

EENZAAMHEID & AANDACHT

Uit de onderzoeken, die de GGD in 2020 en 2022 in de provincie Zeeland heeft uitgevoerd, blijkt dat 52 procent van de ouderen (mensen ouder dan 65 jaar) eenzaam is. 12 procent van deze ouderen is (zeer) ernstig eenzaam. Circa 66 procent van de jongvolwassenen/jongeren (tussen de 16 en 25 jaar) is eenzaam. Ongeveer 33 procent van deze jongeren geeft aan zeer ernstig eenzaam te zijn.

Wat is eenzaamheid?

Eenzaamheid is het gevoel alleen te zijn, van geïsoleerd te zijn van 'de anderen'. Onderzoekers omschrijven eenzaamheid als het ervaren verschil tussen gewenste en aanwezige contacten. Er wordt vaak onderscheid gemaakt tussen twee soorten eenzaamheid:

- Sociale eenzaamheid: het gemis van sociale contacten zoals vrienden, collega's, kennissen enzovoorts.
- Emotionele eenzaamheid: het gemis van een intieme relatie zoals een boezemvriend of levenspartner.

Langdurige eenzaamheid, kan verschillende gevolgen hebben zoals:

- Verminderd afweersysteem
- Depressie
- Toename van woede en agressie zonder dat daar aanleiding voor is.
- Angstgerelateerde klachten zoals een paniekstoornis of obsessieve-compulsieve stoornis.



“

Het aanpakken van eenzaamheid kan veel gezondheidsproblemen voorkomen en daardoor de druk op de gezondheidszorg verlagen.

Platform tegen eenzaamheid

Er zijn in Zeeland al veel mooie initiatieven tegen eenzaamheid. Vooral in dorpen en rondom kerkelijke genootschappen worden regelmatig activiteiten georganiseerd. In Middelburg heb je al een platform zoals 'Wij zijn de stad' waar ook veel activiteiten voor jongeren te vinden zijn. Echter zijn deze activiteiten niet altijd voor iedereen toegankelijk of niet voor iedereen bekend. Een algemeen Zeeuws platform zou hiervoor een oplossing kunnen zijn.

Campagnes en initiatieven

Het herkennen van eenzaamheid is essentieel om eenzaamheid aan te pakken. Een Zeeuwse campagne zoals deze eerder al in de gemeente Terneuzen is geweest zou hier aan kunnen bijdragen.

Bestaande provinciale projecten, met als doel een bijdrage te leveren om eenzaamheid te voorkomen, door de overheid financieel te ondersteunen met een structurele bijdrage.

Voorbeelden als Zeeuws Weerzien, Feest van Herkenning en andere ideeën zijn vaak te afhankelijk van eenmalige bijdragen vanuit Fondsen of particuliere giften.

De onzekerheid die daardoor ontstaat leidt soms tot beëindiging van goede ideeën en teleurstelling bij organisatoren en de vele vrijwilligers.

Beslispunten adviesrapport

Eenzaamheid moet een belangrijk punt op de agenda worden van de gemeentes:

Beslispunt 1: Er moeten een Zeeuwse campagne komen over het herkennen van eenzaamheid met informatie/eventueel telefoonnummer.

Beslispunt 2: Initiatieven tegen eenzaamheid moeten meer zichtbaar worden per gemeente en voor alle doelgroepen toegankelijk middels een platform.

Beslispunt 3: De Zeeuwse gemeenten /zorg-welzijn organisaties moeten financiële ruimte maken om de beslispunten te realiseren.

Inwonergroep in opdracht van het Burgerberaad Zeeland

Roosmarijn de Goffau, Leen Hoek, Piet Jansen, Harmke Kooman, Daan Kousemaker, Jan Louwerse, Aniek Poortvliet, Maaïke Walraven en Susan de Wilde-Verhorst

Eenzaamheid in Zeeland in kaart gebracht

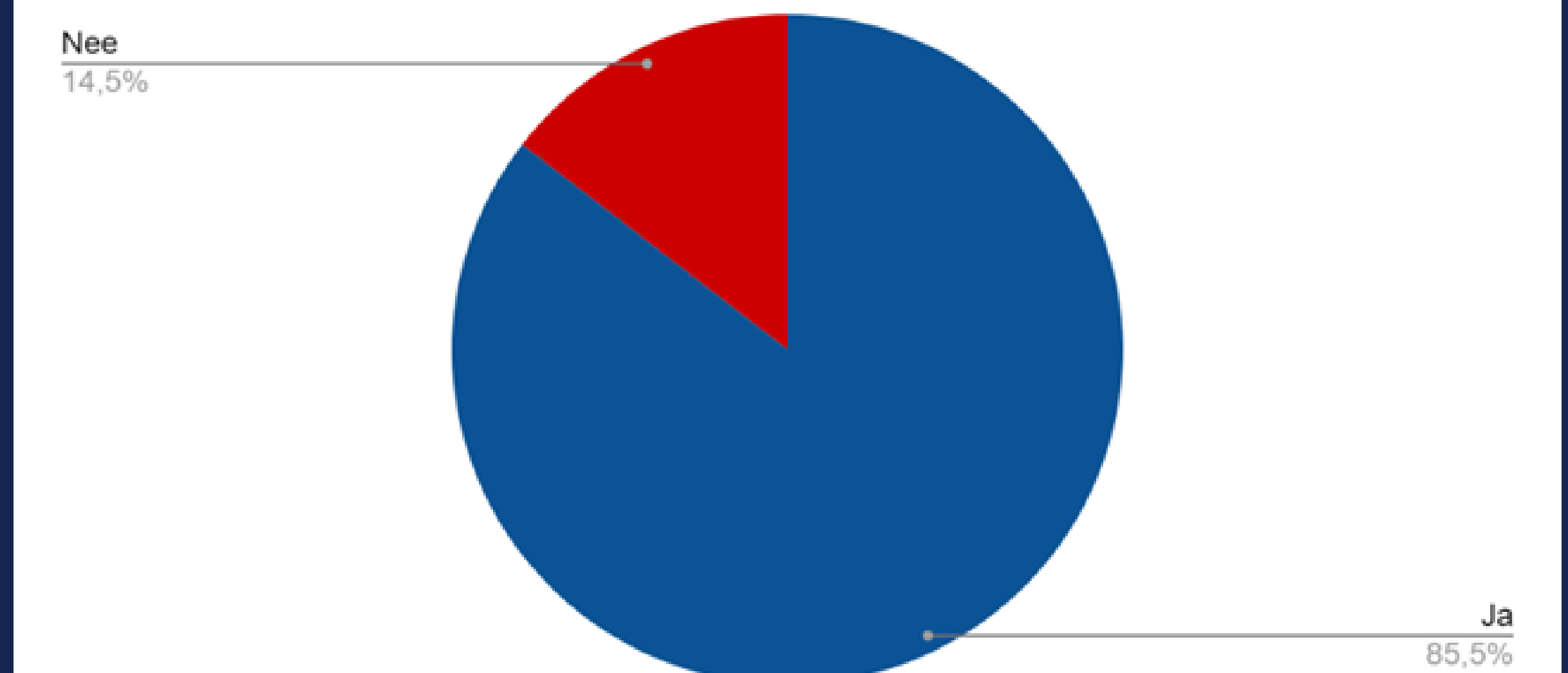
Om een duidelijker beeld te krijgen van ervaren eenzaamheid in Zeeland en het ontwikkelen van onze beslispunten hebben we een enquête uitgezet. Deze vragenlijst is zorgvuldig samengesteld en bestaat uit 4 delen met in totaal 18 vragen. De volgende onderwerpen zijn uitgevraagd:

- Deel 1: persoonlijke ervaringen met eenzaamheid
- Deel 2: eenzaamheid herkennen in eigen omgeving
- Deel 3: een platform tegen eenzaamheid
- Deel 4: persoonsgegevens (leeftijd, woonplaats en woonomgeving.)

Veruit de meeste mensen (80%) geven aan dat een website of platform hun zou kunnen helpen om beter inzicht te krijgen in wat er georganiseerd wordt. Als je kijkt naar de groep mensen die heeft aangegeven wel eens beperkt te worden door gevoelens van eenzaamheid is dat zelfs 85%.

12. Het zou mij helpen om via één website/platform te zien welke activiteiten in mijn omgeving worden georganiseerd.

62 antwoorden



Het overgrote deel van de deelnemers komt uit de gemeentes Goes en Terneuzen. Maar er zijn ook mensen uit Borsele, Kapelle, Veere en Reimerswaal die de vragenlijst hebben ingevuld. De grootste groep is 46 t/m 65 jaar. De categorieën ouder dan 65 jaar en 26 t/m 45 jaar dragen bij aan de helft van de antwoorden. Maar 25 jaar of jonger is nog geen 5%.

AANVERWANTE LITERATUUR

GGD. (sd). Mentale gezondheid. Opgehaald van GGD Zeeland: www.ggdzeeland.nl
GGD Zeeland. (2018). Eenzaamheid en zingeving bij Zeeuwse ouderen. GGD.
Van Der Wind, D. (2022, april 25). Jongeren voelen zich vaak alleen. PZC.
Welzijn en Sport ministerie van Volksgezondheid. (2019, april 1). Soorten eenzaamheid. Opgehaald van www.eenzaam.nl.
Wisse, M. (2023, maart 31). Vechten tegen eenzaamheid in Terneuzen: 'Bij haar uitvaart werd duidelijk dat ze niemand had'. PZC.