



OPDRACHTKAART Kerstkaart voor ouderen

PostNL en het Nationaal Ouderenfonds in samenwerking met Kidsweek in de Klas



Eenzaamheid bij ouderen

- a** Waar denk jij aan bij het woord eenzaamheid? Schrijf het antwoord hieronder en daarna op een los papiertje en maak een propje. Gooi daarna allemaal tegelijk de sneeuwballen in de lucht. Zoek een propje en bespreek met je schoudermaatje wat erop staat. Praat daarna over wat jullie zelf hebben opgeschreven.

We spreken van eenzaamheid als iemand minder sociale contacten heeft dan hij of zij zou willen. Eenzaamheid is iets anders dan alleen zijn. Er zijn ouderen die veel alleen zijn, maar zich niet eenzaam voelen. Er zijn ook ouderen die best veel bezoek krijgen, maar zich toch eenzaam voelen.

- b** Ken jij een ouder iemand die zich soms eenzaam voelt? Aan wie denk je? _____
- c** Wat zou jij kunnen doen zodat diegene zich iets minder eenzaam voelt, denk je? _____
- d** Kan jij alleen zijn zonder je eenzaam te voelen? _____

Wist je dat ...

- eenzaamheid toeneemt als mensen ouder worden?
- ... 1 op de 4 ouderen zich eenzaam voelt? Bij mensen die ouder zijn dan 85 is dat maar liefst 66%.
- veel ouderen in Nederland maar één keer per maand iemand op bezoek krijgen?
- er in elke straat wel een eenzame oudere woont? Dus ook bij jou in de straat!
- veel ouderen het lastig vinden om over hun eenzaamheid te praten? Ze hebben al snel het gevoel dat ze anderen tot last zijn.

Het Nationaal Ouderenfonds

Het Nationaal Ouderenfonds zet zich in voor alle ouderen in Nederland, onder wie ouderen die zich eenzaam voelen. Het Ouderenfonds organiseert stranduitjes, kerstdiners en regelt dat vrijwilligers ouderen wekelijks bellen voor een praatje. En rond kerst worden er zo veel mogelijk ouderen verrast met een kerstkaartje!

- a** Wat vind jij ervan dat Het Nationaal Ouderenfonds dit regelt? *Leg je antwoord uit.*

- b** Kun jij nog andere dingen bedenken die je zelf kunt doen om ouderen te helpen die zich eenzaam voelen?

Schrijf je eigen kerstkaart

Je hebt al nagedacht over allerlei dingen die je kunt doen om ouderen die zich eenzaam voelen te helpen. Het sturen van een kerstkaartje kan natuurlijk ook. In deze opdracht schrijf je zelf een kerstkaart. Deze kaart kan je zelf door de brievenbus doen bij een oudere, bij een woonzorgcentrum bezorgen of je laat het samen met de kaarten van jouw klasgenoten door PostNL versturen. De voorkant kun je straks inkleuren en versieren. Voor de achterkant volg je het stappenplan hieronder. Veel succes!

1 Aanhef

De aanhef is de eerste zin van jouw kaart. In de eerste zin begroet je de persoon aan wie jij de kaart stuurt. De aanhef wordt altijd gevolgd door een komma. Bijvoorbeeld:

Lieve Anton,
Beste Anton,

Als je nog niet weet aan wie je de kaart stuurt, kun je ook beginnen met:

Hallo,
Beste meneer of mevrouw,



OPDRACHTKAART Kerstkaart voor ouderen

2 Boodschap

De boodschap volgt meteen na de aanhef. In de boodschap schrijf jij je bericht naar de ontvanger van jouw kaart. De boodschap kan uit verschillende onderdelen bestaan.

Vertel

In de boodschap schrijf je wat je graag wilt vertellen. Je kunt je boodschap bijvoorbeeld beginnen met:

*Wij kennen elkaar nog niet, maar ik stuur u een kaartje omdat ...
Het is bijna kerst ...
Via deze kaart wil ik u*

Vraag

Als je in je boodschap ook vragen stelt, is de kans groter dat je een kaartje terug krijgt. Bijvoorbeeld:

*Wat zijn uw hobby's?
Heeft u al een mooie kerstboom staan?
Luistert u al gezellig naar kerstmuziek?*

Wens

De boodschap op een kerstkaart eindigt meestal met een kerstwens. Bijvoorbeeld:

*Ik wens u hele fijne kerstdagen!
Ik wens u fijne feestdagen toe!*



© Flos Vingerhoets

Vorig jaar werden er door het Nationaal Ouderenfonds duizenden kerstkaarten verstuurd naar ouderen in heel Nederland. Help jij mee om dit jaar weer zoveel kaartjes te versturen en ouderen blij te maken?

3 Afsluiting

De afsluiting is de laatste zin van jouw kaart. In de laatste zin zeg je gedag tegen de persoon aan wie je de kaart stuurt. Bijvoorbeeld:

*Veel liefs van ...
Groetjes van ...
Dikke knuffel van ...
Vrolijke kerstgroeten van ...*



4 Adres

Normaal gesproken schrijf je het adres van de persoon aan wie jij de kaart stuurt ook op de kaart. Nu doe je de kaart zelf door de brievenbus of regelt PostNL dit en hoef je dus geen adres op te schrijven. **Tip!** Schrijf het adres van jouw school onder jouw naam, zodat de persoon aan wie jij de kaart stuurt een kaartje terug kan schrijven.

5 Postzegel

Normaal gesproken plak je op deze plek een postzegel. Nu hoeft dat niet omdat jij de kaart zelf op de bus doet of de kaarten door de juf of meester naar het Nationaal Ouderenfonds gestuurd worden.

1 Beste meneer of mevrouw,

2 Ik stuur u een kaartje, omdat ...
Heeft u een kerstboom neergezet?
Ik wens u fijne kerstdagen.

3 Vrolijke kerstgroeten van ...

Uw kerstwens van een schoolkind. Een mooi gebaar namens

nationaal
ouderen
fonds

5

4

KAARTONTWERP: SANNY VAN LOON

