

**Tokt u mee? Tafel om aan te Kletsen (TOK), dé digitale ontmoetingsplek voor jong en oud, gaat per 1 november online.**



***TOK, klinkt als het Engelse 'talk' en dat is precies wat je ermee kunt doen. TOK maakt het mogelijk om binnen een veilige digitale omgeving te kletsen met familie, vrienden, burens of wie u maar daarvoor uitnodigt.***

Het doet denken aan chatten op Facebook of in een WhatsAppgroep, maar dan anders; vrij van reclames en berichten zijn afgeschermd voor onuitgenodigde tafelgasten. Ook toegankelijk als u zich niet makkelijk thuis voelt in de digitale wereld. U bepaalt zelf met wie u een gesprek aangaat. Een tafel waar het gemakkelijk dagelijks aanschuiven is, letterlijk zichtbaar op uw scherm. Een privé-omgeving waar u in vertrouwen informatie met uw tafelgasten kunt delen. En wilt u niet meer 'tokken', dan kunt u de tafel en al uw gegevens gemakkelijk wissen.

### **Mensen onderling met elkaar verbinden**

Hebt u behoefte aan meer contact of kunt u daarin van meer betekenis zijn voor een ander? Meer dan een miljoen Nederlanders voelen zich sterk eenzaam. Van hen hebben 200.000 slechts een keer in de maand een sociaal contact. TOK is ontstaan vanuit de wens om mensen onderling meer met elkaar te verbinden. Zodat we elkaar vaker ontmoeten, leren kennen en elkaar kunnen steunen. Een initiatief van Izorgd, Ledenvereniging Icare, Ledenvereniging Zorggroep Meander, Ledenvereniging Evean, Kruiswerk Achterhoek en Liemers en Livelife. Per 1 november kunnen al hun leden, ruim 410.000 huishoudens, gratis gebruik maken van TOK.nl.

### **Studenten geven workshops 'tokken'**

In oktober gaan als eersten in Nederland een aantal pilotgroepen gebruik maken van TOK, bijvoorbeeld deelnemers aan de workshops 'Vergroot uw kennissenkring'. Studenten organiseren workshops over het gebruik van TOK en komen waar nodig bij de mensen thuis om ze op weg te helpen bij het aanvragen en gebruik maken van een TOK-tafel. Om uitgenodigd te kunnen worden voor een plaats aan een tafel, heeft u alleen een e-mailadres nodig. Zo kan uiteindelijk iedereen aan tafel aanschuiven. Vanaf 1 november kunt ook u gebruik maken van tok.nl. Tokt u mee?

### **Samen van betekenis zijn in het oplossen van eenzaamheid**

'Dé eenzaamheid oplossen lijkt misschien schier onmogelijk, maar iemands eenzaamheid oplossen, dat kunnen we allemaal', aldus minister De Jonge. 'We moeten die samenleving weer aan de praat krijgen. Letterlijk.', zei hij in maart bij de presentatie van het actieprogramma Eén Tegen Eenzaamheid. Want het hebben van een sterk sociaal netwerk maakt mensen gelukkiger, minder vatbaar voor stress en depressies en helpt tegenslagen verwerken. Bovendien kunnen ze een beroep op elkaar doen als dat nodig is.