

# ‘Vrijwilligerswerk, het kan zo simpel zijn’

Het tekort aan vrijwilligers in Groningen betekent een bedreiging voor het voortbestaan van sommige organisaties, zoals kleine theaters en sportverenigingen. Vrijwilligerssteunpunt Linko50 poogt het tij te keren.

## Grote druk op vrijwilligers

Het beroep op vrijwilligers in de zorg- en welzijnssector is de afgelopen jaren toegenomen. Daarbij worden hogere eisen gesteld aan vrijwilligers omdat de hulpvragen complex en langduriger zijn. Dat blijkt uit een onderzoek van de Universiteit voor Humanistiek in Utrecht en de Vereniging NOV (Nederlandse Organisatie Vrijwilligerswerk) van vorig jaar. Het is niet zozeer het gebrek aan deskundigheid, maar vooral het tekort aan capaciteit dat de vrijwilligersorganisaties parten speelt. Bovendien botsen de hoeveelheid tijd die vrijwilligers beschikbaar willen stellen met de vraag naar langdurige inzet.

Herkenbaar, vindt Petra Jonkman van Humanitas. „Omdat we met een kwetsbare doelgroep werken, vragen we vrijwilligers altijd om zich een jaar aan ons te verbinden. Dat is soms lastig, vooral voor jongeren. Het gaat dan bijvoorbeeld om één keer in de week een voorleesuurje aan een kind van wie de ouders dat zelf niet kunnen. Geen ingewikkeld werk, maar het is wel belangrijk dat iemand niet na een paar keer afhaakt.“ Uit het onderzoek blijkt eveneens dat vrijwilligers vaak te veel hooi op hun vork nemen, om te voorkomen dat andere overbelaste medewerkers er nog meer taken bij krijgen en omdat er geen alternatieven voor handen zijn. Zij doen dus meer dan ze eigenlijk kunnen.

De Vries herkent de spagaat waarin veel organisaties, zoals sportclubs en buurthuizen, zich bevinden. „Bij sommige verenigingen worden ouders per saldo opgeroepen om barendiensten te draaien en andere werkzaamheden te verrichten, op last van het betalen van 5 euro als het niet lukt.“

Om meer inzicht te krijgen in wat organisaties precies nodig hebben, werkt Linko50 samen met meer dan 500 Groningse organisaties die werken met vrijwilligers. „Denk aan buurthuizen en Humanitas, maar ook het Universitair Medisch Centrum, dat vrijwilligers nodig heeft voor hun ouderentaxi’s“, zegt De Vries.

Medewerkers van Linko50, grotendeels vrijwilligers, leggen geregeld werkbezoeken af om gedetailleerd in kaart te brengen waar de organisaties behoefte aan hebben. Elke vrijwilliger mag op zijn beurt gratis cursussen volgen, van yoga tot reanimatie en faalangstraining. Niet alleen Groningers zet zich in om meer vrijwilligers op de been te krijgen. Zo is ook in de gemeente Oldambt vorige week een wervingscampagne gestart door Sociaal Werk Oldambt.

Zij presenteerde ook haar nieuwe vacaturebank, die te vinden is op [www.vrijwilligersingroningen.nl](http://www.vrijwilligersingroningen.nl).

LIEKE VAN DEN KROMMENACKER

Hij scrollt en scrollt en scrollt. Rein de Vries (49) 'bladdert' online door de vacaturebank van Linko50, het 'makelaarskantoor' voor vrijwilligersbanen in Groningen waar hij adviseur en projectleider is. De lijst is lang: op dit moment staan er in de stad 727 vrijwilligersvacatures open. „Dat zijn er best veel“, zegt De Vries. Of beter: te veel.

De Vries: „We hebben tijden gehad dat het er wel negenhonderd waren, maar een heel aantal jaren zaten we ook rond de vierhonderd. De economie trekt weer wat aan, wat betekent dat het aantal vacatures voor vrijwilligers oploopt; meer mensen krijgen een betaalde baan.“ Goed nieuws, zou je zeggen. Behalve dan voor kleine organisaties en instellingen die draaien op vrijwilligers. De Vries: „Daar zijn er heel veel van. In Groningen werken zo'n duizend organisaties met vrijwilligers. Sommige dreigen om te vallen als er niet meer vrijwilligers bij komen, dan krijgen ze het gewoon niet meer rond.“

Hij noemt het Der Aa-theater in de stad. „Daar dreigden een tijdje geleden gewoon voorstellingen niet door te gaan, omdat ze niet genoeg mankracht hadden.“

Aldus doen De Vries en zijn collega's hun uiterste best om vraag en aanbod in de stad dicht bij elkaar te brengen. „Wij coördineren alles op het gebied van vrijwilligerswerk“, zegt hij. „We beheren de vacaturebank, maar geven ook advies aan organisaties over de aard van het werk en vrijwilligersbeleid.“

Want vrijwilligers werven is één ding, ze houden is een tweede. „Veel mensen denken dat vrijwilligerswerk ongelofelijk ingewikkeld is. Dat ze er van alles voor moeten kunnen“, zegt Petra Jonkman (40). „Of dat het enorm veel tijd kost.“

Allemaal onjuist, betoogt Jonkman. Ze werkt als projectcoördinator bij Humanitas, een vrijwilligersorganisatie voor maatschappelijke dienstverlening. Jonkman is onder

## ‘Veel mensen denken dat vrijwilligerswerk ingewikkeld is’

meer betrokken bij de werving van 'maatjes' voor cliënten, onder wie kinderen en jongeren in kwetsbare thuissituaties, mantelzorgers en mensen met een verstandelijke beperking of psychische problemen.

„Vrijwilligerswerk kan zo simpel zijn“, zegt Jonkman. De Vries knikt. „Soms gaat het om niet meer dan het helpen van oma Truus van om de hoek, die is gevallen en voor drie weken iemand nodig heeft die af en toe een boodschap doet.“ Jonkman: „Of met een jongere een uurtje in de week een potje FIFA spelen op de PlayStation.“

Voor iedereen is een passend baantje te vinden, betoogt Jonkman. En dat moet ook, anders haken mensen af. „Wij kijken naar: wat kun je, wat vind je leuk en hoe kun je met wat je toch al leuk vindt iemand anders een beetje helpen?“

Een blik in de vacaturebank van Linko50 leert dat het aanbod inderdaad zeer uiteenlopend is. Het aanbod varieert van chauffeur bij kringloopwinkel GoudGoed tot medewerker bij de kostuumuitleen van de opleiding Kunst & Multimedia van het Noorderpoort college en wandelen en boodschappen doen voor een gehandicapte vrouw in de wijk Corpus den Hoon.

Blijft de vraag: hoe en waar vind je nou (genoeg) mensen die zich onbezoldigd willen inzetten? En hoe help je ze op gang?

Een speciale (internationale) vrijwilligersmarkt morgen in The Student Hotel moet hieraan bijdragen. De Vries en Jonkman zijn betrokken bij de organisatie van het evenement, dat onder de titel 'Hoe word je een vrijwilliger/How do you word free willy-er?' vooral jongeren moet enthousiasmeren voor vrijwilligerswerk.

Op de markt kunnen bezoekers



Petra Jonkman (Humanitas) en Rein de Vries (Link 050) doen hun uiterste best om vraag en aanbod van het vrijwilligerswerk in de stad dicht bij elkaar te brengen. FOTO JAN WILLEM VAN VLIET

## ‘Hoe mooi is het als studenten oma Truus enkele weken adopteren?’

vrijblijvend in aanraking kunnen komen met allerlei vrijwilligersorganisaties. Onderdeel van de middag is ook een vrijwilligerstalkshow, waarin presentator Wilbert van de Kamp interviews houdt met onder meer jeugd-vrijwilligers van Humanitas en nachtburgemeester Merijn Poolman, die vertelt over zijn inzet bij de Voedselbank in Groningen.

Daarnaast is er aandacht voor project FIX, een initiatief van jongerenbroedplaats Jimmy's (dat net als Linko50 valt onder welzijnsorganisatie MJD in Groningen), welzijnscoöperatie WeHelpen en de Drentse startup Healthcoin. Het project is bedoeld om andere jonge mensen te motiveren maatschappelijk actief te worden. Als beloning voor hun inzet krijgen de deelnemers zogeheten health coins, die ze kunnen inruilen voor onder meer een les in de sport school of een verspakket bij de supermarkt.

FIX zoekt de samenwerking met allerhande jongerenclubs, zoals studentenhuizen, dispuuten en sportteams. Een slimme zet, denkt De Vries, die oma Truus nog even aanhaalt. „Stel dat in haar straat twee

deuren verderop een studentenhuis zit. Hoe mooi zou het dan zijn als de bewoners oma Truus even een paar weken 'adoptereren'?“

Naast het letterlijk bieden van een helpende hand, gaat er onder deze praktische laag bijna altijd nog iets anders heel wezenlijks schuil, zegt Jonkman. „Heel vaak gaat het om gezelschap. Veel mensen, oud én jong, zijn eenzaam. Zij zitten verlegen om contact. Al hebben ze maar iemand die eens in de week een wandeling met ze maakt.“

Jonkman, die zich in haar studententijd vrijwillig inzette voor de Kindertelefoon en migrantenvrouwen Nederlandse taallessen gaf, noemt de ervaring onbetaalbaar. „Ik weet het allemaal nog zo goed. Hoe fijn en leerzaam het is om iemand die hulp zoekt iets te kunnen bieden.“

## Hoe word je een vrijwilliger?

De vrijwilligersmarkt 'Hoe word je een vrijwilliger?' vindt plaats tussen 14.00 en 17.00 uur in The Student Hotel in Groningen, Boterdiep 9. De talkshow begint om 14.00 uur, daarna is er markt. De entree is gratis, iets meemenen voor de Voedselbank (shampoo, koffie, tandpasta) is welkom. Meer weten over Linko50 of Humanitas? Zie [www.linko50.nl](http://www.linko50.nl) of [www.humanitas.nl](http://www.humanitas.nl)

## ‘Het vrijwilligerswerk zag ik als een week vakantie’

Lize Hupples (22) uit Groningen is vrijwilliger bij het Maatjesproject van Humanitas

„Z'ou vier jaar geleden ben ik als vrijwilliger bij Humanitas begonnen als begeleider bij de Kindervakantieweken. Dan ga je in de zomer met een groep van ongeveer tien begeleiders en veertig kinderen, die om allerlei redenen niet met hun eigen familie op vakantie gaan, een week weg. Hartstikke leuk om te doen, helemaal als je jong bent en bijvoorbeeld geen geld hebt voor een vakantie. Je doet een hoop leuke dingen en je leert ontzettend veel. Ook leer je allemaal nieuwe mensen kennen. Je kunt zo'n week natuurlijk zien als een werkweek, maar ik zag het als een vakantie-week. Je krijgt er niet voor betaald, maar het kost je ook niks en je ontdekt een week lang een mooie plek.“

„Na drie zomers leek het me leuk om wat anders te gaan doen, zo ben ik bij het Maatjesproject terechtgekomen. Mijn maatie is een jongetje van 6, met wie ik elke week iets leuk doe. Vaak zijn het hele kleine dingen: koekjes bakken,

naar de speeltuin, de Martinatoren beklimmen. De laatste tijd haal ik hem wat vaker op met de bus, dat vindt hij fantastisch. Omdat hij zo geniet van kleine dingen, doe ik dat ook meer. Dat vind ik heel leuk om te merken.“

„Wat fijn is, is dat je voor dit werk helemaal niet veel hoeft te kunnen, er worden geen grote eisen aan je gesteld en je krijgt goede begeleiding. Hoeveel tijd je er in steekt, ligt erg aan jezelf. Ik vind niet dat het veel tijd kost. Voor mij is één keer in de week afspreken weinig moeite en ik krijg er veel energie voor terug. Bovendien past dit heel goed bij me en bij mijn opleiding: ik heb eerst te opleiding tot pedagogisch werker gevolgd en ben nu bezig met de hbo-studie leraar gezondheidszorg en welzijn. Die is vooral gericht op iets oudere kinderen. Dankzij mijn vrijwilligerswerk blijf ik ook met jongere kinderen werken, dat vind ik leuk en belangrijk.“

