



Geertje Falke - Stadsmanager Eindhoven Cares

Flexibel vrijwilligen: wanneer het jou uitkomt!

Vaak hoor ik van mensen met overvolle agenda's dat vrijwilligerswerk veel tijd kost, overdag plaatsvindt en dat ze niet weten of ze het wel waar kunnen maken. "Want stel dat ik moet overwerken? Of een weekend weg ga? Dan moet ik de organisatie in de steek laten. Dus dan maar niet..."

Zonde vind ik dat! Er zit zoveel kwaliteit en energie in deze mensen. Ook zij kunnen het verschil maken in het leven van bijvoorbeeld een oudere die maar weinig buiten komt of een migrant die de Nederlandse taal en cultuur wil leren kennen.

Ik ben dan ook trots dat ik voor Eindhoven Cares flexibele vrijwilligersactiviteiten organiseer, die het voor iedereen mogelijk maken om vrijwilligerswerk te doen. En als dat dan lukt, en zowel de vrijwilliger als degene die hij of zij geholpen heeft een waardevolle avond hebben gehad, dan geeft dat zo'n kick!

Ook flexibel vrijwilligen? Kijk dan op www.eindhovencares.nl

Om misverstanden te voorkomen: Alleen Eindhovense vrijwilligers kunnen zich aanmelden als Kanjer via www.ijbenteenkanjer.nl

Kanjers Online!

Meld jezelf of een vrijwilliger uit jouw omgeving aan via www.ijbenteenkanjer.nl en profiteer van alles wat Kanjers te bieden heeft. Volg ook de social media, via Facebook en Twitter van Vrijwilligerspunt.

"Jij bent een Kanjer!"

Banenladder juni 2014

1. Vrijwilliger t.b.v. Amerikaanse automeeting (V3029)
2. Vrijwilliger t.b.v. evenement Muziek op de Dommel (V2544)
3. Penningmeester kindervakantieweek De Splinter (V3145)

Kijk voor meer vacatures op www.vrijwilligerspunteindhoven.nl



René van Vught is een zilveren kracht

"Zilveren Kracht is een enorme stimulans voor vitaal ouder worden, dat geeft me veel energie."

Foto: Saskia Holtjer

Veel 55-plussers bezitten de mooie combinatie van tijd, talent en toewijding. Rond deze leeftijd treden er vaak grote veranderingen op, waardoor mensen zich andere doelen moeten gaan stellen. Zilveren Kracht in Tongelre ondersteunt hierbij. Via OVO (Overlegorgaan voor Ouderen in Eindhoven) is René van Vught de gangmaker.

René: "Als part-time adviseur stimuleer ik bedrijven om processen te verbeteren door het benutten van de eigen kracht van mensen. Het vrijwilligerswerk dat ik daarnaast doe gaat om precies hetzelfde: hoe

"Kom over de brug! Zet je in voor jezelf en de wijk!"

kun je mensen stimuleren om vanuit hun eigen behoefte en talenten hun wijk te verbeteren? Om vitaal ouder te worden is het belangrijk te bewegen, gezond te eten en betrokken te zijn bij de directe omgeving door bijvoorbeeld vrijwilligerswerk te doen in en voor de wijk. Op de 1e koffiemeting die we organiseerden kwamen 130 mensen af, geweldig!

Op het lijf geschreven

Een zeer gedreven projectteam van zo'n 10 mensen organiseren activiteiten en voeren deze uit. Ze nemen het initiatief helemaal zelf, voor zichzelf en voor elkaar. Zo organiseren we koffiemeetings met informatiemarkten, waar bijvoorbeeld de plaatselijke sportschool diverse mogelijkheden uitzet. Ook organiseren we de workshop 'herkennen van verborgen talenten'. We begeleiden nu 3 personen die door de workshop een

nieuwe baan zoeken in een andere richting en iemand die voor zichzelf gaat beginnen. Geweldig toch? De rol die ik bij Zilveren Kracht heb, is me op het lijf geschreven. Ik leer enorm veel, wat ik weer gebruik in mijn eigen werk. Het vrijwilligerswerk heeft enorm effect op me. Ik benut mijn talenten en vind het fantastisch wat je samen allemaal teweeg kan brengen, daar geniet ik van!" Wil je weten wat er in jouw wijk gebeurt? Mail info@ovoeindhoven.nl o.v.v. Zilveren Kracht of bel OVO: 040-2573832. Voor info over Tongelre en Gestel zie: www.ovoeindhoven.nl/zilverenkracht

Als je je zorgen maakt...

Als vrijwilliger ontmoet je vaak veel mensen. Soms kan het zijn dat je iemand ontmoet waarvan je vermoedt dat die in een vervelende situatie zit, zoals bijvoorbeeld huiselijk geweld of mishandeling. Wat kunt je dan doen?

- Mogelijk kun je je zorg delen met de persoon in kwestie.
- Deel je zorg met de contactpersoon binnen jouw organisatie en bespreek wat je samen kunt doen.
- Is er een protocol of een meldcode in je organisatie? Volg die dan.

Is er in je organisatie niets geregeld? Je kunt ook zelf actie ondernemen. Als vrijwilliger ben je waarschijnlijk geen professionele hulpverlener, dat is jouw rol ook niet. Je kunt wel de professionele hulp opzoeken. Stel je vragen of vertel gewoon jouw verhaal bij het Steunpunt Huiselijk Geweld. Als je belt, krijg je een maatschappelijk werker aan de lijn, die aandachtig naar jouw verhaal luistert. Samen kun je afspreken wat er moet gebeuren. Als je wilt, kun je anoniem blijven. Bel het Steunpunt Huiselijk Geweld: 0900 1 262626 (5c/pm).

Tip: kijk ook eens op www.vooreenveiligthuis.nl

Online bijleren aan de Vrijwilligersacademie

De Vrijwilligersacademie biedt deskundigheidsbevordering voor alle vrijwilligers in Eindhoven door o.a. workshops en

bijeenkomsten. Ook kan men online een uitgebreid aanbod van E-learningmodules volgen zoals: Presenteren, Omdenken, Gesprekstechniek, Starten met Twitter, Mindmappen en Talent ontwikkelen. Op je eigen tempo en helemaal kosteloos!

Het aanbod wordt regelmatig aangevuld met interessante nieuwe cursussen, die goed aansluiten bij de werkpraktijk. Word ook Kanjer, vergroot je kennis en ontwikkel je! Bovendien kun je een digitaal portfolio (online CV) aanleggen, waarop de gevolgde E-learningmodules automatisch worden bijgeschreven. Allemaal middelen die je helpen zoveel mogelijk uit je vrijwilligerswerk te halen en die je helpen in je professionele carrière!

Zie www.ijbenteenkanjer.nl

Vrijwilligersacademie juni

In de volgende workshops is nog plaats:

- 16 juni Kasbeheer en -controle
- 23 juni Penningmeester
- 2 juli Vrijwilligerswerk past bij mij

Online cursussen Vrijwilligers in Eindhoven kunnen ook e-learningmodules volgen via www.ijbenteenkanjer.nl

Nieuws & tips

Nieuwtjes en tips zijn altijd welkom via redactie@vrijwilligerspunteindhoven.nl
Meer info: www.vrijwilligerspunteindhoven.nl
Vrijwilligerspunt: Hoogstraat 1, 5611 JP Eindhoven, tel. 2193399

Kanjerclub

De Kanjerclub bestaat uit maatschappelijk betrokken ondernemers die het erkennen en waarderen van vrijwilligerswerk een warm hart toedragen. Lid worden? Bel Diana van den Eijnden van Vrijwilligerspunt via 040-2193399.



DIGITALE PORTRETFOTO GRATIS! (TER WAARDE VAN €10,95)

Voor aangemelde Eindhovense vrijwilligers (Kanjers) en mantelzorgers

GRATIS PORTRAIT: IDEEAAL VOOR GEBRUIK OP FACEBOOK EN LINKEDIN!!

En voor €5,- extra krijg je een set officiële pasfoto's. Je bent van harte welkom bij City Foto!

Actievoorwaarden: Bij inlevering van deze bon (1 bon p.p.) & op vertoon van je mantelzorg- of vrijwilligerspas. Niet geldig in combinatie met andere acties. Actie loopt t/m juli 2014.



www.cityfoto.nl Stratumsewijk 3, 5611 NA Eindhoven tel. 040-2121202