

In actie voor je naaste met **Way of Life**



www.wayoflife.nl

Way of Life
NPV Jongeren

Inleiding

Wil jij je graag inzetten voor anderen? Vind jij het leuk om zelf actief aan de slag te gaan? Lees dan gauw verder. Way of Life wil namelijk niet alleen jongeren toerusten, maar hen ook zelf aan de slag laten gaan. Laat zien dat leven je lief is!

Wat kun je doen? Er zijn heel veel dingen mogelijk. Je kunt gaan wandelen met bewoners van een verzorgingstehuis, schoonmaken in een (kinder)hospice, de tuin doen bij een bejaardentehuis, een maaltijd verzorgen voor verstandelijk gehandicapten, etc.

Je kunt zelf zo'n vrijwilligersactie organiseren, maar je kunt ook in samenwerking met Present aan de slag gaan.

In dit draaiboek vind je meer informatie hierover en handige invultabellen, zodat het leuk en niet ingewikkeld is om aan de slag te gaan.

Loop je tijdens de voorbereidingen tegen problemen aan of heb je advies nodig? Neem contact op met **Way of Life**! Wij helpen je graag verder.

Heel veel succes!

Het **Way of Life** team,
Charlotte, Eline & Tineke
jongeren@npvzorg.nl

Way of Life is de jongerenorganisatie van de NPV. Wij willen jongeren toerusten op medisch-ethische thema's. Wij vinden het belangrijk dat jongeren nadenken over deze thema's, daar zelf een standpunt over innemen en ook zelf aan de slag gaan met deze thema's.

Aan de slag!

Leuk dat je een vrijwilligersactie wilt organiseren! Je hebt daarvoor verschillende mogelijkheden. Je kunt zelf een actie op touw zetten, maar kunt ook een actie doen via Stichting Present.

Stichting Present

Stichting Present is een makelaar in vrijwilligerswerk. Present biedt de mogelijkheid om je als groep of individu in je eigen woonplaats in te zetten voor mensen die te maken hebben met armoede, een slechte gezondheid of een sociaal isolement

Hoe werkt het?

1. Vorm een groep mensen met wie je de actie wilt gaan doen
2. Bespreek met elkaar wat voor vrijwilligerswerk jullie willen gaan doen en wanneer jullie dat kunnen gaan doen
3. Leg contact met Present. Zij matchen jullie aanvraag met een hulpvraag en leggen ook het contact met de hulpvrager.

Meer informatie vind je op <http://stichtingpresent.nl/>. Hier kun je je als groep aanmelden voor een (eenmalig) vrijwilligersproject.

Way of Life heeft ook een vrijwilligersactie gedaan met Stichting Present in Zwolle. Wil je weten hoe dat was? Bekijk dan het filmpje: <https://www.youtube.com/watch?v=d-NAL7Ew0k>

Zelf een actie organiseren

Je kunt ook zelf aan de slag gaan en een vrijwilligersactie op touw zetten.

Vorbereiding

Voor we aan een actie kunnen beginnen, moet er eerst het één en ander duidelijk zijn. Wie neemt welke verantwoordelijkheden op zich? Zorg dat je met genoeg mensen bent, maar niet met te veel, zodat het overzichtelijk blijft wie wat doet en overleg gemakkelijk kan worden gepland.

Naam:	Verantwoordelijk voor:	Telefoon:	E-mail:

Vóór we met de actie beginnen:

1. Wat wil je gaan doen?

Een aantal mogelijkheden:

- Wandelen met bewoners van een verzorgingstehuis of instelling voor gehandicapten
- Verzorg een (creatieve) activiteit
- Organiseer een maaltijd in een tehuis
- Schoonmaakactie
- ...?

Is er een NPV-afdeling in jouw buurt? Neem contact met hen op en informeer hen over jullie plannen. Hier vind je een overzicht van alle NPV-afdelingen: <http://www.npvzorg.nl/afdelingeninhetland/>

2. Wat is een geschikte locatie?

Wat voor locatie hebben jullie in gedachten? Wie gaat deze locatie benaderen?

3. Wat is een geschikt tijdstip?

Het is niet eenvoudig om een goed tijdstip voor de actie te bepalen. Welke datum is het meest praktisch voor jongeren? Wat komt de locatie het beste uit en is de locatie goed bereikbaar?

Bespreek van te voren waar jullie voorkeur naar uitgaat en bespreek dit met de locatie. Beperk de eigenlijke actie tot een paar uur, zodat verveling en vermoeidheid niet kunnen toeslaan. Het moet niet alleen een nuttige actie zijn, maar ook een leuke!

4. Zoek jongeren die mee willen doen

Stel een lijst samen van de mensen die je wilt benaderen (bijlage 2)
Stel vast wie verantwoordelijk is voor het benaderen van die mensen en op welke manier jullie dat willen gaan doen.

Enkele tips om tot een goede groep te komen:

- Maak de groep niet te groot.
- Probeer een bestaande groep (een club of jv) te vragen. Een makkelijke manier om een groep jongeren bij elkaar te krijgen, en de jongeren kennen elkaar al.
- Geef iedereen duidelijke taken en verantwoordelijkheden.
- Geef iedere groep een vaste begeleider.
- Zorg voor een positieve sfeer.

5. PR voor de actie

Wie ga je benaderen?

- Bewoners
- Bedrijven (sponsors?)
- Gemeente
- Pers
- Way of Life (wij plaatsen jullie actie op onze website en Facebookpagina)

Wie (+adres)	Door wie?
NPV-afdeling	
Sponsors?	
Pers	
De instelling	
Way of Life	
Deelnemers	

Bedenk wie er allemaal geïnformeerd moet worden en hoe je dat wilt gaan doen.

Voor het informeren van de pers kan het beste één contactpersoon aangewezen worden, die adressen verzamelt van de media die we willen benaderen, de persberichten verzendt en zorgt voor het ontvangen en begeleiden van journalisten. Deze persoon is tevens verantwoordelijk voor de woordvoering.

6. Maak een tijdschema

Als alle voorbereidingen achter de rug zijn, wordt het tijd om gezamenlijk alles nog eens door te lopen en de puntjes op de 'i' te zetten. Hierbij moeten bij voorkeur alle begeleiders aanwezig zijn en de personen en instellingen die hun steun bij de actie hebben toegezegd. Zijn alle afspraken 'hard' en weet iedereen wat er van hem of haar wordt verwacht? Organiseer deze bijeenkomst op tijd, zodat er nog zaken bijgesteld kunnen worden.

Tijdschema

Zie bijlage 1 om tijdschema voor eigen actie in te vullen.

De dag zelf

Het is zover!

Uiteraard zorgen de begeleiders dat zij op tijd aanwezig zijn op de plaats waar de actie wordt gehouden. Verzamel de deelnemers en de eventuele gasten. Bespreek nogmaals kort wat er van een ieder verwacht wordt en verdeel de deelnemers zo nodig in groepen. Spreek af hoe laat een verfrissing wordt uitgedeeld en wanneer men weer op het verzamelpunt dient te zijn.

Andere belangrijke aandachtspunten zijn:

- Is het juiste materiaal aanwezig. Controleer of alle materialen aanwezig zijn, zoals ...
- Een goede communicatie. Natuurlijk moet er goede communicatie zijn tussen de organisatoren onderling en de deelnemers. Begin daarom de actie gezamenlijk en neem even tijd om 'de klokken gelijk' te zetten. Geef extra aandacht aan de communicatie met de pers. Informeer de pers nauwkeurig.
- Bedank vrijwilligers. Bedenk goed dat er geen geslaagde actie kan plaatsvinden zonder vrijwilligershulp. Laat duidelijk merken dat deze medewerking op prijs wordt gesteld. Zo bouwt u goodwill op voor volgende projecten. Als bedankje voor de vrijwilligers kunnen gadgets weggegeven worden. Ook is het aardig om de deelnemers na afloop een versnapering aan te bieden.

Evalueer de resultaten

Binnen de groep moet er natuurlijk ook goed naar de resultaten worden gekeken. Vier het succes. Maar kijk ook goed naar dingen die beter hadden gekund. Bekijk de zaak positief. Het gaat niet om de fouten, maar om wat men er van leren kan!

Denk aan de lange termijn

Zorg ervoor dat de organisatoren en jongeren ook na de actie betrokken blijven. Dit kan door het belang van een actie nogmaals te benoemen en de jongeren aan te sporen om ook in hun eigen omgeving de handen uit de mouwen te steken.

Na afloop

Maak een (foto)verslag en stuur dit naar lokale kranten, deel het op Facebook en stuur je verslag naar **Way of Life!** Dan plaatsen wij het op onze website.

Bijlage 1

Tijdschema actie

Tijd	Wie	Waar	Wat	Opmerkingen

Bijlage 2

Deelnemerslijst, worden benaderd door:

Naam:	Telefoon:	E-mail:	Voorkeurstijdstip:

Bijlage 3

E-mail of brief naar de locatie

Naam en adres locatie

Woonplaats, datum

Onderwerp: Vrijwilligersactie Way of Life

Geachte,

Way of Life, de jongerenorganisatie van de NPV (Nederlandse Patiënten Vereniging), is bezig met het opzetten van een actie. Wij willen als jongeren betrokken zijn bij onze naaste door vrijwilligerswerk te gaan doen in locatie.

Met aantal jongeren willen we graag een ochtend/middag/avond/zaterdag bij u aan de slag gaan. Hierbij valt te denken aan:

Noem op wat jullie willen komen doen eventueel een tijdsplanning

Volgende week nemen wij telefonisch contact met u op om de mogelijkheden te bespreken.

Met vriendelijke groet,

Naam

Adres

Tel. Nr.