

Open Hulpvragen maart 2024

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](mailto: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.

Vraagnr.	Hulpvraag	Buurt
<b>Boodschappen</b>		
2.881	Vrouw (67) zoekt een vrijwilliger die wekelijks voor haar de boodschappen doet. De AH zit op ongeveer 10 min fietsen. De gezondheid van mw laat niet toe dat ze zelf meegaat. Mevrouw zoekt in principe iemand voor de middag, bij voorkeur de donderdag en vrijdagmiddag.	Noordoost
2.952	Man (59) zoekt iemand die samen met hem boodschappen kan doen. Hij wil het niet bestellen of een vw het zelf laten doen, omdat hij graag de producten zelf wil zien. Hij kan moeilijk tillen. De Jumbo en de Aldi zijn op 10 minuutjes afstand lopen. Zoekt wekelijkse hulp.	Overvecht
3.071	Vrouw (81) heeft hulp nodig bij het boodschappen doen, dit 1x per 2 weken.	Overvecht
<b>Buddy &amp; Bezoek</b>		
K	49-jarige vrouw heeft zodanige last van zenuwbeknellingen dat ze behoorlijk aan huis is gebonden. Ze had een drukke baan, maar werken lukt voorlopig niet. Ze mist dus heel erg de contacten. Ze zou heel blij zijn met een man/vrouw die bv op woensdag rond 17.00 langskomt, om samen met haar te koken, eten en een spelletje te doen. Boodschappen zijn dan al in huis.	Tuindorp
L	Meneer (63) heeft onlangs zijn partner verloren aan kanker en heeft nu behoefte aan wat meer sociale contacten. Hij zou graag 1x per week op een ochtend (ma, di, wo of za) een m/v (30-60 jr) op bezoek hebben voor kopje koffie, babbelen en iets actiefs doen (wandelen, terrasje, museum bv). Meneer is kunstenaar en dus erg creatief. Er is beginnende Parkinson bij hem geconstateerd, die gelukkig stabiel is op dit moment. Ben je open-minded, enigszins spiritueel? Meld je aan!	Pijlswaard
M	56-jarige vrouw, beeldend kunstenaar, kampt nog met de gevolgen van long-covid. Het gaat beter, maar regelmatig ontbreekt het haar nog aan de energie om samen met anderen dingen te doen. Voorheen ging haar dat makkelijk af. Gezellig bakje koffie, en dan iets opbouwends doen (wandelen, fietsen op e-bike, terrasje, museum, stukje Singel lopen etc). Ze zoekt kunst-liefhebbende m/v van rond eigen leeftijd, die di-mi na 14.00, do-mi na 14.00, vr-ocht (en in weekend overdag) langskomt. Liefst 1x p/w.	Tuinwijk
N	Mevrouw (62) zoekt weer meer gezelligheid in haar leven. Kopje koffie, wandelingetje, ergens wat drinken of een spelletje doen. Ze houdt ook van creatief bezig zijn: tekenen, mozaïek, lezen, schrijven. Ze is gek op Spanje en op Gaudí. Ze wil graag contact met een vrouw, leeftijd maakt niet uit. Eens per week of per 2 weken.	Overvecht
O	Mw (67) heeft een chronische ziekte, waardoor ze weinig energie heeft. Ze ziet hierdoor weinig mensen. Dat is jammer, want ze is een gezellige gesprekspartner. Ze zou graag weer wat meer contact willen hebben, iemand om even mee te kletsen. Ze kan in de middag, behalve in het weekend. Ze heeft geen computer, maar wel een boodschappenvraag. Misschien is deze vraag te combineren door	Noordoost

	samen online de boodschappen te bestellen, zodat deze bezorgd kunnen worden. Kom jij eens in de week bij haar op bezoek?	
P	Jeugdige vrouw van 84, zou graag wat meer naar buiten gaan. Ze is herstellende van haar ziekte en wil er graag weer meer op uit. Ze is een grote kunstliefhebber en je kan leuke gesprekken met haar hebben. Ga jij met haar aan de wandel? Ze heeft een kat, dus bij allergieën, kan je beter een andere bezoekevraag kiezen.	Overvecht
Q	Meneer (82) heeft veel te vertellen. Hij wil graag zijn verhaal kwijt. Hij heeft een boeiend leven gehad, dus het worden boeiende gesprekken. Als jullie ook samen een rondje wandelen, zou het helemaal goed voor hem zijn. Op welke dag een vrijwilliger komt maakt niet zoveel uit. Er wordt niet gerookt in huis en er zijn geen huisdieren. Hij zou graag met een vrouwelijke vrijwilligster afspreken, want 'vrouwen kunnen beter praten'. Ben jij die gezellige vrouw die zijn vooroordeel bevestigt of ben jij die gezellige man die zijn vooroordeel ontkracht 😊 ga dan bij deze meneer op bezoek.	Overvecht
<b>Computer</b>		
3.022	Meneer (70) is zijn wachtwoord vergeten. Hij kan nu zijn laptop niet starten. Het is hetzelfde probleem als de vorige keer. Meneer is niet zo goed te verstaan	Overvecht
<b>Hulp bij Dementie</b>		
A	Vrouw die alleen Berbers spreekt wil graag samen met iemand de boodschappen doen. Ondertussen kunnen jullie gezellig ergens koffiedrinken met wat lekkers en samen naar de voorbijtrekkende mensen kijken. Neem jij haar wekelijks op zaterdag of zondag mee om boodschappen te doen?	Kanaleneiland
B	Gezellige dame met beginnende dementie zou graag samen met iemand een stukje wandelen in de buurt, ergens een kopje koffiedrinken en misschien een kleine boodschap doen. Het lijkt haar ook leuk om af en toe iets te ondernemen zoals samen naar een tuincentrum gaan. Mevrouw kan op dinsdag en woensdag overdag en op donderdag en vrijdag alleen in de ochtend. Ben jij een vrouw van 50 jaar of ouder, heb je een beetje pit en hou je van een grapje? Dan maakt mevrouw graag kennis met je!	Leidsche Rijn
C	Ontwikkelde man zou graag samen met iemand naar buiten gaan. Hij heeft een technisch beroep gehad en praat daar graag over, maar vindt het ook heel leuk als jij hem juist iets over jouw vakgebied kan vertellen. Bij slecht weer kunnen jullie binnen een spel voor zijn geheugen doen. Hij kan op alle doordeweekse middagen en op woensdag de hele dag. Ga jij met hem in gesprek?	De Meern
D	Vrolijke en energieke vrouw met beginnende dementie heeft een klein netwerk en kijkt uit naar gezelschap op woensdag, donderdag of vrijdag na 12 uur, het liefst elke week. Mevrouw houdt van lekker eten, dus samen koken en eten kan ook. Verder zou mevrouw graag gezellig kletsen, een stukje wandelen, bloemschikken en muziek luisteren.	Overvecht
E	Marokkaanse vrouw met dementie wil heel graag elke week samen Marokkaans koken. Zelfstandig lukt dat niet meer, maar ze weet heel goed instructies te geven. De boodschappen zijn al in huis, dus daar hoeft je niet naar om te kijken. Spreek jij Berbers en hou je van koken? Dan is mevrouw op zoek naar jou!	Rivierenwijk
F	Vrouw die vroeger zelf in de zorg heeft gewerkt zou graag samen met iemand wandelen in het park, ergens een kopje thee drinken en kletsen. Ze is in Utrecht	Oog in Al

	opgegroeid en had een actief leven. Door haar Parkinson en dementie is ze nu meer aan huis gebonden. Misschien kunnen jullie ook samen een boodschap doen of eens naar de markt? Mevrouw kan op maandag- of vrijdagmiddag. Wil jij bij haar op bezoek?	
G	Zelfstandige vrouw gaat nog op de fiets naar de dagbesteding op donderdagmiddag. Vanwege haar dementie moet er iemand met haar mee fietsen. Stel jij haar in de gelegenheid om nog zelfstandig te blijven gaan? Je kan daar helpen met een creatieve activiteit en fietst daarna weer samen met haar terug.	Oost
H	Enthousiaste wandelaar zou graag samen met iemand een flink stuk wandelen. Meneer loopt zelf nog vanaf zijn huis naar de Dom en weer terug, omdat hij die route kent. Samen met jou zou hij graag een ander stuk van Utrecht ontdekken. Heb jij zin om een keer in de twee weken op dinsdag of woensdag een eind met meneer te gaan wandelen? Neem dan contact op!	Overvecht
I	Dame met beginnende geheugenproblemen houdt van lekker kletsen en gezelschap. Mevrouw rookt binnen, maar zal dat niet in je bijzijn doen. Ze is slecht ter been en komt daardoor weinig buiten. Met haar nieuwe scootmobiel durft ze nog niet goed naar buiten. Als jij met haar meeloopt, ziet ze dat wel zitten. Dat kan op maandag t/m donderdag. Ga jij om de week bij haar op bezoek?	Vleuten
J	Lieve vrouw met dementie en Parkinson was voorheen zeer actief, maar haar netwerk is steeds kleiner geworden. Ze zou graag op maandag of woensdag voor 15 uur met iemand kletsen en lekker naar buiten om te wandelen. Haar hondje kan dan gezellig mee. Als het een wat langere wandeling is dan kan mevrouw in de rolstoel. Kom jij bij haar op bezoek?	Oost
<b>Klussen in huis</b>		
3.007	Vrouw (75) heeft hulp nodig bij het ophangen van een wastafel. Wastafel is al wel in huis, heeft alleen niet het juiste gereedschap.	Zuid
3.058	Vrouw (28) heeft 4 ramen waar bij elkaar 5 meter rails opgehangen moet worden. Verder heeft ze voor 3 ramen jaloezieën. Ze heeft geen boormachine in huis en zoekt hulp bij het ophangen van de rails aan het plafond en jaloezieën aan de muur. Mevrouw heeft een trap in huis. Schroeven en pluggen moet ze nog kopen.	Leidsche Rijn
3.080	Vrouw (52) heeft hulp nodig bij het ophangen van 3 plissé gordijnen bij de ramen in de keuken. Afmetingen volgens mevrouw, 170 bij 130, 60 bij 130 en 75 bij 130.	Overvecht
3.102	Vrouw (77) heeft 2 kleine klusjes. 1. Een lamp moet opnieuw geïnstalleerd worden. Dit gaat om een kleine neon buis die in de badkamer boven de spiegel hangt. Deze kan er niet ingedraaid worden, zoals een ledlampje of een gloeilamp, dus het moet erin gezet worden. 2. Bij haar bed zijn er twee schroeven uitgevallen die er weer terug ingezet moeten worden. Het is een bed van 120 bij 200 cm. De schroeven zitten/zaten in het midden van het bed. Doordat de schroeven er niet in zitten zakt het bed in elkaar. Beide klusjes konden volgens mevrouw binnen een half uur-uur gedaan worden.	Noordoost
3.103	Vrouw (65) wil graag dat er voor 4 ramen gordijnrails worden opgehangen en ze wil ook 2 rolgordijnen op laten hangen. Er moet in beton geboord worden!	Zuid
3.105	Vrouw (56) zoekt iemand die haar kan helpen met een aantal kleinere klusjes in huis. Dit gaat om het ophangen van een kleine lamp. De spullen hiervoor zijn in huis. Ook heeft ze een rolgordijn waar plugjes in moeten, dit is zodat ze het	West

	rolgordijn weer kan gebruiken. Het rolgordijn hangt wel al. Ze heeft een boormachine en andere benodigdheden in huis. Ze denkt zelf dat een vw hier een paar uur mee bezig is.	
3.113	Vrouw (79) zoekt iemand die de lade in haar huiskamerkast kan maken, want die schuift niet goed meer. Ze heeft alle gereedschap en benodigdheden in huis.	West
<b>Opruimen</b>		
3.033	Vrouw (48) Op 18 maart wordt de keuken van dit gezin gerenoveerd. Er is hulp nodig bij het leeghalen van de keuken!	Overvecht
<b>Tuinhelp</b>		
3.082	Vrouw (55) heeft hulp nodig bij tuinwerkzaamheden. Het gaat in eerste instantie om twee dingen, en wanneer er nog tijd over is nog een 3e klus. Het belangrijkste is dat in de voortuin 4 stammetjes (dikte ongeveer 4 cm) van een struik worden afgezaagd. In de achtertuin moet de klimop gesnoeid worden (er moet ongeveer een halve meter van de bovenkant worden afgehaald zodat mevrouw er dan zelf weer bij kan om het zelf te gaan onderhouden). Wanneer er nog tijd over is zou het fijn zijn om 1 conifeer in de tuin te snoeien (ongeveer 2,5 meter hoog). Mevrouw heeft een huishoudtrap en een zaag.	Overvecht

**LET OP!**

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