

Mobiliteit draagt bij aan het verminderen van eenzaamheid

KAMIEKE VAN DE RIET

Mobiliteit biedt de mogelijkheid om contact te onderhouden met de buitenwereld. Zonder vervoersmogelijkheden neemt de kans op eenzaamheid toe. Vaak zijn de mogelijkheden wel aanwezig, maar gebruikt de vrager ze niet. Intermediairs spelen een cruciale rol bij het samenbrengen van vraag en aanbod.

De relatie tussen eenzaamheid en verminderde mobiliteit

Met de transities in het sociale domein is er veel veranderd in Nederland. Kwetsbare mensen zijn meer aangewezen op hun eigen kracht, kwaliteiten en persoonlijke netwerk. Mensen blijven langer thuis wonen, ook als ze steeds minder zelfredzaam zijn. Het is niet vanzelfsprekend dat zij zich vrij en zelfstandig verplaatsen. Wanneer iemand bijvoorbeeld altijd heeft autogereden en dat niet meer kan of mag, heeft dat grote impact op het (sociale) leven.

In de literatuur bestaat al lange tijd aandacht voor het begrip eenzaamheid. De relatie met mobiliteit vinden we echter weinig terug. Uiteraard is eenzaamheid een begrip dat verschillende typeringen en achtergronden kent. Niet voor elke situatie is mobiliteit een oplossing. Bij emotionele eenzaamheid blijft de kwaliteit van de relaties achter bij de wensen, iemand mist bijvoorbeeld een overleden partner. Mobiliteit is geen middel om de kwaliteit van relaties te verhogen. Bij sociale eenzaamheid is het aantal betekenisvolle contacten dat iemand heeft geringer dan gewenst. Mobiliteit kan wel mogelijkheden bieden om het aantal contacten te vergroten.

Fysiek bezoek is van belang voor bestaan-

de contacten. Afnemende mobiliteit maakt het dan ook lastiger om contacten te onderhouden. Maar ook het leren kennen van nieuwe mensen gaat gemakkelijker wanneer je je onder de mensen kan begeven. Zoals een ervaringsdeskundige het verwoordt: 'Ik zou graag vaker onder de mensen zijn, maar hoe kom ik daar?' (geciteerd in Op weg naar contact, 2017). Er zijn steeds meer vervoersinitiatieven die mensen mogelijkheden bieden om samen boodschappen te doen (Boodschappenplusbus), theater te bezoeken (Vier het Leven), deel te nemen aan activiteiten in de buurt en familie of vrienden te bezoeken (Vrijwillige vervoersdienst, Dorpsauto, Automaatje). Zelfs het gebruiken van een vervoersmogelijkheid leidt al tot contact. Uit verschillende vervoersprojecten blijkt dat deelnemers de rit alleen al waardevol vinden vanwege de gezelligheid die het contact met de chauffeur en de medepassagiers biedt.

Aanbod alleen is niet de oplossing

In Nederland bestaan tal van (vrijwilligers)organisaties die vervoer bieden voor kwetsbare mensen. De doelgroep varieert van mensen die niet meer kunnen autorijden of fietsen tot mensen die niet met het openbaar vervoer

kunnen of durven te reizen. De regiotaxi rijdt van deur tot deur, er zijn boodschappenbussen en vele vrijwilligers staan klaar om plaatsgenoten thuis op te halen en naar de plaats van bestemming te brengen, zelfs tot in de spreekkamer van het ziekenhuis. Initiatieven als het 'ANWB Automaatje', waarbij vrijwilligers met hun eigen auto vervoer bieden aan plaatsgenoten, zorgen ervoor dat het aantal vrijwillige chauffeurs/begeleiders snel toeneemt.

Hoewel er dus voldoende aanbod is, weten mensen uit de doelgroep die vele initiatieven niet altijd te benutten. Velen zijn onbekend met het bestaande aanbod. Anderen onderkennen niet dat zij tot de doelgroep van een vervoersinitiatief behoren. Ook vraagverlegenheid speelt hier een rol: mensen schromen hun hulpvraag kenbaar te maken en willen anderen niet belasten.

Het is vanuit de aanbodzijde niet altijd eenvoudig om de doelgroep te bereiken. Advertenties, websites en persberichten leiden vaak niet tot actie bij de doelgroep. Wat is er dan wel nodig om te zorgen dat (potentieel) eenzame mensen gebruik maken van de vervoersmogelijkheden die er zijn?

Sleutelrol voor intermediairs

In 2016 heeft Zet, project- en adviesorganisatie op het gebied van inclusie, participatie en sociale innovatie, met stichting Vervoer voor Elkaar in een pilot in Udenhout de aanpak 'Mobiliteit en eenzaamheid' ontwikkeld. De gesprekken met professionals en vrijwilligers in zorg en welzijn en met eenzame mensen leidden al snel tot de conclusie dat er intermediairs nodig zijn om de match tussen vraag en aanbod tot stand te brengen. Een bekend, vertrouwd persoon kan mensen uit de doelgroep over de drempel helpen. De mensen die achter de voordeur komen bij de doelgroep zijn de sleutel tot gebruik van de vervoersmogelijkheden. Dit zijn bijvoorbeeld wijkverpleegkundigen, ouderenconsulenten en vrijwilligers van Zonnebloem of ouderenbonden.

Maar wat hebben zij nodig om dit onderwerp bespreekbaar te maken en vervolgens goed advies te kunnen geven over de vervoersmogelijkheden? Allereerst een sense of urgency. De intermediairs moeten het probleem herkennen en erkennen. Een manier om te werken aan bewustzijn is het organiseren van een netwerkbijeenkomst. Tijdens een



Waaier met de vervoersmogelijkheden van Udenhout. Foto: Sander Hoosemans

bijeenkomst met professionals en vrijwilligers op het gebied van zorg en welzijn wordt al snel duidelijk of het onderwerp leeft in de lokale gemeenschap. Ten tweede is het van belang dat de intermediairs zelf inzicht hebben in de lokale vervoersmogelijkheden. In de pilot is daarvoor een vervoerswaaier ontwikkeld waarin alle lokale opties, van openbaar vervoer tot vrijwillige hulpdienst zijn opgenomen in een handzaam overzicht.

Deze waaier is een hulpmiddel om het gesprek aan te gaan. Bij de waaier hoort een toelichting die het kader schetst van de relatie eenzaamheid-mobiliteit en handvatten geeft voor gesprekken tussen intermediair en eenzame of kwetsbare personen. De intermediair kan helpen bij het wegnemen van de mentale drempel. Een intermediair zal soms meerdere malen het onderwerp ter sprake moeten brengen of moeten helpen bij het daadwerkelijk plannen of reserveren van de meest passende vervoersoplossing uit de waaier.

Tot slot is een centraal contactpunt nodig waar zowel intermediairs als inwoners terecht kunnen met vragen. Het heeft naast de vraagbaakfunctie ook een signaleringsfunctie. Dit centrale contactpunt verankert de aanpak in de lokale situatie en biedt de basis voor samenwerking met andere lokale activiteiten en organisaties.

Couleur locale

Met steun van het programma 'Meer veerkracht, langer thuis' van fonds FNO Zorg voor Kansen zijn we momenteel in Oisterwijk, Rucphen en Wernhout met de aanpak 'Mobiliteit en eenzaamheid' aan de slag. Daarbij valt op dat elke gemeente/gemeenschap zijn eigen dynamiek kent. Het is belangrijk om bij deze couleur locale aan te sluiten. Er is een aantal randvoorwaarden voor deze aanpak en de praktijk leert dat elk traject z'n tijd nodig heeft om deze voorwaarden te realiseren. Als de eerder genoemde sense of urgency aanwezig is, zijn één of twee lokale kartrekkers nodig die samenhang creëren en als ambassadeur fungeren. Zij vormen de basis van een werkgroep, die verder bestaat uit een goede mix van professionals en vrijwilligers. Professionals zijn be-

langrijk om de verbinding te leggen met onder andere gemeente, welzijnsorganisatie en sociaal team. Vrijwilligers zorgen voor de binding met de lokale gemeenschap. Het netwerk van de professionals en vrijwilligers is nodig om het project in te bedden en om de relatie te leggen met andere activiteiten of projecten.

Samenwerking met andere projecten kost tijd, maar het levert ook veel op als je kunt meeliften op bestaande energie, ervaring en bereik. De ervaring leert verder dat vergadercycli en de bestuursstructuur van bijvoorbeeld ouderenorganisaties soms vertragend werken en dat niet alle vrijwilligersorganisaties zijn ingesteld en ingericht op samenwerking. Het gedeelde belang voor het voetlicht brengen en partijen overtuigen van de meerwaarde van samenwerking zijn daarom onderdeel van het proces. Juist op deze punten is de rol van een onafhankelijk procesbegeleider van belang: een neutrale persoon die de verschillende partijen op hun specifieke belang kan betrekken en toewerkt naar eigenaarschap bij de verschillende betrokkenen.

Vervoer speelt een belangrijke rol bij het onderhouden van contact en kan daardoor bijdragen aan het voorkomen of verminderen van sociale eenzaamheid. Onze aanpak laat zien dat intermediairs cruciaal zijn voor een betere match tussen vraag en aanbod van vervoer.

Literatuur

Dit artikel is gebaseerd op de publicatie: *Op weg naar contact: wat mobiliteit kan doen voor het verminderen van eenzaamheid.* (2017) Tilburg: Stichting Vervoer voor Elkaar en Zet. Deze publicatie is gratis op te vragen via www.wijzijnzet.nl

Over de auteur

Kamieke van de Riet is programmamanager Mobiliteit bij Zet, verbindende schakel voor inclusie, participatie en sociale innovatie in Tilburg. Projecten over mobiliteit en eenzaamheid ontwikkelt ze onder andere voor het FNO-programma 'Meer veerkracht, langer thuis', samen met stichting Vervoer voor Elkaar en KBO Brabant. Als procesbegeleider heeft ze tevens ervaring met het opzetten en implementeren van kleinschalige mobiliteitsoplossingen.