

Gevoelens van eenzaamheid kunnen iedereen overkomen

Voelt u zich weleens eenzaam? Dat is niet zo gek want een miljoen Nederlanders voelt zich sterk eenzaam. Nog eens een op de drie Nederlanders voelt zich matig eenzaam. De cijfers in Haarlemmermeer zijn vergelijkbaar.

Bij eenzaamheid denken we vaak aan eenzame ouderen. Toch raakt dit maatschappelijke probleem ook andere groepen, zoals mensen met psychische problemen, migranten, jongeren, gezinnen die in armoede leven of mensen die zonder werk thuis zitten. Soms hoort het bij de levensfase of is het inherent aan een gebeurtenis zoals bij een ernstige ziekte of het overlijden van een partner.

Samen aan de slag

Bij MeerWaarde zit veel kennis om met gevoelens van eenzaamheid aan de slag te gaan. Door het aanleren van sociaal-cognitieve of digitale vaardigheden zodat u makkelijker met anderen in contact leert komen. Door inwoners te verbinden aan elkaar of aan activiteiten in de wijk. Of we onderzoeken wat u leuk vindt om te doen en zoeken daar een invulling bij. Dat kan een maatje zijn voor iemand anders, vrijwilligerswerk doen of een andere vorm van betekenis.

Het gevoel van eenzaamheid herkennen is één, erover praten is twee. Er iets aan doen is drie. Onze sociaal werkers en sociaal makelaars helpen u graag deze stappen te zetten zodat u nieuwe mensen leert kennen en u zich (weer) verbonden voelt met de wereld om u heen.



Renata Fideli, Directeur-Bestuurder MeerWaarde



Week van de verbinding

MeerWaarde organiseert in de eerste week van oktober de 'Week van de verbinding'. Dit is onderdeel van de landelijke campagne 'één tegen eenzaamheid'. In deze week staat het in verbinding komen met elkaar centraal. Met een goede mix van activiteiten en diensten kunnen we samen mensen helpen om meer goede contacten te krijgen.

Oproep ook voor bedrijven en organisaties

We roepen ook lokale ondernemers en bedrijven op om met ons mee te werken. Met inwoners, organisaties en bedrijven maken we er een inspirerende en verbindende week van. Samen kunnen we het verschil maken. Wat kan jouw bijdrage zijn? Laat het ons weten!

Voor meer informatie en aanmelding: informatie@meerwaarde.nl

#verbindinghaarlemmermeer

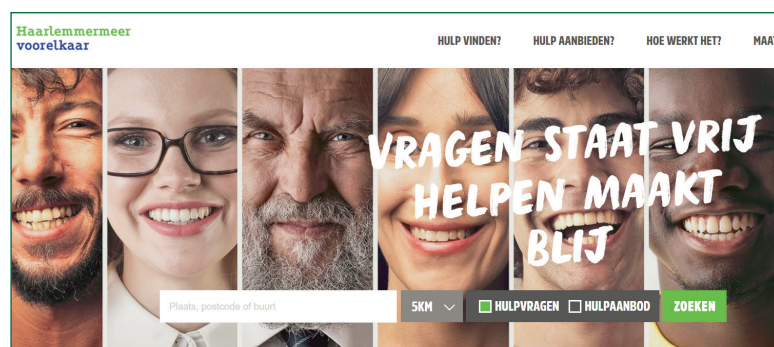
Haarlemmermeervoorelkaar "Verbinden maakt blij"

Wil je iets betekenen voor bijvoorbeeld een eenzame inwoner of heb je juist wat ondersteuning nodig? Plaats dan je hulpvraag of hulpaanbod op Haarlemmermeervoorelkaar.nl. Op dit Haarlemmermeerse platform tref je elkaar in een veilige en vertrouwde digitale omgeving.

Neem eens een kijkje op de website en laat je inspireren. Wanneer je je registreert kun je direct in contact komen met iemand die wat hulp kan gebruiken of je kunt je hulpvraag gemakkelijk plaatsen. Weet je nog niet precies waar jouw talenten liggen? Dan nodigen we je uit om de test 'Jij

hebt talent' in te vullen. Meer inspiratie nodig? Lees dan de ervaringsverhalen, bijvoorbeeld hoe Fleur het taalmaatje van Walid is geworden, hoe de bloemetjes zijn buiten gezet door Michèle of dat Andro een duizendpoot blijkt te zijn.

Is Haarlemmermeervoorelkaar.nl nog onbekend terrein en wil je meer informatie? Bel met de bemiddelingsconsulenten of kom langs tijdens het inloopsprekuren. We zijn er iedere werkdag tussen 10:00 en 12:30 uur, op de Dokter Van Dorstenstraat 1, 2132 JR Hoofddorp. Een kopje koffie/thee staat altijd voor je klaar. We helpen je graag!



www.haarlemmermeervoorelkaar.nl

Contact

Bij MeerWaarde kun je terecht voor al je vragen over welzijn, wonen, zorg en vrije tijd.

Hoofdkantoor:
Dokter Van Dorstenstraat 1
2132 JR Hoofddorp

T 023 - 569 88 88
informatie@meerwaarde.nl
www.meerwaarde.nl



Maartje en sociaal werker Ilona.

"Dat huisbezoek heeft mijn leven weer richting gegeven"

Voorjaar 2018 valt een brief op de deurmat bij Maartje Stapper – Boot. "Of ik interesse heb in een huisbezoek door een vrijwilliger omdat ik bijna 80 word. Ik besluit een afspraak te maken. 'Je weet nooit waar je voor komt te staan', zeg ik nog tegen mijn man Adriaan." Een maand later vindt het bezoek plaats, maar de wereld van Maartje staat op z'n kop. Haar man is onverwacht overleden. Met hulp van sociaal werker Ilona van Es lukt het haar om weer richting te geven aan haar leven.

Maartje Stapper – Boot opent de deur van haar eengezinswoning in Badhoevedorp. Haar leeftijd is moeilijk te schatten. Zeker als ze opsomt wat ze doet: bloemschikken, diamant painting, familiebezoekjes, tuinieren, huishouden en op vrijdag is ze af en toe kookvrijwilliger in het buurthuis. "Dat was een jaar geleden compleet anders. Adriaan en ik waren 63 jaar getrouwd. 'Kleefzuurtjes' werden we genoemd door familie, omdat we zo close waren. Ik had genoeg aan mijn familie, andere sociale contacten had ik niet."

Stapsgewijs vooruit

Maartje beschrijft de kennismaking met Ilona 'als een engel die verscheen'. "Praten met Ilona verzachtte mijn verdriet. Ik vond het fijn om mijn gevoelens met een buitenstaander te kunnen delen." Maartje besluit in te gaan op Ilona's voorstel en gaat langs bij een cursus bloemschikken. "Ondanks dat het wat onwennig voelt, heb ik direct leuk contact waardoor het voelt of ik een warm bad instap."

Doen en ervaren

Maartje ervaart niet alleen steun, maar vindt ook herkenning in de verhalen van anderen. "Ik wéét dat ik niet alleen ben in mijn gevoel, maar dit letterlijk ervaren, maakt een groot verschil! Ilona heeft mij echt uit de put gehaald. De slechte dagen zijn er nog steeds, maar daarnaast zijn er ook afspraken en uitjes die mij blij maken. Zonder haar had ik het niet gered!"

Lees het volledige verhaal van Maartje en Ilona op www.meerwaarde.nl/over-meerwaarde/verhalen-van-onze-klanten