

**Vind jij het leuk om voor mensen te zorgen?**



**Dan is De Opstap iets voor jou!**

## **Een gezellig logeerhuis**

De Opstap is een huiselijk en gezellig logeerhuis in Groningen voor vijf gasten.

Het logeerhuis ontvangt gasten die:

- even geen beroep kunnen doen op een mantelzorger, zoals een partner of een familielid omdat die een adempauze nodig heeft of er even tussenuit wil.
- bijvoorbeeld na een opname in het ziekenhuis graag naar huis willen maar hierbij nog niet voldoende terug kunnen vallen op hun partner, familie, burens of vrienden of om een andere reden.

**Zinvol en zorgzaam vrijwilligerswerk in een leuk team!**



## Een vrijwilliger zegt:

*“Het werk in De Opstap kost me geen energie, maar gééft me juist energie en voldoening”*



## Een gast zegt:

*“Het was er huiselijk en gezellig, in één woord, een warm bad”*

Zo'n 30 à 35 vrijwilligers houden samen het logeerhuis draaiende.

De vrijwilligers werken in diensten:

's morgens van 8.15u. - 13.00u. of

's middags van 12.45u. - 17.00u. of

's avonds van 16.45u. – 22.00u.

's nachts van 21.45u. – 8.30u. (één slaapvrijwilliger)

Onze vrijwilligers bieden geen medische zorg aan gasten. Als dat nodig is roepen wij de hulp van de thuiszorg in.

## Meer weten over De Opstap?

Kijk op de website [www.deopstap050.nl](http://www.deopstap050.nl) – hier staan ook de vacatures - of neem contact met ons op.

Telefoon: voorlopig via Waardig Wonen. U bereikt ons bij voorkeur op dinsdag, woensdag of donderdag tussen 9.00 en 16.00 uur op telefoonnummer 06-40521094.

Als we niet bereikbaar zijn, spreek dan de voicemail in of neem contact op via de mail [info@deopstap050.nl](mailto:info@deopstap050.nl).

U krijgt dan uiterlijk binnen 3 werkdagen een reactie.

## Jij kunt meehelpen!

Samen met andere vrijwilligers zorg je ervoor dat onze gasten zich thuis voelen in de Opstap. Dit doe je door een luisterend oor te bieden, samen het huishouden te doen en er te zijn als er wat is. Speciale kennis van de zorg is niet nodig.

Het huis is 7 dagen per week, 24 uur per dag open.

Je kunt jezelf op het dienstrooster inplannen. Je doet zes diensten per maand, waarvan één in het weekend. Inroosteren in de nacht is niet verplicht.

## Wat bieden wij onze vrijwilligers?

Naast een leuk team om je heen, kan je rekenen op begeleiding van de coördinator:

- een mooie basiscursus;
- themabijeenkomsten en workshops;
- evaluatiebijeenkomsten waarin we met z'n allen bespreken hoe het gaat;
- persoonlijke begeleiding