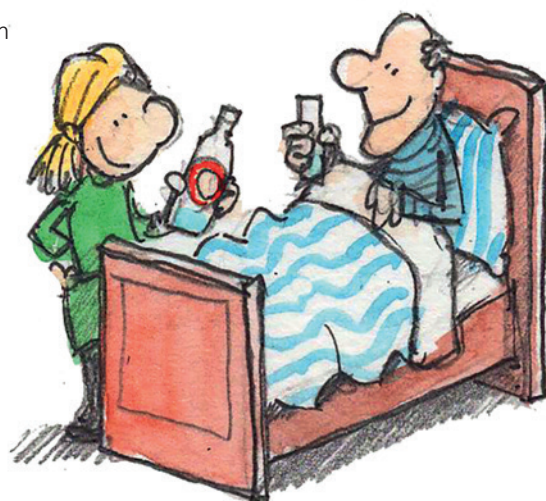


Nachtoppas

Voor zorgbehoevenden vormen de nachten dikwijls een probleem. Een mantelzorgverlener steunt hen overdag, maar wie kan een oogje in het zeil houden 's nachts?

Om deze mensen te helpen, zijn we op zoek naar gemotiveerde vrijwilligers die wensen in te slapen bij zorgbehoevenden. Je kan hen ondersteunen door te helpen bij het **avondmaal** en **ontbijt**, **gezelschap** tijdens de avond of **hulp/begeleiding bij het toiletbezoek**. Het geeft de cliënt alsook de mantelzorgverlener een veilig gevoel om te weten dat er iemand is, die kan hulp bieden waar nodig.

Een nachtoppas loopt meestal van 20u 's avonds tot 8u 's morgens. Maar dit kan steeds aangepast worden in samenspraak met de cliënt en de familie.



**Wens je graag vrijblijvend meer informatie.
Aarzel dan niet om ons te contacteren.**

Regio Limburg: ☎ 011 29 10 40

✉ vrijwilligerswerk.limburg@svhg.be

📘 [/solidariteitvhgezin](https://www.facebook.com/solidariteitvhgezin)



Solidariteit voor het Gezin

Tramstraat 61, 9052 Gent | 078 05 51 00 (24/24 - 7/7)
solidariteit@svhg.be | www.solidariteit.be | [f/solidariteitvhgezin](https://www.facebook.com/solidariteitvhgezin)

V.U. Erwin Devriendt, Tramstraat 61, 9052 Gent. Niet op de openbare weg gooien a.u.b.

Vrijwilligerswerk

een straat vol mogelijkheden



Help jij mee zorg dragen voor anderen?

Vrijwilligerswerk, voor elk wat wils

Solidariteit voor het Gezin is een (thuis)zorgbedrijf met 40 jaar ervaring in de zorgsector. Met onze verscheidenheid aan diensten, zoals onder meer thuisverpleging, gezins- en bejaardenzorg en poetsdienst, ondersteunen we dagelijks 40 000 cliënten. Ook voor het vrijwilligerswerk is hiervoor een belangrijke rol weggelegd.

De mogelijkheden om een ander te helpen, zijn zo divers dat we dit niet onder één noemer kunnen plaatsen. In deze folder proberen we je een idee te geven, **wat jij voor een ander kan betekenen.**

We zorgen steeds voor een degelijke **begeleiding** door een coördinator, een **verzekering** en **vormingen** op maat. Daarnaast heb je ook recht op een kostenvergoeding.

De forfaitaire **kostenvergoeding** voor dag- en/of nachtoppas, die een

vrijwilliger ontvangt, bedraagt € 2,5 per uur. Wanneer je instaat voor vervoer van zorgbehoevenden met je eigen wagen ontvang je volgens het wettelijk barema een vergoeding per gereden kilometer.

Door aan vrijwilligerswerk te doen ondersteun je niet enkel zorgbehoevenden, maar je leert ook heel wat **nieuwe mensen kennen.**

Jaarlijks worden er **bijeenkomsten** georganiseerd waarop je je ervaringen kan delen met andere vrijwilligers.

🔍 www.solidariteit.be/vrijwilligerswerk

Neem zeker een kijkje op onze website!

"Vrijwilligerswerk, vaak een kleine daad met een dankbaar resultaat!"



Dagoppass

Overdag kan je als vrijwilliger heel wat mensen een handje helpen of gezelschap houden. Wat voor jou misschien een kleine moeite is, betekent vaak een wereld van verschil voor de cliënt en zijn familie. Wat kan je doen als vrijwillige dagoppasser?

Langsgaan voor een **leuke babbel**. Zo help je de eenzaamheid te doorbreken waarin velen verkeren.

Samen een **korte wandeling maken**. Vaak durven mensen niet meer alleen de straat op omdat hun mobiliteit verminderd.

Een **maaltijd opwarmen** of **boterhammen smeren**. Koken hoort niet tot het takenpakket van een vrijwilliger, maar ondersteuning van een maaltijd wel. Een maaltijd opwarmen kan dus perfect.

Samen boodschappen doen

Veel zorgbehoevenden zijn vaak niet meer in staat om alleen om boodschappen te gaan. Ze kunnen dit laten doen door anderen. Maar mits de ondersteuning van een vrijwilliger kan er ook **samen naar de winkel** worden gegaan.



Assistentie bij personen met een beperking

We zijn steeds op zoek naar **enthousiaste vrijwilligers die mensen met een beperking willen ondersteunen**. Samen een wandeling maken, een gezelschapsspel spelen of een dagje naar een festival gaan, zijn maar enkele voorbeelden van wat je samen kan doen. Bovendien kan je op die manier de mantelzorger even ontlasten.



Je bepaalt zelf welke uren en dagen je je wenst in te zetten.

Niet dringend zittend medisch vervoer

Beschik je over een eigen wagen, rij je graag met de auto en heb je nog wat vrije tijd? Dan is de taak als vrijwillige chauffeur misschien iets voor jou. Hierbij **vervoer en begeleid je zorgbehoevenden heen en terug naar hun medische afspraak**.

