



## Nieuwsbrief Match | Augustus 2024

**Wij vragen jullie als organisatie vriendelijk, om deze nieuwsbrief te verspreiden onder jullie vrijwilligers.**



### Match voor vrijwilligers 20 jaar! En dat vieren we op 6 september samen met jou!

We bestaan dit jaar twintig jaar! Al ruim twee decennia regelt Match voor Vrijwilligers alles wat met vrijwilligerswerk in- en rondom Venray te maken heeft. En nog veel meer. Denk aan de elk jaar drukbezochte vrijwilligersmarkt, trainingen en vele projecten. Uiteraard laten we het bereiken van deze mooie mijlpaal niet zomaar voorbijgaan...

Daarom nodigen we je uit om samen met ons het glas te heffen op twintig jaar Match voor Vrijwilligers. Waar? Op onze mooie locatie op de **Dr. Poelstraat 6** (tweede etage). Uiteraard wordt voor heerlijke hapjes en drankjes gezorgd. Noteer dan ook alvast in je agenda: **6 september a.s. tussen 14:00 en 17:00.**

Vergeet je niet aan te melden vóór 1 september a.s..

Meld je aan >

### De Pluim en Respect Award: 29 november 2024

**Op 29 november is het weer zover: de Pluim en de Respect Award worden uitgereikt!**

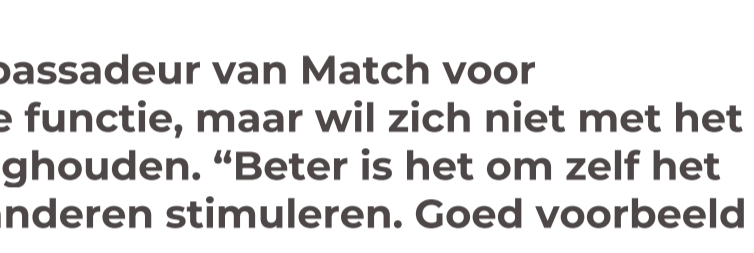
De Pluim is een waarderingsprijs voor vrijwilligers die zich het afgelopen jaar in positieve zin onderscheidend hebben ingezet voor hun vrijwilligersorganisatie.

De Respect Award is bestemd voor organisaties die een positieve bijdrage hebben geleverd aan een respectvolle en leefbare maatschappij. Voor de Respect Award worden door een jury drie organisaties en/of projecten geselecteerd die genomineerd worden voor de award. Op 29 november wordt duidelijk wie van deze drie genomineerden uiteindelijk met de Respect Award naar huis gaat.

Dit jaar worden beide felbegeerde prijzen uitgereikt op een bonte avond in Multifunctioneel Centrum (MFC) De Baank, Albionstraat 26 in Leunen. De prijzen zullen worden uitgereikt door wethouder Martin Leenders, en de avond wordt onder meer opgeluisterd door Henk Deters van Atelier Jerusalem en de Sjanellekes. Het wordt een gezellige avond vol muziek, optredens en een leuke quiz, dus save the date!

Onderstaand kun je een persoon of een groep van personen voordragen voor de Pluim. Alle personen en groepen die voorgedragen zijn, ontvangen ook daadwerkelijk tijdens de waarderingsavond een Pluim.

De Pluim draag ik voor aan >



### Michiel Uitdehaag, ambassadeur Match: "door zelf goed voorbeeld te geven anderen stimuleren vrijwilligerswerk te doen"

**Burgemeester Michiel Uitdehaag is ambassadeur van Match voor Vrijwilligers. Hij is enthousiast over deze functie, maar wil zich niet met het beleid en de organisatie van Match bezighouden. "Beter is het om zelf het goede voorbeeld te geven en hiermee anderen stimuleren. Goed voorbeeld doet goed volgen."**

Als voorbeeld noemt Uitdehaag NLdoet. Elk jaar organiseert het Oranje Fonds deze grote vrijwilligersactie. Deze organisatie zet vrijwillige inzet in de schijnwerpers en activeert door een publiekscampagne zoveel mogelijk Nederlanders om een dag vrijwilligerswerk te doen. "Ik wil op die dag zelf samen met de wethouders de handen uit de mouwen steken en vrijwilligerswerk doen. Ambassadeurschap begint met zelf dingen doen, en laten zien wat je doet. Je kunt moeilijk prediken dat de maximumsnelheid 50 km per uur is en vervolgens zelf 80 rijden".

Vrijwilligerswerk is in de ogen van Uitdehaag onlosmakelijk verbonden met een soepel draaiende samenleving.



"Kijk bijvoorbeeld naar mantelzorg. Zonder vrijwillige mantelzorgers zouden veel mensen minder hulp en zorg krijgen. De thuiszorg biedt uiteraard hulp als iemand ziek is, maar zonder toegewezen mantelzorgers komen mensen in de knel. Zonder vrijwilligers loopt de samenleving helemaal vast".

Lees het volledig bericht op [onze website!](#)

Bron foto: Gemeente Venray

## Workshops & trainingen 2024

### Thema Avond Mantelzorg

**Steeds meer mensen krijgen te maken met mantelzorg. 1 op de 3 mensen zorgt voor een hulpbehoevende naaste. Vaak wordt dit als dankbaar maar ook als zwaar ervaren. 1 op de 4 mantelzorgers combineert het zorgen ook nog eens met een betaalde baan!**



Het gebeurt wel eens dat de term mantelzorg wordt gezien, als vrijwilligerswerk. Het gaat tenslotte bij allebei om mensen die zorg verlenen zonder daarvoor betaald te worden. Er zitten echter ook een aantal grote verschillen tussen mantelzorgen en vrijwilligerswerk. Als je er bij stil staat dat 1 op de 3 mensen mantelzorg is, is de kans groot dat jij ook geregeld mantelzorgert te helpen. We nemen je mee in de diverse ondersteuningsmogelijkheden die er zijn voor mantelzorgers en wat wij als Steunpunt Mantelzorg kunnen betekenen. Maar vooral ook wat jij kunt betekenen, want vaak kun je meer betekenen dan je zelf door hebt!

Tijdens deze avond gaan wij graag met jullie in gesprek over het verschil tussen mantelzorg zijn en vrijwilliger zijn. Wat is het verschil tussen mantelzorg verlenen en vrijwilligerswerk doen. Hoe herken je een (overbelaste) mantelzorg en wat kun jij doen om een mantelzorgert te helpen. We nemen je mee in de diverse ondersteuningsmogelijkheden die er zijn voor mantelzorgers en wat wij als Steunpunt Mantelzorg kunnen betekenen. Maar vooral ook wat jij kunt betekenen, want vaak kun je meer betekenen dan je zelf door hebt!

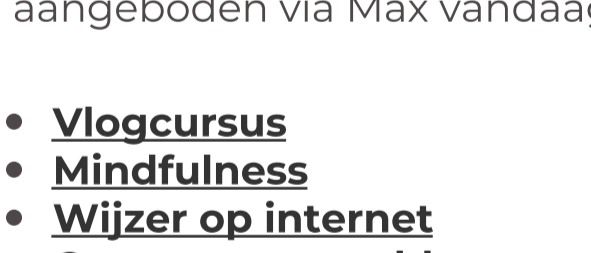
**Datum:** Donderdag 12 september 2024  
**Tijd:** 19.30 uur tot 21.30 uur, inloop vanaf 19.00 uur  
**Kosten:** Gratis, maar ben je verhinderd laat het ons minimaal 24 uur van tevoren weten. Anders zijn wij genoodzaakt om € 7,50 in rekening te brengen  
**Aanmelden:** Aanmelden is verplicht zodat we weten wie erbij aanwezig zijn  
**Locatie:** Match voor Vrijwilligers, Dr. Poelstraat 6, Venray (eerste verdieping)

Meld je aan >

### Themabijeenkomst Week tegen Eenzaamheid 2024

**Eenzaam! En nu?**

**Voel jij je eenzaam en weet je niet hoe je verder moet en/of komt? Er zijn verschillende mogelijkheden om iets aan eenzaamheid te doen.**



Bijvoorbeeld door vrijwilligerswerk te doen! Het deelnemen aan een vrijwilligersorganisatie is namelijk onder meer een prima manier om nieuwe mensen te leren kennen en zo eenzaamheid weg te nemen. Match voor vrijwilligers helpt je graag en zal tijdens deze themabijeenkomst vertellen over de verschillende mogelijkheden.

Vanuit Synthese zal er een ervaringsdeskundige vertellen de stappen die hij of zij heeft gezet om uit de eenzaamheid te komen.

Op deze bijeenkomst is er volop ruimte om onder het genot van een kop koffie of thee ervaringen met elkaar te delen en andere lotgenoten te ontmoeten.

**Datum:** Woensdag 2 oktober om 19:00 uur  
**Locatie:** A.C. Injaz, Beukenlaan 2a, Venray

Aanmelden kan tot 27 september a.s..

Deze avond wordt i.s.m. Respect On Venray, A.C Injaz en Synthese georganiseerd.

Meld je aan >

**17 OKT** Workshop In je kracht staan 2024 van 14:00 - 15:30 uur

**24 OKT** Training Smartphone fotografie 2024 van 13:30 - 15:30 uur

**13 NOV** Workshop Lichaamstaal 2024 van 14:00 - 16:00 uur

### E-learning trainingen

Hieronder vind je diverse online (e-learning) trainingen die gratis worden aangeboden via Max vandaag en/of Humanitas:

- **Vlogcursus**
- **Mindfulness**
- **Wijzer op internet**
- **Omgaan met geld**
- **Digitale fotografie**
- **Omgaan met Alzheimer**
- **Omgaan met de overgang**
- **Wijzer op internet**
- **Training eenzaamheid**
- **Training grenzen stellen**
- **Training omgaan met emoties**
- **Empowerment**
- **Omgaan het overlijden van een client**
- **Zelfredzaamheid**

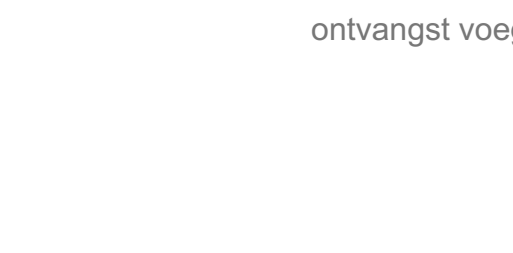
### Waar heb jij behoefte aan?

Match wil graag inventariseren welke workshops, trainingen en lezingen voor jullie het meest interessant zijn.

Als jij **dit formulier** voor ons wilt invullen, dan kunnen wij nog beter kijken naar jullie wensen en hopelijk nog meer/andere leuke activiteiten organiseren.

## Vacatures

#### Maatje/ Buddy gezocht voor eenzame vrouw



Wij als familie zoeken een maatje voor onze schoonzus Lydia. Zij is 62 jaar oud en geestelijk beperkt. Zij is een hele lieve vrouw, zij geniet van samen koffie drinken wandelen en een gezellig gesprek. Zij is heel erg tevreden en geniet van de aandacht die je haar geeft.

#### Wijkcentrum MFC Brukske zoekt vrijwilligers



Wil jij je inzetten voor de gemeenschap? Wijkcentrum MFC Brukske is op zoek naar enthousiaste vrijwilligers om ons team te versterken! Ons wijkcentrum draait volledig op de inzet van vrijwilligers, en jouw bijdrage is van onschatbare waarde.

#### Dagbesteding de Tol zoekt Kook liefhebber



Voor de dagbesteding De Tol zijn wij voor Maandag en Woensdag met spoed opzoek naar een kook liefhebber die het leuk vind om voor groepen van +/- 20 personen te koken. Je mag zelf je maaltijden samenstellen en producten bestellen. Baas in eigen keuken. Interesse, contact mij dan zo spoedig mogelijk!

Reageren op andere vacatures kan via [www.ditisietsvoorjou.nl](http://www.ditisietsvoorjou.nl). Je kunt de vacature daar ook delen in je netwerk en ook andere vacatures bekijken. En wil jijzelf iets betekenen voor iemand, schrijf je dan in en maak eenvoudig een vacature aan.

**Ontvang je onze nieuwsbrief als vrijwilliger nog niet? Klik hier!**

#### Contactgegevens

Dr. Poelstraat 6  
5802 AX Venray  
0478-516995

#### Openingstijden

Ma t/m Do 9:00 - 12:30 uur  
Middagen en vrijdag op afspraak

[info@matchvoorvrijwilligers.nl](mailto:info@matchvoorvrijwilligers.nl)  
[www.matchvoorvrijwilligers.nl](http://www.matchvoorvrijwilligers.nl)



Deze e-mail is verzonden aan [\[email\]](#). • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u [pr@matchvoorvrijwilligers.nl](mailto:pr@matchvoorvrijwilligers.nl) toe aan uw adresboek.

