



Dynamo

Vrijwilligerskrant

winter 2020/voorjaar 2021

LOCATIE VAN HET KWARTAAL Servicepunt Jeruzalem

Sinds 2 jaar werkt Jelte Brontsema bij Dynamo als participatiemedewerker bij het servicepunt Jeruzalem aan de Van 't Hofflaan 29. Een moderne locatie in een groene buurt met veel voorzieningen dichtbij.

Jelte geniet van zijn werk en voelt zich als een vis in het water. Hij geeft aan dat hij deze baan voor geen goud zou willen missen. Het geeft hem steeds weer nieuwe energie. Jelte is ook een sportfanaat, die aan triatlons en atletiek doet. Hij speelt met de gedachte om iets op dit gebied te gaan doen voor de buurt, waarbij gezondheid, voeding en bewegen aan de orde kunnen komen. Hij bruist van de ideeën en gedreven door zijn groep vrijwilligers, beseft hij heel goed dat deze baan zoveel van je kan vragen, dat je er elk moment van de dag mee bezig kunt zijn. Hij realiseert zich wel dat hij de balans tussen werk en privé goed in de gaten moet houden. Hij ziet het voor zichzelf als een uitdaging om zoveel mogelijk vrijwilligers erbij te betrekken en hen te laten participeren in het organiseren van activiteiten.

Daarnaast is Jelte sinds kort ook een van de drie aandachtsfunctionarissen voor huiselijk geweld, kinder- en ouderenmishandeling. Hiervoor heeft Jelte een cursus gevolgd met specialisatie ouderenmishandeling. Als collega's een cliënt hebben waar misschien sprake is van huiselijk geweld overleggen ze met een aandachtsfunctionaris, dus met Jelte bijvoorbeeld. Wanneer dat nodig is doet Jelte dan de begeleiding van de cliënt. Soms moet er een melding worden gedaan bij Veilig Thuis. Dan neemt Veilig Thuis het over. Tijdens de eerste lockdown waren er veel minder meldingen. Pas toen de (eerste) lockdown voorbij was, voelden de slachtoffers zich vrij om meldingen te doen en werd het weer drukker. Waarschijnlijk zijn er veel meer slachtoffers dan er meldingen worden gedaan. Medewerkers van Dynamo worden getraind hoe ze huiselijk geweld of mishandeling kunnen herkennen en ter sprake brengen, zodat er via professionele begeleiding een einde aan kan komen.

Ook in deze moeilijke tijden van corona probeert Jelte het contact met buurtgenoten en bezoekers te stimuleren en enthousiasmeren, zoals bepaalde activiteiten die tot aan de laatste maatregelen zijn doorgegaan. Deze activiteiten zullen ook zo snel mogelijk weer worden voortgezet!

- **Wandelgroepen.** Afhankelijk van wie er mee gaan, worden er diverse routes gelopen, ook voor mensen met een rollator.
- **Jeu de boules-groep.** Wekelijks op vrijdagochtend, met mondkapje en gepaste afstand, genieten ze hier nog van.
- In deze toch wel bizarre tijden hebben mensen **levensvragen** die zij onder begeleiding 1 x per maand in een klein groepje kunnen bespreken.
- De maandelijkse bijeenkomsten **Geschiedenis**, waar steeds een thema wordt behandeld, probeert Jelte nog door te laten gaan.
- Het restaurant is gesloten, maar buurtgenoten kunnen, op afspraak, twee keer per week een **maaltijd afhalen** tegen een kleine ergoeding.

Als bijeenkomsten kunnen doorgaan, dan gebeurt dit altijd met inachtneming van de maatregelen die de overheid nu heeft vastgesteld i.v.m. corona. Hetgeen inhoudt: handen wassen, 1,5 m afstand houden tot elkaar en dringend advies een mondkapje te dragen en enkel met een kleine groep bij elkaar komen.



Jelte betreft vrijwilligers zo veel mogelijk bij het meedoen aan en organiseren van activiteiten.



Wordt jouw locatie volgende keer locatie van het kwartaal? Mail ons: vrijwilligersraad@dynamo-amsterdam.nl

Spelbreker corona

Dit is de derde VR-krant van 2020, helaas is corona nog steeds een spelbreker. We zijn hierdoor allemaal beperkt in ons doen en laten. Vrijwilligerswerk staat voor velen noodgedwongen op een laag pitje, contacten moeten tot een minimum worden beperkt en ons hele leven ligt min of meer overhoop...

Toch zorgt Dynamo ervoor dat er overal hulp wordt geboden: maatschappelijk werk, participatie, sociaal raadslieden, jongerschuldhelpverlening, jongerenwerk, Vroeg erop af, voor elke hulpvraag zijn er medewerkers beschikbaar. Kijk vooral eens op www.dynamo-amsterdam.nl voor alle informatie over hulpverlening.

Met de aangescherpte coronamaatregelen, zijn er locaties waar buurtbewoners even niet terecht kunnen voor een kopje koffie of om er te eten. Vaak wordt er wel gekookt en kun je er op afspraak(!) een maaltijd ophalen. Beperkt en met inachtneming van de regels, maar toch! Welke locaties dat zijn en hoe ze werken vind je ook op de Dynamowebsite.

De VrijwilligersRaad (VR) kan nu niet op locatiebezoek komen, maar we proberen zo goed mogelijk contact te houden, onder meer door wel een Vrijwilligerskrant te maken. Dit keer nagenoeg volledig gewijd aan onze toplocatie servicepunt Jeruzalem!

Veel plezier bij het lezen ervan en hopelijk kunnen we snel weer allemaal ons vrijwilligerswerk voortzetten!

Wees voorzichtig, blijf gezond!

”Wat begon met een belletje, is uitgegroeid tot een warm contact”



Interview met Sonia Dias Pinto en Christian de Bruijn. Foto: Jackie Mulder

Christian de Bruijn (30) is freelance journalist en tekstschrijver. De verhalen van andere mensen, juist van mensen buiten zijn eigen bubbel, vindt hij razend interessant. Sinds het begin van de coronacrisis is hij belmaatje van vrijwilliger Sonia Dias Pinto.

Hoe ben je belmaatje geworden van Sonia Dias Pinto?

“Een vriendin van mij is bevriend met de coördinator bij Dynamo, die vrijwilligers koppelt aan mensen die contact nodig hebben. Ze zei: dit is echt iets voor jou. Belmaatje in coronatijd, een periode die voor veel mensen lastig zou worden. Ik was meteen enthousiast. En omdat ik zelf worstelde met een burn-out, was de zingeving extra welkom.”

Waarom is dit echt iets voor jou?

“Ik ben gezegend met een oma van 94 die ik regelmatig bezoek, bel of een kaartje stuur. Ze is me onwijs dierbaar. Een bakken van rust, tevreden met zo weinig, blij met het kleine groepje mensen om zich heen. Ik beseef hoe belangrijk contact is voor mensen wier wereld steeds kleiner wordt.”

Hoe was het om voor de eerste keer te bellen?

“Het was best spannend. Maar toen dacht ik: stel gewoon de vragen die je ook altijd aan oma stelt. Ze begreep eerst niet wie ik was, maar al snel voelden we een klik. Na een tijdje ben ik meer over mezelf gaan vertellen. Toen ik zei dat ik journalist ben, begon Sonia te lachen en zei: ‘Ah, nu snap ik waarom je zo nieuwsgierig bent.’”

Wat vind je van Sonia?

“Zo’n energieke en positieve vrouw. Echt een voorbeeld van hoe je een moeilijke periode door kunt komen. Bovendien praten we niet alleen over koetjes en kalfjes, ons eigen verleden tot aan de Braziliaanse politiek, alles komt voorbij.”

Wat levert dit contact jou op?

“Positieve energie, vrolijkheid en voldoening. Sonia is een heerlijke kletskaus, die ook interesse heeft in anderen. En ze is zeer attent. Ik kreeg een kaartje van haar toen ik verhuisd was en onlangs kreeg ik een boek over moestuinieren, een hobby die we delen. Wat begon met een belletje, is uitgegroeid tot een warm contact.”

Sonia Dias Pinto (77) doet al sinds 1989 vrijwilligerswerk bij woonzorgcentrum d’Oude Raai. Als langst werkende vrijwilliger helpt ze met het ontbijt, de koffie en het middageten. Door corona ligt dit alles stil, net als de gymnastiekclub en de zwemclub. Via buurtkamer Rijn58 kon ze in maart, aan het begin van de lockdown, een belmaatje krijgen.

Hoe vond je het gebeld te worden door iemand die je niet kent?

“Heel gezellig. Ik was drie weken de deur niet uit geweest, twee buurvrouwen deden de boodschappen. Alles was gestopt. Het klikte goed. We vragen elkaar hoe het gaat en wat we aan het doen zijn. Ik vertel bijvoorbeeld dat ik aan het breien ben en wat ik heb gelezen.”

Wat vind je van Chris?

“We hebben elkaar in de zomer voor eerst gezien. Vlakbij mij om de hoek hebben we een kop koffie gedronken. Chris is een hele vriendelijke, nette jongen. Hij heeft mij een kaart gestuurd toen ik jarig was! We bellen nog steeds. We durven niet bij elkaar thuis te komen vanwege corona.”

Wat betekent het contact met Chris?

“Ik heb wel andere contacten, met vriendinnen, maar die zie ik nu niet. Het grootste deel van mijn familie woont in Brazilië. Daarmee bel ik veel. Maar verder ben ik alleen. En ik mis het vrijwilligerswerk. Dus de gesprekken met Chris zijn heel welkom.”

Maatjes bij Dynamo

In coronatijd hebben veel mensen behoefte aan contact, maar vallen er veel groepsactiviteiten weg. Eén op één contact is dan wel mogelijk. Dynamo biedt verschillende maatjestrjecten aan: met eenzame ouderen, statushouders en vluchtelingen, mantelzorgers en buurtgenoten die graag meer contact maken. Dit alles op veilige afstand. We willen graag samen met jou iets betekenen voor buurtbewoners die dat nodig hebben!



Samenstelling VR 2021

Dineke Rizzoli
Ivy George
Jean Satram
Dirk Westra
Cees Vries
Martina Pansier, contactpersoon

vrijwilligersraad@dynamo-amsterdam.nl

Colofon

De Vrijwilligerskrant is een uitgave van de Vrijwilligersraad van Dynamo

Versijning 4 x per jaar: najaar, winter, voorjaar en zomer

Oplage 500

Redactie:
Inge Arends, Martina Pansier

Aan dit nummer werkten mee:
Ivy George, Jacqueline Kramer, Marissa Jalink, Jelte Brontsema, Vrijwilligers Centrale Amsterdam (VCA)

Fotografie:
Frank Schoevaart Fotografie, fotoarchief Dynamo, Jelte Brontsema

Ideeën, opmerkingen, suggesties? Mail naar: vrijwilligersraad@dynamo-amsterdam.nl