

# Welzijn wijzer

Welzijn wijzer

1 pagina inwoners gemeente Eersel

Redactie:

e-mail: [welzijnwijzerredactie@gmail.com](mailto:welzijnwijzerredactie@gmail.com)

## Eenzaamheid doorbreken: Tobias en Mien uit Vessem als inspirerend voorbeeld



### Hoe een kleine ontmoeting een groot verschil maakt

Eenzaamheid is een thema dat alle leeftijden kan raken, jong en oud. Het gevoel dat je er niet helemaal bij hoort of dat je iemand mist, kan zomaar op de loer liggen. Gelukkig zijn er steeds meer mensen die

het verschil willen maken – en dat begint vaak klein, met een kopje koffie of een praatje. Het verhaal van Tobias van der Linden (11 jaar) en zijn bijzondere band met Mien Heeren (88 jaar), beiden woonachtig in Vessem, laat zien hoe waardevol zo'n contact kan zijn.

### Het verhaal van Tobias en Mien

Elke maandagmiddag om 15.30 uur klopt Tobias aan bij het huis van Mien. Eén uur per week, maar voor beiden is dat een gouden uur. De aanleiding voor deze wekelijkse afspraak is tweeledig. Tobias zocht een 'leesmaatje' om extra te kunnen oefenen met lezen. Mien bood zich hiervoor aan en sindsdien lezen ze op maandagmiddag beiden

om de beurt 10 bladzijden uit een leesboek. En als het boek na verloop van tijd uit is, gaan ze samen iets bijzonders doen, zoals een appeltaart bakken of in het dorp een ijsje halen. "Het is altijd gezellig," zegt Tobias. "Mien vraagt ook altijd hoe mijn week is geweest en wat ik allemaal heb gedaan." Voor Mien betekent het bezoek van Tobias meer dan alleen gezelschap: "Ik kijk er elke week naar uit want ik ben toch best vaak alleen en als Tobias komt is het huis weer vol leven. We kletsen dan ook over van alles. En dat ik door het samen lezen ook iets voor Tobias terug kan doen, vind ik fantastisch."

Dit wekelijkse contact heeft er ook toe geleid dat Tobias haar regelmatig meevraagt naar school om te kijken naar de opdrachten waar hij de afgelopen tijd aan heeft gewerkt.

### Samen tegen eenzaamheid

Om eenzaamheid tegen te gaan is het belangrijk dat er verbanden tussen de inwoners worden gelegd. Het contact tussen Tobias en Mien is hier een mooi voorbeeld van.

Het gaat om gewone ontmoetingen, dicht bij huis, en waar ieder mens telt.

Het verhaal van Tobias en Mien laat perfect zien dat een klein gebaar een groot verschil kan maken. Misschien woont er bij jou in de straat iemand die een praatje of een helpende hand goed kan gebruiken. Durf die eerste stap te zetten – bak samen een taart, nodig iemand uit voor een wandeling, of geef een compliment. Het hoeft niet groots of ingewikkeld te zijn. Samen zorgen we ervoor dat niemand zich alleen hoeft te voelen.

Pak die kans, want zoals Tobias en Mien laten zien: het mooiste contact begint vaak met iets kleins.

E-mail uw activiteiten, vergaderingen e.d. om deze onder de aandacht te brengen naar: [welzijnwijzerredactie@gmail.com](mailto:welzijnwijzerredactie@gmail.com)

## Activiteiten Agenda 2026

Op [www.eersel.nl/kalender](http://www.eersel.nl/kalender) staat een overzicht van allerlei activiteiten in de gemeente Eersel. Van webinars, informatie-avonden, ontmoetingsavonden tot gezellige workshops.

### Zomerschoolactiviteiten Eersel periode 13-7 t/m 21-8-2026

Alle ouderen van Eersel zijn welkom bij de Zomerschool. De inschrijftermijn loopt tot 22 juni 2026, maar vol=vol. [www.seniorennetwerkeersel.nl/zomerschool/](http://www.seniorennetwerkeersel.nl/zomerschool/)

**'t Trefpunt:** Een laagdrempelige inloop waar inwoners van de gemeente Eersel elkaar kunnen ontmoeten. Iedere dinsdagmiddag 14.00-16.00 uur. Locatie: foyer Muzenval, Dijk 7, Eersel.

**Taalcafé Eersel** voor anderstaligen, nieuwkomers en iedereen die interesse heeft om spelenderwijs met taal bezig te zijn. Elke woensdag 10.00-11.30 uur en 14.00-15.30 uur. Locatie: Bibliotheek, Dijk 7, Eersel. Elke maandag 10.00-11.30 uur. Locatie: De Eikenburg, Eikenburg 10, Eersel.

In schoolvakanties geen Taalcafé. [www.cordaadwelzijn.nl/dienst/taal/eersel/](http://www.cordaadwelzijn.nl/dienst/taal/eersel/)

**'t Kletscafé** 13.00-15.00 uur Elke maandagmiddag voor iedereen. Locatie: Zitruimte Fit Factory, Dreef 31, Eersel, Tel. 0497-515152

**Oog- en Maculacafé:** Iedereen met een visuele beperking is welkom en ook familieleden, vrienden en kennissen. Iedere derde dinsdag van de maand 14.00-16.00 uur; inloop vanaf 13.30 uur. Gratis toegang. Locatie De Eikenburg, Eikenburg 10, Eersel. Tel. 06-53252982 E-mail: [eerselooogcafe@gmail.com](mailto:eerselooogcafe@gmail.com)

**Alzheimercafé:** Iedere 2e donderdag van de maand van 19.30-21.00 uur. Locatie De Eikenburg, Eikenburg 10, Eersel. Tel. 06-51804601 E-mail: [jolandakennis@cordaadwelzijn.nl](mailto:jolandakennis@cordaadwelzijn.nl)

**Kook & Keuvel:** Kookclub voor mensen met dementie en hun mantelzorgers. Iedere 3e dinsdag van de maand van 16.30-19.30 uur. Locatie: De Panberg, Roten 3, Eersel. Tel. 06-51804601 E-mail: [jolandakennis@cordaadwelzijn.nl](mailto:jolandakennis@cordaadwelzijn.nl)

**Autismeborrel 'Onder Ons':** Een gezellig samenzijn voor mensen met autisme. Iedere eerste woensdag van de maand 19.00-23.00 uur. Vrije inloop in het zaaltje achter Café de Mert in Eersel.

**Stichting De Kempen Specials** De leukste club voor jongeren met ASS en normale begaafdheid. TEENS (12-20 jaar) en GOING OUT (20-35 jaar). Voor een overzicht van de activiteiten zie: [www.dekempenspecials.nl](http://www.dekempenspecials.nl)

## VRIJWILLIGERSWERK

Voor vraag en aanbod van vrijwilligerswerk, individuele hulp en maatjes in en om gemeente Eersel [www.eerselvoorelkaar.nl](http://www.eerselvoorelkaar.nl) Meer info of persoonlijk advies Steunpunt Vrijwilligerswer Eersel-voorelkaar: 0497-531304 [info@eerselvoorelkaar.nl](mailto:info@eerselvoorelkaar.nl)

## Grip op je energierekening: simpele tips die echt werken

De energieprijzen zijn momenteel hoog en dat merken veel huishoudens direct in hun portemonnee. Hoewel het mooie weer eraan komt, is het verstandig om nu ook na te denken over je energiekosten voor de winter. Gelukkig zijn er verschillende kleine en betaalbare maatregelen die samen een groot verschil kunnen maken.

Een van de eenvoudigste stappen is het verlagen van de thermostaat. Door de verwarming één graad lager te zetten, kun je al snel tot wel 6% op je stookkosten besparen. Combineer dit met het dragen van warmere kleding of een plaid op de bank, en je levert nauwelijks comfort in.

Daarnaast is het tegengaan van tocht essentieel. Kieren en na-

den bij ramen en deuren zorgen voor onnodig warmteverlies. Met tochtstrips, tochtband of een simpele tochtrol kun je deze openingen gemakkelijk dichtmaken. Ook een brievenbusborstel of een gordijn bij de voordeur helpt om de kou buiten te houden.

Verder is het slim om bewust om te gaan met ventilatie. Frisse lucht is belangrijk, maar zet ramen niet onnodig lang open. Kort en krachtig ventileren is effectiever en voorkomt dat muren en meubels afkoelen.

Ook kleine gewoontes maken verschil. Zet apparaten volledig uit in plaats van op stand-by, gebruik energiezuinige ledlampen en douche iets korter of minder warm. Het plaatsen van radiatorfolie achter



de verwarming zorgt er bovendien voor dat warmte niet via de muur verloren gaat.

Tot slot loont het om gordijnen 's avonds te sluiten. Dit werkt iso-



lerend en houdt de warmte beter binnen. Door deze relatief kleine aanpassingen te combineren, kun je de energierekening merkbaar verlagen zonder grote investeringen te doen.

## PLAY Festival, een uniek ontdekkingsfestival dankzij haar vrijwilligers!

Op vrijdag 15 en zaterdag 16 mei verandert Eersel opnieuw in een plek waar ontdekken, beleven en ontmoeten centraal staan tijdens PLAY Festival. Op het Gildeterrein aan de Postelseweg vind je een gratis festival voor jong en oud, waar muziek, creativiteit en sfeer samenkomen.

PLAY staat bekend als een ontdekkingsfestival. Je loopt er van

podium naar podium, stuit op verrassende acts, doet mee aan activiteiten en blijft hangen op plekken waar het gewoon goed voelt.

Het is geen standaard festival, maar een ervaring die je samen beleeft. Juist dat samen maakt PLAY bijzonder. Het gevoel dat je er niet alleen bent als bezoeker, maar echt onderdeel bent van iets groters.



Dat geldt misschien nog wel sterker voor de mensen achter de schermen. PLAY wordt volledig georganiseerd door vrijwilligers. De PLAY Crew vormt de vaste kern en werkt het hele jaar door aan het festival. Tijdens de opbouw, afbouw en de festivaldagen zelf sluit een grote groep vrijwilligers aan. Samen vormen zij een hechte club waarin hard werken en plezier maken hand in hand gaan. Meedoen betekent niet alleen helpen, maar ook onderdeel worden van die energie en verbondenheid.

Voor de komende editie is de organisatie nog op zoek naar extra handen tijdens de festivaldagen. Wie

een keer wil proeven aan de sfeer achter de schermen, kan zich eenvoudig aanmelden via de website [www.play-festival.nl](http://www.play-festival.nl).

Daarnaast is PLAY altijd op zoek naar mensen die zich structureel willen inzetten binnen de PLAY Crew.

Er wordt o.a. gezocht naar versterking in het financiële team, productieteam, horecateam, marketingteam en het M&O team. Wie echt onderdeel wil worden van PLAY en wil meebouwen aan het ontdekkingsfestival van de Kempen, kan zich aanmelden via [vrijwilligers@play-festival.nl](mailto:vrijwilligers@play-festival.nl).

