

Samana op maat

Aanbod vrijwilligers basiswerking 2023



PROVINCIE VLAAMS-BRABANT & BRUSSEL

Voorwoord

Samana op maat

Bernadette houdt van zwarte koffie en Greta van een tasje rozebottelthee. Mia kan heel goed luisteren tijdens een huisbezoek bij Bernadette. Bruno organiseert liever een babbelnamiddag waar Greta kan genieten van haar theetje met een stukje abrikozentaart. Het zijn net deze activiteiten die zoveel deugd doen voor mensen die chronisch ziek, eenzaam of mantelzorger zijn. Want mensen samenbrengen, daar zijn we samen sterk in.

Vrijwilligers willen vooruit: ze willen nieuwe vrijwilligers aantrekken om mee te komen doen, willen op een leuke manier samenwerken, een hechte groep vormen met de neuzen vooruit. Kortom, ze willen bijleren op verschillende vlakken. Wij ondersteunen jullie graag in jullie vrijwilligersengagement. Dat kan via een gesprek, een bezoek aan je basiswerking, een uitwisselingsmoment op een Samanabijeenkomst of een vorming.

Meer en meer ontstaan er ook nieuwe basiswerkingen met (jongere) mensen met een chronische ziekte, of met vrijwilligers die willen inzetten op burenhulp. Ook deze nieuwe groepen kunnen terecht bij hun educatief medewerker voor ondersteuning op maat van hun specifieke noden.

Voor 2023 werden een aantal vormingen uitgewerkt of herwerkt. Onze blikvanger voor 2023 is “Geef er een lap op!”. Je vrijwilligersgroep staat stil bij de missie van Samana en zoekt waar jullie energie zit en hoe die nog meer kan bruisen. Een aanrader!

Je ziet dat ons aanbod werd aangepast. Op die manier wensen we nog sterker in te zetten op ondersteuning ‘op maat’ van je basiswerking. Hopelijk nodigt het uit om samen met ons te zoeken naar wat je basiswerking op dit moment écht nodig heeft.

Bel ons, mail ons, laat ons vlug iets weten... Zodat we samen maatwerk kunnen bieden aan jullie vrijwilligersgroep en ieder een tasje koffie of thee heeft dat smaakt.

Aan allen wensen we een boeiend 2023 met veel ruimte voor een deugddoend engagement binnen Samana!

Team Basiswerking

Annick, Daisy, Katrien D., Katrien V., Liese, Nele, Thea & Tineke

Inhoudstafel

Vormingen - sterker vrijwilligen:	4
• lokaal aanbod	4
• provinciaal aanbod	7
Praktische afspraken	10
Belangrijke data	12
Ondersteuning basiswerking	13
Contact	16
Foto's	17
Aanvraagformulier vormingen 2023	19

Vormingen - sterker vrijwilligen

Lokaal aanbod

Samen sterk

GEEF ER EEN LAP OP!

Samana heeft een vernieuwde missie. Met een ontspannende methodiek komen we naar de basiswerking om jullie te laten kennismaken met de missie van Samana. Samen kijken we hoe jullie de missie al waar maken en wat de missie voor ieder van jullie betekent, rekening houdend met jullie eigen goesting en talent.

Begeleiding: educatief medewerker



Deze vorming is zeer goed onthaald in onze basiswerking Keerbergen

“Uitgaande van de “missie” van Samana werd ieder van onze vrijwilligers uitgenodigd om te vertellen in de groep wat die missie concreet betekent in zijn/ haar leven. Verrassend was het te horen hoe intens deze missie beleefd wordt. Met momenten waren de verhalen heel ontroerend en pakkend en werd het even stil. De medewerking van onze mensen was oprecht, spontaan, uit het hart en dat voelde héél mooi en warm! Het heeft ons ook opnieuw laten voelen dat we met al onze talenten samen zoveel kunnen betekenen voor onze zieken, mantelzorgers en mensen met een zorgnood en mogelijks een lichtpuntje kunnen betekenen in hun leven.

Deze vorming deed echt deugd en ze heeft de groep zeker dichter bij mekaar gebracht, waarvoor dank”

SAMENWERKEN WERKT! **(aanvragen vanaf maart)**

Hoe werk je als basiswerking nog beter samen? We kijken welke rol vertrouwen hierin speelt. Wat is vertrouwen voor jou en wat betekent dit voor je basiswerking? Op het einde van deze vorming gaan we naar concrete samenwerkingsafspraken voor jullie basiswerking.

Begeleiding: educatief medewerker



Huisbezoek

LEVENSWENSKAARTEN

Tijdens ons leven maken we heel wat keuzes: wat gaan we vandaag eten? Waar wil ik wonen? Wanneer wil ik op pensioen gaan? Maar wat als je plots ziek wordt of ernstig gewond raakt?

'Levenswens' is een kaartspel, een hulpmiddel dat je op een eenvoudige en laagdrempelige manier laat nadenken en spreken over wat er voor jou belangrijk is in het leven. Nadenken over het levenseinde en hoe je hiermee wenst om te gaan, is daarvan een onderdeel. Interessant voor basiswerkingen die op zoek zijn naar een concreet hulpmiddel om een gesprek, tijdens een huisbezoek, te verdiepen.

Begeleiding: freelance lesgever

SPIRITWIJZER

Hoe kunnen we het gesprek van een huisbezoek versterken en meer diepgang geven? Als Samana-vrijwilliger zijn we sterk in onze contacten met mensen. Hoe maken we echt verbinding en hoe maken we ruimte voor een gesprek over dingen die er echt toe doen? De methode van Spiritwijzer ondersteunt je hierin.

Begeleiding: freelance lesgever



AANDACHT VOOR EENZAAMHEID

Eenzaamheid kent verschillende soorten en vormen. Ze kunnen onderscheiden is een kunst. Wat is eenzaamheid, wie is kwetsbaar en hoe kunnen we eenzaamheid aanpakken. Dit is een vorming waarbij we samen nadenken en bekijken hoe we als basiswerking hierop kunnen inspelen.

Begeleiding: freelance lesgever

AAN DE SLAG MET MANTELZORG

Deze vorming biedt jullie de kans een gesprek te voeren rond 'mantelzorg' in jullie basiswerking. Belangrijk is dat iedereen mee is en een juiste invulling geeft aan het begrip mantelzorg. Deze vorming hoopt klaarheid te geven, misverstanden uit te klaren en 'goesting' te geven om met mantelzorg aan de slag te gaan.

Begeleiding: educatief medewerker



AAN DE SLAG MET MEER BEKENDHEID IN DE BUURT

Is Samana bij jullie in de buurt gekend? Zo ja, bij welke doelgroep? De oudere bevolking, jonge gezinnen, zorgverleners... Willen jullie hier graag verandering in brengen?

Dan is deze vorming op maat iets voor jullie! We bekijken samen bij welke doelgroep jullie meer bekendheid willen en zetten hiervoor een gepaste methodiek in.

Begeleiding: educatief medewerker

WIE SPREEK JIJ AAN? EEN ANDERE KIJK OP VRIJWILLIGERSWERVING

We leven in een diverse samenleving maar vaak zijn de basiswerkingen hier geen weerspiegeling van. Iedereen wil graag meer vrijwilligers, maar is iedereen ook welkom? Wie vragen we om zich aan te sluiten bij onze basiswerking en wie niet? Staan we stil bij waarom we deze aanpak hanteren? In deze vorming zetten we onze kritische bril op en bekijken we hoe we onze werking meer open kunnen stellen voor iedereen.

Begeleiding: freelance lesgever

STARTVORMING NIEUWE GROEPEN

Deze vorming is de ideale vorming om als gloednieuwe basiswerking aan te vragen. In deze vorming vertellen we wat onze motivatie is om vrijwilliger bij Samana te zijn. We kijken naar de missie en hoe deze ons allemaal verbindt. We kijken wat we concreet willen betekenen in onze basiswerking en leren wat Samana nog allemaal te bieden heeft naast de basiswerking.

Begeleiding: educatief medewerker

Provinciaal aanbod

STERKER VRIJWILLIGEN ALS VERANTWOORDELIJKE

Wij brengen geïnteresseerde verantwoordelijken van de basiswerking samen in Dilbeek of Kessel-lo voor een interactieve uitwisseling. Dit kan zowel een voorzitter, een secretaris of een andere persoon van de basiswerking zijn die bepaalde verantwoordelijkheden heeft.

Het thema staat nog niet vast, meer info volgt spoedig.

Waar en wanneer?

- Donderdag 23 maart in Dilbeek van 10.30u tot 13.30u
- Dinsdag 28 maart in Kessel-Lo van 10.30u tot 13.30u

LEVENSLLOOP LEUVEN 2023

Samana is dé organisatie die zich inzet voor chronisch zieke mensen, mensen met een zorgnood en hun mantelzorgers. Dit sluit perfect aan bij het doel van Levensloop: als gemeenschap samen opstaan in de strijd tegen kanker. In 2019 hadden we al een prachtige eerste deelname.

Ook in 2023 willen we alles op alles zetten om als vereniging sterk naar buiten te komen: we maken ons zichtbaar, ondersteunen onze doelgroep en komen met iedereen van Samana op een leuke manier samen.



Ook jij kan helpen! Kom langs en wandel een rondje, eet en drink iets aan onze stand of houd mee het standje open als vrijwilliger. Gezelligheid troef en dat allen tegen kanker!

Waar en wanneer?

Zaterdag 28 en zondag 29 mei van 15u tot 15u. Op campus UCLL Heilig Hartinstituut, Hertogstraat 178 in Heverlee.

DANKFEEST VRIJWILLIGERS BASISWERKING

Graag nodigen we jullie uit op het dankfeest in Kessel-Lo of regio Brussel. Houd alvast onderstaande datum vrij! Meer info volgt later.

Waar en wanneer?

- Vrijdag 9 juni in regio Brussel vanaf 16u
- Vrijdag 16 juni in Kessel-Lo vanaf 16u

SAVE
-THE-
DATE!



UITWISSELINGSMOMENT NIEUWE GROEPEN

We brengen startende groepen samen, dit om kennis te maken met Samana. We bekijken daarnaast hoe ver elke startende groep staat op vlak van: vrijwilligers vinden, deelnemers bereiken, het registratieprogramma MijnSamana... en leren graag van elkaar wat werkt.

Waar en wanneer?

- 2 momenten in de zomervakantie van 16u tot 19u
- Locatie: Kessel-Lo en CM Dilbeek



CREAVORMING

We zetten ons beste creatieve beentje voor! Kom inspiratie opdoen op deze creatieve workshops voor Samana-vrijwilligers die graag creatief aan de slag willen gaan met de basiswerking. Meer info volgt nog.

Waar en wanneer?

- Donderdag 28 september in Kessel-Lo



STARTVORMING VOOR NIEUWE VRIJWILLIGERS

Waar en wanneer?

- Donderdag 21 november om 19 uur: digitaal
- Donderdag 23 november van 14u tot 17u in Kessel-Lo (zaal De Demer)
- Dinsdag 30 november van 14u tot 17u in CM Meise

Praktische afspraken

In dit vormingsboek zijn vormen opgenomen die worden gegeven door educatief medewerkers en freelance lesgevers. Daarnaast zijn er ook vormen die je in eigen beheer kan organiseren.

Hieronder vind je terug hoe je een vorming aanvraagt, wat de kostprijs bedraagt en of je recht hebt op de eenmalige vormingssubsidie van 75 euro.

Vorming met freelancer

- Kostprijs: 60 euro + kilometervergoeding (0,27 euro/km - onbeperkt)
- Basiswerking krijgt een eenmalige vormingssubsidie van 75 euro
- Duur: +/- 1,5 uur - 2 uur

Vorming met extern deskundig lesgever (Wit-Gele Kruis, Memo Expertisecentrum Dementie, Gezonde buurt, vormen in eigen beheer...)

- Basiswerking krijgt een eenmalige vormingssubsidie van 75 euro
- Duur en kostprijs: afhankelijk van externe lesgever

Vorming met educatief medewerker

- Gratis
- Let op! Vanaf dit jaar heb je bij vormen met een educatief medewerker geen recht op de vormingssubsidie van 75 euro
- Duur: 1,5 - 2 uur

Hoe een vorming aanvragen?

- Via het aanvraagformulier vorming achteraan in dit vormingsboek.
- Aan ons te bezorgen twee maanden voor de gewenste datum, via post t.a.v. Daisy Celis, Platte Lostraat 541, 3010 Kessel-Lo of per mail naar daisy.celis@samana.be. Samana contacteert de lesgever om te zien of het gevraagde tijdstip mogelijk is.
- Samana stuurt de basiswerking een bevestigingsmail met de contactgegevens van de lesgever.
- De basiswerking contacteert de lesgever een tweetal weken voor de vorming om concreet af te spreken.
- Als de vorming niet kan doorgaan, laat de basiswerking de lesgever ten laatste 2 weken op voorhand iets weten.



Belangrijke data

Januari

? Samanabijeenkomst

Februari

Maart

23 Vorming voorzitters / trekkers (Dilbeek)

28 Vorming voorzitters / trekkers (Kessel-Lo)

April

Mei

? Samanabijeenkomst

27 en **28** Levensloop Leuven

Juni

9 Dankmoment regio Brussel

16 Dankmoment Kessel-Lo

23 Dag van de mantelzorger

Juli en augustus

? Uitwisselingsmoment
nieuwe groepen

September

28 Creavorming

Oktober

8 Dag van de chronisch zieke
mensen

? Samanabijeenkomst

November

11 Startvorming nieuwe
vrijwilligers (digitaal)

23 Startvorming nieuwe
vrijwilligers (Kessel-Lo)

28 Startvorming nieuwe
vrijwilligers (Meise)

December

Ondersteuning basiswerking

Webshop



Ontdek alle Samana-producten om jullie werking te ondersteunen en uit te dragen. Maar ook individueel vind je hier het materiaal dat je kan helpen in je vrijwilligersengagement, het leven met een chronische ziekte of je engagement als mantelzorger.

Meer info of een bestelling plaatsen: <https://www.samana.be/webshop>

Via de regio te bestellen

- Beachvlag met naam van de basiswerking €45
- Beachmast €30
- Beach draagtas €20
- Beachvoet €30
- Vlag met naam van de basiswerking €25
- Vlaggenmast (goudkleur) €75
- Draagzak voor vlaggenmast €50
- Sierappeltje voor vlaggenmast (goudkleur) €35
- Kaars met Samana-logo €8,5
- Tent: op aanvraag

Buurtkrant

De buurtkrant is een krant op maat van jouw basiswerking. Mensen uit de buurt kunnen er lezen wie jullie zijn en wat jullie doen.




Het geeft de mogelijkheid om zowel nieuwe vrijwilligers aan te spreken als meer bekendheid te creëren voor je basiswerking en voor Samana. Ook in 2023 willen we graag inzetten op naamsbekendheid en kan elke basiswerking dit gratis online bestellen en laten leveren op een adres naar keuze. De verspreiding gebeurt door de basiswerking. Je kan deze zelf aanmaken via www.mygenscom.com/nl/samana.

Vraag de handleiding en/of hulp via je educatief medewerker.

Uit te lenen materiaal

Er is ook heel wat materiaal dat je kan ontlend bij Samana en CM. Tijdig reserveren is de boodschap! Ophalen en terugbrengen gebeurt in het regionaal secretariaat van Kessel-lo of Haren. Indien dit niet kan, kunnen we bekijken hoe we het materiaal ter plaatse krijgen.

Samana-materiaal:

-  Nieuw! Gezelschapsspellenbox! Uit te lenen vanaf maart.
- Samana-tentje, vlag, beachvlag, banner, gespreksdoos 'ontmoetingen met herinneringen'
- Multimediamateriaal; beamer, scherm, geluidsinstallatie
- Rolstoelen: minsten 6 weken op voorhand reserveren (Afhalen: gratis, levering: 16 euro)



Drukwerk

Je kan je drukwerk voor je basiswerking via Samana Vlaams-Brabant & Brussel laten drukken. Stuur de bestanden minstens 4 weken op voorhand door naar vlaamsbrabant@samana.be en voorzie het logo van Samana op het drukwerk. De prijzen voor het drukwerk zie je hieronder. Deze worden via factuur aan de basiswerking aangerekend.

Kostprijs kopies:

	Eenheidsprijs recto	Eenheidsprijs recto/verso
A4 wit papier zwart-wit	0,0241€	0,0452€
A4 gekleurd papier zwart-wit	0,0279€	0,0469€
A4 wit karton zwart-wit	0,0445€	0,0635€
A4 gekleurd karton zwart-wit	0,0675€	0,0815€
A4 wit papier kleur	0,15€	0,27€
A3 affiche zwart-wit	0,08€	
A3 affiche kleur	0,1630€	

Verzekering

Wil je graag meer weten over hoe je als vrijwilliger bij Samana verzekerd bent? Vraag dan de brochure 'Waardering en ondersteuning basiswerkingen' aan via vlaamsbrabant@samana.be

Contact

Samana Vlaams-Brabant & Brussel

Samana regionaal secretariaat Leuven

Platte Lostraat 541

3010 Kessel-Lo

Tel. 016 35 95 13

E-mail: vlaamsbrabant@samana.be

Samana regionaal secretariaat Sint-Michielsbond

Haachtsesteenweg 1805

1130 Haren

Tel. 02 240 85 04

E-mail: vlaamsbrabant@samana.be

EDUCATIEVE MEDEWERKERS BASISWERKING EERSTELIJSZONES (ELZ)

- ELZ Leuven-Zuid - Katrien Demaerschalk
 - katrien.demaerschalk@samana.be - 0476 55 05 00
- ELZ Demerland - Thea Van Langenhoven
 - thea.vanlangenhoven@samana.be - 0474 56 84 88
- ELZ Leuven - Tineke Meyns
 - tineke.meyns@samana.be - 0475 63 51 56
- ELZ Zuid-Oost Hageland - Liese Bruyninckx
 - liese.bruyninckx@samana.be - 0474 56 84 89
- ELZ Leuven-Noord - Tineke Meyns
 - tineke.meyns@samana.be - 0475 63 61 56
- ELZ Druivenstreek - Katrien Demaerschalk
 - katrien.demaerschalk@samana.be - 0476 55 05 00
- ELZ Brussel - Katrien Vandeperre
 - katrien.vandeperre@samana.be - 0474 56 84 90
- ELZ Zennevallei - nieuwe collega
- ELZ Grimbergen - Katrien Vandeperre
 - katrien.vandeperre@samana.be - 0474 56 84 90
- ELZ Pajottenland - nieuwe collega
- ELZ Amalo - nieuwe collega
- ELZ Bravio - Katrien Demaerschalk
 - katrien.demaerschalk@samana.be - 0476 55 05 00

MAATSCHAPPELIJK WERK CM

Je kan de dienst Maatschappelijk Werk bereiken via

zorglijn.vlaamsbrabant@cm.be of 078 15 34 00 (zonaal tarief).

Voor meer informatie over het kantoor in jouw buurt, neem een kijkje op www.cm.be/kantoren.



Annick Derdelinckx

Bus Team



Daisy Celis



Thea Van Langenhoven



Liese Bruyninckx



Katrien Vandeperre



Katrien Demaerschalk



nieuwe collega



Tineke Meyns



Meer info of vragen?

Samana Vlaams-Brabant & Brussel

SAMANA REGIONAAL SECRETARIAAT LEUVEN

Platte Lostraat 541
3010 Kessel-Lo
Tel. 016 35 95 13
vlaamsbrabant@samana.be

SAMANA REGIONAAL SECRETARIAAT SINT-MICHIELSBOND

Haachtsesteenweg 1805
1130 Haren
Tel. 02 240 85 04
vlaamsbrabant@samana.be

V.U.: Johan Tourné, Hingenesteenweg 57, 2880 Bornem

WWW.SAMANA.BE



Aanvraagformulier vormingen 2023

Basiswerking

Contactpersoon

Adres

E-mailadres

Telefoonnummer

VORMINGSVRAGEN

1

Onderwerp

Datum + uur

Plaats (+ adres)

Doelgroep: vrijwilligers / leden / mantelzorgers (schrappen wat niet past)

Geschat aantal deelnemers:

Vorming via regio/ in eigen beheer (schrappen wat niet past)

In samenwerking met *

WENSEN EN VERWACHTINGEN BIJ BOVENSTAANDE VORMINGSVRAAG

.....

2

Onderwerp

Datum + uur

Plaats (+ adres)

Doelgroep: vrijwilligers / leden / mantelzorgers (schrappen wat niet past)

Geschat aantal deelnemers:

Vorming via regio/ in eigen beheer (schrappen wat niet past)

In samenwerking met *

WENSEN EN VERWACHTINGEN BIJ BOVENSTAANDE VORMINGSVRAAG

.....

3

Onderwerp

Datum + uur

Plaats (+ adres)

Doelgroep: vrijwilligers / leden / mantelzorgers (schrappen wat niet past)

Geschat aantal deelnemers:

Vorming via regio/ in eigen beheer (schrappen wat niet past)

In samenwerking met *

WENSEN EN VERWACHTINGEN BIJ BOVENSTAANDE VORMINGSVRAAG

.....

4

Onderwerp

Datum + uur

Plaats (+ adres)

Doelgroep: vrijwilligers / leden / mantelzorgers (schrappen wat niet past)

Geschat aantal deelnemers:

Vorming via regio/ in eigen beheer (schrappen wat niet past)

In samenwerking met *

WENSEN EN VERWACHTINGEN BIJ BOVENSTAANDE VORMINGSVRAAG

.....

*indien je samenwerkt met meerdere Samana-basiswerkingen, vult alleen de hoofdorganisator het aanvraagformulier in.

Bezorg dit formulier via mail aan vlaamsbrabant@samana.be of verstuur het via post naar Samana Vlaams-Brabant & Brussel, Platte Lostraat 541, 3010 Kessel-Lo