

## Eenzaamheid is van iedereen

Eenzaamheid schuilt in het kleinste hoekje.  
Om de hoek waar je het niet verwacht.

Je kan te weinig sociale contacten hebben en je  
daardoor eenzaam voelen.  
Maar je kan ook in gezelschap emotioneel eenzaam zijn.

Eenzaamheid is van iedereen.  
Van jong en oud. Van rijk en arm.  
Als je oud bent, arm of van ver weg, is het risico groter.

Wees waakzaam.  
De simpele vraag 'En hoe is het nu écht met jou?' kan helpen.  
Er gewoon zijn als luisterend oor voor elkaars diepste verhalen  
kan zoveel doen.

Kijk naar jezelf. Wat voel jij? Wat heb je nodig?  
Kijk rond je. Wie zie je niet vaak? Wie heeft jou nodig?

Iedereen kan vereenzamen.  
Bescherm jezelf.  
Help een ander.

