

**MIJN
LEVENSMOTTO
IS DAT IK MENSEN
WIL HELPEN**

Wat doen we de komende tijd?

Zodra er weer wat meer mogelijk is nodigen wij jou graag uit voor een gesprekje over jouw inzet bij ons als vrijwilliger. We bespreken bijvoorbeeld hoe we nog meer in kunnen spelen op de behoefte van onze vrijwilligers. Of welke workshops en trainingen voor vrijwilligers interessant kunnen zijn. Maar ook hoe jullie de samenwerking met jullie team ervaren en hoe we dit eventueel kunnen verbeteren. Op de achtergrond zijn we de afgelopen maanden druk bezig geweest om de informatie die we met jullie en met onze omgeving delen te herzien. Je las al dat we onze website hebben aangepast.

Vrijwilligerswerk zichtbaar op onze website

Wij hebben de afgelopen tijd wat aanpassingen op onze website gedaan. Zo kun je vanaf nu alle vacatures voor vrijwilligerswerk zien en vermelden we de workshops die door de Vrijwilligerscentrale Haarlemmermeer worden aangeboden. Binnenkort hopen we dit aan te vullen met meer relevante informatie over vrijwilligerswerk bij Maatvast. Kijk op: <https://www.stichtingmaatvast.nl/vrijwilligers/>



Daarnaast gaan we ook een informatiemap voor nieuwe vrijwilligers maken. We herschrijven ons vrijwilligersbeleid en er komen mooie posters op onze locaties te hangen om bezoekers van onze locaties te interesseren voor vrijwilligerswerk. Via deze nieuwskrant, onze website en jouw locatie stellen wij jou de komende tijd op de hoogte van alle ontwikkelingen. Heb je leuke ideeën of wil je jouw gedachten met ons delen? Geef dit door aan de (assistent) sociaal beheerder of jongerenwerker van jouw locatie of mail met Petra via: vrijwilliger@maatvast.nl



Vrijwillig

Zomaar, voor niets.
Zomaar, zonder reden.
Een schouderklop, een ruggensteun,
een luisterend oor, een helpende hand.
Jij, met je hele ik
zomaar voor een ander.

Zomaar, of toch niet,
maar uit engagement.
Groter dan eindeloos
en zo broodnodig in ons samenzijn.

Daarom verdien jij
1000 keer dank
en ons warm hart.

Niet zomaar, voor niets.
Niet zomaar, zonder reden.
Maar om al jouw keren 'zomaar'.

Katrien Schryvers

Denk jij met ons mee?

Wij hebben ervoor gekozen om deze keer een nieuwskrant voor jullie te maken. Gewoon omdat we dit leuk vinden en we jullie graag over onze plannen willen informeren. Heb je een goed idee over hoe jij geïnformeerd wilt worden of wil je ons hierbij helpen?

Geef dit aan ons door via: vrijwilliger@maatvast.nl



VRIJWILLIGERS KRANT

N° 02
APRIL 2021

EEN KRANT VOOR VRIJWILLIGERS
EN MEDEWERKERS VAN STICHTING MAATVAST

We mogen (nog) niet... en wat duurt het lang!



Na een ongelofelijk jaar vol beperkingen en zelfs een groot deel in lockdown te hebben doorgebracht kunnen we niet wachten onze deuren (met enige beperking) te mogen openen voor onze bezoekers en vrijwilligers. Wat missen we jullie! Ondanks de vele acties die we uitvoeren om met elkaar in contact en vooral verbinding te blijven, valt de afgelopen tijd ons erg zwaar. Blij waren we met de kerstactie waarbij we de kersttenties konden rondbrengen, de Raboboxen verzorgt door de Rabobank en de ontmoetingsmomentjes tijdens Maatvast laat u niet in de kou staan. Stuk voor stuk mooie acties waar we één op één elkaar weer even konden zien. Dit waren de kleine highlights waar we het mee moesten doen. Voor mij persoonlijk is het bijzonder dat ik de inleiding van onze terugkerende nieuwskrant mag schrijven als Coördinator Vrijwillige inzet van Maatvast, best spannend ook.

In deze editie van de vrijwilligerskrant willen we alvast een voorproefje nemen op de mooie dingen die gaan komen. Zo brengen we vanaf nu de workshops van de vrijwilligerscentrale Haarlemmermeer onder de aandacht. Er komt een feestdag voor vrijwilligers die we dit jaar op 4 september in elk cluster gaan vieren in plaats van Maatvast breed. In deze krant staat een interview met een van onze zeer gewaardeerde vrijwilligers. Deze keer is dat Herman Mooij van de Boerderij. Dit is een terugkerend item in de nieuwskrant. Daarnaast zetten we een activiteit die is bedacht en gerealiseerd door vrijwilligers in het zonnetje. Deze keer het jongeren uitwisselingsproject, georganiseerd door vrijwilligers van onze jongerencentra.



**WE ZIJN
EEN
GROTE
FAMILIE!**

Het mooie aan het werken bij Maatvast is dat we de impact en waarde zien van de diverse acties voor bezoekers en vrijwilligers. De persoonlijke verhalen die we hebben gehoord tijdens de momenten dat we jullie wel konden ontmoeten maken indruk op ons en bewijzen dat ons werk hard nodig is. Hierdoor ontstaat er weer inspiratie bij sociaal (assistent) beheerders en vrijwilligers voor nieuwe activiteiten en contact momenten.

Wij willen na de corona-periode meer van dit soort contact momenten organiseren tussen sociaal (assistent) beheerders en vrijwilligers. Elke maand of in ieder geval structureel een

koffie moment in elk gebouw met wat lekkers om met elkaar in gesprek te gaan en te blijven. Dit is ook het moment om nieuwe vrijwilligers uit te nodigen om eens te komen zien en voelen wat vrijwilligerswerk bij Maatvast je kan brengen. Ik zeg expres brengen want we willen niet alleen van jullie diensten gebruik maken maar ook iets teruggeven. In de vorm van echt contact en gezelligheid. Maar we willen ook de mogelijkheid bieden om je bij ons verder te ontwikkelen. Bijvoorbeeld door het volgen van een workshop, training of door meer verantwoordelijkheid bij het uitvoeren van je werkzaamheden. Kortom Maatvast is er voor de maatschappij en dat ben jij!

Tot snel, Petra Zwetsloot, Coördinator Vrijwillige inzet

P.s. heel misschien zijn we net weer open op het moment dat jij deze krant leest. Stiekem hoop ik van wel!

**HET IS PRETTIG OM BEZIG TE
ZIJN ALS JE NIET MEER KUNT
WERKEN EN DAARMEE IETS
VOOR EEN ANDER TE DOEN**



Vrijwilliger aan het woord: Herman Mooij, vrijwilliger bij buurthuis de Boerderij in Hoofddorp

Wie ben je?

Mijn naam is Herman Mooij en ik ben werkzaam geweest in de IT en later als business consultant. Ik heb altijd veel gewerkt met mensen onder andere bij KLM en Sodexo. Inmiddels ben ik al weer elf jaar met pensioen. Mijn pensioen is voor mij geen zwart gat geweest, maar ik probeer juist een goede invulling te geven aan de verkregen vrije tijd. Er zijn genoeg klusjes, hobby's en vrienden. En daarnaast genieten wij van onze kinderen en kleinkinderen.

Waar werk je en wat doe je?

In 2014 kwam ik bij de Boerderij. De toenmalige sociaal beheerder heeft samen met Carolien van Dijk en Vera van Eggen het Diner Café bedacht door iedere twee weken voor ouderen te gaan koken. Zij zochten nog vrijwilligers. We koken, helpen mee in de bediening en zelf maak ik twee keer per jaar het rooster voor de groep.

Met wie doe je dat?

We werken nu met een groep van ongeveer tien vrijwilligers. Per keer zijn er twee koks en twee mensen in de bediening nodig en een reserve vrijwilliger. De dienstdoende koks stellen zelf het menu samen, kopen in en bereiden de maaltijd, twee vrijwilligers verzorgen de bediening en de reserve waarborgt de continuïteit als iemand op het laatste moment uitvalt.

Waarom doe je vrijwilligerswerk?

Samenwerken in een groep is heel gezellig en daarnaast genieten de gasten van onze maaltijden. Waardevol zijn de verhalen die je deelt maar ook het besef dat er mensen zijn die de hele maand alleen thuis eten. Het Diner Café is hun sociale highlight. Daarom nemen we met elkaar de moeite om ze niet zomaar een maaltijd aan te bieden maar ook een bijzonder smakelijke. En het oog wil ook wat, dus we laten het er ook leuk uitzien. Immers het oog is de halve smaak.

Ben je altijd al sociaal betrokken geweest?

In de jaren dat ik nog werkte had ik altijd diverse bestuursfuncties. Ik zet me graag in voor het belang van anderen.



HET IS FIJN OM DE
VERANTWOORDING
VOOR MENSEN
TE HEBBEN

Hoe ervaar je je leven nu in de corona-tijd?

Ik ben nog steeds gelukkig getrouwd dus van vervelen is geen sprake. Natuurlijk sta ik te trappelen om weer bij het Diner Café aan de slag te gaan samen met de anderen vrijwilligers. Daarnaast mis ik mijn familie ook heel erg. Er is weinig contact met vrienden. Eenzaamheid ken ik gelukkig niet.

Heb je andere hobby's?

Ik doe aan geocaching. Dat is een buitenspel voor jong en oud waarbij gebruik wordt gemaakt van een gps-ontvanger of telefoon om ergens ter wereld, maar zeer zeker ook in Nederland, een cache te vinden. Op internet is over geocaching veel informatie te vinden. Wil je meer informatie hierover dan kun je mij hiervoor altijd benaderen via: 2shuttles@kpnmail.nl

Heb je een tip voor ons of anderen?

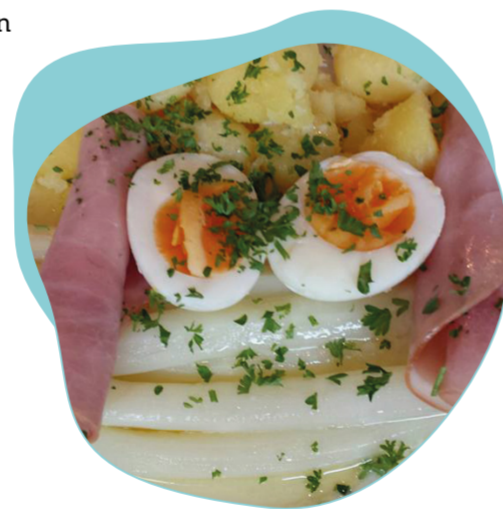
Kijk om je heen en haal mensen erbij. Spreek iemand aan want vaak is een persoonlijk gesprek of uitnodiging een manier om de drempel te verlagen om eens te komen kijken in het buurthuis bij jou in de wijk.

Waar kijk je naar uit?

Na de corona-tijd onze kinderen weer regelmatig te zien en terug naar het normaal voor ons allemaal.

Tot slot, wat komt bij je op als je aan Maatvast denkt.....

Gemeenschapszin.



Workshops Vrijwilligers-Centrale Haarlemmermeer

Wist je dat je via de VrijwilligersCentrale Haarlemmermeer workshops kunt volgen? Deze workshops kunnen je ondersteunen bij het uitvoeren van jouw werkzaamheden als vrijwilliger. Op dit moment worden er ook veel workshops online aangeboden. Het complete aanbod tref je op de website: <https://www.haarlemmermeervoorelkaar.nl/cursusaanbod>



Je kunt bijvoorbeeld de onderstaande workshops volgen:

1 Omgaan met ongewenst gedrag

Ken je dat ook, dat er soms dingen gebeuren of dat er dingen gezegd worden die jij niet wilt? Veel mensen vinden het lastig om met ongewenst gedrag om te gaan, of om grenzen aan te geven. Dat is best te

begrijpen, maar door ongewenst gedrag op tijd te signaleren en te benoemen kan veel ellende voorkomen worden! Wij trainen dagelijks particulieren en professionals met praktische tips, veel ervaring en passie om ongewenst gedrag te voorkomen of te hanteren.

Datum: dinsdag 18 & 25 mei | Tijd: 19:00-21:00 uur

Trainer: Bart van Mulkom

2 Kracht van kwetsbaarheid

Jezelf kwetsbaar opstellen. Iets waar de meeste mensen van terug deinzen. Want het kan best spannend zijn om je gevoelens, gedachten en verlangens te delen. Maar kwetsbaarheid is absoluut geen teken van zwakte. Integendeel, het is een pad naar moed, authenticiteit, betrokkenheid en betekenisvolle verbindingen! Niet alleen op (vrijwilligers)werkgebied, maar ook binnen onze vriendschappen en relaties.

Datum: woensdag 16, 23 en 30 juni | Tijd: 19:00-21:00 uur | Trainer: Nikki Bogman

JE ONTMOET VEEL
MENSEN EN DAAR
WORDT IEDEREEN
RIJKER VAN

VRIJWILLIGERSACADEMIE:
DE KRACHT VAN KWETSBAARHEID

Hé beslis jij met ons mee?

In mei en juni willen wij thema gesprekken met vrijwilligers en (assistent) sociaal beheerders organiseren. Lijkt het jou leuk om mee te praten over onderwerpen als: communicatie met vrijwilligers, werkzaamheden, workshops en nog veel meer? Geef je dan op via: vrijwilliger@maatvast.nl

Een initiatief van vrijwilligers: Jongeren uitwisselingsproject



Ik ben al ongeveer vier jaar vrijwilliger bij jongeren centrum de Nooduitgang. In de zomer van 2018 was ik een beetje klaar met de lange en saaie schooldagen en wilde ik ergens anders heen, het liefst naar het buitenland. Toen ben ik samen met de jongerenwerker bij de Nooduitgang terecht gekomen bij een uitwisselingsproject van Erasmus+. Samen hebben wij een training gevolgd over hoe je zo'n uitwisseling voorbereidt, dit vond plaats in Noorwegen. Hier hebben wij onder andere een groep Sloveense jongeren ontmoet, die ons na die training vroegen of wij mee wilden doen aan hun uitwisseling. Na een groep enthousiaste Nederlandse jongeren gevonden te hebben, zijn we met z'n allen voor een week naar Slovenië gegaan. Hier hebben wij een hele leuke, internationale jongeren uitwisseling bijgewoond.

Bij terugkomst waren wij zo enthousiast, dat wij direct zijn begonnen met het organiseren van onze eigen uitwisseling, genaamd: 'Verleg je grenzen'. Van planning tot sponsors zoeken. We leren het allemaal. We kijken enorm uit naar de uitwisseling zelf in oktober 2021 waarbij er jongeren komen uit vier verschillende landen.

Groetjes Bente (links op de foto), vrijwilliger bij jongeren centrum de Nooduitgang en haar collega vrijwilligers Tije, Reza, Alicia en Mike.

Jouw initiatief in de krant?

Organiseer jij een initiatief op één van onze locaties waar je ons graag iets over wilt vertellen? Mail ons dan jouw stukje met een leuke foto naar: vrijwilliger@maatvast.nl

IK WIL
DIENSTBAAR
ZIJN EN DAT
MOET JE ALS
VRIJWILLIGER
KUNNEN

Ook in de nieuwskrant?



Lijkt het jou leuk om een keer in onze nieuwsbrief te vertellen over jouw werkzaamheden als vrijwilliger? Mail ons en dan komen we een keer bij jou langs voor een leuk gesprek: vrijwilliger@maatvast.nl