

## Maatjes projecten

NB: Kijk voor een **totaal en actueel overzicht** van maatjesprojecten op:

<https://www.platformzorgvrijwilligers.nl/>

### **ABC Maatje**

085 401 39 10

ABC maatje is voor mensen die een verstandelijke beperking hebben, 18 jaar of ouder zijn én geen begeleiding ontvangen van een zorgorganisatie. Mensen met een beperking kunnen met [ABCMaatje](#) veilig en eenvoudig contact maken. ABCMaatje bestaat uit een gratis website, app en leuke ontmoetingsavonden. [ABCMaatje.nl](#)

Dus aanmelden alleen als je:

- een verstandelijke beperking hebt,
- 18 jaar of ouder bent,
- geen begeleiding krijgt van een zorgorganisatie voor mensen met een verstandelijke beperking,
- je een mantelzorger hebt, die jou bij het gebruik van ABCMaatje kan helpen.

[Info@abcmaatje.nl](mailto:Info@abcmaatje.nl)

[Aanmelden - ABCMaatje](#)

### **Buddy Netwerk**

Contactpersoon

Else Kodde

*Directeur/bestuurder*

070 364 95 00

[info@buddynetwerk.nl](mailto:info@buddynetwerk.nl)

<https://buddynetwerk.nl/>

Stichting Buddy Netwerk is een professionele vrijwilligersorganisatie die zich al 30 jaar inzet voor de ondersteuning van volwassenen en kinderen met een chronische en/of levensbedreigende ziekte, ouderen die zich eenzaam voelen en/of een zeer gering sociaal netwerk hebben en mensen met beginnende dementie en hun mantelzorgers. Onze vrijwilligers, de buddy's, maken het leven een beetje mooier van mensen die dat hard nodig hebben. Buddy Netwerk coördineert en begeleidt deze persoonlijke trajecten voor hun buddy's en cliënten. Het werkgebied van Buddy Netwerk bestaat uit Den Haag, Rijswijk, Leidschendam-Voorburg, Zoetermeer, Westland, Pijnacker-Nootdorp en Delft.

### **De Volharding**

Oproep plaatsen op prikbord: [Volharding Prikbord - De Volharding](#) . Werkt via gratis lidmaatschap!!

### **E lance Academy – voor meiden in Haaglanden 14-27 jaar**

Burgemeester van Karnebeeklaan 6A

2585 BB Den Haag

Coördinator Haaglanden en Teamleider Den Haag en Zoetermeer

Ishara Merhai

Werkdagen:

even weken ma, di, wo, do

oneven weken ma, di, wo, do, vr



06 81 20 76 59

[Aanmelden Den Haag en Zoetermeer](#) |

[Aanmelden Strong Girls WORK](#)

<https://www.elanceacademy.nl/>

### **ExPex**

Getrainde jongeren met zelf ervaring in de jeugdhulp. Zetten zich in als maatje. Er wordt een vergoeding gevraagd.

[info@expex.nl](mailto:info@expex.nl) voor meer informatie en contact.

<https://www.expex.nl/>

### **Gilde Den Haag, Samen Spraak**

Riviervismarkt 2

2513 AM Den Haag

070 356 12 81

[info@gildedenhaag.nl](mailto:info@gildedenhaag.nl)

[Samenspraakdenhaag@gmail.com](mailto:Samenspraakdenhaag@gmail.com)

<https://www.gildedenhaag.nl/samenspraak.php>

Soort project: taalmaatjes

Werkgebied: 's-Gravenhage

Leeftijd: Volwassenen

Interesse: Nederlandse taal

Doelgroep: Alloctonen & vluchtelingen

Bij Gilde Den Haag stellen vrijwilligers graag hun tijd beschikbaar om als taalcoach geregeld Nederlands te spreken met een anderstalige.

### **Haagse Helpers**

Haags Helpers is een netwerk wat jongeren stimuleert en activeert om zich in te zetten voor anderen met weinig netwerk. Tegelijk biedt het jongeren een community. Activiteiten zoals tuinklussen, maatjestrjecten.

We activeren en inspireren jongeren om eenzame en kwetsbare mensen in Den Haag te helpen, door middel van sociale- of praktische hulpactiviteiten.

Fluwelen Burgwal 58

2511 CJ Den Haag

Alex Haas 06 58886829

[info@haagsehelpers.nl](mailto:info@haagsehelpers.nl)

Meer informatie op <http://www.haagsehelpers.nl/>

### **Haags Ontmoeten bij De Stiel,**

Stieltjesstraat 848A,

2521 TD, 's-Gravenhage,

06 11 46 55 19

06 27479674

[seniorencentrumdestiel@gmail.com](mailto:seniorencentrumdestiel@gmail.com)



### **Humanitas Haagland, Tandem Maatjesproject**

Coördinator Naima Labraïmi

Leyweg 831

2545 HA Den Haag

06 20 50 01 03

[n.labraimi@humanitas.nl](mailto:n.labraimi@humanitas.nl)

We komen graag met jou in gesprek. [haagland@humanitas.nl](mailto:haagland@humanitas.nl)

<https://www.humanitas.nl/afdeling/haagland/activiteiten/humanitas-tandem/>

Wil je graag een maatje om samen mee op stap te gaan? Maar lukt het niet om contacten te leggen, of weet je niet goed hoe? Onze maatjesprojecten zijn speciaal toegespitst op jouw behoeften, ongeacht je achtergrond.

Werkgebied: Leidschendam, 's Gravenhage, Voorburg, Wassenaar

### **Humanitas – Next Generation**

Jonge vrijwilligers ondersteunen eenzame jongeren

[n.labraimi@humanitas.nl](mailto:n.labraimi@humanitas.nl)

06 20 50 01 03

### **Humanitas Ontmoetingscafé**

Het ontmoetingscafé is er voor mensen zoals jij tussen de 28 en 60 jaar in Den Haag die nieuwe contacten willen opbouwen.

Leyweg 831

2545 HA Den Haag

06 20 50 01 03

Naima Labraïmi en Astrid van Wintershoven

[n.labraimi@humanitas.nl](mailto:n.labraimi@humanitas.nl)

[avw.humanitas@gmail.com](mailto:avw.humanitas@gmail.com)

### **Jorrit Maan – Activiteitenondersteuning voor senioren**

Jorrit Maan is een professional die als “betaald maatje” ingezet kan worden.

Zie activiteiten en tarieven op <https://www.jorritmaan.nl/>

070 394 97 13 / 06 50 73 62 09

[contact@jorritmaan.nl](mailto:contact@jorritmaan.nl)

### **Koffiekerk**

Een kop koffie/thee, een goed gesprek of een gezellig spelletje Scrabble of iets dergelijks.

Leeuwendaalkerk,

Oranjelaan 62

2281 GG Rijswijk

T06 12 08 98 97

Di 10u-12u

### **OpenJeHart**

Verbindt mensen, OpenJeHart wil mensen letterlijk en figuurlijk weer in beweging brengen, waarbij zij nieuwe sociale contacten kunnen opdoen. We doen dit door mensen met elkaar te verbinden op



basis van een gevarieerd activiteitenprogramma, onder begeleiding van een coach. Ontspanning, gezelligheid, iets voor elkaar doen en tegelijkertijd goed voor jezelf zorgen staan bij OpenJeHart voorop. Ons motto daarbij is: niets moet, alles mag!

Cécile Bouts

Projectmanager OpenJeHart/Mantelkring Den Haag

06-38957192

[Cecile.bouts@lwpc.nl](mailto:Cecile.bouts@lwpc.nl)

088 787 89 88

[events@lwpc.nl](mailto:events@lwpc.nl)

[Folder MK-OJH Den Haag Q4.pdf \(openjehart.nu\)](#)

Heeft het HSS goede ervaringen mee.

### **Oranje Fonds – Maatjesprojecten**

Een maatje worden of een maatje zoeken.

030 656 45 24

[maatjesgezocht@oranjefonds.nl](mailto:maatjesgezocht@oranjefonds.nl)

[Oranje Fonds | Maatjes Gezocht](#)

### **Parnassia - Locatie Albardastraat**

Avocadostraat 2

2552 HS Den Haag

(Parnassia terrein bij hoofdingang links)

Iedere doordeweekse ochtend tussen 9.30 en 11.30 heet een vrijwilliger u graag welkom met een kop koffie/thee en een luisterend oor...

### **Project Vivaldi, Den Haag**

Oranje Fonds

030 656 45 24

[gezochtmaatjes@oranjefonds.nl](mailto:gezochtmaatjes@oranjefonds.nl)

<https://www.maatjesgezocht.nl/ik-zoek-een-maatje>

We brengen vrijwilligers in contact met mensen tussen de 20 en 65 jaar die zich eenzaam voelen of weinig contacten hebben en in Den Haag of omgeving wonen.

### **Schuldhulpmaatje**

Burgemeester van Karnebeeklaan 10

2585 BB Den Haag

[Info@schuldulpmaatjedenhaag.nl](mailto:Info@schuldulpmaatjedenhaag.nl)

[www.schuldulpmaatjedenhaag.nl](http://www.schuldulpmaatjedenhaag.nl)

Schuldhulpmaatje zet zich in om Hagenaars met schulden te helpen.

### **Stek Over de Drempel**

Postbus 371,

2501 CJ Den Haag

[jgrotendorst@stekdenhaag.nl](mailto:jgrotendorst@stekdenhaag.nl)

<https://www.stekdenhaag.nl/overdedrempel>



Het maatjesproject Over de Drempel in Den Haag ondersteunt door inzet van vrijwilligers vereenzaamde mensen in ernstig vervuilde woningen. Dit vrijwilligerswerk helpt hen om hun leefsituatie te verbeteren.

### **Stichting Jong Perspectief**

Voor Zoetermeer e.o.

Bredewater 26

2715 AC Zoetermeer

06 - 23 41 37 63

[info@jongperspectief.nl](mailto:info@jongperspectief.nl)

<https://www.jongperspectief.nl/>

In het maatjes- en mentorproject van Jong Perspectief (JP) worden volwassen vrijwilligers één op één aan kinderen en jongeren (6-24 jaar oud) gekoppeld die in hun dagelijks bestaan wel een steuntje in de rug kunnen gebruiken. De vrijwilliger is geen hulpverlener, maar coacht de jongere op basis van eigen levenservaring.

Daarbij biedt de vrijwilliger een luisterend oor, bevestigt de jongere in zijn eigenwaarde en reikt nieuwe perspectieven aan. Samen trekken ze een jaar als maatjes met elkaar op.

### **Stichting Vier het leven**

Energieweg 8

1271 ED Huizen

Contact via het landelijke telefoonnummer 035 524 51 56, tussen 9-18u.

<https://4hetleven.nl/>

Leeftijd: Ouderen

Organiseert culturele activiteiten voor ouderen waarbij alles is geregeld om zorgeloos te genieten.

Onze vrijwilligers halen de ouderen (65+) thuis op en samen gaan zij gezellig naar een theatervoorstelling, de film, een concert of naar een museum.

### **Taal aan Zee, taalmaatjes**

AOC Laakhaghe

5e verdieping

Calandstraat 1

2521 AD 's-Gravenhage

070-3456005

[info@taalaanzee.nl](mailto:info@taalaanzee.nl)

[www.taalaanzee.nl](http://www.taalaanzee.nl)

Werkgebied: 's-Gravenhage

Leeftijd: Volwassenen

We zijn er allereerst voor (geïsoleerde) anderstalige vrouwen, vluchtelingen en asielzoekers. Zij kunnen deelnemen aan de lessen, zodat zij zich beter zelf kunnen redden en mee kunnen doen in de samenleving.

### **Talentcoach**

<https://talentcoach.nl/>

Moet je rondkomen van een sociaal minimum en wil je graag je leven weer op de rit krijgen met behulp van een persoonlijke coach? Meld je dan bij ons aan en werk samen met een Talentcoach aan je toekomstplan.

Traject duurt 6 maanden en eigen bijdrage is 25 euro. Overleg mogelijk als bedrag niet haalbaar is

### **Vitalismaatjes**

Burgemeester van Karnebeeklaan 6  
2585 BB Den Haag

[info@vitalismaatjes.nl](mailto:info@vitalismaatjes.nl)

[www.vitalisdenhaag.nl](http://www.vitalisdenhaag.nl)

Een volwassene wordt aan een kind tussen 5-18 jaar oud gekoppeld!!

Contactpersoon

**Tineke Jurriëns** *Projectleider*

070 345 75 71

[t.jurriens@vitalismaatjes.nl](mailto:t.jurriens@vitalismaatjes.nl)

<https://www.vitalismaatjes.nl/>

### **Vraag Elkaar, Den Haag**

Meer informatie

Eerste Hulp bij Eenzaamheid: [ehbe.nl](http://ehbe.nl)

Team eenzaamheid te bereiken op [ehbe@denhaag.nl](mailto:ehbe@denhaag.nl) .

<https://www.eentegeneenzaamheid.nl/mijn-gemeente/met-zn-allen-niet-alleen/>

### **Vriendendienst Den Haag**

Esther van der Leur

Platinaweg 20,

2544 EZ Den Haag

06 10 47 36 54

[vriendendienstdenhaag@reakt.nl](mailto:vriendendienstdenhaag@reakt.nl)

[www.reakt.nl/vriendendienst](http://www.reakt.nl/vriendendienst)

Doelgroep: Psychiatrie

Vriendendienst koppelt deelnemers aan een vrijwilliger. Een maatje dat samen met de deelnemer 'leuke dingen' onderneemt en de deelnemer ondersteunt om weer actief deel te nemen aan het sociale en maatschappelijke verkeer.

### **Vriendendienst Haagrand/Zoetermeer**

**Parnassia Groep BV afd. Reakt**

Paola Boersma,

Coördinator

Teldersrode 25

2717 HR Zoetermeer

088 357 74 44

Jacques Perkstraat 3

2274 GP Voorburg

088 357 78 70

[p.boersma@reaktgroep.nl](mailto:p.boersma@reaktgroep.nl)

06 41 96 78 64

Werkzaam op ma-di-wo-do

### Vrijwillige Thuishulp

Consulent Vrijwillige thuishulp Juanita Goossens van Mee/VTV:

06 10 65 83 22

[J.Goossens@meezhn.nl](mailto:J.Goossens@meezhn.nl)

<http://www.vrijwilligethuishulp.nl/maatjes/>

Kinderen en volwassenen met een beperking hebben soms anderen nodig om aan het gewone leven te kunnen deelnemen. Een **maatje** om samen iets te ondernemen of om er even op uit te gaan kan dan een enorme uitkomst zijn.

Een maatje is een vrijwilliger die een-op-een gekoppeld is aan iemand die soms even net wat extra aandacht en ondersteuning kan gebruiken. Een maatje gaat gezellig koffiedrinken bij iemand, gaat op stap met een kind met een beperking of geeft juist wat extra positieve aandacht aan het broertje of zusje van dat kind. Of gaat bijvoorbeeld zwemmen met iemand met een beperking. Bij een maatje staan respect, tijd en begrip centraal.

### Vrijwilligerswerk Parnassia Groep

Coördinator Matthijske Verseput

Avocadostraat 2,

2552 HS Den Haag

06 51 14 70 13

[m.verseput@reakt.nl](mailto:m.verseput@reakt.nl)

<https://www.parnassia.nl/wie-we-zijn/vrijwilligerswerk>

Aanwezig: Maandag t/m donderdag

### WijkLeerbedrijf Den Haag Centrum

Stagiair(e) als maatje aanvragen voor Centrum, Schilderswijk en Den Haag Zuidwest.

Het WijkLeerbedrijf Den Haag Centrum is opgericht om informele hulp aan mensen in de wijk te bieden en om mensen op te leiden voor een baan in als assistent dienstverlening in de zorg. Zie

<https://calibrisadvies.nl/projecten/wijkleerbedrijf-den-haag-centrum/>

### Wijkz

Ouderenconsulent Segbroek

Anita Del Monte-Lyon

06 – 39 43 15 57 of 070 205 26 60

[A.DelMonteLyon@wijkz.nl](mailto:A.DelMonteLyon@wijkz.nl)

Houdt zich bezig met de koppeling van 65+ aan maatjes.

### Zonnebloem Den Haag

<https://www.zonnebloem.nl/denhaag>

Per stadsdeel is er een coördinator bij wie je vragen omtrent maatjes kunt neerleggen. Tevens bieden ze grotere uitjes aan om aan deel te nemen. Zoals theater, musea of stad/natuur bezoek.

[Esme.vanderhelm@zonnebloem.nl](mailto:Esme.vanderhelm@zonnebloem.nl)

Alternatieven op het gebied van relaties en/of daten (de keuze is helaas niet groot):

- <http://www.bestedatingsites.nl/meedating/>
- Autismedating <http://www.autisme-dating.nl> de datingsite voor een date met iemand die

jou wel begrijpt

- Uniekdating <https://uniekdating.nl/> voor mensen met een verstandelijke beperking.  
Nadeel: geen consulent in Den Haag en lidmaatschap is vereist.
- [Datingsite voor mensen met een beperking - Capido](#)
- <https://www.kennispleingehandicaptensector.nl/tips-tools/tools/datingsites-en-bureaus-voor-mensen-met-een-beperking>
- [Durfijmetmij](#) Alleen voor cliënten van aangesloten organisaties

Andere platforms gericht op vriendschap:

- [www.nieuwemensenlerenkennen.nl](http://www.nieuwemensenlerenkennen.nl)
- [www.vriendstap.nl](http://www.vriendstap.nl)
- [www.vraagelkaar.nl](http://www.vraagelkaar.nl)

Mail je aanvullingen naar [info@haagssteunsysteem.nl](mailto:info@haagssteunsysteem.nl) o.v.v. Maatjes projecten in Den Haag.