

Er zijn vele laagdrempelige activiteiten

Week tegen de Eenzaamheid



Winny van Rij

In de landelijke Week tegen de Eenzaamheid organiseren verschillende clubs een of meer leuke activiteiten. "Er is van alles te doen. Het is een laagdrempelige manier om mensen te leren kennen," zegt initiatiefneemster Lotte Ruyten van Stichting Thuishuis Woerden. De aftrap is bij Inloophuis 'Leven met kanker' op vrijdagochtend om 10.00 uur met een gezellige creatieve en spelochtend met aansluitend een gratis lunch. Gewoon inlopen, aanmelden is niet nodig.

WOERDEN - De landelijke week wordt al jaren georganiseerd en het leek Lotte een goed idee om de krachten in Woerden te bundelen. "We schreven vele organisaties aan en er waren er ook bij die zich spontaan aanmeldden." Bijvoorbeeld het Thomashuis in Zegveld die een Bingo organiseert of Abrona NUDOen die een high-tea verzorgt. "Het is een breed gedragen initiatief en gaaf om te zien wat je met elkaar kunt neerzetten. Kijk wat je leuk vindt om te doen, ontmoet nieuwe mensen, misschien ontdek je zelfs wel een leuke vrijwilligersbaan."

Niet perse eenzaam

Ze zou het woord eenzaamheid eigenlijk niet in de mond willen nemen. "Veel clubs organiseren in deze week een leuke activiteit voor mensen die veel thuis zitten, de deur

niet zo snel uitgaan, een klein netwerk hebben. Eens ervaren wat voor clubs en activiteiten er in Woerden zijn. Hiervoor hoef je niet eenzaam te zijn. In deze week kun je er gewoon iets gemakkelijker alleen op uit gaan, in de we-

ONTDEK, ONTMOET NIEUWE MENSEN, ER GAAN ER MEER ALLEEN OP PAD

tenschap dat meer mensen dit doen." Wie dit alsnog moeilijk vindt, kan contact opnemen met Thuishuis Woerden. "We kijken dan of er iemand is om samen mee te gaan." Zo kun je kijken bij Citykanten op zaterdag. "Tussen twee en vier is er een ontvangst en rondleiding." Er zijn diverse lunches, bingo, spelletjesochtenden, high-tea, stoelyoga. "Er doen verschil-



Lotte Ruyten staat in de startblokken voor de Week tegen de Eenzaamheid. Ze nodigt iedereen uit om aan activiteiten deel te nemen.

lende wandelclubjes meer, en ook hier geldt weer dat het laagdrempelig is om gewoon eens mee te doen en te proberen." Thuishuis Woerden zet de Thuisbus bij mooi weer op donderdag aan de Singel bij de Irisstraat. "De vorige keer dat we hier stonden kwamen er 50 mensen op af."

Kleine atelierroute

Bijzonder is een speciale kleine atelierroute van twee uur-tjes op zaterdag 6 oktober. "Een van onze vrijwilligers is ook vrijwilliger bij Atelierroute Groot Woerden en organiseert dit samen met ons Automaatje." Wie wil kan meerrijden. We gaan van 10.00 tot 12.00 en

van 14.00 tot 16.00 uur langs verschillende grotere ateliers waar meer kunstenaars zijn."

Gratis naar activiteiten

Automaatje is trouwens deze hele week gratis voor ritjes naar de activiteiten van vrijdag 28 september tot en met zaterdag 6 oktober. "Als het

slecht weer is of je bent slecht ter been, hoeft vervoer geen belemmering te zijn om aan een of meer activiteiten mee te doen." Bellen naar Automaatje kan: 06-31936612. Het programma van de Week tegen de Eenzaamheid staat op www.thuishuiswoerden.nl, 06-83405125.