

(H)echt Arendonk

De aanpak

Naam	(H)Echt Arendonk
Doelstelling	<p>(H)Echt Arendonk wil de sociale cohesie in Arendonk vergroten. Het wil mensen het gevoel geven dat ze erbij horen, het gevoel van verbondenheid met anderen vergroten.</p> <p>Hierbij gaat specifieke aandacht naar de meest kwetsbare, sociaal eenzame mensen of mensen die, omwille van levensloopgebeurtenissen, dreigen in sociale eenzaamheid te belanden.</p> <p>Om dit te realiseren wil (H)Echt Arendonk inzetten op wederkerigheid: iedereen heeft wel eens iets nodig, maar ook iedereen heeft iets te bieden. (H)Echt Arendonk wil mensen hun eigen krachten leren kennen en toe leiden naar sociale contacten.</p>
Werkwijze	<p>(H)Echt Arendonk zet in op wederkerigheid. Het wil mensen samenbrengen vanuit hun krachten en zo toe leiden naar sociale contacten met anderen.</p> <p>In de bekendmaking wordt duidelijk gemaakt wat (H)Echt Arendonk juist is en voor wie het bedoeld is. Dit gebeurt aan de hand van heel concrete voorbeelden. Mensen die bijvoorbeeld graag eens iemand over de vloer krijgen voor een kopje koffie of een hulpje in de tuin nodig hebben, kunnen zich hiervoor bij (H)Echt Arendonk aanbieden. Wie heel goed kan breien en dit graag anderen wil leren, of wie graag buitenkomt en met iemand wil gaan wandelen, kan hiervoor terecht bij (H)Echt Arendonk. Iedereen is welkom, iedereen kan meedoen.</p> <p>Om het initiatief bekend te maken wordt ingezet op verschillende kanalen. Zo waren er al standjes op de jaarmarkt en op andere gemeentelijke initiatieven. Er werden ook folders gemaakt van (H)Echt Arendonk. Deze werden gericht verspreid, via sleutelfiguren zoals thuiszorgorganisaties, huisartsen, lokale verenigingen, In de lokale krant en het gemeentelijk tijdschrift verschenen artikels over (H)Echt Arendonk. Ook is er een aparte website (www.hechtarendonk.be). Binnenkort verschijnt er ook een promotiefilmpje rond de werking van (H)Echt Arendonk.</p> <p>Wie wil meedoen met (H)Echt Arendonk, kan langskomen in het leescafé van de bibliotheek en dit twee maal per week van 10u tot 12u. Een team van vrijwilligers en de ouderenbeleidscoördinator die samen de kerngroep van (H)echt Arendonk vormen, houden hier permanentie om nieuwe deelnemers te ontvangen. Tijdens elk permanentiemoment zijn er telkens twee personen aanwezig. Qua</p>



locatie werd er bewust gekozen voor een laagdrempelige, toegankelijke locatie die geen negatieve associaties oproept. Daarnaast kan men ook mailen of bellen. Er wordt dan een afspraak gemaakt.

Tijdens het **kennismakingsgesprek**, dat kan doorgaan in het leescafé of bij mensen thuis, wordt er samen gezocht naar de juiste klik. Er wordt geluisterd naar het levensverhaal van de deelnemers. Wat hebben mensen te bieden, maar ook wat hebben ze nodig? Aan de hand van dit kennismakingsgesprek krijgt de kerngroep een goed beeld van de wensen en verwachtingen van deelnemers. Op basis van dit kennismakingsgesprek wordt voor elke deelnemer een fiche opgemaakt waarin naast de contactgegevens ook een verslagje opgemaakt wordt van het kennismakingsgesprek. Dit formulier, dat in alle vertrouwen behandeld wordt, laat de kerngroep toe om deelnemers doorheen het proces goed op te volgen en goed in te spelen op de specifieke noden en wensen van de deelnemers. Alle deelnemers worden ook geregistreerd via een registratieformulier waarin naast de contactgegevens ook de leeftijd en het geslacht genoteerd worden. Op die manier heeft de kerngroep steeds een duidelijk overzicht van alle deelnemers. De lijst kan ook gebruikt worden om uitnodigingen te versturen,

Om de deelnemers met elkaar in contact te brengen, wordt er maandelijks een **groepsbijeenkomst** georganiseerd. Op deze groepsbijeenkomst worden nieuwe deelnemers verwelkomd. Daarnaast wordt er op elke bijeenkomst, op ludieke wijze, nagegaan wat er in de “pot” zit van vraag en aanbod. Op die manier krijgen deelnemers niet alleen een beeld van wat anderen juist te bieden hebben of nood aan hebben, maar ook om wie het juist gaat. (H)Echt Arendonk wil immers de sociale cohesie vergroten en mensen toe leiden naar hechte banden, mensen het gevoel geven dat ze erbij horen. Hierbij is het van belang dat “het klikt” met de andere. Enkel zo kan je duurzame vriendschapsbanden opbouwen. Wanneer je bijvoorbeeld graag gaat wandelen en er is nog iemand in de groep die dit graag zou doen, moet je ook het gevoel hebben dat er een klik is, dat het iemand is die jou ligt. Via de groepsbijeenkomsten worden mensen op informele wijze met elkaar in contact gebracht en wordt er getracht zulke “matches” te maken. Dit kunnen één op één matches zijn, maar ook initiatieven in groep zoals een gezamenlijke uitstap, het maken van verjaardagskaartjes, Ook kan het bijvoorbeeld zijn dat de ene persoon iemand helpt met zijn nieuwe gsm en dat die persoon op zijn beurt bij iemand anders in de tuin gaat helpen. Van belang is dat deelnemers in hun krachten gezet worden en hierdoor het gevoel krijgen erbij te horen.

De kerngroep heeft doorheen dit proces een faciliterende rol. Ze brengen vraag en aanbod bij elkaar, mensen bij elkaar en proberen op die manier “matches” te maken. Ze zijn een luisterend oor en hebben een open houding. Er wordt gewerkt vanuit de waarderende benadering, vanuit de sterktes van mensen en vanuit de kansen die zich voordoen.



	<p>Indien nodig nemen ze de rol op van bemiddelaar. Immers, soms lopen contacten moeilijker en dan kunnen de leden van de kerngroep hierop inspelen en bemiddelen indien nodig.</p> <p>Ook wordt er indien nodig doorverwezen naar andere initiatieven. Zo komen deelnemers via (H)Echt Arendonk ook met andere vragen. Mantelzorgers peilen zo bijvoorbeeld naar de mogelijkheden voor dagopvang. De kerngroep informeert de deelnemers hierover en verwijst gericht door.</p> <p>Zowel van de kennismakingsgesprekken als van de groepsbijeenkomsten wordt er telkens een verslag gemaakt. Deze vormen de input van de intervisiebijeenkomsten van de kerngroep. Hierin wordt de werking van (H)Echt Arendonk besproken en afgetoetst aan de doelstellingen. Indien nodig, wordt er bijgestuurd waar nodig.</p> <p>Om het initiatief mee vorm te geven, breder bekend te maken en bij te sturen waar nodig is er van bij aanvang van het initiatief ook een stuurgroep samengesteld waarin vertegenwoordigers uit lokale verenigingen, thuiszorgorganisaties, de seniorenraad, ... zetelen.</p>
Doelgroep	De hoofddoelgroep zijn de meest kwetsbare (potentieel) sociaal eenzame mensen in Arendonk. Om een positief en inclusief verhaal te brengen stelt (H)Echt Arendonk zich open voor iedereen, alle inwoners van Arendonk. Iedereen kan meedoen.
Wie werkt er mee?	<p>(H)Echt Arendonk is een samenwerking tussen een professional en een groep van vrijwilligers. Eén professional, de ouderenbeleidscoördinator, neemt de coördinerende rol op. Daarnaast werkt een groep van een 4-tal vrijwilligers samen voor de dagdagelijkse werking van (H)Echt Arendonk.</p> <p>Naast de permanenties in het leescafé die twee halve dagen per week innemen, staat er ook tweewekelijks een “intervisiemoment” op het programma waar de dagelijkse werking van (H)Echt Arendonk besproken wordt.</p> <p>De stuurgroep komt ongeveer viermaandelijks samen. Bij aanvang lag de frequentie hiervan hoger. In deze fase was het immers van cruciaal belang om een breed draagvlak binnen de gemeente te vormen en samen, met alle stakeholders, het initiatief vorm te geven.</p>
Middelen?	<ul style="list-style-type: none"> - Locatie: leescafé bibliotheek, gratis te gebruiken - Werkingskosten: koffie en cake voor groepsbijeenkomsten, ... - Bekendmaking: folders, filmpje, ...



Lessen uit de praktijk

	Praktijkervaringen
Succesverhalen	<p>Hoewel het initiatief nog pril is en in volle ontwikkeling, geven sommige deelnemers al aan dat ze door (H)Echt Arendonk het gevoel hebben gekregen dat ze erbij horen. Ze hebben mensen leren kennen. Iets doen voor of met een ander geeft ook een goed gevoel. Deelnemers herontdekken ook sluimerende, ingeslapen talenten.</p> <p>Binnen de groep groeien ook spontaan nieuwe initiatieven. Zo maakten deelnemers al, op eigen initiatief, verjaardagskaarten voor elkaar. Maar ook op ander vlakken geven sommige deelnemers aan sneller het voortouw te durven nemen.</p> <p>Via (H)Echt Arendonk vinden sommige deelnemers ook de weg naar andere initiatieven zoals vrijwilligerswerk, andere verenigingen, organisaties, Ook andere organisaties zoeken samenwerking met (H)Echt Arendonk.</p> <p>Deelnemers komen niet alleen met hun vraag en aanbod naar (H)Echt Arendonk. Andere vragen worden ook gesteld. Zo werd er, via (H)Echt Arendonk, al doorverwezen naar de dagopvang, CADO.</p>
Doelgroep bereikt?	<p>(H)Echt Arendonk richt zich de op kwetsbare, sociaal eenzame mensen, mensen die verbondenheid met anderen missen, die een gemis ervaren in hun relaties met familie, vrienden of kennissen of mensen die, omwille van levensloopgebeurtenissen, dreigen in sociale eenzaamheid te belanden.</p> <p>Na een half jaar actief heeft (H)Echt Arendonk 36 deelnemers bereikt. De meerderheid zijn vrouwen; maar ook zeven mannen vonden hun weg naar (H)Echt Arendonk. De jongste deelnemer is 19 jaar, de oudste is 92 jaar. De gemiddelde leeftijd van de deelnemers is 72 jaar. De meerderheid situeert zich dus binnen de oudere leeftijdsgroepen, maar ook jongere deelnemers vinden hun weg naar (H)Echt Arendonk. Sommige van deelnemers werden met verlieservaringen geconfronteerd of met specifieke levensloopgebeurtenissen waardoor ze in sociale eenzaamheid dreigen te landen.</p>
Lessen uit het verleden?	<p>Stuur bij waar nodig en laat voldoende ruimte om het initiatief procesmatig te laten groeien vanuit de input van de deelnemers, de vrijwilligers, ... alle stakeholders.</p> <p>Het intakegesprek is één van de belangrijkste schakels in het initiatief. Ook hier pasten we al verschillende formules toe zoals een gestandaardiseerde vragenlijst die peilt naar wat mensen allemaal te bieden kunnen hebben, wat ze graag doen. De ervaring leert echter dat dit te geforceerd is. Een open gesprek werkt makkelijker en is toegankelijker, laagdrempeliger, zowel voor de deelnemers als de vrijwilligers en coördinator.</p>



	<p>De administratie is ook een heikel punt. Enerzijds is het van belang om alles goed op te volgen, in kaart te brengen. Anderzijds brengt dit ook heel wat bijkomende tijdsinvestering met zich mee. Bovendien is het niet eenvoudig om met verschillende mensen samen één administratie bij te houden. Ook de zoektocht naar hoe dit technisch ondersteunen is een uitdaging.</p>
Concrete tips	<p>Breng een positief verhaal en werk inclusief. In (H)Echt Arendonk wordt het woord “eenzaamheid” bewust vermeden. Vaak kleeft hier nog een stigma aan vast, een taboe. Mensen geven niet graag toe dat ze zich eenzaam voelen. Door een positief verhaal te brengen kan je mensen over de drempel helpen. Het inzetten op wat iedereen te bieden heeft, zet in op het positieve. Hierdoor vinden mensen het makkelijker om hun verhaal te vertellen en zetten ze ook de stap naar effectieve deelname. Werk ook inclusief en hanteer geen leeftijds grenzen. Sociale eenzaamheid is immers van alle leeftijden.</p> <p>Streef naar een goede samenwerking op lokaal vlak tussen beleid, professionals, vrijwilligers, lokale verenigingen en je doelgroep. Zo creëer je het nodige draagvlak om je initiatief te doen slagen.</p> <p>Zet ook in op de vorming van de leden van de kerngroep. Hierbij denken we aan vormingen rond de waarderende benadering, empathisch luisteren, de presentietheorie,</p> <p>En tot slot, bezieling en openheid zijn kernwaarden voor een geslaagd initiatief.</p>

Meer weten?

Ontwikkeld door	Sociaal Huis Arendonk, Seniorenraad Arendonk, Vormingplus Kempen en Vonk3 (@Thomas More)
Meer info	www.hechtarendonk.be
Contactgegevens	Karine Soenen Ouderenbeleidscoördinator OCMW Arendonk Vrijheid 100 2370 Arendonk 014 40 10 10

Project met de steun van:



Provincie
Antwerpen



Europees Landbouwfonds voor Plattelandsontwikkeling: Europa investeert in zijn platteland

MarkAante
LEADER
KEMPEN



Oud en eenzaam