

Kom erbij!

PROGRAMMA



Doe mee!

In de Week tegen
eenzaamheid van
21 september tot
1 oktober 2017



<http://www.swodongen.nl/>

Mede mogelijk gemaakt door:



Van alle zorg thuis!



week tegen
eenzaamheid

21 september - 1 oktober 2017

een initiatief van Coalitie Erbij

coalitie
erbij

Programma

Kom Erbij in de Week tegen eenzaamheid door SWOD en ketenpartners

Meer dan een miljoen Nederlanders voelt zich sterk eenzaam. Iedereen kan op enig moment in zijn leven met eenzaamheid te maken krijgen. De invloed van eenzaamheid is groot. Als het langdurig aanhoudt, leidt eenzaamheid tot gezondheidsrisico's, minder meedoen in de samenleving en een gevoel dat welzijn of geluk tekortschiet.

In de Week tegen Eenzaamheid vragen we hier aandacht voor en zeggen we: kom erbij! Deze week zijn er activiteiten om nieuwe sociale contacten op te doen en bestaande contacten te versterken. SWOD wil mensen met elkaar verbinden en organiseert hiervoor diverse activiteiten. Samen met ketenpartners zijn we gekomen tot een mooi en divers programma.



21-09-2017

locatie 't Ruim,
Oude Baan 15

Entree is gratis

Bijeenkomst herkennen eenzaamheid voor vrijwilligers 13:30 uur tot 16:00 uur.

In deze workshop wordt informatie gegeven rond het thema eenzaamheid (prevalentie, oorzaken, gevolgen, risicogroepen, signaleren en aanpak), wordt aan de hand van voorbeelden de praktijk van vrijwilligers ingedoken en tijdens een brainstormsessie is er ruimte voor onderlinge uitwisseling. Aanmelden mogelijk t/m 15 september op nummer 0162-375296 tussen 09:00 uur en 12:00 uur of stuur een mail naar activiteiten@swodongen.nl. Vol = vol.



23-09-2017

Opstappen op het
Wilhelminaplein

Deelname is gratis

Licht klassiek concert Philharmonie ZuidNederland 13.00 uur tot +/- 18.30 uur

Lionsclub 's-Hertogenbosch organiseert in het Provinciehuis te 's-Hertogenbosch een licht klassiek concert voor diegene die door een beperking niet in staat zijn concerten in een gewoon muziektheater te bezoeken. De Lionsclub Dongevallei organiseert het vervoer en de begeleiding voor 25 senioren uit de gemeente Dongen. Er is plaats voor rolstoelen en rollators in de bagageruimte en in de bus is een begeleider en verpleegkundige aanwezig. Elektrische rolstoelen en scootmobiel kunnen helaas niet in deze bus vervoerd worden. Aanmelden mogelijk t/m 15 september op nummer 0162-375296 tussen 09:00 uur en 12:00 uur of stuur een mail naar activiteiten@swodongen.nl. Vol = vol.

Programma



26-09-2017

Locatie 't Schouw

Entree is gratis

Koffieconcert van 14:00 uur tot +/-16:30 uur

Tijdens deze middag willen we mensen met elkaar verbinden en een leuke middag bezorgen. De Senioren Harmonie Dongen en een ludiek gastoptreden van Roelant Schoots zorgen voor het amusement, SWOD zorgt voor de organisatie en koffie en thee wordt geschonken door vrijwilligers. Maatschappelijke stagiaires van het Cambreurcollege zorgen voor lekkers bij de koffie. Tevens zijn er ketenpartners aanwezig met een informatiestand en zullen een kort woordje tot u richten. Aanmelden kan telefonisch op werkdagen t/m 22 september op nummer 0162-375296 tussen 09:00 uur en 12:00 uur of stuur een mail naar activiteiten@swodongen.nl.



27-09-2017

Ontmoetingsruimte
Dr. Maassen

Kosten € 7,50 p.p.

Eetpunt Dr. Maassen vanaf 11:30 uur

Dit eetpunt wordt al jaren op de 2e en 4e woensdag van de maand georganiseerd door vrijwilligers. Gegeten wordt er van 12:00 uur tot circa 13:30 uur. Aanmelden voor het eetpunt kan tot en met 21 september bij Annemiek Koreman, 0162-321006, of via activiteiten@swodongen.nl. Geeft u gelijk door of u een vlees- of vis-maaltijd wenst? Een complete 3 gangen maaltijd inclusief kopje koffie nadien kost € 7,50 p.p.. Is het voor u lastig om er te komen? Geef dit door, dan haalt een vrijwilliger u op en brengt u weer thuis.



27-09-2017

Heeren van Dongen

Deelname is gratis

"Samen is Leuker!" bij de Heeren van Dongen van 19:30 uur tot circa 22.00 uur.

ContourdeTwern organiseert samen met de parochie, Volckaert en SWOD deze nieuwe activiteit. Want wat is nu toch leuker om samen met anderen bezig te zijn met activiteiten waar je zelf veel plezier aan beleeft? Er worden 4 korte workshops georganiseerd voor de deelnemers op verschillende interessegebieden. Muziek & cultuur, bewegen, gezelschapsspellen en creatief bezig zijn. Het doel van deze activiteit is om op een gezellige en laagdrempelige manier samen bezig te zijn. Doe dus gezellig mee en geef u op bij ContourdeTwern; vrijwilligerdongen@contourdetwern.nl

Programma



28-09-2017

Klooster MariaOord,
Hoge Ham 125

Kosten € 7,50 p.p.

Quiz over Oud Dongen en aansluitend lunch van 10:30 uur tot +/- 14.30 uur

Medewerkers van Stichting Mariaoord verwelkomen u deze dag met een kopje koffie of thee en daarna gaat de quiz over Oud Dongen van start. De gesprekken zullen tijdens en na de quiz zeker op gang komen. Met hulp van de maatschappelijke stagiaires van het Cambreurcollege wordt aansluitend een lunch gepresenteerd. Aanmelden kan telefonisch op werkdagen tot en met 18 september op telefoonnummer 0162-375296 tussen 09:00 uur en 12:00 uur of stuur een mail naar activiteiten@swodongen.nl. Vol = vol.



29-09-2017

Verzamelen op het
Europlaplein

Kosten € 2,00 p.p.

Ochtendwandeling Broederpad start 10.00 uur

Deze ochtend beginnen we met een gezellige en interessante wandeling over het Broederpad in Dongen. Een deskundige gids verteld u alles over het verleden van de broeders in ons dorp. Voor deze gelegenheid kiezen we voor de korte route zodat er nadien aangesloten kan worden bij het eetpunt Europlus. U kan dan onder het genot van een heerlijke maaltijd met elkaar napraten over de wandeling, welke begint en eindigt op het Europaplein. Aanmelden is prettig; mail naar activiteiten@swodongen.nl. Betaling ter plaatse.



29-09-2017

Ontmoetingsruimte
Europlus

Kosten € 7,50 p.p.

Eetpunt Europlus vanaf 11:30 uur

Na de wandeling gezellig napraten onder het genot van een 3 gangen maaltijd? Dat kan! Het eetpunt Europlus wordt al jaren op de laatste vrijdag van de maand georganiseerd door vrijwilligers. Gegeten wordt er van 12:00 uur tot circa 13:30 uur. Aanmelden voor het eetpunt kan tot en met 22 september bij Toos Graafmans, 0162-315625, of via activiteiten@swodongen.nl. Geeft u gelijk door of u een vis- of vleesmaaltijd wenst? Een complete 3 gangen maaltijd inclusief kopje koffie kost € 7,50 p.p.. Is het voor u lastig om er te komen? Geef dit door, dan haalt een vrijwilliger u op en brengt u weer thuis.

Indien u zich aanmeldt voor één of meerdere eet-activiteiten krijgt u van ons schriftelijk een bevestiging met een eenmalig incassoformulier. We verzoeken u vriendelijk deze per omgaande getekend aan ons te retourneren. Voor de overige activiteiten ontvangt u geen bevestiging.

Kom Erbij-activiteiten hebben één ding gemeen: de sociale contacten staan steeds centraal. Het versterken van sociale contacten kent allerlei dimensies. De “3 V’s” zijn het uitgangspunt van Kom erbij: sociale contacten verbreden, verdiepen en verduurzamen.

De V van verbreding

Meer sociale contacten

Mensen krijgen de kans krijgen hun sociale netwerk uit te breiden met nieuwe gezichten. Bijvoorbeeld met mensen uit de buurt, wijk of stadsdeel en met organisaties die op dit niveau actief zijn. Zo krijgen mensen een gevarieerd netwerk op buurtniveau. Dit biedt kansen op sociale steun en betrokkenheid bij elkaar in de lokale gemeenschap.

De V van verdieping

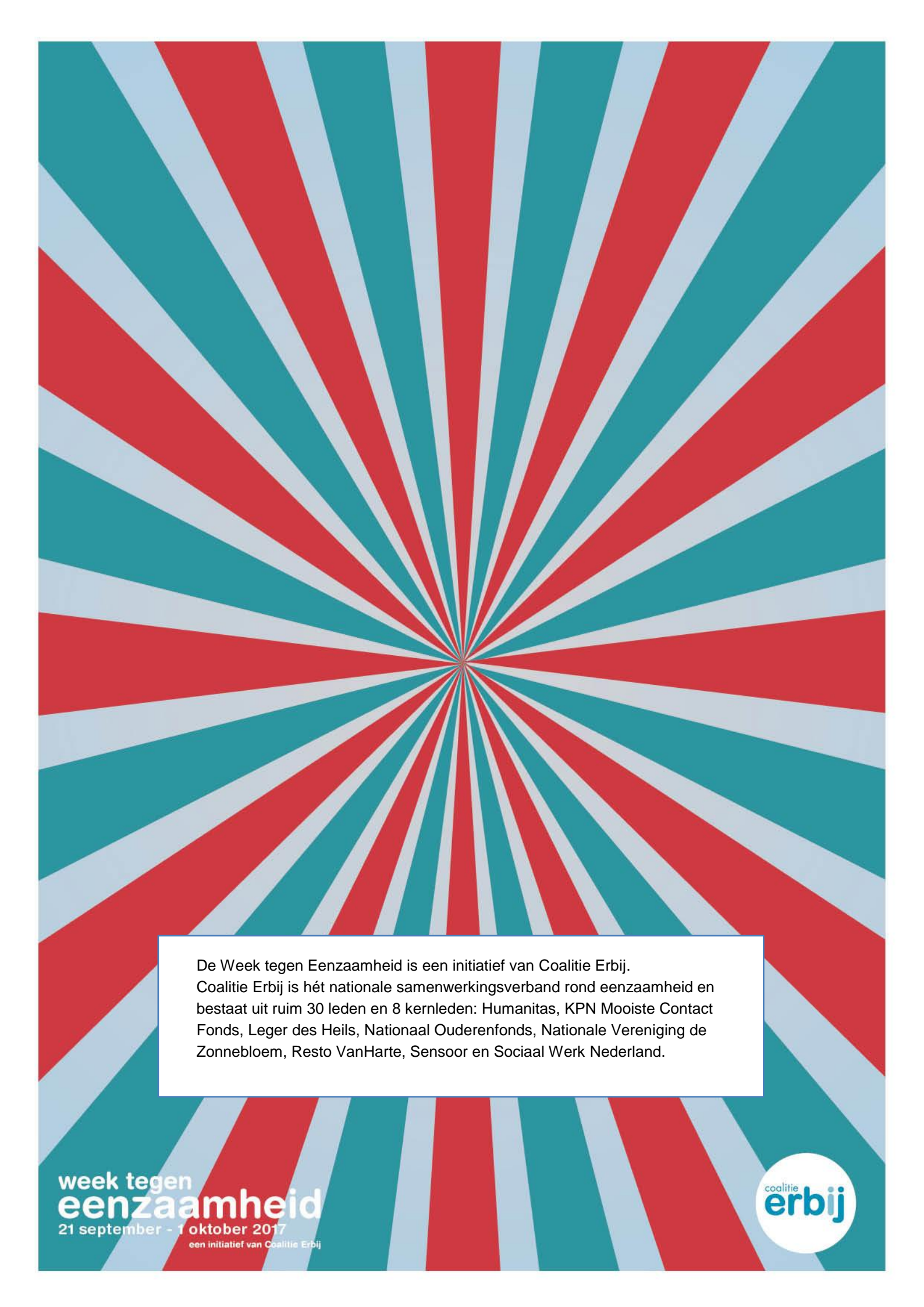
Betere sociale contacten

Naarmate mensen elkaar beter kennen en meer van zichzelf laten zien, worden contacten minder oppervlakkig. Zo krijgt een ontmoeting de kans op termijn uit te groeien tot een betekenisvolle sociale relatie.

De V van verduurzaming

Blijvende sociale contacten

Eénmalige contacten kunnen waardevol, betekenisvol en leuk zijn. Wanneer deze contacten worden opgevolgd, kunnen ze verduurzamen en uitgroeien tot een bepaalde mate van verbondenheid (frequent burenccontact, kennissen, vriendschap). Dan kan gesproken worden van een sociale relatie.



De Week tegen Eenzaamheid is een initiatief van Coalitie Erbij.
Coalitie Erbij is hét nationale samenwerkingsverband rond eenzaamheid en bestaat uit ruim 30 leden en 8 kernleden: Humanitas, KPN Mooiste Contact Fonds, Leger des Heils, Nationaal Ouderenfonds, Nationale Vereniging de Zonnebloem, Resto VanHarte, Sensor en Sociaal Werk Nederland.

**week tegen
eenzaamheid**
21 september - 1 oktober 2017
een initiatief van Coalitie Erbij

