



Heeft u hulp nodig?

Een vrijwilliger kan daarbij helpen

“Hoe vraag ik een maaltijd aan?”

“Hoe regel ik ondersteunend vervoer?”

“Kan iemand mij helpen met mijn financiën of zieke moeder?”

Dit zijn vragen waar je zelf niet altijd een antwoord op hebt. Een vrijwilliger kan helpen om de vraag direct op te pakken en samen met jou op te lossen.

Bel gratis met 0800-0889

Wat moet je doen?

1 Welke hulp heb je nodig?



1 Zoek je hulp bij praktische zaken en of maaltijden?

Lukt het je niet om zelf boodschappen te doen of een warme maaltijd te bereiden? Of heb je een klein klusje in huis dat je zelf niet kunt?

→ Kies dan in het menu voor optie 1

2 Bel gratis met 0800-0889



2 Zoek je ondersteuning bij je financiën?

Heb je hulp nodig met je financiën en/of schulden, administratie?

→ Kies dan in het menu voor optie 2

3 Kies in het keuzemenu het juiste nummer



3 Zoek je hulp bij je zorgvraag of bij mantelzorgtaken?

Heb je een vraag of ondersteuning nodig bij het zelfstandig wonen? Heb je iemand nodig die je helpt zodat je zelf even tot rust kunt komen of andere dingen kunt doen dan alleen te zorgen? Of lukt het niet meer goed om de mantelzorgtaken uit te voeren? Zoek je iemand, een maatje om samen iets te doen?

→ Kies dan in het menu voor optie 3



4 Heb je hulp nodig bij vervoer?

Ben je zelf niet meer zo mobiel en heb je hulp nodig bij vervoer?

→ Kies dan in het menu voor optie 4



5 Zoek je iemand die bij jou op bezoek kan komen voor een goed gesprek?

Heb je wel eens gevoelens van eenzaamheid? Of wil je weten wat een vrijwilliger allemaal kan doen? Zou je wel eens met iemand willen praten zonder dat er dan direct iets moet?

→ Kies dan in het menu voor optie 5



6 Of wil je misschien zelf vrijwilliger worden?

Om anderen te helpen met jouw inzet, kennis en kunde.

→ Kies dan in het menu voor optie 6