



Rijksoverheid



Vandaag start de Week tegen Eenzaamheid: elk klein gebaar kan het verschil maken

Minister Hugo de Jonge roept op om in gesprek te blijven over eenzaamheid

Den Haag, 30 september 2021 – 1 op de 10 volwassenen in Nederland voelt zich sterk eenzaam en 1 op de 3 heeft er weleens last van. Van de 75-plussers kampt meer dan de helft met eenzaamheid ^[1]. Met elkaar kunnen we hier iets aan doen. Daarom start het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport de Week tegen Eenzaamheid. Minister Hugo de Jonge opent vandaag de Week tegen Eenzaamheid tijdens het landelijke openingsevent in de Van Nelle Fabriek in Rotterdam. Tot en met 7 oktober zijn er honderden activiteiten door het hele land om mensen samen te brengen.

Nu de coronamaatregelen versoepeld zijn, is het makkelijker om weer iets te ondernemen en contact te leggen met anderen. Dit betekent echter niet dat mensen zich niet meer eenzaam

voelen. Mensen praten er vaak niet over. En dat is wel nodig, zegt **Anja Machielse hoogleraar aan de Universiteit voor Humanistiek** en lid van de Wetenschappelijke Adviescommissie Eén tegen eenzaamheid. *“Door de lockdown hadden we minder moeite met praten over gevoelens van eenzaamheid. Het overkwam ons tenslotte allemaal. Dat is anders nu we weer naar het werk, verjaardagen en de sportclub gaan. De drempel wordt nu onbedoeld weer hoger om te zeggen dat je je eenzaam voelt. We denken dan al gauw: ‘er is vast iets mis met mij’, terwijl dat niet zo is. Eenzaamheid kan ons allemaal overkomen. En de eerste stap om er wat aan te doen, is het bespreekbaar te maken.”*

Initiatieven in heel het land

De Week tegen Eenzaamheid wordt vandaag geopend door minister Hugo de Jonge. **Minister De Jonge:** *“Dé eenzaamheid oplossen, dat kan niemand. Maar iedereen kan iets doen om de eenzaamheid van een ander te doorbreken. Ik vind het hartverwarmend en hoopvol om te zien dat zoveel mensen zich inzetten om van de Week tegen Eenzaamheid een succes te maken. In het hele land ontstaan geweldige initiatieven. Van een speciaal gala voor ouderen en hun kleinkinderen, luisteracties op stations tot mobiele huiskamers in wijken om een praatje in te maken.”* Tijdens de Week tegen Eenzaamheid zijn er in het hele land activiteiten waar mensen elkaar ontmoeten en nieuwe contacten kunnen leggen. Deze activiteiten worden georganiseerd door maatschappelijke organisaties, zorg- en welzijnsinstellingen, gemeenten, bedrijven en vrijwilligers. Een greep uit de activiteiten staat op www.eentegeneenzaamheid.nl.

Bedrijfsleven

Ook bedrijven zetten zich in. Zoals Jumbo Supermarkten, die speciale klets-kassa's opent voor mensen die het fijn vinden om een praatje te maken tijdens het afrekenen. Een aantal bedrijven uit de Nationale Coalitie tegen Eenzaamheid - Jumbo, KPN Mooiste Contact Fonds, Lipton, Maggi, PostNL en Vattenfall Foundation - zijn gestart met *KleinGebaar*. Dit is een nieuw platform voor organisaties en bedrijven die oog hebben voor mensen die een steuntje in de rug kunnen gebruiken en wat extra's voor hen willen doen.

Klein gebaar

Iedereen kan meedoen én bijdragen aan de Week tegen Eenzaamheid. Bijvoorbeeld door extra om te kijken naar iemand in de eigen omgeving. Zo kan een kop thee drinken met de buurman of een bezoekje aan een tante het verschil maken. **Neelie Kroes** maakt zich als aanjager van het actieprogramma Eén tegen eenzaamheid hard voor het verminderen van eenzaamheid: *“Samen kunnen we iets doen tegen eenzaamheid. Door simpelweg niet weg te kijken wanneer je vermoedt dat iemand zich alleen voelt. Stap er eens op af en maak een praatje.”*

Actieprogramma

Met Eén tegen eenzaamheid wil de overheid de trend van eenzaamheid onder ouderen in Nederland doorbreken door eenzaamheid eerder te signaleren en bespreekbaar te maken. Dit actieprogramma bestaat sinds 2018 en sindsdien zijn 255 gemeenten en 165 landelijke organisaties, bedrijven en instellingen aangesloten.

[1] Bron: [Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2020 GGD'en, CBS en RIVM](#)