

Advies van:

- cultuurraad
- gecoro
- jeugdraad
- landbouwraad
- lokale economie- en toerismeraad
- milieuraad
- mobiliteitsraad
- **seniorenraad**
- solidariteitsraad
- sportraad
- welzijnsraad

Adviesvraag van het gemeentebestuur over '(Eenzaamheid bij senioren)
op .. / .. / via

- mail
- mondelinge vraag
- andere: ...

spontaan advies op 19 / 02 / 2025 over '(thema)'

Aandacht voor zingeving en eenzaamheid bij senioren verhogen

behandeld door

- **de adviesraad op 19 / 02 / 2025**
- het dagelijks bestuur op .. / .. / (bij hoogdringendheid)

Aantal aanwezige leden:

8(aantal aanwezige leden) / 9 (totaal aantal leden)

Beschrijving van de wijze waarop het advies tot stand kwam:**Besproken tijdens de laatste vergadering**(bv. **besproken tijdens de vergadering**, elektronische bevraging)**Standpunt van de adviesraad:**

- unaniem advies
- **advies bij meerderheid (8/9)**
- geen advies

Advies:**De seniorenadviesraad vraagt het college van burgemeester en schepenen om de aandacht voor eenzaamheid en zingeving bij senioren te verhogen**

Eenzaamheid oplossen is niet simpelweg onder de mensen komen, maar je verbinden met de juiste mensen.

Tijdens het rouwproces hebben veel mensen na hun rouwtijd, behoefte aan lotgenoten.

Daarom vragen wij om op de kerkhoven van Kasterlee, Lichtaart en Tielen een prieeltje met banken te plaatsen in het midden van het kerkhof zodat te treurende senioren kunnen samen zitten met elkaar om over hun verdriet te praten. Het prieeltje beschermt hen tegen een te sterke zonwarmte of de regen.

Sommige seniorenverenigingen doen al heel wat om eenzaamheid te vermijden zoals okra Lichtaart: De Lubbers van Okra Lichtaart gaan in de winter en bij slecht weer kaarten in de Witte Bergen van 13u30 tot 16 u.

Liliane T'Syen van **Vereniging Lilani** heeft ook een mooi initiatief opgezet om eenzaamheid tegen te gaan. Ze is begonnen om in het sportcafe Tielenhei in Tielen via facebook mensen samen te brengen en vraagt hen wat ze graag willen doen.

Elke donderdag komen er 30 à 40 eenzamen samen in de namiddag en ook 's avonds, om te praten, kaarten, spelletjes te spelen, handwerken enz.

Ook woensdagnamiddag zijn ze welkom in het sportcafé Tielenhei.

Daarom vraagt de seniorenraad om ook dit initiatief van Mevr. T'Syen meer aandacht te geven en te ondersteunen om het bekend te maken voor de senioren van Kasterlee.

Het zou goed zijn als er minder wisselingen zijn voor thuiszorgmedewerkers bij senioren. Het krijgen van een persoonlijke band is onmogelijk als er tien verschillende personen per week langs komen. Er is veel handelingsverlegenheid in het maken en onderhouden van onderlinge contacten. Deze vaardigheden zitten niet bij alle senioren in het repertoire. Mantelzorgers en zorgvrijwilligers moeten worden ondersteund om levensvragen beter te leren herkennen. Daarnaast is het geven van mantelzorg en vrijwilligerszorg vaak ook een belangrijke zingevende factor voor de oudere zelf. Dit vraagt bij intensieve trajecten ook om ondersteuning van de mantelzorger en vrijwilligers zodat zij dit langer op een goede manier kunnen volhouden. Investeren in mantelzorgers dient zowel henzelf als ook de zorgvrager op het gebied van zingeving.

Daarom vraagt de seniorenraad om meer opleiding en ondersteuning te geven aan zorgvrijwilligers, mantelzorgers en hulpdiensten.

Alle initiatieven die de cohesie in de buurt versterken zijn waardevol.

Zowel voor senioren met een uitgesproken levensstijl of mensen met specifieke beperkingen zouden zij in hun eigen cultuur oud mogen worden. De kans dat je met gelijkgestemden betekenisvol contact maakt en houdt is dan vele malen groter dan wanneer je wordt omringd door een omgeving die vreemd is. Senioren die kleiner of comfortabeler willen wonen zouden voorrang moeten krijgen in hun eigen wijk, zodat bestaande contacten blijven bestaan en de omgeving vertrouwd blijft. Dit geldt ook voor rusthuizen.

De seniorenraad vraagt om de variëteit aan woonvormen voor senioren mee op te nemen in de vernieuwing van masterplanning van onze gemeente-dorpen.

Kangoerewoningen en rusthuizen, de openbare ruimte kan het bevorderen van zingeving van ouderen bevorderen.

Argumenten

Ouderen van 85 jaar en ouder voelen zich eenzamer dan ouderen van 75 tot en met 84 jaar. Van de 85plussers voelt 63% zich eenzaam, bij 74-85 jarigen is dit 54%.

Uit deze gegevens blijkt dat onder 85-plussers ongeveer evenveel vrouwen als mannen zich eenzaam voelen (respectievelijk 63% en 62%, (28 augustus 2024)

Allereerst is het goed te beseffen dat eenzaamheid veel bij ouderen en mindermobielen voorkomt en dat dit deels een onvermijdelijk proces is. Vitaliteit en mobiliteit worden minder bij het ouder worden, het gevoel niet meer bij de veranderende samenleving te horen neemt toe, net als het gevoel niet gewaardeerd en gerespecteerd te worden vanwege kosten, lasten en 'nutteloosheid'. Dit versterkt het gevoel dat je er niet meer toe doet, een belangrijk aspect van zingeving. Maar ook ogenschijnlijke kleine gebeurtenissen zoals de kapper of pedicure of dokter die met pensioen gaan, geeft een verschraling van vertrouwde en persoonlijke contacten. Het gaat dus niet alleen om het voorkomen of verhelpen van eenzaamheid maar vooral om er beter mee om te leren gaan. Door acceptatie en controle over het leven kan zingeving weer aan terrein winnen. Dit is van alle tijden.

Factoren die tijdgebonden zijn: langer thuis wonen (met daardoor een groter appel op zelfredzaamheid en verantwoordelijkheid voor de sociale contacten en eventuele geestelijke zorg).

Kinderen en familie die meestal niet meer om de hoek wonen, kleinere families, versobering welzijnswerk door bezuinigingen, ontkerkelijking, individualisering, verhuizen, medicalisering, armoede en het toenemend aantal alleenstaanden.

Dit zijn allemaal factoren die zingeving bemoeilijken omdat betekenisvolle contacten met gelijkgestemden niet meer vanzelfsprekend zijn maar opgezocht moeten worden. Nieuwe uitdagingen en ontwikkelingen zijn moeilijk te realiseren als je een smalle beurs hebt of geïsoleerd geraakt. De ouderen van nu zijn opgegroeid in een periode waarin de wereld er heel anders uitzag. Niet iedereen heeft die omschakeling goed kunnen maken. Ouderen in de derde levensfase (vanaf 60 jaar) hebben dat bewuster meegemaakt en hebben zich er op in kunnen stellen. Ouderen boven 80 jaar hebben vaak een ander maatschappijbeeld over de rol van de gemeente en minder digitale vaardigheden. De komende decennia zal het aantal ouderen toenemen. Daar zal de werkende samenleving aan moeten wennen: een nieuwe generatie senioren die actief aan de samenleving willen deelnemen omdat zij daar zingeving aan ontleen.

Er zijn een aantal van initiatieven voor de gemeente Kasterlee die gericht zijn op het tegengaan van eenzaamheid die ze kunnen stimuleren bij senioren.

- Lokale dienstencentra en seniorenverenigingen richten zich op activiteiten die contacten stimuleren.
- Verschillende vrijwilligersorganisaties, de seniorenconsulent en verenigingen brengen huisbezoeken en/of organiseren activiteiten.
- Lokale besturen kunnen anti-eenzaamheidsplannen ontwikkelen en acties op zetten.
- Daarnaast zijn er technologische hulpmiddelen (computer of smartphone, gsm, mail,...) die de contacten met familie en vrienden kunnen ondersteunen.