



SAMEN IS LEUKER

EEN
TEGEN
EENZAAMHEID



Juli 2022

Welkom in de derde nieuwsbrief van Samen is leuker!

In maart 2021 zijn we van start gegaan met Samen is leuker en inmiddels dus al zo'n anderhalf jaar samen op weg naar minder eenzaamheid in Neder-Betuwe.

In deze halfjaarlijkse nieuwsbrief brengen wij jullie op de hoogte van wat we samen doen om het leven wat aangenamer te maken voor mensen -van jong tot oud- die zich soms eenzaam voelen.

In deze editie blikken we terug op onze bijeenkomst van 14 juni in het Dorpshuis Ochten en geven we tips over doorverwijzen bij eenzaamheid. Ook lezen jullie over onder andere de Lief & Leedstraten in Neder-Betuwe en een aantal andere activiteiten die verbonden zijn aan Samen is leuker. We introduceren ons nieuwe promotiemateriaal en er is nieuws uit de werkgroepen.

Bijeenkomst 14 juni 2022 in Dorpshuis Ochten

Samen is leuker in het echt! We hebben elkaar tijdens een energieke bijeenkomst in Ochten op 14 juni in het echt ontmoet. We begonnen actief met een korte wandeling, waarbij de nieuwe kletsparaplu's van Samen is leuker op deze zonnige dag als parasol dienden. Daarna ontdekten we wat er allemaal al gebeurt in Neder-Betuwe om eenzaamheid te voorkomen en verminderen, ontmoetten we nieuwe mensen en ontstonden er nieuwe ideeën voor samenwerkingen. Bijvoorbeeld voor het organiseren van ontmoetingen tijdens de Week tegen Eenzaamheid.

Vanuit 'Samen is leuker' werken gemeente Neder-Betuwe, inwoners en organisaties samen om eenzaamheid te voorkomen en verminderen door:

- eenzaamheid bespreekbaar te maken en het taboe dat er op rust te doorbreken, want het kan iedereen overkomen;
- samenwerking tussen inwoners en organisaties mogelijk te maken en te verstevigen;
- breed in te zetten op het thema eenzaamheid, maar ook specifiek aandacht te hebben voor bepaalde groepen zoals ouderen, jongeren, alleenstaanden, laaggeletterden en mensen met een beperking.

Iedereen kan meedoen en het maakt niet uit van welke leeftijd u of jij bent. Interesse? Mail naar samenisleuker@nederbetuwe.nl. Ga voor meer informatie over wat jij kunt doen tegen eenzaamheid naar www.eentegeneenzaamheid.nl

Meer informatie over 'Samen is leuker':
<https://www.eentegeneenzaamheid.nl/mijn-gemeente/neder-betuwe-samen-is-leuker/>



Doorverwijzen bij eenzaamheid in Neder-Betuwe

Naar wie of wat verwijst je iemand door als diegene eenzaam is? En waar vind je de gegevens om door te verwijzen? Ons advies: probeer eerst te achterhalen wat de oorzaak van iemands eenzaamheid is. Voor iemand die emotionele eenzaamheid ervaart kan bijvoorbeeld iets anders nodig zijn dan voor iemand die sociale eenzaamheid ervaart. Het doorverwijzen naar activiteiten is niet altijd helpend.

Meer weten over de soorten eenzaamheid die iemand kan ervaren? Kijk dan eens op de website van [Eén tegen Eenzaamheid](#) of op de website van [Kernpunt Neder-Betuwe](#). Als blijkt dat iemand behoefte heeft aan activiteiten is op de website van Kernpunt Neder-Betuwe ook [per dorp](#) te vinden welke activiteiten worden georganiseerd, welke organisaties in Neder-Betuwe actief zijn en hoe je hen kunt bereiken. Mocht je activiteiten of organisaties missen, geef het overzicht dan door, zodat dit zo compleet mogelijk blijft.

Update Lief & Leedstraten

In een Lief & Leedstraat besteden bewoners extra aandacht aan een buur als dat nodig is. Bijvoorbeeld als iemand veel alleen is, net uit het ziekenhuis komt of een naaste heeft verloren. Zo dragen burens bij aan het bestrijden van eenzaamheid en houden ze een oogje op elkaar. Dat laatste gebeurt ook op vrolijke momenten zoals bij de geboorte van een baby, een nieuwe baan of het behalen van een diploma. Zo ontstaan warme, zorgzame straten en iedereen kan meedoen. In Neder-Betuwe zijn inmiddels 7 Lief & Leedstraten: 4 in Ochten, 1 in Dodewaard en 2 in Opheusden. In elke Lief & Leedstraat zijn één of meerdere gangmakers actief die het Lief & Leedpotje beheren.

Tijdens het afgelopen pinksterweekend vond er een gezellige koffieochtend plaats in Opheusden. De gangmakers van de K.M. Dijkstraat hebben er een leuk moment van gemaakt om zo op een laagdrempelige manier verder kennis te maken met elkaar. Een leuk initiatief, waar de burens gezellig aansloten voor een praatje en een kopje koffie.

Verder staat er deze zomer een gezellige BBQ gepland in de Rozenstraat in Opheusden.

Hier zijn de gangmakers ook erg actief om de samenhang in de straat te bevorderen. Gewoon gezellig elkaar wat beter leren kennen onder het genot van een hapje en een drankje.

In Ochten staat er een Bomenbuurt fair op de planning op zaterdag 17 september 2022: een leuke buurtmarkt in de speeltuin aan de Wilgenstraat.

En ook in Dodewaard timmeren de gangmakers in de Westerengstraat en het Molenpad goed aan de weg om meer sociale contacten in de buurt op te bouwen.

Meer weten over Lief & Leedstraten of interesse om zelf ook een Lief & Leedstraat van jouw straat te maken? Neem dan contact op met welzijnswerker Joyce Fitzgerald via joycefitzgerald@welzijnrivierstroom.nl.



Bomenbuurt FAIR OCHTEN

17 SEPTEMBER 10 - 16 UUR

De renovatie van de Bomenbuurt is bijna gereed, en dat willen we gaan vieren met z'n allen!

Daarom organiseren we op zaterdag 17 september 2022 een gezellige Bomenbuurt Fair van 10.00 tot 16.00 uur. Een leuke buurtmarkt in de speeltuin aan de Wilgenstraat te Ochten. Deze fair zal geopend worden door onze dorpsgenoot Wethouder Herma van Dijkhuizen.

Zet het vast in je agenda! Kom heerlijk snuffelen tussen de tweedehands en nieuwe spullen, lekker eten, schminken, ijsjes, springkussen enz...

Volg voor verdere details onze Facebookpagina Bomen Buurt Fair Ochten



Promotiemateriaal Samen is leuker: beachflags en kletsparaplu's

Om de zichtbaarheid en naamsbekendheid van Samen is leuker te vergroten, hebben we gezorgd voor promotiemateriaal in de vorm van beachflags. Ook zijn er zogenaamde kletsparaplu's beschikbaar.

Wil je gebruik maken van de beachflags bij een activiteit die is verbonden aan Samen is leuker? Neem dan contact op met Joyce Fitzgerald via joycefitzgerald@welzijnrivierstroom.nl of bel naar 06-47321364. Via Joyce is het ook mogelijk om de kletsparaplu's te gebruiken voor een activiteit. Vanaf nu is het promotiemateriaal van Samen is leuker inzetbaar! Bij gebruik vinden we het leuk om een foto te ontvangen, via samenisleuker@nederbetuwe.nl.

Kletsparaplu's...



In te zetten om samen mee te wandelen. Hierdoor ontstaat ontmoeting en kun je lekker in beweging komen voor een wandeling samen, ook op dagen dat het minder weer is. Om de kletsparaplu te gebruiken voor een wandeling, kun je deze ophalen bij:

- Gerrit van Riemsdijk Huis IJzendoorn
- Reigershof Opheusden
- Sportpark De Eng Dodewaard
- Dorpshuis Ochten
- Dorpshuis Kesteren

Weet je nog een leuke plek in Echteld waar we de kletsparaplu kunnen zetten, laat dit ons dan weten.

Nodig eens iemand uit voor een wandeling, of wellicht krijg jij ook wel een uitnodiging van een ander. Leuk om eens een foto terug te zien of een verhaal van een ontmoeting te horen!

Mail ons via samenisleuker@nederbetuwe.nl.

De paraplu is mede mogelijk gemaakt door een bijdrage van R&H Drukkerij Dodewaard

Chillclub Ochten

De Chillclub is er voor alle jongeren tussen de 15 en 25 jaar die moeilijk aansluiting kunnen vinden in hun omgeving. Een keer per drie weken komen zij op vrijdagavond van 19.00 tot 21.30 uur samen voor een avond vol gezelligheid in het dorps huis in Ochten. Een initiatief dat mooi aansluit bij het motto 'samen is leuker'. Is dit iets voor jou, voor iemand die je kent of wil je wat meer info? Stuur een mailtje naar Lianne Gesthuizen: lisannegesthuizen@welzijnrivierstroom.nl.



Van 29 september tot en met 6 oktober is het de 'Week tegen Eenzaamheid'. Door het hele land is er dan extra aandacht voor het thema eenzaamheid. Zo ook in Neder-Betuwe, vanuit Samen is leuker.

Doe je ook mee? Dat kan door bij een bestaande activiteit (extra) aandacht te hebben voor het thema eenzaamheid, door nieuwe mensen uit te nodigen bij een bestaande activiteit in de Week tegen Eenzaamheid of door een nieuwe activiteit te organiseren die week.

Wil je een van deze [producten](#) van Eén tegen Eenzaamheid gebruiken bij de activiteit? Stuur dan een bericht naar joycefitzgerald@welzijnrivierstroom.nl.

High tea voor en door IJzendoorn op 19 maart

Waar een klein dorp groot in is! Onder de noemer “IJzendoorn ontmoet IJzendoorn” werd op 19 maart 2022 een gezellige high tea georganiseerd in IJzendoorn. Dick van Kampen, initiatiefnemer van Huis van IJzendoorn: “Onze H-Tea, georganiseerd in samenwerking met Samen is leuker en plaatselijke sponsors, is zeker geslaagd te noemen. 60 personen waren bij deze H-Tea. Een mix van oud IJzendoorn en nieuwe bewoners ontmoetten elkaar in een ontspannen sfeer. Er was achtergrondmuziek verzorgd door plaatselijke pianisten. Ook was er een kleine variant van hoedje op-hoedje af ‘Wat weet je van IJzendoorn.’”

Deze high tea was een mooie samenwerking van Huis van IJzendoorn met Samen is leuker, bestuur Dorpshuis en beheerder Esmee, buurtvereniging de Harlekei, motorclub Kabeltje Strak, autobedrijf Van Voorden, Haastafbouw, Bosboomverzorging, autobedrijf Jan Dekens en Budding Makelaars- en Assurantiekantoor.



Nieuws uit de werkgroepen

In de dorpen Ochten, Dodewaard en Kesteren is een werkgroep actief om eenzaamheid onder ouderen te verminderen. Ook in Opheusden wordt een werkgroep gericht op ouderen gestart. Daarnaast is er een werkgroep die zich specifiek richt op jongeren en een werkgroep die zich richt op mensen met een beperking.

Een werkgroepleider vertelt over de werkgroep Kesteren: “Vanuit de werkgroep Samen is leuker Kesteren is de behoefte om te weten wat er allemaal te doen is. Deze informatie is vaak niet bekend bij de zorg-professional en ook niet bij de inwoner in Kesteren. We willen het aanbod in Kesteren in beeld brengen en kijken hoe we dit het beste bij ouderen onder de aandacht kunnen brengen. Veel ouderen zijn niet handig met de computer en daarom kijken we naar de juiste middelen om deze doelgroep te bereiken. De Stichting Welzijns Activiteiten Neder-Betuwe (SWAN) maakt nu een flyer, zodat de (wijk)verpleegkundige deze kan bespreken en kan achterlaten bij de inwoner. De werkgroep denkt mee en samen kijken we ook of we het aanbod van andere organisaties beter in kaart kunnen brengen. Op basis van behoeften kijken we wat er nodig is en welke activiteiten worden gemist.”

Wil je mee denken en meedoen met een werkgroep? Het is zeker mogelijk om een keer aan te sluiten. Iedereen kan meedoen, want samen is nou eenmaal leuker! Mail ons via samenisleuker@nederbetuwe.nl, zodat we je in contact kunnen brengen met de werkgroepleider.

Aandacht voor Samen is leuker

Ervaring van Dave (jongerenwerker Mozaïek welzijn):
 “Tijdens de vriendschappelijke interland tussen Nederland en Duitsland werd er in de rust op het grote scherm ‘SAMEN IS LEUKER’ naar voren gebracht. Kippenvel over heel het lichaam. Wat gaaf dat zo’n grote organisatie als de KNVB zoiets belangrijks als het bestrijden van eenzaamheid als aandachtspunt heeft. Ik heb hier een foto van gemaakt en deze gedeeld op sociale media. Het mooie van deze post was dat ik tijdens de ambulante ronde de week erna met jongeren het gesprek kon aangaan over eenzaamheid. Zij deelden met het jongerenwerk waar, wanneer en hoe ze eenzaamheid hebben ervaren of hebben meegemaakt.”



Deze partners zijn inmiddels betrokken bij ‘Samen is leuker’ en er zijn er nog meer.

Wil je ook zichtbaar worden?

Stuur dan je logo naar samenisleuker@nederbetuwe.nl.



Aanmelden voor de nieuwsbrief?

Stuur een mail naar

samenisleuker@nederbetuwe.nl

