



Meer informatie of aanmelden?

Neem **contact** met ons op.

Zwanenburgwal 206, 1011 JH Amsterdam

T. 020 886 88 00 | www.markant.org | info@markant.org



Kies voor het betere werk!

Word vrijwilliger bij Markant



Zit er een **vrijwilliger** in jou?

Heb jij af en toe een paar uur de tijd? Wil je echt iets voor een ander betekenen? Gewoon, door er te zijn, aandacht te geven of samen iets leuks te ondernemen? Word vrijwilliger bij Markant.

Wie help je ermee?

Je helpt mensen die zorg nodig hebben en hun mantelzorgers. Mantelzorgers zorgen vaak 7 dagen in de week voor hun naaste. Om deze zorg vol te kunnen houden, is het belangrijk dat zij af en toe even vrijaf kunnen nemen van hun zorgtaak om iets voor zichzelf te kunnen doen en op adem te komen.

Hoeveel tijd kost het?

Gemiddeld twee tot vier uur per week of per twee weken. Logeerouders één dag of een weekend per maand.

Wat krijg je ervoor terug?

Je zet je in voor een ander en krijgt er ook iets voor terug: nieuwe contacten, waardering, gratis scholing, persoonlijke ontwikkeling, een aanvulling op je CV en onkostenvergoeding. Volg je een HBO-opleiding, dan is het soms mogelijk ingezet te worden als vrijwilliger en hiermee studiepunten te verdienen.

Hoe word je vrijwilliger?

Meld je aan via onze website of bel naar Markant voor een kennismakingsgesprek. Jong, oud, man, vrouw, we willen je graag ontmoeten. Een Verklaring Omtrent Gedrag (VOG) maakt deel uit van de aannameprocedure.

Vrijwilligerswerk dat bij jou past

Er wordt rekening gehouden met wat jij kan en welk werk jou aanspreekt. Er zijn veel mogelijkheden. Ontdek hoe veelzijdig en uitdagend vrijwilligerswerk bij Markant is:

- ZORGVRIJWILLIGER**
Ga op bezoek bij of op stap met een chronische zieke, een dementerende oudere of een kind dat chronisch ziek is of een beperking heeft.
- MAATJE**
Help jonge moeders met een lichte verstandelijke beperking bij de opvoeding en verzorging en doe gezellige dingen met moeder en kind.
- LOGEEROUDER**
Maak een kind blij. Stel je hart en huis open voor een kind met een lichamelijke of verstandelijke beperking dat graag wil logeren.
- VRIJWILLIGER PALLIATIEVE ZORG**
Geef je aandacht aan iemand in de laatste levensfase, door te praten of stil aanwezig te zijn.
- NETWERKCOACH**
Help mantelzorgers met het versterken en vergroten van hun sociale netwerk.
- MANTELZORGAMBASSADEUR**
Wijs mantelzorgers de weg naar hulpverlenende instanties of geef voorlichting aan professionals.