



Goh, **zwaai** eens terug!

Even zwaaien naar elkaar. Dat helpt tegen eenzaamheid, vindt de 83-jarige Lilly van Amstel. Daarom roept de bewoonster van het verzorgingshuis aan het Noordbolwerk in Middelburg voorbijgangers op de hand op te steken. 'Zwaai naar ons', is haar hartenkreet op YouTube

► ZEELAND 2 & 5



GO

HARTENKREET YOUTUBE

‘Zwaai naar oma achter ’t raam’

‘Overal waar een verzorgingshuis staat, is eenzaamheid,’ zegt Lilly van Amstel. Maar daar heeft ze wat op gevonden: ‘Zwaai naar ons!’ Ze zette haar hartenkreet op YouTube.

Luc Oggel
Middelburg

Eenzaamheid onder ouderen is een groot probleem, stelt Lilly van Amstel. De 83-jarige bewoonster van verzorgingshuis SVRZ locatie Noordbolwerk in Middelburg zette daarom een oproep op YouTube. „Een op de zes ouderen vereenzaamt”, vertelt de vrouw, bloem in het haar, in de video. „Jullie rijden elke dag langs een verzorgingshuis met enorme eenzaamheid”, richt zij zich tot de kijkers. „Zwaai naar oma, naar opa. Wij groeten nog niet terug, zijn verbaasd: ‘hee, ze zwaaien naar ons’. Maar morgen, dan zitten we te wachten of jullie weer langskomen en dan zwaaien we ook terug. Dat worden dagen waar we naar uitkijken.”

Mevrouw Van Amstel kwam op het idee voor het filmpje nadat ze een televisieprogramma over eenzaamheid onder ouderen had gezien. „Ik heb toen mijn gedachten op papier gezet en heb het op de familiedag voorgelezen. Eenzaamheid onder ouderen is een groot probleem. Ik ben niet de enige. Je wordt wakker, aangekleed en zit in een stoel, verder is er niks. Je zit in je eigen wereld.” De dagen zijn



▲ Lilly van Amstel zwaait. Ze hoopt dat voorbijgangers dat ook gaan doen.

FOTO DIRK-JAN GJELTEMA

‘heel erg lang’, zegt ze. „Kleinkinderen denken vaak: ‘ze hebben niks te vertellen en hebben allerlei kwaaltjes.’ We kijken naar buiten,

maar als iemand dan zwaait, is dat het waard om voor wakker te worden.”

De oproep is niet alleen bedoeld

voor Middelburgers, maar ‘voor heel Nederland’. „Overal waar een verzorgingshuis staat, is eenzaamheid”, zegt Van Amstel. Haar oproep is eigenlijk breder. „Er is sowieso te weinig aandacht voor elkaar. Maar eenzaamheid is heel deprimerend, dan krijg je dat ouderen euthanasie willen laten plegen.”

Vriendelijk

Het hoeft niet zo veel moeite te kosten, betoogt mevrouw Van Amstel. „Want wie weet kom je ooit in eenzelfde situatie en sta je ook voor zo’n raam naar buiten te kijken en dan denk je: ik zou een koninkrijk geven voor iemand die heel even vriendelijk is.”

Eenzaamheid is een thema dat



Eenzaamheid is heel deprimerend, dan krijg je dat ouderen euthanasie willen laten plegen

–Lilly van Amstel

leeft, zegt ook persoonlijk begeleider Barbara van den Burg van SVRZ. „Wij merken daar zeker iets van, al verschilt het wel van persoon tot persoon. Wat wij sowieso zelf doen als organisatie is het aanbieden van activiteiten, in overleg met de cliënt. Op die manier proberen we dagprogramma op maat samen te stellen.”

De oproep van mevrouw Van Amstel noemt Van den Burg ‘heel mooi’. „Het komt echt vanuit haarzelf. We hopen natuurlijk dat het aandacht oplevert voor eenzaamheid onder ouderen. Want het zit hem in de kleine dingen en dat maakt ook ons ervan bewust: aandacht, zwaaien, een vriendelijke blik, even vragen hoe het gaat. Dat is heel belangrijk.”

SVRZ vraagt op Facebook het bericht te delen. Dat is inmiddels bijna 150 keer gebeurd.