



Leontienhuis

Onze vrijwilligers zijn de basis van het Leontienhuis, voor de uitvoering en begeleiding van onze programma's en bijeenkomsten. Samen maken zij zich hard voor de eetstoornisproblematiek in Nederland. **#altijdvoorjou**



Vrijwilligerswerk Leontienhuis

#altijdvoorjou



“Ja, ik wil vrijwilliger worden! Ben ik er klaar voor?”

**Wat leuk én goed dat je interesse hebt in vrijwilligerswerk bij het Leontienhuis!
We geven je graag een indruk van de inhoud en mogelijkheden.**

Vrijwilligerswerk is wel vrijwillig, maar niet vrijblijvend. We rekenen op jouw inzet. Een aantal competenties, kwaliteiten en vaardigheden zijn van belang om je vrijwilligerswerk op een bevredigende manier uit te kunnen voeren. Voor ons, de deelnemers van het Leontienhuis én voor jezelf. Kies de rol die het beste bij je past. Het Leontienhuis is een leerzame plek die continu in ontwikkeling is. Pak je kansen om in je rol te groeien en jezelf verder te ontwikkelen.

Rollen

Als vrijwilliger bij het Leontienhuis kun je diverse rollen vervullen. Afhankelijk van jouw ervaring, kennis en persoonlijke interesse. Grofweg kunnen we de rollen verdelen in twee categorieën: ervaringsdeskundigen en niet-ervaringsdeskundigen. Als ervaringsdeskundige ben je zelf hersteld van een eetstoornis of heb je als ouder/naaste ervaring in het herstel van een kind, partner of andere dierbare naasten. Niet-ervaringsdeskundigen hebben dan wel geen ervaring in het herstellen van een eetstoornis, maar kunnen evengoed hun eigen levenservaring inzetten tijdens hun vrijwilligerswerk.

Ervaringsdeskundigen	Ervaringsdeskundige naasten	Niet-ervaringsdeskundigen
Leontienhuis-spreker Leontienhuis-ondersteuner Leontienhuis-coach Leontienhuis-groepsbegeleider Luisterend oor Zoomlunch-ondersteuner	Leontienhuis-spreker Leontienhuis-naastencoach Leontienhuis-groepsbegeleider Zoomlunch-ondersteuner	Gastvrouw of -heer Kookgastvrouw of -heer Begeleider crea Yogadocent Klankschalen Massage Budgetcoach Tuinman of -vrouw Klusjesman of -vrouw Administratieve ondersteuning Luisterend oor Zoomlunch-ondersteuner

Competenties

Als vrijwilliger bij het Leontienhuis heb je een voorbeeldrol. Een belangrijk gegeven om je van bewust te zijn. Wat maakt je geschikt als vrijwilliger? De volgende competenties zijn van belang.

- 1. In balans zijn.** De vrijwilliger is voldoende in balans en heeft een stabiele persoonlijke situatie. De ervaringsdeskundige vrijwilliger heeft de eetstoornis overwonnen en is minimaal 1 jaar stabiel.
- 2. Eigen ervaring.** De vrijwilliger is bereid om zijn eigen ervaring in te zetten voor de ondersteuning en coaching van individuen en/of groepen. Met respect voor verschillen, breng je jouw eigen ervaring in, zodat mensen herkenning en erkenning voelen. De manier waarop luistert nauw. Het gaat om aansluiten bij wat op dat moment speelt bij de ander. Je verstaat de kunst om te vertellen wat zicht geeft op kracht, mogelijkheden en de weg naar herstel. Zonder ongevraagd advies te geven.

*Deze competentie geldt voor ervaringsdeskundige vrijwilligers met betrekking tot de eetstoornis, maar ook voor niet-ervaringsdeskundigen wat betreft algemene levenservaring.



- 3. Representatief en gastvrij.** De vrijwilliger is klantgericht. Iedere bezoeker van het Leontienhuis en deelnemer aan één van onze programma's wordt gastvrij ontvangen en te woord gestaan op een open en vriendelijk manier. Dat geldt ook voor andere contactvormen, per e-mail of telefonisch bijvoorbeeld.
- 4. Communicatieve vaardigheden.** De vrijwilliger bezit goede communicatieve vaardigheden. Je hebt inlevingsvermogen, kunt goed luisteren en laat de ander praten. Je bent geduldig, maar kunt ook handelend optreden, oplossingsgericht denken en grenzen stellen.
- 5. Niet oordelen.** Je kunt open en zonder oordeel luisteren naar de ander. Met open vragen probeer je de gedachten en gevoelens van de ander te onderzoeken. Je aanvaardt dat sommige dingen moeilijk te begrijpen zijn.
- 6. Trouw en betrouwbaar zijn.** De vrijwilliger is iemand die trouw is in het nakomen van afspraken, binnen zijn/haar persoonlijke mogelijkheden. Je beseft dat vrijwilligerswerk niet vrijblijvend is. Je bent trouw en geduldig in het contact met de deelnemer van het Leontienhuis. Ook wanneer iemand een terugval heeft of 'weerstand' vertoont. Je beseft dat herstellen van een eetstoornis soms jaren kan duren.
- 7. Niet-medisch taalgebruik.** De vrijwilliger benoemt emoties en gevoelens zoals mensen die ervaren: angst, wanhoop, boosheid, vreugde, etc. Laat diagnostisch taalgebruik achterwege.
- 8. Huisregels.** De vrijwilliger is bekend met de huisregels. Wanneer je signalen opvangt dat deze regels (mogelijk) worden geschonden, maak je dit bespreekbaar bij de leiding.
- 9. Deskundigheidsbevordering.** De vrijwilliger is bereid om deel te nemen aan trainingen, cursussen en intervisies, georganiseerd door het Leontienhuis.
- 10. Reflectie en introspectie.** De vrijwilliger kan reflecteren op het eigen handelen, om de essentie van de ondersteuning in het Leontienhuis te bewaken en om persoonlijke groei mogelijk te maken.
- 11. Zorgen voor jezelf.** De vrijwilliger kan samenwerken en moeilijke situaties delen, zodat hij/zij niet geïsoleerd raakt.

Leerzame plek en samenwerken

Bij het Leontienhuis geloven we in de kracht van 'samen'. Ook al kies je om je eigen persoonlijke beweegredenen voor vrijwilligerswerk bij het Leontienhuis en ben jij uniek in de kwaliteiten die je ons te bieden hebt, alleen samen maken we van het Leontienhuis een succes.

De eetstoornisproblematiek waarmee we in het Leontienhuis te maken hebben, is vaak complex. Met onze programma's en huisregels proberen we zoveel mogelijk te kaderen in 'wel of niet' en 'goed of fout'. Desondanks hebben we vaak te maken met 'grijze gebieden', die overleg, discussie of ruggespraak vergen. Er is niet één weg naar herstel van een eetstoornis en vaak gaat de eetstoornis gepaard met andere (psychische en lichamelijke) problematiek. Een situatie vanuit meerdere invalshoeken benaderen is daarom essentieel voor succesvolle begeleiding en coaching.

Bij het Leontienhuis zijn we nooit klaar met leren en ontwikkelen. Van onze vrijwilligers verwachten we een open houding ten opzichte van andere meningen, ideeën en bereidheid om samen te werken. Je voelt je betrokken en vergaart (proactief) nuttige kennis en informatie die jou helpen bij het vervullen van je rol bij het Leontienhuis, op ons intranet bijvoorbeeld, of tijdens intervisies. #samentegeneetstoornissen

Aanmelden en vragen

Kun jij jezelf vinden in de gevraagde competenties en zie je een passende rol voor jezelf als vrijwilliger bij het Leontienhuis? We kunnen je hulp goed gebruiken en maken graag kennis met je! Meld je aan via het formulier op onze website www.leontienhuis.nl/help-mee. Heb je dat al gedaan? Dan nemen we contact met je op voor een eerste kennismaking, om te praten over jouw motivatie, vaardigheden en mogelijke rol bij het Leontienhuis. Daarna volg je een vrijwilligerstraining en ontvangen we graag een Verklaring Omtrent Gedrag (gratis aan te vragen). Na het tekenen van je vrijwilligerscontract kun je aan de slag!

Heb je vragen, is iets niet duidelijk, of twijfel je over een bepaalde rol? Aarzel dan niet om ons te contacteren, via info@leontienhuis.nl.

Voor informatie en aanmelden,
stuur een e-mail
naar info@leontienhuis.nl



Leontienhuis