



Een
momentje
van...
stilstaan

Eenzaamheid kent geen (leef)tijd

Het gevoel van eenzaamheid herkent iedereen wel. Het overkomt je soms en op zich hoeft dat geen probleem te zijn. Meestal gaat het gevoel weer weg doordat je bijvoorbeeld aansluiting vindt bij je omgeving. Dat is niet voor iedereen weggelegd en SWOVE biedt hulp aan iedereen voor wie eenzaamheid een langdurig of chronisch probleem is geworden.

Bel ons: 040- 254 00 66

Een momentje van... stilstaan

Blijf niet zitten met eenzaamheid

Als je je niet verbonden voelt met andere mensen, leggen we dat uit als eenzaamheid. Het is een naar en vervelend gevoel dat niet zomaar weggaat. Gelukkig hoeft je er niet mee te blijven zitten. Bij SWOVE vinden we het belangrijk dat iedereen mee kan doen in de samenleving, organiseren we activiteiten en cursussen die je inzicht geven in waar dit gevoel vandaan komt, maar belangrijker nog hoe je hiermee om kunt gaan en zelfs te verminderen.

Zet die eerste stap

We hebben een specialist op het gebied van omgaan met eenzaamheid. Het is altijd mogelijk een gesprek aan te vragen als je het zelf even niet meer weet. Het vinden van een oplossing voor eenzaamheid begint bij jezelf. Erken dat je eenzaam bent en zet die eerste stap. Weet dat je niet de enige bent die het moeilijk vindt om nieuwe contacten aan te gaan maar eenmaal die stap gezet, gaat het je zoveel brengen.

Contact

Neem contact op met SWOVE voor een gesprek om samen te kijken welke oplossing voor jou het best passend is. Je staat er niet alleen voor.

Bel ons: 040- 254 00 66

"Ik kijk niet graag terug op de tijd dat ik me eenzaam voelde. Na een lange periode van zoeken naar een oplossing, ben ik een cursus gaan volgen bij SWOVE en heb ik geleerd wie ik ben en wat ik wil. Nu dat duidelijk is, durf ik meer te ondernemen of gewoon een kop koffie te drinken bij de buurvrouw."