Van én voor mensen met een chronische ziekte
of zorgnood, hun mantelzorgers en vrijwilligers

CHARTER

Samen! tegen eenzaamheid

samana
samen met

Voor organisaties, bedrijven en lokale besturen

Samana zet al 75 jaar in op nabijheid, verbinding en zorg voor mensen met een chronische ziekte of zorgnood, hun mantelzorgers en vrijwilligers. Eenzaamheid raakt hen bijzonder hard, en toch kunnen we samen een beweging creëren die het verschil maakt.

Met dit charter nodigen we organisaties, bedrijven en lokale besturen uit om zich aan te sluiten bij een brede, warme coalitie. **Geen verplichtingen, geen contract, maar een uitnodiging om,** op een manier die past bij jullie eigen missie en mogelijkheden, **bij te dragen aan een Vlaanderen waar niemand er alleen voor staat.**

Een gedeelde ambitie

We vertrekken vanuit een gedeeld inzicht: **eenzaamheid is een structurele uitdaging die iedereen kan raken.** Verbinding, nabijheid en menselijkheid zijn krachtige tegenbewegingen. En elke organisatie, groot of klein, kan op haar eigen manier bijdragen.

Een engagement op maat

Partners kiezen zelf hoe ze willen meedoen. Sommigen zetten het thema eenzaamheid op de agenda binnen hun organisatie of maken het bespreekbaar in teams. Anderen creëren kansen tot ontmoeting in buurten, op de werkvloer of in hun dienstverlening. Nog anderen versterken vrijwilligersinitiatieven, sluiten aan bij lokale acties of zetten hun deuren open voor wie dreigt geïsoleerd te raken.

Een bijzonder moment in het jaar is de **Week tegen Eenzaamheid,** in de tweede week van oktober. Veel partners kiezen ervoor om tijdens die week zichtbaar te maken wat ze het hele jaar door doen, of om net dan een extra actie, activiteit of warm gebaar te organiseren. Deelname is volledig vrij, maar biedt een mooie kans om samen een krachtig signaal te geven: niemand staat er alleen voor.

Elke bijdrage telt: een warm onthaal, een luisterend oor, een toegankelijk aanbod, een samenwerking met lokale actoren, een kleine actie die groot voelt voor wie zich alleen voelt. Het charter biedt inspiratie, geen verplichtingen, jullie bepalen zelf wat haalbaar en betekenisvol is.

Waarden die ons verbinden

We kiezen samen voor **menselijkheid,** omdat we de mens achter elke situatie willen zien.
Voor **verbinding,** omdat niemand er alleen voor zou mogen staan.
Voor **gelijkwaardigheid,** omdat iedereen deel uitmaakt van de gemeenschap.
Voor **betrouwbaarheid,** omdat vertrouwen groeit in kleine stappen.
Voor **engagement,** omdat zorg en solidariteit ons sterker maken.

Samen maken we het verschil

Eenzaamheid terugdringen kan alleen als we het **samen** doen. Door dit charter te onderschrijven, sluit je je aan bij een beweging die licht brengt waar het donker is, en die bouwt aan buurten, teams en gemeenschappen waar niemand vergeten wordt.

Samen tegen eenzaamheid? Ja, vandaag en in de toekomst.

Door dit charter te ondertekenen, zetten wij ons actief in tegen eenzaamheid, met de acties uit de bijhorende checklist als leidraad.

Naam van de organisatie/bedrijf/lokaal bestuur: Ondertekening:

.....

Datum: ..... / ..... / .....

Van én voor mensen met een chronische ziekte
of zorgnood, hun mantelzorgers en vrijwilligers

CHECKLIST

Samen! tegen eenzaamheid

samana
samen met

Naam organisatie/bedrijf/lokaal bestuur: .....

Datum: ..... / ..... / .....

1. Intern bewustzijn

- ☐ Het thema eenzaamheid op de agenda zetten (bv. tijdens teamvergadering of strategische sessie)
- ☐ Een kort teammoment organiseren om te praten over eenzaamheid (bv. 15-minuten brainstorm of check-in)
- ☐ Ideeën verzamelen van medewerkers over hoe verbinding te stimuleren (bv. suggestiebox of digitale poll)

2. Ontmoeting en verbinding

- ☐ Kansen creëren voor ontmoeting op de werkvloer, in de buurt of bij dienstverlening
  (bv. koffiemoment, gezamenlijke lunch, buurtpicknick)
- ☐ Deelname of organisatie van een actie tijdens de Week tegen Eenzaamheid, 2e week oktober
  (bv. een gratis activiteit, workshop of open deur)
- ☐ Laagdrempelige ontmoetingen mogelijk maken voor wie zich geïsoleerd voelt
  (bv. wandelgroep, praatcafé)

3. Vrijwilligers en lokale samenwerking

- ☐ Vrijwilligersinitiatieven ondersteunen die eenzaamheid tegengaan
  (bv. helpen bij lokale ontmoetingsmomenten)
- ☐ Samenwerken met lokale acties of netwerken
  (bv. lokale ouderenraad, buurtcomité, welzijnsorganisatie)
- ☐ Samenwerken met andere organisaties om impact te vergroten
  (bv. coördinatie van gezamenlijke activiteiten)

4. Toegankelijkheid en menselijkheid

- ☐ Warm onthaal bieden aan iedereen die contact zoekt
  (bv. duidelijke bewegwijzering, vriendelijke ontvangst, aanspreekpunt)
- ☐ Tijd maken voor een luisterend oor
  (bv. check-ins met medewerkers, klanten of buurtbewoners, vaste spreekuren)

5. Symbolische acties en zichtbaarheid

- ☐ Zichtbaar maken wat jullie doen tegen eenzaamheid
  (bv. berichten op sociale media, nieuwsbrief, affiches)
- ☐ Een kleine actie organiseren die veel kan betekenen
  (bv. kaartjes sturen, kleine attenties uitdelen, koffiemoment organiseren)

6. Overige initiatieven / acties

- ☐ …
- ☐ …
- ☐ …

Opmerking: vink alles aan wat haalbaar en betekenisvol is voor jullie organisatie.
Elke bijdrage, groot of klein, telt mee in de strijd tegen eenzaamheid.