



GA OP PAD, WEES ZICHTBAAR IN DE BUURT

Naar buiten gaan is fijn om allerlei redenen. Je bent even in een andere omgeving, je voelt de wind door je haren, het zonnetje op je gezicht, je ruikt de natuur om je heen, je snuift nog eens extra frisse lucht op en je ziet allerlei mensen voorbijkomen. Oftewel; je zintuigen worden geprikkeld.

We delen graag twee ideeën met je om zichtbaar te zijn in de buurt.

IDEE 1

Zoek een speeltuin of grasveldje

- Zit er een speeltuin bij jou in de buurt? Of een grasveldje? Ga daar dan met elkaar naartoe.

NB: kies een tijdstip waarop er ook andere mensen te vinden zijn. Bijvoorbeeld in de ochtend, wanneer ouders met jonge kinderen op pad zijn. Of na schooltijd wanneer wat oudere kinderen buitenspelen.

- Laat zien dat je als locatie bij de buurt hoort.

Zorg dat je met een open blik naar de anderen om je heen kijkt. Nodig andere mensen uit om mee te doen aan je activiteit. Zo zorg je voor verbinding tussen jou, cliënten en de buurt.



• Wat kun je gaan doen?

- Voetballen of de bal over gooien.
- Neem krijt mee en maak een mooie tekening of maak een hindernisparcours.
- Blaas bellen met elkaar.
- Neem twee knuffeltjes (of andere voorwerpen) mee en verstopt deze.
- Schil wat fruit en deel dit uit aan kinderen om je heen.

IDEE 2

Bijdragen aan een duurzame en schone buurt

Iets goed doen voor de buurt, dan kan al heel makkelijk! Denk bijvoorbeeld aan vuilprikken of verzamelen van flesjes. Maak er een gezellig moment van met de cliënten. Misschien kun je zelfs een (zacht) muziekje meenemen.

- Je kunt een wedstrijdement bedenken in het verzamelen.
- “Wie verzamelt de meeste....?”
of “Wie verzamelt het snelst....?”
- Vertel moppen of raadsels aan elkaar.

Of je kunt ondertussen eens een wat diepgaander gesprek voeren. Voorbeelden van leuke onderwerpen, vind je hieronder.

Wat vond jij vroeger leuk om te doen?
Welke hobby's had je?

Wat is jouw leukste herinnering wat je met je vader of moeder gedaan hebt?

Waar ben je trots op?

Welke heldendaad heb je afgelopen tijd gedaan?

Stel dat jij de burgemeester van het dorp zou zijn, wat zou jij dan veranderen?

Welk spelletjes zou je nog eens willen doen?

Wat heb je laatst gedroomd?

Welke afspraak op de voorziening zou je graag willen veranderen?

Wat is jouw lievelingsdier en waarom?

Wat vind je het allerleukste in jouw appartement of kamer? En waarom?

Bedenk een compliment voor elkaar.

Meer tips of ideeën nodig hoe je zichtbaar kunt zijn in de buurt?

We hebben er een aantal op een rijtje gezet (die zeker niet allemaal overal toepasbaar zijn, dat realiseren we ons. Het dient ter inspiratie):

- Schrijf kaarten aan eenzame ouderen rond Pasen en Kerst
- Schrijf kaarten naar kinderen op een basisschool in de buurt
- Laat bewoners voorlezen, spelen of voetballen met kids in de buurt
- Verzamel voedsel voor de voedselbank. Hier een actie op bedenken. Of help kratjes vullen.
- Deel gereedschap
- Zet containers buiten van mensen die op vakantie zijn of verzorg planten
- Laat honden uit of verzorg huisdieren tijdens vakanties van mensen
- Verzorg planten tijdens vakanties van mensen
- Maak kunst en exposeer die in gangen van galerijflats of huisartsenpraktijken oid in de buurt

Heb je zelf een leuk idee dat goed werkt?

Leuk om van je te horen!

Je kunt ons mailen op:

nieuwe.tijden@onstweedethuis.nl.