

# Thuisbezoekproject

**S**TEEDS MEER OUDEREN BLIJVEN TOT OP ZEER HOGE LEEFTIJD ZELFSTANDIG WONEN. Hierdoor zijn ouderen in grote mate op hun eigen zelfstandigheid en zelfredzaamheid aangewezen. Door verlies van inkomen, van nuttige maatschappelijke rollen, van sociale contacten en functieverlies kan de kwaliteit van leven in gevaar komen. Veelal is er ook sprake van een steeds kleiner wordend netwerk, waarbij ouderen het risico lopen in een sociaal isolement te belanden.

Begin 2009 is SEZO i.s.m. de OsiraGroep gestart met het Thuisbezoekproject. Vanuit het Thuisbezoekproject worden ouderen uit Osdorp vanaf 55 jaar die eenzaam zijn of dreigen te vereenzamen bezocht door getrainde vrijwilligers. De ondersteuning vanuit deze vrijwilligers richt zich op het doorbreken van het sociaal isolement en het vergroten van de zelfredzaamheid. Zodat de oudere weer leert te vertrouwen op zichzelf en een andere invulling kan geven aan zijn leven.

De vrijwilliger fungeert hierin als vertrouwenspersoon, door op hele laagdrempelige wijze en in het tempo van de oudere naar deze doelen toe te werken. Het beroep dat wordt gedaan op de professionele zorg kan hierdoor worden voorkomen, uitgesteld of verminderd. In het contact met de oudere kan de vrijwilliger ondersteuning bieden bij:

- Het vergroten van het sociaal netwerk
- Het zoeken naar mogelijkheden om deel te nemen aan sociale of culturele activiteiten

- Het wegwijs maken op het gebied van regelingen en voorzieningen

Vanuit de OsiraGroep wordt vrijwilligers via een leerwerktraject de mogelijkheid geboden om door te stromen naar een betaalde baan in de zorg.

	2009	prognose 2010
Aantal vrijwilligers	10	20
Basiscursus vrijwilligers	2	2
Intervisie vrijwilligers	12	12
Ouderen Thuisbezoek	28	56
Meet & Greet	4	6

De aanmeldingen binnen het Thuisbezoekproject komen vanuit derden zoals de buurtregisseur, de huismeester, dienstenwinkel Osdorp, de diëtist, huisartsen, het Ouderenwerk, het Loket Z&S en de OsiraGroep. Er hebben zich geen ouderen zelf aangemeld.

In 2009 zijn 47 ouderen aangemeld binnen het Thuisbezoekproject. Hiervan zijn 28 ouderen aan een vrijwilliger gekoppeld. De overige ouderen zijn verwezen naar een passender hulpaanbod of hadden uiteindelijk geen interesse. De ouderen die gekoppeld zijn, ervaren de ondersteuning van de vrijwilliger over het algemeen als zeer positief. De vrijwilligers bieden de ouderen weer kansen om erop uit te gaan en nieuwe contacten te leggen. Uit de praktijk blijkt dat dit voor deze



ouderen een behoorlijk grote stap is. Het merendeel van de ouderen zit al langere tijd in een isolement en moet echt aan de hand genomen worden door de vrijwilliger. Soms is een wandeling over straat al een heel grote stap. Maar de vrijwilliger heeft en neemt de tijd, zodat de oudere weer vertrouwen kan opbouwen. Zo zijn ouderen naar dienstencentra of de dagverzorging toegeleid. En zijn ouderen ondersteund in het herstellen van oude familiecontacten en gestimuleerd in het leggen van nieuwe contacten met burens. Ook hebben ouderen samen met de vrijwilliger na

jaren weer eens nieuwe kleding gekocht of een tandartsbezoek gebracht. We zien hierin verschillende vormen van contact en ondersteuning ontstaan.

## Meet & Greet

Vanuit de ouderen binnen het Thuisbezoekproject kwam een steeds grotere vraag in het vinden van vriendschappelijk contact. Het sociaal netwerk van deze ouderen wordt steeds kleiner, door het wegvallen van familie, kennissen of vrienden. De stap om nieuwe sociale contacten te leggen, is vaak zeer groot.

Om die reden is SEZO in 2009 gestart met het organiseren van Meet & Greets. Deze Meet & Greets hebben in 2009 vier keer plaatsgevonden. Tijdens deze Meet & Greets wordt ouderen de mogelijkheid geboden om elkaar te ontmoeten in ontspannen sfeer. De buurtentree Notweg wordt gebruikt als locatie. Er wordt gezamenlijk gegeten en gedronken en er worden activiteiten georganiseerd zoals samen zingen en verhalen vertellen. De Meet & Greets hebben bij meerdere ouderen tot beginnende of nieuwe vriendschappelijke contacten geleid. En heeft met name de drempel voor de ouderen verlaagd om elkaar te ontmoeten.

In 2009 zijn verschillende middelen ingezet om publiciteit en PR te geven aan het project. Zo zijn de netwerkpartners van SEZO zowel mondeling als schriftelijk geïnformeerd. Er zijn presentaties gegeven in diverse netwerkoeverleggen en er is gepubliceerd in kranten.

## Getrainde en gemotiveerde vrijwilligers

Binnen het Thuisbezoekproject zijn in 2009 tien vrijwilligers gestart met het afleggen van thuisbezoeken. Zij hebben een vijfdaagse basiscursus gevolgd en succesvol afgerond. Het is een heel diverse groep met jongere en oudere, ervaren en minder ervaren mannen en vrouwen. Een aantal vrijwilligers ziet het contact met de ouderen ook als kans om de taal beter te leren spreken of ervaring op te doen in het werken met mensen.

## accenten 2010

In 2010 wordt een vervolg gegeven aan de Meet & Greets. In samenwerking met de buurtkeuken (Garage Notweg / Vrouw en Vaart) zal om de 2 maanden gezamenlijk gegeten worden. Er zullen activiteiten als samen koken, samen zingen, verhalen vertellen georganiseerd worden.

In 2010 zullen nieuwe vrijwilligers worden en getraind worden, zodat een grotere groep ouderen in Osdorp bezocht kan worden.

In 2010 zal aandacht blijven voor de PR rondom het project en zullen nieuwe PR en publiciteitsmiddelen ingezet worden om een nog bredere bekendheid aan het project te geven.

SEZO financiert de coördinator van het Thuisbezoekproject vooralsnog uit eigen middelen. In 2010 zal gezocht worden naar nieuwe financieringsmogelijkheden.

In 2010 wordt een vervolg gegeven aan de bijeenkomsten van het vrijwilligersnetwerk Osdorp. Het netwerk zal minimaal 2 keer bij elkaar komen.