

Verhalenbundel

10 jaar vrijwilligerswerk bij OPZC Rekem

Voorwoord



Vrijwilligers zijn de hoekstenen van onze maatschappij. Dankzij hun inzet is onze samenleving een beetje warmer en menselijker.
De eenzame die uitkijkt naar het wekelijks bezoekje, begeleiding bij uitstappen. Het vervoer naar de dokter. Het luisterend oor voor familieleden die het soms zwaar hebben. De extra ondersteuning bij dagdagelijkse maar noodzakelijke activiteiten is van onschatbare waarde.

Vrijwilliger worden doe je vanuit een buikgevoel, een gevoel dat zegt: 'ik wil iets voor de samenleving betekenen'. Wat je anderen biedt, krijg je ooit wel eens terug. Jaren heb ik mij met hart en ziel ingezet voor mensen met een beperking, voor de jeugdbeweging, KVLV, voor mensen die het minder goed hadden, maar ook als voorzitter van de vzw. Alden Biesen. Het was een verrijkende ervaring. Men vroeg me wel eens: waarom doe je dat allemaal? Ik kon er geen antwoord op geven. De dag dat ik ziek werd, kreeg ik veel terug. Warmte en steun van andere vrijwilligers. Een bewijs dat je als vrijwilliger niet alleen staat.

In ons beleid ondersteunen we de vrijwilligers en hun organisaties in de zorgsector voluit bij het werven van vrijwilligers. Onder de slogan: 'Word vrijwilliger (in de zorg). Je krijgt er veel voor terug!' werd een tv-spot gemaakt, infofolders en affiches verspreid. Het uitbouwen van het vrijwilligersbeleid vormt een prioriteit met de nadruk op vorming, ondersteuning, informatiesessies en gerichte publicaties.

2011, dat werd uitgeroepen tot Europees jaar van de vrijwilliger. Het geeft ons de kans om extra initiatieven te ontwikkelen. Gelijktijdig focussen we op de uitbreiding van de vacaturedatabank op www.vrijwilligerswerk.be om mensen de kans te geven zeer snel en gemakkelijk de perfecte vrijwillige activiteit te vinden. Een nieuw engagement betekent een nieuwe uitdaging. Heel veel mensen willen graag vrijwilligerswerk doen maar willen aangesproken worden. Hier moeten we werk van maken.

Daarom een warme oproep aan iedereen die zich wil inzetten voor een fijne en warme samenleving. Uit eigen ervaring, als door de verhalen van vele anderen kan ik jullie immers één ding garanderen: **Vrijwilligerswerk, je krijgt er veel voor terug!**

Erika Thijs
Gedeputeerde voor Welzijn en Gezondheid

Inhoud

2 10 jaar vrijwilligerswerking Vriendendienst Rekem

4 Vrijwilligerswerking binnen het OPZC Rekem

5 Een steuntje van de provincie Limburg

7 Een BV-vrijwilliger en peter voor OPZC Rekem

9 OPZC Rekem

10 Vrijwilliger bij OPZC Rekem

12 PVT MG

20 PVT RADO en het Activiteitencentrum (AC)

28 Psychiatrisch ziekenhuis

36 PVT 1 Rekem en PVT FOR

41 Het vrijwilligerslied

42 activiteiten over de jaren heen

10 jaar vrijwilligerswerking Vriendendienst Rekem



De vrijwilligerswerking in OPZC Rekem bestaat al meer dan 10 jaar. In 1999 besloot de directie het vrijwilligerswerk centraal te coördineren en systematisch aan te pakken, zowel qua aanwerving, als qua opvolging. Annemie Crijns werd benaderd voor het psychiatrisch ziekenhuis en Arlette Boven voor het verzorgingstehuis. Samen werden ze verantwoordelijk voor het onthaal en opvolging van vrijwilligers. Er werd besloten contact op te nemen met het provinciaal steunpunt voor vrijwilligerswerk, met name met Peter Vananderoye. Hij heeft ons wegwijs gemaakt en geholpen bij de opstart. We werden zelfs uitgenodigd om een nieuwe cursus te volgen omtrent alles wat met vrijwilligerswerk te maken had.

In 1999 erfden we enkele vrijwilligers die reeds bezig waren, waaronder een echtpaar dat na meer dan vijftien jaar dienst nog steeds aan de slag is! Van jaar tot jaar werden er meer vrijwilligers aangeworven. Momenteel zijn er meer dan zestig vrijwilligers actief.
In het begin werden vooral bezoekvrijwilligers aangeworven die zo'n tweemaal per maand langskomen om een welbepaalde patiënt/bewoner te ontmoeten en samen leuke dingen te ondernemen (een wandeling, een film, een terrasje doen, een uitstap...).
Geleidelijk aan groeide ook het aantal vrijwilligers dat samen met een therapeut een activiteit begeleidt: hulp bij ergo-activiteiten, bij het zwemmen, fietsen en paardrijden, hulp bij kooksessies, in het trefcentrum en in de manege... Ook bij uitstappen, meerdaagse vakanties en feesten is hulp van vrijwilligers altijd welkom. Ook voor een optreden draaien de vrijwilligers hun hand niet om: op de podia geven ze het beste van zichzelf tijdens een optreden.
We mogen zelfs beroep doen op het enthousiasme en de inzet van vrijwilligers voor sponsoring. Zo werd er bij de 'spel zonder grenzen dag', ter ere van het vijfjarig bestaan van Vriendendienst Rekem, gezorgd voor een T-shirt en een prijs voor alle deelnemende patiënten/bewoners. Voor het huifbed werd een heus sponsordossier opgemaakt en werd met hulp van een vrijwilliger een serviceclub benaderd.

De vrijwilligerswerking heeft tot doel de integratie van patiënten te bevorderen. Door het spontane contact van mens tot mens krijgen niet alleen de patiënten groeikansen, ook de maatschappij – in de hoedanigheid van de vrijwilligers – leert de psychiatrie op een andere manier kennen.
Het vrijwilligerswerk brengt de buitenwereld binnen de muren van de voorziening en creëert hierdoor een andere sfeer op een zorg- of verblijfseenheid. Dit komt niet alleen individuele patiënten ten goede. Deze openheid naar de buitenwereld heeft ook een positief effect op de werking binnen de instelling en op de samenleving.
Vaak is er in de samenleving een nogal vertekend beeld van wat psychiatrie inhoudt. We krijgen dan ook meermaals van vrijwilligers te horen dat de stap naar vrijwilligerswerk binnen een psychiatrische setting echt niet evident is. Eenmaal die stap gezet, verwonderen velen zich erover dat het er 'zo normaal' aan toegaat. Vrijwilligerswerk draagt dan ook bij tot een meer correcte beeldvorming en het doorbreken van taboes.

Het vrijwilligerswerk draait rond kameraadschap en geven om elkaar. Zo is er de band die ontstaat tussen de vrijwilliger en de patiënt(en)/bewoner(s), maar eveneens de band tussen de vrijwilliger en het personeel en tussen vrijwilligers onderling. Sommigen hebben binnen de vrijwilligerswerking een nieuwe vriendengroep opgebouwd. Ook dit is mooi om zien.

We willen iedereen bedanken, die al die jaren het vrijwilligerswerk heeft ondersteund en een goed hart toedraagt. Diverse zorg- en verblijfseenheden, maar evengoed de therapeuten, het personeel van de keuken en van het trefcentrum, die tweemaal per jaar een mooi feest verzorgen, de dienst personeelsbeheer, de communicatieverantwoordelijke, de jurist, de directie... en dan maar hopen dat we niemand vergeten zijn.
Maar tot slot en vooral de vrijwilligers die met hun inzet en niet aflatend enthousiasme er telkens weer zijn voor de patiënten/bewoners en voor de ondersteuning van de vrijwilligerswerking! We hopen dan ook nog vele jaren een florerende vrijwilligerswerking te mogen uitbreiden en hopen op een lange verdere samenwerking met eenieder!

De coördinatoren
Annemie Crijns
Hilde Lapere
Arlette Boven

Vrijwilligerswerking binnen het OPZC Rekem

Het zou als een paradox kunnen klinken. Op het ogenblik dat men spreekt over de noodzaak aan verdere professionalisering van de geestelijke gezondheidszorg, over outcome-indicatoren, over afbouw van bedden, wordt het vrijwilligerswerk nog belangrijker.
Het is echter geen tegenstelling. De recente evoluties in onze sector tonen de noodzaak aan vermaatschappelijking van zorg: wat ambulant kan, dient ambulant te gebeuren. Als de cliënt beter in zijn thuismilieu verblijft, moet dat kunnen. Dan moet de gespecialiseerde zorg naar hem toekomen indien het mogelijk is.
Die link tussen maatschappij en zorgcentrum is sinds lange tijd in het OPZC Rekem aanwezig. Het is een belangrijk kenmerk van ons centrum. Daar zorgen de vrijwilligers in zeer belangrijke mate voor. Zij zijn als het ware de spiegel van de maatschappij die hier meeleeft en meewerkt, die een aangezicht biedt voor de patiënten/bewoners maar ook voor de professionals die in ons ziekenhuis werken.
Om het met een boutade te zeggen: op het ogenblik dat de professionalisering toeneemt, heb je als centrum nog meer vrijwilligers nodig. Niet als goedkope werkkrachten, wel als een aanvulling op het deskundigenwerk. Al klopt dat niet helemaal: goed vrijwilligerswerk is bij wijze van spreken ook een soort deskundigheid. Vrijwilligerswerk en professioneel werk zitten in een complementariteit. Beiden zijn onmisbaar om tot een goede geestelijke gezondheidszorg te kunnen komen. Wie het vrijwilligerswerk onderschat, doet in de eerste plaats tekort aan de bewoners en patiënten. Als we spreken over vermaatschappelijking van zorg, dan betekent dat dat het OPZC zijn ogen nog meer op de buitenwereld moet richten, nog meer de goede verbinding, de interface tussen binnen en buiten maken. En dat doe je onder meer via vrijwilligers. Juist die 'in' en 'uit', dit oprecht engagement, die zorgzaamheid zijn zo waardevol.
10 jaar vrijwilligerswerking is dan ook een uniek moment om dit nog meer onder de aandacht te brengen en alle vrijwilligers te bedanken. Wij kunnen niet zonder jullie. Maar nog belangrijker: de patiënten en bewoners kunnen jullie niet missen.

Oprecht dank je wel. Mogen we verder op jullie steun en medewerking rekenen?

John Vanacker
Administrateur-generaal OPZC Rekem

Een steuntje van de provincie Limburg

Het in 1998 opgerichte Steunpunt Vrijwilligerswerk van de provincie was nog wat groen achter de oren toen ik (als coördinator van het Steunpunt) van het OPZC Rekem de vraag kreeg. Hoe begin je met een vrijwilligerswerking in zo'n instelling? Ik was volop bezig met de voorbereiding van een cursuspakket over vrijwilligers- management en kon de theorie dus meteen toetsen aan een concrete vraag, recht uit de praktijk.

Na enkele kennismakingsgesprekken nodigde ik Arlette (Boven) en Annemie (Crijns) uit om deel te nemen aan een proefeditie van onze cursus "vrijwilligerswerk organiseren". Hierin kwamen zoveel mogelijk facetten over het werken met vrijwilligers, in een logische volgorde, aan bod. Het geheel vormde als het ware een van A tot Z draaiboek om een vrijwilligerswerking op te starten en uit te bouwen. Hier waren Annemie en Arlette dus volledig op hun plaats om het hele verhaal, met de nodige theoretische achtergrond, te verwerken en via oefeningen concreet op maat van het OPZC Rekem te schrijven.

Een niet onbelangrijk onderdeel van de cursus ging over promotie maken om vrijwilligers aan te trekken. Essentieel daarin waren (en zijn nog steeds) de volgorde van een aantal stappen en een goede mix van promotiekanalen. Arlette en Annemie hadden hun huiswerk zeer goed gemaakt. Een duidelijke boodschap, een hartverwarmend getuigenis die tot de verbeelding spreekt, contacten met de pers, folders en affiches. Alles was tot in de puntjes voorbereid.

In een volgende sessie van de proefcursus kregen we een mooi relaas van de (start van de) geplande promotiecampagne. Stap 1. Samen met één van de eerste vrijwilligers via de pers een oproep doen naar meer vrijwilligers. Stap 2. Zodra er iets in de pers verscheen konden dan de folders, de affiches en de mondelinge wervingen volgen.

Maar in de praktijk kan het al eens anders lopen dan voorzien. In dit geval gelukkig in het voordeel van het OPZC Rekem. Na stap 1; een persmoment, met een lijvig kantenartikel tot gevolg, was de opkomst van kandidaat-vrijwilligers al zo groot dat de rest van de campagne even de koelkast in moest, want meer kandidaten kon men op korte tijd niet de baas. Weet gerust dat heel wat organisaties daar jaloers op zouden zijn...

Voor de cursus betekende dit dat de theorie wel klopt, maar dat de praktijk nog zoveel meer kan zijn. Annemie en Arlette hadden in ieder geval een goede start gemaakt met hun vrijwilligerswerk, en ik had weer een positief verhaal bij voor een volgende cursus...

Peter Vananderoye
(Steunpunt Vrijwilligerswerk Limburg,
coördinator van het eerste uur)



Een BV-vrijwilliger en peter voor OPZC Rekem



Mijn naam is Guy Swinnen. Mensen kennen mij als zanger van The Scabs en als solo artiest en misschien ook als peter van het OPZC Rekem. In die hoedanigheid ben ik eigenlijk een beetje een buitenbeentje tussen de vrijwilligers van Vriendendienst Rekem.
Enkele jaren terug werd ik door St. Annedael Diest benadert om een nummer te schrijven voor een project dat Te Gek!? zou gaan heten. Samen met een aantal artiesten, die in het centrum in Diest al optraden voor patiënten en personeel, had men het plan opgevat om een CD uit te brengen met nummers over psychische aandoeningen om de aandacht te vestigen op het taboe rond geestelijke gezondheidszorg. Ik schreef het nummer "But never mind" dat handelt over depressie. De inspiratie hiervoor haalde ik uit mijn eigen midlifecrisis. Net na de split van The Scabs in '97 tuimelde ik immers in het spreekwoordelijke zwarte gat om er na een zevental jaar moeizaam weer uit te kruipen. Via de Te Gek!? –Tour kwam ik in aanraking met het OPZC Rekem en werd ik uiteindelijk verzocht peter te worden van de instelling.

Ik ben er persoonlijk van overtuigd dat het doorbreken van het taboe rond geestelijke gezondheidszorg belangrijk is en aan belang zal winnen in de toekomst daar een steeds meer eisende maatschappij en de toenemende druk op volwassenen en zelfs ook kinderen er voor zorgt dat steeds meer mensen overspannen geraken en het soms even moeilijk krijgen om met deze mallemolen mee te draaien. De pers staat vol van zelfdodingen, wanhoopsdaden, familiedrama's of zelfs ook verkeersagressie. Toch vindt men het nog steeds moeilijk om toe te geven dat het soms wat minder gaat. Het wordt in deze competitieve maatschappij nog steeds als een teken van zwakte gezien, terwijl het iedereen kan overkomen. De menselijke geest heeft, net als het lichaam, zijn grenzen.

Tot nu toe heeft mijn peterschap zich beperkt tot het deelnemen aan een aantal muzikale activiteiten en promotionele bezigheden, maar ik wil me in de toekomst ook inzetten om vrijwilligers te motiveren en verder te helpen het taboe te doorbreken en drempelverlagend te werken rond de schroom die er heerst rond instellingen zoals het OPZC.

OPZC Rekem

Het Openbaar Psychiatrisch Zorgcentrum Rekem omvat een Psychiatrisch Ziekenhuis (PZ) en een Psychiatrisch Verzorgingstehuis (PVT).

In het Psychiatrisch Ziekenhuis worden patiënten met uiteenlopende psychiatrische problemen behandeld in diverse zorgeenheden verdeeld over 3 doelgroepen:

Volwassenenzorg
- Neurosezorg (voor mensen met neurotische aandoeningen vb. depressie, angst, afhankelijkheidsproblemen...);
- Psychosezorg (voor mensen met psychotische aandoeningen vb. wanen, hallucinaties...);
- Verslavingszorg (voor mensen met een verslavingsprobleem in combinatie met een psychiatrisch ziektebeeld);

Ouderenzorg
(voor observatie en behandeling van ouderen met psychiatrische moeilijkheden);

Forensische zorg
(voor mensen geplaatst door de commissie ter bescherming van de maatschappij).

Het Psychiatrisch Verzorgingstehuis biedt aan de bewoners met een chronisch ziektebeeld in de diverse verblijfseenheden een woonomgeving en begeleiding aan. Het PVT situeert zich op 3 locaties:

Campus Rekem
- PVT Mentaal Gehandicapten (voor volwassenen met een mentale handicap);
- PVT Forensisch (voor bewoners uit de forensische psychiatrie);

Campus Lanaken
- PVT Rado (voor chronisch psychiatrische bewoners);

Campus Antwerpen
- PVT MIN (voor bewoners uit de forensische psychiatrie).



Vrijwilliger bij OPZC Rekem

Jong, oud, werkend of niet-werkend, student… allemaal mensen die zich bij ons actief inzetten om het leven van een medemens een beetje aangenaam te maken. Het zijn zeker geen specialisten, maar gewone mensen als u en ik, die vaak via kleine en gewone dagdagelijkse dingen heel veel betekenen voor onze patiënten en bewoners!

BEZOEKVRIJWILLIGER

Bezoekvrijwilligers komen zowel in het psychiatrisch ziekenhuis (PZ) als in het psychiatrisch verzorgingstehuis (PVT) op diverse zorg- en verblijfseenheden.
Een bezoekvrijwilliger is iemand die op regelmatige tijdstippen bij eenzelfde patiënt/bewoner langskomt.
Op basis van interesse worden vrijwilligers en patiënt of bewoner aan elkaar gekoppeld.
Samen gaan ze wandelen, gaan ze iets drinken, doen ze een terrasje of uitstap of pikken ze een film mee.

Dat kleine beetje extra aandacht doet vaak wonderen!



TAAKVRIJWILLIGER

Taakvrijwilligers komen niet voor één persoon, zij helpen mee met het begeleiden van een groep. Door die extra helpende handen kunnen meer patiënten of bewoners deelnemen aan een activiteit zoals een wandeling, een knutselactiviteit, een uitstap... Andere vrijwilligers verrichten specifieke taken waar patiënten en bewoners komen. Zij steken een handje toe in de manege, het Trefcentrum, het Activiteitencentrum, tijdens een feest...
Kortom het zijn mensen die de handen uit de mouwen steken voor anderen!

OF EEN COMBINATIE

Sommige vrijwilligers kiezen voor een combinatie van verschillende activiteiten. Zo zijn er een aantal vrijwilligers die zowel bezoek- als taakvrijwilliger zijn, hetgeen zorgt voor een leuke afwisseling.



PVT MG

PVT MG is een verblijfseenheid voor volwassen mannen met een mentale handicap, gelegen op de campus van Rekem.

Door het lange verblijf veelal mensen op hogere leeftijd met nog weinig familiale contacten. Mensen, die ondanks het feit dat ze vaak niet kunnen spreken, stralen van geluk dankzij de inzet en de extra aandacht van hun vrijwilligers. Enkele getuigenissen...

Dat extra beetje meer van een vrijwilliger…

Ik denk dat de betekenis van de vrijwilligers voor onze bewoners, zowel voor de mensen met een mentale handicap, als voor mensen met een psychische beperking, moeilijk kan overschat worden!

Het is mooi om te zien hoe de bewoners uitkijken naar de komst van hun bezoekvrijwilliger. Iemand die er speciaal voor hen is. Hoe je het ook draait of keert de band tussen vrijwilliger en bewoner is van een totaal andere orde dan die tussen bewoner en personeel. Hoe anders weet ik niet, maar je ziet het en voelt het aan de bewoners: de blijheid om het bezoek, het enthousiasme wanneer ze mee mogen gaan, de ontgoocheling wanneer een afspraakje wordt afgezegd, de fierheid wanneer ze bij groepsuitstappen worden vergezeld door hun vrijwilliger, de wijze waarop ze een klein geschenkje laten zien… Het is met andere woorden onbetaalbaar.

Bij grotere groepsuitstappen, zoals de sportdag en avondlijke activiteiten en feesten in ons Trefcentrum maken de vrijwilligers het mogelijk om meer bewoners te betrekken in deze activiteiten. Een extra paar handen, daar waar handen tekort zijn, is hoe dan ook wenselijk. Ook hier kleurt hun aanwezigheid het gebeuren hoe dan ook op.

Met taakvrijwilligers hebben we op onze campus wat minder ervaring. We kregen gedurende korte periodes hulp bij therapeutische activiteiten zoals zwemmen en wandelen of hulp bij ons PVT-feest. Ook deze vorm van vrijwilligerswerk wordt met open armen verwelkomd op onze campus.

Voor al onze vrijwilligers in naam van onze bewoners een warme en hartelijke dank!

Rob Volders
Orthopedagoog PVT MG

1991, het begin van onze loopbaan als vrijwilliger…

OPZC Rekem was nieuw voor ons, tot onze dochter er als ergotherapeut ging werken. Dagelijks vertelde ze ons over haar ervaringen met de 'gasten'. Ook dat ze toch dikwijls handen te kort kwamen. Op een dag telefoneerde ze ons, of het mogelijk was om mee te gaan op daguitstap naar Planckendael. Wij, Tony en ik, zouden dan elk voor een rolstoelgebruiker zorgen. Harrie en Miel werden vanaf toen onze gasten.
Na die eerste (emotionele) kennismaking gingen we de eerste jaren wekelijks elke woensdagnamiddag langs. Kabelklemmen maken, wandelen, koffie drinken… de middag was altijd te kort.

Een tijdje daarna leerden we andere vrijwilligers kennen en gaan nu dikwijls in groep op stap; Favoriete plekjes zijn de Drempelhoeve, Friedheim, Café Tourist. Vooral in Herbricht bij Rudi, is de grote trekpleister. De jongens genieten er zichtbaar van de mooie natuur, de drankjes, wafeltjes en snoepjes. De cafébaas is dan ook altijd een fijne gastheer. Het gevoel erbij te horen is voor de jongens zo belangrijk!

Sinterklaasfeest, paaseieren rapen, het jaarlijks feest in de tent en de verjaardagen, allemaal fijne gebeurtenissen waar wij als vrijwilliger ons steentje kunnen bijdragen.

Na het overlijden van Harryke hebben we gedacht te stoppen, maar tot dat besluit hebben we niet kunnen komen. Rekem is een stukje familie geworden en na ons zoveelste bezoek zeggen we weer: we hebben ze weer blij gemaakt en dat geeft ons zo een goed gevoel! Dus we doen nog even door.

Tony en Mariëtte Rondags-Martens, Hoeselt

Met z'n allen trekken we er soms op uit…

We zijn 3 koppels die mekaar leerden kennen door het vrijwilligerswerk. Ondertussen gaan we geregeld met z'n allen, samen met onze bewoners wandelen of iets eten en drinken. Met een busje rijden we dan naar Herbricht, want daar zijn we welkom. Het is jammer dat je met mentaal gehandicapten niet zomaar overal welkom bent. Ook al zeggen de mannen niets, toch laten ze je merken dat ze telkens blij zijn om je te zien!

Philomène Stulens, Zutendaal

Mijn maman

Mijn dochter liep stage in OPZC Rekem. Op een gegeven moment viel ze ziek en ging ik naar PVT MG om haar ziekenbriefje binnen te brengen. Charles, een man van 64 jaar, kwam naar mij toe. Hij had een goede band met mijn dochter en ook met mij klikte het meteen. Ik ging nog eens een keertje mee met mijn dochter en sindsdien had ik mijn hart verloren en begon ik met vrijwilligerswerk.
Charles noemt mij altijd "mijn maman"! Zijn ouders zelf zijn niet meer in leven. Op een moment werd hij opgenomen in het ZOL te Genk en vroegen ze mij in het ziekenhuis of ik zijn moeder was.
Charles voelt zich snel bedreigd als er iets nieuw is of als hij iemand niet kent. Na een tijdje nam ik Charles ook al eens mee naar huis en dan at hij met ons mee! Van de hond had hij wel wat bang en mijn man negeerde hij in het begin ook wel. Dat is ondertussen veranderd. Nu wuift hij wel eens naar hem en weet hij dat hij soms al eens een sigaret van hem krijgt! Hij is ook zot van hoeden en petten. Als hij er eentje ergens ziet, is hij ernaar toe.
Charles kan niet goed spreken, slechts enkele woorden, maar hij zorgt er wel voor dat hij zich duidelijk maakt.

Marlies Greven, Zutendaal

Ondanks mijn vele hobby's , maak ik graag ook hiervoor wat tijd vrij…

Ik ben met vrijwilligerswerk begonnen toen mijn ma gestorven is. We hebben 7 jaar voor haar gezorgd nadat ze een herseninfarct heeft gehad.
We zijn met Vlaanderendag, een opendeurdag bij de Vlaamse Overheid, naar OPZC Rekem geweest en ik heb me toen laten inschrijven.
Waarom!? Het gemis aan ma en ik vind het heel fijn met anderen om te gaan. Ik vond dat ik iets moest doen. Ik ben al aan mijn tweede bewoner toe, omdat mijn eerste gestorven was, waar ge dan toch van afziet. Nu de mannen waar ik voor zorg, zijn alleen en hebben geen familie. Ze komen je al tegen als ze je zien en zijn lief en heel dankbaar. We gaan wandelen of met de auto ergens iets drinken of eten. Druk heb ik het wel, want hobby's heb ik genoeg (naar de kleinkinderen gaan, KVLV, 2 zangkoren, wandelen, fietsen en volleybal), maar ik maak hier wel graag tijd voor, want het is wel de moeite waard om te doen!

Mariëtte Lyna, Uikhoven

Zijn ogen vragen: wanneer kom je weer terug?

Ik weet nog goed hoe dit vrijwilligerswerk is begonnen, hoewel het nu meer dan 10 jaar geleden is. Alles is begonnen met een krantenartikel, ergens in september 2000 waarin 'Vriendendienst Rekem' een warme oproep deed voor meer vrijwilligers voor hun vele patiënten. Mensen die dikwijls ongeduldig uitkijken naar een beetje aandacht en affectie, iets wat ze toch enorm missen. Na enkele weken van bezinning over of ik wel geschikt zou zijn voor dit soort - vrij intensief en niet alledaags en vrij onbekend -vrijwilligerswerk en na goed overleg met mijn gezin, nam ik contact op met Annemie, één van de 3 coördinatoren van Vriendendienst.

Al snel werd er een eerste gesprek georganiseerd, samen met één van de bewoners. Ik kreeg uitleg over de mogelijkheden: mensen met een psychiatrische of mentale problematiek en mijn voorkeur ging uit naar een lichamelijk en mentaal gehandicapte bewoner, die dus nooit ofte nimmer bezoek kreeg.
Tijdens dat eerste kennismakingsmoment werd ik voorgesteld aan Oscar en ik moet toegeven dat ik toch best wel wat zenuwachtig en ook … wat onwennig met Oscar de eerste contacten maakte, op zijn niveau. Vooral met gebaren en aangepaste geluiden, iets wat vrij nieuw was voor mij. Het was ook nieuw voor Oscar zelf, want op dat moment maakte Oscar kennis met een voor hem volledig vreemde persoon, die hem zomaar uit het niets kwam bezoeken. Een geheel nieuwe situatie, die hij nog nooit had meegemaakt.

In het begin is dat natuurlijk wel serieus wennen want Oscar is moeilijk te been, is zwaar gehandicapt en verstandelijk zeer beperkt en hij kan niet praten. Dus moest ikzelf hierin een harmonie vinden tussen hem en mezelf om toch tot enige verstaanbare conversatie te kunnen komen. En jawel… stilletjes aan, bezoek na bezoek, leerde ik omgaan met zijn beperkingen in zijn leefwereld. Oscar, ziet me wel graag komen en door de jaren heen ben ik wel uitgegroeid tot zijne 'GROTE VRIEND', die allerlei dingen en activiteiten met hem beleefd. Een rondrit met de auto is voor hem een verrijkende belevenis, want dan ziet hij iedere keer weer zoveel nieuwe dingen: auto's, vrachtwagens, tractors, bussen…, hij kan er echt geïnteresseerd naar kijken wat er op de weg allemaal voorbij raast. Voor Oscar is alles nieuw en met de kleinste dingen is hij superblij!
Wekelijks probeer ik Oscar 1 avond of middag te bezoeken en dat bezoek wordt meestal afgesloten met het drinken van een colaatje en/of een kop koffie. En daar kijkt hij nog het meeste naar uit, want dan glundert hij over heel zijn gezicht!
Als ik hem dan weer terug breng naar zijn verblijfseenheid, dan zie ik zijn ogen vragen… wanneer kom je weer terug?

Ik mag dan wel 'de grote vriend' van Oscar zijn, na verloop van zoveel tijd is Oscar ook bij mezelf uitgegroeid tot mijne 'beste maat'. Want ik doe in feite heel veel met 'mijne maat', want ook thuis - in mijn gezin - is Oscar een graag geziene gast. We nodigen hem ook dikwijls uit bij speciale gelegenheden zoals Kerstmis en Nieuwjaar, verjaardagen, carnavalstoet in het dorp en laten hem meedoen aan allerlei activiteiten hier in de regio.
Door mijn engagement beleeft Oscar nu toch ook een ietwat volwassen leven en wordt hij opgenomen in een groot gezin. Hij geniet enorm van de aandacht die hij dan krijgt van iedereen en door hem te laten voelen 'kijk Oscar je bent ook een deel van dit gezelschap geworden, hem laten ervaren dat hij helemaal niet alleen is', dat is het meest dankbare vrijwilligerswerk dat men kan doen.
Het gevoel dat ik heb als ik hem ga bezoeken? Ik ga naar een vriend! Ik kijk naar hem uit en hij naar mij!
En als ik terug naar huis ga? Ik ga weg van een vriend, maar... ik kom terug en daar kijkt hij naar uit.
Dat geeft toch wel een meerwaarde aan alles wat ik doe. Zelfs mijn gezin en sommige familieleden komen hem regelmatig eens meebezoeken. Het gevoel dat ik ervaar telkens ik met Oscar aan iets meedoe of tijdens een gewoon bezoek, dat is onbetaalbaar en ik zou willen dat de mensen even konden meevoelen wat er op zulke momenten door mij heen gaat. Ik hoop dat ik Oscar nog vele jaren mag en kan blijven steunen en bezoeken, want hij is en blijft 'mijne beste maat'!

Ludo Maes, Maasmechelen

Frieten of pannenkoek met een lekker trappist en achteraf een sigaar

Als stagiaire op het toenmalige Ter Bosch II, kwam ik Guido tegen, die vertelde dat hij verdrietig was omdat zijn vaste begeleider niet meer kwam. Deze was verhuisd naar Antwerpen. PVT vierde feest en Guido kwam zijn verhaal doen dat hij alleen was. Vanaf die dag zijn Guido en ik bij elkaar!
Als hij bij mij op visite komt, wil hij steevast pannenkoeken en ene trappist en dan steekt hij zijn vingertje op voor 1 sigaar en roept 'Frances 1 sigaartje'. Samen gaan wij op bezoek naar de kinderboerderij en natuurlijk ook voor een pannenkoek en een sigaartje.
Guido heeft ook graag frieten met een frikandel. Hij kijkt me dan aan en vraagt 'Frances frieten'. Met veel plezier maak ik ze dan klaar voor hem, tot groot genoegen van mijn eigen familie. Die vragen dan 'komt Guido vandaag?', want ze weten dan worden het frieten of

pannenkoeken. Samen met mijn man rookt Guido dan een sigaartje en geniet hij van zijn trappist. Hij wrijft dan over zijn buik van genoegen en met een lach zegt hij tegen Hans: lekker hé! Hij is dan zeer voldaan.
Ook Phieby, mijn dochter, vraagt regelmatig naar hem. Ze gaat Guido mee halen of terug brengen, ze komen heel goed overeen. Hij vraagt ook iedere keer 'Waar is Timmy, komt Timmy zo uit school, gaan we haar halen?'
Nu gaan Guido en ik ook soms toertjes maken. We rijden eens naar Maastricht of naar Genk via alle mogelijke kronkelweggetjes en dan gaan we iets drinken, maar thuis is de vaste prik de pannenkoek of frieten.
Om de 14 dagen zien we elkaar en als er iets te doen is, zoals Carnaval of als we iets te vieren hebben, dan gaan we Guido halen, want hij hoort erbij!

Frances Rauwhorst Aben, Maasmechelen



Guido en zijn beste vriendin Frances

Ik ben Guido en ik sta wat alleen op de wereld wat familiecontacten betreft. Mijn vader is overleden, mijn moeder en zus wonen in Frankrijk; met hen heb ik enkel sporadisch telefonisch contact. Ik ben een bewoner met een mentale handicap en woon in een leefgroep met 12 andere mannen. De tijd van de begeleiding gaat vaak voor een groot stuk op aan huishoudelijke karweitjes en verzorging; de tijd die overblijft, wordt verdeeld onder ons dertienen....

Als ik mocht kiezen zou ik elke dag muziek luisteren, een terrasje doen met een trappist en een sigaar en alles wat bekijken, wat praten over de dingen des levens, eens meegaan naar een ander huis dan het mijne om eens te zien hoe het daar loopt. Samengevat ben ik een man die gewoon geniet van de gewone dingen des levens. Door mijn beperking ben ik echter niet in staat om deze dingen zelfstandig te realiseren.
Enkele jaren geleden kwam er op onze leefgroep een stagiaire over de vloer, met wie het wel klikte: zij vatte sympathie op voor mij en ik voor haar.

Na haar stageperiode moet ze toch nog eens aan me gedacht hebben,want ze begon me op regelmatige basis te komen bezoeken, meestal op donderdag, zo'n 2 keer per maand. Doorgaans begin ik de begeleiding al van 's maandags te verwittigen dat donderdag mijn vriendin komt. Op de desbetreffende donderdag zeg ik:"nu donderdag komt Frances".
Kort na de middag komt ze me halen, gaan we een terrasje doen met een trappist en een

sigaar, een klein eindje wandelen en wat dingen bekijken, wat praten over de dingen des levens, ga ik al eens mee naar haar thuis, waar ik heb kennis gemaakt met de rest van de familie, kortom doen we wat vrienden doen.
Voor mij is ze mijn beste vriendin en wat zij me geeft is onbetaalbaar: haar onverdeelde tijd en aandacht!

Petra Carpentier, Orthopedagoog PVT MG



PVT RADO en het Activiteitencentrum (AC)

PVT Rado is gelegen op de campus Lanaken, vlak naast de bibliotheek en het VVV-kantoor. PVT Rado biedt een thuisomgeving aan chronische psychiatrische bewoners. De campus huisvest zestig mannelijke en vrouwelijke bewoners van wie de toestand stabiel is, maar die door hun psychosociale beperkingen nood hebben aan begeleiding. In het gebouw van PVT Rado is ook het Activiteitencentrum gehuisvest. Het Activiteitencentrum staat open voor mannen en vrouwen vanaf 18 jaar met een langdurige psycho-sociale problematiek woonachtig in het Maasland en biedt een zinvolle dagbesteding, vrijetijdsactiviteiten... aan de deelnemers aan.

Deze mensen zijn wel mondig. Ze genieten van een babbel en nog meer van dat extra stukje aandacht dat vrijwilligers aan hen geven. Enkele getuigenissen...

Twee glunderende gezichten - twee rustgevende zielen die samen genieten…

In een plaatselijke krant las ik een oproep die appelleerde naar vrijwilligers. Een week lang bleef dit bericht nazinderen in mijn hoofd. Nadenken: is dit misschien iets voor mij?
Kan ik een medemens, die het net niet zo leuk heeft als ik, een extra steuntje geven?
'Omdat mensen belangrijk zijn…' een slogan uit een ver verleden en toch ineens weer vlakbij!
Mijn omgeving en huisgenoten reageerden van verdeeld en sceptisch, naar vrijblijvend en enthousiast.
Durven… een telefoontje naar de vermelde dienst en een eerste kennismaking, namen alle twijfels weg: dit doe ik!
Na enkele administratieve verrichtingen kwam de persoon in beeld die ik op vrijwilligersbasis kreeg toegewezen. De kennismakingsronde verliep vlot en ongedwongen. In de huiselijke sfeer van haar kamertje ontving Nathalie mij: gewoon, hartelijk, een rustige persoon met een warme uitstraling en liefdevolle genegenheid.
Sindsdien kijken we allebei uit naar een nieuwe ontmoeting, een gezellige babbel, een lekkere warme kop koffie met gebak. Telkens is het heerlijk om "twee" glunderende gezichten en "twee" rustgevende zielen samen te zien genieten van enkel zalig nietsdoen, van keuvelen en van soms prettig, soms louterende gesprekjes te voeren. Vrijwilligerswerk is een WIN-WIN situatie en ik beveel het dan ook ten stelligste aan. Elkeen die houdt van sociale contacten, maar ook "muurbloempjes", die iets minder gedreven zijn, halen er hun voordeel uit en zullen open bloeien. Op deze manier bezorgen zij de eenzame medemens steun en toeverlaat.

Nicole Vrancken, Neerharen

Nicole is nummer 1 voor mij, ik zie haar als een moedertje…

Mijn eerste vrijwilligster was Rosita. Omdat Rosita niet altijd weg kon omwille van haar dochter, nam ze me meestal mee naar haar huis. Daar babbelden we wat, aten we iets of dronken koffie met een stukje taart. Het dochtertje van Rosita noemde me steeds 'zusje'. Rosita was heel goed voor mij. Ik zag haar als een soort 'moeder' voor mij. Ikzelf heb mijn moeder nooit gekend. Omwille van persoonlijke redenen, kon ze de rol van vrijwilligster niet meer op haar nemen. Omdat ik mij zo goed bij Rosita voelde, heb ik enkele jaren geweigerd om me te laten koppelen aan een nieuwe vrijwilligster. Ik dacht dat er geen vrijwilligsters meer bestonden zoals 'Rosita'. Maar op een dag kwamen ze met Nicole langs. En Nicole is ondertussen mijn nieuwe vrijwilligster.

Als ze tijd heeft, komt ze langs. Ze neemt me dan mee om iets te gaan drinken. Soms springen we ook even binnen op de werkplaats van haar zoon. Rond 17u30 brengt ze me terug naar mijn verblijfseenheid.

Nicole weigert meestal het geld mee te nemen dat mijn mentor voor mij meegeeft. Nicole zegt dat ze voor mij komt, maar niet voor geld of dergelijke. Nicole is nummer 1 voor mij. Ik zie ze als een "moedertje" voor mij.
Als Nicole om één of andere reden niet meer zou komen, dan zou me dat erg aangrijpen. Ik zou veel verdriet hebben.
Maar ikzelf ben ondertussen al 82 jaar en mijn vrijwilligster is er ook al 61.
Je weet dus nooit wat er nog allemaal kan gebeuren.

Nathalie

Niets blijft duren, de tijd gaat voorbij…

Mijn ervaringen met een vrijwilligster zijn begonnen toen ik verhuisde van Beschut Wonen (BW) naar OPZC Rekem. Mijn vrijwilligster was een begeleidster van Beschut Wonen. Ik kende haar van de huisbezoeken in BW. Ze heeft de contacten in OPZC verder gezet onder de noemer van 'een vrijwilligster'. Ik had voordien nooit gehoord van een vrijwilligerswerking. Ik wist niet dat dit kon, dat dit bestond.

We gingen regelmatig iets eten. Meestal maandelijks. Na het eten sprongen we soms binnen bij haar ouders voor een tasje koffie. Op feestjes van de verblijfseenheid probeerde ze ook steeds aanwezig te zijn. Verder is ze met mij 2x mee op familiebezoek geweest. Ook ben ik tweemaal op haar appartementje geweest. Daar heb ik ook haar neef van Amerika ontmoet. Als mijn vrijwilligster op vakantie was, stuurde ze me ook steeds een kaartje.

O.w.v. drukte en door haar verhuis heeft ze het contract van vrijwilligster opgezegd. Dit is nu ongeveer een jaar geleden. Ik heb ondertussen ook niets meer van haar gehoord. Maar ik heb er zeker plezier aan gehad. Het was leuk, het was goed. Het was een vorm van ontspanning, er eens tussenuit zijn. Mijn vrijwilligster beschouwde ik als een soort vriendin.

Maar het is goed geweest. Er is niets dat blijft duren. De tijd gaat voorbij en ik heb nu geen zin of behoefte meer aan een vrijwilligster. Ik heb mijn eigen bezigheden, sla een babbeltje

met het personeel en ik word ook een dagje ouder. Want ondanks de positieve ervaringen met mijn vrijwilligster, kon het soms ook wel een beetje vermoeiend zijn en dit zeker bij het ouder worden.



Zonder haar zou ik me eenzaam en alleen gaan voelen…

Ik kan niet zeggen hoelang ik nu reeds een vrijwilligster heb. Maar het is de eerste keer dat ik hiermee ervaring heb.
Ik ben zeer tevreden over mijn vrijwilligster. Ze komt me wekelijks opzoeken en dit op een duidelijk, afgesproken tijdstip; nl. elke vrijdag van 10-12uur.
Het is echt een moment om naar uit te kijken. We maken regelmatig een uitstapje naar Maasmechelen of naar Lanaken. Het is steeds fijn en gezellig.
Met mijn vrijwilligster heb ik echt een vriendschappelijke band opgebouwd. Ze staat altijd klaar voor mij en dit op allerlei vlakken. Ze is lief en goed.
Toch ben ik bang dat mijn vrijwilligster ooit eens zal wegvallen. Ze is immers al 76 jaar. Misschien dat ik haar dan nog wel mag bellen en SMS'en maar dat is niet hetzelfde als een 'wekelijks contact'.
Wanneer mijn vrijwilligster om één of andere reden zou wegvallen, dan weet ik dat ik mij eenzaam en alleen zal gaan voelen.

Mariëtte



Bij de eerste kennismaking droeg hij een das. Ik dacht oei, oei, oei…

Ik heb nu ongeveer een 6-tal maanden een vrijwilliger. Het is een fijne man die bijna elke donderdag langskomt.Tijdens zijn bezoeken gaan we meestal iets drinken, maar ook gaan we wel eens dingen bezichtigen. Zo hebben we 'Breugel' in Peer bezocht. Dit was zeer leuk, want beiden zijn we geïnteresseerd in kunst. Maar ook kom ik nu op plaatsen waar ik nog nooit geweest ben:de ski-piste, Alden Biesen…
Tijdens het eerste kennismakingsgesprek was mijn vrijwilliger mooi uitgedost. Ik dacht 'oei, oei, oei'. Ondertussen heeft hij zijn das achterwege gelaten en zie ik iemand die "echt" tijd voor mij maakt. Iemand die heel veel weet over diverse dingen, de dingen goed kan uitleggen. Iemand die praat over zijn dochters en zijn kleinkind. En ik vind het fijn om te horen hoe hij met ze omgaat. Ik zie echt een 'goed mens'.

Tijdens mijn vakantie in Spanje heb ik een tas voor mijn vrijwilliger gekocht. Het is een tas waarvan men in Spanje zegt, dat ze 'geluk' brengt.
Indien mijn vrijwilliger zou wegvallen dan zou ik vooral het praten en het samen weggaan missen. Ik zou een vriend missen. Een vriend die ondertussen een plaats in mijn leven heeft gekregen.

Roberto



Mijn bezoekjes aan de mensen in Rekem en Lanaken mogen en zullen jullie niet afpikken!

In november 2000 ging ik, na het overlijden van mijn echtgenoot en na 50 jaar in Geleen (Nederland) gewoond te hebben, naar Rekem verhuizen. Na een jaar ging ik me oriënteren op bezigheden/activiteiten buitenshuis, omdat ik met 2 studerende kinderen en mijn parttime baantje, na mijn huishouden nog wat vrije tijd over hield.
In het ziekenhuis in Lanaken stuitte ik op een brochure van "Vriendendienst". Het sprak me behoorlijk aan. Ik belde met Annemie en via Hilde maakte ik kennis met de twee soorten vrijwilligerswerk. Ik begon op 1 juli 2002 als " taakvrijwilligster " bij toenmalige behandeleenheid "Kompas" (huidige "Ouderenzorg").

2 maanden later vroeg Hilde of ik anders een middagje vrij had om als "bezoekvrijwilligster" aan een patiënt gekoppeld te worden. Ik kreeg het er moeilijk mee om bij "die lieve oude mensjes" van Ouderenzorg weg te blijven, dat ik besloot om nog maar een middag vrij te maken voor een bewoonster die Hilde boven aan het wachtlijstje had staan. Toen Hilde voor een kennismakingsafspraak de naam doorgaf begon ik te twijfelen, omdat die naam mij bekend voorkwam. Zij bleek de eigenares te zijn van het huis waarin ik verbleef en waarvan ik via haar bewindvoering huurde! Helaas kon ik de afspraak niet meer annuleren omdat Hilde haar al op de hoogte had gebracht en ze mij toch wilde zien. Hilde heeft me uiteindelijk overgehaald! En misschien maar goed ook, want bewoonster en ik vielen voor elkaar.
Ondanks protesten van haar familie, die uitmondden in mijn verhuizing uit Rekem naar een ander adres in Nederland, ben ik nu nog steeds haar "bezoekvrijwilligster" in Rado Lanaken en ben ik ook nog " taakvrijwilligster "bij Ouderenzorg in Rekem.

Mijn familie praat nu over mijn "geadopteerde" dochter als ze het hebben over mijn bewoonster. In de afgelopen 8 jaren vrijwilligerswerk "Vriendendienst" ben ik ondertussen 2 keer oma

geworden. Als ik in mijn nu 'stressy leven' als moeder en oma het soms niet zie zitten, dan hoef ik alleen maar naar mijn bewoonster in Lanaken en naar mijn oudjes in Rekem te gaan, om lekker weer op adem en tot rust te komen en waar ik vrede kan vinden in en met de zo verschrikkelijke vluchtige "leef"tijd.

Thuis zeg ik tegen iedereen die mijn tijd probeert te claimen: "Mijn bezoekjes aan de mensen in Rekem en Lanaken mogen en zullen jullie mij niet afpakken"!

Fien Sahetapy, Sittard



Een lustige vrijwilliger in het Activiteitencentrum

Er vrij-willig te zijn voor iemand betekent voor mij in het kort: iets doen voor een "ander" of een "ander" helpen en daardoor te bouwen aan een betere "gezonde" maatschappij.
Bijna een jaar doe ik vrijwilligerswerk bij OPZC te Lanaken , in AC Locomotief .

Dit varieert van zowel tuinwerkzaamheden, houtbewerking, weekkrantbezorging, mini klusjeswerk en een babbel.

Eigenlijk is het niet zo'n gemakkelijke bezigheid, omdat je dit werk doet met een of meerdere personen.

Je doet dit werk met iemand die het graag doet of zich ervoor laat motiveren. Dat is soms even zoeken.
Ten tweede moet het ook klikken tussen vrijwilliger en cliënt.
Als je van dag wisselt dan duurt contact zoeken wat langer natuurlijk.

Ik ben iemand die vooruit kijkt, dat betekent dat ik graag werk met een "vaste planning". Bij AC Locomotief moet je per dag bekijken hoe het met de deelnemers gesteld is, dat is niet altijd gemakkelijk.

Het is voor mij zeker geen verloren jaar want als ik huiswaarts ga dan ben ik steeds tevreden. Dus wil ik er graag mee doorgaan

Lou Meerten, Tongeren



Heb jij nog wat tijd vrij voor ons?

Rachid
Ik zou graag een vrijwilliger hebben.
Iemand die vooral houdt van bioscoopbezoeken.
Ik zou graag met iemand af en toe eens weg willen gaan, met iemand die speciaal voor mij komt en iemand die dus ook ervan houdt om een filmpje mee te pikken.

Jan
Ik zou graag een vrijwilliger hebben.
Een vrijwilliger die speciaal voor mij komt en waarmee ik eens weg kan gaan.
Ik wil een vrijwilliger om af en toe eens uit de dagelijkse sleur te geraken, om eens andere contacten, andere gesprekken te hebben.



Psychiatrisch ziekenhuis

Binnen het psychiatrisch ziekenhuis zelf komen ook op verschillende behandeleenheden vrijwilligers bij onze patiënten langs. Meestal gaat het om behandeleenheden met een langdurigere behandeling, die ook al langer op onze campus verblijven.

Het zijn mensen die ook nood hebben aan contacten met de buitenwereld. Een keer weg gaan van de campus met een vrijwilliger of eens iemand anders zien, die er enkel voor jou is, kan zoveel betekenen.

Dienst vrije tijd en vrijwilligerswerking

Het zal je maar overkomen: door een samenloop van omstandigheden kom je terecht in het psychiatrisch ziekenhuis. Van de ene op de andere dag ben je aangewezen op een gespecialiseerd team en neem je medicatie om de symptomen die je hebt te onderdrukken. Elke dag opnieuw is een strijd om beter te worden, om terug deel te nemen aan de maatschappij, ...
Maar naast de professionele zorg is er ook nood aan het gewoon sociaal contact. Het brengt ook een factor van stabiliteit in het leven van cliënten die ambulante diensten vaak niet kunnen vervullen. Personen die langdurig beroep moeten doen op de gezondheidszorg leven vaak in een sociaal isolement.
Het inzetten van een vrijwilliger kan de stap naar de maatschappij vergemakkelijken.

De vrijwilliger symboliseert ook een beetje de wereld buiten de hulpverlening. Omdat hij geen professionele hulpverlener is, staat hij op dezelfde hoogte als de patiënt/bewoner. Dit maakt gelijkwaardig, horizontaal contact makkelijker mogelijk. Het dagdagelijkse leven kan een plaats krijgen tussen de vrijwilliger en patiënt/bewoner.

Bij enkele evenementen konden we als dienst vrije tijd reeds beroep doen op verschillende enthousiaste vrijwilligers. Zowel de taak- als bezoekvrijwilligers staken telkens een handje toe als er hulp werd gevraagd. Zo kregen we al hulp bij 'spel zonder grenzen' waar elke groep een vrijwilliger kreeg toegewezen. Zij coachten hun groep met veel enthousiasme en gedrevenheid. Tijdens de sportinstuif legden ze een hele namiddag lang het volksspel uit waar ze die dag verantwoordelijk voor waren.

Het zou mooi zijn mochten we deze samenwerking nog meer kunnen verruimen en verdiepen. Tijdens de individuele vrijetijdstrajectbegeleiding (IVTB) ondervinden we vaak dat het zoeken naar de meest geschikte vrijetijdsbesteding samen met de patiënt/bewoner nog wel lukt. De patiënt/bewoner is nog steeds verbonden met de professionele zorg en kan nog steeds beroep doen op de hulpverlener.

De stap zetten naar een sportclub of kunstkring of... is vaak heel erg moeilijk en op zulke momenten loopt het vaak dan ook weer mis.
Door het nog meer georganiseerd inschakelen (samenwerking dienst vrije tijd en vriendendienst) van vrijwilligers willen we de weg naar de extramurale vrijetijdsvoorzieningen vergemakkelijken. Vb. Een vrijwilliger met als hobby pingpong die patiënt/bewoner met dezelfde interesse kan meenemen naar zijn club of een wandelclub, hobbyclub,...

Bij deze doen we daarop graag een oproep naar vrijwilligers met culturele, muzikale, sportieve interesses die patiënten/bewoners mee willen begeleiden in hun zoektocht naar een nieuwe vrijetijdsbesteding.

Joke en Helga,
Ergotherapeuten en coördinatoren van dienst vrije tijd

Pake en Moeder

Mogen wij ons even voorstellen?
Mijn vrouw Jeannine en ik André,zijn gepensioneerd en wonen in Eisden-Tuinwijk. Wij hebben 4 kinderen en 7 kleinkinderen.
Tijdens een opendeurdag in OPZC Rekem werden wij aangesproken door een van de personeelsleden met de vraag: 'voelen jullie er iets voor om als vrijwilliger een van onze bewoners regelmatig te bezoeken?' Wij hebben ons dadelijk opgegeven en kregen Mark, een veertiger toegewezen. Dat is ondertussen al 5 jaar geleden. Mark noemt ons Pake en Moeder. Hij kijkt uit naar ons bezoek want zijn familie ziet hij weinig, zeg maar nooit. Ondertussen kennen wij al heel wat andere bewoners, die al even blij zijn als wij in Rekem komen.
OPZC organiseert regelmatig samenkomsten om de groep van vrijwilligers op een aangename wijze samen te houden. Wij raden iedereen aan om ook toe te treden tot die groep. Willen jullie er ook bij zijn?

Fam. Nivelle, Eisden-Tuinwijk

Soms kom je gelijken tegen…

Ik leerde Ludo kennen in oktober 2009. Al van in het begin hadden we een goede band.
Ik was een heel gesloten persoon en vooral op mijn eigen… Ik kon met Ludo praten over negatieve dingen die hij dan op een positieve manier naar mij terugbracht.
We hebben vaak gepraat toen hij met Oscar kwam.

Later kwam Liesje erbij en soms was het moeilijk, omdat je soms je gelijken qua sterk karakter tegen komt, maar na bijna 2 jaar bij hun ben ik open gebloeid en vrij open geworden en dat voelt goed aan.

Ik ben hun gaan leren vertrouwen en als ik het moeilijk heb kan ik bij hun terecht: het zijn de ouders die ik nooit heb gekend.
Ook voor raad keer ik me vaak tot hen.
Wat kan ik nog meer zeggen, het zijn echt geweldige mensen, die zeker en vast een pluim verdienen!

B.D.W.



Een klein radartje zijn in een grote machine!

50+ en werkzoekend! Niet meer in aanmerking komen voor werk in het normale arbeidscircuit. Via de VDAB kwam ik in aanmerking voor stagebegeleiding. Ik heb gekozen voor vrijwilligerswerk in OPZC Rekem. Ik ben nu ongeveer 2 jaar bezig en ik vind het enorm fijn. Ik ben tewerkgesteld in het Trefcentrum. Ik kom in contact met mensen van verschillende zorg- en verblijfseenheden. De contacten zijn altijd leuk. Zoveel verschillende mensen met hun problemen. Sommigen depressief, anderen vrolijk.
Het doet deugd dat je iets betekent voor iemand anders.
Voor mij persoonlijk doet het deugd dat ik iets doe voor mijn uitkering. Ik zou het iedereen aanraden die enkele uren vrij heeft per week om zich wat in te zetten als vrijwilliger. Je krijgt er veel voor terug. Het is toch prachtig dat ik sinds 1 jaar weer wat betekenen. Mensen rekenen op mij, mensen stellen vragen als ik er niet ben, of ik volgende week weer kom? Leuk toch? Vrijwilligers zijn mensen met een hart voor elkaar. De wereld zou er een heel stuk op vooruitgaan als iedereen zich af en toe eens wat bekommerde om zijn medemens. Niet bemoeien, wel bekommeren.
Waarom beste leraar of lerares zou u zich niet enkele uurtjes per week engageren om de wereld van sommige mensen wat op te vrolijken. Rang, stand, oud, jong, allochtoon, gepensioneerd, werkzaam, eenzaam... het doet er niet toe want we zijn op zoek naar jou!
Waar ben je?
Iedereen mag er vanuit gaan dat vrijwilligers noodzakelijk zijn voor veel verenigingen, instellingen, clubs, evenementen... in onze samenleving. Een klein radartje zijn in een grote machine!
Dus... waarom zou jij het niet eens proberen? We zullen je vast en zeker hartelijk verwelkomen in ons team.

Ann Boosten, Rekem

Vrijwilligerswerk heeft ook mijn kennissenkring verruimd…

Ik werk al drie jaar in de manege. Ik was niet vertrouwd met paarden, toch sprak dit werk me aan. De begeleiding en een andere vrijwilliger hebben me geleerd om de paarden te verzorgen. Naast de verzorging zelf, komt er ook nog veel ander werk bij kijken. Ik voer het werk nu zelfstandig uit, ga 's morgens naar de begeleiding voor een overleg omtrent de karweien van die dag. Ondertussen ga ik ook mee als tweede begeleider bij de huifkartochtjes.

Ik ben gestart met een dag per week, ondertussen doe ik dit twee dagen per week.
Het heeft mijn kennissenkring ook verruimd, zowel door contacten op de manege, alsook door de samenkomsten met vrijwilligers onderling.
Ik doe dit werk heel graag.

Patrick Dolmans, Maasmechelen

Vrijwilligers binnen het manegeproject betekenen veel voor onze patiënten en bewoners

Binnen het manegeproject zijn er al heel wat vrijwilligers de revue gepasseerd, en zijn er momenteel ook nog een aantal actief. Het takenpakket kan er voor iedere vrijwilliger heel anders uitzien. Meestal is er een onderscheid tussen mensen die met de paarden willen werken en mensen die nog nooit iets met paarden gedaan hebben.

Van bij de start zijn er altijd vrijwilligers geweest die het contact met het paard én het contact met de mens belangrijk vonden. Zij kunnen dan aan de slag in de verschillende pijlers van het manegeproject. Eén van de vaste taken voor hun is het begeleiden van de paarden in de piste tijdens de sessies hippotherapie. Als de vrijwilligers deze taak op zich nemen kunnen de begeleiders meer aandacht hebben voor de patiënt/bewoner op het paard. Maar ook het helpen in het zorgtraject is heel nuttig: patiënten aanleren hoe ze een paard moeten poetsen, opzadelen, naar de weide brengen en ze daar dan week na week in blijven begeleiden zijn taken die een vrijwilliger kan opnemen. Verder zijn het inspannen van de paarden, de transfers van patiënten/bewoners op en van het huifbed ook activiteiten waarbij de hulp van een vrijwilliger meer dan welkom is.

In al deze taken zien we dat het contact met de verschillende doelgroepen in het begin wat stroef verloopt. Maar na enkele weken ontstaat er vaak een vertrouwen tussen patiënt en

vrijwilliger en wordt het geven van persoonlijke aandacht steeds belangrijker.
Daarom is de taak van een vrijwilliger in het cafetaria ook zo belangrijk binnen het manege-project. Een vrijwilliger kan naast taken als koffie zetten, de afwas doen, tafels afruimen ook veel tijd vrijmaken om een praatje te slaan met de patiënten/bewoners. En ook hier groeit het contact meestal snel uit tot een warme band en kan het luisterend oor van de vrijwilliger heel veel betekenen.

Kortom 'er zijn voor' en 'willen luisteren naar' de mensen die naar de therapie komen is één van de belangrijkste taken van de vrijwilliger. Het goed uitvoeren van de fysieke taken helpt om bij het manegepersoneel op een goed blaadje te staan, maar dat blijft natuurlijk minder belangrijk. Het vrijwilligers werk doen met een 'hart' komt op de eerste plaats. En dat vraagt veel energie.
Wij willen dan ook alle vrijwilligers, die hier gewerkt hebben en zeker degenen die ons nu nog komen helpen, bedanken voor hun wekelijkse inzet.

Carole, Marleen, Anja, Marlies,Het manegeteam

Van man op de weg tot een engagement als bezoek- en taakvrijwilliger…

Toen ik in het zicht van mijn brugpensioen nadacht over wat ik dan allemaal zou kunnen doen, dwarrelde er een reclameblaadje in de brievenbus met hierin een oproep van de Vriendendienst voor vrijwilligers bij het OPZC Rekem.
Ik had jaren daarvoor al op een typische manier kennis gemaakt met het OPZC. Komende vanuit Zutendaal, richting Opgrimbie lag voorbij een bocht midden op de weg een man. Het bleek een dronken patiënt van het OPZC Rekem te zijn. Ik bracht hem terug naar zijn verblijfseenheid en hoorde onderweg een triest verhaal aan van een man die verlaten door familie, vrienden en bekenden in eenzaamheid zijn dagen in deze instelling sleet. Hier moest ik meteen aan denken toen ik de oproep van de Vriendendienst las.
Ik besloot me op te geven als bezoekvrijwilliger. Tijd had ik er straks genoeg voor en die paar uurtjes per week, dat moest geen probleem zijn.
In die zes jaar dat ik erbij ben, heb ik er nog geen moment spijt over gehad.
Een paar keer in de maand bezoek ik een patiënt in Ouderenzorg. Hier zitten een aantal demente ouderen maar dement of niet, ze kijken allemaal uit naar bezoek. Dat is zowat een magisch woord. Als een verzorger iemand waarschuwt dat er bezoek voor hem of haar is, dan veert zo iemand plots op en komt zij of hij blij en verwachtingsvol aangelopen, want een

aantal van deze mensen zijn door de familie opgegeven en voor hen ben je als vrijwilliger vaak de enige verbinding met de buitenwereld.
Een praatje, een wandeling met na afloop een drankje en/of sigaretje in het Trefcentrum of een nabijliggend café, meer hoeft het vaak niet te zijn. Je houdt er toch een fijn gevoel aan over als je ziet hoeveel plezier ze aan mijn bezoek beleeft.

Na een paar jaar werden er taakvrijwilligers voor het bezoekerscentrum gevraagd. Geschiedenis interesseerde me altijd al en pogingen om iets over de geschiedenis van het OPZC liepen op niets uit. Er is weinig over geschiedenis van 'het Rijkskrankzinningengesticht', zoals het destijds officieel noemde, geschreven. In een dik boek over de geschiedenis van Rekem ("Geschiedenis van Rekem en zijn keizerlijk graafschap" door Raph. Verbois) worden niet meer dan 2 pagina's aan de 200-jarige geschiedenis van 'het Gesticht' gewijd. Na 2 jaar ben ik dan ook taakvrijwilliger in het bezoekerscentrum geworden. Dit is gevestigd in de oude boerderij van de vroegere Landbouwkolonie. Het werk bestaat uit het aankleden van de ruimtes, verzorgen en documenteren van voorwerpen, archiefonderzoek, interviewen van gepensioneerde medewerkers van het OPZC of mensen die op een andere manier bij 'het Gesticht' betrokken waren.

Ik vind deze twee activiteiten een mooie combinatie. Door het bezoek aan de patiënt blijf je met beide benen op de grond staan terwijl je door het werk in het museum een inzicht krijgt in de voorgeschiedenis van zo'n instelling en er tevens toe bijdraagt dat de geschiedenis van die duizenden mensen die ooit in het Gesticht zaten niet verloren gaat.

Jan Driessen, Smeermaas



De ontwikkeling en opbouw van het bezoekerscentrum: het begin van een spannende rondgang en vooral een uitdaging!

Zowat een jaar geleden kwam ik door een goede vriend in aanraking met het OPZC. Hij was intussen reeds meerdere jaren actief bezig met de ontwikkeling en inrichting van een soort bezoekerscentrum van het OPZC en al het werk dat daarvóór - meer dan tweehonderd (!) jaar geleden reeds begon in Oud-Rekem; kort samengevat "in het Rijkskrankzinnigengesticht" of in de volksmond beter gekend als "het gesticht". Ik kende mijn collega als een sociaal bewogen medeburger en vooral als een gedreven amateurhistoricus, die op een zeer verantwoorde en kundige wijze met de lokale sociale geschiedenis omgaat.

Dat alles sprak me wel aan en doordat ik vanwege pensioen meer tijd vrij kreeg, besloot ik onmiddellijk mee te doen.
In de praktijk betekent dat minstens één vaste dag per week meewerken en vooral meedenken aan dit project; een opdracht die eigenlijk niet te overzien is.
Zelf kan ik mijn ervaringen combineren uit 20 jaar onderwijs, 25 jaar tentoonstellingsmaker als galeriehouder en een heel leven als fotograaf. Dat is een aardige combinatie om wat bij te kunnen dragen aan zo een project, zeker wanneer ik van mezelf mag zeggen dat ik goed op de hoogte ben van de moderne Belgische geschiedenis - waar ik politiek zeer actief ben geweest in de zestiger jaren. Ook het denken en omgaan met de psychologie en al haar aspecten als een wezenlijk deel van onszelf en onze samenleving is een uiterst spannend gegeven.

Om dan samen met mijn collega, die reeds vele jaren verkennend voorwerk heeft gedaan, in de geschiedenis van "Het Gesticht" te duiken - is werkelijk een avontuur. Hij kent de oude en nieuwe gebouwen, praatte met veel van de op rust gestelde getuigen...
Ik heb me dit jaar zeer goed kunnen oriënteren op "Het Gesticht" en ook op de opvolger: het moderne OPZC Rekem.
Plannen voor de inrichting van het Bezoekerscentrum op de eerste verdieping van De Boerderij zijn intussen inhoudelijk goed ontwikkeld. We zijn nu concreet met de uitvoering en de inrichting van de verschillende historische onderdelen - praktisch opgedeeld in zeven verschillende expositieruimtes - bezig.
De vele - helaas te weinig - artefacten uit de gebouwen van Oud-Rekem zijn daarvoor het basismateriaal. Daarnaast natuurlijk de informatie van getuigen en het archief.
Dat wordt nog een hele klus. Praktisch betekent dat gewoon veel timmer- en inrichtingswerk. Maar dat gaat steeds zo bij het maken van goede tentoonstellingen.

Samenvattend: voor mij is dit - ook na een jaar - nog slechts het begin van een spannende rondgang en vooral een uitdaging.
Het klinkt als een cliché - maar zo is het écht!

Gustaaf Begas, Maastricht



PVT 1 Rekem en PVT FOR

Op de campus van Rekem zijn er naast het ziekenhuis ook nog enkele verblijfseenheden van het psychiatrisch verzorgingstehuis (PVT). Zij richten zich tot volwassen mannelijke en vrouwelijke chronische psychiatrische bewoners. Hun psychiatrisch toestandsbeeld is stabiel, maar deze bewoners hebben soms nood aan continue begeleiding, meer structuur en een beschermende omgeving.
Vrijwilligers betekenen heel veel voor onze bewoners, maar andersom krijgt de bewoner vaak ook een speciaal plaatsje in het hart van de vrijwilliger.
Enkele getuigenissen...

Je laat iemand niet in de steek omdat hij hulpbehoevend wordt…

Ik heb mij vijf jaar geleden aangemeld met de vraag of ik iemand op zondagvoormiddag kon komen bezoeken. Ik wandel heel veel en daarom vroeg ik naar iemand, waar ik samen een wandeling mee kon maken, waarmee ik ondertussen over allerlei dingen kon praten en een luisterend oor kon bieden.
Er was inderdaad een bewoner die beantwoordde aan deze vraag.

Sinds de koppeling is er veel gebeurd. In het begin konden we nog hele gesprekken voeren. M. vertelde graag over zijn vroegere werkplek, die ik toevallig kende via mijn eigen werk vroeger. We bleken al onmiddellijk iets gemeenschappelijks te hebben.

De laatste jaren kan M niet meer zo goed wandelen. Ik haal hem uit en wandel met hem rond in een rolstoel. Ook gesprekken voeren is er minder en minder bij.
Toch blijf ik hem bezoeken. Er is een band ontstaan, je ziet wat zo'n bezoekje betekent voor hem en daar doe je het voor. Je laat iemand niet in de steek als het minder met hem gaat en hij hulpbehoevend wordt.

Leo Hermans, Zutendaal

Vrienden zijn er nooit genoeg…

Genoeg "vrienden"? Er zullen er nooit genoeg zijn. Het is geen tekort van goede wil, maar gebrek aan tijd en onwetendheid…

Tijdens Vlaanderendag, 10 jaar geleden, kon ik de vraag van om de 14 dagen, twee uurtjes tijd te maken om een bewoner van OPZC zijn eenzaamheid te verlichten, niet negeren. Zo ontmoette ik J.1. Hij had zijn jeugd doorgebracht in een weeshuis, kon lezen, noch schrijven, maar hij kon onderhandelen als de beste. Bij de fietsenmaker onderhandelde hij voor een lamp met een zadel, een week later het zo gezegde verkeerde zadel voor een fietstas en pomp… Zijn overplaatsing naar zijn geboortestreek was voor hem een feest. Hij leerde een vrouw kennen, zijn geluk kon niet op. Zijn te vroege dood kwam dan ook hard aan. Of je het nu wil of niet, er ontstaat een band. Het wel en wee van de bewoners krijg je met of zonder woorden mee te verwerken en dat is verrijkend. Ze voelen zich gesteund door iemand zonder belang, los van de werksfeer.

Dan mocht ik kennis maken met J.2. Hem had ik eerst tijdens een survival (kookploeg) al ontmoet en 't klikte. Ook hij verheugt zich op onze uitstapjes: ergens koffie drinken, hapje eten, wandelen...
En telkens als hij genoeg gegrommeld heeft over zijn bestaan en ik hard mijn best heb gedaan om hem op te peppen, geeft hij de indruk dat hij weer tevreden is en zeggen we: tot binnen 14 dagen!

Kris Boutsen, Genk



Ik zou haar graag een cadeautje willen geven...

Ik ben Jozef. Ik ben 54 jaar en heb reeds een 6-tal jaren een vrijwilligster. Ze komt mij bezoeken en doet regelmatig een telefoontje. Ze vertelt mij over het reilen en zeilen van haar familie en dit vind ik fijn. Mijn vrijwilligster is een opgewekte vrouw die steeds veel moeite doet om tot bij mij te komen. Ik vind het wel jammer dat ik niet meer zo goed te been ben. Ik hoop in de toekomst eens wat langer met haar weg te kunnen gaan. Ik vind het lief dat mijn vrijwilligster mij regelmatig op iets lekkers trakteert en ben haar dankbaar voor haar inzet. Ik zou haar graag een cadeautje willen geven, een ring of een mooie ketting maar hier heb ik helaas het geld niet voor.

Jozef



Een glimlach, een handdruk, een knuffel... daar doe je het toch voor!

Heel lang geleden ben ik als vrijwilliger bij ziekenzorg in ons dorp gegaan. Ik merkte dat de vraag om met eenzame mensen bezig te zijn zeer groot was. Ik vond er veel voldoening in om met die mensen in contact te komen en om ze gezelschap te houden. Regelmatig deden we een uitstap of een namiddag animatie waarbij onze hulp heel erg welkom was.

Op een dag las ik in een tijdschrift een artikel van een uitstap met gasten van OPZC Rekem. Daarbij lieten ze ook foto's zien van die mensen samen met hun vrijwilligers. Ik las geboeid hun verhaal en de vraag naar meer vrijwilligers, omdat er nog heel veel mensen waren in OPZC Rekem die nood hadden aan iemand die hen om de twee weken of eens in de maand zou willen bezoeken.

Mijn interesse was gewekt en ik nam contact met één van de vermelde telefoon nummers. Ik belandde bij Arlette die me wat uitleg gaf en waarmee ik de week erop een afspraak maakte. Ze legde me de bedoeling uit van het werk als vrijwilligster en enkele weken later had ik mijn eerste contact met een persoon die er nood aan had. Dit liep echter niet van een leien dakje en na wat zoekwerk kreeg ik een andere persoon toegewezen.
Ondertussen kom ik haast wekelijks bij Frank en neem hem regelmatig mee buiten de muren van OPZC Rekem.
Samen hebben we een hele fijne band opgebouwd en komt hij ook met bijzondere gelegenheden bij ons over de vloer. Mijn vier kinderen kunnen het ook goed vinden met Frank net zoals de rest van mijn familie.

Tijdens een CM-vakantie in Nieuwpoort leerde ik ook nog een ander persoon kennen.
Die persoon zit constant in een rolstoel en had ook nood om iets meer van haar omgeving te zien dan dat ze tot dan gedaan had. Ik probeer haar één tot twee keer in de maand (soms nog meer) te bezoeken en fijne dingen met haar te doen.

Ook mijn werk als bejaardenhulp geeft me veel voldoening, omdat ik iets kan betekenen voor die eenzame en hulpbehoevende mensen.

Ik kan het aan iedereen aanbevelen om als vrijwilligster aan de slag te gaan.
Je steekt er veel tijd en energie in, maar je krijgt er zoveel in de plaats voor terug. Het geeft me zo een voldoening belangrijk te zijn voor iemand.
Het doet me zo goed!
Een glimlach, een handdruk of een knuffel..., daar doe je het toch voor!

Lisette Castro, Bilzen



Soms mag ik blijven slapen...

De eerste keer dat mijn vrijwilligster langskwam was ze samen met Annemie en ik herinner me dat nog goed. Ik was heel zenuwachtig op voorhand. Zij zei ik ben Lisette' en ik zei 'ik ben Frank'. De eerste keer zijn we naar het cafetaria geweest. In het begin had ik nog wel wat zenuwen als ze langskwam, maar nu niet meer.
Lisette komt altijd op zaterdag of zondag als ze niet moet werken. Ondertussen mag ik ook bij haar thuis ook gaan slapen, een weekendje. Soms gaan we bij haar thuis eten en dat is

veel lekkerder dan hier! Lisette haar man kan goed koken, we gaan samen boodschappen doen, een ijsje eten of we gaan naar oma taart eten. Als ik de hele tijd naar de wc loop, dat vindt Lisette ambetant.

Het allerleukste is samen weggaan.



Het vrijwilligerslied

VRIENDEN VAN REKEM
[Tekst en muziek: Guy Swinnen]

's Morgens zit hij al te wachten
En kijkt vol hoop door het raam
Vandaag komt iemand zijn pijn verzachten
Telkens weer even behulpzaam

Een stapje in de wereld zetten
Betekent voor hem toch zoveel
Je moet er zelf maar eens op letten
Hoe geluk verdubbelt als je het deelt

Vandaag gaan we naar Rekem
Waar onze vrienden op ons wachten
Ze kijken uit naar ons bezoek
Het helpt hun lijden te verzachten

Een kopje koffie met gebak
Een ijsje bij de Italiaan
Er is niets dat er nog aan ontbrak
Om tevreden weer naar huis te gaan

De tijd stond even stil
Om het leven te genieten
Een wereld van verschil
Enkel dankzij die visite

Vandaag gaan we naar Rekem
Waar onze vrienden op ons wachten
Ze kijken uit naar ons bezoek
Het helpt hun lijden te verzachten

Vandaag gaan we naar Rekem
Waar onze vrienden op ons wachten
Ze kijken uit naar ons bezoek
Het helpt hun lijden te verzachten



01.03.2004



20.06.2008 FEESTJE VRIJWILLIGERS









12.05.2010 BOOTTOCHT TER GELEGENHEID VAN HET 10-JARIG BESTAAN



WEEK VAN DE VRIJWILLIGERS MAART 2004








26.02.2004
JAARLIJKSE KAAS- EN WIJNAVOND
VOOR DE VRIJWILLIGERS



DE ALLEREERSTE VRIJWILLIGERS




26.02.2010
JAARLIJKSE BIJEENKOMST VAN DE VRIJWILLIGERS



24.08.2010 WANDELING NAAR OPGRIMBIE



Openbaar Psychiatrisch Zorgcentrum Rekem
Daalbroekstraat 106
3621 Rekem

Tel. 089 84 70 00
vraag naar Arlette Boven, Annemie Crijns of Hilde Lapere

E-mail info@opzcrekem.be

Info www.opzcrekem.be/vrijwilligers.htm