



Voorzorgcirkel of burenhulp: het versterken van samenwerking tussen formeel en informeel

Verslag van de Houten Werkt Samen bijeenkomst op 13 mei 2025

De zaal in het Huis van Houten blijkt te klein voor deze onverwachte massale opkomst. Het zijn niet alleen veel professionals die nieuwsgierig zijn naar de voorlichting, maar ook inwoners zijn geïnteresseerd. We worden ouder, we willen allemaal zo lang mogelijk thuis blijven wonen, we hebben meer hulp nodig, maar het aantal zorginstanties en het aantal zorgmedewerkers verminderen. En wie gaat die eenvoudige huishoudelijke taken en kleine klusjes doen als iemand dat zelf niet meer kan, maar nog niet toe is aan een andere woonvorm (als die al beschikbaar is)?

Wat zijn voorzorgcirkels?

Even terug naar de inleiding van Anneke Bosveld, opbouwwerker in Houten, en Monique Verrips, welzijnsconsulent. De volle zaal luistert naar een korte inleiding over de tamelijk nieuwe term voorzorgcirkels. Wat zijn dat? Waarom is het belangrijk? Wat weten we er al van en wat kunnen we ermee?

Burenhulp

Een andere term voor voorzorgcirkel is burenhulp of noaberschap. Anneke stelt al snel voor om de term burenhulp te gebruiken. Toegankelijk en duidelijk. Wat we weten is dat de hulp dichtbij moet zijn en dat iedereen van de cirkel elkaar kent. Vertrouwen en verbinding zijn kernelementen.

Kennismaken en vertrouwen opbouwen

In een filmpje vertelt Wim de Reuver, ervaringsdeskundige en oprichter van burenhulp in een wijk in Utrecht, dat hulp vragen moeilijk is, zeker als je elkaar niet kent. Dat vereist vertrouwen opbouwen en kennismaken met elkaar. Door deze stappen vooraf te nemen is het mogelijk om in de eigen buurt een aantal mensen bijeen te krijgen: burenhulp die hulp kunnen vragen en burenhulp die hulp kunnen bieden. Aangeraden wordt om in de buurt een bijeenkomst te beleggen om elkaar te leren kennen. Ook lijkt het goed te werken om 'verbinders' uit de buurt te vragen om aanbod en vraag te koppelen. Dit naar aanleiding van het boek Voorzorgcirkels als antwoord op vergrijzing van Henk Geene.

Vraag en aanbod van hulp

Wim de Reuver voegt er een appgroep aan toe en pleit voor een boekje, waarin gegevens staan als naam, leeftijd, adres en beroep. En wat iemand te bieden of te vragen heeft. De hulp die gevraagd en geboden kan worden, heeft (uiteraard) beperkingen: geen medische handelingen, geen medicatie, geen intieme verzorging, geen grote klussen of werkzaamheden. Maar denk aan vervoer naar bibliotheek, therapie of ziekenhuis, lampen vervangen, planten water geven, incidenteel de hond uitlaten of de vuilnisbakken buiten zetten op de juiste dag. Alles is dichtbij huis - dus kost weinig tijd - maar hulpvragers zijn daar toch enorm mee geholpen. De verbinder of coördinator kan deze activiteiten eventueel regelen via een app, maar onderling regelen kan ook.

Buurtinitiatief De Wakkere Akker

Margreet Zymanzic komt vertellen over de Wakkere Akker, een initiatief uit de buurt De Akkers, waar behoefte was om meer gemeenschappelijke activiteiten te hebben. Zo wordt er al een jaar jeu de

boules gespeeld, zijn er koffieochtenden, is er een nieuwjaarsborrel en wordt er gewerkt aan mozaïekbankjes. De oma's en opa's die met hun kleinkinderen op het centrale grasveld komen spelen, kunnen relaxen op deze kunstwerkbankjes. Daarnaast heeft de buurt een duofiets waarmee buurtgenoten, die niet meer zelfstandig kunnen fietsen, met hulp van iemand toch kunnen fietsen.

Een aandachtspunt in de gesprekken en de vragen zijn de mensen met een psychische achtergrond. Soms vinden die het lastig om aansluiting te vinden en te behouden.

Hoe begin je met burenhulp?

Het opzetten van burenhulp vergt initiatief vanuit de buurt. Wie pakt het op? En wat zou jou in beweging krijgen om dit in je eigen buurt op te zetten? Wie zou er meedoen? Wie biedt hulp en wie heeft het nodig? Hoe begin je?

Een brief met inleiding en een buurtbijeenkomst zijn mooie startpunten. Laagdrempelig en makkelijk te organiseren. In onze maatschappij, waar zorg moeilijk te vinden is in een woud van bureaucratische procedures en formulieren, zou burenhulp zomaar een belangrijke en welkome steun kunnen zijn.