



Vrijwilligers Vrijwillige Thuishulp:

**DE GOEDE FEEËN
VAN DEZE TIJD**

Vrijwilligers maken het verschil bij de Vrijwillige Thuishulp

OOK IETS VOOR JOU?

Het kan fijn zijn om iets te kunnen betekenen voor een ander. Soms is het al zo eenvoudig om voor iemand het verschil te maken. Dit willen we laten zien met dit boekje met verhalen van mooie 'matches' bij de Vrijwillige Thuishulp van Farent. 300 enthousiaste vrijwilligers zetten zich bij de Vrijwillige Thuishulp in om het leven van iemand anders een beetje mooier te maken.

De zeven verhalen gaan over het bieden van praktische hulp, een luisterend oor, en ook af en toe samen met iemand iets leuks ondernemen. Soms is het een kort contact, maar vaak ontstaan er langdurige vriendschappen. Altijd betekenisvol, met voldoening voor de vrijwilliger én de hulpvrager.

Lijkt het jou ook leuk om vrijwilliger te worden bij de Vrijwillige Thuishulp van Farent? Of wil je meer informatie. Neem dan contact op met één van onze VTH-medewerkers. Onze contactgegevens staan achterin. Wij helpen je graag verder.

Veel leesplezier.

Julie, Anja, Marion, Manigeh en Wim
Medewerkers Vrijwillige Thuishulp Farent

Sandra is een open en warme vrouw die, om zichzelf overeind te houden, begeleiding nodig heeft. Na een burn-out een aantal jaren geleden lukt het Sandra niet zo goed om de juiste balans te vinden. Totdat Mabel op haar pad kwam. Daar was Sandra heel blij mee. Mabel reageerde op een advertentie van Farent. Via Marion werden ze voorgesteld aan elkaar. Mabel: 'ik kan me ons eerste gesprek nog goed herinneren. Sandra verontschuldigde zich voor het niet op orde hebben van haar huis. Hoe het er allemaal bij stond en lag. Ik zei: het maakt mij niets uit hoe mensen wonen, want je moet je huis zien als je hart. Ik denk dat jouw hart heel vol zit of misschien wel overloopt'. Die beeldspraak was treffend, dat illustreerde precies wat er bij haar aan de hand was. Het eerste gesprek was de basis voor het wederzijds vertrouwen. Immers Mabel had geen oordeel, geen verwijtende blikken. En zo kwam het verhaal vanzelf op gang. Met

andere woorden: het was meteen raak.

Mabel: 'Om de twee weken spraken we met elkaar af om te praten, waar Sandra tegenaan liep, wat haar bezighield. Al pratende kwamen we verder en zijn we waar we nu zijn. We doen daarnaast ook ontspannende dingen. Bij mooi weer buiten zitten onder de bomen aan de rivier de Aa'. Sandra: 'Wat ik fijn vind aan Mabel is dat ze veel dingetjes kan terugleiden naar de oorsprong en dat we overeenkomsten hebben. Ze herkent veel dingen in mijn verhaal die zij op een goede manier kan verklaren. Ze straalt rust uit en dat is heel prettig voor mij'. Mabel: 'Ik heb Sandra zien groeien. Ze is weer levenslustig geworden. Eerst was haar energiepeil bijna nihil en dat is nu steeds hoger geworden. Het is jammer dat we tijdens de corona elkaar weinig gezien hebben, maar nu zien we elkaar weer vaker. Sandra: 'We zijn eigenlijk een beetje vriendinnen geworden. Ik kan echt alles vertellen aan Mabel. Mijn hoofd leegmaken, afleiding, zoeken en leuke momenten beleven. Dat geeft mij energie. Nee, ik wil haar niet kwijt'.



JE HUIS AAN HART ZIEN

WE HEBBEN ALLEBEI EEN HOND, DAT BINDT

Liesbeth Peters vindt het fijn om iets te betekenen voor een ander. Ze heeft inmiddels al heel wat mantelzorg verleend. Via Manigeh komt ze sinds kort eenmaal per week bij mevrouw Oevers-Drijvers. 'Bij het eerste gesprek bleek al snel dat we het goed konden vinden met elkaar. Ze houden allebei van wandelen en fietsen, maar ook van het gezellig ergens op een terras koffiedrinken. Liesbeth: 'we kunnen leuk met elkaar over van alles kletsen, we hebben allebei een luisterend oor. Dat is fijn. En we hebben allebei een hond en ook dat bindt. 'Als ik bij mevrouw Oevers ben, laten we samen hond Sam uit. Wel in de buurt hoor, want de hond kan nogal trekken'. Liesbeth gaat iedere woensdagmorgen anderhalf uur naar mevrouw Oevers-Drijvers. 'Mevrouw wil graag iedere dag iemand over de vloer. Haar schoondochter doet op donderdag de boodschappen. Dat is fijn voor haar, maar ze kijkt vooral uit naar de woensdag, want dan kom ik'.



Links mevrouw Oevers-Drijvers, rechts: Liesbeth



Silvana

Silvana en Judith, een paar apart. Gezelligheid is troef bij hen. Ze lachen veel samen om van alles en nog wat. Silvana: 'De dochter van Judith had contact gezocht met Marion van Farent, want haar moeder had behoefte aan meer gezelschap'. Judith is Venezolaanse, maar woont al dertig jaar in ons land. Ze is vaak alleen en haar gezondheid is ook broos. Marion wist wel een maatje voor Judith. En zo kwam Silvana in beeld. 'Er was meteen een klik tussen ons. Ik vergeet nooit onze eerste ontmoeting. Ik kwam binnen en bleef met mijn jas aan in de woonkamer staan. Judith zei niet: ga maar zitten. Vind je het vervelend als ik mijn jas uit doe?' 'Nee hoor'. 'Maar ook de tv stond nogal hard. Mag de tv uit? Dat was ook geen probleem. Heel apart allemaal, maar we hadden meteen veel lol met elkaar. Ze vond me in het begin een beetje raar, maar wel heel leuk. We maken geen vaste afspraak, dat doen we iedere keer opnieuw. Het vervelende is dat Judith gemakkelijk vergeet, dus zeg ik steevast tegen haar: schrijf op wanneer ik weer kom. We zien elkaar meestal wekelijks en wat we gaan doen laten we aan het toeval over. Soms gaan we winkelen of gaan we een spelletje spelen 'mens-erger-je-niet'. Ook dansen we samen en gymmen we af en toe. Dan verplaatsen we de meubels in de kamer. Maar wat we ook leuk vinden is samen koken. Onze specialiteit: Arepa maken, dat is een Venezolaans maisbroodje. Judith vertelt me dan welke ingrediënten ik moet gebruiken. Ik maak dan ook nog een salade en dan eten we dat samen aan tafel op'. Silvana en Judith kennen elkaar nu ruim een jaar. 'Maar het lijkt veel langer'. En weer schalt de lach door de kamer. 'Ik merk dat Judith vrolijk van mij wordt en dat doet mij goed. Dan weet ik dat ik iets goeds doe'.

ANNELIES EN ZEINA, CLOSE FRIENDS

Het begon met een melding van geluidsoverlast bij Farent, maar het verhaal van Annelies nam al snel een andere wending. Tegelijkertijd met het probleem van geluidsoverlast was Annelies aan het herstellen van een hartoperatie en kon ze ook moeilijk lopen. Na een gesprek met Wim van Farent kwam Zeina in beeld. Wel had Zeina een voorwaarde: ze wilde iemand die ook Engels sprak. 'Geen probleem', zei Annelies. 'Bij onze eerste kennismaking was er al meteen een klik tussen ons. En bij de tweede ontmoeting had Zeina voor mij op Syrische wijze gekookt en ik had een flesje rosé voor ons opengetrokken. Gezelliger kon niet. We ontmoeten elkaar wekelijks en doen vaak iets gezelligs. Een ommetje maken, samen koffiedrinken en praten over wat ons bezighoudt in ons leven. Daarnaast hebben we allebei belangstelling voor filosofie. We houden allebei van de dichter en filosoof Kahlil Gibran. Zijn troostende woorden gaan over liefde, eenheid en tolerantie. Als Zeina komt dan brengt ze altijd haar hondje Lily mee. Voor mij is het samenzijn, dingen doen met haar heel bijzonder'. We zijn echte vriendinnen geworden'.

Zeina: 'Ik vind de verbinding met Annelies mooi en speciaal. We zijn begonnen als vrijwilliger/socializing, maar Annelies is intussen een 'close friend' geworden. Ik houd van onze gesprekken. Soms praten we in het Nederlands, want dat wil ik nog vloeiender leren spreken. Ik leer van haar levenservaring en ik kijk altijd uit naar onze ontmoetingen. Want dat geeft mij het gevoel dat ik iemand heb die naast me staat'.



Links Zeina, rechts Annelies

'DE TIJD VLEIET ALS WE BIJ ELKAAR ZIJN'



Links Clazien, rechts Maria

'Samen met Anja van Farent ging ik kennismaken met Maria', vertelt vrijwilliger Clazien. Maria is een frêle vrouw, maar op haar negentigste nog haarscherp, fit en bij de tijd. We konden meteen goed met elkaar opschieten. Als we bij elkaar zijn, praten we over veel verschillende onderwerpen, ook over politiek en allerlei zaken die in de maatschappij spelen'. Maria en Clazien hebben allebei het boek van Judith Koelemeijer gelezen: 'Het zwijgen van Maria Zachea'. 'We praten er samen over', zegt Clazien. 'Het boek gaat over een gezin van twaalf kinderen. Het deed me wat vanaf de eerste regel, ik heb in mijn leven veel meegemaakt, armoede, oorlog. 'Wat er in het boek gebeurt is voor mij herkenbaar. De verschillen in opvoeding en kijk op het leven tussen de oudsten en de jongsten, dat herken ik in mijn eigen familie', zegt Maria. Clazien herkent dat ook. Clazien gaat eenmaal per week naar Maria toe. 'Als we bij elkaar zijn, vliegt de tijd voorbij. Het is voor mij echt een uitje. Ik zeg altijd: 'Als ik bij Maria op bezoek ga, lijkt het wel of ze de klok een uur vooruitzetten. We praten niet alleen, we gaan ook wandelen in het dorp. We zijn ook een keer naar het bos achter Mariaoord gegaan, waar de as van haar man uitgestrooid is. We houden allebei van bloemen; een bezoek aan een tuincentrum zit in de planning, maar daar wachten we nu maar even mee. Ik vind het bijzonder hoe Maria in het leven staat, zo zelfstandig, dat vind ik mooi om te zien.' Maria was heel open over de redenen voor haar verzoek aan de vrijwillige huishulp om een maatje. 'Ik ben zeventien jaar geleden mijn man verloren door ALS. Ik heb weinig over mijn verlies gepraat en had de behoefte om dat wel te doen. Ik doe dat nu met Clazien. Niet met nadruk, maar het komt soms vanzelf ter sprake. Dat voelt goed. ik kijk uit naar gezelligheid, naar het wekelijkse bezoek van Clazien.'



WE ZIJN BLIJ MET ELKAAR!

De dochter van mevrouw van Dijk heeft via Manigeh van Farent een maatje geregeld voor haar moeder. 'Het was nodig' zei mevrouw van Dijk. 'Ik heb twee jaar geleden mijn man verloren en nu ben ik alleen'. Matje Mieke vult aan: 'Haar kinderen wonen niet in de buurt'. Ze hebben het ook druk met hun werk'. Mevrouw van Dijk: 'En ik kan de boodschappen niet meer alleen doen,

want ik vind het in de winkels zo druk. Daar kan ik niet zo goed meer tegen. Ik moet overal wachten omdat mensen afstand van elkaar moeten houden. En ook nog een mondkapje op. Niet fijn allemaal. En nu doet Mieke samen met mij de wekelijkse boodschappen. Het klikt goed tussen de beide dames en ze zijn blij met elkaar. Mevrouw Van Dijk maakt haar boodschappenlijstje.

Mieke bemoeit zich daar niet mee. 'Zo lang dat zelf kan is het prima. Ik begeleid haar meer. Ze pakt zelf de boodschappen uit de schappen en doet deze in het karretje. Zo af en toe wel met een helpende hand van mij. We gaan altijd naar dezelfde supermarkt. Eigenlijk wilde ze het liefst vrijdagmiddag boodschappen doen maar dat vond ik niet verstandig. In goed overleg hebben we toen

afgesproken dat we op vrijdagmorgen voor de wekelijkse boodschappen op stap gaan. Na de boodschappen drinken we meestal een kopje koffie en dan buurten we samen nog een half uurtje over de kinderen bijvoorbeeld. We roddelen niet, hè Mieke? Mevrouw van Dijk kan Mieke altijd bellen als er iets is en dat is een geruststellende gedachte voor haar!

Links Mieke, rechts
mevrouw Van Dijk

DRIE STEUN MAATJES MAKEN ELS EN KEES BLIJ



Denise, Gisela en Carla zijn al een hele poos mantelzorgster of beter gezegd steunmaatje voor het echtpaar Els en Kees. Beiden hebben, zij het op een verschillende manier, zorg en aandacht nodig. Kees omdat hij dementerend is en Els heeft om die reden zo af en toe behoefte om dingen voor zichzelf te doen. Op dinsdag gaan Denise en Gisela, om de beurt, naar Els en Kees en op donderdag gaat Carla. 'Iedere keer zijn Els en Kees blij met hun komst en dat laten ze keer op keer blijken', zegt Denise. Met Kees gaan ze meestal een uurtje wandelen. Carla: 'Dan praten we over vroeger of over een plantje langs de weg, dat vindt Kees leuk. Intussen kan dan Els haar eigen gang gaan'. 'Dat is ook wel fijn voor haar', vindt Gisela. Daarnaast vindt Els het ook prettig om met ons een gesprek te voeren over de dagelijkse dingen. Met Kees wordt dat namelijk steeds lastiger.'

De onderlinge afspraken tussen de drie dames zijn helder. De afspraak is dat Denise het eerste aanspreekpunt is over de gang van zaken. Zij onderhoudt de contacten met Julie van Farent. Via een groepsapp houden de drie dames elkaar op de hoogte over hoe het gaat. Alledrie vinden ze het dankbaar werk dat ze met liefde en toewijding doen. Het levert positieve energie op. En zo maken de drie steunmaatjes met hun aandacht voor Els en Kees twee mensen blij.



VRIJWILLIGERS
ZIJN HELDEN
ZONDER CAPE!

Julie Meijers
juliemeijers@farent.nl
06-15 41 81 05



ER ZIJN VOOR IEMAND
DOET ER TOE!

Anja Hobbelen
anjahobbelen@farent.nl
06-46 76 81 07



EEN DIEPE BUIGING
VOOR AL ONZE
GEWELDIGE VRIJWILLIGERS!

Marion Leeijen
marionleeijen@farent.nl
06-46 75 28 47



VRIJWILLIGERS ZIJN
DE ONMISBARE
KRACHTEN
VAN ONZE MAATSCHAPPIJ!

Manigeh Molaparast
manigehmolaparast@farent.nl
06-46 76 81 03



VRIJWILLIGERS, DE
VOLWASSEN VERSIE
VAN GOEDE FEEËN!

Wim Huiskamp
wimhuiskamp@farent.nl
06-50 26 50 19



Met dank aan de vrijwilligers
George van der Zande (tekst)
en Michael Bögels (foto's)



www.farent.nl