

Open Hulpvragen mei 2025

Informele Zorg - U Centraal

Ben je in de gelegenheid om één (of meer) van onderstaande hulpvragen op te lossen?

Neem contact met ons op via de mail (alghulpdienst@u-centraal.nl), of de telefoon (030-236 1743).

Als je tijd beschikbaar hebt en er staat geen passende vraag voor je bij, neem dan ook contact met ons op. Er zijn altijd nog meer/andere vragen dan er in dit overzicht worden weergegeven.

AutoMaatje bij U Centraal

Vrijwilliger AutoMaatje – Chauffeur of Kantoorvrijwilliger

Heb je een auto, tijd over of wil je op kantoor iets betekenen voor minder mobiele mensen?

Bij AutoMaatje maak je echt het verschil!

Chauffeur:

Met je eigen APK-gekeurde auto breng je deelnemers naar afspraken, familie, of uitjes. Jij bepaalt wanneer en hoe vaak je rijdt! Onderweg help je niet alleen met vervoer, maar bestrijd je ook eenzaamheid door een luisterend oor en gezellig gesprek te bieden.

Kantoorvrijwilliger:

Als kantoorvrijwilliger ben jij de schakel tussen deelnemers en chauffeurs. Je luistert naar hulpvragen, registreert ritten en zoekt een passende vrijwilliger. Zo draag je bij aan sociale verbinding én ontlast je de zorg.

Wat krijg je terug?

- Vergoeding van €0,35 per kilometer (voor chauffeurs).
- Scholing, begeleiding en een warm, gezellig team.
- De voldoening van écht iets betekenen. Wil jij jouw tijd zinvol besteden? Neem contact op met Joep Vreeswijk (j.vreeswijk@u-centraal.nl) / (tel: 030-2361977) en sluit je aan bij AutoMaatje!

Vraagnr.	Hulpvraag	Buurt
Boodschappen		
21.302	Man (57) kan zelf niet meer fietsen en zoekt daarom iemand die af en toe iets kan halen bij winkels die iets verder van zijn huis vandaan liggen. Denk aan af en toe naar Kanaleneiland of de Twijnstraat, om daar even voor meneer naar de Hema of de bibliotheek te gaan. De frequentie gaat in overleg. Mogelijk dat er soms drie weken geen hulp nodig is, maar het is ook mogelijk dat meneer soms twee weken achter elkaar om hulp vraagt.	Oost
22.475	Vrouw (75) Mevrouw heeft wekelijks iemand nodig die met haar de boodschappen kan doen. Het liefst iemand die Arabisch of Deens spreekt en daarna nog een kopje koffie kan blijven doen + een auto heeft om samen met mevrouw naar de supermarkt te gaan. Mw. spreekt een paar woordjes Nederlands. De wijkverpleegkundige die regelmatig langs komt, kan mevrouw redelijk begrijpen.	Noordwest
21.333	Een mevrouw (76) is op zoek naar iemand die flexibel ongeveer eens per week boodschappen voor haar kan doen. Ze zou graag iemand vinden die ze gewoon kan bellen wanneer ze het nodig heeft. Toch kan deze klus misschien ook worden opgepakt door iemand die de boodschappen liever op een vaste dag doet. Hiervoor bellen we dan nog even met mevrouw om het te overleggen.	Noordwest
21.304	Vrouw (87 jaar) Mw. wil graag en dan het liefst op woensdagochtend iemand die enkele boodschappen bij de AH op Hoog Catharijne voor haar kan doen. Het gaat	Binnenstad

	niet om zware producten. Haar huidige boodschappenvrijwilliger gaat helaas stoppen met boodschappen doen voor mevrouw. Vrijwilliger zegt het volgende over mevrouw: <i>Ik heb de afgelopen tijd voor mevrouw de kleine boodschappen gedaan bij de supermarkt en de drogisterij (zoals kruidvat en etos). Soms was dit 1 keer in de week, en soms was dit 2 keer in de week; dit was afhankelijk van wanneer mevrouw en ik allebei tijd hadden. Ze is zelf een ontzettend lieve vrouw, die flexibel is in haar tijd en alleen maar heel erg dankbaar is dat er iemand is om haar te helpen.</i>	
Buddy & Bezoek		
BB 1	Mevrouw (65) zoekt een vrouwelijke vrijwilligster waar ze een beetje steun aan heeft. Ze kent veel hobbels in het leven, maar ze neemt deze hobbels wel! Haar gezonde en stoere uitstraling verhuult soms haar kwetsbaarheid. Zij is laaggeletterd, waardoor het soms fijn is om even mee te lezen met iets op de computer. Verder wil ze graag samen wandelen, ergens iets nuttigen en (fijne) gesprekken voeren.	Hoograven
BB2	Mevrouw (78) woont alleen, en mist de 'gewone' contacten: samen ergens wat drinken, naar een buurthuis, en kijken wat ze nog fijn vindt. Ga jij samen op pad met deze dame?	Overvecht
BB3	68-jarige alleenstaande man voelt zich eenzaam, en zou heel graag een vrijwillig(st)er hebben die met hem meedenkt hoe hij met zijn accordeon weer wat kan spelen in een gezelschap, of op openbare plekken. Vroeger zat hij in een schlagerband, en hij ziet dit als een manier om weer onder de mensen te komen. Op een dinsdag, vrijdag, of zondag ontvangt hij je graag. Hij rookt, maar rekening houden met een niet-roker. Hij heeft gewerkt op een sociale werkplaats.	Noordwest
BB4	Meneer is net met pensioen. Hij heeft altijd via de sociale werkplaats gewerkt. Hij zoekt nu een invulling en structuur voor door de weeks. We zoeken iemand die dit samen met hem wil gaan onderzoeken. Daarnaast is even de week bespreken ook belangrijk voor hem. Het is een leuke, vriendelijke man met wie je een gezellig contact op kan bouwen. Hij kan niet 's avonds of in het weekend.	Zuilen
BB5	76-jarig alleenstaande vrouw komt uit het oosten van het land, is niet meer zo mobiel, en zoekt graag mogelijkheden om weer wat meer onder de mensen te komen. Ze kent hier niet veel mensen. Man of vrouw maakt niet uit, geduldig en invoelend wel.	Vleuten
Computer / telefoon		
21.932	Vrouw (76) vraagt of iemand haar kan helpen met wat tips en enigszins wegwijs te maken op haar computer.	Noordoost
22.354	Man (57 jr.) Heeft een vaste telefoon, er blijft maar een lampje branden. Hij wil graag dat iemand ernaar gaat kijken waarom dit is, en eventueel de telefoon desnoods openmaakt om dit uit te zetten. Mocht het niet lukken dan moet er misschien een specialist naar kijken.	Noordoost
Hulp bij Dementie		
HbD 1	Vrolijke man leeft op bij bezoek! Hij kan lekker kletsen over van alles en nog wat. Jullie kunnen samen op het balkon zitten en misschien een klein blokje om. Je maakt zijn partner ook blij met je bezoek, zij heeft dan even tijd voor zichzelf. Meneer maakt grapjes en gaat er ook graag op uit op de duofiets. Er is een kleine hond. Kom jij hem op maandag, dinsdag of donderdag gezelschap houden?	Zuilen
HbD 2	Vriendelijke man die heel geïnteresseerd is in kunst, klassieke muziek, filosofie en kijkt ook graag voetbal. Hij heeft vroeger een antiekwinkel gehad in de stad samen met zijn vrouw. Hij begint uit zichzelf geen gesprek, maar als je hem vragen stelt dan komt hij wel op gang. Ben jij beschikbaar op woensdag, donderdag of in	Hoograven

	het weekend en ben je ook geïnteresseerd in kunst of heb je iets met zijn andere interesses? Dan maakt meneer graag kennis met je!	
HbD 3	Ben jij een vrolijke druif? Dan is deze gezellige man op zoek naar jou! Meneer wil er graag even op uit met de elektrische rolstoel (of eventueel samen in zijn Canta). Hij kent Utrecht goed en heeft er veel verhalen over te vertellen. Maar samen naar Hollandse muziek luisteren vindt hij ook fijn. Door de dementie leeft hij vooral in het verleden, maar dat staat contact niet in de weg. Zijn vrouw zorgt dag en nacht voor hem en kan wel een adempauze gebruiken. Dus heb jij bij voorkeur 1 keer in de week ongeveer 2 uur de tijd voor hem? Laat het ons weten! Dag maakt niet uit, wel altijd na 12 uur. Weekend is ook mogelijk. Er wordt regelmatig gerookt.	Utrecht Oost
HbD 4	Intelligente man die in een rap tempo smakelijk kan vertellen over wat hij ondernomen heeft in het leven, van zijn interesse en studie in vliegtuigbouwkunde tot de tijd dat hij muziekinstrumenten maakte. Ben jij beschikbaar op dinsdagmiddag, donderdag of in het weekend en lijkt het je interessant om meer van hem te horen en een korte wandeling te maken? Neem dan contact op!	Utrecht Oost
HbD 5	Leuke vrouw zoekt gezelschap op de zaterdagmiddag. De andere dagen heeft ze al een vol programma. Ze mist haar hondje dat onlangs overleden is. Ze heeft vroeger modeshows gelopen in verzorgingshuizen, leuk als je daar met haar over kan kletsen! Samen een stukje wandelen lijkt haar ook fijn. Zij gaat dan met de rollator en moet tussendoor af en toe op een bankje rusten. Ga jij bij haar langs?	Transwijk
Klussen in huis		
22.521	Man (64) heeft hulp nodig met het ophangen van een schilderij. Ivm dagbesteding kan meneer alleen op maandag of vrijdag geholpen worden.	Overvecht
22.528	Vrouw (58) Heeft hulp nodig met het bevestigen van een haak op de tuindeur.	Oost
22.547	Vrouw (64) heeft hulp nodig bij het ophangen van een spiegel en een kapstok. Als het nog lukt, dan zou het mooi meegenomen zijn als ook de televisie van mevrouw in een andere kamer neergezet en aangesloten kan worden.	Overvecht
22.464	Vrouw (67) heeft hulp nodig met een schuttingdeur die niet goed op slot gaat. Mogelijk dat de deur een beetje scheef hangt waardoor hij niet goed in het slot valt. Ze is erg bang dat er mensen haar tuin in komen, omdat er al een keer eerder is ingebroken. Ze vroeg zich af of er iemand is die er even naar zou willen kijken en indien mogelijk daarna ook meteen repareren.	West
22.516	Vrouw (57) Mevrouw heeft hulp nodig bij het in elkaar zetten van een kledingkast van Leen Bakker. Alle schroefjes en dergelijke zitten er al bij. Qua gereedschap heeft mevrouw wel het een en ander, maar mogelijk niet alles.	Overvecht
22.472	Man (61) Moet ivm met een renovatie aan zijn woning op 11 juni tijdelijk zijn woning verlaten. Hiervoor heeft meneer hulp nodig bij alle (hang)lampen demonteren (keuken/badkamer/toilet/overloop /hal/kleine slaapkamer. Dit het liefst zo kort mogelijk op 11 juni.	Overvecht
21.656	Vrouw (66) heeft hulp nodig bij het ophangen van een lamp.	Zuid
Opruimen		
22.511	Man (65) Heeft hulp nodig met het inpakken van verhuisdozen. De woning van meneer wordt op 10 juni gerenoveerd. Hierdoor moet hij tijdelijk zijn woning uit. De dozen hoeven niet verplaatst te worden, alleen te worden ingepakt.	Overvecht

	Tuinhulp	
22541	Vrouw (68) zoekt een iemand die onkruid uit haar tuin, tussen de tegels weg wil halen. De tuin is ongeveer 5 bij 8 meter, waarvan 3 bij 8 betegeld met betontegels. Mw. heeft zelf tuingereedsschap.	Leidsche Rijn

LET OP!

De Algemene Hulpdienst is telefonisch en via de e-mail niet
bereikbaar op de vrijdagen