

Verlag Vrijwilligersdag 11-11-2017

Of is het een 'Toerustingsdag'? Of 'Trainingsdag'?

Weet je wat, laten we het een **Dag** noemen, waar vrijwilligers **Training** ontvangen om zo beter **Toegerust** te zijn.

Deze dag is georganiseerd door *Stichting Kerken en Gevangenen* in het gebouw van de Silogemeente in Utrecht. We zijn samen met vrijwilligers die actief zijn in de Silogemeente, de P.I in Nieuwegein en de Oostvaarderskliniek in Almere.

Thema: Jouw Kracht!!

We worden welkom geheten door Bert Boer, voorzitter van *Kerken en Gevangenen* en beginnen de dag met het zingen van een lied, enthousiast begeleid door Roel Bolt.

Doel van de dag:

Bewust maken van eigen krachten, die van jezelf en ook van de gedetineerde of de TBS-er met wie je als vrijwilliger te maken hebt.

Trainer tijdens deze dag is **Holly Haylock**, trainer Krachtwerk.

Holly stelt zichzelf aan ons voor – wat een indrukwekkend verhaal!

Dan krijgen we de volgende **opdracht**:

Stel jezelf voor aan iemand die je nog niet kent en vertel elkaar "waar je nu het liefst zou willen zijn"

Holly legt uit wat krachten zijn:

Persoonlijke kwaliteiten – 'ik ben.....'

Talenten en vaardigheden –'ik kan.....'

Krachten en mogelijkheden vanuit de omgeving – 'ik heb.....'

Kennis en ervaring – 'ik weet.....'

Interesses en aspiraties – 'ik wil.....'

We zien een indrukwekkend filmpje zien 'Vera's first concert' waarin 'ik wil' heel mooi naar voren komt.

We bespreken twee aan twee wat onze krachten zijn.

Tijd voor een heerlijke en gezellige lunch.





Na de lunch praten we met elkaar over wat een **gezonde werkrelatie** is en in hoeverre dit verschilt van een **vriendschapsrelatie**.

We bekijken een filmpje van het *'Marshmallow Experiment'*. Kunnen de kinderen de verleiding weerstaan om de marshmallow meteen op te eten, of wachten ze en krijgen ze als beloning 2 marshmallows???

Na een korte pauze doen we het **Dilemma spel**: Holly noemt een dilemma

De regel is simpel: ja, mee eens dan blijf je zitten; nee, niet mee eens, ga je staan. En natuurlijk bespreken we elk dilemma.

Voorbeeld 1: ex-gevangene/TBS-er nodigt je uit om mee te eten: eet je mee of niet?

Als je je verbaast dat hij/zij zo uitgebreid heeft gekookt, "wat moet dit nou niet kosten!" geeft hij/zij aan dat meer dan de helft gestolen is. Blijf je eten of niet? (ja blijf je zitten, nee ga je staan)

Voorbeeld 2 (niet aan toegekomen, maar wel goed om over na te denken): ex-gevangene/TBS-er nodigt je uit op Facebook, accepteer je of niet?

Afronding: vakantie spel.

Je hebt net een verschrikkelijke vakantie achter de rug! Ga 1 minuut zeuren, non stop zeuren tegen degene die naast je zit! Deze luistert en onderbreekt je drie keer met een compliment.

Na drie complimenten, wisselen.

Doel van het spel: krachten blijven zien binnen een zee van problemen.

Wat gebeurt er als je een compliment hoort? Wie kan het niet hebben? Wie kan het niet geven?

En dan komen we aan het eind van deze inspirerende dag.

Dominee Regien Smit bedankt ons allemaal voor onze deelname en inzet.

We sluiten de dag af met het zingen van het *Onze Vader*.

En dan is er natuurlijk **TAART**



Verlag: *Marijke Bolt – van der Laan*