

Standaard implementatieplan voorzorgcirkels: van start-up naar scale-up

1. Noodzaak voor het ontwikkelen van hulp- en steunstructuren voor thuiswonende ouderen

De afgelopen decennia zijn de bejaardenhuizen en de verpleeghuizen verdwenen en tegelijkertijd zijn de criteria voor opname in het verpleeghuis fors aangescherpt. De gemiddelde verblijfsduur in de klassieke verpleeghuizen is momenteel ongeveer 6 maanden. De verwachting is dat de komende jaren de gemiddelde verblijfsduur nog verder af zal nemen. Als gevolg van de robuuste vergrijzing van onze maatschappij zijn de wachtlijsten voor opname in het verpleeghuis gegroeid: thans staan ongeveer 24.000 ouderen op de wachtlijsten voor het verpleeghuis. Elke maand groeit de wachtlijst met 500 ouderen.

Het beleid van de landelijke overheid is dat ouderen in principe tot het einde van hun leven thuis blijven wonen. Veel ouderen willen dat ook zelf, maar ondertussen is de rijksoverheid vergeten structuren te ontwikkelen die het ook daadwerkelijk mogelijk maken om tot het einde thuis te blijven wonen. Het gevolg hiervan is dat nu in allerlei hulp- en steunstructuren rond thuiswonende ouderen ontwikkeld moeten worden. De voorzorgcirkel is zo'n structuur.

Op grond van de kennis en de ervaringen die de afgelopen jaren zijn opgedaan met het ontwikkelen van voorzorgcirkels, heb ik een standaard implementatieplan voor de verdere ontwikkeling van voorzorgcirkels in Nederland geschreven. Het plan is op elke locatie- (gemeente) en in elke regio bruikbaar.

Op basis van specifieke aspecten en op basis van demografische gegevens van een locatie of regio, kan het standaard implementatieplan aangepast worden. De aanpassingen zullen door de initiatiefnemers op locatie of de regio aangebracht worden. Op deze manier krijgt het plan ook een "couleur locale" en is daarmee beter invoelbaar voor de initiatiefnemers.

De basis voor dit implementatieplan is gelegen in het boek "Voorzorgcirkels als antwoord op vergrijzing". Het dient aanbeveling dit boek te lezen voordat men start met de implementatie van voorzorgcirkels.

2. De essentie van de voorzorgcirkel

De belangrijkste kenmerken van de voorzorgcirkel op een rijtje:

- uit voorzorg ontwikkelen: voor het geval dat: voorsorteren op ouder worden
- gezonde vitale ouderen helpen zorgbehoeftige ouderen
- inventarisatie van hulpvraag en hulpaanbod
- organiseren van vraag en aanbod
- bestaat uit 8/9 tot 12/13 personen
- creëert een zorgzekere situatie: verzekerd van zorg
- het is vrijwillig maar niet vrijblijvend

- loop- en fietsafstand
- neemt werk uit handen van professionele organisaties
- bestrijd eenzaamheid

3. Betrokken organisaties

De volgende informele en formele(professionele) organisaties dienen in elk geval bij de ontwikkeling van voorzorgcirkels betrokken te worden:

- **informeel**
 - ouderenorganisaties
 - zorgcoöperaties
 - stichting welzijn ouderen
 - soms ook dorps- en wijkraden
- **professioneel**
 - -de welzijnsorganisatie
 - -de zorgorganisatie
 - -de woningcorporatie
 - -de gemeente(wethouder Sociaal Domein en ambtenaren)

Afhankelijk van de lokale of regionale situatie en op grond van de demografische gegevens, zullen de initiatiefnemers van een voorzorgcirkelproject deze lijst aanvullen dan wel corrigeren. Zo komt het voor dat een dorpsraad of wijkraad zich intensief bezig houdt met vergrijzing en ouderenzorg. Soms is in een regio of in een gemeente al een initiatief gestart om te komen tot zorgzame gemeenschappen en dan zal men daar aansluiting bij zoeken. Voorzorgcirkels zijn ook een instrument om te komen tot zorgzame gemeenschappen (community building). Verder bouwen op lopende initiatieven is vanzelfsprekend.

4. Vijf fases in de ontwikkeling van voorzorgcirkels

a. De initiatiefnemer(s)

De initiatiefnemer(s) gaat aan de slag met dit implementatieplan. Hij/zij gaat op zoek naar een projectleider voorzorgcirkels die voor deze functie is opgeleid of opgeleid gaat worden. Voor de opleiding van projectleider voorzorgcirkels, zie verderop in dit plan.

b. Inventarisatie van betrokken organisaties

De projectleider inventariseert welke informele en formele organisaties actief zijn in de gemeente of regio en zorgt voor een volledig overzicht.

c. Eerste overleg betrokken organisaties

De projectleider roept alle betrokken organisaties(informeel en professioneel) bijeen voor een eerste overleg. De initiatiefnemers leggen uit waarom zij het wenselijk vinden dat er voorzorgcirkels ontwikkeld worden. De projectleider beschrijft de situatie wat betreft vergrijzing en ouderenzorg in Nederland en schildert de noodzaak van de ontwikkeling van hulp- en steunstructuren rond thuiswonende ouderen. De belangrijkste opdracht in dit overleg is het commitment te krijgen van alle aanwezige organisaties.

d. Eerste bijeenkomst met ouderen

Omdat in nagenoeg alle gevallen de lokale ouderenorganisatie uitgenodigd zal worden voor het eerste overleg van betrokken organisaties, zal bij de voorbereiding van de eerste bijeenkomst het accent liggen op de ouderen zelf. Hoewel wij nastreven dat zoveel als mogelijk inclusief gedacht en gehandeld wordt, is het toch verstandig met de ouderen te starten en bij de verdere ontwikkeling zo veel mogelijk inclusiviteit na te streven.

Ouderen geven er doorgaans de voorkeur aan om overdag bijeen te komen. Dat alleen al maakt het heel moeilijk andere leeftijdsgroepen te betrekken in de startfase.

Het heeft de voorkeur om de eerste bijeenkomst met ouderen te starten om 10.30 uur en om een pauze in te lassen om 12.00 uur. In de pauze zijn er broodjes en andere versnaperingen.

Om 12.45 wordt de bijeenkomst hervat.

Voor de pauze zal de projectleider aangeven hoe de situatie is in Nederland op dit moment op het terrein van vergrijzing en ouderenzorg. De elementen van dit verhaal haalt de projectleider uit het eerder genoemde boek. Na de pauze gaat men in groepjes van 10 uiteen en ligt het accent op het bespreken van hulp- en steunstructuren zoals voorzorgcirkels en het bespreken van de noodzaak van het hebben van een netwerk. Deze gesprekken vinden plaats onder leiding van vooraf geselecteerde en geïnstrueerde tafeldames/heren. Die discussie kan gevoed worden aan de hand van de volgende 3 thema's:

- A. Hoe kijkt u aan tegen de zojuist geschetste voorzorgcirkels?
- B. Bent u bereid als gezonde, vitale oudere straks zorgafhankelijke ouderen te ondersteunen, in welke vorm dan ook?
- C. Bent u als zorgafhankelijke oudere (nu of te zijner tijd)) bereid om hulp uit de buurt in een of andere vorm te aanvaarden?

e. Hoe verder na de eerste bijeenkomst

Belangrijk is dat de tafeldames/heren er in slagen om vanuit hun groep een duidelijke lijn aangereikt te krijgen over het inhoudelijke vervolg van de eerste bijeenkomst. Ook belangrijk is dat minimaal 1 lid van elke groep zich bereid verklaart om, samen met de initiatiefnemers, een concreet vervolg te geven aan de eerste bijeenkomst.

5. Drie methodieken voor het ontwikkelen van voorzorgcirkels

a. Voorzorgcirkels in huurappartementen en huurwoningen van de woningcorporatie

20 a 25 % van de ouderen in Nederland woont in huurappartementen of in huurwoningen van de woningcorporatie. Als je hier een robuuste ontwikkeling inzake voorzorgcirkels weet te realiseren, dan heb je in één klap een grote groep ouderen bereikt.

In huurappartementen en huurwoningen wonen de ouderen dicht bij elkaar. In appartementen zelfs onder één dak. Nabijheid is een belangrijke succes factor: een kernpunt van de voorzorgcirkel is dat men op loop- en fietsafstand van elkaar woont. Daar is hier aan voldaan.

Voor deze groep ouderen is een aparte methodiek ontwikkeld. Deze is te vinden op blz 76 van het eerder genoemde boek.

b. Voorzorgcirkels in straten, buurten en wijken

Op dit moment doen we veel ervaring op met de ontwikkeling van voorzorgcirkels in buurten, straten en wijken. We zien dat ook steeds meer initiatieven door ouderen zelf in buurten en wijken genomen worden. Men schakelt zelf de welzijnsorganisatie in.

Ook voor deze route is een methodiek ontwikkeld: zie blz 85 van genoemd boek

c. De indicatiestelling voor thuiszorg als startmoment voor ontwikkeling van voorzorgcirkels

Als een indicatie voor thuiszorg door de wijkverpleegkundige overwogen wordt, dan is er sprake van stevige problematiek. Op dat moment is er een urgentiegevoel bij betrokkene zelf, maar ook bij de directe omgeving van betrokkene, bijvoorbeeld de eigen partner en/of kinderen. De wijkverpleegkundige gebruikt dit moment om aan betrokkene en zijn/haar omgeving aan te geven dat ze een netwerk om betrokkene heen dienen te bouwen, omdat de thuiszorg zelf niet meer alle taken door onder meer personeelsgebrek kan verrichten.

In het eerst volgende gesprek na de indicatiestelling dient het netwerk voor een gedeelte al tot stand gekomen te zijn. Hierbij kan de hulp van de welzijnsorganisatie ingeroepen worden. Door een wijkverpleegkundige van een thuiszorgorganisatie, is een voorzorgcirkelspel ontwikkeld. Zie voor dit spel en de indicatiestelling als ingang voor voorzorgcirkels blz 79 en verder van genoemd boek.

Afhankelijk van de lokale situatie (de verschillen tussen de lokale situaties kunnen groot zijn), kiest men een start met voorzorgcirkels uit 1 van de 3 methodieken.

Doorgaans weten initiatiefnemers heel goed waar de potentie om voorzorgcirkels te ontwikkelen het grootst is. Soms zijn er al ontwikkelingen richting de voorzorgcirkels gaande, waar men bij aan kan sluiten.

6. Het creëren van kritische massa

In Nederland wonen ongeveer 17 miljoen mensen. Als we uitgaan van 20 % ouderen, dan hebben we het over 3.4 miljoen ouderen. Wanneer je hulp- en steunstructuren voor thuiswonende ouderen ontwikkelt, waaraan gemiddeld genomen 10 personen aan deel nemen, dan zou dit inhouden dat je 340.000 hulp- en steunstructuren gaat ontwikkelen. Het is duidelijk dat het ondoenlijk is voor welke organisatie dan ook om een dergelijke klus op zich te nemen. Je moet dus iets bedenken waardoor ouderen gemotiveerd worden om zelf hulp- en steunstructuren te gaan ontwikkelen. Hoe gaan we dit aanpakken?

Van kritische massa naar sneeuwbaaleffect

In relatie tot verzorgcirkels(hulp- en steunstructuren) is sprake van een kritische massa(zijnde het benodigde aantal verzorgcirkels om te komen tot het sneeuwbaaleffect), als in een nader af te bakenen gebied (bijvoorbeeld een wijk/dorp van 5000 inwoners) zoveel hulp- en steunstructuren zijn opgezet door de oorspronkelijke initiatiefnemers, dat ouderen in dat gebied er zelf toe over gaan om die structuren op te zetten. De vraag is nu wanneer er in een bepaald gebied sprake is van een dergelijke kritische massa of met andere woorden gezegd: wat is het minimum aantal verzorgcirkels dat opgezet moet worden voordat het balletje uit zichzelf gaat rollen. Hier kunnen we alleen achter komen door dit in de praktijk uit te zoeken.

Focus

Om in een van te voren vastgesteld gebied een kritische massa te bereiken, moeten we alle activiteiten om te komen tot hulp- en steunstructuren op elkaar afstemmen. Dat houdt in dat de drie ingangen om te komen tot verzorgcirkels tegelijkertijd benut worden en de activiteiten daaromtrent op elkaar worden afgestemd, zodat ze elkaar gaan versterken. Het gaat hier om:

- het moment van een indicatiestelling voor thuiszorg gebruiken voor de ontwikkeling van verzorgcirkels
- als er in het bepaalde gebied huurappartementen of huurwoningen van de woningcorporatie zijn, wordt daar ook gestart
- verder worden lokale ouderenorganisaties, zorgcoöperaties en overige betrokken participanten in het bepaalde gebied aangemoedigd om aan de slag te gaan in buurten en wijken om verzorgcirkels op te zetten.

7. Demografische gegevens

Voor je kunt gaan werken aan het creëren van een kritische massa moet je een gemeente, op basis van demografische gegevens, opdelen. Het is belangrijk daarbij uit te gaan van natuurlijke en vaak al lang bestaande sociale verbanden. Een gemeente met 5 of 10 kerkdorpen, zal er voor kiezen om verzorgcirkels per kerkdorp op te zetten. In kleinere kerkdorpen zijn immers vaak al lang bestaande sociale verbanden. Daar sluit je dan bij aan. Daarom zullen demografische gegevens per kerkdorp en per wijk verzameld worden.

8. Ontwikkelde instrumenten

De afgelopen jaren zijn de volgende instrumenten ontwikkeld om verzorgcirkels op te zetten:

- een zorgscan en talentenkaart
- een vraag en aanbod kaart
- 3 ingangen met een eigen methodiek voor de ontwikkeling van verzorgcirkels
- een “Verklaring van onderlinge hulp en steun” die mondeling wordt uitgesproken of, indien gewenst door de leden, schriftelijk wordt vastgelegd
- een opleidingstraject voor “projectleiders verzorgcirkels” en voor “begeleiders verzorg-cirkels”

- een filmpje waarin burgers zich uitspreken over de noodzaak van hulp- en steunstructuren
- een videoboodschap waarin professionele organisaties zich uitspreken over de noodzaak dat ouderen elkaar gaan helpen
- video-kaart: een gesproken kaart
- de “Goed voor Elkaar” methodiek. Deze methodiek kent 4 onderling samenhangende instrumenten:
 - 1 de PR campagne
 - 2 de netwerkkaart
 - 3 de “Goed voor Elkaar” huisbezoeken
 - 4 de vrijwillige netwerkcoaches

9. PR/Communicatie

Je zou het misschien niet verwachten maar PR/Communicatie is de beslissende succesfactor voor het opzetten van zorgcirkels. Elke stap die in het project gezet wordt, dient uitgebreid gecommuniceerd te worden. Als het initiatief van de gemeente uitgaat, dan begint de PR met het besluit van de wethouder Sociaal Domein om zorgcirkels op te zetten. Vervolgens wordt elke stap in het plaatselijk wijkbladje, in huis-aan-huisbladen, in de regionale krant en op de social media gecommuniceerd. Burgers(ouderen) dienen het idee te krijgen dat iedereen bezig is met het ontwikkelen van hulp- en steunstructuren.

De gemeente zal dus een stevig PR plan dienen te ontwikkelen.

Elke stap wordt vergezeld van een robuuste PR campagne.

10. De opleiding tot “projectleider zorgcirkels” en tot “begeleider zorgcirkels”

a. De projectleider zorgcirkels

Het werk van de projectleider betreft met name de werkzaamheden die genoemd worden in paragraaf 3 en 4. Op verzoek van de initiatiefnemer(s) gaat hij/zij in gesprek met het management van alle betrokken informele en formele organisaties en nodigt hen uit voor een eerste bijeenkomst. Deze bijeenkomst wordt ook door de projectleider voorbereid. Een van de initiatiefnemers zit de bijeenkomst voor.

Vervolgens is de projectleider ook verantwoordelijk voor het organiseren van de eerste bijeenkomst met de ouderen. Met het afsluiten van deze bijeenkomst, eindigt het werk van de projectleider.

Momenteel worden er projectleiders opgeleid.

b. Begeleider voorzorgcirkels

De begeleider voorzorgcirkels is aanwezig bij de eerste bijeenkomst met de ouderen, zoals beschreven in paragraaf 4. De begeleider voorzorgcirkels helpt ouderen met de daadwerkelijke ontwikkeling van een voorzorgcirkel. Hij/zij blijft beschikbaar voor ouderen totdat de voorzorgcirkel feitelijk functioneert. De begeleider zorgt voor de nodige demografische gegevens. Zijn/haar werkzaamheden vloeien verder voort uit wat er in paragraaf 5 beschreven is en de begeleider maakt gebruik van de instrumenten genoemd in paragraaf 8. Verder assisteert de begeleider de initiatiefnemer(s) bij het opstellen van het PR plan.

Samen met de initiatiefnemers beslist de begeleider waar de eerste voorzorgcirkels worden ontwikkeld en via welke route het snelst een kritische massa bereikt kan worden.

Direct nadat de opdrachtgever het implementatieplan heeft goedgekeurd wordt gestart met de opleiding tot begeleider voorzorgcirkel.

11. Kostenplaatje voor opdrachtgever

Kosten projectleider voorzorgcirkels: 6 dagen, zijnde 48 uur:	€ 2400
Kosten begeleider voorzorgcirkels vanuit welzijnsorganisatie:	€ 0
Kosten opleiding projectleider:	€ 500
Kosten opleiding 2 medewerkers welzijnsorganisatie:	€ 2500
Kosten supervisor:	€ 2000

Toelichting

- **Kosten projectleider:** als een voorzorgcirkelproject in de hele gemeente wordt opgezet, is de kans groot dat het steeds om dezelfde organisaties gaat. De kans bestaat dat dan 1 x 6 dagen voldoende is. In de kosten van de projectleider zijn de reiskosten niet inbegrepen.
- **Kosten opleiding begeleider voorzorgcirkels:** in grotere gemeenten moeten wellicht meerdere medewerkers van de welzijnsorganisatie opgeleid worden. Dan nemen de kosten toe.
- **Kosten supervisor:** voor een gedeelte kunnen deze kosten vervangen worden door de afname van boeken a € 20 per stuk. Reiskosten zijn niet inbegrepen.