

Samenvatting

**Kom erbij! met kunst en cultuur. Samenwerken om eenzaamheid te bestrijden.** *Handreiking voor professionals en vrijwilligers in de cultuursector en het sociaal domein. Utrecht: LKCA, mei 2019.*



### **Cultuur en sociaal domein op weg helpen**

Deze handreiking wil culturele professionals en professionals en vrijwilligers in het sociaal domein op weg helpen om zich in te zetten tegen eenzaamheid en de krachten te bundelen. Ervaringen met tientallen culturele interventies tijdens de Week tegen eenzaamheid 2018, interviews, intervisie en vakkennis komen samen in deze publicatie.

### **Eenzaamheid is een actueel vraagstuk dat vraagt om een gezamenlijke aanpak**

Eenzaamheid is zo oud als de mensheid, maar staat tegenwoordig meer dan ooit in de belangstelling. Bij eenzaamheid gaat het om het gemis van sociale relaties vanwege een beperkt aantal contacten en/of de beperkte kwaliteit van die contacten. Meer dan een miljoen Nederlanders voelen zich sterk eenzaam. Eenzaamheid kent verschillende oorzaken, bijvoorbeeld in iemands persoonlijkheid, verlies van relaties door gewijzigde omstandigheden en ontwikkelingen in de samenleving. De gevolgen van eenzaamheid kunnen groot zijn. Naast het 'minder meedoen' in de samenleving kan eenzaamheid leiden tot serieuze gezondheidsrisico's en zelfs een verhoogde kans op vroegtijdig overlijden. Om eenzaamheid te voorkomen en tegen te gaan is een brede, integrale aanpak nodig, ook tussen de culturele sector en het sociaal domein.

### **Zó werkt kunst tegen eenzaamheid**

Kunst en cultuur kunnen een positieve bijdrage leveren aan het voorkomen en tegengaan van eenzaamheid. De handreiking noemt zes factoren die het succes mede kunnen bepalen. Allereerst doen kunstenaars een beroep op de talenten en mogelijkheden van deelnemers; dit versterkt iemands eigenwaarde en zelfbeeld. Ook zorgt deelname in een actieve rol en aan een creatief proces ervoor dat deelnemers weer gezien en gehoord worden en hun levenslust gaat stromen. Kunstprojecten bieden ook de gelegenheid om persoonlijke verhalen te delen; dit lucht op en verbindt. Kunst en cultuur vinden vaak plaats in een vriendelijke, speelse en uitnodigende setting waar niet veel moet en wel van alles kan. Dit kan de drempel verlagen om contact te maken over persoonlijke onderwerpen. Het actief meewerken en zich medeverantwoordelijk voelen voor een kunstproject creëert bovendien een gevoel van eigenaarschap en zorgt voor empowerment: iemand ontwikkelt veerkracht en zeggenschap over het eigen leven. Ten slotte kunnen culturele instellingen en kunstenaars een belangrijke rol vervullen in de samenwerking tussen maatschappelijke sectoren. Ze hebben vaak een frisse buitenstaandersblik, een positieve insteek en het vanzelfsprekende lef om out of the box te denken. Daardoor kunnen ze inspiratie, bezieling en nieuw elan brengen.

### **Tien stappen voor succesvolle samenwerking**

De handreiking werkt tien stappen uit voor succesvolle samenwerking tussen de culturele sector en het sociaal domein. Het begint met goede voorbereiding, het vinden van passende partners en het nemen van de tijd om elkaar te leren kennen. Elkaars krachten benutten, samen een projectplan uitwerken en de doelgroep leren kennen zijn ook belangrijk. Andere stappen zijn het betrekken van uitvoerenden, zoveel mogelijk aansluiten bij bestaande initiatieven, de activiteit bekend maken én werken aan continuïteit.

### **Zeventig voorbeelden**

In de bijlage staan zeventig praktijkvoorbeelden omschreven, vanuit het hele land. Ze kunnen als inspiratiebron dienen om zélf, in je eigen situatie, óók kunst en cultuur in te zetten in de strijd tegen eenzaamheid. Dat is nu harder nodig dan ooit tevoren. Hopelijk is deze handreiking een impuls om kunst en cultuur in te zetten tegen eenzaamheid, overal in ons land, het hele jaar door.