Advies rapport ‘Eenzaamheid en aandacht’

# Eenzaamheid in Zeeland

Op 11 februari 2023 zijn we met inwoners van heel Zeeland gestart om te praten over de zorg in Zeeland. Een van de onderwerpen die aangekaart werden zijn ‘eenzaamheid’ en ‘aandacht’. Vanuit deze twee onderwerpen is een werkgroep gevormd. Eenzaamheid is een probleem dat op lange termijn veel druk op de zorg kan geven. Aandacht is iets wat we allemaal onherroepelijk verbonden vinden met goede zorg. Eenzaamheid bij ouderen is al langer bekend maar ook onder jongeren komt eenzaamheid steeds meer voor. In een recent onderzoek van de GGD onder 1500 jongeren in Zeeland gaf bijna twee-derde van de jongeren aan wel eens eenzaam te zijn. Samen met de toenemende vergrijzing speelt eenzaamheid een grote rol in het Zeeuwse zorglandschap.

Eenzaamheid kan op lange termijn leiden tot psychische maar ook lichamelijke problemen. De kans op hart- en vaatziekten is bijvoorbeeld hoger bij mensen die eenzaam zijn. Ook leidt eenzaamheid in veel gevallen tot depressie waardoor onder andere de zelfzorg minder wordt en de weerstand achteruit gaat.

Om een goed advies te geven over dit probleem moeten we eenzaamheid eerst wat meer toelichten. Eenzaamheid bestaat namelijk uit verschillende vormen die ook elk een andere aanpak vragen. In de meeste gevallen spreken we over twee vormen van eenzaamheid, namelijk sociale en emotionele eenzaamheid. Sociale eenzaamheid is het gemis van sociale contacten zoals bijvoorbeeld vrienden, collega’s, kennissen enzovoorts. Bij emotionele eenzaamheid mist men de diepere connectie met een naaste. Verder wordt er ook nog wel eens gesproken over existentiële eenzaamheid, voorbijgaande eenzaamheid, culturele eenzaamheid, chronische eenzaamheid en genetische eenzaamheid. Door de verschillende vormen van eenzaamheid is het ook niet makkelijk om dit te herkennen bij mensen. Daarnaast zal ook niet iedereen snel toegeven eenzaam te zijn.

In hoeverre men bewust is van eenzaamheid bij anderen is voor ons nog niet helemaal bekend. We hebben daarom een enquête uitgezet in de provincie om hier een wat duidelijker beeld van te krijgen. We hebben wel gegevens over de gemeente Terneuzen waar een postercampagne is gehouden over eenzaamheid herkennen. Op deze posters stond een anoniem verhaal van iemand die eenzaam is. Deze campagne is in de gemeente Terneuzen goed aangeslagen. Op basis van deze gegevens en de resultaten van onze enquête is dit een beslispunt die wij willen aandragen om de kennis en herkenbaarheid van eenzaamheid in Zeeland te vergroten.

Voor het aanpakken van sociale eenzaamheid zijn door heel Zeeland al veel mooie initiatieven in leven gebracht. Veel van deze initiatieven zijn echter gericht op de doelgroep ouderen, al komen er ook steeds meer activiteiten voor jongeren. We hebben ook via de enquête gevraagd of mensen hier van op de hoogte zijn. Het lijkt ons mooi om hier een platform voor op te zetten om de initiatieven beter zichtbaar te maken. Een platform wat meer zichtbaar is kan vervolgens ook leiden tot meer nieuwe initiatieven voor alle doelgroepen en zelfs mogelijke samenwerking met lokale ondernemers. Een Zeeuws platform voor initiatieven tegen eenzaamheid is daarom ons tweede beslispunt.

Tot slot moet alles ook gefinancierd worden. Bestaande en nieuwe provinciale projecten, met als doel een bijdrage te leveren om eenzaamheid te voorkomen moeten door de overheid financieel ondersteund gaan worden met een structurele bijdrage. We weten uit eerdere initiatieven als Zeeuws Weerzien, Feest van Herkenning en andere ideeën dat ze vaak te afhankelijk zijn 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. Dit moeten we zien te voorkomen bij een eventuele campagne of platform. We hopen hiervoor gebruik te kunnen maken van landelijke subsidies of gemeentelijke potjes voor de leefbaarheid.

# Beslispunten:

## 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.

# Referenties

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. (2023, 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*.