

Een op de 10 Nederlanders voelt zich sterk eenzaam. Nog eens een op de drie Nederlanders voelt zich matig eenzaam. Onder mannen en vrouwen komt eenzaamheid ongeveer evenveel voor.

Met de komende decembermaand in het vooruitzicht met lange avonden en feestdagen besteden wij in deze nieuwsbrief graag bijzondere aandacht aan dit thema.

DOMEIN EENZAAMHEID

Annette Klaver houdt zich binnen de Adviesraad Sociaal Domein bezig met de portefeuille Eenzaamheid. In het dagelijks leven is Annette ambtelijk secretaris. In die functie is ze vooral ondersteunend bezig en ze vindt het dan ook heel leuk om bij Adviesraad Sociaal Domein aan de andere kant van de tafel te zitten. Naast haar baan en lidmaatschap van de Adviesraad is Annette vicevoorzitter van een vereniging van eigenaren van een appartementencomplex.

Annette heeft altijd grote interesse gehad in maatschappelijke thema's. Ze wil zich met al haar enthousiasme inzetten en bijdragen door onder andere het taboe wat rust op eenzaamheid, te kunnen wegnemen. Dat mensen zich een weg kunnen banen uit eenzaamheid is iets wat Annette alle mensen die eenzaam zijn toewenst.

EENZAAMHEID HEEFT VAAK GEEN GEZICHT

Eenzaamheid heeft geen gezicht omdat het vaak niet duidelijk is wie er eenzaam is. Bij eenzaamheid denken we vaak aan de oude dame of heer in het verzorgingshuis die nooit bezoek krijgt of aan een jongere die tijdens de Corona-periode zijn sociale contacten is kwijtgeraakt. Maar eenzaamheid komt overal voor, ook bij mensen van wie je het niet verwacht. Eenzaamheid is vaak onzichtbaar. Zo kan iemand met een leuke baan en vele collega's zich toch eenzaam voelen in de groep. Een op het oog populaire scholier kan zich totaal verloren voelen.

Eenzaamheid sluipt erin bij mensen. Soms hebben mensen het zelf niet eens in de gaten dat ze vereenzamen. Ondanks dat 44% van de mensen in Nederland weleens eenzaam is wordt dit meestal niet toegegeven. Schaamte speelt daarbij een rol. Helaas rust er een groot taboe op eenzaamheid. Niet klagen en het leven nemen zoals het komt lijkt de norm te zijn.

Eenzaamheid heeft vaak met meerdere factoren te maken. Zo kunnen bijvoorbeeld armoede of laaggeletterdheid een rol spelen. Bij jongeren speelt ook de thuissituatie regelmatig mee.

KERSTMIS EN NIEUWJAAR

De feestdagen komen er weer aan. Voor veel mensen is dit een geweldige tijd waar zij zich op verheugen en vol enthousiasme naartoe leven. Maar er zijn ook genoeg mensen voor wie dit een bijzonder zware periode is. Eenzaamheid valt tijdens de feestdagen vaak nog zwaarder dan anders. Op deze dagen is zelfs een dagelijks uitstapje naar de supermarkt iets waar eenzame mensen enorm tegenop zien.

Families en gezinnen komen bij elkaar en vieren samen feest. Maar wat doe je als er bij jou niemand komt? Hoe voel je je als je genoodzaakt bent deze dagen alleen door te brengen?

'Eenzaamheid' is voor veel mensen iets waar niet bij wordt stilgestaan of snel aan wordt voorbijgegaan. Vaak weet men ook niet hoe iemand kan worden geholpen of hoe je dit het best aanpakt. Of men ervaart een drempel om zomaar op iemand af te stappen.

OPROEP

Laten we met zijn allen eenzaamheid een gezicht geven en laten we samen beginnen om in deze donkere dagen eens iets goed te doen voor je medemens in de nabijheid. Kijk goed rond in de eigen directe omgeving, spreek eens iemand aan en maak een praatje. Laat ook zien dat je oprecht belangstelling toont.

Een kerstkaartje sturen naar iemand om te laten weten dat je aan hem of haar denkt is al een prachtig gebaar.

Maak dat praatje of stuur dat kaartje. Iedereen kan het grote verschil maken door iets kleins te doen voor een ander.

Klik op deze [link](#) voor meer informatie en tips over eenzaamheid.

Heeft u naar aanleiding van het bovenstaande artikel vragen over het thema Eenzaamheid dan kunt u hierover rechtstreeks contact opnemen met Annette Klaver via het emailadres: annetteklaver@asdroosendaal.nl

[Meer weten over de Adviesraad Sociaal Domein Roosendaal?](#)



U kunt ons bereiken via:
info@asdroosendaal.nl

Deze nieuwsbrief niet meer ontvangen?
[Uitschrijven](#)