

WEEK TEGEN EENZAAMHEID

30 september t/m 7 oktober 2021



VOORWOORD wethouder Carla Dieteren

Van 30 september tot 7 oktober vindt de landelijke Week tegen Eenzaamheid plaats. In deze week worden er in het hele land en ook in Nederweert activiteiten georganiseerd om extra aandacht te vragen voor mensen die zich alleen of eenzaam voelen. Dit doen we vanuit ons actieprogramma 'Nederweert, we zijn er voor elkaar!' en we sluiten daarmee aan bij de landelijke campagne 'Eén Tegen Eenzaamheid'.

Eenzaamheid komt veel voor en voelt voor iedereen anders. Het is voor mensen vaak moeilijk om te zeggen dat ze zich eenzaam voelen of om te zien dat een ander eenzaam is. Want, iemand die veel alleen is hoeft zich niet eenzaam te voelen en andersom kan iemand met veel contacten toch eenzaam zijn. Als we met elkaar (nog) meer aandacht hebben voor elkaar gaan we sneller herkennen wat een ander nodig heeft en kunnen we meer doen. Het is daarbij vooral belangrijk om de ander te laten ervaren dat hij/zij gezien wordt, zijn/haar vraag om ondersteuning mag stellen, meetelt en van meerwaarde is voor anderen. Kortom: we kunnen allemaal een bijdrage leveren.

In de Week tegen Eenzaamheid besteden we extra aandacht aan allerlei initiatieven die bijdragen aan het stimuleren van sociale contacten en onderlinge verbinding. In deze week worden er allerlei creatieve, sportieve, educatieve en gezellige activiteiten voor jong en oud georganiseerd. In dit programmakrantje leest u wat er georganiseerd is. U ben van harte welkom om deel te nemen en iemand mee te nemen die het (ook) fijn vindt om mee te doen.

Ik wil de initiatiefnemers van de activiteiten graag complimenteren met hun goede werk! Dat werk begint of houdt niet op in de Week tegen Eenzaamheid maar het hele jaar kunnen we rekenen op de inzet van vele vrijwilligers. Dank daarvoor!

Nederweert, we zijn er voor elkaar!



**EEN
TEGEN
EENZAAMHEID**

EENZAAMHEID IS NIET ALLEEN ZIJN

'Eenzaamheid is niet alleen zijn. Het is het gevoel hebben dat niemand om je geeft.'

Een gevoel van eenzaamheid is een persoonlijke ervaring. Je kunt het niet meten en is voor iedereen anders. Mensen die eenzaam zijn beschrijven het als een continu 'hongergevoel in je hart'. Het is een verborgen probleem. Je ziet het niet aan iemand en er wordt weinig over gepraat.

Toch mogen we het, ook in Nederweert, hebben over een breed maatschappelijk probleem. In een enquête (GGD-monitor) die in 2016 in Nederweert is gehouden geeft 43% van de volwassenen tussen 19 en 75 jaar aan zich in meer of mindere mate eenzaam te voelen. Bij de 75 plussers gaat het om 56%. Dat eenzaamheid onder alle leeftijdsgroepen speelt, blijkt uit het GGD-onderzoek van 2015-2016 onder 13-16 jarigen van het CITAVERDE college (m.i.v. schooljaar 2021-2022 'Yuverta'). Hier gaf 19% aan zich soms eenzaam te voelen en 1 op de 20 leerlingen gaf aan dit vaak te ervaren.

Eenzaamheid brengt gezondheidsrisico's met zich mee en kan leiden tot minder meedoen in de samenleving. Mensen die zich erg eenzaam voelen, zijn minder gelukkig en hebben vaker een negatiever mens- en zelfbeeld.

Redenen genoeg dus voor de gemeente Nederweert en diverse maatschappelijke (vrijwilligers)-organisaties om de schouders er onder te zetten en het tij te keren.

Door in 2019 aan te sluiten bij het landelijke programma 'Een Tegen Eenzaamheid' ontstond er binnen Nederweert een beweging die de belofte in zich draagt om het verschil te gaan maken. Zo is er een kerngroep geformeerd van verschillende (vrijwilligers)-organisaties om kennis en kunde uit te wisselen en hebben het Algemeen Maatschappelijk Werk en Punt Welzijn gezamenlijk de eerste training gespreksvoering rondom eenzaamheid voor vrijwilligers van de Open Inlopen verzorgd.

De (sub)titel boven dit artikel komt hard binnen en is op het eerste oog wellicht wat zwaar op de voorpagina. Maar er zit ook een oplossingsrichting in. De persoon erkent dat het een gevoel is, geen feit. Daarnaast is het een oproep aan ons, de ander. Zou het niet mooi zijn wanneer we ons als gemeenschap tot doel stellen dat dit gevoel voorkomen wordt? Dat we naar elkaar omkijken? Het oude begrip 'noaberschap' terug in ons systeem krijgen?

Bouke Kouters
Punt Welzijn

PROGRAMMA

Let op: de activiteiten zijn gepland onder voorbehoud. Afhankelijk van de dan geldende maatregelen om het coronavirus te bestrijden kunnen activiteiten alsnog komen te vervallen of aangepast worden.

DATUM	ACTIVITEIT	TIJD	LOCATIE
DONDERDAG 30 SEPTEMBER	Kom op de Soep Samen doen, samen sterk! Sport & spel Meisjes 29 (groep 3 en 4 basisonderwijs) Sport & spel Jongens 29 (groep 3 en 4 basisonderwijs) Sport & spel Meisjes 25 (3e en 4e klas voortg. onderw.) Sport & spel Jongens 25 (3e en 4e klas voortg. onderw.)	12.00 – 15.00 uur 13.30 – 16.30 uur 18.00 – 19.30 uur 18.00 – 19.30 uur 19.15 – 20.45 uur 19.45 – 21.15 uur	Ontmoetingscentrum de Gunnerij, Lambertushof 2, Nederweert Zorgcentrum Sint Joseph, Brugske 16, Nederweert Jong Nederland Budschop, Ospelseweg 15A, Nederweert Jong Nederland Budschop, Ospelseweg 15A, Nederweert Jong Nederland Budschop, Ospelseweg 15A, Nederweert Jong Nederland Budschop, Ospelseweg 15A, Nederweert
VRIJDAG 1 OKTOBER	Wandelen door Nederweert met koffietijd Sport & spel Minioren (groep 1 en 2 basisonderwijs) Sport & spel Meisjes 28 (groep 5 en 6 basisonderwijs) Sport & spel Jongens 24 (5e en 6e klas voortgezet onderwijs of vervolgstudie)	10.00 – 12.00 uur 18.00 – 19.30 uur 18.15 – 19.45 uur 19.30 – 21.00 uur	Ontmoetingscentrum de Gunnerij, Lambertushof 2, Nederweert Jong Nederland Budschop, Ospelseweg 15A, Nederweert Jong Nederland Budschop, Ospelseweg 15A, Nederweert Jong Nederland Budschop, Ospelseweg 15A, Nederweert
ZATERDAG 2 OKTOBER	Spellendag	10.00 – 14.00 uur	Ontmoetingscentrum de Gunnerij, Lambertushof 2, Nederweert
ZONDAG 3 OKTOBER	Wandelen door de tuin van Bosserhof Ontbijt aangeboden door de Rabo Support Club (uiterlijk 30 september aanmelden)	10.00 – 12.30 uur 10.00 – 13.00 uur	Zorgboerderij Bosserhof, Bosserstraat 21A, Nederweert Ontmoetingscentrum de Gunnerij, Lambertushof 2, Nederweert
MAANDAG 4 OKTOBER	Stoel Yoga Kom gezellig op de koffie in de bibliotheek Sportief ontmoeten in de beweegtuin Sport & spel Meisjes 26 (1e en 2e klas voortg. onderw.) Sport & spel Jongens 26 (1e en 2e klas voortg. onderw.) Sport & spel Meisjes 24 (5e en 6e klas voortgezet onderwijs of vervolgstudie) Sport Fit voor heren	14.00 – 16.00 uur 14.00 – 16.00 uur 15.00 – 16.30 uur 19.00 – 20.30 uur 19.00 – 20.30 uur 19.30 – 21.00 uur 20.00 – 21.00 uur	Ontmoetingscentrum de Gunnerij, Lambertushof 2, Nederweert Bibliocenter Nederweert, Kapelaniestraat 8, Nederweert Beweegtuin St. Joseph, ingang aan de Schoolstraat, Nederweert Jong Nederland Budschop, Ospelseweg 15A, Nederweert Jong Nederland Budschop, Ospelseweg 15A, Nederweert Jong Nederland Budschop, Ospelseweg 15A, Nederweert Sportcentrum De Bengel, De Bengel 8, Nederweert
DINSDAG 5 OKTOBER	Meer bewegen voor ouderen Workshop eetbare kunst Moeders/vrouwen (uiterlijk 2 oktober aanmelden) Samen wafels bakken Koersbal Kienen met de Zonnebloem (aanmelden uiterlijk 27 september) Sport & spel Jongens 27 (groep 7 en 8 basisonderwijs) Sport & spel Meisjes 27 (groep 7 en 8 basisonderwijs) Workshop light-graffiti Jongeren 12 tot 17 jaar (uiterlijk 2 oktober aanmelden)	10.00 – 11.00 uur 10.00 – 11.30 uur 13.00 – 16.00 uur 14.00 – 16.00 uur 14.00 – 16.00 uur (inloop v.a. 13.30u) 18.15 – 19.45 uur 19.00 – 20.30 uur 19.00 – 20.30 uur	Gemeenschapshuis Reigershorst Pastoor Maesplein 13, Nederweert-Eind Tipifeestje.nl, Bosserstraat 20A, Nederweert Ontmoetingscentrum de Gunnerij, Lambertushof 2, Nederweert Gemeenschapshuis Reigershorst, Pastoor Maesplein 13, Nederweert-Eind Café-Zaal Centraal, Kerkstraat 59, Nederweert Jong Nederland Budschop, Ospelseweg 15A, Nederweert Jong Nederland Budschop, Ospelseweg 15A, Nederweert Tipifeestje.nl, Bosserstraat 20A, Nederweert
WOENSDAG 6 OKTOBER	(Herfst)bloemstukjes maken Maak kennis met een buur uit een andere cultuur (uiterlijk 5 oktober 18.00 uur aanmelden) Dag van de ouderen Creatief met CJG (Centrum voor Jeugd en Gezin) Jeugd van 4 tot 18 jaar (uiterlijk 2 oktober aanmelden) Sport & spel Jongens 28 (groep 5 en 6 basisonderwijs) Kom de sfeer proeven bij Eynderhoof (uiterlijk 3 oktober aanmelden) Webinar Eenzaamheid (uiterlijk 5 okt. aanmelden)	10.00 – 13.00 uur 10.00 – 11.30 uur 13.30 – 16.30 uur 14.00 – 17.00 uur 18.30 – 20.00 uur 19.00 – 21.00 uur 19.00 – 20.00 uur	Ontmoetingscentrum de Gunnerij, Lambertushof 2, Nederweert Bibliocenter Nederweert, Kapelaniestraat 8, Nederweert Sint Rochuskerk, Rochusplein 1, Budschop Ontmoetingscentrum de Gunnerij Nederweert, Lambertushof 2, Nederweert Jong Nederland Budschop, Ospelseweg 15A, Nederweert Eynderhoof (in de herberg), Milderspaat 1, Nederweert-Eind Online vanaf je laptop, tablet of smartphone
DONDERDAG 7 OKTOBER	Eettafel Eind (uiterlijk 4 oktober aanmelden) Rollatortocht Kienen met seniorenvereniging Eind Muziekmiddag Sport & spel Meisjes 29 (groep 3 en 4 basisonderwijs) Sport & spel Jongens 29 (groep 3 en 4 basisonderwijs) Sport & spel Meisjes 25 (3e en 4e klas voortg. onderw.) Sport & spel Jongens 25 (3e en 4e klas voortg. onderw.) Muzikaal optreden jeugdharmonie	12.00 – 13.15 uur 13.00 – 16.00 uur 13.30 – 16.30 uur 14.00 – 16.00 uur 18.00 – 19.30 uur 18.00 – 19.30 uur 19.15 – 20.45 uur 19.45 – 21.15 uur 19.00 – 19.30 uur	Zaal van Nieuwenhoven, Pastoor Maesplein 1, Nederweert-Eind Ontmoetingscentrum de Gunnerij Nederweert, Lambertushof 2, Nederweert Zaal van Nieuwenhoven, Pastoor Maesplein 1, Nederweert-Eind Gemeenschapshuis Haaze-Hoof, Aerthijsplein 3, Ospel Jong Nederland Budschop, Ospelseweg 15A, Nederweert Jong Nederland Budschop, Ospelseweg 15A, Nederweert Jong Nederland Budschop, Ospelseweg 15A, Nederweert Jong Nederland Budschop, Ospelseweg 15A, Nederweert Locatie t.z.t. te raadplegen via www.harmonienederweert.nl

WEEK TEGEN EENZAAMHEID

30 september t/m 7 oktober 2021

SPORT FIT VOOR HEREN

Sport Fit voor heren is een bewegingsles voor 50-plussers op 4 oktober, waarbij op een leuke speelse manier de conditie, lenigheid, kracht en coördinatie op peil wordt gehouden. Bewegen in een gezellige en sportieve sfeer. Naarmate men ouder wordt nemen conditie, kracht en coördinatie langzaam af. Belangrijk genoeg om uw lichaam in conditie te houden!

ONTMOETINGSCENTRUM DE GUNNERIJ

In de Week tegen Eenzaamheid kunt u bij ontmoetingscentrum de Gunnerij op alle dagen terecht. U kunt deelnemen aan: 'Kom op de Soep' in samenwerking met Humanitas, 'Wandelen door Nederweert', 'Spellendag', 'Ontbijten aangeboden door de Rabo Support Club', 'Stoel Yoga', 'Samen wafels bakken', '(Herfst)bloemstukjes maken' en 'Rollatortocht' in samenwerking met zorgcentrum Sint Joseph. Voor het ontbijt uiterlijk 30 september aanmelden: 06-22972069 / degunnerij@gmail.com.

SPORT & SPEL, CREATIVITEIT EN BUITENLEVEN

Vriendjes en vriendinnetjes week

Jong Nederland Budschoop zet zijn deuren open! De hele week zijn kinderen van harte welkom om te komen meedraaien tijdens een groepsavond. Zie de activiteitenkalender voor de indeling van de groepen. Kijk voor meer informatie op www.jongnederlandbudschoop.nl.

WANDELEN DOOR TUIN EN VLINDERTUIN BOSSERHOF

Op 3 oktober gaan we vanaf 10.00 uur wandelen op de verharde wandelpaden en na afloop een kopje koffie.

MEER BEWEGEN VOOR OUDEREN

Bewegen is essentieel, vooral voor 55-plussers. In Gemeenschapshuis Reigershorst bewegen we wekelijks op dinsdag van 10.00 tot 11.00 uur in groepsverband en werken we samen aan onze fitheid, onder leiding van een daarvoor speciaal opgeleide docent. Beweegplezier en sociaal contact zijn daarbij erg belangrijk. Na de les drinken we gezamenlijk een kopje koffie. Iedereen kan op eigen niveau meedoen. Niks moet.

MAAK KENNIS MET EEN BUUR UIT EEN ANDERE CULTUUR

Maak kennis met een buur uit een andere cultuur tijdens het Taalcafé in de bibliotheek in Nederweert (6 oktober, 10.00 tot 11.30 uur). Vindt u het leuk om eens binnen te komen en gezellig te kletsen met uw buurtgenoten? Meld u dan uiterlijk 5 oktober 18.00 uur aan. Deelname is gratis. bibliocenter.nl/actueel/spreekuren/taalcafe-nederweert.06102021.html.

KOM GEZELLIG OP DE KOFFIE IN DE BIBLIOTHEEK

Onder het genot van een kopje koffie of thee met iets lekkers erbij ontdekt u de mogelijkheden van de bibliotheek (4 oktober, 14.00 - 16.00 uur). Wist u bijvoorbeeld dat u tijdens de openingstijden gezellig een krantje of een tijdschrift kunt komen lezen? Ook als u geen lid bent? Of dat er boeken zijn voor mensen die minder goed zien? En een grote collectie luisterboeken? Op deze dag krijgt u 25% korting op het abonnementsgeld en betaalt u geen inschrijfkosten (vestiging Nederweert).

DAG VAN DE OUDEREN

Seniorenvereniging Budschoop organiseert op woensdag 6 oktober de 'Dag van de ouderen' voor leden en niet-leden. Een gezellige middag met muziek en informatie. Het thema van dit jaar wordt naar verwachting brandveiligheid. Bijdrage voor deze middag is € 5,00 per persoon.

KIENEN MET SENIORENVERENIGING EIND

Leden en niet leden zijn op 7 oktober van harte welkom op de kienmiddag van seniorenvereniging Nederweert Eind. Er zijn kleine prijsjes te winnen!

MUZIEKMIDDAG

Het Ospels Steunpunt organiseert op 7 oktober een muziekmiddag met DJ. Voor koffie, thee en een versnapering wordt gezorgd.

EETTAfel EIND

Eettafel Eind serveert op 7 oktober in zaal Nieuwenhoven een heerlijk driegangenmenu voor € 9,00. Uiterlijk 4 oktober aanmelden bij Wil Heijnen: 06-20372633 / wilheijnen.wh@gmail.com.

KOERSBAL

Koersbal is een balspel dat binnen wordt gespeeld. Het spel heeft iets weg van 'jeu de boules'. Het is erg leuk om koersbal te spelen. U kunt gezellig een praatje maken met de medespelers. Kom een kijkje nemen op dinsdag 5 oktober om 14.00 uur in gemeenschapshuis Reigershorst.

SAMEN DOEN, SAMEN STERK!

Zorgcentrum Sint Joseph houdt op donderdag 30 september van 13.30 tot 16.30 uur een vrije inloop. Onder het genot van een kop koffie kijken we samen hoe we voor elkaar van betekenis kunnen zijn.

KIENEN MET DE ZONNEBLOEM

De Zonnebloem afdeling Nederweert organiseert diverse activiteiten voor mensen met een lichamelijke beperking. Op dinsdag 5 oktober is dat kienen waarbij mooie prijsjes zijn te winnen. De zaal gaat open om 13.30 uur. Uiterlijk 27 september voor deelname aanmelden bij Netty Claessens: 06-21505667. De kosten zijn € 8,00 per persoon, te betalen in de zaal.

MUZIKAAL OPTREDEN JEUGDHARMONIE

Op 7 oktober van 19.00 tot 19.30 uur geeft de samengestelde jeugdharmoonie van Harmonie St. Joseph, Melodie der Peel en Pro Musica een optreden. De locatie vindt u t.z.t. op www.harmonienederweert.nl.

SPORTIEF ONTMOETEN IN DE BEWEEGTUIN

In de beweegtuin achter Zorgcentrum St. Joseph laten we op maandag 4 oktober inwoners (55+) van Nederweert kennismaken met de beweegtoestellen en er vinden diverse actieve spellen plaats. Uiterlijk 29 september aanmelden via b.arts@landvanhorne.nl.

CREATIEF MET CJG (CENTRUM VOOR JEUGD EN GEZIN)

In ontmoetingscentrum de Gunnerij organiseert Centrum voor Jeugd en Gezin op woensdag 6 oktober voor kinderen van 4 tot 18 jaar een leuke creatieve activiteit: verven, knutselen en versieren. Uiterlijk 2 oktober aanmelden via thao.vo@cjgml.nl.

WORKSHOP EETBARE KUNST

Ga zelf aan de slag om met gezonde ingrediënten een eetbaar schilderij te maken. Mooi om naar te kijken, lekker om op te eten! Samen met anderen nieuwe inspiratie opdoen. Deze activiteit is voor moeders/vrouwen en vindt plaats op 5 oktober om 10.00 uur bij Tipifeestje.nl (kosten € 5,-). Opgeven uiterlijk 2 oktober via info@tipifeestje.nl.

KOM SFEER PROEVEN BIJ EYNDERHOOF

Op woensdag 6 oktober kunt u zien en beleven wat Eynderhoof voor u kan betekenen. In de herberg wordt u ontvangen met een kop koffie/thee. Er is plaats voor maximaal 30 personen. Aanmelden uiterlijk 3 oktober bij Rosalie van Gog: famburgersvangog@hotmail.com.

WORKSHOP LIGHT-GRAFFITI

We gaan aan de slag met licht en lampjes om mooie kunstwerken te maken. Gaaf om te doen en het levert verrassende beelden op, die je natuurlijk digitaal toegestuurd krijgt. Deze activiteit is voor jongeren van ongeveer 12-17 jaar en vindt plaats op 5 oktober om 19.00 uur bij Tipifeestje.nl (kosten € 2,-). Opgeven uiterlijk 2 oktober via info@tipifeestje.nl.





WEBINAR EENZAAMHEID

Eenzaamheid kan iedereen overkomen, het komt dan ook in alle leeftijden voor. Veel mensen vinden het moeilijk om uit deze negatieve spiraal te komen, hoe graag ze dit ook willen. Eenzaamheid is je niet verbonden voelen. Je ervaart een gemis van een hechte, emotionele band met anderen. Of je hebt minder contact met andere mensen dan je wenst. Eenzaamheid wordt gekenmerkt door negatieve gevoelens van leegte, verdriet, angst en zinloosheid. Uiteindelijk kan eenzaamheid zelfs leiden tot lichamelijke of psychische klachten. Het is daarom ook een groot risico voor uw gezondheid. Kortom: eenzaamheid is een rotgevoel. Maar hoe ga je hiermee om? Hoe doorbreek je dit patroon en wat kun je eraan doen?

Tijdens dit webinar (6 oktober om 19.00 uur) geven we antwoord op al deze vragen. We geven u meer inzicht in eenzaamheid en bespreken hoe u ermee om kunt gaan. We gaan aan de slag met de volgende thema's:

- Wat is eenzaamheid?
- Welke vormen van eenzaamheid zijn er?
- Wat is het verschil tussen eenzaamheid en alleen voelen?
- Wat is de impact van veranderingen in iemands leven?
- Welke (positieve) oplossingen kunnen er zijn bij eenzaamheid en veranderingen?

Uiterlijk 5 oktober aanmelden via
amw-cjg.webinargeek.com/eenzaamheid.

OPEN EETTAFELS

Binnen de gemeente Nederweert zijn er verschillende 'Open Eettafels'. Iedereen is er welkom. Lekker samen eten en een praatje maken. Voor een klein bedrag kunt u deelnemen.

NEDERWEERT: Eetpunt 'Ontmoeten doet Groeten'. Elke dinsdag wordt er in gemeenschapshuis de Pinnenhof een driegangendiner geserveerd dat vers bereid wordt door vrijwilligers (3 x per maand) of een cateraar (1 x per maand). Na het eten is er de mogelijkheid om nog even na te praten, een kaartje te leggen of een ander spelletje te doen. De inloop is vanaf 17.30 uur en er wordt gegeten om 18.00 uur. Vragen stellen en aanmelden kan bij Petra Pustjens: 06-43609856 en bij geen gehoor bij Resie Jennissen: 06-22972069.

OSPEL: Elke tweede woensdag van de maand wordt door Eetpunt 'Ospels Uitje' een diner geserveerd aan 55+'ers. Door een groep vrijwilligers wordt voor deze doelgroep gezorgd dat het maandelijks een echt uitje wordt. In verband met de grote belangstelling is het noodzakelijk u vooraf aan te melden bij Maria Meeuws: 06-15435557.

BUDSCHOP: Elke tweede en laatste donderdag van de maand vindt de Open Eettafel plaats in het zaaltje van de kerkvoorziening St. Rochus Budschop. De vrijwilligers heten u vanaf 11.45 uur van harte welkom. Vanaf 12.00 uur serveren zij u een gezond driegangenmenu. Ter afsluiting schenken zij koffie en thee. Heeft u belangstelling of wilt u meer weten? Neem dan contact op met Johan Evers: 06-16382793 of Truus Vossen: 0495-626493.

LEVEROY: De open eettafel 'Oet Aete' in Leveroy vindt elke derde vrijdag van de maand in gemeenschapshuis de Pestoeërskoel plaats. De vrijwilligers heten u vanaf 11.45 uur van harte welkom. Rond 12.00 uur starten ze met het eten. De maaltijd bestaat uit een driegangenmenu en wordt altijd afgesloten met een kop koffie of thee. Vragen stellen en opgeven kan bij Martiene van der Linden: 06-12512678.

NEDERWEERT-EIND: Iedere eerste en derde donderdag van de maand wordt een volledige en gezonde maaltijd geserveerd bij Zaal van Nieuwenhoven, tegenover de kerk in Eind. Inloop is vanaf 11.30 uur. Vragen stellen en opgeven kan bij Wil Heijnen: 06-20372633.

TERUGBLIK WEEK TEGEN EENZAAMHEID 2020

Door kunstenaar Jan van Riet,
vrijwilliger bij Pop Up Galerie Nederweert

Vorig jaar heb ik in de Pop Up Galerie (PUGN) een workshop 'compositie' verzorgd in de Week tegen Eenzaamheid. Ik koos voor het thema compositie, omdat ik ervan overtuigd ben dat iedereen gevoel voor balans heeft in een tekening of schilderij. De deelnemers konden met beschilderde flarden uit tijdschriften zelf een compositie maken, door ze op gevoel neer te leggen op een groot vel papier. Zo ontstonden mooie creaties. Een aardigheidje mijnerzijds was dat ik de deelnemers vroeg om de snippers te plakken door een koude gekookte aardappel te gebruiken. De methode is eenvoudig en gemakkelijk om thuis ook te doen. Door de lockdown en de mondkapjes moesten we op afstand werken. En hoewel het groepje klein was, waren de reacties heel leuk.

Eenzaamheid is een groter probleem dan ik had kunnen vermoeden. Als er in de toekomst weer wat meer mogelijk is en de PUGN heeft een nieuwe locatie, dan moet het toch mogelijk zijn om hier iets aan te doen.

