



## ***Nieuwsbrief*** 2e kwartaal 2018

### **Nieuws van de Vrijwilligerscentrale**

De maand juni staat voor de Vrijwilligerscentrale in het teken van waardering. Veel inwoners uit Zutphen en Warnsveld zetten zich vrijwillig in voor een ander en hiervoor worden zij deze maand namens de gemeente bedankt. Er zijn drie middagen georganiseerd met live muziek en lekkernijen, gemaakt door bewoners van het asielzoekerscentrum. De eerste twee bijeenkomsten zijn inmiddels achter de rug en waren erg geslaagd. De nieuwe wethouder van Zorg & Welzijn, Wonen en Cultuur, Mathijs ten Broeke, sprak grote dank uit naar aanwezige vrijwilligers. De sfeer zat er goed in en mensen genoten van de hapjes. Een van de aanwezige vrijwilligers vatte het mooi samen: "ik vond het een zeer gezellige middag, met lekkere hap- snap en aangename muziek." Wij gaan ervan uit dat de laatste bijeenkomst net zo gezellig wordt!



Hoewel de zomer voor de deur staat, zijn wij als Vrijwilligerscentrale alweer druk bezig met het plannen van interessante trainingen en bijeenkomsten in het najaar. In deze nieuwsbrief kun je hierover lezen. Heb jij juist in de zomer tijd om je voor een ander in te zetten? Dan hoef je de komende maanden niet stil te zitten. Lees hieronder welke organisaties op korte termijn hulp kunnen gebruiken.

De Vrijwilligerscentrale is de gehele zomer geopend op de gebruikelijke openingstijden, dus kom gerust een keer bij ons langs. We wensen je langs deze weg een fijne zomer!

## In dit nummer

- [Actuele vacatures](#)
- [Vrijwilligers gezocht voor Home-Start](#)
- [Cursusaanbod najaar](#)
- [Mijn Woning OpMaat](#)
- [Mantelzorgbijeenkomst september en enquête](#)
- [Privacystatement Perspectief Zutphen](#)

## Actuele vacatures

- Vind je het belangrijk mee te helpen aan een duurzamere wereld? Dan ben je bij ZutphenEnergie aan het juiste adres! De komende maanden wil ZutphenEnergie meer naamsbekendheid verwerven. Daarvoor zijn ze op zoek naar vrijwilligers die met een bakfiets met informatie op markten en evenementen in Zutphen en Warnsveld willen staan (van 9 juni t/m 29 juli 2018).
- Ben je communicatief vaardig? Lijkt het je leuk om bij Wijkteam de Zuidwijken een evenement te coördineren? Meld je dan aan! Zondag 9 september wordt een feest wijkevenement georganiseerd. Eten en drinken op de dag zelf wordt geregeld.

Voor vragen over een van bovenstaande of een van de vele andere vacatures, kun je terecht bij de Vrijwilligerscentrale. Contactgegevens zijn onderaan te vinden.

## Vrijwilligers gezocht voor Home-Start

In iedere nieuwsbrief bieden we een organisatie uit Zutphen of Warnsveld de kans om een oproep te plaatsen of zichzelf voor te stellen. Dit keer vraagt Humanitas om vrijwilligers voor Home-Start, waarbij vrijwilligers hulp bieden aan gezinnen:

Opvoeden gaat niet altijd vanzelf. Soms zijn er periodes, zoals bij echtscheiding of financiële problemen, waarin het tijdelijk niet wil lukken. Hierdoor kunnen spanningen in het gezin ontstaan, die het opvoeden extra moeilijk maken. Op zo'n moment is een steuntje in de rug welkom. Iemand die tijd en aandacht heeft voor ouders en kinderen. Als vrijwilliger bij Home-Start ga je wekelijks naar het gezin toe. Je biedt een luisterend oor, ondersteuning en gezelligheid. Soms gaat het vooral om de kinderen. De vraag van de ouder staat altijd centraal. Heb jij tijd om een gezin te helpen? We bieden je een cursus, interessant vrijwilligerswerk en begeleiding. Wat wij van jou vragen, is aandacht en tijd, een positieve levenshouding en ervaring in het opvoeden van kinderen. Wil je graag informatie, neem dan contact op met Petra Kluck: 06-20652272 of [hs.zutphen@humanitas.nl](mailto:hs.zutphen@humanitas.nl).

*Wil je ook een keer gepromoot worden in deze nieuwsbrief? Stuur dan een mail naar [vacaturebank@perspectiefzutphen.nl](mailto:vacaturebank@perspectiefzutphen.nl).*

## Cursusaanbod najaar

### **Gastvrijheid**

*maandag 24 september, 19.00-21.30 uur*  
*Locatie: De Uitwijk, De Brink 116 Zutphen*

'Gastvrijheid', hoor jij dat woord ook steeds vaker? Maar wat is gastvrijheid nou? Dát gaan we samen ontdekken tijdens deze interactieve avond. Ben je nieuwgierig naar verbinding, positieve energie en hoe jij jouw gastvrijheid nóg meer bewust kan inzetten in de praktijk? Dan ben je van harte welkom bij deze workshop! De avond is in handen van Viola Poelert, gastvrijheidstrainer van De Hartenjagers.

### **Assertief gedrag aanleren en grenzen stellen**

*Dinsdag 23 oktober, 14.00-16.00 uur*  
*Locatie: 't Nut, Abersonzaal Breegraven 1 Warnsveld*

Assertiviteit betekent niet hetzelfde als agressiviteit. Niet-assertief gedrag is bijvoorbeeld: geen nee durven zeggen als je iets niet wilt; je grenzen en wensen niet aangeven; geen vragen stellen als je ze wel hebt; niet voor jezelf opkomen. Wil je graag wat assertiever zijn? Meld je dan aan voor deze training die wordt verzorgd door Gerry ten Brummelaar, coördinator buurtbemiddeling van Perspectief Zutphen.

### **Voor verenigingen: Lekker aan de slag met communicatie!**

*24 en 31 oktober van 19.30-21.30 uur*  
*Locatie: De Uitwijk, De Brink 116 Zutphen*

Goed communiceren, het is heel belangrijk. Dat weten veel verenigingen wel. Ze communiceren er wat op los, zowel met de eigen leden als met de grotere achterban. Maar wat vertel je nu aan wie en hoe pak je dat gestructureerd aan. In deze 2 workshops gaan we in op het begrip communicatie en de vereniging. Hierbij gebruiken we schrijven en bloggen als middel. Er is ook een opdracht om thuis mee aan de slag te gaan. De workshops worden gegeven door Niek Arts van Uniek Verhalen.

Aanmelden kan via de website: [vrijwilligerscentrale-zutphen.nl/activiteiten](http://vrijwilligerscentrale-zutphen.nl/activiteiten). Hier is ook verdere informatie te vinden.

## **Mijn Woning OpMaat: alles over een leven lang veilig en comfortabel wonen**

Veel mensen willen tegenwoordig langer thuis blijven wonen. Hiervoor kan het handig en verstandig zijn om een woning aan te passen. De dienst Mijn Woning OpMaat biedt getrainde vrijwilligers die advies en ondersteuning bieden over langer thuis blijven wonen. Aan de hand van een checklijst komen vrijwilligers op aanvraag bij mensen thuis en kijken naar de verbeterpunten in het huis. Vaak zijn kleine aanpassingen in huis al voldoende om veiliger en prettiger thuis te blijven wonen. Wanneer aanpassingen nodig zijn dan kan Buurtservice ingeschakeld worden. Onder bepaalde voorwaarden kunnen zij 10 gratis klusuren aanbieden. Via de dienst mijn Woning OpMaat kunnen ook energiecoaches van Zutphen Energie ingeschakeld worden. Zij denken mee over verduurzaming en het besparen van energie in de woning. Meer weten over Mijn Woning OpMaat? Bezoek dan de website [mijnwoningopmaat.nl](http://mijnwoningopmaat.nl) of maak een afspraak voor een huisbezoek: 0575 596296.

## Mantelzorgbijeenkomst september: Hoe blijf ik in balans?

Voor mantelzorgers en belangstellenden  
Donderdag 27-09-2018, 10.00-12.00 uur  
Locatie volgt!

Vind je het ook zo gewoon om te zorgen, maar misschien niet (altijd) om aan jezelf te denken? Hoe kun je daarbij grenzen stellen? Spelen er misschien ook schuldgevoelens? In deze bijeenkomst gaan we in op dergelijke vragen. Er is ook ruimte voor eigen vragen. De bijeenkomst wordt georganiseerd in samenwerking met Natasja van der Berg van 'Vraag Zoekt Antwoord'. Aanmelden kan tot 20 september.

Voor aanmelding of vragen: tel. 0575-596296 of  
[mantelzorg@perspectiefzutphen.nl](mailto:mantelzorg@perspectiefzutphen.nl)

## Enquête onder mantelzorgers

Perspectief Zutphen heeft onlangs een enquête onder 1000 mantelzorgers verspreid om behoeften en wensen te inventariseren. De enquête is ingevuld door 261 volwassen mantelzorgers en met een groep van 10 mantelzorgers nabesproken. Een korte enquête voor jonge mantelzorgers is door 7 jongeren ingevuld.

Indien gewenst is het verslag van de resultaten op te vragen via  
[mantelzorg@perspectiefzutphen.nl](mailto:mantelzorg@perspectiefzutphen.nl).

---

## Privacystatement Perspectief Zutphen


De Vrijwilligerscentrale is onderdeel van Perspectief Zutphen. Als organisatie hechten wij veel waarde aan de bescherming van persoonsgegevens en privacy van onze klanten, vrijwilligers, medewerkers en andere betrokkenen. We gaan zorgvuldig om met persoonsgegevens en we doen ons uiterste best om ieders privacy te waarborgen. Dit doen we conform de huidige wet- en regelgeving, De Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG). Wij hebben een Privacy Statement opgesteld waarin we op transparante wijze informatie geven over hoe wij omgaan met persoonsgegevens. Hierin staat opgenomen welke persoonsgegevens wij verwerken, voor welke doeleinden, wie de gegevens mag inzien, hoe wij gegevens bewaren, aan wie wij uw gegevens doorgeven en welke invloed je daarop zelf kunt uitoefenen. Je kunt het Privacy Statement lezen op de website: [perspectiefzutphen.nl/organisatie/privacyverklaring/privacystatement](http://perspectiefzutphen.nl/organisatie/privacyverklaring/privacystatement). Mocht je na het lezen hiervan nog vragen hebben neem dan contact op met Arwen Wegman via [a.wegman@perspectiefzutphen.nl](mailto:a.wegman@perspectiefzutphen.nl).


---

Heb je wensen, een tip of iets moois meegemaakt dat je wilt delen, dan zien we graag je reactie!

Kijk voor meer informatie over de onderwerpen in de nieuwsbrief en de vacatures op de website van de Vrijwilligerscentrale Zutphen: [www.vrijwilligerscentrale-zutphen.nl](http://www.vrijwilligerscentrale-zutphen.nl)

Contact: Oude Bornhof 47a 7201 DV Zutphen, (0575) 596296  
[vrijwilligerscentrale@perspectiefzutphen.nl](mailto:vrijwilligerscentrale@perspectiefzutphen.nl)  
maandag t/m donderdag 9.00-15.00 uur en vrijdag 9.00-13.00 uur

 De Vrijwilligerscentrale twittert via @VrijwCentrZutph

 Volg je ons al via Facebook? [www.facebook.com/vrijwilligerscentralezutphen](http://www.facebook.com/vrijwilligerscentralezutphen)

Indien je deze e-mail niet meer wilt ontvangen kun je jezelf afmelden via [vrijwilligerscentrale@perspectiefzutphen.nl](mailto:vrijwilligerscentrale@perspectiefzutphen.nl).

