



manifest

Voor een gezamenlijke

Eenzaamheid gaat ons

aanpak van eenzaamheid

allemaal aan!

in Eindhoven

**22 Juni
2022**



Wat staat centraal in onze aanpak eenzaamheid?

- samenwerken
- bewustwording en taboe doorbreken
- eenzaamheid voorkomen of verminderen
- zorgen voor een verbonden stad

Eenzaamheid gaat ons allemaal aan!

Steeds meer mensen voelen zich vaker eenzaam. Van de inwoners van Eindhoven ouder dan 18 jaar, geeft de helft aan zich eenzaam te voelen. **13%** voelt zich zelfs **ernstig eenzaam**. Dat gaat om zo'n **25.000 mede Eindhovenaren!** We weten sinds corona ook steeds beter wat eenzaamheid voor de gezondheid en het geluk voor de inwoners van onze stad betekent en dat **chronische eenzaamheid zelfs kan leiden tot allerlei psychische en lichamelijke klachten**.

Definitie van professor De Jong-Gierveld: **"Eenzaamheid is het subjectief ervaren van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan (kwaliteit van) bepaalde sociale relaties."**

Er bestaan verschillende soorten eenzaamheid:

- **Sociale eenzaamheid:** hierbij gaat het vooral om het ontbreken van contacten met mensen waarmee men bepaalde gemeenschappelijke kenmerken deelt, zoals vrienden, kennissen of collega's.
- **Emotionele eenzaamheid:** dit treedt op als iemand een hechte, intieme band mist met één andere persoon, meestal de levenspartner.
- De laatste jaren wordt ook veel gesproken over **existentiële eenzaamheid**. Daarbij gaat het meer over zingeving dan over je sociale contacten. Het wordt omschreven als een verloren en zwervend gevoel, geen eigen plek of rol in het leven kennen, een gevoel van zinloosheid.

Eenzaamheid ontstaat door veel factoren

Eenzaamheid ontstaat vaak door een combinatie van factoren. Een **verhuizing, ontslag, een scheiding of overlijden van een partner** bijvoorbeeld. Ook gezondheidsproblemen, maatschappelijke en culturele achtergrond, kenmerken van iemands karakter en verwachtingen van sociale contacten kunnen bijdragen aan gevoelens van eenzaamheid.

Eenzaamheid is complex en hoort bij het leven

Wij hebben hier als maatschappelijke organisaties, instellingen en bedrijven direct of indirect mee te maken. **Eenzaamheid is heel persoonlijk** en een thema dat geen enkele organisatie alleen kan oplossen. **Gezamenlijke bewustwording en een gezamenlijke aanpak** is dan de enige optie. Daarbij realiseren we ons dat eenzaamheid bij het leven hoort en dat ieder mens in zijn leven fases kent waarbij sprake is van gevoelens van eenzaamheid.

Verbinding en verdieping

Binnen Eindhoven zijn al zeer veel initiatieven en activiteiten gericht op het verminderen en voorkomen van eenzaamheid. **De meerwaarde zit in samenwerking en het verbinden en verdiepen van initiatieven. Als het ons lukt om de kwaliteit van de inzet te vergroten dan zijn we in staat om het taboe te doorbreken.** Niet alleen vanuit (semi-)professionals maar ook vanuit ervaringsdeskundigen en vrijwilligers. We hebben als gezamenlijke organisaties een coalitie gevormd om zo een bijdrage te leveren aan **de bewustwording rond eenzaamheid** in de stad.

En we willen **concrete aanpakken ontwikkelen die soelaas bieden aan mensen in eenzaamheid of voorkomen dat mensen in langdurige eenzaamheid terechtkomen.** Daarbij gaan we verbinden wat er al is, leren van elkaar en starten bij benaderingswijzen en aanpakken die werken. Om zo effectief mogelijk te werken zoeken we aansluiting bij het deelakkoord Eenzaamheid van het Preventie-akkoord van de gemeente Eindhoven, de gezondheidsnota "Gezondheid telt voor iedereen" en de gezondheidscampagne "Een stap naar gezonder".

De verbonden stad

Ieder mens wil graag gezien en gehoord worden. Ieder mens wil met zijn of haar talenten meedoen, ertoe doen en erbij horen. Dit sociale aspect willen we zeker meenemen in dit manifest omdat dit bijdraagt aan het verminderen van eenzaamheid. **We gaan de stad en haar inwoners sociaal veerkrachtiger maken, de gemeenschapszin bevorderen zodat iedereen zich ook welkom en verbonden voelt.** Dit houdt ook in dat bij het **bouwen en inrichten van de stad** (huidige woonopgave) **ook rekening wordt gehouden met sociale veiligheid, ruimte voor ontmoeting en nieuwe vormen van gemeenschappelijk wonen.**

We voelen ons vrij om over eenzaamheid te praten

We maken ons samen sterk voor een stad waar inwoners echt met elkaar in contact zijn en eenzaamheid de erkenning krijgt die het verdient. De stip op de horizon: **in 2030 voelen alle Eindhovenaren zich vrij te praten over hun gevoelens van eenzaamheid.**

Door onze handtekening te zetten onder dit manifest maken we deel uit van de **Coalitie Aanpak Eenzaamheid Eindhoven. We werken aan bewustwording en leveren samen een bijdrage aan het voorkomen en verminderen van eenzaamheid** in de stad en maken dit **concreet door de inzet te benoemen in de gezamenlijke uitvoeringsagenda.** Deze is bijgevoegd en kan nog worden aangescherpt of aangevuld. Zo is het voor iedereen overzichtelijk wat zijn of haar bijdrage is.

Dit is een startschot en begin. **We roepen andere organisaties op om ook aan te sluiten** bij deze coalitie en dit te bekrachtigen met een handtekening onder het manifest en mee te doen met de uitvoeringsagenda.

Ondertekenaars van het manifest

Woonbedrijf
Vrijwillige Hulpdienst Eindhoven/
Maatje 040
Fontys
WIJeindhoven
Archipel Zorggroep
ZuidZorg
Bibliotheek Eindhoven
Vitalis Woonzorggroep
GGzE
Holland Expat Center South
gemeente Eindhoven
GGD Brabant-Zuidoost
De Witte Raaf
Lumens
Stichting Ik Wil
Eindhoven in Contact

Colofon:

Teksten:
Jeroen Pijnenburg, Peter
Baetsen met input van de
15 partners.

In opdracht van Eindhoven
in Contact

Ontwerp:
Sandra Dijkstra

www.eindhovenincontact.nl