

De grootste nood van de mens,
de essentie van het menselijk bestaan,
is kernachtig samen te vatten
in vijf woorden:

"Iemand zijn en ergens bijhoren."

Wat betekent 'Steun Op Maat'?

Steun Op Maat is een project van De Lage Drempel VZW dat ondersteuning biedt aan kwetsbare gezinnen met kinderen tussen 0 en 12 jaar.

Gezinnen die door omstandigheden in een kwetsbare situatie terecht komen (scheiding, werkloosheid, (langdurig) ziekte, verhuis), leven vaak sociaal geïsoleerd en kunnen niet of weinig terugvallen op steun van vrienden of familie. Het is zwaar om problemen en de bijhorende zorgen alleen te dragen en dit zorgt voor stress. Als een gezin langdurig onder stress staat, heeft dit ook gevolgen voor de kinderen in dat gezin, hun ontwikkeling en schoolprestaties.

Steun Op Maat zet in om **kwetsbare gezinnen te versterken en ondersteunen** op twee manier:

- **1-op-1 steunrelaties** met gezinsvrijwilligers die inspelen op de individuele noden van het gezin;
- **groepsbijeenkomsten** met ouders (alleen) en/of kinderen om elkaar te versterken, activiteiten te organiseren en talenten te ontwikkelen.

Wat stel je je voor bij een SOM-steunrelatie?

Steun Op Maat kiest ervoor om gezinnen met jonge kinderen in contact te brengen met vrijwilligers die op regelmatige basis een luisterend oor bieden en een handje toesteken. Ouders geven zelf aan aan welke ondersteuning zij behoefte hebben. Dit laat toe dat het gezin zich wat kan ontspannen en er een stabielere omgeving gecreëerd wordt voor de kinderen om in op te groeien. Als het klikt tussen de vrijwilliger en het gezin is haar/zijn komst een rustmoment voor het gezin in een leven van drukte en chaos.

Waarom ook SOM-bijeenkomsten?

Vaak hebben jonge ouders geen of weinig tijd om buitenshuis aan activiteiten deel te nemen, kinderopvang speelt een grote rol. Maar sociale contacten zijn cruciaal voor het verankeren van de identiteit van elk persoon. Daarom organiseert Steun Op Maat ook groepsbijeenkomsten, voor ouders om te ontspannen, zichzelf te kunnen zijn en antwoorden te vinden op hun vragen (vb. **Opvoeden Op Maat: hoe EIGEN-WIJZE ouder te zijn?**); soms ook met kinderen om **SAMEN ...** met andere gezinnen zelf dingen te organiseren die de gezinnen leuk vinden om te doen: koken, uitstapjes, schaatsen, spelen en vooral ontspannend samen zijn en plezier maken.

Wat houdt het in om SOM-vrijwillig(st)er te zijn?

Als **GEZINSONDERSTEUNENDE** vrijwillig(st)er ondersteun jij op regelmatige en langdurige basis een gezin. We verwachten van jou dat je je voor minstens 6 maanden engageert om regelmatig contact te hebben met 'jouw' gezin. Het is belangrijk dat jij de ouders ondersteunt in hun rol als opvoeder en naast hen staat. Je neemt de rol van de ouders niet over.

De ondersteuning bestaat uit 'er zijn voor andere', een luisterend oor bieden en samen nadenken over de vragen die jullie tegen komen. Wat je doet lijkt heel gewoon, maar is voor het gezin een grote meerwaarde. Je bent er zoals een goede buur of een vriend er kan zijn.

Naast de regelmatige contacten met het gezin, engageer je je ook om maandelijks met andere vrijwilligers bij elkaar te komen voor informatiedeling en intervisie. We bieden tijdens deze momenten ook vorming/ondersteuning waardoor je als vrijwillig(st)er, maar ook als mens, de kans krijgt om te groeien.

Als **GROEPSONDERSTEUNENDE** vrijwillig(st)er sta je mee in voor het uitdenken en organiseren van het aanbod aan groepsactiviteiten vanuit een visie die kwetsbare gezinnen sterker in het leven doet staan: bouwend op hun talenten en interesses, want samen kunnen we meer!



Steun Op Maat is een initiatief van de Lage Drempel VZW. **De Lage Drempel VZW** is een kans-armoedevereniging uit Mechelen die dagelijks mensen in armoede en vrijwilligers bij elkaar brengt in een gezellige ontmoetingsruimte, vormingen en ontspanningsmomenten organiseert en beleidswerk ondersteunt met als doel: **samen strijden tegen armoede en sociale uitsluiting.**

Om ook bij gezinnen thuis een verschil te maken, werd **Steun Op Maat** opgestart.

Steun Op Maat, iets voor jou?

Denk je dat vrijwilligerswerk bij Steun Op Maat iets voor jou is, neem dan contact op voor een kennismakingsgesprek waar je meer details krijgt over de werking van Steun op Maat. We zoeken mee met jou naar de meest gepaste manier om je kwaliteiten als vrijwilliger in te zetten binnen onze werking.

Als vrijwillig(st)er word je begeleid door Steun Op Maat, en kan je zowel in groep als individueel met al je zorgen en twijfels bij de projectcoördinator terecht.

Interesse?

Heb je interesse in ons project en wil je er meer over weten?

Ben je niet zeker of je aan dit profiel beantwoordt, maar ben je wel enthousiast om als vrijwilliger te werken?

Neem contact op met '**Steun Op Maat**', misschien hebben wij wel vrijwilligerswerk '**Op Jouw Maat**'.

Contactgegevens

De Lage Drempel vzw
Onze-Lieve-Vrouwestraat 43
2800 Mechelen
015/34.43.77
www.delagedrempel.be
caninas.steungezinnen@gmail.com

In samenwerking met:



Zie jij het zitten om een kwetsbaar gezin te ondersteunen?

Wil jij ouders een handje helpen bij de zorg voor hun kinderen?

STEUN OP MAAT



*Begeleiding van kwetsbare gezinnen
Groepsbijeenkomsten met kinderen
Leren van en steunen aan elkaar*

... zoekt vrijwilligers

***Steun gezinnen:**
de **SOM** is meer ...
dan het geheel van de delen.*