



## What matters to You wat vrijwilligers zeggen...

“een vrijwilliger is geen politiemann die zegt wat de bewoner moet doen”

“ik probeer in te spelen op het moment; afhankelijk van de stemming en de wensen van de bewoner”

“niet strijden, iemand nemen zoals hij/zij is”

“er zijn ondanks alles, is belangrijk” – “blijven waar anderen weglopen”

“bezorgdheid: wat doe ik best, wat is goed voor de bewoner?”

“blij zijn met kleine dingen: herkend worden, een glimlach, een plagerij, iets ‘mogen’ doen voor iemand”

“ik ben echt van deze mensen gaan houden”

“ik ben ongerust als ik een beetje druk zet, maar merk achteraf ook de plezierbeleving bij de bewoner”

“je moet mee-evolueren met de bewoner, maar dit vraagt veel creativiteit”

“handelen zoals je het zelf zou willen”

“ik moet mij soms opladen om te komen, maar heb er telkens weer deugd van”

“ik laat een bezoek niet onbepert lang duren, zo kan ik het zelf ook lang volhouden”

“ik ga niet naar de verpleegkundige na mijn bezoekje omdat ik niet wil dat de bewoner het gevoel heeft dat ik over hem/haar spreek, als dat nodig is, vraagt het discretie”

*Mensen van goede wil  
kennen de kwetsbaarheid  
van onderweg zijn.  
Zij zijn behoedzaam  
in hun spreken  
maar sprokkelen  
het dagelijks geloof  
dat goedheid meer kan  
dan geweld.  
Zij geven hoop  
zonder het zelf te weten.  
Hun eenvoud is de aarde  
waarin vrede wordt gezaaid.*

*Kris Gelaude*

## Deze keer:

What matters to you	1
#dromenvangers in Wiric en Warmste Week	2
Simpelweg buitengewoon	2
#Sint-trudoziekenhuis #vrijwilligers in de kijker#cliniclown	3
Buddy-werking binnen Wiric	3
De appel valt niet ver van de droom...	3
Dagtrip Present-vrijwilligers	4
Luisteren? Praten? Present! Vormingsmiddag	5
#speeddate	6

## INTERNATIONALE DAG VAN HET VRIJWILLIGERSWERK

VRIJWILLIGERSWERK. ALTIJD DICHTBIJ

5 DECEMBER  
#IVD2018

WWW.INTERNATIONALEDAGVRIJWILLIGERSWERK.BE





## #dromenvangers in Wiric en Warmste Week

De meeste dromen zijn bedrog, zingt Marco Borsato. Maar daar zijn de jongeren van Joka het niet mee eens! Iedereen heeft een droom. Ook mensen met een beperking hebben recht om hun dromen na te jagen! Maar ze kunnen wel een duwtje in de rug gebruiken... Misschien wel door jou?

## Simpelweg buitengewoon

Wat als we nu eens simpelweg geloven in mensen. In wat ze kunnen wat ze willen waarvan ze dromen. En vooral ook geloven in jezelf in je eigen mogelijkheden. Wat kan ik doen? Wat wil ik doen? om de dromen van anderen waar te maken. Simpelweg geloven... dat gewone mensen hand in hand schouder aan schouder buitengewone dingen doen.

*Naar Barack Obama*

MAAK JIJ GUY ZIJN DROOM WAAR?

DE AFTRAP GEVEN BIJ STVV

VRIJWILLIGER GEZOCHT

INTERESSE?  
MAIL NAAR SILKE.BOGAERTS@JOKA.WEB.BE

EEN DROOM VAN EEN PROJECT VAN Joka

Een droom van een project van Joka

VRIJWILLIGER GEZOCHT

Maak jij Koen zijn droom waar?

PAARDEN VERZORGEN & PAARDRIJDEN

INTERESSE?  
MAIL NAAR ILSE.P97@HOTMAIL.COM

Regio: Sint-Truiden

MAAK JIJ IEMANDS DROOM WAAR?

MAIL NAAR ISABELLE.PIA@HOTMAIL.COM

VRIJWILLIGER GEZOCHT

OM MET STEFANO ZIJN OUDE WERKPLAATS TE BEZOEKEN

REGIO: SINT-TRUIDEN

EEN DROOM VAN EEN PROJECT VAN Joka



Wij hebben 3 dromen van onze cliënten.. die worden waargemaakt in 2019! De andere dromen willen we met gans de ploeg vrijwilligers van Present realiseren. We zijn blij met Silke, Ilse en Isabelle, jongeren die hun krachten gebundeld hebben voor #dromenvangers. Via de Warmste Week van Studio Brussel in december kun je dit project een warm hart toedragen.



## #Sint-trudoziekenhuis#vrijwilligers in de kijker#cliniclown



Vrijwilligers van het ziekenhuis hielpen mee aan een mooie middag met Vlaamse kermis voor de patiënten.



### Buddy-werking binnen Wiric

Buddy-werking binnen Wiric, wat is dat en waar willen we in de toekomst naar toe ?

Om deze vragen te beantwoorden en een visie uit te schrijven hieromtrent, hebben enkele enthousiaste buddies (Fernand, Lieve, Roland en Danny) onder leiding van team-coach Christeline, in verschillende sessies, de hoofden bij elkaar gestoken. Deze sessies vonden plaats in het hoofdgebouw en in het Gildehuis.

Bij een stevig tasje koffie en een lekker stukje zelfgebakken cake (bedankt Lieve!) werd er gewerkt aan een betere omkadering van het begrip 'Buddy binnen Wiric'. De Buddy-werking staat momenteel nog in de kinderschoenen en is nog niet zo bekend, zelfs niet binnen Wiric.

Dit hopen we in de toekomst te veranderen, zodat er voor iedere bewoner die dat wil, een mogelijkheid is om met een vast maatje een leuke vriendschap uit te bouwen.

Danny Steutelings

### De appel valt niet ver van de droom... welke droom heb jij als vrijwilliger?

Jeannine: Dat ik het nog lang mag blijven doen ...en dat Wiric op de Diestersteenweg met de bewoners blijft, want in Velm geraak ik niet. Het oude klooster in Velm wordt heel mooi. Mijn wens is om te blijven wandelen in Sint-Truiden. Ik ben een beetje buddy van Stefano in 't Gilde, maar ik heb niet zoveel tijd. Samen een ijsje eten. Stefano is zo lief. De bewoners zijn goedgezind.

Justine: Dat we dat nog lang mogen blijven doen samen met anderen en ons goed blijven voelen. Je krijgt waardering en vriendschap. De cliënten zijn gelukkig en we zien hoe mensen met elkaar gelukkig zijn en hoe ze afhankelijk zijn en ze knuffelen elkaar. Vooral Els in Wonewei. Ze worden heel goed verzorgd.

Marc: Zolang mogelijk doen wat ik doe. Als ik op pensioen ben, wil ik meer naar Wiric komen. Ik droom om eens te mogen zingen in Wiric vzw.

Lieve: Dat wat ik nu kan en doe zonder pijn dat dat blijft. Mijn ziekte liet dat vroeger niet toe. Ik kan voor het gezin, mijn man, kleinkind en het vrijwilligerswerk zoveel doen en betekenen. Ik wil tijd doorbrengen met die zaken en gelukkig zijn en wat komt ook zien als positief.



## Dagtrip Present-vrijwilligers

Naar jaarlijkse gewoonte werd er voor de Sint-Truidense vrijwilligers van Present een dagtrip georganiseerd en de keuze viel deze keer op een bezoek aan onze hoofdstad Brussel met de medewerking van het Brussels Ouderen Platform (BoP); met 46 deelnemers stapten wij om 8u in de autocar op zaterdagmorgen 22.09.18 geladen met een picnick en met een grote dosis nieuwsgierigheid. In Brussel aangekomen startten wij, na een koffie met croissant, aan een geleid bezoek aan de Basiliek van Koekelberg : imposant wat grootte en stijl betref en zeker een kerkgebouw (een art deco monument) met heel wat schatten om te ontdekken ! Zowel aan de binnenkant als de buitenzijde is en blijft de constructie (de vijfde grootste kerk ter wereld) toch overweldigend en dus de moeite om gezien te hebben!

Met een rondrit door het centrum en de directe omgeving van de stad hebben wij kennis kunnen maken met heel wat bezienswaardigheden, te veel om op te noemen, die ons al of niet bekend waren, maar toch interessant genoeg om terug te bekijken; aan de hand van de deskundige uitleg van onze gids leerden wij Brussel dan ook op een heel andere manier zien en stelden wij vast dat onze hoofdstad heel wat rijkdom te bieden heeft. 's Middags werd ons de mogelijkheid aangeboden om in het gebouw van het BoP van de meegebrachte broodjes te smullen en dat smaakte natuurlijk heerlijk. De namiddagwandeling werd dan in wat druilige regen aangevat in twee afzonderlijke groepen om in alle drukte toch onze weg te vinden. Iedereen was verrast door de mooie plekjes en curiosa die er in de binnenstad te zien zijn, waarbij de gevatte en soms humoristische uitleg van de gids onze aandacht nog meer verscherpte en nieuwsgierig maakte! In elk geval was het een boeiende en nieuwe kijk op onze hoofdstad Brussel: alleszins de moeite en een interessante ervaring rijker!



*Tony Vranken, vrijwilliger van Present in Asster te Sint-Truiden*





## Luisteren? Praten?

### Present! Vormingsmiddag - 20 november 2018

Wat is Present zijn? "Er gewoon zijn."  
Hoe luisteren wij?  
Stilte in het gesprek.

**Doel** van deze les was zeker om stil te staan bij:  
hoe Presentie tot uiting komt in het vrijwilligerswerk  
hoe we moeten omgaan met "Doen" en "Zijn", "Afstand" en "Nabijheid"

*Als je praat, herhaal je wat je al weet.*

*Wanneer je luistert, zou je wel eens wat nieuws kunnen leren.*

*Dalai Lama*

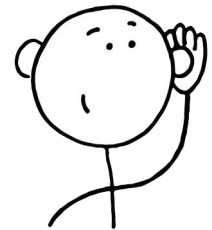
Present Caritas legt er de nadruk op dat het niet de bedoeling is dat de vrijwilliger de zorgtaken van de professional gaat overnemen. Het engagement van de vrijwilliger is altijd ten voordele van de cliënt (= de zorgvrager, in het ziekenhuis de patiënt). Om het persoonlijk contact van de mens die ziek of ouder is, of een beperking heeft, vlotter te laten verlopen krijgen vrijwilligers een aantal kleine taken.

Door er te "zijn", doe je als vrijwilliger eigenlijk al heel veel. De taak moet ook goed kunnen onderbroken worden, zodanig dat het doen (taak) kan stoppen en je nader kan komen tot emotie, inleving, openheid naar de patiënt. Vaak staan professionals op het "doe-been". Zij moeten taken aanvinken en wij vrijwilligers hebben de kans op het "betekenis-been" te staan om zo tot nabijheid te kunnen komen. Nabijheid veronderstelt luisteren.

**Luisteren**, hoe doe je dat?

Door de patiënt steeds centraal te stellen. Laat bijvoorbeeld niet iets van jezelf zien enkel om je eigen verhaal kwijt te kunnen.

Luisteren betekent ook de juiste luisterhouding aannemen, rustig zijn, aandachtig zijn, geïnteresseerd en aanmoedigend. Luisteren betekent ook samenvattend zijn of leren doorvragen met open of gesloten vragen. Vragen naar beleving zijn heel belangrijk. Weten wat doen met stiltes in een gesprek is erg belangrijk. Laat stilte haar werk doen, respecteer ze zoveel mogelijk. Stilte doet iets met de patiënt, maar ook met de vrijwilliger.



Vrijwilligerswerk vraagt soms veel van ons. Het is belangrijk dat we zelf ook op tijd steun zoeken om onze eigen draagkracht te vrijwaren.

*Rita, vrijwilliger pastorale dienst Sint-Trudo Ziekenhuis*



## Beschermd wonen en buddies #speeddate: 14u30-16u00 op vrijdag 28/12/18#Diestersteenweg 59, 3800 Sint-Truiden#feestzaal boven WONEWEI en DEWISSE#save the date

Vzw Wiric beschikt over een afdeling Beschermd Wonen waar 11 cliënten begeleid en ondersteund worden. De woningen zijn verspreid over de stad Sint-Truiden. Beschermd wonen richt zich tot volwassen personen met een licht tot matig verstandelijke beperking. Een bijkomende beperking is mogelijk, maar deze belet hen niet om zelfstandig te wonen. Het zijn mensen die ondersteuning vragen en dit met een vaste regelmaat maar niet dagelijks. Ze kunnen 's nachts alleen blijven. In geval van problemen, kunnen zij telefoneren naar de permanentie.

Voor de Korenbloem zoeken wij buddies om van 16.30 tot 18u op wekelijkse basis o.a. een uitstap te doen, naar de bib te gaan, een wandeling te maken in het park, te zwemmen, een fietstocht te maken of gezellig aan tafel te schuiven voor een babbel met een bewoner. Weekends zijn eveneens mogelijk op ieder tijdstip van de dag voor een engagement van 1,5-3 uur voor een fijne ontmoeting met elkaar.



## Kalender

21/02/2019	filmvoorstelling "Les Intouchables"
24/02/2019	Pannenkoekendag – week van de vrijwilliger
23/04/2019	"Rouw en verlies", vorming Zorg-Saam 14.00-16.00 uur– PCS, Tulpinstraat 75, Hasselt
03/05 – 05/05/2019	Mini-kamp in Wiric: <a href="http://www.jokaweb.be">www.jokaweb.be</a>
05/05/2019	Ontmoetingsnamiddag Present 15.30 -19.00 uur – Gildezaal Kuringen
06/06/2019	Wandeltocht in de namiddag
21/09/2019	Jaarlijkse Uitstap LUXE AUTOCAR



## Contact

Harmieke Rigtering  
coördinatie vrijwilligerswerk

Diestersteenweg 59  
3800 Sint-Truiden

harmieke.rigtering@wiric.be  
www.wiric.be



**WIRIC**  
de appel valt niet ver  
van de droom