

nieuwsbrief voor vrijwilligers

van SWO De Zes Kernen

nummer 2 Voorjaar 2010

Voor u ligt het tweede nummer van de nieuwsbrief voor vrijwilligers van de SWO De Zes Kernen. We informeren u over belangrijke ontwikkelingen binnen de SWO en nieuwtjes die voor u als vrijwilliger leuk of handig zijn om te vernemen. Indien u suggesties heeft over de inhoud dan horen wij dit uiteraard graag. Mocht u zelf een stukje willen schrijven dan bent u van harte welkom dat in te sturen.



Van de directeur

Beste mensen,

Tijdens de nieuwjaarsreceptie van de SWO heb ik een vooruitblik gegeven van onze nieuwe website, die bijna klaar is. De site moet nog worden 'doorgetest', zegt de vormgever, dezelfde man overigens die ook het nieuwe cursusboek heeft ontworpen. (Voor wie niet bekend is met computers en internet: geen zorgen, de website en het cursusboek zijn voor het grootste deel gelijk.) Waarom geeft de SWO geld uit aan een nieuw programmaboek en een nieuwe website, vragen sommige vrijwilligers zich af. Is dat nou wel nodig? Jazeker! Het is nodig dat we aan iedereen laten zien hoeveel werk we met elkaar verzetten. Hoe het welzijnswerk voor ouderen door ouderen wordt gedragen. Dat vrijwilligers tijd maken kwetsbare mensen te begeleiden en mantelzorgers een hand toe te steken.

Heel veel complimenten ontvingen wij voor het nieuwe cursusboek: van deelnemers en nieuwe deelnemers, het is een aantrekkelijk boek om door te kijken.

De medewerkers zijn trots op het boek en daarmee eigenlijk trots op de SWO. Ik deel dat gevoel en ik hoop dat u dat ook doet

Vrijwilligers zijn over het algemeen nogal bescheiden, je doet wat nodig is en je scheidt er niet over op. We hoeven ook niet arrogant te worden, maar ik ben wel trots op onze SWO. Als organisatie waar zoveel vrijwilligers in samenwerken voor de samenleving. Wees trots en blijf kritisch, als u vindt dat zaken beter kunnen, laat het horen! In het interview met gastvrouw Marielle Martens leest u ook een kritische noot. Doen we het goed, moet dat niet beter, anders? U wordt ook in 2010 uitgenodigd voor werkoverleg, probeer te gaan, ontmoet uw collega's en denk mee. Dan verbeteren we met elkaar de kwaliteit van de dienstverlening en hebben de mensen die ons nodig hebben daar nog meer profijt van.

Hilde Hoogewoud-Evers

Van het Bestuur

Van de zomer stelde onze directeur, Hilde Hoogewoud, op een bijeenkomst voor de vrijwilligers in Maartensdijk, dat als je de uren, die de vrijwilligers voor de SWO werkzaam zijn, in geld zou waarderen dat je dan op een bedrag van één miljoen euro kwam. Dat was dan de waardering in geld van de uren die de vrijwilligers voor en aan de SWO besteden. Belangrijker dan de economische waardering in euro's is het feit dat het er zo'n 300 zijn. Driehonderd mensen die zich inzetten voor het werk van de SWO. En dat zijn dan alleen de vrijwilligers van de SWO. Als je kijkt naar alle vrijwilligers binnen de gemeente De Bilt bij andere welzijns-, cultuur- en sportorganisaties dan kom je op een veelvoud daarvan. Dit doortrekkend naar het hele land kom je op enkele miljoenen vrijwilligers.

Het geeft aan hoe belangrijk de vrijwilliger in onze samenleving is. Veel mensen maken zich verdienstelijk met de zorg om de ander, de zorg om het milieu, inzet voor hulpbehoevenden, bescherming van monumenten, vredesactivisme enz.

Een van de kenmerken van het vrijwilligerswerk is dat het belangeloos wordt gedaan, in principe staat er geen vergoeding in geld tegenover. Geen vergoeding in geld, maar meestal wel een waardering van anderen voor wat je doet, maar ook heeft het voor jezelf waarde. Je betekent iets voor een ander en daar mag je best blij mee zijn. Soms wordt gesteld dat een vrijwilliger de plaats van een beroepskracht inneemt, maar dat is onzin. Een vrijwilliger doet juist dingen die een beroepskracht niet kan of mag doen omdat dat te duur is. Bekend is het voorbeeld van een alleenwonende die thuiszorg krijgt, maar meer behoefte heeft aan een praatje dan aan een prima schoon huis. Daarvoor heeft de thuiszorg geen tijd, want tijd is geld. In zo' n geval kan de vrijwilliger voorzien in deze behoefte omdat die wel bereid is zijn/haar tijd beschikbaar te stellen.

De waarde van het vrijwilligerswerk is groot. Ook bij de SWO wordt dat erkend en is een

proces in gang gezet om dat werk meer structuur te geven. Niet uit de losse pols werken, maar er voor zorgen dat de vrijwilliger weet wat de SWO van hem/haar verwacht en ook andersom wat de vrijwilliger van de SWO mag verwachten. Het moet een win-win-situatie zijn om een moderne kreet te gebruiken.

Vrijwilligers, cliënten/gebruikers en de SWO moeten er beter van worden.

In dit licht is Andrea Lehr belast met de uitwerking daarvan. Om de contacten tussen SWO en vrijwilliger te verbeteren is de Nieuwsbrief voor vrijwilligers gemaakt. Dit is al weer het tweede exemplaar om informatie over te brengen en uit te wisselen.

Wij wensen u veel leesplezier.

Henk van Heeringen

In deze nieuwsbrief

	Pag.
Van de directeur.....	1
Van het bestuur	2
Praktische informatie	2
Geef de pen door.....	3
Vrijwilligersuitje.....	3
E-mail adressen gevraagd	3
In de schijnwerpers—Tafeltje	
Dekje in Maartensdijk.....	4
Interview met vrijwilliger	5
Mariëlle Martens	
Nieuw in 2010!.....	6
De nieuwe website	
Een vrijwilligerspanel	
Vrijwilligers en belasting.....	7
Colofon	8
Verschijningsdata	
Inleveren kopij	
Ingezonden brieven	

Geef de pen door



Naar aanleiding van het uitkomen van de eerste Nieuwsbrief voor vrijwilligers van de SWO heb ik besloten Andrea te assisteren bij de redactie en de opmaak ervan.

Onze eerste 'redactievergadering' heeft al meteen geresulteerd in een aantal nieuwe rubrieken. Eén daarvan is "Geef de pen door". Het is de bedoeling dat iemand in deze rubriek iets over zichzelf vertelt, over een leuke hobby, bijzondere interesse, een verslag van een mooie film of leuk concert, ideetjes voor een museumbezoek of eventueel een bijzonder lekker recept. Het mag over alles gaan wat u zelf leuk vindt. Ook als u iemand wilt bedanken of in het zonnetje zetten, kan dat.

Aan het eind geeft u de pen door aan iemand anders, zodat er een hele reeks aan leuke en ontroerende verhalen ontstaat. Ik ben nu al nieuwsgierig wat er allemaal zal komen.

We besloten dat ik de spits af zal bijten met **Geef de Pen door**.



Ik ben Annelies Fortuin, getrouwd met Harry en ik woon sinds acht jaar in Maartensdijk. Ik vind het een heerlijke plek om te wonen en voel me hier al helemaal thuis.

Ik ben nog nooit ergens zo snel en fijn ingeburgerd geweest als in dit mooie dorp.

Wat betreft mijn meedoen aan deze nieuwsbrief: Ik heb mijn hele leven al plezier in schrijven en ben zo'n tien jaar redacteur geweest van een verenigingsblad. Sinds bijna drie jaar ben ik vrijwilliger bij de SWO en geef ik daar computercursussen. Vroeger heb ik gewerkt als secretaresse en als maatschappelijk werkster in de jeugdhulpverlening. Ik werkte met moeilijk opvoedbare jongeren. Op mijn 60^e had ik dat wel gehad en ben ik met de VUT gegaan. Toen kreeg ik tijd om allerlei leuke dingen te doen. Sindsdien doe ik dus vrijwilligerswerk bij de SWO en werk ik als correspondentie bij de Biltsche Courant.

Als hobby's heb ik schilderen, computeren, lezen en tuinieren.

Het heeft mij getroffen hoeveel enthousiaste vrijwilligers er zijn bij de SWO die zóveel werk verzetten, dat is heel bijzonder. Daarom vind ik het ook ontzettend leuk om mee te werken aan deze vrijwilligerskrant, zodat nog beter zichtbaar wordt wat er allemaal bij de SWO gebeurt.

Ik geef de pen door aan:

Jeltje Kempenaar.

Vrijwilligersuitje in het voorjaar

Dit jaar zullen we voor het eerst voor alle vrijwilligers uit de gemeente De Bilt een vrijwilligersuitje organiseren. Elk jaar willen we dat in een andere kern doen, te beginnen met Hollandsche Rading. Wat we precies gaan doen, hoort u nog. Maar houdt in ieder geval dinsdag 18 mei vanaf ongeveer 15.00 uur vast vrij. Een uitnodiging volgt nog.

E-mailadressen gevraagd!

Heeft u email en gebruikt u het ook met regelmaat? Stuur dan een mailtje naar a.lehr@swodebilt.nl. De SWO wil graag meer gebruik maken van email in haar communicatie.

In de schijnwerpers: Tafeltje Dekje

Vrijdagochtend, rond 9 uur: vrijwilliger Nick Cardinaal en ik wachten op het kantoor van de SWO Maartensdijk op vrijwilligers uit verschillende hoeken van de gemeente De Bilt. Zij komen maaltijden ophalen om te bezorgen bij klanten van Tafeltje Dekje in Maartensdijk, Hollandsche Rading, Westbroek en Groenekan. Inmiddels bestaat Tafeltje Dekje 30 jaar! Het is een van de diensten van de SWO die onmogelijk aangeboden zouden kunnen worden zonder vrijwilligers.

In 1979 startte een groep enthousiaste vrijwilligers Tafeltje Dekje. Later kwam Tafeltje Dekje onder de verantwoordelijkheid van de SWO. In die 30 jaar is er veel veranderd, maar een ding bleef het zelfde: het enthousiasme waarmee de vrijwilligers de maaltijden rondbrengen. Reden ze vroeger drie of vijf keer per week met warme maaltijden, in de loop van de tijd is dit veranderd naar één keer per twee weken het bezorgen van diepgevroren maaltijden. Het aantal klanten is ook minder geworden. Tegenwoordig is er natuurlijk een ruim aanbod van kant en klare maaltijden in de winkels te vinden. Ook het restaurant in Dijkstate voorziet in een behoefte: de tafels zitten altijd goed vol met etenstijd. Toch blijft Tafeltje Dekje een belangrijke voorziening, juist voor die mensen die niet meer goed in staat zijn hun huis te verlaten. Ook als iemand tijdelijk niet kan koken, is de maaltijdbezorging een geweldige uitkomst. Wat Tafeltje Dekje zo bijzonder maakt, is de betrokkenheid van de vrijwilligers bij hun 'klanten'. Voordat een bezorger met de maaltijden op pad gaat, lopen we even samen de lijst van klanten door. De vrijwilligers rijden nu een keer per 6 weken en merken n.a.v. de lijst van alles op: 'Mevrouw X staat weer op de lijst zie ik, is ze weer thuis uit het ziekenhuis?, Of: "Moet ik deze keer niet naar meneer Y? Is er iets aan de hand met hem?' Na afloop van het bezorgdje geven de vrijwilligers mij de nieuwe bestellingen door. Dan hoor ik ook als ze het idee hebben dat het met iemand niet goed gaat. Alle bezorgers nemen, als het even kan, de tijd om een praatje te maken bij de klanten en krijgen zo ook een indruk van hoe het gaat

Met iemand. Bezorgde signalen geef ik door aan de vrijwilliger van de volgende bezorgronde met de vraag om even extra op te letten.

Soms geef ik signalen ook door aan een van mijn collega's van Wonen, Welzijn en Zorg. Zo heeft Tafeltje Dekje ook een vangnetfunctie.

Naast maaltijden brengen de vrijwilligers ook contact met de buitenwereld, even aandacht. Voor sommige klanten is dit heel belangrijk, omdat zij dreigen te vereenzamen. Zoals de heer Veldhuizen, vrijwilliger voor Westbroek van het eerste uur zegt: 'je bent toch ook een beetje een sociaal werker en dat maakt het werk zo boeiend!'

En de maaltijden zelf? Die zijn smakelijk, goed klaargemaakt en men kan kiezen uit een enorm aanbod, van de Hollandse keuken tot vegetarische maaltijden.

Mocht u zelf eens (tijdelijk) behoefte hebben aan onze maaltijdservice of iemand kennen voor wie het een uitkomst zou zijn? Neem dan contact op met SWO Maartensdijk, 0346-214161.

Maaltijden voor De Bilt en Bilthoven worden bezorgd door Stichting Tafeltje Dekje De Bilt/Bilthoven, telefoon 030-2288000.

Voor wie meer wil lezen over de geschiedenis van Tafeltje Dekje: ter gelegenheid van het 20-jarig bestaan is er in 1999 een leuk boekje uitgekomen. U kunt het ophalen op het kantoor van de SWO in Maartensdijk..

Andrea Lehr



Interview vrijwilligster Mariëlle Martens – Het zonnetje in huis!



Mariëlle is een bekend gezicht bij de SWO. Zij is al gastvrouw bij de inloop vanaf het eerste uur. Haar 60 jaar zie je niet aan haar af. 29 jaar geleden kwam ze hier wonen.

Mariëlle is getrouwd en heeft een zoon van 32 en een dochter van 21.

Mariëlle: “Toen Dijkstate geopend werd, vroegen ze vrijwilligers om zich met de bewoners bezig te houden. Dat leek me wel wat. Mijn schoonmoeder woonde daar toen en het leek me fijn om haar meer onder de mensen te brengen, wat uiteindelijk, jammer genoeg, niet gelukt is.

Ik werd gastvrouw en in die functie schonk ik koffie en thee met wat lekkers erbij, ik maakte een praatje met de mensen en probeerde ze wat aandacht te schenken.

In het begin waren er veel ouderen uit het huis die om de grote tafel zaten. Het was voor iedereen vreemd, alles was nieuw, de mensen waren erg nieuwsgierig naar elkaar. Toen was je er vooral voor de bewoners. Nu zijn er ook cursisten, mensen die deelnemen aan de activiteiten van de SWO. Er zijn nog maar een paar bewoners die naar beneden komen. Momenteel wonen hier veel zieke en zwakke mensen, die komen niet meer zo makkelijk naar de inloop. Dat vind ik wel jammer. Ik heb wel overwogen elders ouderenwerk te gaan doen, maar ze wilden me hier niet kwijt. Eén van de ouderen riep: “Jij moet niet weggaan hoor, want je bent ons zonnetje in huis!”

Mariëlle doet ook nog ander vrijwilligerswerk, zoals de kookploeg ‘samen eten’ in de Ontmoetingskerk in Maartensdijk. Met een ploeg van acht vrijwilligers wordt er één keer per maand op de laatste donderdag een driegangen menu met sapje en thee voor € 4,-- gekookt.

De laatste donderdag van november was er ter afsluiting van het jaar een feestmaal. De 44 eters die mee aten hebben ervan genoten iedereen kan zich voor die maaltijden inschrijven, maar er komen

vooral veel alleenstaanden. Verder is Mariëlle is ook nog vrijwilliger bij de bibliotheek in Maartensdijk, zij doet daar de uitleen, presentatietafels en vitrinekast. Tevens is ze lange tijd mantelzorger voor haar schoonmoeder geweest.

Mariëlle is met haar secretaressewerk gestopt omdat ze thuis wilde zijn voor de kinderen. Ze is toen aan huis een pedicurepraktijk begonnen zodat ze haar werktijden zelf kon invullen. Vanaf die tijd is ze ook vrijwilligerswerk gaan doen. Tegenwoordig doet ze alleen nog vrijwilligerswerk!

Is er nog iets dat je kwijt wilt?

Ja dat wil ze: “Je moet als gastvrouw wel veel incasservermogen hebben. Mensen hebben niet altijd door dat het vrijwilligerswerk is wat je doet, dat je er niet voor wordt betaald om ze op al hun wenken te bedienen. Sommigen vinden het ook raar dat er betaald moet worden voor de koffie en thee. Je wordt dan niet altijd even vriendelijk bejegend. Dat vind ik niet fijn en als ze vragen of ze een fooi moeten geven, wijs ik ze op de fooienpot. Het zou ook wel handig zijn als vrijwilligers van de SWO hun kaartje bij zich hebben, zodat wij kunnen zien dat die niet hoeven te betalen.”

Hoe kijk je aan tegen vrijwilligerswerk?

Vrijwilligerswerk is wél vrijwillig maar niet vrijblijvend. Je kunt niet alleen maar komen als het jou uitkomt. Je gaat wel een bepaalde verplichting aan, vind ik.

Ik blijf vrijwilligerswerk doen zolang het kan en het leuk is. Maar in de loop der tijd is de doelgroep veranderd van bewoners naar steeds meer cursisten. Ik wil iets betekenen voor ouderen, dat is mijn insteek, daar gaat het me om en dat is toch anders dan koffie en thee schenken voor cursisten.

Jubileum
Addy Warmerdam!

De meeste vrijwilligers, die wel eens in Dijkstate komen kennen Addy Warmerdam natuurlijk. Zij werd in november door haar collega's verrast met een etentje, omdat zij 12 ½ jaar in dienst is bij de SWO.



Nieuw!

Veel nieuw in 2010. Zo ontvangt u tegelijk met deze nieuwsbrief het informatieboekje voor vrijwilligers. Daarin kunt u alles lezen over wat u van de SWO mag verwachten en wij van u als vrijwilliger. Wij horen graag wat u van deze informatie vindt. In de loop van 2010 ontvangt u nog een taakomschrijving van uw werk, wat bij dit boekje hoort.

Ook nieuw is de website van de SWO. Kijkt u binnenkort maar eens op www.swodebilt.nl. U vindt er ook een speciale pagina voor de vrijwilligers. Laat ons weten wat u van de nieuwe site vindt!

Verder zijn we bezig met de ontwikkeling van een vrijwilligerspanel. Een vrijwilligerspanel is een centraal orgaan waar vertegenwoordigers van de vrijwilligers hun wensen en behoefte ten aanzien van het vrijwilligerswerk kenbaar kunnen maken en advies uitbrengen over de dienstverlening van de SWO. Met – hoe kan het ook anders - een aantal vrijwilligers wordt woensdag 17 februari van 14.00—15.30 uur nagedacht over dit panel. Bent u geïnteresseerd, wilt u ook meedenken? Neem dan contact op met vrijwilligerscoördinator Andrea Lehr.

Colofon

Redactie: Andrea Lehr – a.lehr@swodebilt.nl
Annelies Fortuin -- fortuina2@gmail.com

Redactie-adres:
SWO Dijkstate
Maertensplein 96,
3738 GR Maartensdijk
Tel. 0346-214161

SWO Duiventil
Jasmijnstraat 6
3732 EC De Bilt
030-2203490

Verschijningsdata:

15 februari 2010
30 juni 2010
30 september 2010
15 december 2010

inleveren kopij voor:

15 januari 2010
30 mei 2010
30 augustus 2010
15 november 2010

Verantwoordelijkheid:

Plaatsing van artikelen houdt niet in dat deze de mening van de redactie weergeven. De redactie behoudt zich te allen tijde het recht voor—indien nodig—artikelen in te korten of anderszins veranderingen aan te brengen

INGEZONDEN BRIEVEN

Iedereen is welkom een stukje te schrijven en naar ons op te sturen.

