

Ede, April 2019

Stoel Vrij met Kerst!

'Het bankstel praat echt niet terug...'

Het doel

Mensen stellen dit jaar massaal hun huis juist op eerste of tweede Kerstdag open voor mensen die deze dagen alleen zijn. Samen eten maakt deze dagen voor iedereen een feest der ontmoeting!

Aanleiding

Als we de kerstcommercials en reclamefolders mogen geloven lijkt het alsof er elke decembermaand louter happy families bestaan die hun twee Kerstdagen wijden aan rijkelijk gevulde tafels.

Alsof wat je eet belangrijker is dan met wie je eet en belangrijker dan het contact met je tafelgenoten. Niets blijkt minder waar.

Veel mensen hebben de intentie 'iets voor een ander' te doen, maar komen er niet altijd toe om daar invulling aan te geven. Op hen doen wij een beroep. Want te veel mensen, jong en oud, zijn eenzaam. Voor velen is die eenzaamheid het meest schrijnend tijdens de twee Kerstdagen.

Wie zijn wij, de initiatiefgroep ¹

- Els Rietman (Malkander),
- Ria Maliepaard (de Sociale Zaak)
- Daan Overeem (MKDO)

Tot ons genoegen hebben we gerespecteerde deskundigen bereid gevonden ons project te steunen in een comité van aanbeveling:

- Marcel Olde Rikkert, hoogleraar geriatrie Radboudumc / Radboudumc Alzheimer Center
- Tom van Loenhout, cardioloog en voorzitter bij Alliantie Voeding Gelderse Vallei

Daarnaast hebben we stappen gezet om een BN'er als ambassadeur te verbinden aan ons concept..

Succesvolle start in Ede

In Ede is 'Stoel vrij met Kerst' in 2017 gestart in samenwerking met welzijnsorganisatie Malkander. Het vervolg in 2018 kreeg ruim aandacht in het NOS-journaal van 25 december 2018². Met een vloedgolf aan positieve reacties uit het hele land. .

Dit succesvolle initiatief verdient uitbreiding. En er is duidelijk bij een groot aantal mensen een gevoelige snaar geraakt: *"Hoe kan ik de volgende keer ook meedoen?"*

Wederkerigheid

Bekend is dat juist de mensen die het hardst een steuntje in de rug nodig hebben het meest lastig te bereiken zijn. Daarbij speelt schaamte om zich aan te melden speelt ook een rol en men wil zeker niet 'zielig' gevonden worden.

Marcel Olde Rikkert benadrukt dat wederkerigheid, door mensen de mogelijkheid te bieden een 'tegenprestatie' te bieden, uitkomst kan bieden. Zo neemt een simpel verzoek aan de gasten om 'een verhaal te vertellen' het gevoel dat men 'iets voor niets krijgt' weg én het levert vaak boeiende gesprekken op.

¹ Centraal mailadres: stoelvrij@desocialezaak.info

² <https://nos.nl/m/2265050>

Communicatie

"Je mist gewoon van alles omdat je alleen komt te zitten. maar het is niet anders. Ik ben heel erg dankbaar dat dit kan. Van mij mag het wel iedere dag Kerst zijn." (Deelnemer editie 2018)

De doelgroep is driedelig:

De gasten: eenzame mensen, zowel jong als oud. En de gastheren en gastvrouwen die hun Kerstmaaltijd thuis willen delen met onbekende één of meer onbekende gasten.

De derde doelgroep vormen de organisaties die beide groepen motiveren om mee te doen en met elkaar in contact brengen.

Tijdig oproepen tot meedoen

De invulling van de Kerstperiode begint elk jaar eerder. Daarom starten we de communicatie voor "Stoel vrij met Kerst!" begin oktober 2019.

Landelijk uitrollen

We streven ernaar van 'Stoel Vrij met Kerst' in 2019 een landelijk succes te maken. Maar we kunnen de deelnemers en gasten niet allemaal op eigen houtje bereiken. Daarom vragen we een aantal landelijke maatschappelijke en businessorganisaties ons bij dit mooie project te helpen om zowel gasten als deelnemende gastheren en gastvrouwen te motiveren mee te doen.

Een landelijk project vraagt om landelijke bekendheid dus een stevig communicatieplan is nodig. We zijn op zoek naar fondsen die de kosten voor dit belangrijke onderdeel van het project willen financieren.

We willen namelijk aan de betrokken organisaties een goed bruikbaar basis-draaiboek incl. stappenplan beschikbaar te stellen.

Met inzicht in de mogelijkheden en de voorwaarden voor succes. Deelnemende organisaties kunnen naar believen details lokaal aanpassen, mits de kern intact blijft: gratis je huis open stellen voor eenzame medemensen om samen een smakelijke Kerstmaaltijd te genieten op eerste of tweede Kerstdag.

Globale inhoud van het draaiboek:

- de bemiddelende instanties: wie kunnen/willen contacten leggen tussen vraag en aanbod,
- selectie gasten (wie),
- intakegesprek (wie), vervoer (gastheer en/of anders),
- gesprekstips, duur van de maaltijd,
- hoe om te gaan met dieetwensen (alcohol ja/nee, diabetes, allergieën en intoleranties)
- privacy gevoelige info: bijv. licht psychische problematiek,
- menusuggesties

het is niet ondenkbaar dat het bedenken en bereiden van een leuk Kerstmenu voor gastheren en -vrouwen een drempel vormen om mee te doen. Ook is bekend dat mensen die regelmatig alleen eten niet altijd voldoende aandacht aan hun eten besteden. We vragen daarom een gerenommeerde kok om speciaal voor dit project geschikte menutips en recepten te maken.

- Communicatietips.

Criteria;

- zelfstandig kunnen eten
- zelfstandig van het toilet gebruik kunnen maken
- een gesprek voeren (zware dementie is ondoenlijk, evenals afasie)

Natuurlijk kan hiervan worden afgeweken, gebruik van rolstoel of rollator zou geen beletsel moeten zijn. Leeftijd speelt geen rol, we zetten ook vol in op eenzame jongeren.