

Stichting OPOEH

Eindrapportage over de impactmetingen in
september 2015 en juni 2016



pwc

In welke mate draagt Stichting OPOEH bij aan minder eenzaamheid onder ouderen? PwC deed twee impactmetingen

Stichting OPOEH richt zich op het verminderen van eenzaamheid onder ouderen. Om het daadwerkelijke succes daarvan te bepalen, heeft PwC in september 2015 een impactmeting uitgevoerd. Deze bestond uit een literatuurstudie en uit een survey onder de OPOEH's. In juni 2016 is een tweede meting uitgevoerd, om te bepalen in hoeverre de OPOEH's meer sociaal contact hebben en zich fysiek en mentaal beter in hun vel voelen, sinds zij OPOEH zijn geworden.

De opzet van de eerste en de tweede impactmeting naast elkaar

Eerste meting: september 2015

- Wetenschappelijke literatuurstudie naar soorten eenzaamheid, doelgroep, preventie-, meet- en bestrijdingsmethoden
- Online survey uitgestuurd naar 500 OPOEH's, waarvan 156 OPOEH's de survey volledig hebben ingevuld. De survey bestaat uit 31 vragen: 28 meerkeuze en 3 open vragen
- Doel van de meting was te achterhalen wat de impact is van Stichting OPOEH op eenzaamheidsbestrijding onder ouderen
- De vragen uit de survey zijn gebaseerd op wetenschappelijk onderzoek over impactmetingen naar eenzaamheid, waar 1) sociale inclusie, 2) sociale connectie, 3) fysieke gezondheid en 4) mentale gezondheid onderdeel van zouden moeten zijn

Tweede meting: juni 2016

- Deze online survey is naar 300 gematchte OPOEH's uitgestuurd die over een e-mail adres beschikken. De survey bestaat uit 18 vragen: 13 meerkeuze en 5 open vragen
- Doelen van de tweede meting: 1) achterhalen of ouderen door OPOEH te zijn, een positief effect merken op hun sociale leven, hun fysieke beweging en de mate waarin zij psychisch lekker in hun vel zitten. 2) de OPOEH's in deze survey op een positieve manier ondervragen. 3) kijken of er belangrijke andere resultaten naar voren kwamen.
- Er zijn minder vragen in de tweede survey en de vraagstelling is voorzichtiger en positiever wegens het taboe rond eenzaamheid



Literatuurstudie bevestigt dat Stichting OPOEH zich richt op de juiste doelgroep, met een effectieve mix van interventiemethoden

Onderdeel van de eerste meting was een literatuurstudie over eenzaamheid. Hieruit bleek dat Stichting OPOEH zich richt op de juiste doelgroep, met een effectieve mix van interventiemethoden. Dat wordt hieronder inzichtelijk, door te laten zien hoe de praktijk (Stichting OPOEH) aansluit op de wetenschappelijke literatuur.



Doelgroep

Literatuur

Vrouwen voelen zich vaker eenzaam dan mannen. **Ouderen** hebben een grotere kans op eenzaamheid door opeenstapeling van gebeurtenissen, zoals inkomensdaling, verlies van dierbaren en verslechterde gezondheid. Mensen die **in de stad wonen** voelen zich vaker eenzaam dan mensen in dorpen.

Praktijk: respondenten

- Van de OPOEH's die de survey hebben ingevuld, is **82% vrouw**
- De gemiddelde leeftijd onder de ondervraagde OPOEH's is **65 jaar**. De jongste OPOEH uit de groep respondenten is 55 jaar; de oudste 90 jaar. Deze **online survey bereikt** voornamelijk de 'jongere' OPOEH's, omdat de oudere groep vaak geen e-mailadres heeft of niet goed met internet overweg kan
- **41%** is gehuwd of samenwonend; **59%** is alleenstaand of weduwe
- **64%** woont in de stad of een stedelijk gebied; **36%** in een dorp of landelijk gebied



Interventiemethoden

Literatuur

Effectieve preventiemethoden zijn **interactie** met o.a. jongere generaties en huisdieren, **rituelen** die leiden tot het samenkomen met anderen en het **geven en krijgen van steun**. Eenzaamheid kan het best bestreden worden met een mix van interventiemethoden: **netwerkontwikkeling**, **standaardverlaging** (het naar beneden bijstellen van onrealistische verwachtingen van relaties) en het leren **omgaan met eenzaamheidsgevoelens**.

Praktijk: aanpak Stichting OPOEH

- Stichting OPOEH gebruikt als interventies **interactie** met baasjes en huisdieren; **rituelen** zoals het uitlaten van honden of het eten geven van huisdieren; **steun geven** aan de baasjes
- Netwerkontwikkeling wordt gestimuleerd door contacten met o.a. baasjes en burens (zie verder in deze rapportage). Standaardverlaging en het leren omgaan met eenzaamheidsgevoelens, gebeurt in het (telefonische) contact met de OPOEH's en door de workshops die door Stichting OPOEH worden aangeboden

A young man with long blonde hair and a grey t-shirt is sitting on a black leather couch, smiling and petting a white cat. An elderly woman with short white hair and glasses, wearing a pink shirt and purple pants, is sitting next to him, also smiling. The white cat is sitting on a light-colored surface in the foreground, looking up at the man. The background is a simple living room with a potted plant and a wall-mounted picture.

Eerste meting

Stichting OPOEH maakt positieve impact op eenzaamheidsbestrijding, waarbij twee significante resultaten er uitspringen

In de eerste meting is onderzocht wat de impact van Stichting OPOEH is op eenzaamheid onder de respondenten, die in te delen zijn in vijf groepen: OPOEH's die vaker dan één keer per maand, ongeveer één keer per maand of minder dan één keer per maand oppassen, OPOEH's die nog niet hebben opgepast en OPOEH's die momenteel niet meer oppassen. In de resultaten hebben we de twee grootste groepen respondenten vergeleken: OPOEH's die vaker dan één keer per maand oppassen (41% van de respondenten) ten opzichte van OPOEH's die nog niet hebben opgepast (37% van de respondenten).

Sociale inclusie

- Sociale inclusie is **42% positiever** voor OPOEH's die regelmatig oppassen.
- vooral te verklaren door **twee significante resultaten** op *diversiteit van contacten* (173%), en de uitspraak: "Ik heb voldoende mensen om me heen met wie ik me nauw verbonden voel" (128%). Deze twee resultaten worden op de volgende slides uitgelicht.

Sociale connectie

- OPOEH's die regelmatig oppassen, scoren **4% negatiever** op sociale connectie dan OPOEH's die nog niet hebben opgepast.
- Belangrijke verklaring is de score van -25% op het onderdeel **wijken en verenigingsactiviteiten**; wellicht doordat OPOEH's die regelmatig oppassen, minder tijd hebben voor activiteiten in deze categorie.

Fysieke gezondheid

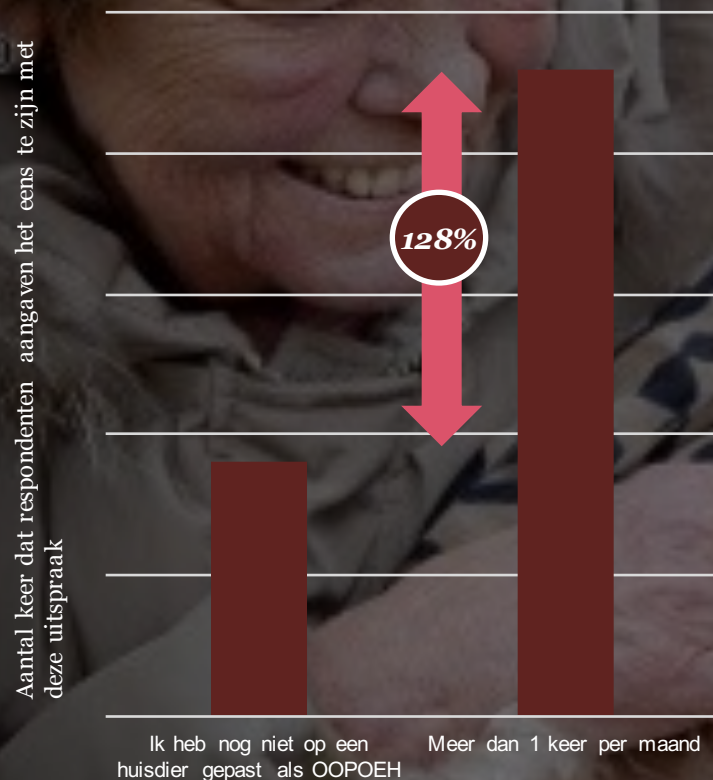
- Fysieke gezondheid is **5% beter** onder OPOEH's die regelmatig oppassen.
- OPOEH's die regelmatig oppassen, verklaren met name vaker "Mijn gezondheid is uitstekend".
- OPOEH's geven in de **open vragen** vaak een positiever beeld: het oppassen brengt hen in beweging, maakt hen fysiek gezonder en verrijkt hun leven door het wandelen.

Psychische gezondheid

- OPOEH's die regelmatig oppassen, scoren in de eerste meting **2% positiever** op psychische gezondheid
- Respondenten bekritiseerden de uitspraken over psychische gezondheid als te persoonlijk en te klinisch. Daarom moet hier sterk rekening worden gehouden met het **taboe rond eenzaamheid**, waardoor de antwoorden in de survey mogelijk afwijken van de realiteit. In de tweede meting wordt een realistischer beeld gegeven door bijstelling van de vraagstelling

OOPOEH's die vaak oppassen, hebben voldoende mensen om zich heen met wie ze zich nauw verbonden voelen

“Ik heb voldoende mensen om mij heen met wie ik me nauw verbonden voel”



Dit zeggen de OOPOEH's die vaker dan één keer per maand oppassen 128% vaker dan OOPOEH's die nog nooit hebben opgepast.

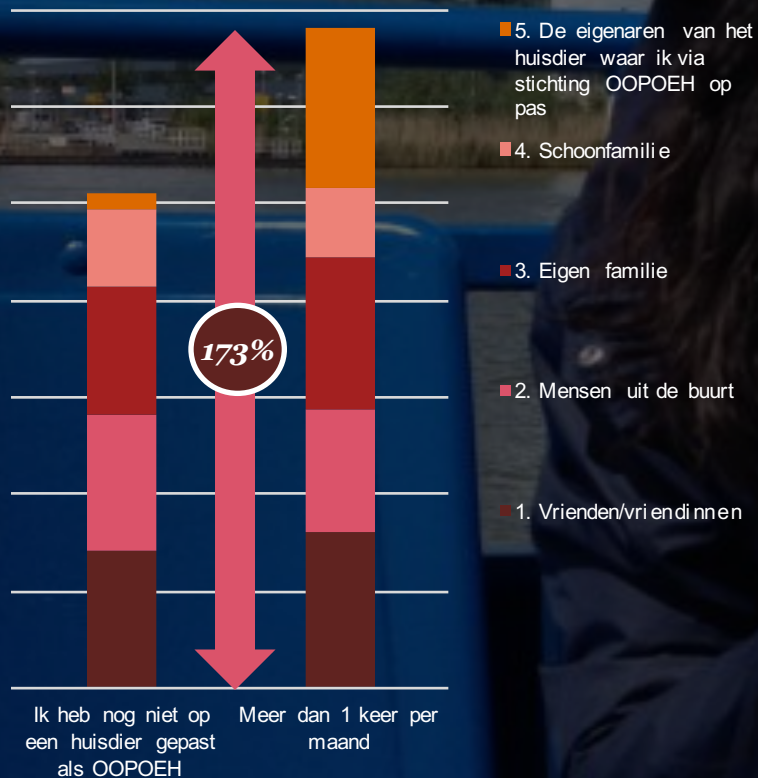
De uitspraak is onderdeel van de Eenzaamheidsschaal van De Jong Gierveld en Kamphuis; een veelgebruikte wetenschappelijke methode om eenzaamheid te meten. De schaal bestaat uit 11 uitspraken die gezamenlijk bepalen in welke mate iemand eenzaam is. In de survey maakt de schaal onderdeel uit van Sociale Inclusie.

Op deze specifieke uitspraak blijkt Stichting OOPOEH een significant resultaat te boeken. Het geeft aan dat de impact van Stichting OOPOEH op dit onderdeel erg groot is.

OOPOEH's die vaak oppassen, hebben een grotere diversiteit aan contacten

Diversiteit van contacten

Aantal keer dat respondenten aangaven een toegenomen mate van diversiteit van contacten te ervaren



De toename in diversiteit van contacten is voornamelijk te verklaren doordat de diversiteit is aangevuld met contact met baasjes van huisdieren. Het verschil ten opzichte van OPOEH's die nog nooit hebben opgepast, is daarmee in totaal 173%.

Stichting OPOEH maakt met dit significante resultaat een grote impact op de diversiteit van contacten, een belangrijke graadmeter voor het meten van eenzaamheid. 'Diversiteit van contacten' is onderdeel van Sociale Inclusie.



Tweede meting

Stichting OPOEH maakt positieve impact op sociale contacten, fysieke beweging en mentale gezondheid van OPOEH's

In juni 2016 is voor de tweede keer een impactmeting uitgevoerd onder de gematchte OPOEH's. Van hen gaf 72% aan vaker dan één keer per maand op te passen. Van hen, de grootste groep, worden hierna de resultaten getoond. Om te kunnen meten, worden in de survey vragen continu op twee punten vergeleken: de situatie voordat men OPOEH werd, en de huidige situatie waarin men regelmatig oppast. De survey is flink ingekort en de vraagstelling in deze survey is voorzichtiger en positiever. De belangrijkste uitkomsten op een rij.



Sociale connectie/ inclusie

Onder OPOEH's die regelmatig oppassen is contact met burens bij **72%** toegenomen en **90%** is blij met het contact met baasjes.



Fysieke gezondheid

De **fysieke beweging** is **71%** verbeterd bij OPOEH's die vaker dan één keer per maand oppassen, sinds zij OPOEH zijn geworden



Psychische gezondheid

Ten opzichte van voorheen, verbetert **humor en stemming** bij **82%** van de OPOEH's die vaker dan één keer per maand oppassen

Algemene kenmerken van de 137 respondenten

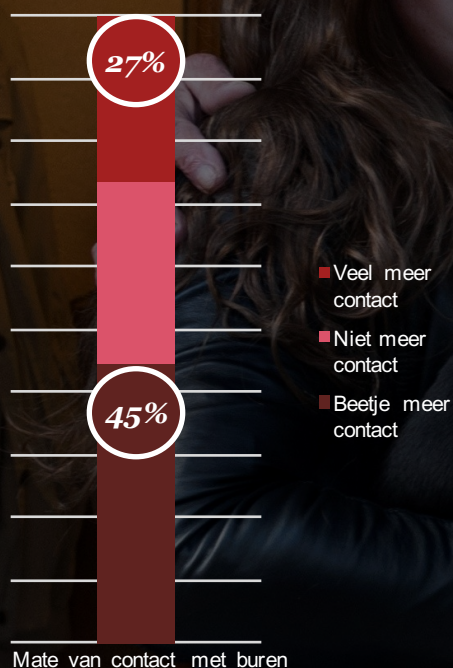


- **84%** is vrouw
- De gemiddelde leeftijd is **65 jaar**. De jongste OPOEH uit de groep respondenten is 55 jaar; de oudste 88 jaar. Deze **online survey** bereikt voornamelijk de 'jongere' OPOEH's, omdat de oudere groep vaak geen e-mailadres heeft
- **33%** is gehuwd; **67%** is alleenstaand (ongehuwd, weduwe/weduwenaar of gescheiden)
- **72%** woont in de stad of een stedelijk gebied; **28%** in een dorp of landelijk gebied
- **60%** is langer dan een jaar ingeschreven bij Stichting OPOEH
- **72%** van de respondenten past meer dan één keer per maand op; dit is de groep waarvan we in dit rapport de resultaten laten zien

Door OPOEH te zijn is het sociale contact met buren toegenomen



Van de OPOEH's die vaker dan één keer per maand oppassen, heeft 72% meer contact met mensen uit de buurt sinds zij OPOEH zijn geworden.



“

*Ik heb meer contact met
hondeigenaren in de buurt. En ik
zie en spreek mijn buren meer.*

OPOEH, 62 jaar

*Ik voel mij minder eenzaam nu ik
drie keer per week een hondje
verzorg.*

OPOEH, 88 jaar

*Ik spreek met alle mensen in het
park die daar ook hun hond
uitlaten. Zeer goed voor de
sociale contacten.*

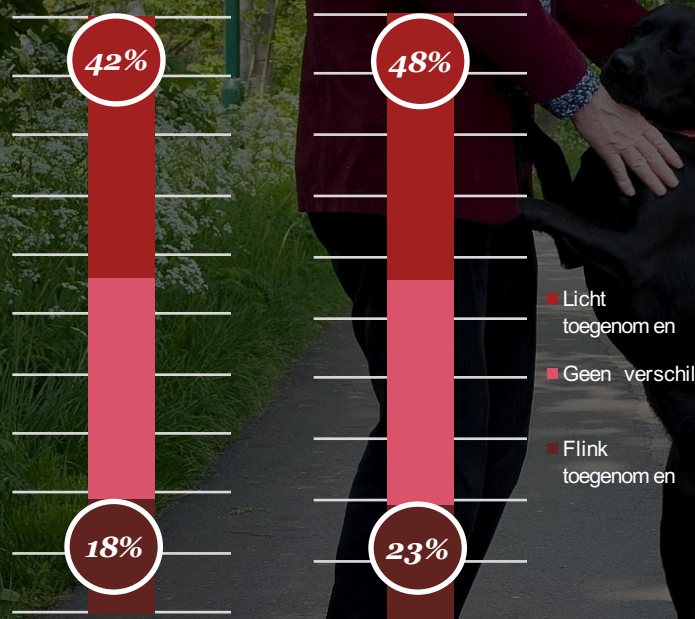
OPOEH, 81 jaar

”

De hoeveelheid beweging is bij de meeste OPOEH's toegenomen



60% van alle OPOEH's merkt een licht tot flink positief effect op de hoeveelheid beweging, sinds zij OPOEH zijn. Onder de OPOEH's die vaker dan één keer per maand oppassen, is dit zelfs 71%.



Positief effect op beweging onder alle OPOEH's

Positief effect op beweging onder OPOEH's die vaker dan één keer per maand oppassen

“

Ik kom vaker buiten en ga meer wandelen, ook als het huisdier er niet is.

OPOEH, 62 jaar

Ik voel mij fitter door al het bewegen en spelen.

OPOEH, 51 jaar

Ik beweeg veel meer. Wandelen is goed voor lichaam en geest!

OPOEH, 67 jaar

Mijn beweging is flink toegenomen, sterk verbeterd!

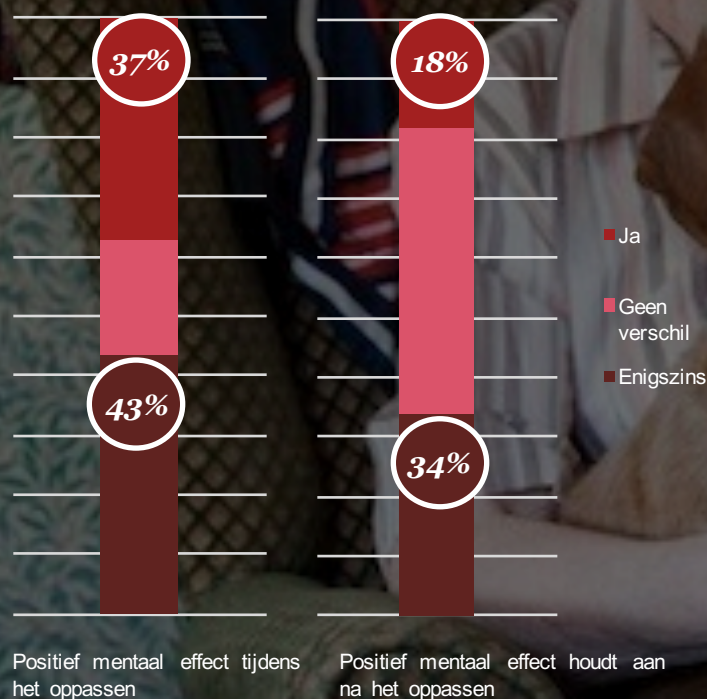
OPOEH, 68 jaar

”

OOPOEH zijn heeft een positief mentaal effect tijdens het oppassen en op de langere termijn



Sinds zij OOPOEH zijn, merkt 80% van de OOPOEH's die vaker dan één keer per maand oppassen, een positief mentaal effect tijdens het oppassen. 52% merkt dat dat effect na het oppassen ook aanhoudt.



“

Een huisdier maakt je vrolijker!

OOPOEH, 74 jaar

Er is weer leven en beweging in huis.

OOPOEH, 63 jaar

Ik heb weer iets om voor te zorgen!

OOPOEH, 86 jaar

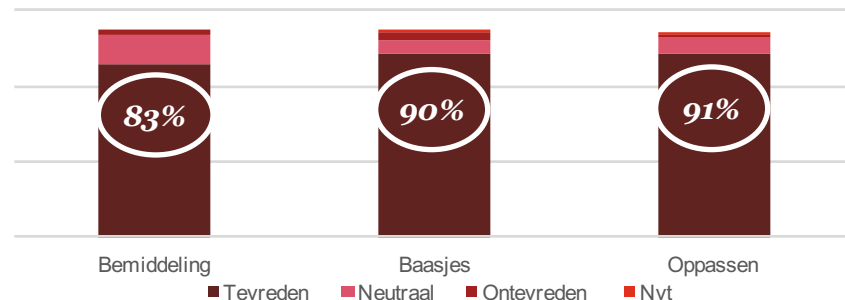
Het is wel gezelliger als er een kat bij mij op bed komt, wanneer ik op bed lig met rugklachten.

OOPOEH, 77 jaar

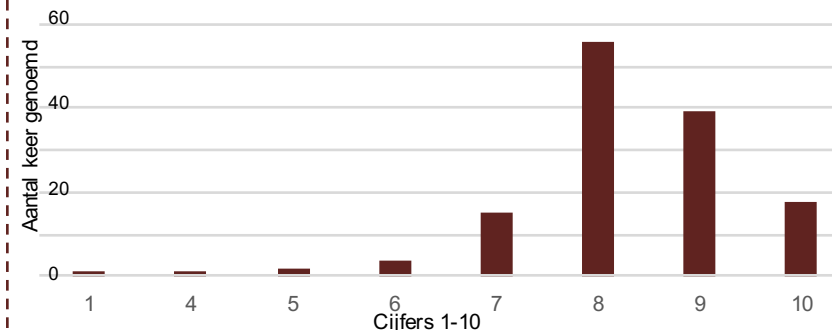
”

Stichting OPOEH wordt door meer dan 83% van de OPOEH's heel positief beoordeeld

Gemiddeld 88% van de OPOEH's die minstens één keer per maand oppassen, is tevreden over de bemiddeling, het contact met de baasjes en het oppassen zelf



Van alle OPOEH's geeft 83% een hoog cijfer aan Stichting OPOEH: een 8, 9 of 10



De resultaten van de eerste en tweede impact meting: Stichting OPOEH maakt positieve impact

De **eerste meting** in 2015 (onder 156 OPOEH's) wees uit dat:

- de stichting zich richt op de juiste doelgroep en de juiste mix van interventiemethoden gebruikt
- Stichting OPOEH's impact concreet wordt met twee significante resultaten: "ik heb voldoende mensen om mij heen met wie ik me nauw verbonden voel" en Diversiteit van contacten
- de totale impact op de onderdelen Sociale Connectie, Fysieke en Psychische gezondheid niet groot is
- In de interpretatie van de eerste survey moeten drie zaken worden meegenomen: 1) de vraagstelling in de survey, 2) het taboe op eenzaamheid en 3) de groep respondenten bestond ook uit nog niet gematchte OPOEH's die wellicht negatiever antwoordden.

De **tweede meting** in 2016 (onder 137 OPOEH's) wees uit dat:

- Stichting OPOEH positieve invloed heeft op het aantal sociale contacten van de OPOEH's. Met name het contact met burens is enorm toegenomen
- veel OPOEH's merken dat hun fysieke gezondheid vooruitgaat, met name geldt dat voor de OPOEH's die regelmatig oppassen
- een flink positief effect wordt ervaren op de mentale gezondheid van OPOEH's die regelmatig oppassen
- de positieve impact van Stichting OPOEH groter is dan tijdens de eerste survey gemeten. Dit is grotendeels te verklaren door de aangepaste vraagstelling waarin voorzigtiger en positiever is omgegaan met 'eenzaamheid'.