



Vrijwilligerswerking OCMW ALKEN

OCMW Alken
Papenakkerstraat 5
3570 Alken
T 011 59 06 70



Ontdek de vrijwilliger in jezelf!

Heb je zin in een nieuwe uitdaging? Wil je een wereld van verschil betekenen voor anderen? Ga dan voor vrijwilligerswerk! Ons ziekenfonds en haar verenigingen hebben een ruim aanbod aan vrijwilligerswerk. Je kiest zelf je takenpakket en waar en wanneer je je wil inzetten. Er is voor elk wat wils!

Is vrijwilligerswerk iets voor mij?

Iedereen kan vrijwilligerswerk doen en als vrijwilliger sta je er niet alleen voor! Je bepaalt zelf wat je wil doen en je krijgt begeleiding en ondersteuning vanuit onze organisaties.

Wat? Waar? Wanneer?

Vrijwilligerswerk doe je in je vrije tijd. Je kiest zelf waar en wanneer.

Wat is vrijwilligerswerk?

Vrijwilligerswerk is het geheel van activiteiten die iemand doet zonder daartoe verplicht te zijn en zonder een bezoldiging te ontvangen.

Het zijn activiteiten die je doet ten behoeve van iemand anders, een organisatie of de brede maatschappij.

Vrijwilligerswerk wordt ingericht door een organisatie en vindt dus niet plaats in familie- of privéverband. De activiteiten die je als vrijwilliger verricht, kunnen niet dezelfde zijn als de activiteiten die je verricht binnen een arbeidsovereenkomst.

Hoeveel tijd spendeer je aan vrijwilligerswerk?

Je bepaalt zelf hoeveel tijd je wil besteden aan vrijwilligerswerk. Als vrijwilliger kan je dagelijks, maar evengoed wekelijks, maandelijks of enkele dagen per jaar aan vrijwilligerswerk doen.

Het hangt er natuurlijk ook van af welke vrijwilligersfunctie je uitoefent.

Als verantwoordelijk bestuurslid van een afdeling zal je meer tijd besteden aan vrijwilligerswerk, dan wanneer je je inzet als losse medewerker op een bepaalde activiteit.

Mag iedereen vrijwilliger worden?

Je bent altijd welkom bij ons! Krijg je een uitkering of leefloon? Dan dien je dit eerst te melden.

Jong en oud

Vrijwilliger worden, kan op elke leeftijd. Vanaf het jaar waarin je 16 jaar wordt, kan je bij ons aan vrijwilligerswerk doen. We zetten hier geen maximumleeftijd op. Zolang je zelf enthousiast bent, kan je bij ons aan de slag als vrijwilliger.

Ontvang je een van de volgende uitkeringen van de RVA?

- Volledige uitkeringsgerechtigde werklozen.
- Deeltijdse werklozen, die een aanvullende uitkering ontvangen van de RVA.
- Tijdelijke werklozen.
- Werklozen met bedrijfstoelage (de vroegere bruggepensioneerden).

Onze vrijwilligersorganisatie heeft een algemene toelating om vrijwilligerswerk te organiseren met werklozen en werklozen met bedrijfstoelage.

- Werklozen dienen nog steeds een individuele aangifte in te dienen.
- Werklozen met bedrijfstoelage hoeven dit echter niet te doen.

De individuele aangifte gebeurt voorafgaandelijk door:

Het formulier C45B (te verkrijgen via de RVA) in te vullen;

- dit formulier bij je uitkeringsinstelling (de vakbond of de hulpkas) af te geven, en dit minstens één werkdag voor je start met het vrijwilligerswerk.

→ *De RVA heeft 12 dagen de tijd om te reageren op je aanvraag. Als je binnen de twee weken geen reactie krijgt of je ontvangt een goedkeuring, dan mag je je vrijwilligerswerk voortzetten.*

Je ontvangt een leefloon van het OCMW

Indien je een leefloon ontvangt van het OCMW, mag je vrijwilligerswerk doen. Je dient dit wel voorafgaandelijk te melden aan je dossierbeheerder bij het OCMW.

Je ontvangt een uitkering van je ziekenfonds

Indien je een uitkering ontvangt van je ziekenfonds, mag je vrijwilligerswerk doen.

De voorwaarde is wel dat je een goedkeuring krijgt van een adviserend geneesheer die verbonden is aan je ziekenfonds. De adviserend geneesheer gaat na of je vrijwilligerswerk verenigbaar is met je gezondheidstoestand.

Voorwaarden:

Wil je vrijwilligerswerk doen tijdens je arbeidsongeschiktheid? Dan moet je aan deze voorwaarden voldoen:

- Je gezondheid laat je toe om het vrijwilligerswerk te doen.
- Je blijft vanuit medisch standpunt arbeidsongeschikt.
- De adviserend geneesheer van ons ziekenfonds moet bevestigen dat je het vrijwilligerswerk met je gezondheidstoestand kan combineren.

Spreek erover met de adviserend geneesheer:

Maak een afspraak bij de adviserend geneesheer van ons ziekenfonds vóór je (opnieuw) aan de slag gaat als vrijwilliger. De adviserend geneesheer stelt vast of het vrijwilligerswerk dat je wil doen, te combineren is met je gezondheid.

Tijdens de consultatie vraagt de adviserend geneesheer aan jou deze documenten en informatie:

- Een recent medisch verslag van de dokter die jou behandelt;
- Welke activiteit je als vrijwilliger wil uitoefenen;
- Hoeveel uur per week en op welke dagen je vrijwilligerswerk wil doen;
- De naam en het adres van de organisatie waarvoor je als vrijwilliger wil werken.

Tip: Vul vooraf de informatienota in. Zo heeft de adviserend geneesheer alle nodige informatie over het vrijwilligerswerk dat je wil verrichten.

Als je gezondheid het toelaat om vrijwilligerswerk te doen, dan geeft de adviserend geneesheer je een verklaring van zijn beslissing.

Je hebt geen Europese nationaliteit

Je mag vrijwilligerswerk doen als je een wettig verblijfsdocument hebt, of als je recht hebt op opvang (met uitzondering van gezinnen zonder wettige verblijfplaats met een minderjarig kind).

Als je een dagbedrag krijgt van Fedasil, moet je toestemming vragen voor je start met vrijwilligerswerk.



Wat krijg ik in ruil voor vrijwilligerswerk?

Vrijwilligerswerk doe je niet voor niets. Je ontmoet leuke mensen en bouwt een fijn sociaal netwerk uit.

Tijdens de activiteiten leer je heel wat bij en ontvang je veel dankbaarheid.

Verzekering

Onze vrijwilligersorganisatie heeft een verzekeringspolis die zorgt dat je verzekerd bent. Bij de start van je vrijwilligerswerk word je hierover geïnformeerd.

Vergoedingen

Als vrijwilliger heb je in principe geen recht op een vergoeding voor je prestaties. Voor sommige taken kan je wel een vergoeding ontvangen voor de (eventuele) kosten die je maakt. Of je die vergoeding ontvangt, is afhankelijk van welk soort vrijwilligerswerk je doet en wordt vooraf duidelijk afgesproken.

Opleidingen

Als vrijwilliger kan je bij ons een opleiding volgen die aansluit bij je takenpakket. Binnen onze organisatie worden regelmatig opleidingen georganiseerd.

Hoe kan ik contact opnemen?

Langskomen:

Je kunt van maandag tot vrijdag van 9u. – 12u. altijd langskomen op het OCMW Alken.

Een van onze medewerkers rond vrijwilligerswerking is altijd aanwezig.

Mailen:

Sara Aguas (Diensthoofd Thuisdiensten en Dienstencentrum)

Sara.aguas@alken.be

Mieke Vandenneste (Administratief medewerker
Dienstencentrum)

Mieke.vandenneste@alken.be

werk Vrijwilligers genoeg, toch?

Anders Mobiel Limburg (AML)

De dienst vrijwilligersvervoer is een vervoerssysteem voor mensen die om één of andere reden geen gebruik kunnen maken van het openbaar vervoer.

Concreet gaat het om het vervoer van bejaarden, mindervaliden en zieken naar de dokter, naar vrienden en naar het ziekenhuis.

De vrijwilligers ontvangen voor hun onkosten een vergoeding. (0.35€/km)

De chauffeur en inzittenden zijn automatisch verzekerd indien de regeling via het OCMW gebeurt.

Dorpsrestauranten

- Dienstencentrum De Kouter–OCMW, Papenakkerstraat 5. Elke vrijdag om 12u.
- Gc St.-Jorisheem, Hendrikveldstraat. Elke maandag om 12u.
- Woon- en Zorgcentrum Cecilia, Parkstraat 9. Elke dag om 12u.

Een dorpsrestaurant zorgt ervoor dat mensen gezond, gemakkelijk, gezellig en goedkoop een warme maaltijd kunnen eten. Wat is er leuker dan SAMEN een lekkere maaltijd te eten. Dit in jouw eigen vertrouwde omgeving én dichtbij!

Fietstochten:

Van maart tot november is er iedere 1^{ste}, 2^{de} en 3^{de} (en 4^{de} als de maand 5 weken heeft) donderdag van de maand een fietstocht om 13.30u.

De tocht is tussen de 30 en 40 km lang en er is een rustpauze voorzien.

Verzamelpunt: parking Dienstencentrum De Kouter, Papenakkerstraat 5.

Wandeltochten:

Gezondheidswandelingen:

Gezondheidswandelingen zijn voor mensen die op een rustig tempo in groep en onder begeleiding willen wandelen.

Deze wandelingen zijn ook ideaal voor mensen met een beperking, personen die op een rustig tempo willen bewegen en personen die revalideren na een operatie.

- Iedere maandag en donderdag om 9.30u. aan gc St. – Jorisheem (Hendrikveldstraat).
- Iedere dinsdag om 14u. aan dienstencentrum De Kouter.

Wandeling 8km:

Iedere laatste donderdag van de maand om 13.30u.

De tocht is tussen de 8 en 10 km lang en er is een rustpauze voorzien.

Verzamelpunt: parking Dienstencentrum De Kouter, Papenakkerstraat 5.

Fietsbrigade:

Fiets of wandel je tussendoor ook graag?

Deze vrijwilligers brengen 2x per jaar de boekjes rond in Alken in de buurt van hun woonadres.

Pakjesdienst:

Dankzij de hulp van enkele liefdevolle vrijwilligers kunnen we deze senioren uit de eenzaamheid helpen.

We gaan tijdens de maand november bij iedere 85 plusser langs. Bij ieder bezoek hebben we een klein presentje bij.

Ook geven we tijdens het bezoek uitleg over wat ons dienstencentrum allemaal aanbiedt en wat ze in Alken allemaal kunnen doen.

Praatcafé:

Het praatcafé is leuk voor iedereen die graag onder de mensen komt en liever niet alleen thuis zit.

Maandag, woensdag en vrijdagmiddag van 13u. tot 17u.

Overzichtje:

- Iedere 1^{ste} en 3^{de} maandag van de maand: Kienen.
- Iedere maandag (behalve vakantie): Stoelturnen.
- Iedere vrijdag (behalve vakantie): Lijndansen.
- Iedere 1^{ste} woensdag van de maand: Creaworkshop.
- Iedere 2^{de} woensdag van de maand: Kookworkshop.
- Iedere 2^{de} en 3^{de} maandag van de maand: Lessen Bridge.

Repair café:

Een Repair Café is een gratis toegankelijke bijeenkomst waarop vrijwillige reparateurs helpen bij het herstellen van allerlei voorwerpen (kleding, elektrische apparaten, fietsen, ...).

Het herstellen kost niks maar als er vervangstukken nodig zijn, koop je die zelf en kom je terug naar het Repair Café.

Iedere 2^{de} dinsdag van de maand van 14u. tot 17u.

Buddy werking:

De asielzoekers die hier opgevangen worden, hebben hier doorgaans geen eigen sociaal netwerk. Ze komen in een onbekende stad waar ze niemand kennen. Om hen, naast de begeleiding door de professionele hulpverleners, wegwijs te maken in het dagelijks leven

De buddygezinnen helpen de aangekomen gezinnen om de weg te vinden in onze stad, door ze bijvoorbeeld eens mee te nemen naar de winkel, het park of de bib.

Contactpersoon:

Eef Vanmuysen

T 011 59 06 70

E Eef.vanmuysen@alken.be

Inschrijvingsformulier Vrijwilliger

Naam + Voornaam:

Adres + huisnummer:

Postcode + Gemeente:.....

Telefoonnummer + GSM nummer:.....

Emailadres:

Rijksregisternummer:

Ik wil vrijwilligerswerk doen bij een of meerder van volgende groepen:
(aankruisen bij welke groep je vrijwilliger wilt worden).

- Praatcafé
- Dorpsrestaurant
- Fietsbrigade
- Wandelgroep
- Fietsgroep
- Repair café
- Pakjesdienst
- Buddy werking
- Chauffeur bij AML

Ik kan vrijwilligerswerk doen op de volgende dagen:
(aankruisen bij welke dag je vrijwilliger wilt worden).

- Maandag
- Dinsdag
- Woensdag
- Donderdag
- Vrijdag