

# Peiling – Eenzaamheid

Rapport – Burgerpanel Hilversum

# COLOFON

**Uitgave**

I&O Research  
Piet Heinkade 55  
1019 GM Amsterdam  
020 308 48 00  
[www.ioresearch.nl](http://www.ioresearch.nl)

**Rapportnummer**

2020/216

**Datum**

December 2020

**Opdrachtgever**

Gemeente Hilversum

**Auteurs:**

Davinia Wilson



# Introductie

## Aanleiding

De gemeente Hilversum wil graag inzicht in hoe inwoners zich voelen. Om een beeld te krijgen van de ervaren eenzaamheid in Hilversum, of en in welke mate deze Coronaperiode invloed heeft op eenzaamheid en hoe de gemeente inwoners die zich eenzaam voelen het beste kan helpen is deze peiling uitgevoerd.

## Methode

Voor het onderzoek is gebruikgemaakt van raadpleging van het Burgerpanel Hilversum. Het panel bestaat uit 1.809 panelleden. Dit zijn inwoners van de gemeente Hilversum die zich hebben aangemeld voor deelname aan online onderzoeken van de gemeente. De panelleden zijn via e-mail uitgenodigd om deel te nemen aan dit onderzoek. Er is één herinneringsmail gestuurd. De vragenlijst kon worden ingevuld van 2 tot en met 22 november 2020.

## Analyse

Op de data is een weging toegepast naar leeftijd en geslacht. Dit betekent dat de verhoudingen naar leeftijd en geslacht zijn teruggebracht naar de werkelijk bestaande verhoudingen in de bevolking van Hilversum. Groepen die ondervertegenwoordigd zijn, krijgen een groter gewicht, terwijl oververtegenwoordigde groepen een kleiner gewicht krijgen. Op deze manier zijn de resultaten representatief voor de gehele gemeente Hilversum, wat betreft deze achtergrondkenmerken.

Indien de percentages niet optellen tot 100 procent, is dit het gevolg van afrondingsverschillen.

## Respons

Voor dit onderzoek zijn alle 1.809 panelleden uitgenodigd. 825 leden hebben de vragenlijst ingevuld, dit is een respons van 49 procent. Dit is ruim voldoende om betrouwbare uitspraken te kunnen doen.

Ook Hilversummers die geen lid zijn van het panel konden meedoen aan het onderzoek. Via een open link naar de vragenlijst, die door de gemeente is verspreid, is de vragenlijst 119 keer ingevuld. In totaal hebben dus 944 mensen meegedaan aan het onderzoek

In de rapportage worden significante verschillen tussen leeftijdsgroepen beschreven. De groep respondenten jonger dan 35 jaar is relatief klein. Beschrijvingen van deze groep dienen dan ook voorzichtig te worden geïnterpreteerd.

In onderstaande tabel staat de respons uitgesplitst naar leeftijdsgroep.

*Tabel 1 respons naar leeftijdsgroep*

Leeftijdsgroep	Aantal	%
18 t/m 34 jaar *	36	4%
35 t/m 49 jaar	198	21%
50 t/m 64 jaar	338	36%
65 jaar en ouder	357	38%
Totaal	944	100%

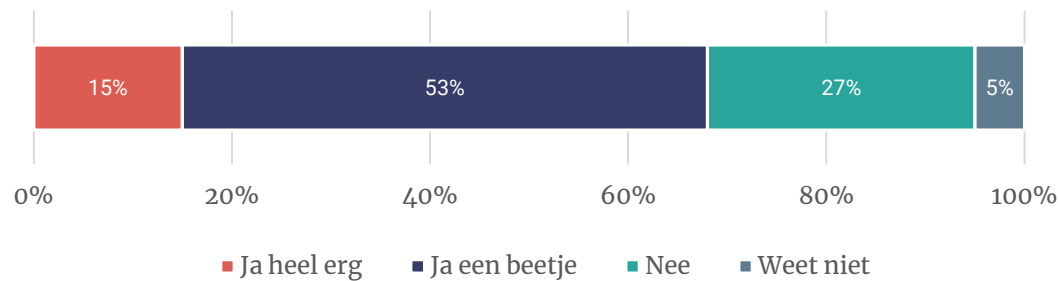
*\*Vanwege het beperkte aantal deelnemers zijn de resultaten van deze groep indicatief.*



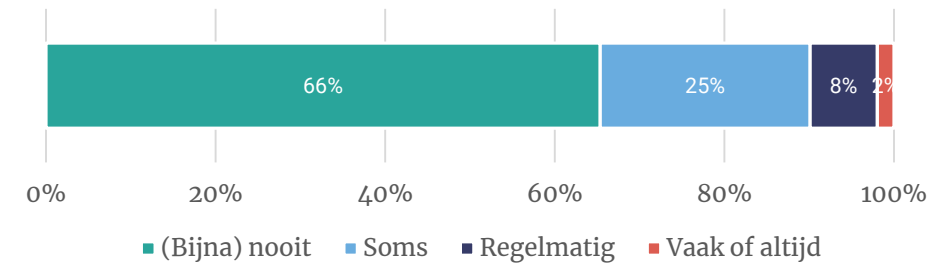
# Gevoel van eenzaamheid

- Twee op de drie inwoners geeft aan zich (bijna) nooit eenzaam te voelen. Een kwart voelt zich soms eenzaam, tien procent ervaart vaker gevoelens van eenzaamheid.
- Uitgesplitst naar leeftijdsgroepen valt op dat met name jongere inwoners (jonger dan 35 jaar) zich vaker eenzaam voelen: ruim de helft (54%) voelt zich regelmatig of vaak eenzaam.
- De meerderheid van de inwoners (68%) vindt dat er een taboe rust op het onderwerp eenzaamheid, volgens 15 procent is dit zelfs een groot taboe. Onder jongere inwoners is dit aandeel groter: 30 procent geeft aan dat op het onderwerp een groot taboe rust.

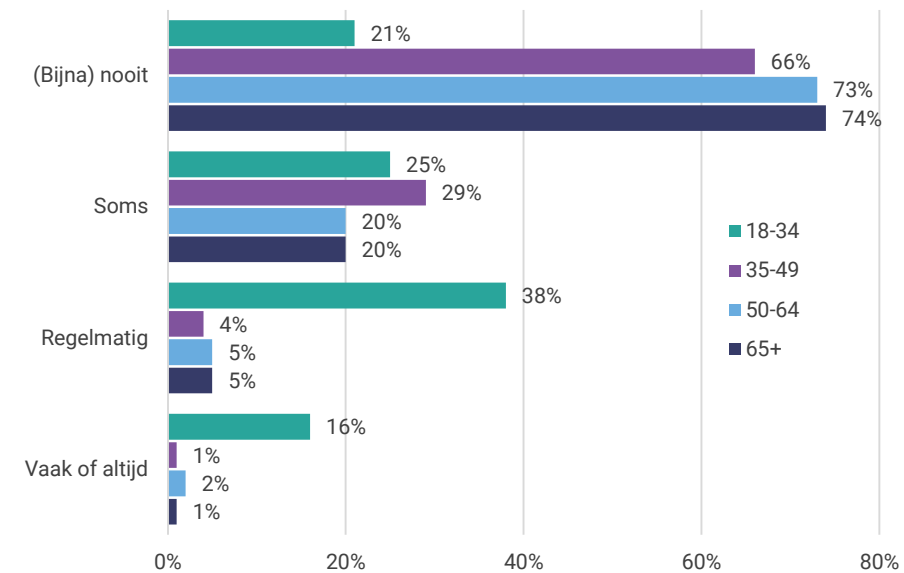
**Figuur 3: Vindt u dat er een taboe rust op het onderwerp eenzaamheid? N=944**



**Figuur 1: Voelt u zich wel eens eenzaam? N=944**



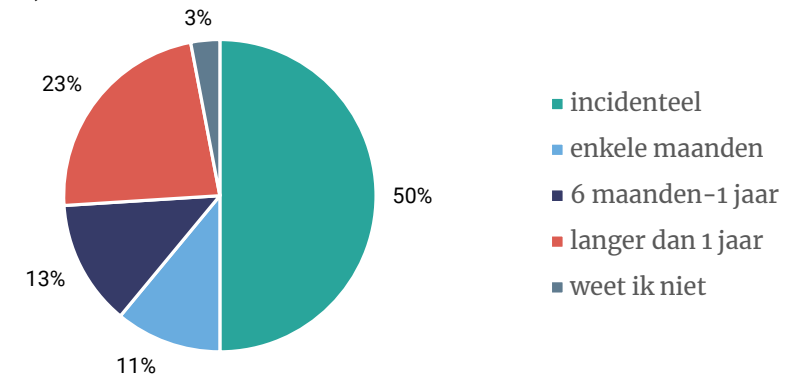
**Figuur 2: Eenzaamheid naar leeftijdsgroep. Nmin=36**



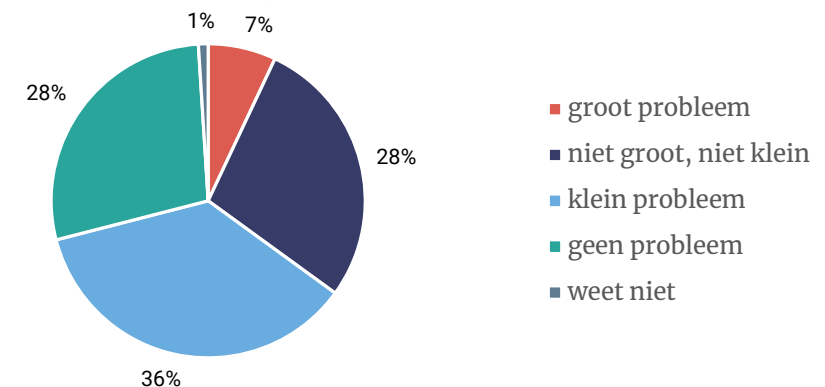
# Eenzaamheid als probleem

- De helft van de inwoners die zich wel eens eenzaam voelen ervaart deze eenzaamheid als incidenteel. Een kwart voelt zich sinds enkele maanden tot een jaar eenzaam en nog eens een kwart ervaart deze eenzaamheid al langer dan een jaar.
- Onder inwoners jonger dan 35 jaar is het aandeel dat gevoelens van eenzaamheid sinds zes maanden tot een jaar ervaart groter (30%) dan onder inwoners ouder dan 35 jaar.
- Inwoners die zich wel eens eenzaam voelen zien deze eenzaamheid in het algemeen niet als een groot probleem: het merendeel ziet de eenzaamheid die zij ervaren als geen of een klein probleem.
- Jongere inwoners (18-34 jaar) ervaren eenzaamheid vaker als een groter probleem (61% groot of niet groot/niet klein).

**Figuur 4: Hoe lang voelt u zich al eenzaam? N=284 (basis: inwoners die zich wel eens eenzaam voelen)**



**Figuur 5: In welke mate ervaart u eenzaamheid als een probleem? N=284 (basis: inwoners die zich wel eens eenzaam voelen)**



# Oorzaak van eenzaamheid

- Aan inwoners die wel eens eenzaam zijn is gevraagd wat volgens hen de oorzaak is van deze gevoelens van eenzaamheid. De huidige coronacrisis en de maatregelen die daarmee gemoeid zijn worden vaak genoemd als oorzaak. Ook het gemis van een partner of verlies van een dierbare wordt als oorzaak genoemd. Een aantal inwoners geeft aan moeite te hebben met het maken of onderhouden van sociale contacten, soms worden zij daarin beperkt door een lichamelijke of geestelijke beperking. Anderen geven aan niet (meer) te werken en daardoor minder sociale contacten te hebben. In het kader hiernaast is een selectie van de gegeven antwoorden weergegeven.

*“Met pensioen gegaan in coronatijd, nu geen mogelijkheden tot nieuwe contacten.”*

*“Vooral de afwezigheid van een levenspartner, maar ook het gebrek aan mogelijkheden om sociale contacten te leggen en onderhouden.”*

*“Ik ben al lang alleen. Dat is mijn gekozen leven maar dat betekent ook dat ik feedback van anderen moet organiseren. Dat lukt meestal wel, maar het spreekt niet vanzelf.”*

*“Arbeidsongeschikt zijn en daardoor geen deel meer uit maken van een groep die iets bijdraagt aan een proces.”*

*“Afgelopen maanden door de strenge corona maatregelen dat ik nu mijn vrienden bijna niet meer zie en veel thuis zit.”*

*“Vrienden en familie wonen ver weg en dierbaren zijn overleden.”*

*“Niet goed instaat vriendschap te sluiten door autisme.”*

*“Het overlijden van mijn partner.”*

*“Weinig mensen met dezelfde interesses in mijn omgeving (gelukkig wel een partner).”*

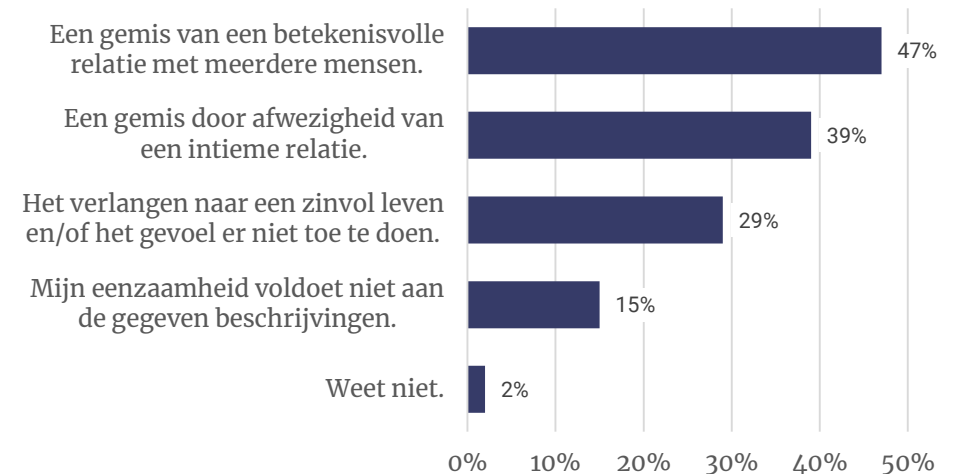
*“Corona, moeilijk aansluiting voor jongvolwassenen, helemaal nu de kroeg dicht is.”*



# Relaties met andere mensen (1)

- Bijna de helft van de inwoners die zich wel eens eenzaam voelen herkent het gemis van een betekenisvolle relatie met meerdere mensen. Het gaat hierbij om mensen in de eigen omgeving en/of groepen waar men deel van uitmaakt, zoals kennissen, collega's, buurtgenoten, vriendengroepen of mensen met dezelfde belangstelling. Onder jongeren (jonger dan 35 jaar) herkent 63% zich in deze stelling.
- Een gemis door afwezigheid van een intieme relatie wordt herkend door twee op de vijf. Hierbij gaat het om personen met wie men een diepere emotionele band heeft, zoals een partnerrelatie of een hechte band met een familielid of hartsvriend(in).
- Het verlangen naar een zinvol leven of het gevoel er niet toe te doen wordt herkend door dertig procent van de inwoners die wel eens eenzaam zijn. Onder inwoners jonger dan 35 jaar herkent 45 procent zich in dit gevoel.

**Figuur 6: In welke van de volgende beschrijvingen over eenzaamheid en gevoelens en gedachtes die hiermee kunnen samenhangen herkent u zich? *Meerdere antwoorden mogelijk***  
N=284 (basis: inwoners die zich wel eens eenzaam voelen)



# Relaties met andere mensen (2)

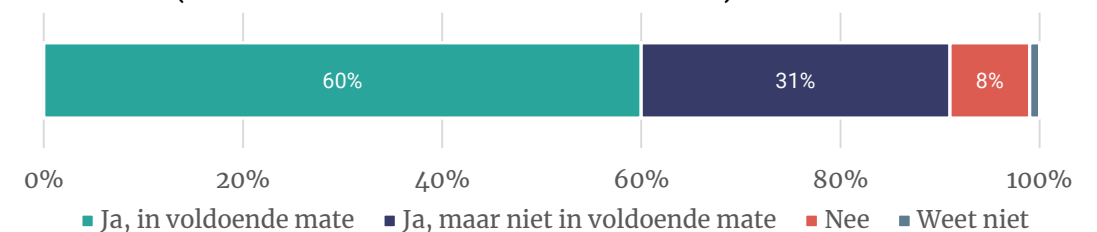
- Eén op de drie inwoners die zich wel eens eenzaam voelen geeft aan dat er mensen in hun omgeving zijn die van deze eenzaamheid afweten en regelmatig vragen hoe het gaat. Volgens een kwart is hun ervaren eenzaamheid niet bekend bij anderen maar wordt hen wel regelmatig gevraagd hoe het met ze gaat. Van één op de vijf is het bij anderen onbekend dat zij zich eenzaam voelen en wordt er ook niet naar gevraagd. Zeventien procent geeft aan dat er wel degelijk mensen zijn die weten dat zij zich eenzaam voelen maar er desalniettemin niet naar wordt gevraagd.
- Zestig procent heeft, ondanks gevoelens van eenzaamheid, voldoende mensen om zich heen waar zij steun aan hebben. Drie op de tien heeft deze mensen wel om zich heen maar in onvoldoende mate en acht procent heeft geen mensen waar zij op kunnen steunen.
- Twintig procent van de inwoners die wel eens eenzaam zijn, voelen zich verbonden met de mensen in de buurt. 45 procent geeft aan zich een beetje verbonden te voelen en een derde voelt zich niet verbonden met buurtgenoten. Van de jongere inwoners voelt twee derde zich niet verbonden met de mensen in de buurt.

**Figuur 7: Weten andere mensen dat u zich (wel eens) eenzaam voelt en zijn er mensen die bij u navragen hoe het met u gaat?**

**N=284 (basis: inwoners die zich wel eens eenzaam voelen)**



**Figuur 8: Heeft u mensen op wie u kunt steunen en waar u een betekenisvolle relatie mee heeft? N=284 (basis: inwoners die zich wel eens eenzaam voelen)**





# Momenten van verminderde eenzaamheid

- Aan inwoners die wel eens eenzaam zijn is gevraagd of er activiteiten of momenten zijn waarop zij zich minder eenzaam voelen. Inwoners geven aan minder eenzame gevoelens te hebben op momenten dat zij contact hebben met anderen: tijdens werk of sport en bij bezoek aan of van familie of vrienden. Ook 's zomers, als er meer mensen buiten zijn, voelen inwoners zich minder eenzaam. Het doen van vrijwilligerswerk of op een andere manier het gevoel hebben nuttig en zinvol bezig te zijn helpt ook tegen eenzaamheid. Tenslotte geeft een aantal inwoners aan zich minder eenzaam te voelen als zij wandelen, bezig zijn met hobby's of andere activiteiten waar zij plezier in hebben, ook als zij dit alleen doen.

*“Ben vrijwilligerswerk gaan doen. Dat geeft het gevoel iets bij te dragen.”*

*“Als de huishulp komt kan ik even praten. Ze is lief en maakt tijd tussen het werk door om even te luisteren en met me te praten. Ze is er 2,20 uur per week, dus heeft niet altijd lang tijd.”*

*“'s Zomers als er meer mensen buiten zijn, als je in de voortuin werkt komen en spelen er kinderen langs.”*

*“Met sporten en samen musiceren.”*

*“Wandelen in de omgeving maar dan wel alleen.”*

*“Als ik bezig ben met bijv. werk of andere afleiding heb.”*

*“Meer dan genoeg van die momenten. Wanneer ik dingen doe die ik zinvol vind, die mij nieuwe dingen laten ontdekken, contacten thuis met mij partner, met kinderen, wanneer ik creatief en productief bezig ben, maar ook wanneer ik alleen ben en van de rust geniet, genoeg aan mezelf heb.”*

*“Als ik in gezelschap ben met familie en bekenden.”*

*“Als ik me kunstzinnig of educatief bezig houd in mijn alleen zijn.”*

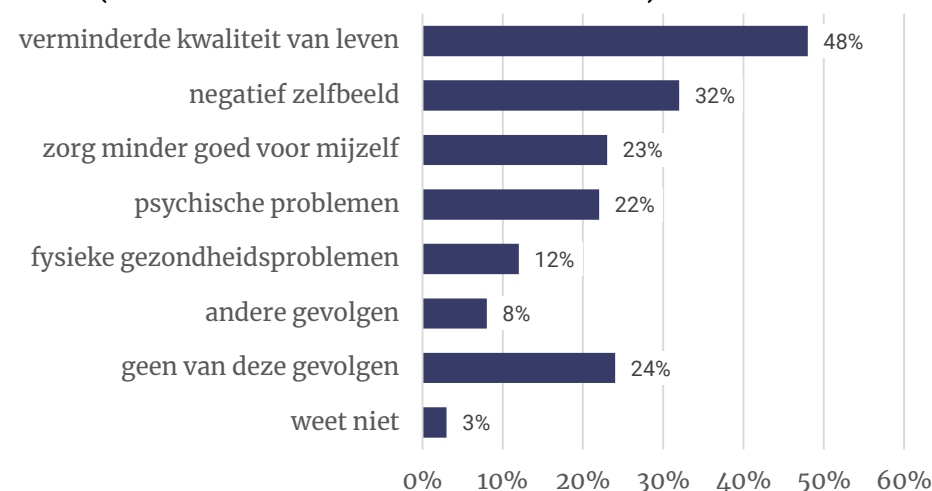
*“Hobbyclubjes, wandelen met de hond en bij het lezen van een heel goed boek.”*



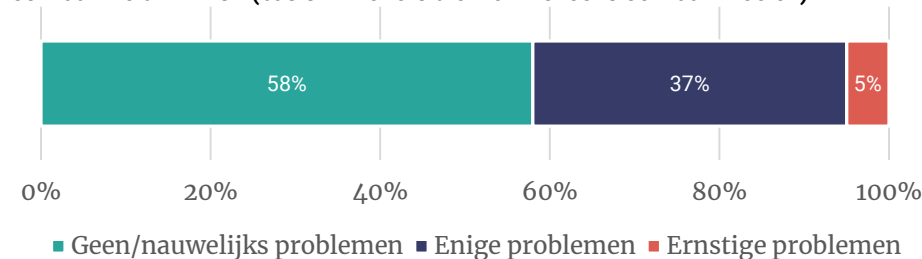
# Gevolgen van eenzaamheid

- Voor bijna de helft van de inwoners die wel eens eenzaam zijn, zorgt het gevoel van eenzaamheid ervoor dat zij ervaren dat de kwaliteit van hun leven is verminderd. Eén op de drie geeft aan dat hun zelfbeeld in negatieve zin is veranderd als gevolg van hun eenzaamheid en ruim een vijfde zorgt minder goed voor zichzelf of ervaart psychische problemen. Fysieke gezondheidsproblemen als gevolg van eenzaamheid komt bij 12 procent van de inwoners voor.
- Inwoners jonger dan 35 jaar ervaren vaker de genoemde gevolgen als gevolg van eenzaamheid dan oudere inwoners.
- Andere gevolgen die inwoners noemen als gevolg van eenzaamheid zijn een gevoelens van verdriet of neerslachtigheid en het steeds moeilijker vinden om contact te zoeken met anderen.
- Voor bijna 60 procent van de inwoners die wel eens eenzaam zijn ervaart geen of nauwelijks problemen in hun dagelijkse functioneren vals gevolg van deze eenzaamheid. Ruim een derde geeft aan enige problemen in hun dagelijkse functioneren te ervaren en voor vijf procent zorgt eenzaamheid voor ernstige problemen. Onder jongere inwoners (<35 jaar) is dat 18 procent.

**Figuur 9: Kunt u aangeven welke gevolgen u persoonlijk ervaart als gevolg van eenzaamheid op dit moment? Meerdere antwoorden mogelijk**  
N=284 (basis: inwoners die zich wel eens eenzaam voelen)



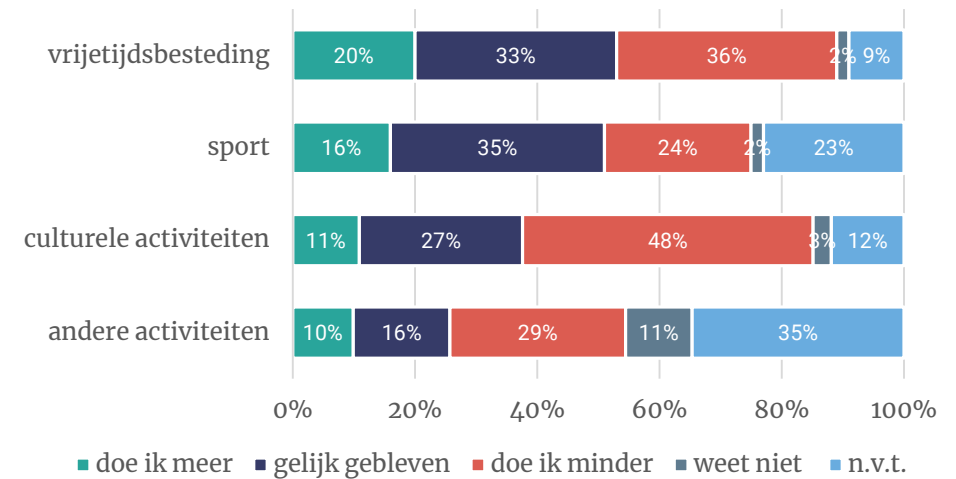
**Figuur 10: In welke mate ervaart u problemen in uw dagelijkse functioneren als gevolg van eenzaamheid? N=284 (basis: inwoners die zich wel eens eenzaam voelen)**



# Gevolgen van eenzaamheid

- Eenzaamheid kan gevolgen hebben voor deelname aan bepaalde activiteiten. De grootste toename van deelname aan activiteiten is zichtbaar bij vrijetijdsbesteding: één op de vijf inwoners die wel eens eenzaam zijn geeft aan meer tijd te besteden aan activiteiten als hobby's, recreatie buiten (in park of natuur), cursussen of activiteiten bij verenigingen.
- Met name culturele activiteiten worden minder gedaan: bijna de helft van de inwoners zegt dat ze dit minder zijn gaan doen als gevolg van eenzaamheid.
- Inwoners jonger dan 35 jaar geven vaker aan minder te sporten of aan culturele activiteiten deel te nemen als gevolg van eenzaamheid dan oudere inwoners.
- *Hoewel in het onderzoek specifiek is gevraagd wat de het gevolg van eenzaamheid is voor deelname aan de genoemde activiteiten, is het aannemelijk dat ook Corona een grote invloed heeft op de mate waarin inwoners deze meer of minder zijn gaan doen.*

Figuur 11: Wilt u van de volgende activiteiten aangeven of u deze, als gevolg van eenzaamheid, meer of minder bent gaan doen?  
N=284 (basis: inwoners die zich wel eens eenzaam voelen)



# Eenzaamheid verminderen

- Aan inwoners die wel eens eenzaam zijn is gevraagd of er dingen zijn die zij zelf doen (of proberen) om hun gevoel van eenzaamheid te verminderen. Om eenzaamheid tegen te gaan geven inwoners met name aan dat zij zoveel mogelijk proberen bezig te blijven en afleiding te zoeken, bijvoorbeeld door hobby's op te pakken, te lezen of klusjes in en om het huis op te pakken. Anderen gaan er bewust op uit, al is dat soms moeilijk, en zorgen voor voldoende beweging in de buitenlucht door te wandelen of te fietsen of gaan meer sporten. Ook zoeken inwoners actief contact met anderen: indien mogelijk door op bezoek te gaan maar in ieder geval door berichtjes te sturen via WhatsApp of te (video)bellen met vrienden en familie. Tenslotte noemt een aantal inwoners dat zij met hun gevoelens van eenzaamheid proberen om te gaan en de situatie accepteren (door bijvoorbeeld meditatie) in plaats van het te bestrijden.
- Volgens het merendeel van de inwoners die zelf dingen doet om het gevoel van eenzaamheid te verminderen heeft dat ook effect, al werkt het volgens de helft van de inwoners slechts een beetje of is het effect tijdelijk. Acht procent geeft aan dat hun eigen acties niet effectief zijn tegen het gevoel van eenzaamheid.

*“Zoveel mogelijk naar buiten voor een wandeling.”*

*“Af en toe videobellen of bij maximaal 1 vriend op bezoek gaan. Meer rust in het alleen zijn proberen te vinden d.m.v. bijvoorbeeld meer lezen en muziek luisteren.”*

*“Toch actief de cyclus van inactiviteit te doorbreken. Toch de deur uit, toch met iemand in de kerk een gesprek aanknopen.”*

*“Ja, verstillen/mediteren/bewust ademen. Eenzaamheid is af en toe een gevoel wat voortkomt uit een ander gevoel.”*

*“Afleiding zoeken in activiteiten als lezen en creatieve hobby's. Met mijn partner erover praten.”*

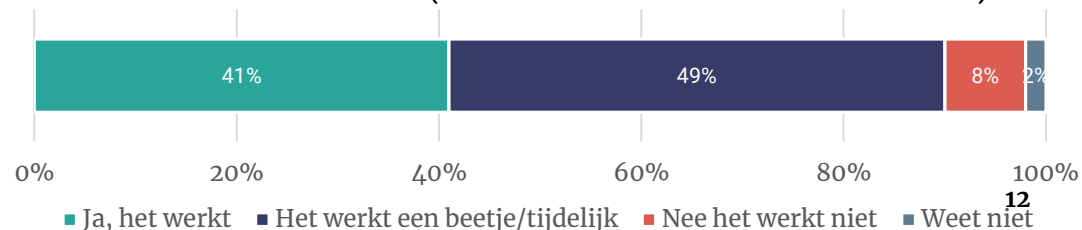
*“In huis dingen doen, de berging opruimen, koffie zetten, kranten lezen, enz.”*

*“Sport in combi met mentale coaching.”*

*“Ik vraag aan vrienden op WhatsApp hoe het met hun gaat.”*

*“Nu ik er wat meer bewust van ben spreek ik wat vaker af of bel met mensen. Verder probeer ik te rusten in Het Zijn. Aanvaarden van Wat Is..”*

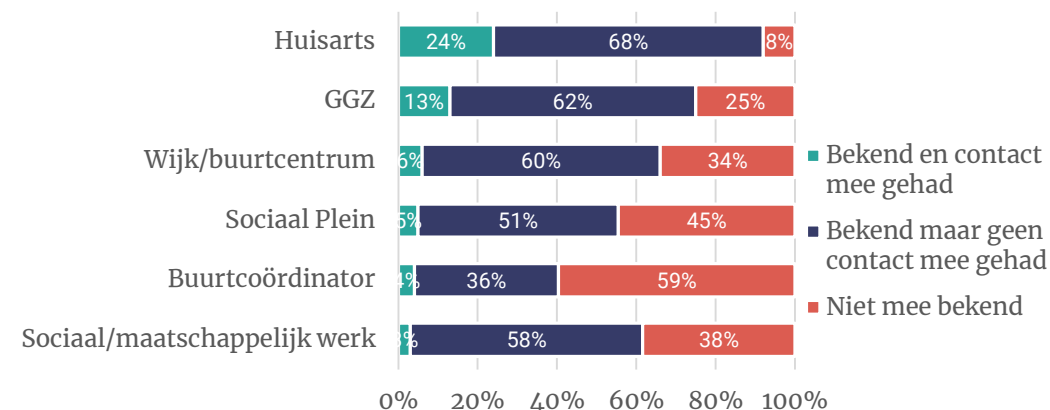
Figuur 12: Heeft u de indruk dat de acties of methodes die u toepast helpen om uw gevoelens van eenzaamheid te verminderen? N=284 (basis: inwoners die zich wel eens eenzaam voelen)



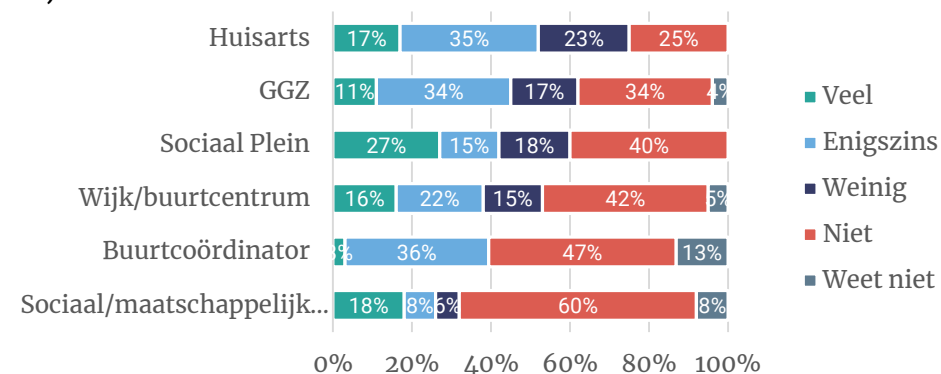
# Hulp bij eenzaamheid

- Er zijn verschillende organisaties waar inwoners van Hilversum terecht kunnen voor hulp als zij bijvoorbeeld eenzaamheid ervaren. Het meest bekend is de huisarts: bijna alle inwoners die wel eens eenzaam zijn weten dat zij daar terecht kunnen en een kwart heeft daadwerkelijk contact met de huisarts gehad. De GGZ is bij driekwart van de inwoners bekend, 13 procent heeft de GGZ benaderd voor hulp. Onder jongere inwoners (<35 jaar) heeft 25 procent hulp gezocht bij de GGZ
- De welzijnsorganisatie Versa Welzijn is bij twee op de drie inwoners bekend via het wijkcentrum of buurtcentrum en via sociaal of maatschappelijk werk. Ruim de helft weet dat zij hulp kunnen krijgen bij het Sociaal Plein van de gemeente Hilversum en de buurtcoördinator is voor 40 procent bekend als hulpverlener. Het aandeel inwoners dat deze organisaties hebben benaderd voor hulp is, vergeleken met de huisarts en de GGZ, klein.
- Inwoners die contact hebben gehad met de huisarts of de GGZ hebben het meeste aan deze hulp gehad. Via sociaal /maatschappelijk werk voelt een relatief groot deel van degenen die contact hebben gehad zich niet geholpen. De percentages in figuur 13 zijn gebaseerd op kleine aantal en moeten daarom voorzichtig worden geïnterpreteerd.

**Figuur 13: Wist u dat u bij onderstaande organisaties terecht kunt als u eenzaamheid ervaart? N=284 (basis: inwoners die zich wel eens eenzaam voelen)**



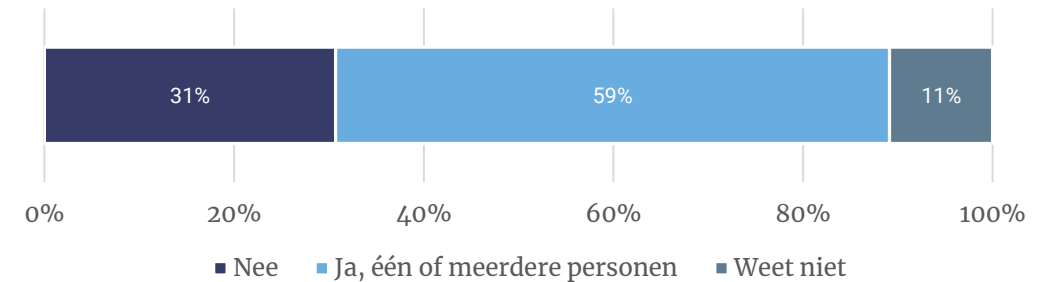
**Figuur 14: In welke mate heeft contact met (organisatie) u geholpen met uw eenzaamheidsgevoelens? Nmin=11 (basis: inwoners die met organisatie contact hebben gehad)**



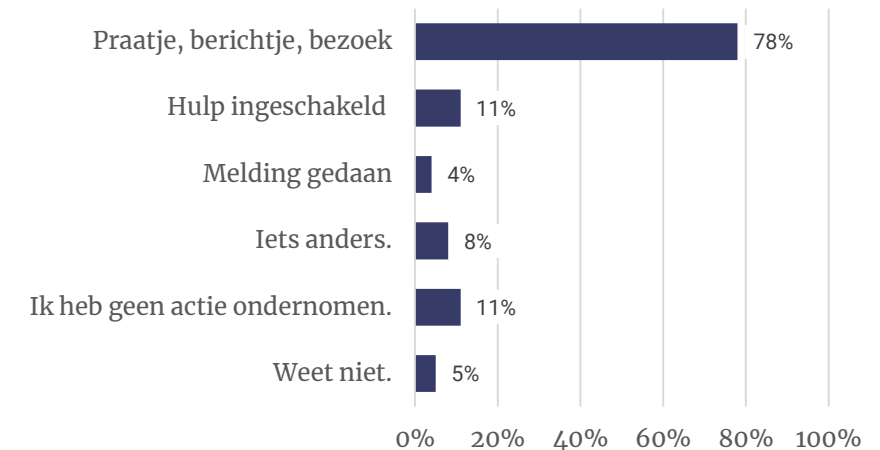
# Hulp aan anderen

- Zes op de tien inwoners van Hilversum denkt één of meerdere personen in hun omgeving (familie, vrienden, buurtgenoten of kennissen) waarvan zij denken dat zij eenzaam zijn. Onder jongere inwoners (<35 jaar) kent driekwart wel iemand die eenzaam is.
- De meeste inwoners die het vermoeden hebben dat een bekende van hen eenzaam is heeft wel eens actie ondernomen om deze persoon/personen te helpen. Dit deed men vooral door het maken van een praatje, sturen van een berichtje of het bezoeken van de persoon/personen in kwestie. Een kleiner aandeel heeft wel eens hulp ingeschakeld van andere vrienden, familieleden of bekenden (11%) of een melding gedaan bij een wijkcentrum, sociaal plein of andere instanties (4%).
- Andere acties die inwoners ondernomen hebben zijn onder meer het bieden van praktische hulp zoals het doen van boodschappen of andere klusjes, de persoon in kwestie uitnodigen of er af en toe samen op uitgaan.

**Figuur 15: Kent u anderen in uw naaste omgeving waarvan u denkt dat ze eenzaam zijn? N=944**



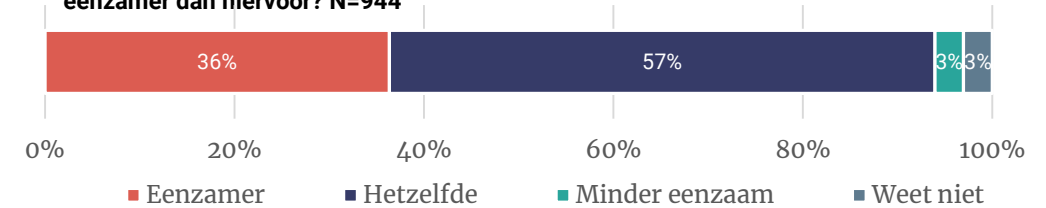
**Figuur 16: Heeft u wel eens actie ondernomen om deze persoon/personen te helpen? N=629 (basis: inwoners die iemand kennen die eenzaam kan zijn of dit niet zeker weten)**



# De invloed van Corona

- Sinds begin maart van dit jaar hebben we in Nederland te maken met het Coronavirus en de maatregelen die worden getroffen om verspreiding hiervan zoveel mogelijk te beperken. Voor het merendeel van de inwoners (57%) heeft de Coronacrisis geen invloed op hun beleving van eenzaamheid, zij voelen zich hetzelfde als voor Corona. Ruim één op de drie inwoners geeft echter aan zich in deze periode van Corona eenzamer te voelen dan ervoor. Onder inwoners jonger dan 35 jaar is dit 62 procent.
- De belangrijkste redenen voor het grotere gevoel van eenzaamheid in deze periode van Corona zijn de beperkte mogelijkheden tot sociaal contact, het wegvallen van activiteiten, het thuis werken en gebrek aan fysiek contact en spontane ontmoetingen.
- Eén op de vijf inwoners heeft eventueel interesse om mee te doen aan activiteiten die een bijdrage leveren aan de maatschappij en zin aan het leven geven (zoals vrijwilligerswerk, buurtactiviteiten opzetten etc.). Voor twee derde van de inwoners is dit niet nodig.

Figuur 17: Voelt u zich in deze periode van Corona en de bijbehorende maatregelen eenzamer dan hiervoor? N=944



- “Gebrek aan fysiek contact, ontmoeten van nieuwe mensen en spontaniteit (in reizen en horeca bezoeken bijvoorbeeld).”
- “Ik moet geheel thuis werken. Je mag/kunt bijna nergens spontaan met andere mensen in contact komen (bijv. bij wegbrengen van kinderen op school moet je z.s.m. weer wegwezen).”
- “Moeilijk om vrienden en familie in het buitenland te zien, onzekerheid over reisadviezen, quarantaine etc.”
- “Hoewel ik me niet eenzaam zou willen noemen, mis ik wel de sociale contacten, zowel in werk als privé. Plus gemis van leuke dingen om te doen (waarbij je ook vaak weer anderen ontmoet).”
- “Activiteiten die me minder eenzaam maakten als cafébezoek, muziek en theater zijn niet of beperkt mogelijk.”
- “Mijn vrijwilligerswerk (zingen voor bejaarden) ligt stil. Er is minder te doen op het gebied van evenementen en dergelijke. De horeca is dicht.”



# Tenslotte

Aan het einde van de vragenlijst is aan de inwoners gevraagd of zij ideeën of suggesties hebben hoe de gemeente en andere instanties en organisaties in Hilversum het probleem van eenzaamheid zouden kunnen aanpakken. Hieronder is een selectie van de gegeven suggesties en ideeën weergegeven.

*“Activering van de buurt ondersteunen en versterken. En dan in ondersteunende en niet-leidende zin. Niet de buurtcoördinator die het allemaal even gaat regelen en vertelt hoe het moet, maar die de bewoners op de achtergrond ondersteunt en signalen aanreikt. Meedenkt, maar bewoners zelf laat doen. Daarmee versterk je de relatie tussen bewoners.”*

*“Ik heb nu de zorg voor mijn ouders van 90. Sinds maart zien zij de thuiszorg, dokter en mij. Gelukkig is er iemand van de zonnebloem die zo nu en dan belt. Daar is mijn moeder al zoo blij mee. Een klein beetje aandacht, dat je het gevoel hebt dat je er nog toe doet is al geweldig!”*

*“Vooral ook proberen het probleem vaker te adresseren en suggesties doen voor hoe je andere (in je buurt) zou kunnen helpen. Ik denk dat vooral meer oog hebben voor mensen in je wijk al snel kan bijdragen aan een betere situatie.”*

*“Versa Welzijn zou beter kunnen communiceren met organisaties zoals de Zonnebloem en Humanitas. En niet proberen zelf wéér het wiel uit te vinden.”*

*“Media campagne en folders. Meeste mensen zijn eenzaam achter de gesloten deur en kunnen zo heel sociaal overkomen. De landelijke campagne is al super!”*

*“Het niet zo benoemen. Ik zou wel naar een gezellige avond gaan met mensen met dezelfde interesses, niet naar een avond voor eenzame mensen.”*

*“Specifiek meldpunt om het in kaart te brengen en natuurlijk de informatie bekend via buurtcoaches, vaste groep mensen erop zetten die af en toe langs gaat voor kopje thee, af en toe i.s.m. bloemenwinkel bloemetjes langsbrengen, of kleine attenties door schoolkinderen gemaakt, opzetten ontbijtservice (net op Hart van Nederland gezien).”*

*“Volgens mij doet de gemeente al veel. Zoals het bezoek aan 70-jarigen. Misschien zou de Gemeente wat vaker publicaties/nieuwsbrieven kunnen rondsturen over wat er in Hilversum allemaal voor activiteiten zijn, waar je ook in je eentje van harte welkom bent.”*

*“Weet niet in hoeverre dat al gebeurt; maar in contacten met burgers zelf naar dit onderwerp vragen. Bij loket burgerzaken, aan de telefoon, via GAD, etc. etc. Wellicht dat mensen die eenzaamheid ervaren zo naar voren komen en doorverwezen kunnen worden.”*





# Peiling – Eenzaamheid

## **I&O Research Enschede**

---

Zuiderval 70  
Postbus 563  
7500 AN Enschede  
T (053) 200 52 00  
E [info@ioresearch.nl](mailto:info@ioresearch.nl)  
KvK-nummer 08198802

## **I&O Research Amsterdam**

---

Piet Heinkade 55  
1019 GM Amsterdam  
T (020) 308 48 00  
E [info@ioresearch.nl](mailto:info@ioresearch.nl)