

Inhoud

De scootmobiel... Een hulpmiddel of sta in de weg? 1+2

Regio nieuws 2+3+4
Stichting Huurdersbelangen Maas en Roer
Stichting Huurdersbelangen Zuid Limburg
Stichting Huurdersbelangen Midden Limburg

Algemene huurders info 5
Opnamestaat van de woning
Sociaal domein: Wmo, Jeugdhulp en Participatiewet
VN-verdrag handicap
Harde vloeren
Nieuwe regeld VvE 7
Vocht- en schimmelproblemen

Wat is eenzaamheid? 8
Colofon

De scootmobiel... Een hulpmiddel of sta in de weg?

Tien jaar geleden zag je ze nauwelijks. Tegenwoordig vormen scootmobielen en elektrische fietsen onderdeel van het dagelijkse straatbeeld. Daarom is het denken bij Wonen Limburg ook al enige tijd geleden begonnen over hoe zij in de toekomst om moeten gaan met het stallen en opladen van scootmobielen in onze wooncomplexen.



Scootmobiel cursus VVN

Veel appartementencomplexen zijn niet berekend op de toename van scootmobielen en elektrische fietsen. De huurdersorganisaties kennen de klachten over de stallingsproblemen, te weinig stopcontacten (Let op! Brandveilige stopcontacten speciaal voor het opladen van accu's) en met het toenemende gebruik van elektriciteit (scootmobielen, elektrische fietsen, maar ook elektrisch koken) kan ook de netwerkcapaciteit tekort schieten. Zaken om rekening mee te houden.

Sta in de weg?

Scootmobielen op de galerijen, scooters die vluchtwegen versperren, liftstoringen door botsingen van scootmobielen en e-bikes die op kosten van niet-gebruikers worden opgeladen. Dit zijn situaties die we tegenkomen in de complexen. Niet alleen leiden deze situaties tot risico's op het gebied van (brand)veiligheid, ook zorgt het voor frustraties bij bewoners. Dit is ook de aanleiding van Wonen Limburg om de situatie in beeld te brengen en beleid te ontwikkelen op dit vraagstuk.

Beperking

Niet alle complexen kunnen voldoen aan en zorgen voor voldoende stallingsruimte. Bij nieuwbouw verwachten de huurdersorganisaties dat hiermee wel rekening wordt gehouden (overigens met de toegankelijkheid in algemene zin). Maar we kennen ook scootmobielen die 'rondzwerven' in wooncomplexen en niet of nauwelijks gebruikt worden, deze vormen een bron van ergernis bij bewoners.

vervolg op pagina 2 ->

vervolg van pagina 1

Overleg met partners

Het is belangrijk dat er met het maken van beleid ook met de zorgpartners wordt gesproken, over hun aanpak, visie en ervaringen rondom het stallen en opladen van elektrische voertuigen in complexen die Wonen Limburg aan zorginstellingen verhuurt.

Met de gemeenten

Gemeenten verstrekken vanuit de Wmo verschillende vervoersmiddelen, zoals scootmobielen en elektrische rolstoelen. Zij kunnen de trends zien, welke keuzes zij maken en waar Wonen Limburg kan samenwerken.

En niet onbelangrijk, met u als bewoner en/of gebruiker

Het is een kwestie van maatwerk waarbij ook van de huurder verwacht mag worden dat deze los van het recht te hebben op een scootmobiel (overigens een hulpmiddel voor buiten) ook vooraf de moeite moet nemen om met de complexbeheerder en bewonerscommissie te bekijken wat mogelijk is. Dit voorkomt veel ergernis achteraf.

Hoe verder?

De huurdersorganisaties zien met interesse de toekomstbestendige visie op scootmobielen, scooters en e-bikes van Wonen Limburg tegemoet.

Leon Bouwels
Huurdersbelangen Weert



Scootmobiel cursus VVN

Regio nieuws

Stichting Huurdersbelangen Maas & Roer

Graag wil ik u meenemen in een belangrijk deel van ons werk in het bestuur van de SHMR; het maken van Prestatie Afspraken met woningcorporaties en gemeenten.

Gemeenten, woningcorporaties en huurdersorganisaties maken op gelijkwaardige basis afspraken over de volkshuisvestelijke opgave in hun gebied. Deze afspraken leggen zij vast in zogenoemde prestatieafspraken. In de Woningwet is een proces vastgelegd rondom het maken van de prestatieafspraken.



Het gegeven dat wij als huurdersorganisatie een gelijkwaardige partij zijn in de Prestatie Afspraken (PA) maakt het best wel lastig voor een organisatie van vrijwilligers, zoals wij zijn. Die gelijkwaardigheid is niet vrijblijvend, wij hebben daarmee extra verantwoordelijkheden gekregen. Daarnaast moeten wij ook onze huurders informeren en raadplegen. Maar gelijkwaardigheid betekent ook dat wij niet overvraagd kunnen worden als wij niet kunnen beschikken over voldoende menskracht of deskundigheid. Gelukkig kunnen we hulp krijgen van de Woonbond en van de WoonlastenWakers. Daarnaast kunnen wij ook andere deskundigen raadplegen. Voor ons is ook de Taskforce Wonen en Zorg een belangrijke bron voor kennis van overheidsregels en nieuwe ontwikkelingen.

De onderwerpen die in de PA besproken worden zijn Betaalbaarheid, Beschikbaarheid, Leefbaarheid, Duurzaamheid en vanaf dit jaar ook Hittestress als onderdeel van de klimaatproblemen.

Bij betaalbaarheid en beschikbaarheid denken we onder andere aan:

- Woonruimteverdeling over de verschillende doelgroepen
- Gewenste ontwikkeling van de sociale woningvoorraad
- Ontwikkelingen in wonen met zorg en woonvormen
- Huurprijsbeleid, jaarlijkse huuraanpassing
- Huisuitzettingen/schuldhelpverlening, ook preventief
- Voorlichting over mogelijkheden van energiebesparing
- Informatie over mogelijkheden van (financiële) ondersteuning

Leefbaarheid

De benadering van leefbaarheid gericht op de schone en veilige leefomgeving heeft plaats voor een aanpak met een meer sociale kijk: wat hebben de bewoners nodig op het gebied van ontmoeting, zorg en fijn wonen? Maar ook: hoeveel natuur is gewenst in de woonomgeving? Wat kunnen we doen aan hittestress en wateroverlast en hoe belangrijk zijn bomen en groen voor onze gezondheid?

Duurzaamheid

Mogelijk hebben we al te maken gehad met de verduurzaming van onze woningen; isolatie, energiebesparing, zonnepanelen, gasloze woningen etc. Wij houden de belangen van onze huurders hierbij goed in de gaten en hebben een actieve rol bij het inschakelen van energiecoaches.

Ook het gebruik van duurzame materialen en bouwmethoden kunnen opgenomen worden in de PA. Zo worden laadpalen voor elektrisch vervoer al vermeld bij sommige gemeentes.

Per gemeente kunnen de Prestatie Afspraken behoorlijk verschillen, wat ook logisch is. Dat houdt ons werk interessant en boeiend.

Stichting Huurdersbelangen Zuid Limburg

Bent u degene waarnaar wij op zoek zijn? Wonen Limburg kent u natuurlijk. Zij bouwen, verhuren en beheren sociale huurwoningen, speciaal aan mensen met een laag inkomen of aan mensen die om andere redenen moeilijk passende huisvesting kunnen vinden.

Dat kunnen de woningcorporaties niet alleen en daarom werken zij samen met meerdere partners, waaronder de huurdersorganisaties. Huurdersbelangen Zuid Limburg is een van deze huurdersorganisaties. Zij vertegenwoordigen primair de huurders.

De huurdersorganisaties bestaan louter uit vrijwilligers en zijn de lokale overlegpartner van de gemeente en Wonen Limburg. De huurdersorganisatie bepaalt zo samen met hen het volkshuisvestingsbeleid. Met andere woorden: het op een verantwoorde wijze huisvesten van de bevolking.

Huurdersbelangen Zuid is dringend op zoek naar bestuursleden!

Bestuursleden die het dagelijks bestuur willen versterken. Mensen die willen meedenken over het wel en wee van de huurders in onze regio. We zoeken mensen met een positieve instelling, aanpakkers en doeners.

Helpt u ons vooruit?

Kom met ons praten en mail naar Nicole Houwen n.houwen1956@outlook.com, bellen kan ook 045-2059972. U bent van harte welkom voor een kennismakingsgesprek.

Stichting Huurdersbelangen Midden Limburg

Huurdersbelangen Weert onderschrijft het belang dat inwoners prettig samenleven, in een fijne en gezonde leefomgeving, in een gezonde mix van vragende en dragende bewoners. De prestatieafspraken in Weert tussen Wonen Limburg, gemeente en Huurdersbelangen zijn in volle gang. Huurdersbelangen Weert heeft zijn wensen en aandachtspunten middels een brief aan de gemeenten en Wonen Limburg kenbaar gemaakt. Hieronder een verkorte versie op onderdelen van de brief.

Leefbare wijken voor iedereen

Een te hoge concentratie van met name kwetsbare doelgroepen kan zijn weerslag hebben op de woonomgeving en sociale cohesie van een buurt. De leefbaarheid kan dan onder druk komen te staan. Het is ook belangrijk dat er gewerkt wordt aan draagvlak in de wijk voor de huisvesting van kwetsbare inwoners. Bij de herplaatsing c.q. toewijzing is het zinvol daar beleidsmaatregelen voor op te nemen. In het BOD van Wonen Limburg gaat vooral veel aandacht uit naar de kwetsbare doelgroep, maar worden de burens en omwonenden van deze problematische huurder vergeten.

Huurdersbelangen adviseert daarom een taskforce op te richten van GGZ, politie, Wonen Limburg en gemeente. De gemeenten hebben de wettelijke taak de regie te voeren over de maatschappelijke ondersteuning van personen met verward gedrag. Daartoe behoort ook de verantwoordelijkheid voor het opstellen van één gezamenlijk plan per huishouden en voor de continuïteit van toereikende zorg.

Ook personen met verward gedrag zijn verplicht zich als een goed huurder te gedragen. Hoe vult de gemeente dit in en hoe kan de corporatie mensen waarvan je redelijkerwijs mag verwachten dat ze niet als een goed huurder zelfstandig kunnen wonen, voor indicatie doorverwijzen naar de gemeente in plaats van ze een zelfstandige woning aan te bieden?

De huurdersorganisatie ervaart dat de corporatie en, zover dat is te overzien, de gemeente niet zorgdragen voor één gezamenlijk integraal plan per huishouden met één regisseur. En zover dit al wel gebeurt de omwonenden, die overlast ondervinden voortdurend in de kou staan, niet wetend wat te doen.

Huurdersbelangen pleit voor meer aandacht voor de omwonenden die de problematiek dagelijks ervaren. Dat is broodnodig voor het behoud van draagvlak, en voor de corporatie de duurzame plicht te zorgen voor een veilige woon- en leefomgeving. Huurdersbelangen begrijpt de complexiteit, maar wil wel het een en ander terugzien in de prestatieafspraken.

Huurdersbelangen onderschrijft wat al in vele rapporten is vastgesteld:

1. Krachten bundelen en een interventieteam (taskforce) oprichten en dit vastleggen in een samenwerkingsconvenant (plan van aanpak) overlast.
2. Zorgen voldoende beschikbare middelen vanuit het gemeentelijk budget.
3. Huurovereenkomsten op naam van de instelling dan wel andere partners zetten.
4. Voorafgaand aan een procedure tot huisuitzetting maatschappelijke opvang regelen, voor het geval dat de rechter besluit tot ontruiming.
5. Corporatie heeft belang bij een goede invulling van de APV, die behoort bij de lokale implementatie van de Wet Aanpak Woonoverlast (hierin worden de bevoegdheden van de gemeente voor de aanpak van woonoverlast geregeld). Veel gemeenten doen dit al en ook in Weert zou hier steviger op ingezet kunnen worden.

6. Bij langdurige overlast voor omwonenden en bij in gebreke blijven te handelen om de overlast aan te pakken, vindt Huurdersbelangen het rechtvaardig de huurder een huurverlaging toe te kennen over de periode van de overlast, wegens het gederfde woongenot, levensvreugde en een permanent gevoel van onveiligheid.

*bron brief SHML

Ontmoeten en samenwerking in een woonhof

Huurdersbelangen Weert is gecharmeerd aangaande woonhofjes. Het woonhof is een nieuwe manier van wonen. Het is de combinatie van de hofjes van vroeger met het gemak van heden. Hierdoor ontstaat een uniek concept van veilig wonen met veel privacy en tegelijkertijd alle voordelen van samenwonen. Het is een concept bedoeld voor mensen die het leuk vinden elkaar af en toe te helpen, maar hierin geen verplichting willen. Het is immers geen woongroep. Wel is het een vrijblijvende gemeenschap waar je van elkaars kennis/kunde en gezelschap profiteert. Dit is ideaal voor de moderne senior die zelfstandig wil blijven, en die steeds minder op mantelzorg en kinderen kan terugvallen. Het is een participatiegemeenschap, (feitelijk geschikt voor jong en oud) waar men burens helpt waar nodig. Niet met zorg, maar met aandacht.



Startschot wethouder Wendy van Eijck voor woonhofjes in Weert.

Algemene huurders info

Er is een opnamestaat van de woning

Huurcontract afgesloten op of na 1 augustus 2003

U moet uw woning aan het einde van uw huurcontract hetzelfde opleveren als in de omschrijving van de opnamestaat. Staat daarin bijvoorbeeld dat u de woning kreeg met witte of gladgestreken muren zonder gaten? Of met muren zonder behang? Dan moet de woning in die staat zijn.

Verder gelden de volgende regels:

- Normale slijtage hoeft u niet te herstellen. Het is bijvoorbeeld begrijpelijk dat een badkamer van 15 jaar oud niet meer in perfecte staat is.
- Als u schade veroorzaakt, moet u die herstellen.
- U moet de woning schoon achterlaten en het dagelijks onderhoud hebben gedaan.
- Kleine veranderingen brengt u weer terug in de oude staat. Denk aan het weghalen van gordijnrails of kliklaminaat.
- Gaat het om grote veranderingen, met toestemming van de rechter of uw verhuurder? Dan hoeft u die veranderingen niet terug te brengen in de oude staat. Behalve als de rechter of uw verhuurder iets anders bepaalde.

Huurcontract afgesloten vóór 1 augustus 2003

De wet gaat ervan uit dat u de huurwoning in goede staat kreeg: netjes en zonder beschadigingen. U moet de woning daarom ook in goede staat opleveren. Dit geldt niet voor de beschadigingen die in de opnamestaat staan.

Als sommige dingen in minder goede staat zijn door normale slijtage, hoeft u die slijtage niet te herstellen.

Er is geen opnamestaat van de woning

Huurcontract afgesloten op of na 1 augustus 2003

Als er geen opnamestaat is, moet u de woning in dezelfde staat opleveren als aan het begin van uw huurcontract. Het is vaak onduidelijk wat die staat was.

Zegt de verhuurder dat u iets veranderde aan de woning? Bijvoorbeeld dat u behang plakte op kale muren? Dan moet de verhuurder bewijzen dat de muren kaal waren. De verhuurder moet ook schade aan de woning bewijzen. Kan uw verhuurder dit voldoende bewijzen? Dan moet u de veranderingen terugbrengen in de oude staat en de schade herstellen.

Verder gelden de volgende regels:

- Normale slijtage hoeft u niet te herstellen. Het is bijvoorbeeld begrijpelijk dat een badkamer van 15 jaar oud niet meer in perfecte staat is.
- U moet uw woning schoon achterlaten en het dagelijks onderhoud hebben gedaan.
- Grote veranderingen waarvoor de rechter of verhuurder toestemming gaf, hoeft u niet in de oude staat terug te brengen. Behalve als de rechter of uw verhuurder iets anders bepaalde.

Huurcontract afgesloten vóór 1 augustus 2003

De wet gaat ervan uit dat u de huurwoning in goede staat kreeg. De woning zag er netjes uit en had geen beschadigingen. U moet de woning dan ook weer in goede staat opleveren.

Was de woning niet in goede staat toen u er ging wonen en kunt u dit bewijzen? Dan hoeft u de woning niet in goede staat achter te laten.

Als sommige dingen in minder goede staat zijn door normale slijtage, hoeft u die slijtage niet te herstellen.



Sociaal domein: Wmo, Jeugdhulp en Participatiewet



Binnen het sociaal domein heeft iedere gemeente verantwoordelijkheden in de zorg en ondersteuning aan inwoners. Onder meer op het gebied van zorg,

jeugdhulp, participatie en werk. Die taken zijn vastgelegd in de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo 2015), Participatiewet en de Jeugdwet.

Drie belangrijke wetten voor zorg en ondersteuning Wmo.

De Wmo biedt ondersteuning aan mensen die niet (geheel) op eigen kracht of met hulp van hun omgeving het huishouden kunnen doen en kunnen meedoen in de samenleving. De gemeente is verantwoordelijk voor de uitvoering van de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo).

Jeugdhulp

Het is een taak van de gemeente om alle hulp te organiseren voor kinderen, jongeren en hun opvoeders. Een belangrijk uitgangspunt is dat het hele gezin centraal staat: 1Gezin1Plan. De gemeenten in Midden-Limburg werken samen met het Centrum voor Jeugd en Gezin op het gebied van Jeugdhulp.

Participatiewet

Het doel van de Participatiewet is dat zoveel mogelijk mensen actief deelnemen aan de samenleving. Ook mensen die, om welke reden dan ook, moeilijk aan een baan kunnen komen of aangepast werk nodig hebben.

Heeft u vragen over dit artikel? Bel met de gemeente in uw Woonplaats.

*Bron Gemeente Weert

VN-Verdrag Handicap (Agenda 22)

2 miljoen Nederlanders hebben een beperking. Gewoon meedoen is voor hun niet altijd vanzelfsprekend. Sinds 2016 geldt het VN-Verdrag Handicap in Nederland. Het doel daarbij is de verwezenlijking van een inclusieve samenleving, een samenleving waaraan iedereen kan deelnemen. Een samenleving waarin ook de sociale

en economische participatie van gehandicapten wordt bevorderd. De gemeenten gaan/moeten dit beleid nu omzetten in een Lokale Agenda.

Het is niet gek om te verwachten dat ook de corporatie en gemeenten, dit verdrag wordt ingebed in beleid en werkstructuren en op zijn minst voor nu de intentie uitspreekt in de komende prestatieafspraken. Prestatieafspraken vinden periodiek plaats tussen gemeenten, Wonen Limburg en Huurdersorganisatie.

Concreet betekent dat door het inbedden van dit beleid, alleen al op de onderdelen vastgoed en wijkontwikkeling (gebouwen, wooncomplexen, maar ook in de openbare ruimte zoals straten en looproutes), de bewegingsvrijheid van mensen met een beperking wordt verruimd. Dat mensen levensloopbestendig kunnen wonen en dat het tenslotte goedkoper is vooraf voorzieningen te treffen dan alsnog achteraf. Woningen en de leefomgeving aan de voorkant aanpassen is goedkoper dan later via WMO-gelden.

*bron prestatieafspraken SHML

Harde vloeren

Harde vloerbedekking, zoals plavuizen en parket, kan leefgeluiden zoals voetstappen versterken. In een appartementencomplex kan dit buitengewoon hinderlijk zijn voor de (onder)buurman. Om te voorkomen dat de bovenburen overmatige geluidsoverlast veroorzaken wordt in huurcontracten, in huishoudelijke reglementen en bij VvE's in splitsingsaktes een verplichting opgenomen om geen harde vloeren te leggen in de woongedeeltes, tenzij hier een isolerende laag onder wordt gelegd.

Op de bijeenkomst van 19 mei jl. met daar aanwezig een bewonerscommissie, Huurdersbelangen en medewerkers van Wonen Limburg; kwam de vraag aan de orde of er toestemming nodig is om in een appartement een harde vloer aan te brengen en de verplichting tot het aanbrengen van isolatie volgens de NEN-norm. Tot onze verbazing bleek uit het antwoord van de leefbaarheidsmedewerker dat dit beleid door Wonen Limburg is losgelaten.

Geluidsoverlast is een van de meest voorkomende problemen. Het aanbrengen van isolatiemateriaal

dat voldoet aan de 10 dB eis is belangrijk om loop- en contactgeluiden voor de (onder)buren in de woning, maar zeker in appartementen, bij het aanbrengen harde vloerbedekking te voorkomen. De vloer moet bovendien zwevend worden aangelegd. Bovendien draagt het aanbrengen van isolatie ook bij aan het duurzaamheidsstreven van Wonen Limburg.

Registratieformulier

Meerdere coöperaties hebben een aanvullende regelgeving en gebruiken een registratieformulier. Het verplicht stellen van een registratieformulier is in het belang van de huurders, hun woongenot en dat van hun burens. Daarnaast; het stellen van duidelijke regels vooraf voorkomt veel problemen achteraf.

Nieuwe regels VvE

Moeten wij ons aan nieuwe regels van de VvE houden?

Van de verhuurder mogen wij in de gemeenschappelijke ruimte voortaan geen fietsen meer zetten op plaatsen waar dat voorheen wel mocht. Dat zou komen omdat het huishoudelijk reglement van de Vereniging van Eigenaren (VvE) is aangepast. Ons huurcontract zegt dat wij gebonden zijn aan wijzigingen van het huishoudelijk reglement van VvE. Klopt dat?

Antwoord

Nee. Voor huurders in een woningcomplex waarin ook eigenaar-bewoners wonen en waar om die reden sprake is van een Vereniging van Eigenaren (VvE), geldt tussen huurder(s) en verhuurder nog altijd alleen het huurcontract. Als in het huurcontract of de bijbehorende algemene voorwaarden niet de regel staat waaraan u zich nu zou moeten houden – over de stalling van fietsen – geldt deze regel voor u niet.

Bepaling in strijd met wet

De bepaling in uw huurcontract dat u gebonden bent aan veranderingen in het huishoudelijk reglement van de VvE (of aan veranderingen in de splitsingsakte of het splitsingsreglement) is in strijd met de wet. Die bepaalt kort gezegd dat van u niet verwacht mag worden dat u in het huurcontract al akkoord gaat met eventuele latere nieuwe (huis)regels waarvan u bij de ondertekening van het huurcontract de inhoud nog niet eens kende (zoals hier het fietsenverbod).

Huurder om instemming vragen

Wat de verhuurder natuurlijk wel mag doen is de huurders de nieuwe regel voorleggen en aan de huurder(s) vragen om ermee in te stemmen. Het kan heel goed zijn dat de voorgestelde nieuwe bepaling redelijk is en dat de huurders er voorstander van zijn. Het gaat erom dat de verhuurder de nieuwe regel niet via het huurcontract kan opdringen

*bron Woonbond

Vocht- en schimmelproblemen

Wat kun je zelf doen om vocht- en schimmelproblemen te beperken?

Je kunt vochtophoping in de woning beperken door:

1. Bij het koken altijd de afzuigkap aan te zetten.
2. De ventilator aan te zetten of op een hogere ventilatiestand tijdens het douchen.
3. De douche te drogen na gebruik.
4. De was bij voorkeur buiten te laten drogen of in een ruimte met goede ventilatie.
5. Tijdens het koken, douchen of was drogen voorkomen dat vocht zich door de woning verspreidt.
6. De woning continue voldoende te ventileren.

De oorzaak van vocht- en schimmel kan variëren.

Zoek eerst uit wat de oorzaak is. Als het niets met je woongedrag te maken heeft, kun je ermee beginnen de verhuurder aan te schrijven met een verzoek om tot herstel van de gebreken over te gaan.

Als je burens ook last van vocht en schimmel hebben, kun je bijvoorbeeld gezamenlijk de Energiebus van de Woonbond inschakelen. De Woonbond kan aan de hand van de resultaten uit het Energiebus-onderzoek helpen om je verhuurder tot maatregelen over te laten gaan.

*bron woonbond



Colofon

uitgave Huurdersorganisaties

In het werkgebied van Wonen Limburg zijn 4 huurdersorganisaties actief. Zij vertegenwoordigen onze huurders. Zij hebben een gezamenlijke samenwerkingsovereenkomst met hen gesloten en overleggen regelmatig met elkaar. De meeste organisaties hebben een eigen website. De Huurdersraad bestaat uit een vertegenwoordiging van alle huurdersorganisaties van Wonen Limburg:

Huurdersvereniging Noord-Limburg

Telefoon: 0478 - 58 45 02
E-mail: info@hv-nl.nl
Website: www.hv-nl.nl

Stichting Huurdersbelangen Midden-Limburg

Voor regio Weert

Telefoon: 0495 - 54 38 58
E-mail: info@shmlweert.nl
Website: www.shmlweert.nl
Facebook: shmlweert
Twitter: @shml_Weert

Stichting Huurdersbelangen Maas & Roer

Voor regio Roermond

Telefoon: 0475 533 212
E-mail: shmr@home.nl
Website: www.shmr.nl

Stichting Huurdersbelangen Zuid-Limburg

Voor regio Zuid Limburg

Telefoon: 045 205 99 72
E-mail: shzl@shzl.nl
Website: www.shzl.nl
Facebook: www.facebook.com/shzl.nl
Twitter: www.twitter.com/shzl_wl

redactie Ton Doensen, Frans van Vugt, Léon Bouwels redactiehb@shmlweert.nl

De redactie behoudt het recht om, in overleg met de schrijver, ingezonden brieven in te korten of tekstueel aan te passen.

ontwerp en opmaak Bullseye Publishing, Rob van de Meulenhof

druk DSW

Wat is eenzaamheid?

Stel je eens voor: je bent slecht ter been en de deur uit zonder rollator is geen optie. Dicht bij huis heeft de buurtsupermarkt de deuren gesloten en een kop koffie met de wijkverpleger of de schoonmaker schiet er keer op keer bij in door tijdgebrek. Met de rollator het openbaar vervoer gebruiken om familie te bezoeken lijkt op een militaire operatie. Daar komt bij dat je niet graag een beroep doet op je kinderen, die vaak zelf maar net het hoofd boven water kunnen houden met een drukke baan en kleine kinderen. Uit schaamte trek je zelf niet aan de bel. Het is moeilijk te accepteren dat je langzaam maar zeker een eenzamere oudere bent geworden.

Als je dit dramatisch vindt klinken is dat niet zo gek. Eenzaamheid bij ouderen kan dat zeker zijn. Je bent niet van de één op andere dag eenzaam. Hier gaat vaak een lang en langzaam proces aan vooraf. Het kan iedereen overkomen. Of je nu in de grote stad woont of in een dorp, arm bent of rijk, kinderen hebt of alleenstaand. Eenzaamheid maakt geen onderscheid en is vaak desastreus.

Wat doet eenzaamheid met een mens

Eenzame ouderen hebben 14% meer kans op een vroege dood ten opzichte van een gemiddeld persoon. Daarmee is de kans op vroeg overlijden bij eenzaamheid twee keer groter dan bij overgewicht. Eenzaamheid verhoogt het stressniveau, de bloeddruk en daarnaast de kans op een depressie. Een schokkende conclusie.

Diverse stichtingen helpen eenzame ouderen

Stichting Nationaal Hulp Fonds helpt eenzame ouderen; dit doen zij door te proberen eenzaamheid op voorhand te voorkomen, de zelfredzaamheid van ouderen te verbeteren en klaar staan voor vragen en het bieden van een luisterend oor. **U kunt ook aankloppen bij uw gemeenten, de Welzijnsorganisatie of de ouderenbond (KBO). Gewoon doen...**

Een aantal cijfers

- 1 op de 4 ouderen voelt zich eenzaam. Dat zijn ruim 1 miljoen 55-plussers die zich eenzaam voelen.
- 14% van de ouderen zijn extreem eenzaam. Zij hebben hooguit eens per maand een sociaal contact. Iemand die de simpele vraag stelt: 'Hoe gaat het met u?'
- Eenzaamheid neemt toe met de leeftijd. Dit geldt specifiek voor sociale eenzaamheid. Het percentage mensen dat zich emotioneel eenzaam voelt, neemt toe vanaf 75 jaar. Vanaf 50-jarige leeftijd voelt meer dan 40% van de Nederlanders zich eenzaam. Van de 75- tot 85-jarigen voelt bijna 50% zich eenzaam. Van de 85-plussers voelt bijna 60% zich eenzaam.
- Ook extreme eenzaamheid neemt toe met de leeftijd. Van de 65- tot 75-jarigen voelt ruim 7% zich (zeer) ernstig eenzaam. Voor 75- tot 85-jarigen geldt dit voor bijna 10%. Van de 85-plussers voelt bijna 14% zich extreem eenzaam.
- 75-plussers voelen zich sneller eenzaam door een opeenstapeling van gebeurtenissen, zoals het overlijden van een partner en andere leeftijdsgenoten en het verlies van mobiliteit en zelfstandigheid.

Bronnen: TNS NIPO, RIVM, CBA SCP

