

Woerden barst van de activiteiten tijdens de Week tegen Eenzaamheid

Je eenzaam voelen: het kan iedereen overkomen. Of je nu jong of oud bent, een baan hebt of niet (meer) werkt, vaak de deur uitgaat of juist veel thuisblijft. In de Week tegen Eenzaamheid van 28 september t/m 4 oktober vinden er door heel de gemeente Woerden veel speciale activiteiten plaats om mensen dichterbij elkaar te brengen. Denk aan line-dance, een rondvaart, theaterlezing, een High Tea, laagdrempelige koffieochtenden en samen zingen! Alle activiteiten zijn te vinden in de Woerdense Courant van 14 en 21 september en op: hartvoorwoerden.nl/weektegeneenzaamheid.

'Niemand 'is' eenzaam, maar iedereen ervaart wel eens gevoelens van eenzaamheid. Het is, net als honger en dorst, een signaal van je lijf dat je sociale verbindingen niet op orde zijn. Die 'sociale honger' moet je dus voeden. Dat kun je zelf én er zijn mensen die je daar bij kunnen helpen.'
Eva Berkeley, Welzijnscoach WoerdenWijzer

Iedereen is welkom tijdens de Week tegen Eenzaamheid

In Harmelen, Kamerik en Woerden zijn er speciale activiteiten georganiseerd door meer dan 15 organisaties. Iedereen kan deelnemen aan de Week tegen Eenzaamheid door het bezoeken of organiseren van een activiteit. Mensen kunnen nieuwe contacten leggen, plekken ontdekken en ervaringen opdoen. Het kan spannend zijn om alleen te komen maar het fijne is dat deze week veel anderen ook alleen komen en het net zo spannend vinden!

Eenzaamheid komt helaas veel voor

1 op de 10 mensen in Nederland voelt zich erg eenzaam. Nog eens 1 op de 3 Nederlanders heeft er wel eens last van. Eenzaamheid is je niet verbonden voelen. De invloed van eenzaamheid is groot. Zeker als het langdurig aanhoudt, leidt eenzaamheid tot gezondheidsrisico's, minder meedoen in de samenleving en een gevoel dat welzijn of geluk ontbreekt.

Meer informatie nodig? We staan voor je klaar!

Vragen over de activiteiten? Bel of app met Yvonne op 06 26 10 09 22 of mail naar y.vandruten@hartvoorwoerden.nl. Voor ondersteuning bij eenzaamheid in Woerden, neem contact op met Specialist Eenzaamheid Eva Berkeley via berkeley.e@woerden.nl of telefoonnummer 06 43 36 84 21.



-----EINDE PERSBERICHT-----

Noot voor de redactie

Voor aanvullende informatie kunt u contact opnemen met:

Yvonne van Druuten

Projectmanager Hart voor Woerden

06 26 10 09 22

y.vandruten@hartvoorwoerden.nl