

# Subsidiechecklist eenzaamheid

Wilt u subsidie aanvragen voor een eenzaamheidsproject? Of bent u degene die over een aanvraag beslist? Maak dan gebruik van deze checklist. Zo worden we in Nederland steeds een beetje beter in de aanpak van eenzaamheid.

Steeds meer mensen en organisaties starten initiatieven om eenzaamheid tegen te gaan of te voorkomen. Er zijn al veel ervaringen, kennis en inzichten die helpen bij effectieve projecten. Tegelijkertijd is er ook nog veel onduidelijk. Deze checklist voor subsidieaanvragers en subsidiebeslissers bundelt daarom actuele informatie op basis van wetenschap en praktijk bij de aanpak van eenzaamheid. De checklist wil initiatiefnemers en subsidieverleners stimuleren projecten maximaal effectief te laten zijn.

## 1. Ontwikkeld met beoogde doelgroep

Projecten werken beter als ze zijn ontwikkeld samen met de beoogde doelgroep. Op die manier is de kans groter dat de activiteiten aansluiten bij de wensen en situatie van de mensen voor wie ze zijn bedoeld.

## 2. Aandacht voor een krachtgerichte aanpak

Activiteiten rond eenzaamheid hebben meer kans op succes als ze de kracht en talenten van mensen aanboren. En minder gericht zijn op 'wat niet meer kan'.

## 3. Aandacht voor motivatie, maatwerk en verwevenheid problemen

Interventies voor eenzaamheid werken beter als mensen gemotiveerd zijn om hun situatie te verbeteren. Ook is maatwerk nodig, omdat de (combinatie van) oorzaken, mogelijkheden, talenten en behoeften per persoon verschillen.

## 4. Aandacht voor de totale opgave

Elk project tegen eenzaamheid is onderdeel van een bredere opgave in een gemeente of wijk. Maak duidelijk hoe een project daaraan bijdraagt en hoe samenwerking met andere partners plaatsvindt. Ook is het nodig om te weten welk ander aanbod beschikbaar is. Vanuit 'maatwerk' kan op die manier tijdig en goed doorverwezen worden als dat voor iemand beter is.

## 5. Check op werkzame elementen

Projecten rond eenzaamheid kunnen alleen succesvol zijn als ze gebruik maken van (een combinatie van) de zogenaamde 'werkzame elementen': bezigheden, ontmoeten, praktische ondersteuning, betekenisvol contact, sociale vaardigheden, realistische verwachtingen en/of betekenisvolle rollen.

## 6. Aandacht voor gedachtenpatronen, eigenwaarde en eigen regie

Meer kans op succes hebben projecten die werken aan het doorbreken van negatieve gedachtenpatronen, het verbeteren van het gevoel van eigenwaarde en het versterken van de eigen regie.

## 7. Trainingselement voor onderhouden/verbeteren netwerk

Belangrijk bij de aanpak van eenzaamheid is aandacht voor iemands persoonlijke netwerk. Als een project een trainingselement heeft om dit netwerk te onderhouden of te verbeteren, dan is de kans op effect groter.

## 8. Werving, selectie en training van medewerkers

Projecten rond eenzaamheid zijn altijd vrijwillig of betaald 'mensenwerk'. Het is van belang dat iedereen die in de uitvoering actief is, hiervoor geschikt is en weet waar hij of zij mee bezig is.

## 9. Gebruik van theoretische inzichten en doordachte werking

Projecten hebben meer kans van slagen als initiatiefnemers aantonen goed doordacht te hebben hoe ze te werk gaan en (idealiter) gebruik maken van actuele, theoretische, wetenschappelijke inzichten.

## 10. Meten en evalueren

Metten en evalueren van de activiteiten rond eenzaamheid zijn de kers op de taart. Want daarmee kunnen initiatiefnemers volgen hoe succesvol ze zijn, (tussentijds) bijsturen voor betere resultaten en de opgedane kennis delen met anderen.

### Disclaimer en verantwoording

De checklist is bedoeld voor projecten die individuele eenzaamheid willen aanpakken, en gaat niet over randvoorwaarden (zoals betere gezondheid, financiën of mobiliteit) en niet over projecten die gericht zijn op afleiding van eenzaamheid. De checklist is een selectie en ordening op basis van de [Checklist Amsterdams Netwerk Eenzaamheid](#) (2018) en het [Wat werkt dossier eenzaamheid](#) van Movisie (2016 en 2020) en aanvullende professionele inzichten. Houd bij aanvragen uiteraard altijd rekening met de subsidievoorwaarden van de subsidieverstrekker. Feedback is welkom via [info@aanpakeenzaamheid.nl](mailto:info@aanpakeenzaamheid.nl).