

> Retouradres Postbus 20350 2500 EJ Den Haag

De Voorzitter van de Tweede Kamer
der Staten-Generaal
Postbus 20018
2500 EA DEN HAAG

Bezoekadres:

Parnassusplein 5
2511 VX Den Haag
www.rijksoverheid.nl

Kenmerk

DMO/MDH-3137547

Bijlage(n)

*Correspondentie uitsluitend
richten aan het retouradres
met vermelding van de datum
en het kenmerk van deze
brief.*

Datum 30 oktober 2012
Betreft Eenzaamheid

Geachte voorzitter,

1. Inleiding

Tijdens het algemeen overleg over de Wmo op 28 juni 2012¹ heb ik toegezegd dat ik u een integraal plan tegen eenzaamheid zou sturen. Ik geef in deze brief eerst een korte schets van de problematiek; vervolgens geef ik voorbeelden van initiatieven die er overal in het land zijn; tot slot geef ik een aantal zaken die vanuit VWS worden geïnitieerd.

2. Wat is eenzaamheid en hoe vaak komt het voor?

De definitie van eenzaamheid is het *subjectief ervaren van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan bepaalde sociale relaties of aan de kwaliteit daarvan*². Eenzaamheid ontstaat als iemand het gevoel heeft er alleen voor te staan, zoals iemand die een partner door overlijden of scheiding is kwijtgeraakt. Soms is eenzaamheid tijdelijk. Ook persoonlijke eigenschappen zoals gebrek aan sociale vaardigheden, een negatief zelfbeeld, weinig zelfvertrouwen, gevoelens van sociale angst, sterke verlegenheid en introversie kunnen tot (langdurende) eenzaamheid leiden. Daarnaast kunnen ook gezondheidsproblemen de kans op eenzaamheid vergroten.

Eenzaamheid is niet hetzelfde als sociaal isolement; bij sociaal isolement is de kern een klein netwerk rond een persoon, waardoor iemand buiten de samenleving staat. Eenzaamheid is een ingrijpende emotie. Mensen missen de contacten met hun partner of hun sociale omgeving. Ze voelen zich vaak nutteloos. Verder is de ervaring persoonlijk: een kluizenaar hoeft zich niet eenzaam te voelen en een vrouw met een volle sociale agenda kan eenzaam zijn.

¹ Kamerstukken II, 2011 – 2012, 30597, nr. 261

² de Jong Gierveld, J. (1984). *Eenzaamheid: Een meersporig onderzoek*. Deventer: Van Loghum Slaterus.

Eenzame mensen zijn ongezonder, zij hebben een grotere kans op depressie, suïcide en hartaandoeningen. Onderzoek toont ook aan de eenzaamheid de kans op vroegtijdig overlijden vergroot³. Mensen die eenzaam zijn, doen vaker een beroep⁴ op de gezondheidszorg.

Het voorkomen van eenzaamheid heeft naast het verbeteren van de kwaliteit van leven dus ook een financieel belang. We moeten ons er wel van bewust zijn dat niet alle vormen van eenzaamheid zijn te voorkomen: het verlies van een partner wordt niet ongedaan gemaakt.

(Ernstige) eenzaamheid⁵ komt bij alle leeftijdsgroepen voor met een gemiddelde voor de hele populatie van ca. 10%; een relatief zwaartepunt bij de zeer ouderen (veel mensen zijn weduwnaar/weduwe en hun sociaal netwerk is door overlijden van leeftijdgenoten ingekrompen). In absolute aantallen komt eenzaamheid het meest voor bij mensen tussen de 30 en 50 jaar (veel scheidingen, midlifecrisis)⁶. Ouderen met een fysieke beperking (14%) en mensen met een verstandelijke beperking (37%) voelen zich vaker ernstig eenzaam dat mensen zonder deze beperkingen⁷. 35 % van de Nederlanders geeft aan zich wel eens eenzaam te voelen. In de meeste gevallen is het tijdelijk of incidenteel; maar bij een deel van de mensen duurt het langer.

3. Wat gebeurt er al?

Eenzaamheid is een ervaring van mensen. Hier wil ik specifiek focussen op de vraag wat de omgeving kan doen. Mensen uit de buurt en lokale organisaties ondersteunen eenzame mensen. Een overheid kan slechts randvoorwaarden bieden.

Gemeenten hebben -op basis van de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo), maar ook de Wet publieke gezondheid (Wpg)- een belangrijke rol in de eenzaamheidsbestrijding. Veel gemeenten pakken dit actief op. Eenzaamheidsbestrijding staat op de beleidsagenda en maakt het bijvoorbeeld onderdeel uit van de opdracht aan het welzijnswerk

Ik heb laten onderzoeken⁸ hoe gemeenten deze taak oppakken en welke interventies bij eenzaamheid en sociale uitsluiting worden gebruikt. Er wordt geconcludeerd dat interventies het meest effectief zijn als de eenzame persoon zelf actief betrokken is. Verder wordt de samenwerking tussen organisaties gericht op het doorbreken van een sociaal isolement als een belangrijke voorwaarde gezien⁹. Movisie heeft in Beter in Meedoen¹⁰ een overzicht gemaakt van

³ Holwerda, T. J., Beekman, A. T. F., Deeg, D. J. H., Stek, M. L., van Tilburg, T. G., Visser, P. J. et al. (2012). Increased risk of mortality associated with social isolation in older men: Only when feeling lonely? Results from the Amsterdam Study of the Elderly (AMSTEL). *Psychological Medicine*, 42, 843-853. Luo, Y., Hawkey, L. C., Waite, L. J., & Cacioppo, J. T. (2012). Loneliness, health, and mortality in old age: A national longitudinal study. *Social Science & Medicine*, 74, 907-914.

⁴ Bij de verschillende bronnen wordt dit geconstateerd; de omvang is niet duidelijk.

⁵ Zie bijvoorbeeld: Theo van Tilburg & Jenny de Jong Gierveld (2007), *Zicht op eenzaamheid: Achtergronden, oorzaken en aanpak*. Assen: Van Gorcum

⁶ www.nationaalkompas.nl;

⁷ Deelname aan de samenleving van mensen met een beperking en ouderen; Rapportage participatiemonitor 2011 T. Meulenkamp, L. van der Hoek M. Cardol (Nivel, 2011)

⁸ Alwien Bogaart, Norbert Broenink; Rapportage samen sterk, DSP-groep, Amsterdam 2011

⁹ Het rapport wordt als bijlage bij deze brief meegestuurd, waarmee een eerdere toezegging gestand wordt gedaan.

eenzaamheidsinterventies en in kaart gebracht wat bekend is over de effectiviteit van deze interventies. Van een aantal goed onderbouwde methoden is een beschrijving gemaakt. Deze zijn te vinden op de openbaar toegankelijke online databank Effectieve Sociale Interventies.

Kenmerk
DMO/MDH-3137547

Maatschappelijk (vrijwilligers)organisaties zijn lokaal actief om eenzaamheid te bestrijden. Zonnebloem, Humanitas, Unie van Vrijwilligers, het Nederlands Rode Kruis, kerken, bedrijven en vrijwilligers hebben netwerken van bezoekers die bij eenzame mensen op bezoek gaan en met hen zoeken naar een passende invulling om de eenzaamheid te bestrijden.

Ik subsidieer de Coalitie Erbij¹¹ met als doel bij te dragen aan het doorbreken van het taboe rond eenzaamheid, het ontwikkelen van kennis over eenzaamheid, de effectiviteit van interventies en om op lokaal niveau samenwerking tussen de deelnemende organisaties te versterken. In september heeft deze Coalitie de jaarlijkse week van de eenzaamheid georganiseerd. Het initiatief in deze week om mensen uit te nodigen voor een maaltijd, de langste tafel van Nederland, heeft in september 2012 geleid tot tafels met een gezamenlijke lengte van meer dan 10 km!

Als eenzaamheid voortkomt uit het gebrek aan een sociaal netwerk, is het mogelijk contacten te bieden. Veel organisaties zijn al actief en mede gericht op ontmoeting. In veel plaatsen, bij veel welzijnsorganisaties kunnen mensen bij een wijktafel, opentafels, buurtrestaurants etc. tegen een kleine vergoeding *met elkaar* een goede maaltijd gebruiken. Buurtbewoners, vrijwilligers koken en bedienen. Er is een grote tevredenheid onder de deelnemers en de vrijwilligers. Het Leger des Heils exploiteert bijvoorbeeld "Bij Bosshardt". Hier is iedereen welkom voor een kop koffie, een luisterend oor, een gezellige maaltijd, activiteiten en doorverwijzing naar instanties. Iedere bezoeker kan zijn zoals hij is; de bezoekers en medewerkers kunnen elkaar ontmoeten en elkaar wegwijs maken. De werkwijze is door de Vrije Universiteit geëvalueerd en blijkt effectief. Maar het kan ook in minder georganiseerd verband. Er zijn websites waarop mensen kunnen aangeven dat zij (tegen een onkostenvergoeding) ook voor anderen willen koken en zo bijdragen aan het voorkomen van eenzaamheid. Onderling worden afspraken gemaakt over de praktische uitvoering.

Er zijn burgerinitiatieven waarbij mensen zelf het initiatief hebben genomen om te zorgen voor een grotere sociale samenhang en daarmee eenzaamheid te voorkomen. In het project Dorpshulp van de bewonerscommissie Haskerdijken/Nieuwebrug hebben senioren ideeën ontwikkeld rond de vraag: hoe kunnen senioren zo lang mogelijk zelfstandig blijven wonen? Het voorkomen van eenzaamheid speelt hierbij ook een rol. Dit heeft gerealiseerd in allerlei activiteiten. Douwe Egberts en het Oranjefonds organiseren jaarlijks de Burendag. Het motto voor 2012 was dat buurten leuker, socialer en veiliger worden als burens elkaar ontmoeten en zich samen inzetten voor hun buurt. *Op stap met oma* is een project waarbij jongeren met een oudere (zoals kleinkind en grootouder, maar ze hoeven geen familie te zijn) samen dingen gaan ontdekken. Dit project heeft in 2011 de Movisie Diversiteitsprijs gewonnen.

¹⁰ Het programma ondersteunt gemeenten, uitvoerende instellingen, professionals, burgers en cliënten bij de innovatie van het beleid en bij een kwalitatief betere uitvoering van de Wmo.

¹¹ Coalitie Erbij is een samenwerkingsverband van De Zonnebloem, Leger des Heils, Humanitas, Mezzo, MOgroep, Nationaal Ouderenfonds, Resto Van Harte, Sensor en 24 kleinere organisaties.

Vier het leven (een stichting die samenwerkt met gemeenten, bedrijfsleven en theaters) is werkzaam op het terrein van cultuur. Mensen die gewend waren met iemand geregeld naar een theater te gaan, kunnen als dat om de een of andere reden niet meer mogelijk is met een gelijkgezinde op pad gaan. Deze organisatie is actief in een groot aantal gemeenten met een landelijke coördinatie.

Kenmerk
DMO/MDH-3137547

Als eenzaamheid komt door tekortschietende persoonlijke eigenschappen dan is ontmoeting alleen niet voldoende. Mensen die geen vrienden kunnen maken, kan je wel bij andere mensen zetten, maar dan bloeit nog niets moois op. Er zijn organisaties die zich richten op het vergroten van vaardigheden van mensen. Het maatschappelijk werk biedt vaak cursussen sociale vaardigheden. Ook het Nederlandse Rode Kruis biedt cursussen aan ter vergroting van netwerken. Enerzijds bedoeld om ervoor te zorgen dat mensen aanspraak kunnen organiseren, maar ook ondersteuning indien dat nodig is. Ook leren mensen zelf iets voor anderen te doen om de wederkerigheid te bewaren. Er zijn vormen van (psycho)therapie waarbij mensen leren om te gaan met hun gevoelens van eenzaamheid. Deze methode wordt in Nederland niet veel toegepast¹².

In vrijwel alle gevallen zal een eenzame persoon zelf een stap moeten zetten. Als het niet kan bij familie of burens, zal het een stap zijn naar een van de hiervoor genoemde organisaties. YD/ is in Amsterdam een project rond eenzaamheid gestart, waarbij die stap wordt verkleind. Met onconventionele middelen gaan ontwerpers en kunstenaars de buurten in om mensen over eenzaamheid te laten nadenken en te stimuleren er wat aan te doen. Geleidelijk worden ook activiteiten in andere gemeenten uitgevoerd. De effectiviteit hiervan wordt onderzocht.

4. Kern van mijn aanpak

Uit al deze voorbeelden -en het zijn er veel meer- trek ik de conclusie dat er veel goede initiatieven en aanpakken zijn. Ik zie mijn rol als het stimuleren van gemeenten en maatschappelijke partijen, het uitwisselen van good practices en het delen van kennis.

Gemeenten

Allereerst is van belang dat gemeenten de problematiek goed in beeld hebben. Er ligt hier een overlap met de activiteiten van gemeenten op grond van de Wpg. Over de manier waarop gemeenten hier mee omgaan bent u per brief van 8 oktober 2012¹³ geïnformeerd.

Op basis van lokale epidemiologische gegevens adviseren GGD-en de gemeenten over het lokaal gezondheidsbeleid. De gegevens uit deze monitor worden betrokken bij de nota's gemeentelijk gezondheidsbeleid. Deze monitors verschijnen eens in de 4 jaar. In het najaar van 2012 zullen alle GGD-en de volwassenen en ouderenmonitor gaan uitvragen, eenzaamheid maakt onderdeel uit van deze vragenset. De cijfers komen in maart 2013 beschikbaar en vanaf dat moment kunnen gemeenten zich een preciezer beeld vormen van deze problematiek in hun gemeente en soms zelfs op wijkniveau. De jeugdmonitor is nog in ontwikkeling en daarbij is een van de aandachtspunten welke thema's

¹² Prof Th. van Tilburg, tijdens het Symposium in de Week van de Eenzaamheid 2012 (26-09-2012).

¹³ Kamerstukken II, 2012-2013, 32793 nr 62

landelijk uitgevraagd moeten worden. Hierbij zal ook eenzaamheid worden betrokken. De JGZ volgt de groei en ontwikkeling van jongeren van 0-19 jaar. Hierbij is naast fysieke gezondheid ook aandacht voor sociaal-emotionele gezondheidsaspecten. Sociaal-emotionele problemen kunnen een onderliggende oorzaak van eenzaamheid zijn. Wanneer eenzaamheid aan de orde blijkt te zijn wordt daar aandacht aan besteed.

Kenmerk
DMO/MDH-3137547

Met de uitkomsten van deze metingen kunnen gemeenten aan de slag om met zorg- en welzijnssector lokaal maatwerk te bieden.

Zorg- en welzijnssector

Veel gemeenten hebben -zoals al gezegd- afspraken gemaakt met de lokale partners om bij te dragen aan het verminderen van eenzaamheid. Vrijwilligers en de eerstelijnszorg hebben een rol in het signaleren van eenzaamheid, waarbij zeker ook gedacht moet worden aan mantelzorgers. Deze laatste vormen ook een risicogroep voor het ontwikkelen van eenzaamheidsgevoelens.

Recent heb ik u geïnformeerd hoe de werkplaatsen in het kader van de Wmo bijdragen aan het ontwikkelen van interventies ter bestrijding van eenzaamheid¹⁴. Gemeenten en de sector krijgen hiermee handvatten om eenzaamheid effectiever lokaal aan te pakken.

Voor de zorgsector vormen de roze ouderen een bijzondere groep. Ik heb bijgedragen aan het ontwikkelen van een webcommunity zodat ervaringen van zorgaanbieders en ouderen kunnen worden gedeeld. Verder draag ik bij aan de tolerantiescan, een kwaliteitskeur voor zorginstellingen waar roze ouderen wonen. Door deze activiteiten verwacht ik dat zorginstellingen eenzaamheid binnen deze groep effectief kunnen bestrijden en de ouderen hun netwerken weer kunnen vergroten.

Ook is er een initiatief van de Landelijke vereniging georganiseerde eerste lijn om ook in de eerstelijnsgezondheidszorg het bewustzijn rond eenzaamheid te vergroten.

Mijn inzet, vanuit een ander perspectief

Door instrumenten te ontwikkelen voor gemeenten en de welzijns- en zorgbranche, door interventies en goede voorbeelden uit het land te verzamelen en te verspreiden ondersteun ik de lokale inspanningen. In de meer voorwaardelijke sfeer draagt de Coalitie Erbij bij om eenzaamheid uit de taboesfeer te halen.

Ik wil de komende tijd een extra impuls geven aan de bestrijding en het voorkomen van eenzaamheid. Maar niet meer van hetzelfde. Ik wil dit doen vanuit een ander perspectief. Ik wil de eenzaamheid minder centraal stellen. Het uitgangspunt zou de vraag moeten zijn hoe we eenzame mensen in staat kunnen stellen meer uit het leven te halen (meer levensgeluk; zinvol leven; gebruik van eigen kracht). Hiermee blijf je weg van taboes en etiketten en kijk je naar de mogelijkheden van mensen. Dit wil ik koppelen aan de specifieke problematiek van mensen die eenzaam zijn omdat het hen ontbreekt aan de hiervoor nodige competenties. Veel interventies zijn gericht op ontmoeting, maar dat is voor deze mensen niet voldoende. Verder valt op dat veel genoemde activiteiten gericht lijken op ouderen, waar juist ook andere leeftijdsgroepen bereikt zouden moeten worden. Ik wil hierover samen - met maatschappelijke organisaties,

¹⁴ Kamerstukken, II. 2011-2012, 29538 nr 138

wetenschappers, vrijwilligers, kennisinstituten (waaronder Zon/MW, Movisie en Vilans die op het terrein van VWS werkzaam zijn), gemeenten en zorgverleners - voor de zomer 2013 een landelijk debat organiseren. Dit debat moet leiden tot intensievere samenwerking tussen alle actoren.

Kenmerk
DMO/MDH-3137547

Hoogachtend,
de staatssecretaris van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport,

mw. drs. M.L.L.E. Veldhuijzen van Zanten-Hyllner