



Beste vrijwilliger,

De hulpvraag is sterk in beweging. Deze neemt niet alleen gestaag toe, de aard van de vraag en de omstandigheden van hulpvragers is ook sterk aan verandering onderhevig. De veranderende inhoud van de hulpvragen betekent ook dat je als vrijwilliger vaak stevig in je schoenen moet staan en alert moet zijn op risicovolle situaties. Lees hierover in deze *Kompassie*.



In deze *Kompassie* staan we stil bij het vertrek van twee heel bijzondere mensen: Jannie Schinkel en Peer van Halderen. Peer stopt als contactpersoon, maar blijft wel verbonden aan de AHN. Het nieuwe team contactpersonen stellen we graag aan u voor.

Fenno de Groot heeft afgelopen juli zijn maatschappelijke stage bij de AHN gedaan en doet op pagina 2 verslag van zijn ervaring. Verder kijken we terug op een zeer geslaagde BBQ in juli en een ochtend Manga tekenen in augustus.

Tot slot hebben we dit jaar nog meer verrassingen voor u in petto. Nieuwsgierig geworden? Kijk dan snel op de agenda van onze website [www.hulpdienstnieuwegein.nl](http://www.hulpdienstnieuwegein.nl).

Ik wens u veel leesplezier!

*Monique Laurier*  
Voorzitter AHN

## Contactpersonen

We prijzen ons gelukkig met drie nieuwe contactpersonen. De afgelopen tijd zijn Trudi van Luttervelt, Lies van Dam en Elske Rietveld ingewerkt als contactpersonen. Per 1 oktober wordt de telefonische hulpbemiddeling op werkdagen van 10.30-12.00 uur uitgevoerd door:



Lies van Dam  
Maandag



Rita Bos  
Dinsdag



Aard Schoonewagen  
Woensdag



Trudi van Luttervelt  
Donderdag



Elske Rietveld  
Vrijdag

## Welkom nieuwe vrijwilligers

- Jan Matthijssen
- Gea Veerman
- Hans Kaptein
- Trudi van Luttervelt
- Bert Knol
- Lies van Dam
- Jan Hommes
- Theo van de Bildt
- Elske Rietveld

Wij zijn blij dat we zoveel nieuwe vrijwilligers mogen verwelkomen. We wensen iedereen een fijne tijd toe bij de AHN.

## Jubilea

Hubert Holten 5 jaar (01-06-07)  
Hubert, gefeliciteerd met je eerste lustrum bij de AHN. Op naar de volgende mijlpaal!

## Dank je wel en tot ziens

- Jannie Schinkel
- Marian Mensink

Bedankt voor jullie bijzondere inzet!

## De valkuilen voor vrijwilligers

In het introductiegesprek krijg je als vrijwilliger te horen wat je te wachten staat. Zoals het vervoer en de geheimhoudingsplicht. In de praktijk gaan bij veel vrijwilligers gevoelens een rol spelen waarvan je je wellicht helemaal niet bewust bent. Wat zijn de valkuilen van een vrijwilliger?

### Vervoer

De afspraak rondom vervoer is dat de cliënt €0,45 per kilometer betaalt, plus eventuele parkeerkosten. Daarnaast moet het voor- en navervoer worden afgerekend. Dit kan bij vrijwilligers die goed in de slappe was zitten wringen als je te maken krijgt met iemand die met € 40 per week rond moet komen. Je moet als vrijwilliger sterk in je schoenen staan om geen medelijden te voelen en bent geneigd het minimum te verrekenen bedrag door de vingers te zien. Ook bij de boodschappen kan dat gevoel van medelijden de kop op steken. Verstandig is niet de eigen portemonnee een rol te laten spelen bij werkzaamheden die je voor de AHN verricht. Dit om ongelijkheid tussen cliënten te voorkomen. Vanzelfsprekend moeten de spelregels rondom een vervoersverzoek kenbaar worden gemaakt bij cliënten om misverstanden te voorkomen. Een hulpmiddel kan zijn de spelregels op papier te zetten en deze aan de cliënt te geven.

### Persoonlijke klusser

Het hebben van een band met een cliënt is natuurlijk een mooie zaak maar dat mag er niet toe leiden dat je de persoonlijke 'klusser' van een cliënt wordt zonder dat de AHN hiervan op de hoogte is.

Ook wil je voorkomen dat je als vrijwilliger wordt ingeschakeld voor klussen die eigenlijk niet tot de activiteitenrange van de AHN horen. Zeker door de terugtrekkende overheid en de mogelijkheid om gratis arbeidskracht te krijgen, is de kans hierop wel groot. Ook worden vrijwilligers soms ingeschakeld voor klusjes die door huisgenoten eenvoudig kunnen worden opgelost. Eenmaal bij zo'n cliënt is het moeilijk om te zeggen dat een activiteit bij een andere instantie hoort. In deze gevallen is het verstandig om dit te melden bij de AHN. Om negatieve publiciteit te voorkomen en de vrijwilliger te beschermen is het wellicht verstandig een AHN-vertegenwoordiger de klus te laten beoordelen voordat een vrijwilliger er naar toe wordt gestuurd.

Ondanks dat er kleine oneffenheden rondom de werkzaamheden van een vrijwilliger bestaan, blijft het zijn van een vrijwilliger een prachtige zaak die veel voldoening geeft.

### Henri Steenman

#### Reactie van het Bestuur

De valkuilen die Henri hier noemt zijn herkenbaar. Tenslotte is 'medemenselijkheid' een drijfveer van veel vrijwilligers. Maar deze kracht is tevens een valkuil. Velen vinden het lastig om grenzen te bewaken. Toch is duidelijkheid van groot belang. Uit ervaring blijkt dat het geven van 'kortingen' snel leidt tot tariefdiscussies en vaak tot ontevredenheid. Niet doen dus! En als het lastig wordt, neem dan contact op met de contactpersoon!

De contactpersoon vermeldt bij vervoersvragen vooraf dat de cliënt €0,45 per km betaalt, plus eventuele parkeerkosten. Deze informatie staat ook op de website van de AHN. In het verleden waren er AHN-visitekaartjes met vermelding van het vervoertarief. Mocht daar belangstelling voor zijn, dan laten wij deze weer drukken. Meld dit dan bij de contactpersoon en/of coördinator.

De contactpersoon probeert bij de telefonische intake van een hulpvraag een zo goed mogelijk beeld te krijgen van de situatie. Mocht u als vrijwilliger toch te maken krijgen met een hulpvraag die naar uw gevoel niet passend is bij de AHN-doelstelling, meld dit dan aan de hulpvrager en neem contact op met de contactpersoon. De vrijwilligerscoördinator legt dan een huisbezoek af om de situatie te beoordelen.



## Goed om te weten; veiligheidsinstructies!

Het komt met enige regelmaat voor dat AHN-vrijwilligers hulpvragers vervoeren van hun huisadres naar het ziekenhuis en terug. Dit vervoer is niet zonder risico als de hulpvrager een medicinale behandeling ondergaat met radium of een infuus met chemo toegediend krijgt. Deze stoffen kunnen bij gezonde mensen gezondheidsklachten veroorzaken. Belangrijk dus om bewust te zijn van de risico's en weten wat je moet doen als het mis gaat.

### Onderweg

Als de hulpvrager als gevolg van de medicatie onderweg onwel wordt en bijvoorbeeld moet braken of diarree krijgt, is het van belang dat u huidcontact met deze persoon vermijdt. Het is dan ook

aan te raden om uit voorzorg wegwerphandschoenen en een plastic zak in de auto te leggen. En informeer voordat u de weg opgaat altijd hoe de hulpvrager zich voelt.

### Huisbezoek van hulpvragers die chemotherapie ondergaan

Mensen met kanker krijgen hun medicijnen ook weleens thuis. Huisgenoten van een persoon die thuis chemotherapie krijgt, moeten zichzelf goed beschermen. Niet alleen tijdens de behandeling, maar ook nog zeven dagen daarna. Hoe? Gebruik als het kan wegwerphandschoenen als u urine, ontlasting of braaksel moet opruimen. Heeft u deze niet bij de hand? Was uw handen dan grondig als u in contact bent geweest

met uitscheidingsproducten van de patiënt. Mannelijke patiënten kunnen het beste zittend plassen om spetteren te voorkomen. Als de patiënt de toilet heeft gebruikt, spoel deze dan tweemaal door met gesloten deksel. Meer informatie over chemotherapie thuis vindt u op [www.apotheek.nl](http://www.apotheek.nl)



## Mijn maatschappelijke stage - Door Fenno de Groot

Graag stel ik me even voor. Mijn naam is Fenno de Groot en ik ben 15 jaar oud. Op dit moment zit ik op het Anna van Rijn college Albatros in Nieuwegein. Een leuke en leerzame ervaring! Zo ervaar ik mijn maatschappelijke stage die ik afgelopen juli bij de Algemene Hulpdienst Nieuwegein (AHN) heb gelopen. Zo ben ik een ochtend op pad geweest met Trudi van Luttermvelt, vrijwilligster bij de AHN. We bezochten mevrouw Kel, een 91-jarige dame die wekelijks hulp krijgt van de AHN. Hier vertel ik graag iets meer over! Ook heb ik geholpen bij de barbecue voor vrijwilligers aan het begin van de zomervakantie.

### Op pad met Trudi

Trudi van Luttermvelt is sinds een paar maanden actief voor de AHN. Ze werkt één ochtend in de week op kantoor en bemiddelt dan hulpvragen van kwetsbare mensen naar vrijwilligers. Daarnaast gaat Trudi wekelijks op bezoek bij mevrouw Kel die 91 jaar oud is. Samen doen ze dan de wekelijkse boodschappen. En praten gezellig bij onder het

genot van een kop koffie. Mevrouw Kel is erg blij met de hulp van de AHN. Niet alleen omdat ze dan zelf geen zware tassen hoeft te tillen, maar vooral ook om-



dat ze een goede klik heeft met Trudi. Een stichting die ouderen helpt in het huishouden bracht mevrouw Kel in contact met de AHN. Mevrouw Kel krijgt naast de hulp van de AHN ook huishoudelijke hulp. Ze vindt het belangrijk om

veel onder de mensen te komen. Ze bridged en klaverjast dan ook graag en bezoekt geregeld een boerderij waar ze activiteiten onderneemt met andere buurtbewoners. Volgens mij kan mevrouw Kel zo met gemak 100 worden!

### Barbecue voor vrijwilligers

Het bestuur van de AHN organiseert regelmatig een gezellig bijeenkomst voor de vrijwilligers om het persoonlijk contact te onderhouden en als blijk van waardering voor hun inzet. Dit keer werd het een barbecue. Monique Laurier, voorzitter van de AHN, vroeg me mee te helpen en dat deed ik graag! Met 26 aanwezige vrijwilligers, lekker eten en een goede sfeer was het een geslaagde barbecue. Ik vond het erg leuk om mensen te helpen die zich vrijwillig inzetten om andere mensen te helpen.

*Alle scholieren in het voortgezet onderwijs moeten verplicht minimaal 30 uur een maatschappelijke stage lopen. Zo kunnen jongeren tijdens hun schooltijd een bijdrage leveren aan de samenleving.*

## Zomer(afscheids)-BBQ

Na regen komt zonneschijn. Ook op 12 juli tijdens de barbecue. Terwijl eerder op de dag de regen met bakken uit de lucht kwam vallen, klaarde het weer vlak voor de barbecue helemaal op. En gelukkig maar. Met de goede voorbereidingen van Slagerij Koekman, boodschappenservice Laurier, keukenprinses Leerdam en barbecue-meesters Brink en de Groot viel het barbecue-initiatief in goede smaak!



### Bijzonder moment

Onder het genot van een lekker stukje vlees van de barbecue greep Margot Leerdam de gelegenheid om Jannie Schinkel podium te geven. Voor een felicitatie en een dankwoord. Een felicitatie voor haar 70<sup>e</sup> verjaardag. En een dankwoord voor haar bijzondere inzet bij de AHN. Want na 25 jaar neemt Jannie afscheid van ons. 25 jaar geleden werd Jannie door haar echtgenoot Ton verleid om actief te worden als vrijwilliger bij de AHN. 'Ik beleefde altijd erg veel plezier aan het spelletjes doen met mensen', zegt Jannie. Afgelopen tijd nam de vraag naar spelmaatjes sterk af. Jannie wilde al eerder stoppen, maar ze kan lastig 'nee' zeggen als er beroep op haar wordt gedaan. De laatste jaren was ze contactpersoon en bemiddelde ze hulpvragen naar vrijwilligers. De invoer



van het nieuwe geautomatiseerde administratiesysteem had ze al snel onder de knie. Toch voelde ze zich er onzeker over, waardoor het bemiddelingswerk haar steeds meer energie kostte. 'Dat deed me besluiten om te stoppen en op zoek te gaan naar vrijwilligerswerk waar ik energie van krijg: spelletjes doen!'



### Veel geluk en spelletjes

Jannie, nogmaals hartelijk dank voor je bijzondere inzet voor de Nieuwegeinse samenleving in de 25 jaar dat je voor de AHN actief bent geweest. Wij wensen jou en Ton nog vele gezellige jaren toe met familie, vrienden en spelgenoten!



## Wie is nou die Peer van Halderen? - Door Henri Steenman

In een gesprek met onze voorzitter stelde ik de vraag waarom ik Peer nog zo weinig aan de telefoon kreeg. Ik hoorde van Monique dat hij zich uit het woelige strijdperk heeft teruggetrokken en zich meer op de achtergrond bezig houdt met activiteiten rondom de AHN. Omdat Peer zowel voor de vrijwilligers als voor de cliënten een begrip is, wil de redactie in deze Kompasie hem voor het voetlicht zetten. Ik heb daarvoor enkele vrijwilligers en natuurlijk Peer gesproken.

### Op het lijf geschreven

Peer is in 2003 toegetreten tot de gelederen van de AHN waar hij in eerste instantie buitenactiviteiten heeft verricht. Later is hij klusjes binnenshuis gaan doen en ontdekte hij al snel dat niet alleen het doen van klussen de taak van een vrijwilliger is. Het geven van aandacht en het aanhoren van verhalen van cliënten is wellicht een nog belangrijkere taak. Dit was op het lijf van Peer geschreven. Door een nare oogaandoening heeft hij deze werkzaamheden waar hij zoveel plezier in had, moeten beëindigen. Gelukkig voor hem en de AHN is hij kantooractiviteiten voor de AHN gaan verrichten. Hij is daar naast contactpersoon, 'coördinator' en IT-deskundige ook nog verantwoordelijk geweest voor de opmaak en stilering

van Kompasie waar hij ook geruime tijd lid van de redactie was. Leuke feitjes zijn dat de naam en de basisopmaak van het blad afkomstig zijn van Peer.

### Sporen verdiend

Als 'coördinator' en contactpersoon heeft Peer zijn diensten meer dan bewezen. Vooral bij beginnende vrijwilligers was hij een 'biechtvader' die na het aanhoren van de berichten van de vrijwilliger deze met raad en daad de wereld weer inzond. Zijn raad was door zijn ruime ervaring bruikbaar en zeer zinvol. Ook de contacten die hij had met cliënten werden door deze als zeer prettig ervaren. Zijn enorme ervaring zette Peer ook in op beleidsniveau. Zo heeft hij zijn sporen ook verdiend in het streven naar een eenduidigheid in welke klusjes nu wel en welke niet door de AHN worden verricht, met het oog op de belastbaarheid van de vrijwilligers en continuïteit van ons aanbod.

### Bevlogen

Peer is een bevlogen man die het hart op de goede plaats heeft. Een grote valkuil is teveel activiteiten naar zich toetrekken met als gevolg dat het aantal werkuren gewoonweg uit de hand liep. Geen 'nee' kunnen zeggen waarvoor hij veel vrijwilligers waarschuwt, is

ook voor hem een probleem. Door zijn grote bevoegdheid en het streven naar perfectie kwam het wel eens voor dat hij zich stoorde wanneer zaken niet zo liepen als hij had gehoopt. Eerder genoemde eigenschappen waren voor hem aanleiding om zich wat terug te trekken en zodoende ook wat meer tijd te hebben voor zijn hobby's masseren, moestuin en zijn cursus Frans.

Peer is gelukkig niet verloren voor de AHN en zal ons in de toekomst nog vele malen met raad en daad te hulp schieten als daarom gevraagd wordt.



Zonder elkaar is iedereen alleen.

## Feestelijke koffieochtend voor AHN-vrijwilligers

29 augustus. Aan de koffie met een heerlijke slagroomtaart aangeboden door Jutphaas Wonen, in de zonovergoten tuin van 't Veerhuis. Niet zomaar een koffieochtend. Vandaag krijgen de vrijwilligers een workshop Manga tekenen. Een prijs die ze eerder dit jaar aangeboden kregen bij de uitreiking van de 'Meer dan Handen Award 2011 voor passie'. Kim Houtzagers van Keep-in-mind brengt de vrijwilligers van AHN de basis van het Manga tekenen bij. De vrijwilligers blijken een snelle en talentvolle groep die deze 'emotie-art' al snel in de vingers heeft. Een geslaagde koffieochtend!



Heeft u kopij, vragen of opmerkingen naar aanleiding van deze nieuwsbrief, bel ons dan op 030-6067409 of stuur een mail naar [redactie@hulpdienstnieuwegein.nl](mailto:redactie@hulpdienstnieuwegein.nl).

### Redactie

Rita Bos, Henri Steenman en Merit Michiels (Rabobank Utrecht)

Kompasie verschijnt 4x per jaar

### Stichting Algemene Hulpdienst Nieuwegein

Richterslaan 60  
3431 AK Nieuwegein  
[www.hulpdienstnieuwegein.nl](http://www.hulpdienstnieuwegein.nl)