

Vrijwilligersmagazine van Zorgcentra De Betuwe

Trots

Aan tafel bij Piet en Julia

Trends in vrijwilligerswerk

Bedrijven bieden
een helpende hand

Onze toekomstvisie



ZORGCENTRA
De Betuwe

In dit magazine:



Aan tafel bij Piet en Julia

De jongste en oudste vrijwilliger van Zorgcentra De Betuwe delen hun ervaringen

10



Culinaire vriendinnen

To en Louise, al 15 jaar lang kookvrijwilliger bij De Betuwehoeve

En verder:

- 07** Waardevol contact
- 13** Dit moet je weten over Zorgcentra De Betuwe
- 14** Van maatschappelijke stage naar vrijwilligerswerk
- 18** In gesprek met welzijnsorganisaties
- 21** "Vrijwilligerswerk is een uitje"
- 22** Bedrijven bieden een helpende hand
- 24** Mantelzorger wordt vrijwilliger
- 25** Ries kun je altijd bellen
- 26** Woordzoeker
- 27** In het zonnetje

Voorwoord

Marja Verrips

Met trots verwelkom ik jullie bij de tweede editie van ons magazine 'Trots'. Als projectmedewerker binnen Zorgcentra De Betuwe is het een voorrecht om jullie mee te nemen in de wereld van betrokkenheid, compassie en de onschatbare waarde van vrijwilligerswerk.

'Trots' biedt een podium aan de verhalen die vaak ongehoord blijven; de verhalen van degenen die hun tijd, energie en aandacht vrijwillig investeren om het leven van anderen te verrijken.

Vrijwilligerswerk is altijd een hoeksteen geweest van onze zorgsector, maar met de maatschappelijke ontwikkelingen staat de rol van vrijwilligers nu meer dan ooit centraal. In een tijd waarin mensen langer thuis wonen, krijgt de betekenis van vrijwilligerswerk een diepere lading. Deze vrijwilligers zijn de stille helden die met een glimlach de eenzaamheid verdrijven, degenen die hun tijd opofferen om een luisterend oor te bieden. De wereld om ons heen verandert voortdurend, maar de kracht van menselijke verbondenheid blijft constant. Samen vormen we een netwerk van zorg, ondersteuning en gemeenschap. De vrijwilligers die hun tijd en hart investeren, geven kleur aan dit netwerk.

Terwijl we terugkijken op onze eerste editie van 'Trots' uit 2016, zien we hoe ver we zijn gekomen en hoe diep de impact van vrijwilligerswerk is geworteld in onze organisatie. We blijven ontwikkelen, groeien en meebewegen naar de toekomst. Verken dit magazine en ontdek de verhalen die ons inspireren, raken en uitnodigen om ons aan te sluiten bij dit nobele streven. Laten we met trots de vrijwilligers eren die samen met het netwerk het kloppende hart vormen rond onze bewoners. En laten we onszelf aansporen om samen te werken aan een toekomst waarin niemand zich ooit alleen hoeft te voelen.

Veel leesplezier!

Marja Verrips
Projectmedewerker
Welzijn & Gastvrijheid



Vrijwilligerswerk nieuwe stijl

Elgar, de ambitieuze student, ontdekt de geneugten van ouderenzorg. Peter, op zoek naar nieuwe connecties, brengt leven in de wijk. Erwin en Jeroen delen hun avonturen op een vaarvakantie voor ouderen. En Walter vindt, na zijn pensioen, structuur en vreugde in zijn vrijwilligerswerk. Korte ontmoetingen en blijvende indrukken.



Peter doet vrijwilligerswerk in de wijk

“Ik begon met vrijwilligerswerk om contacten op te doen”



Via een zoon van een van onze wijkverpleegkundigen komt Peter Becker (43) in 2022 in contact met Zorgcentra De Betuwe. “Ik verhuisde in de coronaperiode in mijn eentje van Maurik naar Culemborg. Om contacten op te doen, begon ik met vrijwilligerswerk bij Zorgcentra De Betuwe. Ik ontdekte al snel dat ik het erg leuk vind om te doen.”

Eropuit

In de tussentijd heeft Peter al twee keer ouderen begeleid tijdens de Avondvierdaagse. Verder is hij mee geweest op de vaarvakantie die Zorgcentra De Betuwe jaarlijks voor ouderen organiseert. En hij is mee geweest met diverse uitjes voor bewoners. “Tijdens die uitjes heb je met alle deelnemers wel even contact.”

Hulp in de wijk

Peter legt uit dat hij er met name voor ouderen in de wijk is. “Het thuiszorgteam Culemborg klopt regelmatig bij mij aan voor kleine klussen bij mensen thuis. Het plaatsen van een hulpmiddel bijvoorbeeld.” Ook helpt Peter op vrijdag bij het koffie-uurtje dat ons thuiszorgteam Culemborg iedere werkdag voor de wijk organiseert. “Buurtbewoners doen hier sociale contacten op. Het is voor mij ook leuk om op die manier mensen te leren kennen.”

Peter hoopt het vrijwilligerswerk nog jaren vol te houden. “Ik zocht iets wat ik leuk vond en waar ik mijn energie in kwijt kan. Dat heb ik gevonden.”



Elgar breidt zijn cv uit met vrijwilligerswerk

“Hopelijk helpt het vrijwilligerswerk mij om chirurg te worden”



Het is zijn droom om geneeskunde te studeren. Daarom klopte Elgar Beekman (20) in 2020 bij onze locatie Lingewaarde aan voor vrijwilligerswerk. “Ik pak alles aan om mijn kansen te vergroten. Met vrijwilligerswerk kan ik mijn cv uitbreiden, maar ik vind het ook gewoon heel leuk om te doen.”

Voor Elgar was de ouderenzorg nieuw. “Ik heb geen opa’s en oma’s meer en ik kwam eigenlijk nooit in contact met ouderen. Door mijn tijd in Lingewaarde weet ik wat een leuke doelgroep het is. Vooral de mooie gesprekken met mensen met veel levenservaring staan mij bij.”

Van betekenis zijn

Elgar merkt op dat je als vrijwilliger echt iets betekent. “Tijdens het begeleiden van activiteiten zag ik hoeveel plezier ouderen daaraan beleefden. Ik herinner me bijvoorbeeld een mevrouw die erg

verdrietig was nadat ze van haar eigen huis naar Lingewaarde verhuisde. Tijdens de activiteiten leefde ze op. Met één meneer deed ik vaak spelletjes en zo bouwde ik een goede band met hem op. Leuk om te zien hoe blij hij was als ik weer kwam.”

Terug als vrijwilliger

Elgar is helaas twee keer uitgeloot voor zijn droomopleiding. “Inmiddels volg ik de studie Biomedische wetenschappen. Ik hoop daar mijn bachelor te halen, zodat ik via een zij-instroomprogramma alsnog Geneeskunde kan studeren.” Zijn studie vraagt veel tijd van Elgar, waardoor hij moet stoppen met zijn vrijwilligerswerk. “Ik hoop dat er een rustiger semester komt. Ik kom dan heel graag terug naar Lingewaarde. Het is een goede vrijetijdsbesteding, het is goed voor mijn cv én ik vind het gewoon erg leuk.”

Erwin en Jeroen zijn eens per jaar vrijwilliger

“Je wilt gewoon zorgen dat deze mensen de week van hun leven hebben”



Vorig jaar gingen Erwin Hendriks (52) en Jeroen Middelkoop (49) voor het eerst als vrijwilligers mee met een vaarvakantie georganiseerd door Zorgcentra De Betuwe. Volgens beide mannen is dat hard werken, maar vooral heel gezellig.

Erwin en Jeroen kennen elkaar van de vrijwillige brandweer in Culemborg. De mensen die meegaan met de vaarvakantie gingen de avond voor vertrek al aan boord van het schip. Die nacht zijn er altijd twee brandweermensen bij die met ademlucht kunnen handelen. Jeroen: “Een collega van de brandweer vroeg ons een paar jaar geleden dit te doen. Na die nacht zei het zorgpersoneel dat ook aan boord was tegen ons: ‘Jullie moeten gewoon de hele reis mee!’” >

Veel voldoening

Erwin en Jeroen verrichten veel hand-en-spandiensten. Jeroen: “We zorgen voor de catering en begeleiden mensen in een rolstoel. We helpen het zorgpersoneel waar nodig en maken een rolstoel bijvoorbeeld weer in orde. ‘s Avonds maken we er voor de vrijwilligers een feestje van achter de bar op het schip.” Na vier dagen gaan Erwin en Jeroen gesloopt, maar vol mooie verhalen weer van boord. Erwin: “Het is prachtig om te doen. Er zijn mensen voor wie dit de laatste reis is die ze maken. Hun naaste gaat ook mee. Zo was er een man die de hele week aan de zijde van z'n vrouw heeft gezeten.

Het was lang geleden dat dat zo kon. Wij hadden niet veel met ouderenzorg, maar als je merkt hoe groot de dankbaarheid is van de mensen die meegaan dan heb je er automatisch heel veel plezier in.”

Jeroen sluit zich daar helemaal bij aan: “Het is het mooiste cadeautje dat iedereen gelukkig en blij is. En mensen die gelegenheid geven, is fantastisch. Er is zorgpersoneel genoeg aan boord, dus je hoeft die taken niet op je te nemen. Maar kun je een rolstoel duwen en steek je graag de handen handen uit de mouwen, dan zou ik me zeker aanmelden als vrijwilliger.”

Walter is vrijwilliger bij Team van de Buurt

“Een nieuw ritme in mijn leven dankzij vrijwilligerswerk”



Na zijn pensioen in 2020 zoekt Walter Meulenbeek (70) structuur in de vorm van vrijwilligerswerk. “Ik heb in de psychiatrie gewerkt. Toen mijn werk wegviel, leek het me goed om wat te blijven doen. Ik zocht een nieuw ritme in mijn leven en mede dankzij vrijwilligerswerk bij locatie Oranjarahof heb ik dat gevonden.”

Duofiets en tuinonderhoud

Iedere donderdagmiddag stapt Walter samen met een bewoner van Oranjarahof op de duofiets. Na verloop van tijd wordt hij door ons wijkbedrijf Team van de Buurt Buren benaderd voor een tuinonderhoudsklus bij de van oorsprong Britse Russell Ashton. “Ik heb zelf een moestuin”, vertelt Walter. “Het leek me daarom wel wat om Russell te helpen. Het is een combinatie van een klus doen en sociaal contact. Het voldoet aan de behoefte en het is gezellig.”

Van elkaar leren

Russell en Walter zien elkaar om de week, al bijna twee jaar lang. Na een gezellig praatje wordt er een tuinklus geklaard. Walter vertelt: “Je leert van elkaar. Russell heeft een achtergrond als metaalbewerker en is heel technisch. Hij heeft bijvoorbeeld zelf een bewateringssysteem in zijn tuin aangelegd. Vaak doe ik dan zelf weer inspiratie op.”

Geweldige hulp

Russell waardeert de hulp van Walter enorm. Russell komt via thuiszorgteam Buren, onderdeel van Zorgcentra De Betuwe, in contact met het Team van de Buurt. “Ik ben elke week wel in mijn tuin bezig. Doordat mijn conditie door Multiple sclerose (MS) achteruitgaat, wordt dit steeds lastiger. De geweldige hulp van Walter is voor mij daarom echt een uitkomst.”

Meer informatie over Team van de Buurt: www.teamvande buurt.nl



Waardevol contact

Toen Iris Portier (59) al langere tijd niet genoeg voldoening uit haar werk haalde, zocht ze uit wat ze miste. “Ik volgde een loopbaanbegeleidingstraject. Daarbij kwam naar voren dat vrijwilligerswerk bij me past. Ik heb me toen aangemeld bij Zorgcentrum Kulenburg.”

Bij haar kennismakingsgesprek met vrijwilligerscoördinator Jacqueline Ansems maakte Iris meteen al een praatje met een bewoonster: mevrouw Stempher. “We hadden al ontdekt dat we allebei uit Rotterdam komen en hadden meteen een klik. Ik bezoek haar nu elke week een keer.” Rotterdammers onder elkaar, dat bevalt mevrouw Stempher (68) ook wel. “Ik houd van de directheid en gezelligheid.”

Gezamenlijke hobby's

Mevrouw Stempher maakte in haar leven veel mee en ervaart helaas veel gezondheidsproblemen. Humor helpt haar te relativeren. “Ik ben misschien soms wat sarcastisch, maar je kunt maar beter om dingen lachen.” En dat doet ze samen met Iris. Ook ontdekten ze meerdere gezamenlijke hobby's. Iris: “Het is altijd gezellig om lekker te gekken. Maar we kunnen het ook over serieuze dingen hebben. Of we kijken samen tv.” Bij mooi weer gaan ze graag naar buiten. Mevrouw Stempher: “We zijn al een keer naar het terras geweest en we zijn van plan om binnenkort weer eens te gaan borrelen.”

Kostbaar

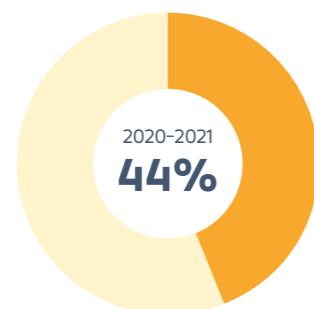
Iris switchte in de tussentijd van baan. Maar het vrijwilligerswerk blijft een belangrijke pijler in haar leven. “Ik word er helemaal blij van. Ik kan je niet precies zeggen wat het is, maar ik vind het heel waardevol.”

Nederland vrijwilligerland

Nederland is koploper in het vrijwilligerswerk. Al sinds de jaren '70 hoort Nederland tot de wereldtop wat betreft het percentage van de bevolking dat vrijwilligerswerk doet.

En niet alleen scoort Nederland hoog in vergelijking met andere landen wanneer je naar vrijwilligers aantallen kijkt, we hebben in vergelijking met andere landen ook een rijke en lange vrijwilligersgeschiedenis.

Al decennia lang is het aantal vrijwilligers in Nederland relatief stabiel. Sinds 1977 tot 2020 was circa 42% tot 50% van de Nederlandse bevolking vrijwilliger. In 2020-2021 was dit ruim vier op de tien Nederlanders (44%)¹. Met een volwassen bevolking van 13 miljoen mensen



700.000 FTE

resulteert dit hedendaags in bijna 6 miljoen actieve vrijwilligers. En ondanks dat de tijdsbesteding aan vrijwilligerswerk langzaam verandert over de jaren heen, telt dit vandaag de dag toch op tot zo'n 700.000 FTE.

Profiel van de vrijwilliger

Ongeveer evenveel mannen als vrouwen zijn in Nederland actief als vrijwilliger. Wel zetten zij zich in voor verschillende maatschappelijke terreinen. Stereotyperend zetten mannen zich vooral in voor sportverenigingen en vrouwen in de zorg en welzijn. Vrijwilligers zijn over het algemeen wat ouder, hoger opgeleid, drukker, hebben economisch gezien meer middelen en wonen vaker in dorpen. Ook doen Nederlanders zonder migratieachtergrond vaker vrijwilligerswerk. Het zou echter kunnen zijn dat Nederlanders met migratieachtergrond zich vaker op manieren inzetten die zichzelf formeel niet zien, of door anderen niet worden bestempeld, als vrijwilligerswerk.

De term vrijwilligerswerk is namelijk sociaal geconstrueerd en is sterk afhankelijk van de context. Wat de één ziet als vrijwilligerswerk, kan iemand anders niet beschouwen als vrijwilligerswerk. Bovendien

kan het zijn dat wat vandaag wordt beschouwd als vrijwilligerswerk in de toekomst niet wordt gezien als vrijwilligerswerk en andersom.

Traditioneel wordt vrijwilligerswerk gekenmerkt door vier kenmerken. De meest pure vorm van vrijwilligerswerk is vrijwillig, onbetaald, wordt uitgevoerd in formele setting binnen maatschappelijke organisaties, en komt ten goede aan anderen. Bredere vormen van vrijwilligerswerk kunnen vrijwilligerswerk bevatten wat (in zekere mate) verplicht is, betaald wordt middels een toelage of (laag) loon, ten goede komt aan de vrijwilliger zelf, en informeel is.

Veranderingen

Over de afgelopen 30 jaar is er in vrijwilligers aantallen dus niet veel veranderd. Maar het gemiddelde aantal uur is wel afgenomen. Dit geldt overigens niet alleen voor Nederland, maar ook voor veel andere Europese landen en voor Amerika en Canada. In 2020 besteden vrijwilligers in Nederland gemiddeld 17 uur per maand aan vrijwilligerswerk². Dit komt



neer op zo'n 4 uur per week. De actiefste 10% van de vrijwilligers besteedt meer dan 37 uur per maand aan vrijwilligerswerk. Daarnaast is bijna de helft van de vrijwilligers actief voor meerdere organisaties (46%). De meeste vrijwilligers zetten zich in voor religieuze organisaties, sportverenigingen of wijk en buurt.

Cijfermatig is er dus naast het gemiddelde aantal uur vrijwilligerswerk niet veel veranderd. Maar kwalitatief en organisatorisch is er wel veel verandering zichtbaar. Dit komt mede door de afname in het aantal uur dat vrijwilligers actief zijn. Zo zijn er veel 'nieuwe' vormen van vrijwilligerswerk zichtbaar die de traditionele vier kenmerken van vrijwilligerswerk verbreden én kortstondig of flexibel vrijwilligerswerk mogelijk maken.

Trends vrijwilligerswerk

De trend naar meer flexibel vrijwilligerswerk wordt gevoeld door verschillende veranderingen in de samenleving. Zo betreden vrouwen vaker de arbeidsmarkt, werken we meer parttime, studeren en werken we langer, zijn er meer eenpersoonshuishoudens. Daarnaast hebben we te maken met individualisering. Door het verdwijnen van traditionele sociale relaties zoals kerk, familie en klasse, is het voor ons mogelijk om ons leven te organiseren volgens onze eigen ideologieën, normen en waarden, behoeften en wensen. We richten dus ook het vrijwilligerswerk in naar eigen behoeften en wensen. Maatschappelijke organisaties spelen hierop in door vaker flexibel vrijwilligerswerk aan te bieden.

Maar ook andere (derde) partijen betreden vaker het veld van vrijwilligerswerk. Denk hierbij aan de overheid, onderwijsinstellingen of bedrijven. Door vrijwilligerswerk in de vorm van de maatschappelijke diensttijd, maatschappelijke stage, service learning en medewerkers vrijwilligerswerk worden (nieuwe) individuen aangezet tot vrijwilligerswerk. Maar ook family-volunteering, single-volunteering of evenementen zoals NLdoet re-integreren vrijwilligerswerk in onze huidige samenleving op een flexibele wijze. De verwachting is dat het vrijwilligerswerk zich verder blijft ontwikkelen.

¹ Koolen-Maas & de Wit (2020). Geven van tijd in Geven in Nederland 2020. Amsterdam University Press.

² Koolen-Maas & de Wit (2020). Geven van tijd in Geven in Nederland 2020. Amsterdam University Press.

Over de auteur

Dr. Stephanie Koolen Maas
Stephanie Koolen-Maas is projectcoördinator en onderzoekster bij "Geven in Nederland" aan het Centrum voor Filantropische Studies aan de Vrije Universiteit. "Geven in Nederland" is het macro-economisch overzicht

van filantropie door huishoudens, nalatenschappen, bedrijven, fondsen en goeddoelenloterijen. Zij onderzoekt bedrijfsfilantropie, samenwerkingen tussen bedrijven en maatschappelijke organisaties en (duurzaam) vrijwilligersmanagement.



Piet Koppers:

“Vrijwilligerswerk houdt mij bezig en actief”

De jongste en oudste vrijwilliger van Zorgcentra De Betuwe

Aan tafel bij Piet (91) en Julia (9)

Samen zijn ze 100 jaar. Piet Koppers is met zijn 91 jaar de oudste vrijwilliger van Zorgcentra De Betuwe. Julia Breuseker (9) de jongste. Piet is al 25 jaar vrijwilliger in Beatrix, Julia sinds januari 2023 in De Valentijn. Toch is er veel herkenning!

Piet: ‘Een kennis, zelf ook vrijwilliger bij Beatrix, vroeg mijn hulp bij het organiseren van een mannenmiddag voor de bewoners van Beatrix. En zo ben ik erin gerold. Sinds begin 1998 help ik bij activiteiten als klaverjassen, sjoelen en biljarten. Ook heb ik geholpen in het bruin café en tijdens meerdere avondvierdaagsen en viscompetities.’

Julia: ‘Mijn moeder Diana Beekmans werkt als medewerker Welzijn & Gastvrijheid bij De Valentijn. Ik vind het leuk om met haar mee te gaan. Ik help graag bij de activiteit zittans. Samen met een andere vrijwilliger zet ik de stoelen klaar, haal ik de bewoners op en schenk ik drinken in. Ook doe ik zelf mee met de zittans-activiteit.’

Waar de een dus al jaren vrijwilligerswerk doet en de ander net begint, halen ze allebei voldoening uit hetzelfde: mensen blij maken.

Piet: ‘Ik vind het fijn om anderen te helpen. En het vrijwilligerswerk houdt mij bezig en actief. Op je werk heb je veel contacten. Toen ik met de VUT ging, viel dat voor een deel weg. Door mijn vrijwilligerswerk bij Beatrix heb ik nog eens een verhaal als ik thuiskom.’

Julia: ‘De bewoners genieten ervan dat ik er ben. En ze herkennen me inmiddels. Dat vind ik leuk. Ik vind ouderen gezellig. Ze hebben altijd leuke verhalen. Ze

zijn heel verschillend. De één vergeet veel en de ander heeft iets anders.’

Piet: ‘Dat herken ik. En dan is het mooi om te zien wat de bewoners soms juist nog wel kunnen. Zo vergeet ik nooit dat er in Beatrix een bewoner met Korsakov was. Hij kon en wist praktisch niets meer. Maar met klaverjassen wist hij heel nauwkeurig alle tussenstanden bij te houden. Heel bijzonder!’

Julia: ‘Ik vind het leuk als bewoners er gelukkig uitzien. Dat gebeurt vaak bij zittans.’

Hoe het komt dat mensen gelukkig worden van de activiteiten, daar heeft Piet wel een verklaring voor.

Piet: ‘Soms zijn mensen eenzaam. Of ze kunnen ineens boos worden. Met een activiteit hebben ze hun aandacht ergens anders voor nodig. Je kunt ze veel ontspanning geven.’

Diana, de moeder van Julia, ziet dat het vrijwilligerswerk haar dochter ook blij maakt en veel leert. Zoals met respect met ouderen omgaan.

Piet: ‘Dat is inderdaad de belangrijkste tip die ik wil meegeven: mensen accepteren zoals ze zijn.’

En Julia hoopt op haar beurt dat Piet nog heel veel van het vrijwilligerswerk mag genieten.



Dit moet je weten over Zorgcentra De Betuwe

Rijnlands werken

Zorgcentra De Betuwe werkt op Rijnlandse wijze. De cliënt staat centraal. We vertrouwen op het vakmanschap van zorgmedewerkers om onze cliënten de juiste zorg te bieden. De organisatie is er om dit zo goed mogelijk te ondersteunen. Een van de principes van Rijnlands organiseren is: "Wie het weet mag het zeggen" in plaats van "Wie de baas is mag het zeggen". Vertrouwen, verbinding en vakmanschap zijn leidend in ons handelen. We hebben zo min mogelijk controlesystemen en we investeren voortdurend in de relatie met elkaar. Alleen samen kunnen we de best mogelijke zorg bieden. We blijven leren en ontwikkelen om ons vakmanschap steeds te vergroten en veranderen: onze cliënten veranderen immers ook.

Rol van coördinator vrijwilligerswerk

De coördinator vrijwilligerswerk voert overstijgende werkzaamheden rondom vrijwilligerswerk uit. De medewerker Welzijn is het eerste aanspreekpunt voor de vrijwilligers. Mochten er zaken zijn die je liever met de coördinator vrijwilligerswerk bespreekt, dan kun je altijd contact met een van de coördinatoren opnemen: vrijwilligerswerk@zorgcentradebetuwe.nl.

Agora

Agora is de landelijke beroepsvereniging voor coördinatoren vrijwilligerswerk. Agora komt op voor de belangen van coördinatoren vrijwilligerswerk en ondersteunt hen bij bijvoorbeeld professionalisering, opleiding en beroepsprofiel. Onze coördinatoren vrijwilligerswerk zijn hierbij aangesloten.

Wat maakt het leuk om vrijwilliger te zijn bij Zorgcentra De Betuwe?

- ▷ Je krijgt de kans om jouw talent in te zetten voor onze cliënten.
- ▷ Je ontmoet nieuwe mensen.
- ▷ Je krijgt attenties door het jaar heen, zoals op je verjaardag en bij een jubileum.
- ▷ Je kunt aansluiten bij informatiebijeenkomsten, trainingen en/of workshops.
- ▷ Je wordt één keer per jaar uitgenodigd voor een bedankmiddag of -avond op locatie.
- ▷ Je kunt een beroep doen op een onafhankelijke en zelfstandige vertrouwenspersoon, bijvoorbeeld wanneer je te maken krijgt met ongewenste omgangsvormen.
- ▷ Je krijgt een vrijwilligersovereenkomst, zodat we weten wat we van elkaar mogen verwachten.

Vrijwilligerscoördinatoren aan het woord

Toekomstvisie vrijwilligerswerk

Er was eens een zorgorganisatie die cliëntvragen binnen een dag kon koppelen aan het aanbod van vrijwilligers. Dit klinkt als een droom, maar dat is wel waar wij binnen Zorgcentra De Betuwe naar toewerken. In onze toekomstvisie nemen we jullie mee!

Ouderen wonen langer thuis en tegelijk worden de zorgvragen van mensen die bij ons wonen complexer. Daarom stemmen we vrijwilligerswerk meer af op de wensen en mogelijkheden van de cliënt. Naast de activiteiten in groepsverband zetten we steeds meer in op een-op-een activiteiten. Ook merken we een verschuiving van structurele naar flexibele inzet: veel vrijwilligers worden liever op flexibele basis ingezet. Hier beweegt Zorgcentra De Betuwe in mee.

Vrijwilligersapp

We hopen de komende jaren een vrijwilligersapp te ontwikkelen waarin we vraag en aanbod samenbrengen. Daarmee kunnen we inspelen op de behoefte van vrijwilligers aan flexibel in plaats van structureel vrijwilligers-

werk. De vrijwilliger kan direct op een aanvraag voor een vrijwilligersklus in de app reageren, waardoor de afspraak snel gemaakt is.

Op dit moment telt Zorgcentra De Betuwe zo'n 530 vrijwilligers. Een prachtig aantal waar we trots op zijn! We hopen de komende jaren nog veel meer vrijwilligers aan onze organisatie te binden. Bij ons kunnen vrijwilligers terecht voor diverse werkzaamheden, afgestemd op hun wensen en talenten. Samen zoeken we passend vrijwilligerswerk. Dit blijkt ook uit alle mooie verhalen in dit magazine. Wij zijn TROTS op hen!

Jacqueline Ansems, Bianca Schiebaan en Roeline Vaandering
Coördinatoren vrijwilligerswerk



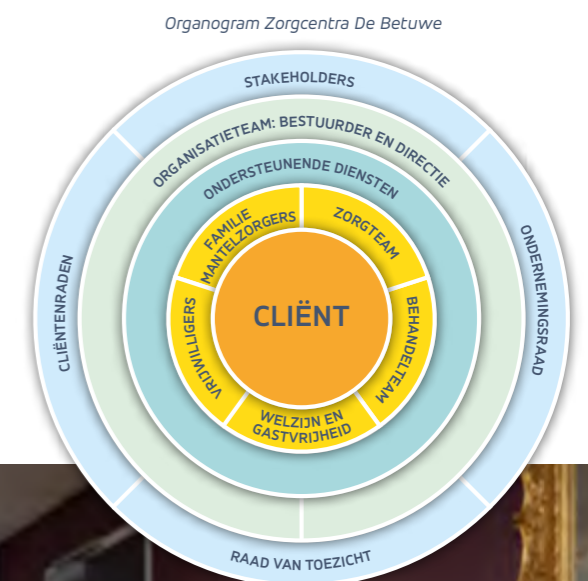
Jacqueline Ansems



Bianca Schiebaan



Roeline Vaandering



Via een project van zijn middelbare school kwam Ruben van Doorn (15) in aanraking met Zorgcentra De Betuwe. Hij zou eigenlijk een dagdeel meedraaien, maar dat werden er meer. Inmiddels is Ruben al een jaar als vrijwilliger verbonden aan locatie Kulenburg.

Ruben bleef als vrijwilliger na zijn maatschappelijke stage

“Dit zouden meer jongeren moeten doen”

Ruben is vwo-leerling van Lek en Linge in Culemborg. “Vorig jaar, in leerjaar 3, volgden we op school het United World Project. Tijdens dit project staat ‘Hoe ga je met elkaar om?’ centraal. Daarbij hoorde het doen van een goede daad. Samen met vrienden wilde ik iets voor ouderen doen. Zo ben ik bij Kulenburg terechtgekomen. We bakten koekjes en hebben gekookt. Samen met anderen organiseerde ik een bingo. We gingen langs bij winkels in Culemborg en zij wilden leuke prijzen sponsoren.”

Uit de hand gelopen

De actie van Ruben en zijn medeleer-

lingen kreeg een vervolg. “Ik presenteerde de bingo. De medewerkers van Kulenburg vonden dat ik dat erg goed deed. Daarom vroegen ze me of ik het als vrijwilliger wilde blijven doen. Daar hoefde ik niet over na te denken. Ik vind presenteren heel erg leuk. Mijn doel is om later presentator te worden.” Inmiddels doet Ruben ook ander vrijwilligerswerk bij Zorgcentra De Betuwe. “Ik heb bijvoorbeeld poffertjes gebakken, ben met bewoners mee geweest naar De Keukenhof en heb hen begeleid tijdens de avondvierdaagse. Dat vind ik ook erg leuk om te doen!”

Vrijwilligerswerk in de ouderenzorg

Ruben raadt het iedere jongere aan om vrijwilligerswerk te doen. “Ik leer er veel van. En dat zit hem vaak in de kleine dingen. Hoe je bijvoorbeeld iemand aanspreekt en dat je niet iedereen tevreden kunt houden en je dus moet focussen op de positieve reacties.” Ouderen hebben een speciale plek in Rubens hart. “Ouderen hebben ervoor gezorgd hoe de wereld nu is. Ze hebben veel te vertellen, waardoor je leuk met hen kunt kletsen. Met weinig moeite kun je hen al heel blij maken. Je krijgt er veel dankbaarheid voor terug.”

Vrijwilligerswerk bevordert integratie

Ervaringen

Mohammad Raza (60) is geboren en getogen in Pakistan. Door de voortdurende onveiligheid in zijn moederland komt Mohammad in januari 2014 via Zweden naar Nederland. Hij woont met zijn vrouw en drie kinderen in Maurik. Sinds 2019 is hij als vrijwilliger verbonden aan de locaties De Valentijn in Maurik en Blommeland in Lienden.

Via Stichting 3xwerk komt Mohammad in contact met Zorgcentra De Betuwe. “Door mijn gezondheid is betaald werk niet mogelijk. Maar thuiszitten en niets doen voelt niet goed. Ik wil erbij horen

en iets doen. En ik vind het fijn om onder de mensen te zijn.” Een extra voordeel van het vrijwilligerswerk is dat hij de Nederlandse taal sneller leert. “Het is een mooie taal, maar ook heel moeilijk.”

Mohammad is van alle markten thuis. “Op woensdag wandel ik met een bewoner van De Valentijn. We gaan dan met een groepje naar de markt in Maurik. Daarna help ik in het restaurant en de keuken van De Valentijn. Bij Blommeland help ik met de maaltijden.”

Vrijwilligerswerk helpt Mohammad bij integratie

“Dankzij vrijwilligerswerk leer ik de Nederlandse taal sneller”



Victor krijgt de Nederlandse taal steeds beter onder de knie

“Door vrijwilligerswerk ervaar ik warmte”

Jarenlang werkt Victor Muliar (52) als productiemedewerker in een magazijn. Maar wanneer hij rugklachten krijgt, is fysiek werk niet langer mogelijk. “Ik kon niet terug naar werk zoals vroeger. De gemeente wees mij toen op vrijwilligerswerk bij Zorgcentrum Elim in Ochten.”

Divers vrijwilligerswerk

Sinds juli 2022 werkt Victor op maandag, dinsdag en donderdag in Elim. Hij helpt bij het klaarzetten van maaltijden, bij de koffiemomenten en bij activiteiten. “Het is werk dat goed bij me past. Tussendoor heb ik leuke gesprekken met mensen.” Soms speelt Victor ook een deuntje op de gitaar. “Ik ben geen professional hoor, maar de mensen vinden het leuk.”

Nederlandse taal

Victor komt oorspronkelijk uit

Oekraïne, maar woonde lange tijd in Polen. Inmiddels is hij zestien jaar in Nederland. “Ook in Nederland werkte ik eerst veel met Poolse mensen. Ik sprak dus nog niet veel Nederlands. Maar nu ik vrijwilliger ben in Elim, gaat het steeds beter. Ik hoor graag de verhalen van mensen. Ze hebben veel levenservaring en iedereen heeft een uniek verhaal. Ik ben er heel blij mee dat ik dit werk kan doen. Hierdoor ervaar ik zelf ook iets van warmte.”

Victors moeder

Tijdens zijn werk denkt hij regelmatig aan zijn moeder. “Zij woont nog in Oekraïne. Het is een moeilijke periode met de oorlog en ik maak me veel zorgen. Maar ze zegt: ‘Een oude boom kun je niet verplanten’. Als ik bij Elim naar de mensen kijk, dan denk ik aan mijn moeder. Gelukkig kan ik wel elke dag met haar videobellen.”



To en Louise, al 15 jaar lang kookvrijwilliger bij De Betuwehoeve

Lievelingsrecepten van twee kookvrijwilligers

To Verschoor heeft als buurtbewoner de bouw en het ontstaan van De Betuwehoeve van dichtbij meegemaakt. Het leek haar mooi om iets voor De Betuwehoeve te betekenen. Ze heeft daarom aangeklopt bij een medewerker van de Culemborgse zorglocatie. To's ambitie lag bij koken. Ze heeft bijvoorbeeld ook een tijd in de keuken van een ziekenhuis gewerkt. Na de opening van De Betuwehoeve is ze al snel als kookvrijwilliger gestart.

De man van Louise Harmsen woonde op oud-locatie De Kersentuin. Een groot deel van het personeel van De Kersentuin verhuisde naar de nieuwe locatie De Betuwehoeve. Louise werd gevraagd om met hen mee te gaan en dat deed ze. Koken is voor Louise een hobby.

To en Louise kenden elkaar niet voordat ze met dit vrijwilligerswerk begonnen. Bij aanvang kookten ze apart van elkaar, ieder op een eigen woning en met een eigen menu. Later zijn ze samen één menu gaan koken voor beide woningen. Ze zijn inmiddels goed op elkaar ingespeeld. Soms helpen de bewoners mee met de voorbereidingen voor het eten. Iedere maandag staat er iets anders op het menu, afgestemd op het seizoen, de wensen van de bewoners en op de maaltijden voor de andere weekdagen. De maaltijden worden altijd afgesloten met een smakelijk warm toetje, zoals griesmeelpap of rijstepap.



Recept

Het favoriete gerecht van de bewoners van De Betuwehoeve, vanwege de kleurcombinatie:

Ingrediënten per persoon:

- 100 gram winterwortel
- 100 gram pastinaak
- 50 gram sperzie- of snijbonen of doperwtten
- 3 aardappels
- Vissticks

Bereiding:

1. Snijd alle groenten in kleine stukken.
2. Schil de aardappels en snijd deze in kleine stukken of partjes.
3. Kook de wortels en bonen in één pan. Kook de pastinaak in een aparte pan. Voeg eventueel wat zout toe.
4. Bak de aardappels in boter bruin en gaar.
5. Bak de vissticks in de oven of airfryer.
6. Meng de groenten door elkaar en kruid het met Herbamare kruidenzout.

Servere de trio groente met de gebakken aardappels en vissticks. **Eet smakelijk!**

“Bewoners zijn heel dankbaar en blij als wij komen koken. De vriendschap die tussen ons is gegroeid, vinden we heel waardevol.”



In gesprek met welzijnsorganisaties

Op het gebied van vrijwilligerswerk zijn ElkWelzijn, Welzijn Rivierstroom en Mozaïek Welzijn belangrijke samenwerkingspartners voor Zorgcentra De Betuwe. De drie welzijnsorganisaties zijn er voor vrijwilligers én vrijwilligersorganisaties in Buren, Culemborg, Neder-Betuwe en Tiel. We spreken een aantal van hun medewerkers.



Sandra Rigter, ElkWelzijn Culemborg

“Vrijwilligerswerk doe je ook voor jezelf”



Sandra Rigter (54) werkt als coördinator Vrijwilligers Informatie Punt. Ze biedt informatie, advies, deskundigheidsbevordering en zorgt voor goede matches. Volgens Sandra is er meestal een aanleiding om vrijwilligerswerk te gaan doen. Bijvoorbeeld omdat je verhuist, met pensioen gaat of vanwege een ingrijpende gebeurtenis. “Natuurlijk doe je vrijwilligerswerk voor anderen, maar het kan je ook helpen om je snel thuis te voelen in Culemborg, nieuwe mensen te leren kennen of jezelf opnieuw uit te vinden.”

Culemborg voor Elkaar

Met Culemborg voor Elkaar gaat ElkWelzijn mee in de nieuwste trends. “Via de website van Culemborg voor Elkaar kun je jouw hulp aanbieden of hulp zoeken. Daarbij kun je filteren op interesse, frequentie en postcode, voor hulp in de

buurt. Dit stimuleert wederkerigheid en het creëert het bewustzijn dat iedereen iets voor een ander kan betekenen. Zo is er een vrijwilliger die gastvrouw is bij een ontmoetingscentrum en zelf hulp krijgt van een schuldhulpmaatje.”

Trots op Culemborg

Volgens Sandra is Culemborg een vrijwilligersstad. “Dat blijkt al uit het feit dat er in tien maanden tijd een crisisnoodopvang in Culemborg is opgezet. Diverse mensen ontmoetten elkaar daarbij en dat bracht nieuwe ideeën. Zo’n sneeuwbaaleffect, dat is het allermooiste.” Dat is ook wat Sandra graag bereikt in de samenwerking met Zorgcentra De Betuwe. “We zorgen voor aardig wat kruisbestuivingen. In de Week tegen Eenzaamheid organiseren we bijvoorbeeld samen een knuffelmid-

dag bij Beatrix en Kulemborg. Zorgcentra De Betuwe is een fijne partner waar je op kunt rekenen.”



Caroline Kolff, Welzijn Rivierstroom Buren

“Vrijwilligers hebben een belangrijke signaalfunctie”



Caroline Kolff (58) werkt als sociaal werker voor de dorpen Maurik, Eck en Wiel en Rijs-wijk. “Ik beantwoord hulpvragen en maak deel uit van het vrijwilligerssteunpunt.” De lijnen met Zorgcentra De Betuwe zijn kort: “We weten elkaar te vinden als dat nodig is. Laatst was er een thuiszorgcliënt die hulp nodig had. Samen regelden we dat een buurtbewoner voortaan de boodschappen voor hem doet en een vrijwilliger hem helpt bij zijn financiën.”

Participatiemaatschappij

Caroline merkt verschuivingen in vrijwilligersland. “Vrijwilligers kloppen tegenwoordig minder vaak uit zichzelf aan om naar vrijwilligerswerk te vragen.

Dit is ook wel begrijpelijk, want je ziet vaak dat vrijwilligers ook nog mantelzorger zijn. Het helpt als je vrijwilligerswerk kunt kiezen wat bij je past en de klus afgebakend is.”

Vrijwilligers zijn onmisbaar

Caroline erkent dat vrijwilligers onmisbaar zijn. “Vrijwilligers dragen een belangrijk steentje bij én hebben een signaalfunctie. Ze komen bij hulpvragers over de vloer en zien veel, zoals grensoverschrijdend gedrag. Ik zeg altijd: je kunt beter te vaak melden, dan een keer iets laten liggen. Als we ervan weten, kan er iets aan gedaan worden. Dat wil ik alle vrijwilligers meegeven.”

Lisanne Gesthuizen, Welzijn Rivierstroom Neder-Betuwe

“Het aantal vrijwilligers in onze regio blijft stabiel”



Als sociaal werker ondersteunt Lisanne bij diverse hulpvragen in Neder-Betuwe. “De vragen lopen uiteen van ‘Ik wil meer sociaal contact’ tot ‘Ik heb hulp nodig bij het invullen van formulieren’. Ik bied hulp of leg verbindingen. Dit doe ik bijvoorbeeld door vrijwilligersmaatjes te koppelen aan de hulpvrager.”

Vrijwilligerssteunpunt

Lisanne is ook coördinator van het vrijwilligerssteunpunt van Welzijn Rivierstroom. “Verenigingen en vrijwilligersorganisaties kunnen hier een beroep op doen voor ondersteuning. Bijvoorbeeld op het gebied van juridische zaken of subsidieregelingen.” Ook vrijwilligers kunnen voor hulp bij Lisanne aankloppen. “Je kunt ▶

dan denken aan trainingen voor vrijwilligers, zoals grensoverschrijdend gedrag, omgaan met cultuurverschillen en groepsdynamiek. Met de training groepsdynamiek helpen we vrijwilligers die vastlopen in het samenwerken.”

Verschuivingen in vrijwilligersland

Lisanne merkt wel wat verschuivingen in vrijwilligersland. “We merken dat vrijwilligers meer op zoek zijn naar vrijblijvend, eenmalig vrijwilligerswerk in plaats van wekelijks op vaste momenten. Daarnaast wordt alles steeds meer digitaal. Dat vraagt van sommige vrijwilligers best veel. We wijzen hen dan bijvoorbeeld op trainingen of zoeken een maatje die deze vrijwilliger verder helpt.” Verder weet Lisanne te

vertellen dat circa 30% van de inwoners van Neder-Betuwe vrijwilligerswerk doet. “Dat is een hoog percentage in vergelijking met bijvoorbeeld de steden en de randstad. We zijn daar natuurlijk heel blij mee.”

Mooie wisselwerking

Met de hulp van Lisanne en haar collega's heeft Zorgcentra De Betuwe al veel kunnen realiseren. Zo kon locatie Elim met financiële steun een serre realiseren. Ook werd er in samenwerking met Elim en Regiobank Opheusden een boottocht voor bewoners van Elim georganiseerd. “Het is een mooie wisselwerking tussen Welzijn Rivierstroom en Zorgcentra De Betuwe.”

Marjoke van Gelder, Mozaïek welzijn Tiel

“Vrijwilligers hebben een hoog verantwoordelijkheidsgevoel”



Marjoke van Gelder (58) werkt als wijkcoach en coördinator vrijwillige inzet. Ze noemt haar werk een leuke ontdekking. “Ik ga graag na wat er in de buurt gebeurt. Vervolgens kijk ik wat dit betekent voor mensen en waar de wensen liggen. Zo onderzoek ik of de vragen uit de wijk matchen met het aanbod van vrijwilligers. Ook ben ik erg gespist op de vraag achter de vraag. Je merkt vaak dat er veel meer achter schuilgaat.”

Gelijkwaardige samenwerking

In haar werkzame leven heeft Marjoke veel hulpvragers ontmoet. Een van hen staat haar het meest bij. “Jaren terug kreeg ik de vraag van een mevrouw die vanuit haar rolstoel de tuin niet meer zo

goed kon bijhouden. Ze zei: ‘Ik zit wel in een rolstoel, maar met mijn mond is niets mis. Ik zou graag taalles geven.’ Ik vond dit zo mooi en het zette mij aan het denken. Met deze gelijkwaardige manier van samenwerken - dus ik help jou en jij mij - krijg je natuurlijk veel meer gedaan.”

Vrijwilligersplatform

Mozaïek welzijn organiseert drie tot vier keer per jaar een vrijwilligersplatform en regelmatig een vrijwilligersmarkt. Op deze markt kunnen organisaties zichzelf laten zien en mensen enthousiasmeren om vrijwilliger te worden. Zorgcentra De Betuwe is dan ook van de partij.”

Marlies ervaart vrijwilligerswerk als een uitje

“Het doet mij heel goed”



Met vrijwilligerswerk draag je niet alleen wat bij aan de maatschappij, het kan je zelf heel goed doen. Dat ervaart Marlies Wammes (65) ook. Ze helpt bij de kerkdiensten op onze locatie Beatrix in Culemborg.

Marlies was als vrijwilliger al betrokken bij kerkdiensten in een ander zorgcentrum. “Daar vroeg iemand me of ik mee wilde naar Beatrix. Daar waren nog vrijwilligers nodig.” Ondanks dat het een nieuwe omgeving is met voor haar minder bekende mensen, besluit ze op de vraag in te gaan.

Tijdens de diensten ondersteunt ze de bezoekers. “We halen mensen op van hun kamers, hetzij met de rolstoel, hetzij aan de arm of achter de rollator. We gaan naar de kerkruimte en maken daar een praatje met elkaar. Vervolgens help je met dingen als de bladzijde omslaan en aanwijzen welke liedjes we zingen. Na de dienst drinken we samen koffie of thee. Daarna brengen we de mensen weer terug naar hun kamer.”

Druk bezocht

Marlies is zelf ook gelovig. “Ik ben katholiek. Vroeger had je hier ook nog een katholieke mis. Maar nu is de dienst in Beatrix voor verschillende religieuze groepen, met een verhaal en veel zingen. De diensten worden altijd druk bezocht.”

Marlies vindt het dankbaar werk om te doen, ook al kunnen niet alle bewoners zich nog met veel woorden uiten. “Soms krijg je een glimlach van mensen, een kneepje in je arm of zie je dat iemand met tranen in de ogen zit. Dit geeft mij veel voldoening.”

Praten over vroeger

Met anderen heeft ze wel een gesprek. “Het is voor mij een uitje. Ik kom zelf uit Culemborg en heb jarenlang in een kledingwinkel onder de Binnenpoort gewerkt. Soms zie ik oude klanten hier terug. Dan heb je het over vroeger en heb je gelijk een aanloopje voor een leuk gesprek.”

De sfeer van vrijwilligers en medewerkers onderling is goed, vindt Marlies. “Wat ze hier bij Beatrix allemaal voor de vrijwilligers doen, dat is heel bijzonder. Met name tijdens de coronatijd kregen we regelmatig leuke attenties. Een heerlijk ontbijt bijvoorbeeld, leuke bloemenzadjes of een attent briefje. Ja, ook daardoor voel je je heel gewaardeerd. Ik vind het heel dankbaar werk en hoop het nog lang te blijven doen.”

Bedrijven bieden een helpende hand

Vrijwilligers dragen met hun vrijwilligerswerk een steentje bij aan de maatschappij. Niet alleen individuen, ook sommige bedrijven voelen deze maatschappelijke verantwoordelijkheid. Twee bedrijven waarmee Zorgcentra De Betuwe samenwerkt, vertellen waarom zij ook graag vrijwillig wat doen voor onze organisatie.

Rob Janssen (56) is relatiemanager bij Kersten Hulpmiddelen. Hij liep met drie collega's mee tijdens een Halloweenocht van onze locatie Kulenburg. Samen begeleidden zij vier bewoners in een rolstoel. Ook stelde Kersten Hulpmiddelen gratis een aantal wandelrolstoelen ter beschikking.

Kersten Doet

Kersten Hulpmiddelen levert rolstoelen, bedden, tilliften en andere transferhulpmiddelen. Met 'Kersten Doet' hoopt Kersten Hulpmiddelen twee doelen te bereiken. Rob: "Aan de ene kant betekenen we graag op vrijwillige basis wat voor cliënten. En aan de andere kant zorgt het ervoor dat mensen die niet in de buitendienst

werken ook bekend zijn met de doelgroep. Komt er op vrijdagmiddag bijvoorbeeld ineens nog een verzoek om een bed voor Zorgcentra De Betuwe dan weten ze voor wie ze dat doen."

Rolstoelen hergebruiken

Dit sociale aandeel past volgens Rob bij de duurzaamheidsmissie van het bedrijf. "Het zit in het dna van ons bedrijf. De eerste directeur had een familielid met een beperking. Deze persoon werkte in het bedrijf. Op dit moment heeft 14 procent van onze medewerkers een afstand tot de arbeidsmarkt. Iedereen heeft bij ons een gelijke kans."

Contact met bewoners

Het leuke aan het vrijwilligerswerk vindt Rob het contact met de bewoners. "Tijdens zo'n wandeling hoor je het hele levensverhaal van iemand. Het is leuk om zo een gesprek te hebben. Voor sommige collega's is het juist ook een drempel. Zij hebben bewust gekozen voor kantoorwerk en de stap naar een verpleeghuis is dan groot. Als je nog jong bent en niemand uit je omgeving kent die in zorg is geweest, heb je er geen benul van wat er in die wereld omgaat. Maar juist wanneer jongeren toch meedoen, horen we regelmatig: 'Ik had nooit gedacht dat het zo leuk was!'"



Rob Janssen van Kersten Hulpmiddelen

“Contact met de doelgroep is belangrijk”



Jaap de Windt van Van Dillen Bouwgroep

“Voor dit werk heb je empathie nodig”

Jaap van Dillen en zijn collega Peter van der Lingen maakten samen met bewoners van Kulenburg vogelhuisjes. Peter hing ze op in de tuin van onze zorglocatie.

Het is een van de kernwaarden van Van Dillen Bouwgroep: Goed zijn voor de mensen in je bedrijf én daarbuiten. Jaap de Windt (54) is samen met zijn zwager Cees van Dillen eigenaar van het familiebedrijf. Van Dillen Bouwgroep heeft meerdere van onze locaties verbouwd of in onderhoud. Hun medewerkers helpen regelmatig op vrijwillige basis bij onderhoudswerkzaamheden of activiteiten met cliënten.

Van Dillen groeide in bijna driehonderd jaar en negen generaties uit tot een complete bouwgroep met onder andere een eigen timmerfabriek. Jaap: "We werken veel in het sociale domein. We bouwen en onderhouden vastgoed voor woningcorporaties. Bijvoorbeeld sociale huurwoningen. Maar ook het verbouwen en nieuw bouwen van overheids- en zorggebouwen valt hieronder."

Naar elkaar omkijken

Wanneer je in het sociale domein werkt, zie je naast heel veel mooie dingen ook maatschappelijke problemen, vertelt Jaap. "Onder andere mensen die de eindjes nauwelijks of niet aan elkaar kunnen knopen. Of mensen die het moeilijk hebben doordat ze licha-

melijk, geestelijk of sociaal een afstand hebben tot de maatschappij of arbeidsmarkt. Daarom heb je empathie nodig voor de mensen achter de voordeur. Anders lukt dit werk je niet."

Van Dillen helpt regelmatig bij klussen of leuke activiteiten. "Op de Van Dillen Doet Dag reinigden we al een keer het dakterras van een van de locaties, maakten we glazen puien schoon en pakten we de tuin aan. Daarnaast realiseerden we een keer een rolstoelwasstraat en maakten we vogelhuisjes met bewoners. Natuurlijk zorgen we dan ook voor wat lekkers, zoals een saucijzenbroodje."

Contact met bewoners

Het contact met bewoners zorgt voor alleen maar meer empathie, merkt Jaap. "Je gaat met echt een goed gevoel naar huis en je werkt vanuit je hart. Maar eigenlijk gaat het daar niet om. Ik weet dat de gezichten van mensen niet altijd blij kunnen zijn. Sommigen hebben een bepaalde ziekte of leven met veel pijn. Een fijne sfeer en een fijne woonomgeving zijn juist dan belangrijk voor mensen."

Diana werd vrijwilliger bij Lingewaarde toen haar schoonmoeder daar kwam wonen

“Fijn om er nog voor de andere bewoners te kunnen zijn”

Toen haar schoonmoeder in november 2020 bij Lingewaarde kwam wonen, kwam Diana van Arnhem (56) veel over de vloer bij onze locatie in Tiel. Sinds augustus 2021 doet ze er diverse vrijwilligersklussen. “Dit doe ik op flexibele basis, zodat ik het goed kan laten aansluiten op mijn thuissituatie.”

Prettige sfeer en omgeving

Diana heeft de zorg altijd een warm hart toegedragen. “Ik word er heel blij van om voor mensen te zorgen. Dat zit gewoon in mij. In Lingewaarde vind ik de sfeer en omgeving heel prettig. In augustus 2021 heb ik naar de mogelijkheden voor vrijwilligerswerk gevraagd en ben ik vrijwilliger geworden.” Het vrijwilligerswerk zorgde ervoor dat Diana niet alleen in de rol van mantelzorger bij haar schoonmoeder kwam. “Als mantelzorger maak je je veel zorgen. Doordat ik ook vrijwilligerswerk deed, liep ik regelmatig bij mijn schoonmoeder binnen en deelde ik meer de gewone en gezellige momenten. Hierdoor kon ik nog kind van mijn schoonmoeder zijn en was ik er niet alleen in de zorgrol.”

Betrokkenheid en waardering

Na het overlijden van haar schoonmoeder in maart 2023 maakte Diana de keuze om vrijwilliger te blijven. “In het begin is het wel lastig dat er geen familie meer bij Lingewaarde woont. Dat gaf soms een leeg gevoel. Maar ik vind het heel fijn om er nog

voor de andere bewoners te zijn. Daar krijg ik zoveel positieve energie van. Inmiddels ken ik veel mensen en heb ik met iedereen een goede band opgebouwd. De medewerkers zijn heel betrokken. Ik werd goed opgevangen nadat mijn schoonmoeder is overleden. Dat ervaaarde ik als een warm bad.”

Diana merkt dat er veel gedaan wordt voor de vrijwilligers: “Ik kan aan diverse workshops van Zorgcentra De Betuwe meedoen. Na iedere vrijwilligersklus krijg ik een dankjewel of kletsen we samen na en ik krijg regelmatig leuke attenties. Ik voel me erg gewaardeerd!”

“Ik voel me erg gewaardeerd!”

Ries bouwde een kippenhok bij Huize Appelenburg

“Ze kunnen me altijd bellen”



Ries Hoogakker (74) uit Dodewaard had jarenlang een eigen bouwbedrijf. Hij is zoals hij zelf zegt een druk baasje en dus besloot hij na zijn pensioen vrijwilliger te worden. Hij meldde zich bij Huize Appelenburg. Al ruim acht jaar doet hij nu regelmatig klussen voor onze zorglocatie in Dodewaard.

Als de medewerkers van Huize Appelenburg een idee hebben en er is wat praktische hulp bij nodig, bellen ze Ries. Grote kans dat hij een moment later al op de stoep staat. “Ik woon hier om de hoek”, vertelt Ries. “Als er praktische klussen zijn, help ik graag.”

Kippenhok

Wat hij dan bijvoorbeeld gedaan heeft voor Huize Appelenburg? “Ik maakte onder andere dit kippenhok”, wijst Ries. “Eerst waren er kippen en nu zijn er vogels. Dat is voor het personeel wat minder werk.” Ook bevestigde Ries een schaduwdoek

boven het balkon. “Het wordt daar altijd heel warm. De eigenaar van de woningstichting wilde niets aan het pand bevestigd hebben dus een overkapping was geen optie. Toen kwamen we op het idee om twee schaduwdoeken op te hangen.”

Praktische klussen

Al is Ries een sociaal mens, hij vindt het fijn dat het vrijwilligerswerk vooral praktisch is. Toch spreekt hij genoeg bewoners wanneer hij aan het werk is en gaat hij regelmatig met hen fietsen op de duofiets. “Ik probeer wel contact te houden met de bewoners.”

Snoepjes

“Laatst fietste ik met een nieuwe cliënt naar familie toe. Toen ik de volgende keer kwam en hij mijn stem hoorde, kwam hij naar me toe met een doosje met snoepjes erin. Als bedankje. Hij werd emotioneel, omdat dit de laatste plek is waar hij zal wonen.” Het geeft Ries voldoening dat hij op zo'n moment een luisterend oor kan bieden. Ries hoopt dat er meer vrijwilligers komen die bewoners meenemen op de elektrische duofiets, omdat hij ziet hoe goed het de mensen doet. “Er is altijd wel wat te doen en ze zijn er hier erg blij mee als je komt helpen!”



Ook vrijwilliger worden? We hebben je nodig!

Wil jij net als al de enthousiaste vrijwilligers in dit magazine graag een steentje bijdragen? Binnen Zorgcentra De Betuwe kunnen we alle hulp gebruiken! We hebben een heel gevarieerd aanbod aan vrijwilligerswerk. En wanneer je zelf ideeën hebt, staan we daar ook voor open. Je kunt dus reageren op een vacature of aankloppen bij een van onze vrijwilligerscoördinatoren.

Lijkt het je leuk om ook bij te dragen?

Neem contact op via vrijwilligerswerk@zorgcentradebetuwe.nl. We geven je graag meer informatie en kunnen met jou meedenken over jou en onze mogelijkheden!

Hopelijk tot binnenkort!

Onze huidige vacatures vind je op vrijwilligers.zorgcentradebetuwe.nl



bekijk
onze
vacatures!