

Week tegen Eenzaamheid 2020

Kom erbij & hou vol!

We kunnen elkaar door de crisis heen helpen, laten we elkaar er nu bij houden.

Kom erbij is de lokale invulling van de Week tegen Eenzaamheid, een praktische manier om lokale ontwikkelingen en lokale actoren te ondersteunen. Binnen het programma ligt de focus op het versterken van sociale contacten van mensen en het versterken van contacten tussen mensen en organisaties en organisaties onderling.

In 2020 wordt de invulling van Kom erbij beïnvloed door de corona-crisis. Vele activiteiten waren en zijn hierdoor niet mogelijk. Maar vele oplossingen zijn door het hele land opgedoken. Nu is de tijd om deze energie te bundelen en behouden. Premier Rutte zegt gedurende deze crisis en onder alle maatregelen bijna wekelijks dat we vol moeten houden, maar waar voor corona over een jaar, misschien iets langer, een vaccin is; is er voor eenzaamheid helaas geen panacea. Daarom moeten we op dit gebied ook zeker niet vergeten vol te houden.

Dit jaar geeft ons ook kansen, kansen op het verdiepen van onze aanpak. Want waar sociale ontmoetingen lastiger zijn, moeten andere oplossingen gezocht worden. Digitaal, of in onszelf. We kunnen hierdoor andere interventies voor het voetlicht brengen, interventies gericht op verwachtingsmanagement en op omgaan met gevoelens van eenzaamheid. Onze boodschap "omzien naar een ander" verdwijnt hiermee niet, maar we zetten nog meer in op lange termijn oplossingen in plaats van eenmalige activiteiten.

Als je tijdens corona een oplossing hebt gevonden om waardevol contact met je kwetsbare moeder te houden, waarom zou je dit dan niet ook de rest van het jaar volhouden. Als je nu, wanneer je behoefte hebt aan contact, kijkt wie er online is op Discord, zou het dan niet fijn zijn als mensen elkaar daar het hele jaar door kunnen vinden. Ter voorbereiding doen we een mini-enquête: "Wat helpt jou in coronatijd met eenzaamheid om te gaan en hoe zou dit een ander kunnen helpen die vaker eenzaamheidsklachten ervaart?"

Ondersteuning

We bieden als elk jaar ondersteunende middelen en materialen aan:

Kom erbij-pakket

- Posters en flyers, met andere beelden? 1,5 meter beelden van sporten, beeld van Zoomen, Babelbox, andere mooie activiteiten uit Corona-pakket. --> Xerox?
- Stickers werden vorig jaar goed gebruikt, niet heel relevant voor 1,5 meteractiviteiten.. Alternatief: social media profielsticker? Ik zag de laatste tijd op Facebook voorbij komen dat mensen een check-in deden met hartjes. Vrienden moesten met een hartje reageren hoe het met ze gaat, of ze juist blij zijn of in de put, of ze behoefte hebben aan een gesprek, of juist alleen gelaten willen worden. Misschien kunnen we daar een laagdrempelige vorm van doen. "Houdt van bellen", "Wandelt graag", "Kookt een portie extra".
- Placemats voor grote bijeenkomsten twijfelachtig, misschien inzetten op kleinere bijeenkomsten? Ook misschien beter voor het gesprek. Het zijn natuurlijk ook veel verpleeghuizen e.d. die de grote diners organiseren, en de placemats worden altijd wel erg gewaardeerd. Belangrijk om goede gespreksstarters te blijven verzinnen, misschien meer dan vorige keren. Eventueel los drukken.
- Vloerstickers met "Kom erbij! ...op anderhalve meter"

Digitaal Kom erbij-pakket

- Digitale factsheet en signaleringskaart kunnen gebruikt worden → waar willen we deze inzetten?
- Menukaart: een waaijer met interventies, verschillende kleurstalen (zoals verfwaaier); roodtinten zijn dingen die je voor je burens doet, blauwtinten zijn cursussen (al dan niet online), groentinten zijn buitenactiviteiten, geeltinten zijn creatieve interventies, etc. o.a. putten uit goede initiatieven coronatijd, Handreiking Kom erbij Festival en inspiratieonderdeel website.
- Test "Wat kan IK doen" (voor mezelf of voor een ander): vragen die leiden tot een interventie uit de menukaart.
- Eenzaamheidsspel: iets met kaarten, misschien in Pay it forward stijl? Je kiest/trekt één tot drie kaarten met iets wat je moet doen voor een ander en geeft de set daarna door.
- Kaartspel OGJG-stijl met onderwerpen om elkaar beter te leren kennen/een online gesprek "levend" te houden.
- Draaiboek digitale informatiebijeenkomst inclusief PowerPoint.
- Draaiboek digitale startconferentie.
- Voorbeeld persbericht.
- Slide WtE / filmpje minister beschikbaar (boodschap: samen doen, belangrijk thema)

Tijdens de Week

Razende reporter het land door met "gimmick": Reizende babelbox (inclusief prompts) waar iedereen kan plaatsnemen en een gesprek met een onbekende voert. Op deze manier creëer je sowieso bij elk evenement dat je bezoekt een leuk beeld. Daarna bij wijze van afsluiting week het filmpje rondsturen aan alle organisatoren als bedankje. (al dan niet in combinatie met slotfeest)