

Eindrapport Step by Step (SBS)

Samenvatting en conclusies

Na 4 jaar samenwerking met internationale partners uit het wetenschappelijke en sociale domein in Frankrijk, België en het Verenigd Koninkrijk, is het **Step by Step project** afgesloten per april 2022. Dit project heeft significant bijgedragen aan het verbeteren van de gezondheid en het welbevinden van sociaal geïsoleerde mannen door ze bij elkaar te brengen in zogenaamde ‘sheds’ (kleinschalige en laagdrempelige sport- en generieke activiteiten). Dit programma is ondersteund door het Interreg 2 Seas programma van de Europese Unie.

De 101 sheds die binnen West-Europa zijn opgezet sinds 2018, zijn de basis van het SBS-model: het zijn locaties waar mannen zich welkom voelen en ondersteund worden door ‘peers’, waar deelnemers vaardigheden kunnen opdoen en elkaar helpen op het gebied van gezondheid. De focus van de verschillende sheds was erg divers: sport, computervaardigheden, taallessen en sociale activiteiten waren populair onder de mannen. Daarnaast bieden de sheds deze mannen de mogelijkheid om uiteindelijk naar een baan toe te worden geleid.

De nadruk is gelegd op geïsoleerde mannen en op mannen met mentale en lichamelijke gezondheidsproblemen.

Shedders

Via een peer-to-peer methodiek zijn de shedders begeleid; in de wijk zijn Ambassadeurs geworven die zich vrijwillig hebben ingezet om activiteiten te organiseren en klaar te staan om shedders te adviseren over hun gezondheid, en desgewenst door te verwijzen naar professionele zorgorganisaties.

Sheds in de wijk en in de stad

Sinds SBS werken organisaties in de zorg in de Haagse Schilderswijk beter samen op het gebied van de aanpak van mentale en fysieke gezondheid van geïsoleerde mannen. Mannen zijn beter geïnformeerd over relevante organisaties waar ze met hun vragen terecht kunnen.

Gezondheidswinst

Door het oprichten van 101 sheds zijn 2000 geïsoleerde mannen in West-Europa, waarvan 220 in de Schilderswijk, actief gaan participeren in de maatschappij. De wekelijkse deelname aan sport- en andere activiteiten heeft volgens de shedders positief bijgedragen aan hun welbevinden maar ook aan hun fysieke gezondheid. In de opzet van het onderzoek is bij enkele honderden mannen BMI, gewicht en bloeddruk gemeten op t=0, maar is vanwege corona helaas maar bij 38 mannen de t=1 meting gedaan. Toch is zeer aannemelijk te maken dat de activiteiten van de sheds een positieve bijdrage hebben geleverd aan bovenstaande variabelen (zie ook het kwantitatieve onderzoek binnen het rapport).

Sociale netwerken

Gedurende de looptijd van het project zijn er metingen gedaan onder de shedders. Hieruit bleek dat veel shedders kleine en bescheiden netwerken hebben. Deze shedders verkeerden vaak in isolatie en waren eenzaam. De steun van andere shedders werd als zeer waardevol gezien; overwinnen van isolement en eenzaamheid werd beschouwd als een van de speerpunten van de sheds.

Vergroting vaardigheden

Door deel te nemen aan praktische activiteiten profiteerden shedders van de vaardigheden en begeleiding van andere shedders. Kennisdeling op het gebied van gezondheid, digitale vaardigheden en deelname aan maatschappelijke activiteiten droeg in belangrijke mate bij aan de vergroting van de vaardigheden van de betreffende mannen.

Mentoren helpen bij het zoeken naar werk

Mannen werden geholpen door goed opgeleide mentoren met grote netwerken richting een betaalde baan. Hiermee werden hun kansen op de arbeidsmarkt significant vergroot. De Mussen heeft 25 mentoren opgeleid binnen SBS om deelnemers naar werk toe te begeleiden. Alleen al in de Schilderswijk zijn 220 shedders gedurende het project 'work-ready' gemaakt. Daarnaast hebben meer dan 30 shedders een betaalde baan gevonden.

We wensen u veel leesplezier toe met de kwalitatieve en kwantitatieve onderzoeksresultaten, die in het bijgaande rapport zijn verzameld. Uitgebreide documentatie kunt u ook vinden op www.sbs-wellbeing.eu en de [website](#) van De Mussen.

Den Haag, mei 2022