

# NETWERK INFORMELE ONDERSTEUNING ZEIST

Onder **Informele ondersteuning** wordt verstaan de ondersteuning door vrijwilligers aan mensen in de thuissituatie. Het betreft laagdrempelige, kosteloze diensten en activiteiten.

De ondersteuning richt zich op mensen die zelfstandig thuis wonen (dus niet in zorginstellingen). De ondersteuning kan heel breed zijn: van sociaal contact tot hulp bij administratie.

De **organisaties** die het betreft bestaan hoofdzakelijk uit vrijwilligers. (Vaak is er alleen een betaalde coördinator).

## Organisaties

	<b>pagina</b>
1. ADMINISTRATIE / JURIDISCH	2
2. BEZOEK / SOCIAAL	5
3. CULTUUR	9
4. GEZINSONDERSTEUNING	10
5. SCHOOL / STUDIE	12
6. TAAL	13
7. WERK	15
8. ZORG	16
9. PRAKTISCHE HULP, VERVOER & MEER	17
10. WIJNLOOPHUIZEN	19
11. KERKEN	21
12. HANDIGE WEBSITES	22

## 1. ADMINISTRATIE / JURIDISCH

### MAATJESPROJECTEN

project

#### SchuldHulpMaatje Zeist

<b>naam organisatie</b>	<b>SchuldHulpMaatje Zeist</b>
contactpersoon	IJda van den Boogaard
e-mailadres	shmzeist@gmail.com
telefoon	06 2417 5219
website	www.schuldhulpmaatje.nl

#### doelstelling project

Het voorkómen en oplossen van schuldenproblematiek door middel van het inzetten van goed opgeleide, vrijwillige SchuldHulpMaatjes. De SchuldHulpMaatjes helpen mensen met (dreigende) schulden met het oplossen van de financiële problemen én begeleiden hen op weg naar zelfredzaamheid en bewust financieel gedrag op de lange termijn.

#### doelgroep

mensen met (dreigende) schulden

project

#### Thuisadministratie

<b>naam organisatie</b>	<b>Humanitas</b>
contactpersoon	Miriam Martens
e-mailadres	m.martens@humanitas.nl
telefoon	06 35122767
website	www.humanitas.nl/afdeling/heuvelrug

#### doelstelling project

Ondersteuning bij onder andere: het op orde brengen en houden van administratie, overzicht in inkomsten en uitgaven, overzicht schulden en schuldeisers (als dit aan de orde is), leren budgetteren en omgaan met beperkte inkomsten, uitzoeken recht op toeslagen, minimaregelingen en kwijtscheldingen, afspreken betalingsregelingen en voorbereiden traject van schuldhulpverlening.

#### doelgroep

inwoners met behoefte aan hulp bij administratie en inzicht in financiën

## OVERIG

### project

#### Thuisadministratie

**organisatie**                      **Wijkloophuis Lindenhuis, Stichting Kerk en Samenleving**

contactpersoon                      Ton Verweij  
e-mailadres                              lindhuis@kerkensamenleving.nl  
telefoon                                      030 6963801 / 06 51977912  
website                                        www.kerkensamenleving.nl/lindhuis

#### **doelstelling project**

Mensen die moeite hebben om hun administratie te beheren een steuntje in de rug geven.

#### **doelgroep**

ouderen, mensen met een minimuminkomen, gezinnen

### Wegwijscafé

**organisatie**                      **Vitras e.a.**

contactpersoon                      Bert Winters  
e-mailadres                              b.winters@vitras.nl  
telefoon  
website

#### **doelstelling project**

#### **doelgroep**

### Sociaal Raadslieden - juridisch advies

contactpersoon  
e-mailadres                              info@sociaalraadslieden.nl  
telefoon                                      030-6924235  
website                                        www.sociaalraadslieden.nl

#### **doelstelling**

administratie, adviseren en informatie aan mensen met vragen op sociaal-juridisch gebied (belastingen, werk, wonen, inkomen, uitkeringen of schulden). Event. ook: helpen bij het invullen van een formulier of het opstellen van een brief.

### **Formulierenbrigade (onderdeel RSD)**

contact zie vrije inloop en adres op website  
telefoon 030 692 95 04  
website [www.rsdkrh.nl](http://www.rsdkrh.nl)

#### **doelstelling**

administratie - ondersteunen bij thuisadministratie en invullen meestvoorkomende formulieren, belastingaangifte, ordenen administratie, aanvragen DigiD

#### **doelgroep**

### **Rechtswinkel Zeist**

contactpersoon Jeroen Bos  
e-mailadres [info@rechtswinkel.nl](mailto:info@rechtswinkel.nl)  
telefoon 030 691 3847  
website [www.rechtswinkelzeist.nl](http://www.rechtswinkelzeist.nl)

#### **doelstelling**

Juridische hulpverlening.

## 2. BEZOEK / SOCIAAL

### MAATJESPROJECTEN

#### project

#### Bezoekdienst Steunpunt Mantelzorg

<b>organisatie</b>	MeanderOmnium, Steunpunt Mantelzorg
contactpersoon	Ams Slemmer
e-mailadres	a.slemmer@meanderomnium.nl
telefoon	030 6925319
website	www.mantelzorgzeist.nl

#### doelstelling

Iemand die langdurig zorgt voor een ander, heeft vaak weinig tijd en ruimte voor zichzelf. Als vrijwilliger van de Bezoekdienst neem je de zorg even over, bijv. door een spelletje te doen met de zorgvrager, even samen naar buiten te gaan, of alleen een praatje te maken. Dit geeft de mantelzorger wat lucht. De Bezoekdienst is er voor mensen die thuis wonen en staat ook open voor mensen met (beginnende) dementie.

#### doelgroep

mantelzorgers die zwaar belast zijn

#### project

#### Gedeelde levens

<b>organisatie</b>	Steunpunt GGZ Utrecht
contactpersoon	Esna
e-mailadres	info@gedeeldelevens.nl
telefoon	030 2369320 / 06 28415105
website	www.gedeeldelevens.nl

#### doelstelling

Mensen met een psychiatrische aandoening of verstandelijke beperking de mogelijkheid bieden om, op basis van wederkerigheid, aan te schuiven bij gastgezinnen. Dit kan kort of langer zijn. Doel is ook hulp bij het vergroten van het eigen netwerk.

#### doelgroep

mensen met een psychiatrische aandoening of verstandelijke beperking, die een klein eigen netwerk hebben

project  
**Handjehelpen**

**organisatie**                      **Handjehelpen**

contactpersoon	Marieke Dijkstra
e-mailadres	mdijkstra@handjehelpen.nl
telefoon	030 3039505 / 06 83596578
website	www.handjehelpen.nl

**doelstelling**

Vrijwilligers als maatje inzetten, in de thuissituatie, bij kinderen en volwassenen met een beperking. Uitgangspunt is altijd de behoefte van de hulpvrager.

**doelgroep**

kinderen en volwassenen met een beperking of gedrag dat om extra zorg en aandacht vraagt, en hun mantelzorgers

project  
**Vriendschappelijk Contact**

**naam organisatie**                      **Humanitas**

contactpersoon	Miriam Martens
e-mailadres	heuvelrug@humanitas.nl
telefoon	06-35122389
website	www.humanitas.nl/afdeling/heuvelrug

**doelstelling project**

Mensen kunnen in een situatie terecht zijn gekomen waarin ze niet of niet meer voldoende contacten in de eigen omgeving hebben. Mogelijk door eigen beperkingen in mobiliteit. Een vrijwilliger gaat op bezoek voor onder andere een praatje, een spelletje, een ommetje langs de winkels of waarheen wenselijk. Samen kunnen ze ook op zoek gaan naar blijvende nieuwe contacten of deelname aan activiteiten.

**doelgroep**

Mensen die zich eenzaam voelen

project  
**Vrijwillig huisbezoek**

<b>organisatie</b>	<b>De Zonnebloem</b>
contactpersoon	Cynthia Matawlie
e-mailadres	<a href="mailto:anoerac@hotmail.com">anoerac@hotmail.com</a>
telefoonnummer	030 6020888
website	<a href="http://www.zonnebloem.nl/zeist">www.zonnebloem.nl/zeist</a>

**doelstelling**

Aandacht en gezelligheid geven aan mensen met een fysieke beperking die behoefte hebben aan aanspraak of er wel eens uit willen.

**doelgroep**

mensen 18+ met een fysieke beperking

**OVERIG**

project  
**Iedereen telt mee!**

<b>organisatie</b>	<b>Kerk &amp; Samenleving – Wijkloophuizen</b>
contactpersoon	Rianne Verduin en Marianne Krijgsman
e-mailadres	<a href="mailto:zeistcentrum@kerkensamenleving.nl">zeistcentrum@kerkensamenleving.nl</a>
telefoonnummer	Rianne: 06 23584270 Marianne: 06 53103578
website	<a href="http://kerkensamenleving.nl">kerkensamenleving.nl</a>

**doelstelling**

Een vrijwilliger inzetten, eenmalig of als maatje, bij mensen die zich eenzaam voelen of in een sociaal isolement verkeren of dreigen te raken.

**doelgroep**

mensen die zich eenzaam voelen

**ZIE OOK: 10. Wijkloophuizen**

project  
**Telefooncirkel**

**organisatie**                      **Humanitas**

contactpersoon  
e-mailadres  
telefoonnummer  
website                              [www.humanitas.nl](http://www.humanitas.nl)

**doelstelling**

**doelgroep**

organisatie  
**Algemene Seniorenvereniging Zeist**

contactpersoon                      Hans Burgmans: [c.j.l.burgmans@gmail.com](mailto:c.j.l.burgmans@gmail.com) / 06-29583606  
Eefje van Essen: [eefjevanessen@hotmail.com](mailto:eefjevanessen@hotmail.com) / 030 210 29 35  
Emmy Janssens: [ewjanssens@gmail.com](mailto:ewjanssens@gmail.com) / 0625040925  
website                                      [www.seniorenzeist.nl](http://www.seniorenzeist.nl)

**doelstelling**

**doelgroep**



### 3. CULTUUR

#### MAATJESPROJECT

project  
**Kunstexpress**

<b>organisatie</b>	<b>Kunstenhuis Zeist</b>
contactpersoon	Tossa Beijer
e-mailadres	kunstexpress@kunstenhuis.nl
telefoon	06 16330898
website	<a href="http://www.kunstenhuis.nl/kunstexpress">www.kunstenhuis.nl/kunstexpress</a>

#### **doelstelling**

Kinderen een steuntje in de rug bieden door samen creatieve activiteiten te ondernemen.

#### **doelgroep**

kinderen tussen 9-12 jaar

#### OVERIG

<b>organisatie</b>	<b>Stichting Vier het Leven</b>
contactpersoon	Elles Linssen
e-mailadres	elles@4hetleven.nl
telefoon	06 80054221
website	<a href="http://www.4hetleven.nl">www.4hetleven.nl</a>

#### **doelstelling**

#### **doelgroep**

## 4. GEZINSONDERSTEUNING

### MAATJESPROJECTEN

#### project Meeleefgezin

**organisatie**                      **Stichting Meeleefgezin**

contactpersoon                  Femke van Trier  
e-mailadres                      info@meeleefgezin.nl  
telefoonnummer                06 23712494  
website                            www.meeleefgezin.nl

#### **doelstelling project**

Ondersteuning van kinderen onder de 5 jaar van ouders met psychische/psychiatrische problemen.

#### **doelgroep**

kinderen tot 5 jaar

#### project Samen Oplopen

**organisatie**                      **Stichting Samen Oplopen**

contactpersoon                  Franka Vos  
e-mailadres                      frankavos@samen-oplopen.nl  
telefoonnummer                06 15384735  
website                            www.samen-oplopen.nl

#### **doelstelling project**

Een gezin/jongere die wel wat steun kan gebruiken koppelen aan goede en betrokken vrijwilligers/steungezinnen. Zij denken en doen mee met alles wat maar nodig is voor een positieve ontwikkeling, en sluiten aan bij de behoeften van een gezin/jongere. Denk aan: integreren, opvoeding, luisterend-oor, taal, papieren, leuke dingen doen. Ook taalondersteuning voor jongeren tot 23 jaar (statushouders) en gezinnen met thuiswonende kinderen tot 23 jaar.

#### **doelgroep**

gezinnen, jongeren tot 24 jaar, nieuwkomers (vluchtelingen)

project  
**Steunouder**

**organisatie**                      **Stichting MeanderOmnium**

contactpersoon                      Wendy Bosma  
e-mailadres                              w.bosma@meanderomnium.nl  
telefoonnummer                      030 6940400  
website                                      www.meanderomnium.nl

**doelstelling project**

Steunouders zijn vrijwilligers die een kind van ouders in een kwetsbare situatie opvangen. De kwetsbare ouder kan door deze opvang van het kind de regie in eigen handen blijven houden en wordt gerespecteerd in zijn/haar ouderrol. Doel is dat het kind rust en regelmaat krijgt en de ouders nieuwe energie opdoen en hun draagkracht vergroten.

**doelgroep**

kwetsbare gezinnen met jonge kinderen tot 13 jaar

## 5. SCHOOL / STUDIE

### MAATJESPROJECTEN

#### project Coach4you

<b>organisatie</b>	<b>'t Gilde Zeist</b>
contactpersoon	Sera Willemsen
e-mailadres	coach4you@gildezeist.nl
telefoon	06 15107337
website	www.gildezeist.nl

#### **doelstelling project**

Kinderen die dat goed kunnen gebruiken een extra steuntje bieden bij de overstap van de basisschool naar de middelbare school. Het gaat niet om huiswerkbegeleiding, hoewel de coach ook wel kan helpen met het huiswerk, maar het gaat vooral om het kind te helpen zijn/haar plaats op die grote nieuwe school te vinden.

#### **doelgroep**

jongeren van 12-14 jaar

#### project Support4You

<b>organisatie</b>	<b>'t Gilde</b>
contactpersoon	Greta Schepens
e-mailadres	support4you@gildezeist.nl
telefoonnummer	06 20533262
website	www.gildezeist.nl

#### **doelstelling project**

Support4You ondersteunt leerlingen die op de middelbare school dreigen uit te vallen, d.m.v. wekelijkse coachingsgesprekken. De mentor of zorgcoördinator van de school draagt de leerlingen aan en in samenspraak met de ouders worden doelen vastgesteld waar aan gewerkt gaat worden.

#### **doelgroep**

leerlingen middelbare school

## 6. TAAL

### MAATJESPROJECTEN

#### project SamenSprak

<b>organisatie</b>	<b>'t Gilde Zeist</b>
contactpersoon	Arie Theisens
e-mailadres	atheisens@gmail.com
telefoon	06 52407948
website	www.gildezeist.nl

#### **doelstelling**

Het koppelen van taalvragers aan taalcoaches om de taalvaardigheid bij de taalvragers te vergroten. Uitgangspunt is dat er al enige kennis van de Nederlandse taal aanwezig is.

#### **doelgroep**

vooral vluchtelingen maar ook bijvoorbeeld expats

#### project Taalmaatjes

<b>organisatie</b>	<b>Taalhuis Zeist</b>
contactpersoon	Aziz Boudchichi
e-mailadres	taalhuiszeist@ideacultuur.nl
telefoon	030 6986577
website	<a href="http://bibliotheek.ideacultuur.nl/">http://bibliotheek.ideacultuur.nl/</a>

#### **doelstelling**

Ondersteuning bieden aan nieuwkomers in het leren van de Nederlandse taal, met name spreken, lezen en uitspreken.

#### **doelgroep**

nieuwkomers in Zeist

project

**VrouwenTaalgroep Zeist**

**organisatie**                      **VrouwenTaalgroep Zeist**

contactpersoon	Corrie Peterse
e-mailadres	vrouwentaalgroepzeist@gmail.com
telefoon	06 12625854
website	<a href="http://www.vrouwentaalgroepzeist.nl">www.vrouwentaalgroepzeist.nl</a>

**doelstelling**

Nederlandse les voor vrouwen, door vrouwen.

**doelgroep**

vrouwen, 18+, die Nederlands niet als moedertaal hebben

## 7. WERK

### MAATJESPROJECT

project

**ReconnAct Zeist**

<b>organisatie</b>	GIDSnetwerk Zeist
contactpersoon	Edwin Hilverda
e-mailadres	info@gidsnetwerkzeist.nl
telefoon	06 23387185
website	www.stichtingreconnect.nl/zeist

#### **doelstelling**

Mensen weer terugbrengen naar de arbeidsmarkt en de kans op werk vergroten, met als ultiem doel een betaalde baan. Om dit te bereiken werken we samen met elke partij en elke ondernemer, om zo een netwerk van potentiële werkgevers op te bouwen.

#### **doelgroep**

werkzoekenden

## 8. ZORG

### MAATJESPROJECTEN

#### project

#### NPV-Buddyzorg – palliatieve thuishulp

**organisatie**                      **Nederlandse Patiënten Vereniging Zeist**

contactpersoon                  Anja Oosterhoff / Jeanine Jonker  
e-mailadres                      info@npvzeist.nl  
telefoon                          06 10515337 / 06 53532418  
website                            www.npvzeist.nl

#### **doelstelling project**

Ongeneeslijk ziek zijn kan je leven ingrijpend veranderen. Wij zoeken naar een passende buddyvrijwilliger om samen iets te ondernemen en ondersteuning te bieden in deze moeilijke periode van onzekerheid, verdriet en/of eenzaamheid.

#### **doelgroep**

mensen met een ongeneeslijke of levensbedreigende ziekte

#### project

#### Steun bij Rouw, individuele ondersteuning

**naam organisatie**              **Humanitas**

contactpersoon                  Miriam Martens  
e-mailadres                      heuvelrug@humanitas.nl  
telefoon                          06 35122389  
website                            <https://www.humanitas.nl/afdeling/heuvelrug/>

#### **doelstelling project**

Steun bieden bij rouw na een ingrijpend verlies, en helpen om het verlies een plek te geven en een nieuwe balans te vinden. Vrijwilligers bieden warmte en tonen begrip, herkennen wat iemand voelt en nemen de tijd om te luisteren.

#### **doelgroep**

mensen die langer dan zes maanden geleden een dierbare (door de dood) hebben verloren



## 9. PRAKTISCHE HULP, VERVOER & MEER

### organisatie

#### Netwerk Gewoon Samen

contactpersoon	Aristha Verkaik en Jolien van Braak
e-mailadres	contact@netwerkgewoonsamen.nl
telefoonnummer	06 243 993 54 (Aristha) en 06 243 891 98 (Jolien)
website	netwerkgewoonsamen.nl

#### doelstelling project

Jongeren zetten zich vrijwillig in voor inwoners van Zeist die weinig of geen netwerk hebben. Daarnaast gaat het erom dat juist ook jongeren zich vrijwillig inzetten voor mensen die dat nodig hebben en intrinsiek gemotiveerd raken dat te blijven doen.

#### doelgroep

mensen uit Zeist die hulp nodig hebben, maar weinig of geen netwerk hebben waar ze een beroep op kunnen doen én jongeren die zich vrijwillig willen inzetten

### organisatie

#### Stichting HIP

contactpersoon	Edwin Hilverda
e-mailadres	info@stichtinghip.nl
telefoonnummer	030 227 07 64
website	www.stichtinghip.nl

#### doelstelling project

Christenen bieden in hun eigen buurt vrijwillig hulp aan mensen in nood en geven daarmee ook hun eigen kerk of parochie een gezicht in de lokale samenleving.

#### doelgroep

mensen zonder sociaal netwerk en financiële middelen om hulp te kunnen inkopen

### organisatie

#### Stichting MeanderOmnium - Servicebalie

contactpersoon	meerdere vrijwilligers
telefoonnummer	030 6940400
website	www.meanderomnium.nl

#### doelstelling project

Praktische hulp en vervoer bieden aan mensen die met hun vraag niet terecht kunnen bij familie, vrienden of bureaus.

**doelgroep**

volwassenen en ouderen met een chronische ziekte of beperking

**project****Wijk voor de Wijk Burenhulp**

Organisatie	Wijkinloophuis Kerckebosch
contactpersoon	Sigrid van Kleef
e-mailadres	wijkvoordewijk@wijkinloophuiskb.nl
telefoonnummer	06-24175266

**Doelstelling****Doelgroep****organisatie****Austerlitz Zorgt**

contactpersoon	Marianne Venema
e-mailadres	dorpsondersteuner@austerlitzzorgt.nl
telefoonnummer	06 30610451
website	<a href="http://www.austerlitzzorgt.nl">www.austerlitzzorgt.nl</a>

**Doelstelling****Doelgroep**

## 10. WIJINLOOPHUIZEN

organisatie

### Wijkinloophuis Kerckebosch

contactpersoon Walter Willigenburg  
adres Prinses Margrietlaan 148, Zeist  
e-mailadres [walter@buurtvrij.nl](mailto:walter@buurtvrij.nl)  
telefoonnummer 06-524 32 753 / 030 – 697 11 06  
website

#### Doelstelling

#### Doelgroep

### Wijk voor de Wijk Burenhulp - Wijkinloophuis Kerckebosch

contactpersoon Sigrid van Kleef  
e-mailadres [wijkvoordewijk@wijkenloophuiskb.nl](mailto:wijkvoordewijk@wijkenloophuiskb.nl)  
telefoonnummer 06-24175266

organisatie

### Stichting Kerk & Samenleving

#### Wijkinloophuizen

website [www.kerkensamenleving.nl](http://www.kerkensamenleving.nl)

#### doelstelling

#### doelgroep

### Wijkinloophuis Zeist-Centrum

contactpersoon Rianne Verduin  
adres  
e-mailadres [zeistcentrum@kerkensamenleving.nl](mailto:zeistcentrum@kerkensamenleving.nl)  
voor hulpvragen: [hulpvraag@kerkensamenleving.nl](mailto:hulpvraag@kerkensamenleving.nl)  
telefoonnummer 06 23584270

### Wijkinloophuis Zeist-West

contactpersoon Marianne Krijgsman  
adres  
e-mailadres [zeistwest@kerkensamenleving.nl](mailto:zeistwest@kerkensamenleving.nl)  
telefoonnummer 06-53103578

### **Wijkinloophuis Lindenhuis**

contactpersoon      Ton Verweij  
adres  
e-mailadres          lindhuis@kerkensamenleving.nl  
telefoonnummer      030 6963801

### **Wijkinloophuis Vollenhove**

contactpersoon      Ina Duit  
adres  
e-mailadres          vollenhove@kerkensamenleving.nl  
telefoonnummer      030 695 50 66

## 11. KERKEN

### Christengemeenschap/gemeentezorg

contactpersoon      Marianne van Biert  
adres  
e-mailadres          marianne@vanbiert.nl  
telefoonnummer      06-30319129

### Maria Christina Kerk Den Dolder

contactpersoon      Adriaan Plantinga  
adres  
e-mailadres          adriaanplantinga@gmail.com  
telefoonnummer      06 44072190

### Walkartgemeente Zeist

contactpersoon      Jeanine Keuchenius  
adres  
e-mailadres          jag.keuchenius@kpnplanet.nl  
telefoonnummer      0650495948

## 12. HANDIGE WEBSITES & APPS

### VrijwilligerThuis

contactpersoon	Annelike de Ronde
e-mailadres	info@vrijwilligerscentralezeist.nl
telefoonnummer	030 2677786
website	www.vrijwiligerscentralezeist.nl

### doelstelling

Inwoners van Zeist die in de thuissituatie (tijdelijk) de ondersteuning van een vrijwilliger goed kunnen gebruiken de weg wijzen naar het juiste project, de meest geschikte organisatie of activiteit.

### doelgroep

Inwoners van Zeist met een beperkt eigen netwerk die niet in een zorginstelling wonen.

### Steunpunt Mantelzorg Zeist

Mantelzorgzeist.nl  
030 6925319

### VrijwilligerscentraleZeist

030 2677786  
www.vrijwiligerscentralezeist.nl

### buurt-app:

nextdoor