

### Optie Instagram

Meer dan 700.000 ouderen in Nederland voelen zich eenzaam. Dat mogen we niet accepteren. Daarom zet ik mij als vrijwilliger in voor stichting Met je hart. Met mede-vrijwilligers breng ik eenzame ouderen in mijn gemeente met elkaar in contact. Structureel, zodat zij écht een groter sociaal netwerk krijgen. Want samen verveelt nooit!

Zo doorbreekt Met je hart eenzaamheid onder ouderen. Al tien jaar lang! En dat blijven we graag doen. Het is hard nodig. Help jij ook mee? Kijk op [www.metjehart.nl](http://www.metjehart.nl) hoe jij kunt helpen.

#samenverveeltnooit #stichtingmetjehart

### Optie Facebook

Meer dan 700.000 ouderen in Nederland voelen zich eenzaam. Dat kunnen we toch niet accepteren?

Daarom zet ik mij als vrijwilliger in voor stichting Met je hart. Samen met mede-vrijwilligers breng ik eenzame ouderen met elkaar in contact. Om gezellig samen te eten of iets leuks te ondernemen, zoals een museumbezoek of creatieve activiteit. En dan niet één keer, maar structureel. Zodat zij écht een groter sociaal netwerk krijgen. Want samen verveelt nooit!

Zo doorbreekt Met je hart eenzaamheid onder ouderen. Al tien jaar lang! En dat blijven we de komende jaren graag doen. Het is hard nodig. Help jij ook mee? Kijk op [www.metjehart.nl](http://www.metjehart.nl) hoe jij kunt helpen.

### Optie LinkedIn

Meer dan 700.000 ouderen in Nederland voelen zich eenzaam. En als we nu niks doen, loopt dat aantal op naar 1 miljoen in 2030. Dat kunnen we toch niet accepteren?

Daarom zet ik mij als vrijwilliger in voor stichting Met je hart. Samen met mede-vrijwilligers breng ik eenzame ouderen met elkaar in contact. Om gezellig samen te eten of iets leuks te ondernemen, zoals een museumbezoek of creatieve activiteit. En dan niet één keer, maar structureel. Zodat zij écht een groter sociaal netwerk krijgen. Want samen verveelt nooit!

Zo doorbreekt Met je hart eenzaamheid onder ouderen. Al tien jaar lang! En dat blijven we de komende jaren graag doen. Het is hard nodig. Help jij ook mee? Kijk op [www.metjehart.nl](http://www.metjehart.nl) hoe jij kunt helpen.