



Werkplaatsen
Sociaal Domein

Veerkrachtige communities voor en door ouderen – van project naar beweging

Jacqueline Theunissen, Lizzy van der Horst, Rixt Zijlstra,
Lamyae Boutalab, Krijn van Beek

NGOLT – 11 juni 2025

Onderzoek en ontwikkelwerk voor het sociaal domein

- 16 werkplaatsen
- Altijd: VWS + hogeschool + gemeenten + aanbieders
- Altijd: kennisagenda uit de lokale praktijk
- Ontwikkelen, meten, verbeteren, codificeren, opschalen,...
- Doorwerking in:
 - curricula
 - professionele praktijk
 - beleid



Belang van communities

- Bijna de helft van Nederland is eenzaam...
- Vergrijzing kunnen we met 'klassieke' zorg niet aan...
- Mensen met beginnende dementie...
- Iedereen een persoonlijk hulpverlener???
- Etc etc....
- ... en er is best veel onbenut vrijwilligerspotentieel
- Sociale vragen – sociale antwoorden
 - Anders kijken naar mensen??
 - Anders werken door professionals??

Vandaag: twee voorbeelden

- Lizzy van der Horst + Jacqueline Theunissen:
 Sociaal arrangeren
- Lamyae Boutalab + Rixt Zijlstra:
 Voorzorgcirkels
- Daarna: gesprek over beweging *maken*:
 x 1000

Sociaal Arrangeren

De nieuwe generatie ouderen langer thuis

Juni 2025

Jacqueline Theunissen & Lizzy van der Horst

Waar komt Sociaal Arrangeren vandaan?



*Het **doel** van Sociaal Arrangeren is om kwetsbare ouderen* te ondersteunen bij het **langer thuis wonen**; met behoud van **kwaliteit van leven** en **eigen regie** (dus veilig en prettig thuis wonen) en ondersteuning van de betrokken **mantelzorgers**. Dit door in een vroegtijdig stadium, vanuit **domeinoverstijgende samenwerking**, ondersteuning en/of activiteiten te arrangeren. Waardoor voorkomen -of uitstellen van zwaardere zorg.*



Wat is Sociaal Arrangeren?

- Huisarts of wijkverpleegkundige **meldt aan**
- Uitgebreide **intakefase** met Easycare trap 2
- De Sociaal arrangeur houdt de **regie**; er is één plan en één aanspreekpunt
- **Domeinoverstijgend samenwerken**
- Eén **communicatiemiddel (VIP live samenwerken)**
- Korte lijntjes, het **bundelen van krachten** en **pro-actief** werken
- Op deze wijze wordt ook de situatie van de oudere (structureel) bekeken vanuit het **welzijnspectief**. Wat is er nog te winnen in het voorliggend veld en uitbreiding -of versterking van hun netwerk
- **Betrokkenheid tot** aan opname, overlijden (of warme overdracht naar casemanager dementie)

Wat levert Sociaal Arrangeren op?

- Ervaren kwaliteit van leven blijft stabiel; stijgt iets
- Ervaren mantelzorgbelasting ook stabiel gebleven
- De uitstel van zwaardere zorg geschat op 7,18 maand en gemiddeld bespaarde kosten van € 40.000 per traject
- De ervaren toegevoegde waarde van Sociaal Arrangeren en tevredenheid is hoog
- De versterking van het sociaal netwerk van de oudere verbetert
- De afname in ad hoc huisartsenzorg door afname crisissen; minder consulten (kwalitatief)
- De minder wijkverpleegkundige inzet; voelen zich minder belast en tevredenheid
- De langdurige betrokkenheid en inzet vanuit sociale domein wordt gerealiseerd door inzet Sociaal arrangeur
- De realisatie van domeinoverstijgend samenwerken
- De verschuiving van kosten: verhoging Wmo kosten, Zvw lichte daling en Wlz daling

Waar staan we?

- Website www.sociaalarrangeren.nl
 - Publicaties, zoals factbooks en handboek
- Kenniscentrum Sociaal Arrangeren
 - Doelstelling om Sociaal Arrangeren uit te bereiden in werkgebied van Lentl én andere organisaties/ gemeenten ondersteunen om Sociaal Arrangeren te implementeren.
- Integraal Zorgakkoord
- Operationeel in Nijmegen





NOABERSCHAP

Thuiswonende ouderen
spreken af elkaar te helpen:
de 'voorzorgcirkel'
heeft de toekomst



Project Bewonersinitiatieven



Voorzorgcirkels

Elkaar ondersteunen in de buurt en de
uitdagingen die daarbij horen.

Rixt Zijlstra & Lamyae Boutalab

GGD Flevoland
Windesheim Almere/WSD Flevoland

Wat is een voorzorgcirkel?

Volgens de definitie van Henk Geenen (2021): Voorzorgcirkels bestaan uit 8 à 13 leden die op loop- of fietsafstand van elkaar wonen en zorgvraag en aanbod onderling op elkaar afstemmen.

Doel: Voorsorteren op mogelijke zorgafhankelijkheid, bevorderen van zelfredzaamheid en thuis wonen door ouderen.

Groep: Gezonde en vitale ouderen helpen zorgafhankelijke ouderen uit de eigen leefomgeving.

Aanleiding: Toenemende vergrijzing, tekorten aan zorgpersoneel en bezuinigingen op ouderenzorg.

Oplossing: Hulp- en steunstructuren rond thuiswonende ouderen zoals voorzorgcirkels, kunnen door de ouderen zelf ontwikkeld worden, in samenspel met vooral de thuiszorgorganisaties.





1V

Voorzorgcirkels Almere

Doel van het onderzoeksproject:

- In kaart brengen van bewonersinitiatieven Binnenhaven en Voorzorgcirkels Almere
- Ontwikkelen van kennis over processtappen in besluitvorming
- Evalueren en faciliteren van inzichten voor doorontwikkeling van de bewonersinitiatieven t.b.v. de (positieve) gezondheid en sociale cohesie



Wat is een voorzorgcirkel?

Hoe beschrijven leden van de Voorzorgcirkels in Almere een Voorzorgcirkel?

"De Voorzorgcirkels zijn een aanvulling op de zorg die normaal geboden wordt vanuit het wijkteam, een hoop dingen kunnen niet vanuit het wijkteam geregeld worden of goed geregeld worden. Mensen van de Voorzorgcirkels springen in die leegtes en pakken het op."

"Het besef dat het goed is om elkaar te kennen, dat je iets aan elkaar hebt, [...]. Het bewustzijn over samenleven in de wijk is cruciaal."

"De Voorzorgcirkels werken als functie om mensen bewust te maken om hulp te vragen, mensen vragen niet snel hulp. De Voorzorgcirkels halen een drempel weg."

Wat is er opgehaald?

Waarom vinden ze het interessant?

- Sociaal component: het is belangrijk om elkaar te (leren) kennen
- Deelname uit voorzorg; het is onduidelijk hoe de toekomst eruit ziet
 - Erkenning ouderdom
 - Laagdrempelig om hulp vragen
- Sociale steun

"Je doet het voor elkaar, je bent er voor elkaar"

Wat is er opgehaald?

Hoe is het georganiseerd?

- Deelnemers wonen dicht bij elkaar - nabijheid
- Informele organisatie
 - Geen vaste rollen of regels geformaliseerd
 - Vragen via Whatsapp groep, antwoorden persoonlijk
 - Email informerend
- Activiteiten van groot belang voor de onderlinge binding



*‘Er is verder dus niet per se een besluitvormingsproces, het gaat uit de losse pols.
En verder voelen we ons niet per se een lid, maar eerder een betrokken bewoner
in de wijk, het is niet per se een bindend orgaan.’*

Wat is er opgehaald?

Wat zijn de voordelen van deelname aan de Voorzorgcirkels?

- Centraal staat de belevenis dat men steun en verbinding ervaart
 - Men ziet elkaar, spreekt elkaar en maakt contact
 - Makkelijker vragen stellen; vraagverlegenheid neemt af
 - Deelname aan de cirkels maakt moeilijkheden van leven in ouderdom dragelijk
- Bij grotere hulpbehoefte neemt de waarde van deelname aan de Voorzorgcirkel toe
- Impact aan de hand van het Positieve Gezondheidsmodel in kaart gebracht

Invloed op de fysieke gezondheid door huidige gezondheid deelnemers

Deelnemers niet dagelijks bezig met de cirkels en zouden ook niet elke dag iets willen of moeten

Investing van hooguit een paar uur per week bv. werken in de tuin van anderen.

Mogelijkheid om aan te haken bij activiteiten die anderen organiseren

Mogelijkheid tot het bespreken van emotionele onderwerpen

Eigen sorres en problemen kunnen relativeren

Het is spontaan en vrijblijvend en zo moet het ook blijven 'de spontane burenhulp'.

Hulp vragen is moeilijker dan hulp geven. Door de cirkels worden de drempels lager

Aditioneel: Gemeenschapsgevoel en kracht van de buurt

Deelnemers onderling meer contact. Koffie ochtend is daar belangrijk in en de basis geweest voor de cirkels.

Aankloppen bij de burens een kracht van de buurt.

Dorpsgevoel, meer betrokkenheid, meer ervaren veiligheid en woonplezier

Respect voor elkaar van belang

Belangrijk dat je verschillende krachten en talenten hebt in de buurt waar je gebruik van kan maken.



Dagelijks functioneren



Meedoen



Lichaamsfuncties

Kwaliteit van leven



Mentaal welbevinden



Zingeving

Hart luchten en steun kunnen vinden bij elkaar heft effect op mental welbevinden

Deelname aan activiteiten geeft ook vervulling

Deelnemers leren van elkaar en bouwen meer ervaring op

Er is vertrouwen naar elkaar, deelnemers hoeven niet bang te zijn dat ze elkaar tot last zijn, want deelname aan de Voorzorgcirkels betekent openstaan voor het bieden van hulp.

Kwaliteit van leven omvat alle aspecten en kan niet als een los aspect worden opgevat

Invloed op eigenwaarde doordat men elkaar helpt en iets voor de ander betekent, dit schept een goed gevoel bij de hulpgever

Sociale aspect van de Voorzorgcirkels vergroot kwaliteit van leven

Voorzorgcirkels geeft steun waardoor je eigen sorres relativeert

Aandacht en omkijken naar elkaar vergroot betrokkenheid

Wat is er opgehaald?

- Wat als de zorgvraag te groot wordt?
 - Grenzen stellen om overbelasting te voorkomen
 - Direct lijntje gewenst met hulp/zorgorganisaties
 - Voorzorgcirkels kunnen veel betekenen in signalering van zorgvragen/hulpvragen in de buurt
 - Delen contact gegevens familielid en in gesprek komen met andere organisaties in de stad

Vragen?

Neem gerust contact op!



Rixt Zijlstra

r.zijlstra@ggdflevoland.nl



Lamyae Boutalab


l.boutalab@ggdflevoland.nl

<https://www.windesheim.nl/onderzoek/onderzoeksprojecten/urban-innovation/bewonersinitieven>

Of check de LinkedIn paginas' van GGD Flevoland, lectoraat Klantperspectief in Ondersteuning en Zorg of lectoraat Urban Innovation voor regelmatige updates!



Werkplaats Sociaal Domein
Flevoland

Mede mogelijk gemaakt door  **ZonMw**