



# VOORWOORD

## Beste vrijwilliger,

Voor velen breekt een periode aan om, samen met de rest van het gezin of met vrienden, een weekje of langer te genieten van verlof.

Sommigen trekken naar een buitenlands vakantieoord, maar toch hoeft je niet steeds ver weg te gaan om het vakantiegevoel te krijgen.

Ook in ons eigen land, in onze eigen streek, valt er altijd wel iets te beleven.

Het ganse jaar door organiseren LDC's De Bres en De BuurtBres leuke uitstappen en activiteiten.

Wil je mee op de hoogte blijven van hun werking? Dan kun je de facebookpagina 'lokale dienstencentra Poperinge' liken.

Sinds april vind je er geregeld nieuwe informatie, leuke nieuwtjes, foto's,....

Ook bij Buurtdiensten Bellewijk organiseren ze regelmatig toffe activiteiten en mogen ze dit jaar 20 kaarsjes uitblazen!

Meer hierover in ons volgend vrijwilligerskrantje van september.

Voor nu wensen we je een mooie zomer toe, met vele leuke momenten waarbij je amuseren en genieten centraal staan!

## KORTE INFO

### Vakantieperiodes

Alle onderstaande diensten zijn niet bereikbaar op de feestdagen die vallen in juli en augustus.

**Concreet gaat dit over maandag 11/07, donderdag 21/07 en maandag 15/08.**

- **WZC Huize Proventier** blijft bereikbaar tijdens de zomerperiode.
- **LDC's De Bres en De BuurtBres** blijven bereikbaar maar nemen een verlengd weekend met vrijdag 22/07.
- **Buurthulp Nestor** blijft bereikbaar maar neemt een verlengd weekend met vrijdag 22/07.
- **Ruilwinkel De Rupse** zal gesloten zijn van 11/07 tem 22/07.
- **Buurtdiensten Bellewijk** zal gesloten zijn van 18/07 tem 8/08.



## Km-vergoeding bij vervoersopdrachten

De kilometervergoeding is een vergoeding voor verplaatsingen van vrijwilligers in het kader van hun vrijwilligerswerk. Denk hierbij aan bv. iemand vervoeren. Bij Buurthulp Nestor worden chauffeurs ingezet en zij krijgen een km-vergoeding.



Vanaf 1 juli 2022 geldt een nieuw bedrag voor de kilometervergoeding. Bij het drukken van dit krantje was dit nieuwe bedrag nog niet geweten. De chauffeurs zullen vanzelfspre-

kend op de hoogte gebracht worden eind juni, zodra de nodige info gekend is. De kilometervergoeding gaat telkens in voege vanaf 1 juli tot 30 juni het jaar erop.

## In memoriam



Op 28 februari 2022 overleed **Reginald Rondelé**.

Reginald werd geboren op 18 september 1958.

Hij nam een klein engagement op en deed enkele keren per jaar een vervoersopdracht.

## CARTOONTJE



## Marktstandje: kom langs en breng gerust iemand mee!

Vrijwilligers zijn een onmisbare schakel bij verschillende organisaties én nieuwe vrijwilligers zijn steeds welkom.

Heb jij nog wat vrije tijd? Wil je graag iets doen voor een ander? Of ken je iemand die de stap wil zetten in het vrijwilligerswerk?

We nodigen jou van harte uit op **vrijdag 10 juni**. Kom naar de vrijdagmarkt en maak kennis met verschillende diensten die vrijwilligers zoeken. We zorgen voor een gezellig infostandje met gratis koffie en soep. Je kan een babbeltje slaan en je vragen stellen aan de medewerkers die daar aanwezig zullen zijn.

We organiseren ook begeleide bezoekjes aan enkele diensten die met vrijwilligers werken. Dit is op wandelafstand van de Grote Markt. Zowel om 9.30 als om 11 u. wordt een kleine wandeling georganiseerd waarbij je enkele diensten/locaties bezoekt. Deze wandelingen worden begeleid door vrijwilligers die reeds actief zijn binnen onze diensten, dus kun je ervaringen uit eerste hand horen!

Iedereen is welkom, dus breng gerust een buur, vriend, familielid,... mee. Tot dan!



## Dag van de mantelzorg

Wist je dat 1 op 5 Vlamingen zorgt voor een persoon met een ziekte, handicap of een andere zorgbehoefte? En wist je dat het niet alleen volwassenen of oudere mensen zijn die zorgen voor hun naaste, maar dat er ook kinderen en jongeren kosteloos, vol overgave en met zelfopoffering voor iemand zorgen?

**Daarom is er op 23 juni de Dag van de Mantelzorg.**

Een dag om stil te staan bij de vaak onzichtbare en onmisbare krachten van de mantelzorg.

Wist je dat er in Poperinge ook een **mantelzorgcafé 't Koetertje** is? Dit is een ontmoetingsplaats om mantelzorgers samen te brengen en te ondersteunen. Dit gaat telkens door op de eerste dinsdag van de maand.

**Meer weten? Contacteer de dienst Seniorenzorg op 057 34 65 00.**

**'t KOETERTJE**  
— MANTELZORGCAFÉ —  
*Poperinge*

# VRIJWILLIGERS

## Een vrijwilligerskoppel aan het woord

Béatrijs en Rudy wonen in het centrum van Poperinge en zijn ruim 2 jaar actief als NESTOR-vrijwilliger. Een tijdje terug besloten ze om te verhuizen naar Rumbeke. Ze zullen hun vrijwilligerswerk daar verder zetten. De vrijwilligersmicrobe die ze te pakken hebben, verhuist gewoon mee van Poperinge naar Rumbeke! We strikten hen nog voor een interview.

### Hoe zijn jullie in contact gekomen met NESTOR?

Béa aan het woord: "Ik was actief als vrijwilliger bij wzc Huize Proventier en hoorde er praten over NESTOR. We hebben dan contact opgenomen met NESTOR. Rudy had interesse in vervoer dus we waren aan het juiste adres! En zo is de bal aan het rollen geraakt en was Rudy wekelijks in de weer met 1 of meestal enkele ritten. Ikzelf engageerde mij voor gezelschap."

### Van waar komt de interesse om jullie in te zetten als vrijwilliger, wat spreekt jullie aan?

Béa vertelt: "Voor ons allebei zijn de sociale contacten en de mensen die vriendelijk zijn datgene dat ons aanspreekt. Door het vrijwilligerswerk ontmoet je veel diverse mensen en leer je andere mensen beter kennen. Dat is boeiend."

### Hebben jullie reeds ervaring met vrijwilligerswerk bij andere diensten/organisaties en indien ja, wat doe je daar?

Béa knikt: "Ja, voor de CM doet Rudy af en toe een rolwagenvervoer. Ook wzc Huize Proventier is voor ons gekend terrein als vrijwilliger. We combineren dus enkele vrijwilligerstaken bij verschillende organisaties."

### Vrijwilligers horen soms vele verhalen. Wat betekenen de sociale contacten en die verhalen voor jullie?

"Dat klopt, ouderen vertellen graag van vroeger: verhalen van de oorlog, van hun jeugd,... maar ook actuele zaken passen de revue. Sommige mensen zie je openbloeien wanneer ze kunnen vertellen over vroeger. Da's plezant om zien. Mensen hebben deugd van sociaal contact."

### Zullen jullie iets missen of zal een bepaalde opdracht je bijblijven?

"Ja, de oppas die ik reeds een tijdje deed, ik zal dat toch wel missen," bekent Béa. "Na een tijdje bouw je een band op, je leert elkaar beter kennen. Je kent elkaars gewoonten bv. over de koffie: moet die gewoon zwart, of met melk of melk en suiker? Na een tijdje moet je dat niet meer zeggen of vragen hé. Ik zal wellicht toch nog eens denken 'hoe zou het zijn met...!'"



### Wat maakt dat je elke week weer enthousiast paraat staat als chauffeur?

Rudy vertelt: "Ik help graag mensen en de sociale contacten maken je rijker. Je leert mensen kennen die je anders waarschijnlijk nooit zou tegenkomen. De meeste mensen zijn dankbaar. Ik rij graag, dus chauffeur zijn en mensen vervoeren, da's echt op mijn lijf geschreven."

### Wat wensen jullie NESTOR toe voor de toekomst?

"Dat er nog wat vrijwilligers bijkomen want daar is toch wel nood aan. Dat Nestor in de toekomst nog veel mag samenwerken met andere diensten zoals bv. CM voor rolwagenvervoer. Dat Nestor nog meer mag groeien en bloeien want zo'n dienst geeft aandacht aan senioren. Dat is heel goed, dat senioren niet vergeten worden en geholpen worden."

*Bedankt Béatrijs en Rudy om tussen de verhuisdozen en de vele regelingen door, nog even tijd te maken om jullie ervaringen te delen. We wensen jullie het allerbeste toe!*

## TERUGBLIK OP...

# VRIJWILLIGERSUITSTAPPEN DOORHEEN DE JAREN

Tradities zijn er om in ere te houden. Zo organiseren we elk jaar een vrijwilligersuitstap als bedanking voor de inzet en fijne samenwerking.

Jammer genoeg gooide Corona roet in het eten en konden we in 2020 en 2021 onze uitstap niet laten doorgaan. Maar we losten dit creatief op waarbij in 2020

elke vrijwilliger een pop.kadobon kreeg. De babbelbubbelnamiddag was het alternatief in 2021.

Goed nieuws: we zitten momenteel in de voorbereidingen en kijken ernaar uit om terug samen te komen met de vrijwilligers dit najaar. Een ideale gelegenheid om op een onge-

dwongen manier andere vrijwilligers te ontmoeten en beter te leren kennen, gezellig samen iets te eten en te drinken,...

Wat op het programma staat, verklappen we nog niet. De datum kunnen we wel al prijsgeven: stip alvast **donderdag 13 oktober** aan in je agenda.



Boottocht Clairmarais met wandeling of spelletjes (2017)



Koffie met wafel in Café Oz in Rijssel (2018)

Bezoek brouwerij 't Verzet in Anzegem met degustatie (2016)





Wandeling in Rijsel (2018)



Bezoek Sint-Bernardusbrouwerij met degustatie (2019)



Bezoek Sint-Bernardusbrouwerij met degustatie (2019)



Koffie en wafel in Café Oz in Rijsel (2018)



Bowling 'De Goe Smete' Poperinge met avondmaal (2019)

## BINNENKORT...

### Vorming vrijwilligers: hoe bewaak ik mijn grenzen?

We kennen het wel allemaal: je bent enthousiast of wil iemand helpen, maar plots besef je dat het je ergens te veel wordt. Of je engageert je ergens en voor je het weet, doe je veel meer dan je oorspronkelijk wilde.

In deze vorming gaan we op zoek naar hoe we onszelf opstellen als vrijwilliger. Het werken met andere mensen kan soms zeer intens zijn. Aan de hand van voorbeelden staan we stil bij vragen als: hoe bied je

een luisterend oor en een helpende hand, maar hou je toch een zekere afstand? Hoe begrensv je jouw rol als vrijwilliger, op een respectvolle manier? En wat doe je als jouw grenzen overschreden worden? Bij wie kan je terecht met vragen of hoe geef je signalen door? Hoe ga je om met klachten?

In deze vorming gaan we met jouw vragen aan de slag en reiken we enkele kapstokken aan. Wie zelf een vraag heeft, kan

deze vooraf al doorsturen. We kunnen deze anoniem bespreken.

Op **dinsdag 21 juni** ben je van harte welkom in **jeugdontmoetingscentrum De Kouter**, Komstraat 30. De vorming start om **13.30 u.** en duurt twee uur. Een hapje en drankje zijn voorzien.

Schrijf in bij de verantwoordelijke van de dienst waarbij je vrijwilligerswerk doet tegen woensdag 15 juni.



## LDC De BuurtBres

In maart schoot het lokaal dienstencentrum De BuurtBres uit de startblokken.

De BuurtBres focust zich op alle inwoners van de deelgemeenten van Poperinge. De BuurtBres wil het sociale netwerk van de mensen versterken door ontmoetingsmomenten en ver-

bindende activiteiten te organiseren in de buurtsalons van Roesbrugge-Haringe, Watou en Krombeke. Ze doen dit zeer graag in samenwerking met de reeds actieve socio-culturele en ouderenverenigingen. Wat later komen ook de andere dorpen aan bod.

Het is de bedoeling om, na

verloop van tijd, in alle deelgemeenten een actieve werking met De BuurtBres uit te bouwen.

De BuurtBres laat je even terugblikken op wat ze organiseerden de afgelopen maanden.

Sluit je ook eens aan? Meer dan welkom!

8



## Kuj eki help'n

In Krombeke ging op 12 april de eerste editie van 'Kuj eki help'n' door. Ieder plekje was gevuld. Dankzij de hulp van vrijwilligers werden weer enkele digitale problemen opgelost.

In Krombeke gaat 'Kuj eki help'n' door **elke tweede dinsdag van de maand van 14 tot 16 u.**

'Kuj eki help'n' in Roesbrugge-Haringe is **elke vierde donderdag van de maand van 13 tot 16 u.**





## 80-plus verjaardagsfeest

Op 8 maart vierde De BuurtBres het driemaandelijks 80-plus verjaardagsfeest in het Buurtsalon van Roesbrugge.

De jarigen van de maanden februari, maart en april mochten aanschuiven voor een lekker stuk taart en een kop koffie.

Met een mooie opkomst van 15 man, werd het een gezellige namiddag.

Grote dank aan de helpende handen!

## Oliebollenfestijn Krombeke

Samen met het Dorpspunt in Krombeke organiseerde De BuurtBres op 20 april een oliebolfestijn. Tijdens de buitenspeeldag kon je komen proeven van zelfgemaakte oliebolletjes. Ouders, grootouders en kinde-

ren kwamen een kijkje nemen. Het werd een gezellige familienamiddag. We blikken terug op een geslaagde activiteit dankzij de hulp van enkele enthousiaste vrijwilligers.



---

## Ontmoetingsmomenten

Deze zomer organiseert De BuurtBres enkele ontmoetingsmomenten in de deelgemeenten Roesbrugge-Haringe, Krombeke en Watou.

Met een hapje en een drankje kun je bijpraten of buurtbewoners beter leren kennen. Ook Valérie en Louise zullen aanwezig zijn en geven kort een woordje uitleg over de werking van LDC De BuurtBres.

**Heb je zelf een goed idee voor toekomstige activiteiten in een buurtsalon? Laat het zeker weten aan Valérie en Louise. Contacteer hen op 057 34 66 25 of [debuurtbres@poperinge.be](mailto:debuurtbres@poperinge.be).**





## Woonzorgcentrum HUIZE PROVENTIER zoekt...

... wandelvrijwilligers

Wat doet er meer deugd voor bewoners, medewerkers en vrijwilligers na een koude en dit jaar vooral natte winter, dan een deugddoende wandeling terwijl de lentezon voorzichtig haar warmte op onze gezichten stuurt? Of tijdens de hoogdagen van een prachtige zomer die niet alleen ons vanbuiten maar ook vanbinnen verwarmt?

Er zijn wel een paar dingen te bedenken maar een wandeling scoort toch hoog binnen de top 10 van de bucketlist.

Bewoners en vrijwilligers smeren alvast de kuiten. Enkelen haalden reeds de wandelschoenen vanonder het stof vandaan.

Wie voelt zich geroepen om ook actie te ondernemen na een lange rustperiode? De bewoners zullen jullie met open armen ontvangen en iedereen héél dankbaar zijn voor de geboden hulp zodat hun wekelijkse uitstap kan doorgaan.

### Praktisch:

In Huize Proventier wordt tot eind september gewandeld op maandag- en dinsdagnamiddag. Bij interesse neem je contact op met [animatie@huizeproventier.be](mailto:animatie@huizeproventier.be).



## Buurtdiensten BELLEWIJK zoekt...

een vrijwilliger om krantjes en flyers te bussen

Je helpt 1 keer per maand met het ronddragen van flyers en/of buurtkrantjes in de Bellewijk. We verdelen de wijk in stukken naargelang het aantal vrijwilligers dat kan helpen ronddragen. Iedereen doet dan zijn eigen stukje wijk. Je hebt ongeveer 2 dagen de tijd om dit te verdelen, je kan dus kiezen wanneer je dit doet. Dit duurt minder dan een half uur!

### Interesse?

Contacteer Annebel op 0470 90 36 58 of [annebel.vandenbroucke@poperinge.be](mailto:annebel.vandenbroucke@poperinge.be)

## ALBATROS zoekt...

... vrijwilligers

Heel wat anderstalige nieuwkomers in Poperinge volgen een cursus Nederlands. De uitdaging is om wat ze geleerd hebben ook in de praktijk om te zetten. Het oefenen van Nederlands is dus zeer belangrijk en sommige mensen hebben een extra duwtje in de rug nodig. Tijdens de praattafel oefenen mensen hun Nederlands in gesprek met elkaar. Met de hulp van Albatros kan je via het buddy-systeem asielzoekers/vreemdelingen ondersteunen in hun integratie in Poperinge. Albatros zoekt vrijwilligers die een warm hart dragen en een open geest vertonen voor vreemde nationaliteiten en vreemde culturen. Liefst vrijwilligers die zich willen engageren op regelmatige basis (volgens eigen mogelijkheden en afspraken). Uw winst:

- zinvolle tijdsbesteding
- waardevolle bijdrage aan onze gemeenschap
- een aangename vriendenkring

### Interesse?

Contacteer Manu op 057 33 49 53 of [manuclaes@skynet.be](mailto:manuclaes@skynet.be)

# Lokale dienstencentra **DE BRES** en **DE BUURTBRES**

zoekt...

... m/v/x met digitale vaardigheden



Kan jij goed overweg met computers en smartphones? Heb je een luisterend oor en een flinke portie geduld? Dan ben jij wellicht de geknipte kandidaat-vrijwilliger voor ons project 'Kuj eki help'n'!

De digitale wereld ontwikkelt zich ontzettend snel. Als gevolg hiervan zitten veel mensen in de knoel met hun smartphone, computer of tablet. Als vrijwilliger bij 'Kuj eki help'n' beantwoord je kleine digitale vragen en help je mensen verder op weg.

De sessies 'Kuj eki help'n' gaan door op vier verschillende locaties: LDC De Bres te Poperinge, Buurthuis De Bellewijk te Poperinge, Buurtsalon Roesbrugge en Buurtsalon Krombeke. Je geeft zelf aan welke locaties en tijdstippen voor jou passen.

### **Interesse?**

Contacteer Silke op 057 34 66 24 of [debres@poperinge.be](mailto:debres@poperinge.be)

# Buurthulp **NESTOR**

zoekt...

... vrijwilligers met plaats  
in hun koffer en hart

Voor sommige senioren is boodschappen doen niet vanzelfsprekend. Ze zijn minder goed te been, ze wonen te ver van de winkels,... Ze kunnen dus een beetje extra hulp best gebruiken.

De boodschappendienst kan dan een oplossing bieden. Deze draait op vrijwilligers, mensen met plaats in hun koffer en in hun hart!

Heb jij ook plaats in je koffer en in je hart of ken je zo iemand? Dan horen we het graag! We stellen geen voorwaarden aan minimale beschikbaarheid, maar gaan samen op zoek naar een juist evenwicht. Een klein engagement kan ook al een verschil maken.

### **Interesse?**

Contacteer Rebecca op 057 46 96 02 of [nestor@poperinge.be](mailto:nestor@poperinge.be)



## WZC HUIZE PROVENTIER

057 34 65 80

[onthaal@huizeproventier.be](mailto:onthaal@huizeproventier.be)



*Valerie Bardyn*



*Sabien Busson*

## BUURTDIENSTEN BELLEWIJK

0470 90 36 58

[buurtdiensten.bellewijk@poperinge.be](mailto:buurtdiensten.bellewijk@poperinge.be)



*Ellen Debeer*



*Annebel  
Vandenbroucke*

## BUDDYWERKING

057 30 98 62

[friedel.verhaeghe@poperinge.be](mailto:friedel.verhaeghe@poperinge.be)



*Friedel  
Verhaeghe*

## LOKAAL DIENSTENCENTRUM DE BRES

057 34 66 24

[debres@poperinge.be](mailto:debres@poperinge.be)



*Charlotte  
Devrekere*



*Sophie  
Van Holzaet*



*Silke Berteloot*

## MOBIEL DIENSTENCENTRUM DE BUURTBRES

057 34 66 25

[debuurtbres@poperinge.be](mailto:debuurtbres@poperinge.be)



*Charlotte  
Devrekere*



*Valérie Pattyn*



*Louise Bequoye*

## BUURTHULP NESTOR

057 46 96 02

[nestor@poperinge.be](mailto:nestor@poperinge.be)



*Griet Defever*



*Ria Devos*



*Rebecca  
Vandemaele*

## HUIS VAN HET KIND RUILWINKEL DE RUPSE

057 33 20 83

[huisvanhetkind@poperinge.be](mailto:huisvanhetkind@poperinge.be)



*Nele Theunynck*