

Vervolg pagina 1 'Helpen maakt gezond'

Zelf goed doen voor een ander?

Uit onderzoek van Allan Luks blijkt dat wie zich regelmatig belangeloos inzet voor een ander, een bijzonder geluksgevoel beleeft.

Ook nieuwsgierig naar dit 'Helpers High'? Hieronder een kleine greep uit het aanbod van vrijwilligersorganisaties.

Laluz

LaLuz richt zich op jonge hoogopgeleiden die naast hun carrière vrijwilligerswerk willen doen voor ideële organisaties op het gebied van mens, dier en natuur. Ze kunnen via kort en langer durende projecten op hun terrein organisaties helpen die geen geld hebben voor deze specialistische kennis van marketing, financiën en ict. www.stichtinglaluz.nl

Matchpoint Betrokken Ondernemen

Matchpoint koppelt bedrijven en hun personeel in de regio Amersfoort aan organisaties die hulp kunnen gebruiken. Ze doet dat door relevante projecten met maatschappelijke organisaties en onderwijsinstellingen te regelen. www.matchpointbetrokkenondernemen.nl

Workmate

WorkMate brengt mensen uit de regio Rotterdam die vrijwillig en op incidentele basis een goed doel willen helpen onder bij maatschappelijke organisaties, variërend van de Voedselbank en de dierenambulance tot en met culturele festivals. Alleen medewerkers van aangesloten bedrijven (op dit moment onder andere ABN Amro, IBM en Holland Casino) kunnen zich aanmelden voor een project. www.workmate.nu