

## ***Nieuwe initiatieven ontplooiën***

Een prachtige najaarsweek met hoge temperaturen kregen we als een waardevol kado aan het einde van de zomer.

Volop genieten voor iedereen. Wie kon fietsen, maakte wel een rondje op de fiets en voor mij persoonlijk is dat een rondje op mijn scootmobiel. Ook dat is genieten. Heerlijk buiten zijn en genieten van de mooie natuur.

De scootmobiel is een veel gezien voertuig in Ridderkerk. Volgens onze wethouder Dokter mag niemand in Ridderkerk tussen wal en schip vallen. Dat is een mooie uitdaging binnen het kader van de mogelijkheden in Ridderkerk.

Het was ook de week tegen de eenzaamheid. Deze week wordt gehouden van 22 september – 1 oktober. Ook eenzaamheid bestaat volop in ons rijke Nederland. Welvaart is nog geen welzijn. Eenzaamheid is soms niet ver weg, maar misschien wel naast uw voordeur. Zo blijkt dat ongeveer 30% van de Nederlanders, dat wil zeggen 3,5 miljoen op een totaal van ruim 12 miljoen volwassenen, is eenzaam. Van deze eenzamen is ongeveer 20% matig eenzaam en 10% sterk eenzaam.

Eenzaamheid is een groot en onzichtbaar maatschappelijk probleem. Het komt voor in alle lagen van de bevolking, onder jong en oud, bij gezonden en zieken. Eenzaamheid is niet alleen een vervelend gevoel, maar leidt ook vaak tot lichamelijke klachten. Mensen vinden het vaak moeilijk om er voor uit te komen dat ze eenzaam zijn. Kleine initiatieven vormen soms het verschil.

Eenzaamheid kan vergaande gevolgen hebben en is daarom een onderwerp dat iedereen aangaat. Het bespreekbaar maken van eenzaamheid is een eerste stap op weg naar verandering. Als eenzaamheid uit de taboesfeer komt, is dat een goede stap op weg naar verbetering.

De SWOR houdt zich bezig, met zaken die de ouderen betreffen. Afgelopen week werd de telefooncirkel geopend op initiatief van de SWOR. Iedere morgen rond 9 uur bellen mensen elkaar op voor een praatje en zo komt de cirkel op gang. Iedere dag even contact hebben is van groot belang. Een menselijke stem die het contact vormt met de buitenwereld. Een prachtig initiatief, waar vele mensen zich bij aan kunnen sluiten.

Vroeger hadden wij thuis een groenteboer, een melkboer en een bakker dagelijks aan de deur. De kaasboer en de olieboer kwamen dan nog 1 keer per week. Ook dat waren waardevolle contacten, die zeker bij oudere

mensen, de eenzaamheid verminderden. Alle bezorgers die nu aan de deur komen, hebben haast om alle pakjes bezorgd te krijgen, waar 's morgens hun auto mee is volgeladen. Wie heeft er nog tijd voor een praatje aan de deur?

Nu er overal op de gezondheidszorg wordt gekort, zullen eigen initiatieven nodig zijn. Het betekent soms zelf de kar trekken of vrij vertaald een rolstoel door de natuur duwen, waar een medemens gelukkig van wordt. Als we allemaal oog hebben, voor een medemens, ziet de wereld er zeker mooier uit. Een goede buur is beter dan een verre vriend. Kleine initiatieven kunnen het verschil maken. Een etentje organiseren. Je kunt het etentje zelf maken of met elkaar naar het seniorenrestaurant gaan. Voor een schappelijke prijs kan hier een maaltijd worden gebruikt.

Een omslag in het denkpatroon kan het verschil maken tussen eenzaam of niet eenzaam zijn. Alleen of eenzaam zijn, het kan iedereen overkomen. Laten we met elkaar mooie initiatieven ontplooiën. Doet u mee?

Elly Mans-Los

Gemeenteraadslid voor Leefbaar Ridderkerk