

# Denken en Doen

Denken en Doen

Projectomschrijving 2019



Uitvoering van de afspraken uit het Regeerakkoord 2017 van kabinet Rutte III (**actieprogramma Eén tegen Eenzaamheid** en het **Sportakkoord**) en het gemeentebestuur inzake ouderen en tegen eenzaamheid geven ruimte om het programma Denken en Doen opnieuw, via een hernieuwd aanbod, bij gemeenten onder de aandacht te brengen.

## Doelomschrijving Denken en Doen

Ouderen (60+) krijgen door deelname aan Denken en Doen meer sociale contacten en vergroten daardoor hun sociale netwerk, waardoor eenzaamheid vermindert of wordt voorkomen. Hierbij wordt 'bridge' ingezet als middel om mensen met elkaar in contact te brengen en (langdurig) met elkaar te verbinden. Deze sociale activiteiten blijven langdurig bestaan.

### *Aanpak*

De deelnemers worden gedurende circa 70 wekelijkse bijeenkomsten (het is een tweejarig project) geactiveerd. Het is een proces van 'empowerment' waarbij de deelnemers een netwerk krijgen, een structuur met wekelijkse bijeenkomsten en kansen om sociaal meer actief te worden. Na afloop wordt de deelnemers continuïteit geboden.

De unieke omstandigheden die voor het leren en spelen van bridge nodig zijn, worden in deze opbouwfase ten volle benut. Daartoe behoren:

- het feit dat intensief moet worden samengewerkt en gecommuniceerd (je 'krijgt' een partner, het is een teamsport),
- het feit dat het een langlopend project betreft (looptijd twee jaar),
- het feit dat sekseverschillen (onderscheid man/vrouw) niet relevant zijn,
- het feit dat fysieke beperkingen van deelnemers (van COPD tot reuma) niet relevant zijn,
- het feit dat leeftijdsverschillen (van 60 tot 80+) niet relevant zijn,
- het feit dat je elk half uur met andere deelnemers aan tafel zit en nieuwe kansen krijgt,
- en natuurlijk het feit dat bridge nooit verveeld. Beheers je het spel, dan blijf je het spelen.

Opleidingsniveau is niet van belang, wel wordt door alle deelnemers het feit dat bridge 'goed is voor de hersenen', positief gewaardeerd. Deelnemers zijn trots om in Denken en Doen te participeren en voelen geen drempel als ze uitgenodigd worden voor zo'n project. Elke dinsdagmiddag wordt als het ware een 'uitje'. Nogmaals: het doel is een sociaal netwerk, bridge(les) is slechts het middel. Er zijn drie exclusiecriteria voor deelname: het niet beheersen van de Nederlandse taal; het hebben van een ernstige visuele beperking en het hebben van een serieus verlies aan geheugen en/of een andere geestelijke beperking. Per project kunnen ruim 50 deelnemers worden geplaatst.

In de periode 2007-2011 is binnen het Nationaal Actieplan Sport en Beweging (NASB) Denken en Doen uitvoerig onderzocht en zeer positief beoordeeld. Denken en Doen is in die periode als 'goed onderbouwde interventie' erkend. Separaat is door zowel Nivel als het Mulier Instituut onderzoek gedaan naar de effecten op eenzaamheid onder deelnemers, waarbij is geconcludeerd dat de eenzaamheid zeer duidelijk afneemt.

## *Subdoelen*

In Denken en Doen staan de volgende subdoelen centraal:

1. Ouderen nemen op een laagdrempelige en plezierige manier deel aan de bridgelessen.
2. Deelnemers ontmoeten door het bridge wekelijks andere wijk- of dorpsgenoten.
3. 80% van de deelnemers vergroot het aantal sociale contacten
4. 80% van de deelnemers is na afloop van de interventie tevreden over de kwantiteit van hun sociale contacten.
5. 70% van de deelnemers maakt na afloop van de interventie onderdeel uit van een community rondom de bridgesport, bij voorkeur in de vorm van een lidmaatschap van een bridgeclub en/of periodieke thuis-bridgeactiviteiten.
6. Tenminste 35% van de deelnemers voelt zich na afloop van de interventie minder eenzaam.

## **Stand van zaken 2018: ervaringen en verbeteringen**

### *Positieve respons*

Denken en Doen loopt nu ruim 10 jaar en is met ongekend veel succes in veel (meer dan zeventig) gemeenten uitgevoerd:

- De doelgroep wordt bereikt
- Er blijkt meestal een enorme behoefte (meer deelnemers dan plaatsen)
- Er zijn weinig afvallers (in een project van twee jaar!)
- De deelnemers én initiatiefnemers (gemeenten) geven een hoge waardering
- De continuïteit na afloop wordt op diverse wijze gerealiseerd

In deze periode zijn meer dan 100 (!) projecten afgerond.

De positieve respons op Denken en Doen van zowel deelnemers als organisatoren is hartverwarmend en overweldigend. Uit een zeer recente (februari 2018) inventarisatie van de resultaten van eenzaamheidsinterventies door VWS, bleek dat het structureel 'doorbreken' van eenzaamheid via een projectaanpak bijna nergens lukt. Het blijft bij incidentele acties.

Denken en Doen onderscheidt zich hierin en laat als structurele interventie blijvende effecten zien.

Laatste projecten:

- Gemeente Almere
- Gemeente Rheden
- Gemeente Borger-Odoorn
- Gemeente Hilversum

## *Knelpunten (t/m 2018)*

In de afgelopen 10 jaar zijn ook knelpunten gesignaleerd:

1. Project-Bridge-inhoudelijk. De leer methode kan nog beter worden afgestemd op ouderen;
2. Aanvang project: onbekendheid met privacy regels en de komst van de AVG (Europese privacy-richtlijn) maakte gemeenten voorzichtig om via de route van het BRP mogelijke deelnemers aan te schrijven.

## *Reactie op knelpunten (na 2018), vernieuwde projectopzet*

In de vernieuwde projectopzet (2019) zijn de knelpunten aangepakt. De BridgeBond heeft actief, en met eigen middelen geïnvesteerd om Denken en Doen te moderniseren en bij de tijd te houden. Met betrekking tot de gesignaleerde knelpunten zijn de volgende projectaanpassingen gedaan.

Ad 1) Er is door de BridgeBond geïnvesteerd in een nieuwe bridgeleermethode ('Start met Bridge'), speciaal afgestemd op ouderen. Deze leer methode sluit optimaal aan op de huidige bridgepraktijk. Bij de ontwikkeling hiervan zijn circa 20 toonaangevende bridgedocenten geconsulteerd. De relevante leerlijn bestaat uit twee leerboeken en twee boeken met oefenstof. De onderwijsondersteuning richting docenten is optimaal en ook in digitale ondersteuning voor deelnemers (niet verplicht) is voorzien.

Ad 2) Met de komst van de Europese Privacy richtlijn (AVG) is er ook duidelijkheid gekomen over de privacy.

- a) De gemeenten hebben een eigen toereikende juridische grondslag om in aanmerking komende inwoners van die gemeente per briefpost tot deelname aan een Denken en Doen-project uit te nodigen.
- b) Bovendien werkt de BridgeBond AVG-compliant. Ook hierin is door de Bridgebond geïnvesteerd.
- c) Tenslotte behoeven de gemeenten de adresbestanden deze niet af te staan. Voldoende is het gebruik door hen van het adres overeenkomstig het doel. In artikel 5a lid 2 van de Wet publieke gezondheid staat de uitdrukkelijke taak van het gemeentebestuur tot het zorgdragen voor ouderengezondheidszorg.

## **Hoe ziet een Denken en Doen project eruit?**

Het project bestaat uit vijf fasen (stappen) die als volgt kunnen worden samengevat:

- |                                |                       |
|--------------------------------|-----------------------|
| 0. Besluit gemeente            |                       |
| 1. Voorbereiding project       | circa 4 maanden       |
| 2. Start met bridge (afspelen) | circa 3 tot 4 maanden |
| 3. Start met bridge (bieden)   | circa 3 tot 4 maanden |
| 4. Start met bridge (bieden)   | circa 3 tot 4 maanden |
| 5. Oefenen en clubbegeleiding  | circa 5 tot 8 maanden |

Tijdens de voorbereidingsfase ligt de nadruk op het leggen van de verbindingen met en tussen de betrokkenen. Het gaat om de gemeenten, de buurt, eventueel de welzijnsorganisatie die daar actief is, de Bridgebond, een bridgedocent en de lokale bridgevereniging (indien aanwezig). Cruciaal in deze fase is om te besluiten over het aanschrijfbeleid (de werving), de locatie, tijd en de samenstelling van de begeleiding.

De vier opvolgende fasen zijn projectinhoudelijk. Hierin worden de stappen afgelopen om rondom bridgelessen de bijeenkomsten te organiseren, groepen in te delen, samen te voegen en de community op te bouwen. Elke bijeenkomst duurt ongeveer 2,5 a 3 uur. Tussen lesseries wordt vaak een pauze ingelast. De verantwoordelijkheid voor de uitvoering van deze fasen wordt door de BridgeBond genomen, de gemeente heeft hier geen zorg aan.

Spelenderwijs ontstaat er tijdens de stappen meer sociale cohesie in de groep. Onder leiding van enthousiaste en ervaren docenten leren de ouderen briden. Natuurlijk wordt gericht aandacht besteed aan de beginselen van het gekozen spel, maar er gaat minstens zoveel aandacht uit naar de sociale samenhang in de groep.

De deelnemers betalen in alle stappen een projectbijdrage. Het gaat om een bijdrage van nog geen € 3,00 per les per deelnemer. Dit komt neer op een belasting van maximaal € 70 per jaar. De gedachten hierachter zijn dat a) de activiteit niet onverplicht moet zijn (er moet door de deelnemer waarde aan worden toegekend) én b) dat de deelnemers meteen het kostenniveau (contributie) dragen dat nodig is voor het bereiken van continuïteit na afloop van het project. Deelnemers kunnen op dit kostenniveau zonder enige drempel hun sociale (bridge) netwerk voortzetten na afloop van het project.

## Verdeling van kosten en inspanningen

### Achtergrond

De BridgeBond heeft in het kader van het VWS programma Nationaal Actieplan Sport en Bewegen (NASB) uitgebreide ervaring opgedaan met het project Denken en Doen. Het programma voldoet ook aan de sportimpuls. Door de uitvoering van ruim honderd projecten binnen meer dan 70 gemeenten is er getest, verbeterd en een schat aan praktijkervaring opgedaan. Ook is er goed inzicht in de kosten en inspanningen voor alle partijen verkregen.

Behalve in het gemeentelijk ouderen- en eenzaamheidsbeleid, past Denken en Doen past in diverse overheidsprogramma's die in het regeerakkoord 2017-2021 zijn uitgewerkt en waarin extra geld voor (structurele) initiatieven gealloceerd is:

- het project met voor sport een unieke doelgroep (60+) past binnen het Sportakkoord (Thema: Inclusiviteit -denk aan chronisch zieken, ouderen en eenzaamheid);
- het project bestrijdt eenzaamheid (past binnen het actieprogramma Eén voor Eenzaamheid);
- het project richt zich specifiek op de doelgroep ouderen.

Denken en Doen zal daarom heel goed passen in een 'lokaal sportakkoord'

### Eigen bijdrage deelnemers

Aan de deelnemers wordt een eigen bijdrage gevraagd, die zal neerkomen op € 70 per jaar (dit is nog geen € 3,00 per les, dus max. € 35 per lesserie). Gedurende het project worden uit deze opbrengst een aantal structurele kosten bestreden, die niet uitgesplitst zijn opgenomen in de projectkosten (indirecte kosten zoals onderzoekskosten, monitoring en evaluatie en kennisdelen).

Na afloop van het project is de eigen bijdrage waaraan de deelnemers gewend zijn -gemiddeld- toereikend om te voorzien in een clublidmaatschap. Hierdoor ervaren de deelnemers geen lastenverhoging als het project afloopt! De bijdrage die de gemeente betaalt is éénmalig en dus alleen nodig voor het bestrijden van (een deel van) de lokale opstartkosten.

Het transport van de deelnemers -van en naar de speelgelegenheid- en eventuele parkeergelden behoren niet tot het project.

### **Zeer beperkte lasten en inspanningen voor de gemeente**

Na besluit tot uitvoering van een project zijn er enkele overzienbare inspanningen die op geld gewaardeerd kunnen worden, maar eigen kosten (van de aanvrager) zijn. Het betreft de genoemde eenmalige opstartfase. Daarnaast is de aanvrager alleen belast met het inschrijven van deelnemers en het beschikbaar houden van een zaaltje.

De BridgeBond is projectverantwoordelijk, aanspreekpunt voor de coördinatie, verantwoordelijk voor het kader (docent en bijvoorbeeld tafelbegeleiders), verzorgt bridge- en lesmateriaal en regelt de gehele uitvoering. Behalve de regie bij de opstart van het project (waarbij de Bridgebond begeleid), worden van de gemeente geen inspanningen verwacht.

## **Contactgegevens**

### **BridgeBond**

Gijs van der Scheer, directeur

T 030-2759915

E [gijs.vd.scheer@bridge.nl](mailto:gijs.vd.scheer@bridge.nl)

## **Bijlage**

[Denken en Doen projectfolder](#)