Allegoeds vakanties

# Zin in vrijwilligers-werk?

## Wij zoeken vakantiebegeleiders voor onze seniorenvakanties

# Wij zoeken vakantiebegeleiders voor onze seniorenvakanties

Een vakantie doet iedereen goed. Tijdens een vakantie ontmoet je nieuwe mensen en kun je heerlijk ontspannen. Dat geldt zeker ook voor senioren, die niet altijd meer in staat zijn om zelfstandig op vakantie te gaan. Ook voor hen is vakantie een prettige manier om weer even op te laden. Na afloop voelen ze zich vaak minder eenzaam en is de drempel lager om met anderen in contact te komen. Een vakantie geeft ook nieuwe energie, zodat ze eenmaal thuis er weer even tegenaan kunnen, ondanks eventuele beperkingen.

Onze vakantiebegeleiders doen er alles aan om gasten een plezierige vakantie te bezorgen. Het belangrijkste daarbij is persoonlijke aandacht: een luisterend oor, samen een spelletje doen, een ommetje maken of meegaan met een uitstapje. Onze gasten bepalen daarbij het tempo.

Tijdens onze vakanties bied je als vakantiebegeleider samen met de thuiszorg de zorg en begeleiding die onze gasten nodig hebben, zoals hulp bij aan- en uitkleden, wassen en eventueel andere zorg. Daarnaast is er een programma met begeleiding waar gasten naar wens aan kunnen deelnemen.

De vakanties vinden het hele jaar plaats in mooie, aangepaste accommodaties in Nederland. Senioren kunnen zich via onze website en brochure oriënteren op een vakantie en zich online of via het aanmeldformulier aanmelden voor één of meerdere vakanties.

## De vakanties van Allegoeds zijn bestemd voor ouderen met of zonder zorgvraag:

**Groep A**
Senioren met een goede conditie die graag met begeleiding op vakantie willen

**Groep B**
Senioren met een goede conditie en een lichte zorgvraag die eventueel gebruik maken van een rollator

**Groep C**
Senioren met een redelijke conditie en een lichte zorgvraag, die bij langere afstanden gebruik willen maken van een rolstoel

**Groep C+**
Senioren die zowel overdag als 's nachts een beroep willen kunnen doen op zorgondersteuning

**Groep D**
Senioren met beginnende dementie

Veel van onze gasten zijn alleenstaand en genieten samen met de andere aanwezige gasten van hun vakantie.

### WAAROM VRIJWILLIGER WORDEN BIJ ALLEGOEDS?

- Je kunt senioren volop zorg en aandacht geven in een rustig tempo
- Het werken in teamverband geeft mooie ontmoetingen en saamhorigheid
- Gasten waarderen je inbreng en laten dat ook weten
- Je bent er even lekker uit en ontmoet nieuwe mensen

Als vrijwilliger bij Allegoeds zet je je in voor senioren. Veel van hen hebben een fysieke beperking of voelen zich in het dagelijks leven eenzaam. Door jouw bijdrage kun je veel betekenen in het leven van senioren.

### WAT HEBBEN WE VOOR JE GEREGELD?

- Een jaarlijkse vrijwilligersdag
- Gratis verblijf op basis van volpension, inclusief koffie en thee op mooie locaties in Nederland
- Begeleiding van een ervaren vrijwilliger tijdens je eerste vakantie
- Vergoeding van reiskosten

***Tip:*** *sommige werkgevers vergoeden een deel van de vrije tijd die hun werknemers in vrijwilligerswerk steken. Vraag er eens naar bij je werkgever.*

### HANDIG OM TE WETEN

- Meer informatie over onze vakantie-bestemmingen vind je in het vakantie-overzicht op onze website
- In verband met de fysieke belasting tijdens de vakanties is het belangrijk dat je in goede gezondheid bent

### MELD JE AAN

Word ook vakantiebegeleider bij Allegoeds Vakanties. Je kunt je aanmelden via www.allegoedsvakanties.nl. We nemen daarna zo snel mogelijk contact met je op om kennis te maken.

Meer informatie:
**www.allegoedsvakanties.nl**

# Een dag uit het leven van een vakantiebegeleider bij Allegoeds

**07.00 uur** - Vroeg uit de veren en eventueel ondersteunen van de thuiszorg bij de verzorging van de gasten. Voor de vroege vogels regelen we een kopje thee met een beschuitje.

**08.30 uur** - De gasten druppelen binnen voor het ontbijt. Een gezellig praatje hoort daarbij: “heeft u lekker geslapen?” Ouderen die dat nodig hebben, begeleiden we bij het ontbijt.

**09.45 uur** - Bewegen op muziek met allerlei oefeningen om de spieren los te maken. Dat levert vaak veel vrolijkheid op.

**10.15 uur** - Koffie en thee inschenken voor de gasten en een lekker koekje uitdelen. Aansluitend mee met het uitstapje of juist ‘thuis’ blijven en een spelletje doen, een ritje met de (rolstoel) fiets maken of gasten aan de creatieve tafel ondersteunen bij een handwerkje.

**12.30 uur** - Ook tijdens de lunch geven we de ouderen die dat nodig hebben een helpende hand. We genieten samen met de gasten van de lunch en praten gezellig na over de belevenissen van die ochtend. Daarna krijgen de gasten de mogelijkheid om iets voor zichzelf te doen. De één doet een dutje, de ander leest een boek. Vaak heb je als vrijwilliger wat ruimte voor jezelf.

**14.00 uur** - Mee met het uitstapje of juist ‘thuis’ blijven. Als we zelf de sjoelbak pakken, staan er al snel heel wat mensen om ons heen die graag meedoen. De hele dag door sta je overigens klaar voor eventuele vragen van gasten.

**17.30 uur** - Diner wordt aan tafel geserveerd. Lekker genieten van wat er voor je is klaargemaakt. Aansluitend nemen we als vrijwilligersteam de dag met elkaar door. Waar moeten we op letten? Wie van de gasten heeft extra aandacht nodig? Wat staat er voor de volgende dag op het programma?

**20.00 uur** - Tijd voor koffie of thee en het avondprogramma. Als gasten niet mee willen doen, is dat prima. Ze krijgen alle ruimte om iets voor zichzelf te doen. Na het entertainment praten we nog wat na en verlenen we samen met de thuiszorg zorg aan gasten die dat nodig hebben.

**22.45 uur** - De vrijwilligers keuvelen onderling nog wat na en gaan daarna lekker naar bed.

*“De reden dat ik met ouderen werk, is vooral hun levenservaring. Ouderen hebben een boeiend verhaal.”*

# Vrijwilligersfuncties

### COÖRDINATOR
Elke vakantie heeft een coördinator. Als coördinator ben je verantwoordelijk voor het inhoudelijke programma. Met ondersteuning van de coördinator vrijwilligers en vakantieprogramma's zorg je voor passende activiteiten. Daarnaast geef je leiding aan het team vrijwilligers tijdens de vakantie en je bent eindverantwoordelijk voor het welslagen van de vakantie.

### CHAUFFEUR
Per vakantie is er altijd minimaal één chauffeur aanwezig. Je bent verantwoordelijk voor de 9-persoonsbus en onmisbaar als het gaat om het begeleiden van de excursies en rondritten.

### VAKANTIEBEGELEIDER
Als vakantiebegeleider ben je er voor de gast, je werkt mee aan de uitvoering van activiteiten en biedt waar nodig Algemeen Dagelijkse Levensverrichtingen (ADL-zorg) aan de gast. Er zijn verschillende aandachtsgebieden. Denk aan het verantwoordelijk zijn voor de creatieve tafel, de ochtendgymnastiek of de wellness/beauty activiteiten.

*"Ik voel het als een grote eer om voor mensen te mogen zorgen in al hun kwetsbaarheid."*

### ZORGCOÖRDINATOR
In de vakanties voor gasten die meer zorg nodig hebben is er ook een zorgcoördinator. Als zorgcoördinator ben je verantwoordelijk voor de organisatie en afspraken rondom de directe zorg aan de gasten. Je hebt alle zorgvragen van gasten in beeld, je verdeelt de zorgtaken binnen het team, je hebt contact met het thuiszorgteam en je werkt nauw samen met de coördinator van de vakantie.

### WAKENDE NACHTWACHT
Tijdens vakanties voor gasten met een zwaardere zorgvraag zijn ook twee wakende nachtwachten aanwezig. Je bent 's nachts verantwoordelijk voor de gasten en je kan hen bijstaan mocht dat noodzakelijk zijn.

### OPROEPVRIJWILLIGER
Tijdens de vakanties worden excursies georganiseerd. Om dit mogelijk te maken zijn we afhankelijk van oproepvrijwilligers die voor een dag(deel) beschikbaar zijn. Als oproepvrijwilliger ben je in staat rolstoelen te duwen of een 9-persoonsbus te besturen. Bij voorkeur woon je in de omgeving van Lunteren, aangezien de meeste excursies waarbij extra hulp nodig is vanuit groepshotel Het Bosgoed plaatsvinden.

# Allegoeds vakanties

## Nooit te oud voor vakantie!

Geniet van goede zorgen
& goed gezelschap

**Allegoeds Vakanties**
Molenweg 49a
6741 KK Lunteren

Tel.: (0318) 48 51 83

Het kantoor van Allegoeds Vakanties is van maandag t/m donderdag bereikbaar van 9.00 uur tot 12.30 uur en van 13.00 uur tot 16.30 uur.
Op vrijdagochtend zijn wij van 9.00 tot 12.30 uur geopend.

Heb je een vraag, tip of opmerking? Stuur een email naar **info@allegoedsvakanties.nl**

www.facebook.com/allegoedsvakanties
www.instagram.com/allegoedsvakanties

**www.allegoedsvakanties.nl**