

Tekst: Jeske Goedhart  
Beeld: Maartje Simons

## Het verrijkt mijn leven

**Via de vacaturebank van de Vrijwilligerscentrale Zeist komt Paula van der Velde een aantal jaar geleden een oproep tegen van Stichting Samen Oplopen. Het sprak haar meteen aan! Het ging om het ondersteunen van een alleenstaande moeder met het doen van boodschappen en opvoedvragen. Het is heel fijn om iets te kunnen betekenen voor een gezin bij mij in de buurt. En door ook samen te gaan koken, hou ik er ook nog lekkere recepten aan over,' lacht ze.**

"Is het zo makkelijk?, dacht ik toen ik het las, waarom ook niet? Paula gaat verder: 'Het is voor mij een kleine moeite en ik wil graag helpen. Deze moeder woonde nog maar net in Nederland en door samen dingen te doen en te ondernemen, ging ze dat gaandeweg steeds meer zélf doen'. Inmiddels is Paula bij dat gezin gestopt en heeft ze al met een paar andere gezinnen bij haar in de buurt meegelopen. 'Het maakt me blij als het goed gaat met het gezin en ik daar een bijdrage aan heb kunnen leveren. Door dit vrijwilligerswerk voel ik me meer verbonden en ik vind het mooi kennis te maken met een nieuwe cultuur. En als ik even iets niet weet, bijvoorbeeld het invullen van ingewikkeld formulier, dan neem ik contact op met Stichting Samen Oplopen, die het gezin naar de juiste partij kan doorverwijzen. En dat is prettig, een organisatie die achter ons staat en ondersteunt in het vrijwilligerswerk. Maar ze doen meer, ze organiseren ook bijeenkomsten voor vrijwilligers zoals ik. Laatst was er een thema avond over "*stellen van grenzen en het geven van feedback*". Op deze avonden is altijd weer wat bij te leren. Ook is het prettig om mede-vrijwilligers te ontmoeten en ervaringen uit te wisselen'.

### **Ook op zoek naar geschikt vrijwilligerswerk?**

Gezinsvrijwilligers van Stichting Samen Oplopen zetten zich met veel plezier in voor een gezin. Ze lopen als vrijwilliger een tijdje op met de ouder(s), de kinderen of jongeren tot 23 jaar en ontwikkelen een persoonlijke band, van mens-tot-mens. Voor meer informatie: [www.samen-oplopen.nl](http://www.samen-oplopen.nl). Opzoek naar wat anders? De vrijwilligerscentrale Zeist beheert een digitale vacaturebank. Met zo'n 250 vacatures zit er altijd iets voor je bij! Je kunt online zoeken naar vrijwilligerswerk dat bij je past. Je kunt ook langskomen. Kijk voor meer informatie op [www.vrijwilligerscentralezeist.nl](http://www.vrijwilligerscentralezeist.nl) De Vrijwilligerscentrale is onderdeel van welzijnsorganisatie MeanderOmnium.