

Studio BRUIS – samen buurten

Bewoners 55+ wooncomplexen aan zet voor een vitale woongemeenschap

Interventiebeschrijving

Mei 2021

Het werkblad (versie mei 2015) dat gebruikt is voor het maken van deze interventiebeschrijving, is een gezamenlijk werkblad van de volgende organisaties.



Colofon

Ontwikkelaar / licentiehouder van de interventie

ActivAge

info@activage.nl

06 18 22 49 58

Website: <https://www.activage.nl/product/studio-bruis-samen-buurten/>

Referentie in verband met publicatie

Kees Penninx

Studio BRUIS

Databank: Effectieve Sociale Interventies

Utrecht, Movisie

Mei 2021

Inhoud

| | |
|---|-----------|
| Colofon | 2 |
| Inhoud | 3 |
| Samenvatting | 4 |
| 1 Uitgebreide beschrijving | 5 |
| 1.1 Doelgroep | 5 |
| 1.2 Doel..... | 5 |
| 1.3 Aanpak..... | 6 |
| 2. Uitvoering | 11 |
| 3. Onderbouwing | 14 |
| 4. Onderzoek | 18 |
| 4.1 Onderzoek naar de uitvoering | 18 |
| 4.2 Onderzoek naar de behaalde effecten | 20 |
| 4.3 Praktijkvoorbeeld | 21 |
| 5. Samenvatting Werkzame elementen | 23 |
| 5.1 Inhoudelijke werkzame elementen | 23 |
| 5.2 Praktische werkzame elementen..... | 23 |
| 6. Aangehaalde literatuur | 24 |

Samenvatting

Korte samenvatting van de interventie

Er staan in Nederland vijf- à zesduizend 55+ wooncomplexen met sociale huurappartementen waarin ruim een miljoen ouderen wonen. In toenemende mate maken woningcorporaties, gemeenten en bewoners zich zorgen over eenzaamheid en anonimiteit in deze 55+ wooncomplexen. Bewoners worden ouder, hebben meer zorg nodig en ontmoeten elkaar minder vaak. In de gemeenschappelijke ruimten zijn minder activiteiten en het vertrouwen in medebewoners neemt af. De interventie Studio BRUIS – Samen buurten, hierna kortweg BRUIS genoemd, is een methode voor community building die bewoners in staat stelt om zelf een nieuwe impuls te geven aan het sociale leven in en rond het woongebouw. Daartoe stimuleert BRUIS bewoners om anders te kijken naar de bewonerspopulatie. Minder als één grote, gelijkgestemde ‘familie’, meer op basis van het leren erkennen, waarderen en benutten van de toegenomen diversiteit aan achtergronden, interessegebieden en talenten. Daarnaast leert BRUIS bewoners hoe zij op een nieuwe manier bewonersactiviteiten kunnen organiseren. Minder centraal aangestuurd vanuit traditionele formele commissies en meer geënt op de ontwikkeling van kleine, zelf gekozen en zelf beheerde informele activiteitengroepjes, clubs en mini-projecten, hier verder ‘micro-activiteiten’ genoemd.

Doelgroep

Doelgroep van BRUIS zijn bewoners van 55+ wooncomplexen in de sociale huursector. De intermediaire doelgroep bestaat per wooncomplex uit drie tot vijf enthousiaste bewoners en een lokaal sociaal professional; zij vormen het ‘Bruisteam’ dat onder begeleiding van de uitvoerder met het project aan de slag gaat.

Doel

Doel van BRUIS is de ontwikkeling van een vitale woongemeenschap met het oog op het versterken van het sociale netwerk en het bevorderen van de sociale participatie van de bewoners. De interventie stelt het Bruisteam in staat om zelf de hiervoor nodige stappen te zetten. Alle activiteiten zijn gericht op het ontwikkelen van een nieuwe wooncultuur (clubcultuur) en nieuwe manieren van activiteiten organiseren. De eigen kracht (interesses, ambities, hobby's en talenten) van bewoners vormen hiervoor het vertrekpunt.

Aanpak

Om bewoners in staat te stellen zelf hun wooncomplex te vitaliseren, stellen zij in overleg met de uitvoerder van de interventie en de lokale professional een initiatiefgroep samen: het Bruisteam. Samen met dit Bruisteam organiseert de uitvoerder van de interventie een aantal activiteiten, waaronder een reeks gespreksbijeenkomsten voor een bredere groep bewoners en enkele grote bijeenkomsten voor alle bewoners. Door ‘training-on-the-job’ helpt de uitvoerder het Bruisteam om zich de aanpak eigen te maken. Dit alles speelt zich af in een periode van een half jaar. Daarna gaat het Bruisteam zelfstandig verder, met enige begeleiding van de betrokken lokale professional.

Materiaal

De interventie is beschreven in een Handreiking voor het project (59 pag.) en een Draaiboek voor de uitvoering van de gespreksbijeenkomsten (47 pag.). Voor Bruisteam's die het project willen uitvoeren, zijn tevens een PowerPoint presentatie en een project-evaluatiesheet beschikbaar.

Onderzoek

De Universiteit voor Humanistiek heeft evaluatieonderzoek gedaan naar de uitvoering en effecten van de interventie BRUIS. De evaluatie vond plaats door middel van een etnografisch veldonderzoek in combinatie met een voor- en nameting door middel van een vragenlijstonderzoek. Dit onderzoek geeft aanwijzingen voor de werkzaamheid van de interventie en doet aanbevelingen voor door-ontwikkeling. De aanbevelingen zijn opgevolgd en verwerkt in de Handreiking. Daarnaast zijn rapportages van (zelf)evaluaties beschikbaar, door ActivAge geschreven op grond van interviews met bewoners en professionals die de interventie hebben ondergaan. Alle vormen van onderzoek hebben geleid (en leiden nog steeds) tot aanvullingen en verbeteringen van de interventie BRUIS.

1 Uitgebreide beschrijving

1.1 Doelgroep

Uiteindelijke doelgroep

De uiteindelijke doelgroep wordt gevormd door bewoners van 55+ wooncomplexen in de sociale huursector. Een 55+ wooncomplex bestaat uit woningen voor mensen van 55 jaar en ouder (seniorenwoningen), waarbij rekening gehouden wordt met het ouder worden (levensloopbestendige bouw).

Intermediaire doelgroep

De intermediaire doelgroep is het Bruisteam dat in het wooncomplex wordt opgericht. Dit bestaat uit een groep van drie tot vijf enthousiaste bewoners en een lokale sociaal professional, verbonden aan de interventie.

Selectie van doelgroepen

Aan de uitvoering van BRUIS gaat een intakegesprek met de woningcorporatie en de uitvoerder vooraf, zie Aanpak.

Selectie vindt in eerste instantie plaats op complexniveau en op grond van de volgende criteria.

1. Zowel de corporatie als de bewoners maken zich zorgen over eenzaamheid, anonimiteit en sociale onveiligheid in het wooncomplex; zij kunnen dit met voorbeelden toelichten.
2. Er is geen sprake van structureel achterstallig onderhoud aan woningen, gemeenschappelijke ruimten en/of de buitenruimte. Er mag ook geen sprake zijn van een omvangrijke onafgewerkte klachtenstroom inzake onderhoud en/of fysieke of sociale veiligheid.
3. Er is geen sprake van allesoverheersende, jarenlang slepende conflicten ('oorlog') tussen groepen bewoners.

Selectie van de intermediaire doelgroep – het Bruisteam – vindt plaats op grond van de volgende criteria.

1. Er is een uitvoerende, agogisch geschoolde sociaal professional met hbo denk- en werkniveau beschikbaar die zich verbindt aan het Bruisteam en in samenspraak met de uitvoerder de bewoners faciliteert en ondersteunt; het eerste half jaar is hiervoor vier uur per week nodig, daarna op afroep gemiddeld twee uur per week voor onbepaalde tijd.
2. Binnen het complex zijn drie tot vijf enthousiaste bewoners beschikbaar die samen met de beroepskracht een initiatiefgroep willen vormen: het Bruisteam.
3. Van de deelnemende bewoners in het Bruisteam wordt verwacht dat zij in staat en bereid zijn om zich door middel van training en *coaching on the job* te bekwamen in de uitvoering van het project en de uitvoering ook daadwerkelijk ter hand willen nemen, samen met de lokale professional en onder begeleiding van de uitvoerder.

Betrokkenheid doelgroep

Met hulp van Platform 31 is in 2016/2017 met de aanpak geëxperimenteerd in tien wooncomplexen. Gedurende zes maanden hebben de wooncomplexen met ieder hun eigen, door ActivAge getrainde Bruisteam (bestaande uit twee bewoners en een bewonersconsulent van de woningcorporatie) geëxperimenteerd met de BRUIS methode. Tijdens deze experimentele periode kwamen de tien teams zes keer bij elkaar in een *learning community* onder leiding van ActivAge. Drie keer om te worden getraind en drie keer om onderling ervaringen uit te wisselen en feedback te geven op de aangereikte conceptmethode. Aan de hand van de ervaringen in deze learning community is de methode aangescherpt en zijn de definitieve Handreiking voor de interventie en het Draaiboek voor de gespreksbijeenkomsten – een belangrijk onderdeel van het project – geschreven.

1.2 Doel

Hoofddoel

BRUIS zet in op de ontwikkeling van een vitale woongemeenschap met als doel het versterken van het sociale netwerk en het bevorderen van de sociale participatie van de bewoners.

Subdoelen

Subdoelen gericht op alle bewoners van de 55+ wooncomplexen:

1. **Op individueel niveau: versterken van het sociale netwerk van bewoners.**
Concreet betekent dit dat bewoners:
 - a. elkaar beter leren kennen
 - b. zich meer verbonden voelen met elkaar
 - c. zich opgenomen voelen in betekenisvolle relaties waarin bewoners informele steun uitwisselen en omzien naar elkaar.
2. **Op het niveau van de sociale gemeenschap: bevorderen van sociale participatie door bewoners.**
Concreet betekent dit dat bewoners:
 - a. meer meedoen aan activiteiten
 - b. zelf ook meer activiteiten organiseren
 - c. meer gebruik maken van gemeenschappelijke ruimte(n).

Subdoelen gericht op het Bruisteam:

3. **Het Bruisteam is in staat zich in te zetten voor de duurzame ontwikkeling van een vitale woongemeenschap.**
Concreet betekent dit dat het Bruisteam:
 - a. In staat is om zelf de vijf stappen te zetten in de uitvoerende fase van het project.

1.3 Aanpak

Opzet van de interventie

De interventie is hetgeen de uitvoerder doet om de bewoners en professional in het Bruisteam in staat te stellen om zelf bij te dragen aan een vitale woongemeenschap. Deze vijf stappen staan centraal in het project. De uitvoerder verzorgt daarnaast de voorbereiding en de evaluatie van het project. De duur van de gehele interventie – dat wil zeggen voorbereiding, uitvoering en evaluatie – is een half jaar. Onderstaande stappen zijn chronologisch, met uitzondering van de vijf stappen gezet door het Bruisteam.

Vorbereiding (2 maanden):

1. Opdracht en voorbereiding van het project: de uitvoerder legt contact met een woningcorporatie (eigenaar/beheerder van het wooncomplex) om deze te informeren over het doel en de aanpak van BRUIS. De uitvoerder gaat in gesprek met de corporatie(s) over deelnamecriteria / randvoorwaarden en in overleg beslissen zij over *go/no go*.
2. De uitvoerder selecteert/werft samen met een professional een groep van drie tot vijf bewoners die samen met de lokale professional het Bruisteam gaan vormen.

Uitvoering (4 maanden):

3. De uitvoerder werkt samen met het Bruisteam aan de uitvoering van het project dat bestaat uit vijf stappen. Al doende maakt het Bruisteam zich de aanpak eigen. De uitvoerder biedt drie tot vijf werkbijeenkomsten op locatie aan, waarin het Bruisteam – werkend aan de taak – getraind wordt voor deze taak. De vijf stappen zijn:
 - i) Bedenken van een naam voor het project
 - ii) Bedenken en vinden van financiering voor de activiteiten
 - iii) Organiseren van minstens drie vrolijke collectieve activiteiten voor alle bewoners, waaronder de Startbijeenkomst, een tussentijdse bijeenkomst en een slotbijeenkomst van het project
 - iv) Zorgen voor de praktische/logistieke organisatie van zes verdiepende gespreksbijeenkomsten voor 12 tot 16 bewoners, gericht op het activeren en enthousiasmeren van meer bewoners; de uitvoerder begeleidt deze gespreksbijeenkomsten
 - v) Stimuleren en faciliteren van Bruiskringen waarin kleine groepen bewoners zelf gekozen micro-activiteiten (bijvoorbeeld een wandelclub) en mini-projecten (bijvoorbeeld een tombola) ondernemen.

4. De uitvoerder helpt het Bruisteam bij het organiseren van de eerste Ronde Tafel van BRUIS, een feestelijke jaarlijkse bijeenkomst waar alle Bruiskringen zich aan elkaar en aan de overige bewoners presenteren.

Evaluatie en overdracht (1 maand):

5. De uitvoerder evalueert het project in samenwerking met het Bruisteam en koppelt de resultaten terug naar het bestuur van de woningcorporatie.

Inhoud van de interventie

Vorbereiding (2 maanden):

1. Opdracht en voorbereiding van het project: de uitvoerder legt contact met een woningcorporatie (eigenaar/beheerder van het wooncomplex) om deze te informeren over het doel en de aanpak van BRUIS. De uitvoerder gaat in gesprek met de corporatie(s) over deelnamecriteria / randvoorwaarden en in overleg beslissen go / no go.

De uitvoerder legt contact met een woningcorporatie. De woningcorporatie is de eigenaar van een 55+ wooncomplex in de sociale huursector. De uitvoerder legt uit wat BRUIS is en wat het kan betekenen voor het 55+ wooncomplex.

Als een woningcorporatie interesse toont, maakt de uitvoerder een afspraak met de contactpersoon. In een gesprek komen de deelnamecriteria (zie 1.1) en de randvoorwaarden (zie hoofdstuk 2) ter sprake. Tijdens dit gesprek bepalen de partijen gezamenlijk of er een go of no go is. Bij een no go wordt de interventie hier afgebroken. Indien er sprake is van een go, wordt de tweede stap genomen.

2. De uitvoerder selecteert/werft samen met een sociaal professional van de corporatie (of van een welzijnsorganisatie) een groepje bewoners die samen het Bruisteam gaan vormen voor het organiseren van activiteiten en bijeenkomsten voor medebewoners.

Indien sprake is van een go (stap 1) gaat de uitvoerder samen met de betrokken professional (zie selectiecriteria) in gesprek om een Bruisteam te werven/samen te stellen. De werving van bewoners voor het Bruisteam vindt plaats in overleg met het zittende bewonerskader van de huurders- of bewonersvereniging en/of een activiteitencommissie. Door het bestaande kader goed te informeren over het doel en de aanpak en door hen te betrekken bij de werving, wordt het benodigde draagvlak gecreëerd. Bij het samenstellen van het Bruisteam wordt vooral gezocht naar bewoners met een frisse blik; zij hoeven geen deel uit te maken van het zittende kader. Deze bewoners worden geworven door middel van persoonlijk aanspreken en andere vormen van oproepen, zoals *flyers* in de portiek.

Uitvoering (4 maanden):

3. De uitvoerder begeleidt het Bruisteam in het zetten van vijf stappen. Onderdeel van die begeleiding zijn drie tot vijf werkbijeenkomsten, waarin het Bruisteam getraind wordt.

Gedurende de uitvoering van de vijf stappen wordt het Bruisteam getraind. De belangrijkste taken van het Bruisteam zijn werving voor activiteiten en meewerken aan de organisatie van bijeenkomsten. De uitvoerder ondersteunt de groep bij het werken aan de activiteiten en werkt zelf mee (voorbeeldfunctie). Om het Bruisteam hiertoe in staat te stellen organiseert de uitvoerder gedurende de looptijd van het project drie tot vijf trainings-/werkbijeenkomsten met het Bruisteam. Onderstaande stappen lopen deels parallel aan elkaar. Zie voor meer informatie over deze stappen de Handreiking van Studio BRUIS.

De vijf stappen zijn hieronder uitgewerkt:

- i) Bedenken van een naam voor het project*

Het Bruisteam bedenkt een naam voor het project, in samenspel met de andere bewoners. De uitvoerder draagt ideeën aan hoe ze dit kunnen doen, zie Handreiking BRUIS.

- ii) Bedenken en vinden van financiering voor de activiteiten*

Het Bruisteam verkent de mogelijkheden van financiering voor activiteiten, bijvoorbeeld onder bewoners, bij de gemeente, bij fondsen of bij de woningcorporatie. De uitvoerder ondersteunt en draagt ideeën aan hoe dit op te pakken, zie Handreiking BRUIS.

iii) Organiseren van minstens drie vrolijke collectieve activiteiten voor alle bewoners, waaronder de Startbijeenkomst, een tussentijdse bijeenkomst en een slotbijeenkomst van het project

Het Bruisteam organiseert een startbijeenkomst voor alle bewoners, ook wel de 'Proeverij' genoemd. De uitvoerder begeleidt het Bruisteam bij de organisatie en leidt de bijeenkomst. Doorgaans nemen hieraan zo'n 40 à 50 bewoners deel. De activiteit vindt plaats in de gemeenschappelijke ruimte. Voor de feestelijke aftrap van het project nodigt het Bruisteam een lokale sleutelfiguur, zoals de burgemeester, een wethouder of de directeur van de woningcorporatie. Belangstellende bewoners krijgen informatie over het doel en de opzet van het project. Ook 'proeven' zij van enkele interactieve werkvormen die tijdens de (nog komende) gespreksbijeenkomsten worden gehanteerd.

Voorbeelden zijn een speelse kennismaking in kleine groepjes met behulp van de 'Tea Topics' van Pickwick en de werkvorm 'Kom over de streep.' Hierbij worden stellingen besproken, zoals: 'In ons wooncomplex is het altijd gezellig.' Ook krijgen de bewoners informatie over de aankomende reeks van zes verdiepende gespreksbijeenkomsten en hoe ze zich hiervoor kunnen opgeven. De Proeverij wordt afgesloten met een drankje, een hapje en muziek.

De tweede collectieve activiteit, na enkele maanden, is een tussentijdse bijeenkomst voor alle bewoners. Daarbij maakt de inmiddels gestarte gespreksgroep melding van de bevindingen en wordt opnieuw een leuke, collectieve activiteit aangeboden. Denk aan een Draag- en klaagmuur, een Talentenmarkt, een Doe-mee festival of een Hendrik Groenavond. Zie voor deze en andere werkvormen de Handreiking BRUIS.

De derde collectieve activiteit is een Slotbijeenkomst voor alle bewoners, waarbij het project op feestelijke wijze wordt afgesloten, ongeveer vier maanden na de 'Proeverij'. Op dit moment wordt de Ronde Tafel van BRUIS geïntroduceerd.

Zie voor meer informatie over de activiteiten de Handreiking van BRUIS.

iv) Organiseren van zes verdiepende gespreksbijeenkomsten voor 12 tot 16 bewoners, gericht op het activeren en enthousiasmeren van bewoners. De uitvoerder begeleidt deze bijeenkomsten.

Als onderdeel van het project begeleidt de uitvoerder een reeks van zes inspirerende gespreksbijeenkomsten voor 12 tot 16 bewoners. Deze bewoners zijn uitgenodigd door het Bruisteam, dat ook de praktische organisatie voor zijn rekening neemt. Voor het opzetten en begeleiden van deze gespreksbijeenkomsten is een afzonderlijk Draaiboek geschreven, dat deel uitmaakt van de aanpak.

De gespreksbijeenkomsten zijn bedoeld om:

- de kring van actieve bewoners groter te maken
- ideeën te genereren voor het bruisend maken van het wooncomplex
- bewoners aan te sporen tot het vormen van clubs en miniprojecten (microactiviteiten) rond gedeelde interesses, ambities en talenten.

Aan de hand van de vijf levensdomeinen uit het Huis van de Identiteit gaan de deelnemers over deze onderwerpen met elkaar in gesprek. Aan elk thema wordt één bijeenkomst gewijd. Het Huis van de Identiteit ziet er schematisch als volgt uit.



Tijdens een zesde bijeenkomst (niet in het schema) wordt geen nieuw thema meer aangereikt, maar maakt de begeleider samen met de deelnemende bewoners de balans op. Elke deelnemer vult zijn/haar Persoonlijke Actiekaart in. Op de Persoonlijke Actiekaart geeft de deelnemer aan waar hij/zij op dit moment staat, wat hij zou willen doen, alleen of samen met anderen, en wie of wat hij daarbij nodig heeft. Zie voor meer informatie over deze gespreksbijeenkomsten het Draaiboek van BRUIS.

v) Faciliteren van Bruiskringen voor het zelfstandig organiseren van micro-activiteiten.

Het Bruisteam faciliteert constant micro-activiteiten door het helpen opzetten van Bruiskringen en miniprojecten. Een Bruiskring is een groepje van twee of meer personen dat zich formeert rond een gedeelde interesse, een hobby, een wens of talent. Op ieder moment kunnen bewoners zelf een nieuwe Bruiskring vormen. Tijdens de reeks van verdiepende gespreksbijeenkomsten (zie boven) wordt veel aandacht besteed aan de vorming van deze kleine interessegroepen. Voor meer informatie zie de Handreiking van BRUIS.

4. De uitvoerder leidt de eerste Ronde Tafel van BRUIS, de jaarlijkse bijeenkomst voor alle bewoners

Na de slotbijeenkomst krijgt het project een doorlopend vervolg in de vorm van de Ronde Tafel van BRUIS. De uitvoerder begeleidt de eerste Ronde Tafel van BRUIS, de laatste activiteit van de interventie. De Ronde Tafel van BRUIS is een feestelijke bijeenkomst voor alle bewoners die vanaf dit moment minimaal eens per jaar plaatsvindt. De bijeenkomst wordt georganiseerd door het Bruisteam. Aan de Ronde Tafel van BRUIS presenteren alle actieve clubs zich in de vorm van een bruisende parade of markt. De clubs informeren elkaar over hun activiteiten en verzorgen kleine demonstraties. De schilderclub toont zijn schilderwerken. De breiclub verzorgt een kleine breiworkshop, enzovoort. Zie voor meer informatie de Handreiking van BRUIS.

Evaluatie en overdracht (1 maand):

5. Het Bruisteam van bewoners en de lokale professional evalueren onder begeleiding van de uitvoerder het project; de uitvoerder koppelt de resultaten terug naar het bestuur van de woningcorporatie.

Na afloop van de eerste zes maanden (twee maanden voorbereiding en vier maanden uitvoering), na de eerste Ronde Tafel van BRUIS, start de evaluatie van de interventie. Met behulp van een speciaal hiervoor

ontworpen evaluatiesheet helpt de uitvoerder het Bruisteam bij de evaluatie. De uitvoerder noteert de bevindingen in een concept rapportage en koppelt deze terug naar het Bruisteam. Zo nodig wordt de rapportage op grond hiervan bijgesteld. Tot slot biedt de uitvoerder de definitieve rapportage aan de opdrachtgever aan. In de evaluatiesheet staan de volgende vragen centraal.

1. Wat was het doel?
2. Wat is er bereikt – denk aan activiteiten, baten voor bewoners, samenwerking, sfeer in complex –?
3. Welke factoren hebben hierbij geholpen?
4. Welke factoren vormden een (tijdelijke) belemmering en hoe is hiermee omgegaan?
5. Hoe groot is de kans op verankering / verduurzaming? Onder welke voorwaarden?
6. Leerervaringen en tips.
7. Overige opmerkingen.

Een voorbeeld van een ingevulde evaluatiesheet (wooncomplex Mazesteyn) is opgenomen in de bijlagen.

BRUIS in het Corona-tijdperk Aangepaste activiteiten tijdens de pandemie

Tijdens de Corona pandemie waren grote bijeenkomsten met bewoners niet mogelijk. Om toch zo veel mogelijk bewoners te bereiken heeft ActivAge in samenspraak met bewoners drie extra activiteiten ontwikkeld ter vervanging van de plenaire bewonersbijeenkomsten: Bruispost, Woonmaatjes en Telebakkie. Een vierde activiteit is in ontwikkeling: My Secret Friend. Ook na de pandemie kunnen deze activiteiten worden behouden.

Bruispost

Via de brievenbus verspreidt het Bruisteam schriftelijke uitnodigingen aan alle bewoners om op een voorgedrukt vel papier een vraag beantwoorden in de vorm van een kort verhaal, een tekening of een collage. Bijvoorbeeld: wat maakt jouw huis een thuis? De inzendingen worden in de centrale hal tentoongesteld. Zo lokt Bruispost korte gesprekken uit en draagt het bij aan onderlinge bekendheid en vertrouwen.

Woonmaatjes

Woonmaatjes is een deelproject waarbij bewoners in koppels van twee omzien naar elkaar. Koppels melden zich aan bij het Bruisteam, dat ook individuele aanmeldingen opvangt en *matcht*. Koppels beslissen zelf wat ze willen doen. Bijvoorbeeld elkaar iedere ochtend even bellen of wekelijks samen naar buiten gaan voor een wandeling in het park.

Telebakkie

Telebakkie is een telefonisch koffie-uurtje voor bewoners voor wie beeldbellen een brug te ver is. Op een afgesproken tijdstip bellen maximaal zes bewoners elkaar voor een telefonisch groepsgesprek, ieder vanuit zijn eigen woning. Eén van de gespreksdeelnemers moet in het bezit zijn van een smartphone om de overige gespreksdeelnemers te kunnen toevoegen aan het gesprek.

2. Uitvoering

Materialen

De volgende materialen zijn beschikbaar voor de uitvoering, werving en evaluatie van de interventie BRUIS.

1. **Studio BRUIS – Samen buurten. Bewoners 55+ wooncomplexen aan zet voor een vitale woongemeenschap. HANDREIKING** (Penninx, 2017a).
Handreiking voor Bruisteam met praktische aanwijzingen en achtergrondinformatie over de aanpak van het project, flankerende benaderingen en werkzame principes van de methodiek.
2. **Studio BRUIS – Samen buurten. Bewoners 55+ wooncomplexen aan zet voor een vitale woongemeenschap. DRAAIBOEK** (Penninx, 2017b).
Het Draaiboek is een los katern, eveneens in *full color* uitgevoerd en rijk geïllustreerd (48 blz.). Het bevat tips voor voorbereiding, werving, praktische begeleiding en evaluatie van de zes gespreksbijeenkomsten die deel uitmaken van de methodiek. Voor iedere bijeenkomst biedt het Draaiboek een uitgewerkt programmavoorstel en een overzicht van te gebruiken materialen. De materialen zijn als losse, kopieerbare bijlagen opgenomen achterin het Draaiboek.
3. **PowerPoint presentatie** voor professionals die het project willen uitvoeren.
Een PowerPoint presentatie met dia's die getrainde professionals kunnen gebruiken als zij de interventie na de projectperiode van een half jaar willen voortzetten of in nieuwe wooncomplexen willen aanbieden.
4. **Evaluatiesheet Studio BRUIS – Samen buurten in Wooncomplex...** (naam wooncomplex).
Gemakkelijk hanteerbare korte *checklist* voor evaluatie van het project door de uitvoerder in samenwerking met het Bruisteam. Een voorbeeld is opgenomen in de bijlagen.

Locatie en type organisatie

Studio BRUIS wordt uitgevoerd in een van de gemeenschappelijke ruimtes van het 55+ wooncomplex, bijvoorbeeld de recreatiezaal of de bibliotheek. Deze ruimtes zijn eigendom van en worden beheerd door de woningcorporatie die het complex beheert. Bij ontbreken van een gemeenschappelijke ruimte wordt uitgeweken naar een nabijgelegen locatie, meestal een buurthuis of kerkzaaltje. Overigens stimuleert Studio BRUIS ook het gebruik van andere ruimtes, zoals huiskamers, gangen, hal en buitenruimte.

Studio BRUIS wordt uitgevoerd door ActivAge, ontwikkelaar en licentiehouders van de interventie. De interventie kan ook worden uitgevoerd door sociaal professionals die hiervoor door ActivAge zijn getraind.

De professional die zitting neemt in het Bruisteam, is meestal een bewonersconsulent in dienst bij een woningcorporatie. Ook een in de wijk werkzame sociaal professional, bijvoorbeeld een opbouwwerker of participatiemakelaar of een als zzp'er werkzame sociaal professional, kan deel uitmaken van het Bruisteam.

Opleiding en competenties van de uitvoerders

Competenties van de uitvoerder (ActivAge)

De ontwikkelaar / train-de-trainer / uitvoerder, Kees Penninx van Bureau ActivAge beschikt over een universitair denk- en werkniveau, is agogisch geschoold en heeft een jarenlange ervaring met bewonersondersteuning en lokale participatieprojecten voor ouderen.

De lokale professional die deel uitmaakt van het Bruisteam werkt mee onder begeleiding van ActivAge en maakt zich werkende weg de aanpak eigen zodat hij/zij er daarna ook in andere wooncomplexen mee uit de voeten kan. Hiervoor zijn de volgende opleiding / competenties vereist.

Competenties van de betrokken lokale professional

Voor het meewerken in en het zich daarbij eigen maken van de interventie BRUIS voor toekomstige lokale toepassing moet de professional in het Bruisteam beschikken over een hbo denk- en werkniveau, agogisch zijn geschoold en minstens een jaar ervaring hebben met bewonersondersteuning. In de praktijk betekent dit dat de professional beschikt over kennis van en vaardigheden in *social group work*, toegespitst op de

context van sociale wijkontwikkeling. Daarnaast strekt enige kennis op het gebied van actief ouder worden en groepswerk met ouderen tot aanbeveling.

Competenties van het Bruisteam

De drie tot vijf bewoners die willen participeren in het Bruisteam, moeten behalve over enthousiasme beschikken over voldoende denk- en doe-vermogen (termen ontleend aan de WRR, 2017). *Denkvermogen* betekent dat de leden van het Bruisteam redelijk intelligent en sociaal vaardig zijn. Ook *doe-vermogen* is belangrijk: De teamleden moeten kunnen samenwerken en de vertaalslag kunnen maken van doelen naar eigen acties die passen in de context van hun wooncomplex.

Randvoorwaarden

Voor een goede uitvoering van de interventie gelden de volgende randvoorwaarden.

1. Het wooncomplex kent een **gezonde bewonersmix**, hetgeen neerkomt op maximaal 25% zeer kwetsbare en/of zorgbehoevende bewoners.
2. Het wooncomplex beschikt over voldoende **voorzieningen**, zoals een gezamenlijke ruimte, zithoekjes in publieke ruimten, een hobbyruimte en/of een tuin.
3. De professional(s) en bewoners in het Bruisteam zijn bereid te werken in de geest van **dienend leiderschap**. Zij zijn niet uit op macht en voelen zich niet boven de bewoners staan. Zij ontplooiën activiteiten gericht op bewustwording, zingeving, ontwikkeling en groei van alle bewoners in het wooncomplex.
4. Het Bruisteam heeft **draagvlak** bij zo veel mogelijk bewoners. Om dit te toetsen heeft ActivAge de 'Bewonersroos' ontwikkeld (zie Handreiking). Daarin zijn 12 posities beschreven die bewoners kunnen innemen ten opzichte van het project (zoals leidend, helpend, meewerkend, aanvallend en concurrerend).
5. Er zijn, indachtig de ABCD-benadering voor *community organization*, voldoende mogelijkheden voor **aansluiting** tussen interne en externe hulpbronnen; denk hierbij aan het onderling benutten van sociaal kapitaal van bewoners, maar ook aan inclusie van en uitwisseling met buurtbewoners en hulpbronnen buiten het complex.
6. Er is voldoende **financiering** voor de uitvoering van het traject; de Handreiking biedt suggesties voor financieringsbronnen zoals eigen vermogen van de corporatie, Wmo-budget, lokale en landelijke fondsen en kleine eigen bijdragen van bewoners voor specifieke activiteiten.
7. Er is sprake van **vertrouwen en samenwerking** tussen de financierende en/of faciliterende partijen zoals gemeente, welzijnsorganisatie en woningcorporatie.

Kosten

BRUIS kan op twee manieren uitgevoerd worden. Variant 1 is per wooncomplex: op de locatie van een wooncomplex. Variant 2 is in een lerende gemeenschap met deelname van maximaal acht wooncomplexen, waarbij er minder aanvullende coaching op locatie is. De kosten zijn als volgt verdeeld.

A Personele kosten

Variant 1

ActivAge voert de interventie uit en coacht het Bruisteam op de locatie van een wooncomplex.

De kosten die ActivAge rekent voor deze variant bedragen plus minus € 12.000 per wooncomplex. Daar komen nog de kosten bij voor de inzet van een lokale woonconsulent of sociaal werker: in het eerste half jaar 26 weken à vier uur; vervolgens voor onbepaalde tijd twee uur per week per wooncomplex.

Variant 2

Lerende Gemeenschap, waarbij ActivAge vertegenwoordigers van Bruisteam uit maximaal acht wooncomplexen traint en (beperkt) aanvullende coaching op locatie biedt. Totale kosten hiervan bedragen € 29.000. Dit is € 3.625 per complex bij deelname van acht wooncomplexen.

Daar komt per wooncomplex bij de kosten voor de inzet van een lokale woonconsulent of sociaal werker: in het eerste half jaar 26 weken à vier uur; vervolgens voor onbepaalde tijd twee uur per week per wooncomplex.

B Materiële kosten

Per wooncomplex

- Drie sets gedrukte Handreikingen + Draaiboeken, kosten $3 \times € 40 = € 120$ (een Handreiking voor de professional + twee voor de deelnemende bewoners).

- Kosten voor activiteiten, zoals versiering van de gemeenschappelijke ruimte of het inhuren van een artiest, geschat op € 500.
- Zaalhuur en catering in het (uitzonderlijke) geval dat het wooncomplex niet beschikt over eigen gemeenschappelijke ruimtes; voor het hele project geschat op € 500 à € 1.000, afhankelijk van inzet en wensen bewoners.

Alle genoemde bedragen zijn exclusief 21% btw.

3. Onderbouwing

Probleem

Aard

De belangrijkste reden die ouderen noemen om te verhuizen naar een 55+ wooncomplex is de verwachting dat ze er sociale contacten kunnen leggen (Spierings, 2014). Woningcorporaties merken echter al geruime tijd dat de kwaliteit van het sociale leven in veel 55+ wooncomplexen onder druk staat. Het aantal gezamenlijke activiteiten neemt af, de gemeenschappelijke ruimten staan vaker leeg. Gevoelens van anonimiteit en onveiligheid nemen toe, evenals het aantal meldingen van overlast. Bewoners die een en ander gaan mankeren, dreigen te vereenzamen in hun appartement (Penninx & Van Triest, 2017).

Samengevat: In 55+ wooncomplexen is sprake van afname van sociale relaties met als gevolg toenemende gevoelens van eenzaamheid en anonimiteit.

- Eenzaamheid is een subjectieve ervaring van een individu. Iemand is eenzaam als hij/zij een onplezierig of ontoelaatbaar gemis ervaart aan (kwaliteit van) bepaalde sociale relaties (Van Tilburg & De Jong Gierveld, 2007).
- Anonimiteit vatten wij hier op als een mogelijk kenmerk van een buurt. Wanneer hier sprake van is, voelen bewoners zich vreemden voor elkaar en onvoldoende beschermd tegen onveiligheid (criminaliteit, overlast) en/of een gebrek aan collectieve waarden (Blokland, 2009).

Ernst

Een voorzichtige schatting leert dat ruim een miljoen Nederlandse ouderen wonen in een 55+ wooncomplex in de collectieve huursector. Ter vergelijking: op 1 januari 2019 wonen in Nederland 115.000 ouderen in een verzorgings- of verpleeghuis (CBS, 2020).

- Over eenzaamheid: in 2016 gaf 43% van de volwassen bevolking (19 jaar en ouder) aan zich eenzaam te voelen. Ongeveer 10% van hen voelde zich ernstig of zeer ernstig eenzaam (Van den Brink & Savelkoul (2012). Volgens het Sociaal en Cultureel Planbureau is tijdens de Corona pandemie in Nederland het aandeel emotioneel eenzame 75-plussers in een jaar tijd meer dan verdubbeld: van 16% in 2019 naar bijna 37% in 2020 (De Klerk, Plaisier & Wagemans, 2020).
- Over gevoelens van anonimiteit: in 2019 gaf een kwart van de ouderen (55+) aan zich wel eens onveilig te voelen (CBS Veiligheidsmonitor, 2020).

Spreiding

Er zijn goede redenen om aan te nemen dat de eenzaamheid in 55+ wooncomplexen groter is dan gemiddeld. In wooncomplexen in de sociale huursector, de *habitat* van BRUIS, wonen verhoudingsgewijs steeds vaker risicogroepen, zoals mensen met lage inkomens, lager opgeleiden, alleenstaanden en mensen met lichamelijke en/of psychische beperkingen (Leidelmeijer & Van Iersel, 2018).

Gevolgen voor de doelgroep

Vereenzaming en gevoelens van anonimiteit gaan ten koste van het emotionele en fysieke welbevinden (Van der Zwet, De Vries & Van de Maat, 2020). Op termijn heeft eenzaamheid ook uiteenlopende psychische klachten tot gevolg, zoals depressie, cognitieve achteruitgang, dementie, (alcohol)verslaving en zelfmoordgedachten. Ook kan eenzaamheid leiden tot fysieke klachten zoals beroertes, hoge bloeddruk, hart- en vaatziekten, slaapproblemen en verminderde afweer (Van der Zwet e.a., 2020).

Oorzaken

De oorzaken van eenzaamheid en gevoelens van anonimiteit zijn divers. We delen ze hier in twee categorieën in: individuele oorzaken en maatschappelijke oorzaken.

Individuele oorzaken

Bewoners van 55+ wooncomplexen in het sociale huursegment zijn in meerderheid alleenstaande, laag opgeleide vrouwen met een laag inkomen. Deze categorie ouderen voelt zich vaker onveilig en is bovendien de groep waarvan bekend is dat zich bij hen ook op grote schaal andere psychosociale problemen

voordoelen, zoals een lage *mastery* (gevoel van controle op de eigen situatie) en een sterke eenzaamheid (Van Tilburg, 2010).

Persoonlijke competenties en eigenschappen spelen ook een belangrijke rol bij het ontstaan van eenzaamheid. Denk aan een gebrek aan sociale vaardigheden en probleemoplossend vermogen, een negatief zelfbeeld, weinig zelfvertrouwen, sociale angst, sterke verlegenheid en introversie (Van Tilburg en De Jong-Gierveld, 2007; Hortulanus, Machielse & Meeuwssen, 2003). Andere individuele oorzaken zijn psychische en lichamelijke gezondheidsproblemen, gerelateerd aan de ouderdom, die participatiemogelijkheden onder druk zetten (Goumans, 2017).

Uit de sociale gerontologie weten we dat ouder worden gepaard gaat met toenemende kwetsbaarheid als gevolg van verlieservaringen, zoals verlies van gezondheid en sociale contacten (Den Draak en Van Campen, 2011; Penninx, 2015; Steverink, 2015; De Klercq, Verbeek-Oudijk e.a., 2019). Ook is eenzaamheid het gevolg van verschillende ingrijpende levensgebeurtenissen, zoals het overlijden van de partner en van andere leeftijdsgenoten en het verlies van mobiliteit en zelfstandigheid door afnemend fysiek, cognitief en sensorisch functioneren (Van Tilburg, 2007; Machielse, 2015).

Maatschappelijke oorzaken

Een andere oorzaak is de individualisering. Door de toegenomen welvaart en mobiliteit zijn traditionele sociale verbanden zoals het dorp, de kerk, de buurt en verenigingen, losser geworden (Machielse, 2006). In combinatie met het overheidsbeleid op het gebied van wonen, zorg en welzijn, kan dit voor sterke gevoelens van eenzaamheid en anonimiteit zorgen. Het scheiden van wonen en zorg, het sluiten van de verzorgingshuizen en de met bezuinigingen gepaard gaande decentralisatie van voorzieningen op het gebied van zorg en welzijn hebben geleid tot verschraling in het professionele activiteitenaanbod voor kwetsbare ouderen (Machielse, Bos, Van der Vaart & Thoolen, 2017). In dezelfde periode werd steeds meer zelfredzaamheid verlangd van kwetsbare burgers, vaak op het onrealistische af (WRR, 2017; Bredewold, Duyvendak e.a., 2018).

Tot slot speelt bij het ouder worden ook het verlies van maatschappelijke rollen en betekenis – denk aan betaald werk en opvoedingsrollen – een belangrijke rol. Veel ouderen hebben het gevoel dat zij niet meer meetellen in de maatschappij. Negatieve beelden over de ouderdom kunnen dit gevoel versterken. Naarmate de leeftijd vordert en de mobiliteit afneemt, wordt de directe woonomgeving belangrijker als habitat voor zingeving en 'ertoe doen.' De woonomgeving moet dan wel aan bepaalde 'leeftijdsvriendelijke' voorwaarden voldoen. De oudere moet zich veilig voelen en zich uitgenodigd voelen om mee te doen. In de wijken met veel corporatiebezit (waaronder 55+ wooncomplexen in het sociale huursegment), wordt vaak onvoldoende aan deze voorwaarden voldaan (Penninx, 2015; Witter, 2015).

Aan te pakken factoren

BRUIS is ontwikkeld om gevoelens van eenzaamheid en anonimiteit bij bewoners van 55+ wooncomplexen aan te pakken.

Ten eerste is de aanpak erop gericht om individuele oorzaken gelegen in de persoonlijkheidskenmerken (zoals sociale vaardigheden) aan te pakken, zodat het aangaan en onderhouden van sociale contacten gemakkelijker verloopt. Dit is verbonden met het eerste subdoel: 'Op individueel niveau is BRUIS gericht op het versterken van het sociale netwerk van bewoners'.

Ten tweede pakt BRUIS ook de individualisering (met als gevolg gevoelens van anonimiteit en eenzaamheid) aan, op collectief vlak in 55+ wooncomplexen. BRUIS pakt de verminderde sociale participatie van bewoners aan. Dit is verbonden met het tweede subdoel: 'Op het niveau van de sociale gemeenschap richt BRUIS zich op het bevorderen van sociale participatie door bewoners.'

Om deze factoren aan te pakken richt BRUIS zich ten derde op het mobiliseren en activeren van een groep kartrekkers: het Bruisteam dat bestaat uit bewoners en een of enkele lokale professionals. BRUIS stelt hen in staat om het sociale netwerk van bewoners te versterken en sociale participatie onder bewoners te

bevorderen. Dit is verbonden met het derde subdoel: 'Het Bruisteam is in staat zich in te zetten voor de duurzame ontwikkeling van een vitale woongemeenschap.'

Verantwoording

Sociale netwerkontwikkeling en participatiebevordering

Sociale netwerkontwikkeling draagt bij aan vermindering van gevoelens van eenzaamheid en anonimiteit (Van der Zwet e.a., 2020). Op verschillende manieren zet BRUIS hierop in, bijvoorbeeld door met ouderen groepsgewijs te werken aan zelfinzicht, het formuleren van wensen en het aanboren van nieuwe perspectieven. Ook bevordert BRUIS sociale participatie door ouderen zelf na te laten denken waar hun gedeelde interesses liggen en door hen te stimuleren Bruiskringen (clubs) op te richten en kleine sociale projecten op te pakken. Zowel voor sociale netwerkontwikkeling als voor participatiebevordering bestaan aanwijzingen voor effectiviteit (Van der Zwet e.a., 2020).

Van ik naar wij: collectiviserend werken met behulp van het Huis van de identiteit

Een belangrijk onderdeel van de methode is een reeks groepsgesprekken voor 12 tot 16 bewoners over leven en ouder worden in het wooncomplex. Inhoudelijk is deze gespreksreeks gebaseerd op een diagnostisch instrument voor kwaliteit van leven: het Huis van de identiteit (Petzold, 1994; Houben, 2009; Penninx, 2015). Hierin wordt gesteld dat de mens in sociale contexten zijn identiteit ontwikkelt en tot zingeving komt op vijf cruciale levensdomeinen: lichaam en geest, sociale relaties, materiële situatie, arbeid & presteren en waarden & inspiratie. BRUIS reikt deze levensdomeinen aan als gespreksthemata voor de groep. Aan de hand van deze themata maken de deelnemers de persoonlijke balans op van hun leven. Dit helpt hen bij het vergroten van hun zelfinzicht, het formuleren van kleine en grote 'levenswensen' en het zetten van stappen die het leven gemakkelijker, aangenamer en rijker kunnen maken. BRUIS stuurt daarbij aan op wederkerigheid. Dat wil zeggen dat er wordt gezocht naar de betekenis die bewoners voor elkaar kunnen hebben bij het realiseren van de wensen die zij hebben geformuleerd. Door deze aanpak stellen de gespreksdeelnemers zich kwetsbaar op, een belangrijke voorwaarde voor gemeenschapsvorming (Scott Peck, 1987). Zij leren elkaar beter kennen en waarderen, voelen zich meer met elkaar verbonden en gaan elkaar meer vertrouwen (sterker sociaal netwerk, subdoel 1). Dit leidt ertoe dat bewoners enthousiast durven reageren als zij gestimuleerd worden om meer mee te doen aan activiteiten en zelf meer activiteiten gaan organiseren (meer sociale participatie, subdoel 2). Deze benadering wordt ook wel 'collectiviserend werken' genoemd: het verzamelen, bijeenbrengen en verenigen van mensen om met elkaar te werken aan de oplossing van (door hen zelf ervaren) sociale problemen. Of, in de woorden van de Amerikaanse socioloog C. Wright-Mills: *to translate private troubles into public issues* (Spierts & Post, 2018).

Maatwerk bieden op grond van situationeel leren

Een volgend werkzame principe van BRUIS is activiteiten programmeren op basis van het gegeven dat elk wooncomplex verschillend is naar omvang, samenstelling van bewoners, specifieke aard van het vraagstuk en aanwezige competenties. De interventie stelt het Bruisteam in staat om (naast enkele vaste activiteiten) zelf een passend activiteitenmenu samen te stellen, afgestemd op de diversiteit van smaken van de bewoners. Er is sprake van 'situationeel leren': de context bepaalt in hoge mate hoe actoren willen en kunnen werken aan het doel en welke strategieën of activiteiten zij inzetten (De Caluwé & Vermaak, 2006, Bijkerk & Van der Heide, 2006).

In de lerende praktijk van BRUIS betekent dit concreet vijf dingen:

- Ervaringsleren, waarbij de begeleider aansluit bij de leefwereld van de bewoners (Henning, 1981) en zoekt naar hun 'zone van naaste ontwikkeling' (Vygotski, 1978).
- Leren door te doen – *learning by doing* – (Berding, 2011) en bewoners helpen om het zelf te doen (Engbersen & Rensen, 2014).
- Nomadisch leren, dat wil zeggen: niet alles van tevoren plannen, maar 'gewoon op weg gaan', open staan voor verrassingen, meenemen wat je kunt gebruiken en laten liggen wat niet werkt (Kramer, 2014).
- Rekening houden met verschillende leerstijlen van (oudere) volwassenen (Kolb, 1984).
- Uitgekiende gespreksbegeleiding, waarbij de begeleider gebruik maakt van elementen uit de socratische gespreksvoering (Van Paridon, 2017) en van *appreciative inquiry* (Van der Vaart, 2018).

Door op deze manier te werken voelen bewoners zich gestimuleerd om meer mee te doen aan activiteiten en zelf meer activiteiten te gaan organiseren (subdoel 2, meer sociale participatie).

Enabling

Voorts werkt BRUIS volgens een aantal erkende principes van gemeenschapsvorming en inclusie in sociale buurtnetwerken. Gemeenschapsvorming, ook wel samenlevingsopbouw of *community building* genoemd, is een van de grondvormen van het sociaal werk in Nederland (Engbersen & Rensen, 2014; Vermey, Engbersen e.a., 2017). Een belangrijke, algemeen erkende richtlijn bij gemeenschapsvorming is dat de professional inzet op *enabling*. De professional stelt bewoners in staat om zelf hun doelen te formuleren en te bereiken, in plaats van een activiteitenaanbod van buiten aan te reiken aan een groep 'consumenten'. Immers: het ontdekken, ontwikkelen en leren vertrouwen op eigen mogelijkheden is een van de belangrijkste aspecten bij het ontstaan en op gang brengen van participatie (Wagenaar & Specht, 2010). *Enabling* versterkt het 'sociaal doe-het-zelven' en draagt daarmee bij aan het gevoel van eigenaarschap bij bewoners: het is óns project (Sluis & Van der Land; 2009, Engbersen & Rensen, 2014).

BRUIS nestelt daarmee in de traditie samenlevingsopbouw. Belangrijke grondleggers van deze traditie zijn onder andere John Kretzmann en John McKnight, de ontwikkelaars van de ABCD-methode (Kretzmann & McKnight, 1993). Hun credo is: 'Het glas is niet halfleeg, maar halfvol!'. Asset-Based Community Development (ABCD) is het van binnenuit en van onderop werken aan een economisch, cultureel en sociaal sterke buurt, in dit geval een wooncomplex. Dat gebeurt door het doorlopen van een aantal stappen om sociale relaties tot stand te brengen en onvermoede capaciteiten van bewoners, organisaties en instellingen binnen de lokale gemeenschap te mobiliseren en met elkaar te verbinden (Davelaar e.a., 2002). Ook de werkzame principes van het zogenoemde ACTIE-model vormen een inspiratiebron voor BRUIS. Dit model is gebaseerd op vijf factoren, die bepalend zijn voor het succes van een maatschappelijk initiatief: Animo, Contacten, Toerusting, Inbedding en Empathie (Denters, Tonkens, Verhoeven & Bakker, 2013).

Door op deze manier te werken is het Bruisteam zelf in staat om zich in te zetten voor de ontwikkeling van een vitale woongemeenschap (subdoel 3), die op vervolgens voldoende ruimte kan laten voor de bewoners om het leven zo in te richten als zij wensen, door het aangaan van sociale relaties en mee te doen met activiteiten die bij hen passen (subdoel 1 en 2).

Conflicten niet vermijden maar benutten

Een laatste werkzame principe van BRUIS is het onderkennen dat cultuurverandering in een 55+ wooncomplex zelden zonder slag of stoot gaat. Niet iedereen houdt van verandering. De 'nieuwlichters' van het Bruisteam kunnen bijvoorbeeld op ingesleten patronen en routines stuiten bij het zittende bewonerskader. Soms wordt het leefklimaat ernstig aangetast door rivaliserende groepen binnen het wooncomplex en in toenemende mate ook door overlastgevend gedrag. BRUIS baseert zich op het belangrijke inzicht, dat ieder proces van gemeenschapsvorming een aantal vaste stadia doorloopt, van 'pseudo-community', via 'wrijving' en 'leegte' naar 'community' (Scott Peck, 1987). Het omgaan met en leren van (potentiële) conflicten in het woongebouw is dan ook een belangrijk thema, dat zowel in de training van het Bruisteam als in de gespreksreeks met de Bruisgroep aan bod komt.

Door op deze manier te werken wordt het Bruisteam toegerust om zich in te zetten voor de ontwikkeling van een vitale woongemeenschap (subdoel 3), waarin bewoners elkaar stimuleren om sociale relaties aan te gaan en mee te doen met activiteiten die bij hen passen (subdoel 1 en 2).

4. Onderzoek

4.1 Onderzoek naar de uitvoering

Onderzoeken

In dit hoofdstuk worden de volgende onderzoeken aangehaald bij het beschrijven van het onderzoek naar de uitvoering:

1a. Machielse, A., Bos, P., Vaart, W. van der & Thoolen, E. (2017). *Experiment Vitale Woongemeenschappen. Onderzoeksrapport*. Den Haag: Platform31.

1b. Evaluatieonderzoek naar de uitvoering en effecten van de interventie BRUIS. Het onderzoek heeft de vorm van participatieve evaluatie samen met beroepskrachten, vrijwilligers en ouderen. De evaluatie vond plaats door middel van een etnografisch veldonderzoek in combinatie met een voor- en nameting door middel van een vragenlijstonderzoek.

Het etnografisch veldonderzoek is uitgevoerd in vier van de tien wooncomplexen die deelnamen aan het Experiment Vitale Wooncomplexen, van september 2016 tot maart 2017. Daarbij zijn gegevens verzameld door middel van documentenanalyse, interviews, informele gesprekken, groepsinterviews en participerende observaties.

Ten behoeve van de voor- en nameting is een gestandaardiseerde vragenlijst ontwikkeld rond de hoofdthema's van het experiment. Behalve naar achtergrondgegevens van de deelnemers, is daarin gevraagd naar deelname aan activiteiten binnen het wooncomplex, de kwaliteit van leven, zingeving, zelfredzaamheid, eenzaamheid en sociale contacten binnen en buiten het wooncomplex. De vragenlijst bestaat uit ongeveer zestig gesloten vragen, meestal te beantwoorden met driepuntschalen (nee, min of meer, ja), vijfpuntschalen (helemaal mee oneens – helemaal mee eens), rapportcijfers en een enkele keer door het kiezen van een of meer aangereikte alternatieve antwoordopties (bijvoorbeeld belemmeringen om aan activiteiten deel te nemen: financiën, gezondheid, en dergelijke).

De vragenlijst is afgenomen voorafgaand aan de interventie, in de zomer van 2016. Negen maanden later werd de vragenlijst opnieuw afgenomen als nameting, in het voorjaar van 2017. Tijdens beide gelegenheden hebben alle bewoners van de deelnemende wooncomplexen een papieren enquête ontvangen. Tijdens de eerste meting (T1) zijn 1.217 bewoners benaderd en tijdens de nameting (T2) waren dat er 1.156; de respons was respectievelijk 33% (T1) en 28% (T2).

De onderzoeksvragen waren:

1. Wat zijn de mogelijkheden en grenzen van het zelforganiserend vermogen van bewoners van wooncomplexen voor ouderen?
2. Wanneer en in welke situaties is professionele ondersteuning nodig en welke soort ondersteuning is dat?
3. Wat zijn voorwaarden voor een bruisende woongemeenschap waarin onderlinge contacten gemakkelijk worden gelegd?

2a. Penninx, K. (2019). *Laurens BRUIST! Evaluatieverslag project Studio BRUIS – Samen buurten in wooncomplex Laurens I en II. Ommoord, Rotterdam*. Amersfoort: ActivAge (niet gepubliceerd).

2b. Verslag (7 pag., niet gepubliceerd, opvraagbaar) van de uitvoering en resultaten van de interventie Studio BRUIS in wooncomplexen Laurens I en II in de Rotterdamse wijk Ommoord. Van oktober 2018 tot en met juli 2019 werkte Kees Penninx (ActivAge) hier als *community builder*.

Het verslag is geschreven op basis van logboekgegevens, gespreksverslagen en een groepsinterview met 12 bewoners na afloop van het project.

3a. Penninx, K. (2020). *Een woondroom die in vervulling gaat. Evaluatieverslag project Studio BRUIS - Samen buurten in wooncomplex Erasmusplein, Westwijk, Vlaardingen*. Amersfoort: ActivAge (niet gepubliceerd).

3b. Verslag (18 pag., niet gepubliceerd, opvraagbaar) van de uitvoering en resultaten van de interventie Studio BRUIS in *nieuwbouw* wooncomplex Erasmusplein, gelegen in de Westwijk te Vlaardingen. Van juni 2019 tot en met november 2020 werkte Kees Penninx (ActivAge) hier als community builder.

Het verslag is geschreven op basis van logboekgegevens, gespreksverslagen en een groepsinterview met 14 bewoners na afloop van het project.

Beantwoording vragen procesevaluatie

N.B. Bij de beantwoording van de vragen wordt verwezen naar de hierboven beschreven onderzoeken door het nummer van het onderzoek tussen haakjes.

1. Bereik interventie: Bereik je de doelgroep die je wilt bereiken?

In het experiment (2016/2017) zijn tien wooncomplexen bereikt die voldeden aan de criteria (1). Eind 2020 zijn vijf nieuwe projecten afgerond en nog eens drie in uitvoering (2 en 3). In totaal zijn daarbij 44 professionals betrokken (geweest), participeerden 90 bewoners in een Bruisteam (initiatiefgroep) en namen 255 bewoners deel aan een BRUIS Gespreksgroep. Zo'n 560 bewoners namen deel aan tenminste één plenaire bewonersbijeenkomst. In deze 18 wooncomplexen wonen plus minus 3.500 bewoners.

In het experiment met de tien wooncomplexen bleek dat niet alle bewoners behoefte hebben aan activiteiten of contacten in hun wooncomplex: omdat ze tevreden zijn met hun situatie, of hun sociale leven vooral buiten het complex hebben. Dat laatste geldt vooral voor de jongere bewoners (55+) (1).

2. Wordt de interventie zo uitgevoerd als bedoeld?

De interventie wordt over het algemeen zo uitgevoerd als beschreven. Het is in alle complexen gelukt een initiatiefgroep te vormen (in termen van de interventie: het Bruisteam) van bewoners die – meestal samen met de professionals – de organisatie van het Bruistraject ter hand heeft genomen en plannen is gaan maken voor de aanpak, met training en begeleiding van ActivAge. In alle complexen zijn nieuwe activiteiten opgestart en zijn meer bewoners met de activiteiten gaan meedoen (1, 2 en 3).

Alle Bruisteamen zijn getraind door ActivAge en kregen de concept (1) of definitieve (2 en 3) Handreiking voor het project en het Draaiboek voor de gespreksbijeenkomsten van de Bruisgroep na afloop van de training uitgereikt. De teams verschilden in de mate waarin ze hiervan gebruik hebben gemaakt. Sommige teams hebben de reeks gespreksbijeenkomsten in zijn geheel volgens het meegeleverde draaiboek uitgevoerd, andere teams kozen voor een lossere benadering, waarbij ze wel bepaalde werkvormen overnamen maar ook eigen werkvormen inzetten (1).

Als de activiteiten eenmaal lopen, lukt het vaak beter om nieuwe deelnemers te werven. Door mond-tot-mondreclame wordt het gemakkelijker om nieuwe mensen over de streep te trekken (1, 2 en 3).

3. Wat is de waardering en ervaring van uitvoerders?

De uitvoerder – ActivAge – heeft de uitvoering van de interventie als positief en inspirerend ervaren. De motivatie van bewoners is groot. Door hen een veilige ruimte te bieden voor persoonlijke ontwikkeling en samenwerking, daarbij inspirerende werkvormen aan te reiken en talenten te benutten, komt hun creativiteit los. In dat proces leert de uitvoerder ook van de bewoners. Zij zetten immers hun kennis en levenservaring in. Er ontstaat co-creatie, waarbij bewoners hun eigen vorm vinden om initiatieven te ontplooiën. Het is de rol van de uitvoerder om hen daarbij te faciliteren, inspireren, waarderen en bemoedigen (1, 2 en 3).

4. Wat is de waardering en ervaring van de doelgroep?

De Bruisteamen toonden veel waardering voor het feit dat de aangereikte aanpak (Studio BRUIS) naar eigen inzicht kon worden uitgewerkt. Alle Bruisteamen kozen een aanpak die aansloot bij de bestaande situatie in hun complex (1).

Sommige bewoners die voorheen nooit aan activiteiten deelnamen, zijn gaan helpen bij het organiseren van activiteiten die ze interessant vonden. Ze voelden zich aangetrokken door de oproep om met voorstellen voor nieuwe activiteiten te komen (1, 2 en 3). De bewoners van Laurens Ommoord die deelnamen aan het Bruisteam en/of de BRUIS Gespreksgroep uitten herhaaldelijk hun verrassing over de ontdekking dat er nog altijd mensen in het gebouw zijn te vinden die zij kunnen vertrouwen en die elkaar weten te inspireren (2). In alle complexen zijn nieuwe vriendschappen ontstaan (1, 2 en 3).

5. Wat zijn succes- en faalfactoren?

Uit de evaluaties bleek dat de voornaamste succesfactor het inspelen op behoeften is. De behoefte aan geborgenheid en verbondenheid en de motivatie van bewoners om daaraan bij te dragen zijn belangrijke succesfactoren om met elkaar op te trekken in de interventie (2 en 3). Verder bleek uit de evaluaties dat het

niet onderkennen van mogelijke tegenkrachten en deze niet betrekken een faalfactor is. Een voorbeeld daarvan is het onvoldoende afstemmen met de bestaande bewoners- en/of activiteiten(commissie) (1, 2 en 3). Andere faalfactoren zijn: te veel en te snel willen en te moeilijke woorden gebruiken (2 en 3). Ook een faalfactor is het verschil in behoeften van jonge en oude bewoners (1). Tot slot is gebrek aan tijd voor begeleiding van de professional een faalfactor (1).

Wat is de uitvoerbaarheid?

De uitvoerbaarheid van de interventie is goed gebleken, mede doordat de Bruisteam zelf invulling kunnen geven aan hoe ze de aangereikte kennis en het stappenplan uitwerken. ActivAge is goed in staat om hen hierin te ondersteunen (1, 2 en 3).

6. Wat zijn de randvoorwaarden?

Vanuit de onderzoeken komen de volgende randvoorwaarden naar voren.

1. Het wooncomplex beschikt over voldoende **voorzieningen**, zoals een gezamenlijke ruimte, zithoekjes in publieke ruimten, een hobbyruimte en een tuin (2 en 3).
2. Het Bruisteam heeft **draagvlak** bij zo veel mogelijk bewoners (1).
3. De professional(s) en bewoners in het Bruisteam zijn bereid te werken in de geest van **dienend leiderschap**. Zij zijn niet uit op macht en voelen zich niet boven de bewoners staan. Zij ontplooiën activiteiten gericht op bewustwording, zingeving, ontwikkeling en groei van alle bewoners in het wooncomplex (3).
4. Er zijn, indachtig de ABCD-benadering voor community organization, voldoende mogelijkheden voor **aansluiting** tussen interne en externe hulpbronnen; denk aan het onderling benutten van sociaal kapitaal van bewoners, maar ook aan inclusie van en uitwisseling met buurtbewoners en hulpbronnen buiten het complex (2 en 3).
5. Er is voldoende **financiering** voor de uitvoering van het traject (2 en 3).
6. Er is sprake van **vertrouwen en samenwerking** tussen de financierende en/of faciliterende partijen zoals gemeente, welzijnsorganisatie en woningcorporatie (1, 2 en 3).

7. Wat zijn de omgevingsvariabelen?

Op dit punt wijst het onderzoek van de Universiteit voor Humanistiek vooral op de mogelijke spanning met bestaande commissies (1). In één complex bleek dat er bij de bestaande bewonerscommissie in een te laat stadium draagvlak was gecreëerd voor Studio BRUIS. Dit leidde tot vertraging en obstructie (1). Om dat in de toekomst te voorkomen is een zorgvuldige intakeprocedure ontwikkeld.

Een andere belangrijke omgevingsvariabele is de ouderdom van het woongebouw. BRUIS is ontwikkeld in bestaande 55+ wooncomplexen. Deze zijn gebouwd vanaf de jaren '70 van de vorige eeuw. In 2019/2020 is de interventie voor het eerst ook ingezet voor gemeenschapsvorming in een *nieuwbouw* wooncomplex, in Westwijk te Vlaardingen. Hier bleek dat BRUIS ook tot goede resultaten leidt bij nieuwbouw (3).

8. Wat zijn de aanbevelingen en wat is daarmee gedaan?

De volgende aanbevelingen zijn geformuleerd door de interventie-eigenaar, mede als reactie op de faalfactoren. Deze aanbevelingen zijn in de huidige praktijk van lokale BRUIS-projecten inmiddels standaard en zullen in een nieuwe versie van de Handreiking (naar verwachting voorjaar 2022) worden opgenomen.

- Help bewoners realistische inschattingen te maken over wie met wie verbonden kan worden en op grond waarvan. Het is belangrijk om het gesprek aan te gaan over de voor- en nadelen van gelijkgestemdheid c.q. diversiteit binnen de bewonerspopulatie.
- Zoek op tijd commitment bij het bestaande bewonerskader en maak dit kader mede-eigenaar van de ontwikkeling die BRUIS in gang wil zetten.
- Om te voorkomen dat de bewonerscommissie en het Bruisteam in elkaars vaarwater zitten, is het belangrijk om nieuwe initiatieven goed te communiceren en heldere afspraken over de taakverdeling te maken.
- Beleg het verspreiden van informatie bij het Bruisteam en begeleid het team hierin goed. Deze aansturing schoot aanvankelijk tekort.
- Competenties en tijdsinvestering zijn op zich helder beschreven, maar kunnen bij de intake beter gecommuniceerd worden, meer het gesprek hierover aangaan in de intakefase.

4.2 Onderzoek naar de behaalde effecten

De resultaten die in deze paragraaf worden besproken zijn uitsluitend gebaseerd op het schriftelijk vragenlijstonderzoek (experimentfase) op basis van een nul- en een nameting.

a) Machielse, A., Bos, P., Vaart, W. van der & Thoolen, E. (2017). Experiment Vitale Woongemeenschappen. Onderzoeksrapport. Den Haag: Platform31.

b) Vooraf wordt opgemerkt dat de vragenlijsten zijn voorgelegd aan alle bewoners van de tien complexen en niet alleen aan bewoners die actief (als organisator) of passief (als deelnemer) waren betrokken bij de interventie (Machielse e.a., 2017, p. 45).

c) De conclusie is dat er in het vragenlijstonderzoek geen noemenswaardige verschillen zijn gevonden met betrekking tot de activiteiten in de wooncomplexen en de sociale contacten in en buiten de wooncomplexen. Wel komt in de herhaalde metingen naar voren dat de bewoners bij de nameting een significant hogere kwaliteit van leven rapporteren dan tijdens de nulmeting. Kwaliteit van leven is een van de gewenste effecten van de interventie BRUIS, volgend uit de doelen. Ook is er een lichte stijging op het aspect 'op alles afstappen' dat deel uitmaakt van de factor zelfredzaamheid. De onderzoekers besluiten: "Uiteraard gaat het hier om uitkomsten op hoofdlijnen en op groepsniveau. Individueel en in klein verband kunnen zich belangrijke ontwikkelingen hebben voorgedaan, zoals het etnografisch onderzoek duidelijk laat zien." (Machielse e.a., 2017, p. 47).

4.3 Praktijkvoorbeeld

Van oktober 2018 tot en met juli 2019 werkte Kees Penninx (ActivAge) met de interventie BRUIS als community builder in 55+ wooncomplex Laurens I en II, een complex met 237 zelfstandige seniorenappartementen in de sociale huursector. Het complex is eigendom van woningcorporatie MaasWonen en gelegen in de Rotterdamse wijk Ommoord. Het project is financieel mogelijk gemaakt door het Aedes Vernieuwingsfonds en de gemeente Rotterdam.

Bruisteam Laurens

We zijn in oktober 2018 gestart met een klein Bruisteam bestaande uit de woonconsulent, de huismeester en twee bewoners. Er zijn met deze groep twee voorbereidende bijeenkomsten geweest, waarbij ActivAge de groep heeft getraind. Gedurende de uitvoering van het project is enkele keren in de groep gesproken over de voortgang en werd begeleiding gegeven bij de praktische organisatie.

Plenaire bewonersbijeenkomsten

Bij de Startbijeenkomst op 14 januari 2019 waren zo'n 30 bewoners aanwezig; bij de afsluitende bijeenkomst op 6 augustus 36. Beide bijeenkomsten waren informatief en onderhoudend. Bewoners gaven duidelijk aan dat het veelal ontbreekt aan onderling respect en tolerantie. Uitgedaagd door de begeleider formuleerden de bewoners hun wensen in positieve termen. Samengevat: een positieve, prettige woonsfeer die geborgenheid biedt en ontmoeting mogelijk maakt. Zo zetten bewoners zelf hun eigen stip op de horizon. Conclusie: richt je op positieve waarden en heb oog voor wat goed gaat. Om de genoemde positieve waarden te realiseren noemden bewoners diverse ideeën voor verbetering van het woonklimaat. Deze zijn opgenomen in de 'Laurens Bruist Actieagenda'.

BRUIS Gespreksbijeenkomsten

Onder leiding van Kees Penninx en gefaciliteerd door het Bruisteam zijn er zes BRUIS Gespreksbijeenkomsten geweest. De 14 deelnemers hebben de bijeenkomsten als zeer inspirerend en waardevol ervaren. De gesprekken waren zeer persoonlijk, waardoor nieuwe warme banden en vriendschappen zijn ontstaan en deelnemers zich vrij voelden om nieuwe ideeën te opperen. Vrijwel alle deelnemers hebben een persoonlijk 'actieplan' gemaakt, zoals het starten van een nieuwe club. Enkele deelnemers zijn doorgestroomd naar het Bruisteam en naar de Bewonerscommissie. Daarmee is de functie van de gespreksgroep als 'ideeën-generator' en kweekvijver voor nieuwe actieve bewoners geslaagd. En dat terwijl ongeveer de helft van de deelnemers aanvankelijk te kwetsbaar leek (hoge leeftijd, zwakke gezondheid) voor meer actieve inzet.

Nieuwe 'micro-activiteiten'

Laurens BRUIST markeert de omslag naar een nieuwe wooncultuur, gebaseerd op kleinschalige interessegroepen en clubs. Er zijn acht nieuwe clubs (micro-activiteiten) van de grond gekomen, gerund door bewoners: mandalatekenen, thematische collages maken, een beweeggroepje, computergroep, tuingroep, zanggroepje, wandelgroep en kookworkshops rond de wereldkeuken. Nog eens vijf clubs zitten in de idee-fase of zoeken nog een kartrekker.

Ronde Tafel van BRUIS

Voorjaar 2020 stond de eerste Ronde Tafel van BRUIS gepland, een plenaire bewonersbijeenkomst waar alle clubs zich zouden presenteren door middel van een 'Parade'. Helaas is deze bijeenkomst afgeblazen in verband met Corona maatregelen. Wanneer de mogelijkheid zich aandient, zal de bijeenkomst alsnog worden georganiseerd. Door alle clubs op deze manier geregeld bij elkaar te roepen, kunnen de effecten ook op de langere termijn gewaarborgd worden.

5. Samenvatting Werkzame elementen

5.1 Inhoudelijke werkzame elementen

1. Inzetten op sociale netwerkontwikkeling door het mogelijk maken van ontmoeting en inzetten op participatiebevordering door het stimuleren van deelname aan (micro-)activiteiten.
2. Een op gemeenschapsvorming gerichte aanpak aanreiken die bewoners voldoende structuur biedt om houvast te ervaren en voldoende open is voor het ontwikkelen van eigen ideeën en acties.
3. Niet alleen instrumenteel coachen met *tips en tools*, maar ook het gesprek op gang brengen over persoonlijke ervaringen als opstap naar het ontwikkelen van en werken aan collectieve doelen (collectiverend werken).
4. Geen consumptief aanbod van ontmoetingsactiviteiten aanreiken, maar bewoners leren om zelf activiteiten te ontwikkelen, gebruikmakend van theoretisch gefundeerde leerprincipes als ervaringsleren, nomadisch leren, socratische gespreksvoering en *appreciative inquiry*.
5. Werken volgens theoretisch gefundeerde principes voor community building en empowerment, zoals enabling, ABCD-methode en het ACTIE-model.
6. Conflicten niet vermijden maar benutten, volgens theoretisch gefundeerde groepsdynamische principes met betrekking tot gemeenschapsvorming.

5.2 Praktische werkzame elementen

1. In het entreegesprek met de opdrachtgever streng toetsen of de omstandigheden in het betreffende wooncomplex (zoals fysiek onderhoud, sociale voorgeschiedenis en samenstelling bewonerspopulatie) voldoen aan de (omschreven) minimale randvoorwaarden voor succes.
2. Op tijd het zittende bewonerskader informeren en betrekken; goede communicatie over doel en opzet van het project, mond-tot-mondreclame stimuleren om meer bewoners te betrekken.
3. Bewoners helpen om anders te gaan kijken naar hun wooncomplex: niet meer als één grote groep gelijkgestemden, maar als een diverse groep mensen met uiteenlopende interesses, leefstijlen, hobby's, talenten, et cetera; bewoners helpen om de toegenomen diversiteit te waarderen in plaats van zich ertegen te verzetten.
4. Bewoners de voordelen laten inzien én ervaren van een nieuwe vorm van bewonersorganisatie, waarin het accent wordt verlegd van (enkel) centraal georganiseerde activiteiten naar opsporen, waarderen en stimuleren van zelf gekozen eigen clubs en kleine projecten, de zogenoemde micro-activiteiten.
5. Als begeleider niet alles willen oplossen voor bewoners, maar steeds zoeken naar mogelijkheden om hun zelfsturend vermogen te versterken en dit voortdurend aanmoedigen en waarderen.
6. Consequent vasthouden aan de hooflijnen en het doel van het project en daarbinnen veelvuldig improviseren door kansen die zich spontaan aandienen te pakken en belemmeringen onder ogen te zien en bespreekbaar te maken.

6. Aangehaalde literatuur

- Bijkerk, L., Van der Heide, W. (2006). *Het gaat steeds beter! Activerende werkvormen voor de opleidingspraktijk*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum
- Berding, J. (2011). *John Dewey over opvoeding, onderwijs en burgerschap. Een keuze uit zijn werk*. Amsterdam: SWP
- Blokland, T. (2009). *Oog voor elkaar. Veiligheidsbeleving en sociale controle in de grote stad*. Amsterdam University press, 2009
- Bredewold, F., Duyvendak, J.W. e.a. (2018). *De verhuizing van de verzorgingsstaat. Hoe de overheid nabij komt*. Amsterdam: Van Genneep
- CBS (2020). *Aantal bewoners van verzorgings- en verpleeghuizen 2019*. Website CBS, <https://www.cbs.nl/nl-nl/maatwerk/2020/13/aantal-bewoners-van-verzorgings-en-verpleeghuizen-2019>, geraadpleegd op 28-05-2020
- CBS (2020). *Veiligheidsmonitor 2019*. Den Haag: Centraal Bureau voor de Statistiek.
- Davelaar, M., Duyvendak, J.W., Foolen, J.M.W., Raspe, A., Sprinkhuizen, A., Tonkens, E. & De Wild, J. (2002). *Wijken voor bewoners: Asset-Based Community Development in Nederland*. Utrecht: Kenniscentrum Grote Steden
- De Caluwé, L., Vermaak, H. (2006). *Leren veranderen. Een handboek voor de veranderkunde*. Deventer: Kluwer
- De Klerk, M., Verbeek-Oudijk, D. e.a. (2019). *Zorgen voor thuiswonende ouderen. Kennissynthese over de zorg voor zelfstandig wonende 75-plussers, knelpunten en toekomstige ontwikkelingen*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau
- De Klerk, M., Plaisier, I., Wagemans, F. e.a. (2020). *Welbevinden ten tijde van Corona. Eerste bevindingen op basis van een bevolkingsenquête uit juli 2020*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau
- Den Draak, M., Van Campen, C. (2011). Kwetsbare ouderen in Nederland. In: Van Campen, c. (Red). *Kwetsbare ouderen*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau, p. 51-69
- Denters, B., Tonkens, E., Verhoeven, I. & Bakker, J. (2013). *Burgers maken hun buurt*. Den Haag: Platform 31
- Engbersen, R. & Rensen, P. (2014). *Help mij het zelf te doen. Een pleidooi voor methodisch werken aan actief burgerschap*. Utrecht/Den Haag: Movisie en Platform31
- Goumans, M. (2017). Gezond oud worden, een kwestie van leven en beleven. Levensdomein lichaam en geest. In: Penninx, K. (Red.) 2017. *Kiezen en verbonden blijven. Krachtgericht werken met ouderen in de wijk*, p. 175-201. Bussum: Coutinho.
- Henning, L. (1981). *Volwassen leren. Een model van ervaringsleren nader bekeken*. Baarn: Uitgeverij H. Nelissen.
- Hortulanus, R., Machielse, A. & L. Meeuwesen, A. (2003). *Sociaal isolement - Een studie over sociale contacten en sociaal isolement in Nederland*. Den Haag: Elsevier Overheid.
- Houben, P. (2009). *Interactief levensloopbeleid. Vensters en gereedschap om de tweede levenshelft vorm te geven*. Amsterdam: Uitgeverij SWP.
- Kolb, D. (1984). *Experiential Learning: Experience as the source of Learning and Development*. New Jersey: Prentice-Hall Inc., Englewood Cliffs.
- Kramer, A. (2014). *De zaal uit - Nomadisch leren voor HR-vernieuwers*. Rotterdam: Managementboek.

- Kretzmann, J & McNight, J. (1993). *Building communities from the inside out: A Path toward Finding and Mobilising a Community's Assets*. Evanston, IL: Institute for Policy research.
- Leidemeijer, K. Van Iersel, J. (2018). *Veerkracht in het corporatiebezit. Kwetsbare bewoners en leefbaarheid*. Amsterdam: RIGO.
- Machielse, A. (2006). *Onkundig en onaangepast. Een theoretisch perspectief op sociaal isolement*. Utrecht: Uitgeverij Jan van Arkel.
- Machielse, A. (2015). Jong geleerd, oud gedaan. Levensdomein sociale relaties. In: Penninx, K. (Red.). *Kiezen en verbonden blijven. Krachtgericht werken met ouderen in de wijk*. Bussum: Uitgeverij Coutinho.
- Machielse, A. (2017). Gemeenschapsofbouw met ouderen. Sociale vitaliteit ontstaat niet vanzelf. *Geron. Tijdschrift over ouder worden en samenleving*. December 2017, jaargang 19, nr. 4, p. 66-70.
- Machielse, A., Bos, P., Van der Vaart, W. & Thoolen, E. (2017). *Experiment Vitale Woongemeenschappen*. Onderzoeksrapport. Den Haag: Platform31
- Van Paridon, M. (2017). *Socratisch gesprek voor beginners. Een handboek en werkboek*. Leusden: ISVV Uitgevers
- Penninx (2015). De oudere bestaat niet. Sociaal werk vanuit een levenslopperspectief. In: Penninx, K. (Red.) *Kiezen en verbonden blijven. Krachtgericht werken met ouderen in de wijk*. Bussum: Uitgeverij Coutinho. P. 23 – 61
- Penninx (2017a). *Studio BRUIS – Samen buurten. Bewoners 55+ wooncomplexen aan zet voor een vitale woongemeenschap. Handreiking*. Den Haag: Platform 31.
- Penninx (2017b). *Studio BRUIS – Samen buurten. Bewoners 55+ wooncomplexen aan zet voor een vitale woongemeenschap. Draaiboek*. Den Haag: Platform 31.
- Penninx, K., Van Triest, N. (2017). Bewoners aan zet bij vitalisering 55+ wooncomplexen. *Geron. Tijdschrift over ouder worden en samenleving*. December 2017, jaargang 19, nr. 4, p.32-36
- Penninx, K. (2019). *Laurens BRUIST! Evaluatieverslag project Studio BRUIS – Samen buurten in wooncomplex Laurens I en II. Ommoord, Rotterdam*. Amersfoort: ActivAge (niet gepubliceerd.)
- Penninx, K. (2020). *Een woondroom die in vervulling gaat. Evaluatieverslag project Studio BRUIS- Samen buurten in wooncomplex Erasmusplein, Westwijk, Vlaardingen*. Amersfoort: ActivAge (niet gepubliceerd)
- Petzold, H. (1994). Kreative Persönlichkeitsdiagnostik durch 'mediengestützte Techniken' in den integrativen Therapie und Beratung. *Integratieve Therapie*, 4, p. 340-391.
- Scott Peck, M. (1987). *The Different Drum: Community Making and Peace*. New York: Simon & Schuster.
- Sluis M. & Van der Land, M. (2009). *Inspelen op initiatief. Actieve burgers en sociale professionals in de buurt*. Utrecht: Movisie.
- Spierings, D. (2014). *De wenselijke schaal. Fysieke schaalgrootte en sociale kwaliteit van wonen in woonzorgcomplexen*. Vianen: Uitgeverij BOXpress B.V.
- Spierts, M. & Post, H. (2018). *Open & onbevangen de wijk tegemoet. Eindrapportage pilots collectiviseren Haarlem*. Hilvarenbeek: Marcel Spierts Onderzoek & Ontwikkeling.
- Steverink, N. (2015). *De kracht van sociale relaties. De invloed van sociale relaties op zelfmanagementvaardigheid, gezondheid en welbevinden*. Oratie. Groningen: Rijksuniversiteit Groningen.
- Van den Brink, C. & Savelkoul, M. (2012). *Gezondheidsmonitor GGD'en, CBS en RIVM. Nationaal Kompas Volksgezondheid*. Opgevraagd op 30 april 2015 van <http://www.nationaalkompas.nl>

- Van der Vaart, W. (2018). *Appreciative inquiry: een introductie*. Website Instituut voor Interventiekunde. <https://instituutvoorinterventiekunde.nl/appreciative-inquiry/>. Geraadpleegd op 13-11-2020.
- Van der Zwet, R., De Vries, S. en Van de Maat, J.W. (2020). *Wat werkt bij de aanpak van eenzaamheid. Dossier*. Movisie, kennis en aanpak van sociale vraagstukken
- Van Tilburg, T., de Jong Gierveld, J. (Eds.) (2007), *Zicht op eenzaamheid. Achtergronden, oorzaken en aanpak*. Assen: Van Gorcum
- Van Tilburg, T. (2007). Prevalentie. In: *Zicht op eenzaamheid: achtergronden, oorzaken en aanpak*. Assen: van Gorcum; 2007. 2. p. 24-30p
- Van Tilburg, T. (2010). Gevoelens van sociale onveiligheid onder ouderen. In: *Alcohol, sociale veiligheid en empowerment*. Amsterdam: Vrije Universiteit, p. 18 – 41
- Vermeij, L., Engbersen, R. e.a. (2017). *Oud worden in Nederland*. Den Haag: SCP / Platform 31.
- Vygotski, L. (1978). *Mind in Society. The Development of higher psychological Processes*. London, Cambridge, New York: Harvard University Press.
- Wagenaar, H. & Specht, M. (2010). *Geëngageerd bewonerschap: bewoners-participatie in drie Europese steden*. Den Haag: Nicis Institute.
- Wetenschappelijke Raad voor het Regeringsbeleid (2017). *Weten is nog geen doen. Een realistisch perspectief op redzaamheid*. Den Haag: WRR.
- Witter, Y. (2015). Langer thuis wonen gaat niet altijd vanzelf. Levensdomein materiële situatie. In: Penninx, K. (Red.). *Kiezen en verbonden blijven. Krachtgericht werken met ouderen in de wijk*. Bussum: Uitgeverij Coutinho.