

# Maatjesproject MENS De Bilt

Het Maatjesproject van MENS De Bilt brengt een vrijwilliger op basis van gelijke interesses in contact met een aanvrager om samen leuke dingen te ondernemen. Het gaat om heel gewone zaken zoals wandelen, een eindje fietsen, boodschappen doen, een kopje koffie drinken, een bezoek aan een museum of gezellig naar de film. Wat er gedaan wordt, hangt af van de interesses van zowel de aanvrager als de vrijwilliger. De coördinator van het Maatjesproject zoekt dan ook naar mensen die zowel op interessegebied als qua persoonlijkheid goed bij elkaar passen.

Bij de vrijwilliger, het maatje, staan menselijke kwaliteiten zoals warmte, tijd, nabijheid, respect, humor en begrip centraal. De waarde van het persoonlijk contact daar gaat het om bij het maatjesproject!

U kunt gebruik maken van het Maatjesproject als u behoefte heeft om samen met iemand iets te ondernemen. Maar natuurlijk ook als u zelf interesse hebt om maatje voor iemand te willen zijn!

## Wat kunt u samen doen :

- Samen koffie drinken
- Samen boodschappen doen
- Samen wandelen
- Samen praten
- Samen lachen
- Het laten optekenen van het levensverhaal
- Een wandeling maken

## Hoe werkt het maatjesproject?

Eén van de coördinatoren van het Maatjesproject komt bij u thuis om kennis te maken en te horen wat uw vraag is. Naar aanleiding van uw vraag gaat de coördinator op zoek naar een vrijwilliger, een maatje, die bij u past. Vervolgens vindt er samen met de coördinator van het Maatjesproject een kennismaking plaats tussen u en de vrijwilliger. Als de kennismaking voor beide partijen goed aanvoelt worden er verdere concrete afspraken gemaakt. De coördinatoren van het Maatjesproject begeleiden het gehele traject. De vrijwilligers krijgen ondersteuning en deskundigheidsbevordering.

## Voor wie?

Het Maatjesproject van MENS De Bilt is er voor iedereen die thuiswonend is vanaf 18 jaar, wij richten ons op de volgende doelgroepen:

### **Mensen met een mager sociaal netwerk:**

Mensen hebben de behoefte om iets met iemand te ondernemen, maar geen mensen met wie zij dat kunnen doen in hun directe woonomgeving.

### **Psycho sociaal kwetsbare mensen**

Iedereen heeft wel eens momenten dat het even niet zo goed gaat. Vaak is er dan iemand in de omgeving die een luisterend oor biedt, of helpt om je zinnen te verzetten. Voor mensen met een psychiatrische problematiek is dat niet altijd vanzelfsprekend en kan het lastig zijn om het dagelijks leven (weer) op te pakken. Ook wordt contact met vrienden en familie vaak minder. Kans op sociaal isolement neemt toe. Het maatjesproject kan hierin een rol vervullen. Een maatje die samen met de deelnemer 'leuke dingen' onderneemt en de deelnemer ondersteunt om weer actief deel te nemen aan het sociale en maatschappelijke leven.

### **Bezoekservice voor mensen met dementie**

Het doel van de bezoekservice is de mantelzorger tijdelijk te ontlasten en/of gezelschap te bieden aan degene die dementie heeft. De mantelzorger heeft dan gelegenheid iets voor zichzelf te doen. Ook mensen die geen mantelzorger hebben kunnen gebruik maken van deze bezoekservice. De bezoekservice wordt uitgevoerd door opgeleide en ervaren vrijwilligers, die graag met mensen omgaan. Vaak hebben zij ervaring met mensen uit de doelgroep in de familie, de naaste omgeving of de ouderenzorg. De vrijwilliger biedt geen vervanging voor professionele zorg.