

## Het verhaal van Helen



“Toen ik drie jaar geleden bij ‘Het vrijwilligerspunt’ solliciteerde wist ik nog niet zo goed waar ik aan begon. Nadat ik eerst telefonisch contact heb gehad, ontmoette ik Jeanneke op de Heemraadssingel, mijn toekomstige werkplek.

Wat me gelijk al beviel was de prachtige stadstuin achter de drie woonhuizen – inderdaad, daar vinden nu veel van mijn ontmoetingen met de cliënten plaats. We drinken koffie onder de oude bomen en babbelen wat of voeren korte, maar intensieve gesprekken. Soms helpt iemand me met het verzorgen van de bloembakken. Die waren leeg toen ik kwam, dat kon ik niet aanzien.

De drie huizen worden bewoond door 18 mensen die langdurig ziek zijn, maar die wel een bepaalde mate van zelfstandigheid aankunnen. Hier wordt niet geïsoleerd; men leeft samen en verdraagt elkaar. Voor sommigen cliënten is dat moeilijk. Anderen maken makkelijker contacten. Ik probeer als vrijwilliger gewoon met hen samen te zijn, de onderlinge contacten een beetje te bevorderen en wat gezelligheid en afwisseling in de vaak saaie alledag te brengen.

Een enkele bewoner doet vrijwilligerswerk. Ik zou willen dat iedereen die mogelijkheid zou hebben! Maar er zijn obstakels. Wat te doen als je aan pleinvrees lijdt, maar dolgraag in het dierenasiel als knuffelmoeder van de katten zou werken? Het kwam goed uit: mijn cliënte en ik hadden allebei op maandag tijd. We gaan met ‘vervoer op maat’ naar het asiel en werken daar in de ‘cattery’. Tussendoor drinken we koffie en maken we een praatje met de andere vrijwilligers en medewerkers van het asiel. We doen gewoon wat andere mensen ook doen, en we doen iets nuttigs. Als we de katten knuffelen gebeurt het als vanzelf dat we over allerlei dingen praten. Over angsten en stemmen, over hoe anderen je zien, hoe mooi het haar is als het gewassen is, hoe moeilijk sommige dingen te verdragen zijn. Juist omdat we er niet voor gaan zitten komen er veel thema’s aan bod. Na twee uur worden we weer opgehaald. Allebei hebben we plezier als de taxi nog andere mensen moet meenemen. We genieten dan van de sightseeing door Rotterdam en van een praatje met de chauffeur of de medepassagiers.

Ik houd van mijn werk op de Heemraadssingel. Of ik niet liever betaald werk in de gezondheidszorg zou willen doen? Als iemand me dat vraagt zie ik mezelf achter de computer patiëntendossiers bijhouden, of de alcoholcontrole in ‘Pietjes’ kamer doorvoeren. Nee, mij bevalt het zo. Mijn rol is heel anders dan die van de begeleiders. Ik ben altijd welkom; ik hoef de cliënten tot niets te dwingen. Ik kan daar aan het werk waar ik het belangrijk vind. Als ik tijd heb en Anna er zin in heeft dan maken wij samen een frisse komkommersalade. En als Kees een vraag heeft over een economisch probleem, dan buigen we ons daar samen over, en als we er niet uitkomen vraag ik het wel aan mijn man. Ik kan iets gewoons in het leven van de bewoners van de Heemraadssingel brengen. Dat doe ik graag en ik zie aan de cliënten dat het ze goed doet.

Dit klinkt als een succesverhaal en dat is het ook. Maar soms was en is het ook moeilijk om bij zwaar psychisch zieke mensen vrijwilligerswerk te doen. Vooral in het begin was ik blij met de steun van mijn coach. Ook nu nog kan ik altijd bij hem terecht. Met een andere vrijwilliger reis ik heen en terug. We begrijpen elkaar en kunnen zo nodig stoom afblazen.

Heel belangrijk vind ik ook de deskundigheidbevordering, zoals die meermaals per jaar plaatsvindt. Ik leer daar veel en vind het leuk om medevrijwilligers te ontmoeten. En de dag waar we uitgenodigd zijn voor 'iets leuks' is ook altijd leuk en erg gezellig!"