

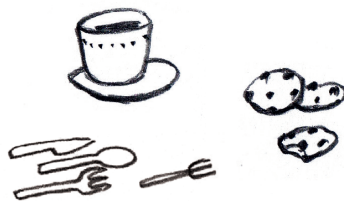
#ontdekkingtroef

Hoe haal je mensen uit hun isolement?



Voer een raamgesprek

Geen betere inspiratie dan jijzelf. De vertrouwde begeleider of vrijwilliger terugzien, doet deugd. Een babbeltje en een luisterend oor doen wonderen, zelfs al zit er een raam tussen.



Ga op voordeurbezoek

Ga langs bij de mensen die je al lang niet meer zag. Dat hoeft daarom niet meteen binnen in huis te zijn... Je kan prima een gesprek voeren van op de dorpel. Misschien kan je iets meedoen om samen te genieten? Denk aan een lekkere taart, een koekje, chocolade, een wafel, een pannenkoek...



Bouw vertrouwen op

Neem je achterban stap voor stap mee naar buiten. Niet één keer, niet twee keer maar wel drie of zelfs vier keer proberen. Op hun eigen ritme terug naar buiten. Begin met voordeurbezoeken en dorpelgesprekken en bouw zo op tot ze weer mee naar buiten durven.



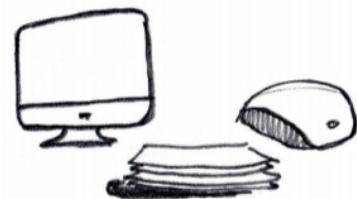
Trek er op uit

Een wandeling is het ideale moment om eens bij te babbelen, nog eens wat gezonde buitenlucht op te snuiven en is dé manier om mensen op een laagdrempelige manier uit hun kot te krijgen. Ontdek onze wandeltips in onze gids.



Daag uit

Een hele concrete uitdaging werkt. Lanceer regelmatig een opdracht en deel de resultaten. Zo komt jouw groep weer in contact met elkaar en creëer je verbinding. Denk aan een fotozoektocht, een dorpeltrekkingbingo...



Ga virtueel

In grote groep afspreken is nog uit den boze, maar je kan elkaar wel virtueel ontmoeten! Zo kan je een Facebookgroep aanmaken en workshops geven via Messenger Rooms. Weet je niet hoe je moet starten met social media? In onze gids geven we tal van tips!