



Wmo

Niemand staat alleen

Met de slogan 'Niemand staat alleen' daagt de Alkmaarse Coalitie tegen Eenzaamheid inwoners uit om naar elkaar om te zien. Er voor de ander zijn en ervaren dat anderen naar jou omkijken, maakt dat niemand er alleen voor staat.

Door naar elkaar om te kijken, kunnen we voorkomen dat mensen zich eenzaam voelen. Want als we naar de cijfers kijken, is het aantal Nederlanders dat zich eenzaam voelt groot. Juist in de Week Tegen Eenzaamheid (30 september tot en met 7 oktober) vinden er in Alkmaar veel activiteiten plaats die eenzaamheid tegen gaan.

Eenzaamheid

Meer dan een miljoen mensen in Nederland voelen zich erg eenzaam. Voor Alkmaar geldt dat 43% van de inwoners zich matig

tot (zeer) ernstig eenzaam voelt. De invloed van eenzaamheid is groot. Zeker als het langdurig aanhoudt, leidt eenzaamheid tot gezondheidsrisico's, minder mee kunnen doen in de samenleving en het gevoel van het tekortschieten van welzijn of geluk. Er kan een vicieuze cirkel ontstaan waarbij deze gevolgen het gevoel van eenzaamheid versterken. Een goede reden om op tijd te handelen!

Week tegen Eenzaamheid

In de Week tegen Eenzaamheid wordt door het hele land

extra aandacht aan het thema eenzaamheid besteed. In veel plaatsen zijn er speciale activiteiten waar mensen elkaar ontmoeten en nieuwe contacten kunnen leggen, ook in Alkmaar. Zie het voorbeeld van wijk- en buurtcentra van samen eten in het artikel op deze pagina. Maar kunt u zelf doen als u zich eenzaam voelt? U kunt bijvoorbeeld de stap naar een buurthuis zetten of contact leggen met burens die u nog niet kent. Ook kunt u de kaart 'Leuk dat ik je ken' gebruiken om vergeten en bestaande vriendschappen nieuw leven in te blazen. Deze liggen op verschillende plaatsen in Alkmaar, onder andere bij de buurt- en wijkcentra. Kijk verder wat u kunt doen op www.eentegeneenzaamheid.nl.



ZULLEN WE
WEER EENS:

-  Samen koffie drinken
-  Bioscoopje pikken
-  Winkelen
-  Kaartje leggen
- 

