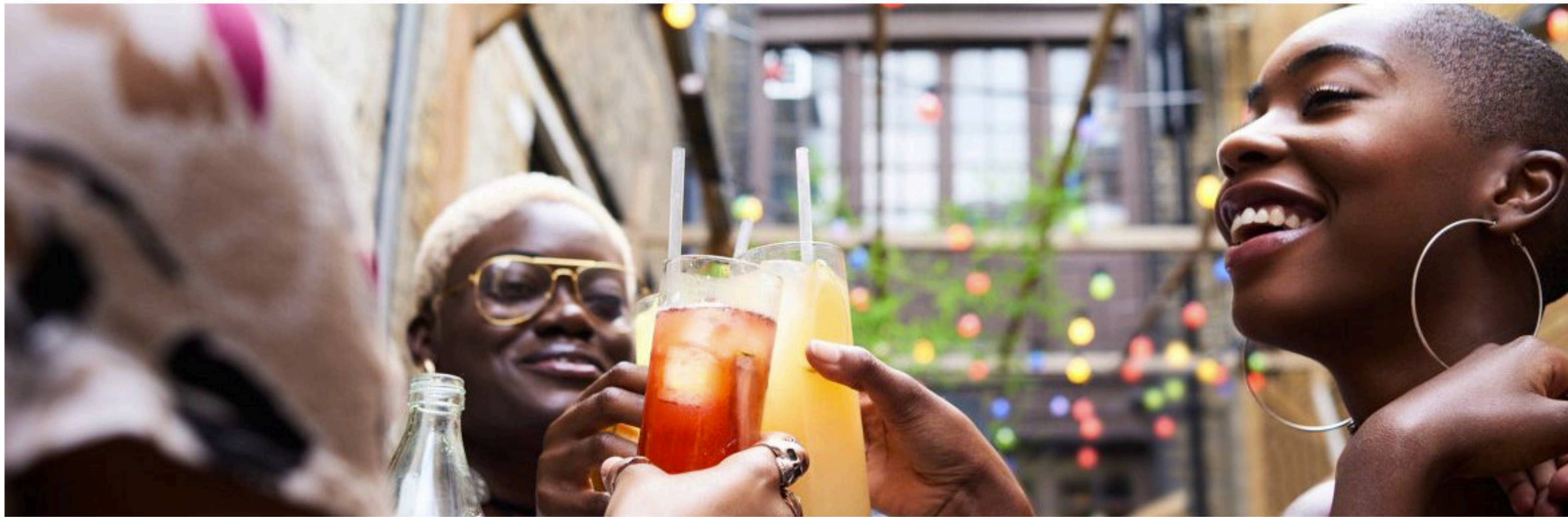


# Op zoek naar vriendschap? Dit mooie initiatief brengt het je

CATEGORIE [LIEFDE & RELATIES](#) TEKST [ELINE HOFFMAN](#)



**R**uim een miljoen mensen in Nederland voelen zich sterk eenzaam. 'Kom erbij' zegt de organisatie van de Week tegen Eenzaamheid, die van 27 september tot 6 oktober duurt. Want eenzaamheid tegengaan begint met contact leggen, en dat kan op veel verschillende manieren.

Eén daarvan is middels het digitale initiatief [Vriendinnenonline.nl](#): een 'vriendinnenzoekmachine' die meiden en vrouwen op zoek naar vriendschap bij elkaar brengt.

Als kind was ze al bezig iedereen overal bij te betrekken en met kerst stond er zelfs een lege stoel aan tafel. "Die was symbolisch bedoeld voor iemand die we zouden tegenkomen, die alleen zou zijn met kerst zodat 'ie bij ons zou kunnen aanschuiven," vertelt Lize Mast, het gezicht achter [Vriendinnenonline.nl](#). Via haar universitaire onderzoek naar de manier waarop mensen online met elkaar communiceren kwam zij in de online wereld terecht. Eerst als hoofdredacteur van verschillende digitale magazines, inmiddels als de kartrekker van [Vriendinnenonline.nl](#).

En daar komt haar harmonische karakter helemaal tot zijn recht. "Het zit er van nature in dat ik mensen wil verbinden. Daarom past een initiatief als [Vriendinnenonline.nl](#) perfect bij mij. Het is een vriendinnenplatform waar je online vriendschappen kunt vinden via een hele grote zoekmachine. Daarin kun je aangeven wat je zoekt: leeftijd, omgeving, interesses, enzovoort. Eigenlijk een soort datingsite voor vriendinnen, maar dan zonder het romantische aspect."

Naast het zoekgedeelte heeft het platform ook een prikboardfunctie. Via oproepjes die daarop geplaatst worden ontstaan er allerlei groepjes. Terrasgroep Amsterdam bijvoorbeeld. Zo is er ook een eetclub in Rotterdam en een groep met vrouwen die samen Nederland willen ontdekken.

Heel handig dus, als je net verhuisd bent naar een nieuwe plek, of als je merkt dat na je studie je vriendschappen verwateren. Je hebt dan wel je collega's, maar een nieuwe levensfase brengt ook weer andere interesses met zich mee. Bovendien zijn er veel meer mensen eenzaam dan we denken, dus een platform als [Vriendinnenonline.nl](#) maakt die drempel tot contact een stuk lager. In die zin is het doel van het platform tweeledig: enerzijds om meiden en vrouwen een laagdrempelige manier te bieden om in contact te komen met gelijkgestemden, anderzijds om eenzaamheid tegen te gaan.

"De drempel om in het dagelijks leven op iemand af te stappen kan best hoog zijn," geeft Lize aan. "We leven in een hele individualistische maatschappij. In de sportschool kom ik zo twintig vrouwen tegen, maar ik praat met niemand. Bovendien zijn we allemaal vaak druk met onze telefoons in de weer, dus zoek dan maar eens aanspraak."

## Lief en leed delen

We hoeven niet uit te leggen dat het onbeschrijfelijk fijn is om iemand te hebben met wie je net zo hard kunt lachen als huilen. Iemand die je begrijpt en die er voor je is, zoals een goede vriendin betaamt. Of, zoals Lize het formuleert: "Een vriendin is een gelijkgestemde. Die zoek je niet op omdat je die hebt, zoals familie, maar omdat het echt een meerwaarde voor je is. Open zijn is super belangrijk in een vriendschap. Je deelt lief en leed met elkaar, je bent er in goede en in slechte tijden."

Is je behoefte aan een nieuwe, mooie vriendschap al aangewakkerd? Op [Vriendinnenonline.nl](#) zijn al meer dan 170.000 vriendschappen gesloten. Jij en je kersverse maatje kunnen maar zo de volgende geluksvogels zijn.

## Steeds minder sociaal

Volgens Lize draagt de grote rol van social media in ons leven bij aan de vereenzaming van mensen. "Sociale media wekken de suggestie dat ze het sociale gedeelte, wat we voorheen in de offline wereld deden, overnemen. Dat we heel veel vrienden hebben en veel interactie hebben met elkaar. Maar er wordt juist veel minder echte verbondenheid gecreëerd."

"Door het missen van die echte contacten ga je bovendien nog meer zitten internetten. Daar word je weer geconfronteerd met wat anderen aan leuke activiteiten ondernemen, waardoor het gevoel versterkt wordt dat je alleen bent. Mensen participeren minder in het publieke leven, zoals het contact met burens en lokale ondernemingen. Dus ja, het lijkt allemaal heel sociaal, maar dat is het eigenlijk steeds minder."

Wat Lize met [Vriendinnenonline.nl](#) doet is juist door gebruik te maken van die onvermijdelijke middelen als internet en social media, stimuleren dat mensen in het echt met elkaar gaan afspreken. "We kunnen niet meer terug naar de tijd zonder internet, dus je moet het omarmen en positief inzetten. Je gaat natuurlijk niet iets bedenken waardoor mensen nooit meer op social media zullen zitten. Daarom halen wij mensen naar de website en stimuleren wij ze daar om elkaar in het echt te ontmoeten, om eens een kopje koffie te drinken met elkaar."