



De bestrijding van eenzaamheid is een belangrijk thema in het Raadsakkoord 2022-2026 'Samen voor Lelystad!'. De ambitie is dat per 1 januari 2026 is de eenzaamheid bij inwoners van Lelystad in alle leeftijdsgroepen, van jong tot oud is afgenomen.

In de coalitie Een tegen Eenzaamheid Lelystad werken vele partners samen om allerlei activiteiten te organiseren waar men elkaar kan ontmoeten. De aanpak sluit aan op het landelijk actieprogramma Een tegen Eenzaamheid.

Deze factsheet geeft een inzicht in de ontwikkelingen en activiteiten in de periode september 2023 tot september 2024.

Cijfers Eenzaamheid Lelystad



Uit de meest recente gezondheidsmonitor van de GGD uit 2022 blijkt dat de eenzaamheid onder jongvolwassenen, volwassenen en ouderen is toegenomen. Dit is een landelijke trend. Het is lastig hier een exacte reden voor aan te geven. De gegevens komen uit de periode net na de 'coronatijd'. De toename kan dus nog te maken hebben met de periode dat er weinig tot geen sociale contacten mogelijk waren en dit ook nog niet was hersteld. Zo moesten veel mensen stoppen met vrijwilligerswerk en hebben dit ook niet altijd weer opgepakt. Daarnaast hebben we te maken met de vergrijzing. Meer ouderen die zelfstandig thuis wonen en niet altijd meer mobiel zijn om mensen te ontmoeten. Hier spelen we op in met nieuwe activiteiten zoals het Aandachtscentrum en het Buurtwerk in de wijk.

Open Dag in de MFA/ Buurthuizen

Welzijn Lelystad, Sportbedrijf Lelystad, Bureau LWPC en anderen organiseerden in september 2023 samen een open dag bij AtolPlaza. Inwoners waren welkom om binnen te lopen om te kijken en ervaren wat er te doen is. Vrijwilligers namen inwoners mee naar de open dag. Dit verlaagde de drempel voor inwoners om voor het eerst naar een activiteit te gaan. Er kwamen ongeveer 160 bezoekers.

Robert: 'Het helpt als je steun hebt van mensen die om je geven, maar als je geen netwerk hebt, loop je vast.' 'Als je helemaal alleen bent, ben je niet in beeld. Dus ga naar een buurthuis of inloophuis, eet mee, drink een kopje koffie en maak contact met andere mensen



Het doorbreken van het taboe en het bespreekbaar maken van het onderwerp dragen eraan bij dat meer mensen durven te erkennen dat ze zich alleen of zelfs eenzaam voelen. Dit is van invloed op de cijfers.

In 2024 zullen nieuwe onderzoeken plaats vinden. De resultaten worden verwacht in 2025.

De gezondheidsmonitor Jeugd (2023) laat een lichte daling zien in gevoelens van eenzaamheid onder jongeren in het voortgezet onderwijs in Lelystad ten opzichte van 2021. Lelystad onderscheidt zich hierin in positieve zin van het landelijk beeld, waar de cijfers vrijwel gelijk bleven.

Voor de exacte cijfers verwijzen we naar de Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen Jongvolwassenen (16 tot 25 jaar) en de gezondheidsmonitor Jeugd van de GGD. [Cijfers - Een Gezonder Flevoland - Een Gezonder Flevoland](#).



Coalitie Een tegen Eenzaamheid Lelystad

De coalitie Een tegen Eenzaamheid Lelystad is een sterk netwerk van Lelystadse organisaties die zich inzetten om eenzaamheid bespreekbaar te maken en activiteiten te organiseren waardoor men elkaar kan ontmoeten voor inwoners van alle leeftijden in Lelystad.

Eind 2023 ondertekenden **10 nieuwe partners** het convenant, tijdens een netwerkdiner waarbij alle coalitiepartners vertegenwoordigd waren.

De coalitie bestaat in september 2024 uit **75 coalitiepartners**¹. Deelnemers zijn maatschappelijke organisaties sportverenigingen, culturele organisaties, ondernemers, zorginstellingen, scholen en geloofsgenootschappen. Diverse nieuwe partijen hebben zich alweer gemeld om eind 2024 bij het volgende formele tekenmoment aan te sluiten bij de coalitie.

Ronde Tafel tegen Eenzaamheid: **ruim 25 maatschappelijke organisaties** kwamen in 2023/2024 vier keer bij elkaar om samenwerking te zoeken om eenzaamheid aan te pakken.



Zorgvragers met migratie-achtergrond

De werkgroep heeft een workshop 'Interculturele Communicatie' georganiseerd met Shanti Tuinstra.² Als er belangstelling voor is, wordt de workshop nog eens gegeven.³ De werkgroep heeft samengewerkt met een specialist ouderengeneeskunde die een migrantenpoli heeft. Ook zijn de contacten met de moskeeën verbeterd.

Mocht er belangstelling komen dan wordt gekeken of de workshop nog eens kan worden gegeven. Deze werkgroep heeft er voor gezorgd dat de contacten met de moskeeën zijn verbeterd.



Euredice: 'Toen mijn kinderen uit huis gingen en mijn jongere broers en zussen de zorg voor mijn moeder overnamen, viel ik in een gat.'



Werkgroepen

Vanuit de Ronde Tafel zijn in het afgelopen jaar 2023/2024 werkgroepen actief waarin coalitiepartners samenwerken aan een concreet resultaat dat eenzaamheid tegen gaat.

Nieuwsbrief

Vier keer per jaar is er een nieuwsbrief verzonden met informatie en ontwikkelingen over de aanpak Eenzaamheid voor en door coalitiepartners.

Muzikale avond

In 2023 sloten Porteum en Aeres VMBO zich aan bij de coalitie. In mei 2024 organiseerden zij samen een muzikale avond in het kader van Een tegen Eenzaamheid in theater Porteum. Ruim 200 ouderen (deelnemers van oa Open je Hart, Humanitas, OSOL en Resto van Harte) genoten van optredens van ongeveer 40 jongeren van Aeres en Porteum. Van strijkkwartet tot pianomuziek, solozang en rockbands



"Ik heb nog nooit zo'n leuke avond gehad"

In februari 2024 brainstormden **15 coalitiepartners** over eenzaamheid onder Jeugd bij JTL, daaruit volgden verschillende acties, bijvoorbeeld:

Tijdens de week van de mentale gezondheid in mei 2024 waren verschillende partners aanwezig bij een Informatiemarkt bij het MBO-college, om jongeren kennis te laten maken met hun activiteiten. De informatiemarkt was een initiatief van de studentenraad van het MBO-college.

In juni 2024 deden Lelystadse coalitiepartners mee met de landelijke **'Hey het is oké campagne'**. Ze brachten de poster en social media berichten met het thema 'Praat erover' onder de aandacht bij jongeren.



Werven van vrijwilligers

Deze werkgroep is samengevoegd met een werkgroep vanuit het convenant informele zorg. Het bleek dat hierin dezelfde organisaties deelnamen. Samen met de mensen van de vrijwilligersvacaturebank worden nieuwe mogelijkheden bedacht om vrijwilligers te vinden. Dit kan bijvoorbeeld door werkgevers te informeren over mogelijkheden. En door speeddate momenten waar je kunt zoeken naar een goede match.



Marije: 'Inmiddels begrijp ik dat ik niet alles alleen hoeft te doen. Juist als je je eenzaam voelt, wees open en praat erover'

App Lelystad Met Elkaar

Inwoners vinden in de app evenementen en activiteiten sport, cultuur en welzijn vinden waarbij ze anderen kunnen ontmoeten. De Kubus, Sportbedrijf en Welzijn Lelystad en ECL zorgen er samen voor dat de informatie actueel blijft. In de zomer vindt een campagne plaats om de app extra onder de aandacht te brengen bij inwoners.

Week tegen Eenzaamheid

Activiteitenkalender Week tegen Eenzaamheid

Huis aan huis verspreid in de Flevopost. In de kalender stonden 32 activiteiten voor inwoners van jong, volwassen tot senioren gericht op ontmoeting die plaatsvonden in de Week tegen Eenzaamheid in 2023. De kalender verwijst naar de app 'Lelystad met Elkaar', om overige activiteiten te vinden, gedurende het hele jaar.

Ontbijt start Week tegen Eenzaamheid in het stadhuis (ruim 100 deelnemers).

"We merken dat nieuwe mensen de stap over de drempel durven zetten naar onze inloop door de kalender. Ze blijven daarna komen."

Inwoners die eenzaamheid ervaren betrekken

Welzijnscoaches Welzijn Lelystad

461

Aanmeldingen **spelverdeler** (inclusief Welzijn op Recept) in 2023

8

Groepsbijeenkomsten (inclusief Creatief Leven) in 2023

Lief en leedstraten

8

Er zijn **8 nieuwe lief en leedstraten** georganiseerd.

50

Gemiddeld **50 adressen per straat** zijn betrokken en kijken om naar elkaar.

Inwoners zijn verwezen naar de welzijnscoaches via Welzijn op Recept en door partners zoals Centrada, MDF, thuiszorg, Werkbedrijf, Kwintes.

Bezoekers Buurtkamers

16

Buurtkamers (incl Trefpunt) in 2023 (wekelijks).

126

Unieke deelnemers (excl. Trefpunt) in 2023

Mensen maken de buurt

53

In 2023 zijn **53 aanvragen** gedaan via Mensen maken de Buurt. Hier zijn vele activiteiten uit ontstaan voor de inwoners. En zijn rond de **500 inwoners** bereikt.

Het Buurtwerk in de Wijk leidt inwoners toe naar voorzieningen en activiteiten om eenzaamheid te verminderen. Hiervan zijn nog geen cijfers bekend.

Vitaliteitstest

500

Ruim **500 inwoners** hebben zich aangemeld voor de Vitaliteitstest van het Sportbedrijf en hebben een health check gedaan. Tevens konden zij allerlei informatie krijgen rond gezonde leefstijl en zich aanmelden voor een huisbezoek om hierover verder te praten.



Jongeren

In 2023 waren er weinig deelname door jongerenorganisaties. Daarom hebben we in 2024 gekozen voor extra aandacht voor de jongeren. Na een brainstormsessie met 15 organisaties bij JTL zijn onderwerpen gekozen en nieuwe werkgroepen samengesteld. Dit heeft nu geleid tot twee initiatieven. Er is veel te doen in Lelystad, maar jongeren weten het niet. De werkgroep zet zich in om activiteiten onder hun aandacht te brengen. Bijvoorbeeld met inzet van JongIn. Een ander idee wat uitgewerkt wordt is een ontmoetingsplein voor jongeren tijdens Lelystart. Verder leeft er nog een idee om een festival te organiseren, mogelijk in 2025.



Robert: 'Het helpt als je steun hebt van mensen die om je geven, maar als je geen netwerk hebt, loop je vast.'



Buurthub

60

2023

Het aantal bezoekers van de Buurthub is gegroeid van 60 naar 197 in 2023.

197

2024

Humanitas

46

2023

Het aantal deelnemers van Humanitas Ontmoeting is gegroeid van **46 deelnemers** in 2023 naar **65 deelnemers** in juni 2024.

65

2024

Wandelgroepen

4

2020-2022

In de periode 2020-2022 waren er **4 wandelgroepen** actief, in de periode 2022-2024 waren er

6 wandelgroepen actief. Een wandelgroep heeft gemiddeld 15 deelnemers.

6

2022-2024

Aandachtscentrum

200+

2020-2022

Het aantal leden van het Aandachtscentrum is gegroeid van **200+ in de periode 2020-2022** naar 300+ in de periode 2022-2024.

300+

2022-2024

Open je Hart en Mantelkring

700+

2020-2022

Het aantal bezoekers van Open je Hart en Mantelkring is gegroeid van **700+ in de periode 2020-2022** naar **900+ in de periode van 2022-2024**.

900+

2022-2024

Zomer 3-daagse

1

2020-2022

In de periode 2020-2022 vond de **Zomer-3-daagse 1x** plaats. In de periode 2022-2024 vond de **Zomer-3-daagse 3x** plaats.

Er deden **250-300 inwoners** mee per Zomer-3-daagse.

3

2022-2024



Jongere: 'Ik ben niet goed in small-talk, maar als ik merk dat iemand ook fan is van Star Wars, ontstaat het gesprek vanzelf.'



Contact

Heb je vragen over Een tegen Eenzaamheid Lelystad? Wil je meedoen met de coalitie? Neem contact op met:

Monique Huisman

Beleidsadviseur Sociaal Domein

✉ Gemeente Lelystad

📞 mma.huisman@lelystad.nl

06-51388267

Claartje van Eijden

Procesbegeleider aanpak

Eenzaamheid CMO Flevoland

✉ c.vaneijden@flever.nl

📞 06-31750711