

NOLANO

Voor een plezierige en betekenisvolle oude dag




NOLANO
ONTMOETINGSVERENIGING 60PLUS

Stichting Stadsonderneming Zutphen
E. info@stadsondernemingzutphen.nl
W. www.stadsondernemingzutphen.nl
M. 06 414 435 60

Mei 2019

Inhoudsopgave

Voorwoord.....	1	5. Organisatie.....	13
Samenvatting.....	2	5.1 Vereniging.....	13
1. Inleiding.....	3	5.2 Locatie	13
2. Probleemschets / Uitdaging.....	4	5.3 Vrijwilligers	14
3. Visie, doel, doelgroep.....	6	5.4 Coördinator.....	14
4. NOLANO	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.	5.5 Preventiebeleid en vertrouwenspersoon.....	15
4.1 Uitgangspunten.....	7	5.6 Communicatie.....	15
4.2 Inspiratiebronnen	7	5.7 Samenwerkingsmogelijkheden.....	15
4.3 De vereniging	7	6. Fasering en planning	17
4.3.1 Verenigingsniveau	9	6.1 Definitiefase.....	17
4.3.2 Groepsniveau	9	6.2 Initiatiefase.....	17
<i>Themabijeenkomsten</i>	9	6.3 Opstart- en groeifase.....	18
<i>Buurtbijeenkomsten</i>	9	6.4 Consolidatiefase	18
4.3.3 Individuele niveau	10	7. Monitoring en evaluatie	19
4.4 Verbanden tussen de drie niveaus	10	8. Begroting.....	20
4.5 Bereik.....	11	8.1 Begroting initiatiefase	20
4.6 Resultaten	12	8.2 Exploitatiebegroting	20
		9. Risicoanalyse.....	22

Voorwoord

Dit projectplan gaat over het verlichten en voorkomen van eenzaamheid onder senioren in Zutphen/Warnsveld. Meer dan 40% van de 60-plussers geeft aan eenzaam te zijn, een schrikbarend hoog aantal. Eenzaamheid is van alle leeftijden maar neemt toe naarmate men ouder wordt. Hoe krijg je eenzame senioren in contact met elkaar en met anderen? Hoe geef je ze een handelingsperspectief zodat ze kunnen delen en van betekenis zijn voor elkaar? Dat zijn de wezenlijke vragen waar het om gaat.

*Loneliness is a crowded room,
Full of open hearts, turned to stone,
All together, all alone.
Roxy Music*

Sinds 2014 is Stadsonderneming Zutphen actief op gebied van eenzaamheid, in het bijzonder bij ouderen. Het idee voor NOLANO is ontstaan uit de ervaringen van de afgelopen vijf jaar. We hebben gezien wat goed gaat en wat er nog ontbreekt. En we hebben ons laten inspireren door wat anderen doen in den lande. NOLANO staat voor Nog-lang-niet-oud. Een naam met een knipoog.

Stadsonderneming Zutphen is een burgerinitiatief dat lokale initiatieven op het gebied van zorg, welzijn en participatie ondersteunt en zelf maatschappelijke projecten onderneemt. De rode draad in onze projecten is het werken vanuit en met inwoners. Op deze wijze stichtten we eerder het Odensehuis Zutphen voor mensen met beginnende dementie.

Met NOLANO beginnen we aan iets nieuws in de gemeente Zutphen. Een vereniging als bindmiddel voor de sociale samenhang en als platform voor de onderlinge uitwisseling. Een club die senioren het gevoel geeft erbij te horen en waar ze een plezierige oude dag kunnen beleven.

Bij een vereniging bepalen de leden wat er gebeurt. Zo leggen we het welzijn van senioren daar waar het hoort te liggen. Bij henzelf en bij de buurt- en stadsgenoten die hen omringen. Die eigen regie vormt het bestaansrecht van de vereniging en is een trendbreuk met het verleden. De tijd dat ouderenwelzijn een opdracht is voor beroepsorganisaties die het aanbod bepalen, is wat ons betreft voorbij.

Dit projectplan is geschreven voor allen die zich betrokken voelen bij eenzaamheid in de gemeente Zutphen. Inwoners van de gemeente, maatschappelijke organisaties en financiers. Het is het resultaat van de vele gesprekken die we hebben gevoerd met senioren en met hen die dicht bij hen staan. Janny, Hein, Trudy, Els, Nanneke, Betty, Wil, Piet, Gertina, Jaap, Cobien, Freek, Jan, Willemien, Gerry, René, Dederiek, Sophie, Ton, Charlotte en Sietske gaven hun reacties op het concept. Zonder hun input was het plan niet volledig geweest. Ik ben hen dankbaar en hoop dat ze in de toekomst daadwerkelijk van NOLANO mogen gaan genieten.

De foto's en afbeeldingen in dit plan komen van de projecten voor ouderen die Stadsonderneming Zutphen de afgelopen jaren heeft ondernomen.

Stichting Stadsonderneming Zutphen
Lex Hemelaar
Mei 2019

Samenvatting

NOLANO is erop gericht de eenzaamheid onder senioren (60+) in Zutphen en Warnsveld te verlichten. De sleutel daartoe is ontmoetingen. In de ontmoeting kunnen mensen elkaar zien, ervaren en op elkaar betrokken raken. Zo kan elke ontmoeting een verrijking zijn, in het bijzonder voor mensen die zich eenzaam voelen.

De cijfers over eenzaamheid zijn onrustbarend. In Zutphen voelt 43% van de 65-plussers zich eenzaam, ruim 4000 mensen. Sociale eenzaamheid - onvoldoende contacten met anderen - komt het vaakst voor. Emotionele eenzaamheid - niet kunnen delen met anderen - iets minder vaak.

Uit onze ervaringen van de afgelopen jaren hebben we geconcludeerd dat voor de aanpak van eenzaamheid een bindmiddel nodig is. Een overkoepelend geheel dat zorgt voor sociale samenhang en van waaruit op verschillende niveaus eenzaamheid wordt verlicht. Om die structuur te creëren, richten we NOLANO op. Dat is nieuw voor Zutphen.

Het doel van NOLANO is de sociale en emotionele eenzaamheid onder senioren (60-plus) in Zutphen/Warnsveld verlichten en voorkomen door via ontmoetingen een verbondenheid te creëren die hun leven kunnen verrijkt.

NOLANO is een vrijwilligersorganisatie met een eigen locatie die wordt gedragen door de leden, vitaal en minder vitaal. De leden worden ondersteund door een team van vrijwilligers en één coördinator. Bij een vereniging zijn de leden eigenaar en hebben de zeggenschap. Zo komt de eigen regie het beste tot haar recht. NOLANO is door, voor en van de leden. Een vereniging is ook een prima rechtsvorm om diverse, uiteenlopende activiteiten in onder te brengen, die alle gericht zijn op hetzelfde doel: in dit geval ontmoetingen.

Binnen de vereniging onderscheiden we drie niveaus van ontmoetingen: het verenigingsniveau, het groepsniveau en het individuele niveau. Men kan instappen bij datgene wat het beste past.

Op het verenigingsniveau ontstaat het 'erbij horen'. De leden ervaren hier dat ze deel uitmaken van een groter geheel dat ze zelf mede vormgeven. De diverse dagelijkse activiteiten vinden plaats in het verenigingsgebouw. Op groepsniveau zijn er bijeenkomsten in huiskamers met maximaal 15 deelnemers. Er zijn themagroepen die verdieping zoeken over een vooraf bepaald onderwerp. Daarnaast zijn er buurtbijeenkomsten met als doel de sociale contacten in de buurt te onderhouden. De organisatie ligt bij één of twee buurtbewoners, vrouw of man, de zogenoemde BuurtV/M. Het derde niveau zijn de huisbezoeken aan eenzame senioren die iets extra's nodig hebben om deel te nemen aan activiteiten. De gesprekken zijn bij de oudere thuis en richten zich op activering.

Tussen de niveaus zijn onderlinge verbanden die elkaar versterken. Dat is de kracht van de vereniging als overkoepelend geheel. Ook al nemen leden deel aan verschillende ontmoetingsactiviteiten, ze zijn letterlijk verenigd met elkaar. Dat maakt de onderlinge uitwisseling tussen mensen en activiteiten makkelijk. De vereniging biedt ook een kader waar bestaande en nieuwe activiteiten makkelijk aansluiting bij vinden. Zo fungeert de vereniging als een verbindend element in het verlichten van eenzaamheid.

De ontwikkeling van de vereniging verloopt in fasen. Er is drie jaar nodig om tot een goed draaiende organisatie te komen die de beoogde doelen haalt. In de eerste drie jaren is de steun van lokale en landelijke fondsen voor in totaal circa €161.330,- onontbeerlijk. Het uitgangspunt van de exploitatie is dat de vereniging daarna financieel zelfstandig is. De begroting wordt dan voor een belangrijk deel door contributies van leden gedekt. Met een jaarcontributie van €120,- dragen de leden de vereniging en is er geen afhankelijkheid van (gemeentelijke) subsidies.

1. Inleiding

Eenzaamheid kent vele gezichten. Vaak wordt het onderscheid gemaakt tussen emotionele eenzaamheid en sociale eenzaamheid. Het gaat om een gevoel tekort aan contacten in omvang en/of kwaliteit. Bij sociale eenzaamheid heeft men onvoldoende contacten en mist men het gezelschap van anderen. Bij emotionele eenzaamheid ervaart men een armoede omdat men gevoelens en ervaringen niet kan delen. De hechte relaties die men had, zijn weggefallen of zijn er soms nooit geweest.

In het algemeen neemt eenzaamheid toe met het ouder worden. Een rol daarbij spelen gebeurtenissen zoals het overlijden van de partner en van bevriende leeftijdsgenoten, weinig bekenden/familie in de nabijheid, onvoldoende financiële middelen, en het verlies van mobiliteit en zelfstandigheid door afnemend functioneren.

De cijfers over eenzaamheid spreken boekdelen. In 2016 is 43% van de 65-plussers in de gemeente Zutphen eenzaam; ruim 4.000 mensen. Daarvan is 35% matig, 5% ernstig en 2% zeer ernstig eenzaam. Sociale eenzaamheid

Bevolking Zutphen	47.500
65plus	9.500
Matig eenzaam	3.330
(Zeer) ernstig eenzaam	760
Totaal eenzaam	4.090
Procentueel	43%

komt het meest voor (41%); bij een kleiner deel (31%) is (ook) sprake van emotionele eenzaamheid. De percentages voor mensen onder de 65 jaar zijn overigens niet veel lager [Bron: GGD Noord- en Oost Gelderland, mei 2017].

Iets doen aan eenzaamheid is geen strijd. Er is geen vijand die verslagen moet worden. Werken aan eenzaamheid is een houding. Het gaat om het creëren van ontmoetingen waarin mensen zich openstellen op een gelijkwaardig niveau, zonder pretenties, ambities of doelstellingen. Zo kun je een lichtpuntje brengen, iets opwekken, iets losmaken waardoor de eenzaamheid minder zwaar valt, het gevoel misschien even weg is. We

spreken liever over het verlichten van eenzaamheid en niet over het bestrijden van eenzaamheid.

Met dit projectplan willen we de eenzaamheid onder senioren uit Zutphen en Warnsveld verlichten en voorkomen. Dat doen we door ontmoetingen mogelijk te maken. In de ontmoeting kunnen mensen elkaar zien. Zo kan elke ontmoeting een verrijking zijn, in het bijzonder voor mensen die zich eenzaam voelen.

*"Ik wist niet dat er in Zutphen 43% van de 65plussers eenzaam tot zeer eenzaam is. Toch schokkend."
René (60+)*

Minder of niet meer eenzaam zijn, is uiteindelijk iets wat de persoon in kwestie vooral zelf moet realiseren. NOLANO geeft een belangrijke aanzet daartoe. Het verlaagt de drempel, biedt een perspectief, steekt een hand uit. Door een uitnodigende houding wordt men uitgedaagd om mee te doen. Als degene die eenzaam is hierop ingaat, kan er werkelijk een proces op gang komen waardoor eenzaamheidsgevoelens afnemen of verdwijnen.

2. Probleemschets / Uitdaging

Sinds de oprichting in 2014 organiseert Stadsonderneming Zutphen diverse projecten om de eenzaamheid onder ouderen te verlichten. Dat heeft ons een goed beeld gegeven van wat eenzaamheid met ouderen doet. We hebben ouderen gezien die terneergeslagen zijn, weinig meer willen en vragen, ziek worden, de interesse in anderen verliezen. Door onze projecten hebben we ook gezien hoe ouderen opleven als hun eenzaamheid gezien en enigszins verlicht wordt. Hieronder een korte omschrijving van enkele van onze projecten die onze kijk op eenzaamheid hebben gevormd.

Traject Ouderen en Eenzaamheid

In de periode 2015-2017 organiseerden we tien bijeenkomsten voor thuiszorgmedewerkers, sociaal werkers en vrijwilligers en met diverse gastsprekers. In de gesprekken verkenden we wat eenzaamheid bij ouderen is en wat het voor hen betekent. Lees [hier](#) meer.

AutoMaatje

De mobiliteit van (alleenstaande) ouderen neemt af naarmate men ouder wordt. Er komt een moment dat fietsen moeilijk wordt en auto rijden niet meer gaat. Als de actieradius beperkt wordt tot loopafstand of zelfs minder, wordt de wereld snel kleiner. Daarom introduceerde Stadsonderneming Zutphen in 2018 in samenwerking met ANWB het project AutoMaatje. Met 55 vrijwillige chauffeurs, 120 deelnemers en gemiddeld vijf ritten per dag is het reeds na zes maanden zeer succesvol. Alle deelnemers worden thuis bezocht voor een kennismakingsgesprek. Lees [hier](#) meer.



Nationale Ouderendag

Jaarlijks organiseren we de Nationale Ouderendag in de gemeente Zutphen. Zo'n 80 ouderen dienen een hartenwens in die door evenzovele vrijwilligers wordt vervuld. Voor velen is het een dag waar ze al lang van tevoren naar uitkijken en mooie herinneringen aan bewaren. Lees [hier](#) meer.



Week van de Ontmoeting

Jaarlijks organiseert Stadsonderneming Zutphen de Week van de Ontmoeting. Een week met diverse activiteiten die alle in het teken staan van ontmoetingen tussen alle mensen uit de samenleving. Het programma wordt samengesteld door inwoners en is elk jaar anders. Zo was er het Werelddiner (bereid door asielzoekers), de Gouden Wandeling, Soep in de Buurt, de Knuffelhond en Storytelling. Elk jaar is er ook Flessenpost, waar inwoners elkaar een kaart toesturen. Lees [hier](#) meer.



Wandelclub woon/zorgcentrum Polbeek

Al vier jaar organiseren we een wekelijkse wandeling met minder valide ouderen uit het woonzorgcentrum samen met buurtbewoners en asielzoekers. Voor sommige ouderen de enige keer in de week dat ze buiten komen. Aansluitend drinken we gezamenlijk koffie/thee en praten we over wat hen bezighoudt. Lees [hier](#) meer.



Bevindingen

Hebben onze projecten de eenzaamheid van ouderen verlicht? Jazeker, en dat doen ze nog steeds. Maar het is niet voldoende. In de vijf jaar dat we actief zijn in Zutphen hebben we een aantal lessen geleerd over eenzaamheid en wat er aan te doen. De belangrijkste staan hieronder samengevat.

- Beroepskrachten (thuiszorg, verpleegkundigen, sociaal werkers) bereiken naar schatting 'slechts' één derde van alle eenzame senioren. Om de andere twee derde te bereiken, is een netwerk nodig van inwoners die in hun buurt eenzaamheid signaleren, bespreekbaar maken en kunnen handelen.



- Kleinschalige buurtactiviteiten gericht op contacten tussen buurtgenoten werken goed.
- Er zijn levendige ontmoetingsplekken nodig, zowel in de buurt (kleinschalig) als op wijk- of stadsniveau (voor grotere groepen).
- Een sociale en betaalbare vervoersdienst is een voorwaarde voor senioren om mee te kunnen doen met activiteiten.
- Eenzaamheid kan hardnekkig zijn. Erop uit gaan, anderen ontmoeten is voor veel mensen spannend en maakt hen onzeker. Op jezelf blijven is zo veel makkelijker en veiliger. Werken aan eenzaamheid betekent drempels verlagen en mensen verleiden om het contact te zoeken met

anderen. Daarvoor is een variatie nodig van soorten activiteiten zodat men kan instappen bij datgene wat het beste past.

- Op zichzelf staande activiteiten sorteren geen blijvend effect. Er is een inbedding nodig, een omhulling, waarmee de deelnemers zich verbonden voelen. Als een activiteit deel uitmaakt van een groter geheel, krijgen deelnemers makkelijker ook andere activiteiten tot hun beschikking.
- Verbondenheid creëren vraagt om een centraal punt, een ontmoetingsplek die van de mensen zelf is, naar eigen wensen wordt ingericht en frequent toegankelijk is. Een soort tweede thuis.
- Verbondenheid creëren vraagt om structurele en met regelmaat terugkerende activiteiten. Eenzaamheid verlichten is geen project met een begin en een eind, maar een voortdurend proces.

Er zijn veel eenzame ouderen in Zutphen, ruim 4.000, en het is door de jaren heen niet minder geworden. De uitdaging is om hen met elkaar en met anderen in contact te brengen, zodat ze kunnen delen en van betekenis zijn voor elkaar. Kunnen we iets creëren waardoor ze een handelingsperspectief hebben?

Onze ervaringen hebben ons ervan bewust gemaakt dat een aanpak van eenzaamheid een structuur nodig heeft. In de gesprekken die we met mensen uit de doelgroep en betrokkenen hebben gehad, komt naar voren dat een bindmiddel nodig is. Een overkoepelend geheel dat zorgt voor sociale samenhang en waarmee men zich verbonden voelt. Van waaruit via verschillende ingangen eenzaamheid verlicht wordt. Dat raamwerk ontbreekt in Zutphen.

*"Ik denk dat hier echt behoefte aan is in Zutphen en dat veel mensen worden bereikt. Het lijkt mij heel leuk om hieraan bij te dragen."
Gertina (52 jaar)*

3. Visie, doel, doelgroep

Visie

In onze visie zijn mensen zelf verantwoordelijk voor hun welbevinden. Echter, niet iedereen kan dat meer of slaagt daarin. Dat leidt niet zelden tot eenzaamheid en dan belandt men in een neerwaartse spiraal. De weg naar boven loopt via mensen die een handje willen toesteken. Daarvoor is het belangrijk dat mensen elkaar ontmoeten. De vitale samenleving begint op straat, in de buurt, in de wijk, bij een vereniging, op het werk. Daar komen mensen met elkaar in contact, raken ze betrokken op elkaar en komen ze te weten wat ze voor elkaar kunnen betekenen. Want iedereen heeft mogelijkheden om van betekenis te zijn voor een ander; jong of oud, fit of minder fit. Wederkerigheid is de basis voor goede contacten.

Als we spreken over eenzaamheid doen we dat in de context van beleid. In de uitvoeringspraktijk is het begrip eenzaamheid echter niet productief. Het kan stigmatiserend werken en het suggereert een vorm van ongelijkwaardigheid. Daarom gebruiken we de term 'eenzaamheid' zo min mogelijk.

*"Vermijd het woord eenzaam geheel of zoveel mogelijk. Dat geeft een gevoel van zieligheid, een beetje een loser-gevoel."
Willemien (65+)*

De term 'ontmoetingen' geeft aan waar het in wezen om gaat. Het heeft een positieve lading, is een basis voor gelijkwaardigheid en biedt een concreet handelingsperspectief.

Wij geloven dat inwoners bereid zijn om van betekenis te zijn voor anderen. Niet alleen omdat het nodig is, maar ook omdat het dagelijks leven daardoor net een beetje aangener wordt. Dit gebeurt echter niet vanzelf. Daarvoor is een raamwerk nodig waarbinnen ontmoetingen plaats kunnen vinden.

Doel

NOLANO wil de sociale en emotionele eenzaamheid onder senioren (60+) in Zutphen/Warnsveld verlichten en voorkomen door ontmoetingen mogelijk te maken waardoor ze hun leven kunnen verrijken. Het gaat om ontmoetingen:

- tussen senioren onderling en met anderen;
- die ze zo veel mogelijk zelf initiëren, met en voor elkaar;
- van verschillende gradaties: kleinschalig of grootschalig; in de eigen omgeving of op grotere schaal; voor vertier en voor zingeving; in het gesprek of in het doen.

Doelgroep

NOLANO is er voor 60-plussers, vitaal en minder vitaal, die anderen willen ontmoeten. Ook jong volwassenen zijn welkom. Het zijn juist de ontmoetingen tussen mensen van verschillende leeftijden, achtergronden en sociale positie die bijdragen aan een wederzijdse verrijking.



Het is echter pas geslaagd als een groot aantal senioren meedoet die te kampen hebben met eenzaamheid. Bij alles wat NOLANO onderneemt, zal steeds de vraag centraal staan of er voldoende eenzame senioren worden bereikt.

4. NOLANO

4.1 Uitgangspunten

Met NOLANO creëert Stadsonderneming Zutphen een raamwerk waarbinnen ontmoetingen structureel kunnen plaatsvinden. We hebben daarbij de onderstaande uitgangspunten gehanteerd:

- Omzien naar elkaar begint op buurtniveau. Er is een gemeenschappelijk belang (plezierig wonen in je eigen buurtje) en ontmoetingen zijn letterlijk binnen handbereik.
- Om eenzame mensen te bereiken en open te stellen voor ontmoetingen zijn ook persoonlijke een-op-een gesprekken nodig.
- Het delen van gezamenlijke interesses met anderen overstijgt vaak het buurtniveau. Daar is een bredere schaal voor nodig.
- Ergens bij horen en zich verbonden voelen met een groter geheel werkt positief voor ontmoetingsactiviteiten. Daarvoor is een eigen centrale ontmoetingsplek nodig.
- Ontmoetingen zijn alleen duurzaam als er gelijkwaardigheid en wederkerigheid is. Je moet elkaar wat te bieden hebben en er wederzijds voldoening uit halen.
- De basis voor ontmoetingen is betrokkenheid op elkaar en wederzijdse interesse. Vanuit die basis kunnen allerlei activiteiten ontstaan zoals samen iets ondernemen en burenhulp.
- Er is diversiteit nodig in het aanbod van activiteiten zodat mensen elkaar kunnen ontmoeten bij voor hen passende interesses.
- Het initiatief voor het aanbod van activiteiten ligt bij de deelnemers zelf. De rol van een coördinator is inspireren, stimuleren, motiveren, faciliteren en zorgen voor de samenhang.

4.2 Inspiratiebronnen

De ervaringen uit onze eigen projecten zijn een belangrijke inspiratiebron. Daarnaast hebben we ons laten inspireren door drie andere projecten.

Deventer Huisgenoten

Een vereniging voor en door 50-plussers in en rondom Deventer. Zij ontmoeten elkaar in huiskamers van de leden voor specifieke, kleinschalige activiteiten en in een centrale ruimte voor gemeenschappelijke, grotere activiteiten. We zijn in Deventer op bezoek geweest en hebben gesproken met de initiatiefnemers en vrijwilligers.

Thuishuis project

In een Thuishuis wonen 6 à 7 senioren in één huis met ieder zijn/haar eigen appartement en één gemeenschappelijke ruimte (zitkamer en keuken). Een onderdeel van het Thuishuis project zijn de thuisbezoeken. Daarin worden alleenstaande senioren met eenzaamheidsgevoelens bezocht door vrijwilligers. Deze tijdelijke inzet is gericht op het revitaliseren van het netwerk. We hebben gesproken met de initiatiefnemer van het project.

Senioren Ontmoetingspunt 't Brewinc

Het Senioren Ontmoetingspunt in Doetinchem is een inloophuis voor 50-plussers met een gevarieerd aanbod van activiteiten. Het is sinds 2011 gevestigd in de voormalige ambachtsschool, een prachtig pand in het centrum, waar onder andere ook de bibliotheek zit. Het aantal bezoekers per dag is gemiddeld 40, overwegend ouder dan 65 jaar. Dankzij subsidie van de gemeente en de inzet van tientallen vrijwilligers kan het bestaan. We zijn op bezoek geweest en hebben gesproken met enkele vrijwilligers.

4.3 De vereniging

Binnen NOLANO maken we onderscheid in drie niveaus: het verenigingsniveau, het groepsniveau en het individuele niveau. Op de volgende bladzijde is dat schematisch weergegeven.

NOLANO

	Verenigings-activiteiten	Groepsactiviteiten		Huis-bezoeken
		Thema Bijeenkomsten	Buurt bijeenkomsten	
Wat	Diverse activiteiten o.a. inloop, lezingen, spel, exposities, muziek-, toneel-dansuitvoeringen, samen eten	Bijeenkomsten waar een zelf gekozen thema centraal staat, bijv. ouder worden, tekenen, een actualiteit, wandelen, etc.	Samen koffie/thee drinken. Gesprek zonder agenda.	Een-op-een gesprek waarbij de persoon centraal staat.
Doel	Gezelligheid; lol hebben; erbij horen; met elkaar delen; verenigingsgevoel	Verdieping, zingeving; verruiming van kennis en vaardigheden; gezelligheid	Gezelligheid, buurtgevoel, betrokkenheid, burenhulp	Activering, erop uit gaan, netwerk nieuw leven inblazen
Voor wie	Leden (60+)	Groepje leden met dezelfde interesse	Alle buurtbewoners	Alleenstaanden 60+
Door wie	Georganiseerd door de coördinator en vrijwilligers	Georganiseerd door één of twee leden	Georganiseerd door twee buurtbewoners: BuurtV/M	Coördinator en vrijwilligers
Aantal vrijwilligers	10	n.v.t.	n.v.t.	15
Aantal deelnemers	20-100 (afhankelijk van het soort activiteit)	5-10	10-15	1
Frequentie	Variërend per activiteit (dagelijks, wekelijks, maandelijks)	Twee-, drie- of vierwekelijks	Maandelijks (of frequenter indien gewenst)	Tweewekelijks
Duur	Structureel	Voor een afgesproken periode (projectbasis)	Structureel	Circa vier keer
Locatie	Verenigingslocatie	Huiskamers	Huiskamers	Thuis op de bank

Bij een vereniging is de betrokkenheid van de leden maximaal omdat de leden in gezamenlijkheid de zeggenschap hebben. Dat gevoel van eigenaarschap is ook wat NOLANO wil zijn; door en voor de leden.

Een vereniging is ook een prima rechtsvorm om diverse, uiteenlopende activiteiten in onder te brengen, die alle gericht zijn op hetzelfde doel: in dit geval ontmoetingen. Ook al nemen leden deel aan verschillende ontmoetingsactiviteiten, ze zijn letterlijk verenigd met elkaar. Dat maakt de onderlinge uitwisseling tussen mensen en activiteiten makkelijk.

Tot slot heeft een vereniging geen winstoogmerk en past daarom goed bij de maatschappelijke doelstellingen.

De drie niveaus van NOLANO zijn hieronder toegelicht.

4.3.1 Verenigingsniveau

Op verenigingsniveau zijn er steeds terugkerende activiteiten waar alle leden welkom zijn. Dit zijn ongeorganiseerde activiteiten zoals de vrije inloop en grotere georganiseerde activiteiten zoals lezingen, muziek- en dansavonden, gezamenlijk eten, uitjes. Levendig en gezellig. Het doel is wat zo treffend genoemd wordt 'lering ende vermaeck'. Men beleeft plezier, kan delen, steekt er wat van op en houdt er leuke contacten aan over. De

ideeën voor activiteiten komen van de leden zelf. De coördinator met het team van vrijwilligers assisteren bij het organiseren.

Op het verenigingsniveau ontstaat het 'erbij horen'. De leden ervaren hier dat ze deel uitmaken van een groter geheel

dat ze zelf mede vormgeven. De activiteiten vinden plaats op de verenigingslocatie, een soort van 'honk'.

*"Via de vereniging kan ik weer andere mensen ontmoeten. Ik wil graag een scrabble middag organiseren."
Wil (90 jaar)*

4.3.2 Groepsniveau

Op groepsniveau zijn er bijeenkomsten in kleiner verband tot ongeveer 15 deelnemers. We maken onderscheid in twee soorten bijeenkomsten:

Themabijeenkomsten

Dit zijn bijeenkomsten waar een vooraf bepaald onderwerp centraal staat. Een groepje leden met dezelfde interesse komt periodiek bij elkaar in de huiskamer(s) van één of meerdere deelnemers. Het initiatief gaat uit van één of enkele leden. Het zijn interactieve bijeenkomsten met als belangrijkste doel verdieping of het vergroten van kennis en vaardigheden. Voorbeelden zijn gespreksgroepen over ouderdom, een leesgroep, samen koken, een mannengroep, een wandelclubje, muziek maken, zingen, etc.. De coördinator kan desgevraagd ondersteuning bieden bij de voorbereidingen en het werven van deelnemers.

Buurtbijeenkomsten

Dit zijn bijeenkomsten voor bewoners van een buurt. Het doel is de sociale contacten in de buurt te onderhouden door met regelmaat bij elkaar te komen in de huiskamer van een buurtbewoner. De organisatie ligt bij één of twee buurtbewoners. We noemen hen de BuurtV/M. Zij hebben een antenne voor buurtbewoners die wat extra's nodig hebben om 'de deur uit te komen'. Zij proberen hen erbij te betrekken. De BuurtV/M is geen beroepskracht, maar gewoon een buurtbewoner die



zijn/haar deur openzet en zo ontmoetingen mogelijk maakt. Ter voorbereiding biedt de vereniging de BuurtM/V een introductie cursus. Enkele keren per jaar komen BuurtM/V's op initiatief van de vereniging bij elkaar voor intervisiegesprekken.

Bij de buurtbijeekkomsten gaat het in de eerste plaats om gezelligheid en uitwisseling. Vrijblijvend dus. Wat daar verder uit volgt ligt open. Waar betrokkenheid op elkaar is, ontstaan meestal vanzelf acties die gericht zijn op een betere buurt, zoals burenhulp, gezamenlijk aanpakken van de openbare ruimte, etc.. Zo kan bijvoorbeeld de zorg voor elkaar georganiseerd worden in bestaande of nieuwe projecten zoals een [buurtcirkel](#) of een [bucket line](#). De coördinator kan desgevraagd ondersteuning bieden als de groep dat nodig heeft.

4.3.3 Individuele niveau

Op het individuele niveau zijn er de huisbezoeken. Het is een één-op-één gesprek tussen een oudere en een ervaren vrijwilliger. De doelgroep is eenzame senioren die iets extra's nodig hebben om deel te nemen aan activiteiten. Die niet makkelijk uit zichzelf erop uit gaan. In de praktijk richten we ons op alleenstaanden (60+) omdat eenzaamheid onder hen het meest voorkomt. De gesprekken richten zich op activering, het zogenoemde *outreaching* werken.

*“Vooral de huisbezoeken zijn waardevol. Ik heb zelf helaas te weinig energie om actief mee te doen.”
Piet (70+)*

De vrijwilliger krijgt een training om de gesprekken goed te kunnen voeren. Kenmerk is dat zij/hij werkt vanuit de presentiebenadering: Er onbevooroordeeld zijn voor de ander, afstemmen, inleven en ontdekken wat gewenst en nodig is.

De huisbezoeken zijn geen maatjesproject, zoals bijvoorbeeld de huisbezoeken van de Zonnebloem. Het is een tijdelijke interventie die

eindigt wanneer de oudere en vrijwilliger dat in gezamenlijkheid besluiten. De gesprekken zijn thuis bij de oudere.

De coördinator ondersteunt de vrijwilligers zodat zij goed voorbereid de gesprekken kunnen voeren. Een paar keer per jaar komen de vrijwilligers en de coördinator bijeen voor intervisiegesprekken.

4.4 Verbanden tussen de drie niveaus

Alles wat binnen de vereniging gebeurt, is gericht op ontmoetingen. Tussen het vereniging-, groeps-, en individuele niveau zijn er onderlinge verbanden die elkaar versterken. Dat is de kracht van de vereniging als overkoepelend geheel. In bijgaande tabel zijn de onderlinge verbanden overzichtelijk weergegeven. Daaronder volgt een toelichting.

Onderlinge verbanden van NOLANO

Wat betekent de vereniging voor ..		Wat betekent de vereniging voor senioren die thuis zijn bezocht
Themagroepen	Buurtgroepen	
Inspiratie PR/Promotie Deelnemers Breder delen Ondersteuning	Inspiratie PR/Promotie Uitwisseling Ondersteuning	Erbij horen Contacten Geborgenheid Ondersteuning

Betekenis van de vereniging voor groepsbijeekkomsten

De vereniging als koepel heeft een belangrijke functie voor de thema- en buurtgroepen. Zo kunnen verenigingsactiviteiten een inspiratiebron zijn voor mensen die thema- of buurtgroep willen starten. Bijvoorbeeld een lezing, expositie of muziek/dans/toneeluitvoering kan leden inspireren om er in kleiner verband via themabijeekkomsten mee verder te gaan. Via de vereniging kunnen initiatiefnemers van groepsbijeekkomsten makkelijker

deelnemers vinden. De vereniging is ook het platform waar een themagroep haar bevindingen kan delen met een grotere groep.

Regelmatig zal de vereniging aandacht schenken aan buurtbijeenkomsten waardoor leden inspiratie opdoen om in hun eigen buurt bijeenkomsten te starten. Voor de lopende buurtgroepen organiseert de vereniging bijeenkomsten waarin zij hun ervaringen uitwisselen en inspiratie opdoen. Tot slot kan de vereniging desgevraagd ondersteuning geven aan de thema- en buurtgroepen.

Betekenis van de vereniging voor huisbezoeken

Met de senioren die thuis worden bezocht, worden de mogelijkheden besproken om meer ontmoetingen te hebben. Binnen de structuur van de vereniging kan dat prima.

In de eerste plaats kan men deelnemen aan de diverse activiteiten en zo op een ongedwongen wijze anderen ontmoeten en contacten opdoen. Op deze wijze ontstaat een gevoel van erbij horen en geborgenheid. De vrijwilligers verlenen daarbij ondersteuning.

In de tweede plaats zal de Stadsonderneming Zutphen de projecten AutoMaatje en Nationale Ouderendag (zie pag. 4) onderbrengen bij NOLANO. Beide projecten zijn ondersteunend in het vergroten van het netwerk van de oudere.

In de derde plaats kan men aansluiting zoeken bij een buurtgroep (als er een in de buurt is) of een themagroep als men dezelfde interesse deelt.

4.5 Bereik

Stadsonderneming Zutphen heeft in de afgelopen vijf jaar een netwerk opgebouwd rondom het thema ouderen en eenzaamheid dat vrijwel de gehele gemeente dekt. Het netwerk bestaat uit thuiszorgorganisaties, zorginstellingen, maatschappelijke organisaties en vele senioren die we door onze projecten kennen. Via dat netwerk en een uitgebreide

publiciteitscampagne in de lokale media bereiken we direct of indirect een vele honderden senioren in de gemeente Zutphen.

(Eenzame) senioren worden persoonlijk bereikt via de projecten waar ze gebruik van maken (bijv. AutoMaatje, Nationale Ouderendag) en ze worden geïnformeerd via aan huis bezorgde folders, periodieke bladen en nieuwsbrieven. Daarnaast bereiken we ze via beroepskrachten en vrijwilligers van andere organisaties die met ouderen in contact staan. Vervoer is nooit een probleem. Via AutoMaatje regelen we dat.

*“Wat een mooi initiatief. Bij AutoMaatje merk ik dat er regelmatig eenzaamheid wordt ervaren.”
Cobien (61 jaar)*

Ter introductie van de buurtgroepen wordt een promotiecampagne opgezet met inspirerende voorbeelden. We houden speciale informatiebijeenkomsten voor inwoners die BuurtM/V willen worden.

Voor de huisbezoeken richten we ons in eerste instantie op alleenstaanden omdat zij zich vaker eenzaam voelen dan anderen. Bij AutoMaatje bezoeken we standaard alle deelnemers (stand april 2019: 150 senioren) voor een kennismaking. Vele van hen zijn alleenstaand en niet zelden is er sprake van eenzaamheid. Deze kennismakingsgesprekken zijn een ingang om een huisbezoektraject te starten.

Verder wordt in overleg met de gemeente onderzocht of we alleenstaande 60-plussers mogen aanschrijven. Daarnaast zoeken we de afstemming met thuiszorgorganisaties en de Thuiskring Rode Kruis zodat we ook via deze kanalen ouderen bereiken.

In onderstaande tabel hebben we een inschatting gemaakt van wat NOLANO redelijkerwijs aan leden en bezoekers mag verwachten. Dat bestrijkt de eerste vijf jaar vanaf de start in 2020.

Bereik van NOLANO 2020-2024

	2020	2021	2022	2023	2024
Aantal leden (op 1 januari)	20	150	300	450	450
Verenigingsactiviteiten					
Inloop					
- aantal dagdelen per week	3	4	5	5	5
- aantal bezoeken	600	1000	1200	1300	1400
Lezingen, voorstellingen, exposities, uitjes, etc.					
- aantal	40	60	80	80	80
- aantal bezoekers	400	1000	1500	1700	2000
Groepsactiviteiten					
Themabijeenkomsten					
- aantal themagroepen	5	10	15	20	20
- aantal deelnemers	30	70	120	140	140
Buurtbijeenkomsten					
- aantal buurtgroepen	5	10	15	20	25
- aantal deelnemers	50	100	150	200	250
Huisbezoeken					
- aantal bezochte alleenstaanden	50	75	100	150	150
- aantal bezoeken	200	300	400	600	600

De tabel geeft een overzicht van het beoogde aantal leden en bezoekers, onderverdeeld in de drie niveaus waarop de vereniging actief is.

We verwachten dat de vereniging in de eerste vijf jaar flink gaat groeien. We streven naar een omvang van 450 leden na vier jaar. Dat betekent dat we dan circa 10% van de doelgroep aan ons weten te binden. Door een gevarieerd activiteitenprogramma, goede pr, succesvolle huisbezoeken en buurt- en themabijeenkomsten moet dat haalbaar zijn.

Op verenigingsniveau hebben we de inloop en georganiseerde activiteiten. De doelstelling is 5 dagdelen per week voor de inloop en 80 georganiseerde activiteiten per jaar.

Voor de groepsactiviteiten streven we naar op jaarbasis naar 20 themagroepen en 25 buurtgroepen.

Met het team van vrijwilligers willen we uiteindelijk jaarlijks 150 eenzame senioren thuis bezoeken.

4.6 Resultaten

Het belangrijkste resultaat van NOLANO is dat aanzienlijk minder senioren eenzaamheidsgevoelens zullen hebben. Hun welbevinden neemt toe. Concreet betekent dit onder andere dat:

- Meer senioren met eenzaamheidsgevoelens zich onder de mensen begeven;
- Minder senioren een beroep doen op zorg- en welzijnsorganisaties waardoor de kosten van zorg- en welzijn afnemen;
- Meer senioren contact hebben met buurtgenoten;
- Mantelzorgers worden ontlast;
- Meer vrijwilligers de mogelijkheid krijgen om op een plezierige wijze betekenisvol bezig te zijn.

5. Organisatie

5.1 Vereniging

NOLANO is in essentie een vrijwilligersorganisatie die wordt gedragen door de leden. Daarom is gekozen voor een vereniging als rechtspersoon. In de statuten van de vereniging is het doel vastgelegd. De leden van de vereniging conformeren zich aan dat doel en bepalen zelf, binnen dat vastgelegde kader, hoe er invulling wordt gegeven aan de doelstellingen. Dat krijgt zijn vorm in ledenvergaderingen waar de leden in gezamenlijkheid besluiten nemen. Door de zeggenschap bij de leden te leggen, is hun betrokkenheid optimaal gewaarborgd.

De leden kiezen bestuursleden die verantwoordelijk zijn voor de uitvoering. Wat de ledenvergadering op hoofdlijnen besluit, vertaalt het bestuur naar de dagelijkse gang van zaken. Van de bestuursleden wordt verwacht dat ze weten wat er leeft binnen de vereniging. Dat doen ze door goed voeling te houden met de leden, de vrijwilligers en de coördinator. Het bestuur is de werkgever van de coördinator. Bestuursleden zijn communicatief zeer vaardig, hebben kennis van eenzaamheid, werken verbindend en hebben een goed lokaal netwerk.

De vereniging heeft geen winstoogmerk en bestuursleden worden niet betaald.

5.2 Locatie

Voor NOLANO is een eigen accommodatie een vereiste. Het is belangrijk dat de plek waar de leden samenkomen van hen zelf is. Een plek die ze gezamenlijk kunnen inrichten naar eigen smaak en waar ze zelf de 'huisregels' opstellen. Alleen dan wordt het een tweede thuis. Er is een aantal opties voor een geschikte locatie maar dit vergt nader onderzoek.

Locaties zoals wijkcentra zijn niet geschikt voor NOLANO. De wijkcentra in Zutphen zijn in beheer en eigendom van de gemeente of een stichting. Het zijn geen plekken van wijkbewoners zelf, laat staan van senioren. De schaal van een wijk is in Zutphen dermate groot dat inwoners zich er niet mee verbonden voelen. Bij wijkcentra ontbreekt het aan een gemeenschappelijk thema.

Ook de wijze waarop activiteiten in wijkcentra worden georganiseerd, verschilt wezenlijk met het doel van NOLANO. Het is namelijk aanbodgericht en wordt bepaald door de stichting of de welzijnsorganisatie. Het is tevens heel divers en voor een brede doelgroep. Wijkbewoners kunnen tegen betaling gebruik maken van het aanbod. Wegens bezuinigingen is er een verschraving.

*"Ik heb vroeger ouderenwerk gedaan. We organiseerden tal van activiteiten, maar op ons aanbod kwamen maar weinig mensen af."
Janny (79 jaar)*

Accommodatie

In het verenigingsgebouw is de dagelijkse inloop en worden grote bijeenkomsten gehouden voor circa 100 leden. De ruimten moeten bij voorkeur veel daglicht kunnen ontvangen. Er is een bruto vloeroppervlakte (bvo) nodig van circa 250 m². De onderstaande faciliteiten dienen aanwezig te zijn:

- Een eigen entree en ontvangstruimte, lobby of hal (circa 25 m²).
- Een rustige, afgescheiden ruimte voor vergaderingen (circa 25 m²).
- Een grote ruimte voor activiteiten (circa 100 m²), onder te verdelen in twee ruimten door een verplaatsbare afscheidingswand.
- Een keuken voor het bereiden van lunches/maaltijden (10 m²).
- Een kantoorruimte (circa 20 m²).
- Toiletgroep met een toilet voor rolstoelgebruikers
- Een rustige buitenruimte / tuin om te verpozen (circa 75 m²).

De accommodatie dient goed toegankelijk te zijn voor rolstoelgebruikers en voorzien te zijn van een lift als niet alle publieke ruimten gelijkvloers zijn. De locatie is bij voorkeur centraal gelegen, goed bereikbaar en met voldoende parkeergelegenheid. Locaties in de buurt van winkels en andere voorzieningen hebben een pré omdat een bezoek aan de vereniging dan gecombineerd kan worden met bijvoorbeeld boodschappen doen. Dat werkt drempelverlagend. Het is ook belangrijk voor de bekendheid dat de accommodatie ligt op een plek waar dagelijks veel mensen komen. In een afgelegen, aftands gebouw worden de doelstellingen niet gehaald.

Inrichting

De inrichting moet qua sfeer en uitstraling een gevoel van veiligheid en huiselijkheid oproepen. Prettige ruimten waar men elkaar ontmoet, ervaringen en kennis uitwisselt, lief en leed deelt, elkaar ondersteunt, elkaar praktische tips en informatie geeft. Zo wordt het een geliefde plek die men zich eigen maakt. De inrichting is tijdloos en zodanig dat bezoekers zich al snel aangenaam en welkom voelen. Niet alles hoeft nieuw te zijn.

5.3 Vrijwilligers

De vrijwilligers zijn de kurk waarop de vereniging drijft. Alle vrijwilligers zijn uiteraard ook lid van de vereniging. Er zijn twee teams van vrijwilligers:

- Een team van tien vrijwilligers (m/v) dat de verenigingsactiviteiten organiseert en gastvrouw/heer is.
- Een team van vijftien vrijwilligers (m/v) dat de huisbezoeken doet.

Voor de vrijwilligers die de huisbezoeken doen, is er een training. Daarin krijgen ze informatie over de achtergronden van eenzaamheid. In het trainingsaanbod zitten technieken voor observeren, luisteren en het voeren van gesprekken. Belangrijk is dat de vrijwilliger een veilige en

vertrouwde gesprekspartner is voor de eenzame oudere. Vrijwilligers die dit werk doen, kenmerken zich door een goed inlevingsvermogen en sterke communicatieve eigenschappen.

*“Zorg dat vrijwilligers weet hebben van en oog voor existentiële eenzaamheid. Deze kan ten grondslag liggen aan andere vormen van eenzaamheid.”
Dederiek (50+)*

In de vijf jaar dat Stadsonderneming Zutphen actief is, zijn we met vele actieve inwoners in contact gekomen. Al onze projecten en de projecten die we ondersteunen, draaien op vrijwilligers. We zien dat best veel inwoners bereid zijn om zich in te zetten voor maatschappelijke doeleinden. Het heeft ons nooit ontbroken aan vrijwilligers. Wat onze vrijwilligers waarderen in onze projecten is dat ze zelf de uitvoering in grote mate vorm geven en er ook voor een deel verantwoordelijkheid voor dragen. Dat onderscheidt ons van beroepsorganisaties waar het management meestal bepalend is.

5.4 Coördinator

Het bestuur en de vrijwilligers worden ondersteund door de coördinator die namens het bestuur de dagelijkse gang van zaken regelt. De coördinator is de enige betaalde kracht binnen de vereniging en is in dienst van het bestuur. Centraal in het profiel van de coördinator staan dienstbaarheid en mogelijk maken. De belangrijkste taak van de coördinator is ervoor te zorgen dat de vrijwilligers goed kunnen functioneren. De coördinator werkt vanuit zijn/haar hart, combineert empathie met luchtigheid, enthousiasme met doortastendheid, idealisme met zakelijkheid. Hij/zij doet dat op een overtuigende en respectvolle wijze en kan zo in verbinding staan met allen die betrokken zijn bij NOLANO. De coördinator is de spil binnen de vereniging. Hij/zij staat in contact met de vrijwilligers, het bestuur en de initiatiefnemers van de thema- en de buurtbijeekkomsten. De coördinator plaatst zichzelf echter niet in het middelpunt. De vereniging draait immers om de leden en de vrijwilligers.

De coördinator is verantwoordelijk voor een goed functionerend en op sterkte zijnde vrijwilligersteam. Daartoe behoren de werving en selectie, het inroosteren, de begeleiding en het signaleren van trainingsbehoeften. De coördinator legt verantwoording af aan het bestuur.

Het zwaartepunt van de functie van coördinator ligt bij de verenigingsactiviteiten en de huisbezoeken. Wat het verenigingsniveau betreft, is de coördinator verantwoordelijk voor de locatie. Samen met het team van vrijwilligers voert hij/zij het beheer, draagt zorg voor een goed gevuld en gevarieerd activiteitenprogramma en doet de pr en promotie.



Voor de huisbezoeken onderhoudt de coördinator de contacten met de BuurtM/V's en andere organisaties teneinde

alleenstaande senioren in beeld te krijgen. De coördinator zorgt voor de planning van de inzet van vrijwilligers en voert periodiek intervisiegesprekken om hen te begeleiden bij hun werkzaamheden.

De coördinator onderhoudt de contacten met de thema- en buurtgroepen en verleent desgevraagd ondersteuning bij (het opzetten) van een groep.

5.5 Preventiebeleid en vertrouwenspersoon

Stadsonderneming Zutphen heeft een preventiebeleid waarin is vastgelegd hoe de veiligheid van de mensen die deelnemen aan activiteiten van de Stadsonderneming wordt bewaakt en ongewenste omgangsvormen worden voorkomen. Daaronder valt dat vrijwilligers in het bezit moeten zijn

van een Verklaring Omtrent Gedrag (VOG). Indien gewenst kunnen leden en vrijwilligers een beroep doen op de door de Stadsonderneming aangestelde vertrouwenspersoon. Op onze [website](#) staat het preventiebeleid en de contactgegevens van de vertrouwenspersoon.

5.6 Communicatie

Met een gerichte communicatie moeten we bekendheid en sympathie verkrijgen. Voorafgaand aan de start van de vereniging is er een uitgebreide publiciteitscampagne. We houden bijeenkomsten, geven informatie op bijeenkomsten van andere organisaties, publiceren artikelen in lokale kranten en huis-aan-huis bladen. Een bekende Zutphenaar zal de start markeren. De vereniging krijgt een eigen logo, website en facebookpagina. De kwartiermaker krijgt van de initiatiefgroep de opdracht een communicatiestrategie en -plan op te stellen met als belangrijkste doelen de werving van vrijwilligers en de aanwas van voldoende leden. Onderdelen van het plan zijn onder andere:

*“Belangrijk is om een beeld en uitstraling neer te zetten waar senioren zich fijn bij voelen en op af komen.”
Trudy (65+)*

- Het vaststellen van de definitieve naam van de vereniging;
- Het ontwerpen van een logo, website, flyers;
- Een publiciteitscampagne in de lokale media en op sociale media;
- Informatiebijeenkomsten over de vereniging als geheel en specifiek voor bewoners die een buurtgroep willen starten;
- Netwerkgesprekken met lokale organisaties.

5.7 Samenwerkingsmogelijkheden

De vereniging biedt een kader waar bestaande en nieuwe activiteiten aansluiting bij kunnen vinden. Zo fungeert de vereniging als een verbindend element in het verlichten van eenzaamheid. Hieronder lichten we dat toe.

Samenwerking op verenigingsniveau

Stadsonderneming Zutphen brengt de projecten AutoMaatje, Nationale Ouderendag en de Week van de Ontmoeting onder bij NOLANO. Zo raken leden van de vereniging makkelijker bekend met deze activiteiten en wordt het gebruik gestimuleerd.

Ook grotere activiteiten van andere organisaties kunnen, indien gewenst en passend, hun plaats vinden bij NOLANO. Voorbeelden zijn het maandelijkse Powercafé De Verbinding, een bijeenkomst voor senioren met een gastspreker, en de bijeenkomsten van de ouderbonden.

Speciale aandacht zal er zijn voor samenwerking met organisaties voor of van jongeren zoals scholen, BSO's, kinderdagverblijven. De combinatie jong en oud is voor beide groepen vaak leuk en waardevol.

Samenwerking met themagroepen

Momenteel zijn in Zutphen twee initiatieven die lijken op de themabijeenkomsten, namelijk de Power-kringen en de Studiekring 50plus.

De Power-kringen komen voort uit de Powerworkshops. In de Powerworkshop krijgen senioren inspiratie aangereikt voor het ontdekken en versterken van veerkracht en zelfstandigheid. De workshop richt zich op de veranderende levensomstandigheden die gepaard gaan met ouder worden. Na afloop kunnen deelnemers een kring starten waarin de deelnemers elkaar ontmoeten op een gezamenlijke interesse.

De Studiekring50plus is een landelijk initiatief waarbij senioren elkaar één keer per maand ontmoeten rondom een onderwerp dat één van de leden kiest en presenteert.

Voor beide initiatieven geldt dat het zich niet expliciet richt op mensen die eenzaam zijn. Doorgaans voelen mensen die wat meer onderlegd zijn zich er goed bij thuis.

De themabijeenkomsten van leden van NOLANO kunnen prima bestaan naast deze twee bestaande initiatieven zolang er geen overlap is in onderwerp en doelgroep. Om dat te voorkomen zal NOLANO met beide initiatieven de afstemming en waar mogelijk de samenwerking zoeken.



Samenwerking met huisbezoeken

De welzijnsorganisatie in Zutphen bezoekt eens in de drie jaar inwoners van 70 jaar of ouder die aangeven een bezoek op prijs te stellen. Het eenmalige bezoek wordt gedaan door vrijwilligers en is vooral gericht op voorlichting en advies over praktische zaken. De huisbezoeken van NOLANO zijn veel intensiever, gestructureerd en vanaf 60plus. Besproken wordt of vrijwilligers van de welzijnsorganisatie ook huisbezoeken door NOLANO willen doen.

6. Fasering en planning

De ontwikkeling van NOLANO verloopt in vier fasen:

- Definitiefase (januari – mei 2019)
- Initiatiefase (juni – december 2019)
- Opstart- en groeifase (januari 2020 – december 2022)
- Consolidatiefase (vanaf 2023)

Hiernaast zijn de ontwikkelingsfasen schematisch weergegeven. Hieronder volgt een toelichting per fase.

6.1 Definitiefase

In de Definitiefase is het idee van NOLANO uitgewerkt en besproken met senioren (toekomstige leden), andere stadsgenoten en relevante partijen. Het voorliggende projectplan is het resultaat en het is de basis voor fondsenwerving.

6.2 Initiatiefase

De initiatiefase is de periode vanaf het vaststellen van het projectplan tot de feitelijke start van NOLANO, het moment van de ingebruikneming van de locatie.

In deze fase wordt de initiatiefgroep opgericht. Deze bestaat uit inwoners van de gemeente Zutphen. Dit zijn mensen uit de doelgroep die zich willen inzetten voor het oprichten van NOLANO. Zij vormen ook het tijdelijke oprichtingsbestuur totdat de ledenvergadering bijeen is geweest en een bestuur heeft gekozen.

Namens de initiatiefgroep gaat een kwartiermaker aan de slag. Deze heeft als taak alles te doen wat nodig is om NOLANO van start te laten gaan. Taken zijn onder meer:

- Fondsenwerving,
- Communicatiestrategie en -plan opstellen en uitvoeren,
- Organiseren van informatiebijeenkomsten,
- Locatie vinden en vastleggen en zorgen voor de inrichting,
- Oprichten van de vereniging met bestuur en statuten,
- Werven en trainen van vrijwilligers,
- Werven van de coördinator.

De ontwikkelingsfasen van NOLANO

Definitiefase	Jan – Mei 2019 (5 mnd)	Ontwikkelen van het idee tot een concreet plan. <u>Eindresultaat</u> : Het voorliggende projectplan.
Initiatiefase	Juni – Dec 2019 (7 mnd)	Uitvoeren van het projectplan door de initiatiefgroep en kwartiermaker. <u>Eindresultaat</u> : Start van NOLANO.
Opstart- en Groeifase	Jan 2020 – Dec 2022 (36 mnd)	Opstart van de vereniging. Overwinnen van kinderziekten; Uitbouwen vrijwilligersteam en ledenbestand. <u>Eindresultaat</u> : Een goed lopende, zelfstandige organisatie met voldoende leden
Consolidatie- fase	Vanaf 2023	Volwassen organisatie die op sterkte is. Levendige vereniging, bekend en gewaardeerd. Groei aantal leden. Solide financiële basis in zicht.

De kwartiermaker wordt geleverd door Stadsonderneming Zutphen en legt verantwoording af aan de initiatiefgroep. Tot aan het moment dat de vereniging statutair wordt opgericht, zal Stadsonderneming Zutphen als rechtspersoon optreden bij het aangaan van zakelijke overeenkomsten.

6.3 Opstart- en groeifase

De opstart- en groeifase is de periode waarin NOLANO zich van een prille boreling ontwikkelt tot een zelfstandige, volwassen organisatie. We gaan uit van een organische groei waar alle betrokkenen een bijdrage aan leveren.

*“Ik wil het eerste lid worden! M.b.v. braille kan ik voorleesactiviteiten organiseren en ik wil ook huisbezoeken doen.”
Betty (75 jaar)*

Het resultaat is een goed georganiseerde vereniging met voldoende leden en waarin de drie verschillende niveaus volledig tot hun recht komen. We trekken daar drie jaar voor uit. In die drie jaar:

- wordt de ledenvergadering ingevoerd en een voorzitter benoemd;
- groeit het ledenaantal volgens het geplande groeipad;
- wordt in samenspraak met de leden een goed gevuld en gevarieerd activiteitenprogramma opgesteld;
- worden de doelstellingen voor thema- en buurtbijeenkomsten en huisbezoeken gehaald;
- breidt het relatienetwerk met de Zutphense samenleving zich uit;
- wordt gewerkt aan een stabiele financiële basis;
- ontstaat een hecht en goed lopend vrijwilligersteam;
- wordt de pr en communicatie ingebed in de organisatie.

Het groeiproces is zonder meer een spannende fase. Iedereen zal zich in het begin met veel enthousiasme en elan inzetten voor de nieuwe vereniging. Maar de verwachtingen zullen ongetwijfeld uiteen lopen, hoe goed daar vooraf ook over gecommuniceerd is. We beginnen per slot van rekening aan iets nieuws en dan is niet alles te voorzien. Daardoor kunnen er tijdens de groeifase spanningen optreden. Het is aan het bestuur en de coördinator om daar alert op te zijn, signalen tijdig op te pikken en steeds met alle betrokkenen in gesprek te blijven.

6.4 Consolidatiefase

Drie jaar na de start van NOLANO zijn de kinderziekten onder de knie. De organisatie staat, activiteiten worden goed bezocht, de vrijwilligersbezetting is kwantitatief en kwalitatief op orde, taken zijn goed verdeeld en de vereniging is levendig en dynamisch. Dan treedt de fase van consolidatie in. Een stevige basis is gelegd en vanuit een zekere routine bouwen we verder. Het ledenaantal groeit lekker door en er ontstaat zicht op een solide financiële basis.

7. Monitoring en evaluatie

Jaarlijks bespreken we met alle betrokkenen (de ledenvergadering, het bestuur, de vrijwilligers en de coördinator) hoe het de vereniging vergaat. Loopt zoals we het willen, halen we onze doelstellingen en waar moeten we bijstellen, welke acties zijn nodig.

Als input voor deze gesprekken monitoren we de ontwikkeling van de vereniging via kwantitatieve en kwalitatieve indicatoren. Kwantitatieve indicatoren zeggen iets over de output, met kwalitatieve indicatoren meten we het effect of de outcome.

De kwantitatieve indicatoren zijn eenvoudig te registreren zoals het ledenaantal, het aantal bezoeken aan verenigingsactiviteiten, het aantal thema- en buurtgroepen, het aantal huisbezoeken. Kortom, alle gegevens die in de tabel in de paragraaf Bereik op pagina 13 staan. De kwantitatieve indicatoren, ook wel output, geven inzicht in hoeverre we de senioren daadwerkelijk bereiken.

Maar het gaat er niet alleen om of we ze bereiken, maar vooral wat het effect daarvan is. Ook daar geven de output indicatoren inzicht in. Als senioren lid worden en blijven (tegen betaling!) en deelnemen aan activiteiten is dat een blijk van waardering en tevredenheid. De output indicatoren zeggen dus ook iets over in hoeverre de vereniging betekenis heeft in het leven van de leden.



Om beter in beeld te krijgen of de leden van de vereniging zich minder eenzaam gaan voelen, meten we de outcome met kwalitatieve indicatoren.

Omdat eenzaamheid een gevoel is en zeer persoonlijk, is dit niet eenvoudig te meten. Daarbij komt dat wij eenzaamheid niet als term gebruiken in onze communicatie naar senioren, omdat we dit geen handelingsperspectief biedt en stigmatiserend kan werken. We spreken steeds over ontmoetingen.

We meten de outcome op twee manieren. In de eerste plaats vragen we een aantal leden om in een kort stukje tekst iets te schrijven over wat de vereniging voor hen betekent. Uit deze impressies kunnen we naar verwachting afleiden of er een effect is met betrekking tot de eenzaamheidsgevoelens.

In de tweede plaats houden we met een steekproef van leden een diepte interview. In de gesprekken gaan we uitgebreid in op het leven van de oudere vóór en met NOLANO. Deze gesprekken zullen naar verwachting een goed beeld geven van het effect van de vereniging.

Aangezien het gesprek en de verslaglegging best veel tijd neemt, kunnen we dit maar bij een beperkt aantal senioren doen. Met gezond verstand zullen we bezien of we uit deze gesprekken ook algemeen geldende conclusie kunnen trekken.

*“Dit plan gaat in essentie om het geven van een impuls aan de sociale samenhang. Die is in de huidige tijd niet zo groot meer.”
Els (60+)*

8. Begroting

Het uitgangspunt van de begroting is dat de vereniging, na een aanloopperiode, financieel zelfstandig is. Een vereniging voor en door de leden, betekent ook dat iedereen financieel bijdraagt. Zo dragen de leden de vereniging en is er geen afhankelijkheid van (gemeentelijke) subsidies.

Echter, de kosten gaan voor de baat. We investeren in een prettige locatie met een mooie uitstraling en veel aansprekende activiteiten. Onze overtuiging is dat senioren dan ook bereid zijn om zich erbij aan te sluiten en er contributie voor te betalen. Met half werk komt het niet van grond. Om NOLANO goed neer te zetten, is de eerste drie jaren de steun van fondsen onontbeerlijk. We vragen hen ons financieel te helpen om een vereniging met uitstraling neer te kunnen zetten.

We hebben de begroting onderverdeeld per fase. De kosten van de Definitiefase zijn buiten beschouwing gelaten. Deze zijn voor rekening van Stadsonderneming Zutphen.

8.1 Begroting initiatiefase

In de Initiatiefase wordt al het voorwerk gedaan dat nodig is om NOLANO van start te laten gaan. De totale kosten van deze fase bedragen €33.150,- (inclusief btw). Deze bestaan uit de vergoeding voor de kwartiermaker, de kosten voor de communicatie en pr (advies, website, bijeenkomsten, drukkosten) en de notariskosten voor het oprichten van de vereniging. Voor de dekking van deze kosten brengt Stadsonderneming Zutphen €13.550,- in, zijnde de helft van de kosten van de kwartiermaker. Voor een bedrag van €19.600,- doen we een beroep op landelijke fondsen. In de bijlage 'Begroting en dekkingsplan' is de begroting nader gespecificeerd.

8.2 Exploitatiebegroting

De exploitatiebegroting van NOLANO staat in het onderstaande overzicht. Het bestrijkt een periode van vijf jaren, onderverdeeld per fase. Een specificatie van de begroting staat in de bijlage 'Begroting en dekkingsplan'.

Exploitatiebegroting NOLANO 2020-2024 (euro incl. btw)

	Opstart- en groeifase			Consolidatiefase	
	jaar 1 2020	jaar 2 2021	jaar 3 2022	jaar 4 2023	jaar 5 2024
Begrote kosten					
Huur en vaste lasten	24.000	24.480	24.970	25.470	25.980
Coördinator	29.000	29.600	37.700	38.400	39.200
Kosten vrijwilligers	3.000	3.150	3.310	3.480	3.650
Inrichten accomm.	15.000	5.000	1.500	1.000	500
ICT	650	680	710	750	790
Pr/promotie	500	530	560	590	620
Beheer en admin.	400	440	480	530	580
Activiteiten	3.000	4.500	6.000	6.000	6.000
Algemene kosten	1.700	1.790	1.880	1.970	2.070
Totaal kosten	77.250	70.170	77.110	78.190	79.390
Begrote inkomsten					
Contributie leden	3.000	21.600	43.500	57.000	57.000
Inkomsten derden	1.890	3.990	8.820	11.550	12.600
Lokale fondsen	7.500	7.500	7.500	10.000	10.000
Landelijke fondsen	64.860	37.080	17.290	0	0
Totaal inkomsten	77.250	70.170	77.110	78.550	79.600
Saldo	0	0	0	360	210

Kosten

De accommodatiekosten (huur en vaste lasten) zijn gebaseerd op een bruto vloer oppervlakte van 250m² met een richtprijs van €80,- per m² voor maatschappelijk vastgoed en een opslag van 20% voor vaste lasten. Daarnaast is er een richtbedrag opgenomen voor het inrichten van de accommodatie.

De kosten van vrijwilligers bestaan voornamelijk uit de kosten van training en cursussen voor de vrijwilligers die de huisbezoeken doen. Verder is er rekening gehouden met enkele vrijwilligersvergoedingen voor hen die zich meer dan 20 uur per week inzetten voor de vereniging. Tot slot zijn er de kosten van uitjes en attenties voor vrijwilligers.

De coördinator wordt in dienst genomen door middel van een detachering via het Werkgeversinstituut (WGI). Het WGI is gespecialiseerd in detacheren voor maatschappelijke dienstverlening en kan dat btw-vrij doen. De coördinator wordt ingeschaald in de CAO Welzijn, salarisschaal 8. De eerste twee jaar voor 16 uur per week, daarna voor 20 uur per week.

Het activiteitenbudget dekt de kosten van de activiteiten op verenigingsniveau.

Inkomsten

De kosten van de vereniging worden in de eerste jaren voornamelijk gedekt door bijdragen van fondsen. Van landelijke fondsen vragen we in de eerste drie jaar van de exploitatie in totaal €119.230,-. Tezamen met de kosten van de Initiatieffase (€19.600,-) doen we voor in totaal €138.830,- een beroep op landelijke fondsen.

Aan lokale fondsen vragen we een bijdrage voor in totaal €22.500,- over de eerste drie jaar overeenkomstig de beperkte capaciteit lokale fondsen.

De inkomsten uit de contributies van leden neemt jaarlijks gestaag toe. Dat omvat de contributies van actieve leden en van steunleden.

Actieve leden betalen een contributie van €120,- per jaar, dat is €10,- per maand. Voor dat bedrag kan men tijdens openingstijden inlopen, gratis koffie en thee nemen en aan alle activiteiten gratis deelnemen. Bij een steekproef onder twintig senioren gaven slechts twee van hen aan dat ze de contributie te hoog vinden. Voor senioren met een smalle beurs ontwikkelen we een ledensponsorplan. Particulieren en bedrijven kunnen voor bijvoorbeeld €5,- per maand het lidmaatschap sponsoren van senioren voor wie €10,- te veel is.

Voor mensen die de vereniging willen steunen, is er het steunlidmaatschap. Zij betalen een contributie €30,- per jaar. Steunleden hebben geen stemrecht.

De vereniging haalt een deel van haar inkomsten uit de verhuur aan derden. Begroot is dat na een aanloopperiode een kwart van het aantal beschikbare dagdelen wordt verhuurd.

Na de eerste drie jaar kan de exploitatie bijna geheel draaien op contributies en inkomsten uit verhuur aan derden. De vereniging is dan nog maar beperkt afhankelijk van lokale fondsbijdragen.

In de begroting is bewust geen bijdrage van de gemeente opgenomen. De gemeente Zutphen heeft omvangrijke bezuinigingsmaatregelen genomen waardoor in het sociaal domein jaarlijks miljoenen wordt bezuinigd. Er is geen gerede verwachting dat de gemeente financieel gaat bijdragen, zeker niet in de eerste drie jaren. Daarna hanteren we als uitgangspunt dat we geen beroep op gemeentelijke subsidies. We willen een financieel zelfstandige vereniging zijn.

9. Risicoanalyse

Met NOLANO starten we iets nieuws in Zutphen. Een vereniging als bindmiddel voor de sociale samenhang tussen senioren. We zijn overtuigd dat hiermee een substantiële bijdrage wordt geleverd aan het verlichten en voorkomen van eenzaamheid. Desalniettemin, het is een ambitieus project dat ook zou kunnen mislukken. Hieronder noemen we een aantal risico's met daarbij de maatregelen die we voorzien om die risico's te minimaliseren.

Passende locatie is niet beschikbaar

Het is belangrijk dat de vereniging zich kan huisvesten in een mooi gebouw dat dagelijks beschikbaar is, centraal gelegen, goed bereikbaar en met voldoende parkeergelegenheid. Alleen dan kunnen we een attractieve vereniging opbouwen met veel aanloop en voldoende leden. Momenteel zijn twee locaties in beeld die passen in het geschetste profiel. Of één van deze twee binnen afzienbare termijn beschikbaar komt is nog onduidelijk. De kwartiermaker gaat dit nader onderzoeken. Tevens voert hij een verkenning uit naar andere potentiële locaties, zodat we niet afhankelijk zijn van alleen deze twee locaties. Mocht een passende locatie niet tijdig beschikbaar zijn dan wachten we met de start van NOLANO tot het zover is.

Onvoldoende financiële middelen

Of NOLANO er daadwerkelijk komt, staat of valt met het voorhanden zijn van voldoende fondsgelden. We hebben zes landelijke en drie lokale fondsen geïdentificeerd die de ondersteuning van projecten voor ouderen en/of ontmoetingsplekken in hun doelstellingen hebben staan. Daaronder zijn kleine, maar ook grotere fondsen. We hebben er vertrouwen in dat de benodigde gelden voor de eerste drie jaren door deze fondsen kan worden gedekt. Als de toezeggingen van fondsen achterblijven bij wat is begroot,

zullen we bekijken waar we kunnen bezuinigen. Op zich zit er in de begroting niet veel rek. Opties zijn dat we de inrichting versoberen, de coördinator lager inschalen of in de huur van de locatie een fasering aanbrengen. Een en ander mag echter geen ingrijpende gevolgen hebben voor de kwaliteit die we willen leveren. Wanneer de beschikbare gelden te krap zijn om goed te kunnen starten, gaan we aanvullende fondswervingsacties opzetten. Een optie is dan een crowdfundingactie om bijdragen van particulieren en lokale organisaties te verkrijgen.

Ledenaantal blijft achter

De grootste uitdaging is dat NOLANO voldoende senioren aanspreekt die de stap zetten naar lidmaatschap. Dit is essentieel omdat een groeiend ledenaantal nodig is om de vereniging na drie jaar financiële zelfstandigheid te geven. We hebben onze verwachtingen al enigszins getemperd door het ledenaantal voorzichtig te begroten op 10% van de doelgroep. Als desondanks het ledenaantal achterblijft bij deze ambitie zullen we een aantal aanvullende maatregelen overwegen zoals:

*“De ledengroei is nogal ambitieus, maar gezien het potentieel moet het mogelijk zijn.”
Hein (65+)*

- Een intensivering van de publiciteit en pr door een speciale ledenwervingsactie op te zetten.
- Het inzetten van ambassadeurs oftewel leden die zich inzetten om via publiciteit en persoonlijke benadering nieuwe leden te werven;
- Het voeren van acties in samenwerking met bedrijven/winkeliers waarbij leden korting krijgen op producten of diensten.
- Een lichte contributieverhoging om een eventueel financieel tekort te dekken.