

Als **amateurkunstvereniging** heb je een impliciete werking tegen eenzaamheid.

Door daar bewust naar te handelen, versterk je de maatschappelijke werking van je vereniging en word je een interessante samenwerkingspartner.



Gebruik deze praatplaat om helder te krijgen wat je wilt bereiken, en om het gesprek met (potentiële) samenwerkingspartijen vorm te geven.

**MEER INSPIRATIE EN HANDVATTEN NODIG?**  
Online vind je veel aanvullende informatie over:

- de effecten van kunst en cultuur
- kansen en uitdagingen van samenwerking
- praktijkvoorbeelden
- tips en financiering
- informatiebank en publicaties

[www.lkca.nl/eenzaamheid](http://www.lkca.nl/eenzaamheid)

## Samenwerken tegen eenzaamheid



- Passie delen met anderen
- Perspectief zien
- Verbinding ervaren
- Positieve gedachten ontwikkelen
- Energie en levenslust voelen
- Je kunnen verheugen

### KWALITEIT VAN LEVEN HEBBEN



### TALENTEN ONTWIKKELEN

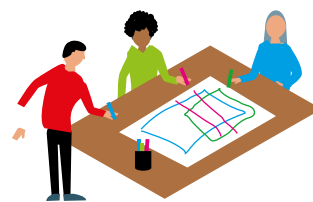
- Eigen kracht voelen
- Vaardigheden ontwikkelen
- Talenten ontdekken
- Spelenderwijs dingen leren
- Schoonheid ervaren
- Veerkracht vergroten



### IN BEWEGING KOMEN

- Focus op mogelijkheden, niet op beperkingen
- Uitgedaagd en geactiveerd worden
- Meedoen en samen creëren
- Je zintuigen (laten) prikkelen
- Mentaal in beweging komen
- Lekker in je vel zitten

### MEE-MAKEN EN MEEDOEN



- Waardering krijgen
- Ergens bij horen
- Zelfvertrouwen opbouwen
- Samen leuke dingen doen
- Nieuwe mensen leren kennen
- Je verbeeldingskracht gebruiken



### HET TABOE OP EENZAAMHEID DOORBREKEN

- Persoonlijke verhalen delen
- Herkenning ervaren en begrip krijgen
- Gevoelens uiten met creatieve vormen
- Kwetsbaar durven zijn
- De neerwaartse spiraal doorbreken



### ZINGEVING ERVAREN

- Bezieling, passie en plezier voelen
- Dromen en doen
- Jezelf waarderen
- Je laten raken
- Een bijdrage zijn in een groter geheel



# Samenwerken tegen eenzaamheid met kunst en cultuur

## GESPREKSCANVAS

Dit canvas is ontwikkeld als ondersteuning van het gesprek tussen partijen uit zorg, welzijn, cultuur en gemeente die willen samenwerken tegen eenzaamheid met kunst en cultuur. Download het canvas en de bijbehorende praatplaat via [www.lkca.nl/eenzaamheid](http://www.lkca.nl/eenzaamheid).



# Samenwerken tegen eenzaamheid met kunst en cultuur

## GESPREKSCANVAS

Dit canvas is ontwikkeld als ondersteuning van het gesprek tussen partijen uit zorg, welzijn, cultuur en gemeente die willen samenwerken tegen eenzaamheid met kunst en cultuur. Download het canvas en de bijbehorende praatplaat via [www.lkca.nl/eenzaamheid](http://www.lkca.nl/eenzaamheid).

