



Stichting Humanitas

Nieuwsbrief voor vrijwilligers



Ben je wel eens op de Facebookpagina van de vrijwilligers geweest?

Heb je al eens een kijkje genomen op de pagina die we op Facebook hebben? Daar plaatsen we in ieder geval al onze oproepen voor vrijwilligers, maar ook alle andere berichten die we graag met de buitenwereld willen delen.

[Bezoek de pagina](#)

In deze nieuwsbrief:

- Voorwoord
- Dag van de vrijwilliger
- In het zonnetje... de Roze Salon
- Succesvolle eerste voorronde Humanitas Got Talent
- Kennismaken met... vrijwilliger Ruud Hoogendijk
- Scholing Informele zorg



Beste vrijwilligers,

Allereerst natuurlijk de beste wensen voor 2024! Alle goeds voor jullie persoonlijk en zeker ook voor al het mooie werk wat jullie doen. Glenda Peters zong jullie in december al toe tijdens de dag van de vrijwilliger: jullie zijn GOUD! Wat een prachtig lied met videoclip.

In 2024 hopen we het aantal vrijwilligers die zich inzetten voor Humanitas flink op te schroeven. Mocht je nog een kennis, familielid, vriend of vriendin hebben, die ook 'iets' zou willen doen: meld bij je coördinator of contactpersoon. We gaan dan graag in gesprek over de mogelijkheden.

Iedereen heeft wel 1 of meerdere talenten. Bij Humanitas got Talent worden die talenten ook gezien. Mocht je hier aan mee willen doen of als bezoeker erbij willen zijn: je bent van harte uitgenodigd! In het voorjaar sluiten we dit af met een groot feest. Hierover krijg je nog bericht!

In deze nieuwsbrief lees je ook over het prachtige project de Roze Salon, waar veel vrijwillige gastheren en gastdames zich wekelijks inzetten en prettige bijeenkomsten organiseren voor LHBTIQ+ ouderen. Er is ook een zangkoor: de Roze Lijsterbessen. Ga gerust kijken wanneer ze ergens optreden.

Tevens in deze nieuwsbrief een interview met een vrijwilliger van het team Sociale Benadering Dementie. Zij ondersteunen thuiswonende mensen met geheugenproblemen en de vrijwilligers zijn hierin onmisbaar. Ook heel dankbaar werk.

Stichting Humanitas

Nieuwsbrief voor vrijwilligers

Aangezien we bij Humanitas veel bijzondere doelgroepen begeleiden, bieden we ook diverse trainingen aan. We vinden het namelijk belangrijk dat vrijwilligers goed voorbereid op pad gaan. Daarnaast is het altijd leuk om andere vrijwilligers te ontmoeten, maar zeker ook om je eigen kennis te vergroten. We maken weer een jaarplanning, dus geef je op wanneer je een interessante training ziet.

Na een sabbatical van drie maanden vond ik het weer heel fijn om aan het werk te gaan. Ik bedank mijn vervanger Joenhy van den Berg ook langs deze weg. Zij heeft zich met hart en ziel ingezet.

Met elkaar gaan we er een mooi jaar van maken! Het wordt vast weer een bijzonder jaar en dat begint al goed, want iedereen krijgt een extra dag: 29 februari.

Mocht je ideeën hebben voor Humanitas met betrekking tot vrijwilligerswerk, bel of mail mij gerust: aarts@stichtinghumanitas.nl; 06-44 85 39 23

Met vriendelijke groet,
Astrid Arts

Dag van de Vrijwilliger

Onze vrijwilligers zijn van enorme betekenis voor onze organisatie! Graag wilden we ze daarom bedanken. Voor wat zij doen voor ons op het gebied van zorg, welzijn en hulpverlening. Ze zijn immers een steun in de rug van vele bewoners in de regio Rotterdam Rijnmond en zeer gewaardeerde collega's. Daarom werd de 'Dag van de Vrijwilliger' op donderdag 7 december jl. bijzonder gevierd.



Zangeres Glenda Peters en haar songwriter Fred Willems werden gevraagd om een persoonlijke boodschap aan onze vrijwilligers te vertalen in een lied. Vrijwilligers werden uitgenodigd voor een hapje en drankje in the Thornico Building (hoofdkantoor van de

vrijwilligersprojecten). Namens het bestuur sprak Joost z'n waardering uit voor onze vrijwilligers en zangeres Glenda Peters verraste ze met een live vertolking van 'Jij bent goud'. Bekijk hier de video: <https://www.youtube.com/watch?v=N36Hr84NVNg>

Stichting Humanitas

Nieuwsbrief voor vrijwilligers

In het zonnetje

... de Roze Salon



Ron de Koning

Vrijwilliger Ron de Koning geeft ons een kijkje in de Roze Salon. Dé ontmoetingsplek voor LHBTI-ouderen in Rotterdam-Noord en Hoogvliet. Een concept dat trouwens in heel Nederland bekend is. De Roze salon is een 'safe space' voor LHBTIQ+ ouderen: een plek waar gelijkgestemden zich thuis kunnen voelen, gezellig samen kunnen zijn, samen verdriet en plezier kunnen delen en activiteiten gedaan en

georganiseerd kunnen worden. Ron vertelt dat iedereen trouwens welkom is in de Roze Salon. Je kunt er altijd rekenen op begrip en herkenning wanneer je een verhaal wilt delen. Het is een warm bad waarin iedereen vrij is hoe zich daarin onder te dompelen.

Voor LHBTIQ+ ouderen is het niet altijd vanzelfsprekend om een groot netwerk te hebben. Omdat zij vaak geen gezin hebben of familie en vrienden soms afstand van hen nemen. In zorginstellingen krijgen zij regelmatig te maken met uitsluiting en discriminatie. Ook zijn er LHBTIQ+ ouderen, die op late leeftijd uit 'de kast' komen. Waardoor zij plotseling opnieuw hun plek moeten vinden in het leven. Dat kan zorgen voor een eenzaam gevoel. Voor die ouderen biedt Stichting Humanitas de Roze Salon.

De Roze Salon organiseert veel verschillende activiteiten. Er worden gastsprekers uitgenodigd, die bijvoorbeeld iets vertellen over onderwerpen als testamenten of de geschiedenis van homoseksualiteit. Maar er komen ook LHBTIQ+ gasten uit de theaterwereld, zoals acteur Joop Keesmaat, die vertellen over hun eigen leven en geschiedenis. Ook worden er film- en muziekmiddagen georganiseerd. Wil je zelf muziek maken? Dan ben je welkom om mee te zingen met het Roze Lijsterbessenkoor. Elke zaterdag, voor de Roze Salon Rotterdam, is er een repetitie. Ron vertelt dat zijn favoriete lied 'Mag ik dan bij jou' van Claudia de Breij is. Dit kwetsbare lied gezongen door oudere stemmen, maakt veel indruk op hem. De Roze Salon kun je trouwens afsluiten met een etentje in het restaurant van op de Bergweg. De maaltijden zijn smakelijk en tegen een kleine vergoeding.

Naast de Roze Salon zijn er ook activiteiten op andere dagen. Een bezoek aan een museum, een rit met een oude tram, een bezoek aan een andere stad, bedenk het maar en het wordt georganiseerd.

Stichting Humanitas

Nieuwsbrief voor vrijwilligers

De Roze Salon zoekt trouwens altijd nieuwe vrijwilligers. Leeftijd en woonplaats is niet belangrijk. Er zijn vrijwilligers van 25 tot 80, van Rotterdam tot Den Haag. Het is wel belangrijk dat je sociaal en vitaal bent. Want je verzorgt de bezoekers met een drankje en een hapje. Je loopt dus flink wat af op zo'n middag. Maar het belangrijkste is dat je dit vrijwilligerswerk met liefde en vanuit je hart doet. Ook nieuwe deelnemers (55+) zijn van harte welkom. Waar je ook vandaan komt en wat je achtergrond ook is, kom gezellig naar onze Roze Salon.

Het koor, de Roze Lijsterbessen, repeteert elke zaterdag van 12.45 tot 13.45 uur (Bergwegplantsoen 390, Rotterdam).

De Roze Salon Rotterdam is iedere zaterdag van 14.00 tot 17.00 uur (Bergwegplantsoen 390, Rotterdam).

De Roze Salon Hoogvliet is iedere woensdag (m.u.v. de laatste woensdag van de maand) van 14.00 tot 17.00 uur (Marthalaan 2, Hoogvliet).

Vrijwilliger worden bij de Roze Salon of heb je vragen? Neem dan contact op met vrijwilligerscoördinator Esther Huisman via ehuisman@stichtinghumanitas.nl of 06-12513187. Bel gastheer Ron de Koning via 06-20987227 wanneer je een keer wilt kennismaken als deelnemer van de Roze Salon. Koffie of thee met iets lekkers staat voor je klaar!

Succesvolle eerste voorronde Humanitas Got Talent

Op dinsdag 21 november vond de eerste voorronde van onze eigen talenten-show Humanitas Got Talent plaats bij locatie De Leeuwenhoek. Het was een fantastisch feest met maar liefst vijf optredens van onze talentvolle Humanitas collega's. Daarnaast was er een driekoppige, zeer professionele jury en een geweldige host. Check de [aftermovie](#) dan zie je hoe leuk het was!



Stichting Humanitas

Nieuwsbrief voor vrijwilligers

Kon je er niet bij zijn? Niet getreurd, er komen nog twee voorrondes: 10 januari bij Hannie Dekhuijzen en 14 maart in Hoek van Holland. De grande finale is op vrijdag 31 mei bij Akropolis. Schrijf je dan [hier](#) in om als publiek aanwezig te zijn en moedig je collega's aan bij de eerstvolgende voorronde.

Je kunt je ook nog inschrijven met een act (dans/zang/toneel/stand up comedian, alles is mogelijk) via [deze link](#). Heb je nog vragen of suggesties? Stuur dan een mail naar communicatie@stichtinghumanitas.nl

Kennismaken met...

vrijwilliger Ruud Hoogendijk

Ruud Hoogendijk is vrijwilliger bij de Sociale Benadering Dementie (SBD) sinds zijn pensionering.

Het SBD-team ondersteunt en begeleidt mensen met geheugenproblemen/dementie en hun naasten in de thuissituatie. Daarbij staan de belevingswereld en de behoeften van diegene die begeleid wordt centraal.

Het is vanuit een onderzoek opgezet, de mensen die begeleid worden en soms ook hun mantelzorgers werken hier aan mee en zijn dus deelnemers. Het SBD-team is werkzaam in Schiebroek-Hillegersberg.

Ruud is 68 jaar. Heeft een zoon, een dochter en 2 kleinkinderen: Boaz van 5 en Finn van 10 jaar oud. Elke zondag komt de hele familie bij elkaar voor een gezellig samenzijn en jaarlijks is er een familieweekend. Ruud is een echt familiemens. Zijn dochter en zoon komen altijd op de 1e plaats. In zijn werkzame leven was hij chef magazijn/logistiek bij Klinger.

Hij zag er best tegenop om met pensioen te gaan, was bang in een gat te vallen omdat hij geen hobby's had. Een vriendin (teamlid SBD) vroeg of hij vrijwilliger wilde worden bij de SBD voor kleine klusjes bij mensen thuis. Ruud was direct enthousiast. Een voorwaarde was wel dat de inzet flexibel moest blijven en hij altijd de ruimte wilde hebben om nee te zeggen.



Ruud Hoogendijk met zijn kinderen

Stichting Humanitas

Nieuwsbrief voor vrijwilligers

De eerste klus was een schilderijtje ophangen bij een deelneemster thuis, vervolgens een stofzuigerzak verwisselen en zo langzaam werd hij steeds meer betrokken bij de SBD.

De flexibele inzet geldt nog wel voor de klusjes, maar inmiddels is Ruud elke donderdagmorgen te vinden bij de Buurvrouw: een sociale hotspot in Schiebroek, waar teamleden, deelnemers, vrijwilligers en studenten als zij zin en tijd hebben elkaar ontmoeten. Ruud zijn aanwezigheid daar is van grote waarde. Door volledig zichzelf te zijn, geen blad voor de mond te nemen, en, zo passend bij de SBD, iedereen te accepteren zoals hij is. Hij is een bindende factor voor de mannen die er komen. Inmiddels is er een klaverjasclubje ontstaan, is hij met een deelnemer naar de bioscoop geweest en gaat hij spontaan op bezoek bij deelnemers. En als hij onderweg een deelnemer tegenkomt, kan het zomaar zo zijn dat hij trakteert op een ijsje. Als een klaverjassende deelnemer even niet mobiel is, staat hij direct klaar als hij wordt gevraagd voor een klaverjasmiddag bij de deelnemer thuis.

Ruud heeft zich aangemeld als vrijwilliger bij het repaircafé, dat onlangs is gestart in Schiebroek. Als hij bij de koffie hoort dat een deelnemer op zoek is naar vrijwilligerswerk en hier wel interesse in heeft, is er geen vraag nodig. Hij zoekt contact en nu zijn ze daar samen als vrijwilliger gestart.

Op de vraag “wat brengt het jou”, geeft Ruud aan dat het veel voldoening geeft. “Het is fijn om te merken dat ik door mijzelf te zijn, zo wordt gewaardeerd. Ik heb geen ervaring met mensen met geheugenproblemen of dementie, maar dat is ook helemaal niet aan de orde in het contact. Het gaat mij om de mens erachter.”

Wil je meer weten over het werken als vrijwilliger bij het team SBD, neem dan contact op met Annemieke Ouwerkerk via sbd.aouwerkerk@gmail.com of 06-57521272. Ook op de zorglocaties van Humanitas in Schiebroek zijn helpende handen zeer welkom. Voor meer informatie hierover kan er contact worden opgenomen met Marjon de Vos via mdevos@stichtinghumanitas.nl of 06-19454296.

Scholing Informele zorg

Als Stichting Humanitas vinden wij het belangrijk dat je als vrijwilliger goed toegerust je werkzaamheden kan uitvoeren. Hieronder vind je de link naar de Scholingsgids 2024 voor de informele zorg. Mocht je interesse hebben in een van deze scholingen, neem dan contact op met je contactpersoon binnen Humanitas. <https://vrijwilligers.stichtinghumanitas.org/site/wp-content/uploads/2023/12/Scholingsgids-Informele-zorg-2024-.pdf>

Met dit aanbod hopen wij je ook in 2024 te mogen ondersteunen bij je belangrijke werkzaamheden voor onze cliënten.

Wil je reageren op iets in deze Nieuwsbrief of heb je zelf een leuk idee voor de volgende nieuwsbrief, we horen het graag. Neem dan contact op met Annemieke Ouwerkerk, aouwerkerk@stichtinghumanitas.nl of 06-33 66 54 70

Bekijk [hier](#) de vrijwilligersvacatures