

Open Hulpvragen september 2024

Informele Zorg - U Centraal

Ben je in de gelegenheid om één (of meer) van onderstaande hulpvragen op te lossen? Neem contact met ons op via de mail (alghulpdienst@u-centraal.nl), of de telefoon (030-236 1743). Als je tijd beschikbaar hebt en er staat geen passende vraag voor je bij, neem dan ook contact met ons op. Er zijn altijd nog meer/andere vragen dan er in dit overzicht worden weergegeven.

| | | |
|--|---|-----------------------|
| | <p>De Algemene Hulpdienst is weer op zoek naar nieuwe kantoorvrijwilligers!</p> <p>De AHD helpt mensen die door ziekte, ouderdom, handicap en/of een gebrek aan sociale contacten zelf niet alles meer kunnen doen en die geen geld hebben om daar mensen voor in te huren. Denk aan tuinonderhoud, klussen in en om het huis, begeleiden naar ziekenhuisafspraken en dergelijke.</p> <p>Als kantoorvrijwilliger ben je de schakel tussen vraag en aanbod. Je ontvangt telefoontjes van cliënten of verwijzers. Je vraagt wat er aan de hand is, zodat je de vraag goed in beeld hebt. Vervolgens registreer je de hulpvraag in ons computersysteem en ga je op zoek naar een geschikte vrijwilliger. Kantoorvrijwilligers draaien 2 diensten per week. De werktijden zijn van 9.00 - 13.00 uur. Je werkt in een team samen met consulenten en andere kantoorvrijwilligers.</p> <p>Een ideale functie voor mensen die wat voor een ander willen betekenen en graag werken in een prettige werkomgeving met vriendelijke en professionele collega's. De functie van telefoonvrijwilliger is ook heel geschikt voor mensen die na ziekte of werkloosheid graag weer in het arbeidsritme willen komen. Je krijgt scholing en begeleiding.</p> | Centrum (Drift 11) |
| | <p>Stichting Leergeld zoekt een VRIJWILLIGER ADMINISTRATIE voor ± 8 u.p.w. of meer.</p> <p>Bij stichting Leergeld zoekt men met spoed nieuwe kantoorvrijwilligers om kindregelingen te verstrekken.</p> <p>In de gemeente Utrecht wonen meer dan 10.000 kinderen in gezinnen die nauwelijks kunnen rondkomen. Voor de aanschaf van een fiets, of een computer om huiswerk te maken, sport of muziekles, schiet het gezinsinkomen veelal tekort. Ook de kosten voor huiswerkbegeleiding, een cadeautje in december of een agenda voor het nieuwe schooljaar zijn vaak te hoog.</p> <p>Stichting Leergeld Utrecht vindt dat onacceptabel en wil dat alle kinderen volwaardig kunnen meedoen aan onderwijs, cultuur en sport. Samen met maatschappelijke organisaties en de gemeente Utrecht maken we dat voor steeds meer kinderen mogelijk.</p> <p>Zie de vacature op de Vrijwilligers Centrale Utrecht: VRIJWILLIGER ADMINISTRATIE (INTERMEDIAR) (per september 2024) VC Utrecht</p> | Transwijk |

| Vraagnr. | Hulpvraag | Buurt |
|---------------------------|--|---------------|
| Automaatje | | |
| AM 1 | Een vrouw van 58 jaar gaat met ingang van 3 september (op dinsdagavonden) een koor dirigeren in Westbroek. Vanwege haar beperking lukt het haar niet/moeilijk om hiernaartoe te gaan. Ze moet er om 19.45 uur zijn. Ze zoekt een vrijwilliger die haar kan brengen elke week (behalve de vakanties). Het koor heeft trouwens ruimte voor nieuwe leden, dus evt. meezingen behoort tot de mogelijkheden. Terug naar huis kan mw wel organiseren met behulp van de koorleden. | Hoograven |
| AM 2 | Automaatje zoekt meer vrijwillige chauffeurs. Het gaat om vervoer met je eigen auto. Je krijgt van degene voor wie je rijdt een kleine kilometervergoeding. Het vervoer beperkt zich niet tot bezoek aan ziekenhuis, arts en dergelijke, maar is ook bedoeld voor leuke uitjes als bezoek aan familie of vrienden, de kapper, winkelen of naar een museum of het strand. Als vrijwilliger rijd je in je eigen auto op momenten die jou zelf uitkomen. U Centraal zorgt ervoor dat zowel jij als de deelnemer vooraf goed geïnformeerd worden. | Stad of regio |
| Boodschappen | | |
| 4.143 | Vrouw (57) woont alleen en zelfstandig. Mevrouw zou graag ondersteuning krijgen bij de boodschappen. Het zou voor mevrouw ook handig zijn als de vrijwilliger meekijkt naar welke boodschappen nodig zijn (dus keuzes maken). Ze kan zelf geen boodschappen doen. Loopt slecht. Heeft wat schade door herseninfarct. Heeft weinig regie over huishoudelijke taken. Vergeet veel dingen en plannen maken is lastig. | Tuinwijk |
| 4.241 | Man (81) is op zoek naar iemand die boodschappen voor hem zou kunnen doen. Door zijn lichamelijke klachten lukt het hem niet meer goed om zelfstandig naar de supermarkt te gaan. Meneer geeft aan dat hij niet veel boodschappen nodig heeft, omdat hij kant-en-klaar maaltijden heeft. Meneer zou het fijn vinden als iemand hem wekelijks zou kunnen ondersteunen. | Overvecht |
| 4.432 | Vrouw (73) lukt het niet om zelfstandig boodschappen te doen. Ze kan nauwelijks lopen. Daarom zoekt ze een vw die 1x keer per week boodschappen voor haar doet. | Zuidwest |
| 4.181 | Man (69) zoekt een vrijwilliger voor iedere donderdag boodschappen doen op verschillende locaties. Gaat soms om zware dranken (qua gewicht). 1 x per week voor langere periode. | Zuidwest |
| 4.067 | Vrouw (82) wil eigenlijk iemand voor de gezelligheid en die eventueel ook de boodschappen doet. Of dit online gebeurt of dat boodschappen worden gehaald is voor mevrouw niet van belang. | Noordoost |
| 4.489 | Nette dame (92) doet nog met pijn en moeite haar eigen boodschappen, maar eigenlijk kan dat niet meer. Wie wil haar eens per week even helpen? De Albert Heijn is aan het eind van haar straat. | Vogelenbuurt |
| Buddy & Bezoek | | |
| BB 1 | Mw woont alleen in flatwoning, heeft sinds twee jaar erge last van reuma en RSI, en mag geen auto meer rijden. Ze is hierdoor erg onzeker geworden, en af en toe somber. Een praktische, nuchtere en vrolijke vrijwilligster kan haar 1x per week na 14.00 uur blij maken met een bakje koffie drinken, met de rolstoel naar buiten. Ze rookt 1 sigaret per dag. | Overvecht |

| | | |
|--------------------------|--|---------------|
| BB 2 | Slimme, muzikale vrouw (88) zoekt vrijwilligster voor klein uurtje babbelen. Ipv bezoek, is een telefoontje soms ook voldoende. Ze speelde vroeger piano en is geïnteresseerd in politiek. Ze is gezellig, humorvol, maar heeft wel veel pijn. Ze loopt met een rollator. | Oost |
| BB 3 | Mevrouw kan vanwege een chronische medische aandoening aan het hart niet meer alleen de deur uit. Om sociaal isolement te voorkomen is zij op zoek naar iemand die samen met haar 1x per week naar buiten wil om een stukje te wandelen en wat kleine boodschappen te doen (grotere boodschappen doen de kinderen). | Oost |
| BB 4 | Lieve maar kwetsbare mevrouw woont samen met haar volwassen zoon in 1 huis. Hij doet veel voor haar, maar werkt overdag. Verder heeft ze geen netwerk. Ze durft ook niet vaak alleen naar buiten. We zoeken een vrijwilligster die samen met haar een rondje gaat lopen (met of zonder de 2 hondjes), samen een kopje thee drinkt en haar wat aandacht geeft. Ze zal het enorm waarderen! | Lombok |
| BB 5 | Vrijgevochten man van eind 50 woont midden in de binnenstad. Hij heeft zijn leven na een heftige tijd weer meer op orde, maar is hierdoor ook zijn sociale contacten kwijtgeraakt. Hij loopt niet zo makkelijk meer. Wie heeft er zin om samen met hem te filosoferen over het leven? En te praten over reizen? | Binnenstad |
| BB 6 | Mevrouw (65) zoekt een vrouwelijke vrijwilligster waar ze een beetje steun aan heeft. Ze kent veel hobbels in het leven, maar ze neemt deze hobbels wel! Haar gezonde en stoere uitstraling verhuult soms haar kwetsbaarheid. Zij en haar man zijn laaggeletterd, waardoor het soms fijn is om even mee te lezen met iets op de computer. Verder wil ze graag samen wandelen, ergens iets nuttigen en (fijne) gesprekken voeren. | Hoograven |
| BB 7 | Heb jij tijd voor een kletspraatje met een dame op leeftijd? Ze zou het heel gezellig vinden als er een vrijwilligster in de middag eens een kopje thee of koffie zou komen drinken. Ze woont al haar hele leven in hetzelfde huis, maar iedereen om haar heen is verhuisd of overleden. Haar sociale netwerk is heel klein geworden. Je zou haar heel blij maken met je bezoek! | Oudwijk |
| BB 8 | Meneer (68) moet bewegen voor zijn gezondheid, maar kan zichzelf er niet makkelijk toe zetten. Hij zoekt een vrijwilliger die met hem gaat wandelen. Hij hangt bepaalde complottheorieën aan. Hij zal deze ter sprake brengen, maar heeft gezegd dat hij niet gaat overtuigen. Hij heeft humor, is eerlijk en is verder breed geïnteresseerd. | Oost |
| Computer | | |
| 4.201 | Man (67) wil graag ondersteuning bij het leren omgaan met de computer. Meneer heeft zelf een laptop met internet. Meneer beschikt al wel over basisvaardigheden. De vraag is of iemand een aantal keren met hem mee kan kijken om hem een aantal dingen te leren. | Overvecht |
| Hulp bij Dementie | | |
| HbD 1 | Deze echte Utrechtse dame (89) mist in het weekend gezelschap. Ze houdt enorm van lekker kletsen, al zal je wel merken dat ze dingen herhaalt. Ze is creatief en doet graag aan diamond painting. Samen winkelen zou ze ook heel leuk vinden, even naar de markt bijvoorbeeld. Ze zoekt een vrouwelijk maatje van 50+, wil jij haar een beetje opfleuren? | Overvecht |
| HbD 2 | Eigenzinnige man (67) heeft brede interesses, van geschiedenis en natuur tot muziek en zijn zelfgebouwde radioapparatuur. Voor meneer is het belangrijk dat jullie interesses delen, zodat jullie daar leuk contact over kunnen hebben. Hij krijgt een driewiel fiets, zodat jullie ook samen naar buiten kunnen. Hij heeft Parkinson en dementie. Meneer kan om de week op dinsdag-, donderdag- of | Leidsche Rijn |

| | | |
|------------------------|--|---------------|
| | vrijdagmiddag, maar de voorkeur gaat uit naar maandag of het weekend. Voor iemand die een beetje tact heeft, kan dit een heel leuk contact worden! | |
| HbD 3 | Ben jij een vrolijke druif 😊? Dan is deze gezellige man op zoek naar jou! Meneer wil er graag even op uit met de elektrische rolstoel (of eventueel samen in zijn Canta). Hij kent Utrecht goed en heeft er veel verhalen over te vertellen. Maar samen naar Hollandse muziek luisteren vindt hij ook fijn. Door de dementie leeft hij vooral in het verleden, maar dat staat contact niet in de weg. Zijn vrouw zorgt dag en nacht voor hem en kan wel een adempauze gebruiken. Dus heb jij bij voorkeur 1 keer in de week ongeveer 2 uur de tijd voor hem? Laat het ons weten! Dag maakt niet uit, wel altijd na 12 uur. Weekend is ook mogelijk. Er wordt regelmatig gerookt. | Utrecht Oost |
| HbD4 | Lieve man zou gebaat zijn bij een vriendelijk maatje met tact. Meneer heeft dementie, maar geen ziektebesef of inzicht. Hij is ook een beetje achterdochtig, dus tact en inlevingsvermogen zijn echt nodig! Hij kletst graag over biljarten, vissen, zijn werk vroeger als boomkweker en de oorlog. Er staan vooral hulpverleners om hem heen, zijn netwerk is heel erg klein. Dag en tijdstip in overleg. | De Meern |
| Klussen in huis | | |
| 3.863 | Vrouw (37) wil haar balkon ontdoen van duivenpoep en een net plaatsen. Balkon is relatief klein, er ligt duivenpoep op wat verwijderd moet worden. En dan moet er een net geplaatst worden om de duiven tegen te houden. Net moet nog gekocht worden en op maat gemaakt worden. | Overvecht |
| 3.967 | Vrouw (60) heeft een kledingkast waarin nu manden zitten, hieraan stoot ze zich snel. Ze wil hier graag hangers voor in de plaats, zodat ze makkelijk bij haar kleren kan. Hiernaast heeft ze (als het lukt) een aantal kastjes die ze graag naar boven wil hebben, zodat ze er beter bij kan. Dit zijn grote en zware kastjes, dus wellicht kan een buurman helpen met tillen. | Noordoost |
| 4.031 | Vrouw (35) zoekt iemand die haar kan helpen met het vastmaken van kliktegels op het balkon. Deze zijn vierkant en klik je aan elkaar vast. Het balkon is 1m bij 50cm. Er is geen gereedschap nodig. | Noordoost |
| 4.077 | Vrouw (56) ziet druppels uit de spoelbak van de wc komen. Of een vrijwilliger dit voor haar kan verhelpen. Mevrouw heeft ook nog een vraag over de ophanging van haar gordijnen. Misschien kan de vrijwilliger daar ook naar kijken? | Overvecht |
| 4.082 | De wc bril van mevrouw (54) is los. De woningbouw gaat dit niet voor haar doen. Mw heeft geen eigen gereedschap. | LR |
| 4.109 | Vrouw (64) heeft hulp nodig bij het ophangen van een rail bij het raam in een kleine kamer (+/- 1 meter). Daarnaast zijn er een aantal stopcontacten in de keuken die loszitten en vastgemaakt moeten worden. | LR |
| 4.154 | Vrouw (67) wil om veiligheidsredenen een extra slot voor haar voordeur. Mw woont in een flat. Het slot moet ze nog gaan kopen. Ze heeft geen gereedschap | Voordorp / NO |
| 4.171 | Vrouw (58) wil graag haar gordijnen laten ophangen en heeft niemand die dit voor haar kan doen. Rails moet ook nog aan het plafond gemonteerd worden. Gordijnen en rails, plus haakjes zijn in huis. | Overvecht |
| 4.177 | Vrouw (66) heeft een schommelbank in de tuin. Deze werkt niet helemaal meer naar behoren. Ze wil enkel advies van iemand of deze nog te repareren is of mogelijk gelast moet worden. | Oost |
| 4.191 | Man (88) wil 2 lampen laten ophangen , 1 in de slaapkamer, 1 in de keuken. De lampen zijn al in huis. | Overvecht |

| | | |
|-----------------|---|-----------|
| 4.214 | Man (42) wil graag een vrijwilliger om een "middelgrote" IKEA kast in elkaar te zetten. Meneer spreekt erg slecht Nederlands. | West |
| 4.253 | Een stel heeft een handicap en kan zelf geen klussen doen. Ze willen dat een vrijwilliger een oud kattennet verwijdert. Ze gaan een meer solide net kopen, waarbij waarschijnlijk geboord moet worden om het te bevestigen. | Overvecht |
| 4.351 | Vrouw (41) heeft douchestang die kapot is Ze wil de oude douchestang er weer op laten zetten. | West |
| 4.381 | Vrouw (46) vraagt hulp om een kast van IKEA (180 x 35 cm) vast te maken aan de muur. Er is een boormachine nodig. Mw. heeft die zelf niet. | Overvecht |
| 4.382 | Vrouw (80) vraagt hulp bij het schilderen van een aantal kozijnen. Alle spullen zijn aanwezig. | Zuidwest |
| 4.378 | Vrouw (51) wil hulp bij het ophangen van lampen en het in elkaar zetten van kledingkasten (2 stuks). | Vleuten |
| 4.390 | Vrouw (67) heeft hulp nodig bij een slot laten maken bij haar keukenkast. Er zat al een slot in maar haar sleutel was kwijt. Tijdens een storm waren van haar tuinhokje 2 planken losgeraakt. Graag wil mw die dicht laten schroeven. Mw heeft geen gereedschap. | West |
| 4.194 | Vrouw (68) gaat half september 2 kast-bouwpakketten, ong. 25 kg/st, kopen. Deze moeten naar de zolder, dat is 2 verdiepingen hoger. Er is geen lift. Mw woont in een rijtjeshuis. (Er zijn 2 mensen hiervoor nodig). | Noordoost |
| Opruimen | | |
| 3.781 | Mevrouw (64) zoekt iemand die haar wil helpen met het uitruimen van de kelder. Er staan dozen met kampeerspullen, boeken, boekenkasten enz. Deels moeten die naar de 1e etage en de rest moet uitgezocht worden en de deur uit via marktplaats, spulenhulp of milieustraat. Wat het voor mevrouw vooral lastig maakt is dat de toegang naar de kelder via de kruipruimte is met een huishoudtrapje. De hulpvraag is zowel om spullen uit de kelder te halen, als om te helpen met het uitzoeken en wegwerken van de spullen. Dit zal zeker niet in 1 middagje zijn gedaan, maar ze heeft geen haast. Mevrouw vindt het ook goed als een vrijwilliger af en toe 2 uurtjes langskomt, maar dat graag in overleg met de vrijwilliger. | Ondiep |
| Tuinhelp | | |
| 4.354 | Vrouw (46) heeft een tuin van ongeveer 5 x 5 m. (voortuin) en 5 x 8 m. (achtertuin). Er liggen veel tegels. Het onkruid staat hoog. Mw. zoekt een vrijwilliger die haar kan helpen met het weghalen van het onkruid. | Overvecht |
| 4.396 | Vrouw (96) wil graag dat onkruid weggehaald wordt aan de voorkant van haar huis waar ze een klein plantsoen heeft. Het onkruid is een doorn in haar oog want ze heeft het graag heel netjes. Het is max. een halfuur werk en ze heeft een soort stok waardoor je niet hoeft te bukken. | Overvecht |

LET OP!

De Algemene Hulpdienst is telefonisch en via de e-mail niet
bereikbaar op de vrijdagen