Activiteiten: je verdient alle hulp en steun

- Goed-gevoel coach voor de groep. Iedereen kiest zijn/haar eigen werkpunt waarmee hij/zij aan de slag gaat onder begeleiding van de groep en de coach. peter of meter aanduiden
- Artikel in het krantje over hulp vragen: tips, aanraders,…
- Maandelijkse infovergadering: alle rechten en plichten doorgeven en bespreken
- Hulp vragen, hoe moet dat!? Een cursus volgen (vb. basiseducatie, vormingsplus) of organiseren met de groep rond hulp durven vragen, een hulpdienst telefoneren, je voorbereiden op een gesprek met een hulpverlener,…
- Een cursus 'hulp zoeken op internet'. Iemand uitnodigen of zelf de groep begeleiden om de hulpverleningsinstanties in je buurt op te zoeken op
- Bezoek aan de opvoedingswinkel in je buurt.
- Samen een 'sociale kaart' maken en zo de hulp in jouw buurt overzichtelijker maken. Geef dit weer in twee kolommen, namelijk het probleem en de bijpassende hulp. Hiervan kan een boekje worden gemaakt voor iedereen of dit kan uitgehangen worden in de groep.
- Iemand uit de hulpverlening uitnodigen in je groep.
- Samen een studie maken over bijvoorbeeld budgetbegeleiding, schuldbeheer en schuldbemiddeling of een andere hulpverleningsdienst die voor de groep belangrijk is. Wat zijn de voordelen en de nadelen? En eventueel een hulpverlener uitnodigen die daarmee bezig is voor een gesprek daarover (waarbij je ook je twijfels voorlegt).
- Tip: de groep kan zich verdelen in kleine subgroepjes. Elk subgroepje kan als reporter een andere organisatie gaan bezoeken. Ze kunnen folders meenemen, een interview doen met iemand daar, iemand uitnodigen om iets te komen vertellen,…en dat later delen met de volledige groep.
- In je eigen werking een gespreksgroep starten voor mensen die mekaar meer willen steunen (bv. moedergroep, groep gescheiden mensen, basisgroep,…)
- Een verbroedering aangaan met een andere groep zoals jullie om mekaar als groep te steunen (bv. twee keer per jaar bij elkaar op bezoek gaan, een sportwedstrijd organiseren waarbij je vriendschappelijk tegen mekaar uitkomt, een gezamenlijke activiteit).
- Zelf wenskaarten maken met de groep (vb. 'veel beterschap', 'ik duim', 'bravo', proficiat', 'ik voel met je mee',…). Deze kunnen vanuit de groep worden opgestuurd naar leden die pech hebben of die iets moois meemaken in hun privé-leven.
- Een buddysysteem opstarten in de groep om elkaar te steunen op moeilijke momenten en elkaar te begeleiden bij het zoeken naar hulp.

© VIGeZ vzw i.s.m. CEDES vzw

- Overeenkomst met de huisartsen in de buurt maken over bijvoorbeeld de derde-betalersregeling of het maken van voldoende tijd om te luisteren naar het verhaal van de cliënt.
- Spelletjes met de groep om elkaar te leren vertrouwen.
- Buurtfeest organiseren om kennis te maken met je buren (www.feestinhetgebouw.be).
- Een cursus 'hulp zoeken op internet'. Iemand uitnodigen of zelf de groep begeleiden om de hulpverleningsinstanties in je buurt op te zoeken op internet.
- Bezoek aan de opvoedingswinkel in je buurt.
- …

© VIGeZ vzw i.s.m. CEDES vzw