

ORGANISATIES

Breed aanvalsplan tegen eenzaamheid

Acht maatschappelijke organisaties en kennisinstellingen in Limburg gaan gezamenlijk de strijd aan met eenzaamheid onder ouderen. Het project kan rekenen op financiële steun van de provincie en vier pilotgemeenten: Weert, Venray, Beekdaelen en Valkenburg.

DOOR SERGE SEKHUIS

Het initiatief voor het driejarige project 'Samen tegen eenzaamheid' komt van de seniorenvereniging KBO Limburg. De andere partners in het project zijn de provinciale GGD'en, de Open Universiteit en de Universiteit Maastricht, het Platform Mantelzorg Limburg, Burgerkracht Limburg en het Netwerk Senioren Limburg. De officiële aftrap is donderdag. Voor het project is een budget beschikbaar van circa 160.000 euro. De helft van dit bedrag komt van de provincie. De vier gemeenten dragen samen 28.000 euro bij. Het uiteindelijke streven van de projectpartners is om in alle Limburgse gemeenten een 'loket' op te zetten waar eenzame ouderen met vragen én hun gevoelens terecht kunnen. „Voor een gesprek, maar ook voor advies en hulp. Door breed kennis en expertise te delen én te leren van al lopende, goede eenzaamheidsinitiatieven, kunnen we mensen straks optimaal doorverwijzen”, aldus projectleider Guus van Egdome. Het project wil ook aanhaken bij de landelijke campagne Eén tegen eenzaamheid.

In lijn met de vergrijzing is eenzaamheid, vooral onder ouderen, een groeiend probleem. Volgens cijfers van de GGD'en voelt 35 procent van alle volwassen Limburgers zich 'wel eens' eenzaam. 10 tot 12 procent is ernstig of zeer ernstig eenzaam. Vooral deze laatste groep baart zorgen. Zeker als die eenzaamheid van lange duur is. Structurele eenzaamheid kan leiden tot gezondheidsschade. Slapeloosheid, stress, obesitas, hart- en vaatziekten en uiteindelijk vroegtijdige sterfte. Wie eenzaam is, blijkt gevoeliger te zijn voor verslavingen en depressiviteit. Ook is er een duidelijk verband tussen eenzaamheid en suïcide.

Eenzaamheid is overigens niet alleen iets van ouderen, blijkt uit onderzoek. Het treft mensen van alle leeftijden in fases van hun leven. Ook jongeren, voor wie het nog vaker dan voor ouderen een taboe is. Van Egdom: „Ons project richt zich vooral op eenzame ouderen, maar wil wel degelijk ook kijken naar de groep 50-plussers om te zien wat we preventief kunnen doen om eenzaamheid op latere leeftijd te voorkomen.”