



Manieren tegen eenzaamheid tijdens coronacrisis



Door het coronavirus mogen ouderen in verpleeghuizen beperkt bezoek ontvangen. Ouderen kunnen daardoor sociaal geïsoleerd raken of zich eenzaam gaan voelen. Gelukkig zijn er mogelijkheden om eenzaamheid tegen te gaan. Tips tegen eenzaamheid tijdens de coronacrisis.

Laatste update: donderdag 28 mei

1. (Video)Bel vaker en langer

Hoe makkelijk is het om wat vaker of langer te (video)bellen? Zo zijn naasten op afstand toch verbonden. Veel bewoners weten niet hoe ze kunnen videobellen of hebben de middelen er niet voor. Check waar bewoners behoefte aan hebben, en hoe je ze hierin tegemoet kan komen.

In een aantal verpleeghuizen loopt er een 'tabletzuster' rond die elke dag een rondje langs de bewoners doet met de tablet om ze te helpen. Bij BrabantZorg hebben ze de [babbelbox](#) ontwikkeld waarin voldoende middelen en instructies te vinden zijn om videobellen voor bewoners zo makkelijk mogelijk te maken.

- Lees meer over [contact houden op afstand](#)

- DAZ, een bureau dat gespecialiseerd is in zorginnovatie, heeft een instructie ontwikkeld om mensen met dementie te leren beeldbellen. [Download de instructie](#)
- Zorgorganisatie Vilente helpt haar bewoners met videobellen en bijvoorbeeld het inspreken van video- en audiogesprekken. [Lees meer over de maatregelen bij Vilente.](#)

2. Maak contactloos contact

In deze moeilijke tijden ontstaan ook heel mooie initiatieven om in contact te komen met bewoners zonder in dezelfde ruimte te zijn en elkaar aan te raken. Zwaai bijvoorbeeld eens voor het raam van een bewoner. Een paar andere leuke voorbeelden van contactloos contact:

Het Glazen Tuinhuis

Claris Zorggroep heeft een huisje in de tuin gebouwd met twee ingangen. Aan de ene kant kan de bewoner het huisje in, aan de andere kant de familie. Gescheiden door een glazen wand kunnen ze elkaar toch zien en spreken.

- Lees het [artikel van Omroep West over het Tuinhuis](#)
- Lees meer over het tuinhuis op de [website van Claris Zorggroep](#)

▪

Babbelen via de kuierbox

De kuierbox van [zorgorganisatie Herfstzon](#) is een 'coronaproof' spreekluisterverbinding. Aan weerszijden van het raam staat een microfoon op een tafeltje, geflankeerd door een gezellig bloemetje. En een kop koffie. Het bezoek zit buiten en de bewoner binnen. Ze zien elkaar door het raam.



Contactloos buitenconcert

[Club Goud](#) organiseert contactloze buitenconcerten voor ouderen. Artiesten treden voor bewoners op in de tuin van het verpleeghuis. Zo kunnen ouderen vanachter het raam of hun balkon toch genieten van mooie muziek. Wil je ook op jouw locatie de bewoners verblijden met een mooi concert? Meld je dan aan via het [aanmeldformulier](#) of [lees hoe je in vijf stappen zelf een contactloos concert organiseert](#)



Foto: Jimmy Israel

De cleaning clowns

In Culemborg hebben de [cleaning clowns](#) de ramen staan zemen bij zorgorganisatie de Beatrix en Betuwehoeve om de bewoners op een ludieke grappige wijze van een lach te voorzien.

-



Cleaning clowns in actie



Cleaning clown

Meer inspiratie opdoen? Lees ook: [Mooie initiatieven verzachten enigszins de coronacrisis](#)

3. Telefoonlijnen voor luisterend oor

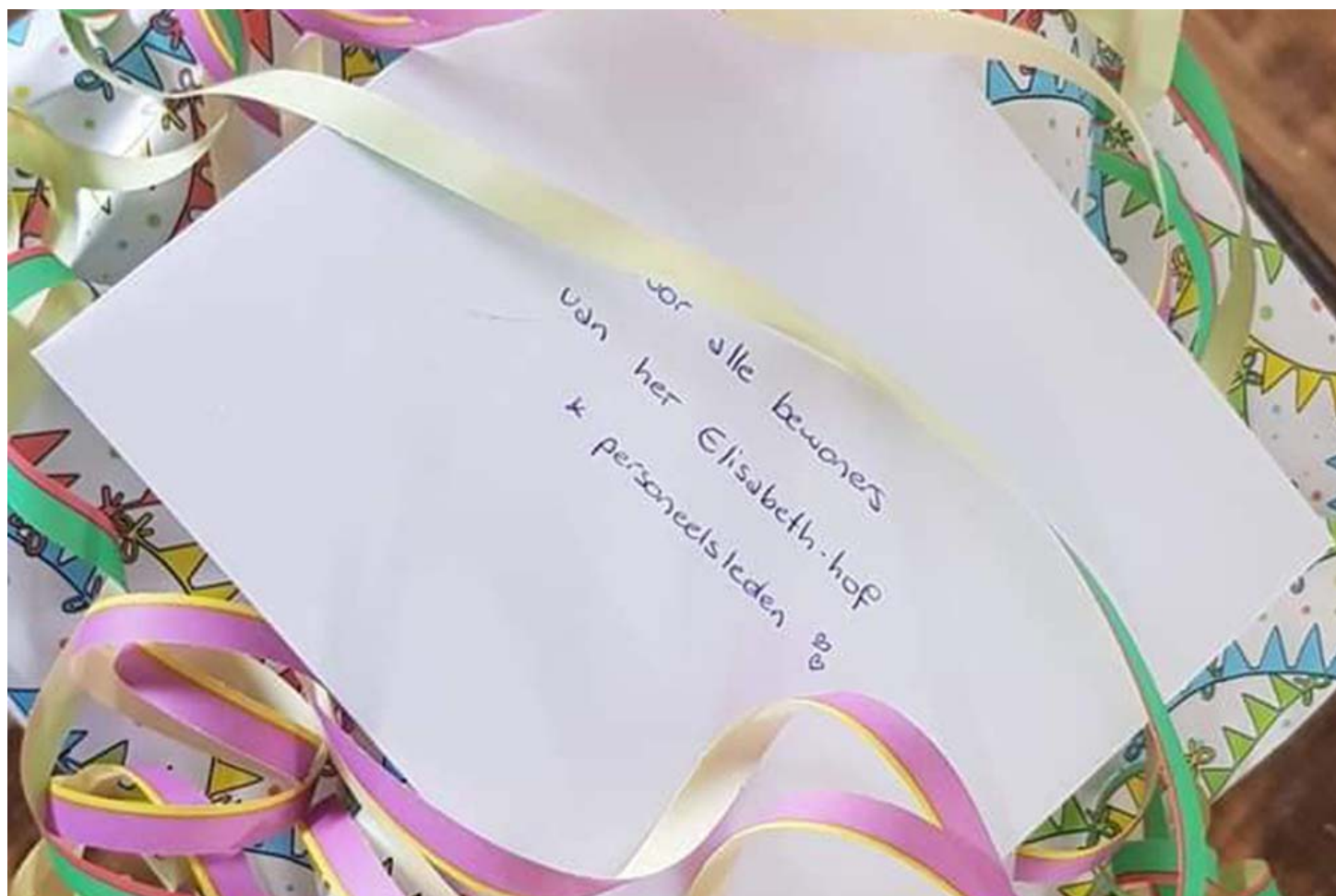
Ook zijn er speciale telefoonlijnen die een luisterend oor bieden:

- [De Luisterlijn](#): die iedereen dag en nacht kan bellen voor een gezellig kletspraatje: ☎ **0900-0767**.
- [De Zilverlijn](#): ouderen krijgen wekelijks een een telefoontje van een vrijwilliger: **088-344 2000**.
- [Ouderenbond ANBO](#): ☎ voor een luisterend oor en ☎ algemene vragen over het coronavirus **0348-466666**
- KRO-NCRV brengt mensen in contact via [Corona Quarantaine Contact](#).

4. Schrijf kaarten en brieven

Veel mensen hebben nu minder reistijd en werken vanuit huis. Dat maakt het goed mogelijk om weer eens een brief te schrijven of een kaartje te posten. Je kan ook gebruik maken van [Omapost](#) (met code coromapest kan dit tegen kostprijs).

Veel verpleeghuizen hebben al een oproep geplaatst om familie, buurtbewoners, vrienden en anderen aan te sporen om brieven en tekeningen te laten maken voor de bewoners. Zo ook [Elisabeth-Hof](#) in Culemborg, waar geen bezoek meer kan komen. De kaarten en tekeningen stromen al binnen!



5. Speel samen online spelletjes

Van veel populaire spellen zijn ook digitale varianten gemaakt die je online met of tegen elkaar kan spelen. [Wordfeud](#) is hiervan een leuk voorbeeld. Scrabble online tegen elkaar, perfect om een eenzame dag van een bewoner te doorbreken. [Bekijk meer online spelletjes voor ouderen](#)

6. Familienet is nu gratis beschikbaar

Omdat familie niet meer op bezoek kan komen is [Familienet](#) nu gratis beschikbaar voor alle zorginstellingen die nog geen account hebben. Via Familienet medewerkers delen berichten, foto's en video's via een veilige persoonlijke pagina. Zo is familie altijd goed op de hoogte van belangrijke en mooie momenten in het

dagelijks leven van de bewoner.

Overzicht van hulpmiddelen tegen eenzaamheid

Aanpakeenzaamheid.nl heeft een overzicht samengesteld van manieren en hulpmiddelen om eenzaamheid te voorkomen of tegen te gaan in de langdurige zorg.

- [Bekijk het overzicht op aanpakeenzaamheid.nl](#)

Meer weten

- Lees ook: [Zinvolle dagbesteding in het verpleeghuis tijdens coronacrisis](#)
- Bekijk ook de [speciale pagina](#) met tips van het VWS Actieprogramma Eén tegen eenzaamheid.
- Lees ook: [Telefoonlijnen en #coronahulp voor ouderen](#)
- Lees meer over het [kabinetsbesluit dat verpleeghuizen geen bezoek meer mogen ontvangen](#)

tags:

[Corona](#) (203), [Eenzaamheid](#) (34)

thema:

[Persoonsgerichte zorg en ondersteuning](#) (335)