

## Praktisch

### Wat doe jij als vrijwilliger?

- Bezoekvrijwilligers komen op regelmatige tijdstippen op bezoek bij eenzelfde persoon om samen koffie te drinken, te wandelen, naar de film te gaan...
- Taakvrijwilligers helpen groepsactiviteiten mee begeleiden bv. koken, knutselen, fietsen...

### Waar zorgen wij voor?

- een eerste kennismakingsgesprek;
- een zorgvuldige toewijzing aan een patiënt met een psychiatrisch ziektebeeld of een bewoner met een verstandelijke beperking op basis van gemeenschappelijke interesses, taal...;
- de nodige vrijheid m.b.t. de keuze van de aard van de activiteiten en het tijdstip van het bezoek;
- een vrijwilligerscontract met verzekering en onkostenvergoeding;
- vrijwilligersbijeenkomsten;
- individuele begeleiding waar nodig.



Vrijwilligerswerking  
Vriendendienst  
Rekem

## Contactgegevens

Voor campus Rekem en  
campus Lanaken:

Tel. 089 22 22 22 en vraag  
naar Arlette Boven, Anja  
Parthoens of Kim Quintens

Voor Campus Antwerpen: Tel.  
03 235 67 05 en vraag  
naar Els Van Gool

OPZC Rekem - Daalbroekstraat 106 - 3621 Rekem  
PVT Rado - Koning Albertlaan 102 - 3620 Lanaken  
PVT Min - Lange Scholiersstraat 98 - 2060 Antwerpen

Openbaar  
Psychiatrisch  
Zorgcentrum  
Rekem



Maak jij ook  
graag iemand  
gelukkig?

Misschien is dit  
dan wel iets  
voor jou!



# Wat maakt vrijwilligerswerk zo speciaal?

**Ben je jong of oud, werkend of niet-werkend of nog student en wil je jezelf actief inzetten om het leven van een medemens aangenaam te maken? Dan ben jij misschien de vrijwilliger die we zoeken!**

OPZC Rekem is actief op drie campussen: Rekem, Lanaken en Antwerpen. Voor elk van deze locaties zoeken we vrijwilligers.

## Enkele getuigenissen:

### Mariëtte uit Uikhoven (68 jaar)

'Ik ben begonnen met vrijwilligerswerk nadat ons ma gestorven is. Ik vind het heel fijn om met ouderen om te gaan en

moest iets doen om het gemis aan ma op te vullen. De bewoners of de mannen waar ik voor zorg zijn alleen en hebben geen familie meer. Ze zijn lief en heel dankbaar. We gaan wandelen of gaan met de auto ergens iets eten of drinken.

Ondertussen heb ik het wel druk met de kleinkinderen en mijn hobby's, maar ik maak er graag tijd voor, want het is de moeite waard om te doen!

### Kris uit Genk (54 jaar)

'Na al die jaren kom ik nog altijd met plezier om de 14 dagen naar Rekem. Ik probeer op tijd te zijn,



**Een glimlach, een handdruk of een knuffel, daar doe je het toch voor!**

omdat ik weet dat hij meestal al meer dan een kwartier op mij zit te wachten. En de dankbaarheid die je krijgt is met geen geld te betalen!

### Christine uit Maasmechelen (35 jaar)

'Aanvankelijk was ik P. zijn begeleidster in Beschut Wonen. Op zijn vraag kwam ik hem ook bij OPZC

Rekem nog opzoeken. Ondertussen ga ik al 1,5 jaar iedere maand met hem iets eten. Hij bestelt altijd vis met een glas witte wijn. Ik betrek hem ook in mijn familiegebeuren. Zo gaan we vaak na het eten een tasje koffie drinken bij mijn ouders en ook met Pasen en Kerstmis is hij bij ons thuis geweest. Ik zie hoe P. geniet en hoe gelukkig hij is als we op stap zijn. En daar doe ik het voor!'



**Onze grootste motivatie is die eeuwige vriendelijke glimlach op zijn gezicht!**

### Ludo en Lisiane uit Maasmechelen (50-tigers)

'Wij zijn bezoekvrijwilligers die 1 tot 2 uren, dus echt niet veel of lang, een bezoekje brengen aan O. Een beetje warmte en aandacht is voor deze mensen goud waard en je hoeft hiervoor geen speciale opleidingen te volgen. Als er een activiteit in de buurt te beleven is gaan we met hem op stap. Onze grootste motivatie is bij elk weerzien die eeuwige vriendelijke en dankbare glimlach op zijn gezicht!'

### Lisette uit Eigenbilzen (51 jaar)

'Ik werk als bejaardenhelpster en ben al een aantal jaren vrijwilliger van X. Samen hebben we een hele fijne band opgebouwd en komt hij ook met bijzondere gelegenheden bij ons thuis over de vloer. Mijn vier kinderen kunnen het

goed met hem vinden, net zoals de rest van de familie. Je steekt er veel tijd en energie in, maar je krijgt er ook zoveel voor terug. Het geeft me veel voldoening belangrijk te zijn voor iemand. Een glimlach, een handdruk of een knuffel, daar doe je het toch voor!'

### Jan uit Smeermaas (65 jaar)

'Met mijn brugpensioen in zicht zat ik na te denken aan wat ik allemaal kon doen. Meer uit nieuwsgierigheid dan uit idealisme begon ik als bezoekvrijwilliger van G. Ik heb nog geen spijt gehad van mijn beslissing. Als iemand haar verwittigt dan veert ze al recht en komt ze blij en verwachtingsvol aangelopen. Een praatje, een wandelingetje, het hoeft niet veel te zijn. Je houdt er toch een fijn gevoel aan over als je ziet hoeveel plezier zij aan mijn bezoek beleeft. Sinds 2 jaar ben ik ook taakvrijwilliger in het bezoekerscentrum. Een fijne manier om met de geschiedenis van OPZC Rekem bezig te zijn. Ik vind deze twee activiteiten een perfecte combinatie.'

## Vrijwilligerswerking Vriendendienst Rekem

**Is vrijwilligerswerk ook iets voor jou?**

**Kijk snel aan de achterzijde voor de contactgegevens!**