



**VRIJWILLIGERS  
ACADEMIE** Amsterdam

## Wat doet de Vrijwilligersacademie?

De Vrijwilligersacademie biedt professionele trainingen aan Amsterdamse vrijwilligers in zorg en welzijn. Vrijwilligers en hun begeleiders kunnen hun vaardigheden ontwikkelen en hun kennis vergroten in trainingen, themabijeenkomsten en masterclasses.

De Vrijwilligersacademie werkt samen met organisaties in de informele zorg die werken met vrijwilligers. Zij zorgen bijvoorbeeld voor mensen met een verslaving, ziekte, handicaps, dementie of zijn maatje, coach of buddy. Bent u vrijwilliger bij een van onze partnerorganisaties, dan zijn de trainingen voor u gratis.

Ons trainingsaanbod wordt doorlopend uitgebreid. Kijk daarom voor het complete aanbod op [vrijwilligersacademie.net](http://vrijwilligersacademie.net)

Vrijwilligersacademie Amsterdam  
Keizersgracht 340-342  
1016 EZ Amsterdam  
T: (020) 320 55 79  
info@vrijwilligersacademie.net

f [vrijwilligersacademie-amsterdam](https://www.facebook.com/vrijwilligersacademie-amsterdam)  
@VWAcademie  
YouT [vrijwilligersacademie-amsterdam](https://www.youtube.com/vrijwilligersacademie-amsterdam)  
in [vrijwilligersacademie](https://www.linkedin.com/vrijwilligersacademie)

## SEPTEMBER

STARTDATA	De basistrainingen <b>Coachend vrijwilligerswerk</b> en <b>Ondersteunend vrijwilligerswerk</b> starten gemiddeld twee keer per maand. De basistraining <b>Werken met groepen</b> start in oktober. Kijk op <a href="http://vrijwilligersacademie.net">vrijwilligersacademie.net</a> voor alle startdata.	
VRI <b>1</b>	09.45-15.00 UUR <b>Omgaan met verbale agressie, niveau 1</b> ism De Regenboog Groep   Informele Zorg	1 + 8 SEP
DIN <b>19</b>	09.30-12.30 UUR <b>NIEUW Communiceren met lichaamstaal</b>	
WOE <b>20</b>	19.00-22.00 UUR <b>Zet je ervaring in!</b> ism Team ED	20 + 27 SEPT + 4 OKT
DON <b>21</b>	09.30-12.00 UUR <b>Presentiebenadering</b> ism Kuria	

VRI  
**22** 15.00-18.00 UUR  
**Opening academisch jaar**



We openen het academisch jaar 2017/2018 feestelijk met een borrel en inhoudelijk met een masterclass.

### 'Aan de slag en oogsten – over samenwerken tussen formele en informele krachten'

We gaan oogsten wat we het afgelopen jaar hebben geleerd: masters dachten mee over de samenwerking tussen formeel en informeel. En we hebben met mensen uit de praktijk bekeken wat eigenlijk werkt in die praktijk. Onder leiding van trainer Jaap Vriend gaan we daarover praten met de experts. Wat werkt, wat niet, en vooral waar kunnen we het beste op inzetten in Amsterdam.

Je bent vanaf 15.00 uur van harte welkom in ons hofje aan de Keizersgracht 340-342. Meld je aan op [vrijwilligersacademie.net](http://vrijwilligersacademie.net).

VRI <b>22</b>	13.00-17.00 UUR <b>Wegwijs in schuldhulp West</b> ism ABC West	
VRI <b>29</b>	09.00-13.00 UUR <b>Wegwijs in schuldhulp Noord</b> ism Doras	



Nieuw: communiceren met lichaamstaal

## Alles is communicatie

**“Als ik zou willen dat je het begreep, had ik het wel beter uitgelegd.”**  
– JOHAN CRUIJFF

In bijna alle trainingen staan communicatievaardigheden in de basis. Het Latijnse woord communicare slaat terug op “iets gemeenschappelijk maken”. Door je hierin te ontwikkelen kun je beter contact maken, grenzen stellen en mensen coachen. Het is dus niet voor niets dat we na onze basistrainingen diverse vervolgttrainingen aanbieden waarin communicatie centraal staat:

START: 1 SEP EN 24 OKT  
**Omgaan met verbale agressie, niveau 1**  
Van passieve agressie tot schreeuwen en schelden: je leert methodes om hiermee om te gaan. Er is theorie en praktijk waarbij je voorbeelden van moeilijke situaties kunt inbrengen.

19 SEP  
**NIEUW Communiceren met lichaamstaal**  
Ervaar de kracht van lichaamstaal door in 'gesprek' te gaan met een paard. Paarden zijn kuddedieren en experts in non-verbale communicatie. Ze houden je liefdevol een (levensgrote!) spiegel voor.



Jaap Vriend

START: 2 OKT  
**Nee leren zeggen**  
Soms zeg je nee om ja te kunnen zeggen tegen jezelf. Je ontdekt waar jouw persoonlijke grenzen liggen en je oefent in het voeren van korte gesprekken met situaties uit de praktijk.



Jackie van der Kroft

START: 23 OKT  
**Gespreksmethode van Socrates**  
Wat gebeurt er als je je oordeel, advies of mening opschoort zonder je kritische blik te verliezen? Je leert tot de kern te komen door alleen vragen te stellen.

## Masterclasses

Masterclasses zijn bedoeld voor mensen die willen meepraten en meedenken over wat vrijwilligerswerk betekent – voor hen persoonlijk en voor de samenleving. De masterclasses zijn geen colleges maar vraaggesprekken met deskundige en inspirerende gasten. Deelname is gratis.

Vrijwilligers en betrokkenen uit het veld kunnen vanuit hun alledaagse ervaring kritische vragen stellen. Samen onderzoeken we hoe we de informele zorg vorm willen geven, hoe we met uitdagingen omgaan en hoe we de cliënt het beste kunnen ondersteunen. De masterclasses zijn inmiddels een begrip in de sector. Noteer deze data in je agenda!

DON <b>21</b> SEP	16.00-18.00 UUR <b>Voorkomen van eenzaamheid</b> In het kader van de aftrap van de week tegen eenzaamheid. Locatie: Huis van de Wijk 't Blommetje	KENNISMARKT NIEUW-WEST
VRI <b>22</b> SEP	16.00-17.30 UUR <b>Aan de slag en oogsten</b> Over samenwerken tussen formele en informele krachten. Ter gelegenheid van de opening van het Academisch jaar. Locatie: Vrijwilligersacademie	
DON <b>12</b> OKT	15.00-19.00 UUR <b>Weten is nog geen doen</b> Over hoe je nu komt van 'weten dat het nodig is' naar 'de handen uit de mouwen steken'. Met Martin Stam. Locatie: Vrijwilligersacademie	
DON <b>19</b> OKT	15:30-19:00 UUR <b>Vitaliteit in de buurt</b> Over wat we van elkaar kunnen leren over de mogelijkheden en grenzen van buurtinitiatieven. Met Jeroen van Berkel (stadsdeelvoorzitter West) en Niesco Dubbelboer (Maak de buurt). Locatie: Boomkerk Amsterdam	

## Vrijwilligerswerk maakt gelukkig.

Dat blijkt uit onderzoek. Een vrijwilliger die goed leert hoe zijn of haar werk te doen binnen de eigen grenzen ervaart meer plezier, krijgt energie en maakt de ander blij. Vlak daarbij de ervaring – ook voor je cv – en de maatschappelijke meerwaarde niet uit.

## OKTOBER

MAA <b>2</b>	19.00–22.00 UUR <b>Nee leren zeggen</b>	2 + 9 OKT
DIN <b>3</b>	14.00–17.00 UUR <b>Binden en boeien van vrijwilligers</b>	
DIN <b>3</b>	19.00–22.00 UUR <b>Schuldhelpverlening</b> ism De Regenboog Groep   Informele Zorg	3 + 10 OKT
WOE <b>4</b>	19.00–22.00 UUR <b>Geweldloze communicatie, niveau 1</b>	4 + 11 + 18 OKT
DIN <b>10</b>	14.30–16.30 UUR <b>Moreel beraad</b> ism Markant	
DIN <b>10</b>	09.30–11.30 UUR <b>Workshop handmassage</b> ism Kuria	
DIN <b>10</b>	19.00–22.00 UUR <b>Ken je talent</b>	10 + 17 OKT
DON <b>12</b>	15.30–18.00 UUR <b>Masterclass: Weten is nog geen doen</b> ism HVA outreachend en innoverend werken	
VRI <b>13</b>	13.00–17.00 UUR <b>Wegwijs in schuldhulp Zuidoost</b> ism MadiZo	
MAA <b>16</b>	19.00–22.00 UUR <b>Werkvormen voor vrijwillige coaches</b> ism De Regenboog Groep   Informele Zorg	
DIN <b>17</b>	19.00–22.00 UUR <b>Werken met groepen</b>	17 + 24 + 31 OKT
DON <b>19</b>	19.00–22.00 UUR <b>Oplossingsgericht werken</b>	19 + 26 OKT
DON <b>19</b>	15.30–19.00 UUR <b>Masterclass: Vitaliteit in de buurt</b>	
VRI <b>20</b>	09.30–12.30 UUR <b>Intervisie geven</b>	
VRI <b>20</b>	13.00–17.00 UUR <b>Wegwijs in schuldhulp West</b> ism ABC West	
MAA <b>23</b>	19.00–22.00 UUR <b>De gespreksmethode van Socrates</b>	23 + 30 OKT + 13 NOV
DIN <b>24</b>	09.45–15.00 UUR <b>Omgaan met verbale agressie, niveau 1</b> ism De Regenboog Groep   Informele Zorg	24 + 31 OKT
MAA <b>30</b>	14.00–16.30 UUR <b>Maak kennis met dementie</b> ism Markant	
MAA <b>30</b>	19.00–22.00 UUR <b>Seksueel geweld bespreekbaar maken</b> ism Hulplijn Amsterdam	

## Begin bij de basis

De basistrainingen vormen het fundament van ons aanbod. Ze bieden vrijwilligers alle basiskennis die ze nodig hebben voor hun werk.

Je volgt actieve en interactieve trainingen in kleine groepen met veel persoonlijke aandacht. Sommige trainingen kunnen deels online gevolgd worden. Basistrainingen zijn er in vier accenten, afhankelijk van de functie die je als vrijwilliger wilt gaan vervullen of al vervult:

START: 4 SEP, 19 SEP, 9 OKT (BE), 19 OKT (ENGELS), 25 OKT  
**Ondersteunend vrijwilligerswerk**  
De basis voor als je iemand ondersteunt, bijvoorbeeld als buddy of maatje. Ook als BE-learning (online en 1 bijeenkomst) en in het Engels!

START: 31 AUG, 7 SEP, 18 SEP, 11 OKT, 18 OKT (BE), 24 OKT  
**Coachend vrijwilligerswerk**  
De basis voor als je iemand coacht, bijvoorbeeld door samen doelen te stellen en te realiseren. Ook als BE-learning (online en 1 bijeenkomst).

START: 3 NOV (BE)  
**Ervaringsdeskundigheid**  
De basis voor als je wilt onderzoeken of je met jouw ervaring iemand kunt ondersteunen. Combinatie tussen online leren en trainingsbijeenkomsten.

START: 17 OKT  
**Werken met groepen**  
De basis voor als je met groepen werkt.

In alle basisrichtingen komen motivatie en persoonlijke effectiviteit, de rol en positie van een vrijwilliger, communicatie en grenzen stellen aan bod. Als je bent aangesloten bij een van onze partners, dan wordt deelname betaald door de organisatie. Aanmelding verloopt via de coördinator.

## 17 OKT Theatercollege 'De negen open deuren'

Een basistraining in vogelvlucht. Jaap Vriend geeft op theatrale wijze een frisse blik op hoe we met elkaar communiceren, in welke rol we dat doen en welke grenzen we daarbij stellen.

Het theatercollege is ook te boeken door organisaties die hun medewerkers en vrijwilligers willen trakteren op een leerrijke middag of avond. Voor vragen en boekingen, kunt u contact opnemen via [info@vrijwilligersacademie.net](mailto:info@vrijwilligersacademie.net).

## Voor begeleiders van vrijwilligers

Het begeleiden van vrijwilligers is een vak, zeker daar waar praktijk en leren hand in hand gaan.

Daarom zijn er workshops en trainingen voor medewerkers die begeleiding en intervisie verzorgen voor vrijwilligers. In oktober hebben we 2 trainingen geprogrammeerd. Kijk op [academievoorinformelezorg.nl](http://academievoorinformelezorg.nl) voor meer informatie.

DIN  
**3**  
OKT  
14.00–17.00 UUR  
**Binden en boeien van vrijwilligers**  
Hoe zorg je ervoor dat de juiste vrijwilliger op de juiste plek zit, dat vrijwilligers gemotiveerd en enthousiast blijven en dat ze zich gewaardeerd voelen? Binden en boeien, nuttig en noodzakelijk voor begeleiders van vrijwilligers.

VRI  
**20**  
OKT  
09.30–12.30 UUR  
**Intervisie geven**  
Intervisie is een belangrijk aspect bij het ondersteunen van vrijwilligers in hun werk. Om het leereffect voor vrijwilligers te vergroten, bieden we coördinatoren en begeleiders de mogelijkheid te delen in onze kennis over het geven van intervisie.



## Maatwerk voor organisaties

De Vrijwilligersacademie biedt ook maatwerktrainingen aan organisaties. Het volledige trainingsaanbod en onze jarenlange kennis en ervaring in het trainen van vrijwilligers in de informele zorg zetten we in bij het samenstellen van uw maatwerk training(en).

Onze gecertificeerde trainers hebben veel kennis van theorie en praktijk, waardoor we altijd een goede aansluiting kunnen maken op het werk en de casuïstiek van vrijwilligers, begeleiders of het team in uw organisatie. We passen de oefeningen en voorbeelden aan op uw werkpraktijk.

Heeft u interesse in een maatwerktraining voor uw organisatie? Neem dan contact met ons op voor een vrijblijvend gesprek.



## Kennismarkten: de Vrijwilligersacademie in jouw buurt

We hebben, samen met stadsdelen en met lokale zorg- en welzijnsorganisaties, een aantal stadsdelen platforms voor kennisuitwisseling opgericht. Dit noemen we kennismarkten. Er zijn kennismarkten in Centrum, Nieuw-West, Oost en Zuid. Hier verzorgen we trainingen, workshops en themabijeenkomsten. Een greep uit het gratis aanbod:

## SEPTEMBER

WOE <b>13</b>	19.00–21.00 UUR <b>Informatiebijeenkomst training (H)erkennen kindermishandeling</b> ism Stichting Praat	CENTRUM / NIEUW-WEST / ZUID
VRI <b>15</b>	14.00–17.00 UUR <b>Laaggeletterdheid: herkennen en doorverwijzen</b> ism Stichting Lezen en Schrijven	NIEUW-WEST
DON <b>21</b>	16.00–18.00 UUR <b>Masterclass: Wat zijn de mogelijkheden om eenzaamheid voor te zijn?</b>	NIEUW-WEST
WOE <b>27</b>	14.00–17.00 UUR <b>Haal meer uit contact</b>	OOST
DON <b>28</b>	13.00–17.00 UUR <b>Wegwijs in schuldhulp Zuid</b> ism PuurZuid	ZUID

## OKTOBER

DIN <b>3</b>	14.00–15.00 UUR <b>NIEUW Op weg naar vrijwilligerswerk: iets voor jou?</b>	ZUID
DON <b>5</b>	13.00–16.00 UUR <b>Ondersteunend vrijwilligerswerk</b>	5 + 12 + 18 OKT   ZUID
DIN <b>17</b>	13.00–17.00 UUR <b>Wegwijs in schuldhulp Nieuw-West</b>	NIEUW-WEST
DON <b>19</b>	13.00–17.00 UUR <b>Wegwijs in schuldhulp Centrum</b> ism CentraM	CENTRUM
VRI <b>27</b>	14.00–15.00 UUR <b>Ervaringsdeskundigheid: iets voor jou?</b>	CENTRUM / NIEUW-WEST / ZUID

Meer weten?  
Ga naar [www.kennismarkt.amsterdam](http://www.kennismarkt.amsterdam)