



Janny Klaver-Glas, 85 jaar, Groningen

“Je moet het gewoon doen, simpelweg hulp vragen.”

Ik vond het niet moeilijk om hulp in te schakelen voor de boodschappen. Ik bel wekelijks mijn boodschappenlijstje door, heel fijn geregeld!

Groningers helpen elkaar

Hulp vragen? Tja, dat is vaak niet eenvoudig.

Organisaties als Link050, Humanitas, Missie 050, We Helpen, WIJ Groningen, Dorpscoöperatie Ten Boer en Torion zitten klaar om u of uw buren te helpen.

Voor al uw hulpvragen staan onze vrijwilligers voor u klaar!

Bel ons dus gerust:

050 305 19 09

op werkdagen tussen 10.00 en 17.00 uur

Mailen kan ook: groningershelpenelkaar@link050.nl



Boodschappen dienst



Huiswerk-begeleiding



Maaltijd gekookt door buren



Belmaatje



Klusjes in en om het huis



Telefooncirkel



Hond uitlaten



Kaartje sturen



Gezelschap

Groningers willen elkaar dolgraag helpen, zeker in deze tijd. In Groningen werken vrijwilligersorganisaties samen vanuit het initiatief *Groningers helpen elkaar*.

Wist u dat er een apart telefoonnummer is waar iedereen met een hulpvraag naar toe kan bellen? Voor uzelf of voor een ander. Zo komt uw vraag snel terecht bij de juiste organisatie.



Tessa Meijer, 25 jaar, Groningen

“De meeste mensen willen erg graag iemand anders helpen.”

Hulp vragen blijft een flinke hobbel, ook voor mij. Maar eigenlijk is het heel simpel: de meeste mensen willen erg graag iemand anders helpen.

”Zet die stap”

Inge Jongman, wethouder Zorg & Welzijn gemeente Groningen

„Ieder mens heeft behoefte aan verbinding en aandacht. En veel mensen bovendien ook aan een helpende hand. Gezellig samen een kop koffie drinken, een vriendelijke zwaai door het raam of wat hulp zo nu en dan.

In deze tijd zijn eenzame mensen extra eenzaam en kwetsbare mensen dreigen in een isolement te komen. Zij kunnen of durven niet naar buiten en daardoor ontbreekt het hen aan het o zo belangrijke contact met de buitenwereld.

Aan de andere kant staan er veel mensen klaar die graag iets willen doen voor anderen. Vrijwilligers met een warm hart die niets liever doen dan hulp bieden. Of het nu gaat om een luisterend oor, het uitlaten van de hond, het doen van boodschappen of het samen drinken van een kop koffie. Het kan allemaal.

Het vragen om hulp en ondersteuning blijkt lastig te zijn. ‘Kan ik dat zo maar vragen?’, ‘Ik vind dat ik dat zelf moet kunnen’ of

‘Ik heb geen idee waar ik moet zijn voor hulp’. Maar wie de stap eenmaal heeft gezet is opgelucht en voelt zich gezien.

Verschillende vrijwilligersorganisaties van Groningen hebben de koppen bij elkaar gestoken en een gezamenlijk telefoonnummer in het leven geroepen. Wie dat nummer belt krijgt een getrainde vrijwilliger aan de lijn die goed luistert en weet bij welke organisatie de hulpvraag thuishoort. Zo komt de beller snel op de juiste plek terecht.

Zo steunen wij elkaar in Groningen in deze lastige tijd. Daarvoor moet iedereen in beweging komen, dus zet die stap!”



Bianca de Jong, 61 jaar, Groningen

“Ik moest omschakelen van hulp bieden naar hulp vragen.”

Mijn belmaatje gaf mij toegang tot de buitenwereld, want die was op dat moment voor mij volledig afgesloten.

Luit Boer, 74 jaar, Groningen
“Op zoek naar een vast maatje om samen in de tuin te werken.”

Hulp vragen blijft moeilijk voor mij, maar ik heb geen keuze meer. Alleen lukt het niet.



Organisaties als Link050, Humanitas, Missie 050, We Helpen, WIJ Groningen, Dorpscoöperatie Ten Boer en Torion zitten klaar om u of uw burens te helpen. Bel op werkdagen tussen 10.00 en 17.00 uur: 050 - 305 19 09