

BUURVROUW STARTPAKKET

Alles om snel te starten met de Buurvrouw & Buurvrouw Bus filosofie



©Foto: Omrop Fryslân, René Koster, 2019

BUURVROUW FILOSOFIE

De *mienskip* bij jou in de buurt

De Buurvrouw & Buurvrouw Bus is een initiatief dat eenzaamheid, armoede en sociale uitsluiting tegengaat. Bij de bus kan je een praatje maken, een kop koffie drinken of wat spullen, boodschappen of kleding komen halen of brengen. Of je nu iets materieels of iets sociaals nodig hebt of komt geven, bij de bus is er ruimte voor. Bij de bus kan je laagdrempelig een gesprek aanknopen en een buur zijn voor iemand die een buur nodig heeft. Denk hierbij aan dak- en thuislozen, eenzame mensen of iemand die het net wat minder breed heeft. De Buurvrouw & Buurvrouw Bus werkt met het “no money, no rules” principe. Er zijn geen vrijwilligers, niemand wordt betaald en alles is gratis of gedoneerd. De buurvrouw filosofie gaat uit van wederkerigheid. Of je nu iets komt halen of brengen, je komt als buurvrouw, buurman, buurkind en buurmens. Je bent er voor je mienskip en je mienskip is er voor jou.

Om aan de slag te gaan vind je in dit starterspakket alle handvatten om te starten als buurvrouw. Je bent al een buurvrouw (of man) voor je directe buren, maar hoe bouw je dit bewustzijn uit naar de hele buurt? Hierbij wat tips van je mede buurvrouwen!

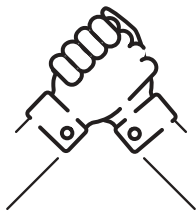
MAAK KENNIS MET BUURVROUWEN ESMERALDA EN MONIQUE

Initiatiefnemers
Buurvrouw &
Buurvrouw Bus



©Foto: Hoge Noorden/Jaap Schaaf

DE BUURVROUW



Wie is de buurvrouw?

Jij, ik, de bakker, iemand op een bankje naast je, iedereen! Iedereen is een buur en heeft buren. Volgens de filosofie van de Buurvrouw & Buurvrouw Bus kan jij daarom ook voor iedereen een buurvrouw zijn. Met buurvrouwen wordt niet alleen de buurvrouw bedoeld, maar ook de buurman, het buurkind en de algemene buur.

Hoe activeer je jouw buurvrouwen netwerk?

Zorg voor een open, persoonlijke en actie-gedreven sfeer. Je buren blijven actief wanneer er persoonlijk contact is bij de bus en er zo echte verbinding wordt gemaakt tussen buren. Luister naar elkaar en wees daarnaast ook eerlijk, wat werkt goed en wat gaat er minder? Bespreek wat jullie de volgende keer anders willen doen en vier jullie successen! Deel je verhalen om elkaar te inspireren.

De filosofie van de buurvrouw werkt daarnaast het beste wanneer je niet te veel nadenkt, maar het gewoon gaat doen. Werf buren met een *bias for action*. Laat iedereen lekker aan de slag gaan met zijn of haar buurideeën. Een belangrijke tip: laat eindeloze vergaderingen achterwege, en ga vooral zo snel mogelijk aan de slag. Geef iedereen het gevoel dat zij kunnen bijdragen, dit maakt mensen verantwoordelijk en betrokken.

Verder kan je de mienskip vergroten door:

- Een maandelijks (digitale) nieuwsbrief te versturen.
- Verhalen te delen via sociale media kanalen (kies wel duidelijk voor één of twee media, gebruik niet alle social media-kanalen).
- Activiteiten te organiseren om in contact te komen met je buren.
- Evenementen te houden om breder verhalen en ervaringen te delen.

Wie zit er in mijn kern-team van buurvrouwen?

- Enthousiastelingen
- Durvers en doeners
- Doorzetters
- Pragmatici
- Woordvoerders
- Digitaal/social media experts
- Mensen met een netwerk in bestaande initiatieven
- Verbinders tussen de 3 O's (Onderwijs, Overheid, Ondernemers)

Dit zijn handige teamleden om te hebben, maar laat iedereen zich welkom voelen. Iedereen is immers een buur. Het gaat niet om de competenties die iemand heeft, want alle actieve buren maken deel uit van de mienskip.

Vertel en inspireer

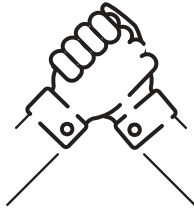
Dit startpakket is opgesteld met tips van wel 20 verschillende buren. Hiermee delen wij onze kennis en hopen we jou op weg te helpen. Heb jij straks een goede buurvrouwactie? Deel je verhaal met je buren en inspireer ons.



**De kracht van doen.
Durf te vragen, durf
actie te ondernemen,
zet de eerste stap!**



DE BUURVROUW



Waarom heeft mijn buurt buurvrouwen nodig?

Mensen weten elkaar niet altijd even gemakkelijk te vinden wanneer zij iets nodig hebben. Zo heeft onze steeds sneller veranderende en digitale samenleving het voor sommige mensen gemakkelijk gemaakt om in contact te komen. Echter is dit niet voor iedereen weggelegd. Als buurvrouw kan je iedereen niet alleen digitaal, maar ook fysiek bij de buurt betrekken. Zo kan iedereen zich van waarde voelen voor een ander.

Kijk eens naar jouw buurt: kan iedereen meekomen? Heb je enige idee wat er zich afspeelt achter de meeste voordeuren? Probeer zo veel mensen te betrekken. Als buurvrouw kan je faciliteren dat iedereen een rol kan spelen en zo deel kan worden van het buurvrouwen netwerk dat uitgaat van wederkerigheid.

Esmeralda en Monique: "Wanneer iedereen mee kan doen, maken we de wereld een beetje eerlijker en beter."

Je kan als buurvrouw een luisterend oor bieden. Dit is misschien al wel genoeg reden waarom jouw buurt buurvrouwen nodig heeft. Je wil als buurvrouw graag dat het goed gaat met jouw medemens. Het geeft jou een goed gevoel als je iets kan doen voor een buur en zo bijdraagt aan de buurt. Voor de ander is het weer prettig om door een buurvrouw te worden begrepen en geholpen.

Esmeralda en Monique: "In de vaart der welvaart zijn we het 'samen' uit de samenleving vergeten mee te nemen."

Er kunnen vele redenen zijn waarom jouw buurt buurvrouwen nodig heeft. Bekijk waarom jouw buurt buurvrouwen nodig heeft. Ga met je burens hierover in gesprek. Ook kan je de rol en noodzaak van de buurvrouw versterken aan de hand van thema's. Laat burens aanhaken op een thema. Zo trek je burens aan vanuit een bepaalde motivatie. Denk aan thema's zoals duurzaamheid of eenzaamheid.

De buurvrouwtheorie van Brigitte Kaandorp

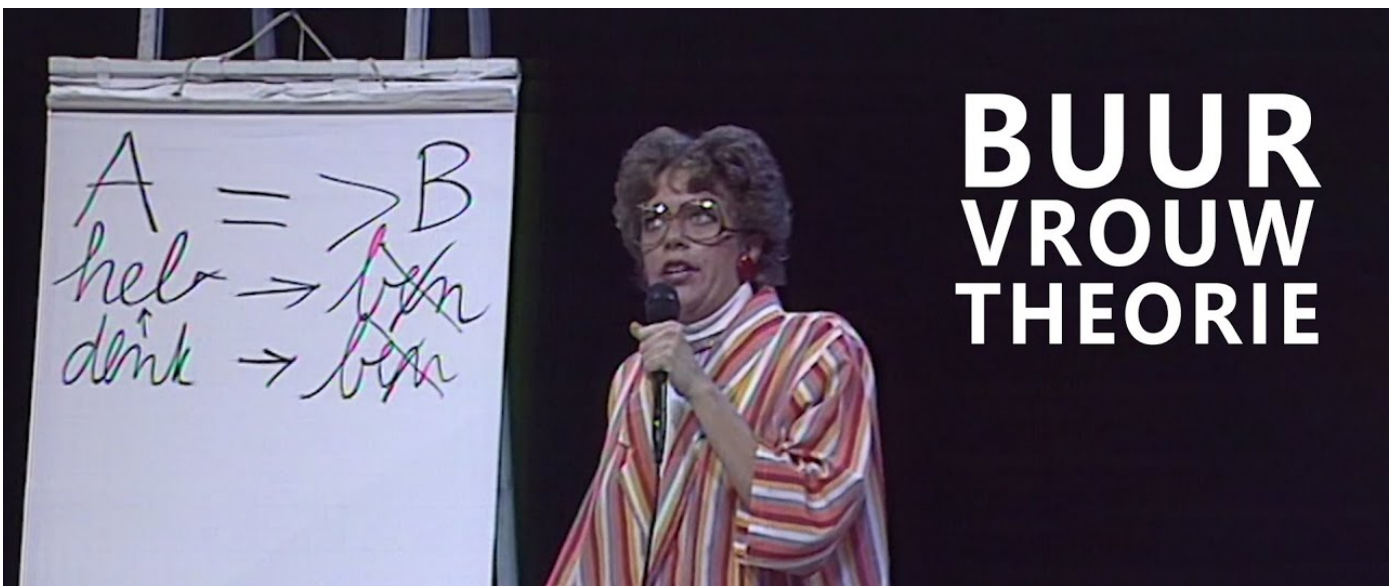
Zin om te lachen? Bekijk [dit fragment](#) uit de show 'Laat mij maar even' (1988) van Brigitte Kaandorp. Deze sketch laat goed zien dat we allemaal burens zijn.

Mienskip

Het Friese mienskip, vertaald naar het Nederlands is gemeenschap, maar het betekent meer dan dat. Mienskip is de onderlinge verbondenheid die wordt ingezet om de gemeenschap te beschermen. Dit doet de Buurvrouw & Buurvrouw Bus ook. Wederkerigheid staat centraal in de buurvrouw filosofie. Je helpt je burens of je nou iets komt halen of brengen, om je mienskip te beschermen vanuit het principe van wederkerigheid.

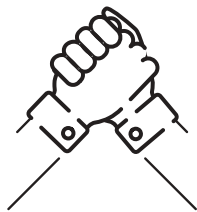


Zonder geld, regels en gedoe bijdragen aan een mooiere, inclusieve wereld waarbij iedereen een verschil kan maken.



DE BUREN COMMUNITY

Naamsbekendheid, je netwerk en community onderhouden



Community building

Een actieve community opbouwen en onderhouden *from scratch* is lastig, maar het fijne is dat de burens al een community zijn. Je moet een gemene deler vinden en als buur heb je ten eerste allemaal de gemene deler: wij zijn burens. Daarna begint het opbouwen van je burens community, de mienskip, door actief de eerste stap te zetten. Een community opbouwen begint bij jezelf!

Naamsbekendheid

Zorg ervoor dat iedereen in de buurt jouw concept kent! Je kunt de naamsbekendheid verbeteren door met lokale bekendheden en initiatieven samen te werken. Als je toevallig in je netwerk een BN'er hebt, is dat natuurlijk mooi meegenomen. Maar net zo effectief kan de lokale supermarktmanager zijn, de directeur van een school, de burgemeester of een actieve buurtagent.

Laat alles wat je doet zien of horen. Dit kan via social media of via lokale buurtkranten of huisbladen. Als je een Instagram pagina aanmaakt kun je een visueel overzicht maken van je werkzaamheden. Dit werkt als een visitekaartje en moet er daarom ook goed uitzien. Je kunt potentieel héél veel mensen bereiken, dus probeer de boodschap van jouw mienskip goed naar voren te laten komen zoals jij dat graag uitstraalt. [Klik hier](#) voor handige Insta tips. Haak aan op actualiteiten in je posts en maak het herkenbaar!

Belangrijk is vooral dat je het gewoon gaat doen!

Netwerk

Gebruik je contacten. Probeer zoveel mogelijk mensen om je heen te mobiliseren en vraag hen iets toe te voegen. Dit kan klein en groot.

Heb je een neefje dat websites kan bouwen of een vriendin die goed met Instagram overweg kan? Of ken je toevallig iemand die in een restaurant werkt en vaak eten over heeft? Het kan allemaal wat toevoegen! Vraag hen om hulp!

Nee heb je, ja kan je krijgen!

Probeer je netwerk te vergroten door in gesprek te gaan met buurtcentra, wijkagenten, en alle andere stakeholders bij jou in de buurt. Maak hier een overzicht van, zodat je weet wie er allemaal met welk potentieel in jouw wijk actief zijn.

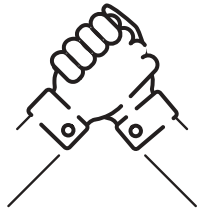
Houd ze aangehaakt door hen updates te geven. Dit kan via een nieuwsbrief, Instagram of fysiek. Spreek je dankbaarheid uit en toon de resultaten van hun hulp!



Community building begint bij jezelf. Ga met je burens het gesprek aan en vind elkaars behoefte!



REGELS EN INSTANTIES



Geen geld en geen regels, hoe doe je dat?

De Buurvrouw & Buurvrouw gedachte kent geen regels en geen geld. Alles mag en niemand krijgt salaris of koopt spullen in. Dit kan soms ingewikkelde situaties opleveren. Toch brengt het vaak de meest creatieve ideeën naar boven. Er zijn echter wel wat instanties waar je rekening mee moet houden of die je kunt gebruiken voor je Buurvrouw & Buurvrouw concept!

Met welke instanties moet je rekening houden?

- **De gemeente:** Om sommige zaken te regelen heb je een vergunning nodig. Kijk wat mag in jouw gemeente. Zo mag je op straat geen eten verkopen. Maar jij werkt zonder geld. Tegen op straat eten weggeven als buur kan de gemeente niks inbrengen. Raadpleeg jouw lokale gemeentewebsite!
- **Bestaande initiatieven:** Denk eraan dat er soms al organisaties actief zijn. Ga samenwerken en niet concurreren!
- **Tijd en plaatsgebonden richtlijnen:** Zo dient men zich nu te houden aan de RIVM-richtlijnen.
- **Cultuurverschillen:** Houd rekening met de normen en waarden uit andere culturen. Check de feestdagenkalender uit verschillende geloofsgemeenschappen.

Heb lef!

Wat de buurvrouwen hebben gemerkt is dat sommige bureaucratische regels ervoor zorgen dat jij je burens niet gemakkelijk kunt helpen. Heb lef en probeer met slimme, creatieve oplossingen te komen om jouw buur alsnog te kunnen helpen. Loop je tegen problemen aan? Benader een buur die ervaring heeft met zaken regelen bij de gemeente. Zo heeft de Buurvrouw & Buurvrouw Bus ooit een factuur van 50 euro teruggestuurd naar de gemeente Leeuwarden. Zij waren te gast op het plein voor het gemeentehuis maar kregen uiteindelijk toch een factuur voor de standplaatsvergunning. Zij hebben deze factuur uiteindelijk weer terug gefactureerd bij de gemeente en zo hebben ze uiteindelijk niks hoeven te betalen! *No money, no rules:* met lef je burens helpen!

Geen concurrenten maar buurvrouwen

Je zult verschillende organisaties tegenkomen die actief zijn in jouw buurt, dorp of stad. Probeer hen als collega's in het vak te zien, oftewel als buurvrouwen. Je kunt samenwerkingen aangaan met buurthuizen, de gemeente of andere sociale initiatieven.

Je hoeft het wiel niet opnieuw zelf uit te vinden. Maak gebruik van instanties en structuren die er al zijn. Denk hierbij *out of the box*. Wellicht zijn er studenten van een vereniging die willen helpen, of een voetbalteam van de lokale voetbalvereniging.



**Je hoeft het wiel niet
opnieuw uit te vinden.
Maak gebruik van
instanties en structuren
die er al zijn!**



©Foto: Buurvrouw & Buurvrouw Bus

**VEEL SUCCES EN PLEZIER
NAMENS ALLE BUREN!
DEEL JE VERHALEN OP ONZE
FACEBOOK EN WEES DIE
BUUR VOOR IEDEREEN DIE
EEN BUUR NODIG HEEFT!**

