



Plan van aanpak

BEEK SAMEN TEGEN EENZAAMHEID

2026 - 2030

Inhoud

Voorwoord	3
1. Aanleiding: Beek wil eenzaamheid structureel en samen aanpakken	4
2. Terugblik op het plan van aanpak 2023-2025	5
3. Wat is eenzaamheid en wat zijn de oorzaken?	6
4. Visie	6
5. De huidige situatie	9
5.1 Wat gebeurt er al op het thema eenzaamheid	9
5.2 Wat zeggen de cijfers	9
5.3 Burgerpeiling Beek	12
5.4 Conclusie	13
6. Doelstellingen 2026-2030	14
6.1 Centrale doelstelling	14
6.2 Subdoelen	14
7. Acties voor de komende jaren	16
8. Organisatie	19
9. Financiën	21
10. Bijlagen	22
Bijlage 1 Evaluatie Plan van aanpak Beek samen tegen eenzaamheid 2023-2025	23
Bijlage 2 Overzicht coalitiepartners Beek samen tegen eenzaamheid	27
Bijlage 3 Activiteiten tegen eenzaamheid in de Gemeente Beek	29
Bijlage 4 Begrippen	31

Voorwoord

Eenzaamheid is een maatschappelijk vraagstuk dat inwoners van alle leeftijden en achtergronden kan raken. Het gaat om gevoelens van gemis aan verbinding en sociaal contact, die vaak niet zichtbaar zijn, maar wel een grote invloed hebben op het welzijn, de gezondheid en de maatschappelijke participatie van mensen. De Gemeente Beek onderkent het belang van een structurele en samenhangende aanpak van eenzaamheid en zet zich hier al meerdere jaren actief voor in.

Met het Plan van aanpak *Beek samen tegen eenzaamheid 2026–2030* wordt voortgebouwd op de aanpak en ervaringen uit de voorgaande periode. In de afgelopen jaren is, samen met maatschappelijke organisaties, verenigingen, ondernemers, vrijwilligers en inwoners, een brede lokale coalitie gevormd. Deze samenwerking heeft bijgedragen aan het vergroten van bewustwording, het doorbreken van het taboe op eenzaamheid en het realiseren van laagdrempelige activiteiten die ontmoeting en verbinding stimuleren. Bij veel van deze activiteiten was ik zelf aanwezig en nauw betrokken, zoals de decemberactiviteiten, de Week tegen de Eenzaamheid en de theeleutactie in de afgelopen twee zomers.

De beschikbare cijfers laten zien dat eenzaamheid ook in Beek een actueel thema blijft. Hoewel het niveau vergelijkbaar is met landelijke en regionale gemiddelden, ervaart een aanzienlijk deel van de inwoners gevoelens van eenzaamheid. Dit onderstreept het belang van het voortzetten en verder versterken van de bestaande aanpak. In dit plan is daarom gekozen voor een netwerkgerichte benadering, waarin preventie, vroegsignalering, ondersteuning en samenwerking centraal staan.

De Gemeente Beek vervult binnen deze aanpak de rol van kartrekker en verbinder. De gemeente draagt zorg voor regie, afstemming en monitoring van de uitvoering, in nauwe samenwerking met de betrokken partners. Ook na het wegvallen van specifieke rijksmiddelen blijft de Gemeente Beek investeren in het verminderen en voorkomen van eenzaamheid, om de continuïteit van de ingezette koers te waarborgen.

Dit plan van aanpak vormt daarmee een kader voor de gezamenlijke inzet in de periode 2026–2030. Het beschrijft de uitgangspunten, doelstellingen en acties waarmee de Gemeente Beek, samen met haar partners, blijft werken aan een sociale en inclusieve gemeenschap waarin inwoners zich verbonden kunnen voelen.

Marcel Meurkens
Wethouder portefeuille Cultuur, Sociaal domein, Welzijn en Zorg

1. Aanleiding: Beek wil eenzaamheid structureel en samen aanpakken

Gemeente Beek

De Gemeente Beek werkt al enkele jaren actief aan het verminderen van eenzaamheid onder haar inwoners. In samenwerking met de coalitie *Beek samen tegen eenzaamheid*, bestaande uit kernpartners, ambassadeurs en sleutelfiguren, is tweeënhalf jaar geleden het plan van aanpak *Beek samen tegen eenzaamheid 2023-2025* opgesteld. Dit plan liep eind 2025 af. In de afgelopen periode zijn belangrijke stappen gezet om het onderwerp eenzaamheid bespreekbaar te maken en zijn er passende activiteiten georganiseerd door diverse coalitiepartners voor de doelgroep en hun naasten.

De afgelopen jaren is er veel geïnvesteerd in bewustwording, signalering en het organiseren van ontmoetingsactiviteiten. Tegelijkertijd laten de cijfers zien dat het percentage inwoners dat eenzaamheid ervaart nog niet is afgenomen. Dat onderstreept dat de aanpak van eenzaamheid een kwestie is van lange adem. Het betreft een complex maatschappelijk vraagstuk waarbij investeren noodzakelijk is, maar waarvan de effecten niet altijd op korte termijn zichtbaar zijn.

De basis is gelegd, nu is het tijd om door te pakken. Het is vooral nodig om de bestaande aanpak te verstevigen en te zorgen voor continuïteit van het huidige aanbod, zodat inwoners kunnen blijven rekenen op herkenbare en laagdrempelige activiteiten. Daarnaast blijft uitbreiding van de coalitie met ambassadeurs uit alle delen van de samenleving zorg, welzijn, onderwijs, sport, cultuur, bedrijfsleven én inwoners van belang.

Samen met hen kunnen we het netwerk verder versterken, de signalering verbeteren en ervoor zorgen dat bewezen effectieve activiteiten duurzaam worden voortgezet. Zo blijven we bouwen aan een gemeenschap waarin iedere inwoner van Beek zich gezien, gehoord en verbonden voelt.

Collegeprogramma

In het actuele collegeprogramma (Daadkrachtig, wendbaar en trots 2022 – 2026) staat het thema eenzaamheid beschreven in Opgave 3, Zorg voor elkaar, Doel 3b, maar dit thema hangt ook samen met andere doelen en resultaten die beschreven staan.

3. Om tal van redenen ondervinden Beekenaars drempels om deel te nemen aan de samenleving. Beek is een inclusieve gemeente. In 2026 geven alle Beekenaars aan dat ze zich een onderdeel voelen van de samenleving.
 - b. We participeren in het landelijke actieprogramma Eén tegen eenzaamheid en blijven in Beek, in samenwerking met Beek Samen, een brede beweging met een lokale, duurzame aanpak voorstaan. Daarnaast blijven we een actieve partner in de Zuid-Limburgse samenwerking.

Strategische visie sociaal domein

Het uitvoeringsplan *Beek samen tegen eenzaamheid* sluit naadloos aan op de strategische visie sociaal domein 2025-2035 doordat het direct bijdraagt aan het versterken van de sociale basis, één van de centrale pijlers in de visie. Het plan bevordert ontmoeting, verbinding en informele ondersteuning, precies zoals de visie beschrijft bij gezond samenleven en het versterken van buurtnetwerken. Door in te zetten op vroegtijdige signalering en preventieve interventies ondersteunt het plan het gemeentelijke streven om problemen te voorkomen in

plaats van te genezen. De focus op kwetsbare inwoners, zoals ouderen en mensen met beperkte netwerken, weerspiegelt de visie op het vergroten van bestaanszekerheid en kansengelijkheid. Daarnaast past de samenwerking met maatschappelijke partners volledig in het leidende principe van horizontale verbinding en gezamenlijke verantwoordelijkheid. Het plan benut de kracht van de lokale samenleving door initiatieven vanuit inwoners, verenigingen en buurten te stimuleren. Ook draagt het bij aan inclusie door iedereen de mogelijkheid te geven om mee te doen en sociaal betrokken te blijven. Daarmee levert het plan zowel maatschappelijk rendement als een bijdrage aan een veerkrachtige, gezonde en verbonden gemeenschap.

2. Terugblik op het plan van aanpak 2023-2025

Korte samenvatting

In 2023 werd met de ondertekening van het convenant het gezamenlijke startpunt gelegd voor de brede aanpak tegen eenzaamheid in Beek. In 2024 groeide de samenwerking verder, met een sterk netwerk van partners en ambassadeurs dat actief bijdroeg aan meer verbinding in de gemeenschap. De zomeractie 'Theeleuten?' en de seniorenbijeenkomsten 'Samenzijn' vormden waardevolle momenten van ontmoeting en betrokkenheid. Ook de activiteiten tijdens de kerstperiode in 2024 en 2025 zorgden voor betekenisvolle samenkomsten, en zelfs op Eerste Kerstdag was er een mogelijkheid om elkaar te ontmoeten. De kerstkaartenactie en de inzet van spellenboxen maakten verbinding laagdrempelig en toegankelijk. In 2025 was er extra aandacht voor jongeren, onder meer via spellenactiviteiten bij De Dwalende Dwerg en verschillende initiatieven vanuit het jongerenwerk. Daarnaast werd het thema eenzaamheid en het beschikbare aanbod tijdens de Seniorenmarkt 2025 breed onder de aandacht gebracht. De geplande inspiratiesessie is verplaatst naar voorjaar 2026.

Door de groei van het aantal coalitiepartners en ambassadeurs is het netwerk in de afgelopen twee jaar verder versterkt. Daarmee hebben de gezamenlijke inspanningen in de afgelopen jaren geleid tot meer bewustwording, meer ontmoeting en de normalisering van het thema eenzaamheid. Tegelijkertijd vraagt de inzet op het verminderen van eenzaamheid om een lange adem. Het gaat om een structurele, blijvende inspanning waarbij continuïteit, zichtbaarheid en het versterken van onderlinge verbinding centraal staan. De behaalde resultaten vormen dan ook geen eindpunt, maar een stevige basis voor verdere samenwerking en ontwikkeling in de komende jaren.

In bijlage 1 treft u een uitgebreide evaluatie aan van de uitvoeringspunten uit het plan van aanpak 2023-2025.

3. Wat is eenzaamheid en wat zijn de oorzaken?

“Eenzaamheid is je niet verbonden voelen. Je ervaart een gemis aan een hechte, emotionele band met anderen. Of je hebt minder contact met andere mensen dan je wenst. Eenzaamheid kan gepaard gaan met kenmerken als negatieve gevoelens van leegte, verdriet, angst en zinloosheid en met lichamelijke of psychische klachten”. Eenzaamheid is iets dat je ervaart. Dit betekent dat je pas eenzaam bent als je jezelf eenzaam voelt. Jij bent je eigen graadmeter. Eenzaamheid is vooral een probleem voor mensen die het sterk of langdurig voelen. Dus wanneer eenzaamheid je ongelukkig maakt of het je belemmert in je functioneren. De invloed van eenzaamheid kan groot zijn. Zeker als het langdurig aanhoudt, kan eenzaamheid leiden tot gezondheidsrisico's, minder meedoen in de samenleving en een gevoel dat welzijn of geluk tekortschiet. Eenzaamheid verhoogt zelfs de kans op voortijdig overlijden. Er kan een vicieuze cirkel ontstaan waarbij gevolgen van eenzaamheid weer versterkend werken op de eenzaamheid. Kortom, eenzaamheidsgevoelens kunnen invloed hebben op je gezondheid, welzijn en kwaliteit van leven.

Inhoudelijk heeft eenzaamheid drie soorten oorzaken:

- Individuele oorzaken: Zoals persoonlijke capaciteiten en eigenschappen. Een gebrek aan sociale vaardigheden, probleemoplossend vermogen, een negatief zelfbeeld of gezondheidsproblemen kunnen een belangrijke rol spelen bij het ontstaan van eenzaamheid. Maar ook de taalbarrière of beperkte culturele integratie
- Oorzaken in veranderingen in het sociale netwerk: Deze veranderingen ontstaan vaak na ingrijpende gebeurtenissen, ook wel life-events genoemd. Voorbeelden zijn kinderen die uit huis gaan, een echtscheiding, een ontslag, een overstap naar een nieuwe baan of opleiding, een verhuizing, het overlijden van dierbaren of zoals het sluiten van scholen en het werken vanuit huis.
- Maatschappelijke oorzaken: Hierbij kan gedacht worden aan: langer thuis wonen, digitalisering en individualisering.

4. Visie

In de Gemeente Beek komen gevoelens van eenzaamheid regelmatig voor. De gemeente en haar maatschappelijke partners vinden dit onwenselijk en willen hier gezamenlijk iets aan doen. Eenzaamheid kan alleen samen worden aangepakt. Kernpartners, ambassadeurs en sleutelfiguren vormen hierbij de 'smeerolie' van de gezamenlijke aanpak.

De afgelopen periode is ingezet op het verbinden van lokale partijen en initiatieven rondom dit thema. Dit heeft geleid tot de coalitie Beek samen tegen Eenzaamheid – een netwerk van organisaties en inwoners die zich samen sterk maken voor het bespreekbaar maken en verminderen van eenzaamheid. De coalitie wil dat inwoners van Beek zich vrij voelen om over eenzaamheid te praten en leren omgaan met gevoelens van eenzaamheid. Meer informatie over de samenstelling, rollen en taken van de coalitie is te vinden in paragraaf 8 en bijlage B.

De Beekse Coalitie heeft als hoofddoel:

“Bijdragen aan het doorbreken van de trend van eenzaamheid bij inwoners vanaf 12 jaar.”

De leeftijdsgrens van 12 jaar sluit aan bij landelijke richtlijnen.

Om dit doel te bereiken, werkt de coalitie vanuit vier actielijnen:

1. **Normaliseren** – Eenzaamheid hoort bij het leven. Door het onderwerp bespreekbaar te maken en bewustwording te vergroten, zorgen we dat inwoners weten dat ze er niet alleen voor staan.
2. **Signaleren** – Eenzaamheid is niet altijd zichtbaar. Door signalen vroegtijdig te herkennen, kunnen we voorkomen dat inwoners verder vereenzamen of andere problemen ontwikkelen.
3. **Ondersteunen en activeren** – Sociale contacten zijn belangrijk om erbij te horen. Daarom zorgen we voor voldoende laagdrempelige plekken waar inwoners elkaar kunnen ontmoeten, zich welkom voelen en actief kunnen meedoen in hun buurt of dorp.
4. **Jongeren versterken** – Eenzaamheid onder jongeren is na de coronaperiode toegenomen. Gemeente Beek en de coalitie besteden de komende jaren extra aandacht aan het versterken van jongeren en het bevorderen van sociale verbinding binnen deze groep.

Leidende principes van de Beekse Coalitie tegen eenzaamheid

De aanpak van eenzaamheid in Beek is gebaseerd op de volgende uitgangspunten:

- **Gedeelde verantwoordelijkheid**
Eenzaamheid is niet alleen een individueel probleem, maar een maatschappelijk vraagstuk. Iedereen – van inwoner tot professional – draagt bij aan de oplossing.
- **Actieve ondersteuning**
Inwoners die zich eenzaam voelen, worden actief begeleid. Waar mogelijk worden familieleden, vrienden, burens en andere naasten betrokken bij deze ondersteuning.
- **De inwoner centraal**
De wensen, behoeften en leefwereld van de Beekse inwoner vormen het uitgangspunt van alle initiatieven.
- **Leren en verbeteren**
De coalitie, samen met kernpartners en ambassadeurs, deelt niet alleen kennis en geslaagde initiatieven, maar ook knelpunten en leerpunten. Zo blijft de aanpak in ontwikkeling.
- **Verbinding en samenwerking**
Er wordt actief aansluiting gezocht bij bestaande initiatieven, organisaties en netwerken, om zo de kracht van wat er al is optimaal te benutten.
- **Gezamenlijke regie**
De coalitie met haar kernpartners en ambassadeurs geeft samen vorm aan het beleid en de uitvoering rondom het thema eenzaamheid.
- **Netwerkgerichte aanpak**
De aanpak rust op een sterk en effectief netwerk van betrokken mensen en organisaties uit alle domeinen. Samen maken zij doelgerichte keuzes om eenzaamheid te voorkomen en te verminderen.

Waar richt Beek zich op in de aanpak van eenzaamheid?

De Gemeente Beek pakt eenzaamheid aan op verschillende niveaus en werkt daarbij zowel preventief (gericht op het voorkomen ervan) als curatief (gericht op het verminderen van bestaande eenzaamheid). De gemeente benadrukt hierbij het belang van een sterke signaalfunctie, waarbij inwoners, vrijwilligers en professionals een gezamenlijke rol hebben in het vroegtijdig herkennen en bespreekbaar maken van eenzaamheid.

• Ernstige eenzaamheid en sociale isolatie

Beek richt zich in het bijzonder op inwoners die langdurig sociaal geïsoleerd zijn geraakt. Bij deze groep spelen vaak meerdere, complexe factoren een rol die elkaar versterken,

waardoor mensen in een neerwaartse spiraal terechtkomen. Hier is vaak maatwerk en langdurige ondersteuning nodig.

- **Lichte tot matige eenzaamheid**

Ook inwoners die zich regelmatig eenzaam voelen, maar nog wel contact met anderen hebben, krijgen aandacht. De inzet is gericht op het versterken van hun sociale netwerken en het bevorderen van betekenisvolle verbindingen, zodat gevoelens van eenzaamheid kunnen verminderen.

- **Risicogroepen**

Daarnaast besteedt Beek aandacht aan inwoners met een verhoogde kans op eenzaamheid. Het gaat bijvoorbeeld om mensen met gezondheidsproblemen, persoonlijke kwetsbaarheden, ingrijpende levensgebeurtenissen of langdurige (over)belasting. Ook maatschappelijke veranderingen, zoals digitalisering of veranderende gezinssamenstellingen, kunnen hierbij een rol spelen.

- **Preventie**

Voorkomen is beter dan genezen. Daarom zet Beek in op het versterken van sociale vaardigheden, het opbouwen en onderhouden van sociale netwerken en het creëren van een gastvrije en verbonden dorps- en wijkcultuur. Door eenzaamheid bespreekbaar te maken en het taboe te doorbreken, wil Beek voorkomen dat inwoners vereenzamen.

Signaalfunctie

Eenzaamheid is vaak niet direct zichtbaar en manifesteert zich subtiel, bijvoorbeeld via terugtrekgedrag, veranderende zorgvragen of afnemende participatie. Vroege signalering vergroot de kans op tijdige en passende ondersteuning. De gemeente beschouwt signalering daarom als een gedeelde maatschappelijke verantwoordelijkheid van inwoners, vrijwilligers en professionals.

Inwoners en vrijwilligers bevinden zich dicht bij het dagelijks leven van mensen en spelen een belangrijke rol bij het opmerken van veranderingen in welzijn en sociaal functioneren. Laagdrempelig contact in de buurt, verenigingen of informele netwerken maakt het mogelijk om signalen vroegtijdig te herkennen. De gemeente stimuleert een sociale omgeving waarin het normaal is om zorgen bespreekbaar te maken, met respect voor autonomie en zonder stigmatisering.

Professionals, waaronder huisartsen, Wmo-consulenten, thuiszorgmedewerkers en andere eerstelijns- en welzijnsprofessionals, hebben een aanvullende en vaak cruciale signalerende rol. Zij beschikken over expertise om signalen van eenzaamheid te duiden binnen bredere gezondheids- en leefdomeinen.

Door het versterken van de signaalfunctie ontstaat een samenhangende aanpak waarin preventie, vroeginterventie en passende ondersteuning elkaar aanvullen. Hiermee bevordert de gemeente een gemeenschap waarin inwoners zich gezien, gehoord en verbonden voelen.

5. De huidige situatie

Onderstaand een schets van de huidige situatie rondom eenzaamheid in Beek. In paragraaf 5.1 wordt weergegeven wat de huidige situatie is in Beek omtrent bestrijding van eenzaamheid. Paragraaf 5.2 toont de meest actuele cijfers rondom eenzaamheid in Beek. In Paragraaf 5.3 leest u de cijfers van de Burgerpeiling Gemeente Beek 2025.

5.1 Wat gebeurt er al op het thema eenzaamheid

In Beek vinden wekelijks diverse activiteiten plaats waar inwoners aan kunnen deelnemen. Deze worden meestal georganiseerd door vrijwilligersorganisaties, burgerinitiatieven of in samenwerking met Partners In Welzijn. Deze activiteiten dragen bij aan het verminderen en voorkomen van eenzaamheid. Bijlage 3 biedt een overzicht van deze activiteiten.

Eenzaamheid is een complex en persoonlijk vraagstuk, waarbij verandering vaak geleidelijk verloopt. Het vraagt om een lange adem: duurzame inzet, continuïteit in het aanbod en blijvende aandacht voor signalering en toeleiding zijn essentieel om op termijn effect te kunnen realiseren. Gemeente Beek, de kernpartners en de ambassadeurs proberen met de activiteiten een zo groot mogelijke groep mensen van jong tot oud aan te spreken en hen te betrekken bij de maatschappij.

5.2 Wat zeggen de cijfers

Over het algemeen ligt het eenzaamheidspercentage in Beek iets lager dan het gemiddelde in Zuid-Limburg en rond het nationale gemiddelde. Toch ervaart nog steeds een aanzienlijk deel van de inwoners gevoelens van eenzaamheid. Ten opzichte van 2022 is het aandeel volwassenen dat zich eenzaam voelt licht gestegen van 46,2% naar 47,8%, en het percentage sterk eenzamen nam toe van 12,1% naar 13,1%.

Ook onder jongeren is eenzaamheid zichtbaar. Bij jongvolwassenen van 16 tot 25 jaar ervaart 56,8% enigszins tot sterk eenzaamheid, waarvan 29% sterk eenzaam is. Onder middelbare scholieren in klas 2 en 4 geeft 16% aan vaak tot altijd eenzaam te zijn en 37,5% soms tot altijd, iets hoger dan in Zuid-Limburg.

Bij inwoners van 65 jaar en ouder voelt ruim de helft zich eenzaam en ruim 10% sterk eenzaam. Ongeveer een kwart van de eenzamen is emotioneel eenzaam, en een derde sociaal eenzaam.

Deze cijfers laten zien dat eenzaamheid in Beek nog steeds een belangrijk thema is en benadrukken het belang van de lopende activiteiten en de inzet van de coalitie *Beek samen tegen eenzaamheid*.

De begrippen die worden gehanteerd in de tabellen worden toegelicht in bijlage 4.

Tabel 1: Eenzaamheid in Beek onder personen van 18 jaar en ouder

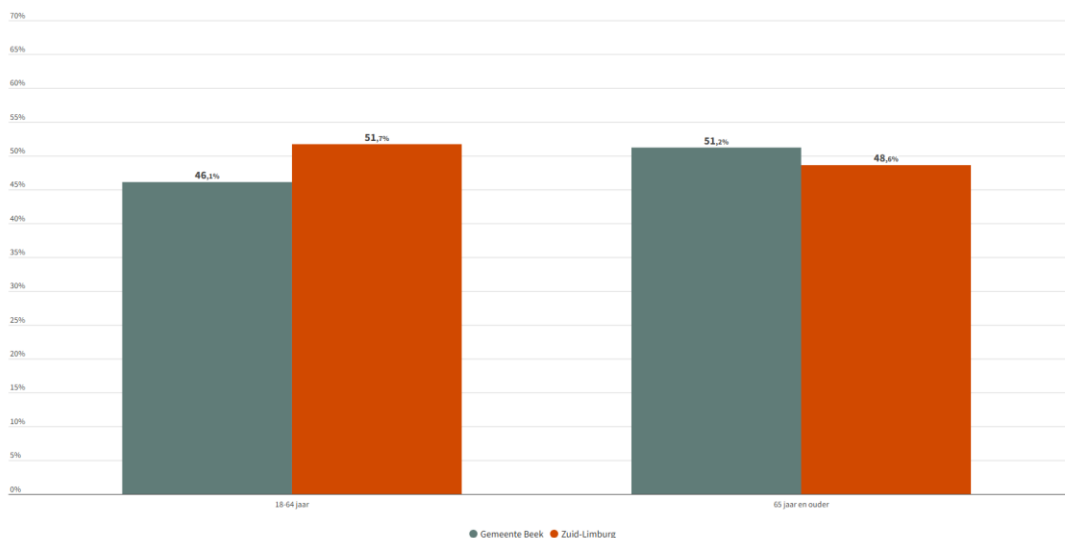
Eenzaamheid	Beek 2022	Beek 2024	Zuid-Limburg 2024	Nederland 2024
Eenzaam	46,2%	47,8%	50,7%	46,2%
Zeer eenzaam	12,1%	13,1%	15,7%	13,2%

Emotioneel eenzaam	25,3%	30,1%	32,8%	30,1%*
Sociaal eenzaam	31,2%	34%	35%	35,3%*

Bron: RIVM Statline 2024. Onderzoek uitgevoerd door de GGD'en, CBS, RIVM en gezondheidsatlaszl.nl

Diagram 1: Is eenzaam op basis van leeftijdscategorie

Is eenzaam, leeftijd in 2 categorieën - Beek, %



Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen | 2024

Bron: gezondheidsatlaszl.nl

Tabel 2: Eenzaamheid, 2024 jongvolwassenen 16 t/m 25 jaar.

	Beek	Zuid-Limburg
Enigszins tot sterk eenzaam	56,8%	59,7%
Sterk eenzaam	29%	25,4%
Enigszins tot sterk emotioneel eenzaam	30,1%	58,7%
Sterk sociaal eenzaam	23%	23,8%
Enigszins tot sterk emotioneel eenzaam	65,3%	65,2%
Sterk emotioneel eenzaam	26%	26,5%

Bron: Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2024, GGD'en en RIVM

Tabel 3: Middelbare scholieren (klas 2 en 4)

Eenzaamheid	Beek 2021	Beek 2023	Zuid-Limburg 2023	Nederland
Vaak tot altijd**	nb	16,0%	11,7%	11%
Soms tot altijd**	30,4%	37,5%	33,3%	29,4%

**In de afgelopen 4 weken.

Bron: Gezondheidsmonitor Jeugd 2021 en 2023, GGD'en en RIVM.

5.3 Burgerpeiling Beek

Elke twee jaar wordt in Beek een burgerpeiling uitgevoerd. Hierin wordt ook gevraagd naar het thema eenzaamheid.

De resultaten uit de burgerpeiling (januari 2026) zijn als volgt:

Ruim vier vijfde van de respondenten (78%) geeft aan voldoende contacten te hebben met andere mensen en 78% voelt zich (bijna) nooit eenzaam.

Vraag: Heeft u voldoende contacten met andere mensen?

	absoluut	relatief
ja, zeker	461	78%
ja, maar ik zou wel wat meer willen	96	16%
nee, te weinig	35	6%
totaal	593	100%
wil ik niet zeggen / weet niet	11	



Vraag: Voelt u zich wel eens eenzaam?

	absoluut	relatief
nee, (bijna) niet	462	78%
ja, soms	120	20%
ja, vaak	9	1%
ja, heel vaak	2	0%
totaal	593	100%
wil ik niet zeggen / weet niet	11	



Vraag: Zou u zelf een rol willen spelen in het verminderen van eenzaamheid in de Beekse samenleving? Zo ja, op welke wijze? Denk hierbij bijv. aan het als vrijwilliger bezoeken van

mensen die eenzaam zijn, het organiseren van activiteiten waarbij mensen elkaar ontmoeten of het meehelpen bij bestaande activiteiten.

	absoluut	relatief
nee	276	76%
ja, namelijk:*	90	24%
totaal	366	100%
weet ik niet	238	

* zie bijlage 20 voor toelichting



5.4 Conclusie

Hoewel 78% van de respondenten in de burgerpeiling zegt “voldoende contact” te hebben en 78% zich “(bijna) nooit eenzaam” voelt, laten de GGD-cijfers zien dat eenzaamheid wél een aanzienlijke uitdaging is in Beek. Daarnaast geeft 24% van de respondenten aan iets te willen betekenen in het verminderen van eenzaamheid wat kansen biedt.

Dit verschil tussen de resultaten van de GGD en de burgerpeiling komen waarschijnlijk door:

- Subjectieve, vraagstelling in de burgerpeiling.
- Gebruik van wetenschappelijke meetinstrumenten door de GGD.
- Sociale wenselijkheid en het taboe op eenzaamheid.
- Mogelijke verschillen in de onderzochte doelgroep.

Kortom: de cijfers spreken elkaar niet direct tegen, maar geven verschillende perspectieven op hetzelfde probleem. Samen geven ze een genuanceerder beeld van eenzaamheid in Beek.

6. Doelstellingen 2026-2030

6.1 Centrale doelstelling

Eenzaamheid zal nooit helemaal opgelost kunnen worden. Maar het centrale doel van dit Plan van Aanpak is om eenzaamheid van inwoners van Gemeente Beek in de periode 2026 t/m 2030 zoveel mogelijk te voorkomen en te verminderen en het thema eenzaamheid te normaliseren.

Deze doelstelling worden vertaald in kwantitatieve en kwalitatieve subdoelen zoals weergegeven in paragraaf 6.2. Op deze wijze kan de voortgang worden gemonitord. De subdoelen uit het nieuwe plan van aanpak bouwen voort op het voorgaande plan en gezien ze nog steeds actueel zijn. De bouwstenen komen voort uit de landelijke campagne "Een tegen eenzaamheid".

6.2 Subdoelen

Kwantitatief doel:

Geconstateerd is dat kwantitatieve doelen heel moeilijk meetbaar zijn. Daarom is besloten twee meetbare doelen vast te stellen.

- Het aantal meldingen dat gedaan is bij het contactpunt eenzaamheid en de inhoudelijke opvolging hiervan.
(In 2024 zijn 42 vragen binnengekomen en tot november 2025 75 vragen.)
- Deelnemers aan de workshops en bijeenkomsten.

Kwalitatieve doelen:

- *Bouwsteen 1. Weten: zorg ervoor dat eenzaamheid op de agenda staat en dat mensen er kennis over hebben (normaliseren/taboe doorbreken)*
 - Jaarlijks wordt deelgenomen aan de Week tegen Eenzaamheid.
 - Actieve leden uit de lokale coalitie die zich inzetten als ambassadeur om eenzaamheid breed onder de aandacht te brengen worden uitgelicht.
 - Jaarlijks wordt een bijeenkomst georganiseerd voor en door betrokken partijen en ervaringsdeskundigen over eenzaamheid.
 - Minimaal twee keer per jaar wordt een communicatie-activiteit uitgezet over initiatieven, praktijkvoorbeelden, voorlichting e.d.
- *Bouwsteen 2. Vinden: zorg ervoor dat eenzame mensen gesignaleerd en gevonden worden*
 - Jaarlijks wordt, bij behoefte, een training voor vrijwilligers, ondernemers en professionals in het vinden, herkennen en bespreekbaar maken van eenzaamheid verzorgd.
 - Jaarlijks wordt een informatiebijeenkomst voor relevante partijen (breed) georganiseerd om ze te betrekken bij de lokale aanpak door te signaleren.
 - Sleutelfiguren zijn in beeld gebracht en worden ingezet voor het signaleren en vinden van mensen die worstelen met eenzaamheid. Dit sluit tevens aan bij de verzorgcirkels van Stegen35.
 - Het Contactpunt eenzaamheid wordt gecontinueerd als centraal punt waar inwoners en professionals hun vragen rondom eenzaamheid kunnen neerleggen, waarna de juiste zorg op de juiste plek wordt ingezet.
- *Bouwsteen 3. Ondersteunen: zorg ervoor dat er concreet aanbod aanwezig is voor mensen die eenzaam zijn*
 - Het aanbod voor eenzame inwoners is, passend bij de behoefte, versterkt door:
 - inventarisatie bestaand aanbod: wat, waar, wie;

<ul style="list-style-type: none"> - toetsing bestaand aanbod op zichtbaarheid, kansen voor versterken of aanvullen, specifieke doelgroepen; - Het thema eenzaamheid op diverse momenten in het jaar, via verschillende media, onder de aandacht te brengen van de inwoners. • gerichte verkenning – samen met relevante partijen – van wat nodig is en wat mogelijkheden, kansen en wensen zijn om de aanpak eenzaamheid onder jongeren te versterken. • Coalitiepartners worden regelmatig geïnformeerd over ontwikkelingen, bijeenkomsten enzovoorts.
<p>➤ <i>Bouwsteen 4. Kwaliteit bieden: zorg ervoor dat het aanbod van voldoende kwaliteit is</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Ervaringsdeskundigen worden ingezet bij bijeenkomsten (workshops, trainingen ed.) en communicatie-activiteiten. • Leren van elkaar (elkaars ervaringen) in de aanpak van eenzaamheid wordt gefaciliteerd. • Er wordt gebruik gemaakt van lokale, regionale en landelijke 'Wat werkt kennis'. • Cijfers uit de onderzoeken van o.a. GGD worden, waar mogelijk, ingezet voor effectmeting en evaluatie.
<p>➤ <i>Bouwsteen 5. Informeren: zorg ervoor dat iedereen informatie over eenzaamheid en het aanbod goed en makkelijk kan vinden</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Er wordt jaarlijks een communicatieplan opgesteld waarbij een variatie aan communicatietools wordt ingezet om doelgroepen te bereiken. • Er wordt minimaal twee maal per jaar een nieuwsbrief namens de Beekse coalitie 'Beek samen tegen eenzaamheid' verstuurd. • Het Beekse aanbod om gevoelens van eenzaamheid tegen te gaan wordt jaarlijks geactualiseerd en op de website van de Gemeente Beek verzameld. Deze informatie wordt in het communicatieplan meegenomen.
<p>➤ <i>Bouwsteen 6. Samenwerken: zorg voor samenwerking tussen mensen en organisaties die eenzaamheid willen aanpakken</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • De Gemeente Beek is de kartrekker en zorgt voor realisatie van het plan van aanpak. • Er is een breed netwerk van samenwerkingspartners (lokale coalitie) ontwikkeld dat zich inzet in de bestrijding van eenzaamheid. • De lokale coalitie wordt onderhouden d.m.v. bijeenkomsten, communicatiemateriaal, inspirerende workshops e.d. • De lokale coalitie wordt jaarlijks uitgebreid met nieuwe coalitiepartners. • De Gemeente Beek sluit aan bij de nog op te richten regionale en provinciale werkgroepen. Dit zal worden geïnitieerd vanuit de Provincie Limburg.

7. Acties voor de komende jaren

Beek geeft concreet invulling aan de doelen zoals genoemd in hoofdstuk 6 aan de hand van de zes bouwstenen voor een effectieve en samenhangende aanpak met betrokken partners en sleutelfiguren. Deze bouwstenen vormen de basis voor de aanpak in Beek. Hieronder staan die acties uitgewerkt waar de Gemeente Beek, haar kernpartners en ambassadeurs de komende jaren aan gaan werken.

De acties kunnen worden bijgesteld indien uit (tussentijdse) evaluaties blijkt dat er kansen liggen of behoeften bestaan voor aanvullende of alternatieve acties ter realisatie van de gestelde doelen.

Omschrijving	Bouwsteen	2026	2027	2028	2029	2030
Het opnieuw bekrachtigen van de samenwerking met de bestaande kernpartners van Beek samen tegen eenzaamheid.	6	Q3				
Uitvoering geven aan Contactpunt eenzaamheid door Knooppunt Informele Zorg	2/5/6	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar
Uitbreiden ambassadeurs en sleutelfiguren	1/2/5/6	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar
Zorgdragen voor goede communicatiemiddelen/een communicatieplan waarbij diverse communicatietools worden ingezet.	3/4/5/6	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar
Het activiteitenaanbod actueel houden en regelmatig in beeld brengen (communicatieplan).	3	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar
Streven is om 10 ambassadeurs per jaar aan te laten sluiten bij de coalitie.	1/2/3/5/6	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar
Actief informeren van zorgprofessionals, zoals huisartsen, praktijkondersteuners, maar ook Wmo-consulenten, fysiotherapeuten, basis- en middelbare scholen enzovoorts om de signaalfunctie te vergroten. De mensen die achter de voordeur komen. Waar mogelijk ook combineren met de informatie die beschikbaar wordt gesteld door het WOTO werkatelier 'Ontmoeten'.	2/5/6	Q3	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar
Ondersteunen van bij het opzetten van voorzorgcirkels vanuit Stegen 35.	2/3/6	In overleg				
Onderzoek uitvoeren naar herkenningpunten en natuurlijke ontmoetingsplaatsen in de wijk.	2/3		Q3/Q4			
Onderzoeken van de mogelijkheid om nieuwe initiatieven uit te voeren, zoals een groepje vrijwilligers om het opzetten van waardevolle initiatieven te ondersteunen.	6		Q2/Q3			
Bestaande activiteiten, zoals de theeleutactie, kerstkaartenactie en spellenboxen blijven organiseren.	5	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar
Organisatie van de jaarlijkse Week tegen Eenzaamheid.	1	Q3	Q3	Q3	Q3	Q3
Inspiratie bijeenkomsten organiseren voor en door betrokken partijen, ervaringsdeskundigen en om nieuwe partijen bij de coalitie te betrekken.	1/2	Q1/2	Q1/2	Q1/2	Q1/2	Q1/2

Aansluiten bij regionale en provinciale bijeenkomsten over het verminderen van eenzaamheid georganiseerd door de Provincie Limburg	6	n.n.b.	n.n.b.	n.n.b.	n.n.b.	n.n.b.
Onderzoeken of lokale ondernemers of fondsen een (financiële) bijdrage kunnen leveren aan eenzaamheidsactiviteiten in de kerstperiode.	6	v.a. Q2	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar
Goede monitoring door deelname aan de landelijke benchmark en cijfers GGD en RIVM. Meldingen registeren die bij contactpunt eenzaamheid worden gemaakt. Daarnaast informeren in het netwerk naar ontwikkelingen op lokaal niveau.	4/6	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar	Hele jaar
Tussenevaluatie en bijstelling	4			Q1		

8. Organisatie

Kartrekker van de lokale coalitie

De Gemeente Beek vervult de rol van kartrekker van de lokale coalitie.

De gemeente is verantwoordelijk voor:

- Het aanjagen en coördineren van de uitvoering van het plan van aanpak.
- Het monitoren van de voortgang van de acties en het signaleren van knelpunten, met waar nodig bijsturing.

Uitvoering plan van aanpak

De uitvoering van het plan van aanpak wordt opgepakt door de Gemeente Beek in samenwerking met Knooppunt Informele Zorg, Partners In Welzijn en de andere coalitiepartners.

Lokale coalitie: kernpartners en ambassadeurs

De lokale coalitie bestaat uit kernpartners en ambassadeurs (zie bijlage B voor een voorlopige lijst van betrokken partijen).

- **Kernpartners** denken op verzoek van de kartrekker mee over de inhoud en uitvoering van het plan van aanpak Beek Samen tegen Eenzaamheid. Zij fungeren als klankbord, leveren input, en evalueren jaarlijks de voortgang.
- **Ambassadeurs** zijn organisaties, zowel professioneel als vrijwillig, die de uitgangspunten van de coalitie onderschrijven. Zij helpen bij het signaleren van eenzaamheid, verwijzen waar nodig door, en delen verhalen, ervaringen en informatie.
- **Sleutelfiguren** zijn inwoners, vrijwilligers, maar ook professionals, zoals Wmo-consulentem, fysiotherapeuten, de wijkagenten, praktijkondersteuners enzovoorts die goed verbonden zijn binnen buurten, verenigingen of specifieke doelgroepen en achter de voordeur komen. Zij herkennen signalen van eenzaamheid, brengen mensen met elkaar in contact en stimuleren deelname aan activiteiten.

Landelijke ondersteuning

De coalitie maakt gebruik van ondersteuning van een adviseur vanuit het landelijke programma Eén tegen eenzaamheid (VWS). Deze adviseur helpt bij het opzetten en versterken van de lokale aanpak en samenwerking.

Monitoring en evaluatie

Om continu te leren en verbeteren, is structurele monitoring en evaluatie een vast onderdeel van de aanpak. De volgende uitgangspunten zijn leidend:

- We combineren kwantitatieve gegevens (tellen) met kwalitatieve en participatieve inzichten (vertellen).
- De uitkomsten worden gezamenlijk met partners geanalyseerd: bereiken we onze doelen, en wat zijn mogelijke verklaringen?
- Op basis van deze inzichten worden verbeterpunten en vervolgstappen geformuleerd.

Monitoring en evaluatie in de praktijk

- De ontwikkeling van eenzaamheid wordt gevolgd via de GGD-gezondheidsmonitors die elke twee tot vier jaar worden uitgevoerd.
- De doelen uit dit plan van aanpak (zie paragraaf 5.2) worden periodiek met betrokken partijen geëvalueerd.
- Tweemaal per jaar vindt een kwantitatieve analyse plaats van meldingen bij en opvolging door het *Contactpunt Eenzaamheid* (Knooppunt Informele Zorg).

Jaarlijkse evaluatie

Jaarlijks vindt een evaluatie plaats tussen de kartrekkers en de kernpartners. Hierbij wordt gekeken naar:

- De uitgevoerde activiteiten en hun bijdrage aan het verminderen van gevoelens van eenzaamheid.
- De behaalde kwalitatieve en kwantitatieve resultaten.
- De inzet en besteding van financiële middelen.
- De planning, doelen en acties voor het komende jaar, inclusief mogelijke bijstellingen.

De uitkomsten van de evaluatie worden besproken met de betreffende portefeuillehouder.

9. Financiën

Tot en met 2025 ontving de gemeente een bijdrage uit het Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA) voor activiteiten gericht op het tegengaan van eenzaamheid. Vanaf 2026 is hiervoor geen specifieke rijksbijdrage meer beschikbaar.

De Gemeente Beek heeft echter besloten om vanuit eigen middelen jaarlijks een budget beschikbaar te stellen. Hiermee kan ook in de komende jaren blijvend worden ingezet op het thema eenzaamheid en kunnen de reeds ingezette acties worden voortgezet en verder ontwikkeld.

In onderstaand schema staat, voor zover bekend, een overzicht van de inkomsten en uitgaven van de uitvoering van het plan van aanpak.

Voor de jaren 2028–2030 wordt eind 2027 een geactualiseerde financiële planning vastgesteld, waarbij rekening wordt gehouden met actuele ontwikkelingen, nieuw te initiëren activiteiten en beleidsmatige inzichten.

Omschrijving	2026	2027	2028	2029	2030
Beschikbaar budget Gemeente Beek	€ 9.189	€ 9.418*	€ 9.654*	€ 9.895*	€ 10.142*
Inzet Knooppunt Informele Zorg voor gedeeltelijke uitvoering van het plan van aanpak	- € 4.500	- € 4.500			
Deskundigheidsbevordering kernpartners	- € 500	- € 500			
Communicatie	- € 750	- € 800			
Zomeractie tegen eenzaamheid	- € 939	- € 939			
Kerstactie tegen eenzaamheid	- € 1.000	- € 1.000			
Week tegen de eenzaamheid	- € 250	- € 429			
Inspiratiesessie Beek samen tegen eenzaamheid	- € 1.250	- € 1.250			

* Uitgegaan is van een cumulatieve indexering van 2,5%.

10. Bijlagen

Bijlage 1 Evaluatie Plan van aanpak Beek samen tegen eenzaamheid 2023-2025

Algemeen:

In de afgelopen twee jaar zijn veel activiteiten uitgevoerd om het thema eenzaamheid aan te pakken en bespreekbaar te maken. Samen met de coalitiepartners van Beek samen tegen eenzaamheid zijn diverse initiatieven ontplooid. Naast activiteiten voor ouderen worden, in samenwerking met het jongerenwerk van Partners in Welzijn, ook regelmatig activiteiten georganiseerd om eenzaamheid onder jongeren te verminderen. Uit ervaring blijkt dat deze doelgroep moeilijk te bereiken is.

Na 2025 zal er vanuit de rijksoverheid geen bijdrage meer beschikbaar zijn uit de GALAmiddelen voor het verminderen van eenzaamheid. De Gemeente Beek heeft besloten met ingang van 2026 jaarlijks zelf een budget beschikbaar te stellen om de ingezette koers voort te zetten, zodat de inspanningen niet voor niets zijn geweest.

In 2025 heeft de provincie Limburg het initiatief genomen om gemeenten te ondersteunen bij het verminderen van eenzaamheid onder inwoners. Momenteel werkt de provincie aan de verdere planvorming; in 2026 zal hieraan een vervolg worden gegeven.

Omschrijving	Bouwsteen	2023	2024	2025	Evaluatie Beek samen tegen eenzaamheid
Aanstellen van een of meerdere kartrekkers.	6	Q3			De kartrekker van Beek samen tegen eenzaamheid is de Gemeente Beek ondersteund door Knooppunt Informele Zorg.
Ondertekenen samenwerkingsovereenkomst kernpartners	6	Q4			De ondertekening van de samenwerkingsovereenkomst heeft plaatsgevonden op 10 november 2023.
Inrichten contactpunt eenzaamheid en bekendheid geven aan het contactpunt.	2/5/6	Q4			Het contactpunt eenzaamheid is ingericht en hier wordt op regelmatige basis aandacht aan gegeven. Het nummer van contactpunt eenzaamheid wordt bemenst door personeel van Knooppunt Informele Zorg dat opgeleid is om mensen te helpen met hulpvragen. In 2024 zijn er 42 vragen binnen gekomen en tot november 2025 75 vragen.
Uitbreiden kernpartners en ambassadeurs	1/2/5/6	Q4	Hele jaar	Hele jaar	Het aantal kernpartners is ongewijzigd gebleven. Er is bewust voor gekozen voor algemene kernpartners, zoals PIW en MEE. Daarnaast heeft elke kern een eigen

					<p>kernpartner die verantwoordelijk is voor de lokale contacten.</p> <p>Daarnaast zijn in Beek partijen actief benaderd om aan te sluiten als ambassadeur. Het aantal ambassadeurs is gegroeid van 6 naar 33. Het doel is om jaarlijks 10 nieuwe partijen als ambassadeur aan te laten sluiten.</p>
<p>Zorgdragen voor goede communicatiemiddelen/een communicatieplan waarbij diverse communicatietools worden ingezet: van mond tot mond tot sociale media. Hierbij wordt ook gebruik gemaakt van bestaande websites zoals Vitaal046, NJOY Beek, Op-groeien in 046 en media zoals de Nuutsbaeker. Denk ook aan berichten over initiatieven, praktijkvoorbeelden, voorlichtingen, etc.</p>	3/4/5/6	Q4 e.v.	Hele jaar	Hele jaar	<p>In de afgelopen twee jaar hebben we op gezette momenten gecommuniceerd via diverse mediakanalen, zoals de Nuutsbaeker, sociale media, de gemeentelijke nieuwsbrief van Beek, Vitaalin046.nl en NJOY. Ook in De Limburger zijn artikelen verschenen over de eenzaamheidsaanpak binnen de Gemeente Beek.</p> <p>Daarnaast is veel aandacht besteed aan specifieke activiteiten, zoals de Week tegen Eenzaamheid, de Thee-leutenactie, de decemberactiviteiten en de Kerstkaartenactie.</p> <p>Verder is er een website ingericht als onderdeel van de gemeentelijke website, waar alle actuele informatie te vinden is over Beek samen tegen eenzaamheid.</p> <p>Tijdens de inspiratiesessie Beek samen tegen eenzaamheid in 2024 zijn de aanwezigen geïnformeerd over initiatieven en praktijkvoorbeelden van acties om eenzaamheid te verminderen.</p> <p>Ook heeft de verenigingsondersteuner samen met ambassadeurs en kernpartners meegedacht over activiteiten die zij zelf kunnen opzetten om eenzaamheid te bestrijden.</p>
<p>Onderhouden van de contacten met de deelnemers aan de lokale coalitie d.m.v. bijeenkomsten, communicatiemateriaal, inspirerende workshops, e.d.</p>	2/6	Q4 e.v.	Hele jaar	Hele jaar	<p>De kernpartners worden tweemaal per jaar uitgenodigd om over de voortgang van Beek samen tegen eenzaamheid te spreken. Hierbij wordt gekeken naar de uitvoering van het plan van aanpak en worden er mogelijk bijstellingen gedaan.</p> <p>Kernpartners en ambassadeurs wordt gevraagd, wanneer er activiteiten zijn, om de informatie te delen op hun (sociale) mediakanalen. Daarnaast zijn er</p>

					workshops geweest over het herkennen en omgaan met eenzaamheid voor kernpartners en ambassadeurs. Door langdurig uitval van de docent hebben ze in 2025 nog niet plaatsgevonden, maar deze zullen nog worden georganiseerd.
Het activiteitenaanbod (meer) in beeld brengen.	3		Q1		Het activiteitenaanbod voor inwoners is te vinden op de gemeentelijke website onder Beek samen tegen eenzaamheid. Daarnaast worden tijdens belangrijke momenten, zoals de Week tegen Eenzaamheid en rond de vakantieperiodes, de bestaande Beekse activiteiten extra uitgelicht via de diverse Beekse (sociale) mediakanalen en via Vitaalin046.nl.
Het bestaand aanbod voor het bestrijden van gevoelens van eenzaamheid inzetten.	1/5		Q2 e.v.		Het bestaand aanbod is in Beeld gebracht en hier wordt ook regelmatig ruchtbaarheid aan gegeven.
Sleutelfiguren, inwoners die beroepshalve veel in contact staan met de beoogde doelgroep kunnen hierbij een grote rol vervullen en ervaringsdeskundigen in beeld brengen en, indien mogelijk, inzetten.	2		Q1 – Q2		Gebleden is dat individuele sleutelfiguren lastig te vinden zijn. Vaak maken zij al deel uit van een van de aangesloten partijen die als ambassadeur betrokken zijn. Daarom hebben we ervoor gekozen onze ambassadeurs via persoonlijke gesprekken zo goed mogelijk te informeren over hun rol en die van hun personeel/vrijwilligers binnen Beek samen tegen eenzaamheid. Op die manier kunnen zij signalen opvangen en doorverwijzen naar de juiste kanalen, zoals het Contactpunt Eenzaamheid of een van de Beekse activiteiten. Het inzetten van ervaringsdeskundigen heeft plaatsgevonden tijdens de inspiratiesessie Beek samen tegen eenzaamheid in 2024.
Organisatie van de jaarlijkse Week tegen Eenzaamheid.	1		Q3	Q3	In 2024 heeft de gemeente op drie locaties in Beek, in het kader van de Week tegen Eenzaamheid, bijeenkomsten voor senioren georganiseerd. Deze activiteiten werden gecombineerd met de Week van de Valpreventie. In totaal namen hieraan ruim honderd Beekenaars deel. In 2025 is ervoor gekozen om tijdens de Week tegen Eenzaamheid de bestaande Beekse activiteiten, waar inwoners terecht kunnen, extra onder de aandacht te

					brengen in plaats van zelf een gemeentelijke activiteit te organiseren.
Bijeenkomsten organiseren voor en door betrokken partijen, ervaringsdeskundigen en om nieuwe partijen bij de coalitie te betrekken.	1/2		Q2	Q2	Jaarlijks wordt de inspiratiesessie Beek samen tegen eenzaamheid georganiseerd om betrokken partijen, ervaringsdeskundigen en nieuwe samenwerkingspartners met elkaar te verbinden. Ook in 2025 stond deze sessie gepland, maar vanwege te weinig aanmeldingen kon zij niet doorgaan. De bijeenkomst is verplaatst naar het voorjaar van 2026.
Faciliteren uitwisselen van ervaring in de aanpak van eenzaamheid. Gebruik maken van lokale, regionale en landelijke "Wat werkt kennis".	1/2/4		Q3	Q1 en Q3	In 2024 en 2025 zijn vier bijeenkomsten door GGD Zuid-Limburg georganiseerd op regionaal niveau om partners samen te brengen en ideeën uit te wisselen. De coalitiepartners van Beek samen tegen eenzaamheid zijn voor de bijeenkomsten uitgenodigd. Daarnaast is in november een bijeenkomst geweest van de provincie Limburg voor alle Limburgse gemeenten om de samenwerking en kennisuitwisseling ook vanaf 2026 te waarborgen. In 2026 komt hier een vervolg op.
Goede monitoring door deelname aan de landelijke benchmark en cijfers GGD en RIVM. Meldingen registreren die bij contactpunt eenzaamheid worden gemaakt. Daarnaast informeren in het netwerk naar ontwikkelingen op lokaal niveau.	4/6	Q3/Q4	Q3	Q3	Elke twee jaar wordt de benchmark uitgevoerd waarin onder andere eenzaamheid wordt onderzocht onder de Beekse bevolking. Deze cijfers zullen ook worden verwerkt in het nieuwe plan van aanpak. Naast de telefonische bereikbaarheid merkt Knooppunt Informele Zorg dat de behoefte aan een persoonlijk gesprek toeneemt. Deze gesprekken worden op maat aangeboden: op de locatie van het Knooppunt of – indien gewenst – tijdens een huisbezoek. Ten opzichte van de eerste zes maanden van 2024 is een duidelijke stijging zichtbaar in het aantal vragen. Dit is mede het gevolg van de promotie van het frontoffice. Ook de inspanningen van de coalitie tegen eenzaamheid en de inzet van de meedenkerstelefoon werpen hun vruchten af. <i>Bron: Knooppunt Informele Zorg</i>

Bijlage 2 Overzicht coalitiepartners Beek samen tegen eenzaamheid

dd. 01-02-2026

Kernpartners

- Gemeente Beek
- Burgerinitiatief Genhout
- Centrum Weng / Gemeenschapshuis Neerbeek
- Computer Doe- en Leercentrum
- Daelzicht
- Knooppunt Informele Zorg
- MEE Zuid-Limburg
- Partners in Welzijn
- Seniorenvereniging Beek / KBO Beek
- Vincentius Vereniging
- Zonnebloem
- ZOwonen

Ambassadeurs

- Asosiasi Pertolongan Pertama Beek
- Asosiasi Pertolongan Pertama Spaubeek
- Bella vita
- Bibliotheek Beek
- BILAgroep
- Brandweer Beek
- De Beeker Hof
- Elsmuseum
- Fysioplein Beek
- Gecolux
- Glenn Bloemsierkunst
- Goodlife Training
- GSV' 28
- Heemkundevereniging Beek
- Hestia Zorg
- Huisartsenpraktijk GCN Neerbeek
- Notariaat Pas
- Parochie St. Callistus Neerbeek
- Parochie St. Laurentius Spaubeek
- Parochie St. Martinus Beek
- Plus van Wijnbergen
- PMC Oud Geleen / Beek
- Proteion
- Regiobank
- SNS bank
- Spellenwinkel De Dwalende Dwerg

- Stegen 35
- Vidar in de Wijk
- Vivantes
- Vonken Fysiotherapie
- Zorg Groep Beek
- Zonnebloem Jong westelijke Mijnstreek
- Zuyderland Thuiszorg

Bijlage 3 Activiteiten tegen eenzaamheid in de Gemeente Beek

Activiteiten waarbij mensen die gevoelens van eenzaamheid hebben van harte welkom zijn.

Dit betreft een momentopname van december 2025, voor zover bekend. De lijst met activiteiten wordt meerdere malen per jaar geactualiseerd.

In Beek bestaat een grote mate van betrokkenheid bij organisaties in het sociale domein. Zij spelen een rol bij het bestrijden van gevoelens van eenzaamheid onder Beekse inwoners. Burgerinitiatieven die onder andere als doelstellingen hebben het verminderen en voorkomen van eenzaamheid:

- De dagelijkse inloopactiviteiten in het gemeenschapshuis in Neerbeek en eetpunt Bie Olga, verscheidene dagen per week.
- Stal Nijsten in Gasterie Genhout Treft, onderdeel van Burgerinitiatief Genhout.
- Dorpsgaard Genhout.
- De activiteiten van de bewonerscommissie van de Hoever Residentie, niet alleen toegankelijk voor bewoners van het appartementencomplex, maar ook voor anderen.
- Inloop WOP de Carmel in muziekschool op dinsdag- en donderdagmiddag.
- Soepclubs in Spaubeek en in de Muziekschool
- Mannengroep in Stegen35 (elke woensdag van 13.00u tot 15.00u).

Lopende voorzieningen voor verminderen en voorkomen van eenzaamheid in samenwerking met PIW:

- Contactpunt eenzaamheid i.s.m. Knooppunt Informele Zorg via [046-7508410](tel:046-7508410) of contact@knooppuntinformelezorg.nl
- Samenwerking WOTO (Werkplaats ondersteuning thuiswonende ouderen) waarbij studenten op een innovatieve manier meedenken om eenzaamheid onder ouderen aandacht te geven i.s.m. KIZ en PIW medewerkers.
- Het maatjesproject van Beek waar vrijwilligers gematcht worden met eenzame/kwetsbare ouderen.
- Ondersteuning activiteiten WOP de Carmel.
- Ouderen die bij elkaar in de buurt/wijk wonen aan elkaar koppelen.
- Conversatielessen vanuit PIW in de bibliotheek.
- HOME/GGZ vier keer per week inloop met o.a. gratis koffie/thee, wandelen, naailes, ontbijt (Stegen 35).
- Inzet schoolmaatschappelijk werk op alle basisscholen.
- Inzet schoolmaatschappelijk werk op het middelbaar onderwijs: Het merendeel van de Beekse jongeren gaat naar het Graaf Huyncollege en Groenewald. Op het Graaf Huyncollege is een psycholoog aanwezig (vergelijkbaar met de POH-GGZ bij de huisarts). Groenewald heeft deze psycholoog niet, maar heeft een coachplein waar kinderen naar toe kunnen als b.v. een mentor problemen signaleert. Op alle scholen wordt schoolmaatschappelijk werk ingezet.
- Inzet jongerenwerk,
- Inzet POH-GGZ Jeugd bij de huisartsen.
- Jong046
- Vitaalin046.nl
- Activiteiten van PIW en via platform opgroeienin046.nl
- Vrijwilligerswerkin046.nl

Overige activiteiten die verscheidene doelstellingen bedienen waaronder het verminderen en voorkomen van eenzaamheid:

- Veel reguliere activiteiten van vrijwilligersorganisaties: sportverenigingen, muziekverenigingen en maatschappelijke verenigingen, zoals ZijActief, KBO's / Seniorenverenigingen, Zonnebloem, Computer Doe- en Leercentrum (CDL), Atlas, buurtverenigingen en de Ouderensoos in Spaubeek.
- Kindervakantiewerk Beek, Neerbeek en Genhout
- Via Stichting Leergeld kunnen ouders een bijdrage aanvragen voor deelname van hun kind aan diverse activiteiten op het gebied van onderwijs, sport, cultuur, en welzijn (www.leergeld.nl/ouderinfo/wat-kan-aangevraagd-worden). In de FRIBSS, verzorgd door PIW, staan alle mogelijke financiële regelingen in de Westelijke Mijnstreek.
- Op het MBO zijn coaches aanwezig (Maatschappelijk werkers die gericht zijn op mentale gezondheid van jongeren)
- In de vrije tijd: NJOY activiteiten; programma's voor doelgroepen (incl. jongeren) bij de Haamen.
- Iedere vrijdag van 19.00 uur tot 22.30 uur spellenavond bij Spellenwinkel De Dwalende Dwerg.
- Sinterklaas- en kerstviering bij Spellenwinkel De Dwalende Dwerg waar veel alleenstaanden gebruik van maken.
- Iedere 2^e zondag van de maand openstelling van Elsmuseum. Men staat hier ook open voor vrijwilligers op allerlei vlakken om eenzame inwoners te betrekken bij het museum en zich ergens bij te laten voelen.
- Iedere eerste donderdag van de maand (met uitzondering van januari, juli en augustus) van 14.00 tot 16.00 uur spellenmiddag in Cafe Spech: De Spechmiddag georganiseerd door de Zonnebloem, afdeling Spaubeek.
- GSV'28 organiseert iedere woensdagochtend Walking Football (wandervoetbal) voor 60 plussers. Dit vindt plaats van 10.00 uur tot 11.30 uur.

Bijlage 4 Begrippen

Eenzaamheid (algemeen begrip)

Dit is de overkoepelende term. Iemand voelt zich eenzaam wanneer er een kloof is tussen de gewenste en de feitelijke sociale relaties. Dat gevoel kan verschillende oorzaken hebben.

Emotionele eenzaamheid

Hier ontbreekt een **hechte, intieme band**.

Het gaat niet om het aantal contacten, maar om die ene persoon (of enkele personen) met wie iemand zich diep verbonden voelt.

Voorbeelden:

- Wel veel kennissen, maar niemand om persoonlijke gevoelens mee te delen
- Gemis van partner of beste vriend(in)
- Je niet écht begrepen voelen

Sociale eenzaamheid (ter vergelijking)

Hier ontbreekt een **breder sociaal netwerk**.

Voorbeelden:

- Weinig sociale contacten
- Geen groep om bij te horen
- Weinig interactie met anderen