

Vrijwilligersgids

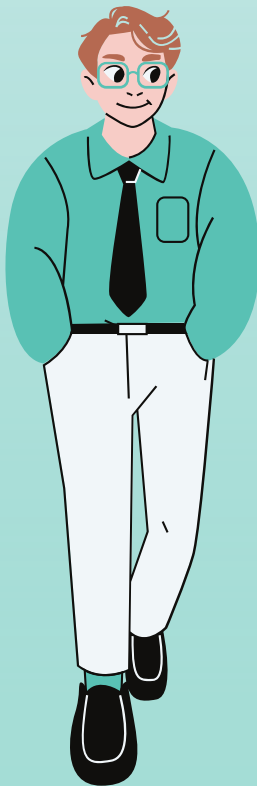
Organisaties uit de zorg-en welzijnssector in Bredene en Oostende op zoek naar vrijwilligers



**VRIJWILLIGERS
GEZOCHT!**



**EERSTELIJNSZONE
OOSTENDE-BREDENE**



Verantwoordelijke uitgever:
VZW Eerstelijnszone Oostende-Bredene
Ondernemingsnummer: 0739.630.344
Adres: Edith Cavellstraat 54-56/7, 8400 Oostende

Tweede uitgave: januari 2024



Heb je deze gids uitgelezen? Of een geknipte opdracht gevonden? Geef dit boekje door!

**Een echte
aanrader!**



Inhoudsopgave

1	Inleiding	4
2	Vacatures	5
	A - F	5
	G - L	21
	M - R	28
	S - X	36
3	Dankwoord	48

Inleiding

In deze gids vind je de organisaties uit de zorg- en welzijnssector in de regio **Bredene** en **Oostende** die op zoek zijn naar vrijwilligers.

Zoek je een fijne tijdsbesteding? Een kans om je talenten te ontdekken of verder te ontwikkelen? Iets doen waar jij en ook anderen vrolijk van worden?

Dan is vrijwilligerswerk iets voor jou!



*Vrijwilliger zijn...
Is vrijwillig
maar niet vrijblijvend
Is verbonden
maar niet gebonden
Is onbetaalbaar
maar niet te koop
Is positief denken is
positief doen
Met als enige doel
voor jezelf en de ander
een goed gevoel*

Bedankt voor je inzet!

Project Aan(d)TACHTIG voor gebruiker van personen alarmtoestellen

Vrijwilligers brengen elke twee of drie maanden een bezoek aan de gebruikers van een personenalarmsysteem dat is uitgeleend bij de gemeente Bredene. Tijdens deze bezoeken controleren ze de goede werking van het systeem en melden eventuele problemen aan de gemeentelijke sociale dienst.

✉ socdienst@bredene.be

📍 **Aan(d)TACHTIG Gemeentelijke sociale dienst Bredene**
Duinenstraat 106, 8450 Bredene + bij bewoners van Bredene thuis

Vrijwilligers voor werking sociale kruidenier

Als Oostendenaars met een laag inkomen doorverwezen worden, biedt Antenne hen een betaalbaar basisvoedselaanbod. Daarnaast is Antenne echter veel meer dan alleen een winkel! De ontmoetingsruimte heeft een dubbele functie: het creëren van mogelijkheden tot sociaal contact en het structureel verbeteren van de levensomstandigheden van onze bezoekers. We zijn op zoek naar verschillende vrijwilligers om ons team in de winkel en de ontmoetingsruimte te ondersteunen.

✉ an.defraeye@oostende.be of andy.engels@oostende.be

🌐 www.oostende.be/antenne-sociale-kruidenier

📍 **Antenne**, sociale kruidenier Oostende
Torhoutsesteenweg 291, 8400 Oostende

Ben je gepassioneerd om kinderen en jongeren te helpen?

Doe vrijwilligerswerk bij Arcade! Wij bieden kwalitatieve, vraaggerichte hulp en ondersteuning aan gezinnen, kinderen en jongeren die in een verontrustende leefsituatie verkeren. Bij ons gaat het om jouw sterktes en we zoeken altijd naar de perfecte match binnen onze organisatie. Wij streven ernaar langdurige relaties aan te gaan en laten jou vrij om te kiezen welk engagement je wil aangaan.

✉ tine.maes@arcadevzw.be

📞 059 27 09 00

🌐 www.arcadevzw.be

📍 **Arcade VZW**
Zevkotestraat 58b, 8470 Zevokote (Gistel)

aRmbassade – Een samenwerking tussen Kwiedam, BMLIK-O, ATD Vierde wereld-Oostende

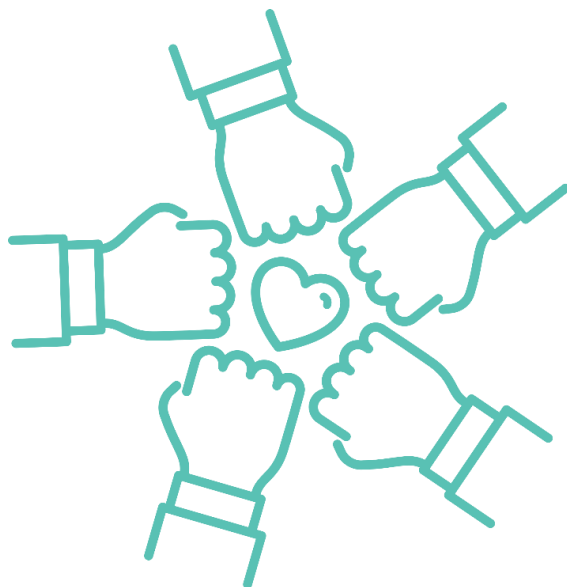
Mensen in armoede en hun bondgenoten zetten zich samen in voor een samenleving zonder uitsluiting en armoede. Om dat mogelijk te maken zijn wij afhankelijk van onze vrijwilligers.

- Ondersteuning in het inloopcentrum Kwiedam:
 - Openhouden cafetaria
 - Creatievelingen die graag knutselen
 - Koffie drinken onder een luisterend oor
 - Sporadische ondersteuning bij grote activiteiten
- Artsen en verpleegkundigen
- Volksuniversiteit: armen aan het woord om in dialoog te gaan om verbetering te bewerkstelligen

Spreekt de doelgroep en het thema je aan? Neem dan zeker contact met ons op. Wij hebben een breed aanbod voor vrijwilligers. Voor elk wat wils!

✉ aRmbassade@cawnoordwestvlaanderen.be

📍 **aRmbassade**
Sint-Sebastiaanstraat 16a, 8400 Oostende



Vrijwilligers gezocht voor barwerk en/of activiteitsondersteuning in 't Staketsel en De Zeeparel

We zijn op zoek naar vrijwilligers voor het openhouden van de bar op regelmatige basis en ter ondersteuning van activiteiten voor senioren. Er zijn verschillende taken beschikbaar, zoals het serveren van drankjes, het afrekenen, opruimen, materiaal klaarzetten, het ophalen en terugbrengen van bewoners... Het is belangrijk dat vrijwilligers goed kunnen samenwerken en een hart hebben voor senioren.

✉ nikki.bota@oostende.be

🌐 www.oostende.be/dezeeparel
www.oostende.be/staketsel

📍 **Assistentiewoningen 't Staketsel en De Zeeparel**

't Staketsel: Kaïrostraat 86, 8400 Oostende

De Zeeparel: Torhoutsesteenweg 19-23, bus 23, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: onderling af te spreken

Stop armoede – Samen voor waardigheid

Mensen in armoede en hun bondgenoten zetten zich samen in voor een samenleving zonder uitsluiting en armoede. Onze werking is tweeledig en bestaat uit 2 groepen:

- Voorbereidingsgroep volksuniversiteit: mensen in armoede en enkele bondgenoten komen samen om de Vlaamse volksuniversiteit voor te bereiden. In de volksuniversiteit komen lokale groepen waar armen het woord nemen samen om uit te wisselen rond een thema en wordt in dialoog gegaan met een gast. Doel is om kennis te kruisen en zo structurele verbeteringen voor alle mensen in armoede te bewerkstelligen.
- Medestanders (bondgenoten)groep: elkaar inspireren en versterken in de individuele inzet tegen armoede en uitsluiting en ook als groep acties opzetten en ondersteunen m.b.t. armoedebestrijding en sensibilisering is het doel.

✉ Volksuniversiteit: jan.beyen@cawnoordwestvlaanderen.be

Medestandersgroep: bea.verleyen@icloud.com

📞 Jan Beyen: 0433 81 13 27

Bea Verleyen: 0472 34 66 05

🌐 www.atd-vierdewereld.be/waar-zijn-we/lokale-groepen/atd-vierde-wereld-oostende/

📍 Volksuniversiteit: ILC Kwiedam: St Sebastiaanstraat 16a, 8400 Oostende

Medestandersgroep: De Takel: Elisabethlaan 221, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: 1x per maand



Vrijwilligers brengen kleur in het ziekenhuis

Bij de diensten geriatrie en revalidatiewerking zijn vrijwilligers van onschatbare waarde tijdens het maaltijdgebeuren. Ook op andere afdelingen zoals de dagziekenhuizen, staan ze klaar om te luisteren en koffie te serveren. Nieuw in het ziekenhuis zijn de comfortvrijwilligers op de spoedafdeling en we zoeken regelmatig ondersteuning bij acties en activiteiten. Er zijn talloze mogelijkheden voor vrijwilligerswerk, zoals hulp bij transport, keukenwerk, apotheektaken en receptiewerk. Onze deuren staan wagenwijd open voor jou. Kom erbij en ontdek welke taak bij jouw kwaliteiten en wensen past!

✉ vrijwilligerswerk@azoostende.be

☎ 059 41 61 59

🌐 www.azoostende.be/jobs/word-vrijwilliger

📍 **AZ Oostende Damiaan – Serruys**
Gouweloestraat 100, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: 1 of 2 keer per week



Structurele armoedebestrijding

BMLIKO is een erkende vereniging waar mensen in armoede het woord nemen

- Vind jij ook dat armoede een schending van de mensenrechten is?
- Vind jij ook dat armoedebestrijding meer is dan voedsel- en kledijbedeling?
- Wil jij meer over armoede leren door te luisteren naar getuigenissen?
- Wil jij samen met de mensen in armoede in dialoog gaan met diensten en politici om die veranderingen te realiseren?
- Heb jij maandelijks minimaal een 4-tal uren ter beschikking?

... dan hebben wij een ruim aanbod aan zinvolle tijdsbesteding die kan matchen met waar wij naar op zoek zijn:

1. Schrijvers om de getuigenissen van mensen in armoede zo letterlijk mogelijk te noteren als basis om voorstellen ter verbetering te formuleren.
2. Een administratieve back-up om de vzw.-werking bij te staan.
3. Handige Harry's om allerlei creatieve workshopactiviteiten te doorlopen.
4. Cultuurliefhebbers die mensen in armoede begeleiden op culturele paden.
5. Schrijvers die werk willen maken van een publicatie van de dialooggroepen, de voorstellen en getuigenissen die daarbij gebruikt zijn
6. Of misschien heb jij een aanbod dat onze werking kan verrijken?

Wij bieden je een vrijwilligerstaak aan met een team van geëngageerde collega's die steeds bereid zijn je te steunen waarin je jezelf kan zijn en kan groeien.

✉ gudrun.rosseel@bmliko.be

☎ 0478 22 38 22

🌐 www.bmliko.com

Beweging van Mensen met een Laag Inkomen en Kinderen Oostende VZW

Sint-Sebastiaanstraat 16a, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: maandelijkse themabijeenkomsten en vrijwilligersvergaderingen

Nederlands oefenen in de bib van Bredene tijdens de praattafels

De praattafels brengen mensen enkele keren per maand samen om Nederlands te oefenen. Je oefent en leert volwassenen (18+) met een andere moedertaal dan het Nederlands, op een speelse manier Nederlands. Via gesprekken en ontmoeting in een leuke sfeer leer je nieuwe mensen en vrijwilligers kennen.

✉ Voor vrijwilligers: balie.bibliotheek@bredene.be

Voor deelnemers: prisca.nanda@ocmwbredene.be

🌐 www.bredene.bibliotheek.be/praat Tafels

Bib Bredene Praattafels

Centrumplein 3, 8450 Bredene

🕒 Frequentie: 2 keer per maand

Kom vrijwilligen bij Licht en Liefde!

We zijn op zoek naar vrijwilligers voor een gezellige woongroep van ± tien personen met een (visuele) beperking. Ben jij een creatieve duizendpoot die graag samen sleutelt aan projecten, knutselt, poëzie schrijft of muziek maakt? Of ben je een handige harry die het Oogatelier in Oostende wil helpen? Wil je mee op leuke uitstappen of misschien zelfs een helpende hand zijn bij het vervoer? Dan zijn wij op zoek naar jou!

✉ hilde.ryckewaert@lichtenliefde.be

🌐 www.blindenzorglichtenliefde.be

📍 **Blindenzorg Licht en Liefde**

Oudenburgweg 40, 8490 Varsenare

🕒 Frequentie: bespreekbaar

Samen is leuker dan alleen, word buddy!

Buddywerking Vlaanderen koppelt vrijwilligers (buddy's) aan mensen met een psychische kwetsbaarheid om hun sociaal isolement te doorbreken. De buddy en deelnemer ontmoeten elkaar om de 14 dagen voor activiteiten die ze beide leuk vinden, zoals een wandeling of iets cultureels. Het doel is om een 'gewoon' menselijk contact te organiseren. Duo's worden gekoppeld op basis van persoonlijkheid en gemeenschappelijke interesses.

✉ Lien Vandevelde: oostende@buddywerking.be

📞 0491 15 71 07

🌐 www.buddywerking.be

📍 **Buddywerking**

Nachtegalenlaan 79, 8400 Oostende

Regio Oostende = Oostende, Bredene, Oudenburg, Middelkerke en Gistel

🕒 Frequentie: 1x/2 weken (volgens afspraak)

Buddywerking 2Buddy

Een buddy(vrijwilliger) is er om deelnemers in Bredene en omstreken te begeleiden. Ze gaan mee naar administratieve diensten, doen samen leuke activiteiten, ondersteunen bij afspraken en nog veel meer.

✉ prisca.nanda@ocmwbredene.be

📞 059 33 97 70

📍 **Buddywerking 2Buddy**

Duinenstraat 106, 8450 Bredene

🕒 Frequentie: minstens 2 keer in een maand

CAW – Inloopcentrum Kwiedam Oostende zoekt naar...

- Enthousiastelingen die kunnen helpen bij het openhouden van de cafetaria
 - Creatievelingen die graag knutselen
 - Gezellige babbelaars die houden van een tas koffie en goed kunnen luisteren
 - Cultuurliefhebbers die graag met een groep naar een voorstellingen gaan
 - Mensen die goed kunnen luisteren en bereid zijn om af en toe op huisbezoek te gaan
 - Computerdeskundigen die tweemaandelijks een tof boekje willen samenstellen
 - Occasionele hulp bij grote activiteiten (bar, opzetten afbreken, animatie...)
 - Sterke helpers die kunnen helpen bij een verhuis of bezoek aan containerpark
- ✉ jan.beyen@cawnoordwestvlaanderen.be

☎ 0473 81 13 27

🌐 www.caw.be/locaties/INLOOPCENTRUM-oostende/

📍 **CAW – Inloopcentrum Kwiedam Oostende**

Sint-Sebastiaanstraat 16a, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: volgens afspraak

CAW Noord-West-Vlaanderen is op zoek naar enthousiaste vrijwilligers!

Het Centrum Algemeen Welzijnswerk biedt gratis en vertrouwelijk advies, informatie en begeleiding aan mensen met welzijnsvragen. Wij hebben enthousiaste vrijwilligers die verschillende taken op zich nemen, zoals:

- Onthaalbaliemedewerker: telefoons aannemen, cliënten warm onthalen
- Woonondersteuner:
 - cliënten ondersteunen in een bezoek naar een externe dienst (sociale woonmaatschappij, bezoek aan mogelijke woning, ...)
 - administratieve ondersteuning (op zoek gaan naar een woning)
- Logistieke ondersteuner: boodschappen doen, de was doen

Ook interesse om deel uit te maken van onze organisatie die welzijn voorop plaatst? We verwelkomen je graag in ons midden! Je wordt opgenomen als deel van het team en kunt rekenen op ondersteuning van een vrijwilligerscoach.

✉ ann.dujardin@cawnoordwestvlaanderen.be

☎ 0476 78 23 62

🌐 www.caw.be

📍 **CAW Noord-West-Vlaanderen**

Regio Oostende

🕒 Frequentie: bespreekbaar



Onthaalvrijwilliger Gezondheidsacademie

Dankzij jouw warm onthaal voelen deelnemers en lesgevers van infosessies, cursussen of webinars zich meer dan welkom. Je bent beschikbaar voor vragen en hebt op die manier kans om heel wat interessante vormingen te volgen.

✉ vrijwilligers.westvlaanderen@cm.be

🌐 www.cm.be/vrijwilliger

📍 **CM**

West-Vlaanderen

🕒 Frequentie: bespreekbaar

Participatieraad

De participatieraad is een groep vrijwilligers en medewerkers die het gezondheidsbeleid en de gezondheidsacties opvolgt en actief stimuleert in de CM-zone. Samen met andere Gezonde Buurt vrijwilligers worden acties opgezet, initiatieven georganiseerd om de gezondheid in de buurt te verbeteren.

✉ vrijwilligers.westvlaanderen@cm.be

🌐 www.cm.be/vrijwilliger

📍 **CM**

Regio Oostende

🕒 Frequentie: bespreekbaar

Chauffeur CM-Mobiel

Krijg je energie wanneer je anderen helpt en rijd je graag met de wagen? Dan ben jij de geknipte vrijwilliger voor CM-Mobiel! Als chauffeur bij CM Mobiel vervoer je personen die niet meer kunnen rijden of geen gebruik kunnen maken van het openbaar vervoer door hun lichamelijk of mentale beperking.

✉ zorgenvrijwilligerswerk.westvlaanderen@cm.be

📞 059 55 40 50

🌐 www.cm.be/vrijwilliger

📍 **CM**

Ieperstraat 12, 8400 Oostende



Spaak-vrijwilliger

Krijg je energie wanneer je anderen helpt en ben je een administratieve krak? Dan ben jij de geknipte vrijwilliger voor CM-Spaak! Je biedt ondersteuning aan (kwetsbare) mensen die problemen ervaren bij het uitvoeren van administratieve taken zoals post doornemen, helpen bij het invullen van formulieren, facturen en bankzaken opvolgen...

✉ zorgenvrijwilligerswerk.westvlaanderen@cm.be

☎ 059 55 40 50

🌐 www.cm.be/nl/vrijwilliger-bij-cm

📍 **CM**
Ieperstraat 12, 8400 Oostende

Dag- of nachtoppasser voor CM-Oppas aan huis

Krijg je energie wanneer je anderen helpt? Dan ben jij de geknipte vrijwilliger voor CM-Oppas aan huis! Als oppasser bij CM-Oppas aan huis ondersteun je zorgbehoevende personen. Dit kan overdag, 's avonds en/of 's nachts.

✉ zorgenvrijwilligerswerk.westvlaanderen@cm.be

☎ 059 55 40 50

🌐 www.cm.be/nl/vrijwilliger-bij-cm

📍 **CM**
Ieperstraat 12, 8400 Oostende





Oppas voor kinderen met een beperking of chronische aandoening

Krijg je energie wanneer je met kinderen werkt? Dan ben jij de geknipte vrijwilliger voor CM-Oppas aan huis! Zaterdagochtend haal je Kelly op voor een tripje naar de markt. Kelly is een elfjarig meisje met een mentale beperking. Op zaterdag moet haar mama werken, dus jij komt er wekelijks oppassen. Wanneer je met Kelly langs de marktkraampjes loopt, geniet ze zichtbaar van de gezellige drukte. Tevreden keer je terug naar huis. Je kijkt al uit naar woensdagmiddag, dan ga je Finn gezelschap houden. De zesjarige Finn heeft autisme en zijn ouders moeten enkele uurtjes weg. Finn houdt van knutselen, dus je kunt altijd wel een activiteit voorzien! Deze week heb je ook een nieuwe oppasvraag. Je vindt het spannend, maar je weet dat de medewerkers van CM-Oppas aan Huis achteraf altijd bellen om te vragen hoe het geweest is. Enthousiast kijk je uit naar een waardevolle week! Taakbeschrijving:

Als oppasser bij CM-Oppas voor kinderen met een beperking of chronische aandoening ondersteun je zorgbehoevende minderjarigen. Als vrijwilliger bij CM-Oppas aan huis:

- Bied je gezelschap en toezicht
- Zorg je voor een leuke tijdsbesteding
- Neem je kleine zorgtaken op (helpen bij maaltijden, toiletbezoek...)
- Help je bij verplaatsingen in en rond het huis.

Jouw profiel:

We zijn op zoek naar oppassers met een positieve ingesteldheid:

- Je bent sociaal en zelfstandig
- Je bent discreet en geduldig
- Je bent altijd vriendelijk en zorgzaam
- Je bent verantwoordelijk.

✉ zorgenvrijwilligerswerk.westvlaanderen@cm.be

☎ 059 55 40 50

🌐 www.cm.be/nl/vrijwilliger-bij-cm

📍 **CM**
Ieperstraat 12, 8400 Oostende



Vrijwillige chauffeur CM-Rolwagenvervoer regio Oostende

Krijg je energie wanneer je anderen helpt en rijd je graag met de wagen? Dan ben jij de geknipte vrijwilliger voor CM-Rolwagenvervoer! Als chauffeur bij CM-Rolwagenvervoer vervoer je personen die in een rolwagen zitten en zich niet meer zelfstandig kunnen verplaatsen. Dit doe je met een aangepast CM-busje voor rolwagenvervoer.

Als vrijwilliger:

- ben je fysiek in staat om mensen in een rolstoel veilig in- en uit een aangepaste wagen te begeleiden
- vervoer je klanten naar medische en sociale afspraken
- ondersteun je van de deur tot in de auto en omgekeerd
- breng je je administratie in orde

Wat krijg je van ons?

CM is een warme organisatie die je met open armen ontvangt. Als medewerkers van CM-Rolwagenvervoer staan we altijd klaar met een luisterend oor. Bij problemen kun je ons altijd om raad vragen.

Bij CM-Rolwagenvervoer:

- ontvang je een vergoeding per gereden uur
- ben je verzekerd
- krijg je vorming op maat
- kun je rekenen op professionele ondersteuning en begeleiding

✉ zorgenvrijwilligerswerk.westvlaanderen@cm.be

☎ 059 55 40 50

🌐 www.cm.be/nl/vrijwilliger-bij-cm

📍 **CM**
Ieperstraat 12, 8400 Oostende

Teleblok – Chatvrijwilliger

Studenten of hun omgeving die tijdens de blok- of examenperiode vragen hebben of even stoom willen afdalen, kunnen terecht bij Teleblok, de gratis chatlijn van CM. We zoeken vrijwilligers die een chatlijn bemannen om te informeren of een luisterend oor te bieden.

✉ vrijwilligers.westvlaanderen@cm.be

🌐 www.teleblok.be

📍 **CM**

🕒 Frequentie: bespreekbaar





FMDO Oostende – Buddyproject Compagnons

Wil je als buddy nieuwe culturen leren kennen en nieuwkomers wegwijs maken? Wil je eenzaamheid en uitsluiting tegengaan en bijdragen aan een diverse stad waar elk verhaal telt? Dan ben jij de perfecte match voor het project Compagnons dat nieuwkomers en buddy's die er al lang(er) wonen, aan elkaar verbindt!

Jouw engagement:

- Traject van zes maanden
- Twee keer per maand afspreken met de nieuwkomer om samen een vrijetijdsactiviteit uit te oefenen
- Groepsactiviteiten met buddy's en nieuwkomers (bowlen, stadswandeling...)

✉ marina@fmdo.be
sara@fmdo.be

📞 Marina: 0497 49 46 35
Sara: 0499 71 38 62

📍 **Compagnons Oostende**
Louisastraat 7, 1eV, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: minimaal één keer per 14 dagen

Covias zoekt vrijwilligers

Covias biedt ondersteuning en begeleiding aan mensen met een psychische kwetsbaarheid. We engageren ons om begeleiding aan te bieden op diverse levensgebieden van onze doelgroep. Er zijn zowel taken die eerder mensgericht zijn alsook taken die eerder praktisch zijn. We vinden het belangrijk steeds samen op zoek te gaan naar de gepaste match.

✉ [Jonas Jacques: vrijwilligers@covias.be](mailto:Jonas.Jacques:vrijwilligers@covias.be)

🌐 www.covias.be/vrijwilligerswerking

📍 **Covias: OnA Middenkust**

Brugge, Beernem, Blankenberge, Torhout, Oostende en Veurne.

We zijn actief op diverse plaatsen in de regio Oostende.

🕒 Frequentie: bespreekbaar

Verken verschillende kansen om vrijwilligerswerk te doen bij de Diabetes Liga!

Wil je graag als vrijwilliger aan de slag bij Diabetes Liga? Er zijn verschillende opties beschikbaar: vrijwilliger bij afdeling Oostende, Diakids (vereniging voor ouders met kind met diabetes) of als ad-hoc vrijwilliger bij bepaalde activiteiten en evenementen. We zijn actief over volledig Vlaanderen, maar zoeken specifiek vrijwilligers voor Oostende en Westkust.

✉ wendy.haelvoet@diabetes.be

☎ 09 245 02 10

🌐 www.diabetes.be

📍 **Diabetes Liga**

Regio Oostende en Westkust

🕒 Frequentie: bespreekbaar

Artsen en verpleegkundigen

Onze vrijwilligers ondersteunen het CAW met medische en psychologische consultaties. We richten ons tot kwetsbare bevolkingsgroepen die geen effectieve toegang tot zorg hebben. We ontvangen mensen die in armoede leven, daklozen, transmigranten, mensen zonder papieren of mutualiteit.

✉ ellen.verryt@doktersvandewereld.be

🌐 www.doktersvandewereld.be

📍 **Dokters van de Wereld Oostende**

Sint-Sebastiaanstraat 16 A, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: 1 of 2 donderdagvoormiddagen per maand

Duinhelm vzw zoekt vrijwilliger

Duinhelm wil vanuit een houding van respect en gelijkwaardigheid, professionele ondersteuning bieden aan mensen met een, voornamelijk, verstandelijke beperking en hun netwerk op het vlak van wonen, werken en vrije tijd. Onze vrijwilligers zorgen voor dat net ietsje meer waar onze cliënten zo van genieten!

Ze zijn de kers op de taart!

✉ martine.leemans@duinhelm.be

☎ 0490 56 47 01

🌐 www.duinhelm.be

📍 **Duinhelm VZW**

Rietmusstraat 24, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: bespreekbaar



Geëngageerde vrijwilligers gezocht met een warm hart voor dak- en thuislozen

Doorgroeihuis

Het Doorgroeihuis in Oostende biedt het hele jaar door, elke dag van de week, onderdak aan dak- en thuislozen. Er zijn 26 bedden beschikbaar en er wordt gewerkt met ochtend-, avond-, en nachtshiften. Als vrijwilliger krijg je een vergoeding van 50 euro per nacht en heb je de verantwoordelijkheid om de gasten warm te ontvangen en logistiek te ondersteunen. Door het serveren van koffie en een maaltijd, bied je een luisterend oor aan mensen in nood.

Huizenjager

De beste remedie tegen dakloosheid is huisvesting. Betaalbare huisvesting is echter schaars en snel weer verhuurd. Wil je ons helpen een wekelijkse lijst te maken van beschikbare panden door het internet, facebook, de tips en andere media af te schuimen?

Compagnon

Mensen in kwetsbare situaties hebben het soms moeilijk om op een afgesproken tijdperk ergens te geraken. Vaak heeft dit ernstige gevolgen. We zoeken hulp om mensen te vergezellen bij bijvoorbeeld een identiteitskaart aan te vragen, aangifte te doen van diefstal, aanwezigheid op het vredegerecht...

Sociaal Culturele Participatie

Ben jij een buddy met culturele of artistieke flair? Heb je zin om met een kleine groep of individu mee te gaan naar een theatervoorstelling of expo? Of heb je zin om je talenten te delen met mensen?

 ludo.vangheluwe@oostende.be

 www.oostende.be/daklozenwerking

 **Dienst Dak- en Thuislozen**
Overvloedstraat 2a, 8400 Oostende



Frequentie: bespreekbaar

Garsons Uniek

Ben jij een enthousiaste persoon met een beperking en neem je graag de bediening op jou tijdens evenementen en festivals? Ben je niet bang om een babbeltje te slaan met bezoekers? Dan ben je meer dan welkom om onze Garsons Uniek te versterken.

Voorlezer bij De Voorleesbende

Lees je graag voor aan kinderen en wil je hen op een speelse manier sensibiliseren rond het thema handicap/chronische ziekte? Dan kan jij binnenkort deel uitmaken van onze Voorleesbende!

Vrijwilliger bij Filoe

Heb je zin om een laagdrempelig, interactief Filoe-vormingspakket te geven? Ga in gesprek over thema's zoals geluk of vriendschap met personen met en zonder beperking. Klinkt dit als muziek in de oren? Dan ben jij de geschikte begeleider van onze workshops!

Reisvrijwilliger

Ben je zorgzaam en help je graag personen met een handicap? Dan ben je de geknipte persoon die we zoeken om onze doelgroep dé vakantie van hun dromen te bezorgen.

Vrijtijdsvrijwilliger

Ontmoet je graag nieuwe mensen? Kom dan zeker ons team versterken tijdens activiteiten, fuiven, festivals en daguitstappen. Je taken kunnen erg verschillend en/of gevarieerd zijn naargelang je interesses als vrijwilliger.

Beleidsvrijwilliger

Denk je graag mee over het beleid van personen met een beperking? Of wil je je inzetten om handelszaken te screenen? Dan ben jij de geknipte persoon.

Dito VZW wil dat personen met een handicap volwaardig kunnen deelnemen aan de maatschappij, en dat op alle vlakken.

✉ west-vlaanderen@ditovzw.be

🌐 www.ditovzw.be/contact/wordvrijwilliger/

📍 **Dito VZW**

President Kennedypark 2, 8500 Kortrijk

🕒 Frequentie: bespreekbaar

VZW
DITO VERSTERKT
VERANDERT
VERBINDT



Word vrijwilliger in de thuiszorg

Als vrijwilliger in de thuiszorg bied je hulp aan jonge gezinnen, personen met een beperking, chronisch zieken, ouderen en mensen met dementie. Dit kan variëren van gezelschap bieden tot praktische ondersteuning, zoals het opwarmen van maaltijden, helpen bij het in en uit bed stappen en het assisteren bij vrijetijdsbesteding, zoals bijvoorbeeld een wandeling maken.

✉ Brenda Cordy: oostende@familiezorg-wvl.be

🌐 www.familiezorg-wvl.be

📍 **Familiezorg West-Vlaanderen vzw**

Bij hulpbehoevende mensen thuis (regio Oostende-Bredene)

🕒 Frequentie: bespreekbaar



Organisatie van spel en ontmoeting in het Huis van het Kind

Ben jij geïnteresseerd in diversiteit, kinderen en (aanstaande) gezinnen? Dan is het wellicht interessant om te helpen bij het organiseren van spel en ontmoeting in het Huis van het Kind. Als vrijwilliger maak je een praatje met de bezoekers, je voorziet knutselactiviteiten voor kinderen, je helpt eventueel bij de ruilhoek.

✉ Virginie Devoogdt: huisvanhetkind@bredene.be

🌐 www.bredene.be/nl/welzijn-gezondheid/huis-van-het-kind

📍 **Huis van het Kind Bredene**

Duinenstraat 108, 8450 Bredene

🕒 Frequentie: bespreekbaar

Ontmoetingshuis – Huis van het Kind Louisa

Het Ontmoetingshuis bevindt zich in Huis van het kind Louisa. Hier kan je als ouder terecht voor een gezellige babbel met andere ouders, of om samen met de kinderen te spelen. We organiseren allerlei leuke activiteiten voor gezinnen, en je kan bij ons terecht voor het ontlenen van kledij, pampers en speelgoed! We zijn altijd op zoek naar vrijwilligers die ons kunnen helpen bij het ondersteunen van spel en ontmoeting, sous-chefs voor in de keuken en mensen die graag kledij sorteren.

✉ Keshia Van Gaeveren: info@huisvanhetkindlouisa.be

📞 059 25 53 04

🌐 www.ontmoetingshuisoostende.be

📍 **Ontmoetingshuis – Huis van het Kind Louisa**

Louisastraat 7, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: bespreekbaar





Ithaka zoekt vrijwilligers!

VZW Ithaka coacht volwassenen met een beperking om hun participatie in de samenleving te bevorderen. Onze slogan? "Dromen, durven, doen en delen!" Samen zoeken we naar oplossingen die zo inclusief mogelijk zijn. Bij dit alles gaat onze focus uit naar een positief mensbeeld en hechten wij veel belang aan zowel het individu als de verbondenheid binnen de groep. Bij één-op-één momenten, zoals wandelen of samen lezen, kunnen vrijwilligers vaak een waardevolle bijdrage leveren. Ook bij groepsactiviteiten, zoals onze vrijetijdsbesteding 'VIA', zijn helpende handen steeds welkom. We willen onze vrijwilligers graag inzetten op basis van hun unieke talenten. We doen dan ook een warme oproep voor ondersteuning bij logistieke taken, zoals het opruimen en klaarzetten van tafels. En we zoeken momenteel een handige Harry of Henriette voor kleine onderhoudsklussen.

✉ via@vzw-ithaka.be

☎ 059 51 48 10

🌐 www.vzw-ithaka.be/nl/

📍 **vzw Ithaka**

Coachingcentrum Kaaistraat 35, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: bespreekbaar

Inloopteam de Viertorre zoekt helpende handen!

Onze vzw biedt preventieve gezinsondersteuning aan gezinnen met kinderen tot 6 jaar en aan ouders die een kindje verwachten. Het ruilhoekje is een belangrijk onderdeel van onze werking. Hier kan je kinderkledij, schoenen, zwangerschapskledij, speelgoed en ander babymateriaal ruilen. We zijn op zoek naar enthousiaste vrijwilligers die graag helpen bij het sorteren van kleding en het onderhoud van speelgoed.

Als je een warm hart hebt en graag spel- en ontmoetingsactiviteiten ondersteunt, dan ben je ook meer dan welkom. Zo kan je bijvoorbeeld gezellig koffie drinken, een babbeltje slaan of activiteiten mee begeleiden.

✉ liselotte.stoops@oostende.be

🌐 www.facebook.com/inloopteamdeviertorre

📍 **Inloopteam de Viertorre**

Huis van het Kind – Edith Cavellstraat 54, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: bespreekbaar



Vrijwilligers gezocht voor oppas en vervoer

I-Mens, een dienst thuisgezondheidszorg afdeling Oostende, is op zoek naar vrijwilligers die bejaarden en zieken willen helpen als dag- of nachtoppas. Als vrijwilliger kan je door eenvoudige taken uit te voeren, zoals gezelschap houden, eten opwarmen, gaan wandelen, boodschappen doen, 's nachts oppassen... een glimlach op het gezicht van de hulpbehoevende toveren. Daarnaast zoeken we ook vrijwillige chauffeurs die onze klanten met hun eigen wagen naar medische afspraken kunnen brengen. In ruil biedt I-Mens een vaste onkostenvergoeding, verzekering, begeleiding en bemiddeling van de verantwoordelijke. Je kan zelf beslissen welke dagen en uren je beschikbaar bent.

✉ sylvie.corvelevn@i-mens.be

☎ 059 85 85 08

🌐 www.i-mens.be/jobs-en-opleidingen/vrijwilligerswerk

📍 **I-Mens**

Bespreekbaar, ruime regio

🕒 Frequentie: bespreekbaar



Word Healthie!

Ben je student? Pas afgestudeerd? Wil je reeds ervaring opdoen in het geven van vormingen aan kinderen en jongeren of in een klas? Heb je interesse om als begeleider of begeleidster te functioneren op één van onze gezondheidsprojecten voor kinderen? Word healthie bij JOETZ en geef vormingen rond o.a. seksualiteit en gezonde voeding in het lager en secundair onderwijs.

✉ healthie@joetz.be

🌐 <https://healthies.joetz.be/word-lesgever>

📍 **Joetz**

Regio West-Vlaanderen

🕒 Frequentie: bespreekbaar

Kookouders gezocht

Interesse om als kookouder te functioneren op één van onze kinder-, tiener- en jongerenvakanties? Eerst en vooral willen wij je hiervoor hartelijk bedanken. Het doet ons een groot plezier jou misschien te mogen verwelkomen binnen ons team van vrijwilligers bij JOETZ West-Vlaanderen.

✉ joetz.west@joetz.be

🌐 www.joetz.be

📍 **Joetz**

Regio West-Vlaanderen

🕒 Frequentie: bespreekbaar



Talen(t) aan Zee

Talen(t) aan Zee heeft als missie om de Nederlandse taalkennis van kinderen en jongeren in Oostende te verbeteren, terwijl zij ook kennismaken met het bestaande aanbod voor sport, cultuur, spel en algemeen welzijn binnen de stad. Door deze unieke combinatie willen wij kinderen en jongeren een plezierige en leerzame tijd bieden, waarin zij hun taalvaardigheid en kennis van hun stad kunnen verbeteren. Dit stelt hen in staat om niet alleen beter te communiceren, maar ook om hun ontwikkeling op andere gebieden te bevorderen.

Wij zijn momenteel op zoek naar vrijwilligers die:

- een taalstimulerend programma willen geven in de ochtend, met behulp van het educatieve materiaal dat Talen(t) aan Zee beschikbaar heeft. We willen dit op een speelse en educatieve manier aanbieden,
- en/of groepen kinderen of jongeren willen begeleiden tijdens verschillende activiteiten, zoals bezoeken aan de kinderboerderij, Horizon educatief, TAZ, Muzee, sportactiviteiten...

Wij doen ons best om je te matchen met de leeftijdsgroep die jouw voorkeur heeft. Kinderen en jongeren tussen de leeftijd van 3 kleuters tot 18 jaar kunnen zich bij ons inschrijven.

✉ Katrien Sabbe: talentaanzee@dekatrol.org

📞 0472/ 70 52 21

De Katrol Oostende

Leffingestraat 1, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: 1 week tijdens paasvakantie, 2 weken tijdens zomervakantie

Studie- en gezinsondersteuning aan huis bij kwetsbare gezinnen

Als vrijwilliger ga je aan huis bij een kwetsbaar gezin om hen te ondersteunen bij hun hulpvragen. Je wordt hierbij gecoacht door een ankerfiguur. Er worden wekelijks intervisie- en vormingsmomenten georganiseerd voor vrijwilligers die deelnemen aan de werking. We zoeken vrijwilligers met een sociaal/pedagogische achtergrond.

✉ Katrien Sabbe: katrien@dekatrol.org

📞 0472/ 70 52 21

🌐 www.dekatrol.org

De Katrol Oostende

Leffingestraat 1, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: 2x per week 1 uur ondersteuning + wekelijks terugkoppeling



Word vrijwilliger bij Kazou!

Jaarlijks trekken duizenden vrijwilligers tijdens de vakanties naar binnen- en buitenland als monitor, kookploeg, verpleegkundige, ... om onze vakanties te begeleiden. Bovendien kunnen we ook tijdens het jaar stevast rekenen op enthousiaste vrijwilligers voor de organisatie van allerlei activiteiten, het opzetten van vormingen en het meebouwen aan en meemaken van de beweging Kazou. Elk jaar organiseren we in de paasvakantie een animatorcursus die je kunt volgen om vervolgens als vrijwilliger aan de slag te gaan binnen onze werking.

✉ Jens Seynaeve: vrijwilligers.oostende@kazou.be

🌐 www.kazou.be/over-kazou/vrijwilligers/

📍 **Kazou Oostende**

🕒 Frequentie: bespreekbaar

Begeleid infomomenten als vrijwilliger

Kom op tegen Kanker organiseert jaarlijks een aantal infomomenten voor kankerpatiënten en hun naasten. Vrijwilligers zorgen voor het onthaal van de deelnemers, slaan een praatje met hen en bieden een kopje koffie aan. Daarnaast helpen de vrijwilligers met het klaarzetten van de zaal en zorgen ze voor de bekendmaking van de volgende activiteiten.

✉ melissa.bonte@komoptegenkanker.be

🌐 www.komoptegenkanker.be/help-mee/help-mee-als-vrijwilliger/begeleid-groepsmomenten-als-vrijwilliger

📍 **Kom op tegen Kanker**

Koninklijke Villa, Koningsstraat 79, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: 4 keer op jaarbasis, telkens van 13u30 tot 16u30

Bied een luisterend oor aan als zorgvrijwilliger in het ziekenhuis bij de oncologische patiënten

In het ziekenhuis bieden zorgvrijwilligers van Kom op tegen Kanker een luisterend oor aan bij de patiënten op de oncologische afdelingen. Dit op een vast tijdstip, wekelijks of 2-wekelijks.

✉ melissa.bonte@komoptegenkanker.be

🌐 <https://www.komoptegenkanker.be/wat-we-doen/patienten-en-naasten-steunen/vrijwilligers-in-jouw-ziekenhuis>

📍 **Kom op tegen Kanker**

AZ Oostende, Gouweloestraat 100, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: wekelijks of 2-wekelijks op een voor of een namiddag



Lokaal dienstencentrum Bredene zoekt vrijwilligers!

In ons lokaal dienstencentrum zoeken we geëngageerde vrijwilligers met een hart voor ouderen. We zijn op zoek naar:

- helpende handen met wat horeca-feeling
- ondernemende vertegenwoordigers om recreatieve activiteiten te helpen (mee) organiseren
- versterking bij de chauffeurs voor bewoners

✉ Ilse Baillieu: ldc@ocmwbredene.be

🌐 www.bredene.be

📍 **Lokaal dienstencentrum Bredene**

Duinenstraat 106, 8450 Bredene

🕒 Frequentie: bespreekbaar

LEIF-informatievrijwilliger

LEIF (LevensEinde InformatieForum) is een open initiatief van mensen en verenigingen die streven naar een waardig levenseinde voor iedereen, waarbij respect voor de wil van de patiënt voorop staat.

Wil je mensen informeren? Concreet en gericht informatie geven over:

- de wilsverklaring euthanasie, negatieve wilsverklaring, actueel verzoek
- euthanasie, orgaandonatie, teraardebestelling...
- ondersteuning en zorg bij levenseindevragen
- wet op de patiëntenrechten, wetgeving omtrent euthanasie, regelgeving i.v.m. palliatieve zorgen

Kortom: alle zaken die betrekking kunnen hebben op een waardig levenseinde.

Dan ben je de informatiemedewerker die wij zoeken! Je bent welkom in onze ploeg in Oostende. Wij zorgen voor een opleiding en intervisiemomenten.

✉ Rie Vanduren: rie@totalacceptance.be

🌐 www.leifwestvlaanderen.be

📍 **LEIF**

Regio Oostende-Bredene

🕒 Frequentie: 1 à 2x per maand



Hulp bij de werking van Medios vzw

Medios in Oostende zet zich sinds jaar en dag in voor de minderbedeelden. We richten ons voornamelijk op het bestrijden van kansarmoede in de regio Oostende en ondersteunen daarnaast projecten in Senegal en Gambia. Medios zet zich in voor het hergebruik van meubelen, kledij en medisch materiaal.

Momenteel zijn we op zoek naar vrijwilligers om ons te helpen bij:

- De meubelsectie: hulp bij afhalen en leveren of hulp in de shop. De meubelsectie werkt op dinsdagvoormiddag en woensdag of op afroep.
- De kledijbank: hulp bij het sorteren van de gedoneerde kledij en in de winkel. De kledijbank werkt op dinsdag- en woensdagnamiddag.

✉ medios.oostende@skynet.be

🌐 www.vzwmedios.be

📍 **Medios Oostende**

Blauwkasteelstraat 108, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: bespreekbaar



Vrijwilligers gezocht om de senioren groep te ondersteunen

Voordracht, feest organiseren, sport kijken, kaarten, kubb, tafels plaatsen, afruimen, afwassen...

✉ marnix.vanegroo@gmail.com

🌐 www.okrabredene.be

📍 **OKRA Bredene**

Zaal De Caproen, Breendoncklaan 2A, 8450 Bredene

🕒 Frequentie: maandelijks

Vrijwilligers gezocht in de plaatselijke werking van OKRA Oostende

Kan gaan van het ronddragen van OKRA-magazines, hulp bieden bij de administratie of financiën van het trefpunt, tot het opnemen van een taak als (mede-)teamleider of ook meer technische functies zoals het begeleiden van fietstochten, wandeltochten, petanque, kubb, lijndansen etc.

✉ oostende@okra.be

🌐 www.okra.be/okra-in-je-buurt

📍 **OKRA Oostende**

Ieperstraat, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: bespreekbaar





BoekBezoek – Voorlezen aan huis

Vrijwilligers gaan minstens tien keer voorlezen in een gezin waar het (nog) geen gewoonte is. De kinderen waaraan voorgelezen wordt, zijn (taalzwakke) kinderen uit de derde kleuterklas die opgroeien in een omgeving waar (nog) geen voorleescultuur aanwezig is. Deze gezinnen worden geselecteerd door het zorgteam van de betrokken scholen.

✉ boekbezoek@oostende.be

🌐 www.oostende.be/onderwijsopbouwwerk

📍 **Onderwijsopbouwwerk Oostende**

Bij mensen thuis

🕒 Frequentie: van januari tot april leest de vrijwilliger 10x voor in het gezin

Huiswerkklassen

In de huiswerkklassen krijgen kwetsbare lagereschoolkinderen de mogelijkheid om hun huiswerk te maken in de beste omstandigheden. De huiswerkklassen streven ernaar om taal- of leerachterstand van begeleide leerlingen weg te werken of te voorkomen. We willen dat de slaagkansen en de schoolloopbaan van kinderen bepaald worden door hun talenten en niet door de sociale, economische of culturele achtergrond van het gezin waarin ze opgroeien.

✉ huiswerkklassen@oostende.be

🌐 www.oostende.be/onderwijsopbouwwerk

📍 **Onderwijsopbouwwerk Oostende**

Vuurtorenwijk

Westerkwartier

Stene

🕒 Frequentie: jouw engagement beslis je zelf: 1, 2 of 3 avonden per week (telkens maandag, dinsdag of donderdag van 16u-18u tijdens het schooljaar)



Participatieplatform Stad Oostende

'Ons Oostende' is het participatieplatform van Stad Oostende. Je vindt er een overzicht van alle lopende participatietrajecten van de Stad aan Zee. Het platform bundelt ook acties en diensten waar Stad Oostende zeker de hulp kan gebruiken van vrijwilligers. Blijf dus zeker 'Ons Oostende' volgen en stel je kandidaat.

✉ Lora Patteeuw: participatie@oostende.be

🌐 www.ons.oostende.be

📍 **Ons Oostende**

Online via www.ons.oostende.be

🕒 Frequentie: één of meerdere halve dagen per week tijdens de openingsuren van de campus of het stadhuis

Helpende handen in de ontmoetingscentra

Als vrijwilliger wil je bijdragen aan een warme ontmoetingsplek voor onze wijkbewoners. Door jouw enthousiasme, helpende handen en engagement maak je het binnen onze muren nog warmer. Zo kan je een steentje bijdragen:

- Meewerken in de cafetaria en keuken
- Nieuwe bezoekers voorzien van een warm welkom aan het onthaal
- Begeleiden van activiteiten en evenementen
- Als digidokter mensen ondersteunen bij vragen over tablet, gsm, computer
- Minder mobiele bezoekers vervoeren met de e-fietstaxi

✉ katinka.kerckenaere@oostende.be

🌐 www.oostende.be/ontmoeten

📍 **Ontmoetingscentra Oostende**

🕒 Frequentie: volgens afspraak



Onthaalvrijwilliger O-punt Oostende

Als onthaalvrijwilliger ben jij het gezicht van één van de onthaalpunten en zorg jij ervoor dat onze bezoekers vlot hun weg vinden en zich welkom voelen.

✉ tania.tytgat@oostende.be

🌐 www.oostende.be

📍 O-punt Stadhuis

Vindictivelaan 1, 8400 Oostende

📍 O-punt Campus Edith Cavell

Edith Cavellstraat 15, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: één of meerdere halve dagen per week tijdens de openingsuren van de campus of het stadhuis

Bouw jij mee aan onbeperkt samenleven? Welkom bij Oranje: waar jij als vrijwilliger jezelf mag zijn!

Het verenigen van krachten en wensen: dat werkt altijd goed bij mensen. En dat is wat we doen bij Oranje: jouw talenten, interesses en krachten verbinden met onze mensen. In Oranje begeleiden we personen met een (vermoeden van) beperking en andere maatschappelijk kwetsbare doelgroepen in hun thuisomgeving of op de dienst. Op maat van de persoon en vanuit hun eigen sterktes, daar gaan we voor. Samen gaan we op zoek naar de juiste match: iets dat jij leuk en nuttig vindt, wanneer het jou past. Een gezellig babbelmoment, een wandeling met de hond, samen darts spelen, koken, naar de markt gaan, samen kleien, handverzorging, boogschieten... Meewerken in Oranje staat gelijk aan: je thuis voelen, een flexibele en ruimdenkende omgeving, toffe collega's en een ontspannen sfeer, je stem laten horen, vertrouwen en dialoog...

✉ jessica.mawet@oranje.be of liza.lambert@oranje.be

📞 0471 44 35 11

🌐 www.oranje.be

📍 Oranje vzw

Regio kust: Oostende, Bredene, Oudenburg, Gistel, Ichtegem, Eernegem, Jabbeke, Varsenare, De Haan, Wenduine, Blankenberge

🕒 Frequentie: bespreekbaar

Mensen helpen en tegelijk een centje bijverdienen? Word nu trotse vrijwilliger bij Perspectief!

Als vrijwilliger help je mensen, gemeenten, organisaties of verenigingen enkele uren per week en dit via diverse opdrachten. Bijvoorbeeld: meehelpen bij het vervoer van en naar zorgcentra, leerkrachten ondersteunen in een school of helpen bij een evenement? Jouw hulp wordt 100% gewaardeerd en je verdient tegelijk een leuk extraatje. Voor iedere opdracht bij Perspectief is er een vergoeding.

✉ info@wehelpengraag.be

☎ 059 43 37 99

🌐 www.wehelpengraag.be

📍 **Perspectief Oostende**
Stuiverstraat 401, 8400 Oostende

Chauffeur voor dagverzorgingscentra gezocht

Wij zijn op zoek naar vrijwilligers die instaan voor het vervoer van onze gebruikers van thuis naar het dagcentrum in de voormiddag en ze terug te brengen van het dagcentrum naar huis terug in de avond. Er is geen bijzonder rijbewijs vereist, maar wel affiniteit met senioren, een rustige houding en een goede fysieke conditie. Je kan kiezen tussen ochtendritten die om 8 uur beginnen, middagritten die om 15.45 uur beginnen, of beide. We beschikken over drie aangepaste bussen met een lift. Voor je start, rijd je enkele dagen mee om kennis te maken met de job. We rijden voornamelijk in Oostende en tot maximum 10 km buiten de stadsgrenzen. Perspectief biedt je een vrijwilligerscontract aan en er is een vergoeding verbonden aan dit vrijwilligerswerk.

✉ info@wehelpengraag.be

☎ 059 43 37 99

🌐 www.wehelpengraag.be

📍 **Perspectief Oostende**
Stuiverstraat 401, 8400 Oostende

- CDV Clemence Wante: Elisabethlaan 28, 8400 Oostende
- CDV De Kust: Pater Pirelaan 6, 8400 Oostende



Vrijwilligers gezocht voor consultatiebureau

Heb je ervaring in het omgaan met kleine kinderen (en jonge ouders)? Ben je een nauwkeurig en sociaal persoon? Ben je enkele uren per week beschikbaar? Dan ben jij misschien wel de vrijwilliger die wij zoeken! Rebelle is op zoek naar enthousiaste vrijwilligers om de arts en verpleegkundige van Kind en Gezin te ondersteunen tijdens de consultaties voor kinderen van 0 tot 3 jaar.

✉ severien.vanpachtenbeke@rebelle-vzw.be

🌐 www.rebelle-vzw.be/thema/vrijwilligers

📍 **Rebelle vzw**

In jouw buurt

🕒 Frequentie: bespreekbaar

Strijd mee tegen menstruatiearmoede

Heb jij een duidelijke passie voor het onderwerp menstruatie(-armoede)? Ben je empathisch ingesteld en solidair met mensen die het moeilijk hebben? Wil je graag helpen door menstruatieproducten in te zamelen en te bezorgen aan mensen in nood? Of wil je helpen om het taboe rondom menstruatie te doorbreken door middel van sensibilisering en educatie? Dan zijn wij op zoek naar jou! Rebelle gaat de strijd aan tegen menstruatiearmoede en zoekt vrijwilligers die:

- maandverband en tampons inzamelen via onze inzamelboxen, en deze gratis en discreet bezorgen aan personen in een moeilijke levenssituatie;
- het onderwerp bespreekbaar maken en mensen samenbrengen;
- ondersteuning bieden bij het informeren van mensen over dit thema.

Het educatief pakket 'waardig menstrueren' is speciaal ontwikkeld voor nieuwkomers in België die beperkte kennis hebben over menstruatie.

✉ lise.debode@rebelle-vzw.be

🌐 www.rebelle-vzw.be/thema/vrijwilligers

📍 **Rebelle vzw**

In jouw buurt

🕒 Frequentie: bespreekbaar

rebelle

VROUWEN* DIE HUN WERELD VERANDEREN

Vrijwilligerswerk bij Rode Kruis Bredene

Ben je op zoek naar vrijwilligerswerk en wil je graag iets betekenen voor anderen? Bij Rode Kruis Bredene zijn er tal van taken en functies waarvoor jij je kan inzetten. Hieronder vind je meer informatie over de mogelijkheden.

- Hulpdienst vrijwilliger: als hulpdienstvrijwilliger krijg je alle nodige opleidingen. Na het behalen van je brevet ga je mee met een groep vrijwilligers naar evenementen zoals koersen, manifestaties en optredens. Daar help je bij het opzetten en organiseren van de preventieve dienst. Daarnaast kan je ook medische hulp bieden aan mensen die zich hebben bezeerd.
- Gelegenheidsmedewerker: hier kan je aan de slag in niet-medische diensten. Dit kan gaan van het helpen bij het onderhoud van materiaal en voertuigen, tenten opzetten, affiches uitdelen, tot helpen bij de bloedafnames, de website en Facebook beheren, ondersteuning bieden bij de vormingen, hulp bij fondsenwervingen of andere activiteiten en diensten ondersteunen.

Om deze taken tot een goed einde te brengen, kan je bij Rode Kruis Bredene alle nodige opleidingen volgen.

✉ Bijkomende info te bekomen via: info@bredene.rodekruis.be

🌐 Vacature indienen: www.rodekruis.be/afdeling/bredene/wat-kan-jij-doen/word-vrijwilliger/

📍 **Rode Kruis afdeling Bredene**

Gemeenschapscentrum H. Beuselinck Pr Elisabethlaan 47, 8450 Bredene

🕒 Frequentie: volgens noodzaak en jouw beschikbaarheid



Heb je een groot hart voor mensen? Dan is Samana iets voor jou!

Samana is een vrijwilligersvereniging die zich inzet voor mensen met een chronische ziekte of zorgnood en mantelzorgers. In elke wijk in Oostende is er een lokale afdeling die zich inzet voor de mensen uit de buurt. Als vrijwilliger kan je de taak opnemen die jou het beste ligt zoals huisbezoeken doen, administratief werk, organiseren van activiteiten, chauffeur zijn, creatief werk... Samana organiseert ook vakanties voor mensen met een zorgnood. Als vrijwilliger begeleid en/of verzorg je de deelnemers en maak je er samen een heel toffe vakantie-week van.

Verpleegkundigen zijn zeker ook welkom om het team te versterken! Je kan ook aansluiten bij de duo-werking van Samana, waarbij vrijwilligers één-op-één activiteiten doen. Onthaalvrijwilligers zijn ook welkom tijdens cursussen en infosessies.

✉ lien.standaert@samana.be

🌐 www.samana.be

📍 **Samana**

In elke wijk in Oostende is een Samana-afdeling actief, ook in Bredene is er een afdeling.

🕒 Frequentie: bespreekbaar

samana
samen met



Samen DiVers is op zoek naar gemotiveerde vrijwilligers voor:

- De Babelbox: oefen samen met een groep anderstaligen het Nederlands en krijg de deelnemers over die drempel heen om te spreken.
- Open Onthaal: hier kunnen kwetsbare mensen terecht met om het even welke vraag of probleem, vooral anderstalige nieuwkomers komen langs. Kom jij ons team mee versterken?

✉ scholtz.stefanie@sdv.be

🌐 www.samendivers.be

📍 **Samen DiVers**

Babelbox:

- Dinsdag nm: Antenne, Torhoutsesteenweg 291, 8400 Oostende
- Dinsdagavond: Ligo, Ooststraat 29, 8400 Oostende
- Vrijdag vm: OC De Schelpe, Elisabethlaan 32, 8400 Oostende

Open Onthaal: Sint-Catharinapolderstraat 18, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: Babelbox: 2 uur wekelijks

Open Onthaal: 1 namiddag van 13u30-15u30

Maak jij als vrijwilliger ons seniorenmagazine postklaar?

Je steekt magazines in een plastic hoes en voorziet een adresblad.

✉ socialedienst@bredene.be

🌐 www.bredene.be/nl/sociale-dienst

📍 **Sociale dienst Bredene**

Duinenstraat 106, 8450 Bredene

🕒 Frequentie: 1x om de 2 maanden gedurende een voormiddag

Help jij mee om de belastingaangiften in te vullen?

Wie met een eenvoudige belastingaangifte komt, kan terecht bij een vrijwilliger. Op deze wijze wil het gemeentebestuur de zelfredzaamheid van de inwoners bevorderen. De vrijwilligers leren de mensen het gebruik aan van tax-on-web, zodat ze de volgende keer zelf hun belastingaangifte kunnen invullen.

✉ socialedienst@bredene.be

🌐 www.bredene.be/nl/sociale-dienst

📍 **Sociale dienst Bredene**

Sportcentrum, Spuikomlaan 21, 8450 Bredene

🕒 Frequentie: 1x per week een voormiddag (periode tussen 15 mei en 30 juni)



Zin om de handen uit de mouwen te steken bij de sociale kruidenier?

't Groot Verschil is een initiatief van het OCMW Brede ne. In deze "winkel" kunnen mensen met (financiële) problemen tijdelijk terecht, na doorverwijzing door het OCMW. Klanten kunnen er basisproducten voeding, verzorging en hygiëne aankopen aan verminderde prijzen. Maar dat is niet alles! Er is ook ruimte voor ontmoeting. Klanten vinden een luisterend oor bij een kop koffie en regelmatig staat er een leuke activiteit op de planning. Vrijwilligers zijn welkom om de winkel te runnen en te helpen met het organiseren van activiteiten. Maar, als jij liever met je groene vingers aan de slag gaat, kan dat ook! Onze moestuin heeft altijd nood aan extra handen.

✉ wendy.samson@ocmwbredene.be

☎ 059 33 97 70

🌐 www.bredene.be/nl/sociale-kruidenier-t-groot-verschil

📍 **Sociale kruidenier 't Groot Verschil**

Duinenstraat 8, 8450 Brede ne

🕒 Frequentie: bespreekbaar

Belvrijwilliger: 'Hoe-gaat-het?'

Als vrijwilliger bel je alleenstaande ouderen op voor een "hoe gaat het" gesprek.

✉ Lise Debode vrijwilligers.wvl@solidaris.be

🌐 www.solidaris.be/belvrijwilligers

📍 **Solidaris**

Regio Oostende-Brugge

🕒 Frequentie: bespreekbaar: bepaal zelf hoeveel en wanneer je belt

Belvrijwilliger: 'Verhoogde tegemoetkoming'

Als vrijwilliger zet jij je in om mensen die mogelijk in aanmerking komen voor een verhoogde tegemoetkoming te contacteren. Je luistert naar eventuele bezorgdheden en geeft deze indien nodig aan ons door.

✉ Lise Debode vrijwilligers.wvl@solidaris.be

🌐 www.solidaris.be/belvrijwilligers

📍 **Solidaris**

Regio Oostende-Brugge

🕒 Frequentie: bespreekbaar: bepaal zelf hoeveel en wanneer je belt



Organiseer samen met S-Plus ontmoeting in jouw buurt!

S-Plus biedt vrijwilligers de mogelijkheid om ontspannende en sportieve activiteiten te organiseren voor de doelgroep 55+. Er zijn ook andere taken beschikbaar, zoals koffie klaarzetten, het begeleiden van activiteiten en administratieve hulp. Bij ons kan je nieuwe mensen ontmoeten, krijg je inhoudelijke ondersteuning en ben je verzekerd.

✉ ellen.kimpe@s-plusvzw.be

🌐 www.s-plusvzw.be

📍 **S-Plus vzw**

🕒 Frequentie: bespreekbaar

S-Plus zoekt digi-vrijwilligers

Wij zijn op zoek naar vrijwilligers die senioren op weg willen helpen bij het gebruik van verschillende apps, zoals ziekenfonds-, bank- en De Lijn-apps... Als digitaal onderlegde vrijwilliger bied je digitale ondersteuning en advies aan huis. Je bent handig met digitale toepassingen en in de mogelijkheid om je vlot te verplaatsen. Als vrijwilliger krijg je een verzekering en forfaitaire vergoeding en een kilometervergoeding voor de verplaatsingen.

✉ ellen.kimpe@s-plusvzw.be

🌐 www.s-plusvzw.be

📍 **S-Plus vzw**

🕒 Frequentie: bespreekbaar



Voor plussers met pit

Zomerpraat – Nederlands oefenen

Heel wat nieuwe Oostendenaars volgen Nederlandse les, maar in juli en augustus zijn de taalscholen gesloten. Om hun taal toch te blijven oefenen, organiseert Stad Oostende het project Zomerpraat. Nieuwe inwoners praten er over allerlei thema's in het Nederlands, met Oostendse vrijwilligers en bouwen zo ook hun sociaal netwerk verder uit.

✉ zomerpraat@oostende.be

☎ 059 59 12 66

📍 **Team Taal – Stad Oostende**

Antenne, Torhoutsesteenweg 291, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: 1x per week in de maanden juli en augustus



VillaVip zoekt vrijwilligers met een hart voor mensen met een beperking

De vrijwilliger leert de bewoners met een beperking kennen om met hen een band te creëren onder de vorm van spel, wandelen, nabijheid, fietsen, tuinieren.

✉ Jef Castelein: bredene@villavip.be

☎ 0497 46 22 57

🌐 www.villavip.be/bredene

📍 **VillaVip Bredene Antenne**
Fritz Vinckelaan 38, 8450 Bredene

🕒 Frequentie: 2x per maand

Omdat lotgenotencontact helpt!

De Vlaamse Parkinson Liga is een patiënten- en vrijwilligersorganisatie van en voor mensen met parkinson, hun partners en mantelzorgers. Een groep vrijwilligers werkt gedreven aan de realisatie van de doelstellingen van de liga. Ze zetten zich belangeloos in om de ziekte leefbaarder te maken. Wat kan je vrijwillig voor ons doen?

- Bijhouden van het ledenbestand
- Nieuwe leden informeren
- Sprekers en onderwerpen zoeken
- Presentaties voorbereiden
- Logistieke hulp

✉ Lut Moereels: oostende@parkinsonliga.be

🌐 www.parkinsonliga.be

📍 **Vlaamse Parkinson Liga vzw**

Ontmoetingscentrum 't Violtje, Violierenlaan 3b, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: 1 dag voorbereiden en 1 namiddag samenkomen per maand (niet in juli en augustus), online ½ dag (voorbereiding en meeting)

Word onthaalvrijwilliger in ons consultatiebureau!

Wiegwijs vzw is erkend door Kind en Gezin om de consultatiebureaus voor het jonge kind te organiseren. Een belangrijke pijler daarbij is het vrijwilligerswerk. Vrijwilligers onthalen de jonge gezinnen op het consultatiebureau, wegen en meten de baby's en zorgen voor een vlot verloop van de zittingen.

✉ ann.debaveye@wiegwijs.be

🌐 www.wiegwijs.be

Wiegwijs vzw

Consultatiebureau Bredene: Kerkstraat 16B, 8450 Bredene

Consultatiebureau Oostende: Edith Cavellstraat 54-56, 8400 Oostende

Consultatiebureau Oostende: Lijsterbeslaan 59, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: bespreekbaar

Kom jij ons wijkgezondheidscentrum versterken?

Wijkgezondheidscentrum De Hoek zoekt vrijwilligers die ons komen helpen met wat poetswerk. (Onze poetsploeg is elke dag paraat, maar wat extra hulp is altijd welkom!) Daarnaast zijn wij op zoek naar enthousiaste vrijwilligers die de onthaalfunctie willen vervullen bij verschillende preventieprojecten.

✉ Maegan Helmoortel: coordinator@wgcdehoek.be

🌐 www.wgcdehoek.be

Wijkgezondheidscentrum De Hoek

Gelijkheidstraat 1, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: wekelijks

Ouderen ondersteunen als vrijwilliger

Als vrijwilliger kan je ons parateam ondersteunen in het verzorgen van de bewoners. Dit kan zowel individueel (bv. kamerbezoek, wandeling, spelletje) als in groep (bv. uitstappen, modeshows, (verjaardags)feesten)... Jouw hulp is meer dan welkom! Daarnaast kan je de bewoners ook voorzien van een heerlijk kopje koffie en een vertrouwd gezicht zijn voor hen.

✉ Wendy Goethals en/of Romy De Gryse: para@dedituinpieper.be

🌐 www.facebook.com/wzcdedituinpieper

📍 **WZC De Duinpieper**

De Rudderstraat 2, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: bespreekbaar

Vrijwilligen in WZC Elisabeth aan Zee

Zin in een praatje met onze bewoners tijdens het openhouden van onze bistro? Of liever een wandeling en deelnemen aan sporadische activiteiten? Ben je muzikaal aangelegd of creatief? Je bent bij ons steeds welkom met elk talent!

✉ griet.steel@gvo.be

🌐 www.elisabethaanzee.gvo.be/nl/home/

📍 **WZC Elisabeth aan Zee**

Zwaluwenstraat 2, 8400 Oostende

Residentie Coost, Amsterdamstraat 63, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: bespreekbaar



Vrijwilliger worden bij WZC Haerlebout? Ja, graag!

Als vrijwilliger bij ons kan je volledig jezelf zijn en bieden wij diverse mogelijkheden om je in te zetten. Ben je bijvoorbeeld graag buiten en vind je het geen probleem om een rolwagen te duwen tijdens een wandeling? Dan is dit de uitgelezen kans voor jou! Maar misschien ben je wel iemand die liever achter de bar staat? Dan ben je van harte welkom om deel uit te maken van ons cafetariateam. Kortom: binnen ons WZC is er voor elk wat wils om onze bewoners volop te laten genieten van het leven.

✉ jade.debeuckelaere@squatina.be

🌐 www.haerlebout-duinroos.squatina.be

📍 **WZC Haerlebout – GAW Duinroos**

Duinenweg 390, 8430 Middelkerke

🕒 Frequentie: wandeling iedere woensdag bij mooi weer, cafetaria: donderdag en vrijdag

Begeleiding van activiteiten voor bewoners

Wij vragen de hulp van vrijwilligers bij verschillende activiteiten, zoals wandelingen met bewoners, het brengen van bewoners naar grote activiteiten, hulp bij maaltijden, boodschappen doen en het openhouden van de bar.

Vrijwilligers helpen ook bij het bedelen van koffie en taart, het rondgaan met een rijdende winkel, het skypen met familie van de bewoners...

✉ marianne.compernelle@oostende.be

🌐 www.oostende.be/lacourt

www.oostende.be/boarebreker

📍 **WZC Lacourt**

Rode-Kruisstraat 10, 8400 Oostende

WZC De Boarebreker

Kairostraat 82, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: bespreekbaar

Op zoek naar vrijwilligerswerk binnen een hechte vrijwilligersgroep? Dan is WZC Sint-Monica the place to be!

Heb je interesse in wandelen, cafetariawerking, hulp bij socio-activiteiten, en heb je een groot hart voor ouderen en hun individuele noden? We horen graag van jou!

✉ Woonleefwerking Sint-Monica: ergo@st-monica-oostende.be

☎ 059 29 53 41

🌐 www.sintmonicaoostende.be

📍 **WZC Sint-Monica**

Ooievaarslaan 3, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: bespreekbaar

Ga jij binnenkort als vrijwilliger aan de slag bij WZC De Drie Platanen?

We bieden een waaier aan mogelijkheden zodat je jou ten volle kan inzetten voor wat jijzelf wil. Hulp bij dagelijkse groepsactiviteiten, logistieke ondersteuning, uitbating van de cafetaria, onderhoud van de moestuin, individuele socio-activiteiten... Er zijn verschillende mogelijkheden om voor de bewoners dat tikkeltje meer te betekenen.

✉ Woonleefwerking De Drie Platanen: ergodpl@st-monica-oostende.be

☎ 059 40 17 15

🌐 www.sintmonicaoostende.be

📍 **WZC De Drie Platanen**

Nieuwpoortsesteenweg 759, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: bespreekbaar

Vrijwilliger worden bij 't Ponton? Ja, graag!

Waar een vrijwilliger is, is een weg! Ben jij graag actief? Kan je overweg met een rolwagen? Wil je helpen de cafetaria openhouden? Hulp aanbieden bij de koffieronde? Heb je groene vingers? Wij zijn steeds op zoek naar sociaal ingestelde personen die een stukje van hun vrije tijd in onze bewoners willen investeren.

✉ vrijwilligers@squatina.be

☎ 059 55 10 30

🌐 www.ponton.squatina.be

📍 **WZC 't Ponton**

Nachtegalenlaan 38, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: bespreekbaar, samen kijken wij naar de mogelijkheden!

Vrijwilligerswerk in WZC Westduin

We zoeken vrijwilligers voor diverse taken:

- cafetaria (14:00-17:00)
- de zorg ondersteunen (o.a. maaltijdbegeleiding, tafels indekken)
- activiteiten begeleiden met het woonleefteam
- wandelen of onthaal
- babbeluurtje
- ...

✉ martien.crombez@armonea.be

🌐 www.armonea.be/westduin

📍 **WZC Westduin**

Badenlaan 62, 8434 Middelkerke

🕒 Frequentie: bespreekbaar

Vrijwilliger worden bij GAW De Zandhille en ADL Cluster

GAW De Zandhille zoekt enthousiastelingen die ons kunnen ondersteunen bij het openen van de cafetaria of logistieke ondersteuning bij activiteiten. Wij zijn steeds op zoek naar sociaal ingestelde personen die een stukje van hun vrije tijd in onze bewoners willen investeren.

✉ Célestine Angenon: zandhille@squatina.be

🌐 www.zandhille.squatina.be

📍 **GAW De Zandhille en ADL Cluster**

Cirkelstraat 2-6, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: bespreekbaar

Zon, Zee... Zorgeloos! in Oostende

Met "Zon, Zee... Zorgeloos!" fleur je de dag van minder mobiele mensen op door hen te laten genieten van een heerlijke dag op het strand! Hier kunnen mensen gratis strand- of zeerolstoelen lenen of hulp krijgen van onze begeleiders. Wil je een handje helpen? We zijn nog steeds op zoek naar begeleiders om ons te vergezellen in de weekenden van april tot september.

✉ toegankelijkheid@oostende.be

🌐 www.oostende.be/toegankelijkheid

📍 **Zon, Zee... Zorgeloos!**

Parking ter hoogte van de Diksmuidsestraat, tussen de Zeedijk en Troonstraat

🕒 Frequentie: weekends tussen april en september

Ondersteuning en luisterend oor bij mensen met kanker

Het Zorghuis biedt ondersteuning en begeleiding aan mensen met kanker. Dit kleinschalig project beschikt over toegewijde vrijwilligers die dag en nacht klaarstaan om de gasten te helpen met taken zoals koken, lichte huishoudelijke taken, maar ook om te luisteren en wandelingen te maken. Een professionele coördinator en vrijwilligers geven onze gasten kracht om door te zetten tijdens hun behandeling, met als belangrijkste doel er te zijn voor de gasten.

✉ Hanne Stael coördinatoren@zorghuisoostende.be

🌐 www.zorghuisoostende.be

📍 **Zorghuis Oostende**

Pater Pirelaan 5, 8400 Oostende

🕒 Frequentie: bespreekbaar

Dankwoord

Dank aan de medewerkers van ELZ Oostende-Bredene, in het bijzonder aan Hermien Top en Silke Hinderyckx, voor hun inzet bij het opstellen van de vrijwilligersgids.

Het is ook dankzij de gegevens van alle toegevoegde organisaties dat deze waardevol kon worden gevormd. Nogmaals bedankt aan iedereen die hieraan heeft bijgedragen.



EERSTELIJNSZONE OOSTENDE-BREDENE

- 📍 Edith Cavellstraat 54-56/7, 8400 Oostende
- 🌐 www.eerstelijnszoneoostende-bredene.be
- ✉ info@eerstelijnszoneoostende-bredene.be

