

# Word een maatje voor een eenzame Hagenaar

Den Haag telt zo'n 50.000 mensen die zich ernstig eenzaam voelen en dat aantal groeit. Maatjesproject Vivaldi brengt vrijwilligers in contact met Hagenaars tussen de 20 en 65 jaar die hiermee te maken hebben.

**DEN HAAG** - De redenen waarom iemand zich eenzaam voelt zijn talrijk, vertelt Joost Davidse van Vivaldi. "Somme mensen hebben van nature meer moeite om contacten te leggen of te onderhouden. Maar ook als je dat wel goed afaat, kan je het gevoel krijgen niet gehoord te worden door je omgeving. Zeker na gebeurtenissen als werkloos raken, scheiden of het verliezen van dierbaren kan zich dat voordoen."

Hoewel eenzaamheid ook veel onder ouderen voorkomt, richt Vivaldi zich specifiek op de groep 20 tot 65 jaar. "In die leeftijdscategorie is het taboe rond eenzaamheid nog groot. Mensen geven het niet snel toe, praten er niet makkelijk over. Vooral twintigers en dertigers krij-



**Marianne, vrijwilliger bij Maatjesproject Vivaldi, gaat op de thee bij Caroline.**

*Foto: pr*

gen nog wel eens te horen: ga gewoon wat doen! Maar zo makkelijk blijkt dat niet te zijn. Denk bijvoorbeeld aan de situatie waarin al je vrienden met kinderen bezig zijn en jij niet. Dan is er niet altijd ruimte over voor j uw verhaal."

Vivaldi koppelt vrijwilligers een jaar lang aan iemand die zich eenzaam voelt. "Dat contact is vooral bedoeld om samen dingen te ondernemen, want wie zich eenzaam voelt, zit vaak binnen. Denk aan een wandeling, ergens wat drinken of een museum bezoeken. Terloops wordt er samen gekeken hoe iemand blijvend uit het sociale isolement kan geraken."

Een maatje van iemand worden levert een hoop op. "Wanneer er naar je uitgekeken wordt of iemand helemaal opbloeit, geeft dat een goed gevoel. De dankbaarheid is bovendien vaak groot. Daarbij kom je met mensen in contact die je anders nooit zou tegenkomen, een verrijking dus van je eigen wereld."

Als maatje bij Vivaldi ben je gemiddeld een dagdeel per week of twee weken op pad. Wie zich aanmeldt, kan na een cursus meteen aan de slag. Meer weten over Maatjesproject Vivaldi of maatje worden? Bel met tel. 06-13489319 of ga naar [www.projectvivaldi.nl](http://www.projectvivaldi.nl).