



8 redenen om vrijwilligerswerk te doen

Vrijwilligerswerk is niet alleen heel leuk. Het is ook heel belangrijk.

Wij hebben 8 redenen voor je op een rijtje gezet waarom je vrijwilliger zou willen worden.

1 Je doet ervaring op

Vrijwilligerswerk is een mooie manier om ervaring op te doen. Je kunt je ergens in verdiepen of juist nieuwe vaardigheden en kennis opdoen. Dit is een mooie aanvulling op je CV en kan een boeiend gespreksonderwerp zijn in een sollicitatiegesprek – mocht je die hebben.

2 Het geeft voldoening

Als vrijwilliger kan je jouw vaardigheden en kennis inzetten. De betreffende organisatie is hier erg door geholpen en zal jouw inzet dan ook zeker waarderen. Dit geeft voldoening.

3 Je bent van betekenis

Als vrijwilliger ben je van betekenis. Jouw werk levert veel op voor anderen. Of je nou kinderen helpt een fijne tijd te beleven of zieke dieren probeert beter te maken. Je maakt een verschil in de samenleving of in iemands dag. Hét verschil zelfs.

4 Je leert nieuwe mensen kennen

Tijdens het vrijwilligerswerk leer je nieuwe mensen kennen. Vaak hebben zij dezelfde interesses, dus wellicht houd je er nieuwe vriendschappen aan over. Het is ook een fijne manier om te netwerken en zo de kans op een betaalde baan te vergroten. Wie al met pensioen is, kan vrijwilligerswerk doen om kennis te maken met zijn of haar buurt(genoten). Dit geldt natuurlijk ook voor mensen die net zijn verhuisd naar een nieuwe gemeente.

5 Je voelt je betrokken

Het is mens eigen om graag ergens bij te horen. Het doen van vrijwilligerswerk geeft je dit gevoel. Je werkt immers samen met andere vrijwilligers (en beroepskrachten) naar hetzelfde doel toe.

6 Het is gezond

Anderen helpen maakt gezonder, vrolijker, gelukkiger en relaxter, zo blijkt uit verschillende [onderzoeken](#). Zelfs huisartsen adviseren, naast sporten en gezond eten, vaak om vrijwilligerswerk te gaan doen.

7 Je bouwt een dag- of weekroutine op

Er kunnen verschillende redenen zijn waardoor je geen vaste invulling van je dag of week meer hebt. Soms is het juist heel goed om wel een vaste routine te hebben of te krijgen. Dan is het goed om op vaste momenten in de week vrijwilligerswerk te gaan doen.





8 Vrijwilligers zijn onmisbaar

Vrijwilligers zijn van onschatbare waarde voor de samenleving. Sterker nog: zonder hen zouden een hoop organisaties, instellingen en stichtingen ophouden met bestaan. Denk bijvoorbeeld alleen al aan buurthuizen en sportverenigingen. Als vrijwilliger zorg je er dus voor dat een heleboel voorzieningen in stand gehouden kunnen worden.

Kortom: het is altijd de moeite waard om je in te zetten als vrijwilliger. Ben je overtuigd en enthousiast geworden? Kijk dan eens in onze [vacaturebank](#). Hier staat vast iets tussen wat bij je past.

