

# Maatjes & Buddies

Last Modified on 05/10/2022 2:25 pm CEST

**"Samen is leuker!". Daarom is op het mogelijk om een maatje of buddy te vinden op het platform Zorgzaam010.nl. Wij koppelen iedereen die op zoek is naar een maatje of een buddy en mensen die hulp willen aanbieden als maatje.**

## Waarom maatje of buddy worden?

Een maatje of een buddy wordt je voor iemand die wat extra aandacht, ondersteuning of begeleiding nodig heeft. Dat kan op heel veel manieren: samen koffie drinken, wandelen of hardlopen, voorlezen, boekhouden, taallessen, theater en nog veel meer. Hoe lang je maatje bent, varieert enorm. Van drie maanden tot twee jaar, je kiest zelf wat bij jou past. Samen spreek je af, hoe vaak je elkaar ziet. Vaak zie je elkaar één keer per week of per twee weken.

## Wat voor verschillende maatjes zijn er?

Er zijn heel veel soorten maatjes en maatjesprojecten. En al die verschillende projecten hebben als gemeenschappelijk kenmerk dat er regelmatig een-op-een contact plaatsvindt tussen een vrijwilliger en iemand die tijdelijk aandacht, ondersteuning of begeleiding kan gebruiken. Soms heten de projecten Maatjesproject, maar er zijn ook Vriendendiensten, Buddyzorg, Mentorprojecten of coachprojecten. Vaak verschillen deze van opzet, duur en doelgroep. Zo zijn er projecten speciaal voor scholieren en weer andere speciaal voor nieuwkomers.

## Hoe lang bestaan er al maatjes?

Good to know: maatjes ontstonden halverwege de jaren tachtig, rond de uitbraak van de ziekte aids. Toen professionele gezondheidszorg aan aids-patiënten tekort schoot, sprongen vrienden en anderen in voor ondersteuning, psychosociale hulp of gewoon voor het ondernemen van een ontspannende activiteit. Deze 'buddy's' hebben model gestaan voor veel maatjesprojecten die volgden.

## Kan ik iemand aanmelden die een maatje zoekt?

Zoek je een maatje voor iemand? Dan ben je ook van harte welkom op deze site. Je vindt hier heel veel verschillende organisaties én buurtgenoten die kunnen helpen. Door te [registreren](#) op deze website, kun jij ook een maatje aanvragen.

## Wat is het verschil tussen een maatje en een buddy?

Het verschil is niet erg groot. Ook gebruiken heel veel verschillende organisaties de termen door elkaar. Je zou kunnen zeggen dat maatjesprojecten meer gericht zijn op samen leuke dingen doen en buddies zich meer richten op het bieden van ondersteuning op een bepaald gebied. Dit betekent natuurlijk niet dat maatjes geen ondersteuning bieden of buddies geen leuke dingen kunnen doen. Vandaar dat deze pagina beide termen bevat en aanhoudt.



Dit artikel is opgesteld door/ in samenwerking met [BMC/ Advies op Maat](#). Heb je een verdiepende vraag of wil je een andere vraag stellen waarop je het antwoord niet in de Kennisbank kunt vinden? Dien die vraag dan in door een e-mail te sturen naar [netwerk@zorgzaam010.nl](mailto:netwerk@zorgzaam010.nl).

---

Kennisbank Zorgzaam010