



EENZAAMHEID Vrienden en familie gaan op vakantie, ouderenactiviteiten liggen stil

Veel ouderen alleen in zomer

Als tijdens de zomervakantie Nederland leegloopt grijpt de eenzaamheid veel achterblijvers naar de keel. Vooral ouderen.

door **Koos van Wees**

Barbecue-eenzaamheid.' Het is een niet bestaand woord, dat directeur van het Nationaal Ouderenfonds Jan Romme

gebruikt voor eenzaamheid onder ouderen gedurende de zomermaanden. „Je kunt er de klok op gelijkzetten: zodra de barbecue aangaat, zie je de telefoontjes naar onze ouderenhulplijn toenemen”, zegt hij. „Als je de gezelligheid ruikt en denkt: dat had ik ook moeten hebben, dan ga je je eenzaam voelen”, denkt hij.

De barbecue-eenzaamheid staat symbool voor de hele zomerperiode. Vrienden en familie gaan op vakantie, ouderenactiviteiten liggen stil en sommige straten zijn compleet uitgestorven. Volgens het Nationaal Ouderen-

fonds zijn zo'n tweehonderdduizend ouderen 'extreem eenzaam'. Dat wil zeggen dat ze niet vaker dan één keer per maand bezoek krijgen. „Vaak helpt een extra telefoontje of kaartje al om dat gevoel van eenzaamheid te verminderen”, zegt Romme. „Maar we willen mensen ook oproepen eens langs te gaan bij die ene oma die alleen in de straat achterblijft tijdens de vakantie. En we vragen gemeenten om in deze periode vooral door te gaan met de activiteiten voor ouderen.”

Die boodschap is al een paar jaar geleden doorgekomen bij welzijns-

stichting Arkelstad in Gorinchem. Van de twee welzijnscentra met ouderenactiviteiten draait één de hele zomer door. Ook is er een 'zomerschool', waar ouderen een week lang cursussen kunnen volgen als fotoboeken maken, schilderen en wijn proeven.

Jan Romme vindt dat ouderen vaker zelf aan de bel moeten trekken. „Zeker bij de ouderen die nog zelfstandig wonen merk je enorme aversie tegen alles wat naar hulp riekt. Ze moeten beseffen dat ze zelf stappen moeten nemen als ze die eenzaamheid willen doorbreken”.