



Maart 2023

Nieuwsbrief Vrijwilligers



Welkom bij de nieuwsbrief voor vrijwilligers Stichting Humanitas

Beste vrijwilligers,

Humanitas is in beweging! De visie van Humanitas is vertaald naar de huidige tijd en ook de visie op Welzijn en Zorg wordt aangescherpt. Wanneer dit allemaal klaar is, zullen we dit ook met jullie delen. Een klein voorbeeld: eigen regie, zoveel mogelijk zelf, betrokkenheid van naasten en denken in mogelijkheden, zijn al jarenlang dé dragende principes in de visie van Humanitas. We zijn er voor iedereen die behoefte heeft aan ondersteuning. Voor grote langdurige hulpvragen, maar ook voor mensen die net even een duwtje in de rug kunnen gebruiken. We zetten het maatschappelijk belang voorop. Dat duwtje in de rug kan ook een steun zijn. Bijvoorbeeld bij het project Steun bij Verlies en Rouw en bij de dagbesteding voor jonge mensen met dementie, waar we in deze nieuwsbrief wat dieper op in gaan.



Humanitas vindt het ook heel belangrijk om vrijwilligers goed te scholen. Ook hier wordt aandacht aan besteed in deze Nieuwsbrief. Heb je zelf nog ideeën over scholing, dan horen we dat graag! 1 Maart was het Nationale Complimentendag. Ongelooflijk hoe jullie je met veel enthousiasme inzetten voor onze cliënten en bewoners. Een compliment uitspreken hoeft niet alleen op 1 maart! Dank in ieder geval weer voor al jullie inzet! Succes met jullie mooie werk!

Hartelijke groet,

Astrid Arts, manager vrijwilligersprojecten en de Maia
aarts@stichtinghumanitas.nl; 010-2356210



Maart 2023

Medewerkers Tevredenheid Onderzoek (MTO)



Via onafhankelijk onderzoeksbureau Blauw Research heeft Stichting Humanitas het Medewerkers Tevredenheid Onderzoek (MTO) de afgelopen jaren laten uitvoeren. Helaas heeft echter maar een klein aantal vrijwilligers het afgelopen jaar het MTO ingevuld. Te weinig om er conclusies en of verbeteracties aan te koppelen. Humanitas is zich nu aan het beraamen hoe op een andere manier vorm te geven aan het MTO. Zodra hier meer duidelijkheid over is, zal dat hier gedeeld worden. Jullie mening is en blijft heel belangrijk voor ons. En uiteraard dank aan degenen die het MTO wel hebben ingevuld.

Kennismaken met... ...Chantal Hesselink

Chantal werkt sinds 1 april 2022 bij Stichting Humanitas. Vanaf de start is zij betrokken bij de dagbesteding voor jonge mensen met dementie op locatie Terras aan de Maas in Spijkenisse. Sinds 2004 heeft zij gewerkt in de zorg, op zorgafdelingen en kleinschalig wonen voor mensen met dementie. Na een heftige periode tijdens en na COVID heeft zij tijd genomen om na te denken wat ze wilde gaan doen met al haar ervaring en liefde voor het vak en de mensen met dementie. Op het moment dat ze ging kijken op vacaturesites was de eerste vacature van Humanitas die haar aandacht trok en tot haar vreugde werd ze ook aangenomen. Ik spreek een heel enthousiaste Chantal, die met veel plezier 2 dagen in de week dat de dagbesteding open is verantwoordelijk is voor de dagelijkse gang van zaken. Samen doen, met elkaar, dat is heel belangrijk op deze dagbesteding. Na eerst van elkaar gehoord te hebben hoe het gaat, wordt er besproken hoe de dag eruit gaat zien. Waar is er zin in? Waarbij geheugentraining, vaardigheidstraining en wandelen als het weer het toelaat vast op het programma staan. Pictionary, 30 Seconds, tafelvoetbal zijn spellen die worden gespeeld en verse soep maken of een hartige taart bakken voor de lunch is ook een regelmatig terugkerende activiteit. Overigens was dat wel even wennen voor Chantal. In de zorg altijd mouwen opgestroopt en gaan! Nu is het begeleiden, stimuleren, een luisterend oor bieden en doen de deelnemers in principe alles zelf. De bezoekers zijn mensen die tot voor kort midden in de samenleving stonden, nog kinderen thuis hebben, een partner hebben die werkt en die nu geconfronteerd worden met een ziekte die een behoorlijk impact heeft op het dagelijkse leven.





Maart 2023

Er worden soms heftige emoties geuit en het kunnen invoelen hoe moeilijk het moet zijn voor de deelnemers, kan ervoor zorgen dat Chantal soms de zorgen mee naar huis neemt. De balans houden tussen betrokken zijn en professionele afstand is niet altijd even makkelijk. De kracht van deze dagbesteding is dat de deelnemers steun vinden bij elkaar, er is openheid en herkenning. Er is ruimte om het verdriet te delen, maar gelukkig ook om met elkaar veel plezier te maken.

Naast de gezamenlijke activiteiten, zijn er ook individuele wensen van de deelnemers. En dat maakt dat Chantal een vraag heeft naar vrijwilligers. Zodat er ook invulling gegeven kan worden aan deze wensen. Als vrijwilliger sta je net als Chantal naast de deelnemers, het contact is in gelijkwaardigheid en je kunt de deelnemers laten zijn wie ze zijn. Fit zijn in verband met het vele wandelen is belangrijk en emotionele stabiliteit.

De dagbesteding is open op woensdag en vrijdag en mogelijk komt er in de toekomst uitbreiding van dagen. Mocht je interesse hebben of meer willen weten over het vrijwilligerswerk neem dan contact op met Dietske van de Zande, dvandezande@stichtinghumanitas.nl of 06-12879883.

Annemieke Ouwerkerk

Scholingsaanbod informele zorg 2023



Het totale scholingsaanbod 2023 laat toch nog even op zich wachten, maar in de volgende nieuwsbrief hopen we het zeker te kunnen presenteren.

Inmiddels is er wel al in februari weer gestart met de introductie trainingen voor nieuwe vrijwilligers.

In deze training krijgen de vrijwilligers meer te weten over de visie van Stichting Humanitas en leren zij de andere onderdelen van de organisatie kennen. Daarnaast wordt er aandacht besteed aan de eerste kennismaking en over de eerste indruk en kennismaking bij Humanitas. De vrijwilligers voor wie deze training bestemd is, ontvangen hiervoor een uitnodiging via hun contactpersoon. Voor de nieuwe vrijwilligers van de projecten van Welzijn en Hulpverlening werd deze training al verzorgd. We zijn blij te kunnen vertellen dat, waarschijnlijk al startend in maart, ook de vrijwilligers die op de zorglocaties gaan starten deze mooie training kunnen gaan volgen.

Kevin van Hengel

Opleider Welzijn, Hulpverlening & informele zorg



Maart 2023

In het zonnetje...

... Project Steun bij Verlies en Rouw

Ellen van Leenen is inmiddels ruim 2,5 jaar werkzaam als coördinator bij het project Steun bij Verlies en Rouw. Ellen heeft hiernaast een eigen praktijk waar zij cliënten begeleidt bij verlies en rouw. Ze heeft ongeveer 12 jaar geleden een overstap gemaakt van juridisch secretaresse naar rouw- en verliesbegeleiding. Een keuze die gemaakt werd door persoonlijke gebeurtenissen in haar leven.

Vrijwilligers ondersteunen cliënten die te maken hebben met verlies en rouw. De leeftijden van de cliënten lopen uiteen van 8 tot 100 jaar, een hele brede doelgroep. De meeste cliënten die worden aangemeld, hebben te maken met verlies van een partner, ouders of naaste familieleden. Het komt niet vaak voor dat mensen zich aanmelden na het verlies van een goede vriend of vriendin. De oorzaak hiervan is dat dit door veel mensen (en vooral door de omgeving) niet serieus genomen wordt. Dit geldt ook voor het verlies van een broer of zus. Dat is erg jammer, want hierdoor kunnen mensen vastlopen in hun rouw. Er zijn een paar vrijwilligers gespecialiseerd in het begeleiden van kinderen in de basisschool-leeftijd.



Ellen vindt het erg fijn om de lotgenotengroepen te begeleiden. Het is mooi om te zien dat, ook al zijn de deelnemers heel verschillend, zij veel her- en erkenning bij elkaar vinden, doordat ze allemaal min of meer hetzelfde meemaken. Een belangrijk onderwerp van gesprek wat tijdens de bijeenkomsten van de lotgenotengroep regelmatig ter sprake komt, is 'reacties van de omgeving'. Dit is iets waar 99% van de deelnemers tegenaan loopt. Hoe ga je ermee om en hoe kun je zelf aangeven wat je wel of niet wilt. Het is fijn dat de deelnemers elkaar hiermee

kunnen helpen door het geven van tips en het delen van ervaringen.

4x Per jaar wordt er een Rouwcafé georganiseerd. Er wordt dan bijvoorbeeld een spreker uitgenodigd, een workshop gegeven, gedichten voorgedragen, een film vertoond of muziek ten gehore gebracht. Tijdens de pauze en na afloop is er ruimte om met elkaar in gesprek te gaan. Iedereen is welkom in het Rouwcafé. Op de website en social media worden de bijeenkomsten vermeld.

Ellen is altijd op zoek naar nieuwe vrijwilligers die een luisterend oor kunnen bieden. Voordat je aan de slag gaat krijg je een training aangeboden waardoor je goed voorbereid bent. Mocht je interesse hebben, dan kan je contact opnemen met Ellen van Leenen (tel: 06 12585942 of mail: evleenen@stichtinghumanitas.nl).

Sabine Mets



Maart 2023

Gratis online cursusaanbod

Zorgzaam010 is het platform voor vrijwilligerswerk van de gemeente Rotterdam. Zij bieden nu alle vrijwilligers van Rotterdam de mogelijkheid om via Goodhabitiz gratis online cursussen te volgen. Wil je je verder ontwikkelen? Meer leren over een specifiek onderwerp? Een nieuwe taal leren of beter leren omgaan met Office programma's. De online trainingen van Goodhabitiz zijn zowel praktisch als leuk en zijn gericht op werkplezier, positiviteit en efficiëntie.

Via de link <https://www.zorgzaam010.nl/goodhabitiz> kan je je aanmelden.

Tot slot

Reacties op deze Nieuwsbrief, ideeën, mooie verhalen voor de volgende Nieuwsbrief of ga je een bijeenkomst bijwonen of een training volgen en vind je het leuk om hier een verslag van te maken? Stuur een mail naar aouwerkerk@stichtinghumanitas.nl

Klik op <https://www.stichtinghumanitas.nl/vrijwilligers> voor meer informatie over vrijwilligerswerk en -vacatures.