



Vrijwilliger zijn doet je goed!

De vele verenigingen uit de buurt bruisen van activiteit, mede dankzij de inzet van vele vrijwilligers uit de omgeving. Vrijwilligerswerk is goed voor de gemeenschap waarin je woont, maar méér nog voor jezelf!

Dat zeggen we niet zomaar, talloze mensen die als vrijwilliger begonnen, zijn in de vele verenigingen in onze wijk getuigen hoe deugddoend dit in hun leven is (lees hun getuigenissen maar onderaan dit artikel).

Maar er is meer, een brede Europese wetenschappelijke studie (European Social Survey 2012-2013) toont dit aan op basis van wetenschappelijk onderzoek.

Maar laat vooral de ervaringen van vrijwilligers uit onze wijk voor zichzelf spreken.

Jules:

"Ik was al een paar jaar gepensioneerd. Alles waar ik jarenlang mijn voldoening in vond, was van dag op dag weggevallen. In het begin deed ik thuis wat klusjes die al lang lagen te wachten, maar daarna was het een zwart gat. Ongelooflijk hoe vrijwilligerswerk me hieruit heeft getrokken!"

Martine:

"Nadat mijn man gestorven is, ben ik naar Oostende komen wonen. Ik dacht dat aan zee wonen me deugd zou doen. Dat is ook zo. Maar in de eerste maanden dat ik hier woonde, sloot ik mezelf meer en meer op. Tot ik terecht kwam in het boekencafé achter de hoek. Na enkele weken langskomen als klant, heb ik gevraagd of ik zelf ook kon meewerken als vrijwilliger. En of dat kon. Ik heb er echt fijne vrienden leren kennen."

Ines:

"Een paar jaar terug heb ik moeten stoppen met werken omdat het niet meer ging. Ik had een zware burn-out en heb lang thuis gezeten. Niets ging nog. Een van mijn dochters heeft me toen in contact gebracht met de vereniging waar ik nu als vrijwilliger werk. Week na week kreeg ik meer zelfvertrouwen en kreeg ik weer meer energie."

Krijg jij zelf zin om ook als vrijwilliger te werken in een van de vele verenigingen in onze wijk? Echt een aanrader!

Wil je graag eerst een babbel over wat vrijwilligerswerk voor jou kan betekenen, dat kan zeker. Stap gewoon in een van de vele initiatieven, of geef een belletje of mailtje naar een van de onderstaande verenigingen, of een van de vele andere in de buurt. Zij gaan met jou graag op zoek waar jij goed in bent, wat jij graag doet en hoe ze voor jou een gepaste vrijwilligerstaak kunnen vinden.

Niets moet! Maar er kan veel!