



Contactgroep voor mannen vanaf 75 jaar

Als sociaal werker bij MET Welzijn, spreekt Martine Raams regelmatig oudere bewoners; vaak ook oudere mannen in Heerhugowaard. Mannen vanaf 75 jaar, die (nu) alleen wonen omdat hun partner is opgenomen in een verzorgingshuis of is overleden. Vaak hebben zij tot hun 65^e jaar (of ouder) gewerkt en stonden midden in de maatschappij. Vanaf hun pensioen hebben ze invulling voor hun vrije tijd gevonden en gingen zij samen met hun partner op stap.

Doordat zij alleen zijn, komt de eenzaamheid sterker naar voren. Kinderen hebben het druk of wonen verder weg en soms is contact met familie en vrienden minimaal. Boodschappen doen lukt, maar koken niet altijd. En alleen eten is niet leuk en niet gezellig. Daardoor neemt het gevoel van eenzaamheid toe.

MET wil iets betekenen voor deze mannen in de vorm van een contactgroep. Gewoon samen met elkaar eens koffie drinken en kennismaken. Praten over: hoe is het om alleen thuis te zijn, hoe is het om alleen voor jezelf te koken en te eten, hoe is het om de dag door te komen? Door met elkaar hierover te praten is het misschien mogelijk om iets te verzinnen wat de tijd zou kunnen breken, dat het gevoel van eenzaamheid zou kunnen verminderen en het gevoel van erbij horen versterken.

Het streven is om eind februari of begin maart voor het eerst bij elkaar te komen. Het dagdeel is nog niet bekend, dit spreken we in gezamenlijk overleg af.

Spreekt deze tekst u aan, behoort u tot deze doelgroep en wilt u meer informatie? Neemt u dan contact op met Martine Raams, sociaal werker van MET.

E-mail: martine.raams@methw.nl

Telefoon: 06 411 30 444