



VRIJWILLIGERS NH

informatie voor nieuwe vrijwilligers

*Treed toe tot een
bijzonder gezelschap*



Een label van:

LeekerveideGroep 



*Treed toe tot een
bijzonder gezelschap
van grote helden*



Iedereen is de held in zijn eigen verhaal, *alles wat je moet doen is goed kijken*

Psst.... je weet het misschien niet, maar je bent omringd door superhelden. Niet meteen kijken, maar de persoon links van je kan er één zijn. En die aardige mevrouw die je zojuist vriendelijk gedag zei? Dat was er zeker één. En wat dacht je van die oudere heer die net voorbijloopt? Ook één. En die jongen daar... ook één.

De meneer is te oud zeg je? En die jongen, te jong? Welnee. Held zijn is niet gebonden aan leeftijd. Of aan scholing of achtergrond. Maar je ziet niets bijzonders aan hen, zeg je? Zo op het eerste gezicht misschien niet nee. Dat zegt niets. Echte helden zijn namelijk vrijwel altijd onzichtbaar. En doen hun werk vaak onopvallend en in stilte. Maar hun daden spreken des te duidelijker. En het effect ervan is altijd groots. Dat klopt weer wel met de theorie over helden, nietwaar?





Iedereen heeft het in zich

Ik zal het je nog sterker vertellen. Ook jij kunt een superheld zijn. Want iedereen heeft het in zich. Er is geen lycrapak of strakke panty voor nodig. Mag wel, hoeft niet. Wat wel nodig is, is de gedrevenheid om zomaar iets aardigs of zinnigs voor een ander te willen doen. Je wordt er niet wereldwijd beroemd door, maar je krijgt er wel een hele hoop voldoening, gezelligheid en plezier voor terug! En een heldenstatus bij ons, en belangrijker, bij degenen voor wie je je inzet.



*“Voor een held als jij
is er altijd wel iets te doen”*



Hard nodig

Want je bent heel hard nodig. Je bent onmisbaar. Onmisbaar voor mensen zich in een kwetsbare positie bevinden en even wat hulp of ondersteuning nodig hebben. Omdat ze ouder worden of een beperking of aandoening hebben. Of omdat ze moeilijk contact maken met anderen. Of omdat de wereld voor hen zo snel gaat dat het niet altijd meer bij te benen is.

Je bent ook onmisbaar voor organisaties. Daar worden helden als jij vrijwilliger genoemd. Je inzet is daar hard nodig. We hebben je inzet hard nodig bij een aantal praktische zaken. Of om mee te helpen evenementen te organiseren of te bemensen. Of klussen te doen die anders blijven liggen maar waar cliënten veel plezier aan beleven. Duidelijke zaak dus: vrijwilligers, zoals superhelden ook wel eens genoemd worden, zijn heel hard nodig. Simpelweg onmisbaar.



Zo veel te doen

Er zijn veel verschillende manieren waarop je als vrijwilliger actief kunt zijn. Binnen de zorgorganisatie, in de woning van cliënten, bij dagbesteding, vrijetijdsbesteding of als bezoeker-vriend. Maar ook als extra paar handen bij opbouw van evenementen, als chauffeur of begeleider bij cursussen voor cliënten zoals de kookclub. Praktische hulp en begeleiding te bieden aan jonge alleenstaande moeders, of mensen helpen met hun administratie of correspondentie met officiële instanties. Of door vaardigheden en ervaring over te brengen door voor te doen in onze leer-/werkbedrijven. Er is van alles te doen. Hieronder staan voorbeelden, maar er is altijd wel wat nieuws. Kijk daarom ook op onze site vrijwilligersnh.nl voor de laatste vrijwilligersprojecten en -vacatures!



Gerlof, bezoekvriend

Wanneer ik op mijn vaste bezoekdag kom, zit Peter al klaar. Koek en koffie op tafel en hijzelf vol verhalen die hij met mij wil delen. We doen heel eenvoudige dingen: eindje rijden, wat wandelen, wat kletsen. Maar die zijn zo belangrijk voor Peter! Simpelweg het feit dat ik speciaal voor hem kom. Die trots, daar word ik soms wel verlegen van. Het is niet zo bijzonder wat ik doe, maar voor hem wel. En daarmee voor mij ook.

Bezoekvriend

Mensen met een beperking hebben natuurlijk familie en verwanten. Maar vriendschappen sluiten en contacten leggen met anderen buiten die kring vinden velen moeilijk. Daarom helpen wij een handje. Bezoekvrienden zijn er helemaal voor één cliënt. Er wordt samen gefietst, gewandeld of een andere hobby uitgeoefend. Soms komen cliënten ook bij de bezoekvriend thuis of wordt er zelfs gelogeerd. Maar daar gaat het niet in de eerste plaats om. Belangrijk voor de cliënt is dat er iemand is met wie hij een persoonlijke band heeft, die hij op eigen kracht heeft doen ontstaan.



Begeleider bij Vrijtijdsbesteding

VrijtijdsbestedingNH organiseert diverse activiteiten en evenementen. Er zijn allerlei dingen te doen: sporten, wandelen, koken, muziek en dans, beautysalon, noem maar op. Je kunt cliënten begeleiden op een vast tijdstip bij clubavonden of het sporten, maar ook in de organisatie en opbouw zelf. Geef maar aan wat het beste bij je past.

Stef, **gamevrijwilliger**

Ik ben op LeekerweideGroep begonnen om mijn vrijwilligerspunten voor mijn studie te behalen. Maar het was zo gezellig, dat ik ben blijven hangen. Ik kon het bijzonder goed vinden met Lars, we zijn allebei gek van gamen en toevallig ook nog hetzelfde spel. Nu kom ik iedere week langs om samen met hem een uurtje te spelen. Hartstikke gezellig. Ik heb hem onlangs ook geïntroduceerd in mijn vriendenkring. Het was voor iedereen een leuke kennismaking en voor sommige vrienden ook een eyeopener. Deze zomer gaat Lars ook mee naar een muziekfestival. De wereld wordt voor iedereen wat groter door onze vriendschap!





Ondersteuner in de woning of bij dagbesteding

In de woning ondersteun je de medewerker en de cliënten in wat er op dat moment gedaan moet worden. Een activiteit of meehelpen bij een uitstapje. Je bent de hoognodige extra hulp om een en ander soepel te laten verlopen.

Bij de dagbesteding werk je een vast dagdeel per week samen met de activiteitenbegeleider en de cliënten. Het varieert van het maken van producten zoals kaarsen of appeltaart tot het maken van een wandeling en persoonlijke aandacht of de verzorging van dieren op de boerderij.

“Bij de dagbesteding help je een vast dagdeel per week”



Ondersteuner bij vervoer en huis- en tuinzaken

Wil je op een andere manier je inzetten voor onze cliënten? We hebben mensen nodig die bijvoorbeeld willen chauffeurs. Want niet iedere cliënt kan spontaan op bezoek bij familie of vrienden. Of zelfstandig naar een club of vereniging buitenshuis. Sommige cliënten wonen zelfstandig maar hebben wel wat hulp nodig bij klussen als tuinonderhoud, hulp op de boerderij, kleine reparaties of andere voorkomende karweitjes. Mensen met gouden handjes, maar vooral een gouden hart zijn dan ook erg welkom.

Kees, manusje van alles

Ik sport met de jongens en de meiden en dat is puur plezier. Maar ook voor het opknappen van de moestuin bij de boerderij of het bestraten van de weggetjes daar naar toe mogen ze me bellen. Of voor het chauffeurs naar de toneelclub of muziekavond. Heel leuk om te blijven kijken. Het is altijd een feestje. Cliënten geven zich helemaal over aan het moment. Dat is prachtig om te zien en mee te maken.





Moeder en kind

Jonge moeders met een kind kunnen vaak wat extra hulp gebruiken naast de begeleiding die zij krijgen. Iemand die met raad en daad terzijde staat hoe om te gaan met deze nieuwe levensfase en de verantwoordelijkheden die daar bij horen. Iemand om op terug te kunnen vallen en zorgen of twijfels mee te kunnen delen.

Christa, moeder en kindvrijwilliger

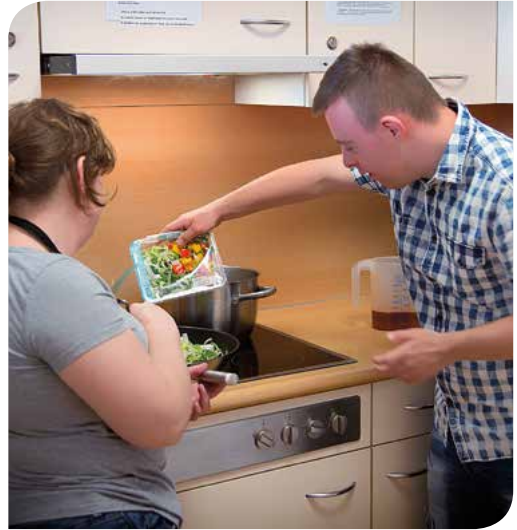
Als oma ligt het al weer een tijd achter me dat ik moeder werd. Maar ik kan me nog goed herinneren wat een verandering het was en hoezeer ik aan dit nieuwe leven moest wennen. Ik was heel blij dat ik voor raad en daad kon terugvallen op de steun van mijn moeder, zus en sommige vriendinnen.

Ik hoop net zo een steun te kunnen zijn voor deze jonge vrouwen die onder moeilijker omstandigheden de zorg hebben voor hun kind en hun leven weer op de rit moeten krijgen.



Werkervaring en ambacht

Op verschillende plaatsen worden mensen via een leer-/werktraject naar een nieuwe perspectief op werk of scholing begeleid. Naast de professionele begeleiding van medewerkers leren deelnemers heel veel van het samen opwerken met vrijwilligers. Tijdens het samenwerken dragen die hun levenservaring en hun ambachtskennis aan hen over. Er zijn projecten met groenwerk, werken met dieren en kinderboerderij en ambachtskennis zoals hout- en metaalbewerking en werken in de horeca.



Kookvrijwilligers

Niet iedereen is een chefkok. Dat hoeft ook niet. Maar koken moet je leren, net als gezond eten en goed voor jezelf zorgen. Kookvrijwilligers leren cliënten verstandig boodschappen doen, met een budget om te gaan en gezonde gerechten klaar te maken. Die natuurlijk ook nog eens lekker zijn. En wat is dan gezelliger dan deze ook samen op te eten. Zo draag je bij aan de zelfstandigheid van mensen en je hebt een heerlijke tijd samen.



**Jean,
formulierenbrigade**

Aan mijn tafel krijg ik de meest uiteenlopende vragen. Maar het probleem ligt elders: Het is toch eigenlijk te gek dat instanties nog steeds niet op een normale en voor iedereen begrijpelijke manier kunnen communiceren met hun publiek. En buiten dat: bijna alles gaat voortaan digitaal. Je moet maar mee kunnen gaan met de tijd en de eisen die daarbij horen. Ik ben blij dat ik vanuit mijn werk-ervaring anderen tot hulp kan zijn. We werken altijd in duo's en hebben regelmatig overleg met de hele groep, dat is erg gezellig.

FormulierenBrigade

Formulieren invullen, aanvragen doen voor toeslagen, wegwijs raken op het internet of officiële brieven doorgronden, dat is voor niemand makkelijk. Maar voor sommige mensen ondoenlijk. De FormulierenBrigade helpt mensen daar bij.

“Ik ben blij dat ik vanuit mijn werk-ervaring anderen tot hulp kan zijn”

Vrijwilligerswerk voor scholieren en studenten

Veel mbo- en hbo- opleidingen vragen hun studenten een aantal uren vrijwilligerswerk te verrichten. Dat is goed voor hun aankomende ervaringen in het werk dat zij gaan doen. Bovendien is het gezonde levenservaring opdoen, dit kennismaken met vaak nog onbekende groepen en maatschappelijke kwesties. VrijwilligersNH biedt studenten graag de mogelijkheid hiertoe. Er zijn speciale programma's voor studenten bij allerlei onderdelen van de organisatie. Scholieren kunnen bijvoorbeeld ondersteuning bieden bij de begeleiding van jonge kinderen bij opvang en logeren, ondersteuning bieden bij opbouw en uitvoering van evenementen bij vrijetijdsbesteding, meehelpen in de woningen of bij dagbesteding of zelf met een idee komen. Vooral onze jonge cliënten vinden het ontzettend leuk met leeftijdgenoten contact te maken en om te gaan.

Madelief, 1e jaars student HBO

Voor mijn studie Social Work moet ik het 1e jaar 4 uur per week vrijwilligerswerk doen voor praktijkervaring. Mijn vriendin vertelde heel enthousiast over de mogelijkheden van VrijwilligersNH, maar vooral dat ze veel geleerd had en heel goede begeleiding kreeg. Na de kennismakingsgesprekken werd ik geplaatst op school voor speciaal onderwijs. De kinderen mocht ik begeleiden in de speciale BSO ruimte. Een heel interessante vrijwilligersstage en ook nog vlakbij mijn woonplaats.





Peter, horecaman

Mijn weekend bestaat uit 3 dagen. Op zaterdagmiddag ga ik vaak een kopje koffie drinken in het leescafé van bibliotheek Hoorn. De sfeer is erg gemoedelijk, de verse bonenkoffie erg lekker en het ruikt vaak naar gebakken taart. Ik lees daar verschillende dagbladen en spreek de inmiddels vaste gasten. Vorig jaar dacht ik, ik vind het eigenlijk wel leuk om aan de andere kant te staan en mijn steentje bij te dragen. Dat doe ik nu al weer 6 maanden. Ik begeleid kwetsbare mensen en samen zorgen we goed voor de gasten. Het geeft mij een enorm voldaan gevoel als ik zaterdagmiddag om 17.00 uur naar huis fiets en ik verder ga genieten van de rest van mijn weekend.

Waar kun je actief zijn?

VrijwilligersNH matcht vrijwilligers door geheel Noordelijk Noord-Holland. Je kunt dus door heel de regio aan de slag. Dat kan op locaties van LeekerweideGroep of Wilgaerden zijn, maar we werken ook samen met andere organisaties zoals bibliotheek, horeca en welzijnsorganisaties. Je kunt verbonden zijn aan mensen met een beperking, maar misschien vind je het leuker om met kwetsbare jongeren te werken. Of ouderen of mensen met een kleine sociale kring die graag hun wereld wat groter willen maken. Dat kunnen ouderen zijn, mensen met een niet-Nederlandse achtergrond, of mensen die een moeilijke tijd hebben doorgemaakt. Geef maar aan waar je interesse naar uitgaat en wat bij je past. Of kijk op de **vacaturebank** van VrijwilligersNH.

Veiligheid en begeleiding

VOG

Een Verklaring Omtrent Gedrag is altijd nodig. Goed voor jou en veilig voor de mensen bij wie je aan het werk gaat. De kosten hiervoor worden als je vrijwilliger bij ons wordt, vergoed.

Begeleiding

Wanneer je vrijwilliger wordt, word je goed ingewerkt. In overleg met de begeleiders pak je de activiteiten zelfstandig of samen met anderen op. Jij als vrijwilliger hebt nooit de eindverantwoordelijkheid. Het is altijd duidelijk bij wie jij terecht kunt met vragen of hulp. Jij moet helemaal vrij zijn om jouw ondersteuning met plezier en zonder zorgen te kunnen doen.

Verzekerd

Vrijwilliger zijn is actief zijn. Er kan altijd wat gebeuren. Tijdens het vrijwilligerswerk zorgt VrijwilligersNH ervoor dat je verzekerd bent.

Wij blij met jou, jij blij met ons

Vrijwilligers die zich aansluiten bij ons mogen ook wat van ons verwachten. VrijwilligersNH biedt natuurlijk goede persoonlijke begeleiding, maar ook scholing, reiskostenvergoeding, verzekering, een vrijwilligersovereenkomst en cursusmogelijkheden waar je wat van opsteekt.

Daarnaast organiseren we leuke activiteiten. Zoals lunches, rondleidingen, stadswandelingen, fietstochten, creatieve workshops en een groot jaarlijks vrijwilligersfeest. Door de samenwerking met verschillende partners in de regio kunnen we je kortingen aanbieden op verschillende evenementen.

Superheld worden?

Ben je klaar om anonieme maar zeer gewaardeerde heldendaden te gaan verrichten? Meld je dan aan bij (of vlieg naar – net wat het beste bij je past) **VrijwilligersNH!**

Neem contact op met
Norma Stapel of Karen de Vries.
Tel: 0229 - 57 64 16 of 06 - 576 227 44.
Via email: info@vrijwilligersnh.nl
of website www.vrijwilligersnh.nl

Volg ons ook via social media





Postbus 1, 1687 ZG Wognum
Verlengde Kerkweg 1, 1687 CC Wognum

T: 0229 - 57 64 16
info@vrijwilligersnh.nl
www.vrijwilligersnh.nl