

Vacatures

Evenementenhulpverlener

Meld jij je aan als evenementenhulpverlener bij het Rode Kruis? Onze vrijwilligers zetten zich elke week in om hulp te verlenen bij verschillende evenementen. Ook als je nog geen EHBO-diploma hebt, maar deze wel wilt halen, kun je je aanmelden.

Vrijwilliger Terminale zorg thuis

Stichting Hospice Zoetermeer zoekt vrijwilligers ter ondersteuning van mantelzorgers. De stichting beheert een Bijna Thuis Huis, dat een huiselijke omgeving biedt aan maximaal drie terminaal zieke mensen, om er in alle rust en met waardigheid te sterven.

VoorleesExpress Zoetermeer zoekt voorlezers

VoorleesExpress Zoetermeer is op zoek naar vrijwilligers die het leuk vinden - om gedurende 20 weken één uur per week - voor te lezen bij gezinnen thuis. Half februari t/m eind juni start er weer een nieuw voorleesseizoen. Inclusief training door Bibliotheek Zoetermeer.

Onze redactie zoekt versterking!

Kun jij interviewen, heb je een vlotte pen en ben je genegen 4 a 6 uur per maand in te zetten voor de totstandkoming van dit vrijwilligersjournaal? Meld je aan! Stuur een email naar vrijwilligersjournaal@zosamen.nl Affiniteit met fotografie is een pré.

SNCV Paloeloe zoekt bestuursleden

Kom jij het bestuur versterken en leuke activiteiten coördineren? Ons doel is de sociaal culturele belangen van onze leden en de buurtbewoners behartigen en maatschappelijke samenwerking bevorderen.

Vrijwilligersacademie

21 februari 2019:

Levensboeken schrijven

21 februari 2019:

Introductiebijeenkomst Vrijwilliger Thuis

6 maart 2019:

Workshop Media en communicatie in de praktijk

7 maart 2019:

Informatiebijeenkomst over Dementie en de unieke werkwijze van Tuingezel

14 maart 2019:

Workshop Het nieuwe solliciteren

Workshops en informatiebijeenkomsten voor Zoetermeerse vrijwilligers

Doe je vrijwilligerswerk of wil je als vrijwilliger aan de slag? De Vrijwilligersacademie organiseert workshops en informatiebijeenkomsten voor vrijwilligers die werkzaam zijn in Zoetermeer. Zie een greep uit het aanbod in de agenda hierboven. Inschrijven voor deelname kan via www.zosamen.nl/vrijwilligers/vrijwilligersacademie/

.....
Het ZoSamen Vrijwilligersjournaal verschijnt elke eerste donderdag van de maand en is een uitgave van ZoSamen en Mooi welzijn Zoetermeer.

Redactie: Edward Bos, Claudia Oosterman.
Eindredactie: Rob Verbunt. Redactieadres: ZoSamen, Forum Zoetermeer, Frankrijklaan 6, 2711 CX Zoetermeer.

Bijdragen kunt u voor de 20e van elke maand, sturen naar: vrijwilligersjournaal@zosamen.nl.

ZoSamen Vrijwilligersacademie

Leerzame training op stadsboerderij

Vrijwilliger of Mantelzorger?

Leer tijdens deze bijeenkomst meer over dementie.

Een vrolijke en leerzame avond in samenwerking met Tuingezel & Vrijwilligersondersteuning ZoSamen.

Tuingezel dagbesteding en ZoSamen Vrijwilligersacademie bieden geïnteresseerden op donderdag 7 maart een bijzondere trainingsavond aan. De training laat kennismaken met de aanpak en werkwijze van de dagbesteding. Ook is Tuingezel op zoek naar vrijwilligers.

Met behulp van een ruimte bij stadsboerderij Het Buitenbeest biedt Tuingezel een vorm van dagbesteding die er op is gericht om kwetsbare mensen zo volwaardig mogelijk te laten deelnemen aan de samenleving, hoofdzakelijk in een groene omgeving op de stadsboerderij Het Buitenbeest

De activiteiten vinden zoveel mogelijk buiten plaats waarbij de deelnemers passend gebruik maken van alle mogelijkheden die Het Buitenbeest te

bieden heeft. Zoals het verzorgen van dieren en van planten en het genieten van 'het buitenzijn'. Tuingezel zet in op de talenten en mogelijkheden die de deelnemers (nog) hebben.

Trainingsavond

De training laat de deelnemers kennismaken met Tuingezel en de inclusieve dagbesteding die zij bieden aan mensen met dementie. Het programma biedt eerst informatie over verschillende vormen van dementie, waarna de deelnemers actief aan de slag gaan met als uit-

gangspunt samen 100% zijn'. Met een creatief en vrolijk programma en onder meer rollenspel laten trainers en kunstenaars de deelnemers kennismaken met Tuingezels werkwijze. Het belooft een vrolijke en leerzame avond te worden.

Vrijwilligers gevraagd

Tuingezel heeft vacatures voor actieve vrijwilligers ter ondersteuning van de begeleiders en voor vrijwilligers die de lunch willen verzorgen, voor een kleine groep deelnemers.

De eenmalige trainingsavond vindt plaats bij Tuingezel, Voorweg 93 (Het Buitenbeest) op 7 maart 2019 van 19.00 - 21.30 uur. Aan de training zijn geen kosten verbonden. Aanmelden kan via de website <https://www.vipvoorvrijwilligers.nl/vrijwilligersacademie/>

Voor aanmelding of meer informatie, bel 079 - 346 61 11. Mailen kan ook: vrijwilligersondersteuning@zosamen.nl.



Cursusaanbod Vrijwilligersacademie:

Schrijf jij een Levensboek?

Unie van Vrijwilligers (UVV)

Zoetermeer ondersteunt kwetsbare ouderen met speciaal op hen gerichte projecten. Zo draagt en begeleidt de Unie het project 'Levensboeken' waarbij een oudere (verteller) zijn of haar levensverhaal laat optekenen door een vrijwilliger (schrijver). Vrijwilligers kunnen op donderdag 21 en 28 februari kosteloos deelnemen aan een tweedaagse cursus voor het schrijven van levensboeken via de ZoSamen vrijwilligersacademie.

De cursus wordt gegeven door Erica Hillebrink: 'Ik doe zelf vrijwilligerswerk zolang ik me kan herinneren. Bij de scouting, in het onderwijs, als zorgvrijwilliger, zwemdocent, als consulent bij ZoSamen. Alles naast mijn parttime baan en gezin. Nu mag ik mensen leren hoe zij hun schrijftalent inzetten voor anderen en

hoe ze een verteller kunnen helpen met het op papier zetten van zijn of haar levensverhaal. Vooraf is het natuurlijk belangrijk dat de schrijver, belangstelling heeft voor de verteller. Er komt een schat aan informatie boven, heel vaak tot verrijking van de schrijver'.

Emoties

'Waar schrijvers op kunnen letten? Als iemand zijn of haar levensverhaal vertelt, spelen er natuurlijk emoties mee. Rond verlies of eenzaamheid. Gebeurtenissen waardoor mensen zijn getekend. Als schrijver moet je je daar bewust van zijn, er ruimte aan kunnen geven maar heel belangrijk: de schrijver moet geen hulpverlener zijn. Het komt voor dat er verhalen boven komen die zelfs nog niet eerder met de familie waren gedeeld door de verteller'.

Onbekend werkt het beste

'Het werkt het beste als de



verteller en schrijver geen bekenden van elkaar zijn. En belangrijk is dat er een kop en een staart aan het traject zit. Vaak is een tijdsbestek van tweeënhalve tot drie maanden gangbaar. Bij de vertellers zijn best verschillen te bemerken. De een wil het tot in de perfectie beschreven hebben, waar de ander zegt: 'als het maar op papier staat'.

Meld jij je aan?

Als het verhaal eenmaal is geschreven (en wellicht ge-

illustreerd met foto's uit het leven van de verteller) dan begeleidt de vrijwilliger het vormgevings- en drukproces. Op de wens en op kosten van de verteller. Voor advies over het project kan de schrijver altijd terecht bij een begeleider. In dit geval Ankie van der Valk van UVV. Wil jij voor een oudere Zoetermeerder zijn of haar levensverhaal optekenen? Meld je aan voor de cursus via www.zosamen.nl/vrijwilligers/vrijwilligersacademie/ en laat je inspireren.