

VRIJWILLIGERSWERK ZUID-LIMBURG

Resultaten 4^e gezondheidspanel GGD Zuid Limburg

Elke dag zetten veel mensen zich in als vrijwilliger. Vaak binnen een vereniging, school of binnen de zorg en vaak onbetaald of (soms) met enkel een onkostenvergoeding. Wist je dat het doen van vrijwilligerswerk je gezondheid versterkt en zelfs beschermt tegen achteruitgang en dementie op latere leeftijd?

Hier lees je hoeveel van de leden van het Gezondheidspanel vrijwilligerswerk doen en wat dat voor hen betekent. Sommige mensen overwegen het, anderen hebben er nog nooit over nagedacht. Waar hebben zij als ze toch vrijwilliger zouden worden, interesse in?



Gezondheidspanel GGD Zuid Limburg

Het gezondheidspanel van de GGD Zuid Limburg bestaat uit inwoners van de 16 gemeenten van de regio Zuid-Limburg.

Het gezondheidspanel beantwoordt een paar keer per jaar online een aantal korte vragen. Het invullen van een vragenlijst duurt meestal 5 minuten.

Wil je meer weten over het gezondheidspanel?
Kijk dan op www.ggdzl.nl/panel



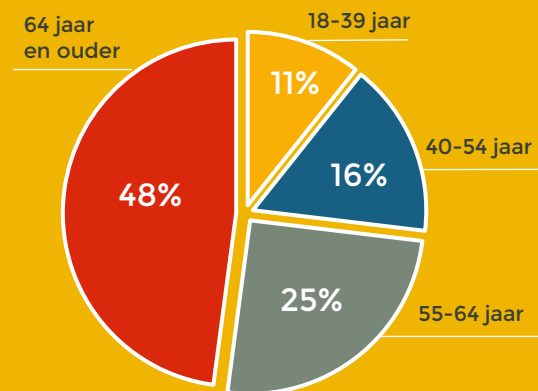
Foto door Julia M Cameron via [pexels.com](https://www.pexels.com)

6165

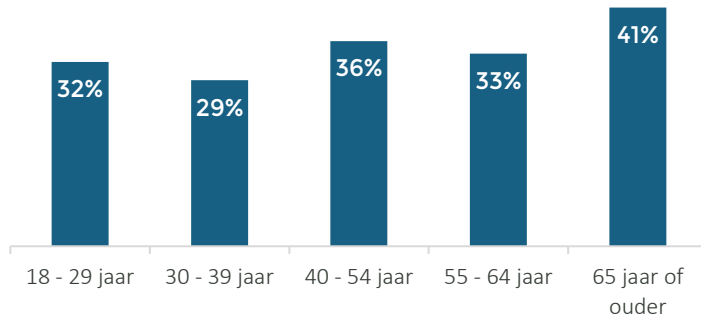
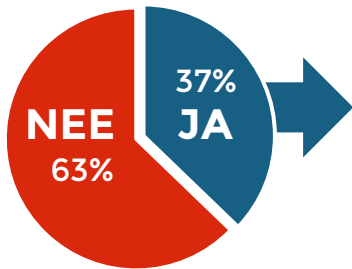
Zuid-Limburgers deden mee aan dit panelonderzoek

16 van de 16

Zuid-Limburgse gemeenten zijn vertegenwoordigd



Doet jij momenteel vrijwilligerswerk?



Waar doe je vrijwilligerswerk?

TOP 5

- 15% Bij een sportvereniging
- 15% Bij een culturele vereniging
- 9% Voor de wijk of in de buurt
- 9% In de verzorging of verpleging
- 8% Voor de kerk, moskee of een levensbeschouwelijke groepering

Aanvullende antwoorden:

- Natuur, milieu en dieren
- Zorgverlening
(Cliëntenraden, Ronald McDonald huis, tafeltje dekje en meer)
- Armoede ondersteuning
(Voedselbanken, ruilwinkels, inzamelacties en meer)
- Heemkunde
(musea, buurttuinen en meer)
- Taalbevordering en bibliotheken
- EHBO
- Brandweer
- Vluchtelingenwerk

... en nog veel meer!

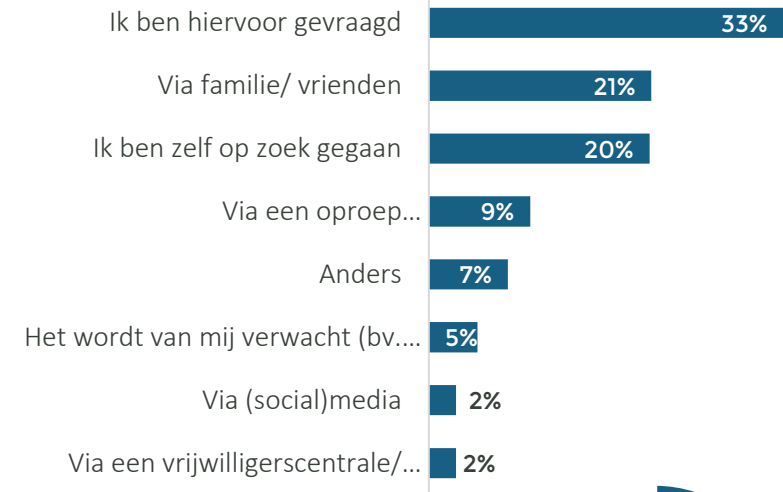
6 op de 10 vrijwilligers doet (bijna) wekelijks vrijwilligerswerk

Wat brengt vrijwilligerswerk je?

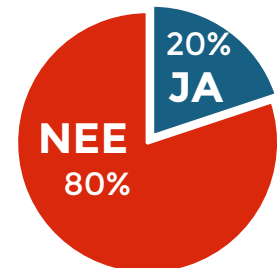


- Leuk om bijdrage te leveren 31%
- Belangrijk om bijdrage aan samenleving te leveren 27%
- Ik zet mijn talenten in 16%
- Ik leer nieuwe mensen kennen 15%
- Ik leer nieuwe vaardigheden 9%

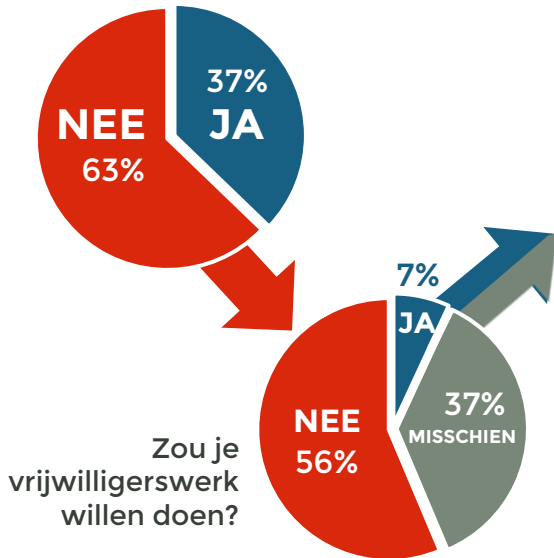
Hoe ben je terecht gekomen bij deze vorm(en) van vrijwilligerswerk?



Zou je meer vrijwilligerswerk willen doen?



Doe jij momenteel vrijwilligerswerk?



Waar zou je vrijwilligerswerk willen doen?



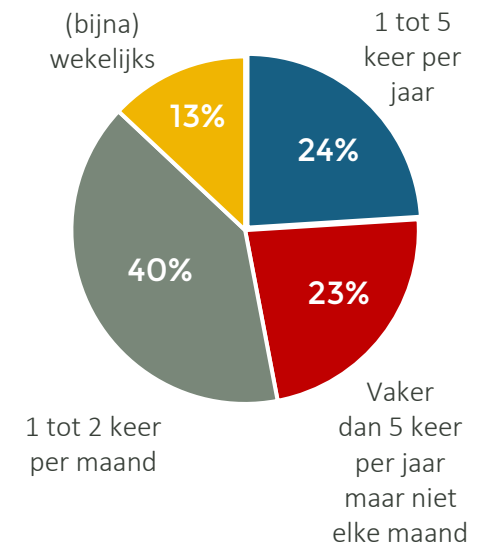
Waarom doe je momenteel geen vrijwilligerswerk?



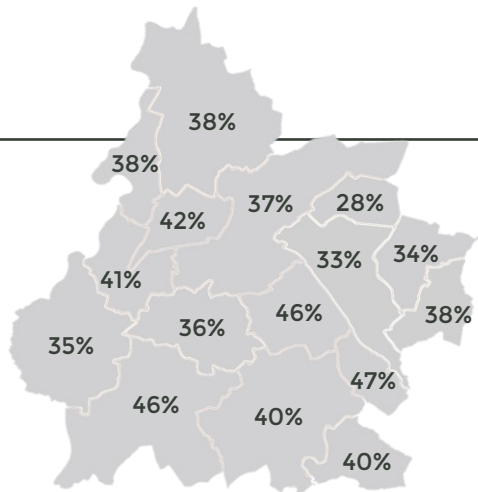
Van de **18-29 jarigen** geeft **1 op 4** aan "ik weet niet waar ik moet beginnen" en bijna **1 op de 3** geeft aan "ik weet niet zo goed wat ik zou kunnen doen"

Vanaf **65 jaar** worden vooral veel **andere antwoorden** gegeven. Bijvoorbeeld: het geven van mantelzorg, gezondheidsproblemen, recent pensioen, oppassen en meer.

Hoeveel tijd zou je willen besteden aan vrijwilligerswerk?



% mensen dat momenteel
vrijwilligerswerk doet
per gemeente



“Waarom doe je
momenteel geen
vrijwilligerswerk?”

Ik weet niet waar
ik moet beginnen

Niemand heeft mij
dat gevraagd

Gemeente	Ik weet niet waar ik moet beginnen	Niemand heeft mij dat gevraagd
Beek	9%	19%
Beekdaelen	18%	10%
Brunssum	12%	13%
Eijsden-Margraten	13%	11%
Gulpen-Wittem	14%	14%
Heerlen	15%	8%
Kerkrade	17%	11%
Landgraaf	11%	13%
Maastricht	17%	13%
Meerssen	11%	10%
Simpelveld	9%	6%
Sittard-Geleen	14%	16%
Stein	13%	13%
Vaals	8%	17%
Valkenburg	16%	11%
Voerendaal	22%	15%

Vrijwilligerswerk combineren

% mensen dat vrijwilligerswerk doet



Je doet momenteel geen vrijwilligerswerk en zou
ook geen vrijwilligerswerk willen doen..

Wat zou je over de streep trekken om toch
vrijwilligerswerk te doen?

Niks

Ik heb te weinig tijd i.v.m. baan/gezin/mantelzorg, ik geniet van mijn
pensioen, ik heb een slechte gezondheid

Voorbeelden van andere antwoorden zijn:

“Wanneer er een **juist aanbod** is, iets wat bij mij past”

“Als er een overzicht zou zijn van **vacatures**”

“Als iemand mij zou **vragen**”

“Duidelijke **afspraken** rond het vrijwilligerswerk”

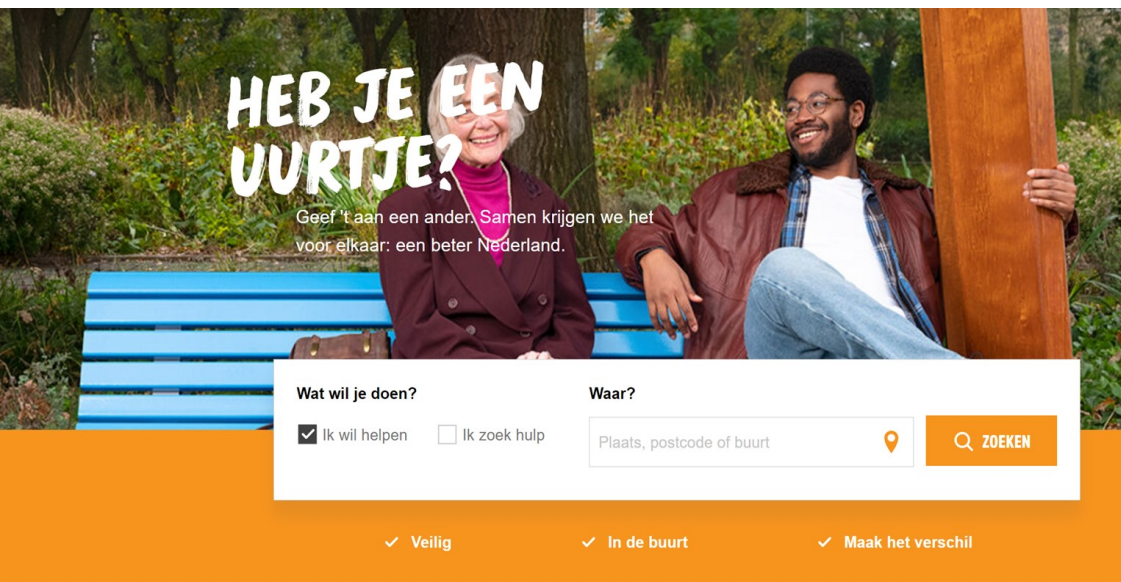
“Als het **in de buurt** is”

“Genoeg **flexibiliteit** in wanneer ik vrijwilligerswerk doe”

Ben je geïnspireerd?

Kijk eens op:

www.nlvoorelkaar.nl



HEB JE EEN UURTJE?

Geef 't aan een ander. Samen krijgen we het voor elkaar: een beter Nederland.

Wat wil je doen?
 Ik wil helpen Ik zoek hulp

Waar?
Plaats, postcode of buurt

✓ Veilig ✓ In de buurt ✓ Maak het verschil

Weet je niet welk vrijwilligerswerk bij je past?

Doe dan een test via:

www.vrijwilligerswerk.nl/zoekvrijwilligerswerk/vrijwilligerstesten



TEST: ONTDEK JOUW VRIJWILLIGERSWERK

Kijk ook eens in lokale vacaturebanken

Beekdaelen en Brunssum

www.cmww.nl/onze-diensten/vacatures

Eijsden-Margraten

www.eijsden-margraten.nl/inwoners/zorg-werk-en-inkomen/stichting-vrijwillige-hulpdienst-eijsden-margraten-svh

Gulpen-Wittem

www.gulpen-wittem.nl/onderwerpen/vrijwilligerswerk/Vrijwilligersvacatures

Heerlen, Kerkrade, Landgraaf,
Simpelveld en Voerendaal

www.vrijwilligerswerkparkstad.nl

Maastricht

www.maastrichthelpt.nl

Meerssen

www.meerssen.nl/gemeentewijzer/leven._zorg_en_welzijn/vrijwilligerswerk

Sittard-Geleen, Beek en Stein

www.vrijwilligerscentrale-wm.nl
www.thcdebrug.nl

Vaals

www.vaals.wehelpen.nl

Valkenburg

www.regionalevrijwilligerscentraleheuvelland.nl