

Jij.

maakt het
verschil

GRATIS EENMALIGE VRIJWILLIGERSGLOSSY 2021

Mia de Ponti

“Niet graag achter
de geraniums”

Pim Jansen

“Samen sta je
sterker”

Gerrie Bronswijk

“De flexibele
vrijwilliger”

Bianca Silva

“Mijn gave
inzetten
voor een
groter doel”



Colofon

JIJ maakt het verschil

Dit magazine is een uitgave van Sociom. Sociom is een organisatie voor sociaal werk in het Land van Cuijk en West Maas en Waal. We zetten mensen in hun kracht, herkennen talenten en brengen mensen in beweging. We geven aandacht en advies en bieden ondersteuning bij problemen. Burgerinitiatieven omarmen we en versterken ze met de kwaliteiten van sociaal werk. Samen met onze netwerkpartners en vrijwilligersorganisaties werken we aan een samenleving waarin mensen zich thuis voelen, kansen krijgen én pakken. Je vindt ons overal in en rondom het Land van Cuijk en West Maas en Waal, ook in jouw dorp, buurt of wijk. Daardoor is Sociom altijd dichtbij.

Hoofredactie

Michelle van Kruijsbergen, Samantha Regeer, Linda van Hout en Anky van Wichen

Adres

Vrijwilligerspunt Sociom
Sociom hoofdlocatie
Zwaanstraat 7, 5431BP Cuijk
T: 0485 700 500
vrijwilligerspunt@sociom.nl
www.sociom.nl



Fotografie

Rens Hubers Fotografie
Rens Hubers, 06-41924594
hubers.rens@gmail.com

Interviews

Regeer Media
Lars Regeer, 06-13523891
lars@regeermedia.nl

Vormgeving en drukwerk

Mondtotmond reclame
Maarten Linders, 0485 – 801608
www.viamondtotmond.nl

Deze uitgave is tot stand gekomen dankzij

Wim Brands, Kim van der Heiden, Ellen Oppers, Mia de Ponti, Pim Jansen, Safiya Gedow, Peter en Wilma Cornelissen, Jolanda Hermans, Bianca Silva, Peter Janssen Steenberg, Jeffrey Vermeulen, Chita Vloet-Wever, Sonja de Winter, Marise Riley, André Bollen, Liesette Buskens, Marsha van Lanen, Gerrie Bronswijk, Marianne Folkeringa, Gerry Janszen, Astrid Klerk, Mieke van Lanen, Froukje Drent, Eefke Peeters, Lilian Dirks, Willem-Jan de Gast, Dyala Badran en Carla Timmers.

© Copyright 2021

Benieuwd naar vrijwilligerswerk bij Sociom?

Zie pag. 20

- 3 **Voorwoord:** Het jaar 2021
- 4 "Vrijwilligers zijn niet de kers op de taart, ze zijn de complete taart!"
- 6 Kim van der Heiden herbeleeft zijn jeugd als scoutingleider
- 7 Hoe vrijwilligers de Kinderboerderij in Velp een nieuw leven inbliezen
- 9 **Column:** Ode aan jou (Eefke Peeters)
- 10 De flexibele vrijwilliger: Gerrie Bronswijk over haar eenmalige actie
- 11 Op de schouders van Bianca kan iedereen leunen
- 12 **Column:** Het onmogelijke mogelijk maken (Roland van der Heijden)
- 13 Pim Jansen: "Ik geef graag wat terug aan de maatschappij"
- 15 Mia de Ponti zit niet graag achter de geraniums
- 17 "Zoveel mogelijk maatschappelijke waarde creëren"
- 18 Intercultureel centrum Safina: een open huis voor alle nationaliteiten
- 20 **Cijfers en info:** vrijwilligerswerk bij Sociom
- 22 De indrukwekkende lijst vrijwilligerstaken van Peter en Wilma
- 25 Bij Wereldtuin Verdriet zijn de vrijwilligers medewerkers
- 27 **Winactie:** 'Boekje waar je blij van wordt!' (Guido Weijers)
- 28 "Hoe ik ben geholpen, zo wil ik anderen helpen"
- 30 Ellen doet geen vrijwilligerswerk, ze is vrijwilligerswerk
- 32 Vrijwillige Thuishulp vangt mensen op die tussen wal en schip vallen
- 33 Kika van Es over haar ambassadeurschap bij Team BrabantSport
- 34 Vrijwilligers laten het 'Hart van Mill' sneller kloppen
- 36 Bijna een halve eeuw is Peter lid van de Jeugd van Altforst
- 38 Nu hier samen aan de slag voor jou!
- 39 **Laten we elkaar ontmoeten!**

Winactie

Maak gratis kans
op het 'Boekje waar
je blij van wordt!'
Zie pag. 27!



Het jaar 2021



Het jaar 2021 staat in het teken van het Nationale Jaar van de Vrijwillige Inzet, dat op 2 december vorig jaar officieel van start ging met de opening door Koningin Máxima. Het nationale jaar, met als motto 'Mensen Maken Nederland', zet vrijwilligers in het zonnetje en brengt vrijwilligerswerk extra onder de aandacht. Daar dragen wij als coördinatoren van Vrijwilligerspunt Sociom graag ons steentje aan bij.

We komen er namelijk niet meer onderuit: de samenleving is aan het verschuiven. De huidige situatie zorgt voor toenemende eenzaamheid onder iedere leeftijdscategorie. Er is meer behoefte aan maatschappelijke activiteiten, hulp bij klusjes in huis of in de tuin, aandacht door een praatje te maken, kortom 'er voor elkaar zijn'. Juist in deze tijd geven mensen aan dat zij willen helpen om een ander te steunen en kan vrijwilligerswerk bijdragen aan de (nieuwe) vragen die in onze samenleving leven. Zo zien wij de trend 'flexibel vrijwilligerswerk' ontstaan. Een onbekend woord voor velen, maar zeker een uitkomst. Help je ééns in het jaar de maatschappij een handje door te collecteren of je in te zetten op een festival? Wil je op oproepbasis huiswerkbegeleiding bieden aan schoolkinderen of helpen bij een activiteit bij de sportvereniging? Heb je alleen in vakanties tijd om wat bij te dragen?

Geen probleem, ook dan kun je aan de slag! Ben je benieuwd naar de mogelijkheden om een ander te helpen? Kijk dan eens op de online vacaturebank of een van de Samen-platforms. Zie laatste pagina van dit magazine.

Met 'Jij maakt het verschil' willen wij laten zien dat vrijwillige inzet iets is voor iedereen. Voor alle leeftijden en alle agenda's. Wij willen alle vrijwilligers in het Land van Cuijk en West Maas en Waal bedanken voor alle inzet die zij tot nu toe leveren, hoe groot of hoe klein dat ook is geweest. Want zonder jou zou Nederland omvallen!

In dit magazine lees je hoe leuk en veelzijdig vrijwilligerswerk kan zijn. Je leest interviews met doorgewinterde krachten, maar ook met eenmalige vrijwilligers. Voetbalster Kika van Es vertelt over haar ervaring met clubvrijwilligers bij de voetbalvereniging. We hebben een win-actie van de Boxmeerse Guido Weijers, tips over vrijwilligerswerk en nog veel meer.

Wij wensen jullie veel inspiratie en leesplezier.
Michelle, Kees, Catheleine, Martijn, Anja en Samantha



“Vrijwilligers zijn niet de kers op de taart, ze zijn de complete taart!”

Gerry Janszen combineert het beste uit twee werelden. Ze voert namelijk vrijwilligerswerk uit bij Alzheimer Nederland en als coördinator bij zorgcentrum Op 't Hoogveld en de Lookant in Wanroij. Hier zet zij zich in voor het welbevinden van cliënten.

“Er bestaat een beeld dat je als vrijwilliger op vaste dagen en tijden beschikbaar moet zijn. Dat beeld wil ik veranderen. Wat ikzelf ervaar als vrijwilliger is dat je een bepaalde periode vaak meer tijd hebt en dan wel mee wil doen op projectbasis. Een ander wil juist structuur. Daarom wil ik naar vrijwilligerswerk op maat, zowel voor de cliënten als voor de vrijwilligers.”

Dat ze zich wil inzetten voor het welbevinden van patiënten zit er al vroeg in, want diep triest, vindt een jonge Gerry het wanneer een aantal dementiepatiënten wordt overgeplaatst tijdens haar stage. “Ik werkte als afdelingshoofd in een verzorgingstehuis waar een aantal mensen met dementie zaten. Het beleid was toen dat mensen met dementie werden overgeplaatst naar Nijmegen of Venray, terwijl ze beter dicht bij huis kunnen blijven in hun eigen omgeving. Dat wilde ik veranderen en heb contact gezocht met de zorginstelling Riagg om een afdeling op te starten waar mensen met dementie toch konden verblijven. We praten wel over veertig jaar terug. Inmiddels is zoiets ondenkbaar, gelukkig.”

In de afgelopen veertig jaar doorliep ze bijna alle functies binnen Pantein en vandaag de dag heeft ze daar een functie die destijds nog niet bestond: coördinator informele zorg, een functie waarbij ze zich inzet voor het welzijn van de patiënten in de verpleeghuizen en in de thuissituatie. “Ik ben degene die op welbevinden stuurt, de verbinder en de netwerker. Het gaat voornamelijk om het organiseren van activiteiten en daarbij werken we nauw samen met vrijwilligers, maar ook met scholen. Denk aan activiteiten zoals een spellenmiddag, een wandelingetje maken, een handenmassage geven of het verzorgen van kerkdiensten. Individueel zetten we vrijwilligers in als de familie niet kan of de behoefte groot is aan sociaal contact. Zo hadden we een patiënt die het graag had over politiek, nou dan zoeken we daar een match bij. Ook hebben een Riksja, een soort fiets

voor twee personen die door een vrijwilliger wordt bestuurd, waarin patiënten een ritje maken. Het kan vanalles zijn. Uiteindelijk gaat het erom dat mensen het hier fijn wonen en leven.”

Is het fijn werken met vrijwilligers?

“Men zegt vaak: vrijwilligers zijn de kers op de taart, maar ze zijn niet de kers op de taart, ze zijn de complete taart! Wij werken veel met vrijwilligers, zo’n honderdtachtig, en ze zijn mega hard nodig. Het voordeel van vrijwilligers is dat ze het doen vanuit hun eigen gevoel, ze willen iets voor een ander betekenen. Dat maakt het prettig werken. Ik maak ook geen onderscheid tussen vrijwilligers. Kom je af en toe of iedere week, iedereen is even belangrijk.” *Vrijwilligers hebben wel minder verplichtingen, maakt dat het niet lastig soms?* “Nee, zo ervaar ik het totaal niet. Ze komen graag en vaak maar het beeld dat ze verplicht elke week moeten komen, willen we eigenlijk veranderen. *Oh, hoezo?* “Niet dat we willen dat ze minder komen, maar de inzet kan ook anders.

“Het voordeel van vrijwilligers is dat ze het doen vanuit hun eigen gevoel, ze willen iets voor een ander betekenen.”

Nu bestaat het beeld dat men bijvoorbeeld iedere week op dinsdag om twee uur 's middags moet komen. Dat beeld wil ik veranderen. Wat ikzelf ervaar als vrijwilliger is dat je een bepaalde periode vaak meer tijd hebt en die behoefte delen velen met mij. Waar ik naartoe wil is dat we meer op projectmatige basis gaan werken en dat vijf weken lang, ik noem even wat, beweegles wordt gegeven, waarbij vrijwilligers zelf bepalen wanneer ze die komen geven. Vrijwilligerswerk op maat, dat is de bedoeling.”

U werkt al meer dan veertig jaar bij Pantein. Wat heeft u zien veranderen in het werken met vrijwilligers?

“Vrijwilligers zijn zelfstandiger geworden. Eerst zat er iemand die de aansturing deed en het plan op tafel legde: dit gaan we doen, geen discussie. Een beetje misschien. Door de bezuinigingen in de zorg is het zo gegroeid dat vrijwilligers zelfstandiger zijn geworden. Hoe dat is opgepakt, vind ik mooi. Ze voelen zich verantwoordelijk en hebben dat heel goed opgepakt. Het is nu een samenspel tussen vrijwilligers, mantelzorgers en professionals.”

U was op jonge leeftijd al geïnteresseerd in het onderwerp dementie en bent nu voorzitter van de Alzheimer Vereniging Land van Cuijk. Hoe bent u op die positie terechtgekomen?

“Ik heb altijd al interesse gehad voor mensen met dementie, vanuit mijn

stage zoals ik vertelde, zo bijzonder hoe dat zich ontwikkelde. Als belangstellende kwam ik binnen bij Alzheimer Nederland. Ze zochten iemand die de facebookpagina wilde bijhouden en de PR ging doen. Dat was wel iets voor mij. Inmiddels ben ik daar tien jaar actief en een tijdje voorzitter.”

Wat heeft u kunnen veranderen als voorzitter, waar bent u trots op?

“Wat onder mijn vlag is opgezet, is dat voorheen alleen een Alzheimer Café (een café waar voorlichting wordt gegeven over alzheimer) in Boxmeer was en wij zeiden ‘je moet dat naar de burger toebrengen. Er zijn momenteel zes cafés en met een zevende zijn we bezig in Grave. Het doel is om in ieder dorp een café te openen. Verder ben ik trots op dat het steeds meer leeft onder inwoners en zij weten hoe je om moet gaan met mensen met dementie, want ze wonen steeds langer thuis.

We delen stickers uit aan bedrijven en instellingen die de cursus dementievriendelijk hebben gevolgd van ons en we hebben behoorlijk wat ruiten vol mogen plakken. Ook betrekken we de gemeentelijke organen er steeds meer bij.”

Heeft u nog een boodschap aan de lezers van dit blad?

“Zeker. Vrijwilligerswerk verrijkt je leven, zowel voor jezelf als voor de ander. En het hoeft niet alleen worden gedaan door ouderen. Bij Pantein zien we steeds meer jongeren, vooral meiden rond een jaar of veertien. Dat vind ik prachtig. Vrijwilligerswerk is voor iedereen, het hangt niet af van leeftijd. Kijk vooral in je omgeving waar je wat kunt doen en wat bij jou past!” ●



“Vrijwilligerswerk verrijkt je leven, zowel voor jezelf als voor de ander.”

“Het idee dat ik iemands jeugd voor een deel heb gemaakt, geeft een kick.”

Kim van der Heiden herbeleeft zijn jeugd als scoutingleider



Kim van der Heiden doorliep als kind van de club alle scoutinggroepen bij Scouting Langenboom, waar hij inmiddels tot de harde kern behoort. De secretaris en scoutingleider zet zich graag in voor de club waar hijzelf warme herinneringen aan overhield. “Je ziet jezelf terug in de kinderen. Als zij genieten, geniet ik ook.”

Dat Kim zijn jeugd voornamelijk doorbrengt in de bossen is niet zo gek met een moeder die vijftien jaar geleden Scouting Langenboom oprichtte. Op een blauwe maandag liep hij op het sportveld, maar al snel bleek de scouting meer zijn ding. “Avontuurlijker”, aldus de hedendaagse scoutingleider en secretaris van Scouting Langenboom. Kim doorliep de bevers, welpen en roverscouts en behoort inmiddels tot de oudste groep genaamd ‘stam+d’. Het organiseren heeft hij wel in de vingers en ook anderen valt dat op.

De vraag komt al snel of hij plaats wil nemen in de leiding. “Ik zag het ook als een manier om ervaring op te doen naast mijn opleiding bestuurskunde, een maatschappelijke studie. Later heb ik daar profijt van gehad. Als het je hobby is om naar de kroeg te gaan, dan nemen ze je minder snel aan. Daarnaast moet je het leuk vinden om te doen natuurlijk, anders houd je het niet vol.”

Wat maakt het zo leuk om te doen?

“Je ziet jezelf terug in de kinderen. Als zij genieten, geniet ik ook. Ik weet nog goed hoe ik vroeger alles beleefde. We zijn een keer naar Amsterdam geweest zonder ouders, die vonden het nog spannender dan wij. Het was een groot avontuur. Daarbij zie je de kinderen groeien door de jaren heen en leer je hen van alles, zoals koken, een tent opzetten en verschillende scoutingtechnieken. Dat maakt het naar mijn inziens ook leuker dan een sport. Daar leren ze ook wel, maar het is voornamelijk gericht op beter leren voetballen bijvoorbeeld. Bij de scouting staat het leerproces centraal en worden ze sneller zelfstandig.”

Maatschappelijke betrokkenheid vinden jullie belangrijk. Hoe is dat terug te zien in de praktijk?

“We doen mee aan meerdere acties. We zamelen geld in voor Jantje Beton en doen ieder jaar mee aan de Nationale Opschoondag waar we helpen met afval ruimen. Bij dat soort acties zie je vrijwilligers én de scouting. Dat is wel opvallend.” *Heeft de scouting daar zijn brave imago ook een beetje aan te danken?* Dat denk ik wel, terwijl dat brave

karakter niet altijd waar is. Integendeel, want je gaat vaak op avontuur en doet eigenlijk veel stoere dingen, zoals het maken van kampvuur of het bouwen van hutten. Aan de andere kant heeft een braaf imago ook zijn voordelen. Mensen vertrouwen ons veel toe, want ze weten dat we deugen en geen herrie schoppen. We zorgen soms voor overlast, met een kampvuur bijvoorbeeld. Daar wordt niet snel iets van gezegd. Mensen gunnen ons wat meer.”

Wat zou de scouting zijn zonder vrijwilligers?

“Dan houdt het op te bestaan. Als ik ervoor betaald zou krijgen, was de scouting allang failliet. Alles is gebaseerd op vrijwillige inzet en vrijwilligers doen ook veel: ik bereid programma's voor, vergader, begeleid bij scoutingwedstrijden en ga mee op zomerkamp. Dat doe ik graag, maar zo'n zomerkamp kost meestal een week verlof. Mensen zien dat niet altijd, zij zien je twee uur een groep draaien in de week. Het besef komt vaak als ze zelf meegaan op zomerkamp. Daarom zou ik het iedereen aanraden om een keer mee te helpen, dan zie je wat er nodig is. Dat zou ook mijn boodschap naar de lezer zijn. Het hoeft geen scouting te zijn, maar kijk waar je voldoening uithaalt. Vele handen maken licht werk. Zelf maakt het mij trots als ouders na het kamp zeggen hoe enthousiast hun kind over het kamp vertelt. Het idee dat ik iemands jeugd voor een deel heb gemaakt, geeft een kick.” ●

tip!

Op zoek naar vrijwilligerswerk? Maak jezelf gewijs en lees je in bij verschillende organisaties. Zij hebben vaak uitgebreide informatie op hun website staan. Kom je er niet uit? Neem dan contact op met Vrijwilligerspunt Sociom!

Hoe vrijwilligers de Kinderboerderij in Velp een nieuw leven in bliezen

Het doek lijkt in 2005 te vallen voor Kinderboerderij Buiten-“Gewoon”. Wanneer de voormalige beheerder wegens bezuinigingen de stekker eruit moet trekken, besluit de dorpsraad daar een stokje voor te steken. De kinderboerderij moet blijven. Wim Brands, net met pensioen, wordt als voorman naar voren geschoven.

De inmiddels 76-jarige Velpenaar lukt het na twee jaar om de gemeente en de provincie te overtuigen van zijn plannen waarmee het benodigde geldbedrag wordt binnengesleept. “In die periode heb ik wel gedacht om het bijltje erbij neer te gooien, maar toch doorgezet. Zo zie je maar weer: de aanhouder wint.”



Verscholen achter een schoolgebouw ligt Kinderboerderij Buiten-“Gewoon”. Het is tussenjas weer, herfst. De vogels fluiten, de kippen pikken wat rond en de geiten blijken wat minder fan van de dalende temperaturen: zij vinden het wel prima vertoeven onder het afdakje. Bij aankomst op de

Kinderboerderij Buiten-“Gewoon” staat Wim Brands keurig bij de poort te wachten. Na een begroeting volgt de vraag of het interview buiten kan. “Ik ben een echt buitenmens”, laat Wim weten. Het interview vindt daarom plaats in de vorm van een rondleiding, waarbij we al snel zijn ‘eigen’ plein passeren. Een idee van zijn collega-vrijwilligers als blijk van waardering. De Velpenaar herinnert zich het moment nog goed. “Een keer per jaar houden we een barbecue voor alle vrijwilligers. Ik kwam aanlopen en zag een paal met een doek eroverheen. Zal wel, dacht ik. Het stond een beetje gek, maar ik vermoedde niet dat het voor mij was. Aan het eind van de avond werd het onthuld en las ik mijn eigen naam op het bord. Het zit niet in mij om mijzelf op de borst te kloppen, maar ik waardeer het wel heel erg.”

“Als ik er zelf niet in was blijven geloven, was ik er in 2009 mee gestopt. Het geld kwam maar niet beschikbaar.”

Enthousiast laat Wim zien wat er allemaal gerealiseerd is de afgelopen jaren. We lopen langs de geitenstal, de paardenstal, het kippenhok, een vijvertje en het vogelhuis. Wat opvalt is de St. Jozefburcht, een oud gebouw dat rond de 19e eeuw werd gebruikt door de paters als sportkleedkamer. Inmiddels doet het dienst als konijnen- en caviaburcht. “Het is gesponsord door de kinderen van de St. Jozefschool, zij hebben een sponsorloop gehouden ten bate van de kinderboerderij. Wij noemen het ook wel het huis van Hans en Grietje. Het mooie is dat het er oud uitziet terwijl het is gerenoveerd, zo hebben we er twee torentjes opgezet. Ik weet nog wel dat we de metselaar vroegen of hij wat slordiger wilde werken, omdat het er juist oud uit moest zien. Die keek daar wel even raar van op.” Om aan te geven wat er allemaal is bijgebouwd, wijst Wim naar een oud schuurtje. “Eerst stond er alleen een klein schuurtje, dat was het.



"Als ik voor ieder uur dat ik actief ben geweest als vrijwilliger een euro had gerekend dan had ik er financieel goed bij gezeten, maar ik ben liever rijk aan ervaringen."



Alles wat er nu staat, heeft ons klus-team neergezet." Wim fantaseert al hardop over het volgende project: het verbreden van de brug.

Het gaat goed met de kinderboerderij, maar hoe anders was dat zo'n vijftien jaar terug. Het voormalige dierenpark lijkt om te vallen wanneer oud-beheerder Dichterbij, een stichting die hulp- en dienstverlening biedt aan mensen met een verstandelijke beperking, besluit flinke bezuinigingen door te voeren. Elma van den Berg van Dichterbij krijgt de opdracht om het dierenpark af te stoten. Zonde, vindt de dorpsraad van Velp die zich afvraagt hoe de locatie en de daarbij behorende dagbesteding voor cliënten van Dichterbij behouden kan worden. De naam van Wim Brands valt. De hoofd

buitendienst van de gemeente Grave gaat dat jaar met de VUT en is volgens de dorpsraad dé aangewezen man om de kar te trekken. "We hebben een mooi project voor je, zeiden ze. Daar dacht ik hetzelfde over", aldus Wim. "Na een aantal gesprekken ben ik gaan kijken, heb ik foto's gemaakt en het projectplan geschreven. Daarbij heb ik veel steun gehad aan Loek Westerbeek. Hij was er ook vanaf het begin bij en tot afgelopen zomer penningmeester. Ik als doener en hij als financiële man vormden een goed team." Wat volgt is een langdurige lobby. "Er was draagvlak, maar dan moet er nog geld bij. Alles bij elkaar heeft het de nodige jaren geduurd om het financiële plaatje rond

te krijgen. Als ik er zelf niet in was blijven geloven, was ik er in 2009 mee gestopt. Het geld kwam maar niet beschikbaar. Uiteindelijk hebben we de gemeente overtuigd. Geen boerderij zou geen dagbesteding voor cliënten van Dichterbij betekenen. Ook zagen ze dat het bij kon dragen aan het geven van educatie aan kinderen. In 2012 gingen de deuren eindelijk open voor het publiek."

De kinderboerderij is gratis toegankelijk. Hoe krijgen jullie het voor elkaar om zonder die inkomsten uit te breiden?

"We ontvangen subsidie van de gemeente zodat Dichterbij haar taken uit kan voeren en we krijgen subsidie voor het beheer van de kinderboerderij. Bezoekers hoeven geen entree te

betalen en de educatie aan scholen is gratis. Voor extra uitgaven moeten we dus creatief zijn. De meeste projecten financieren we met sponsorgelden. Voor ieder project zoeken we een sponsor. Aankomend jaar willen we de brug verbreden. Die is te smal voor de rolstoelen van tegenwoordig. Daarvoor hebben we een aanvraag ingediend bij de Rabobank. Maar het belangrijkste kapitaal, blijft toch menselijk kapitaal. Zonder inzet van vrijwilligers was de kinderboerderij er niet geweest. Dat is niet te betalen. Als ik voor ieder uur dat ik actief ben geweest als vrijwilliger een euro had gerekend, dan had ik er financieel goed bij gezeten, maar ik ben liever rijk aan ervaringen. Ik doe het graag voor de gemeenschap. Daar geniet ik van."

Waar komt uw passie voor dieren vandaan en waarom wilt u graag iets doen als vrijwilliger?

"Ik ben opgegroeid op de boerderij, in een tijd dat iedereen elkaar hielp. Voor mij was het vanzelfsprekend om vrijwilliger te worden. Mijn passie voor paardensport heb ik jaren gecombineerd met vrijwilligerswerk door les te geven bij de paardenclub. Bij de boerderij kan ik eveneens mijn passie uitoefenen. Je hoort de vogeltjes en bent in de natuur. Dat vind ik heerlijk. We geven kinderen les over de natuur en je ziet ze genieten om hier tussen de dieren te zijn. Dat enthousiasme geeft een kick. Daar kan geen geldbedrag tegenop."

Waar bent u het meest trots op?

"Het meest trots ben ik op het verplaatsen van de schuren. De grond waar ze eerst opstonden, werd verkocht en de schuren zouden eigenlijk gesloopt worden. Een bedrijf inhuren bleek te duur, dus hebben we met het team plankje voor plankje de schuur afgebroken en weer opgebouwd. Daarnaast ben ik trots op iedereen die mee heeft gewerkt aan de kinderboerderij. Zonder vrijwilligers houdt het op. Het mooie daarvan is dat we er ook nooit aan moesten trekken. We hebben nauwelijks vrijwilligers geworven. Mensen melden zich spontaan aan en tot nu toe hebben we nog geen verloop van vrijwilligers."

Het was ook flink doorzetten, vertelde u. Hoe heeft u het voor elkaar gekregen om het bijtje er niet bij neer te gooien?

"De periode van overtuigen en het creëren van draagvlak was echt een moeilijke periode. Je gaat er vol voor, maar het schoot niet op. Vanuit de gemeente mag daar wel meer aandacht voor zijn, vooral in het ondersteunen. Nu waren we veelal op onszelf aangewezen. Uiteindelijk heeft de aanhouder gewonnen. Ik geloofde in dit project. Dat heeft de doorslag gegeven." ●

Ode aan jou

door Eefke Peeters

Doe jij al vrijwilligerswerk? Bij deze alvast een buiging voor jou. In een wereld waarin iedereen haast heeft en de wereld steeds egoïstischer oogt, ben jij een welkome uitzondering. Een vriendin van mij schrok onlangs zo van de stapels cadeaus en de overvolle koelkast in de dagen voor Kerstmis, dat ze à la minute de Voedselbank belde. Met de vraag of ze soep kon uitdelen tijdens de Kerst. Zij werd een beetje afgesnauwd aan de telefoon. 'Iedereen wilde tijdens de kerst een dagdeel komen helpen, dat was dus niet nodig', aldus de telefoniste. Misschien niet zo aardig van deze dame, maar wel begrijpelijk.

Want vrijwilligerswerk doe je om de wereld wat kleur te geven. Omdat je weigert te geloven dat de wereld een egoïstische plek is. Omdat je ziet dat het nodig is. Omdat je weet dat één gebaar al een wereld van verschil kan zijn voor iemand. Ik las onlangs dat er niet zoiets bestaat als vanuit de goedheid van je hart. Dat er altijd een beweegreden achter zit; zoals de stiekeme hoop dat je jouw Prince Charming ontmoet tijdens het soep uitdelen.

Ik geloof dat onderzoek niet. Ik ken veel vrijwilligers en stuk voor stuk zeggen ze dat geven zoveel mooier is dan nemen. Dat zij oprecht blij worden van een welgemeende glimlach en de waardering in de ogen van een ander. Zelfs als ze deze niet direct kunnen zien. Weten dat jij voor iemand een verschil hebt gemaakt, is genoeg reden. Is dat jouw achterliggende gedachte? Dan is dat toch de mooiste reden ooit?

Ps. Oh en mocht jij toch op zoek zijn naar jouw soep soulmate? Prachtreden! Want gezien en geliefd worden is toch een basisbehoefte? Zelfs je geweten sussen of voor de 'Instagramlikes' vind ik prima acceptabele redenen. Want hoe krom de reden ook is, hier geldt wel degelijk: het doel heiligt de middelen!



De flexibele vrijwilliger: Gerrie Bronswijk over haar eenmalige actie

Ieder jaar organiseren vijf gemeenten uit het Land van Cuijk samen met Centrum Mantelzorg een bijeenkomst waarin mantelzorgers in het zonnetje worden gezet. Door een bekende reden, lees corona, kon dat feest niet doorgaan. Maar niet getreurd, dacht een groep vrijwilligers die langs de deuren trokken om mantelzorgers te verrassen met een borrelplank. We spraken met Gerrie Bronswijk over de actie en haar vrijwilligerswerk.

Hoe ben je bij Sociom terecht gekomen?

“Sinds maart, toen de lockdown werd ingevoerd, heb ik mij aangemeld bij Sociom. Ik wilde mij graag inzetten voor kwetsbaren die niet de deur uit konden, maar ik kreeg verrassend weinig verzoeken. In Mill en Sint Hubert kent men elkaar goed, het is een ons-kent-ons dorp waarbij iedereen elkaar helpt. Toen ik ben ik gaan kijken waar ik mij wel voor in kon zetten. Cathelaine van Sociom vroeg of ik de nieuwe website SamenMillenSintHubert.nl, waar corona-initiatieven op te vinden zijn, mee wilde opzetten. Dat heb ik gedaan. Daarnaast interview ik inwoners, bijvoorbeeld over hoe zij de coronatijd beleven, en publiceer ik die verhalen op de website.

Waarom heb je meegedaan aan de borrelplank-actie?

Hoe kwam je erbij?

“Dat ging ook via Sociom. Ik werd benaderd door Cathelaine, die vertelde over de borrelplank-actie. Dat leek mij wel wat. Ik heb drie anderen benaderd en samen zijn we de borrelplanken rond gaan brengen. De mantelzorgers waren er erg blij mee. Normaal gesproken wordt er een bijeenkomst georganiseerd en dat kon nu niet doorgaan. Dit vonden ze een mooi alternatief, al miste ik wel het sociaal contact om even een praatje te maken. Zelf heb ik in de zorg gewerkt en ik kan mij goed inleven wat zo'n actie met je doet. Met kerst ontving ik zelf vaak veel kerstkaarten van mensen die blij zijn met de geboden hulp. Het is een kleine moeite met een groot effect. Het is de kroon op je werk.”

Waarom vind je het belangrijk om je eenmalig als vrijwilliger in te zetten voor projecten als deze?

“Dit was de eerste keer en wat ik begreep was het ook een test om te kijken hoe het beviel. Wat ik hoor in mijn

omgeving is dat mensen hier graag aan meewerken. Ik werd gevraagd om anderen te werven voor de borrelplank-actie en kwam zo op een aantal mensen die hier wel aan mee wilde werken. Stel, je wordt een buddy van iemand, dan wordt er op je gerekend. Nu wordt er ook op je gerekend, alleen is het voor een dag. Dat vind ik persoonlijk erg fijn.”

Wat motiveert jou om je vrijwillig in te zetten?

“Ik probeer mij in anderen te verplaatsen. Als ik zelf iets zou mankeren en er zijn vrijwilligers die mij helpen, dat zou ik enorm waarderen. Vanuit die gedachte help ik graag een ander.” ●



Ben je op zoek naar ondersteuning en kennis op het gebied van mantelzorg in het Land van Cuijk? Kijk op www.sociom.nl en klik op de tegel Mantelzorgers.

Op de schouders van Bianca kan iedereen leunen



Bianca Silva zet haar ervaringen vanuit haar werk als coach in als adviseur voor Sociom. Ook als iemand niet zit te wachten op hulp, geeft ze graag een positieve schop onder de kont: "Als iemand in de problemen zit, begin ik te steigeren. Helemaal als iemand niet wil, denk ik juist: schouders eronder."

Dat Bianca oog heeft voor andermans problemen, wordt op jonge leeftijd duidelijk. Op de middelbare school was ze onbewust al een maatschappelijk werker. "Dat ging automatisch eigenlijk. Ik merkte dat ik gevoelig was voor andermans lichaamstaal en vroeg dan hoe het met ze ging. Steeds meer klasgenoten deelden hun verhaal met mij, bijvoorbeeld over gescheiden of ruziënde ouders. Niet dat ik de kinderscherming inschakelde, maar ik kwam dan met een kinderoplossing en stelde voor om iets vaker boven te gaan zitten. Ik weet nog heel goed dat mijn moeder zei: 'Bianc, je hoeft niet de hele wereld op je schouders te nemen.' Alleen dat boeit mij juist. Ik doe het graag, ben er goed in en haal er voldoening uit. Waarom zou ik het niet doen?"

"Ik geloof dat de ander meer kan dan hij of zij zelf denkt."

Na een studie Sociaal Pedagogische Hulpverlening gaat ze aan de slag bij meerdere werkgevers, waaronder gemeente Barneveld, waar ze mensen vanuit de bijstand naar werk begeleidt. Ze merkt dat veel meer speelde bij de mensen en dat liet haar hulpverlenershart sneller kloppen. In 2018 richt ze haar eigen bedrijf MotivMind op, waarbij ze mensen op persoonlijk- en arbeidsgerelateerd vlak coacht. Daarnaast zet ze haar expertise graag in als vrijwillig adviseur voor Sociom."

Waarom bent u zich gaan inzetten als vrijwilliger?

"Om twee redenen: ik kom hier niet vandaan en als vrijwilliger leer je snel iedereen kennen. Daarnaast wil ik graag mijn gave om mensen te helpen, inzetten voor een groter doel. Dat laatste zit ook al in mijn werk natuurlijk. Ik help vaak mensen die 3-0 achter staan bij hun geboorte, maar dat moet

er niet voor zorgen dat ze niet meer meetellen. Als iemand in de problemen zit, begin ik te steigeren. Helemaal als iemand niet wil, denk ik juist: schouders eronder."

Hoe gaat dat, met iemand die geen hulp wil ontvangen?

"Vasthouden en oprecht zijn. Ik geloof dat de ander meer kan dan hij of zij zelf denkt. Ik hoor en zie de weerstand, ik begrijp deze ook en vanuit dat punt probeer ik ze een perspectief te geven op andere mogelijkheden en kansen. Kijk, als mensen veel geraakt zijn door het leven, dan zakt het vertrouwen in de maatschappij en in zichzelf weg. Het is de kunst om ze dat vertrouwen weer te geven, door gelijkwaardig en betrokken te zijn. Vaak is het een kwestie van zelfvertrouwen. Een voorbeeld: wanneer je baas vraagt of je op kantoor komt. Wat doe je dan? Veel van mijn klanten denken: wat heb ik verkeerd gedaan? Ze gaan eerder naar huis uit angst voor de teleurstelling die zij denken dat hen te wachten staat. Zonde, want misschien kregen ze wel een promotie, maar dat beeld komt niet in hen op. Ik vind dat iedereen, ook mensen die er niet meer in geloven, een leven moeten leiden die bij hen past en waar zij op hun eigen manier tevreden mee zijn."

Hoe neemt u de ervaring mee vanuit uw werk in het vrijwilligerswerk?

"Tussen mijn werk en vrijwilligerswerk zit wel een groot verschil. Tijdens mijn werk help ik mensen zelfredzamer te worden en voor Sociom heb ik meer een signalerende functie. Ik ga langs bij de mensen die een hulpvraag hebben, maar waar niet helemaal duidelijk is wat de vraag is of dat de enige vraag is. Zo kwam ik enige tijd geleden bij een man die het onderhoud van zijn tuin niet meer kon doen. Ik ben langsgegaan en hij bleek ook niet meer te kunnen douchen, omdat hij dat te gevaarlijk vond. Vervolgens hebben we het tuintje opgeknapt en hem doorverwezen naar instanties die hem kunnen helpen aan een seniorvriendelijke badkamer. Mijn rol is dus vraag achterhalen en de personen doorverwijzen of bemiddelen naar de instanties die hen verder



kunnen helpen. Iedereen doorverwijzen klinkt simpel, maar ik probeer echt de vraag onder de vraag naar boven te krijgen. Dat vind ik het mooie aan deze functie, kortdurend maar zeker effectief hulp bieden.”

Wat wilt u zeggen tegen de lezers van dit blad? Waarom zou iemand zich moeten inzetten als vrijwilliger?

“Kijk naar wat je leuk vindt om te doen of waar je goed in bent, misschien heb je wel een beroep dat je af en toe vrijwillig kan inzetten. Als iedereen een stukje van zijn of haar kennis of kunde deelt aan iemand die dat minder heeft, komt iedereen verder.

“Wat ik leuk vind aan het adviseren is dat het kort duurt en doelgericht is. Het geeft mij voldoening.”

Doe ook het vrijwilligerswerk wat bij je past. Als ik kijk naar mijzelf dan zie ik mij niet bridgen met ouderen, dat past niet bij mij. Wat ik leuk vind aan het adviseren is dat het kort duurt en doelgericht is. Het geeft mij voldoening. Daarbij vind ik Sociom een hele fijne partij, omdat zij betrokken en attent zijn en klaar staan voor hun vrijwilligers. Ze zijn een belangrijke voorliggende voorziening voor de gemeente. Nog voor er betaalde hulp ingezet wordt, kan het soms vrijwillig al opgelost worden. Daarbij is het goed dat er één gezicht is op het gebied van vrijwilligerswerk. Zo weten mensen waar ze moeten zijn met hun hulpvraag, maar ook als ze vrijwilliger willen worden.” ●

Het onmogelijke mogelijk maken

door Roland van der Heijden, directeur-bestuurder Sociom

Waar de aanpak van Sociom voorheen vooral bestond uit ‘zelf dingen doen’ voor anderen, verschuift het steeds meer naar ‘zorgen dat het gedaan wordt’. Deze verschuiving heeft een reden. De samenleving verandert. De zorg voor anderen verschuift van professionals naar mantelzorgers en vrijwilligers. Van verzorgingsstaat naar participatiemaatschappij. Ouderen, mantelzorgers, vluchtelingen, jongeren en alle andere inwoners begeleiden en activiteiten aanbieden, is niet meer voldoende. Het gaat steeds meer om het ondersteunen, faciliteren en mogelijk maken van initiatieven uit de maatschappij. Met én voor elkaar zorgen. Zodat we langer samen, met elkaar, zonder professionele hulp vooruit kunnen.

Gelukkig blijft dat zelf doen en helpen ook nog steeds heel waardevol. Voor die ander, maar ook voor jezelf. Als bestuurder van Sociom en actief vrijwilliger weet ik wat het betekent om vrijwilligerswerk te doen en wat het je brengt. Als ik bijvoorbeeld terugdenk aan die gezichten van mensen met een lichamelijk handicap die met ons als groep vrijwilligers mee op vakantie konden... onvergetelijk. Er waren uitdagingen die voor de gehandicapten onmogelijk waren en toen ineens mogelijk werden. Of de juichende snoetjes van de fanatieke voetballertjes die met enorm veel plezier iedere week dat veld op rennen. Of dat gevoel van saamhorigheid als je je inzet voor je eigen dorp om het mooi, leuk en vooral leefbaar te houden. Of dat feestelijke moment als het dorps huis na jaren hard werken de deuren opent. Zo kan ik nog even doorgaan. Die ervaringen zijn onbetaalbaar. Die ervaringen verrijken je leven. En dat van een ander.

Niet alleen binnen Sociom, maar in de hele breedte van het sociaal domein was vrijwilligerswerk voorheen een welkome aanvulling. Inmiddels is het onmisbaar geworden. Op dit moment zijn 432 vrijwilligers betrokken bij de dienstverlening door Sociom. Zonder hen zou er geen Sociom zijn. Dus alle vrijwilligers binnen én buiten Sociom: bedankt. Dankzij jullie is véél meer mogelijk. Jullie maken het onmogelijke mogelijk.

Nederland telt al bijna 7 miljoen vrijwilligers, omdat het zo ontzettend leuk is om je voor een ander in te zetten! Doe je ook mee?



Pim Jansen blijft strijden voor een eigen plek voor jongeren centrum De Link

“Ik geef graag wat terug aan de maatschappij”

Pim Jansen draagt op jonge leeftijd al de nodige steentjes bij als vrijwilliger. De tiener ziet dat hij een vlotte babbel heeft en komt tijdens zijn middelbare schooltijd terecht in de studentenraad. Later sluit hij zich aan bij het CDA, wat minder bij hem lijkt te passen en op het voetbalveld coacht hij jongeren als voetbaltrainer. De meest turbulente tijden maakt hij momenteel mee als bestuurder van jongeren centrum De Link. Zij zijn sinds kort dakloos door het verliezen van hun ruimte in de multifunctionele accommodatie Oelbroeck. “Ze kunnen het centrum afpakken, maar de stichting niet.”



Op de dag dat we met Pim Jansen, bestuurslid bij Jongeren centrum De Link spreken, heeft hij slecht nieuws te melden: De Link heeft in 2021 geen dak meer boven het hoofd. Het delen van de multifunctionele accommodatie Oelbroeck zorgde vaak voor conflicten. Het jongeren centrum besloot daarom om eind december 2020 uit MFA Oelbroeck te gaan en voor een nieuwe accommodatie ging het bestuur van De Link in overleg met de gemeente. Wanneer we Pim bellen is de kogel door de kerk: er komt helemaal geen nieuwe plek voor het jongeren centrum. “Met het bestuur zijn we gisteren naar de gemeente geweest en zij denken er anders over, ze gaan meer inzetten op ambulante jongerenwerkers die contact onderhouden met de jeugd. Daarbij is geen ruimte voor een jongeren centrum. De emoties liepen hoog op, een van de bestuurders is er al bij sinds het begin en ziet ‘zijn kindje’ afgenomen worden. Sommige bestuurders riepen al dat ze ermee wilden stoppen, maar wat mij betreft laten we het eerst even bezinken.”

“Het centrum biedt jongeren een plek om te ontspannen en zich te ontwikkelen.”

Pim kwam bij het jongeren centrum via zijn vrienden, die gingen er wel eens naartoe. Hij doet actief mee en merkt dat hij zelf wel schik heeft in het organiseren van activiteiten.

“Zij zagen dat ik dat leuk deed en zo ben ik in het bestuur terechtgekomen. Ik ben verantwoordelijk voor het beheren van de website en ik ben vraagbaak voor jongeren en ouderen.”

Het centra biedt jongeren een plek om te ontspannen en om zich te ontwikkelen. De jeugd kan er terecht om een potje te poolen of te gamen en er worden uitjes zoals lasergamen en barbecuen georganiseerd. Ook worden er voorlichtingsavonden gegeven over onderwerpen zoals drugsgebruik en online pesten, waar jongerenwerker Kees Hoogenboom een belangrijke rol bij speelt. Pim: “Het is voor de jeugd door de jeugd. Naast de activiteiten, die heel gezellig zijn, is een plek voor jongeren om tot wasdom te komen. Veel jongeren zetten zich vrijwillig ergens voor in en leren om mee te denken op tal van gebieden, bijvoorbeeld via de politieke jongerendag waarbij jongeren een initiatief bedenken waar ze voor staan.”

Hoe gaan jullie dat voortzetten, nu het jongeren centrum geen ruimte meer heeft?

“Dat wordt een stuk lastiger. Ze kunnen het centrum afpakken, maar de stichting niet, dus in dat opzicht blijven we bestaan. Activiteiten kunnen nog wel georganiseerd worden, maar zonder fysieke plek is het lastiger om onze taken uit te voeren en is de samenhang minder. Als het aan mij ligt blijven we strijden om een eigen plek te krijgen. In een multifunctionele accommodatie word je continu op de vingers gekeken. Een eigen ruimte biedt meer vrijheid, maar ook meer verantwoordelijkheid, iets waar jongeren van kunnen leren. Hopelijk ziet de gemeente dat ook in.”



Naast je werkzaamheden voor het jongeren centrum ben je actief geweest voor de studentenraad, het CDA en als voetbaltrainer bij VV Gemert Onder-13. Je bent een behoorlijk actieve vrijwilliger. Waar komt dat vandaan?

“Dat zit in mij. Ik draai graag aan de knoppen. Op de middelbare school merkte ik dat ik een goede babbel heb en nam zitting in de studentenraad. Later is dat doorgeloeid door actief te worden voor het CDA in Sint Anthonis, al bleek dat minder bij mij te passen. Ik ben prestatiegericht en in de politiek duurt het lang voordat er een beslissing wordt genomen. Wat betreft mijn vrijwilligerswerk als voetbaltrainer: dat is passie. Ik vind het gaaf om met die gasten op het veld te gaan en ze beter te maken. Niet per se als voetballer, dat ook wel, maar vooral als persoon. Dat ze later zeggen: wat ik van jou heb geleerd Pim, daar heb ik nu nog veel aan. Daar doe ik het voor.”

Het zit dus in je karakter. Van wie heb je dat, vaders of moeders?

“Dat is een apart verhaal, haha. Zoals je ziet ben ik geen ‘echte’ Pim Jansen. Ik heb een kleurtje, dus de opmerking dat ik geen stereotype Pim Jansen ben, krijg ik wel vaker. Oorspronkelijk kom ik uit Colombia. Ik ben geadopteerd toen ik zes maanden was. Vanuit welke genen het komt, is daarom lastig te zeggen. Vanuit mijn opvoeding was het altijd heel normaal om anderen te helpen. Dat was gewoon de norm. Daarnaast realiseer ik mij ook hoe goed ik het in

Nederland heb en hoe ik ben opgevangen. Dat heeft er ook aan bijgedragen dat ik zo actief ben. Op deze manier geef ik iets terug aan de maatschappij.”

En het liefst geef je de jongeren weer een plekje in Sint Anthonis?

“Zeker, het komende jaar is een overkoepelend jaar waarbij de gemeente samenvloeit in het Land van Cuijk. In dat kader zie ik mogelijkheden om weer een ruimte te krijgen. Daarnaast heb ik met een vriendin de ambitie om een stichting op te zetten voor geadopteerde kinderen. Zelf heb ik onderzocht hoe lastig het is om daarmee om te gaan. Je zit vaak met veel vragen, weet niet waarom of wie je heeft achtergelaten. Zelf weet ik nu wie mijn biologische moeder is en denk ik na om haar op te zoeken. Ik wil het graag, maar ergens durf ik het nog niet. Tijdens de coronapandemie heb ik wel nagedacht over hoe lang ik de kans nog krijg om haar te ontmoeten, dus dat moment komt steeds dichterbij. Ik denk dat ik er wel klaar voor ben. Gedurende de jaren heb ik meer antwoorden en rust gekregen en die ervaringen deel ik graag met andere geadopteerde kinderen. Samen sta je sterker.” ●

tip!

Blijf leren! Ook als je eenmaal bent begonnen met vrijwilligerswerk. Wist je dat het Vrijwilligerspunt gratis trainingen en workshops aanbiedt? Heb je zelf een vraag of idee, kaart het aan. Wij denken graag met je mee!

Mia de Ponti zit niet graag achter de geraniums

Achter de geraniums zitten, dat vind ze niets. De 85-jarige Mia de Ponti steekt graag haar handen uit de mouwen. Helpen met de kerstboom optuigen? Geen probleem. Een luisterend oor bieden aan iemand die in de put zit? Met alle liefde. "Ze weten mij wel te vinden inmiddels", vertelt ze met een glimlach. "Mia doet het wel!"

In Weijerstaete, gelegen in hartje Boxmeer, drukken we in de lift het knopje voor de derde etage in. Het is even zoeken in het moderne woon- en zorgcomplex, maar zien al snel Mia zwaaiend bij de deuropening wachten. Binnen valt meteen het aantal beeldjes op. "Zelfgemaakt", vertelt Mia. "Dat is een hobby van mij, ik ben graag bezig. Koffie?" Voor iemand van 85 jaar is ze behoorlijk kwiek. Ze rijdt nog auto en heeft een elektrische fiets. "Iedere dag maak ik ook even een wandelingetje. Gisteren ben ik nog twee uur zoet geweest. Het uitzicht is prachtig vanuit mijn appartement. Sinds ik hier woon zie ik de mooiste zonsondergangen, maar ik ben toch echt liever buiten de deur dan dat ik naar buiten kijk."

Mia is niet iemand die achter de geraniums gaat zitten. In Weijerstaete, een plek waar ouderen zelfstandig wonen met hulp dichtbij, is ze eigenlijk een vreemde eend in de bijt. Ze kan alles nog zelfstandig. "Samen met mijn man, Arnold, ben ik hier komen wonen toen hij alzheimer kreeg. Hij kreeg hier zorg en zelf zorgde ik ook voor mijn man. Dat was een zware tijd, ik zag mijn eigen man afglijden. Hij had vasculaire alzheimer, een vorm van dementie waarbij hij op sommige momenten heel scherp was en het volgende moment helemaal niet. Dat maakte het nog lastiger omdat het met pieken en dalen ging."

Na zijn overlijden is Mia in Weijerstaete blijven wonen en werd ze zelf actief voor het Alzheimer Café, een plek waar

mensen terecht kunnen voor voorlichting over dementie en in contact komen met lotgenoten. "Mijn man en ik gingen destijds daarnaartoe, maar na een of twee keer heb ik hem niet meer meegenomen. Ze hadden het al over de volgende fases en dat was behoorlijk demotiverend voor hem. Dat zijn ervaringen die je meeneemt.

"Daar heb ik weer gezien hoe belangrijk vrijwilligerswerk is. Een luisterend oor bieden, daar heeft een professional geen tijd meer voor."



Mensen die het nu meemaken kan ik op die manier helpen. Vooral het moment dat het definitief wordt, is moeilijk. Zelf hadden mijn man en ik er van tevoren over gesproken. Hij wilde niet wegwijnen in een hoekje en had daarvoor een brief ondertekend. Toen

het tijd was voor 'de brief' werd ik als partner gevraagd om toestemming. Ondanks dat je het besproken hebt, blijft de keuze zwaar. Alsof je hem een beetje verraad, al is dat niet zo, die druk voel je wel."

Een luisterend oor is dan heel belangrijk, weet Mia. Iets wat ze zelf biedt met een activerend huisbezoek aan ouderen die bijvoorbeeld kampen met hun gezondheid, eenzaam zijn of hun partner verliezen. Zo'n vijftien jaar doet ze dit via de Stichting Welzijn Ouderen Gemeente Boxmeer (SWOGB).

"Daar heb ik weer gezien hoe belangrijk vrijwilligerswerk is. Een luisterend oor bieden, daar heeft een professional geen tijd meer voor. De volgende afspraak wacht al weer. Kom ik, dan kan ik blijven zolang dat nodig is. Totdat iemand zijn ei kwijt is. Misschien is het een beetje dik aangezet, maar ik zeg het toch: zonder vrijwilligers stort heel Nederland in. Mensen hebben elkaar nodig. Aan mijn werk voor de stichting heb ik mooie vriendschappen overgehouden. Je krijgt er veel voor terug."

Naast haar vrijwilligerswerk voor de stichting en het Alzheimer Café organiseert Mia het wekelijkse koffie-uurtje en eens per jaar organiseert ze een koffie-uur voor het hele huis. "De mensen uit het complex komen dan bij elkaar.

“Laatst hebben we vanwege de coronamaatregelen er een creatieve draai aan gegeven en is iedereen op anderhalve meter afstand voor de deur gaan zitten.”



Zelf ben ik nog mobiel maar dat geldt niet voor iedereen hier. Het is iets kleins, maar wel belangrijk. Naast koffiedrinken gaan we vaak koersballen (een soort jeu de boules) of sjoelen.” In tijden van corona vond Mia ook een oplossing om het jaarlijkse koffiemoment door te laten gaan: “Laatst hebben we vanwege de coronamaatregelen er een creatieve draai aan gegeven en is iedereen op anderhalve meter afstand voor de deur gaan zitten. Ook mocht er geen koffie geschonken worden, maar het was wel erg gezellig. Mensen snakten naar een praatje. We zaten met zo’n 75 man hier in de gang.”

Wie dacht dat we al haar vrijwillige taken hebben gehad, heeft het mis. Mia is ook nog vrijwilligster bij IVN (Instituut voor Natuureducatie) waar ze twintig jaar coördinator was van de jeugdtaak. Nu helpt ze nog zoveel mogelijk mee. “We geven les aan kinderen over de natuur. Eigenlijk vind ik dat het leukst om te doen. Kinderen zijn vrolijk. Wat ik mij nog goed kan herinneren is dat een jongetje zei: ‘wat een uitleg, het lijkt net school’. Maar dat is niet de bedoeling op een vrije woensdagmiddag, dacht ik. We zijn toen meer spelvormen gaan gebruiken en zorgden ervoor dat ze na de les nog een beetje uit konden razen.”

Het is al met al toch een behoorlijke lijst. Waar komt die drang vandaan om zoveel te doen? “Aard van het beestje. Van kleins af aan hielp ik anderen graag. Ik breidde poppen toen ik een jaar of tien was en in de oorlog hadden kinderen niet veel speelgoed. Ze zagen dan dat ik wel handig was met naald en draad en vroegen of ik er ook een voor hen kon maken. Natuurlijk deed ik dat!” Ook haar vader ziet dat zijn dochter een echte aanpakster is. De nieuwsgierige Mia wil graag een opleiding doen, maar wordt aangewezen om mee te helpen op de boerderij in Venray. “Je zus is te fragiel”, zei mijn vader dan. Op de boerderij in Venray kreeg ze mee dat het normaal was om een ander te helpen. “Ging de oogst bij de burens mis, dan schoot je te hulp. Of als er iemand ziek was. Mensen keken in vergelijking met nu meer naar elkaar om. Dat komt ook omdat toen alles verder weg was. We woonden op het platteland en hadden elkaar nodig. Nu is dat veranderd, al zie je nog steeds veel vrijwilligers gelukkig.”

Nadat ze haar man ontmoette verliet ze de boerderij. Ze volgde meerdere cursussen en runde samen met haar man de rijschool: hij zat in de auto en zij deed de boekhouding en de planning. Onlangs werd haar eigen rijbewijs verlengd met vijf jaar en als het aan Mia ligt dan houdt ze nog een hele poos het stuur in eigen hand. “Ik tel mijn zegeningen. Je weet niet hoe snel het om kan slaan. Zolang alles nog lukt, blijf ik met veel plezier vrijwilliger.” ●

“Zoveel mogelijk maatschappelijke waarde creëren”

In het Land van Cuijk en Maasduinen zijn meer dan 450 mensen wekelijks als vrijwilliger voor hun Bibliotheek actief. In de bibliotheekvestigingen, maar bijvoorbeeld ook als taalvrijwilliger of voorlezer in taalarme gezinnen. Ook op de 57 Bibliotheken op basisscholen zijn veel ouders als vrijwilliger actief. Samen met de medewerkers van BiblioPlus zetten al deze vrijwilligers zich in om zoveel mogelijk maatschappelijke waarde te creëren.

Bibliotheekvrijwilliger Astrid Klerk

Astrid Klerk (54 jaar) woont in Cuijk en is moeder van 3 kinderen. Naast haar vrijwilligerswerk in de Bibliotheek, vertegenwoordigt zij de vrijwilligers in de ondernemingsraad van de Bibliotheek en is zij secretaris in het bestuur Wereldtuin Verdeliët.

“Toen ik vier jaar geleden zag dat de Bibliotheek met vrijwilligers ging werken, heb ik direct gesolliciteerd. Ik houd heel erg van boeken en vind de Bibliotheek een heerlijke plek om te zijn. Het is zinvolle en ontzettend leuke tijdsbesteding. Drie dagen in de week help ik klanten, werk nieuwe tijdschriften in, houd de collectie op peil, ruim boeken op en zorg dat de Bibliotheek netjes is. Ik vind het leuk als mensen met een ander boek naar huis gaan dan dat ze gewend zijn te kiezen. Dat geeft enorm veel voldoening. Dit jaar heeft voor mij extra duidelijk gemaakt dat de Bibliotheek heel waardevol is voor mensen, juist in deze rare tijd. Mensen zijn dankbaar voor het feit dat de bibliotheek open is, niet alleen voor het lezen, maar ook voor de sociaal maatschappelijke functie die de Bibliotheek heeft.”



Astrid Klerk



Mieke van Lanen

Activiteitsvrijwilliger Mieke van Lanen

Mieke van Lanen (72 jaar) woont in Beers en doet al vijftig jaar vrijwilligerswerk op veel verschillende plekken.

“In 1981 werd ik aangenomen voor 6,5 uur per week als administratief medewerker bij de Bibliotheek. Vanaf die tijd is mijn werk ook mijn hobby geweest en naast mijn betaalde uren heb ik altijd met veel plezier veel vrije tijd in de Bibliotheek gestoken. In 2013 kwam helaas mijn pensioen in zicht, maar gelukkig kwam er bij BiblioPlus iets anders op mijn pad: activiteitenvrijwilliger. Ik werd gastvrouw bij lezingen, filmcyclus en geef de computercursus Klik & Tik. Elke donderdagmorgen assisteer ik samen met Marleen en Peter cursisten met het programma van Oefenen.nl en help ik met digitale vragen. Het zijn de kleine dingen, zoals de waardering die je krijgt van bezoekers bij de activiteiten, maar ook het vertrouwen van cursisten, waardoor ik het vrijwilligerswerk blijf volhouden.” ●

Wil jij ook vrijwilliger worden? De Bibliotheek zoekt voorleesvrijwilligers, activiteitenvrijwilligers en bibliotheekvrijwilligers. Kijk voor alle vacatures en voor lees-, luister- en kijktips over vrijwilligerswerk op:

www.biblioplus.nl/vrijwilligers



Intercultureel centrum Safina: een open huis voor alle nationaliteiten

Chita Vloet, Marise Riley en Sonja de Winter zijn al meer dan dertig jaar hét gezicht van Intercultureel Centrum Safina. Aan de keukentafel bij Chita spreken we met hen over de hoogtepunten van hun Safina-tijd. "Het centrum helpt om beter in Nederland te integreren, maar het is vooral heel gezellig geweest. Safina is ons tweede thuis geworden."

Het is gezellig rondom de keukentafel bij Chita. De dames van Safina hebben elkaar een tijdje niet gezien, omdat het centrum in tijden van corona gesloten is, en kletsen erop los. Gepast op anderhalve meter praten Chita, Marise en Sonja over het intercultureel centrum en wat zij de afgelopen jaren daar meemaakten. Tijdens het interview verzanden we regelmatig in zijpaden om vervolgens de draad weer op te pakken voor het interview. Dat het geen formeel gesprek is, is een understatement. Ik voel mij thuis en datzelfde gevoel hadden de dames toen zij de eerste keer bij Safina naar binnen stapten. "Ik kom oorspronkelijk uit Jakarta", vertelt Sonja.

"Het is niet alleen een fijne plek om metgezellen te ontmoeten. Het is vooral heel gezellig geweest de afgelopen jaren."

Vijfendertig jaar geleden kwam ze naar Nederland nadat ze haar man had ontmoet in Indonesië die daar zijn vakantie genoot. "In het begin voelde ik mij behoorlijk eenzaam in Nederland. Je spreekt de taal niet en voelt je toch een buitenbeentje. Ik had heimwee. Bij Safina voelde ik mij geaccepteerd en kwam ik vrouwen tegen die een soortgelijk verhaal hadden. Ik ben blij dat ik destijds de stap heb genomen en veel mensen heb ontmoet. Inmiddels zit ik in het bestuur en is het fijn om anderen te helpen met integreren."



Het verhaal van Sonja laat zien waar Safina voor staat: een open huis voor alle nationaliteiten. In het Intercultureel Centrum kan iedereen terecht om bekend te worden met de Nederlandse taal en cultuur. Daarnaast worden tal van activiteiten georganiseerd zoals koken, naailessen worden er verzorgd en voorlichtingen worden er gehouden. "Het is niet alleen een fijne plek om metgezellen te ontmoeten. Het is vooral heel gezellig geweest de afgelopen jaren. Safina is ons tweede thuis geworden", vertelt Chita. "Al die culturen bij elkaar, dat is fantastisch. Alleen in de keuken al leer je enorm veel van elkaar."

Net als Sonja hebben Chita en Marise hun roots in het buitenland liggen. Chita had nooit verwacht om met een Nederlander te trouwen. Toch is dit gebeurd - gelukkig maar, vindt ze. Chita heeft haar man ontmoet in Cuijk en woont hier tot op de dag van vandaag nog steeds. "Hoe ik bij Safina terecht ben gekomen, weet ik niet meer precies, maar wat ik

tip!

Wist je dat alle gemeenten binnen het Land van Cuijk en West Maas en Waal haar vrijwilligers en vrijwilligersorganisaties verzekerd hebben via de Vrijwilligerspolis en zijn aangesloten bij VrijwilligersNet Nederland. Meer weten over dit onderwerp? Kijk op www.sociom.nl en klik op de tegel Vrijwilligerspunt.



Van links naar rechts: Chita Vloet-Wever, Sonja de Winter en Marise Riley

“Al die culturen bij elkaar, dat is fantastisch. Alleen in de keuken al leer je enorm veel van elkaar.”

me nog wel herinner is dat Safina echt een uitje was voor mij. Vooral aan de kooklessen koester ik warme herinneringen. Al snel werd ik een manusje-van-alles en hielp ik bij het organiseren van activiteiten.” Marise belandde eveneens in Cuijk vanwege haar relatie. “Ik leerde mijn man kennen op Curaçao en ben in 1979 naar Nederland gekomen om met hem samen in Cuijk te gaan wonen. Ik kwam bij Safina voor de naailes en ging er vaak heen met mijn ‘kleine’. Dat was een prachtige tijd. Heel veel vrouwen kwamen met hun kinderen, allemaal van dezelfde leeftijd.”

Een aantal jaar terug verloren de Safina-dames hun ‘eigen plekje’, de ruimte waar Safina zat, werd ingeruild voor een plek in de multifunctionele accommodatie De Valuwe. “Dat vind ik zo jammer”, laat Marise weten. “In het oude pand hadden we echt een eigen plekje, het was intiemer. Tegenwoordig moet je de ruimte huren voor een bepaalde tijd. Dat maakt het veel zakelijker. Vroeger kwam je binnenlopen, even een kop koffie doen. Dat kan nu niet meer.” Sonja: “Daarbij ligt de drempel om binnen te lopen nu hoger voor veel vrouwen die nieuw

zijn in Nederland, omdat de ruimte wordt gedeeld met andere organisaties.”

De tijden veranderen en niet alleen de ruimte. Ook is veranderd wie er naar binnen mag in het intercultureel centrum. Zo zijn mannen nu ook welkom bij Safina. “Meer van deze tijd”, laat Chita weten. “Eerst was het centrum alleen voor vrouwen. Dat had vooral te maken met de verschillende culturen. Vandaag de dag zijn mannen meer dan welkom, al zijn er nog steeds activiteiten die alleen voor vrouwen zijn. Vrouwen onderling delen toch makkelijkere dingen met elkaar.”

In al die jaren hebben de dames flink wat herinneringen verzameld, de nodige anekdotes passeren. Wat als je één moment mocht kiezen, welke is je het meest bijgebleven? Vraag ik aan het Safina-trio. Chita: “Dat wordt lastig kiezen hoor! Het voorlezen wat ik heb opgezet, daar ben ik trots op en de reizen naar het buitenland waren ook fantastisch. Als ik moet kiezen, ga ik toch voor de reisjes die ik organiseerde. Ik houd ervan om andere culturen te zien en vaak gingen we naar iemands geboorteland dus zij konden er mooi over vertellen.” Voor Marise staan de naailessen op nummer één, daar heeft ze veel kennissen aan overgehouden. “Safina is een aanwinst in mijn leven. Ik ben er trots op dat ik anderen heb geholpen met het doen van aanvragen of het geven van informatie en heb er veel vrienden aan overgehouden.” Dat geldt ook voor Sonja. “Het heeft mijn leven verrijkt. Al maak ik even een praatje met iemand, het voelt goed omdat ik weet wat het met je doet. Daarnaast heb ik warme herinneringen overgehouden aan de traditionele feesten zoals kerst en suikerfeest. Het is mooi om te zien wat voor tradities er zijn en daarachter schuilt vaak een mooie boodschap. Het laat zien waar Safina voor staat, een centrum voor iedereen, waar je ook vandaan komt.” “Ook voor Nederlanders!”, vult Chita nog aan. ●

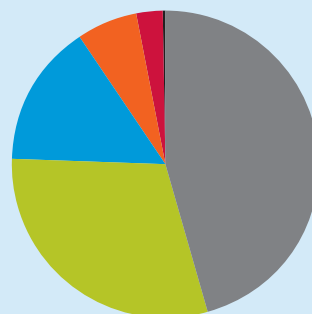
Vrijwilligerswerk bij Sociom

Bij Sociom zijn 432 vrijwilligers actief (cijfers 2020) bij de lokale uitvoering van het sociaal werk. Samen met de medewerkers zijn zij het gezicht voor de inwoners en helpende handen. Binnen Sociom zijn er tal van mogelijkheden om vrijwilligerswerk te doen; ondersteun de vluchtelingenwerker door antwoord te geven op allerlei vragen van statushouders, organiseer activiteiten op de dagbesteding, help mee in het jongeren centrum of word maatje.

Heb je andere interesses? Wij denken graag met je mee!

Leeftijd vrijwilligers

65 jaar en ouder	45,8%
45 t/m 64 jaar	29,9%
25 t/m 44 jaar	15,2%
16 t/m 24 jaar	6,3%
Onbekend	2,7%
0 t/m 15 jaar	0,2%



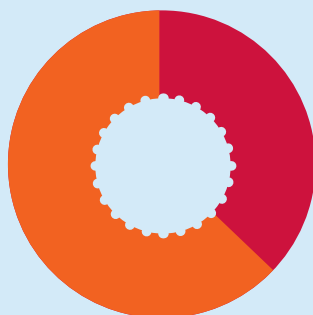
Geslacht vrijwilligers

Man

36,5%

Vrouw

63,5%



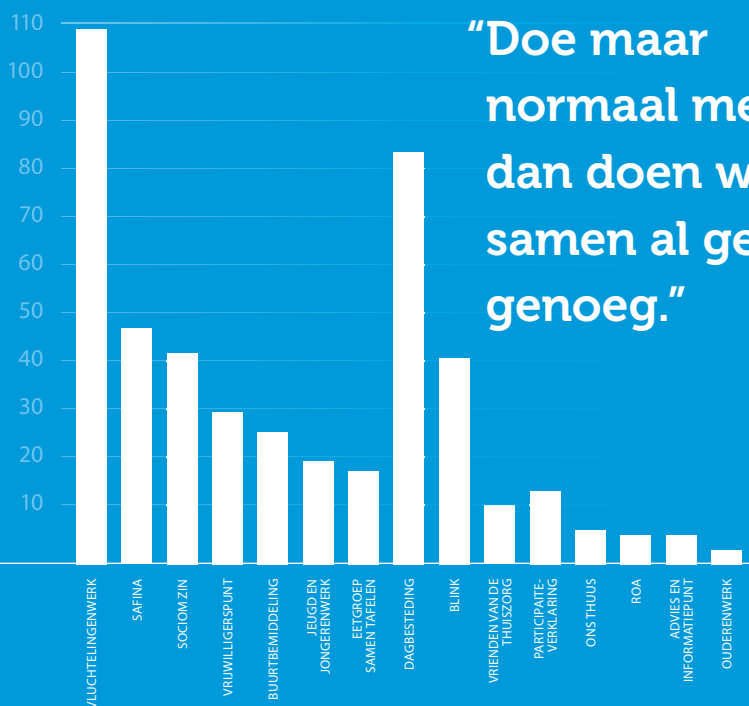
Aantal vrijwilligers bij Sociom

432

Inzet vrijwilligers per dienst binnen Sociom

Actieve aanbieders

Vluchtelingenwerk	109
Intercultureel centrum Safina	48
Sociom ZIN	43
Vrijwilligerspunt	31
Buurtbemiddeling	27
Jeugd en jongerenwerk	21
Eetgroep Samen tafelen	19
Dagbesteding	84
Blink	42
Vrienden van de Thuiszorg	12
Participatieverklaring	15
Online dorpsplein OnsThuis	7
ROA	6
Raad van Overleg en Advies	6
Ouderenwerk	3

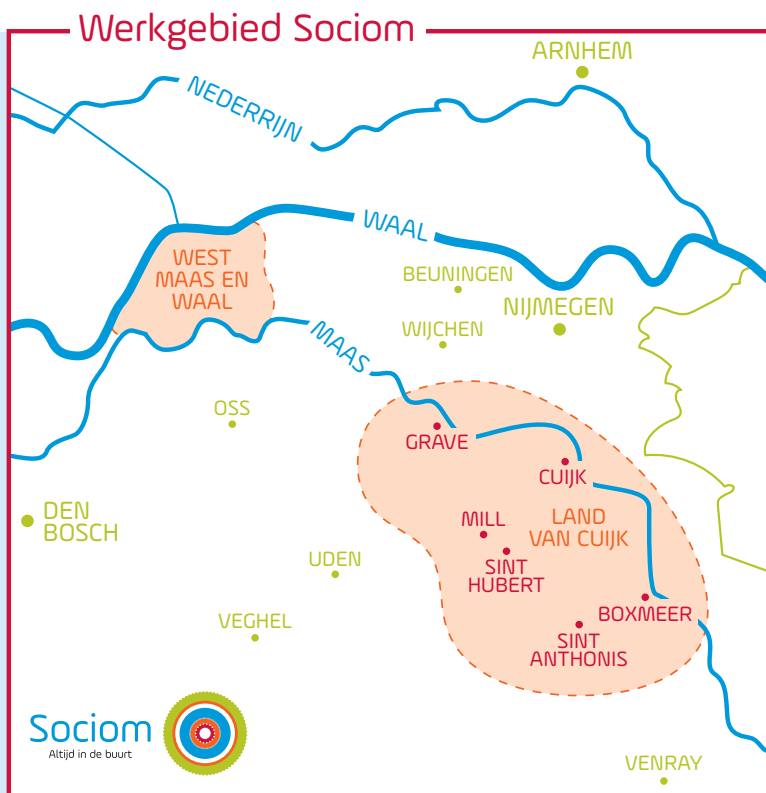


“Doe maar normaal mee, dan doen we samen al gek genoeg.”

De aantallen vrijwilligers per dienst kunnen niet getotaliseerd worden, daar een vrijwilliger bij meerdere diensten actief kan zijn.



"Ik ben vrijwillig tolk bij Sociom Vluchtelingenwerk. Toen ik 5 jaar geleden naar Nederland kwam, was ik zo dankbaar voor tolken. Zij zorgden dat ik een stem had. Ik heb toen met mijn man afgesproken dat we hetzelfde voor nieuwe nieuwkomers zouden doen, wanneer wij goed genoeg Nederlands spraken. Ik ben zo dankbaar en help heel graag." - (Grave)



Onze digitale vacaturebank vind je via vrijwilligers.sociom.nl. Hier lees je over allerlei uiteenlopende vacatures in het Land van Cuijk en West Maas en Waal.

Wil je de hele vacature lezen of reageren op een vacature? Log dan eerst in met je account of registreer je als vrijwilliger.

"Niet lullen maar poetsen, dat doen we in ons dorp!"
(West Maas en Waal)

Het Vrijwilligerspunt

Het Vrijwilligerspunt brengt vraag en aanbod samen en is in het Land van Cuijk en West Maas en Waal het kenniscentrum en centrale punt voor vrijwillige inzet. Ben je op zoek naar leuk en passend vrijwilligerswerk? Bij onze vrijwilligerspunten in Boxmeer, Cuijk, Grave, Mill en Sint Hubert, Sint Anthonis en West Maas en Waal helpen we je graag verder. Wij weten hoe we jou aan passend vrijwilligerswerk kunnen helpen. Ook kun je bij Blink terecht voor één-op-één vrijwilligerswerk met mensen met een lichamelijke, verstandelijke en/of sociale beperking én mensen met een niet aangeboren hersenletsel.

Als jouw vereniging, stichting of organisatie met vrijwilligers werkt, komt daar veel bij kijken. Hoe vind je vrijwilligers? Met welke wetten en regels moet je rekening houden? Met al jouw vragen kun je bij het Vrijwilligerspunt terecht. Wij informeren, adviseren en ondersteunen organisaties die met vrijwilligers werken. Ook bieden we je praktische handvatten om jouw vrijwilligerszaken snel en goed te regelen.



Vergroot je kennis

Als vrijwilligersorganisatie krijg je regelmatig te maken met ingewikkelde vragen of situaties. De cursussen en workshops van het Vrijwilligerspunt helpen om je kennis en vaardigheden te vergroten. We werken zowel aanbod- als vraaggericht en kunnen workshops, cursussen of bepaalde thema-avonden aanbieden op maat.

“Misschien heb ik wel meer uren gemaakt als vrijwilliger dan als werknemer”

De indrukwekkende lijst vrijwilligerstaken van Peter en Wilma Cornelissen

Bestonden er verschillende rangen in vrijwilligerswerk dan hebben Peter en Wilma allen doorlopen. Niet voor niets ontving het stel een lintje voor hun verdiensten. De lijst aan taken die zij door de jaren heen vervulden, lijkt bijna oneindig: jeugdleider, penningmeester, bestuurslid, fotograaf, typegeit, bladenmaker en webbeheerder. Het is een kleine greep uit hun vrijwilligersoeuvre.

“De jaren gaan tellen dus we denken eraan om steeds meer uit handen te geven, alleen is dat nog niet echt gelukt. Zolang het kan en leuk is, blijven we actief als vrijwilliger.”

Heel toepasselijk parkeren we de auto langs de verbindingsweg, de weg waaraan de woning van de verbinders Peter en Wilma ligt. We zijn in Wilbertoord. Een ons-kent-ons dorpje van circa duizend inwoners. Een dorp waar Peter en Wilma een bekend gezicht zijn, ondanks dat ze graag achter de schermen blijven. Ze zijn vaak als eerste op de hoogte wat er speelt in het dorp met Wilma als maakster van het maandblad *Willy's Venster* en Peter die als webmaster de site *Wilbertoordonline* bijhoudt. In tijden van corona komt daar een hoop creativiteit bij kijken, vertelt Wilma: “Er is weinig te doen dus ligt het nieuws en het verenigingsleven nagenoeg plat. Ik dacht: hoe zorg ik ervoor dat *Willy's Venster* toch weer vol staat met leuke verhalen?” Een kettingbericht bood soelaas. “Ik heb een brief opgesteld met de vraag of mensen hun ervaringen wilden delen in deze coronatijd en na het invullen de brief bij iemand anders op de bus te doen. Het duurde even voordat de brief weer terecht was, maar het leverde mooie verhalen en reacties op.” “We zien overall een uitdaging in”, vult Peter aan. “Of het nu gaat om het penningmeesterschap bij de voetbalclub of geld inzamelen voor een goed doel. Het leuke ervan is dat je nieuwe dingen leert. Daarnaast zijn we graag bezig. Zitten we tv te kijken dan schiet er soms een idee binnen voor het blad. Het houdt ons scherp.”

Wat heeft u allemaal gedaan als vrijwilliger?

“Voor mij begon het toen de kinderen kwamen”, vertelt Wilma. “Ik wilde graag actief blijven en ben toen in het schoolbestuur terecht gekomen. Jaren geleden ben ik penningmeester

geworden van de parochie St. Joseph Wilbertoord (tegenwoordig Parochie De Goede Herder). Behalve de financiën houd ik ook de administratie van de begraafplaats bij.”

Anno 2020 verzorgt ze de lay-out van het maandblad *Willy's Venster*, is ze actief voor de lokale omroep van Mill, waar ze de tv-krant verzorgt, helpt ze bij de voetbalclub en organiseert ze activiteiten in het buurthuis 't Verzetje. “Dit jaar organiseren we een kerstdiner voor ouderen die vanwege corona alleen thuiszitten. We hebben meerdere mensen in het dorp opgetrommeld. De slager verzorgt het vlees en samen met een aantal vrijwilligers staan we die avond achter het fornuis. Het is een van de leukste dingen om te doen als vrijwilliger. De mensen voor wie je het organiseert, zie je helemaal stralen en zijn dankbaar voor wat je doet.”

Bij Peter is zijn vrijwilligers cv eveneens behoorlijk. “Bij de jeugdbeweging in Escharen, waar ik vandaan kom, was ik al vrijwilliger. Activiteiten organiseren zat er al vroeg in.” Als voetballer bij De Willy's, tegenwoordig DWSH'18, wordt hij actief als teamleider en vandaag de dag is hij nog steeds actief voor de club als bestuurslid, kantinebeheerder, organisator van de Winterloop en Winterwandeling.

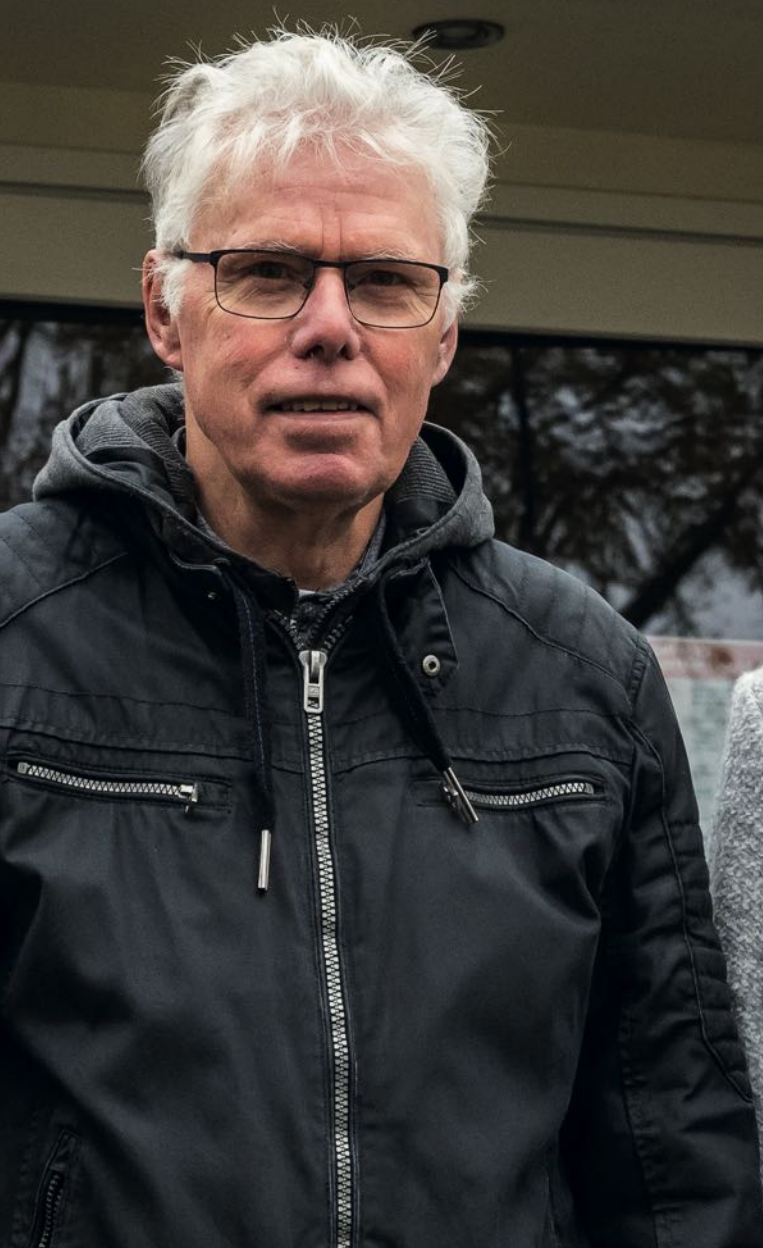
“Het voordeel van vrijwilligerswerk is dat je meer vrijheid krijgt. Je kunt in het werk meer van jezelf kwijt dan bij een baas.”

Gedurende 15 jaar was Peter penningmeester van vv De Willy's. Naast zijn vrijwilligerswerk in het verenigingsleven is hij actief als fotograaf voor de Lokale Omroep Mill, secretaris voor de wielervereniging 't Wieleke, bestuurder van de Runcompetitie (een hardlooptcompetitie in het Land van Cuijk) en was hij tot dit jaar acht jaar actief als raadslid van het CDA.

ISH'18



Wilbertoord



Voor het CDA is hij de laatste jaren commissielid. "Dat was 'm wel toch?", vraagt Peter terwijl hij zijn vrouw aankijkt. "We doen ook veel samen", vult Wilma aan. "Bij de voetbalclub staan we samen achter de bar en we hebben een geruime tijd het carnavalsblad van de carnavalsvereniging de Klotestékérs verzorgd."

Hoe bent u in het vrijwilligerswerk gerold? En waarom besloot u om zich ergens voor in te zetten?

Peter: "Je rolt erin. Bij de voetbalclub begon ik als leider en nu zit ik in het bestuur. Voor uitdagingen ga ik niet uit de weg. Ik weet nog wel dat onze oude penningmeester bij De Willy's ermee stopte en ik het stokje overnam. Hij was tweeënzeventig jaar en hield alles op papier bij. Een jaar lang heb ik met hem meegelopen en alles gedigitaliseerd. Daar zag ik juist de uitdaging in, al was het een behoorlijke klus."

Wilma: "We zijn echte regelaars en kunnen ervan genieten dat iets helemaal op rolletjes loopt. Zelfs van achter de schermen. Soms is het wel jammer dat mensen eerder reageren als er iets misgaat dan dat het goed gaat. De waardering halen we vaak uit het werk zelf. Gelukkig zijn er genoeg mensen - vaak andere vrijwilligers - die het waarderen en dat ook uitspreken. Zoiets is toch fijn om te horen."

De lijst aan vrijwilligerstaken is behoorlijk lang. Waarom doet u zoveel, waar komt dat vandaan?

Peter: "Dat groeit vanzelf. Fotograferen is een hobby van mij, dat viel op bij de Lokale Omroep Mill en die hebben mij toen gevraagd. Zo gaat het eigenlijk altijd. Het voordeel van vrijwilligerswerk is dat je meer vrijheid krijgt. Je kunt in het werk meer van jezelf kwijt dan bij een baas."

Wilma: "Op de koffie gaan bij iemand vinden we leuk, maar we steken liever de handen uit de mouwen en ontmoeten op die manier mensen."

Met zo'n lange vrijwilligerscarrière heeft u vast veel mooie momenten meegemaakt. Waar bent u het meest trots op?

"Dat is een moeilijke zeg", merkt Peter op. "Waar ben ik trots op? Bij de voetbalclub organiseerden we een loop in de winterperiode wanneer er niet werd gevoetbald. Daar hebben we een wedstrijd van gemaakt en uiteindelijk is dat uitgegroeid tot een competitie waarbij alle hardlopedstrijden in de regio meetellen voor de einduitslag. Er is toen een bestuur gevormd met bestuurders uit 't Land van Cuijk en ik was de vertegenwoordiger als penningmeester vanuit Wilbertoord. Daar ben ik wel trots op."

Wilma is vooral blij dat het maandblad in deze tijd nog steeds goed loopt. Daarnaast beleeft ze goede herinneringen aan de Goede Doelen Week. "Het hele jaar door kwamen hier collectanten aan de deur en mensen zijn dan geneigd om minder te geven. Dat hebben we omgegoten naar één week per jaar waarin geld opgehaald wordt voor meerdere goede doelen. Mensen kunnen zelf op een kaart aangeven hoeveel

en aan welk doel zij een bedrag doneren. Dat is echt een succes en heel leuk om te doen. Nadat collectanten het geld hebben opgehaald komen ze het bij ons thuis brengen en met 5 personen gaan wij dan tellen en alles verwerken. Dat zijn ontzettend gezellige avonden."

Wat heeft u zien veranderen in het vrijwilligerswerk? Vooral verenigingen hebben te maken met vrijwilligers die minder tijd hebben. Wat merkt u daarvan?

Peter: "Iedereen heeft minder tijd tegenwoordig. Ze willen wel wat doen, maar eenmalig. Als je hoog zit dan komen ze wel, maar niet vast. Vrijwilligerswerk is natuurlijk niet helemaal vrijwillig. Je moet wel aan bepaalde verplichtingen voldoen en daar zijn tegenwoordig minder mensen voor te porren. Wat je ziet is dat men vaak iets doet rondom zijn eigen gezin."

"Veel handen maken licht werk, maar je moet de handen wel uit de mouwen steken."

Bij de voetbalclub heb je veel voetbalvaders. Hartstikke goed, maar een team heeft soms wel zeven leiders. Terwijl ik vroeger grensrechter, coach, scheidsrechter en leider in één was. Daar heb ik weleens moeite mee, omdat er juist mensen op andere plekken nodig zijn. Veel handen maken licht werk, maar je moet de handen wel uit de mouwen steken."

Waarom zou iemand zich in moeten zetten als vrijwilliger? Wat zou u tegen de lezer willen zeggen?

Peter: "Het geeft mij voldoening, je krijgt de ruimte om te leren en ontmoet veel mensen. Ik denk dat ik meer uren heb gemaakt als vrijwilliger dan op mijn werk. Dat zegt genoeg denk ik."

Wilma: "Wanneer je je inzet als vrijwilliger zie je wat er gedaan moet worden. Of het nu bij een vereniging, het buurthuis of de gemeente is. Het is niet allemaal vanzelfsprekend. Vrijwilligerswerk geeft je dat inzicht wel. En heel belangrijk: het is hartstikke leuk om te doen!" ●



Bij Wereldtuin Verdeliet zijn de vrijwilligers medewerkers

Bij Wereldtuin Verdeliet komen niet alleen de gewassen, maar ook de vrijwillige medewerkers tot bloei. Wie door de poort binnentreedt komt terecht in een warm bad, kan zijn verhaal kwijt en een bijdrage leveren op zijn of haar eigen manier. Iedereen is welkom bij Verdeliet, ongeacht culturele achtergrond, leeftijd of talenten. "De tuin is niet het doel, maar het middel om mensen bij elkaar te brengen."

Ze werkte nooit in de tuin, maar als ze getipt wordt over Verdeliet besluit Marsha van Lanen toch eens een kijkje te nemen. Ze komt terecht in een warm bad. Vanaf moment één voelt ze zich thuis en kan ze haar ei kwijt, zowel door haar verhaal te delen als het werken in de tuin. Hier voelt ze zich weer nuttig, iets wat niet meer kan via haar werk. "Drie jaar geleden ben ik door een hersenbloeding in de ziektewet beland. Ik kwam thuis te zitten in een isolement. Van fulltime werken ging ik naar nul en dat viel mij zwaar. Mijn werk, als directeur van een organisatie die studenten met autisme begeleidt, was mijn passie. "Helaas is het niet gelukt te reintegreren in het werk".

Marsha is in deze moeilijke periode op zoek om haar dag in te vullen. Bij Verdeliet vindt ze contacten en plezier waardoor ook weer een stukje zingeving terug komt. "Hier ben ik altijd welkom. Ik hoef er niet vijf dagen te zijn, maar op korte momentjes even wat doen in de tuin of een praatje maken, geeft al een fijn gevoel. Of het nu een goede of slechte dag is, ik voel mij goed als ik de poort uitloop bij Verdeliet.

Het is voor mij een plek geweest om te onderzoeken wat wel ging. Het heeft bij de verwerking geholpen om weer perspectief te krijgen. Inmiddels ben ik samen met mijn man bezig om thuis een ongebruikt stuk land om te toveren in een voedselbos. Het plan is om een aantal mooie stilte plekken te gaan maken, die via de poort voor iedereen toegankelijk zijn."

"Of het nu een goede of slechte dag is, ik voel mij goed als ik de poort uitloop bij Verdeliet."

Dat warme bad is ook herkenbaar voor André Bollen. De beroepskok komt thuis te zitten na een mountainbike-ongeluk, waardoor een deel van zijn been verlamd raakt. "Gek werd ik

Wil jij je inzetten als vrijwilliger voor jongeren, volwassenen of ouderen met een lichamelijke, verstandelijke en/of sociale beperking of mensen met een niet aangeboren hersenletsel? Laat het ons weten! Samen gaan wij op zoek naar de juiste match. Heb je interesse? Neem contact op met Nienke Muijers via nienkemuijers@sociom.nl

tip!

van dat thuiszitten. Ik kwam bij lunchroom De Looierij via de dagbesteding. Daar heb ik vijf en een half jaar gewerkt en ben toen door omstandigheden thuis komen te zitten. Ik werd getipt om eens iets anders te proberen en zo ben ik bij Verdeliët terecht gekomen. Daar kwam ik weleens om producten te bekijken en dat welkome gevoel kreeg ik toen al. De afgelopen periode heb ik veel gehad om hier bezig te zijn. Ik ben mijn zus onlangs verloren – in de al lastige coronatijd – en kon bij de Wereldtuin mijn gedachten verzetten en mijn verhaal delen.”

De verhalen zouden de oprichters van Verdeliët goed doen. De reden dat zij startten met het project was om een ontmoetingstuin te creëren waar iedereen welkom is. Wanneer zij in 2013 een ‘go’ krijgen om het braakliggende terrein van de oude landbouwschool te verbouwen, komt hun droom in vervulling. De afgelopen jaren groeide de tuin uit naar een sociale onderneming in het groen. Mensen kunnen er terecht

om een workshop te volgen, of om ecologische groenten, kruiden en honing te kopen in het winkeltje. Scholieren van het Merlet College komen ieder jaar langs voor een les en met de komst van de voedselopotheek kan men er tegenwoordig ook terecht om zich te laten bijpraten over gezonde voeding en hoe die helpen bij lichamelijke klachten. Daarnaast zijn er meerdere activiteiten, zoals een tuinklussen dag, poëtisch ontbijt, open dagen en informatieve activiteiten op het gebied van natuur en duurzaamheid.

“Doen, delen en beleven”, dat is het motto, aldus coördinator Liesette Buskens, die niet twee keer na hoeft te denken als ze de vacature van de Wereldtuin-coördinator voorbij ziet komen. “Ik zag de oproep en belde meteen de voorzitter. Zelf kwam ik weleens bij Verdeliët, mijn man was hier imker en zelf hielp ik bij het organiseren van de open dag. Na de zomervakantie ben ik hier aan de slag gegaan en het is echt een voorrecht

om hier te werken. In mijn functie ben ik overal bij betrokken. We vergelijken het binnen Verdeliët weleens met een boom: de medewerkers zijn de takken en bladeren en het bestuur de wortels. Daartussenin zit ik, de stam.”

Liesette benadrukt dat iedereen welkom is bij Verdeliët. “We hadden een gastvrouw en een gastheer die via ons naar een betaalde baan zijn gegaan. Scholieren komen hier, maar ook gepensioneerden en mantelzorgers die hier even bij komen tanken. Daarbij is iedereen even belangrijk: of je in de keuken staat of helpt in de tuin, kom je de hele week of een uurtje, het maakt niet uit. Iedereen wordt gewaardeerd, wie je ook bent en wat je ook doet. Dát is Verdeliët. Iedereen die hier iets doet, bouwt mee aan Verdeliët en beschouwen we als een medewerker. De opvatting is vaak dat mensen alleen iets komen halen bij ons als vrijwilligersorganisatie. Hier gaat het twee kanten op, een kruisbestuiving, medewerkers komen iets halen maar zeker ook iets brengen.”

“Iedereen wordt gewaardeerd, wie je ook bent en wat je ook doet, dát is Verdeliët.”



De uitdaging is om onze identiteit te behouden. We gaan preventief te werk zodat de buurt sterker wordt en dat mensen die hier komen elkaar versterken waardoor ze geen of minder een beroep hoeven te doen op hulp of ondersteuning van professionals. Het lukt om onze eigen broek op te houden met ondersteuning van de gemeente en sponsors maar ook met verkoop van producten. Daarbij moeten we ons niet laten leiden door financiële prikkels. Hoe Verdeliët nu is, waarbij we vrij zijn van verplichtingen, maakt het zo’n succes.” Marsha en André beamen dat, voor hen is de wereldtuin één grote familie. “Sterker nog”, zegt Marsha. “Ik denk dat als Verdeliët er niet was geweest dat we elkaar niet hadden ontmoet in het dagelijks leven.” “Dat is de kracht van Verdeliët”, vult Liesette aan. “De Wereldtuin is niet het doel, maar het middel om mensen bij elkaar te brengen.” ●



Winactie

Mail je reactie en maak kans op het 'Boekje waar je blij van wordt!'



Vertel ons waarom vrijwilligerswerk jou zo gelukkig maakt!

Stuur je antwoord voor 5 mei 2021 op naar vrijwilligerspunt@sociom.nl en wie weet win jij het 'Boekje waar je blij van wordt', geschreven door Guido Weijers.

"Ga je de rest van je leven dingen doen die je verstandig lijken, of dingen doen die je leuk vindt?"

Geluk.

Uit onderzoek blijkt dat de belangrijkste motieven van vrijwilligers zijn: 'het zelf leuk vinden om te doen' en 'het fijn vinden om iets voor een ander te betekenen'. Of zoals Guido Weijers beschrijft in het 'Boekje waar je blij van wordt': je hoeft geen grote dingen te doen om de wereld te veranderen. Je kunt in het klein ook iets bijdragen aan een betere wereld. Fiets de Alpe d'HuZes, schep soep bij het Leger des Heils, **doe vrijwilligerswerk**, verras een vriend of vriendin, trakteer eens op ijs, koop eens bloemen, schrijf een kaartje en geef de zegeltjes bij de supermarkt aan iemand anders. Je kunt zoveel simpele dingen doen om mensen blij te maken. En de effecten zijn zo leuk! Een compliment geven is gratis!

Dus, waar wacht je nog op? Ga op zoek naar die leuke vrijwilligersklus waar jij zo blij van wordt, want dat maakt gewoon hartstikke gelukkig! Kijk voor meer inspiratie naar de Spoedcursus geluk op YouTube of doe de quiz 'welk type vrijwilliger ben jij' via vrijwilligers.sociom.nl

“Hoe ik ben geholpen, zo wil ik anderen helpen”

Safiya Gedow vluchtte op veertienjarige leeftijd vanuit Somalië naar Nederland en dient als voorbeeld hoe je integreert in een andere cultuur. Voor Intercultureel Centrum Dunya hielp ze Nederlanders met een migratieachtergrond te integreren, doorbrak ze taboes en hielp ze hen om onbenutte rechten wél te benutten.

Na een korte pauze pakt ze haar werk voor Dunya weer op, waarbij ze haar pijlen richt op de jongeren. “Veel Somalische jongeren willen niet studeren en gaan op straat hangen. De hulp is hard en snel nodig, wanneer corona het toelaat, gaan we van start.”

Vanwege de oorlog in haar land vlucht ze op veertienjarige leeftijd naar Kenia met haar oom en zijn familie. Zij vertrekken naar Amerika, Safiyya naar Nederland. Eigenlijk zou ze naar Duitsland afreizen, naar haar zus, maar de reis van Safiyya Gedow strandt in Dordrecht. Toen zag ze de voordelen niet, nu wel. Ze is blij dat ze hier woont, slaagde een aantal jaar geleden voor haar studie maatschappelijk werk en bracht vier kinderen groot in Nederland. Drie jongens en een meisje, allemaal pienter. “De jongste is vorig jaar geslaagd en gaat verpleegkunde studeren. De rest studeert bedrijfskunde, technicus engineering en International Business”, vertelt ze trots.

“Ik bleef niet in mijn eigen wereldje hangen. De taal - die echt lastig is - heb ik mij snel eigen gemaakt.”

Safiyya paste zich snel aan in Nederland. Zelf weet ze waarom. “Twee dingen: ik was jong en ik stond open. Ik bleef niet in mijn eigen wereldje hangen. De taal - die echt lastig is - heb ik mij snel eigen gemaakt. De televisie stond bij ons altijd op een Nederlandse zender. Ik dacht: moet ik het hier mee doen? Dan is dat zo. Klaar. Natuurlijk ging het niet alleen met een stijgende lijn. In het verzorgingstehuis moest ik tijdens mijn stage een oudere dementerende man corrigeren. Dat durfde



ik niet. Ik zat thuis met mijn handen in het haar. In onze cultuur is dat zó ongebruikelijk. Toch heb ik die stap gezet. Zo gaat het nu eenmaal hier.”

Hoe ben je bij Dunya terechtgekomen?

“Ik kwam zelf bij Dunya als bezoeker en hielp al snel bij het bemiddelen tussen ouders en scholen. De communicatie tussen scholen en ouders verliep niet goed, ze begrepen elkaar niet. Vaak kwamen de ouders voor een verrassing te staan bij een beoordelingsgesprek, helemaal als het een

negatief advies was in hun ogen. Bijvoorbeeld als een leerling speciaal onderwijs moest volgen. Wanneer je voor ogen hebt dat je zoon of dochter advocaat wordt dan komt zoiets hard aan. Ik zorgde dat die kloof kleiner werd en legde uit dat school probeerde te helpen. Aan de andere kant legde ik de school uit hoe de Somalische cultuur in elkaar steekt en hoe de boodschap beter overgedragen kan worden. Zelf denk ik dat het altijd goed is om iemand erbij te hebben die uit hetzelfde land komt. Dat voelt vertrouwd.”



Wat voor activiteiten vonden er nog meer plaats bij Dunya en wat was jouw rol daarin?

“Mensen kunnen hier terecht voor taalondersteuning en als intercultureel centrum vieren we ook kerst en suikerfeest, waarbij wordt uitgelegd aan elkaar wat het inhoudt. Voor Dunya heb ik veel thema-avonden georganiseerd waar ik een spreker voor uitnodigde om te komen vertellen over uiteenlopende thema's. Bijvoorbeeld over hoe het onderwijs in Nederland in elkaar steekt of waar de test voor baarmoederhalskanker is. Ook kwamen er sprekers om uitleg te geven waar je recht

op hebt als je naar Nederland komt. Er waren veel rechten die niet benut werden. Dan nodigde ik de wethouder uit om daarover te komen vertellen.”

Ik begreep dat je daarbij veel taboes hebt doorbroken. Klopt dat?

“Klopt. De cultuurverschillen hebben we juist bespreekbaar gemaakt, zo maakten we het onderwerp scheiden bespreekbaar en vertelde iedereen hoe dat ging in zijn of haar land. Sommigen konden hun oren niet geloven. Uiteindelijk zorgt het er wel voor dat je de cultuur van hier beter snapt en je beter aanpast.”

Waar hebben de meeste migranten moeite mee? Wat zijn de grootste cultuurverschillen?

“De regels. Nederland kent zo veel regels. Die nastreven is niet altijd even makkelijk. Als ik het vergelijk met de Somalische cultuur: daar is niet veel geregeld als je zwanger wordt. In Nederland moet je naar het gemeentehuis, je gaat naar de verloskundige. Dat is een heel traject en dat zijn Somaliërs

“Het geeft voldoening om anderen te helpen”

niet gewend. Zelf heb ik dat tijdens mijn opleiding geleerd en een groot deel door het zelf te ervaren. Wat ik wil, is dat ik het van tevoren aan hen kan vertellen, zodat ze niet voor verrassingen komen te staan.”

Waarom doe je vrijwilligerswerk? Waarom vind je het belangrijk om mensen te helpen?

“Het mooiste compliment dat ik kreeg voor mijn vrijwilligerswerk was dat een medewerkster van de gemeente dacht dat ik bij Dunya werkte. Dat was niet het geval en zij heeft zich toen hard gemaakt bij de gemeente dat ik een opleiding kon volgen. Twee jaar lang heb ik heel hard gestudeerd en ben ik geslaagd voor de studie maatschappelijk werk. Hoe zij mij heeft geholpen, zo wil ik anderen helpen. Het geeft voldoening om anderen te helpen. Veelal kijken mensen tegen mij op, maar ik zeg altijd dat zij het ook kunnen.”

Je had een pauze genomen bij Dunya. Wat motiveert je om weer aan de slag te gaan?

“De nieuwe problematiek. Vroeger gaven we fietsles, maar nu is er iets anders nodig. Moeders die ik ken van Dunya komen met hun dochters die niet weten wat ze willen studeren en veel Somalische jongeren verlaten vroegtijdig hun school, weten niet wat ze willen en gaan hangen op straat. Er is veel frictie. Dat komt, denk ik, omdat het vaak grote gezinnen zijn en de kinderen niet voldoende aandacht krijgen en de ouders zo niet overzicht hebben over hoe het met de kinderen gaat. Op straat komen ze in aanraking met alcohol of drugs en dan is het hek helemaal van de dam. Dat is ongekend en ongebruikelijk in de Somalische cultuur. De jongeren hebben hard hulp nodig, wanneer corona het toelaat, gaan we van start.” ●

“Ik vind het belangrijk dat als je kunt helpen, je dat ook doet.”

Ellen doet geen vrijwilligerswerk, ze is vrijwilligerswerk



In wijkcentrum Esterade, gelegen in het midden van de Graafse wijk Estersveld, spreken we met Ellen Oppers. Voor Esterade is zij al veertien jaar actief. Maar ook als ze het wijkcentrum uitloopt, staat ze altijd voor iedereen klaar. “Ik ben op mijn best als ik iets halsoverkop moet regelen.”

Een harde klap hoort Ellen als ze terugkomt van het boodschappen doen. Ze twijfelt geen seconde, laat de tassen uit haar handen vallen en schiet te hulp bij een auto-ongeluk. “Ik zag een vrouw tegen een boom aanknallen en stond meteen in de actiestand. Sommige mensen twifelen op zo’n moment, maar ik niet. Helpen gaat bij mij automatisch. Ik kalmeerde de vrouw en zorgde ervoor dat ze haar nek niet bewoog. Op zo’n moment komen de BHV-cursussen goed van pas”, vertelt Ellen.

De anekdote tekent haar, ze staat altijd klaar om iemand te helpen. Ellen doet geen vrijwilligerswerk, ze is vrijwilligerswerk. Of het voor de dansschool, de wijkraad, als mantelzorgster of de hartstichting als burgerhulpverlener is, ze doet het met passie. “Al van jongs af aan help ik anderen graag. Dat heb ik van mijn ouders. Die stonden voor iedereen klaar en waren enorm gastvrij. Uit mijn jeugd kan ik nog wel herinneren dat andere kinderen altijd bij ons over de vloer kwamen. Zulke dingen vormen je en neem je over. Ik ben gewoon een echte regelaar. Of het nu thuis, bij de wijkvereniging of op het werk is. Bij mijn oude werk bij de HEMA hebben mijn collega’s mij een keer een geknutselde bij gegeven, omdat ik altijd zo’n bezig bijtje ben.”

Erin gerold

Haar vrijwilligerscarrière begon bij dansschool Verhoeven, waar ze met haar man stijldanst. “Daar ben ik al dertig jaar lang vrijwilligster. Mijn man en ik presenteren al jaren de jaarlijkse danswedstrijd en staan vaak achter de bar. De danswedstrijd bij ons wordt, denk ik, zelfs drukker bezocht dan het NK stijldansen. Danskoppels vanuit de hele wereld komen dan naar Verhoeven. Ik sta dan achter de bar te switchen tussen Engels en Spaans. Dat is gewoon te gek”, zegt Ellen met onvervalst Brabants accent. “De café con leche (koffie met melk) vliegt er dan altijd doorheen! Bij de dansschool is het allemaal begonnen. Je rolt erin. Zo ging het ook op de school van mijn kinderen. Daar kwam ik in de ouderraad en vervolgens werd ik gevraagd om mij in te zetten voor wijkcentrum Esterade. Inmiddels doe ik dat veertien jaar met veel plezier.”

Esterade

Voor de wijkraad, die gevestigd is in Esterade, zet ze zich in voor de wijk en organiseert ze samen met andere vrijwilligers veel activiteiten zoals een kinderdisco, een kinderbouwweek voor kinderen en een kerstdiner voor ouderen. Ook doen ze mee aan de nationale buitenspeeldag. Ellen is trots op alle activiteiten die er plaatsvinden, maar als ze dan toch moet kiezen, gaat ze voor Halloween. “Dat hebben we vanaf nul opgebouwd. We begonnen met vijftwintig kinderen waarmee we langs de deuren gingen. Wat uiteindelijk is uitgegroeid naar 250 kinderen die langs tenten met figuranten lopen, waar vrijwilligers toneelstukjes opvoeren en snoep uitdelen. Je kunt gerust stellen dat het een beetje uit de hand is gelopen.

“Al van jongs af aan help ik anderen graag. Dat heb ik van mijn ouders.”

Ook hebben we daar veel waardering en leuke reacties op teruggekregen. Eerlijk moet ik er wel bij zeggen dat niet iedereen altijd weet hoeveel moeite je erin stopt. Andere ouders dachten dat we het in een week hadden geregeld, terwijl je er dan al maanden mee bezig bent. Daarom kan ik het iedereen aanraden om een keer te helpen bij zo’n project, dan zie je wat ervoor nodig is. En een lach op het gezicht van een kind is goud waard natuurlijk.”

Handtekeningactie

Voor Ellen is Esterade meer dan een wijkcentrum. Het is de verbindende schakel als middelpunt van de wijk. Wanneer de gemeente met het plan komt om het wijkcentrum te verplaatsen naar een multifunctionele accommodatie, gaan zij en haar collega’s op hun strepen staan en zetten snel een handtekeningactie op touw. “Binnen twee uur hadden we zeshonderd handtekeningen verzameld. Het gebouw

Vrijwilligers tekort? Probeer de klus kleiner te maken of deel het op in diverse functies. Op die manier maak je het aantrekkelijker voor mensen die minder uren in het vrijwilligersleven kunnen stoppen.

is erg belangrijk voor de buurt en het is voor kinderen nu mogelijk om zelfstandig hiernaartoe te komen. Hadden we in de multifunctionele accommodatie gezeten dan laat geen ouder zijn kind daarnaartoe gaan.

Daarbij is het jongerenwerk en het vluchtelingenwerk hier ondergebracht via Sociom. Jeugd- en jongerenwerk organiseren soms samen met de wijkraad een activiteit. Dat werkt heel fijn. Dan ben ik dus vrijwilliger voor beide partijen! Het maakt het vrijwilligerswerk een stuk afwisselender en het zorgt voor mooie momenten. Met kerst waren twee jongens, allebei vanuit vluchtelingenwerk, de kerstboom aan het optuigen. Dat hadden ze nooit eerder gedaan en ze vonden het leuk om te doen. Daar kan ik op mijn beurt dan weer van genieten."

Ad hoc

Het meeste plezier haalt ze uit het vrijwilligerswerk als er iets misgaat. "Het klinkt misschien gek, maar als ik iets halsoverkop moet regelen, ben ik op mijn best. Bij een spelletjesmiddag voor kinderen lieten de magneetjes los bij een visspel. Dan kom ik meteen in actie om een oplossing te bedenken. Ook ben ik actief voor de HartslagNu, waar ik oproepbaar ben als mensen gereanimeerd moeten worden. Ik vind het belangrijk dat als je kunt helpen, je dat ook doet." ●

"Voor Ellen is Esterade meer dan een wijkcentrum. Het is de verbindende schakel als middelpunt van de wijk."



“Het vrijwilligerswerk is flexibel en dat maakt het fijn.”

De Vrijwillige Thuishulp vangt mensen op die tussen wal en schip vallen

Met een kleine taak maakt de Vrijwillige Thuishulp een groot verschil voor mensen die zo snel mogelijk hulp nodig hebben en waarvan niemand in de familie- en kenniskring beschikbaar is.

De dertig vrijwilligers van de hulpdienst zijn ongeveer honderdveertig keer per jaar op pad om mensen uit de brand te helpen bij het doen van de boodschappen, het ophalen van medicijnen of het begeleiden van iemand naar het ziekenhuis. Ze doen het graag en al ruim vijfentwintig jaar lang. “De mensen die hulp nodig hebben, zitten niet in de gunstigste situatie en dan is het belangrijk om er voor ze te zijn.”

Geheel toepasselijk, op de dag van de vrijwilliger, spreken we met Marianne Folkeringa over de Vrijwillige Thuishulp. De voorzitter en coördinator van de hulpdienst pakt de folder erbij waarin keurig vermeld staat waar men de hulpdienst voor kan benaderen. Het zijn vooral taken die mantelzorgers ontlasten, zoals het helpen om van a naar b te komen, het doen van boodschappen of het gezelschap houden van iemand wat incidenteel voorkomt. “De gemeente is heel blij met ons. Er zijn altijd mensen die tussen wal en schip vallen. Niet iedereen kan met het openbaar vervoer of de regiotaxi. Denk aan mensen die ergens achteraf wonen of aan mensen met lichte dementie. Dan is het heel fijn als iemand helpt.”

Aanwas is er genoeg. “Deze liggen overal. Bij de huisarts, apotheken en in gemeenschapshuizen”, vertelt Marianne duidend op de folder in haar hand. “Daardoor weten mensen ons te bereiken, maar het is ook niet zo dat we een selectie moeten maken. In enkele gevallen komt dat voor als we te weinig chauffeurs hebben, maar gelukkig kunnen we iedereen vaak helpen. Het is ook meestal dezelfde poule die een roep op ons doet en dat geeft ook duidelijkheid naar de vrijwilligers toe. Die weten wat ze kunnen verwachten.”

Waarom bent u vrijwilligerswerk gaan doen?

“Een vriendin van mij vroeg toen ik stopte met werken of ik het leuk vond om iets te doen bij de Vrijwillige Thuishulp. Dat leek mij wel wat. Ik ben er een tijdje mee gestopt toen mijn man ziek werd en toen hij is opgeknapt, heb ik mij weer gemeld. Ik begon met het helpen bij verschillende klusjes, zoals het doen van boodschappen. Daar kwam al snel de rol van coördinator bij toen iemand uitviel tijdens de vergadering. Ik pakte dat op, net als het voorzitterschap dat ik heb overgenomen. Het fijne ervan vind ik dat het vrijblijvend is, je zit nergens aan vast. Het is flexibel. Ga ik een weekendje weg of naar vrienden dan neemt iemand anders het over. Daarbij is het fijn werken met Sociom, ze verzorgen workshops en lezingen voor ons bestuur en geven ondersteuning waar nodig.”

Welke ervaring is u het meest bijgebleven?

“Er gebeuren niet heel veel gekke dingen, maar wat mij nog wel bij is gebleven is het ‘gordel verhaal’. Een mevrouw wilde ergens naartoe dus wij stuurden er iemand naartoe om haar op te halen. Ze stapte in de auto bij onze vrijwilliger, maar weigerde om haar gordel om te doen. Onze vrijwilliger vertelde dat ze haar niet zo kon vervoeren, waarop de vrouw uitstapte en een taxi heeft gebeld. Wat denk je? Zodra ze de taxi instapte, deed ze haar gordel om. De vrijwilliger kon er gelukkig wel om lachen.”

“Mensen zijn ontzettend dankbaar voor wat je doet.”

Hoe belangrijk is vrijwilligerswerk, wat zou u tegen de lezers van dit blad willen zeggen?

“Het is fijn en zinvol om een ander te helpen. Mensen zijn ontzettend dankbaar voor wat je doet. Daarbij zitten ze niet in de meest gunstige situatie en iemand moet het doen, denk ik dan. Je moet wat overhebben voor de medemens. Van wie ik dat heb? Dat heb ik van mijn moeder, die deed heel veel vrijwilligerswerk en zat in allerlei bestuursclubs. Nee, ik heb het niet van een vreemde!” ●





“Ik ben dankbaar voor de vrijwilligers die mij hebben geholpen tijdens mijn carrière.”

Kika van Es over haar ambassadeurschap bij Team BrabantSport

Kika van Es, voetbalster bij FC Twente, trok als ambassadrice van Team BrabantSport met haar mede topsporters afgelopen voorjaar door de regio langs verzorgingstehuizen om senioren meer te laten bewegen. “Op deze manier draag ik graag mijn steentje bij.”

Dit seizoen kwam de in Groningen geboren voetbalster weer terug naar Nederland. Een avontuur bij Everton kreeg een eerder einde vanwege de strenge lockdown in Engeland dus trok Van Es huiswaarts, hier kon ze haar carrière immers een beter vervolg geven en was ze dicht bij haar familie. Toen BrabantSport vroeg om beweegles te geven aan ouderen in een verzorgingstehuis zei ze direct ja. “Als ik iets kan doen dan doe ik het graag. Het is mooi om mensen een glimlach te bezorgen. Als voetbalster heb ik een druk programma, maar als ik het kan doe ik het graag, het is een kleine moeite en heeft een groot effect.”

Voor de verzorgingshuizen gaven zij en haar medesporters instructies aan de senioren die op hun balkon de oefeningen enthousiast uitvoerden. “Dat was een gekke situatie, normaal

heb je even contact, maar zelfs nu merkten we het enthousiasme. Je zag hen stralen vanachter het raam.” Daarbij viel haar nog iets op: best veel ouderen kenden Kika van Es. “Dat maakt mij trots. Ik inspireer graag iedereen, vooral op het gebied van sport, zulke reacties doen mij goed.”

Ook in haar eigen carrière speelden vrijwilligers een belangrijke rol. “Een vereniging leeft van vrijwilligers, zo ook bij de vereniging Olympia ‘18, waar ikzelf ben begonnen met voetballen. Zo werden er extra trainingen gegeven waar ik veel baat bij heb gehad en daarvoor ben ik iedereen dankbaar bij de club. Als ambassadrice van BrabantSport probeer ik op mijn manier een steentje bij te dragen en iets terug te geven aan de maatschappij.” ●

Jolanda Hermans zag Myllesweerd vanaf de eerste steen opgebouwd worden.

Vrijwilligers laten het 'Hart van Mill' sneller kloppen

In Myllesweerd is altijd iets te beleven. Het cultureel centrum, gelegen in hartje Mill, is een ontmoetingsplek voor iedereen uit en rondom de gemeente Mill. Het is de doorloop naar het gemeentehuis, een plek waar men kan vergaderen, koffie drinken, een goed boek kan lezen in de bibliotheek of kan ontspannen tijdens een avondje uit in het theater of filmhuis.

En bijzonder: het cultureel centrum draait grotendeels op vrijwilligers die tijdens een activiteit worden aangestuurd door een beheerder. "We zijn blij met iedere bijdrage. Of het nu iemand is die naast zijn fulltime baan eens in de twee weken komt helpen bij een theatershow of een vrijwilliger die hier dagelijks is te vinden", aldus secretaris Jolanda Hermans.

Het gebouw ademt cultuur als je binnen komt lopen. Een knalgele muur, met daaraan drie losse posters die een geheel vormen, vatten de functie van het cultureel centrum samen: op het fotowerk zijn een kop koffie, theater en uitzinnige menigte te zien. "Myllesweerd is een plek waar men kan ontspannen, elkaar kan ontmoeten en zich kan laten inspireren. Het is een fantastisch mooi gebouw. Al gaat het esthetische soms wel ten koste van het praktische. We komen wat opslagruimte tekort waardoor de theaterstoelen nu in de gang staan, al heeft dat ook wel weer wat", vertelt secretaris Jolanda Hermans. Zelf is zij actief als bestuurslid voor het

cultureel centrum vanaf het begin. "Ik werd gevraagd voordat Myllesweerd er stond en dat maakte mij juist enthousiast: iets vanaf de grond helpen opbouwen, dat leek mij een uitdaging. Het bestuur werd overal bij betrokken. Van de deurmatten tot aan de lepeltjes bij de koffiemachine. Van inrichting tot aan het presenteren van een volwaardig theaterprogramma is door het bestuur en activiteitencommissie gerealiseerd. Het geeft mij voldoening om te zien waar we nu staan in vergelijking met acht jaar geleden. Bezoekers voelen zich thuis hier."

Wat is er allemaal te beleven in het 'Hart van Mill'?

"Myllesweerd is een cultureel centrum in de breedste zin van het woord. We zijn de ingang voor mensen die bij de gemeente aankloppen en op die manier toegankelijk voor iedereen uit en rondom gemeente Mill. Mensen zijn hier welkom om een kop koffie te drinken, een theatershow te bezoeken, een potje te biljarten, een boek te lezen in de bibliotheek of een potje te kaarten. Er is hier altijd iets te beleven, omdat er veel publiek is en er meerdere organisaties en verenigingen

"Je ergens vrijwillig voor inzetten verrijkt je leven."



in het cultureel centrum zijn gehuisvest. In het pand zit de lokale krant *De Neije Krant*, de Senioren Welzijn Organisatie Mill, de Lokale Omroep Mill, Sociom, Myllesheem. Ook vinden er veel activiteiten plaats, van carnaval tot aan concerten.”

Myllesweerd heeft veel steun aan vrijwilligers. Hoe is dat bij jullie uitgegroeid tot een succesformule?

“Het centrum draait op een aantal beheerders die tijdens activiteiten de vrijwilligers aansturen en op de mensen van de dagbesteding Bij Sas en Bep. Zij verzorgen de lunches en zijn net als de vrijwilligers onmisbaar voor Myllesweerd. Het succes zit hem ten

maar dat er een paar keer per jaar een gezellige avond wordt georganiseerd voor hen en er een attentie is met kerst.

“Iets vanaf de grond helpen opbouwen, dat leek mij een uitdaging.”

In overleg met vrijwilligers hebben we dat afgesproken, want we vinden het belangrijk om op de juiste manier onze blij van waardering te geven. We zijn blij met iedere bijdrage. Of het nu iemand is die naast zijn fulltime baan eens in de twee weken komt helpen bij een theatershow of een vrijwilliger die hier dagelijks is te vinden.”

te verruimen en te leren van elkaar.” Ook kan Myllesweerd nog vrijwilligers gebruiken en niet alleen voor de



eerste in een groep gemotiveerde mensen. Vrijwilligers zijn dat bij uitstek, die doen het niet alleen om zich in te zetten voor de samenleving, maar ook omdat ze het leuk vinden. Dat merk je bij Myllesweerd. Na afloop van een show of activiteit is het altijd erg gezellig.”

Op welke manier proberen jullie als bestuur daaraan bij te dragen?

“Mensen zijn betrokken bij Myllesweerd en dat proberen we te stimuleren vanuit het bestuur: we vragen om feedback en zorgen dat de vrijwilligers als eerste op de hoogte zijn van het nieuws. Ze moeten het niet op straat horen. Dat samen-gevoel blijkt ook uit dat vrijwilligers bij Myllesweerd aangaven om geen vergoeding te willen ontvangen,

Hoe zorgen jullie dat er altijd voldoende mensen zijn? Vrijwilligers zijn geen vaste krachten. Moeten jullie er nooit aan trekken?

“We hebben sinds kort een digitaal systeem waarin vrijwilligers zich kunnen aanmelden voor een activiteit. Waar eerst op een tijdrovende manier mensen werden ingepland, kunnen vrijwilligers zich nu zelf inschrijven en wordt er automatisch een herinnering gestuurd als er te weinig reacties zijn. Dat werkt heel goed, het zit nagenoeg altijd vol. Daarbij proberen we ook om iedereen met elkaar samen te laten werken, zodat er geen vaste groepjes ontstaan. Natuurlijk mag dat, sommige vrijwilligers weten elkaar goed te vinden, maar het is ook belangrijk om je blik

bestaande theatercommissie, filmcommissie en techniekcommissie. “We zijn op zoek naar mensen die daarnaast graag andere activiteiten organiseren zoals een kerstmarkt.”

Hoe bent u bij Myllesweerd terechtgekomen? En waarom wilde u zich hier vrijwillig voor inzetten?

“Ik ben actief geweest als bestuurslid voor diverse organisaties, waaronder Stichting Kinderfeesten. Ik ben nog steeds actief voor het Millse Harmonieorkest. Als je ergens begint als vrijwilliger dan rol je vaak van het ene in het andere en dat was ook hier het geval. Om aan de slag te gaan bij Myllesweerd zag ik wel zitten, omdat het een nieuw project was toen ik eraan begon. Zelf ben ik actief geweest als docente en dat is een sociaal beroep. Het zit vaak in mensen om vrijwilligerswerk te doen, zo ook bij mij. Het geeft voldoening, je ontmoet mensen en je kunt iets betekenen voor de maatschappij. Ik kan het iedereen aanraden om zitting te nemen in een bestuur, commissie of anderszins als vrijwilliger aan de slag te gaan.

Mensen hebben vaak snel een oordeel, zonder dat ze weten hoe een besluit tot stand is gekomen. Neem één ding van mij aan: een besluit wordt nooit zomaar genomen. Dat wordt altijd naar eer en geweten en weloverwogen gedaan. Een goed bestuur houdt rekening met alle wensen. Een belangrijke les die ik heb geleerd is dat het makkelijk is om geen fouten te maken als je niets doet.”

Wat zou u tegen de lezer zeggen die overweegt om zich ergens vrijwillig voor in te zetten?

“Doen! Het verrijkt je leven.” ●

Bijna een halve eeuw is Peter Janssen Steenberg lid van de Jeugd van Altforst



Bij de jeugdvereniging 'Jeugd van Altforst' is het bekendste gezicht die van de gepensioneerde Peter Janssen Steenberg. Bijna zijn hele leven is hij betrokken bij de jeugdvereniging. Over de nieuwe voorzitter Jeffrey Vermeulen, die door een Whatsapp-actie het ledenaantal omhoog krikte, is hij erg te spreken.

"De goede haal je er zo uit, veel voorzitters zie je het later ver schoppen als ondernemer of worden bestuurder. Dat vind ik mooi om te zien. Wat ook een reden is dat ik het nog wel een tijdje volhoudt, zolang die jongens mij nog niet zat zijn, blijf ik erbij."

'Langs de kerk kun je parkeren bij het Dorpshuis De Uithof, daar pak je niet de hoofdingang maar ga je linksom.' De aanwijzingen die Peter van tevoren meedeelt, volg ik keurig op, maar uiteindelijk beland ik in een keldertje. Toch verkeerd? Even zijn mail teruglezen, maar wat blijkt, ik ben toch echt aan het juiste adres én bij de juiste ingang. Wanneer ik de eerstvolgende willekeurige deur open, verwacht ik weer een berging, maar ik stap een ruimte binnen met een totaal andere ambiance: een ruimte met een bar, statafels, een pooltafel en een bank die is opgebouwd uit kratten bier.

"Ik gun iedereen een net zo'n leuke jeugd als ik heb gehad."

Een muurschildering met de tekst 'JVA', duidend op de Jeugd van Altforst, en een prijzenkast van een aantal meter hangt prijken aan de muur. Dit lijkt wel op het thuishonk van de jeugdvereniging. "Kon je het vinden?", vraagt Peter, die al klaar zit achter de bar. "Ja, we zitten een beetje verstopt. Vroeger zaten we boven, maar hier kunnen we lekker ons eigen ding doen."

Voor de leden van een jeugdvereniging is vroeger nooit erg lang geleden, maar voor Peter geldt wanneer hij spreekt over 'vroeger', dat het ook echt over vroeger gaat. Sinds 1972 is hij betrokken bij de vereniging. Eerst als lid, later als bestuurder en inmiddels als leider en mentor van de huidige bestuursleden. "Het ontstaan van de vereniging stamt nog van voor mijn tijd, in 1949 besloot de boerenstand een sportvereniging op te richten. In eerste instantie was het alleen voor meiden die aan volksdansen deden en rond de tijd dat jongens welkom waren, kwam ik erbij en werden de activiteiten breder. De sportdagen waren fantastisch, waarbij we onder meer menselijke piramides bouwden. Daarnaast koester ik nog mooie herinneringen aan de zomerkampen. In '95 is de sportvereniging opgegaan in de meer algemene jeugdvereniging genaamd Jeugd van Altforst."

"Maar aan piramidebouwen doen we niet meer", vertelt de net aangeschoven Jeffrey Vermeulen, de huidige voorzitter van de jeugdvereniging. "Iedere maand vindt er een activiteit plaats. Vaak is het een uitje, denk aan bowlen of lasergamen. En op oudjaarsdag is er natuurlijk de jaarlijkse oliebollenactie, waarbij we oliebollen bakken en verkopen aan het dorp.

De opbrengst gebruiken we om onze activiteiten te organiseren." De negentienjarige voorzitter kwam bij de jeugdvereniging via zijn vrienden en kwam al snel in het bestuur. "Ik houd er wel van om het initiatief te nemen. In de tijd dat ik er net bij kwam, was er een terugloop in het aantal leden en toen heb ik alle jeugd in het hele dorp in een groepsapp gegooid om hen uit te nodigen om erbij te komen. Dat heeft voor behoorlijk wat aanwas gezorgd, dit jaar zitten we op 36 leden. Dat is behoorlijk voor een dorp met ruim 500 inwoners."

Scholieren en studenten doen ook graag ervaring op in de praktijk. Neem contact op met scholen om te kijken wat jullie voor elkaar kunnen betekenen!

Daarnaast is de nieuwbakken voorzitter erg leergierig, waarbij hij veel heeft aan mentor Peter. "Hij leert mij veel, vooral bij de administratie kan ik op hem bouwen en hij heeft al het nodige meegemaakt dus voor advies kan ik altijd terecht." Peter: "Jeffrey is een goede voorzitter, hij is serieus en in de afgelopen jaren heb ik er een boel meegemaakt. Het gaat niet altijd vlekkeloos hoor, in '95 lag het bestuur in de clinch en werd ik ingeschakeld om het te vernieuwen. De goede haal je er zo uit, veel voorzitters zie je het later ver schoppen als ondernemer of ze worden bestuurder bij de voetbalclub. Dat vind ik mooi om te zien. Wat ook een reden is dat ik het nog wel een tijdje volhoudt, zolang die jongens mij nog niet zat zijn, blijf ik erbij."

"Ik houd er wel van om het initiatief te nemen."

Een jeugdvereniging zonder Peter is dan ook lastig voor te stellen. "Hij is er al zo lang bij betrokken en dat snap ik wel", laat Jeffrey weten. "Zelf ben ik een stuk ouder dan de rest van de jongeren, maar ik ervaar dat niet als vervelend. Het is juist wel leuk om hen te zien groeien en te begeleiden." Peter: "De jeugdvereniging is belangrijk voor het dorp. Ze hebben hier hun eigen plek en zijn dicht bij huis wat ouders een veilig gevoel geeft. Daarmee blijven ze betrokken bij het dorp. De komende jaren hopen we het aantal leden op dit niveau te houden, want ik gun iedereen een net zo'n leuke jeugd als dat ik heb gehad." ●





Nu hier samen
aan de slag
voor jou!

mensen
maken
nederland

Toen ik de prachtige verhalen in dit magazine las, kreeg ik de neiging om te applaudisseren! Wat zijn er toch veel mensen die er voor een ander willen zijn. En veel van de geïnterviewden zijn ook nog eens een soort super-vrijwilligers! Ze zetten zich op allerlei plekken lang en vaak in.

Dat is geweldig! Maar het rare is, het is ook bijna beangstigend. Dat zit zo: door al deze super-vrijwilligers kunnen mensen die nog nooit vrijwilligerswerk hebben gedaan, of mensen die maar af en toe iets willen doen, het idee krijgen dat vrijwilligerswerk niet bij hen past. Het is te groot en te veel.

Daar kunnen de Ellens, Mia's, Peters en Wilma's van deze wereld natuurlijk niets aan doen. Maar als vrijwilligersorganisatie kun je er wel iets mee. Dit jaar is het *Nationaal Jaar Vrijwillige Inzet* waarin we op zoek gaan naar mensen die misschien wel vrijwilliger willen worden, maar nog niet weten hoe. Of die iets kleins, iets eenmaligs, iets tijdelijks willen bijdragen.

Een belangrijke les die de coronatijd ons heeft geleerd, is dat er meer vrijwillige energie in de samenleving is dan we dachten. Die energie kan in actie worden omgezet, ook als er geen crisis is, door als organisatie de volgende zin toe te passen: Nu hier samen aan de slag voor jou!

Nu betekent dat mensen direct in actie willen komen. Hier gaat erover dat het vrijwilligerswerk dichtbij moet zijn. Samen is van belang omdat nieuwe vrijwilligers gezelligheid en sociaal contact zoeken. Aan de slag staat voor handen uit de mouwen steken, iets doen dat meteen resultaat oplevert. En voor jou betekent dat wat je als vrijwilliger doet zichtbaar waarde en betekenis heeft voor een ander.

De zin als geheel helpt je als organisatie om te bedenken of en hoe je flexibel en kortdurend vrijwilligerswerk mogelijk kunt maken. Daarmee word je aantrekkelijk voor nog meer vrijwilligers dan je nu al hebt!

Willem-Jan de Gast

*Nomade Training en Advies
Expert Vrijwillige Inzet en
Auteur Basisboek
Vrijwilligersmanagement*





Laten we elkaar ontmoeten!

Ben je geïnspireerd geraakt en wil jij je vrijwillig inzetten in jouw wijk of dorp? Neem dan een kijkje op het online dorpsplatform in jouw gemeente. Je vindt de website hiernaast bij de contactgegevens.

Wil je op de hoogte blijven van allerlei trends, ontwikkelingen, activiteiten en andere interessante nieuwtjes? Wij versturen een aantal keer per jaar een nieuwsbrief aan clubs, stichtingen en verenigingen. Inschrijven kan door een mail te sturen naar vrijwilligerspunt@sociom.nl.



Vrijwilligerspunt Sint Anthonis

MFC Oelbroeck
Breestraat 1-d
5845 AX Sint Anthonis
T: 06-10744931
E: vrijwilligerspuntsintanthonis@sociom.nl
I: www.samensintanthonis.nl
Contactpersoon: *Kees Hoogenboom*



Vrijwilligerspunt Boxmeer

Bibliotheek
De Raetsingel 1
5831 KC Boxmeer
T: 06-13508839
E: vrijwilligerspuntboxmeer@sociom.nl
I: www.onsthuus.nl
Contactpersoon: *Samantha Regeer*



Vrijwilligerspunt Cuijk

Dienstencentrum
Zwaanstraat 7
5431 BP Cuijk
T: 06-57361925
E: vrijwilligerspuncuijk@sociom.nl
I: www.samencuijk.nl
Contactpersoon: *Michelle van Kruijsbergen*



Vrijwilligerspunt Grave

Wijkcentrum Esterade
Estersveldlaan 41
5361 HR Grave
T: 06-82116912
E: vrijwilligerspuntgrave@sociom.nl
I: www.samengrave.nl
Contactpersoon: *Martijn Schmiermann*



Vrijwilligerspunt Mill en Sint Hubert

Myllesweerd
Kerkstraat 3
5451 BM Mill
T: 06-82360003
E: vrijwilligerspuntmill@sociom.nl
I: www.samenmillensinthumbert.nl
Contactpersoon: *Catheleine Verstraten*

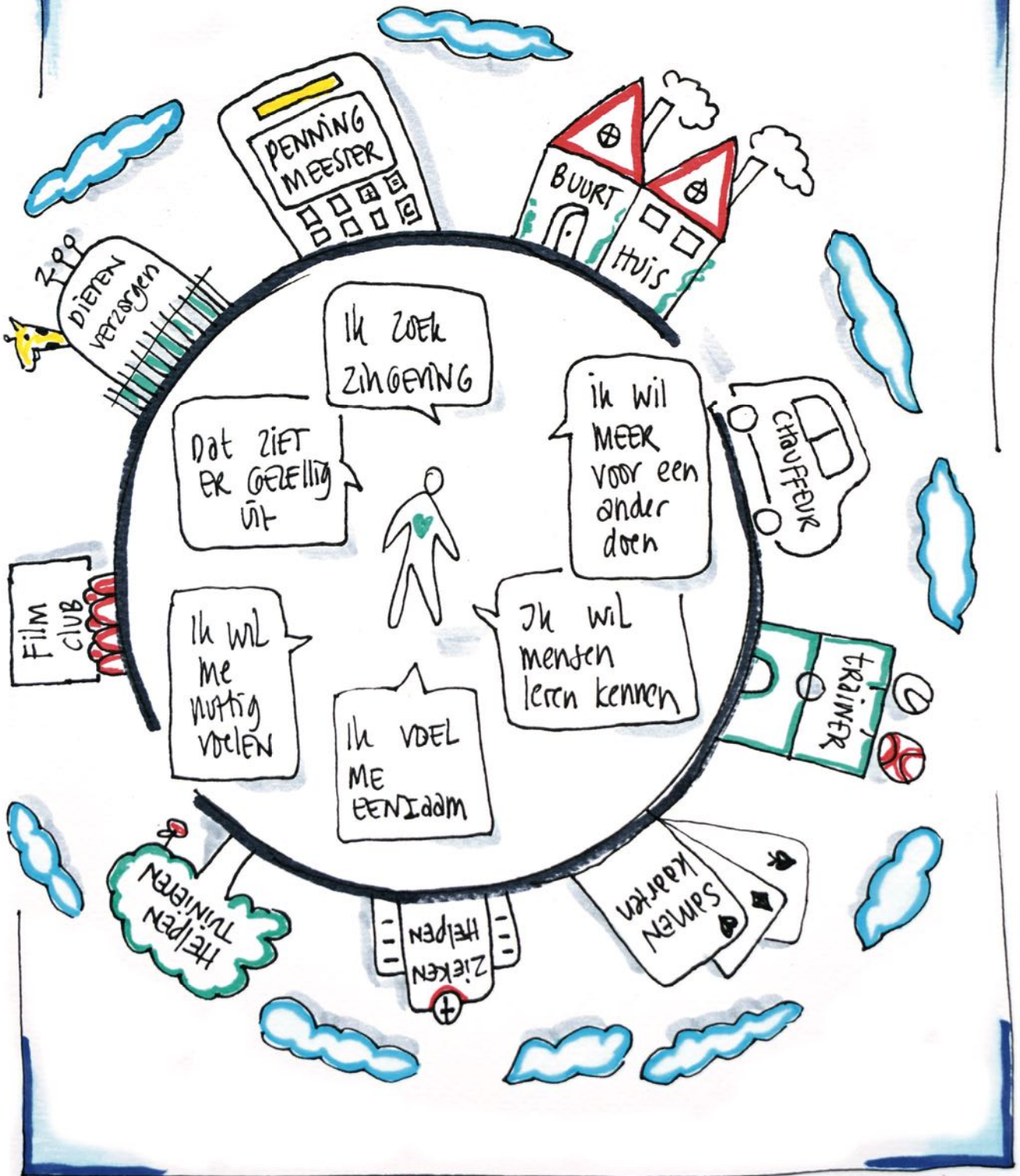


Vrijwilligerspunt West Maas & Waal

We hebben nog geen eigen kantoor, maar we ontmoeten je graag in de buurt, online of telefonisch!
T: 06-82350055
E: vrijwilligerspunt@sociom.nl
Contactpersoon: *Anja Valckx*



WORD VRIJWILLIGER



Illustratie: Froukje Drent

Heb je de glossy uitgelezen?

Gooi het niet weg, maar leg het op een plek waar een ander het nog kan lezen en geïnspireerd raakt door de mooie verhalen.

Sociom

Altijd in de buurt

