



Factsheet

Versterken van de sociale basis: panelonderzoek naar sociale bezigheden en vrijwilligerswerk

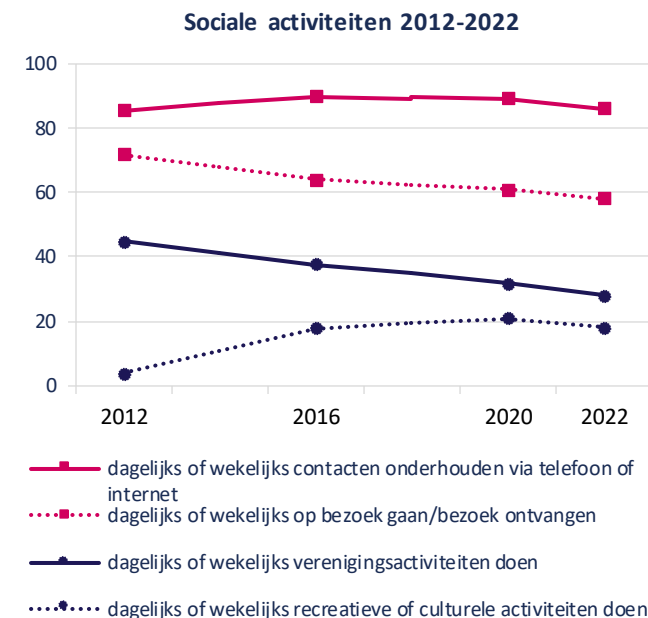
Aanleiding voor het panelonderzoek

De Gelderse GGD'en, GGD IJsselland en GGD Twente hebben samen een panelonderzoek uitgevoerd naar sociale bezigheden en vrijwilligerswerk. Maar waarom? In het Integraal Zorgakkoord (IZA) en het Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA) staan een beweging naar de voorkant centraal. De reden is dat het huidige zorgsysteem niet houdbaar is. Deze beweging vraagt een versterking van de sociale basis. Hierin spelen gemeenten een cruciale rol.

Reden voor de GGD'en om naar de beschikbare data uit de gezondheidsmonitors te kijken. Hieruit blijkt een dalende trend in het aandeel mensen dat sociale activiteiten en vrijwilligerswerk doet. Tegelijk is een stijging waar te nemen van het aandeel volwassenen dat sociaal eenzaam is. Voor GGD Noord- en Oost Gelderland (NOG) reden om hier een verdiepend onderzoek naar uit te voeren. Uit de [resultaten](#) blijkt dat van de volwassenen (18-64 jarigen) en ouderen (65+) 31% sociaal eenzaam is. Dit is lager dan gemiddeld in Nederland (35%). Sociale eenzaamheid is in de regio NOG toegenomen t.o.v. 2012, 2016 en 2020 (resp. 24%, 25% en 28%). In de figuur hiernaast is de trend in sociale activiteiten weergegeven.

Aanvullend willen de GGD'en meer zicht krijgen op dit thema. Zoals de redenen om te stoppen met vrijwilligerswerk of andere sociale bezigheden en wat motiverende en belemmerende factoren zijn. Om hier een indruk van te krijgen is het panelonderzoek uitgevoerd.

Bron: GGD NOG (2024), *Sociale eenzaamheid en participatie in Noord- en Oost Gelderland*



Wat is de sociale basis?

De '[sociale basis](#)' is voor sommigen terug van weg geweest en voor anderen een relatief nieuw begrip. Maar wat wordt er precies mee bedoeld? Het gaat om vrij toegankelijke formele en informele activiteiten en voorzieningen gericht op het elkaar ontmoeten en ondersteunen, ontplooiën en ontspannen die zorgen dat mensen kunnen samenleven en meedoen. Het versterken van de sociale basis gaat over het omzien naar elkaar in de wijken, buurten en dorpen. Maar ook over het autonoom kunnen leiden van het leven met eigen regie en een netwerk vanuit die basis. Waar mensen zijn en zich tot elkaar verhouden is er een sociale basis. Deze is er dus altijd, of deze nu sterk is of niet.

De sociale basis kent [drie](#) met elkaar verbonden lagen:

1. Persoonlijke sociale basis: de inwoner en het netwerk van die persoon, en in hoeverre dat netwerk diegene kan ondersteunen en opvangen.
2. Gemeenschappelijke sociale basis: de formele en informele gemeenschappen waar individuen zich in bevinden. Denk aan (sport)clubs of verenigingen. Vrijwillige inzet van individuen hoort hier ook bij.
3. Institutionele sociale basis: de plekken (gebouwen) en organisaties waarin mensen samenkomen, bijv. de bibliotheek of een buurthuis. Maar het gaat ook om formele voorzieningen zoals een vrijwilligerssteunpunt of een welzijnsorganisatie.

Vrijwilligerswerk

In regio Gelderland-Midden doet ongeveer 1 of de drie volwassenen vrijwilligerswerk (zie ook het kader hiernaast). Bij het panelligt dit percentage hoger: meer dan de helft van de panelleden geeft aan vrijwilligerswerk te doen. Een groot deel geeft aan dit 1 tot 10 uur per maand te doen. Mensen worden vooral vrijwilliger via iemand of iets waar ze aan verbonden zijn en om zinvol bezig te zijn.

Hoe zijn mensen vrijwilliger geworden

1. via sport of hobby
2. via familieleden, vrienden of kennissen
3. gevraagd door iemand anders

Waarom worden mensen vrijwilliger

1. maatschappelijke bijdrage leveren
2. leuk om te doen
3. zinvolle tijdbesteding

Vrijwilligers geven aan dat ze zouden stoppen met vrijwilligerswerk als hun gezondheid minder wordt of als ze een hoge leeftijd bereiken. Slechts een heel klein deel van de panelleden geeft aan dat ze gestopt zijn met vrijwilligerswerk vanwege de coronapandemie.

Meer dan de helft van de panelleden die geen vrijwilligerswerk doen, geeft aan daar geen tijd voor te hebben. Ook hier speelt gezondheid en leeftijd een rol.

Redenen om te stoppen

1. afname gezondheid, leeftijd
2. geen tijd
3. niet leuk meer

Redenen om geen vrijwilligerswerk te doen

1. geen tijd
2. door gezondheid/leeftijd
3. te veel dagelijkse zorgen
4. geen behoefte aan

Uit de resultaten blijkt dat veel mensen via hun sociale netwerk vrijwilliger worden. Belangrijke drijfveren voor mensen zijn het gevoel van maatschappelijke nut en het plezier dat het biedt. Dit biedt aangrijpingspunten wanneer de gemeente het aandeel vrijwilligers wil vergroten. Alleen communiceren over het aanbod via officiële kanalen, zoals websites en dergelijke, lijkt minder goed te werken dan wanneer mensen onderling in hun sociale kring met elkaar het gesprek aangaan over de meerwaarde van vrijwilligerswerk.

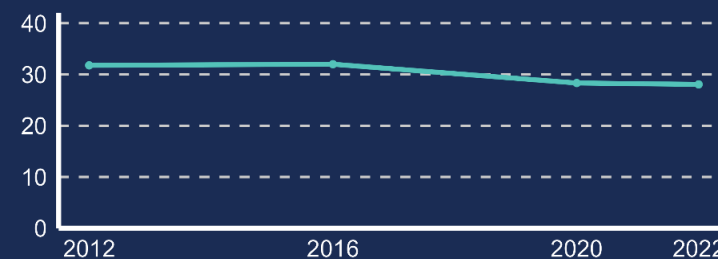
Vrijwilligerswerk

Vrijwilligerswerk heeft een belangrijke maatschappelijke functie. Een samenleving zonder vrijwillige inzet is haast ondenkbaar. Het is bovendien een belangrijke indicator voor sociaal kapitaal: de sociale contacten en relaties die mensen hebben, waaruit mensen steun halen en bieden.

Vrijwilligerswerk heeft ook voordelen op individueel niveau. Vrijwilligers geven vaker aan gelukkig te zijn dan mensen die geen vrijwilligerswerk doen. Ook zijn vrijwilligers meer tevreden met hun eigen leven, sociale contacten en psychische gezondheid.

Het percentage volwassenen dat vrijwilligerswerk doet in regio Gelderland-Midden is tussen 2016 en 2020 gedaald van 32% naar 28% (zie onderstaande figuur). In 2022 was het aandeel vrijwilligers in de leeftijdsgroep 65-75 jaar het hoogste (32%).

Percentage vrijwilligers in regio Gelderland-Midden



Bron: Gezondheidsmonitor Volwassenen 2012-2022; CBS

Sociale contacten en bezigheden

Bijna alle panelleden onderhouden wekelijks of vaker contact (via telefoon of social media, zoals Whatsapp). Meer dan de helft van de mensen hebben wekelijks of vaker fysiek sociaal contact (op bezoek gaan of bezoek ontvangen). De meeste panelleden zijn tevreden over hun sociale contacten, een op de drie geeft aan behoefte te hebben aan meer contacten. Niet verwonderlijk geven eenzame mensen dit vaker aan: ze zouden vaker af willen spreken met familie, vaker hobby's uitoefenen en vaker samen sporten en bewegen (zoals wandelen of fietsen).

Sociale relaties met andere mensen dragen bij aan het gevoel van een zinvol leven. Het hebben van onvoldoende sociale contacten hangt nauw samen met sociale eenzaamheid. Vaak verdwijnt het eenzame gevoel vanzelf. Gevoelens van eenzaamheid, vooral als ze langdurig zijn, kunnen uiteenlopende effecten hebben op de gezondheid. Eenzaamheid kan bijvoorbeeld een stressreactie, verhoogde kans op dementie of depressie en een verhoogde kans op overlijden geven.

Sommige groepen mensen, waaronder ouderen, mensen met weinig inkomen, een lage opleiding en/of een migratieachtergrond hebben een grotere kans op eenzaamheid. Eenzaamheid verschilt per persoon. De oplossing begint bij de persoon zelf. Hij of zij moet besluiten om iets aan de eenzaamheidsgevoelens te willen doen en of daar ondersteuning bij nodig is. De beschikbare eenzaamheidsinterventies sluiten vaak echter niet voldoende aan bij de mogelijkheden en leefwereld. Pharos heeft beschreven welke werkzame elementen eraan kunnen bijdragen dat eenzaamheidsinterventies (beter) benut kunnen worden. Belangrijke elementen zijn dat het belangrijk is om de doelgroep vanaf het begin te betrekken bij de interventie-ontwikkeling. Daarnaast is het van belang dat de interventie aansluit bij de leefwereld, toegankelijk is en het zelfvertrouwen van de deelnemers versterkt.

Bron: vzinfo.nl, eenzaam.nl, [Pharos](http://Pharos.nl)

De belangrijkste redenen om sociale activiteiten te doen

1. Gezelligheid
2. Contacten onderhouden
3. Ontspanning

Wat helpt om meer sociale activiteiten te doen

1. Meer tijd (veruit de grootste groep)
2. Meer geld / goedkoper
3. Iemand om activiteiten mee te ondernemen

Eenzaamheid

Definitie

Eenzaamheid is het subjectief ervaren van een gemis aan (kwaliteit van) bepaalde sociale relaties. Er kan een onderscheid worden gemaakt tussen emotionele eenzaamheid en sociale eenzaamheid.

Bij sociale eenzaamheid gaat het om het gemis van betekenisvolle relaties met een bredere groep van mensen om je heen.

Bij emotionele eenzaamheid gaat het om het missen van een intieme relatie in de vorm van een hechte band met partner, familielid of vriend(in).

Het percentage eenzamen neemt toe

Sinds 2012 is het percentage eenzame volwassenen in regio Gelderland-Midden toegenomen van 36% tot 45% in 2022. Ook het percentage dat aangeeft (zeer) sterk eenzaam te zijn is toegenomen van 7% in 2012 tot 13% in 2022. Gevoelens van eenzaamheid komen voor bij alle leeftijden.

Bron: Van Tilburg en De Jonge Gierveld, 2007
Bron: GM Volwassenen 2012-2022

De sociale basis

Gemeenschappelijke en institutionele sociale basis

De gemeenschappelijke sociale basis gaat over formele en informele gemeenschappen waar individuen zich in bevinden. Vrijwillige inzet hoort hier ook bij. De institutionele sociale basis gaat over de plekken (gebouwen) en organisaties waarin mensen samenkomen. Het gaat hierbij ook over voorzieningen als een vrijwilligerssteunpunt.

Aan de mensen die momenteel geen vrijwilligerswerk doen is gevraagd of ze dit in de toekomst wel (weer) zouden willen doen. Dit zegt iets over het aanwezige potentieel. Hier zijn veel panelleden toe bereid, meer dan de helft geeft aan hier open voor te staan. Opvallend is dat ook onder jongere volwassenen (16 t/m 34 jaar en 35 t/m 49 jaar) hier veel animo voor is.

Hier liggen dus mogelijkheden. De panelleden geven aan dat het helpend is als er de mogelijkheid bestaat om incidenteel een maatschappelijke bijdrage te kunnen leveren, op een moment dat het voor hen uitkomt. De vindbaarheid en bekendheid van het aanbod op een centrale plek wordt hierbij als aandachtspunt genoemd. Het is wellicht een optie om te kijken naar hoe momenteel gecommuniceerd wordt over de mogelijkheden voor het doen van vrijwilligerswerk en hoe dit verder geoptimaliseerd kan worden, door daarbij onder andere te kijken in hoeverre deze aansluiten bij de manieren waarop jongeren en jongvolwassenen hun informatie vergaren.

Wat zou helpen om (weer) te starten met vrijwilligerswerk

1. Niets (grootste deel)
2. Mogelijkheid om eenmalig / af en toe wat te doen
3. Zelf in kunnen plannen

Hoe zou het vrijwilligersaanbod verbeterd kunnen worden

1. Centraal aanbod
2. Bekendheid van het aanbod (vindbaarheid)
3. Flexibiliteit

Persoonlijke sociale basis

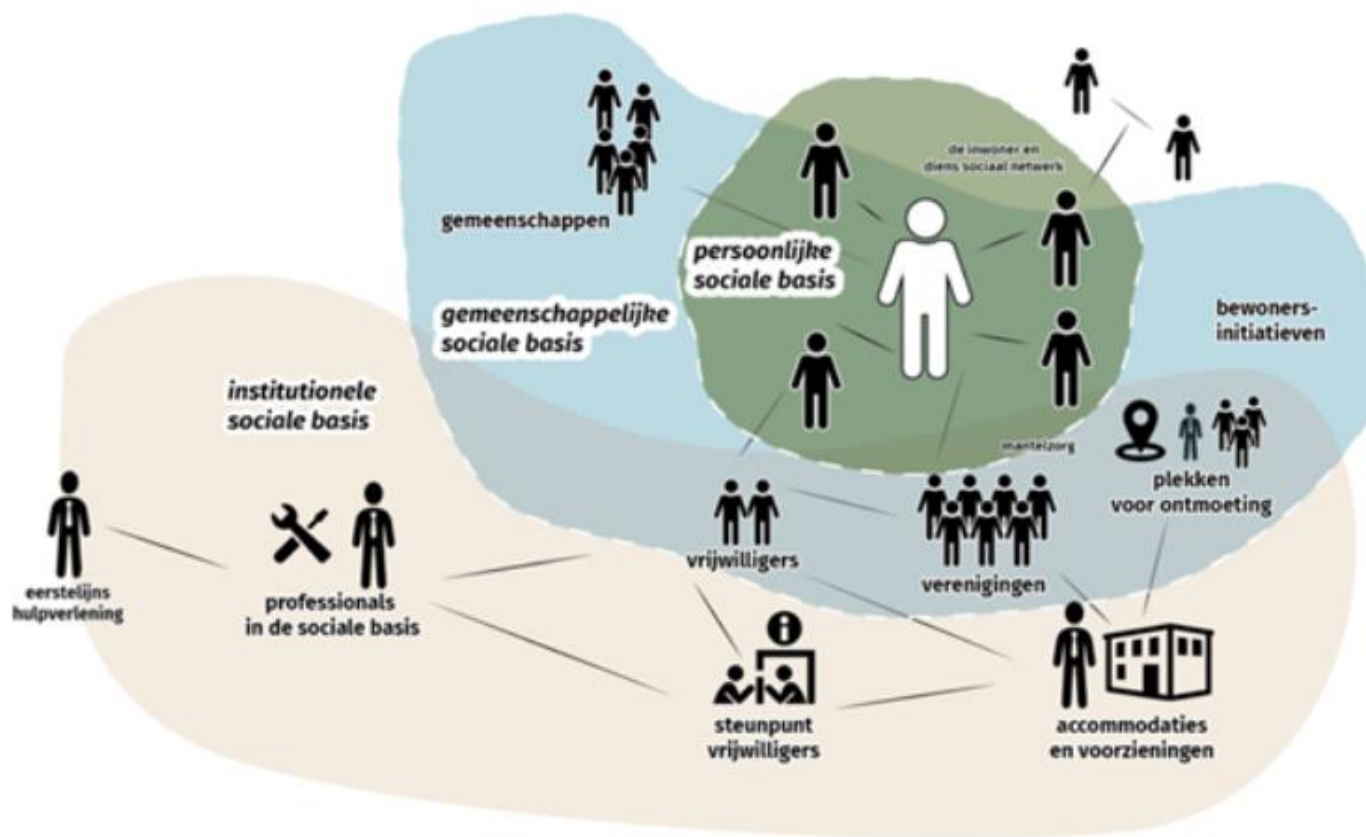
De persoonlijke sociale basis gaat over de inwoner en het netwerk van die persoon, en in hoeverre dat netwerk diegene kan ondersteunen en opvangen.

Van de panelleden geeft een aanzienlijk deel (een vijfde) aan mantelzorger te zijn.

In dit panelonderzoek is verder geen onderzoek gedaan naar de persoonlijke sociale basis, in het panelonderzoek '[Vitaal ouder worden in Gelderland](#)' is o.a. gevraagd naar de ondersteunings- en hulpbehoefte en mantelzorg. Voor meer inzicht en handelingsperspectieven verwijzen we naar deze factsheet.



De rol van gemeenten



De rol van gemeenten

Persoonlijke sociale basis

De rol van de lokale overheid is het op orde hebben van basisvoorzieningen zoals wonen of onderwijs.

Gemeenschappelijke sociale basis

De rol voor de lokale overheid is het stimuleren en faciliteren van deelname aan gemeenschappen.

Institutionele sociale basis

De rol voor de lokale overheid is om te zorgen dat de instituties bereikbaar en beschikbaar zijn voor mensen, bijvoorbeeld door het verstrekken van subsidies.

Bron: [Bijlage 1 De sociale basis](#)

Bron: [Verwey Jonker Instituut](#)

Versterken van de sociale basis: een lokale opgave

Het is van belang om te investeren in de sociale basis, omdat niet alle vraagstukken individueel opgelost kunnen worden. Om de sociale kwaliteit van de samenleving te bevorderen is het belangrijk dat er meer preventief en collectief gewerkt gaat worden aan doelen waarvoor draagvlak is.

Het versterken van de sociale basis gaat over het omzien naar elkaar. Dit kan alleen slagen als op lokaal niveau draagvlak is. Met andere woorden, dit is een gemeenschappelijke opgave.

Om te komen tot een gedragen visie is het van belang om in gesprek te gaan met gemeenschappen en organisaties over wat de sociale basis voor hen is en wat dit concreet van iedereen vraagt. Juist de breedte en diversiteit van de sociale basis maakt dat het werken aan een sterke sociale basis een gemeenschappelijke opgave is met verschillende activiteiten.

Huiskamer van de wijk!

Iedereen is welkom in de Laarhof

De Laarhof is er voor alle bewoners van de Laar. Je mag bij ons zijn wie je bent, we zijn een ontmoetingsplek waar iedereen gelijk is. Je doet wat je er wil doen en mensen helpen elkaar. Je mag alleen komen als je er zin in hebt.

Ontmoeten & gezelligheid

Wat we allemaal samen doen:

- Delerij
- MAAK café
- Woensdag soepdag
- Handwerk atelier
- Creatieve inloop
- Lunch en loop
- Taalvaardigheid
- Bloemen maken

Belangrijke elementen daarbij zijn domeinoverstijgend samenwerken, wederkerigheid, dialoog en de leefwereld van de inwoners. Voor professionals die hiermee aan de slag willen kunnen de volgende vragen ondersteunend zijn:

1. Wat kunnen mensen zelf doen?
2. Wat kunnen mensen samen doen?
3. Wat kunnen professionals doen?
4. Wat kan de overheid initiëren en faciliteren?

Versterking van de sociale basis is een continue proces en daarmee nooit af. Het vraagt duurzaam investeren. Het dilemma daarbij is dat de effecten veelal niet op korte termijn zichtbaar zijn. Om deze reden is het aan te raden om bij het zichtbaar maken van de resultaten niet alleen te focussen op meten en tellen, maar om ook aandacht te hebben voor opmerken en vertellen.

In het kader hiernaast staat een voorbeeld opgenomen uit de gemeente Arnhem: buurthuis De Laarhof.



Versterken van de sociale basis: uitgangspunten

In de Kernboodschap en position paper die het Verwey Jonker Instituut in opdracht van het ministerie van VWS heeft opgesteld wordt een aantal handreikingen gedaan.

Om sociale basis succesvol te versterken is een aantal zaken van belang:

- Continuïteit (op relationeel niveau, beleidsniveau, en financieel niveau) is cruciaal.
- Het garanderen van en investeren in (ontmoetings)plekken en voorzieningen waar mensen elkaar kunnen ontmoeten en activiteiten kunnen ondernemen.
- Samenwerking in partnerschap tussen overheid, inwoners, (maatschappelijke) organisaties.
- Stimuleren van de sociale basis om de intrinsieke waarde, en niet vanuit instrumentele beleids- (en bezuinigings)doelstellingen.

In de rapportage van de Raad voor Volksgezondheid en Samenleving 'Van overleven naar bloeien' wordt gepleit om bloei centraal te stellen als nieuw uitgangspunt voor hulp en ondersteuning. De RVS heeft drie in elkaar grijpende principes geformuleerd die ervoor zorgen dat systemen van hulp en ondersteuning zich meer gaan richten op bloei. Deze drie principes vormen een referentiepunt voor het maken van beleid dat bestaansonzekerheid helpt voorkomen en oplossen:

1. Maak beleid gericht op ontplooiing. Hulp en ondersteuning zouden niet alleen moeten bestaan uit repareren wat nu kapot is, maar ook uit investeren in het kunnen meedoen van mensen én voorkómen van schade op de lange termijn.
2. Maak ruimte voor sociale relaties. Daar waar de overheid het sociale netwerk van mensen wil mobiliseren, moet onderlinge hulp op zijn minst niet worden tegengewerkt, en beter nog actief worden gefaciliteerd.
3. Zorg voor samenhangende ondersteuning. Beleid gericht op ontplooiing en het maken van ruimte voor sociale relaties is gebaat bij meer en betere mogelijkheden om samenhangend te kunnen werken. Immers, ook een hulpverlener die tussen een verkokerd systeem en een burger in staat, kan nog steeds maar heel beperkt integraal werken. Samenhangende hulp en ondersteuning vragen ook samenhangende systemen, dus andere manieren van organiseren, sturen, financieren en verantwoorden, met ruimte voor flexibiliteit.



Wettelijk kader

Gemeenten zijn op grond van de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (Wmo2015) primair verantwoordelijk om de sociale samenhang in wijken en buurten te versterken, het sociaal netwerk te versterken en mantelzorgers te ondersteunen.

In het Integraal Zorgakkoord (IZA) en zijn afspraken gemaakt tussen het ministerie van VWS en een groot aantal zorgpartijen. Het gaat om het gehele zorgstelsel (van de eerstelijnszorg, ggz tot de acute zorg keten).

In het Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA) staan de gemaakte afspraken waarmee een impuls gegeven wordt aan het verbeteren van de gezondheid, met in het bijzonder aandacht voor het verbeteren van de situatie van mensen met gezondheidsachterstanden en mensen in een kwetsbare situatie. De stip op de horizon is een gezonde generatie in 2040 met weerbare, gezonde mensen die opgroeien, leven, werken en wonen in een gezonde leefomgeving met een sterke sociale basis.

Het programma Wonen, Ondersteuning en Zorg voor Ouderen (WOZO) gaat over het langer zelfstandig kunnen blijven wonen met als uitgangspunt: zelf, thuis en digitaal als het kan.

Met de afspraken in de akkoorden IZA, GALA en WOZO is een impuls gegeven aan de wettelijke opdracht van gemeenten om de sociale samenhang in wijken en buurten te versterken. Dit kan met inzet van mantelzorgers, vrijwilligers, het brede welzijnswerk en het ondersteunen van buurt- en burgerinitiatieven.

**Integraal
Zorg
Akkoord**

Samen werken aan gezonde zorg

GALA

Gezond en Actief Leven Akkoord

Gemeenten en GGD'en, zorgverzekeraars en VWS
zetten gezamenlijk in op een gezond en actief leven
met een stevige sociale basis

WOZO

**Programma Wonen, Ondersteuning en Zorg
voor Ouderen**

Achtergrondkenmerken

De vragenlijst voor het panelonderzoek naar vrijwilligerswerk en sociale bezigheden is uitgezet in november 2023. De vragenlijst is verstuurd naar panelleden van de drie Gelderse GGD'en, GGD IJsselland en GGD Twente. Daarnaast is de vragenlijst onder de aandacht gebracht via social media.

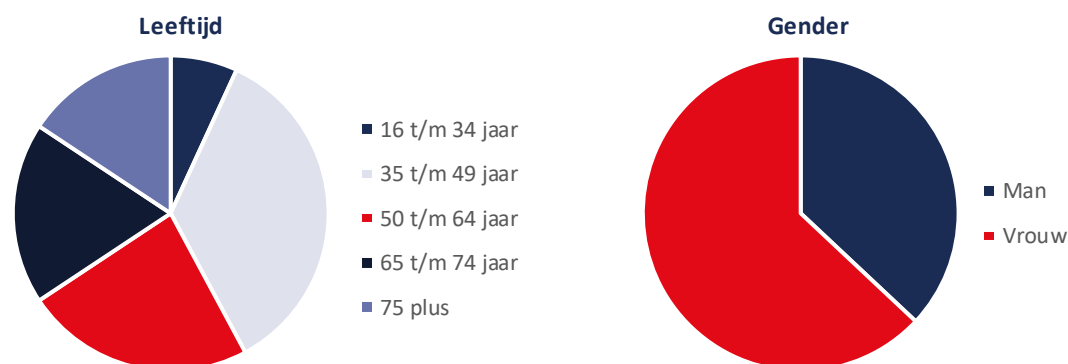
In totaal hebben 10257 respondenten de vragenlijst ingevuld. In deze factsheet zijn alleen de resultaten van GGD Gelderland-Midden weergegeven. In Gelderland-Midden hebben 1.753 mensen meegewerkt.

Er hebben meer vrouwen en meer hoogopgeleiden meegedaan aan dit onderzoek dan mannen en midden- en laagopgeleiden. De meerderheid van de panelleden heeft geen moeite met rondkomen. Ongeveer de helft van de panelleden geeft aan een betaalde baan te hebben van 20 uur in de week of meer, een derde is met pensioen.

Gezien de achtergrondkenmerken van de panelleden zijn de resultaten van dit onderzoek niet representatief voor de algemene bevolking. De resultaten geven wel een beeld.

Bronnen

- Centraal Bureau voor de Statistiek (febr. 2020), [Vrijwilligerswerk en welzijn | CBS](#)
- Gezondheidsmonitors Volwassenen GGD'en, CBS en RIVM, 2012 – 2022
- Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (23 juni 2023), [Bijlage 1 De sociale basis](#) Kenmerk: 3626552-1050315-DMO
- Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (juli 2023), [Kamerbrief Aanpak Sociale Basis inclusief Mantelzorgagenda 2023- 2026](#)
- Movisie [Wat is de sociale basis precies? | Movisie](#)
- Movisie (april 2018). De sociale basis: terug van weggeweest. Startnotitie
- Pharos (febr. 2021), Gezondheid en kwaliteit van zorg voor iedereen Eenzaamheidsinterventies
- Raad Volksgezondheid en Samenleving (febr. 2024), Van overleven naar bloeien: bestaansonzekerheid voorkomen en verminderen
- van Tilburg, T., & de Jong Gierveld, J. (2007). Zicht op eenzaamheid: Achtergronden, oorzaken en aanpak.
- Verwey Jonker Instituut (juni 2023), [Kernboodschap en position paper Sociale Basis](#)
- [www.vzinfo.nl](#) (aug. 2022), Eenzaamheid – oorzaken en gevolgen



Colofon

Dit panelonderzoek is een samenwerkingsproject van GGD Gelderland-Midden, GGD Noord- en Oost-Gelderland, GGD Gelderland-Zuid, GGD Twente en GGD IJsselland.

Contact

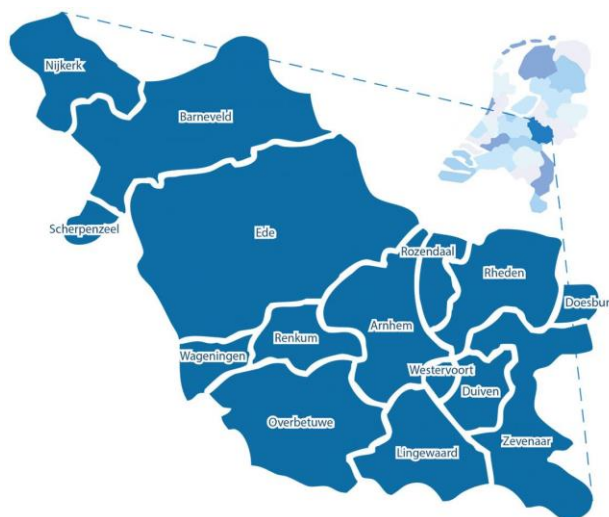
Heeft u vragen over dit onderzoek? Dan kunt u terecht bij GGD Gelderland-Midden: onderzoek@vggm.nl.

GGD Gelderland-Midden

www.ggdgm.nl

[GGD Gelderland-Midden in cijfers](#)

April 2024



Noord- en Oost-Gelderland



IJsselland



Gelderland-Zuid



Gelderland-Midden

