@haarlemontmoet.nl).

Namens de werkgroep

Marijke Aukema – [marijke@bedrijfsamenleving.nl](mailto:marijke@bedrijfsamenleving.nl)

## Werkgroep aandachtfunctionarissen



19 juni was er weer de 2de bijeenkomst voor de aandachtfunctionarissen. Alle deelnemers hadden een plan van aanpak gemaakt. Simpel en concreet. Wat ga je de komende 3 maanden doen rondom eenzaamheid in jouw organisatie? Er ontstond een leuke uitwisseling van tips en ervaringen.

Over 3 maanden is er weer een bijeenkomst. 3 organisaties vertellen in de rubriek **"Waar Haarlem ondernemend in is"** over hun acties!

Wil jij ook aandacht besteden aan eenzaamheid binnen jouw organisatie?

Neem dan deel aan de werkgroep. Tussentijds instappen is mogelijk. Neem daarvoor contact op met Marleen.

Namens de werkgroep

Marleen van Duynhoven - [marleen@rodekruihaarlem.nl](mailto:marleen@rodekruihaarlem.nl).



### **Interview met David van Wesel (41), beleids- en accountmedewerker Eenzaamheid & Diversiteit Gemeente Haarlem.**

Nieuwsgierig naar de visie van de gemeente maak ik een afspraak met David van Wesel. Ik heb David al een aantal keren ontmoet en telkens werd ik vrolijk van zijn energieke uitstraling en zijn positieve aanwezigheid. Hij is namens de Gemeente Haarlem werkzaam als beleids- en accountmedewerker eenzaamheid en diversiteit, als onderdeel van de afdeling maatschappelijke ondersteuning. David is daar sinds 1 mei 2018 werkzaam. Daarvoor was hij manager zorg & welzijn bij de gemeente Diemen en had hij een eigen onderneming waarbij hij leidinggevend en laagopgeleide medewerkers beter met elkaar leerde samenwerken. Waar een dubbele studie filosofie en geschiedenis al niet toe kan leiden!

Met de inrichting van het Jaar van de Ontmoeting (2017) heeft de gemeente Haarlem fors ingezet op het tegengaan van eenzaamheid. Dat jaar vormde het startschot, waarbij allerlei partijen die zich in Haarlem met dit domein bezighouden bij elkaar werden gebracht. De Coalitie Haarlem ontmoet werd geboren en er werd een kerngroep werd gesmeed van organisaties die zich het meest actief met het thema eenzaamheid bezighouden om het thema vorm en inhoud te geven. David vertegenwoordigt de gemeente Haarlem in die kerngroep. De kerngroep komt eens in de 6 weken samen. David geeft aan dat de rol van de gemeente hierbij vooral faciliterend, ondersteunend, activerend is. De gemeente denkt mee, verbindt partijen aan elkaar en maakt het mogelijk dat er zo'n coalitie is. De gemeente bepaalt ook mee wat er in de Coalitie gebeurt. Uit de werkconferentie in oktober zijn drie belangrijke issues naar voren gekomen:

1. Eenzaamheid onder ouderen met een migranten achtergrond

2. eenzaamheid onder jongeren (een onderschat probleem)
3. Het aanstellen / benoemen van een aandachtsfunctionaris binnen de organisaties die deelnemen aan de coalitie.

Eenzaamheidsbestrijding is onderdeel geworden van het coalitie accoord, het is nu zaak om de aandacht voor dit thema vast te houden en te laten zien wat er allemaal gebeurt aan initiatieven. De gemeente kan mensen uiteraard niet verplichten om gebruik te maken van de vele initiatieven die er zijn, maar kan wel deelname en bewustzijn simuleren. Liever preventief, bijvoorbeeld via de huisarts of via zelforganisaties; zo voorkom je dat mensen echt in een isolement terecht komen.

David's benadering is om dit zo concreet mogelijk te maken: wat gaan we doen, welke partijen zijn er, welke initiatieven kunnen met elkaar samenwerken, hoe betrek je mensen erbij. Concreet, simpel, doen, uitvoeren. De inhoud moet centraal staan.

Frans Funnekotter Hart Haarlem

## **Kennisdelen**

**Manou Bolsius is naar het jaarcongres Eenzaamheid geweest en doet hiervan verslag voor de coalitie.**

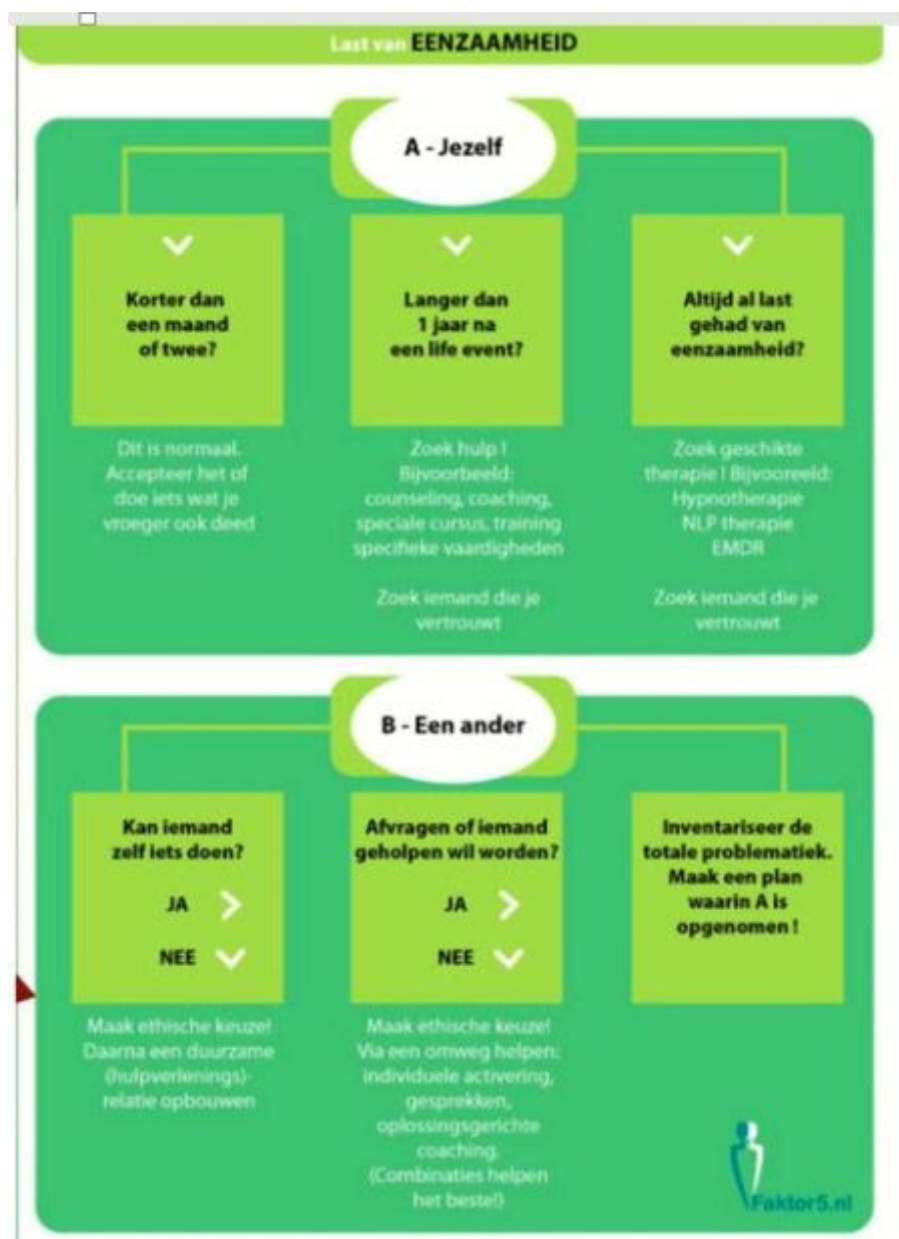
### **Korte weergave van Jaarcongres over Eenzaamheid, georganiseerd door Zorg en Welzijn.**

Op de dag dat de treinen staken, wordt dit congres gehouden op een A-lokatie naast een station. Het dwingt ons tot aanpassen. Zo ga ik in plaats van Moniek naar het congres en neem ook nog een paar carpoolers mee. Stap 1 om niet eenzaam te hoeven reizen en vast vrienden te maken voor op een congres.

De sprekers zijn zeer bekend met het onderwerp: Jeannette Rijks, Eric Schoenmaker en Gerine Lodder zijn de bekendste. En de twee andere sprekers geven een zeer interessante andere invalshoek. Om te beginnen met Corrie Tijsseling van de GGMD (Geestelijke Gezondheidszorg en Maatschappelijke Dienstverlening voor Doven en Slechthorenden) over de invloed van slecht/niets horen op eenzaamheid. Er zijn bijna 2 miljoen mensen met een auditieve beperking in Nederland en deze beperking zorgt ervoor dat ze er letterlijk en figuurlijk soms niet bij horen. Ze legt het verschil uit tussen vroegdoof en later doof en wat dat betekent voor het individu en de omgeving. Ook benadrukt ze het belang van het bevorderen van de toegankelijkheid (door tolken, ondertiteling, visuele signalen). Interessante documentaire van "de hokjesman" over De Doven is terug te kijken op VPRO, meer informatie over horen op [hoorstichting.nl](http://hoorstichting.nl).

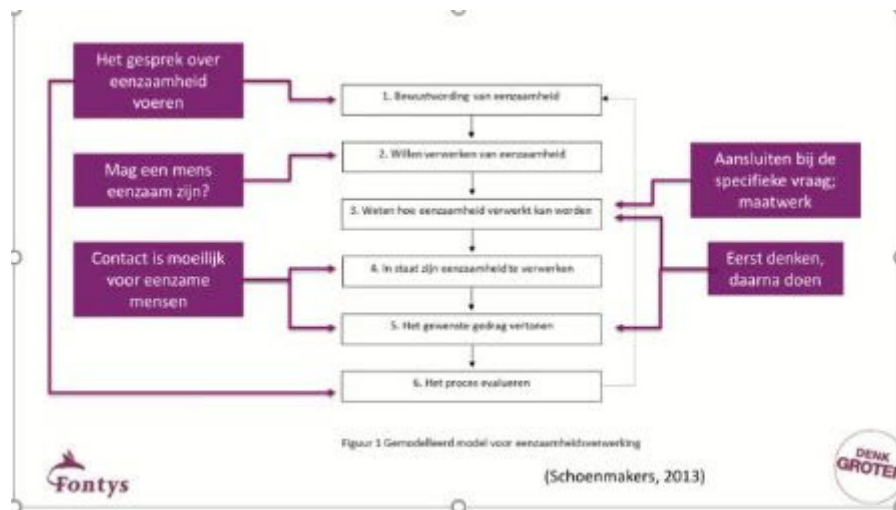
**Jeannette Rijks** is specialist eenzaamheid. Ze zocht 20 jaar geleden naar informatie over eenzaamheid en kwam zo weinig onderzoek tegen dat ze zelf op zoek is gegaan. Ze prikt met het -toch al zeer goed geïnformeerde- publiek wat mythes door. Zoals "Eenzaamheid is toegenomen": niet waar, percentueel is het al jaren gelijk

maar er zijn meer mensen dus in absolute zin klopt het wel. En “Eenzaamheid is het gevolg van toename individualisering”: niet waar, dat illustreert ze met getallen over eenzaamheid in Europa. De landen waar je veel aandacht voor het individu verwacht (NL, Scandinavië) scoren hierin veel lager dan landen als Italië, Spanje en Portugal waar je verwacht dat groepen en familie belangrijk zijn. De mythe dat jongeren minder vaak eenzaam zijn dan ouderen hebben we in Haarlem ook al eens op de agenda gezet, maar hierbij zit ook de mythe over het aanpassingsvermogen, “Als je jonger bent kun je het zelf wel oplossen, ouderen moeten we helpen”. Deze mythe leidt tot een uitgebreide toelichting over hoe de hersenen werken. Kort gezegd: als je langer dan een paar maanden eenzaam bent, passen je vermogens zich hierop aan. Het wordt dan moeilijker om contact te leggen of ervaren. Dit is heel belangrijk om te beseffen bij de aanpak van eenzaamheid.



Waar Jeannette al spreekt over maatwerk bij de aanpak, gaat **Eric Schoenmakers** daar wetenschappelijk nog eens overheen. En hij benadrukt het belang van leren omgaan met

eenzaamheid in plaats van het willen oplossen. Dat is deels een taalkundige verandering maar het werkt ook door op het niveau van verwachtingen



**Gerine Lodder** werkt al jaren met jongeren en doet onderzoek naar eenzaamheid bij jongeren. Ze benadrukt dat eenzaamheid niet gebonden is aan leeftijd, eigenlijk is het percentage vanaf basisschoolleeftijd hetzelfde. Factoren die bijdragen aan eenzaamheid onder jongeren zijn sociale vaardigheden, sociale omgeving (toegang, aanleg, pesten) en negatieve gedachten. Als je dit omkeert, kan je ook verschillende ingangen voor de aanpak ervan bepalen. Het is belangrijk om goed na te gaan waar de eenzaamheid het meest door wordt beïnvloed maar ook in welke “laag” deze zich bevindt. De eerste laag is vaak tijdelijke eenzaamheid, de tweede laag wordt chronischer en in de derde laag heeft het geen zin om met “uitbreiden sociale contacten” te beginnen, daar is aanpak van cognitieve vaardigheden nodig.

De uitsmijter van de dag is **Patrick van Veen**, een gedragsbioloog die met leuke filmpjes en anekdotes over het dierenrijk laat zien dat zinvolle tijdsbesteding een natuurlijke basisbehoefte is. Denk aan de ijsbeer die steeds dezelfde rondjes loopt in zijn verblijf en die -als hij wordt uitgedaagd- heel ander gedrag laat zien. Hij is voorstander van het verscheuren van de piramide van Maslow, zeker in kamertjes waarin beleid wordt gemaakt. Voer voor de aanwezigen bij een congres van Zorg en Welzijn: Welzijn is net zo belangrijk als genoeg te eten. Ter illustratie is een aantal rechthoeken beter dan een driehoek: Alle basisbehoeften staan naast elkaar en uit elk onderdeel is iets nodig. De hoeveelheid per onderdeel kan verschillen van persoon tot persoon, dat maakt iedereen uniek, maar zorg er vooral voor dat de gesprekspartners bij gemeenten en andere overheden doordrongen zijn van het belang van zinvolle tijdsbesteding.

Buiten de sprekers waren er workshops mogelijk van onder meer UP in Nederland (over “in je uppie”), Samenkracht.nu (activerende dialogen), Movisie (met kunst&cultuur eenzaamheid doorbreken), Een tegen eenzaamheid (het

landelijk programma). Presentaties zijn eventueel beschikbaar om voor eigen gebruik door te lezen.

## Waar Haarlem ondernemend in is!



**Bibliotheek Zuid-Kennemerland** heeft naast heel veel andere thema's ook eenzaamheid op de agenda staan.

Bibliotheken zijn bij uitstek een plek waar elkaar ontmoeten bijna een vanzelfsprekendheid kan zijn. Elkaar ontmoeten aan de leestafel, tijdens een activiteit, of gewoon omdat je toevallig hetzelfde tijdschrift of boek uit de kast wil pakken.

Daarom heeft Bibliotheek Zuid-Kennemerland inmiddels een aantal medewerkers getraind in het herkennen van eenzaamheid.

Hierin is uitgelegd wat eenzaamheid is en hoe je het mogelijk zou kunnen herkennen.

Hierbij een kleine quote van 1 van de deelnemers van deze training:

*Uitgangspunt is dat wij de eenzaamheid niet kunnen oplossen. Dat moet iemand zelf willen en doen maar we kunnen wel helpen en er zijn.*

1. Klein contact
2. Vraag gestuurd werken. Reageren op de ander dus en niet vanuit jezelf ergens naartoe werken. De ander als uitgangspunt nemen en jezelf klein maken.
3. Praktische hulp geven bv het aanbod dat de bibliotheek te bieden heeft.
4. Attent zijn op zorg/welzijnsmogelijkheden
5. Er simpelweg zijn voor de ander.

Verder is de door de coalitie ontwikkelde Kahoot gespeeld tijdens een groot overleg in de Bibliotheek. Hier waren een flink aantal medewerkers van de Bibliotheek van verschillende afdelingen bij aanwezig .

Hiermee vergoten wij het inzicht in de problematiek (cijfermatig , hoe is het in Haarlem gesteld met de eenzaamheidscijfers.) Op verzoek van de vestigingsmanagers worden een aantal vragen uit de Kahoot in deze periode ook besproken bij de kwartaaloverleggen op de verschillende vestigingen.

Hiermee worden ook medewerkers van de publieksdiensten (die dagelijks op de verschillende vestigingen aanwezig zijn) meegenomen in het verhaal.

Zo proberen wij bij Bibliotheek Zuid-Kennemerland door middel van speldenprikjes de aandacht op het onderwerp de houden.



### Kunst en Sociaal Domein

Meedoen aan kunst en cultuur draagt bij aan vitaliteit, zingeving en het tegengaan van eenzaamheid. Daarom treedt Hart op als verbinder tussen cultuur en welzijn in Haarlem. In aansluiting op het 'Age Friendly Cultural Cities'-project [Haarlems Goud](#) speelt Hart sinds dit jaar een actieve rol om cultuurparticipatie voor (kwetsbare) ouderen te stimuleren en verbeteren. Hart werkt hiervoor samen met de gemeente en cultuur- en welzijnspartners en richt zich onder andere op het verbinden van vraag en aanbod in cultuur en welzijn en meer zichtbaarheid van culturele projecten voor ouderen in Haarlem. Meer informatie vind je [hier](#): of neem contact op met Mariël van Dijk, projectleider Kunst en Sociaal Domein: [mvandijk@harth-haarlem.nl](mailto:mvandijk@harth-haarlem.nl)



**Het SIG** biedt ondersteuning aan mensen met een verstandelijke beperking en/of een stoornis uit het autistisch spectrum.

In onze visie moet iedereen de kans krijgen een zinvol en gelukkig leven te leiden. Eenzaamheid is hierbij een belangrijk thema, wetende dat de cliënten onder één van de risicogroepen vallen. Tijdens de Master Social Work heeft Kim Schoof onderzoek gedaan in welke mate de vijftien cliënten van Het IJlandpark eenzaamheid ervaren. Dit is een locatie in Schalkwijk waar 24-uurs



begeleiding geboden wordt aan cliënten die individueel geclusterd wonen. Zij gaat jullie door middel van een presentatie meenemen in het doorlopen onderzoeksproces om de bevindingen te kunnen delen. En welke acties de organisatie voornemens is om te doen.

Wil jij ook geïnspireerd raken met de know-how van Kim Schoof en hoe je die misschien kan toepassen binnen je eigen organisatie.

### **Uitnodiging:**

Kim geeft een presentatie op maandag 22 juli van 9.30-10.30 uur in de [Ringvaart, Floris van Adrichemlaan 78](#) in Haarlem.

Aanmelden [coalitie@haarlemontmoet.nl](mailto:coalitie@haarlemontmoet.nl)



---

### **Ontmoetingsactiviteiten en eenzaamheid**

Dock ( Irma Hoorn & Frances Nuijen) en Kennemerhart (Annemarie Sybrandy) gaan met elkaar in gesprek hoe je tijdens ontmoetingsactiviteiten aandacht kan geven aan het voorkomen en/of verminderen van eenzaamheid. Heb jij interesse om daar ook over te brainstormen? Meld je dan aan. We gaan nog beginnen!

Mail naar Irma Hoorn - [ihoorn@dock.nl](mailto:ihoorn@dock.nl)

---

Copyright © 2018 Coalitie Haarlem Ontmoet, Alle rechten voorbehouden.

Ons mailadres is:

[coalitie@haarlemontmoet.nl](mailto:coalitie@haarlemontmoet.nl)

Ons telefoonnummer is: [06-38828287](tel:06-38828287)

Wilt u wijzigen hoe u deze e-mails ontvangt?

U kunt u [hier afmelden](#) voor deze lijst.

Postadres: Dock Haarlem t.a.v. Frances Nuijen. [Jan Sluyterslaan 11, 2033 TM Haarlem.](#)

---

This email was sent to [harmenrijksen@gmail.com](mailto:harmenrijksen@gmail.com)

[why did I get this?](#) [unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)

Coalitie Haarlem Ontmoet · T.a.v. Frances Nuijen · p/a Dock Haarlem · Postbus 4098 · Haarlem, Noord Holland 2003 EB · Netherlands



