

# Evaluatie Ontzorgen met Samenkracht 2015-2016

---

Drs. H. Merten, J. Van Essen, MSc., Dr. M.C. De Bruijne

Afdeling sociale geneeskunde-VUmc/Amsterdam Public Health, oktober 2017

      
Amsterdam Public Health

VU medisch centrum 

## **Verantwoording**

VUmc- afdeling Sociale geneeskunde/ Amsterdam Public Health research institute  
Van der Boechorststraat 7, 1081 BT Amsterdam, [www.amsterdamresearch.org](http://www.amsterdamresearch.org)

### *Financiering Samenkracht*

De subsidie voor Samenkracht is verstrekt door ZonMw-de Nederlandse organisatie voor gezondheidsonderzoek en zorginnovatie.

### *Contactpersoon onderzoek*

Mw. Drs. H. Merten

Email: [h.merten@vumc.nl](mailto:h.merten@vumc.nl)

Tel: 020-4446065

©2017 VUmc/APH

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze dan ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteurs. Het gebruik van cijfers en/of tekst als toelichting of ondersteuning in artikelen, boeken en scripties is toegestaan, mits de bron duidelijk wordt vermeld.

## Inhoud

Samenvatting.....	4
1. Inleiding en doelstelling .....	6
1.1 Achtergrond.....	6
1.2 WonenPlus en Samenkracht .....	6
1.3 Doelstelling onderzoek.....	9
1.4 Onderzoeksvragen.....	9
1.5 Leeswijzer rapport.....	9
2. Methoden.....	10
2.1 Studiedesign en selectie van deelnemers .....	10
2.2 Persoonlijk Plan Samenkracht, interviewleidraad en evaluatie .....	11
2.3 Dataverwerking en analyses.....	12
2.4 Beperkingen van het onderzoek .....	13
3. Resultaten analyse Persoonlijk Plan Samenkracht.....	14
3.1 Aantal en achtergrondkenmerken deelnemers .....	14
3.2 Contacten en ontmoetingen .....	16
3.3 Wensen en behoeften .....	16
3.4 Redenen afsluiting Samenkracht.....	17
3.5 Contacten en evaluatie Samenkracht .....	17
3.6 Evaluatie door vrijwilliger .....	20
4. Verdiepende studie .....	21
4.1 Achtergrond deelnemers .....	21
4.2 Gezondheid, ondersteuning en regie .....	21
4.3 Activiteiten Samenkracht .....	22
4.4 Sociale netwerk .....	23
4.5 Evaluatie Samenkracht .....	24
4.6 Tips voor Samenkracht .....	25
5. Evaluatie vrijwilligers.....	26
5.1 Focusgroep consulenten .....	26
5.2 Vragenlijst evaluatie Samenkracht.....	28
6. Conclusies en aanbevelingen .....	32
6.1 Beantwoording onderzoeksvragen .....	32
6.2 Aanbevelingen.....	34

## Samenvatting

### Achtergrond bij het onderzoek

Het aantal zelfstandig wonende ouderen zal in de komende jaren toenemen. Om hen hierin te ondersteunen wordt een grotere inzet van het eigen netwerk van de ouderen verwacht. Maar er zullen ook aanvullende oplossingen nodig zijn voor diegenen die onvoldoende of niet beschikken over een dergelijk netwerk.

WonenPlus heeft een netwerk van welzijnsorganisaties die zich richten op mensen in een kwetsbare positie zoals ouderen, mensen met een beperking en chronisch zieken. Zij bieden verschillende diensten aan om deze mensen te ondersteunen om zo lang mogelijk prettig thuis te kunnen blijven wonen. Samenkracht is een project dat wordt uitgevoerd door acht WonenPlus-organisaties in Noord-Holland. Samenkracht richt zich op het versterken van de eigen kracht en het sociale netwerk van mensen door het vergroten van de zelfredzaamheid in het dagelijks leven, het versterken van de eigen regie over het leven en het uitbreiden van sociale en nuttige contacten. Samenkracht richt zich specifiek op mensen van 65 jaar en ouder, die behoefte hebben aan het uitbreiden van hun contacten, sociale netwerk en/of activiteiten en/of die praktische ondersteuning nodig hebben.

### Opzet van het onderzoek

Deze rapportage beschrijft de evaluatie van de tweede fase van Samenkracht in de periode 2015-2016. Het onderzoek had tot doel om inzicht te krijgen in de condities en voorwaarden voor een succesvolle uitvoering van Samenkracht en bestond uit drie delen. Ten eerste werd een evaluatie uitgevoerd van 423 Persoonlijke Plannen Samenkracht, de werk- en gespreksleidraad die prospectief voor elke deelnemer werd ingevuld gedurende het Samenkracht-traject. Hiermee kon geanalyseerd worden in hoeverre de wensen, doelen en behoeften van de deelnemers gehaald zijn met Samenkracht. Ten tweede zijn er interviews afgenomen bij acht Samenkracht-deelnemers van zeven verschillende WonenPlus-organisaties. Ten derde is er met behulp van een focusgroep en vragenlijsten een evaluatie uitgevoerd onder de consultants en vrijwilligers die betrokken waren bij de uitvoering van Samenkracht.

### Uitkomsten

Bij de beschrijving van de uitkomsten en de interpretatie hiervan moeten een aantal beperkingen van het onderzoek in acht genomen worden. De onderzoekers hebben geen inzicht in de kenmerken van de groep die niet wilde deelnemen aan het onderzoek, de Persoonlijk Plannen zijn veelal samen met de vrijwilliger ingevuld en vertolken mogelijk niet altijd exact de mening van de deelnemer. Tenslotte kunnen de uitkomsten niet zonder meer gegeneraliseerd worden naar andere deelnemers en organisaties vanwege het beperkte aantal Persoonlijke Plannen per organisatie.

Uit de analyse van de 423 Persoonlijke Plannen Samenkracht en de interviews komen een aantal positieve uitkomsten van Samenkracht naar voren. Ten eerste geeft bijna de helft van de deelnemers aan dat zij de bij de start gestelde doelen voor Samenkracht heeft behaald, zoals klusjes in huis laten doen, deelname aan groepsactiviteiten, het uitbreiden van contacten en het verminderen van eenzaamheid. Een tweede bevinding is dat er een toename is van het aantal deelnemers dat na deelname aan Samenkracht aangeeft voldoende mensen te ontmoeten en voldoende contacten te hebben. Een derde bevinding is dat het cijfer wat men voor het eigen leven geeft toenam van een 6,6

naar een 7,1. Tot slot waarderen de deelnemers Samenkracht gemiddeld met een 7,4, een ruime voldoende.

Samenkracht is echter niet voor alle deelnemers een succes. Twaalf procent van de deelnemers geeft aan dat zij weinig hebben gemerkt van Samenkracht. De inspanningen die verricht zijn in het kader van Samenkracht hebben ook niet bij alle deelnemers tot een verandering in de situatie geleid, bijvoorbeeld door fysieke beperkingen van de deelnemer of barrières om contacten met anderen aan te gaan. De contacten met de vrijwilligers werden over het algemeen goed gewaardeerd, maar hier is het voor een deel van de deelnemers bij gebleven, terwijl het eigen netwerk niet is uitgebreid. Wel heeft het sommigen meer inzicht gegeven in hun bestaande netwerk, wat zij als positief punt van Samenkracht benoemden.

Uit de evaluatie onder de consulenten en vrijwilligers komt naar voren dat zij Samenkracht overwegend als positief hebben ervaren. De tijd en aandacht voor deelnemers, de focus op het netwerk en het uitbreiden van het netwerk en de aandacht voor zelfredzaamheid werden als positieve punten benoemd. Door de consulenten werd genoemd dat de voorbereidingstijd voor sommige organisaties te kort en onduidelijk was, mede door de onduidelijkheid rondom de subsidieverstrekking. Ook viel de werving van deelnemers tegen; ondanks alle inspanningen bleef het moeilijk om de doelgroep te bereiken en kwamen er minder doorverwijzingen dan verwacht. De contacten met de eerstelijnszorg zijn een continu punt van aandacht geweest, maar de relatieve onbekendheid van welzijn en Samenkracht bleven belangrijke barrières.

Uit het evaluatieonderzoek kwamen twee hoofdbevindingen naar voren ten aanzien van de uitvoer van Samenkracht. Het Persoonlijk Plan Samenkracht bood als werkdocument een goede basis voor het gesprek tussen deelnemer en vrijwilliger en om de voortgang per deelnemer te volgen. Echter, zowel de deelnemers, als de vrijwilligers en consulenten vonden het Persoonlijk Plan te uitgebreid en niet altijd relevant. Dit stond soms de uitvoer van het project in de weg. Een verdere optimalisatie van het Persoonlijk Plan wordt dan ook door de deelnemers aanbevolen. Hierbij dient een zorgvuldige afweging gemaakt te worden tussen de praktische werkbaarheid van het Persoonlijk Plan enerzijds en de mogelijkheid om hiermee voortgang inzichtelijk te maken en verantwoording af te leggen anderzijds.

De tweede hoofdbevinding betreft het belang van de verdere optimalisatie rondom de selectie van deelnemers. Uit het evaluatieonderzoek bleek dat zowel deelnemers die zichzelf te goed konden redden als deelnemers die te ernstig beperkt werden in hun mogelijkheden onvoldoende voordeel uit het project konden halen. De uitdaging is om een goede balans te vinden tussen de mogelijkheden en behoeften van deelnemers en de mogelijkheden die binnen Samenkracht geboden kunnen worden.

## Conclusie

De resultaten van dit evaluatieonderzoek laten zien dat Samenkracht, met inzet van consulenten en vrijwilligers, tot positieve uitkomsten heeft geleid bij een aanzienlijke groep deelnemers. Deze conclusie ondersteunt het belang van een project als Samenkracht in de huidige vergrijzende samenleving waarin de nadruk steeds meer komt te liggen op het langer zelfstandig thuis wonen.

# 1. Inleiding en doelstelling

## 1.1 Achtergrond

In de komende decennia zal het aantal ouderen in Nederland verder toenemen<sup>1</sup>. De verwachte toename in leeftijd zal ook een stijging van het aantal kwetsbare ouderen tot gevolg hebben. Kwetsbaarheid wordt door het Sociaal Cultureel Planbureau (SCP) als volgt gedefinieerd: *Kwetsbaarheid bij ouderen is een proces van het opeenstapelen van lichamelijke, psychische en/of sociale tekorten in het functioneren dat de kans vergroot op negatieve gezondheidsuitkomsten (functiebeperkingen, opname, overlijden)*<sup>2</sup>. In Nederland zijn er naar schatting 600.000 kwetsbare ouderen, waarbij een verdere toename wordt verwacht<sup>2</sup>. Een groot deel van deze kwetsbare ouderen woont zelfstandig thuis. Naast fysieke kwetsbaarheid, zijn het sociale en psychische domein van kwetsbaarheid ook gerelateerd aan negatieve uitkomsten<sup>3</sup>. In Nederland blijkt ongeveer een kwart van de ouderen sociaal kwetsbaar te zijn, waarbij zij met name een tekort ervaren aan contacten en steun<sup>2</sup>. Daarnaast noemt het rapport dat vooral verweduwden of gescheidenen, degenen met een klein netwerk, de niet-gelovigen en degenen die geen vrijwilligerswerk doen vaak sociaal kwetsbaar zijn of worden. Door een afname van sociale instituten en solidariteit, en een toename van de zelfontwikkeling, wordt de maatschappij individualistischer<sup>4</sup>. De sociale steunnetwerken van met name kwetsbare ouderen komen hiermee verder onder druk te staan. Daarnaast zijn (sociaal geïsoleerde) ouderen niet snel geneigd om hulp of ondersteuning te vragen<sup>5</sup>.

Per 1 januari 2015 is er een aantal ingrijpende wijzigingen doorgevoerd in de langdurige zorg ([www.rijksoverheid.nl](http://www.rijksoverheid.nl)). Hierbij zijn vele taken overgeheveld van het Rijk naar de gemeente. Dit betekent onder meer dat gemeenten in het kader van wet maatschappelijke ondersteuning (WMO) mensen moet ondersteunen bij het zo lang mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen. Uitgangspunt hierbij is dat eerst gekeken wordt naar wat mensen nog zelf kunnen en wat het sociale netwerk om hen heen kan doen. Inmiddels lopen er verschillende evaluaties naar de transitie in de langdurige zorg. Een recent rapport van het SCP beschrijft een literatuurstudie naar factoren die van belang zijn voor het zelfstandig kunnen blijven wonen voor ouderen en mensen met een beperking<sup>6</sup>. Uit dit rapport blijkt dat het zo lang mogelijk behouden van vaardigheden en zelfredzaamheid belangrijk is om zelfstandigheid te behouden. De gezondheidsproblemen en ernst van de ervaren beperkingen spelen hierbij een belangrijke rol. Daarnaast komt het hebben van zowel materiële hulpbronnen (zoals inkomen) en immateriële hulpbronnen (zoals een draagkrachtig sociaal netwerk) naar voren als factor.

## 1.2 WonenPlus en Samenkracht

Dit rapport beschrijft de evaluatie van de tweede fase van het project Samenkracht in 2015-2016. Samenkracht wordt uitgevoerd door verschillende WonenPlus-organisaties. Deze welzijns-organisaties werken met vrijwilligers en bieden verschillende diensten aan gericht op het bevorderen van welzijn en het bieden van ondersteuning. De organisaties richten zich op mensen in een kwetsbare positie zoals ouderen, mensen met een beperking en chronisch zieken. Het doel is om hen te ondersteunen waardoor zij zo lang mogelijk op prettige wijze thuis kunnen blijven wonen. De WonenPlus-organisaties zijn actief in meer dan 20 gemeenten in Noord-Holland. Als mensen gebruik willen maken van de diensten van WonenPlus dient men eerst abonnee te worden. De hoogte van de contributie wordt vastgesteld aan de hand van de financiële draagkracht van de abonnee en bedraagt maximaal enkele euro's per maand.<sup>7</sup> Overige financiering van de diensten en projecten van de WonenPlus-organisaties vindt plaats vanuit de gemeente en door middel van subsidies. De acht

WonenPlus-organisaties zijn aangesloten bij WonenPlus Noord-Holland (WPNH), een koepelorganisatie.

### **Ontwikkeling WonenPlus-diensten**

Vanaf 2010 is er sprake van een accentverschuiving bij WonenPlus van het aanbieden van praktische diensten naar structurele begeleiding en ondersteuning. Deze ontwikkeling sluit aan bij de eerder beschreven veranderingen in de langdurige zorg. Omdat niet alle kwetsbare ouderen een beroep kunnen doen op een eigen sociale netwerk of hier terughoudend in zijn, kunnen de WonenPlus diensten hierin een belangrijke rol vervullen.

In 2010 heeft WonenPlus een subsidie ontvangen vanuit het Nationaal Programma Ouderenzorg (NPO) voor het implementatieproject 'Lang Leve Thuis'.<sup>8</sup> Lang Leve Thuis liep van juni 2011 tot en met maart 2013 en had tot doel om kwetsbare thuiswonende ouderen actief op te sporen en te ondersteunen om hen daarmee in staat te stellen op een prettige manier langer thuis te kunnen blijven wonen. Deze werkwijze van Lang Leve Thuis was erop gericht om deze kwetsbare ouderen te identificeren, hun vertrouwen te winnen en vervolgens actief hulp en ondersteuning te bieden. Lang Leve Thuis was daarmee een uitbreiding van de reguliere werkwijze van WonenPlus met actieve ondersteuning op maat. Uit de evaluatie van dit project (november 2013) bleek dat het goed mogelijk was om met deze werkwijze een kwetsbare groep ouderen te bereiken.<sup>9</sup> Ook liet de evaluatie op een aantal uitkomsten een positieve tendens zien voor het Lang Leve Thuis programma ten opzichte van een controlegroep. De toename van kwetsbaarheid was minder in de Lang Leve Thuis groep, ondanks de slechtere gezondheidstoestand bij de start van het project, de Lang Leve Thuis deelnemers namen vaker aan activiteiten deel en er was een toename van het aantal deelnemers dat niet eenzaam was. Uit de evaluatie onder de deelnemers bleek dat Lang Leve Thuis in een bepaalde behoefte voorziet en dat de meerderheid van de deelnemers positief was over Lang Leve Thuis.

In 2103 werd Samenkracht ontwikkeld als vervolg op Lang Leve Thuis. De eerste fase van het project 'Samenkracht' werd gefinancierd door de Nederlandse Zorgautoriteit (NZa). Deze ronde van Samenkracht is gestart in 2013 en liep door tot juli 2015. Waar bij Lang Leve Thuis vooral sprake was van een intensivering van contact, hulp en ondersteuning op structurele basis aan kwetsbare ouderen, richtte Samenkracht zich nog meer op het uitbreiden van het netwerk van kwetsbare ouderen (75 jaar en ouder) door ook andere organisaties en personen hierbij te betrekken. De 'zorgprestatie' van Samenkracht bestond uit het leveren van alle nodige hulp en ondersteuning en het leggen van verbindingen met de reguliere zorg. De focus lag op het voorkomen van zorg door maximaal gebruik te maken van eigen hulpbronnen: eigen kracht, burens, buurtbewoners, vrijwilligers en anderen. Hiermee wilde WonenPlus door middel van Samenkracht bijdragen aan een hogere kwaliteit van welbevinden bij deelnemers.

### **Evaluatie eerste fase Samenkracht (2013-2015)**

Door het VUmc/EMGO+ is een evaluatieonderzoek uitgevoerd van deze eerste fase van Samenkracht.<sup>10</sup> Het onderzoek had tot doel om inzicht te verschaffen in de ontwikkeling van het sociale- en zorgnetwerk van thuiswonende kwetsbare ouderen en de mogelijke invloed van Samenkracht hierop.

In dit kwalitatieve onderzoek werden 37 thuiswonende kwetsbare ouderen die deelnamen aan Samenkracht op twee momenten geïnterviewd, namelijk kort na de start en een jaar later. Ook werd

er halverwege het project een expertbijeenkomst georganiseerd. Tijdens de interviews met deelnemers werd ingegaan op de samenstelling van het sociale- en zorgnetwerk, de activiteiten waaraan de ouderen deelnemen, de ontwikkeling van het zorggebruik en tot slot een aantal uitkomsten op het gebied van kwaliteit van leven, eenzaamheid, regie en coördinatie. De uitkomsten van dit onderzoek lieten zien dat Samenkracht voor een substantieel aantal geïnterviewde deelnemers een toegevoegde waarde had, er waren ook deelnemers die weinig tot niets van Samenkracht hadden gemerkt. De toegevoegde waarde van Samenkracht uitte zich in een uitbreiding van het netwerk, het gevoel hebben ergens op terug te kunnen vallen, deelname aan activiteiten, een stok achter de deur hebben en praktische hulp en ondersteuning. De deelnemers legden zelf vaak niet de verbinding tussen eventuele veranderingen in hun situatie en de activiteiten die werden aangeboden vanuit Samenkracht.

Uit de evaluatie kwamen een aantal aanbevelingen naar voren voor de verdere ontwikkeling van Samenkracht, namelijk:

- Bij de *selectie van nieuwe deelnemers* was de aanbeveling om de behoefte en hulpvraag voorafgaand aan de start te verhelderen en om kritisch te kijken of dit binnen de mogelijkheden van Samenkracht past. Ook werd aanbevolen om de minimale leeftijd voor deelname te verlagen van 75 jaar en ouder naar 65 jaar en ouder zodat mensen in een eerder stadium aan hun netwerk kunnen gaan bouwen. Ten aanzien van de selectie werd tot slot aanbevolen om de zichtbaarheid van Samenkracht te vergroten bij de deelnemers zodat zij weten waar ze aan deelnemen, met wie zij contact op kunnen nemen en welk doel Samenkracht dient.
- Ten aanzien van de *uitvoer en doorstroom* van Samenkracht was de aanbeveling om deelnemers ook daadwerkelijk uit te schrijven zodra zij geen gebruik meer (willen) maken van de diensten. Het meer betrekken van het eigen netwerk van de deelnemer, het betrekken van de eerstelijnszorg en het vergroten van de continuïteit in betrokken vrijwilligers kwamen ook naar voren als aanbevelingen voor de uitvoer van Samenkracht.
- Tot slot werden er aanbevelingen gedaan ten aanzien van *registratie en dossiervoering*. Door een gebrek aan eenduidigheid in dossiervoering konden eventuele effecten van Samenkracht niet eenduidig inzichtelijk gemaakt worden.

### Vervolg Samenkracht (2015-2016)

Om het project in 2015/2016 voort te zetten en verder uit te werken heeft WonenPlus Noord-Holland een subsidieaanvraag ingediend bij ZonMw. Daarbij werd ingezet op de verdere verbetering en continuïteit voor deelnemers van Samenkracht en de registratie volgens een gestructureerd Persoonlijk Plan Samenkracht. De aandacht moest hierbij ook specifiek uitgaan naar verdere samenwerking met de eerstelijnsgezondheidszorg en gemeenten en het toewerken naar reguliere/structurele bekostiging. Samenkracht is binnen de toegekende subsidie een dienst die wordt geleverd door alle acht WonenPlus-organisaties. Samenkracht richt zich in deze nieuwe fase nog steeds op het versterken van de eigen kracht en het sociale netwerk van mensen die zich in een kwetsbare positie bevinden. Het doel is dat mensen zelfstandiger door het leven kunnen gaan en (langer) zelfstandig kunnen blijven wonen. De speerpunten richten zich op zelfredzaamheid in het dagelijks leven, eigen regie over het leven en het uitbreiden van sociale en nuttige contacten. Samenkracht richt zich op mensen van 65 jaar en ouder, die behoefte hebben aan het uitbreiden van



hun contacten, sociale netwerk en/of activiteiten en/of die praktische ondersteuning nodig hebben.<sup>11</sup>

### **1.3 Doelstelling onderzoek**

Het doel van het huidige onderzoek is om inzicht te krijgen in de condities en voorwaarden voor een succesvolle uitvoering van de tweede fase van Samenkracht (2015-2016). Het onderzoek bestaat uit drie delen:

- Inzichtelijk maken van de kenmerken, wensen en doelen van de deelnemers en evaluatie van Samenkracht op basis van het Persoonlijk Plan Samenkracht;
- Verdieping in hoe deelnemers Samenkracht hebben ervaren op basis van interviews.;
- Inventariseren hoe de consultants en vrijwilligers Samenkracht hebben ervaren en welke punten ter verbetering zij zien.

### **1.4 Onderzoeksvragen**

Voor dit onderzoek zijn onderzoeksvragen geformuleerd die aansluiten bij de verschillende onderdelen van het onderzoek.

Analyse Persoonlijk Plan Samenkracht:

- In hoeverre kunnen met Samenkracht de vooraf gestelde wensen, doelen en behoeften bereikt worden bij de deelnemers?
- Hoe hebben de deelnemers Samenkracht ervaren?

Verdiepende interviews met enkele deelnemers aan Samenkracht:

- Hoe hebben de deelnemers Samenkracht ervaren en welke ontwikkelingen hebben zij waargenomen in hun eigen activiteiten en hun sociale netwerk?

Evaluatie onder consultants en vrijwilligers:

- Hoe hebben de betrokken consultants en vrijwilligers vanuit de betrokken WonenPlus-organisaties Samenkracht ervaren?

### **1.5 Leeswijzer rapport**

In hoofdstuk twee van dit rapport worden de methoden beschreven die bij dit onderzoek gebruikt zijn. Hoofdstuk drie toont de resultaten van het onderzoek op basis van het Persoonlijk Plan. Vervolgens worden in hoofdstuk vier de resultaten van de verdiepende interviews met acht deelnemers beschreven. Hoofdstuk vijf bevat de uitkomsten van de evaluatie van Samenkracht onder de consultants en vrijwilligers. In hoofdstuk zes worden tenslotte de onderzoeksvragen beantwoord gevolgd door een aantal aanbevelingen op basis van de bevindingen van dit evaluatieonderzoek.

## 2. Methoden

### 2.1 Studiedesign en selectie van deelnemers

#### Analyse Persoonlijk Plan Samenkracht

Alle deelnemers aan Samenkracht hebben gedurende het traject het Persoonlijk Plan Samenkracht prospectief ingevuld, al dan niet samen met een vrijwilliger. Van oktober 2015 tot en met december 2016 werd deelnemers aan het nieuwe project Samenkracht gevraagd of zij ook deel wilden nemen aan het evaluatieonderzoek. Deelname hield in dat de gegevens die verzameld werden in het Persoonlijk Plan Samenkracht ook gebruikt werden voor de evaluatie van het project. Deelname aan het onderzoek is tijdens het startgesprek met de deelnemer besproken door een consulent of vrijwilliger van WonenPlus. Hierbij werd een toelichting gegeven op het doel van het onderzoek en ontving men een schriftelijke toelichting. Indien men bereid was tot deelname werd een schriftelijk toestemmingsformulier getekend dat door WonenPlus bewaard wordt. De gegevens uit het Persoonlijk Plan werden anoniem aangeleverd bij de onderzoekers om de privacy van de deelnemers te beschermen. Omdat de onderzoekers geen inzicht hadden in het proces van het benaderen van deelnemers voor het onderzoek zijn er geen gegevens beschikbaar over het responspercentage en representativiteit van de deelnemers.

Deelnemers van Samenkracht zijn veelal 65 jaar en ouder en/of bevinden zich in een specifieke kwetsbare positie. Deze kwetsbare positie kan bijvoorbeeld ontstaan omdat men geen of een zeer beperkt sociaal netwerk heeft, omdat er geen contact is met kinderen of omdat zij ver weg wonen, omdat er beperkte financiële middelen zijn of iemand fysieke beperkingen heeft. De Persoonlijke Plannen voor dit evaluatieonderzoek zijn door zeven van de acht WonenPlus-organisaties aangeleverd, één organisatie kon geen Persoonlijke Plannen aanleveren omdat Samenkracht hier onvoldoende van de grond kwam. Eén van de belangrijkste factoren was dat bij de start de samenwerking met andere organisaties in de gemeenten onvoldoende ontwikkeld was om tot een goede uitvoer te kunnen komen. De WonenPlus-organisaties die Persoonlijke Plannen voor het onderzoek hebben aangeleverd zijn:

- WonenPlus Welzijn
- Regionale Stichting WonenPlus
- Welzijn Bloemendaal
- Welzijn Bergen
- WonenPlus Alkmaar
- Welzijn Heiloo
- Welzijn Stede-Broec

#### Interviewstudie

Aan elk van de deelnemende WonenPlus-organisaties is gevraagd om één of twee deelnemers van Samenkracht te benaderen voor deelname aan een verdiepend interview. Omwille van de privacy van de potentiële deelnemers zijn zij benaderd door de WonenPlus-organisaties. Hierbij kregen potentiële deelnemers een toelichting op dit verdiepende onderzoek en ontvingen zij schriftelijke informatie. Indien zij bereid waren tot deelname vulden ze een schriftelijk toestemmingsformulier in wat rechtstreeks naar de onderzoekers werd opgestuurd. Vervolgens nam een onderzoeker contact

op met de deelnemer om een interview in te plannen. In totaal zijn acht deelnemers van zeven verschillende WonenPlus-organisaties geïnterviewd door een onderzoeker.

### **Vragenlijsten onder consulenten en vrijwilligers WonenPlus**

De evaluatie onder vrijwilligers en consulenten bestond uit twee onderdelen, een focusgroep met consulenten van de betrokken WonenPlus-organisaties en een vragenlijst voor vrijwilligers en voor consulenten. De focusgroep en het vragenlijstonderzoek werden afgenomen na afloop van de data-verzameling onder deelnemers in de periode maart-juni 2017.

## **2.2 Persoonlijk Plan Samenkracht, interviewleidraad en evaluatie**

### **Persoonlijk Plan Samenkracht**

Het Persoonlijk Plan Samenkracht is ontwikkeld door WonenPlus en vanuit onderzoeksoogpunt afgestemd met de onderzoekers. Het Persoonlijk Plan werd gebruikt als gespreksleidraad door de vrijwilligers tijdens de contacten met de deelnemers en werd prospectief ingevuld. Een ander doel van het gebruik van het Persoonlijk Plan was het uniformeren van de registratie, het inzichtelijk maken van de wensen en doelen van deelnemers en in hoeverre deze werden behaald.

Het Persoonlijk Plan Samenkracht bestond uit verschillende delen:

Bij de start:

Deel 1: Persoonlijke gegevens (niet voor onderzoek)

Deel 2: Deelname Samenkracht, achtergrondgegevens, gezondheid, sociale contacten, kwaliteit van leven, wensen en doelen.

Deel 3: Zelfredzaamheid, potentieel toegevoegde waarde Samenkracht

Evaluatie bij afsluiting:

Deel 4: Reden afsluiting, eventuele veranderingen ten opzichte van de start, contacten, kwaliteit van leven, zelfredzaamheid, evaluatie Samenkracht

Evaluatie van Samenkracht bij deze deelnemer door vrijwilliger.

### **Interviewleidraad**

De interviewleidraad is doorontwikkeld op basis van het eerder uitgevoerde onderzoek tijdens de eerste fase van Samenkracht<sup>12</sup>. Het interview bestond uit drie verschillende semi-gestructureerde delen:

- Achtergrondkenmerken deelnemers
- Ondersteuning en zorg
- Sociale netwerk

### **Evaluatie onder vrijwilligers en consulenten**

De focusgroep vond plaats op 14 maart 2017 voorafgaand aan een thematische bijeenkomst over Samenkracht. Bij de focusgroep waren 13 consulenten en medewerkers van de verschillende WonenPlus-organisaties aanwezig. Tijdens de focusgroep werden de volgende onderwerpen met de deelnemers besproken:

- Ervaringen ten aanzien van de voorbereidingen voor Samenkracht
- Verloop werving van deelnemers
- Gebruik Persoonlijk Plan Samenkracht
- Samenwerking met gemeente en eerstelijnszorg

- Ervaring met thematische bijeenkomsten
- Toekomst voor Samenkracht

Vervolgens werd er een vragenlijst uitgezet onder de consultants en vrijwilligers betrokken bij Samenkracht. Deze vragenlijst werd ingevuld door één consultant van alle acht de WonenPlus-organisaties en door 23 vrijwilligers (minimaal 1 per WonenPlus-organisatie). De respons onder de consultants is hiermee 100%, voor de vrijwilligers kan er geen uitspraak gedaan worden over de respons omdat vrijwilligers direct benaderd zijn door de consultants.

De vragenlijst voor consultants bestond uit de volgende onderdelen:

- Werving deelnemers Samenkracht
- Werving deelnemers voor evaluatieonderzoek
- Ervaring met voorbereiding, uitvoer en Persoonlijk Plan Samenkracht
- Positieve en verbeterpunten voor Samenkracht
- Wat Samenkracht heeft opgeleverd
- Ervaringen contacten met andere consultants van WonenPlus
- Samenwerking met andere organisaties
- Toekomst van Samenkracht

De vragenlijst voor vrijwilligers bestond uit de volgende onderdelen:

- Ervaringen met uitvoer Samenkracht en het gebruik van het Persoonlijk Plan Samenkracht
- Positieve en verbeterpunten voor Samenkracht
- Contacten met deelnemers: ondernomen activiteiten, ervaringen deelnemers, succes- en faalfactoren voor deelnemers
- Ervaringen contacten en ondersteuning consultants WonenPlus
- Toekomst van Samenkracht

## 2.3 Dataverwerking en analyses

### Persoonlijk Plan Samenkracht

De data zijn digitaal aangeleverd bij de onderzoekers via beveiligde PDF-bestanden. De data zijn ingevoerd met behulp van Blaise en vervolgens omgezet naar SPSS. De beschrijvende analyses zijn uitgevoerd met behulp van SPSS. De verandering in het cijfer voor het eigen leven is getest met een t-toets voor gepaarde metingen (voor-na). Hierbij is een significantieniveau van  $p < 0,05$  aangehouden.

### Interviews

De interviews met de deelnemers zijn opgenomen en letterlijk getranscribeerd. Op basis van de topiclist en de onderzoeksvragen zijn voorafgaand aan de analyses de onderwerpen van interesse opgesteld. De interviews zijn vervolgens thematisch samengevat en geanalyseerd. In dit rapport zijn enkele quotes van de deelnemers opgenomen ter illustratie van de bevindingen.

### Evaluatie consultants en vrijwilligers

De focusgroep is opgenomen met audio en letterlijk getranscribeerd. De uitkomsten zijn vervolgens per onderwerp samengevat. De vragenlijsten onder consultants en vrijwilligers zijn ingevoerd in Excel en per subvraag samengevat en geanalyseerd.

## 2.4 Beperkingen van het onderzoek

Het huidige onderzoek kent een aantal beperkingen die van belang zijn bij de interpretatie van de bevindingen. De eerste beperking hangt samen met de selectie van de deelnemers. Om de privacy van potentiële deelnemers te beschermen en om de praktische uitvoerbaarheid te vergroten heeft het vragen van toestemming tijdens het startgesprek met de deelnemer plaatsgevonden. Praktisch gezien hield dit in dat de consulent of vrijwilliger van WonenPlus toestemming voor deelname aan het onderzoek vroeg. De onderzoekers hebben hierdoor geen inzicht in de redenen voor het niet-deelnemen aan het onderzoek en kunnen geen vergelijking maken met de mensen die hebben afgezien van deelname aan het onderzoek. De deelnemers aan de interviews zijn ook via de betrokken WonenPlus-organisaties geworven. Het doel van deze verdiepende studie was om te illustreren hoe enkele deelnemers Samenkracht ervaren hebben en welke mogelijke veranderingen in hun persoonlijke situatie hierdoor mogelijk is opgetreden. De verdiepende studie kan door de kleine aantallen niet zonder meer gegeneraliseerd worden naar andere deelnemers.

Een tweede kanttekening van belang voor de interpretatie van de uitkomsten is dat de Persoonlijke Plannen veelal gezamenlijk zijn ingevuld door de deelnemer met een consulent/vrijwilliger. Hiervoor waren twee hoofdredenen. Ten eerste was het voor de deelnemers lastig om het Persoonlijk Plan (geheel) zelfstandig in te vullen vanwege hun leeftijd. Ten tweede was het Persoonlijk Plan opgezet als een werkdocument voor het Samenkracht-traject en gebruikten de consulenten/vrijwilligers het Persoonlijk Plan tijdens de gesprekken en werd het meteen ingevuld. Het risico bestaat echter dat deelnemers hierdoor eerder geneigd waren om wenselijke antwoorden te geven, bijvoorbeeld ten aanzien van de evaluatie van Samenkracht of het behalen van wensen en doelen.

Een derde kanttekening is dat de Persoonlijke Plannen vaak niet volledig ingevuld waren, waardoor er relatief veel missende waarde in de data zitten. Dit geldt in het bijzonder voor de zelfredzaamheidsmatrix<sup>13</sup>: een substantieel deel van de deelnemers heeft deze matrix niet volledig ingevuld omdat zij bepaalde vragen niet begrepen of niet van toepassing vonden, dit gold met name voor het onderwerp verslaving en justitie. Het was daarom niet mogelijk om een gemiddelde totaalscore voor zelfredzaamheid te berekenen.

Tot slot was er een groot verschil in het aantal deelnemers per organisatie, het aantal bruikbare aangeleverde persoonlijke plannen per organisatie lag tussen de 17 en 210. Hierdoor geeft deze evaluatie geen evenwichtig beeld van Samenkracht in het geheel, maar meer van de enkele organisaties die aanzienlijke aantallen deelnemers hebben aangeleverd voor het onderzoek.

### 3. Resultaten analyse Persoonlijk Plan Samenkracht

#### 3.1 Aantal en achtergrondkenmerken deelnemers

In Tabel 3.1 wordt het aantal aangeleverde bruikbare Persoonlijke Plannen per organisatie aangegeven. Het aantal aangeleverde Persoonlijke Plannen per organisatie loopt uiteen van 17 tot 210. In totaal zijn er 22 deelnemers die jonger zijn dan 65 jaar, 42 deelnemers hebben hun leeftijd niet ingevuld. Van 359 deelnemers is het zeker dat zij 65 jaar of ouder zijn, dit is de primaire doelgroep voor Samenkracht.

**Tabel 3.1: Aantal Persoonlijke Plannen per WonenPlus-organisatie voor gehele groep en deelnemers waarvan het zeker is dat ze 65 jaar of ouder zijn.**

Organisatie	Totaal	≥65 jaar
WonenPlus Welzijn	210	178
Regionale Stichting WonenPlus	21	16
Welzijn Bloemendaal	44	41
Welzijn Bergen	68	55
WonenPlus Alkmaar	22	22
Welzijn Heiloo	41	35
Welzijn Stede-Broec	17	12
Totaal	423	359

Van de 423 deelnemers hebben er 110 (26%) aangegeven zich op eigen initiatief aangemeld te hebben voor Samenkracht. 35 deelnemers (8%) zijn aangemeld via een WMO-consulent en 35 deelnemers (8%) via een sociaal team. Veelvoorkomende redenen voor deelname waren: uitbreiden van het netwerk, meer activiteiten willen ondernemen, sociale contacten/vermindere van eenzaamheid, praktische hulp en ondersteuning, fijn om achter de hand te hebben, iets voor anderen willen betekenen of omdat het gevraagd werd.

In Tabel 3.2 worden de achtergrondkenmerken van de deelnemers getoond. De achtergrondkenmerken zijn getoond voor de gehele groep deelnemers (n=423) en voor de 359 deelnemers van waarvan zeker is dat zij 65 jaar en ouder zijn. De meerderheid van de deelnemers is vrouw en de helft van de deelnemers is verweduwd. In beide groepen woont 84% van de deelnemers zelfstandig alleen en heeft ongeveer driekwart kinderen. Slechts een beperkt aantal deelnemers geeft aan een mantelzorger te hebben. De gezondheid wordt veelal als redelijk beoordeeld en het gemiddelde cijfer voor het leven ligt rond de 6,6. Er zijn weinig verschillen zichtbaar tussen de gehele groep deelnemers en alleen de deelnemers van 65 jaar ouder op de achtergrondkenmerken. In de overige delen van dit hoofdstuk worden de resultaten daarom niet apart gepresenteerd.

Tabel 3.2: Achtergrondkenmerken van deelnemers

Aantal deelnemers	Totaal (N=423)	≥65 jaar (N=359)
Geslacht: Aantal (%) vrouw	330 (78)	282 (79)
Gemiddelde leeftijd (jaar, sd, range)	78,7 (10; 30-101)	80,3 (7,6; 65-101)
Burgerlijke staat, hoofdcategorieën (aantal, % kolom)		
• Gehuwd	48 (11)	42 (12)
• Weduwe	212 (50)	190 (53)
• Weduwnaar	41 (10)	33 (9)
• Ongehuwd	65 (15)	47 (13)
• Anders of missing	57 (14)	47 (13)
Woonsituatie, hoofdcategorieën (aantal, % kolom)		
• Zelfstandig alleen	356 (84)	301 (84)
• Zelfstandig met partner	41 (10)	37 (10)
• Anders of missing	26 (6)	21 (6)
Aantal (%) deelnemers met kinderen	311 (74)	277 (77)
Aantal (%) deelnemers met mantelzorger	70 (17)	63 (18)
Aantal (%) deelnemers met een langdurige ziekte, aandoening of handicap	335 (80)	289 (81)
Hoe vaak huisartsbezoek (aantal,% kolom)		
• > 1x per maand	70 (17)	61 (17)
• < 1x per maand	169 (40)	140 (39)
• Zelden	140 (33)	117 (33)
• Missing	44 (10)	41 (11)
Aantal deelnemers (% kolom) met:		
• Hulp bij het huishouden	290 (69)	253 (71)
• Thuiszorg	115 (27)	106 (30)
• Dagopvang/dagbehandeling	13 (3)	8 (2)
• Deelname aan georganiseerde activiteiten	192 (45)	165 (46)
• Voorzieningen vanuit gemeente	151 (36)	134 (37)
Beoordeling eigen gezondheid (aantal, % kolom)		
• Uitstekend	9 (2)	7 (2)
• Erg goed	21 (5)	20 (6)
• Goed	93 (22)	76 (21)
• Redelijk	198 (47)	168 (47)
• Slecht	60 (14)	54 (15)
• Missend	42 (10)	34 (9)
Gemiddeld cijfer leven (sd, range)	6,6 (1,5; 0-10)	6,5 (1,5; 0-10)

### 3.2 Contacten en ontmoetingen

In het Persoonlijk Plan werd gevraagd naar contacten en ontmoetingen van deelnemers en of zij behoefte hebben aan meer contacten. In Tabel 3.3 staat beschreven welke contacten de deelnemers hebben. Het gaat hierbij om ontmoetingen met mensen die niet bij de deelnemer in huis wonen en om minimaal een kort gesprek.

Tabel 3.3: Verdeling van contacten en ontmoetingen die de deelnemers hebben

Contact N=423		Iedere week	2x per maand	1x per maand	Minder	Zelden	Nooit	N.v.t.	Missing	Totaal
Uw kinderen	n	184	55	38	27	8	14	76	21	423
	%	44	13	9	6	2	3	18	5	100
Uw kleinkinderen	n	65	43	53	66	33	18	112	33	423
	%	15	10	12	16	8	4	27	8	100
Uw (schoon)familie	n	44	36	43	56	52	58	89	45	423
	%	10	9	10	13	12	14	21	11	100
Vrienden/ goede kennissen	n	100	61	66	45	41	35	37	38	423
	%	23	14	16	11	10	8	9	9	100
Buren/mensen uit de straat	n	169	40	42	31	63	33	9	36	423
	%	40	10	10	7	15	8	2	9	100
Vrijwilligers	n	41	21	33	28	31	70	148	51	423
	%	10	5	8	7	7	16	35	12	100
Hulpverleners	n	111	18	20	27	26	52	119	50	423
	%	26	4	5	6	6	12	28	12	100

Vervolgens werd gevraagd of men voldoende contacten had of dit graag uit wilde breiden. Tabel 3.4 geeft hiervan een overzicht. Er konden meerdere opties worden aangekruist.

Tabel 3.4: Behoeftte aan contacten en ontmoetingen van de deelnemers bij de start (meerdere antwoorden mogelijk)

Heeft u voldoende contacten en ontmoetingen?	Aantal (N=423)	Percentage
Ja, ik ontmoet voldoende mensen	169	40
Nee, ik zou de mensen die ik goed ken vaker willen ontmoeten	75	18
Nee, ik zou meer nieuwe mensen willen ontmoeten	210	50
Ik zou minder vaak mensen willen ontmoeten	3	1

### 3.3 Wensen en behoeften

In het Persoonlijk Plan gaven de deelnemers aan welke wensen en behoeften zij hadden ten aanzien van Samenkracht. Veel genoemde wensen en behoeften waren:

- Deelname aan activiteiten in dorp of stad
- Behoeftte om aantal contacten uit te breiden
- Verminderen van eenzaamheid
- Samen wandelen
- Benaderen van andere vrijwilligersorganisatie voor hulp en ondersteuning



- Vervoer door WonenPlus
- Tuinonderhoud door WonenPlus
- Klusjes in huis door WonenPlus, praktische hulpvragen
- Samen koken en eten

Van de 423 Persoonlijke Plannen waren er 39 (9%) volledig zelfstandig door de deelnemer ingevuld. 294 (70%) van de Persoonlijke Plannen was gezamenlijk met iemand anders ingevuld, veelal met de vrijwilliger, stagiair of consultant van Samenkracht. 67 (16%) Plannen werden volledig door iemand anders ingevuld, en bij 23 (5%) Plannen was deze vraag niet ingevuld.

### 3.4 Redenen afsluiting Samenkracht

Bij de afsluiting van Samenkracht werd gevraagd wat de reden hiervoor was, in Tabel 3.5 is hiervan een overzicht opgenomen.

Tabel 3.5: Redenen voor afsluiting Samenkracht gegeven door de deelnemers

Reden afsluiting Samenkracht	Aantal	Percentage
De gestelde doelen zijn gehaald	201	48
Evaluatie in verband met einde project	82	19
Deelnemer wil stoppen	38	9
Deelnemer gaat verder bij een andere organisatie	9	2
Deelnemer wordt opgenomen in verzorgingshuis of andere intramurale instelling	5	1
Anders	65	15
Missing	23	5
Totaal	423	100

Bij de afsluiting gaven 214 deelnemers (51%) aan dat er een verandering is opgetreden in de activiteiten die men onderneemt ten opzichte van de start van Samenkracht. Voorbeelden zijn dat men deelneemt aan georganiseerde activiteiten, samen met een maatje activiteiten buitenshuis onderneemt of deelnemers die zelf vrijwilligerswerk zijn gaan doen. Er zijn echter ook deelnemers die, vaak vanwege lichamelijke achteruitgang, minder activiteiten kunnen ondernemen. Bij 86 deelnemers (20%) zijn er veranderingen in de gezondheid opgetreden ten opzichte van de start, bij de overgrote meerderheid van deze groep is de gezondheid achteruit gegaan, lichamenlijk en/of geestelijk.

### 3.5 Contacten en evaluatie Samenkracht

Bij de afsluiting is nogmaals aan de deelnemers gevraagd of zij vinden dat zij voldoende contacten hebben. In onderstaande tabel zijn zowel de aantallen bij de start en de afsluiting van Samenkracht opgenomen. De cijfers laten een toename van 40% naar 69% zien in deelnemers die voldoende mensen ontmoeten. Het percentage deelnemers dat meer nieuwe mensen zou willen ontmoeten neemt af van 50% naar 16%.

Tabel 3.6: Behoeftte aan contacten en ontmoetingen bij de afsluiting van Samenkracht (meerdere antwoorden mogelijk)

Heeft u voldoende contacten en ontmoetingen?	Start		Afsluiting	
	Aantal	%	Aantal	%
Ja, ik ontmoet voldoende mensen	169	40	293	69
Nee, ik zou de mensen die ik goed ken vaker willen ontmoeten	75	18	31	7
Nee, ik zou meer nieuwe mensen willen ontmoeten	210	50	68	16
Ik zou minder vaak mensen willen ontmoeten	3	1	3	1

Bij de afsluiting werd de deelnemers wederom gevraagd om een cijfer voor het leven te geven. In Tabel 3.7 is te zien dat er bij de afsluiting gemiddeld een 7,0 gegeven werd ten opzichte van een 6,6 bij de start van Samenkracht. Er waren 339 deelnemers die op beide momenten een cijfer hebben gegeven voor hun eigen leven, het gemiddelde cijfer lag in deze groep bij de afsluiting van Samenkracht significant hoger dan bij de start (7,1 versus 6,6;  $t(338)=6,9$ ,  $p<0,001$ ). De evaluatie van Samenkracht door de deelnemers laat zien dat men gemiddeld een 7,4 aan het project gaf. Ook heeft de helft van de deelnemers aangegeven de vooraf gestelde doelen behaald te hebben en bij 43% van de deelnemers is het sociale/steunnetwerk uitgebreid met behulp van Samenkracht. Voor 20% van de deelnemers is er contact geweest met de eerstelijnszorg.

Tabel 3.7: Evaluatie van Samenkracht door de deelnemers en behaalde doelen

Evaluatie Samenkracht	N=423
Gemiddeld cijfer voor het leven (sd; range)	7,0 (1,2; 1-10)
Gemiddeld cijfer Samenkracht (sd; range)	7,4 (1,1; 2-10)
Cijfer Samenkracht (aantal, % kolom)	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Onvoldoende</li> <li>• Voldoende</li> <li>• Missing</li> <li>• Totaal</li> </ul>	16 (4) 294 (70) 113 (26) 423 (100)
Wensen en doelen start behaald (aantal, % kolom)	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nee</li> <li>• Ja</li> <li>• Deels</li> <li>• Missing</li> <li>• Totaal</li> </ul>	73 (17) 213 (50) 96 (23) 41 (10) 423 (100)
Sociale/steunnetwerk uitgebreid (aantal, % kolom)	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nee</li> <li>• Ja</li> <li>• Deels</li> <li>• Missing</li> <li>• Totaal</li> </ul>	128 (30) 180 (43) 79 (19) 36 (8) 423 (100)
Contacten met eerstelijnszorg geweest (aantal, % kolom)	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nee</li> <li>• Ja</li> <li>• Missing</li> <li>• Totaal</li> </ul>	209 (49) 83 (20) 131 (31) 423 (100)

Bij de 16 deelnemers die een onvoldoende hebben gegeven voor Samenkracht is gekeken naar de toelichting die men hierbij gaf. Hierbij werd vooral aangegeven dat men weinig had gemerkt van Samenkracht, deelnemers voelden zich onvoldoende geholpen. 113 deelnemers hebben geen cijfer gegeven voor Samenkracht. Een deel van deze deelnemers heeft wel een toelichting ingevuld, maar hier kwam geen eenduidig positief of negatief beeld uit naar voren. Sommigen gaven aan niets te hebben gemerkt van Samenkracht en anderen noemden juist de fijne ondersteuning die zij hebben ontvangen. Bij de deelnemers die een voldoende hebben gegeven gaven zij als toelichting dat ze het ondernemen van activiteiten prettig vonden, evenals de extra steun om op terug te vallen, de gezelligheid en de contacten, de praktische ondersteuning, de aandacht voor het versterken van de eigen kracht en de aardige vrijwilligers. 73 deelnemers geven aan dat zij de wensen en doelen zoals geformuleerd bij de start van Samenkracht niet hebben behaald. Bij 15 van deze deelnemers wordt er wel een verandering ten opzichte van de start aangegeven in de activiteiten die men onderneemt en 8 mensen hebben hun contacten/netwerk uitgebreid. Ondanks dat de wensen en doelen niet behaald zijn, geven 15 deelnemers wel aan dat zij door Samenkracht het gevoel hebben ergens terecht te kunnen. Bij 28 deelnemers uit deze groep is er sprake van een achteruitgang in de gezondheid, wat een mogelijke verklaring is voor de constatering dat zij de vooraf gestelde doelen niet behaald hebben. Een tweede verklaring is dat 38 deelnemers uit deze groep aangeven dat zij weinig hebben gemerkt van Samenkracht.

In het Persoonlijk Plan was tevens een vraag opgenomen met hoe de deelnemer Samenkracht voor zijn situatie zou omschrijven. Deze worden weergegeven in Tabel 3.8.

Tabel 3.8: Omschrijving Samenkracht door deelnemers, meerdere antwoorden mogelijk

Omschrijving	Aantal 'ja' (N=423)	Percentage (van N=423)
Ik heb door Samenkracht nieuwe contacten opgedaan	162	38
Ik heb door Samenkracht het gevoel ergens terecht te kunnen	150	36
Ik neem door Samenkracht vaker deel aan activiteiten	105	25
Ik voel mij door Samenkracht minder of minder vaak eenzaam	96	23
Ik voel mij door de ondersteuning van Samenkracht prettiger thuis	60	14
Ik heb door Samenkracht contacten met mensen die ik al kende versterkt	56	13
Ik heb door Samenkracht meer contacten met mensen uit mijn eigen buurt	53	13
Ik heb door Samenkracht het gevoel dat ik langer thuis kan blijven wonen	55	13
Ik voel mij ondernemender door Samenkracht	51	12
Ik heb weinig gemerkt van Samenkracht	52	12
Ik voel mij door Samenkracht veiliger thuis	21	5
Ik ben door Samenkracht zelf ook vrijwilligerswerk gaan doen bij WonenPlus of ergens anders	18	4

De meest aangegeven omschrijving is dat men door Samenkracht nieuwe contacten heeft opgedaan (38%) en het gevoel heeft ergens terecht te kunnen (36%). Vaker deelnemen aan activiteiten en minder of minder vaak eenzaam voelen wordt door bijna een kwart van de deelnemers aangegeven als omschrijving van Samenkracht in hun situatie. Twaalf procent van de deelnemers geeft aan weinig te hebben gemerkt van Samenkracht.

### **3.6 Evaluatie door vrijwilliger**

In elk Persoonlijk Plan was ruimte beschikbaar voor de vrijwilliger om terug te kijken op het individuele traject met de deelnemer. Eén van de vragen hierbij was of de vrijwilliger van mening was dat het Samenkracht-traject waardevol was geweest voor de betreffende deelnemer. Bij 328 deelnemers (78%) gaf de vrijwilliger aan dat dit inderdaad het geval was, bij 52 deelnemers (12%) was dit niet het geval. Bij de overige deelnemers was deze vraag niet ingevuld. Redenen dat Samenkracht volgens de vrijwilliger niet zinvol was geweest waren onder meer: de deelname was te kort, achteruitgang van de gezondheid waardoor doelen niet behaald konden worden, deelnemer stond niet open voor de contacten of nam geen initiatief en onrealistische wensen en doelen. Bij 62 deelnemers (15%) gaven de vrijwilligers aandachts- of verbeterpunten aan voor het traject dat zij met de deelnemer doorlopen hadden. Het meest genoemde punt was het Persoonlijk Plan, dit was volgens deze vrijwilligers te uitgebreid en stond een succesvol traject in de weg.

## 4. Verdiepende studie

### 4.1 Achtergrond deelnemers

Aan de verdiepende interviewstudie hebben 8 deelnemers van Samenkracht uit 7 WonenPlus-organisaties deelgenomen. Zeven van hen zijn vrouw, allen woonden ten tijde van het interview zelfstandig en alleen. Over het algemeen willen zij ook graag in hun huidige huis blijven wonen omdat ze hier vaak al lange tijd wonen en mensen in de omgeving kennen. De leeftijd van de deelnemers aan het interview lag tussen de 71 en 94 jaar. De meerderheid van deze deelnemers was weduwe of weduwnaar en het opleidingsniveau liep uiteen van afronden eerste 6 klassen basisschool tot en met een afgeronde universitaire studie.

### 4.2 Gezondheid, ondersteuning en regie

Bijna alle deelnemers hadden één of meerdere aandoeningen en/of ziekten zoals diabetes, achteruitgang van het zicht, COPD en artrose. Deze aandoeningen belemmeren de deelnemers in de dagelijkse activiteiten, lopen is voor hen bijvoorbeeld lastig. De meeste deelnemers hebben regelmatig contact met de huisarts of een praktijkondersteuner, daarnaast zijn er bij individuele deelnemers ook andere zorgverleners betrokken zoals een fysiotherapeut of oogarts. De deelnemers dachten heel verschillend over hoe zij hun gezondheid ervaren. Deze ervaring hangt samen met hun kijk op het omgaan met hun ziekte, het omgaan met het alleen zijn en de mate van beperking die zij ervaren als gevolg van de lichamelijke klachten. Dit wordt ook omschreven als aanpassen, aanvaarden en terugschakelen. Overigens wordt hierbij genoemd dat het kunnen omgaan met deze factoren ook afhangt van de stemming waarin deelnemers zijn, op sommige momenten kun je tevreden zijn met wat je nog hebt terwijl op andere momenten het gemis overheerst.

*“Ja, ik heb een heleboel dingen moeten inleveren, en dat is toch wel een beetje een gemis [...] Omdat ik nog te actief ben om zomaar dingen te laten vallen. Dat zijn wel hele kleine dingetjes, maar die sluipen er langzaam in, en dat vind ik toch wel jammer.”*

Sommige deelnemers ontvangen ondersteuning. Dit betrof bijvoorbeeld huishoudelijke hulp via de gemeente of particulier, WMO-vervoer of burens die dagelijks koken voor de deelnemer. Ook deelname aan activiteiten werd genoemd bij ondersteuning, zoals een ontmoetingstafel vanuit de kerk of samen boodschappen doen.

Uit de interviews komt naar voren dat het voor de meeste geïnterviewde deelnemers niet mogelijk is om het leven te leiden zoals zij dat zouden willen. De voornaamste redenen hiervoor zijn het gemis van een geliefd persoon of de achteruitgang in lichamelijke gezondheid. Hierdoor is het niet goed mogelijk om het huis uit te gaan of is het lastig om activiteiten te ondernemen vanwege vermoeidheid, slecht zicht of moeite met lopen. Men probeert er veelal wel het beste van te maken. Door een deelnemer, die wel het leven kan leiden zoals zij dit wil, wordt genoemd dat dit mogelijk is omdat zij niet zo veeleisend is.

*“Nou, soms is het moeilijk maar soms denk ik “Ik heb een dak boven mijn hoofd en ik zit warm”. Dan gaat het weer. Ik zit veel te puzzelen en ik heb veel legpuzzels en ik doe veel kruiswoordpuzzels en ik mag graag lezen, dus ik kom de tijd wel door. Maar ja soms dan valt het wel eens tegen, dan is het me te stil.”*

Alle deelnemers vinden het belangrijk om de regie over het leven zelf in handen te houden. Door een deelnemer wordt toegelicht dat zij zelf de regie heeft omdat ze alle beslissingen zelf neemt en niets moet. Als voorbeeld geeft ze aan dat ze zelf de beslissing heeft genomen om haar auto weg te doen, zonder dat anderen haar dit opgelegd hebben.

Er werd genoemd dat het lastig kan zijn om met de veranderingen om te gaan die de leeftijd met zich meebrengen zoals het missen van de partner, de achteruitgang in de gezondheid en het netwerk wat steeds kleiner wordt. Ook kwam verschillende keren naar voren dat de meerderheid van de vrienden en vriendinnen inmiddels is overleden. Omdat het voor sommigen steeds moeilijker wordt om het huis uit te gaan blijven er weinig contacten over. Overigens is hierbij door een aantal deelnemers genoemd dat zij deze veranderingen zien als onontkoombaar en dat zij dit accepteren. Het kan echter wel een gevoel van verlies en leegte geven. Door één deelnemer werden deze veranderingen juist als een uitdaging gezien. Ook werd genoemd dat het omgaan met veranderingen makkelijker is als je veel bezig bent, bijvoorbeeld met verschillende hobby's.

*“Nou dat kan ik eigenlijk ja, voor een stukje maar. Ik maak er maar het beste van. Ik ga wel de deur uit, ik drink mijn kopje koffie. Ik kan met de bus en daar ben ik blij om, dat ik het zelf kan doen. [...]Nee eerlijk gezegd een beetje eenzaam, een beetje gefrustreerd, af en toe ben ik wel hoor. [...] Het is een gevoel van verlies. Van wat moet je nu? Gelukkig dat ik toch wel optimistisch ben..”*

Er zijn verschillen tussen de deelnemers in hoe het zorgnetwerk er uit ziet en hoe groot dit zorgnetwerk is. Over het algemeen wordt aangegeven dat de zorg vanuit het zorgnetwerk redelijk goed is en is men tevreden met individuele zorgverleners, waarbij de huisarts enkele keren specifiek genoemd wordt. Hierbij wordt wel opgemerkt dat er soms wisselingen in het zorgnetwerk zijn, bijvoorbeeld in de thuiszorg, waardoor het lastig is om aan te geven hoe tevreden men is over specifieke zorgverleners. De komst van groepspraktijken voor huisartsen werd ook genoemd als minder positief omdat men dan iedere keer een andere huisarts heeft. Deze huisarts is dan niet op de hoogte van de situatie van de deelnemer, waardoor ze minder goed meedenken en er minder steun ervaren wordt.

De meeste deelnemers geven aan er weinig zicht op te hebben of zorgverleners met elkaar samenwerken. Als voorbeeld van samenwerking wordt wel genoemd dat de huisarts en gespecialiseerd verpleegkundige elkaar informeren over huisbezoeken. De zorg wordt door alle deelnemers zelf geregeld.

*“[...]dat staat een beetje op zichzelf. Ook als er bijvoorbeeld een foto wordt gemaakt. Daar krijgt de huisarts wel bericht over hoor.”*

### **4.3 Activiteiten Samenkracht**

De deelname aan activiteiten aangeboden in het kader van Samenkracht wisselde. Sommige deelnemers vonden dat zij al voldoende activiteiten hadden waardoor ze Samenkracht hiervoor niet nodig hadden. Soms deden zij reeds mee aan activiteiten bij andere vrijwilligersorganisaties. Ook werden als redenen genoemd dat het lastig is om aan activiteiten deel te nemen bij een slechte fysieke gezondheid of als je moeilijk contact maakt met anderen, de drempel is dan te hoog. Andere deelnemers maakten wel gebruik van één of meerdere activiteiten en waren hier overwegend positief over. Voorbeelden van activiteiten waaraan men deelnam zijn Doet & Ontmoet, bijeenkomsten waar samen gegeten wordt, bijeenkomsten over zingeving en lezingen. De voorkeur

voor het type activiteiten verschilt tussen deelnemers. Sommigen gaan graag naar creatieve activiteiten, terwijl anderen graag zelf iets willen bijdragen en doen voor een ander, bijvoorbeeld mensen uit hun isolement proberen te halen. Door een deelnemer werd genoemd dat vrijwilligers hem hebben geholpen om zijn huis op te ruimen en opnieuw in te richten. Ook werd hulp bij de administratie en contact met een financieel adviseur door enkele deelnemers genoemd.

#### 4.4 Sociale netwerk

De grootte van het sociale netwerk van de deelnemers aan het interview wisselde sterk. Eén deelnemer gaf aan helemaal geen eigen netwerk te hebben en alleen contact te hebben met vrijwilligers. Aan de andere kant waren er ook deelnemers met een (zeer) uitgebreid netwerk van onder meer familie, vrienden, burens, kennissen, zorgverleners, oud-collega's, vrijwilligers, etc. Er was een duidelijke variatie in de intensiteit van de contacten met het netwerk. Sommige deelnemers hadden bijvoorbeeld dagelijks contact met hun kinderen, terwijl dit bij anderen één keer per week was. Deze contacten vinden, naast elkaar ontmoeten, ook plaats via de telefoon, sms, mail, chat of skype.

Door verschillende deelnemers wordt aangegeven dat zij voldoende steun uit hun netwerk ontvangen. Uit de toelichting die hierop gegeven wordt, blijkt dat dit zich vooral uit in praktische ondersteuning. Bijvoorbeeld door burens die wekelijks de container buiten zetten of praktische hulp bieden na een val in huis. Maar ook financiële ondersteuning door bijvoorbeeld een zoon wordt genoemd. Ook enkele deelnemers met een klein sociaal netwerk geven aan dat zij voldoende steun uit hun netwerk ontvangen, bijvoorbeeld doordat men bij één persoon aan kan kloppen als dat nodig is. Tegelijkertijd wordt wel genoemd dat zij behoefte hebben aan meer contacten en een uitgebreider sociaal netwerk. Meerdere deelnemers gaven aan dat er weinig contacten met anderen zijn, met name doordat mensen uit het netwerk zijn overleden. Dit werd door een deelnemer als volgt verwoord:

*"Ik ben altijd alleen, mijn vriendinnen zijn allemaal dood. We waren altijd met z'n zessen, ik heb niks meer."*

Het vragen van hulp wordt als niet prettig ervaren, maar sommige deelnemers geven aan dat zij regelmatig hulp aangeboden krijgen vanuit hun netwerk. Ondanks dat deelnemers het niet persé moeilijk vinden om hulp te krijgen, vinden zij het wel lastig om niet meer alles zelf te kunnen en afhankelijk te zijn van anderen.

Een van de doelen van Samenkracht was het uitbreiden van het netwerk/de contacten van deelnemers. Enkele deelnemers aan het interview geven aan dat zij al voldoende contacten hadden bij de start van Samenkracht en hier dus geen behoefte aan hadden. De deelnemers die dit wel als doel hadden gaven bij het interview aan dat het uitbreiden van het netwerk veelal niet gelukt is of dat de contacten beperkt zijn gebleven tot de bezoeken van de Samenkracht-vrijwilliger. Enkelens geven hierbij aan dat dit (mede) komt omdat zij het lastig vinden om nieuwe contacten aan te gaan. Ook wordt als reden genoemd dat het contact met een potentieel maatje niet klikt of dat het (nog) niet gelukt is om iemand te vinden. Voor anderen is het niet mogelijk om een specifieke reden te geven waarom het uitbreiden van het netwerk niet gelukt is ondanks hun wens. Een deelnemer geeft aan dat zij de wens tot het uitbreiden van haar netwerk ook niet ter sprake heeft gebracht. Meerdere deelnemers geven aan dat ze zich alleen voelen en graag meer contacten zouden hebben. Door

enkelen wordt hierbij opgemerkt dat zij door Samenkracht meer inzicht hebben gekregen in de mogelijkheden en contacten die zij nog wel hebben en dit wordt ook als positief punt van het project genoemd.

#### 4.5 Evaluatie Samenkracht

De meerderheid van de geïnterviewde deelnemers was positief over Samenkracht. Door hen werd genoemd dat zij het persoonlijke contact en de gesprekken met de vrijwilliger(s) als positief hebben ervaren en dat dit hen veel steun gaf. De vrijwilliger helpt soms ook met kleine dingen, zoals zorgen dat er iemand langskomt om een computer te repareren. Ook werd enkele keren genoemd dat WonenPlus goed bereikbaar was en dat er snel ondersteuning geboden kon worden indien nodig, dit werd als prettig ervaren.

*“Ja, ik word iedere maand, om de zes weken gebeld hoe het gaat. Dan hebben we een gesprekje. Als het winter is en het is glad, dan kan ik er zelf niet uit. Dan doen ze boodschappen voor me. Nee, het contact met WonenPlus is prima.”*

Daarnaast heeft het sommigen opgeleverd dat zij meer inzicht kregen in het eigen netwerk. Anderen ontvingen hulp met allerlei klusjes (in huis, in de tuin, boodschappen, vervoer en administratie) en het vinden van geschikte activiteiten. Het heeft echter niet voor iedereen iets opgeleverd, afgezien van de leuke gesprekken met de vrijwilliger. Een deelnemer licht toe dat zij zelf ook niet om Samenkracht heeft gevraagd, maar dat zij persoonlijk werd benaderd. Deelname aan activiteiten was niet nodig omdat zij al voldoende deed, maar het een op een contact werd door haar wel gewaardeerd.

Eén deelnemer had minder goede ervaringen met een van de vrijwilligers omdat deze vrijwilliger de lat voor de deelnemer te hoog legde. Een andere kanttekening betrof dat er bij een deelnemer regelmatig een andere vrijwilliger betrokken was. Deze deelnemer gaf aan dat hierdoor steeds een nieuwe relatie opgebouwd moest worden. Ook kwam tijdens een interview naar voren dat het bij de vrijwilligers niet altijd duidelijk was wat Samenkracht voor een deelnemer zou kunnen betekenen. Eén geïnterviewde kreeg bijvoorbeeld eerst te horen dat er geen mogelijkheden waren vanuit Samenkracht vanwege de beperkte fysieke mogelijkheden van de deelnemer. Vervolgens werd ze gebeld dat men alsnog langs wilde komen om te kijken wat er mogelijk was.

De doelen en verwachtingen voor Samenkracht waren niet voor alle deelnemers duidelijk. Een deelnemer verwoordde dat zij dacht dat het doel was om mensen die niet meer uit huis kunnen komen in contact te brengen met anderen. Voor haar gevoel ging het er echter meer om dat mensen gezamenlijk activiteiten ondernemen of clubs organiseren. En dat is lichamelijk niet voor iedereen haalbaar.

*[...] “maar Samenkracht is anders dan ik dacht. Ik dacht dat Samenkracht was voor mensen die niet meer buiten komen, dat je dan meer contacten kreeg. Maar dat is het niet. Samenkracht is voor mensen die inderdaad samen naar clubs gaan en samen handwerken en ja, al die dingen. Dat kan ik niet meer. Niet alleen doordat ik niet meer weg kan, maar ook omdat ik het niet zien kan.”*



#### **4.6 Tips voor Samenkracht**

Op de vraag of men iets gemist heeft in het aanbod van Samenkracht antwoordt een deel dat zij tevreden zijn met de huidige uitvoering en dus niets gemist hebben. Door anderen wordt worden enkele specifieke activiteiten genoemd die zij graag (meer) hadden willen ondernemen met Samenkracht zoals busreisjes en mensen ontmoeten op bijeenkomsten. Dergelijke activiteiten vallen ook onder het reguliere aanbod van WonenPlus, waardoor het voor de deelnemers soms lastig is om een onderscheid te maken tussen activiteiten van Samenkracht en van WonenPlus. Ook geven de deelnemers aan dat het voor hen lastig is om tijdens het interview aan te geven welke wensen en doelen zij precies hadden en in hoeverre die wel of niet gehaald zijn. Dit hangt samen met onduidelijkheid over het Persoonlijk Plan, enkele deelnemers weten niet dat zij zo'n plan ooit hebben ingevuld en waar dit voor dient.

## 5. Evaluatie vrijwilligers

### 5.1 Focusgroep consulenten

#### Ervaringen ten aanzien van de voorbereidingen voor Samenkracht

Er werden door de consulenten een aantal factoren genoemd die tijdens de voorbereidingsfase speelden. Ten eerste bleef het lang onduidelijk of Samenkracht voortgezet zou kunnen worden omdat de subsidie nog niet definitief toegezegd was. Hierdoor konden mensen en middelen nog niet ingepland en vrijgemaakt worden en bleef het lang onduidelijk of en wanneer organisaties met Samenkracht zouden starten. Ten tweede zaten sommige organisaties midden in de vluchtelingencrisis waardoor er weinig tijd was om met de voorbereiding van Samenkracht te starten. Ten derde waren sommige organisaties al bekend met Samenkracht omdat zij aan het voorgaande traject hadden deelgenomen, terwijl andere organisaties nog geheel onbekend waren met het project.

#### Verloop werving van deelnemers

De werving van deelnemers was een ingewikkeld en tijdrovend proces. Mede door de onduidelijkheid rondom de uiteindelijke startdatum konden organisaties pas later beginnen met het inwerken van vrijwilligers en het werven van deelnemers waardoor het bijna niet mogelijk was om aan de vooraf gestelde doelen te voldoen. Een tweede factor die meespeelde was dat het aantal deelnemers dat naar Samenkracht verwezen werd achter bleef bij de verwachting. Er is veel aandacht besteed aan de contacten met huisartsen, thuiszorg en overige zorgverleners en organisaties, maar het aantal verwijzingen bleef beperkt. Als redenen hiervoor werden genoemd dat financiële prikkels het aantal doorverwijzingen mogelijk belemmeren en dat er nog weinig integratie is tussen zorg en welzijn. Ook heeft het tijd nodig voordat zorgverleners en organisaties een beeld krijgen van wat Samenkracht voor iemand kan betekenen. In één gemeente wordt bijvoorbeeld steeds strenger gecontroleerd dat huishoudelijke hulpen en thuiszorg zich strikt aan de voorgeschreven taken houden en wordt er tevens gekort op uren. Vanuit die gemeente ziet men nu meer doorverwijzingen komen omdat mensen bijvoorbeeld ondersteuning nodig hebben bij het doen van boodschappen. Een derde factor was dat het lastig bleek om de doelgroep te bereiken en om hen te overtuigen deel te nemen aan het project en het onderzoek. Een deel van de benaderde mensen was wat wantrouwend omdat zij zowel voor Samenkracht als het onderzoek een formulier moesten ondertekenen. Hierbij werd opgemerkt dat dit soms ook te maken had met de eigen schroom van vrijwilligers en consulenten om mensen formulieren te laten ondertekenen.

#### Gebruik Persoonlijk Plan Samenkracht

Het Persoonlijk Plan Samenkracht gaf de consulenten en vrijwilligers handvaten en structuur om het gesprek met de deelnemers aan te gaan. Ook werd genoemd dat het Persoonlijk Plan concrete gespreksonderwerpen gaf om de wensen en doelen van deelnemers te formuleren. Aan de andere kant zijn er verschillende kanttekeningen bij het Persoonlijk Plan te plaatsen. Ten eerste de uitgebreidheid van het Persoonlijk Plan. Het bestond uit veel vragen die niet allemaal even relevant leken, zoals de vraag over justitie in de zelfredzaamheidsmatrix. Ten tweede vonden sommige vrijwilligers het lastig om de gevoelige onderwerpen te bespreken, zoals de contacten en vragen over eenzaamheid. Een derde kanttekening is dat een deel van de vrijwilligers het Persoonlijk Plan te methodisch vond en het gevoel kregen maatschappelijk werker te zijn. Het invullen van het Persoonlijk Plan ging volgens hen ten koste van het gesprek met de deelnemers. Overigens vonden

andere vrijwilligers het juist een prettige leidraad voor het gesprek. Het uitgebreide Persoonlijk Plan is volgens een deel van de consultants wel een belemmering geweest voor de uitvoer van Samenkracht omdat er relatief veel tijd en energie in de administratie ging zitten. Ook een is een deel van vrijwilligers gestopt omdat zij het werken met het Persoonlijk Plan niet prettig vonden. Overigens werd hierbij ook genoemd dat de tendens is dat vrijwilligers in het algemeen minder loyaliteit naar een organisatie voelen. Waar een vrijwilliger vroeger voor 10-15 jaar in een organisatie meeliep, ziet men nu steeds meer dat vrijwilligers zich voor een beperkte periode aan een project verbinden en daarna verder gaan kijken naar een nieuwe uitdaging.

### **Samenwerking met gemeente (WMO) en eerstelijnszorg**

Zoals bij het onderdeel werving van deelnemers al werd beschreven ziet men nog weinig integratie tussen zorg en welzijn. Hierbij werd specifiek genoemd dat er vooral bij huisartsen nog veel onbekendheid is wat welzijn precies is en wat projecten zoals Samenkracht dus voor mensen zouden kunnen betekenen. Er is gedurende het traject veel aandacht besteed aan het leggen van contacten met de eerstelijnszorg en het promoten van Samenkracht. Bijvoorbeeld door het geven van presentaties en het benaderen van de wijkverpleging. Hierop volgden enthousiaste reacties maar het heeft vooralsnog niet tot een duidelijke toename in doorverwijzingen geleid. Er worden verschillende verklaringen genoemd, zoals belemmerende financiële prikkels, de overvloed aan verschillende organisaties en de tijd die het kost om iemand door te verwijzen. De contacten met de gemeente verschillen per organisatie. In sommige regio's zijn er goede contacten met bijvoorbeeld de wijkteams en komen via deze route ook doorverwijzingen binnen. In andere gemeenten is het lastiger om deze contacten te leggen, mede omdat er verschillende andere organisaties zijn. Door alle WonenPlus-organisaties wordt veel aandacht en tijd besteed aan het leggen en onderhouden van deze contacten.

### **Ervaring met thematische bijeenkomsten**

Gedurende de voorbereiding en looptijd van Samenkracht zijn er verschillende thematische bijeenkomsten georganiseerd voor consultants en projectmedewerkers. Men is overwegend positief over deze bijeenkomsten, vooral omdat het steun gaf gedurende het proces. Zaken waar men tegenaan liep konden laagdrempelig met elkaar besproken worden en praktische oplossingen waren vanuit andere organisaties vaak al beschikbaar. Daarnaast was er tijdens de thematische bijeenkomsten ruimte om te verdiepen op een specifiek onderwerp. Als kanttekening werd genoemd dat er naast de thematische bijeenkomsten ook bijeenkomsten voor projectleiders waren. Een deel van de consultants is ook projectleider en dat zorgde voor verwarring over vanuit welke functie iemand deelnam aan de bijeenkomsten.

### **Toekomst voor Samenkracht**

De deelnemers aan de focusgroep geven aan dat zij Samenkracht vanuit hun organisatie aan blijven bieden. Bij een deel van de organisaties is de structurele borging hiervoor al geregeld doordat Samenkracht door gemeenten wordt ingekocht. Hierbij wordt wel opgemerkt dat het niet persé onder de naam Samenkracht aangeboden hoeft te worden. De methodiek zal wel gehanteerd worden, maar voor de potentiële deelnemers maakt het niet uit onder welke naam of dienst dit valt.

Een tweede punt wat genoemd wordt voor de toekomst van Samenkracht is het verlagen van de leeftijdsgrens voor deelname. Die ligt in de huidige vorm in principe op 65 jaar en ouder, maar mogelijk heeft Samenkracht meer effect bij een jongere doelgroep. De gedachte hierachter is dat een

jongere doelgroep mogelijk minder fysieke beperkingen heeft en daardoor actiever aan de slag kan om het netwerk uit te breiden.

## 5.2 Vragenlijst evaluatie Samenkracht

### Vragenlijst consulenten

De vragenlijst werd door één consulent per WonenPlus-organisatie ingevuld (n=8). In deze paragraaf worden de bevindingen besproken die aanvullend zijn op de uitkomsten van de focusgroep. Het eerste deel van de vragenlijst ging over de werving van deelnemers voor het project. Hierin werd gevraagd naar de verschillende strategieën die hiervoor gebruikt zijn. Door de consulenten werden verschillende strategieën genoemd zoals het plaatsen van advertenties, stukjes in regionale dagbladen, verspreiden van nieuwsbrieven en folders, benaderen van zorgverleners en wijkteam, gericht aanschrijven van abonnees en het organiseren van bijeenkomsten. Voor de meerderheid van de consulenten zijn deze inspanningen niet in verhouding tot het aantal geworven deelnemers. Zij geven aan dat er te weinig tijd was voor de werving, dat het benoemen van de problematiek potentiële deelnemers af kan schrikken en dat er te weinig samenwerking was met huisarts en thuiszorg.

Het percentage potentiële deelnemers dat uiteindelijk afzag van deelname aan Samenkracht lag tussen 0 en 50% per organisatie volgens de schatting van de consulenten. Redenen voor afzien van deelname betroffen de uitgebreidheid van het project, de hoeveelheid papierwerk, een achteruitgang in de gezondheid, onvoldoende motivatie bij de persoon zelf of geen klik hebben met de vrijwilliger. Daarnaast schatten de consulenten dat het percentage deelnemers dat niet aan het onderzoek wilde deelnemen tussen de 15-50% lag. Ook hier kwam als reden de grote hoeveelheid papierwerk naar voren, evenals de persoonlijke vragen die voor onderzoek gebruikt zouden worden, privacy issues en verkeerde verwachtingen van deelnemers.

Er werd specifiek naar positieve punten van Samenkracht gevraagd. Hierbij werd genoemd dat het een doelgericht project was met aandacht en tijd voor de deelnemer. Ook het doel van zelfredzaamheid vergroten werd als positief benoemd, wat ook mogelijkheden geeft om de situatie bij de deelnemers te verbeteren. Twee van de acht consulenten vonden dat Samenkracht voldoende heeft opgeleverd. De overige consulenten geven aan dat dit deels het geval is. Zij benoemen dat Samenkracht (deels) overlapt met andere projecten, dat zij een groter effect hadden verwacht, dat de samenwerking met de eerstelijns onvoldoende tot uiting is gekomen en dat er meer herhaling nodig is om het tot een succes te maken. Er worden verschillende verbeterpunten genoemd voor de toekomst van Samenkracht, zoals het beperken van het papierwerk, meer aansluiting bij de praktijk en het verlagen van de leeftijd van deelnemers zodat er meer mogelijkheden zijn om het netwerk actief uit te breiden. Ook werd genoemd dat er meer ondersteuning nodig is om het netwerk in kaart te brengen en dat er gezocht moet worden naar vrijwilligers waarbij dit goed past.

Vervolgens werd gevraagd naar de samenwerking met andere partijen gedurende Samenkracht. In onderstaande tabel is hiervan een overzicht opgenomen.

Tabel 5.1: Samenwerking met andere organisaties

Soort organisatie	Aantal 'ja'
Gemeente	7
Andere welzijnsorganisaties	7
Sociale wijkteams	6
Thuiszorg	6
Eerstelijn	4

Andere genoemde samenwerkingspartners zijn fysiotherapeuten, kerken, Ouderenfonds en Geriant. Voorbeelden van hoe de samenwerking er in de praktijk uit zag waren het organiseren van gezamenlijke netwerkgesprekken, afstemming met andere partijen en elkaar op de hoogte houden en doorverwijzen van deelnemers van/naar Samenkracht. De samenwerking verliep over het algemeen goed en Samenkracht heeft eraan bijgedragen dat de basis voor samenwerking verder kon worden uitgebouwd. Het blijft hierbij echter belangrijk om continu te profileren en contact te maken.

Tot slot werd gevraagd wat er volgens de consultants nodig was om Samenkracht in de toekomst succesvol uit te voeren. Hierbij werd genoemd dat het minder bureaucratisch ingericht zou moeten worden en dat het mogelijk zinvol is om de doelgroep te verbreden zodat er actiever gewerkt kan worden aan netwerkversterking. Ook hier kwam naar voren dat er een continue actieve benadering van de doelgroep nodig blijft en dat er veel 'reclame' gemaakt moet worden. Ook werd de suggestie gegeven dat het zinvol is om voor dit soort projecten een meerjarenplan op te stellen zodat er meer structureel naar bepaalde doelen toegewerkt kan worden.

## Vrijwilligers

De vragenlijst is door 23 vrijwilligers ingevuld vanuit de acht verschillende WonenPlus-organisaties. Het eerste onderdeel van de vragenlijst ging over hoe zij de uitvoering van Samenkracht hebben ervaren. Hieruit kwam een gemengd beeld naar voren. Een deel van de vrijwilligers heeft het project als prettig en positief ervaren vanwege de diversiteit van de problemen, de gesprekken met de cliënten en de fijne ondersteuning vanuit de consultants. Aan de andere kant werd genoemd dat veel deelnemers de informatiebrieven niet begrepen, dat er veel papierwerk was, dat er vaak intensieve begeleiding en lange-termijn ondersteuning nodig was en dat het lastig was om gemotiveerd te blijven als acties niet lukten.

Ten aanzien van het Persoonlijk Plan komt er ook een gemengd beeld naar voren. Het werd door een deel van de vrijwilligers als te uitgebreid en/of persoonlijk gezien. Ook was er overlap in de vragen en vonden deelnemers het soms lastig om het Persoonlijk Plan in te vullen. Andere vrijwilligers noemden dat zij het een prima document vonden om mee te werken. Het werd gebruikt als leidraad en bood structuur, met name bij het opstellen van de doelen. Door het invullen van het Persoonlijk Plan had de vrijwilliger veel nuttige informatie over de deelnemer. Voor een deel van de vrijwilligers droeg het Persoonlijk Plan daarmee bij aan het verhelderen van de vraag van de deelnemer.

Vervolgens werd aan de vrijwilligers gevraagd wat zij als positieve punten van Samenkracht zagen. Hierbij werd genoemd dat het drempels verlaagde voor deelnemers om activiteiten te ondernemen en om contacten te leggen. Het inzicht krijgen in het netwerk en dit vervolgens uitbreiden werd ook als positief punt genoemd waardoor de zelfredzaamheid verhoogd kan worden. In praktisch opzicht

werden als positieve punten genoemd de aandacht voor de deelnemers, het leren stellen van vragen, constateren van problematiek, het preventieve karakter en het actief benaderen van ouderen.

Bij de verbeterpunten kwam ook hier het reduceren en verduidelijken van het Persoonlijk Plan naar voren. Daarnaast werd het hanteren van strengere criteria voor deelname genoemd om de kans te vergroten dat wensen en doelen van deelnemers behaald kunnen worden. In aansluiting hierop werd genoemd dat de vraagbehoefte van een deelnemer niet altijd voldoende duidelijk was om aan de slag te gaan. Ook werd door een vrijwilliger genoemd dat Samenkracht zich meer zou moeten richten op ontmoetingsbijeenkomsten omdat hier een duidelijke behoefte lag. Tot slot werd aangegeven dat er meer behoefte is aan ondersteuning van vrijwilligers door professionele krachten en door middel van cursussen.

De volgende vraag betrof de activiteiten die vrijwilligers voornamelijk hebben ondernomen met de deelnemers. Hierbij werden de volgende activiteiten benoemd:

- Gesprekken voeren en luisteren naar deelnemers
- Belcontacten
- Organiseren van bijeenkomsten
- Matchen van deelnemers voor contacten
- Begeleiding naar en uitvoer van activiteiten
- Aansporen van deelnemers om naar activiteiten te gaan
- Doorverwijzen van deelnemers naar andere (vrijwilligers)organisaties
- Helpen met praktische klusjes
- Stimuleren dat deelnemer om hulp vraagt
- Werken aan inzicht en houding van deelnemer

De vrijwilligers geven aan dat deelnemers het luisterend oor en de aandacht in het kader van Samenkracht gewaardeerd hebben. Ook het gevoel op iemand terug te kunnen vallen, het rijkere sociale leven en het ondernemen van meer activiteiten werden genoemd als positieve ervaringen. Het was echter niet bij alle deelnemers aan Samenkracht mogelijk om iets te bereiken, bijvoorbeeld door onjuiste verwachtingen, lichamelijke en geestelijke achteruitgang en weerstand tegen het Persoonlijk Plan. Motivatie, karakter, inzet en het hebben van een klik met een vrijwilliger werden onder meer genoemd als factoren waarom Samenkracht voor de ene deelnemer wel succesvol was en voor de andere deelnemer niet.

Het contact met, en de ondersteuning door de consultants werd door de vrijwilligers over het algemeen als positief ervaren. Hierbij werden verschillende positieve punten benoemd zoals goede coördinatie, het als team werken, de ruimte voor vragen, organisatie van bijeenkomsten en evaluatiegesprekken, de steun en begeleiding die ontvangen werd.

In aanvulling op eerder genoemde punten werd voor de uitvoer van Samenkracht in de toekomst door de vrijwilligers genoemd dat er voldoende en goed gekwalificeerde vrijwilligers nodig zijn. Hiervoor is een goed aanbod van scholing en cursussen belangrijk. Ook werd de suggestie gedaan om Samenkracht meer te richten op een jongere doelgroep. Een belangrijke kanttekening die werd gemaakt door enkele vrijwilligers is dat de problematiek die zij soms bij deelnemers zagen dusdanig ernstig was, dat het niet mogelijk leek om hier Samenkracht verandering in te brengen. Ook was het volgens hen de vraag of dit nog past bij ondersteuning die geleverd kan worden door een

vrijwilliger, hier leek professionele ondersteuning meer gepast. Het vergroten van de uitwisseling tussen vrijwilligers kwam ook uit de vragenlijst naar voren. Daarnaast moet er volgens de vrijwilligers nagedacht worden over hoe Samenkracht vernieuwender kan zijn en hoe er meer bekendheid aan dit project gegeven kan worden.

## 6. Conclusies en aanbevelingen

### 6.1 Beantwoording onderzoeksvragen

In hoofdstuk 1 zijn de onderzoeksvragen voor evaluatieonderzoek beschreven. Deze onderzoeksvragen worden op basis van de informatie beschreven in de voorgaande hoofdstukken beantwoord. Het is hierbij van belang de eerder genoemde beperkingen van het onderzoek in acht te nemen: er is geen inzicht in de kenmerken van de groep die niet wilde deelnemen aan het onderzoek, de Persoonlijk Plannen zijn veelal samen met de vrijwilliger ingevuld en de uitkomsten kunnen niet zonder meer gegeneraliseerd worden naar andere deelnemers en organisaties.

#### **Behalen van wensen en doelen op basis van het Persoonlijk Plan Samenkracht**

Uit de analyse van het Persoonlijk Plan komen een aantal positieve uitkomsten van Samenkracht naar voren. Bijna de helft van de deelnemers geeft aan dat zij de bij de start gestelde doelen voor Samenkracht heeft behaald. Deze doelen konden praktisch van aard zijn, zoals klusjes in huis door WonenPlus of samen boodschappen doen. Maar ook doelen zoals het deelnemen aan groepsactiviteiten en het uitbreiden van contacten; verminderen van eenzaamheid. Uit de evaluatie blijkt dat bijna een kwart van de deelnemers aangeeft dat Samenkracht eraan heeft bijgedragen dat men zich minder of minder vaak eenzaam voelt. Een tweede bevinding is dat er een toename zichtbaar is van het aantal deelnemers dat aangeeft voldoende mensen te ontmoeten. In het verlengde hiervan is een afname zichtbaar van het aantal deelnemers dat graag meer nieuwe mensen zou willen ontmoeten. De helft van de deelnemers geeft hierbij aan dat het sociale en/of steunnetwerk is uitgebreid met Samenkracht. Door Samenkracht heeft ruim een derde van de deelnemers nieuwe contacten opgedaan en eveneens ruim een derde van de deelnemers geeft aan dat men door Samenkracht het gevoel heeft ergens terecht te kunnen. Een derde bevinding is dat er een toename zichtbaar is in het cijfer wat men voor het eigen leven geeft. Tot slot waarderen de deelnemers Samenkracht gemiddeld met een 7,4, een ruime voldoende. Overigens geeft 12% van de deelnemers aan dat zij weinig hebben gemerkt van Samenkracht. In een aantal gevallen wordt dit bevestigd door de toelichting van de vrijwilliger, er was dan geen ondersteuning nodig, ondersteuning werd afgewezen of de uitvoer was door verschillende praktische redenen niet gelukt. Maar in andere gevallen gaf de vrijwilliger aan dat er verschillende initiatieven waren ondernomen waarbij de vrijwilliger wel een verandering in de situatie kon waarnemen, bijvoorbeeld dat een deelnemer actief was gaan nadenken over het eigen netwerk en de contacten hiermee. De deelnemer legde in deze gevallen echter niet de verbinding met de gesprekken en motivatie vanuit Samenkracht.

Samenkracht is echter niet voor alle deelnemers een succes. Het uitgebreide Persoonlijk Plan kon een barrière zijn voor deelname en ook waren de persoonlijke of niet goed passende vragen voor sommige deelnemers een belemmering. De inspanningen die verricht zijn in het kader van Samenkracht hebben ook niet bij alle deelnemers tot een verandering in de situatie geleid. Aan de ene kant speelde hier mee dat deelnemers door fysieke beperkingen niet in de gelegenheid waren om deel te nemen aan activiteiten. Zij waren veelal aan huis gebonden en konden hierdoor niet goed gebruik maken van de activiteiten die in het kader van Samenkracht werden aangeboden. Bij deelnemers die behoefte hadden aan het leggen van nieuwe contacten bleek soms dat dit een langdurig en ingewikkeld proces was. Bijvoorbeeld omdat het niet klikte met een maatje, of doordat deelnemers moeite hadden met het aangaan en onderhouden van contacten. De contacten met de vrijwilligers worden over het algemeen goed gewaardeerd. Een kanttekening hierbij is dat de acties



vanuit Samenkracht voor deze groep deelnemers vooral bestonden uit de bezoeken en contacten met de vrijwilliger en/of consultant van WonenPlus. Hoewel dit voor de deelnemer positief kan zijn, is hiermee niet bereikt dat de deelnemer zijn of haar eigen netwerk heeft uitgebreid of aanspreekt.

### **Ervaringen met Samenkracht op basis van verdiepende interviews**

Uit de verdiepende interviews kwam eenzelfde beeld naar voren als uit de analyse van de Persoonlijke Plannen. De deelnemers zijn overwegend positief over Samenkracht en waarderen de contacten met de vrijwilliger. Sommige deelnemers zijn door Samenkracht meer activiteiten gaan ondernemen. Terwijl bij anderen naar voren komt dat het uitbreiden van activiteiten en contacten niet meer tot de mogelijkheden behoort vanwege fysieke beperkingen. De omvang en samenstelling van het bestaande sociale netwerk wisselde sterk tussen deelnemers. Het uitbreiden van het netwerk is bij de deelnemers die hier behoefte aan hadden veelal niet gelukt. Redenen hiervoor zijn dat het contact met een potentieel maatje niet klikte of omdat er (nog) geen maatje gevonden kon worden. Maar het was niet altijd mogelijk een specifieke reden te geven waarom dit niet gelukt was, deelnemers gaven ook aan dat zij het moeilijk vonden om contacten te leggen en te onderhouden. Deze deelnemers hadden veelal wel de wens om meer contacten te hebben. De gesprekken die in het kader van Samenkracht werden gevoerd hadden hen wel meer inzicht gegeven in hun bestaande netwerk, dit werd meermaals als positief punt benoemd.

### **Evaluatie op basis van vragenlijsten onder consultants en vrijwilligers**

Uit de evaluatie onder de consultants en vrijwilligers komt naar voren dat zij Samenkracht overwegend als positief hebben ervaren. De tijd en aandacht voor deelnemers, de focus op het netwerk en het uitbreiden van het netwerk en de aandacht voor zelfredzaamheid werden als positieve punten benoemd. Er zijn echter ook verschillende verbeterpunten benoemd. Ten eerste was het Persoonlijk Plan volgens alle betrokken te uitgebreid en sloten bepaalde vragen niet goed aan bij de situatie van de deelnemers. Dit is voor een deel van de vrijwilligers reden geweest om te stoppen met het project, de aanpak was volgens hen te methodisch en teveel papierwerk. Een tweede punt is de selectie van deelnemers. Aan de ene kant waren er deelnemers die zich goed zelf konden redden en een uitgebreid netwerk hadden. Zij hadden Samenkracht niet echt nodig en leken daarom niet tot de doelgroep te behoren. Aan de andere kant waren er ook zeer kwetsbare deelnemers met aanzienlijke beperkingen waardoor het voor hen niet meer mogelijk was om deel te nemen aan activiteiten of om het netwerk uit te breiden. Vanuit de vrijwilligers kwam naar voren dat sommige vrijwilligers behoefte hadden aan meer begeleiding en ondersteuning vanuit WonenPlus. Over de voorbereiding werd genoemd dat de tijd voor organisaties te kort en onduidelijk was, mede door de onduidelijkheid rondom de subsidieverstrekking. De werving van deelnemers viel daarbij ook tegen, ondanks alle inspanningen bleef het moeilijk om de doelgroep te bereiken en kwamen er minder doorverwijzingen dan verwacht. De contacten met de eerstelijnszorg zijn een continu punt van aandacht geweest, maar de relatieve onbekendheid van welzijn en Samenkracht bleven belangrijke barrières.

## 6.2 Aanbevelingen

Uit dit evaluatieonderzoek komen verschillende aanbevelingen voor de toekomst van Samenkracht naar voren.

Werving deelnemers:

- In het huidige project lag de gemiddelde leeftijd van de deelnemers op ruim 78 jaar. Het is aan te bevelen om de mogelijkheid te verkennen om ook een jongere doelgroep mee te nemen in project: dit geeft mogelijk minder belemmeringen in de het ondernemen van activiteiten en het versterken van het netwerk door fysieke achteruitgang.
- Het verder uitbreiden van de contacten met de eerstelijns en overige organisaties blijft nodig om doorverwijzingen te stimuleren.

Uitvoer Samenkracht

- Reduceren papierlast: inmiddels is er nieuwe versie van het Persoonlijk Plan in gebruik genomen waarin minder geregistreerd hoeft te worden. Nadeel hiervan is dat de structuur/methodiek van Samenkracht minder eenduidig is en dat mogelijke veranderingen bij deelnemers minder goed in kaart gebracht kunnen worden. Vanuit het oogpunt van financiering in de toekomst wordt aanbevolen om wel aandacht te houden voor het inzichtelijk maken van behaalde resultaten. Het is van belang om hierin af te stemmen met (mogelijke) subsidieverstrekkingen welke voorkeuren en eisen zij hebben ten aanzien van de uitkomsten van Samenkracht. WonenPlus gebruikt hier momenteel een meer kwalitatieve methode voor waarbij verhalen bij deelnemers worden opgehaald.
- Sommige meetinstrumenten die in het Persoonlijk Plan waren opgenomen bleken, ondanks een zorgvuldige afweging bij het opstellen, niet altijd aan te sluiten bij doelgroep. Voorbeelden hiervan zijn de eenzaamheidsvragenlijst (te persoonlijk) en de zelfredzaamheidsmatrix, waardoor er bij deze vragenlijsten veel missende waardes zijn die een zorgvuldige analyse in de weg staan. Werken vanuit concepten die meer aansluiten bij het doel van welzijn zijn aan te bevelen, bijvoorbeeld startend vanuit het concept van positieve gezondheid. Positieve gezondheid gaat uit van de kracht en vermogens van mensen om met uitdagingen in het leven om te gaan in plaats de nadruk op afwezigheid van ziekte<sup>14</sup>. Er zijn inmiddels verschillende meetinstrumenten (in ontwikkeling) die positieve gezondheid meten die mogelijk bruikbaar zijn binnen het werkveld van welzijn<sup>15</sup>.
- Tot slot is het aan te bevelen om nog meer nadruk te leggen op de precieze hulp of ondersteuningsvraag van de deelnemer. En daarbij een kritische evaluatie of Samenkracht nodig is voor deze deelnemer en of de hulpvraag binnen Samenkracht geadresseerd kan worden.

## Bronnen

---

- <sup>1</sup> [www.cbs.nl](http://www.cbs.nl), laatst bekeken op 25 augustus 2017
- <sup>2</sup> SCP-publicatie 2011-10. Kwetsbare ouderen. Cretien van Campen (red.), Den Haag, Sociaal en Cultureel Planbureau, februari 2011. ISBN 978 90 377 0542 3
- <sup>3</sup> Gobbens, R. J. J., Luijkx, K. G. & Van Assen, M. A. L. M. (2012) Explaining quality of life of older people in the Netherlands using a multidimensional assessment of frailty. Quality of Life Research. Advance online publication. doi:10.1007/s11136-012-0341-1
- <sup>4</sup> Hortulanus, R., Machielse, A. & Meeuwesen, L. (2003). Sociaal isolement: een studie over sociale contacten en sociaal isolement in Nederland. Den Haag: Elsevier Overheid
- <sup>5</sup> Machielse, A. (2006) Sociaal Isolement bij ouderen. Geron. Tijdschrift over ouder worden in de maatschappij. 2.
- <sup>6</sup> SCP-publicatie 2016. M. den Draak, AM Marangos, I Plaisier, M de Klerk. Wel thuis? Literatuurstudie naar factoren die zelfstandig wonen van mensen met een beperking beïnvloeden. Den Haag: Sociaal en cultureel Planbureau, november 2016.
- <sup>7</sup> <http://www.wonenplusnoordholland.nl/> Laatst bekeken op 4 september 2017
- <sup>8</sup> <http://www.beteroud.nl/ouderen/zorg-lang-leve-thuis.html> Laatst bekeken op 15 juli 2017
- <sup>9</sup> Merten, H., De Blok, C., Verver, D., Wagner, C. (2013) Evaluatie 'Lang Leve Thuis'. Amsterdam: EMGO+ Instituut/VUmc
- <sup>10</sup> Verver D, Merten H, Wagner C. (2015) Rapportage evaluatie Samenkracht: De kwetsbare ouderen centraal door het optimaal gebruik maken van eigen bronnen. Amsterdam: EMGO+ Instituut/VUmc
- <sup>11</sup> <http://www.wonenplusnoordholland.nl/samenkracht/> Laatst bekeken op 4 september 2017
- <sup>12</sup> Verver D, Merten H, Wagner C. Rapportage evaluatie Samenkracht. De kwetsbare ouderen centraal door het optimaal gebruik maken van eigen bronnen. 2015. Amsterdam: VU medisch centrum/EMGO+
- <sup>13</sup> <https://www.zelfredzaamheidmatrix.nl/>, laatst bekeken op 20 september 2017
- <sup>14</sup> Huber M, Knottnerus JA, Green L, et al. How should we define health? BMJ 2011;343:d4163.
- <sup>15</sup> <http://www.impuls-onderzoekscentrum.nl/files/Informatieblad%20onderzoek%20meetinstrument%20postieve%20gezondheid.pdf>