



# 50 JAAR

## VRIJWILLIGERSCENTRALE ARNHEM

Verbinden

Versterken

Verrijken





# DIT ZIJN WIJ

Vrijwilligerscentrale Arnhem is opgericht in 1972 en daarmee zijn wij één van de oudste organisaties op het gebied van vrijwillige inzet. Met 50 jaar op de teller zijn wij hét expertisecentrum van Arnhem voor vrijwilligerswerk. Vrijwilligerscentrale Arnhem brengt vraag en aanbod van vrijwilligerswerk bij elkaar. Jaarlijks maken we met onze vacaturebank zo'n 1.200 matches tussen vrijwilligers en organisaties. Voor de Arnhemmers die zich éénmalig of voor een korte periode willen inzetten voor vrijwilligerswerk hebben we de korte-klusen-kalender. Ons opleidingscentrum Volare zorgt voor deskundigheidsbevordering voor Arnhemse vrijwilligers, (zorg)organisaties en vrijwilligerscoördinatoren zoals in-company trainingen, thema-bijeenkomsten en workshops. Ook helpen we onder andere de vrijwilligerscoördinatoren mee met bij de werving van vrijwilligers. We werken persoonlijk én wijkgericht en stellen ons als doel dat iedereen kan meedoen in Arnhem.



Vrijwilligerscentrale Arnhem is een onderdeel van Rijnstad

## INTERVIEWS



Frank Tomassen  
Sociaal ondernemer



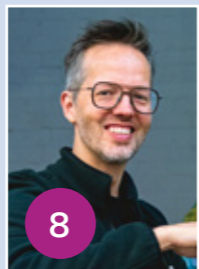
Anna Cohen Stuart  
Vrijwilliger



Riekje Cornelissen  
Vrijwilliger



Marcel de Haas  
Vrijwilligerscoördinator



Robin van Duijn  
Vrijwilligerscoördinator



Nel Geerdink  
Vrijwilliger



Ilse Houterman  
Vrijwilliger



Hannelte Wijma  
Vrijwilligerscoördinator



Joost Bekkers  
Sociaal ondernemer



Jolanda van Looij  
Vrijwilligerscoördinator

## Voorwoord

# OMZIEN NAAR ELKAAR



*'Zoals Loesje zegt:  
als elke vrijwilliger een  
ster was, werd het nooit  
meer donker!'*

"Al vijftig jaar lang is Vrijwilligerscentrale Arnhem dé verbinder voor vrijwilligers, vrijwilligersorganisaties en organisaties die met vrijwilligers werken. Vrijwilligerscentrale Arnhem is daarmee één van de oudste vrijwilligerscentrales in Nederland. Dat is iets waar we enorm trots op mogen zijn. Het is 50 jaar aan hartverwarmend, zingevend en participerend werk. Werk dat ook met de tijd mee gaat. Van eerder aanbodgericht naar nu vraaggericht werk. Van vrijwilligerswerk naar burgerkracht. Waarin initiatief en kracht centraal staan om de gezamenlijke sociale en maatschappelijke uitdagingen aan te pakken zodat iedereen mee kan doen. Met hart en ziel zetten de vrijwilligers zich in voor de Arnhemse samenleving. Ik wil al deze vrijwilligers, vrijwilligersorganisaties en samenwerkingspartners bedanken voor hun inzet en betrokkenheid!"

Joke Wisseborn-Remigius  
Directeur- bestuurder

*'In dit magazine staan  
10 prachtige verhalen  
centraal. Verhalen over  
de impact en het belang  
van vrijwilligerswerk voor  
Arnhem'*





## Frank Tomassen

*'Zonder de vrijwilligerscentrale was ik hier niet terecht gekomen. Hier heb ik ontdekt waar mijn kracht en mijn hart ligt'*

Jaren geleden kwam Frank Tomassen met een zware burn-out thuis te zitten. Na ruim anderhalf jaar, in 2016, wilde hij weer aan de slag. Dat was het moment dat hij bij de vrijwilligerscentrale binnenliep. "Toen ik weer een beetje beter in mijn vel kwam te zitten, wilde ik wat doen om weer structuur in mijn leven te krijgen en weer te wennen aan arbeidsbelasting. Ik ben bij de vrijwilligerscentrale binnen gelopen om te kijken wat ik kon doen om van waarde te zijn voor mezelf en voor de partij waar ik aan de slag zou gaan."

Frank wilde wat met zijn handen doen en met iets bezig zijn waarmee hij een instelling of bedrijf ook daadwerkelijk kon helpen. "Ik wilde productief zijn, dat was voor mij belangrijk. Daarbij wilde ik ver weg blijven van computers en telefoons. We hadden een heel prettig gesprek waarin er echt aandacht was voor mij en mijn vragen en wensen." Frank kreeg twee vacatures mee. "Ik ben bij de eerste optie binnengelopen en dat was gelijk 'raak'. Ik ben daar begonnen als vrijwilliger en zo ben ik met de wereld van meubels en hout in aanraking gekomen. Het werk paste mij zo goed, en dan met name het begeleiden van mensen, dat ze mij enkele maanden

later in dienst hebben genomen. Dat bleek een schot in de roos, ook voor mijzelf. Zonder de vrijwilligerscentrale was ik hier niet terecht gekomen. Hier heb ik ontdekt waar mijn kracht en mijn hart ligt."

In 2018 zette Frank de stap om zelf een sociaalmaatschappelijk initiatief te starten: Stichting ReCAP. Stichting ReCAP maakt van oude tafels en kasten nieuwe gebruiksartikelen. Ook maken en restaureren Frank en zijn collega's meubilair in opdracht. In zijn stichting werkt Frank ook weer samen met een zeer waardevolle vrijwilliger. "Iedereen is van waarde voor het arbeidsproces. Wat wij hier proberen te doen, is mensen terug te helpen naar een betaalde baan. Maar ook als dat niet mogelijk is, denk ik dat iedereen, al is het maar voor een paar uur per week, van waarde kan zijn voor zichzelf en de maatschappij. En dat kan heel goed in de vorm van vrijwilligerswerk. De vrijwilligerscentrale heeft een heel belangrijke rol voor mij gespeeld en kan ook voor anderen een laagdrempelige optie zijn om je talenten en interesses te ontdekken."

# IEDEREEN KAN VAN WAARDE ZIJN VOOR ZICHZELF EN DE MAATSCHAPPIJ





Riekie Cornelissen

# FIJN OM WAT TE KUNNEN BETEKENEN VOOR ANDEREN

Riekie Cornelissen (58) is al 20 jaar vrijwilliger. Vroeger hielp ze bij de kinderdisco, sinds ongeveer negen jaar draait zij, samen met Berin, De Speelmorgen in MFC Presikhaaf.

De Speelmorgen is voor kinderen tussen de 10 maanden en twee jaar oud en hun ouders. "Het is een goede voorbereiding op de peuterspeelzaal en ook heel goed voor het vroeg signaleren van problemen," geeft Riekie aan. "Ik heb zelf een gezin met speciale kindjes die ik in mijn eentje heb opgevoed. Daardoor zit het zorgen en kijken heel erg in mijn systeem. Door te kijken naar de kinderen zie ik of het goed met ze gaat. Als me iets opvalt, maak ik dat bespreekbaar met de ouders. Nu heb ik een groep waarbij alles goed gaat, maar soms heb je gezinnen waar wat aan de hand is. Dan is het fijn dat je wat kunt betekenen. We zorgen voor een gezellige speelmorgen voor ouder en kind. Het doel is voorbereiding op de speelzaal, maar de gezelligheid staat voorop!"

Riekie begon ooit als vrijwilliger door een oproep in het krantje van Presikhaaf. "Daar heb ik op gesolliciteerd, je moest toen nog echt op gesprek komen. Sindsdien ben ik eigenlijk niet meer weg gegaan.

Het werken met kindjes en hun ouders is heel erg leuk. Je bent een schakel tussen andere ouders, en kunt zorgen dat ze eventuele knelpunten op tafel leggen. Ik ben iemand die heel makkelijk gespreksonderwerpen aansnijdt, en dan zie je dat er heel leuke gesprekken uit voortkomen. Ouders zitten met dingen, gaan dat met elkaar bespreken en vinden steun bij elkaar. Dat onderlinge contact is heel mooi. Er ontstaan ook echt vriendschappen. Ik doe dit al een paar jaar samen met Berin. Zij zorgt voor de regelmaat en ik ben meer van het entertainment, dat gaat heel goed. Ik doe altijd een beetje gek, dat vinden de kinderen leuk."

Via Volare kunnen vrijwilligers trainingen en workshops volgen. Riekie volgt zo allerlei cursussen. "Als je jezelf kunt ontwikkelen en kennis kunt vergaren, en dan ook nog gratis, maak ik daar graag gebruik van! Ik zou iedereen die de kans en de gelegenheid heeft, aanraden om zichzelf nuttig te maken als vrijwilliger. Dat is goed voor jezelf en je kunt wat betekenen voor anderen. Ik heb in al die jaren al zoveel kindjes begeleid! Ik kom ze regelmatig tegen op straat en dan groeten ze me nog altijd heel enthousiast."



Bedankt  
Riekie!





Bedankt  
Robin!

*'Je voelt je gewaardeerd en maakt  
deel uit van de maatschappij'*

Robin van Duijn

# HET IS VOOR IEDEREEN FIJN OM ERGENS BIJ TE HOREN

Robin van Duijn werkte vier jaar als filiaalleider bij 2Switch in Arnhem. Vanuit die functie had hij veel contact met de vrijwilligerscentrale. Nu werkt Robin bij Stichting RataPlan. Kringloopbedrijf RataPlan is een onafhankelijke stichting zonder winstoogmerk die werkt aan kansen voor zowel mens als milieu. RataPlan heeft 32 kringloopwinkels in Noord-Holland, Zuid-Holland, Flevoland, Utrecht en Gelderland. RataPlan biedt werk aan mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt. Daarnaast biedt RataPlan werkervarings- en stageplaatsen en bevordert zij hergebruik. Binnenkort opent RataPlan een nieuwe kringloopwinkel aan de dokter C. Lelyweg in Arnhem.

"Vanuit 2Switch had ik veel contact met de vrijwilligerscentrale," vertelt Robin. "Ik heb in die tijd vele tientallen vrijwilligers ingezet. Voor de nieuwe winkel van RataPlan in Arnhem gaan we dat ook weer doen. Ik zeg altijd: van vrijwilliger tot vaste dienstverbanden, iedereen is welkom. Wij werken met mensen die gedetacheerd zijn, mensen met een indicatie vanuit Scalabor, mensen met een wajong-uitkering, mensen met een reclasseringsachtergrond, echt iedereen is welkom."

"Stichting RataPlan staat voor kansen voor mens en milieu, de inzet van vrijwilligers past daarbij. En dat past ook weer bij

de participatiemaatschappij", legt Robin uit. "Het is voor iedereen goed om ergens bij te horen. Je voelt je gewaardeerd en maakt deel uit van de maatschappij. Het is ook juist zo leuk omdat wij werken met allerlei verschillende mensen. Mensen uit Eritrea, mensen uit Nederland, statushouders, mensen met een enkelband of een beperking. Dat maakt het heel gaaf, want je kan van iedereen wat leren."

RataPlan kan alle hulp gebruiken. "Er zijn zoveel hergebruikspullen beschikbaar, het kost heel veel tijd en energie om dat allemaal te verwerken, schoon te maken, op te knappen, enzovoorts. Alle puzzels worden gecheckt, producten worden schoongemaakt, in elkaar gezet of opgeknapt. We hebben een fietsreparatieplaats, RataPlant: waar planten gedoneerd en gekocht kunnen worden, we hebben eigenlijk bijna alles! En overall hebben we vrijwilligers voor nodig. Voor de kassa's, bij de boeken, voor de koffi corner, bijrijders, noem maar op. We kunnen heel veel mensen gebruiken voor minimaal acht uur per week. Daar is ook een kleine vergoeding voor beschikbaar en dat mag ook gewoon naast een uitkering of bijstand. Voor sommige mensen is dit heel welkom, maar het is vooral heel fijn om ergens bij te horen."



Ilse Houterman (43) werkt als vrijwilliger bij 2Switch in Elst. Ze werd ziek, werd afgekeurd maar wilde wel graag bezig blijven. Nu werkt ze toe naar terugkeer op de arbeidsmarkt. "Ik ben afgestudeerd als pedagogisch medewerker en onderwijsassistent in het speciaal onderwijs. Ook heb ik onlangs nog een studie gedaan voor persoonlijk begeleider maatschappelijke zorg 4. Een tijd terug ging mijn gezondheid met me aan de haal en ben ik afgekeurd. Ik wilde niet alleen maar thuis zitten, dus toen ben ik op zoek gaan naar vrijwilligerswerk om toch aan de slag te blijven."

Ilse werkt sinds 2016 als vrijwilliger bij verschillende organisaties. "Ik heb onder andere bij Irizorg gewerkt, bij 2Switch, bij de Voedselbank en als taaldocent bij AZC Elderhoeve in Elden. Sinds vier maanden ben ik weer terug bij 2Switch. Het is wel een tussenstop, want ik zit in een re-integratie traject bij het UWV om hopelijk in de toekomst weer betaald werk te kunnen gaan doen. Misschien in combinatie met vrijwilligerswerk."

## Ilse Houterman

### 'Het is fijn om in het werkritme te blijven'

Als mijn gezondheid het toelaat, zou ik dat heel graag doen, want het vrijwilligerswerk is wel heel dankbaar werk."

"Ik vind het heerlijk om als vrijwilliger aan de slag te gaan omdat je toch wat doet voor de maatschappij. Ik werk met allerlei verschillende mensen van verschillende leeftijden en ik heb in de winkel ook te maken met klanten. Er komen kinderen binnen waar je mee praat, het is heel divers. Ik heb het echt naar mijn zin. Het is ook fijn om aan de slag te blijven en in het werkritme te blijven. Ik blijf bezig en haal er voldoening uit, maar tegelijkertijd heb ik wel de vrijheid om te zeggen wanneer het echt

niet gaat. Dan kan ik minder uren maken, of we bekijken samen hoe het beter kan. Tot nu toe gaat het nog steeds goed, dus ik zit in een stijgende lijn."

Via Volare kan Ilse workshops en trainingen volgen. "Ik heb meegedaan aan een workshop waarbij ze kijken naar hoe je in elkaar zit en hoe je functioneert op de werkvloer. Dat gebeurde met de zogenaamde diskmethode en door te boksen. Dat was heel leerzaam, je leert jezelf op een andere manier kennen. Ik ben heel leergierig en sta altijd open voor workshops, dus dit aanbod heb ik met beide handen aangepakt."

# VRIJWILLIGERSWERK IS DANKBAAR WERK







*'Ze doen het met hart en  
ziel en voelen zich bijzonder  
verantwoordelijk'*

Joost Bekkers

# IEDER JAAR WEER ONTROERD DOOR DE INZET VAN AL DIE VRIJWILLIGERS

Tendens Vakanties organiseert vakanties en activiteiten voor mensen met een verstandelijke of meervoudige beperking en voor mensen met niet aangeboren hersenletsel (NAH). En daarvoor heeft directeur Joost Bekkers heel veel vrijwilligers nodig. Joost: "we hebben zo'n 300 vrijwillige reisbegeleiders die onze vakanties begeleiden. Daarnaast zetten we ook nog wel eens vrijwilligers in voor korte projecten, zoals een chauffeur of een gastvrouw. Zij doen dat met hart en ziel!"

Tendens Vakanties bestaat al 27 jaar en werkt vanaf vrijwel het begin samen met de vrijwilligerscentrale, vertelt Joost. "We hebben heel bewust de keuze gemaakt om met vrijwilligers te werken, omdat we graag met mensen werken die gemotiveerd zijn vanuit het hart en niet vanuit een financiële noodzaak. We hebben dat ook heel

expliciet vastgelegd. Enerzijds omdat die vrijwilligers gemotiveerd zijn vanuit het hart en anderzijds omdat vrijwilligerswerk een maatschappelijk belang heeft. We zijn ieder jaar weer ontroerd door de inzet van al die vrijwilligers. Ik vind dat zo bijzonder!"

Het grote voordeel van vrijwilligerswerk bij Tendens Vakanties is dat het heel goed planbaar is. "Aan het einde van het kalenderjaar kunnen vrijwilligers hun beschikbaarheid voor de volgende zomer al doorgeven. Waar je bij ander vrijwilligerswerk vaak een vaste avond in de week kwijt bent, kunnen ze dat bij ons heel bewust plannen voor bijvoorbeeld het begeleiden van één vakantieweek per jaar."

Tendens Vakanties organiseert zo'n 110 tot 120 vakanties per jaar. "Voor onze doelgroep is op vakantie gaan helaas duurder, omdat zij altijd te maken hebben met de meerkosten van de begeleiding op vakantie. Door te kiezen voor de inzet van een vrijwilliger, besparen we hen in ieder geval de loonkosten." De kracht van de vrijwilliger zit echt in die motivatie, geeft Joost aan. "Ze doen het met hart en ziel en voelen zich bijzonder verantwoordelijk. Recent hebben we ons jaarfeest gevierd, traditiegetrouw als afsluiting van het vorige reisseizoen en als start van het nieuwe seizoen. Als je dan ziet hoeveel vrijwilligers bezig zijn met het begeleiden van de dag, zorgen dat de vakantiegangers het fijn hebben, dat er geschminkt wordt, dat de horeca bezet is, enzovoorts, ik vind dat echt fantastisch. Daar kan ik iedere keer weer kippenvel van krijgen."



# IK BLIJF GRAAG ACTIEF EN NUTTIG

Anna Cohen Stuart

*'Ik vind het fantastisch als ik mensen verder kan helpen'*

Anna Cohen Stuart werkt al een jaar of vijf als coach voor Coach Kees: een project van Vrijwilligerscentrale Arnhem. Voordat Anna gepensioneerd was, was ze ook coach, maar dan in het bedrijfsleven. Nu coacht ze als vrijwilliger mensen die ver van de arbeidsmarkt afstaan. "Na mijn pensionering ben ik op zoek gegaan naar iets om actief te blijven en om nuttig bezig te zijn. Zo ben ik bij de vrijwilligerscentrale terecht gekomen. Of het nou vrijwillig of betaald is, ik vind het werk nog steeds leuk."

De mensen die Anna coacht, komen via de vrijwilligerscentrale bij haar terecht. "Dat zijn mensen die langdurig uit het arbeidsproces zijn, vaak een aantal jaren. Bijvoorbeeld doordat ze ziek zijn geworden, lichamelijk of psychisch, of om een andere reden uit het arbeidsproces zijn geraakt. Ze zijn het werken niet meer gewend, weten niet hoe ze moeten solliciteren, hoe het is om een taak te hebben waarbij je bepaalde verantwoordelijkheden hebt, op tijd moet zijn, of er is een andere reden waardoor werken ver van ze afstaat. Onzekerheid kan ook een rol spelen. Ze zijn hun kwaliteiten en capaciteiten vergeten en moeten weer ontdekken waar ze goed in zijn. Of misschien willen of

moeten ze een heel andere kant op dan dat ze vroeger in het arbeidsproces deden. Ik help hen om terug te keren naar de arbeidsmarkt, soms met vrijwilligerswerk als opstap."

Een coachingstraject duurt ongeveer drie maanden. "Het begint altijd met een intake gesprek met iemand van de vrijwilligerscentrale", geeft Anna aan. "Zij maken de match tussen de coach en degene die gecoacht gaat worden. Dan kijken we of er een klik is, of wat ik kan bieden aansluit bij wat zij of hij vraagt en of ik er wat mee kan. Het is trouwens nog nooit gebeurd dat een match niet doorging. Dat komt denk ik doordat ze bij de vrijwilligerscentrale heel goed kijken wie er bij welke coach past. Ik heb de afgelopen jaren een stuk of 7 mensen gecoacht. Niet heel veel, maar ik denk dat veel mensen niet weten van het bestaan van dit project. Ik hoop dat dit helpt om Coach Kees wat bekender te maken." "De coaching is bepaald niet vrijblijvend. Niet voor degene die ik coach, maar ook niet voor mij. Ik zie het echt als een soort werk. Voor mij is een afspraak net zo belangrijk als een afspraak die ik destijds voor mijn werk had. Ik vind het fantastisch als ik mensen verder kan helpen."







Marcel de Haas

# FANTASTISCH DAT MENSEN HUN VRIJE TIJD INZETTEN VOOR EEN GOED DOEL

*'Ik vind het fijn dat Vrijwilligerscentrale Arnhem achter mij staat'*

Marcel de Haas is samen met Lars Nieuwenhoff bestuurslid en beheerder van het Huis voor de Wijk. Het Huis voor de Wijk is een prettige en toegankelijke plek voor bewoners van Immerloo, waar zij elkaar ontmoeten, zich kunnen ontplooiën en ontwikkelen, en waar zij antwoorden vinden op vragen die individueel of als groep bestaan. Vrijwilligers spelen hierbij een belangrijke rol.

Marcel vertelt: "Lars Nieuwenhoff en ik zijn vier jaar geleden door de gemeente gevraagd om het buurthuis helemaal te reorganiseren. We hebben dat gedaan en daarbij wilde ik een eigen pool van vrijwilligers opzetten. Maar hoe doe je dat, waar let je op? Ik ben door de vrijwilligerscentrale enorm geholpen. Met het plannen maken en met het opzetten van de overeenkomst ten aanzien van de vrijwilligers, die was er namelijk nog niet."

Marcel heeft ook veel met de mensen van de vrijwilligerscentrale gespeld over het goed neerzetten van projecten. "Niet alleen maar afspraken maken over de vrijwilligersvergoeding, maar ook: hoe zorg je dat er jaargesprekken komen, hoe doe je dat met je aanname, hoe ga je om met de wet op de privacy, dat soort dingen. Ik ben wel manager geweest, maar werken met vrijwilligers was

voor mij nieuw. Dat is toch een hele andere tak van sport. Ik heb er heel veel aan gehad om alles gelijk goed neer te zetten. Ik vind het ook fijn dat er een club achter me staat waar ik terecht kan met vragen. Niet dat ik daar zoveel gebruik van maak, maar het is een prettig idee dat zij je kunnen helpen, mocht er wat zijn. Wat ik ook heel leuk vind, en waar ik mijn vrijwilligers altijd op attent maak, is dat er allerlei cursussen worden aangeboden via Volare."

Een ander onderdeel van de samenwerking tussen Huis voor de Wijk en de vrijwilligerscentrale is het uitzetten van klussen en het plaatsen van vacatures.

"We merken wel dat steeds minder mensen zich aanbieden, maar ik heb toch een club van 23 vrijwilligers rondlopen. Dat gaat heel goed, ik heb een heel enthousiaste club van vrijwilligers. Zij zijn enorm gemotiveerd en vinden het leuk om dingen te doen. Het verbaast me soms ook hoeveel mensen willen doen. Ik heb een vrijwilliger die hier dagelijks aanwezig is. Ze zijn heel erg betrokken bij het Huis voor de Wijk. Ze zien het als hún huis. Het is fantastisch om te zien dat mensen hun vrije tijd inzetten voor een goed doel."






# GEPRIKKELD BLIJVEN, DAT VIND IK HET BELANGRIJKSTE VAN VRIJWILLIGERSWERK

Nel Geerdink

*'Ik wil mee blijven draaien  
en ertoe doen'*

Nel Geerdink (66) is al 15 jaar vrijwilliger bij het Watermuseum én sinds 4 jaar Stadsgids. Toen Nel stopte met betaald werk, wilden ze graag bezig blijven. Daarom meldde ze zich aan bij de vrijwilligerscentrale. "Ik ging van vier dagen in de week werken naar nul. Dat is helemaal niet goed, want je wil je bijdrage leveren aan de maatschappij. Ik wil mee blijven draaien en er toe blijven doen. Daarom ben ik gaan kijken wat ik leuk vind en wat ik wilde doen."

"Ik ben het in de herfstvakantie eens gaan proberen bij het Watermuseum, om de sfeer te proeven. Dat is zo goed bevallen dat ik ben blijven plakken. Ik ben begonnen als activiteitenbegeleider in de vakantieperiode. Daarna heb ik een opleiding gekregen tot rondleider in het museum, dat doe ik nog steeds. Later is daar ook nog het begeleiden van scholen bijgekomen. Buiten de schoolvakanties ontvangen we scholen, van groep één tot de onderbouw havo/vwo. Omdat ik van oorsprong uit de chemie kom en laboratoriumervaring heb, begeleid ik ook de proefjes in het laboratorium."



Tijdens de schoolvakanties is Nel gemiddeld twee keer in de week bij het Watermuseum aanwezig, daaromheen iets minder. "Het levert heel veel voldoening op. Omdat je zoveel tevreden gezichten ziet van gelukkige kindjes en hun begeleiders. Door je eigen inbreng kun je andere plezier geven en er zelf ook heel veel plezier aan hebben. Het draagt ook op allerlei gebieden bij aan je eigen ontwikkeling. Ik heb altijd in het bedrijfsleven gewerkt en nu met kinderen, dat is compleet anders. Je stapt een heel andere wereld in. Dat maakt het ook zo leuk."

Als stadsgids werkt Nel gemiddeld één keer per week. Hiervoor heeft ze vanuit het Stadsgilde eerst een gedegen opleiding gevolgd en een proeve van kundigheid moeten afleggen. Ook dit werk vindt Nel ongelofelijk leuk. "Als je met kinderen werkt, krijg je heel veel terug in blijde gezichtjes en leuke opmerkingen. Bij de stadswandelingen voor volwassenen is er een hele andere manier van omgang. Er is veel interactie en je wordt geprikkeld om dingen uit te zoeken en verder te kijken dan de standaard zaken die je uit je losse mouw schudt. Het geprikkeld blijven, dat vind ik het belangrijkste van het vrijwilligerswerk. Dat je mee kan draaien. Zolang mijn benen alles dragen, loop ik overal mee!"



Hannette Wijma

# MENSEN CONCREET KUNNEN HELPEN, GEEFT EEN GOED GEVOEL

Hannette Wijma werkt bij MVT Arnhem (Mantelzorg Vrijwillige Thuishulp Arnhem). MVT Arnhem biedt ondersteuning aan mantelzorgers in de gemeente Arnhem. Daarbij wordt MVT Arnhem ondersteund door 70 vrijwilligers: klus- en tuinvrijwilligers, vrijwillige coördinatoren die de vragen uitzetten bij de vrijwilligers en o.a. telefoonvrijwilligers. Hannette: "We bestaan in maart 25 jaar. We zijn begonnen als vrijwillige thuishulp en klussendienst. Sinds een jaar of 10 is de mantelzorg daar bijgekomen. We helpen mensen die bepaalde klussen zelf niet kunnen doen, maar we helpen ook mantelzorgers die behoorlijk overbelast zijn en het zelf niet meer voor elkaar krijgen."

Het klusteam van MVT Arnhem werkt graag samen met het project #meedoen (voorheen Aan de Slag). Dit is een landelijke methodiek voor vrijwilligerswerk op het gebied van sport, taal en activiteiten. "Vier keer per jaar hebben we een tuindag waarbij we tuinen in de omgeving aanpakken. Vrijwilligers

vanuit het AZC aan de Groningensingel hebben via #meedoen aangegeven dat ze hier graag mee helpen. Die inzet hebben we gecombineerd met vrijwilligers die het al heel lang doen, zodat ze samen met een klus aan de gang gaan. Inmiddels is een aantal van de nieuwe vrijwilligers ook al zelfstandig aan de slag. Zo hebben we al een flink aantal tuinen kunnen doen", aldus Hannette.

De samenwerking met de vrijwilligers uit het AZC bevalt heel goed, geeft Hannette aan. "Soms is de taal wat lastig. De vrijwilligers kunnen vaak nog niet zo goed Nederlands en de hulpvragers zijn vaak internationaal ook niet zo talig. Maar over het algemeen gaat het goed. In de tuin werk je toch vooral met je handen en heb je niet zo veel uitleg nodig. Er zijn bij het AZC veel hoogopgeleide vrijwilligers die Engels spreken, dus dat maakt het makkelijker. Wat ik heel mooi vond om te horen, was dat een vrijwilliger aangaf: ik verveel me best wel, dus ik ben blij dat ik dit kan doen, dat geeft mij ook een goed gevoel. Zo heb je echt een win-win situatie.

De mensen worden geholpen met hun tuin, maar de vrijwilliger van het AZC heeft ook een goed gevoel over zijn dag."

MVT Arnhem krijgt ongeveer 450 hulpvragen per jaar. "Van helpen bij opruimen, iets in elkaar zetten of een plankje ophangen, tot het aanpakken van de tuin. We hebben veel vaste vrijwilligers. Aan de telefoon hebben we vrijwilligers die de hulpvragen aannemen en vrijwillige coördinatoren die de klussen verdelen onder de vrijwilligers. Zij maken dan zelf een afspraak met de hulpvrager. Onze vrijwilligers doen heel veel zelf. Het is een heel zelfredzame groep. Helaas moeten we ook vaak 'nee' zeggen omdat we vrijwilligers te kort komen. We zijn dus hard op zoek naar vrijwilligers die willen helpen met de tuin, klussen in huis, opruimen, computerklussen en boodschappen doen. Het is heel fijn als je iemand concreet kunt helpen en je mag zelf bepalen wanneer je dat doet. Zelfs met 2 uurtjes per week zijn we blij! Je kunt je aanmelden als vrijwilliger bij MVT Arnhem door te mailen naar [info@mvtarnhem.nl](mailto:info@mvtarnhem.nl)."



*'We zijn hard op zoek naar nieuwe vrijwilligers'*



Jolanda van Looij

# VRIJWILLIGERS WILLEN ALTIJD VOL AAN DE BAK

Jolanda van Looij is coördinator bij het BuurtGroenBedrijf: een ondernemend buurtinitiatief van, voor en door bewoners die zelf regie willen nemen over de kwaliteit van hun eigen leefomgeving. Het BuurtGroenBedrijf streeft naar een prettige leefomgeving in het Spijkerkwartier en de omgeving. Het doel van de stichting is om een groene en sociale wijk te realiseren. Bij het uitvoeren van klussen werkt Jolanda graag samen met vrijwilligers.

Jolanda: "Als wij klussen hebben, bijvoorbeeld bij een Burendag, NLDoet of andere werkzaamheden waarbij we met een grote groep burensamenwerken, melden we de klus ook aan bij #meedoen en nodigen we mensen uit om mee te komen helpen." #meedoen (voorheen Aan de Slag) is een landelijke methodiek



*Jolanda is steeds weer blij verrast over het enthousiasme van de vrijwilligers en hun inzet*

met de focus op het doen van vrijwilligerswerk op het gebied van sport, taal, activiteiten én vrijwilligerswerk op maat. "Het is heel erg leuk om samen te werken met allerlei verschillende mensen. Ik vind het ook leuk als mensen vaker terugkomen, omdat je dan een band opbouwt. Zo hebben we een vrijwilliger gehad vanuit het AZC die uiteindelijk een woning kreeg toegewezen in de buurt. Hij heeft heel veel gedaan voor onze organisatie en was altijd als eerste van de partij. Als bedankje hebben we toen bij zijn nieuwe woning de tuin onderhouden en samen gegeten. Het is heel leuk dat je dan ook wat terug kan doen."

Jolanda meldt ook wel eens klussen aan op de Korte Klussen Kalender. Hier kunnen mensen zich inschrijven voor kortdurende vrijwilligersklussen. Jolanda: "Voor de burendag vorig jaar hebben we bijvoorbeeld mensen gevraagd die taarten konden bakken. Daarvoor meldden zich internationale studenten aan van de HAN, die zich maatschappelijk moeten inzetten. Zij hebben allemaal taarten en lekkernijen gebakken vanuit hun eigen land, waardoor we een hele tafel vol hadden met een breed scala van allerlei verschillende zoetigheden. Dat was heel erg leuk."

Jolanda is steeds weer blij verrast over het enthousiasme van de vrijwilligers en hun inzet. "Waar wij als bewoners bij een klus altijd eerst beginnen met koffie drinken, willen de vrijwilligers van de vrijwilligerscentrale altijd direct vol aan de bak. Het is leuk om de verhalen van die mensen te horen. Dat zijn niet altijd positieve verhalen, maar dat zet je wel weer met beide benen op de grond."





... er in Nederland 5 miljoen vrijwilligers gemiddeld 2 uur per week vrijwilligerswerk verrichten.

En als je dat omrekent tegen een tarief van € 11 euro per uur, dat dit dan het bedrag oplevert van bijna 6 miljard euro per jaar.

Daarmee vrijwilligerswerk letterlijk van onschatbare waarde is.

... 2 op de 5 Nederlanders zich vrijwillig inzet voor een organisatie.

... 400 Arnhemse organisaties met vrijwilligers werken via Vrijwilligerscentrale Arnhem.

## WIST JE DAT ...

... er circa 40.000 Arnhemse vrijwilligers zijn.

... Marga Klompé, de eerste vrouwelijke Nederlandse minister (1956) zich altijd heeft ingezet voor het vrijwilligerswerk.

En dat haar credo luidde: 'In een samenleving telt ieder mens.'

... Volare voor alle Arnhemse vrijwilligers(organisaties) trainingen, workshops, lezingen en themabijeenkomsten organiseert.

... sport de sector is met de meeste vrijwilligers.

... Volare dit al bijna 20 jaar doet.

# VRIJWILLIGE INZET DOOR DE JAREN HEEN



'Jullie maken de stad elke dag opnieuw een stukje mooier'

Vrijwilligerscentrale Arnhem bestaat vijftig jaar en dat mag gevierd worden! Vijftig jaar lang zijn we vraagbaak voor vrijwilligersorganisaties en voor de Arnhemmer die zich wil inzetten voor een ander.

We hebben in deze jaren grote ontwikkelingen gezien rondom vrijwillige inzet, afhankelijk van de groeiende en krimpende economie of zoals onlangs door de coronacrisis.

In de tijd waarin Vrijwilligerscentrale Arnhem werd opgericht, in 1972, was er veel werkloosheid. Er werden projecten opgezet zoals de groenvoorziening. Deze vrijwilligersbanen werden later betaald werk, de zogenaamde Melkertbanen.

Momenteel is het vrijwilligerswerk opnieuw in beweging. De recente coronacrisis heeft gezorgd voor een afname aan het aantal mensen dat zich vrijwillig inzet. De uitloop van oudere vrijwilligers is in die periode ook versneld en de krapte op de arbeidsmarkt heeft gevolgen voor vrijwillige inzet. Net zoals in andere werkvelden, speelt ook bij vrijwilligerswerk vergrijzing een rol.

Wat we aan de andere kant zien, is dat we leven in een periode van actief burgerschap, denk aan de opvang asielzoekers of het vergroenen van je buurt, maar ook

meer met én voor elkaar dingen doen als Arnhemmers. Er ontstaan nu veel kleine, tijdelijke initiatieven. Het is dus echt niet zo dat mensen zich niet meer willen inzetten. Maar vooral anders.

Omdat in de toekomst de vraag aan vrijwilligerswerk niet zal afnemen, blijft het vinden en behouden van vrijwilligers belangrijk. Denk aan het op weg helpen van nieuwkomers of mensen die om een of andere reden wat meer moeite hebben om mee te komen in de maatschappij. Juist vrijwilligerswerk kan hierin van enorme waarde zijn. Dit vraagt om omdenken en aanpassing binnen organisaties; de nadruk ligt dan meer op wat een vrijwilliger te bieden of nodig heeft dan wat een organisatie vraagt. Het is belangrijk dat beiden in gesprek gaan, organisaties en vrijwilligers. Wees daarin eerlijk over bijvoorbeeld twijfels. Luister naar iemands motivatie en laat je verrassen!

Met onze eigen projecten Volare, VriendinArnhem, #meedoen en de coachprojecten spelen we in op de actualiteit. Net als we deden met Taalcentraal en Taalmaatjes, die onlangs overgegaan zijn in de afdeling Geletterdheid van Rijnstad. Ook in de toekomst denkt Vrijwilligerscentrale Arnhem graag mee over het aantrekkelijk houden van vrijwilligersfuncties. Maar voor nu willen we eerst alle mensen die zich vrijwillig hebben ingezet bedanken.

**Team Vrijwilligerscentrale Arnhem,**  
Alex, Hanneke, Hermien, Imke, Irene, Liesbeth,  
Marieke, Naomi en Sanne



# OOK IETS DOEN VOOR EEN ANDER?

Bekijk dan onze vacaturebank of de Korte-Klussen-Kalender

Scan hier voor meer informatie



## COLOFON

Vrijwilligerscentrale Arnhem is een onderdeel van Rijnstad.

### Met dank aan:

Anna Cohen Stuart, Frank Tomassen,  
Hanneke Schweitzer, Hannelotte Wijma,  
Hermien van Setten, Ilse Houterman, Jolanda van Looij, Joost  
Bekkers, Marcel de Haas, Marieke Kramer,  
Nel Geerdink, Petra Wolters, Riekje Cornelissen,  
Robin van Duijn en Sanne van der Werff.

**Redactie:** Lonneke de Kroon

**Eindredactie:** Esmiralda van Lieshout

**Fotografie:** Willeke Kieft

**Vormgeving:** Mick Koopman

Niets uit deze uitgave mag worden veeveelvoudigd en/of  
openbaar worden gemaakt zonder schriftelijke toestemming  
van Vrijwilligerscentrale Arnhem.

Website: [www.vrijwilligerscentralearnhem.nl](http://www.vrijwilligerscentralearnhem.nl)

E-mail: [info@vrijwilligerscentralearnhem.nl](mailto:info@vrijwilligerscentralearnhem.nl)

Telefoonnummer: (026) 442 28 33

Bereikbaar van ma. t/m do. tussen 09.00 en 16.00 uur op  
nummer (026) 442 28 33. Een collega van Rijnstad neemt op  
en verbind je door.

Volg ons op



Vrijwilligerscentrale Arnhem is een onderdeel van







# Verbinden Versterken Verrijken

[www.vrijwilligerscentralearnhem.nl](http://www.vrijwilligerscentralearnhem.nl)

