

Overzicht Maatschappelijk initiatief gedurende COVID-19

Versie 30 april 2020

De maatregelen van het kabinet om verspreiding van het coronavirus te voorkomen hebben invloed op iedereen, maar raken vooral kwetsbare groepen. In korte tijd is duidelijk geworden hoe groots en groeiend het maatschappelijk initiatief is om elkaar te ondersteunen in deze moeilijke periode. Bedrijven, organisaties en burgers zetten zich in om elkaar hulp aan te bieden, in contact met elkaar te blijven tegen eenzaamheid en invulling te geven aan de dag.

Hieronder vindt u een weergave van maatschappelijk initiatief uit het land. Nadrukkelijk wijzen wij erop dat dit geen volledige inventarisatie is. De initiatieven zijn onderverdeeld in telefonische hulplijnen voor informatie of een luisterend oor, online vraag-en aanbodplatforms voor hulp en andere initiatieven van organisaties, bedrijven en burgers op het gebied van bijvoorbeeld contact, daginvulling en beweging.

Het overzicht is samengesteld over de afgelopen drie weken en bedoeld ter ondersteuning, ter informatie en ter inspiratie. In week 20 wordt het overzicht geüpdatet.

Daarnaast kunt u op de website www.eentegeneenzaamheid.nl/houdcontact tips en voorbeelden vinden om contact met elkaar te onderhouden.

Actuele informatie over het coronavirus en de richtlijnen van het RIVM vindt u op Rijksoverheid.nl.

1) SPECIALE TELEFOONLIJNEN

Er zijn verschillende telefoonlijnen bereikbaar voor vragen of voor een luisterend oor:

- De [Luisterlijn](#) (0900-0767). 7 dagen per week, 24 uur lang.
- De [ANBO](#) (0348-466666). 7 dagen per week van 09:00-21:00.
- Het [Rode Kruis](#) Hulplijn (070-4455888). Maandag t/m vrijdag 09:00-21:00 en zaterdag tussen 10:00-16:00.
- De [Mantelzorglijn](#) (030-7606055). Werkdagen 09:00-16:00.
- KRO-NCRV [Corona Quarantaine Contact](#)
- De [Zilverlijn](#) 088 344 2000.
- [Niet Alleen](#) (0800-1322). 7 dagen per week ma t/m vr van 09.00 - 21.00 en za en zo van 09.00 - 18.00.
- De [Ouderen Informatielijn](#) KBO-PCOB/NOOM (030-3400600). Ma t/m vr van 9:00-17:00.
- Alzheimer Telefoon (0800-5088). 7 dagen per week van 09:00-23:00.
- Naast bovenstaande landelijke lijnen zijn er veel lokale hulplijnen opgezet, zoals Heel Groningen belt en Heel Friesland belt.

2) VRAAG/AANBOD PLATFORMS (voor iedereen toegankelijk)

Er zijn verschillende platforms waar vraag en aanbod op geplaatst kan worden:

- www.NLvoorElkaar.nl/coronahulp verzamelt alle vraag en aanbod op één plek: hulp vragen en aanbieden is gratis voor maatschappelijke organisaties en particulieren. Ook gemeenten kunnen hier een eigen pagina aanmaken.
- [#NietAlleen](#), een samenwerking van PKN, Kerk in actie, EO en talloze andere (lokale) partijen. .
- Overige platforms zoals, WeHelpen, Mijnbuurtje, Koppl etc brengen ook vraag en aanbod samen. Daarnaast zijn er lokaal ook vaak vele platforms om vraag en aanbod samen te brengen.

3) INITIATIEVEN van organisaties/burgers

■ Informatief

- **Het Kennisplatform Integratie en Samenleving (KIS)** heeft een speciale webpagina <https://www.kis.nl/artikel/coronavirus-en-eenzaamheid-bij-migrantenouderen-tips> geopend met tips hoe om te gaan met migrantenouderen en eenzaamheid tijdens de coronacrisis.
- **Alzheimer Nederland** heeft op www.dementie.nl allerlei tips voor mantelzorgers en mensen met dementie om deze periode door te komen. Op www.alzheimer-nederland.nl/corona worden initiatieven gedeeld met de hashtag #wijvergetenjullie niet.

- **Mantelzorgers** worden geïnformeerd waar ze rekening mee moeten houden in de zorg voor kwetsbare naasten; wat kan wel en wat kan niet? Op <https://mantelzorg.nl/> pagina is die informatie te vinden.
- **De Vereniging Gehandicaptenzorg Nederland** heeft een aparte site voor vragen omtrent corona gericht op zorgprofessionals, ouders en cliënten. Bekende Nederlanders steken graag al deze zorgtoppers een hart onder de riem met een persoonlijke boodschap. Zie <https://www.vgn.nl/corona>. Op <https://www.vgn.nl/goede-voorbeelden> delen zij ook goede voorbeelden van initiatieven.
- De **landelijke belangenorganisatie LFB** informeert mensen met een licht verstandelijke beperking over het corona virus. Zie www.lfb.nu/corona-virus. Kijk ook op corona.steffie.nl.
- **Movisie** deelt op de website www.movisie.nl/coronacrisisdagbesteding goede voorbeelden en initiatieven op het gebied van **dagbesteding**.
- Op www.eenzaam.nl worden persoonlijke verhalen gedeeld en tips – specifiek bedoeld voor mensen die eenzaamheid ervaren. Kijk ook op www.eentegeneenzaamheid.nl/houdcontact voor meer initiatieven en tips.
- Op de website <https://www.waardigheidentrots.nl/praktijk/mooie-initiatieven-coronacrisis/> zijn er veel **initiatieven** te vinden voor in **verpleeghuizen en woonvoorzieningen**.
- Begrijpelijke informatie **in verschillende talen** biedt **Pharos**.
- Voor ouderen biedt **SeniorenWeb** **PChulp en informatie** over internetgebruik
- Met de **Isolement Experts** van **De Zonnebloem** geven ervaringsdeskundigen tips hoe je het beste kunt omgaan met thuisblijven. Zie <http://www.isolement-experts.nl>.
- **Mensen die doof of slechthorend zijn** kunnen op www.doof.nl/uit-en-thuistips/meedoen-in-tijden-van-coronacrisis-online-vergaderen-of-bellen-met-tolk tips vinden om te videobellen.
- Voor **mensen met psychische klachten** heeft **MIND** een aparte pagina opgezet voor contact, hulp, tips en/of afleiding. Zie www.wijzijnmind.nl/corona.
- **Mensen die stotteren** kunnen in deze periode meer stress ervaren en daardoor meer gaan stotteren. Beeldbellen is vaak spannend, dus heeft Stichting Support Stotteren videocalls georganiseerd voor deze groep. Zie www.allesoverstotteren.nl/ontmoeten.
- **Mensen die slechthorend of doof** zijn en extra hulp of ondersteuning nodig hebben, kunnen whatsappen met de Rode Kruis Hulplijn via 06-57813499.

■ Eten

Incidentele 'liefdadigheid' acties:

- **De Bijenkorf** en **Stichting NL Cares** deelt de overgebleven chocola en gebak van de fysieke winkels van Bijenkorf uit aan ouderen in zorginstellingen. In het paasweekend hebben de medewerkers van de bakkerij de **paaspakketten** door het hele land bezorgd.

Doorlopende acties:

- **Resto VanHarte** en **Maggi** roepen mensen op met **'ik kook van harte voor jou'** om voor anderen te koken. Middels een kaartje in bijvoorbeeld de buurt whatsapp en/of op de website www.ikkookvanhartevoorjou.nl kun je je aanmelden om te koken voor een van de gasten van Resto VanHarte.
- **Oma's soep** bezorgt soep bij ouderen met een persoonlijke kaart. Ze zijn begonnen in Amsterdam, maar nu ook in Utrecht en Rotterdam. Normaal gesproken koken jongeren samen met ouderen, maar nu koken jongeren voor de ouderen. Zie www.omassoep.nl/
- **Stichting Thuisgekookt** koppelt buurtgenoten aan elkaar voor het **delen van een maaltijd**, voor mensen die niet de deur uit willen of kunnen en mensen die werken in een cruciaal beroep. Dit is een landelijk initiatief. Zie www.thuisgekookt.nl.
- **De Participatie Keuken** (initiatief Ben Lachhab, restaurantmanager van Resto VanHarte) zet zich in voor eenzame ouderen om 15 weken lang elke dag een diepvriesmaaltijd te bereiden in de regio Den Haag. Daarvoor zijn 100.000 maaltijden nodig. Inmiddels zijn o.a. de **Rabobank, Shell, Albert Heijn, Fonds1818, World Forum**, verschillende cateringbedrijven en verschillende welzijnsorganisaties uit Den Haag al aangesloten. Aansluiten kan als donateur, maar ook als leverancier van voeding bijvoorbeeld. Ook heeft hij contact gezocht met de gemeente Den Haag, huisartsen, wijkagenten en vertegenwoordigers van buurthuizen om te weten waar maaltijden echt nodig zijn. Zie www.participatiekeuken.nl/.

- Op www.maaltijdbutler.nl/corona-update-hoe-veilig-is-de-maaltijdservice/ geeft de **Maaltijdbutler** informatie over een **veilige maaltijdservice** tijdens de corona-periode.
- **NLcares** heeft een **4G koffiekwartiertje** ingericht. Hiermee kunnen mensen zich opgeven om te skypen met bewoners van een aantal woonzorgcentra om zo toch sociaal contact te hebben. www.nlcares.nl/4gkoffiekwartiertje.

■ Boodschappenhulp

- De **Voedselbank Nederland** deelt op meerdere locaties pakketten uit om kwetsbare groepen te ondersteunen. Zie <https://www.voedselbankennederland.nl/>.
- Een groot aantal **supermarkten** heeft speciale openingstijden of kassa's geopend voor ouderen. Informeer bij uw supermarkt of dit ook voor u van toepassing is en of er misschien speciale bezorgtijden voor u gelden
- **Albert Heijn** en het **Rode Kruis** werken landelijk samen rondom veilig boodschappen doen voor kwetsbare mensen: het Rode Kruis biedt hulp aan mensen om boodschappen te doen, informeren over corona en hulp bij bescherming.
- **ANBO** en **CBR**: verzoeken die via de ANBO binnenkomen over boodschappenhulp worden doorverwezen naar het CBR. Het CBR zorgt ervoor dat er in die regio een examiner de boodschappen gaat doen. De service lijkt gratis te zijn, boodschappen worden met een betaalverzoek of contant betaald (geen pinpas meegeven). Zie <https://www.anbo.nl/nieuws/anbo-blij-met-aanbod-cbr-voor-boodschappenhulp>.

■ Amusement

- **Bibliotheek Westland** belt middels de **Belbieb** leden die 75-plussers zijn voor een praatje en met de vraag of zij een boek willen lenen. Zie www.ad.nl/westland/belbieb-bindt-strijd-aan-met-eenzaamheid-onder-ouderen-het-is-dat-we-niet-de-hele-dag-de-tijd-hebben~a32ef7a5/.
- **Omroep MAX Ouderenjournaal** vanaf maandag 30 maart, om 16.40 uur op NPO 1. Het nieuwe programma richt zich op positief, hoopvol, informatief en inspirerend nieuws, toegespitst op de situatie van ouderen in tijden van sociale afstand.
- **Bert van Leeuwen** presenteert, vanuit eigen huis, hulpverhalen in **EO-programma 'Nietalleen.nl'**. Dagelijks om 16.45 bij de EO op NPO1.
- **Wij En Corona** publiceert verhalen voor en door ouderen. Zie <https://wijencorona.nl/>.
- **Focuscura** organiseert samen met een aantal organisaties (o.a. KBO-PCOB, Wehkamp en Aubergine IT) de **Nationale Thuisbingo**. Het spel wordt online gespeeld en na de bingo wordt er met deelnemers contact opgenomen door een vrijwilliger voor een praatje. Zie www.denationaalthuisbingo.nl.
- De **Bibliotheek Den Haag** biedt een **bezorgservice voor boeken** aan voor oudere leden. **Bibliotheken in Hengelo, Oldenzaal en Hof van Twente** bieden ook een bezorgservice aan voor oudere leden.
- Via de www.onlinebibliotheek.nl is het mogelijk om als lid gebruik te maken van een groot aantal e-books en luisterboeken.
- **Bureau Vijftig** zendt 'Barre Tijden' uit vanuit hun **tv-zender ONS** (80% van de kijkers zijn 50+). Hierin worden bijvoorbeeld verhalen gedeeld hoe ouderen fit kunnen blijven, wat zij vreselijk missen en of ze ook lichtpuntjes zien in deze nare tijd. Vanaf 1 april elke ma, wo en vr van 15.30 -17.00 uur.
- **De Zonnebloem** heeft een webpagina met allerlei leuke tips en ideeën om thuis te doen, zoals knutselideeën, online spelletjes, gratis boekabbonementen etc. Zie www.zonnebloem.nl/thuis.
- **De Graafschap Bibliotheken** bieden **gratis luisterboeken** aan. Sommige boeken zijn ook voor niet-leden beschikbaar. Zie www.graafschapbibliotheken.nl/luisterbieb.html.

■ Kunst, muziek & cultuur

- Met **Dichter aan de Lijn** belt een groep dichters dagelijks mensen op om een gedicht voor te lezen. Zie www.vpro.nl/programmas/mondo/artikelen/specials/Dichter-aan-de-lijn.html .
- Door een **briefdrager** te worden leren mensen op de website www.briefdragers.nl van professionals uit de kunst- en cultuursector in 8 stappen een persoonlijk verhaal te maken voor iemand die alleen is.
- Het **IVAK** biedt de mogelijkheid om **mensen in het zonnetje te zetten** in de regio Eemsdelta. Mensen kunnen een oproep plaatsen op www.ivak.net/zonnetje. Een artiest of kunstenaar zorgt er vervolgens voor dat er een bijzonder gebaar naar deze persoon gaat. Dat kan zijn: een lied, vlog, schilderij, sketch, kunstobject, animatie, dans, rap, gedicht, tekening, etc.

- **Het Rijksmuseum** organiseert met ‘**Ontdek Rijksmuseum Meesterwerken**’ via haar website een virtuele tour langs achttien meesterwerken in de Eregerij. De tour is voor iedereen toegankelijk en uitgerust met audio-en tekstfragmenten. De interactieve website ‘Beleef de Nachtwacht’ is ook opgenomen en geeft toegang tot extra veel verhalen over het beroemdste werk van Rembrandt. Zie www.rijksmuseum.nl/nl/thuis.
- **Club Goud** organiseert de **Contactloze Buitenconcerten**. Muzikanten spelen vanuit de tuin muziek voor bewoners van het woonzorgcentrum. Ze zijn in Den Bosch, Nijmegen, Boxmeer en Nuenen begonnen en willen uitbreiden naar heel Nederland indien mogelijk. Muzikanten kunnen zich aanmelden via de website. Zie www.clubgoud.com/contactloze-buitenconcerten.
- **Muzikanten van Stichting De Tijdmachine** doen hun **Gouwe Ouwe optredens** voor verpleeghuizen en buurthuizen nu elke dag live online tussen 14.00 en 14.30u via facebook. Zie www.stichtingdetijdmachine.nl/ voor meer informatie.
- Op www.beteroud.nl is een overzicht te vinden van **online activiteiten en voorstellingen** voor ouderen.
- Op <https://www.lkca.nl/artikel/corona-initiatieven/> heeft het **LKCA** het cultureel aanbod geplaatst.

▪ Digitaal/contact

Incidentele ‘liefdadigheid’ acties:

- **Zorgverzekeraar Zilveren Kruis** en **Menzis** bellen actief naar ouderen op om te vragen hoe het met ze gaat. Ouderen worden gebeld, gehoord, geholpen en doorverwezen naar concrete hulp.
- **Voetbalclub PSV** deelt in samenwerking met elektronicabedrijf **PHC tablets uit** in verzorgingshuizen Eindhoven. <https://www.omroepbrabant.nl/nieuws/3176762/PSV-helpt-ouderen-in-Eindhoven-met-tablets-Zo-kunnen-ze-alsnog-samen-zijn-met-familie>
- **Ajax** belt seizoenkaarthouders die 70 jaar en ouder zijn voor een praatje. Ook oudere leden van hun vereniging worden gebeld. <https://www.telegraaf.nl/sport/650714554/ajax-steunt-eenzame-oudere-fans-in-coronacrisis>
- **Spelers van de voetbalclub Cambuur** bellen oudere mensen die zich eenzaam voelen en/of een beperking hebben voor een praatje. <https://www.omroepfryslan.nl/nieuws/951077-cambuur-verbindt-organiseert-bijzondere-actie-tegen-eenzaamheid>
- De **gemeente Uden** zamelt tablets in voor ouderen om te gaan beeldbellen met familie en vrienden. De inzameling vindt plaats op het gemeentehuis. <https://dtvnieuws.nl/nieuws/artikel/gemeente-uden-zamelt-ipads-in-voor-ouderen>
- **ASML Foundation** heeft 400 tablets gedoneerd tegen eenzaamheid onder ouderen aan Archipel en Vitalis. De tablets worden naast beeldbellen ook gebruikt om geheugenspelletjes te spelen. <https://studio040.nl/nieuws/artikel/tablets-helpen-mee-aan-strijd-tegen-eenzaamheid-ouderen>
- De oproep van **Britt Dekker in DWDD** om tablets te doneren aan mensen in verzorgingstehuizen trekt duizenden mensen die meedoen. <https://www.rtlboulevard.nl/entertainment/showbizz/artikel/5072051/duizenden-mensen-doen-mee-aan-tabletactie-van-britt-dekker>

Doorlopende acties:

- Met het initiatief **Brieven aan Bep** worden **enthousiaste schrijvers gekoppeld aan ouderen** in o.a. verzorgingstehuizen om langdurig penvrienden te worden. Zie www.brievenaانبep.nl.
- Met **Oranjehelpers** van **TijdvoorActie** komen jongeren in actie om kwetsbaren groepen en **eenzame ouderen te helpen**. Zie www.oranjehelpers.nl/.
- Met **Kletsmaatjes** wordt het mogelijk gemaakt om **online te praten met nieuwkomers** voor sociaal contact en het oefenen van hun Nederlandse taal. Zie www.hetbegintmettaal.nl/kletsmaatjes/.
- De **Raad van Kerken** geeft aan verschillende acties te hebben lopen tijdens de periode van corona, zoals streaming van online-kerkdiensten, pastoraat per telefoon, wekelijkse videoboodschappen, telefooncirkels, uitdelen van voedselbonnen en boodschappenpakketten etc.
- **Extra landelijke ondersteuning van dak-en thuislozen**, zoals extra maaltijden (Leger des Heils o.a.)
- Op www.helpdigitaal.nl is het mogelijk om **tablets aan te vragen voor bewoners van zorginstellingen**. Zo kunnen bewoners toch contact hebben met hun familieleden en/of vrienden.

- **Supermarktketen Spar** is een actie gestart om mensen die het nodig hebben een **kaartje te sturen**. Via www.sparkaarten.nl is het mogelijk om een kaart te maken.
- Ondersteuning in beeldbellen. Overzicht van apps en tools bij Zorgvannu.nl, SeniorWeb en Jowtube bieden tijdelijk gratis handige instructievideo's over whatsapp-bellen, facetimen en skypen.
- Via de telefonische **Helpdesk Welkom Online** kunnen ouderen vrijwilligers bellen om **ondersteuning in digitale vaardigheden** te krijgen, zoals het installeren van skype.
- Met **In je Uppie** ontmoet u doorlopend leeftijdsgenoten met telefonische groepsgesprekken. Een gespreksleider brengt verschillende gespreksonderwerpen aan bod. Zie <https://upinederland.nl/agenda/in-je-uppie-aan-de-lijn/>
- Op www.opnieuwgeleerdoudgedaan.nl staan instructiefilmpjes voor **mensen met een dementie** waarin ze **leren** hoe ze kunnen **beeldbellen**.
- Personeel van **KLM** helpt middels blauwhelpt.nl op vrijwillige basis om ouderen te helpen met boodschappen, een praatje en/of wandeling maken met eenzame ouderen, digitale hulp etc.
- Bij **Koetjes & Kalfjes** bellen studenten met ouderen, gewoon voor een praatje over koetjes en kalfjes.
- **De Bossche wooncorporaties Brabant Wonen, Zayaz en Woonstichting Joost** zijn een **belactie** begonnen naar hun huurders. De vraag is hoe het met hen gaat en of zij hulp nodig hebben. Het gaat op dit moment nog om ouderen boven de 65 jaar. In Eindhoven gebeurde dit al. Zie www.bastionoranje.nl/index.php?pagina=nieuws&categorie=704&artikel=16966
- **De Bibliotheek** heeft een Digi-Taalhuis pagina aangemaakt voor kwetsbare groepen waarop interessante tips om het thuis makkelijker, veiliger en leuker te maken om te lezen. Zie www.bibliotheek.nl/digitaalhuis.html.
- **Coromapost**, **het Nationaal Ouderenfonds** en **Postmaatje** brengen 'schrijfmaatjes' bij elkaar door het **versturen van een kaartje**.
- Bij **Stichting Kletsmaajoor** kun je gratis een '**pen pakket**' krijgen om van je opa, oma, buurman of buurvrouw een penvriend(in) te maken.
- De **Koninklijke Nederlandse Biljartbond** en **Nederlandse Jeu de Boules Bond** slaan de handen in één om sporters die nu thuis zitten in contact met elkaar te brengen. Ze matchen **sporters** voor een **telefonisch praatje** via Sportersvoorelkaar.nl.
- **Oud Geleerd Jong Gedaan** bieden online colleges aan. Zie www.oudgeleerdjonggedaan.nl/onlinecolleges/.
- Op www.samensterktegencorona.nl worden **posters beschikbaar gesteld voor een hulpvraag en/of een hulpaanbod**. Iedereen kan een poster aanvragen met twee kleuren, 'groen' voor ik kan helpen en 'rood' voor ik heb hulp nodig
- **Bij Zorgcoöperatie Loppersum** gaat 1 buurgenoet per straat de huizen af om een praatje te maken en hulpvragen te inventariseren, deze vrijwilliger is dan aanspreekpunt waar je terecht kan met vragen. <http://www.lopsternijs.nl/2020/03/24/burenhulp-in-loppersum-we-zijn-er-voor-elkaar/>
- **Diverse verzorgingstehuizen** maken het mogelijk om achter glas met de oudere bewoners te spreken en zo toch visite voor naasten mogelijk te maken.
- **Young Impact** organiseert de #opaapp challenge waarbij jongeren de opa's en oma's van vrienden bellen. Zie <https://youngimpact.nl/young-impacts-opaapp-challenge-gaat-strijd-aan-met-eenzaamheid-door-coronavirus/>
- **Vrijwilligers van het Rode Kruis** gaan **in Rotterdam langs bij ouderen** om te kijken of alles goed met ze gaat en voor een gezellig praatje. Zie <https://www.hartvannederland.nl/nieuws/2020/vrijwilligers-rode-kruis-ouderen-rotterdam/>
- **Zorginstelling de Lichtenvoorde** in Groenlo heeft een **oude SRV-wagen in gebruik genomen als ontmoetingsplek voor cliënten en hun familie**. Er is een **plexiglazen wand ingebouwd** om veilig met elkaar te communiceren. Zie <https://www.omroepgelderland.nl/nieuws/2447071/Eindelijk-weer-even-samen-ouders-zien-zoon-terug-in-de-Tante-Rikie-Express>.
- Met het project www.blijfinbeeldleiden.nl worden ouderen in Leiden en omgeving geholpen om te kunnen beeldbellen met hun naasten.

■ Hart onder de riem

Incidentele 'liefdadigheid' acties:

- **IKEA Amsterdam** verrast medewerkers en bewoners van De Nellestein met 100 planten en potten
- **Met je hart Utrecht** heeft 200 ouderen verast met een bosje tulpen.
- **Het Nederlands Elftal** steunt met een videoboodschap en donatie het online platform NLvoorElkaar.
- **Persoonlijke videoboodschappen** bij de [ANBO](#)
- [100.000 gratis kaartjes](#) van **PostNL i.s.m. Hallmark**
- [Liefs per post](#) voor een opa en oma bij **Greetz**
- Samenwerking van **Sanoma, KBO-PCOB, Greetz en PostNL** voor [134.000 tijdschriften aan ouderen](#).
- De **sierteeltsector** stelde [150.000 bossen bloemen](#) beschikbaar voor ouderen, in een actie van Ali B, ANBO, De Telegraaf en thuiszorgorganisaties
- **Stichting Laat Kinderen Lachen** hebben in Gendringen kinderen tassen vol lekkers naar ouderen laten brengen. Zie <https://www.omroepgelderland.nl/nieuws/2447515/Kinderen-laten-ouderen-lachen-met-snoepjes>
- **Heel Oostland helpt** heeft ook tassen vol lekkernijen naar eenzame ouderen gebracht. Zie <https://www.ad.nl/dossier-corona-in-den-haag-en-omstreken/tas-met-lekkers-voor-eenzame-ouderen~aaa2856c/>.

Doorlopende acties:

- [Kaartjesactie](#) van **HandicapNL**
- Daarnaast zijn er ook verschillende **publieksacties** zoals [#hartonderderiem](#), [klapcoronadewerelduit](#), [#daslief](#), [#nietalleen](#) en [#coronahulp](#)

■ Financiering

- Op <https://www.fondsenvoorouderen.nl/> kunt u meer informatie vinden indien u een initiatief en/of project heeft met als doelgroep ouderen.
- In samenwerking met het programma **Eén tegen eenzaamheid** zet **ZonMw** vóór de zomer een subsidieoproep uit om eenzaamheid te bestrijden onder ouderen. Houd de [nieuwsflits](#) van het actieprogramma Eén tegen eenzaamheid en de [nieuwsflits](#) van ZonMw in de gaten voor meer informatie en de voorwaarden.
- Het **Kansfonds** biedt extra hulp aan initiatieven voor kwetsbare groepen tijdens de corona-crisis. Zie <https://www.kansfonds.nl/corona/aanvraag/>
- Het **Oranjefonds** heeft een hulpfonds met 3,5 miljoen ingericht om ervoor te zorgen dat niemand er alleen voor hoeft te staan tijdens deze coronacrisis. Dit is bedoeld om sociale initiatieven te ondersteunen. Ze doen ook beroep op collega fondsen, bedrijven, organisaties en particulieren om een bijdrage te doen. *Loket is inmiddels gesloten.*
- **Kleinecoronahulp** is een samenwerking van verschillende fondsen. Initiatieven kunnen 2500 euro aanvragen op 3 thema's, namelijk eenzaamheid, opvang dak-en thuislozen en voedselvoorziening.
- **Fonds Sluyterman van Loo** wil ondersteuning geven aan corona gerelateerde projecten voor ouderen. Zijn ook lid van de Nationale Coalitie tegen Eenzaamheid. Zie <http://www.fondssluytermanvanloo.nl/>.
- De **provincie Fryslân** stelt **extra geld beschikbaar voor eenzaamheid-en leefbaarheidsinitiatieven**. Zie www.fryslan.frl/beleidsthemas/iepen-mienskipfunns_41489/.

■ Beweging

- **Het kenniscentrum Sport en Bewegen** heeft een site opgezet [#beweegthuis](#) met verschillende voorbeelden, initiatieven, activiteiten om in en om het huis te sporten en bewegen. Op de site is ook specifiek aandacht voor ouderen. Zie <https://www.allesoversport.nl/beweegthuis>.
- **Golden Sports** biedt onlinetrainingen van 30 minuten aan om in beweging te blijven. De video kan op de computer worden afgespeeld. Zie www.goldensports.nl/ochtendoefeningen/
- **ANBO** biedt gratis stoelyoga online aan. Elke maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag live om 10 uur op facebook is dit te volgen.
- Bij **Dansmaatjes** gaan studenten videobellen met ouderen om samen in beweging te blijven. Zie www.1limburg.nl/studenten-helpen-kwetsbare-ouderen-met-bewegen

- **Siza Sports** biedt een online database met allerlei simpele en gemakkelijke uit te voeren beweegkaarten aan. Ook geschikt voor **mensen met een (verstandelijke) beperking**. Zie <https://www.sizabaf.nl/SizaSports/>
- **Participe Amstelland** geeft bewoners van een verzorgingshuis gymless in de buitenlucht
- **Vitis Welzijn** biedt een alternatief aanbod om in beweging te blijven. Op de website www.Vitisonline.nl is meer informatie te vinden om thuis te bewegen.

Dit tijdelijk overzicht is opgesteld door de Directie Maatschappelijke Ondersteuning van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport in het kader van het actieprogramma Eén tegen eenzaamheid. De initiatieven zijn in willekeurige volgorde opgenomen. Er is geen kwaliteitscheck gedaan en er kunnen geen rechten aan dit overzicht ontleend worden.

