

In aanloop naar de gemeenteraadsverkiezingen in maart wordt van u gevraagd om scherpe keuzes te maken. Keuzes die recht doen aan urgente opgaven zoals zorg, onderwijs en participatie. En die tegelijkertijd passen binnen de wettelijke verantwoordelijkheid van gemeenten om gezondheidsproblemen, waaronder eenzaamheid, tijdig te signaleren en te voorkomen.

Eenzaamheid onder jongeren is daarbij een urgent, maar vaak minder zichtbaar beleidsvraagstuk. Volgens recente CBS-cijfers voelt 11% van de jongeren tussen de 15 en 25 jaar zich sterk eenzaam. De gevolgen blijven niet beperkt tot het individuele niveau: eenzaamheid vergroot de kans op depressie, verslaving, eetstoornissen, schooluitval en in extremere gevallen suïcide. Daarmee raakt dit vraagstuk direct aan gemeentelijke verantwoordelijkheden binnen zorg, onderwijs en ondersteuning.

“Eenzaamheid is nog te vaak onzichtbaar, maar de gevolgen zijn enorm,” zegt onderzoeker Kyra Haerkens van Join Us. “Wanneer jongeren niet tijdig de juiste ondersteuning krijgen, is gespecialiseerde hulp vaker noodzakelijk. Dat heeft grote impact op jongeren zelf én brengt hoge maatschappelijke kosten met zich mee. Kosten die in veel gevallen voorkomen kunnen worden door vroege signalering en preventieve inzet.”

Join Us werkt samen met gemeenten en sociaal werkorganisaties aan preventieve groepsprogramma's voor jongeren die zich eenzaam voelen. Binnen deze lokale programma's werken jongeren aan hun sociale gezondheid en het opbouwen van verbinding. Inmiddels werken 100 gemeenten samen met Join Us en zien zij hoe preventie bijdraagt aan sterkere jongeren en minder druk op zwaardere voorzieningen.

Juist in de aanloop naar een nieuwe bestuursperiode is dit een relevant moment om te bezien hoe preventie van eenzaamheid onder jongeren structureel kan worden verankerd in lokaal beleid. Om u hierbij te ondersteunen, hebben wij een **meerwaardedocument** opgesteld. Hierin leest u:

- welke maatschappelijke en financiële gevolgen eenzaamheid onder jongeren kan hebben;
- hoe preventie aansluit bij gemeentelijke verantwoordelijkheden en beleidsdoelen;
- welke rol gemeenten concreet kunnen pakken in de komende raadsperiode.

Wij denken graag met u mee over hoe dit thema kan worden meegenomen in beleidskeuzes richting college, raad en de nieuwe bestuursperiode.

[Redacted text]

[Redacted text]

[Stichting Join Us](https://www.join-us.nu) | www.join-us.nu | 085 877 03 42 | Leonardo da Vinciplein 60 | 5223 DR 's-Hertogenbosch

Op al onze activiteiten zijn de [algemene voorwaarden](#) van toepassing.

EFFECTIEF JEUGDBELEID BEGINT BIJ PREVENTIE

Eenzaamheid bij jongeren: wat is het probleem?

In Nederland voelt 11% van de jongeren zich sterk eenzaam! Hoeveel jongeren dit zijn in jouw gemeente zie je terug in de Gezondheidsmonitor van de **GGD**. Eenzaamheid brengt naast persoonlijke problemen ook hoge maatschappelijke kosten met zich mee. Jongeren die zich langdurig eenzaam voelen krijgen te maken met ernstige gevolgen zoals **stress, sociale angst, depressie, schoolproblemen, eetstoornis, verslaving, slechtere immuunrespons, hart- en vaatziekten** en **suïcidaliteit**.

11%

JONGEREN VOELT ZICH
STERK EENZAAM

EENZAAMHEID

€15.500

Uit onderzoek blijkt dat de gevolgen van eenzaamheid gemiddeld € 15.500,- per jongere, per jaar kosten. Deze kosten kunnen oplopen tot maximaal € 172.500,-



"IN DE BRUGKLAS VIEL IK UIT OP SCHOOL.
IK HEB VEEL HULP GEHAD, MAAR HET BOOD GEEN
OPLOSSING. PAS NA MEERDERE JAREN KWAM VIA
DE GEMEENTE EENZAAMHEID TER SPRAKE."

MEER
INFO



JOIN-US.NU

WAT IS DE IMPACT VAN JOIN US?

Steeds meer gemeenten zien het belang van collectieve preventie. De goed onderbouwde groepsinterventie van Join Us vermindert gevoelens van eenzaamheid en verbetert de sociale gezondheid. In 100 verschillende gemeenten startten de afgelopen jaren Join Us groepen in samenwerking met het sociaal werk. Jongeren ontmoeten elkaar en leren hoe ze sociaal sterker kunnen worden waardoor ze na Join Us meer zelfvertrouwen hebben en een netwerk kunnen opbouwen of behouden.

- ✓ Afname eenzaamheidsgevoelens
- ✓ Betere sociale gezondheid
- ✓ Verhoogd zelfvertrouwen
- ✓ Verhoogde maatschappelijke participatie
- ✓ Meer sociale cohesie



De methodiek bestaat uit basisvoorwaarden zoals plezier en veiligheid, peer to peer contact en persoonlijk leiderschap. Vanuit deze veilige basis helpen professionals jongeren en jongvolwassenen om meer inzicht te krijgen in hun eigen gedrag en sociale uitdagingen aan te gaan. Zij bepalen zelf aan welke doelen ze werken. Waarbij de professionals cognitief gedragstherapeutische begeleidingstechnieken inzetten. Een deelnemer stroomt uit wanneer die voldoende sociaal redzaam is om een passend netwerk op te bouwen en behouden. Download de methodiek op join-us.nu.

JOIN US

€1.500

EENMALIG PER JONGERE

85%

VAN DE JONGEREN ZOU JOIN US AANBEVELEN.



"DANKZIJ JOIN US IS MIJN LEVEN COMPLEET VERANDERD. IK HEB MEER ZELFVERTROUWEN EN STUDEER NU WEER."

JOIN US

WAT IS DE MEERWAARDE VAN JOIN US VOOR UW GEMEENTE?



- ✓ Join Us is een landelijke organisatie die lokaal samenwerkt met sociaal werkorganisaties in meer dan 100 gemeenten.
- ✓ Join Us heeft landelijke bekendheid en zet actief in op campagnes waardoor jongeren Join Us goed weten te vinden en zich durven aan te melden.
- ✓ De interventie is goed onderbouwd en erkend door Movisie en het Nederlands Jeugdinstituut.
- ✓ Samen met Utrecht University onderzoekt Join Us de eenzaamheidsinterventie via een wetenschappelijke gerandomiseerde studie (resultaten 2026).
- ✓ Inzet van de eenzaamheidsaanpak van Join Us draagt bij aan het realiseren van gemeentelijke doelen op het gebied van jeugdbeleid en preventie.
- ✓ Join Us versterkt het lokale sociale werk met scholing en kwaliteitsborging op eenzaamheidsaanpak.

WAT MAAKT JOIN US FINANCIËEL INTERESSANT?

- Jongeren die zich langdurig eenzaam voelen krijgen te maken met ernstige gevolgen waarvoor zij hulp nodig hebben. De kosten van deze behandelingen zijn hoog en kunnen voorkomen of verminderd worden door Join Us in te zetten. Het gaat hier om het behandelen van bijv. depressie, angst, verslaving en suicidaliteit.
- Uit de voorlopige kosten-batenanalyse blijkt dat één eenzame jongere de maatschappij gemiddeld € 15.500,- per jaar kost. Deze kosten kunnen oplopen tot maximaal € 172.250,-*.
- Join Us kost eenmalig € 1.500,- per jongere*.

KOSTEN KUNNEN
OPLOPEN TOT MAX

€172.250

WAT ZEGGEN WETHOUDERS OVER JOIN US?



DHR. BLOEM, WETHOUDER ZUTPHEN: "IK VIND DAT DIT PROGRAMMA EEN BIJDRAGE LEVERT AAN HET WELZIJN VAN EEN GROEP JONGEREN DIE ANDERS VEEL INTENSIEVERE HULP NODIG ZOU KUNNEN HEBBEN. DAARMEE DRAGEN WE BIJ AAN HUN WELZIJN ÉN VOORKOMEN WE DE INZET VAN DUURDERE ZORG/ONDERSTEUNING IN DE TOEKOMST."

MEVR. VAN DER SLOOT, WETHOUDER 'S-HERTOGENBOSCH: "ALS GEMEENTE HEBBEN WE DE VERANTWOORDELIJKHEID OM NIET PAS IN ACTIE TE KOMEN ALS HET MISGAAT, MAAR JUUST OM TE VOORKOMEN DAT JONGEREN VASTLOPEN."