

U wilt toch ook maatschappelijk betrokken zijn?

Iedereen voelt zich wel eens alleen. Dat is normaal. Maar maakt u zich zorgen om iemand? Weet dan dat u iets kunt doen.



Wat kunt u doen?

- Extra aandacht geven
- In gesprek gaan
- Luisterend oor bieden
- Uw zorg delen, bijvoorbeeld met een professional

Mijn buurvrouw zit de hele dag uit het raam te staren. Ze zit er wat verloren bij. Ik zie ook nooit bezoek, maar ik weet niet goed wat ik ermee aan moet.

- buurman -

Iedere ochtend als ik wakker word denk ik, wat nu? Weer een hele dag alleen. Ik zet de radio dan maar aan dan is het tenminste niet zo stil in huis.

- vrouw 76 jaar -

Contactgegevens bij vragen of advies



Maandag t/m vrijdag van
09:00 tot 12:00 uur
Telefoon: 020 - 487 71 24
Email: middelpunt@landsmeer.nl



SAMENMEER Inloop en activiteiten voor ouder Landsmeer

Maandag t/m vrijdag van
09:00 tot 17:00 uur
Telefoon: 020 - 482 41 90
Email: info@samenmeerlandsmeer.nl



Maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag van 09:30 - 12:30 uur
Telefoon: 020 - 482 26 05
Email: landsmeer@welzijnwonenplus.nl



**EEN
TEGEN
EENZAAMHEID**

Wist u dat?

De gevolgen van langdurige eenzaamheid groot kunnen zijn: een verhoging van een risico op ziekte van Alzheimer, hart- en vaatziekten, depressie, suïcide en vroegtijdig overlijden. Het is dus belangrijk dat voorkomen wordt dat iemand ernstig eenzaam wordt.

**VIER OP DE TIEN
VOLWASSEN LANDSMEEDERS
IS EENZAAM**

**BIJ DE OUDEREN IS DIT BIJNA
VIJF OP DE TIEN**

Bron: Gezondheidsmonitor GGD 2022

Zorg voor elkaar en neem bij zorgen contact op met het Middelpunt, SamenMeer of WelzijnWonenPlus.

