

**Stadsdorp en burenhulp**

**Twee begrippen die onlosmakelijk met elkaar verbonden zijn. Op de website wordt burenhulp één van de pijlers van het Stadsdorp genoemd. In de laatste nieuwsbrief van mei/juni staat het als eerste vermeld. Zelf kartrekker, wilde ik graag weten wat burenhulp op dit moment in de praktijk inhoudt en of veel mensen gebruik maken van deze mogelijkheid.**

Een gesprek hierover met Anna Kok is in dit geval voor de hand liggend. Anna krijgt namelijk de hulpvragen via de email stadsdorp@geerdinkhof.nl binnen en heeft ook een lijstje met mensen die beschikbaar zijn om de nodige hulp te bieden. Ik vond het verrassend van haar te horen dat er niet heel veel mensen een beroep doen op het Stadsdorp.

**Hoe werkt burenhulp**

De werkwijze is eenvoudig. Zodra een vraag is binnengekomen, wordt actie ondernomen. Anna neemt contact op met de hulpvrager om indien nodig de vraag toe te lichten. Vervolgens informeert ze een potentiële hulpgever. Deze laatste neemt dan weer contact op met de hulpvrager om een afspraak te maken. Samen kijken ze wat de mogelijkheden zijn. Vaak gaat het om kortdurende, incidentele hulp. De meeste vragen betreffen zaken als het doen van boodschappen, vervoer van en naar het ziekenhuis, printer- of computermoeilijkheden en praktische problemen in en rond het huis. Het komt echter ook voor dat de hulp van langduriger aard is. In principe moet het bij burenhulp gaan om een klus die niet al te veel tijd kost en die niet te gecompliceerd is. Gaat het wat langer duren dan voorzien, dan wordt gekeken of het mogelijk is dit toch te realiseren zoals bijvoorbeeld structureel een paar keer per week voor iemand boodschappen doen of regelmatig vervoer aanbieden van en naar het ziekenhuis. Het kan ook zijn dat naar een andere oplossing gekeken moet worden. Verwijzing naar een vakman of een professionele organisatie kan in dat geval zinvol zijn (zie website van Stadsdorp Geerdinkhof onder het kopje Nuttige Adressen en Links). Tot op heden zijn de ervaringen met deze wijze van burenhulp positief en zijn zowel hulpvrager als hulpgever tevreden. De een omdat het probleem is opgelost, de ander omdat het plezierig is iemand van dienst te hebben kunnen zijn.

**Informele burenhulp**

Op dit moment zijn het vooral ouderen/of alleenstaanden, die een beroep doen op deze vorm van burenhulp. Zelf ook tot die categorie behorend, zit ik regelmatig met mijn handen in het haar als iets het plotseling niet meer doet, kapot lijkt of als het ontbreken van 'mankracht' mij in de weg zit. Ik wil natuurlijk mijn onafhankelijkheid graag in stand houden. Dus probeer ik, na eerst de risico's op mislukken en de kans op eventuele ongelukken te hebben ingeschat, vervolgens zelf het probleem aan te pakken. Soms gaat het goed en dat voelt positief: het is me gelukt en ik heb weer wat geleerd. Maar zo gaat het niet altijd. Gelukkig zijn er de buren, familie of vrienden op Geerdinkhof die ik in dat geval soms na een kleine aarzeling inschakel. De enquête, verspreid onder Geerdinkhoffers bij de oprichting van het Stadsdorp zo'n zeven jaar geleden, gaf al aan dat burenhulp in onze wijk een vanzelfsprekend iets is. Zelf heb ik die ervaring ook. Zelfs spontaan worden vervelende klusjes soms in een oogwenk opgelost. Het inschakelen van burenhulp van het Stadsdorp is dus niet waar ik het eerste aan denk.

**Burennetwerken**

Een ander aspect van informele burenhulp is het bestaan van burennetwerken. Jaren geleden is er al eens op Geerdinkhof een 'Krik en Mik'groep opgericht, bedoeld om elkaar tijdelijk bij ziekte of andere zaken te ondersteunen.Toen ik zelf lang geleden, voor het bestaan van appgroepen, zes weken uitgeschakeld was, had ik veel aan een lijst met telefoonnummers van buren en vrienden, die ieder een dag van de week voor hun rekening namen om zo nodig beschikbaar te zijn voor mij. Ook in de themabijeenkomsten 'Zorg' van het Stadsdorp komt het belang van het opbouwen van een sociaal netwerk van mensen om iemand heen regelmatig aan de orde. De aanleiding daartoe kan verschillend zijn. Toenemende lichamelijke of geestelijke achteruitgang, langdurige ziekte of eenzaamheid door gemis aan sociale contacten. Niet iedereen heeft immers het geluk dat buren,familie of anderen beschikbaar zijn in je directe omgeving.

**Vraagverlegenheid**

Op zich burenhulp genoeg dus, zou je na bovenstaande denken. Maar is dat een verklaring voor het feit dat er nog niet heel frekwent een beroep wordt gedaan op de burenhulp van Stadsdorp? Is het onbekendheid? Beide spelen ongetwijfeld een rol hierin. Of speelt er nog een factor mee? Bij buren en vrienden moet ik zelf vaak letterlijk even een 'drempeltje' over om hulp te vragen. Je wilt een ander niet lastig vallen omdat je denkt dat hij of zij het druk heeft, geen zin of tijd heeft. En je wilt ook niet bij een ander in het krijt staan. Dit heet met een mooi woord 'vraagverlegenheid'.

In het artikel ' Modern nabuurschap: hoe gemakkelijk vraag je hulp aan een ander?' van Wouter van Rennes wordt deze 'vraagverlegenheid' heel helder beschreven ( zie website Stadsdorp Geerdinkhof onder het het kopje organisatie). In december 2023 is ook in een themabijeenkomst 'hoe overwin je vraagverlegenheid' uitgebreid aandacht aan dit onderwerp besteed (zie website stadsdorp Geerdinkhof onder het kopje: thema's). In beide zijn suggesties te vinden hoe om te gaan met deze vraagverlegenheid en ook de balans te houden tussen geven en krijgen van hulp.

Wellicht geldt voor mij en meer mensen dat het 'drempeltje' in eerste instantie een drempel wordt wanneer ik via een email om hulp wil vragen. Met wie krijg ik dan te maken, wat kan ik van hem of haar verwachten? Erover nadenkend realiseer ik me echter dat het juist voordelen kan hebben om naast je directe omgeving ook de burenhulp van het Stadsdorp ter beschikking te hebben. Het schept ruimte en biedt meer mogelijkheden om bijna alledaagse problemen het hoofd te bieden.

Tot slot ter illustratie en inspiratie een paar voorbeelden van korte concrete hulpvragen waar ik en anderen in mijn omgeving tegen oplopen: Het optillen van de zware betonnen plaat om de jaarlijkse waternetmeting in zicht te krijgen, het verplaatsen van zware potten in de tuin, bij ziekte regelmatig even langs gaan om de post uit de brievenbus buiten te halen en iets kleins te doen in huis, de vuilnisbak op de verzamelplaats zetten, dat kapotte lampje waar je zelfs met de keukenladder niet bij kunt vervangen, het repareren van een lekkende kraan etc etc.

**Conclusie**

 Burenhulp van het Stadsdorp inschakelen, is een belangrijke aanvulling op de al bestaande mogelijkheden. De hulp werkt efficiënt, snel en heeft, niet onbelangrijk, resultaat. Aarzel niet er gebruik van te maken. Het accent ligt in dit verhaal op de oudere Geerdinkhoffers, maar ik kan me goed voorstellen dat ook jongere bewoners er profijt van kunnen hebben(stadsdorp@geerdinkhof.nl).

In de laatste nieuwsbrief van mei/juni 2024 worden overigens ook mensen, die anderen willen helpen met iets, van harte uitgenodigd hun diensten aan te bieden(stadsdorp@geerdinkhof.nl).

Met dank aan Anna

Fia Driessen

Kartrekker Stadsdorp Geerdinkhof

