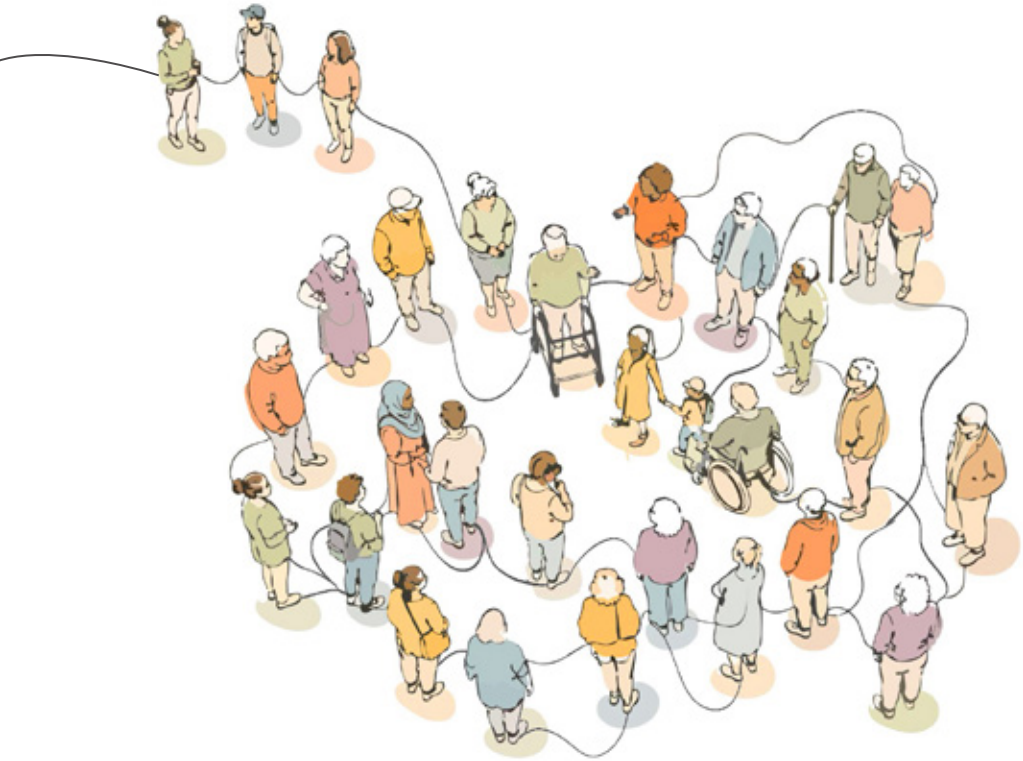
Op weg naar zorgzame buurten

Een praktische gids met ervaringen,
tips en inspiratie uit de Brabantse praktijk

Bert van de Wijdeven



‘Onderschat nooit wat een kleine groep betrokken mensen teweeg kan brengen. Uiteindelijk zijn het juist zij die de wereld veranderen.’

- Margaret Mead -

Inhoud

Voorwoord

1 Uitgangspunten voor een zorgzame buurt 6

1.1 Initiatiefnemers 7

1.2 Motivatie 8

1.3 Kernvraag 15

1.4 Proces 17

2 In straten en buurten 18

2.1 Initiatief 18

2.2 Verkennen 20

2.3 Aan de slag 21

2.4 Organiseren 27

2.5. Borgen 32

3 In wijken en dorpen 38

3.1 Initiatief 39

3.2 Verkennen 41

3.3 Aan de slag 42

3.4 Organiseren en borgen 48

4 Tot slot 51

Voorwoord

Door heel Nederland zijn buurtbewoners in steden, dorpen en wijken actief met het ontwikkelen van buurtcirkels, voorzorgcirkels of andere vormen van zorgzame buurten. Het gaat vaak met vallen en opstaan. Het heet overal anders, het ís overal net wat anders, maar het initiatief ontstaat altijd vanuit de drijfveer om de buurt een beetje sterker, prettiger en zorgzamer te maken.

Op minstens zo veel plaatsen zijn er bewoners met wensen en plannen om hiermee aan de slag te gaan. Zij moeten de volgende stap nog maken, maar twijfelen nog: “Wat haal ik mij op de hals?” “Hoeveel tijd gaat dat kosten?” “Hoe pak ik dat aan?”

Vijftigplussers spelen een belangrijke rol bij het opzetten van zorgzame buurten. Zij nemen vaak het initiatief, zijn zich bewust van het belang ervan, óók voor zichzelf.

Gezien de vele raakvlakken qua onderwerp en doelgroep, werken de verenigingen Senioren Brabant-Zeeland en VrijwilligerswerkNL sinds 2024 actief samen op dit thema. Binnen het landelijk programma Samen Ouder Worden - mogelijk gemaakt door het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport - zijn de afgelopen jaren verschillende initiatieven in Brabant gevolgd en waar mogelijk ondersteund. Met als doel: te leren wat goed werkt, te ontdekken waar initiatiefnemers tegenaan lopen en hoe drempels kunnen worden verlaagd of weggenomen. Die praktijkervaring vormt de basis voor deze praktische gids.

Eén van de lessen die we hebben geleerd is dat er geen standaardrecept bestaat voor het ontwikkelen van een zorgzame buurt. Iedere buurt is anders en de bewoners bepalen zelf welke vorm bij hen past. Daarom beschrijven we hier geen concreet stappenplan dat overal kan worden toegepast, wél de belangrijkste fasen in het proces ernaar toe.

Deze gids bestaat uit drie delen. In het eerste deel beschrijven we de basis, de uitgangspunten voor een zorgzame buurt: wie zijn de initiatiefnemers, wat willen ze, waarom en hoe pakken ze dit aan. Het tweede deel beschrijft het proces op straat- en buurtniveau. In deel drie zoomen we uit naar initiatieven op grotere schaal, bijvoorbeeld op wijk- of dorpsniveau.

Zorgzame buurten ontstaan niet vanzelf. Wel zien we een toenemende herwaardering van gemeenschapszin en veel, heel veel gemotiveerde bewoners die zich inzetten voor een prettige leefomgeving waar buren naar elkaar omkijken. Wij hopen dat deze praktische gids daarbij een steun in de rug kan zijn.

Ellen Willemsen,
beleidsmedewerker bij Vereniging Senioren Brabant-Zeeland
Petra van Loon,
programmamanager Samen Ouder Worden bij Vereniging VrijwilligerswerkNL

1

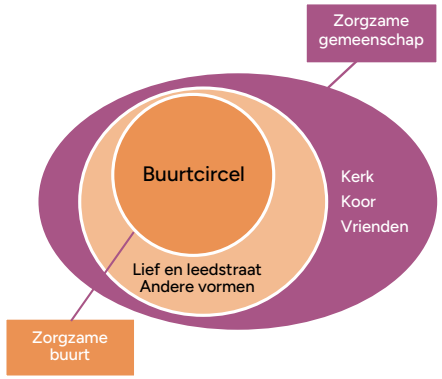
Uitgangspunten voor een zorgzame buurt

Zorgzame buurt of buurtcirkel?

In deze gids gebruiken we de termen zorgzame buurt en buurtcirkel naast elkaar. Ze betekenen niet precies hetzelfde.

Een zorgzame buurt is een buurt waarin bewoners elkaar kennen, naar elkaar omzien en elkaar weten te vinden als dat nodig is. Hoe dat gebeurt, kan per buurt verschillen.

Een buurtcirkel is een praktische manier om zo'n zorgzame buurt te helpen ontstaan. Bewoners spreken met elkaar af hoe ze contact houden, elkaar kunnen helpen en naar elkaar omzien. Het opzetten van een buurtcirkel kan daarmee een belangrijke eerste stap zijn. Naarmate bewoners elkaar beter leren kennen en het vanzelfsprekender wordt om naar elkaar om te zien, kan de buurt steeds meer een zorgzame buurt worden. Een buurtcirkel is dus een middel, geen doel op zich. Bovendien is het niet de enige weg naar een zorgzame buurt. Ook andere initiatieven, zoals lief-en-leedstraatjes of andere vormen van bewonerscontact en onderlinge hulp, kunnen bijdragen aan een buurt waarin omzien naar elkaar vanzelfsprekender wordt.



1.1 Initiatiefnemers

Wie nemen in buurten, wijken en dorpen het initiatief voor het opzetten van een buurtcirkel?[1] Wie nemen het voortouw in het ontwikkelen van een zorgzame buurt? Globaal zijn er drie soorten initiatiefnemers te onderscheiden.

Bewonersinitiatief
Hieronder scharen we initiatieven van buren uit dezelfde straat of een deel van een buurt en veelal vanuit persoonlijke drijfveren. Neem bijvoorbeeld Jan en Greet, enthousiaste buurtbewoners en beide met een achtergrond in zorg en welzijn, die samen een buurtcirkel opzetten. Of een groepje buren dat elkaar goed kent, voor elkaar klaar staat als het nodig is en besluit de hele buurt te betrekken voor het geval er hulpvragen zijn. Of een energieke dame op leeftijd die heeft gelezen over buurtcirkels en bedenkt dat het misschien ook wel iets is voor haar eigen buurt.

"Tijdens de vrijdagmiddagborrel hoorden we dat de overbuurvrouw plotseling was opgenomen in een verpleeghuis. Ze bleek al lange tijd ziek en hulpbehoevend, maar niemand wist ervan. We schaamden ons. Zo'n buurt wilden we niet zijn. Zo ontstond het idee voor het opzetten van een buurtcirkel. En wat denk je: bijna iedereen doet mee!"

Vrijwilligersinitiatief
Veel voorkomend zijn ook de initiatieven vanuit een bestaande groep vrijwilligers. Bijvoorbeeld vanuit een buurtvereniging, een zorgcoöperatie, een seniorenorganisatie of een dorpsraad. De ambitie is dan groter; men wil het ontstaan van meerdere buurtcirkels ondersteunen. Hoewel iedere buurt uiteindelijk haar eigen invulling zal kiezen, spelen er op deze schaal andere aandachtspunten - bijvoorbeeld op het gebied van bewustwording, borging en communicatie.

[1] *Er bestaan verschillende methodieken die de naam buurtcirkel als merknaam gebruiken. In deze publicatie verwijst dit begrip niet naar één specifieke aanpak, maar gebruiken we de term als algemene aanduiding voor een groep buurtbewoners die zich organiseert rond omzien naar elkaar.*

"Na de inspirerende bijeenkomsten van het programma Senioren Zelf aan Zet, zijn we als seniorenorganisatie een werkgroep gestart, met een coördinator die buurtinitiatieven enthousiast ondersteunt."

Professioneel initiatief
Als het proces voor het ontwikkelen van zorgzame buurten actief wordt gestart vanuit beroepsorganisaties, spreken we van een professioneel initiatief. Denk bijvoorbeeld aan gemeenten, zorg- of welzijnsinstellingen of een verzekeraar. Hoewel de schaal niet per se groter hoeft te zijn dan die van de vrijwilligersorganisaties, kan er wel een heel andere dynamiek optreden. De basis voor een professioneel initiatief is meestal een concrete opdracht met een duidelijke doelstelling en de benadering van buurtbewoners is wezenlijk anders.

"We zijn erg aan het zoeken hoe we dit moeten aanpakken. Er lopen al diverse initiatieven in buurten en het is puzzelen hoe de voorzorgcirkels daarop kunnen aansluiten en wie dat dan moet doen. Bovendien willen we dit niet top-down insteken. Maar hóe we die beweging op gang kunnen brengen in een buurt, dat is nog een lastige kwestie."

Deze gids richt zich vooral op de eerste twee groepen initiatiefnemers: buurtinitiatieven op straat- of buurtniveau (deel 2) en initiatieven van vrijwilligersorganisaties op dorps- of wijkniveau (deel 3).

1.2 Motivatie

"Buurtcirkel? Waarom is dat een goed idee?"
Als je op de een of andere manier betrokken bent bij de ontwikkeling van zorgzame buurten, krijg je deze vraag regelmatig. Vaak volgt daarna meteen een opmerking of een standpunt.

"Er wordt al zoveel gedaan in onze wijk om mensen bij elkaar te brengen."
"We moeten dat niet allemaal willen regelen, dat haalt de spontaniteit er uit."
"We hebben toch ook al een buurtvereniging?"
"Ik heb het idee dat ik altijd wel bij iemand terecht kan hoor."
"Klaar staan voor je buren? Mijn buren zeggen niet eens gedag."
"Moet de gemeente dat niet gewoon oppakken?"
"Mensen hebben het al zo druk, zeker jongeren. Of genoeg aan hun eigen sores."
"Veel te veel verantwoordelijkheid. Ik ben blij dat ik dat sinds mijn pensioen nu juist een beetje minder heb."

Hoe kun je reageren op deze opmerkingen en vragen? Hieronder beschrijven we kort een aantal veelgehoorde argumenten. Belangrijk is om daar uiteindelijk je eigen verhaal van te maken: een verhaal waar je zelf in gelooft en dat past bij jouw buurt.

Veranderende structuren
Van oudsher is de Nederlandse samenleving ingericht rondom heldere en vaste structuren. In steden, dorpen, wijken en buurten, waren mensen automatisch met elkaar verbonden door de kerk waar je naar toe ging, de vakbond waar je lid van was en de vereniging, societeit of club waar je elkaar ontmoette. Ook de lokale economie droeg daar aan bij. Je kwam elkaar tegen in de buurtwinkel, bij de bakker om de hoek en iedereen kende elkaar. Er waren grote families en gezinnen die, zoveel als mogelijk, een beetje bij elkaar in de buurt bleven wonen, lief en leed met elkaar deelden en op wie je kon terugvallen als dat nodig was.

Door de jaren heen zijn gezinnen kleiner en is de wereld juist 'groter' geworden. Kinderen wonen en werken vaak verder weg, waardoor ouders steeds meer op zichzelf zijn aangewezen. De buurtwinkels zijn nagenoeg verdwenen. Het sociale vangnet wordt steeds meer ingevuld door beroepsorganisaties en dat kost tijd, geld en menskracht. Door de ontwikkeling van nieuwe technologieën, zoals televisie, internet en sociale media, zoeken we ons vertier steeds

vaker in ons eigen kleine kringetje en hebben we daar anderen niet per se bij nodig.

Er zijn zeker voordelen te benoemen aan deze meer individuele samenleving. Iedereen kan het leven naar eigen inzicht inrichten. De grote wereld is makkelijk bereikbaar, er is minder druk vanuit een groep of organisatie, er zijn meer specialisten en beroepskrachten op allerlei gebieden en mensen zijn over het algemeen behoorlijk zelfredzaam. Tegelijkertijd zijn de nadelen ook voelbaar. Mensen kunnen zich overbodig, eenzaam of verloren voelen, allemaal onderwerpen waarbij de buurt een belangrijke rol speelt. Misschien is 'de wal keert het schip' hier wel een passende uitdrukking. De behoefte aan meer verbondenheid in de buurt neemt de laatste jaren steeds meer toe.

Toenemende druk op het zorgsysteem

Een veelgebruikt argument om met zorgzame buurten aan de slag te gaan, is de houdbaarheid van het bestaande zorgsysteem. Er zijn nu al veel vacatures die moeilijk worden ingevuld en dat wordt in de toekomst mogelijk nog erger. In combinatie met het idee dat de grote vergrijzing nog moet komen, ontstaat al snel een angstbeeld: we gaan het niet redden. Zorginstanties en de overheid zetten daarom in op de zogenaamde 'informele zorg', waarbij de buurt sterk betrokken wordt.

Tegelijkertijd zijn er ook tegengeluiden te horen: mensen worden ouder, maar zij zijn ook veel vitaler dan vroeger. Bovendien wordt er veel meer ingezet op preventie. In de toekomst kijken blijft lastig, maar het beeld dat ouderen alleen kwetsbaar en hulpbehoevend zijn, is niet reëel. Er komt dan ook steeds meer oog voor het enorme potentieel aan talenten en ambities van 65-plussers.

Het argument dat het misgaat met de zorg, sluit echter niet naadloos aan bij het idee van de zorgzame buurt. Zorgzaam zíjn is namelijk iets heel anders dan zorg verlénen. Dat wordt mooi weergegeven in het volgende gezegde: Zorgzaam zijn is een houding en dat komt uit het hart; zorg verlenen is een handeling en dat doe je met je handen Misschien wat kort door de bocht, maar



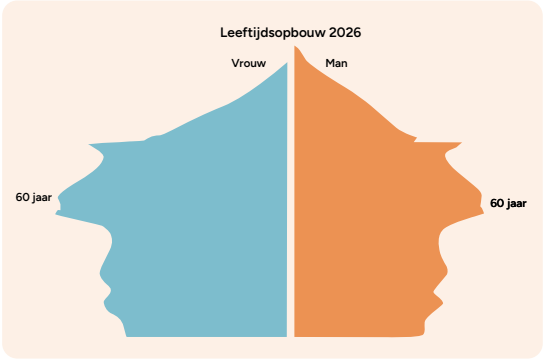
het raakt wel de kern. Daar komt nog bij, zoals we verderop zullen zien, dat de buurt zélf bepaalt wat er wordt gedaan en hoe hun zorgzame buurt eruitziet. De inhoud daarvan kun je mensen niet opdringen. In de praktijk blijkt dat elkaar zorg verlenen als mogelijke activiteit van een zorgzame buurt veel mensen afschrikt. Vragen als: "Hoe zit het dan met de verantwoordelijkheid?" of "Moet ik dan 's nachts mijn bed uit?" worden regelmatig gesteld. Ook klinkt vaak de opmerking: "Dit is wel erg makkelijk; moet de overheid dat niet gewoon regelen?"

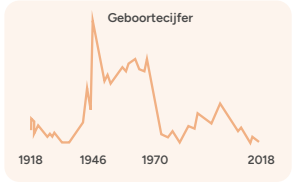
Dit zijn opmerkingen en vragen die terecht worden gesteld en die de ontwikkeling van een zorgzame buurt ook echt in de weg kunnen zitten. Het is niet voor niets dat de naam voorzorgcirkel vaak wordt vermeden. Men kiest heel bewust voor een naam waarin het woord zorg niet voorkomt, naast buurtcirkel zien we ook benamingen als *aandachtcirkel* of *Oog voor Elkaar*. Bovendien ligt ook de verwarring met de echte zorgcirkel op de loer. Een zorgcirkel wordt tegenwoordig regelmatig door zorg- of welzijnsinstellingen opgezet rondom kwetsbare mensen. Daarbij gaat het om afspraken die worden gemaakt met kinderen, familie, hulpverleners en soms ook buren. Dit start bij de problematiek van één persoon en de cirkel is volledig op diens problematiek gericht. Dat is wezenlijk heel iets anders dan een buurtcirkel.

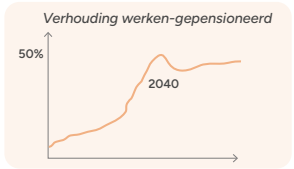
Er zijn veranderingen gaande in het zorg- en welzijnssysteem en die vragen om nieuwe oplossingen. Een zorgzame buurt kan daaraan een bijdrage leveren. Toch is dit voor veel mensen geen doorslaggevend argument om zelf met een buurtcirkel te beginnen. Sterker nog: wanneer de nadruk te veel op zorg ligt, kan dat mensen juist afschrikken.

Vergrijzing van de samenleving
De samenstelling van de Nederlandse bevolking verandert geleidelijk. We bewegen toe naar een verhouding van twee werkenden op één gepensioneerde. Volgens statistici zal die verhouding rond 2040 zijn bereikt en naar verwachting tot ongeveer 2100 blijven bestaan. Deze ontwikkeling zal grote maatschappelijke gevolgen hebben. De actieve en vitale ouderen, in de zogenoemde derde levensfase, zullen daarin een belangrijke rol gaan spelen. Nu is de scheidslijn tussen de levensfases en de maatschappelijke betrokkenheid niet zo scherp te trekken. Er zijn veel jongeren die ook vrijwillig maatschappelijk actief zijn en er zijn vitale ouderen die dat niet zijn of niet willen zijn. Maar dat de toenemende vergrijzing impact zal hebben op de invulling van deze rollen, is evident.

Naarmate mensen ouder worden, wordt de directe leefomgeving vaak belangrijker voor hun kwaliteit van leven. Sociale contacten in de buurt, mogelijkheden om van betekenis te zijn en een gevoel van verbondenheid, kunnen bijdragen aan welzijn en zelfredzaamheid. Ook kan een vertrouwd netwerk in de nabije omgeving ondersteuning bieden wanneer mensen zich kwetsbaar of onzeker voelen. Binnen het thema *Langer thuis wonen*, waar tegenwoordig veel aandacht voor is en dat ook door veel ouderen wordt gewenst, speelt de buurt een belangrijke rol. Juist kleine vormen van onderlinge hulp, zoals de kliko buitenzetten, een boodschap doen of helpen bij het planten van zomerbloemen, kunnen het wooncomfort, de zelfstandigheid en de veerkracht van mensen aanzienlijk vergroten.







Het argument van de toenemende vergrijzing wordt helaas vooral in negatieve zin gebruikt: er is steeds meer zorg nodig, terwijl daarvoor onvoldoende capaciteit beschikbaar is. We vinden het belangrijk om ook die andere kant hier nog een keer te benadrukken. Vergrijzing betekent immers ook dat er meer mensen zijn die iets voor anderen kunnen betekenen. Door zich in te zetten voor hun omgeving, dragen zij niet alleen bij aan het welzijn van anderen, maar houden zij ook meer regie over hun eigen toekomst.

Jongeren en herwaardering van gemeenschapszin
Jongeren en jongvolwassenen hebben een belangrijke en onmisbare stem in het ontstaan van zorgzame buurten. Zij maken immers onlosmakelijk deel uit van veel buurten.

Er lijkt een trend te zijn dat de behoefte aan gemeenschap onder jongere generaties weer toeneemt. De inzet van jongeren als vrijwilliger is de laatste jaren slechts licht gedaald. Ze zijn wel op zoek naar nieuwe vormen, meer projectmatig en minder in verenigingssfeer. Daarnaast lijkt er sprake te zijn van een herwaardering van gemeenschapszin in de zin van maatschappelijke betrokkenheid en de behoefte aan lokale verbondenheid.

Zowel ouderen als jongeren kunnen veel plezier beleven en waarde hechten aan contact tussen verschillende generaties. Zo kan een buurtcirkel veel betekenen voor gezinnen met jonge kinderen, met ouders in een drukke levensfase. Even bijspringen, een kind van school halen, kan al veel lucht geven. Daarnaast is eenzaamheid en sociaal isolement helaas ook onder jongeren een groeiend probleem en daarbij kan wat meer oog voor elkaar in de buurt ook van betekenis zijn.

Ondanks de stijgende bereidheid bij jongeren, blijft tijdgebrek de grootste drempel om zich structureel in te zetten. Een passende inrichting van een buurtcirkel, met voldoende flexibiliteit, kan jongeren en jongvolwassenen zeker uitnodigen om mee te doen.

"Ik ben zo blij dat we een vorm hebben gevonden die elke buurt de ruimte geeft om het geheel op eigen wijze op te gaan zetten. In een buurt met veel jongeren zien we dat de nadruk in het begin ligt op ontmoeten en elkaar wat beter leren kennen. Bij een buurt met veel ouderen en een sterke buurtvereniging, wordt het weer meer gericht op hulp."

De weerbare buurt
Met de toenemende onzekerheid in de wereld, wordt steeds vaker gesproken over weerbaarheid. Hoe ga je als persoon om met tegenslagen, verstoringen en ingrijpende veranderingen? Deskundigen geven aan dat een geadviseerd noodpakket nuttig is, maar dat het nog belangrijker is om te werken aan de weerbaarheid van mensen. En hoe je als buurtbewoners kunt bijdragen aan een weerbare buurt. Als de stroom langere tijd uitvalt, is het prettig als buurtgenoten al eens hebben nagedacht over zo'n situatie. Zij weten dan bijvoorbeeld dat er op nummer 20 iemand woont die afhankelijk is van een traplift of dat iemand op nummer 35 in paniek kan raken.

Voor veel mensen is het idee van de weerbare buurt nog een stap te ver; ook is de communicatie van de overheid hierover met enige scepsis ontvangen. Toch komt dit onderwerp in veel zorgzame buurten steeds vaker aan de orde en groeit het geleidelijk uit tot een serieus gespreksonderwerp.

Gemeenschap die naar elkaar omziet
Bij het nadenken over *het waarom* van een zorgzame buurt, is het goed te beseffen dat beleidsvraagstukken - zoals de toekomst van het zorgsysteem - buurtbewoners maar zelden echt in beweging brengen.



Voor veel deelnemers en initiatiefnemers zijn de drijfveren persoonlijker, concreter en emotioneel veel dichterbij. Het gaat over het creëren van een vangnet voor de mensen die naast je wonen, voor het moment dat dit nodig is. Het gaat over de voldoening die het geeft om iemand te helpen. Over de waarde van menselijk contact in een drukke wereld. En de geruststellende gedachte dat er ook mensen voor jou klaarstaan als dat nodig is. De wetenschap dat iemand een oogje in het zeil houdt. Maar ook over het zelf invloed kunnen uitoefenen op wat er in je omgeving gebeurt. Samen iets aan te pakken. En de verbondenheid die dat oplevert.

De zorgzame buurt is geen 'zorgclub', maar een gemeenschap van mensen die naar elkaar omzien.

1.3 Kernvraag

Meer verbinding in de buurt klinkt al snel abstract. Om daadwerkelijk aan de slag te gaan, kan een praktische kernvraag een leidraad vormen. Een vraag waaraan de activiteiten die worden ondernomen, kunnen worden getoetst. Deze kernvraag kan als volgt worden geformuleerd:

> Hoe kunnen we het in onze buurt **makkelijker** maken om elkaar te **helpen** en **naar elkaar om te zien**?

Alles wat dat 'makkelijker maken' bevordert kan dus bijdragen aan een zorgzame buurt. Daarmee komen we los van standaardprocedures en stappenplannen en is er ruimte voor creativiteit vanuit de buurt. Het 'makkelijker maken' gaat over communicatie en coördinatie. Hoe bereiken we elkaar? Wie zou

wat kunnen doen? Hoe kunnen we iets afspreken zonder te veel verplichtingen op te leggen? Maar makkelijker maken gaat ook over elkaar kennen en vertrouwen, duidelijk zijn over verwachtingen, grenzen stellen en vraagverlegenheid wegnemen.

"Ik had al vaak gedacht de zieke buurman vaker te bezoeken, maar zag op tegen de verplichting. Dat was echt een dilemma. Nu ook andere buren af en toe bij hem langsgaan, is dat bezwaar weg. We doen het nu met een groepje."

Wat betreft 'helpen' en 'omzien naar elkaar': deze begrippen worden vaak in één adem genoemd, alsof ze synoniemen zijn. Maar in de kern zijn het twee verschillende dingen. Helpen kan letterlijk zijn, zoals het doen van een klusje, of figuurlijk, bijvoorbeeld wanneer het gaat om een betekenisvol gesprek. Het kenmerk van helpen is dat het meestal actiegericht is: je dóet iets. Het is vaak tijdelijk en heeft een duidelijke richting: er is enerzijds een vraag of behoefte en anderzijds een concreet aanbod. Dat brengt ook een vorm van afhankelijkheid met zich mee.

"Bijzonder toch, dat alleen even helpen om de fietsendrager en fiets op de auto te zetten voor Hannie betekent dat zij haar wekelijkse fietstochtje met een vriendin kan blijven doen."

"Echt oog voor elkaar hebben, begint eigenlijk altijd met leren kijken."

"We schaamden ons dood toen we Hermien met de rollator op de nieuwjaarsreceptie zagen binnenkomen, met de sneeuw nog op de banden. Wel een buurtcirkel, maar niemand die eraan had gedacht om haar, de oudste van de club, even op te halen met dit weer. We moeten blijkbaar nog veel leren."

Omzien naar elkaar is van een andere orde. Daarin zit een grotere wederkerigheid. De vraag komt vaak van degene die omziet en is minder specifiek: "Hoe gaat het eigenlijk met je de laatste tijd?" Omzien is veel meer relatiegericht en is er voortdurend, niet als een eenmalige actie. Omzien naar elkaar ontstaat niet vanzelf. Het groeit geleidelijk. Je leert samen hoe je dat doet, door af te tasten, ervaringen op te doen en elkaar beter te leren kennen.

"Dat het voor Jeannie zo fijn is om even tijd voor zichzelf te hebben en dat wij met de buurt haar die tijd kunnen schenken door even met Huub op pad te gaan, daar had ik eerder nooit bij stilgestaan."

1.4 Proces

Op een aantal locaties zijn buurtbewoners en organisaties, ieder op een geheel eigen manier, structureel op zoek gegaan naar antwoorden op de hierboven geformuleerde kernvraag: Hoe kunnen we het in onze buurt makkelijker maken om elkaar te helpen en naar elkaar om te zien? In de volgende hoofdstukken wordt ingegaan op een aantal praktische fasen in het proces naar zorgzame buurten. Hoewel, zoals gezegd, elke buurt en elke context anders is en maatwerk vraagt, maakt deze fasering het makkelijker om het proces te beschrijven en te begrijpen. Zowel op straat- en buurtniveau als op grotere schaal.

De eerste fase noemen we het **Initiatief**. Hier ontstaat bij een aantal bewoners de wens om 'iets' te willen doen met 'omzien naar elkaar' in hun eigen buurt, dorp of wijk. Daarna volgt meestal een fase van **Verkenning**. Wat is er al? Wie kunnen we betrekken? Na de verkenning volgt de fase **Aan de slag**. Buurtbewoners worden benaderd. Als het lukt om een groep bij elkaar te krijgen, komt de fase van **Organiseren**. Niet te veel vastleggen, maar wel om wat afspraken met elkaar te maken. Eigenlijk begint het dan pas echt. De laatste fase wordt **Borgen** genoemd, waarin aandacht is voor de duurzame verankering van de zorgzame buurt. In deel 2 beschrijven we de fasen op straat- en buurtniveau, in deel 3 op grotere schaal, dus op dorps- of wijkniveau.



2 In straten en buurten

In dit deel worden de fasen beschreven bij een initiatief in een buurt zelf, dus als enkele mensen in een buurt met elkaar een buurtcirkel willen opzetten.

2.1 Initiatief

Initiatief

Volgens Van Dale: *Uit eigen beweging iets beginnen*

Het initiatief voor een buurtcirkel ontstaat vaak omdat een of enkele bewoners er iets over hebben gelezen of gehoord in de media. Soms is er een concrete gebeurtenis die mensen wakker schudt. Bijvoorbeeld wanneer iemand thuis is gevallen en pas na een dag wordt gevonden. Ook kan geleidelijk het besef ontstaan dat onderlinge hulp steeds belangrijker wordt, bijvoorbeeld omdat de buurt vergrijst en bewoners meer op elkaar raken aangewezen.

> *"Op de nieuwjaarsreceptie kwam Hennie, onze alleenstaande overbuurvrouw, bij ons aan tafel zitten. Ze liet een artikel zien over een voorzorgcirkel in een nabijgelegen dorp. Eerst vonden we het een beetje overdreven, daar zijn we nog veel te jong voor, zeiden we tegen elkaar. Maar Hennie ging er daarna ook bij andere buren over in gesprek. We besloten toen om toch eens te gaan praten met een coördinator die zich hiermee bezighoudt in ons dorp. Inmiddels hebben we al meer dan een half jaar een hele actieve buurtcirkel waar iedereen aan meedoet. Mooi hè.*

Daadwerkelijk aan de slag gaan als initiatiefnemer is niet altijd makkelijk. *Tussen droom en daad staan wetten in de weg en praktische bezwaren*, om met de dichter Elsschot te spreken.
"Waar te beginnen?"
"Gaat dat niet heel veel tijd kosten?"
"Moeten we veel vergaderen?"
"Wat te doen met die bijzondere man van nummer 19?"
"Word ik straks 's nachts gebeld?"

In de praktijk blijken al deze zorgen vaak niet aan de orde. Maar ja, dat weet je pas achteraf. Wat te doen?

Geen haast
Een eerste tip: heb geen haast. Het mag best even duren. Het is belangrijk om vooraf te beseffen dat initiatief nemen niet betekent dat je straks alles alleen moet dragen. Je hoeft niet midden in de cirkel te staan en als een spin in het web alles te regelen. Hoe de buurtcirkel zich ontwikkelt, maar ook de onderlinge taakverdeling, bepaal je samen met de andere deelnemers. Neem de tijd om dat goed te laten doordringen. En… het mag uiteindelijk ook mislukken. Dan is er nog geen man overboord. Je hebt het geprobeerd, het is om bepaalde redenen (nu) niet gelukt. Je hebt ervan geleerd en misschien lukt het later wél.

Een maatje zoeken
Wat helpt, is een maatje te zoeken, of liever nog: een paar. Doe dit niet alleen. Er zijn zeker voorbeelden van buurtcirkels die door één persoon zijn opgezet, maar dat is niet aan te bevelen. Als je met enkele mensen bent, krijgt het idee meteen meer gewicht. Bovendien is het voor de duurzaamheid belangrijk dat een buurtcirkel niet afhankelijk is van één persoon. Je kunt je idee voorzichtig hier en daar in de buurt bespreken en kijken hoe mensen reageren. Dat helpt niet alleen om steun te vinden, maar ook om je eigen verhaal scherper te krijgen. Misschien zijn er in de buurt al bestaande netwerken, zoals een wandelclub, een initiatief rond een speeltuin of een kaartclub. Daar kun je informeren of er mensen zijn die willen meedenken of meehelpen.

Informatie inwinnen
Om je eigen idee te voeden en verder te ontwikkelen, kun je online meer informatie opzoeken, bijvoorbeeld bij kenniscentra als Vilans of Movisie. Ook kun je je alvast voorbereiden op gesprekken met anderen. Denk bijvoorbeeld na over vragen die mensen kunnen stellen (zie 1.2 'Motivatie'). Bespreek zulke vragen eventueel met je directe omgeving. En dan komt het moment voor de volgende stap: goed rondkijken in de buurt.

2.2 Verkennen

Verkennen

In deze fase ga je op onderzoek in je buurt. In een kleine buurt die je kent als je broekzak is dat misschien niet nodig. Maar de meeste mensen kennen slechts een deel van hun buurt en een beperkt aantal bewoners. Daarom is het goed om hier bewust even tijd voor te nemen.

Verbindingen
In iedere buurt bestaan al allerlei verbanden en netwerken waar mensen elkaar kennen en informeren. Daar kun je bij het opzetten van een zorgzame buurt goed gebruik van maken. Denk bijvoorbeeld aan een buurtvereniging, familieverbanden, een koor, een wandel- of fietsclub, ouders die actief zijn op school of een ouderenvereniging. Soms is er ook een kerkgemeenschap, een buurtapp voor de veiligheid of een lokaal initiatief, zoals een voedselbank of een Repaircafé. Door met deze groepen in gesprek te gaan en hen te betrekken bij het idee van een buurtcirkel, kun je veel mensen bereiken en enthousiast maken. Dat kan het hele proces een flinke impuls geven.

Beroepskrachten
In je buurt zijn mogelijk ook beroepskrachten werkzaam die betrokken zijn bij de wijk of het dorp. Denk aan de dorpsondersteuner, de buurtcoach, de beheerder van het buurthuis, de wijkverpleegkundige, de wijkagent of de wijkconsulent van de gemeente. Dit is zeker geen volledige opsomming. Het is verstandig om hen op te zoeken en te informeren over je initiatief. Zij kunnen op verschillende manieren een bijdrage leveren, bijvoorbeeld door het buurthuis beschikbaar te stellen of mee te denken over subsidiemogelijkheden. Als beroepskrachten weten wat er gebeurt en zich betrokken voelen, kunnen zij waar nodig ook aansluiten. Zo voorkom je misverstanden of wrijving achteraf.

Bewonersprofiel
Het is nuttig om een beeld te krijgen wie er in de buurt woont en hoe er wordt gewoond. Hoe is de verhouding tussen huur- en koopwoningen? Wonen er vooral jonge gezinnen of juist ouderen? Zijn er specifieke instellingen, appartementencomplexen of woonblokken? Deze verkenning hoeft het proces niet onnodig ingewikkeld te maken. Zoals eerder genoemd, is deze informatie in een kleine, vertrouwde buurt vaak al bekend en daardoor minder relevant. In andere situaties kan zij echter juist waardevolle inzichten opleveren. Gegevens hierover zijn vaak eenvoudig op te vragen bij de gemeente of te vinden op websites, zoals AlleCijfers.nl. Het zal je verbazen hoeveel informatie er beschikbaar is.

2.3 Aan de slag

Aan de slag

Kader de buurt
Aan de slag dus! Met als eerste vraag: welk gebied valt er onder ‘de buurt’? Het is belangrijk om daar duidelijke afspraken over te maken. Als de grenzen onduidelijk zijn, kunnen bewoners het gevoel krijgen dat zij worden buitengesloten. Zeker wanneer zij zichzelf wel als onderdeel zien van de buurt.

Er bestaat geen vaste richtlijn voor de omvang van een buurtcirkel. In de praktijk blijkt dat ongeveer vijftien huizen vaak het minimum is om een buurtcirkel goed te laten functioneren. Binnen één buurt kunnen ook meerdere buurtcirkels ontstaan, eventueel met verschillende verbinders. Er zijn zelfs voorbeelden van buurtcirkels met zestig huizen en zes verbinders.

Belangrijk is vooral dat bewoners elkaar in het dagelijks leven op een natuurlijke manier kunnen ontmoeten. Bijvoorbeeld tijdens een wandeling, bij het uitlaten van de hond, bij de buurtwinkel of gewoon op straat. Soms wordt ‘loopafstand’ als uitgangspunt genomen, hoewel ook dat een flexibel begrip is.



Bestaande grenzen kunnen helpen bij de afbakening van de buurt. Denk aan de grenzen die een buurtvereniging hanteert, maar ook aan fysieke grenzen, zoals een plein, een appartementencomplex, een doorgaande weg of een sloot. Belangrijk is dat de gekozen afbakening logisch aanvoelt en goed is uit te leggen. Een lange straat kan bijvoorbeeld worden opgesplitst bij een zijstraat, een speeltuin of een ander herkenbaar punt.

Soms is het verstandig om in het begin een wat ruimere grens aan te houden. Gaandeweg kunnen bewoners dan samen bepalen hoe de buurtcirkels uiteindelijk het beste kunnen worden ingedeeld.

Wie doet er mee?
De volgende stap is om alle bewoners binnen het gekozen gebied te vragen of zij willen meedoen aan de buurtcirkel. Bij voorkeur maak je een rondje door de buurt en bel je aan bij elke woning voor een eerste persoonlijk contact. Het is aan te bevelen om dit met z'n tweeën te doen. Dat geeft het initiatief meteen meer gewicht en maakt het gesprek minder afhankelijk van één persoon.
Tijdens het gesprek is het belangrijk om direct duidelijk te maken dat iedereen zelf kan bepalen hoe hij of zij wil bijdragen. Als daar onduidelijkheid over bestaat, ontstaat al snel twijfel. Wat betekent meedoen precies? Hoeveel tijd kost het? En wat wordt er van mij verwacht? Veel mensen zullen niet zomaar ja zeggen tegen een initiatief waarvan zij nog niet goed weten wat het inhoudt.

Er zijn verschillende manieren om deze stap aan te pakken. Welke manier het beste past, hangt af van de buurt en van de initiatiefnemers. Hieronder volgen drie mogelijke werkwijzen.

Optie 1: Deelnameformulier laten invullen
Tijdens het gesprek aan de deur overhandig je een zogenoemd vraag- en aanbodformulier. Bewoners kunnen dit op hun gemak invullen en vervolgens in de brievenbus doen van een van de initiatiefnemers. Nog beter is om af te spreken dat je na ongeveer twee weken opnieuw een ronde door de buurt maakt om de formulieren op te halen.

Bedenk van tevoren welke informatie je belangrijk vindt/nodig hebt van de buurtbewoners, bijvoorbeeld:
- of zij willen deelnemen;
- wat zij eventueel voor anderen zouden kunnen betekenen;
- of zij zelf een vraag of hulpbehoefte hebben;
- of zij meer informatie willen ontvangen.

Bewoners die willen meedoen, nodig je daarna uit voor een bijeenkomst om samen de buurtcirkel verder vorm te geven.

Optie 2: Uitnodigen voor informatieavond
Bij een gesprek aan de deur kun je bewoners uitnodigen voor een informatiebijeenkomst. Zorg voor een persoonlijke uitnodiging (controleer naam, adres en aanhef), dat levert vaak meer betrokkenheid op dan een ongeadresseerde brief in de bus. De uitnodiging kan worden gecombineerd met een korte enquête, op papier of via een online vragenlijst. Zo'n enquête zet mensen alvast aan het denken en levert informatie op die tijdens de bijeenkomst kan worden besproken.

Tijdens de bijeenkomst wordt uitgelegd wat een buurtcirkel is, hoe deze werkt en wordt gevraagd wie belangstelling heeft om mee te doen. Bewoners kunnen uiteraard ook later nog besluiten om aan te sluiten. Het vraag- en aanbodformulier kan tijdens de bijeenkomst worden toegelicht, uitgedeeld en desgewenst direct worden ingevuld. Ook kan worden gevraagd wie een rol als verbinder wil vervullen. Het is verstandig om bewoners die niet aanwezig waren later alsnog persoonlijk te bezoeken en hen een deelnameformulier te geven, zodat iedereen bewust een keuze kan maken.

Een informatieavond kun je prima in een kleine setting organiseren, zeker als er niet veel mensen worden verwacht. Gewoon bij iemand thuis, kopje koffie en ongedwongen van gedachten wisselen.

Optie 3: Eerst ontmoeting stimuleren
Soms is het verstandig om niet direct met het idee van een buurtcirkel te beginnen. Bijvoorbeeld wanneer veel bewoners elkaar nog nauwelijks kennen of wanneer het onderwerp nog te abstract

of te groot voelt. In dat geval kan het helpen om eerst activiteiten te organiseren die ontmoeting en contact stimuleren. Denk aan een buurtbarbecue, een walking diner, gewoon een bijeenkomst ergens in de buurt, een wandelgroep of een activiteit tijdens de jaarlijkse Burendag.

Door eerst te investeren in ontmoeting ontstaat vaak meer vertrouwen en betrokkenheid. Vanuit die basis is de stap naar een buurtcirkel voor veel bewoners kleiner en vanzelfsprekender.
Het is aan de initiatiefnemers om te kiezen welke aanpak het beste past bij hun buurt, een eigen variant ontwikkelen kan uiteraard ook.
Wanneer bewoners nog geen enkel idee hebben wat een buurtcirkel is, verdient een informatiebijeenkomst vaak de voorkeur. Zo krijgen bewoners de gelegenheid om vragen te stellen, voorbeelden te horen en kennis te maken met het initiatief.
Het belangrijkste is dat bewoners in hun eigen tempo kunnen ontdekken wat een buurtcirkel inhoudt en de ruimte voelen om zelf te bepalen óf en zo ja, op welke manier zij willen deelnemen.

Voorbereiding
Naast de keuze voor een aanpak is het verstandig om als initiatiefnemers vooraf af te stemmen welk verhaal jullie willen vertellen. Dat hoeft niet ingewikkeld te zijn:

"We onderzoeken met een paar buurtbewoners of het mogelijk is om een buurtcirkel op te zetten. Daarom horen we graag of er mensen zijn die op hun eigen manier willen meedoen of een bijdrage willen leveren."

Het is ook goed om alvast na te denken over vragen die bewoners kunnen stellen. Waarom is een buurtcirkel eigenlijk nodig? Wat levert het op? En wat wordt er van deelnemers verwacht? Zie hiervoor ook 1.2.

Veel bewoners hebben mogelijk nog nooit van een buurtcirkel gehoord. Dan is de kans groot dat zij er een andere voorstelling van hebben dan wat het in werkelijkheid is. Begrippen zoals verbinders, vraag en aanbod en omzien naar elkaar zeggen hen dan nog weinig.

Het helpt dan om het idee eerst wat bekender te maken door voorafgaand aan een ronde door de buurt aandacht te besteden aan bewustwording.

Een algemene huis-aan-huisfolder is daarvan een voorbeeld.
Maar ook een artikel in een wijk- of buurtkrant, of een kort praatje tijdens een bijeenkomst van de buurtvereniging kan goed werken.
Een andere manier is het houden van een enquête, voorzien van een korte inleiding waarin de mogelijkheid van een buurtcirkel wordt toegelicht. Dat kan, zoals eerder aangegeven, goed worden gecombineerd met een informatiebijeenkomst.

De buurt in
Voor veel initiatiefnemers is het best een drempel om de buurt in te gaan en bij mensen aan te bellen met het verhaal over een buurtcirkel. Daarom is het prettig om dit samen te doen. Met z'n tweeën voelt het niet alleen gemakkelijker, maar straalt het initiatief ook meer gezamenlijkheid uit. Bewoners zien dat het niet gaat om een persoonlijk idee van één bewoner, maar om een initiatief dat door meerdere mensen wordt gedragen.

Een ronde door de buurt kost tijd, maar die investering betaalt zich vaak terug. Er is geen haast, dat is immers een slechte raadgever. Juist de persoonlijke gesprekken vormen de eerste stap naar meer contact en vertrouwen in de buurt. Veel initiatiefnemers blijken later met plezier terug te kijken op deze bezoeken en beschrijven ze als een van de leukste en meest waardevolle onderdelen van het hele proces.

Materialen
Alle genoemde materialen - de informatiefolder, de enquête, het vraag- en aanbodformulier, presentaties voor informatieavonden en ondersteunende filmpjes - zijn beschikbaar. Daarnaast kunnen de materialen worden gedownload via de website van Senioren Brabant-Zeeland of via de bibliotheek van Samen Ouder Worden.
Ze zijn eenvoudig aan te passen aan de eigen buurt en situatie, zodat ze goed aansluiten bij de lokale praktijk.

Informatieavond
In de praktijk blijkt het vinden van een geschikte locatie voor een informatieavond soms lastiger dan verwacht. In kleinere gemeenschappen zijn vaak dorpshuizen, wijkgebouwen of andere ontmoetingsplekken beschikbaar die tegen een kleine vergoeding of zelfs kosteloos kunnen worden gebruikt. Daarom is het verstandig om hier al tijdens de voorbereidingen aandacht aan te besteden.

Het is ook de moeite waard om samen met de gemeente te bekijken welke mogelijkheden er zijn voor ondersteuning, bijvoorbeeld bij het vinden van een geschikte locatie of het beschikbaar stellen van voorzieningen. De opzet van een informatieavond hoeft niet ingewikkeld te zijn. Een heldere presentatie, ondersteund door enkele afbeeldingen of een eenvoudige PowerPoint, is vaak al voldoende. Ook hiervoor zijn voorbeelden beschikbaar.

Onderwerpen die aan bod kunnen komen, zijn bijvoorbeeld:
- voorstellen van de initiatiefnemers;
- waarom het initiatief wordt gestart;
- wat men hoopt te bereiken;
- hoe een buurtcirkel kan werken;
- welke vragen, wensen of ideeën bewoners zelf hebben.

Daarna kan de groep worden opgesplitst in kleinere groepen om met elkaar in gesprek te gaan. Dat gesprek kan gaan over het idee van de buurtcirkel en wat die zou kunnen betekenen. Maar het kan ook gewoon een gelegenheid zijn om nader kennis te maken, vragen op te halen of gedachten uit te wisselen.

Een vraag- en aanbodformulier kan worden uitgedeeld en besproken. Zo leren bewoners elkaar beter kennen en ontstaat meer inzicht in wat mensen willen bijdragen, waar behoefte aan is en wie eventueel een rol als verbinder op zich wil nemen. Uiteindelijk draait de bijeenkomst om één centrale vraag: wie wil meebouwen aan een zorgzame buurt?

2.4 Organiseren

Organiseren

In het vorige deel zijn de eerste fasen beschreven op weg naar een zorgzame buurt. Inmiddels is er een goed beeld van de bewoners die willen meedoen, wat zij willen bijdragen en welke vragen of behoeften er leven. Dat is natuurlijk een momentopname, maar wel een belangrijke basis om op verder te bouwen.

In deze fase werken we toe naar een beperkte vorm van organisatie. Bewust beperkt, omdat veel bewoners juist de spontaniteit waarderen van samen iets ondernemen. Geen onnodige vergaderingen of uitgebreide notulen, maar afspraken die helpen om het initiatief verder te brengen. Daarbij past een mooie vuistregel voor het bouwen aan een gemeenschap: *"Als je een bijeenkomst organiseert, maak er dan meteen een feestje van."*

De organisatie betreft de volgende onderwerpen:
- Verbinders
- Communicatie
- Link met beroepskrachten
- Activiteiten organiseren
- Samen starten met de buurtcirkel

Verbinders
Sommige buurtcirkels kiezen ervoor om géén verbinders aan te wijzen. In dat geval communiceren bewoners met elkaar via een WhatsApp- of Signalgroep. Vragen om hulp en hulpaanbod worden dan rechtstreeks in de groepsapp gedeeld.

Dit is ook gelijk de meest eenvoudige vorm van organisatie. Deze manier van werken vraagt echter veel discipline van de deelnemers en een groepsapp-beheerder die de groep goed in de gaten houdt. Anders bestaat het risico dat mensen zich gaan ergeren aan een overvloed aan berichten en uiteindelijk afhaken.

Een groepsapp is vooral geschikt om praktische zaken te regelen. De stap van een hulpvraag stellen naar omzien naar elkaar, vraagt echter om persoonlijk contact. De vraagverlegenheid in een

groepsapp rond persoonlijke zaken is vaak groot. Iemand zal bijvoorbeeld niet snel in een groepsapp schrijven dat hij of zij zich eenzaam voelt of behoefte heeft aan meer contact. Als praktisch communicatiemiddel is een groepsapp dus heel waardevol, maar als enige vorm van contact in een buurtcirkel heeft deze opzet beperkingen.

Veel zorgzame buurten kiezen ervoor om met verbinders te werken. Dat heeft verschillende voordelen:

- Een verbinder is een vertrouwd aanspreekpunt. Hij of zij kan hulpvragen verdelen over meerdere buurtbewoners en houdt overzicht over wie al eerder is gevraagd.
- Een verbinder kan hulpvragen combineren of een groepsaanbod organiseren, als de deelnemers dat willen. Denk bijvoorbeeld aan een wandelgroep voor iemand met beginnende Parkinson. De ondersteuning wordt dan verdeeld over meerdere bewoners, zodat niet steeds dezelfde buur iedere week beschikbaar hoeft te zijn.
- Een verbinder kan grenzen bewaken. Wanneer iemand bijvoorbeeld wekelijks vraagt om het gras te maaien, kunnen de verbinders bespreken of dat nog past binnen de bedoeling van de buurtcirkel.
- Een verbinder kan na afloop informeren of een hulpvraag goed is verlopen.
- Een verbinder kan ook zelf initiatief nemen. Bijvoorbeeld door tijdens een hittegolf of een periode van sneeuwval extra aandacht te hebben voor bewoners die mogelijk kwetsbaar zijn.
- Een verbinder onderhoudt waar nodig contact met bijvoorbeeld de dorpsondersteuner of een andere beroepskracht. Daardoor kan er snel worden geschakeld wanneer een hulpvraag structureel blijkt te zijn.

In de praktijk is het verstandig om met minimaal twee verbinders te werken. Dat komt de continuïteit ten goede. Bovendien kunnen zij met elkaar overleggen, elkaar vervangen wanneer dat nodig is en samen nieuwe initiatieven oppakken. Vaak wordt een buurtcirkel voorgesteld als een groep van twaalf tot vijftien huizen met twee verbinders. Dat is een werkbare omvang, omdat bewoners elkaar gemakkelijk kunnen leren kennen en het onderlinge contact overzichtelijk blijft.

Het is echter zeker niet de enige mogelijkheid. In grotere buurten kan er ook voor worden gekozen om met meerdere verbinders te werken. Zo zijn er buurten met ongeveer zestig woningen en zes verbinders. Iedere verbinder heeft dan een deel van de buurt of een aantal straten als aandachtsgebied, zonder dat daar strikte grenzen aan worden verbonden. Zo blijven bestaande sociale verbanden intact en hoeven bewoners niet kunstmatig over verschillende buurten te worden verdeeld. Een bijkomend voordeel is dat een grotere groep verbinders meer dynamiek en uitwisseling oplevert. Er is ook meer ruimte voor onderlinge ondersteuning, andere inzichten, continuïteit en een sterkere groepsvorming.



Communicatie

Een berichtenapp is een praktische manier om met elkaar in contact te blijven. Dat geldt zowel voor de verbinders onderling als voor de deelnemers aan de buurtcirkel. De meeste berichtenapps bieden verschillende mogelijkheden. Zo kun je berichten sturen naar een hele groep, maar ook rechtstreeks contact hebben met één persoon. Sommige apps maken het bovendien mogelijk om informatie te delen zonder dat daar een lange stroom aan reacties op volgt. Zo blijft de communicatie overzichtelijk.

Toch blijkt in de praktijk dat een telefoontje naar een van de verbinders voor veel bewoners de meest laagdrempelige manier van contact is. Even bellen voelt persoonlijk, is snel geregeld en vraagt weinig digitale vaardigheden. Daarom maken veel buurtcirkels gebruik van een eenvoudig visitekaartje met de contactgegevens van de verbinders. Voorbeelden hiervan zijn opgenomen in de bibliotheek SOW of SBZ. Bewoners kunnen het kaartje op een zichtbare plek bewaren, bijvoorbeeld op de koelkast of in de meterkast, zodat het altijd binnen handbereik is wanneer dat nodig is.

Link met beroepskrachten
In de fase Verkenning is al kort ingegaan op de verbinding met professionele zorg. Denk hierbij aan een dorpsondersteuner, buurtcoach of wijkverpleegkundige. Het is sowieso waardevol wanneer deze partijen op een of andere manier betrokken zijn. Een goede samenwerking maakt het mogelijk om signalen sneller op te vangen en waar nodig makkelijker door te verwijzen of beter af te stemmen. Verbinders kunnen actief zoeken naar een laagdrempelige ingang en contact leggen waar dat passend is. Een ingang naar de professionele zorg is geen voorwaarde voor het slagen van een buurtcirkel, maar het versterkt het geheel wel.

Activiteiten organiseren
Verbinders kunnen samen nadenken over passende activiteiten binnen de buurtcirkel. Deze activiteiten sluiten aan bij de doelen van de zorgzame buurt: meer onderlinge verbinding, elkaar helpen en omzien naar elkaar.

Het is niet de bedoeling om een traditionele buurtvereniging te worden met vaste feestactiviteiten zoals Sinterklaas of buurtbarbecues als doel op zich. Het gaat steeds om activiteiten die voortkomen uit wat bewoners zelf aangeven.

Soms bieden de ingevulde vraag- en aanbodformulieren hiervoor directe aanknopingspunten. Wanneer bijvoorbeeld veel bewoners aangeven behoefte te hebben aan hulp bij digitale vaardigheden, kan dit in een gezamenlijke bijeenkomst worden opgepakt.

Als er behoefte is aan meer contact, kan een wandelgroep of koffiemoment worden georganiseerd.
Ook kunnen buurtcirkels samen nadenken over hun rol bij bijzondere situaties, zoals een langdurige stroomstoring, extreme hitte of andere omstandigheden waarbij extra onderlinge ondersteuning gewenst is.

Samen starten met de buurtcirkel
Dit is een bijzonder moment: de buurtcirkel gaat officieel van start. Alle bewoners die hebben aangegeven mee te willen doen, worden hiervoor uitgenodigd.

Tijdens deze bijeenkomst worden de verbinders voorgesteld en worden praktische afspraken gemaakt. Er wordt besproken hoe de communicatie verloopt, visitekaartjes met contactgegevens kunnen worden uitgedeeld en, als er contact is met een dorpsondersteuner of een andere beroepskracht, kan ook die worden voorgesteld. Het is natuurlijk extra leuk als hij of zij zelf ook bij de startbijeenkomst aanwezig is.

Sommige buurtcirkels hebben de behoefte om in deze bijeenkomst afspraken te maken hoe ze met elkaar omgaan. Om wat voorbeelden te noemen:
- we helpen elkaar naar vermogen;
- deelname is vrijwillig;
- niemand is verplicht om altijd beschikbaar te zijn;
- hulp vragen mag;
- we respecteren elkaars grenzen.

Ook is dit een goed moment om nieuwe hulpvragen op te halen of voorbeelden te delen van contacten en hulpvragen die inmiddels al zijn ontstaan. Dat maakt zichtbaar dat de buurtcirkel daadwerkelijk begint te leven. Als de groep behoefte heeft aan een eigen naam voor de buurtcirkel, kan die tijdens deze bijeenkomst worden bedacht. Een gezamenlijke naam draagt vaak bij aan de herkenbaarheid en het gevoel van verbondenheid.

Natuurlijk is er ook ruimte om elkaar beter te leren kennen. Wanneer dat tijdens een eerdere informatiebijeenkomst al voldoende is gebeurd, hoeft daar minder aandacht aan te worden besteed. Voor de kennismaking zijn er allerlei werkvormen mogelijk. Denk aan korte kennismakingsgesprekken in kleine groepjes, een korte speeddate of een voorstelrondje waarin bewoners iets vertellen over zichzelf, hun hobby's of talenten. Ook een informele kennismaking, waarbij mensen steeds na enkele minuten van gesprekspartner wisselen, werkt vaak goed.

Tijdens deze bijeenkomst kunnen ook afspraken worden gemaakt over vervolgbijeenkomsten. Veel buurtcirkels kiezen ervoor om enkele keren per jaar een informele bijeenkomst te organiseren. Deelname is vrijblijvend, maar een vaste regelmaat helpt om het onderlinge contact levend te houden. Bovenal moet deze startbijeenkomst een ontspannen en feestelijk karakter hebben. Het is de officiële start van iets nieuws. Daarom kan het de moeite waard zijn om vooraf met de gemeente te bespreken of zij hier een kleine bijdrage aan wil leveren, bijvoorbeeld voor koffie, thee en iets lekkers. Met een bescheiden investering kan zo een belangrijke basis worden gelegd voor een buurt waarin mensen elkaar kennen en naar elkaar omzien.

2.5. Borgen

Borgen

Het is lastig om voor deze fase de juiste titel te vinden. Borgen klinkt zakelijk. Alsof je iets vastzet, controleert of voorkomt dat het losraakt. Dat past eigenlijk niet goed bij een buurtcirkel. Woorden als onderhouden, groeien of volwassen worden dekken de lading ook maar gedeeltelijk. Onderhouden klinkt technisch, alsof een buurtcirkel af en toe een onderhoudsbeurt nodig heeft. Groeien wordt al snel geassocieerd met groter worden, terwijl het daar niet om gaat. En volwassen worden suggereert dat de buurtcirkel in het begin nog niet volwassen is.

Wat wordt bedoeld, lijkt meer op de ontwikkeling van een kind dat leert lopen. Na de eerste voorzichtige stapjes groeit het vertrouwen. Er ontstaat vanzelfsprekendheid. Het lopen wordt niet meer bedacht, maar gewoon gedaan. Misschien is dát wel de beste omschrijving van wat we met een buurtcirkel willen bereiken. Dat bewoners elkaar steeds gemakkelijker weten te vinden, zonder dat daar steeds opnieuw afspraken of organisatie voor nodig zijn. Toch houden we in dit hoofdstuk de term *borgen* aan, omdat deze inmiddels enigszins is ingeburgerd voor deze fase.

Verbinding is de kern

Borgen betekent niet dat alles steeds verder moet worden vastgelegd. Soms ontstaat de neiging om meer regels te maken: dit doen we wel, dat doen we niet. Of: het is vrijwillig, maar niet vrijblijvend. Zulke afspraken kunnen soms behulpzaam zijn, maar maken een buurtcirkel op zichzelf niet sterker.

De belangrijkste succesfactor blijft de verbinding tussen mensen. Buurtbewoners die elkaar hebben leren kennen, die zich betrokken voelen en daardoor iets voor elkaar willen betekenen. Het gaat om buurtbewoners die nieuwsgierig zijn naar hoe het met een ander gaat, zonder dat zij elkaars vrienden hoeven te zijn. Juist die betrokkenheid zorgt ervoor dat een buurtcirkel blijft bestaan.

Vraagverlegenheid

Na het opzetten van een buurtcirkel en het afhandelen van de eerste hulpvragen, klinkt vanuit de verbinders vaak dezelfde opmerking: *"Iedereen wil wel helpen, maar er is geen vraag."* Of: *"We hebben de afgelopen tijd eigenlijk niets hoeven doen."* Soms besluiten bewoners daarom maar een buurtborrel of andere activiteit te organiseren, omdat het verder rustig blijft. Dat is heel herkenbaar en hoort bij het proces.

Een buurtcirkel verandert niet van de ene op de andere dag de manier waarop mensen om hulp vragen. Het verminderen van de zogenoemde vraagverlegenheid is dan ook een belangrijk onderdeel van de verdere ontwikkeling van de zorgzame buurt. De meeste mensen hebben al een netwerk waarop zij terugvallen: familie, kinderen, vrienden of bekenden. Dat zijn vertrouwde patronen die niet zomaar veranderen. Het kost tijd voordat bewoners ontdekken

dat ook iemand uit de buurt misschien kan helpen.
Een mooi voorbeeld is een vrouw die haar dochter, die ver weg woonde, liet komen om iets met de televisie op te lossen. Toen iemand haar wees op de buurtcirkel, antwoordde ze: *"Ja, ik weet het, maar nu had ik tenminste een mooi smoesje om mijn dochter weer eens te zien."* Dat laat zien hoe ingewikkeld vraagverlegenheid kan zijn. Achter een praktische hulpvraag kan ook een behoefte aan aandacht of contact schuilgaan.

Juist daarom is het een goed teken wanneer bewoners elkaar steeds gemakkelijker weten te vinden. Naarmate de vraagverlegenheid afneemt, groeit het vertrouwen in de buurtcirkel en wordt het vanzelfsprekender om elkaar om hulp te vragen.

"De kracht van een buurtcirkel blijkt niet uit het aantal mensen dat wil helpen, maar uit het aantal mensen dat hulp durft te vragen."

De oorzaken van vraagverlegenheid kunnen heel verschillend zijn. Die verschillende oorzaken vragen ook om een verschillende aanpak. Soms helpt het om een concreet aanbod te doen zonder dat er een vraag is, soms is juist een persoonlijk gesprek nodig of is het belangrijk dat mensen elkaar eerst beter leren kennen.

Neem bijvoorbeeld iemand die ieder jaar zelf de dakgoot schoonmaakt. Die denkt: vorig jaar kon ik het ook nog, terwijl het eigenlijk niet meer verantwoord is om op een ladder te staan. In zo'n situatie helpt een concreet aanbod vaak beter dan wachten tot iemand zelf om hulp vraagt. Bij andere onderwerpen spelen juist schaamte, trots of onzekerheid een rol. Dan is het belangrijk om eerst vertrouwen op te bouwen en het gesprek aan te gaan.

"Ik dacht, ik kan de buurvrouw wel steeds vragen of ze nog boodschappen nodig heeft, maar ik kan ook een keer voorstellen haar mee te nemen naar de winkel. Nou dat was een schot in de roos. Ik moet wel even goed kijken op welk moment ik dat doe, want ze geniet er zo van dat even snel een boodschap doen er niet bij is."

Onderstaande tabel geeft enkele veel voorkomende oorzaken van vraagverlegenheid en mogelijke manieren om daarmee om te gaan. De voorbeelden zijn bedoeld als inspiratie; iedere situatie vraagt uiteindelijk om een eigen afweging.

Vraagverlegenheid	
Bron	Mogelijke aanpak
Schaamte of trots	Het gesprek aangaan, voorbeelden delen en laten zien dat hulp vragen heel gewoon is.
Onbekendheid of gebrek aan vertrouwen	Elkaar beter leren kennen, actief contact zoeken en werken aan onderlinge verbinding.
Zelfredzaamheid	Een concreet aanbod doen. Bijvoorbeeld: "Ik ben toch bezig; zal ik bij u ook even kijken?"
Gevoel iets terug te moeten doen	Benadrukken dat iedereen iets kan bijdragen en mensen betrekken op een manier die bij hen past.
Gewoonte	Oude patronen doorbreken door een passend aanbod te doen en voorbeelden te geven.
Persoonlijke of gevoelige onderwerpen	Beginnen met eenvoudige, praktische hulpvragen en stap voor stap vertrouwen opbouwen. Zo nodig zorgen voor een vertrouwelijk gesprek tussen twee personen.
Niet herkennen van eigen hulpvraag	Samen verkennen wat iemand nodig heeft, doorvragen en laten zien dat kleine vragen ook welkom zijn.

Leren zien
Oog voor Elkaar en Omzien naar Elkaar zijn veel gekozen namen voor buurtinitiatieven. Dat is niet toevallig. Buurtbewoners ontwikkelen meer oog voor elkaar doordat ze anders leren kijken. Dat begint vaak met kleine dingen.

Een eenvoudige hulpvraag als: "Wie kan mij helpen om de fiets op de fietsendrager te zetten?" is snel opgelost. Maar juist zulke kleine contacten zorgen ervoor dat mensen elkaar beter leren kennen.

Daardoor ontstaat ook ruimte voor een vraag als: “Hoe gaat het eigenlijk met je?”

Veel deelnemers en verbinders vertellen dat zij nu anders door de buurt lopen. Door de buurtcirkel kennen ze de (gewoontes van) bewoners beter. “Zijn de gordijnen van nummer 35 nu nog steeds dicht?” of “Ik heb de buurvrouw van nummer 18 al een tijdje niet meer met haar hondje gezien.” Zulke signalen vallen eerder op.

Iemand vertelde dat hij bewust even is langsgegaan bij een buurvrouw die bijna slachtoffer was geworden van een babbeltruc. Niet om iets op te lossen, maar gewoon om te vragen hoe het met haar gaat. Ook een nieuwe buur welkom heten of informeren hoe het gaat met iemand van wie de partner ernstig ziek is, zijn voorbeelden van anders leren kijken.

Soms leidt dat ‘leren kijken’ ook tot vragen waar geen eenvoudig antwoord op bestaat. Wat doen we met een buurtbewoner die niet wil meedoen aan de buurtcirkel, maar van wie we zien dat het steeds minder goed gaat? Respecteren we zijn of haar wens of zoeken we toch voorzichtig contact? Of iemand die tijdelijk oogdruppels nodig heeft, terwijl professionele hulp nog niet geregeld is. Past het binnen de buurtcirkel als een buurtgenoot dat overneemt, ook als die dat graag wil doen en vroeger in de zorg heeft gewerkt? Juist dit soort gesprekken helpt een buurtcirkel om samen te ontdekken waar haar mogelijkheden én grenzen liggen.

Anders leren kijken betekent ook dat buurtbewoners steeds beter begrijpen wat voor een ander werkelijk van waarde is. Bij iemand met beginnende dementie kan samen een kop koffie drinken bijvoorbeeld veel betekenen. Niet alleen voor die persoon zelf, maar minstens zo veel voor de partner, die daardoor even rustig boodschappen kan doen.

Soms is niet de hulp zelf het belangrijkste, maar gaat het vooral om het gevoel dat hulp dichtbij is. Zo vertelde een bewoonster dat zij het visitekaartje van de verbinders met een magneetje op haar koelkast had gehangen. Ze had het nog nooit nodig gehad, maar alleen al de gedachte dat ze iemand kon bellen gaf haar een gevoel van rust, wat het ‘langer thuis wonen’ letterlijk mogelijk maakt.

Deze voorbeelden laten zien dat een buurtcirkel meer is dan het organiseren van hulp. Bewoners leren elkaar beter kennen, herkennen signalen eerder en voelen zich meer betrokken bij elkaar. Dat leerproces is misschien wel de belangrijkste vorm van borging. Daarom is het waardevol om dit soort ervaringen regelmatig met elkaar te delen en er samen op terug te kijken.

Informeren en inspireren
Een buurtcirkel kan ook een waardevol platform zijn voor het delen van informatie en inspiratie. Er bestaan veel buurt- en bewonersinitiatieven die zich richten op thema’s als gezondheid, meer bewegen, eenzaamheid of weerbaarheid. Vaak sluiten deze thema’s goed aan bij de doelen van een buurtcirkel.

Ook landelijk is er veel aandacht voor onderwerpen als langer thuis wonen en prettig ouder worden. Een buurtcirkel kan helpen om deze thema’s dichter bij bewoners te brengen.
Verbinders kunnen hierin een rol spelen door informatie te delen, bewoners met elkaar in gesprek te brengen of inspirerende voorbeelden te laten zien. Zo worden ideeën niet alleen gehoord, maar ook echt zichtbaar en voelbaar in de buurt.

3 In wijken en dorpen

Een initiatief voor een buurtcirkel hoeft niet alleen vanuit een straat of buurt te ontstaan. Ook lokale zorgcoöperaties, dorps- of wijkraden, gemeenten of welzijnsorganisaties kunnen het initiatief nemen om een buurtcirkel op te zetten, op zoveel mogelijk plekken in een wijk of dorp.

Zo gebeurt dat bijvoorbeeld door ouderenorganisaties in verschillende plaatsen in Brabant, vaak in navolging van de campagne Senioren Zelf aan Zet van Senioren Brabant-Zeeland. In deze campagne worden ouderen uitgenodigd om met elkaar in gesprek te gaan over hun toekomst, met speciale aandacht voor de thema's wonen, zorg en welzijn. Een van de onderwerpen waarmee bezoekers van deze bijeenkomsten vervolgens aan de slag willen, is de buurtcirkel.

Lokale ouderenorganisaties kunnen daarbij een belangrijke rol spelen door bewoners te ondersteunen bij hun initiatieven in de eigen buurt.

Ook op deze grotere schaal kunnen dezelfde fasen worden onderscheiden als bij een initiatief in een straat of buurt. Uiteraard zijn er dan andere aandachtspunten en accenten. In dit hoofdstuk worden die kort besproken.

"Ik vond het een inspirerend verhaal op de bijeenkomst die de Seniorenvereniging in ons dorp had georganiseerd. We waren met 40 mensen denk ik. Mijn buurman was er ook, toevallig. Hij vroeg mij of we niet samen wat in de buurt konden doen? Nou. Zo gezegd zo gedaan. Ik woon alleen en het is een geruststellend gevoel om te weten dat er in de buurt altijd iemand is waar ik terecht kan. Nou. Zo gezegd, zo gedaan, ik geloof dat er nu acht cirkels zijn in ons dorp."

Voorzitter Seniorenvereniging: "Het hoeft niet overal hetzelfde te zijn. Het moet echt uit de buurt komen. Wij, als vereniging, faciliteren het idee, we gaan in gesprek met de initiatiefnemers, zorgen voor een ruimte voor een bijeenkomst of nodigen sprekers uit die uit ervaring kunnen vertellen."

3.1 Initiatief

Voordat je start met een initiatief op grotere schaal, is het belangrijk om stil te staan bij de rol en positie van de eigen organisatie. Neem daarvoor de tijd en betrek alle mensen binnen de organisatie die zich bij het initiatief willen aansluiten. Wanneer hierover aan het begin geen gezamenlijke afspraken worden gemaakt, kan dat later leiden tot onduidelijkheid of discussie. Iedere organisatie heeft daarbij haar eigen uitgangspunten en vragen, afhankelijk van haar maatschappelijke positie. Onderstaande vragen zijn gebaseerd op ervaringen uit de praktijk en helpen om de eigen rol te bepalen.

"Welke doelstelling willen we formuleren?"
Een antwoord kan zijn: We willen in de komende drie jaar een concreet aantal buurtcirkels tot stand brengen. Of: We willen een beweging op gang brengen waardoor bewoners worden gestimuleerd om zelf buurtcirkels op te zetten.

"Hoe organiseren we dit?"
"Komt er een nieuwe werk- of projectgroep, of wordt het ondergebracht bij een bestaande groep?"
"Wie doet er mee? En wat mogen we van elkaar verwachten?"
"Wat willen we betekenen voor bewoners die zelf actief willen zijn in hun buurt?"
"Willen we een platform zijn dat initiatieven ondersteunt? En wat houdt die ondersteuning dan in?"

Denk aan kennis delen, ervaringen uitwisselen, materialen beschikbaar stellen, communicatie verzorgen, financiering helpen organiseren of belangen behartigen richting gemeenten of andere organisaties.

"Willen we zelf een actieve rol spelen door bijvoorbeeld één of meer coördinatoren in te zetten die helpen bij het opstarten van buurtcirkels, waarna deze zelfstandig verdergaan?"
"Willen we juist meer op afstand blijven en vooral informatie en materialen beschikbaar stellen op verzoek van initiatiefnemers?"
"Willen we helpen bij het vinden van geschikte locaties voor bijeenkomsten?"
"Willen we een rol spelen in de communicatie en het enthousiasmeren van nieuwe initiatiefnemers?"
"Organiseren we lezingen of informatieavonden, of wachten we totdat mensen zich melden voor een persoonlijk gesprek?"
"Welke rol willen we spelen als er eenmaal buurtcirkels zijn? Willen we een spin in het web zijn? Willen we de verbinders met elkaar verbinden, verbinding leggen tussen buurtcirkels of een website opzetten om kennis en ervaringen uit te wisselen?"
"Willen we een rol spelen bij het leggen van contacten tussen buurtcirkels en beroepskrachten?"
"Willen we de belangen van buurtcirkels vertegenwoordigen, bijvoorbeeld richting gemeenten of organisaties in het sociale domein?"

Het is heel goed mogelijk dat niet op alle vragen direct een antwoord kan worden gegeven. Sommige zaken ontwikkelen zich gaandeweg of zijn bij de start nog niet goed te voorzien. Het kan dan helpen om de vraag eens om te draaien en te benoemen wat je in ieder geval níét wilt doen. Ook als er nog geen definitief standpunt is, is het waardevol om de verschillende mogelijkheden met elkaar te bespreken.

Een duidelijke rol- en positiebepaling is belangrijk. Bij de start van een initiatief op grotere schaal komt vrijwel altijd de vraag: "Wat kunnen en willen jullie voor ons betekenen?" Als daarop geen helder antwoord kan worden gegeven of als verwachtingen worden gewekt die later niet kunnen worden waargemaakt, kan dat veel energie kosten en het initiatief in de weg zitten.

3.2 Verkennen

Wie op grotere schaal aan de slag gaat met buurtcirkels, zal ook breder moeten verkennen. Niet alleen de straat of buurt komt dan in beeld, maar het hele dorp of de hele wijk. Daarbij zijn een aantal zaken van belang.

Bestaande netwerken
Kijk eerst welke netwerken er al zijn. Denk aan wandel- of eetclubs, bridgeclubs, sportverenigingen, kerken, wijk- of dorpsraden en andere bewonersorganisaties. Ook initiatieven rond onderwijs, cultuur of vrijwilligerswerk kunnen interessant zijn.
Door deze netwerken in beeld te brengen, krijg je een beter beeld van het dorp of de wijk en van de mensen die daarin een actieve rol spelen. Bovendien vormen ze een goede ingang om grotere groepen bewoners te bereiken.

Stakeholders
Veel organisaties hebben belang bij een sterke, betrokken buurt en kunnen daarom een waardevolle bijdrage leveren aan de ontwikkeling van buurtcirkels. Dit zijn de zogenaamde stakeholders. De gemeente is vaak een belangrijke stakeholder, maar ook organisaties in het sociale domein kunnen dat zijn. Denk aan zorg- en welzijnsinstellingen, de dorpsondersteuner, wijkconsulent, buurtcoach, wijkagent, bibliotheek, woningcorporatie, huisarts, jongerenwerker. Ook verpleeghuizen zoeken steeds vaker de verbinding met de buurt. Een goed overzicht van deze organisaties heeft twee voordelen. Het kan zijn dat andere organisaties dezelfde doelen nastreven. Dan is het belangrijk om te weten wat er al gebeurt en waar vergelijkbare initiatieven lopen. Het zou zonde zijn als organisaties elkaar onbedoeld voor de voeten lopen of hetzelfde werk doen. Ook als organisaties andere doelen hebben, kunnen zij toch iets bijdragen. Dat kan heel praktisch zijn, bijvoorbeeld door een ruimte beschikbaar te stellen, mee te denken, mensen vrij te maken of financiële ondersteuning te bieden. Daarnaast kunnen zij via hun eigen kanalen bewoners informeren of helpen bij het vinden van initiatiefnemers.

Verschillen tussen buurten
Breng ook de verschillen tussen buurten of delen van het dorp in kaart. Hoe is de sfeer? Hoe groot is de onderlinge betrokkenheid? Welke groepen bewoners wonen er? Zulke verschillen kunnen van invloed zijn op de aanpak. Misschien is het verstandig om te beginnen in een buurt waar de onderlinge samenhang al groot is en het enthousiasme vervolgens als een olievlek verder te laten groeien.

Waar is al belangstelling?
Kijk ten slotte waar al belangstelling bestaat voor onderwerpen die raken aan de buurtcirkel. Zijn er bijeenkomsten geweest over wonen, zorg of welzijn? Zijn er initiatieven waar bewoners enthousiast op reageren? Zo blijkt bijvoorbeeld dat na bijeenkomsten van ouderenorganisaties in het kader van *Senioren Zelf aan Zet*, vaak een groep mensen aangeeft dat ze graag verder wil met het ontwikkelen van een buurtcirkel. Dat kan een mooie basis vormen voor de eerste zorgzame buurten.

3.3 Aan de slag

Kies een naam
Een van de eerste stappen is het kiezen van een passende naam. Doe dat bij voorkeur meteen. Anders ontstaat er vanzelf een werknaam die later moeilijk te veranderen is. Voor je het weet wordt het “dat buurtproject van José” of iets dergelijks. Een herkenbare naam kan vanaf het begin in alle communicatie worden gebruikt. Naarmate er meer buurtcirkels ontstaan, zorgt die naam bovendien voor herkenning en verbinding tussen de verschillende groepen. Zo draagt een gezamenlijke naam bij aan een gezamenlijke identiteit.

Werk aan bewustwording
De volgende stap is het vergroten van de bekendheid van het idee. Bewoners moeten de tijd krijgen om aan een buurtcirkel te wennen, het concept te leren kennen en te ontdekken dat het misschien ook iets kan zijn voor hun eigen buurt.

Misschien is er al een enthousiaste groep bewoners. Dat is natuurlijk een mooie vliegende start. Vaak komt zo’n groep echter uit één netwerk, bijvoorbeeld een buurtvereniging of een ouderenorganisatie. Er blijft dan nog een grote groep bewoners over die nog nooit van een buurtcirkel heeft gehoord.

Het helpt om de bewustwording een beetje campagneachtig aan te pakken. Dat hoeft niet marketing-achtig of groots te zijn. Wel is het verstandig om vooraf na te denken over de verschillende manieren waarop je bewoners kunt bereiken. Vervolgens kun je deze activiteiten in de tijd uitzetten, van algemeen naar steeds meer buurtgericht. Hieronder staan enkele voorbeelden uit de praktijk.

- Algemene artikelen over buurtcirkels plaatsen in lokale bladen of huis-aan-huisbladen.
- Een artikel over de werkgroep of commissie die met een buurtcirkel aan de slag gaat, gecombineerd met algemene informatie over het initiatief.
- De gekozen naam van het initiatief introduceren via diverse kanalen.
- Een huis-aan-huisfolder over de buurtcirkel, bijvoorbeeld als bijlage bij een lokale krant.
- Filmpjes of animaties over buurtcirkels delen via sociale media.
- Een kort filmpje, een animatie of een korte tekst tonen op schermen in bijvoorbeeld de huisartsenpraktijk, tandartspraktijk of bibliotheek.
- Een toneelstuk of interactieve voorstelling over thema’s die raken aan de buurtcirkel, zoals eenzaamheid, met een nagesprek.
- Een lezing organiseren over zorgzame buurten of over veranderingen in de sociale samenhang.
- Aansluiten bij de campagne *Senioren Zelf aan Zet*.
- Een enquête houden over de beleving van de buurt.
- Informatie opnemen in nieuwsbrieven van verenigingen of via de communicatiekanalen van de gemeente, zorg- en welzijnsorganisaties, zorgverzekeraars, de dorpsraad of andere organisaties.
- Algemene informatiebijeenkomsten organiseren in verschillende buurten.

Werk concrete steun uit aan buurtinitiatieven
Wanneer ergens een buurtinitiatief ontstaat, is het belangrijk om initiatiefnemers de gelegenheid te geven hun plannen te bespreken. Daarbij helpt het als je zelf al kennis en ervaring hebt opgedaan, bijvoorbeeld door in gesprek te gaan met bestaande buurtcirkels of met organisaties die elders een vergelijkbare rol vervullen. Op verschillende manieren kun je als overkoepelende initiatiefnemer een buurtinitiatief concreet ondersteunen.

Materiaal
Er zijn allerlei materialen beschikbaar, zoals uitnodigingen voor een informatiebijeenkomst, vraag-en aanbodformulieren en enquêtes. Door hiervan sjablonen te maken met de juiste naam en huisstijl kunnen de buurtbewoners deze eenvoudig aanpassen aan hun eigen buurt. Ook praktische ondersteuning, zoals het printen van die materialen, kan veel betekenen. Juist dit soort kleine zaken vormen soms een onverwachte drempel, bijvoorbeeld omdat mensen niet weten waar ze terechtkunnen of opzien tegen de kosten.

Locatie
Het vinden van een geschikte locatie kan een uitdaging zijn. Vaak nodigen buurtbewoners hun buren gewoon thuis uit. Maar zodra de groep groter wordt, is een buurthuis of andere ontmoetingsplek geschikter. Daar kunnen kosten aan verbonden zijn, al is het maar voor koffie en iets lekkers. Als je als overkoepelende organisatie de buurten hierin kunt ondersteunen, verlaagt dat de drempel om een bijeenkomst te organiseren.

Aansluiting bij beroepskrachten
Zoals in deel 2 is beschreven, is het waardevol als verbinders binnen een buurtcirkel een ingang hebben bij beroepskrachten in de wijk of het dorp. Bijvoorbeeld wanneer zij signalen opvangen over mensen die meer ondersteuning nodig hebben of wanneer er sprake is van ingewikkelde situaties. Voor de verbinders is het niet altijd eenvoudig om die contacten zelf te leggen. Ook daarin kunnen de verbinders op weg worden geholpen door de overkoepelende organisatie.

De informatiebijeenkomst
Voor veel initiatiefnemers in een buurt ligt hier een drempel. Een gesprek met de buren aan de voordeur of een bijeenkomst thuis voelt vaak vertrouwd. Maar een groep bewoners toespreken, uitleg geven over het idee van een buurtcirkel en vragen beantwoorden is iets anders. Het helpt daarom als iemand met ervaring een



deel van de bijeenkomst kan verzorgen. Die kan uitleggen hoe buurtcirkels op andere plaatsen zijn ontstaan, praktijkvoorbeelden geven en antwoord geven op veelgestelde vragen. Dat geeft de initiatiefnemers in de buurt meer vertrouwen en zorgt vaak voor een ontspannen start.

Kosten
De kosten bij het opstarten van een buurtcirkel zijn meestal bescheiden: druk- of printwerk, een ruimte huren en koffie of thee met iets erbij. Veel initiatiefnemers zijn bereid deze kosten zelf te dragen. Toch kunnen ze voor sommigen een drempel vormen, zeker wanneer het om grotere buurten of meerdere bijeenkomsten gaat. Een eenvoudige financiële regeling of een klein startbudget vanuit de gemeente kan dan net het laatste zetje geven om daadwerkelijk aan de slag te gaan. Dat kan een overkoepelende organisatie proberen te regelen.

Organiseer een stakeholders-bijeenkomst
Tijdens de verkenning zijn de belangrijkste stakeholders in kaart gebracht. Nu is het tijd om hen bij elkaar te brengen. Vertel waar jullie mee bezig zijn, wat jullie willen bereiken en welke rol jullie als overkoepeld initiatiefnemer voor jezelf zien. Geef vervolgens iedere organisatie de gelegenheid om iets te vertellen over haar eigen activiteiten, ambities en belangen. Zo ontstaat al snel een goed overzicht van wat er in het dorp of de wijk gebeurt en waar mogelijkheden liggen om elkaar te versterken.

De centrale vraag tijdens de bijeenkomst is vervolgens:
Welke bijdrage kan iedere stakeholder leveren en hoe kunnen activiteiten op elkaar worden afgestemd?

Vaak blijkt dat er verrassend veel mogelijk is. Een woningcorporatie kent bijvoorbeeld buurten waar veel huurwoningen staan en weet vaak waar bewoners actief zijn en wie dat zijn. Een welzijnsorganisatie beheert regelmatig buurthuizen en kan helpen bij het organiseren van bijeenkomsten. Een beleidsmedewerker van de gemeente heeft overzicht over lopende initiatieven en kan verbindingen leggen of activiteiten op elkaar afstemmen.

Samenwerking biedt dus veel kansen. Tegelijkertijd is het belangrijk om de eigen uitgangspunten goed voor ogen te houden. Organisaties hebben immers ook hun eigen doelstellingen. Daardoor bestaat het risico dat een buurtcirkel onbedoeld een andere richting op wordt gestuurd dan bewoners zelf voor ogen hebben. Een zorgorganisatie kan bijvoorbeeld sterk de nadruk leggen op de buurt als onderdeel van de informele zorg. Dat is begrijpelijk vanuit haar eigen opdracht, maar kan bewoners juist afschrikken wanneer zij vooral op zoek zijn naar meer onderling contact en omzien naar elkaar. Het bewaken van de eigenheid van buurtinitiatieven blijft daarom een belangrijk aandachtspunt in de samenwerking met partners.

Richt een vorm van communicatie in
Goede communicatie is een belangrijk onderdeel van een initiatief op grotere schaal. In het onderdeel Bewustwording is al beschreven hoe je bewoners met het idee van buurtcirkels kunt laten kennismaken. Maar communicatie blijft ook daarna belangrijk. Buurtcirkels kunnen veel van elkaar leren. Het is daarom waardevol dat initiatiefnemers ervaringen kunnen uitwisselen, vragen kunnen stellen en elkaar inspireren. Ook een goede communicatie tussen bestaande buurtcirkels onderling, tussen startende cirkels en mensen met ervaring, tussen de overkoepelende organisatie, professionele organisaties en de gemeente draagt bij aan een sterk netwerk.

Hoe je dit organiseert, hangt af van de rol die je als organisatie wilt vervullen. Dat kan heel eenvoudig of juist uitgebreider worden ingericht. Mogelijkheden zijn bijvoorbeeld een website of een pagina op een bestaande website, een digitale nieuwsbrief of een centraal telefoonnummer of e-mailadres waar initiatiefnemers terechtkunnen met vragen en ervaringen.

Denk na over een volgorde van invoering
Niet iedere buurt is hetzelfde. Sommige buurten kennen veel onderlinge samenhang, terwijl bewoners elkaar in andere buurten nauwelijks kennen. Er zijn jonge wijken met veel jonge gezinnen en oudere buurten met sterke historische verbindingen. Ook de woningvoorraad verschilt: huur- en koopwoningen, appartementen, flats of grondgebonden woningen. Al deze factoren kunnen van invloed zijn op de manier waarop een buurtcirkel ontstaat.
Een standaard aanpak is er niet. Toch leert de praktijk dat het verstandig kan zijn om te beginnen in buurten waar de kans op een succesvolle start het grootst is. De ervaringen die daar worden opgedaan, kunnen vervolgens worden gebruikt om initiatiefnemers in andere buurten te inspireren en te ondersteunen. Zo kan het initiatief zich stap voor stap verder ontwikkelen.

Houd rekening met weerstand
Hoewel de reacties op het opstarten van buurtcirkels meestal positief zijn, is het verstandig om ook rekening te houden met weerstand. Die kan verschillende oorzaken hebben. Sommige mensen zijn bang dat bewoners ‘voor het karretje worden gespannen’ en taken moeten overnemen die eigenlijk bij de

gemeente of professionele organisaties horen. Vooral wanneer de nadruk sterk op zorg ligt, kan die indruk ontstaan.
Anderen hebben juist het gevoel dat er in hun buurt al veel onderlinge betrokkenheid is. Zij vragen zich af waarom er iets nieuws nodig is. Soms leeft ook de zorg dat spontane contacten plaatsmaken voor een vorm van organisatie die te veel regels met zich meebrengt.

Ook bestaande organisaties kunnen aarzelend reageren. Een buurtvereniging kan bijvoorbeeld het gevoel krijgen dat een buurtcirkel een concurrent is of dat zij zelf het initiatief had moeten nemen. In de praktijk blijkt vaak dat beide juist veel voor elkaar kunnen betekenen, maar die nadere verkenning en dat gesprek vragen soms wat tijd.

Hetzelfde geldt voor bestaande vrijwilligersinitiatieven, zoals een klussendienst, een vrijwillige vervoersdienst of een boodschappengroep. Ook daar kan de indruk ontstaan dat een buurtcirkel hetzelfde gaat doen. Meestal blijkt al snel dat daarvan geen sprake is en dat beide initiatieven elkaar juist kunnen versterken.
Weerstand is dus niet vreemd. Vaak komt zij voort uit betrokkenheid of uit onduidelijkheid over wat een buurtcirkel wel en niet is. Juist daarom is het belangrijk om goed te luisteren, het gesprek aan te gaan en steeds duidelijk te maken dat een buurtcirkel voortbouwt op wat er al is, in plaats van het te vervangen.

3.4 Organiseren en borgen

Als de eerste buurtcirkels eenmaal zijn ontstaan, dient zich een nieuwe vraag aan: hoe houden we de beweging levend en hoe kan zij zich verder ontwikkelen? Ook dat hangt af van de rol die de overkoepelende organisatie voor zichzelf ziet. Eén ding blijkt in de praktijk echter steeds weer belangrijk: het contact tussen de verschillende buurtcirkels. Juist daar kan een overkoepelende organisatie veel betekenen.

Organiseer ontmoeting tussen verbinders
Persoonlijke ontmoetingen blijven de beste manier om van elkaar te leren. Tijdens een uitwisselingsbijeenkomst komen vaak heel praktische vragen aan bod. Hoe verwelkomen jullie nieuwe bewoners? Hoe bereiken jullie mensen die nog niet meedoen? Wat doen jullie als er weinig hulpvragen zijn? Organiseren jullie ook gezamenlijke activiteiten? Hoe verlopen jullie bijeenkomsten?

Juist dit soort gesprekken levert veel inspiratie op. Ook het delen van mooie praktijkvoorbeelden of dilemma's waar verbinders tegenaan lopen is waardevol. En eerlijk is eerlijk: samen af en toe mopperen op de gemeente of andere organisaties kan ook verbindend werken.

Naast ontmoeting kan er tijdens deze bijeenkomsten ook ruimte zijn voor kennisoverdracht. Denk aan thema's als vraagverlegenheid, signaleren van kwetsbaarheid of de inrichting van de sociale basis. Ook kunnen beroepskrachten worden uitgenodigd om kennis te maken met de buurtcirkels en met de verbinders.

Niet alleen bestaande buurtcirkels hebben baat bij deze bijeenkomsten. Ook nieuwe initiatiefnemers kunnen er veel inspiratie opdoen. Maak er daarom, waar mogelijk, een gezellige en inspirerende bijeenkomst van.

Deel kennis en ervaringen
Op veel plaatsen in Nederland ontstaan buurtinitiatieven die allemaal net weer anders zijn. Het verzamelen van deze ervaringen en het delen van nieuwe ideeën, praktische oplossingen en dilemma's kan veel opleveren voor andere buurtcirkels. Dat hoeft niet ingewikkeld te zijn. Een WhatsApp- of Signalgroep, een digitale nieuwsbrief of een eenvoudige website kan daarvoor al voldoende zijn.

Organiseer thema-avonden
Thema-avonden voor alle bewoners in een dorp of wijk kunnen de ontwikkeling van buurtcirkels een extra impuls geven. Onderwerpen als eenzaamheid, veiligheid, ouder worden, de weerbare buurt

en sociale samenhang sluiten goed aan bij de gedachte achter buurtcirkels en kunnen aanleiding zijn voor nieuwe gesprekken, nieuwe contacten en soms ook nieuwe initiatieven.

Verbind landelijke initiatieven met de buurt
Er zijn veel landelijke campagnes en programma's die raken aan sociale cohesie en kwaliteit van leven, zoals de Week tegen Eenzaamheid, initiatieven rond dementievriendelijke gemeenten of projecten die ouderen stimuleren om meer te bewegen. Regelmatig wordt aan buurtcirkels gevraagd om hierbij aan te sluiten. Dat kan waardevol zijn, maar niet ieder initiatief past automatisch bij iedere buurtcirkel. Wanneer bewoners het gevoel krijgen dat hun buurtcirkel vooral een uitvoeringsorganisatie wordt van landelijke programma's, kan dat afbreuk doen aan het eigen karakter van het initiatief.

Juist daar ligt een belangrijke rol voor de overkoepelende organisatie. Zij kan als intermediair optreden, kansen signaleren en samen met de buurtcirkels afwegen of een initiatief past bij hun eigen wensen, mogelijkheden en identiteit.

4 Tot slot

Een zorgzame buurt is niet te organiseren, te bedenken of vooraf uit te tekenen. Het is iets dat ontstaat en dat overal op een andere manier vorm krijgt. Maar een zorgzame buurt komt zeker niet zomaar uit de lucht vallen. Er zijn mensen nodig die een idee hebben, die de eerste stap willen zetten en daar energie in willen steken. Mensen die kunnen leven met de beroemde uitspraak van Pippi Langkous: *"Ik heb het nog nooit gedaan, dus ik denk dat ik het wel kan."*

Uiteindelijk gaat het om verbinding tussen mensen die bij elkaar in de buurt wonen. Ze hoeven geen vrienden te worden, maar ze krijgen geleidelijk meer oog voor elkaar. Door met elkaar in gesprek te gaan, zo nu en dan iets voor elkaar te doen en oprecht belangstelling te hebben voor hoe het met iemand gaat.

Die verbinding is een belangrijk baken, zowel voor mensen die zelf in een buurt aan de slag gaan als voor mensen en organisaties die dit op grotere schaal willen ondersteunen. Uiteindelijk maakt de verbinding tussen mensen het makkelijker om elkaar te helpen en naar elkaar om te zien.

Deze praktische gids wil vooral een opstapje zijn voor mensen die in hun eigen buurt aan de slag willen gaan. Een laatste observatie uit de praktijk kan daarbij misschien nog helpen: de mensen die deze stap zetten, ervaren zelf vaak ook veel plezier en voldoening.

Dus: zet 'm op!

Voor meer informatie

Materialen, links en andere documentatie die in deze gids zijn genoemd zijn hier te vinden op de website van Senioren Brabant Zeeland of in de bibliotheek van Samen Ouder Worden.

Bibliotheek Samen Ouder Worden
https://www.vrijwilligerswerk.nl/bibliotheek+samen+ouder+worden/default.aspx

Senioren Brabant-Zeeland
https://www.seniorenbrabantzeeland.nl/zorgzamebuurten

Colofon

Auteur: Bert van de Wijdeven
Redactie: Petra van Loon, Esther den Breejen
Opmaak: Smaak-Ontwerpers
ISBN-nummer: 9789083773711

September 2026

Met dank aan iedereen die een bijdrage heeft geleverd voor de steun, medewerking, prettige samenwerking, goede ideeën en noodzakelijke reflectie:

De verbinders in alle lokale projecten
Dorpsondersteuner Steensel
Dorpsraad Steensel
Senioren Steensel (SenS)
Coördinator Samen in de buurt Hilvarenbeek
Senioren Netwerk Die Hilver
Ouderenorganisaties Waalwijk
Platform Oog voor Elkaar Waalwijk
Senioren Brabant-Zeeland
Programmateam Samen Ouder Worden
Collegae in het programma Samen Ouder Worden
Welzijn Vught
Gemeenten Eersel, Hilvarenbeek, Waalwijk
Initiatiefnemers en ouderenorganisaties in vele Brabantse gemeenten

Steeds meer mensen voelen dat de buurt belangrijk is. Gewoon elkaar kennen en bereid zijn om elkaar te helpen en om te zien naar elkaar. Een boodschap, een praatje, samen wandelen, even informeren hoe het gaat – vaak zijn het juist de kleine dingen die het leven prettiger en veiliger maken.

Deze gids laat zien hoe een zorgzame buurt of buurtcirkel stap voor stap kan ontstaan. Vanuit de prakijk van bewoners, verbinders en lokale initiatieven beschrijft het de fasen van initiatief, verkenning, starten, organiseren en laten groeien. Met achtergrond, herkenbare voorbeelden, concrete handvatten en aandacht voor vragen als: Hoe begin je? Hoe betrek je anderen? Hoe ga je om met vraagverlegenheid? En hoe blijft een buurtcirkel levend zonder een vergaderclub te worden? Het is geen blauwdruk, maar een praktische gids voor iedereen die wil bijdragen aan een buurt waarin mensen elkaar kennen, elkaar willen helpen en waar het vanzelfsprekend is om een beetje naar elkaar om te zien.

Op weg naar een zorgzame buurt geeft ervaringen weer uit een samenwerking van Samen Ouder Worden en Senioren Brabant Zeeland, opgedaan in een aantal lokale trajecten.



SAMEN OUDER WORDEN | Vereniging Vrijwilligerswerk NL | Senioren Brabant-Zeeland