



Al in 2006 timmerde CISA aan de weg. Lenie de Zwaan en Nettie Roes werden toen geïnterviewd door het maandblad Opzij. Deze foto van Mieke Meesen † sierde het artikel 'Alleenwonenden zijn discriminatie BEU'. Beiden zijn nog steeds strijdbaar, want er valt helaas nog genoeg te bevechten.

De foto is aangeboden aan onze Zwitserse zusterorganisatie (zie pagina 10).

Inhoud

Van de redactie

De politieke messen worden geslepen

Wonen voor veranderende huishoudens

'Single zijn is geen wachtkamer'

Al heel lang single: wat doet dat met je?

'Alles wat je moet weten om een buitengewoon leven voor jezelf op te bouwen'

Luistertips

Een boek over vriendschap

Méér dan een kookboek voor singles

Als single een huis in Utrecht kopen? Het kan!

Zwitserse notities

Deze ingezonden brief spreekt voor zichzelf!

Van de redactie

Door Kees van der Leer

Eigenlijk was het geen verrassing dat **het Kabinet** al na 11 maanden regeren **is gevallen**. Sowieso is het woord regeren iets te sterk uitgedrukt. Het was meer een periode van besluiteloosheid en ruzie tussen ego's, waarbij partijbelangen belangrijker werden geacht dan het landsbelang. En alweer kon geen enkele politieke partij betrappt worden op aandacht voor alleenstaanden en eenpersoonshuishoudens. Dit laatste wordt steeds vreemder, aangezien de alleenstaande leefvorm de sterkst groeiende is in Nederland. Er zijn zelfs prognoses die voorspellen dat in 2050 1 op de 2 huishoudens uit één persoon zal bestaan. Zoals u in deze I&S kunt lezen heeft CISA daarom besloten om dit keer de politieke partijen via een brief dringend te vragen om in hun **verkiezingsprogramma** aandacht te besteden aan alleenstaanden. Voor alle zekerheid worden in deze brief ook voorbeelden gegeven van de huidige achterstelling. Ongetwijfeld staan hierin punten die ook u aanspreken. Wij hopen daarom dat u eveneens uw politieke partij wilt vragen om iets te doen aan deze achterstelling.

Ook in een ander opzicht heeft het bestuur van CISA niet stilgezeten. Sinds 2022 is er een **Staatscommissie tegen discriminatie en racisme**. Ook deze commissie is door CISA aangeschreven. In het verleden werd veelal simpelweg gereageerd met de opmerking dat de achterstelling van alleenstaanden geen discriminatie is. We zijn benieuwd of deze commissie eindelijk eens serieus ingaat op de door ons gesignaleerde achterstelling of ons weer met simpele woordspelletjes probeert 'af te schepen'.

De laatste tijd horen we steeds meer berichten dat de komende regering flink zal moeten **bezuinigen en/of belastingen verhogen**. Hierbij alvast **enkele suggesties** voor politici:

1. Stop de mogelijkheid voor partners om voor de inkomstenbelasting onderling te schuiven met uitgaven en ontvangsten. Dit kan de belastingopbrengsten flink

verhogen en levert ook een meer leefvormneutraal belastingstelsel op.

2. Beperk de kinderbijslaguitkeringen en andere kindregelingen tot de eerste twee kinderen en maak deze inkomensafhankelijk. Laat ouders ook ziektekostenpremie betalen voor hun kinderen, eventueel ook inkomensafhankelijk.
3. Laat meerpersoonshuishoudens afvalstoffenheffing etc. betalen die evenredig is aan het aantal personen dat deel uitmaakt van dit huishouden.

Mocht u ook nog soortgelijke tips hebben, laat ons dit weten!

Wij hebben gemerkt dat - in tegenstelling tot de politiek - **de pers, de sociale media en andere publicaties** zich wel steeds meer met alleenstaanden bezighouden. In dit nummer worden diverse voorbeelden gegeven. Soms is die extra aandacht een sombere constatering. Zo meldden de media eind juli 2025 uitvoerig dat de geconstateerde 'energiearmoede' vooral 'alleenstaanden treft die leven van een pensioen of uitkering.' Geen wonder, want alleenstaanden kunnen dit soort vaste lasten niet delen met een partner.

Een alleenstaande wordt vaak gevraagd waarom hij of zij nog geen relatie heeft, want alleen is zo eenzaam. Een van de besproken auteurs reageert hierop met de terechte opmerking: 'Aan mensen in een relatie wordt ook niet gevraagd waarom zij nog bij elkaar zijn. Terwijl mensen in een relatie zich evengoed eenzaam kunnen voelen.'

Het zal u uit eerdere berichten al zijn opgevallen dat CISA nauwe contacten onderhoudt met steeds meer **buitenlandse organisaties** die de belangen van alleenstaanden behartigen. In dit nummer staat een verslag van het bezoek dat twee bestuursleden van CISA brachten aan Pro Single Schweiz, dat dit jaar het 50-jarig jubileum viert. En met dit feestelijke bericht wensen wij u veel leesplezier!



De politieke messen worden geslepen

Het zal u niet ontgaan zijn dat we in het najaar nieuwe verkiezingen tegemoet gaan, na de val van het kabinet-Schoof op 3 juni.

In plaats van te wachten op de diverse verkiezingsprogramma's om deze minutieus door te nemen en commentaar te leveren, pakt CISA het deze keer anders aan. Wij hebben er ditmaal voor gekozen politieke partijen rechtstreeks aan te schrijven om aandacht te vragen voor de positie van alleenstaanden.

De directe aanleiding was een tip van een bekende die actief is binnen De Dertigers (CDA). Van haar vernamen we dat het CDA maatschappelijke organisaties heeft opgeroepen om met input voor hun verkiezingsprogramma te komen. Daar hebben we uiteraard gretig gebruik van gemaakt! En wel met de volgende oproep, die we ook naar alle andere partijen hebben gestuurd:

Aan de fractieleden van [Naam partij]

De positie van alleenstaanden in Nederland: een urgente maatschappelijke opgave

In Nederland groeit het aantal eenpersoonshuishoudens gestaag. Op dit moment wordt het aantal alleenstaanden in Nederland geschat op 3,3 miljoen.

Een partij die recht wil doen aan de samenleving van morgen, erkent deze groep en stemt haar beleid hierop af. [Naam partij] heeft de kans om hierin een voortrekkersrol te spelen.

Volgens het CBS zal in 2050 bijna 1 op de 2 huishoudens uit slechts één persoon bestaan. Deze demografische trend vraagt om een fundamentele herziening van wet- en regelgeving, die momenteel vaak nog is gestoeld op het klassieke tweepersoonshuishouden of het gezin als norm.

Structurele achterstelling van alleenstaanden

Alleenstaanden worden op diverse terreinen structureel benadeeld:

- **Belastingen en toeslagen:** Alleenstaanden betalen relatief meer belasting. Dit komt vooral doordat stellen kunnen schuiven met bijtel- en aftrekposten. Dit levert een groot fiscaal voordeel op waar alleenstaanden geen gebruik van kunnen maken. Verder zijn er concrete ongelijkheden op gemeentelijk niveau. Denk aan de **afvalstoffenheffing**, die in veel

gemeenten een vast bedrag per huishouden bedraagt, ongeacht het aantal gezinsleden. Een alleenstaande betaalt dus evenveel als een huishouden met meerdere personen, wat leidt tot een onevenredig hoge last per persoon. Als een gemeente toch een afzonderlijk tarief heeft voor eenpersoonshuishoudens dan betalen ze per persoon verhoudingsgewijs toch nog meer.

Ook de **erfbelasting** is een pijnpunt: een alleenstaande die erft van een goede vriend(in) betaalt vaak het hoge tarief voor 'derden' (30-40%), en kan aanspraak maken op een vrijstelling van slechts € 2.658 (2025). Gehuwden of geregistreerde partners daarentegen kunnen tot wel € 800.000 belastingvrij erven.

- **Woningmarkt:** Alleenstaanden hebben minder financiële draagkracht, maar concurreren op dezelfde woningmarkt als tweeverdieners. Dit leidt tot verdringing en uitsluiting, vooral in stedelijke gebieden.

Sociale huur is voor alleenstaanden vaak buiten bereik door een inkomen dat boven de inkomensgrens ligt, terwijl bij midden- en particuliere huur het inkomen vaak weer te laag is voor de inkomenseis voor dit type woning. Zo vallen veel alleenstaanden tussen wal en schip.

- **Pensioen en zorg:** Alleenstaanden dragen bij aan een collectief nabestaandenpensioen, maar maken daar zelf vrijwel geen gebruik van.

Een alleenstaande die in een verzorgingshuis moet worden opgenomen betaalt na enige tijd een aanzienlijk hogere eigen bijdrage dan iemand met een thuiswonende partner.

- **Sociale participatie:** Veel maatschappelijke organisaties en bedrijven – van verzekeringen tot lidmaatschappen, uitjes en hotelkamers – zijn ingericht op koppels of gezinnen, waardoor alleenstaanden relatief meer moeten betalen voor dezelfde diensten.

Aanbevelingen voor wet- en regelgeving

Om recht te doen aan deze groeiende groep burgers, zijn de volgende aanpassingen noodzakelijk:

1. Fiscaliteit herzien:

Ontwikkel een eerlijker belasting- en toeslagenstelsel waarin het individuele inkomen en de draagkracht leidend zijn, ongeacht burgerlijke staat.

Voer voor de erfbelasting een boedelbelasting in, waarbij de te betalen erfbelasting geheel wordt bepaald door de omvang van de nalatenschap, ongeacht de burgerlijke staat van de ontvanger. Een alternatief zou kunnen zijn dat een alleenstaande een vriend of vriendin kan aanwijzen met dezelfde voordelen als een (geregistreerde) partner.

De afvalstoffenheffing dient te geschieden naar rato van

het aantal personen per huishouden, omdat dit de hoeveelheid afval die moet worden doorberekend bepaalt.

2. Betaalbare woningtoewijzing stimuleren: Zorg voor meer huur- en koopwoningen die geschikt zijn voor eenpersoonshuishoudens.

3. Pensioen en zorg: Maak het partnerpensioen optioneel, waardoor iemand die hiervoor kiest zelf de premie moet betalen.

4. Erken alleenstaanden als volwaardige huishoudens: In beleid, communicatie en regelgeving dient de alleenstaande als gelijkwaardige leefvorm erkend en zichtbaar gemaakt te worden. Dit impliceert dat bij het nemen van beleidsmaatregelen moet worden aangegeven wat het effect voor alleenstaanden is.

Conclusie

Alleenstaanden vormen geen uitzondering, maar een groeiende bevolkingsgroep. Zoals eerder aangegeven: **Een partij die recht wil doen aan de samenleving van morgen, erkent deze groep en stemt haar beleid hierop af. [Naam partij] heeft de kans om hierin een voortrekkersrol te spelen.**

Bijlagen: de links hieronder: ¹

Petitie 'Alleen is oké'; bijna 15.000 keer ondertekend, aangeboden in 2021.

Online webserie 'Alleen is oké' over achterstelling en discriminatie alleenstaanden in Nederland door Marjon Moed.

Tot dusverre kregen we een ontvangstbevestiging van JA21, BBB, Volt en de SGP.



MAAR ER IS MEER!

Sinds 2022 kent Nederland een 'Staatscommissie tegen discriminatie en racisme'. Haar opdracht luidt in het kort:

'De staatscommissie heeft de opdracht om de overheid en haar dienstverlening door te lichten op het gebied van discriminatie. Daarom zijn twee discriminatietoetsen ontwikkeld voor beleidsmakers en publieke dienstverleners (inclusief gemeenten): de Discriminatietoets Beleidsprocessen en de Discriminatietoets Publieke Dienstverlening. Met de discriminatietoetsen kunnen overheidsorganisaties inzicht krijgen in risico's op discriminatie die verbonden zijn aan de manier waarop dienstverlening wordt georganiseerd of de manier waarop beleid wordt ontwikkeld, geïmplementeerd of geëvalueerd. Na afronding van de lopende pilots publiceert de staatscommissie beide discriminatietoetsen, zodat deze breed te gebruiken zijn voor alle overheidsorganisaties.'

Voor CISA voldoende aanleiding om de brief voor de politieke partijen – iets aangepast – óók aan deze commissie te sturen.

De commissie heeft als volgt gereageerd:

*Geachte Stichting CISA,
Dank voor uw bericht, waarin u de positie van alleenstaanden in Nederland toelicht. De staatscommissie doet onderzoek naar discriminatie op alle gronden van artikel 1 van de Grondwet. Daarbij gaat het niet alleen om de expliciet benoemde gronden, maar om, zoals het artikel eindigt, welke grond dan ook. Ik heb u toegevoegd aan de verzendlijst voor onze toekomstige rapportages.*

1. <https://petities.nl/petitions/alleen-is-oke>
https://www.youtube.com/playlist?list=PLEi_JTik9yAbNtYGs-UYMhiOtPXmCkS1VO

Ook te vinden op onze sociale media en website.



Wonen voor veranderende huishoudens

Er is in ons land steeds meer belangstelling voor de groeiende groep alleenstaanden. Een positieve ontwikkeling! Ook de jongere generatie houdt zich hiermee bezig, zoals blijkt uit het afstudeeronderzoek van Fenne van Mierlo (2004) aan de Fontys Hogeschool Tilburg. Zij onderzoekt de toekomst van wonen met een focus op veranderende huishoudens.

Het onderzoek is te volgen op:
<https://www.linkedin.com/in/fenne-van-mierlo/>;
<https://medium.com/@fennevanmierlo>.



'Single zijn is geen wachtkamer'



Charlotte Wilmssen omarmt in haar boek de acht fases van het singleleven.

Volgens het CBS leven meer dan 3,3 miljoen mensen in Nederland alleen en dat worden er steeds meer. In 2047 zal 1 op de 4 volwassenen alleenstaand zijn. Maar niet getreurd: in het nieuwe boek *Single zijn is geen wachtkamer* biedt Charlotte Wilmssen je een verfrissende kijk op het singlebestaan. Gebaseerd op haar eigen ervaringen en vele gesprekken met experts

en andere ervaringsdeskundigen, beschrijft ze de acht fases van het singleleven. Van daten, situationships en ghosting tot liefdesverdriet, eenzaamheid en zelfontwikkeling: dit boek gaat geen taboe uit de weg en toont je de waarde en gouden randjes van iedere fase.

Met *Single zijn is geen wachtkamer* wil Charlotte singles én hun omgeving laten zien dat single zijn een waardevolle

periode kan zijn. Een tijd waarin je volop kunt reflecteren over wat je wilt in het leven en over wat écht belangrijk voor je is. 'Ik wil met dit boek het single zijn uit de taboesfeer halen', aldus Charlotte. 'Ik was helemaal klaar met de vooroordelen waar ik zelf steeds mee geconfronteerd werd. Alsof je leven niet volwaardig kan zijn zonder partner.'

Zelf is Charlotte acht jaar single, een periode waarin ze haar mindset (kijk op de wereld, red.) volledig heeft zien veranderen. Ze heeft ervaren dat single zijn niet altijd makkelijk is — het kan onzekerheden, eenzaamheid en vragen met zich meebrengen. Toch ontdekte ze ook de kracht van alleen zijn: het kan je helpen jezelf beter te begrijpen en een sterke basis voor je eigen geluk te leggen. Met de nodige humor en herkenbaarheid heeft Charlotte al haar inzichten nu verzameld in dit (h)eerlijke boek, een *must-read* voor iedere single. Want je bent niet alleen en je bent veel meer dan alleen!

BELUISTER OOK DE POPULAIRE PODCAST!

Charlotte Wilmssen is de host van de populaire Vlaamse podcast *How to be Single*. Ze bouwde het merk uit tot een vaste waarde, organiseert intussen events en reizen voor singles en host een online community voor singles, The Singles Hub. Meer info via <https://howtobesingle.be/>.

Charlotte Wilmssen, Single zijn is geen wachtkamer: Omarm de acht fases van het singleleven. Uitgeverij Pelckmans, 2025. 176 pagina's. ISBN 978 94 6383 692 0.

Al heel lang single: wat doet dat met je?

Geplaatst met toestemming van *nu.nl*.

Ons land telde nog nooit zoveel singles en dat aantal neemt de komende jaren waarschijnlijk alleen maar toe. Wat doet het met je als je heel lang vrijgezel bent? En hoelang kun je zonder intiem contact? *NU.nl* vroeg het experts.

Over een groot deel van de alleenstaanden hoeven we ons geen zorgen te maken, denkt Tila Pronk. Zij is universitair hoofddocent sociale psychologie aan Tilburg University en auteur van het boek *Hartstocht*. 'Deze mensen hebben een florerend sociaal netwerk van familie, vrienden en collega's.' Of het nou een liefdespartner is, of bijvoorbeeld je moeder of een vriend: als je weet dat mensen in je leven je onvoorwaardelijk steunen, gaat het goed. 'Stel: je bent ziek. Is er dan iemand die boodschappen langs komt brengen of je naar de huisarts brengt?'

Mis je zo'n persoon in je leven en heb je geen relatie, kan dat gevoelens van eenzaamheid oproepen, vertelt Pronk. 'Als iemand wel heel graag een relatie wil en dat niet lukt, kan dat frustrerend zijn. En heb je verder niemand in je leven die je kunt bellen, dan kan dat mentale en fysieke consequenties hebben. Zo heb je een verhoogde kans op depressieve gevoelens en verslavingen, en ben je vatbaarder voor virussen.'

En die eenzaamheid is ook op de lange termijn niet zonder risico: het is zelfs een belangrijkere oorzaak van hartklachten dan roken. Daar blijft het niet bij: onderzoek toont aan dat mensen die single zijn minder snel naar de huisarts gaan. Je mist dan namelijk iemand die jou goed kent en tegen je zegt dat je erg bleekjes ziet of bent afgefallen.

HECHTE VRIENDSCHAP IS NIET TE VERGELIJKEN MET RELATIE

'Maar dan heb ik het alleen over de mensen die geen sociaal netwerk hebben waar ze op kunnen terugvallen', benadrukt Pronk. 'Uit recent onderzoek blijkt namelijk dat het veel beter gaat met singles dan lang werd gedacht.' Waar singles nog wel negatieve gevolgen van ondervinden, is dat zij niet aan maatschappelijke verwachtingen voldoen. Vooral bij vrouwen van rond de dertig jaar speelt dit. Als zij zich niet settelen en kinderen krijgen, worden daar vaak opmerkingen over gemaakt. Daar moet eens een eind aan komen, vindt Pronk. 'Aan mensen in een relatie wordt ook niet gevraagd waarom zij nog bij elkaar zijn. Terwijl mensen in een relatie zich evengoed eenzaam kunnen voelen.' Single zijn werd vroeger meer als een probleem gezien, als je het vergelijkt met hoe we er nu naar kijken, zegt Dineke van Kooten. 'Nu kan iedereen, ook economisch gezien,



onafhankelijk door het leven gaan', vertelt de coach persoonlijke ontwikkeling en auteur van het boek *De fik erin. Op weg naar een vurige relatie*.

Van Kooten vindt dat je een hechte vriendschap niet kunt vergelijken met een relatie. Goede vrienden zijn fantastisch, maar dat is volgens haar niet hetzelfde. 'Een relatie schuurt meer, je kunt elkaar niet mijden als er onenigheid is. Daardoor leer je jezelf beter kennen. Ook niet onbelangrijk: een liefdespartner biedt steun en stimuleert je om het beste uit jezelf te halen.'

OOK SEKS ALS SINGLE KAN VOOR GEVOEL VAN VERBONDENHEID ZORGEN

Als vrijgezel kun je soms langere tijd door het leven gaan zonder seks met een partner te hebben. Seksuoloog Astrid Kremers van *sexuoloog.nl* zegt dat dit niet schadelijk is voor je gezondheid. 'Maar door een gebrek aan intimiteit kun je wel verdriet, eenzaamheid en onzekerheid ervaren.' Pronk noemt het een achterhaald idee, dat je als single geen seks hebt. 'Je kunt seks hebben met jezelf, een scharrel of een onenightstand.' Kremers sluit zich daarbij aan: 'Er zijn talloze manieren om seksueel actief te zijn. Het gaat erom dat je de vorm vindt die bij jou past en die haalbaar is.'

Als je seks hebt met iemand anders of jezelf, komen er bepaalde stoffen vrij. Die zorgen voor meer zelfvertrouwen en zorgen ervoor dat je je weer lekker voelt in je lijf. Een ander voordeel van (plezierige) seks met een ander: het zorgt voor een diepe verbondenheid met elkaar. Maar om je diep verbonden te voelen met de ander is het niet per se nodig om seks te hebben. 'Dat kan bijvoorbeeld ook door een knuffel of ander huid-op-huidcontact', weet Kremers.

Sarah Sitanala, nu.nl, 8 oktober 2023

'Alles wat je moet weten om een buitengewoon leven voor jezelf op te bouwen'

In hun boek *Single* gaan Lizzy van Hees en Emma de Thouars in op de onderwerpen die ze in hun podcast *Steeds meer singles**) behandelen, zoals alleen wonen, daten, soloreizen, maatschappelijke normen en alleenstaand ouderschap.

'Als trouwe luisteraar van de podcast én als single verheug ik me zeer op dit boek! Je kunt een volledig fijn leven alleen opbouwen, zeker met behulp van Lizzy en Emma's tips en tricks.' **Saskia Noort**

Lizzy van Hees en Emma de Thouars zijn allebei single. Ze zijn gelukkig en hebben er absoluut geen moeite mee om vrijgezel te zijn, maar ze merken dat de wereld om hen heen daar niet op ingesteld is. Single zijn lijkt nog altijd gezien te worden als een uitzondering, hoewel in 2050 vermoedelijk de helft van de huishoudens in Nederland en Vlaanderen uit één persoon zal bestaan. In *Single* bespreken ze verschillende thema's rondom het leven van singles: alleen wonen, soloreizen, sociale verwachtingen, daten en veel andere onderwerpen die in hun succesvolle podcast *Steeds meer singles* aan bod komen. Ze vullen hun verhalen aan met achtergrondinformatie en cijfers, en gaan in gesprek met andere singles en deskundigen. Kun je überhaupt happy single zijn als

je een onvervulde kindervens hebt? Wat zijn de lusten en lasten van (online) daten? En hoe ervaren queer singles hun solobestaan? Van Hees en De Thouars hebben als doel singles te emanciperen en het singleleven te normaliseren. Singles zijn niet óf vrijgevochten óf zielig; ze zijn er in alle soorten en maten. Met hun boek *Single* tonen ze op een inspirerende en aantrekkelijke manier het gehele spectrum.

Lizzy van Hees en Emma de Thouars, *Single*. Meulenhoff Boekerij B.V., 2025. 256 pagina's. ISBN 9789402324853.

*) Zie ook I&S 116 en de luistertips op deze pagina.



Luistertips

'Steeds meer Singles', de bekende podcast van Lizzy van Hees en Emma de Thouars. Aflevering 41 - '**Single's Politics**' met Rob Jetten. <https://dagennacht.nl/podcast/steeds-meer-singles/>

De Publieke Tribune, aflevering 174 - **Allemaal alleen**, 15 februari 2025. Een gesprek over hoe je je als alleenstaande staande houdt in een samenleving die niet voor jou lijkt te zijn ingericht. <https://www.nporadio1.nl/podcasts/de-publieke-tribune/119469/174-allemaal-alleen>. Een van de gasten is ons bestuurslid Marjon Moed.

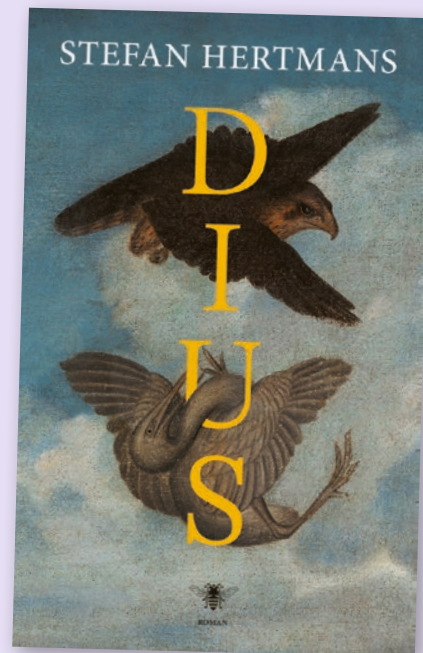
'**Een vrouw alleen**': <https://npd.nl/luister/podcasts/58-docs/125604>.

Hoe maken we ons los van het negatieve beeld dat rust op vrouwen zonder kinderen en zonder relatie? En de angst om 'alleen' over te blijven? In deze radiodocumentaire gaat Eva Nijs op zoek naar nieuwe voorbeelden, vier vrouwen vertellen over hun leven zonder gezin. Hoe gaan zij om met de maatschappelijk blik en wat levert dit leven hen op? Een verhaal met een nieuwe kijk op wat normaal is en over de vele manieren waarop we ons kunnen verbinden. Een documentaire van Eva Nijs, muziek Tess van der Velde, eindmix Rinkie Bartels, eindredactie Ottoline Rijks. DOCS is de documentaire podcast van de publieke omroep onder eindredactie van NTR en VPRO. Presentatie: Mina Etemad. Meer informatie: 2doc.nl/docs.

Een boek over vriendschap

Wanneer student Dius bij zijn docent Anton aanbelt en hem zijn onvoorwaardelijke vriendschap aanbiedt, begint alles in hun beide levens te schuiven. Wat hen bindt is hun verlangen om in een andere tijd te leven – de ruimte van de polders, de sublieme schilderkunst, de schoonheid die verloren gaat. En die alsnog, weliswaar te laat, een van hen wereldberoemd zal maken, ondanks de zware littekens die het leven hun toebrengt. Met *Dius* vertelt Stefan Hertmans het onweerstaanbare levensverhaal van een onmodieuze kunstenaars-ziel, in de grote traditie van de oude schildersbiografieën.

Stefan Hertmans, *Dius. De Bezige Bij*, 2024. 320 pagina's. ISBN 9789403133836.



Méér dan een kookboek voor singles



Emma de Thouars kookt al jaren voor zichzelf en doet niets liever. In *Solo* deelt ze recepten en geeft ze slimme tips over boodschappen doen voor één en restjes opmaken. Want in je eentje krijg je natuurlijk nooit die hele bloemkool/spitskool/zak spinazie of dat blik bonen op. Emma houdt rekening met kleine keukens. Zonder grote apparaten en met een beperkte voorraadkast kun je alsnog de sterren van de hemel koken. Verwacht veel lekker-op-alles-sauzen en groenten die je op verschillende manieren kunt bereiden zodat je nooit de hele week hetzelfde hoeft te eten. Met realistische recepten, want ja, koken voor jezelf is de ultieme manier van selfcare, maar vaak ben je aan het einde van de dag moe en wil je snel iets lekkers eten. Denk aan groentefritters, geen-werksalades, deconstructed gimhap, labneh met toppings, brothy beans en boterkoek of een goede snack voor één.

Emma de Thouars, *Solo*. Nijgh & Van Ditmar, 2024. 176 pagina's. ISBN 9789038814971.

Beeldcredits: Sophia van den Hoek
Vormgeving: Jelle F. Post

Als single een huis in Utrecht kopen? Het kan!

Ingezonden door Poem ter Mors



RTL Nieuws kopte in augustus 2024* met het bericht dat de alleenstaande Jan Modaal bijna nergens een huis kan kopen: slechts 1,7 procent kan zich een stulpje veroorloven. Voordat uw innerlijke criticaster losgaat: ik ben geen Jan Modaal. Mijn inkomen ligt hoger, dus ik besef dat ik een betere uitgangspositie heb. Maar tegelijkertijd woon ik in Utrecht, waarin het een hel is om 'ertussen te komen'. En daarom deze column. Om te laten weten dat het zelfs in Utrecht mogelijk is om als vrijgezel een kleingrondbezitter te worden.

De zoektocht begon lange tijd geleden. Als 35-jarige single man heb ik te maken met veel eerste of tweede geboortes van kinderen en huisaankopen van mensen om me heen. Gaan gesprekken op verjaardagen de helft van de tijd over die kinderen of de woningmarkt. Tijdens die momenten knik ik gedwee mee als het gaat over hypotheekrentes, taxatiewaardes en overbieden. 'Dat komt nog wel' denk ik terwijl ik me richt op het volgende speciaalbiertje en een opmerking maak in de trant van dat het gekkenwerk is op de markt. En dan vooral voor singles en ik huren echt heus wel prima vind. Maar toch ging het ook bij mij kriebelen en begon anderhalf jaar geleden mijn vooronderzoek.

Voor als je me niet kent (dat doet het gros van jullie niet): ik ben geen Jan Modaal, maar wel een Pietje Precies.

Dat is geen pré als je in je eentje de woningmarkt in Utrecht wilt betreden. Voor mijn gevoel verloor ik het afgelopen jaar een tiental IQ-punten, want ik begreep er bar weinig van. Zelfs met het betere Googlewerk en de fijne hulp van vrienden en familie lukte het me niet alle bomen door het bos te zien. Mijn eisen daalden (het zoekgebied breidde uit naar diep in Zuilen), er werd een hypotheekadviseur en makelaar gevonden (aanraders zijn bij mij op te vragen) en biedlogboeken werden angstvallig in de gaten gehouden. En dat is best pittig om allemaal in je eentje te doen.¹

Het lukte maar niet. Mijn biedingen gingen hoger en hoger, maar mijn concurrenten deden net zo hard mee. En die hadden vaak een partner of een overwaarde, waardoor ik steeds naast het net viste. Soms zeemijlen verder, want ruim vijf ton voor een woning in mijn eentje had ik er niet voor over. Heb ik ook niet eens. Ik schreef begeleidende brieven mee om mijn 'alleenerige' situatie toe te lichten, maar niets mocht baten.

Tot dat ene moment, nu een aantal maanden geleden. Ik had de hoop al opgegeven nadat ik een fijne benedenwoning in Lombok had bezichtigd. De woning was weliswaar niet groot (1 slaapkamer), maar er is een patio (noem het de luchtplaats), het huisje is in 2021 gerenoveerd en Lombok is top. Nul kans dus. Toch kwam vrijdags net na twaalfen het verlossende woord.

'Hij is van jou'.

Het kan dus wel. Er is hoop.

Denkt u of denk jij nou als vrijgezel of niet-vrijgezel: ik ben wel gebaat bij een klein boekje 'Een huis kopen voor dummies'? Met tips over het proces, maar ook over hoe je in je eentje de verantwoordelijkheid draagt voor zulke grote beslissingen? Laat het me weten door een reactie te sturen naar cisa@cisasite.nl. Dan pak ik met liefde de pen op om de huiszoektocht voor de vrijgezelle Utrechter (of Zaandammer, Zwollenaar, Twellenaar) net wat eenvoudiger voor jullie te maken.

* <https://www.rtl.nl/nieuws/economie/artikel/5466710/alleenstaande-jan-modaal-kan-bijna-nergens-een-huis-kopen>

Noot

1 'Waarom heb je dan geen relatie?' ...
Nee. Gewoon niet zeggen.

Zwitserse notities

Door Nettie Roes

Zoals u misschien weet, onderhouden wij al jarenlang een goede band met onze Zwitserse zusterorganisatie *Pro Single Schweiz*, vroeger *AUF* (Arbeitsgemeinschaft Unabhängiger Frauen und Männer) geheten. *Pro Single Schweiz* vierde op 17 mei haar 50e verjaardag en CISA was uitgenodigd dit jubileum mee te vieren. En zo reisden onze ambassadeur/bestuurslid Marjon Moed en ikzelf op 15 mei naar Zürich. We werden afgehaald door de voorzitter, Sylvia Locher.

Op zaterdag 17 mei vond de jubileumvergadering plaats. Op verzoek van de Zwitsers heb ik daar ook het woord gevoerd. De door ons samen opgestelde tekst vindt u hieronder. Onze toespraak werd goed ontvangen. Tevens hebben we *Pro Single* de foto van Lenie de Zwaan en mezelf uit *Opzij* (zie voorpagina) aangeboden. Die is niet heel recent, maar wel veelzeggend!



Sylvia Locher toont het cadeau van CISA.
Foto: Ursula Bachmann.



Marjon Moed (achter) en Nettie Roes (voor) samen met het voltallige bestuur van *Pro Single Schweiz*. Foto: Ursula Bachmann.

Vanuit het publiek en de media
krijgt de alleenstaande steeds meer
aandacht in Nederland

TEKST TOESPRAAK PRO SINGLE SCHWEIZ, 17 MEI 2025

‘In het jaar 2013 was Pro Single Schweiz – toentertijd AUF – te gast bij het 25-jarig jubileum van CISA, in de persoon van de bestuursleden Sylvia Locher en Marianna Sempert. Nu zijn Marjon Moed en ik van CISA jullie gasten bij jullie 50-jarig jubileum. Onze voorzitter Lenie de Zwaan, die CISA opgericht heeft, heeft ons gevraagd haar hartelijke groeten en gelukwensen over te brengen. Haar gevorderde leeftijd laat niet toe dat zij zelf aanwezig is.

Wat betreft de stand van zaken in Nederland: vanuit het publiek en de media krijgt de alleenstaande steeds meer aandacht, in podcast, debatten, praatprogramma’s, magazines. In 2030 zal Nederland naar verwachting meer dan 40% eenpersoonshuishoudens tellen. Helaas is deze groei nog niet doorgedrongen tot de politiek. Bestaand en nieuw beleid sluit nog niet bij deze groei aan.

Wat CISA betreft zijn er verheugende ontwikkelingen te melden: sinds een half jaar is CISA in internationaal verband betrokken bij het *International Singlehood Advocates’ Network (ISAN)*. Dit is een internationale groep die zich bezighoudt met directe belangenbehartiging voor alleenstaanden.

Op een terras voor het Hauptbahnhof van Zürich staan enkele eenpersoonstafeltjes. Daar kunnen Nederlandse cafés een voorbeeld aan nemen!



Nettie Roes voert het woord namens CISA.
Foto: Ursula Bachmann.

Verder streeft CISA naar verjonging bij bestuur en vrijwilligers. Wij zijn dan ook zeer verheugd dat Marjon twee jaar geleden tot CISA-ambassadeur is uitgeroepen en eind vorig jaar ook is toegetreden tot het CISA-bestuur. Het eerste contact tussen CISA en Marjon was vier jaar geleden, toen zij met een petitie getiteld *Alleen is oké* aandacht vroeg voor de achtergestelde positie van alleenstaanden en daarbij hulp van CISA kreeg. Naast deze petitie heeft zij in ons regeringscentrum een *pop-up*-restaurant met alleen maar tafeltjes voor 1 geopend, waarbij politici werden uitgenodigd om middels het menu de verschillen tussen alleenstaanden en paren te bespreken.

Het is bijzonder om hier te zijn, omdat we
gezamenlijk al decennialang bezig zijn om de
positie van alleenstaanden te verbeteren.

Dankzij de aandacht in de media voor het groeiende aantal singles in Nederland en hoe zij zich in de maatschappij bewegen, hebben zich meer mensen gemeld die zich willen inzetten voor de belangenbehartiging. De eerste stappen om deze mensen te betrekken bij het werk van CISA zijn gezet.

Het is bijzonder om hier te zijn, omdat we gezamenlijk al decennialang bezig zijn om de positie van alleenstaanden te verbeteren. Dat zullen we blijven doen.’

Deze ingezonden brief spreekt voor zichzelf!



EENPERSOONSHUISHOUDEN

Alleenstaanden betalen meer

In haar artikel 'Hoeveel moet ik verdienen om een huis te kopen?' (Bijlage Z, 05-07) beweert Rosanne Buitendijk dat eenpersoonshuishoudens minder vaste lasten hebben, zodat ze iets meer kunnen besteden aan de hypotheek. De werkelijkheid ziet er heel anders uit. Alleenstaanden betalen relatief meer belasting. Dit komt vooral doordat stellen kunnen schuiven met bijtel- en aftrekposten. Dit levert een groot fiscaal voordeel op. Ten tweede hebben tweeverdieners een schaalvoordeel betreffende de (meeste) kosten van levensonderhoud, die met elkaar gedeeld kunnen worden. Daarnaast bedraagt in veel gemeenten de afvalstoffenheffing een vast bedrag per huishouden, ongeacht het aantal gezinsleden. Dit leidt voor een alleenstaande tot een onevenredig hoge last. Als een gemeente toch een afzonderlijk tarief heeft voor eenpersoonshuishoudens, betalen ze per persoon verhoudingsgewijs toch nog meer. Hetzelfde geldt voor de rioolheffing en de waterschapslasten. Het wordt hoog tijd dat de landelijke én plaatselijke politiek wakker wordt en een einde maakt aan de achterstelling van alleenstaanden.

– Nettie Roes, Zwolle

AD, 12 juli 2025

cisa DOELSTELLING

CISA is een kenniscentrum dat, onderbouwd met wetenschappelijke kennis, wil bereiken dat de alleenstaande status als leefvorm maatschappelijk wordt erkend. Daartoe moet volgens CISA het begrip gezin worden uitgebreid met het begrip van de Sociale Familie. Naast de wettelijke verankering en de daarbij behorende bescherming van gezin en familie, moet de Sociale Familie een wettelijke basis krijgen. Zo kan een herkenbaar leefmodel voor alleenstaanden ontstaan dat de doelstelling van CISA, stimuleren van de emancipatie van alleenstaanden in materiële, maatschappelijke en psychologische zin, ondersteunt. Dat doen wij door onderzoek en studies om de maatschappelijke positie van alleenstaanden te verbeteren en om het overheidsbeleid te beïnvloeden.

CISA geeft de nieuwsbrief Individu & Samenleving uit. Daarin beschrijft en becommentarieert zij de veranderingen in een individualiserende samenleving en de positie van het zelfstandige individu daarin. CISA kiest stelling voor een rechtvaardige samenleving en voor gelijke behandeling van alle burgers, ongeacht leefvorm, sekse of seksuele voorkeur. Stichting CISA is door de Belastingdienst aangemerkt als 'Algemeen Nut Beogende Instelling' (ANBI) waardoor giften aftrekbaar zijn en de stichting ook geen erfbelasting hoeft te betalen. Als u wilt toetreden tot de kring van donateurs die dit werk belangrijk genoeg vinden om dat financieel te ondersteunen, bent u van harte welkom. U kunt zich aanmelden op cisasite.nl of per e-mail via cisa@cisasite.nl.

CISA geeft ook een digitale nieuwsbrief uit. Aanmelden kan per e-mail of via het contactformulier.



COLOFON UITGAVE ISSN 0923-3644 Deze nieuwsbrief is een uitgave van Stichting CISA, Den Haag

I www.cisasite.nl E cisa@cisasite.nl SOCIALE MEDIA facebook.com/cisasite; cisasite.bsky.social; linkedin.com/in/cisasite

KvK Haaglanden 41155319 RSIN 816171476 IBAN NL84INGB0000039636 REDACTIE-ADRES Postbus 97788, 2509 GD Den Haag

REDACTIE Frank Hertogs, Kees van der Leer, Marjon Moed, Nettie Roes MET EEN BIJDRAGE VAN Poem ter Mors

LAY-OUT & PRODUCTIE Verloop, Alblasserdam - verloop.nl

Gehele of gedeeltelijke overname van redactionele artikelen toegestaan, uitsluitend met bronvermelding.

