

SCHOT IN DE ROOS

Sinds de introductie van het initiatief *Nellestein voor Elkaar*, afgelopen oktober, blijkt dit burenhulp-initiatief in onze wijk in een behoefte te voorzien. Inmiddels hebben zich al ongeveer 25 buurtgenoten aangemeld als *goede buur*. Zij zijn bereid om incidenteel of wat vaker een medebewoner een handje te helpen. Sinds de start kon er al aan ruim 20 binnengekomen hulpverzoeken voldaan worden. Een mooi resultaat in zo'n korte periode!

Nellestein voor Elkaar springt als burenhulpdienst in op het huidige beleid om ouderen zo lang mogelijk zelfstandig thuis te laten wonen. Dat moet wel kunnen. Voor kleine (regel) klusjes wonen familieleden soms te ver weg. Of mantelzorgers komen er niet aan toe omdat ze te zwaar belast zijn. Het inschakelen van een buurtgenoot is dan een eenvoudige oplossing. We zijn er trots op dat inmiddels vele 'goede burenen' zich hebben aangemeld bij *Nellestein voor Elkaar*.

Van de goede burenen is bekend wat zij willen/kunnen doen en in welke mate. De aard van dat handje helpen is te verdelen in praktische hulp of gewoon een bezoekje voor de gezelligheid. Denk hierbij aan dat wat buiten de wijkverpleging/thuiszorg valt, zoals:

- ✓ boodschappen doen
- ✓ bij kortdurende ziekte een handje helpen in de huishouding, zoals de afwas doen, vuilniszak wegbrengen, planten verzorgen, de hond uitlaten
- ✓ kleine klusjes in en om het huis
- ✓ wegwijzen maken op de computer, taalondersteuning, spelletje doen, creatief bezig zijn
- ✓ begeleiding naar de dokter, fysiotherapeut, tandarts of ziekenhuis

- ✓ wandeling in of buiten de wijk
- ✓ naar een museum of concert.

De meeste aanvragen komen via Buurtzorg, de wijkverpleegkundige organisatie in het Gezondheidscentrum Nellestein. Aan hen werd, evenals aan de huisartsen en fysiotherapie, het initiatief in het najaar 2018 voorgelegd. Het werd enthousiast ontvangen, de flyer met de aanmeldgegevens is inmiddels een vast onderdeel van hun hulppakket en ligt ook in de wachtkamer.

Matchmakers

Voor de praktische uitvoering wordt samengewerkt met Burennetwerk, een organisatie die buurtgenoten helpt die wat extra ondersteuning kunnen gebruiken. Burennetwerk beschikt over een helpdesk die de aanvragers te woord staat. Als de aanvraag past binnen het goede burenen-idee, wordt deze voorgelegd aan de buurtcoördinatoren. Als matchmakers zoeken zij vervolgens een bij de vraag passende goede buur. Vorig jaar werden in heel Amsterdam ruim 2.200 hulpvragen bij Burennetwerk ingediend. Daarvan kon ruim de helft door een goede buur worden opgepakt. In Amsterdam zijn nu ruim 1.000 'goede burenen' geregistreerd en actief.



Contact

Wil je zelf **hulp inschakelen** van een goede buur? Bel het Burennetwerk: 020 - 623 97 71 (ma. t/m vr. 9.00 - 16.00 uur). Spreek bij drukte een boodschap in op het antwoordapparaat, of mail naar: helpdesk@burennetwerk.nl.

Wil je zelf een **goede buur** in Nellestein **worden**, meld je dan aan bij de buurtcoördinator. Per mail (nellesteinvoor elkaar@gmail.com) of telefoon: 06 - 21 13 15 53. Zie ook de BVN-website onder *Nellestein voor Elkaar*.