



Vrijwilligersbeleid @ease

De @ease-community bestaat uit een snelgroeiende groep van enthousiaste mensen die graag iets willen betekenen voor jongeren die zich (tijdelijk) mentaal niet zo goed voelen of andere vragen hebben. Een klein deel van deze mensen is als betaalde kracht verbonden aan de @ease organisatie. Het grootste deel van onze werkzaamheden wordt echter verzet door vrijwilligers. Dat vraagt om vele handen die zonder directe financiële tegenprestatie gemotiveerd zijn om deze werkzaamheden te verrichten, betrokken zijn bij het reilen en zeilen van de organisatie, flexibel inzetbaar zijn, mee willen denken over het uitdragen van de visie van @ease en zich daar ook hard voor willen maken.

Zonder vrijwilligers is er geen @ease. We vinden het dan ook essentieel om goed voor 'onze mensen' te zorgen. In dit document lees je hoe we het vrijwilligersbeleid vormgeven.

Wie kan vrijwilliger worden bij @ease?

In principe kan iedereen vrijwilliger worden bij @ease; de invulling van de werkzaamheden is afhankelijk van leeftijd en persoonlijke achtergrond. We zijn er vóór en dóór jongeren; de inzet van jonge mensen staat bij @ease dan ook altijd centraal. Zo vragen we jongeren om actief mee te denken over ons aanbod, onze promotie en het daadwerkelijk runnen van een @ease locatie.

Een essentieel onderdeel van onze werkwijze is het bieden van een luisterend oor door leeftijdsgenoten (peer-support). In de verschillende vrijwilligersteams werken zij direct samen met professionals van lokale zorg- en welzijnsorganisaties.

Leeftijdscategorie	Wat kun je doen bij @ease	Belangrijk
tot 18 jaar	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Je kunt meedenken met @ease via onze lokale of landelijke jongerenraad. ✓ Je kunt een (meeloop)stage doen bij @ease en meer leren over wat we doen voor jongeren. ✓ Je kunt meedenken én meedoen met promotionele activiteiten om te zorgen dat meer jongeren horen over @ease. 	<ul style="list-style-type: none"> ✎ Je voert (nog) geen @ease gesprekken in onze spreekkamers of via chat. ✎ Je hebt een vast aanspreekpunt bij de @ease-vestiging.
van 18 - 30 jaar	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Je kunt @ease gesprekken voeren op locatie en via chat met jongeren die een luisterend oor zoeken. ✓ Je kunt stage lopen bij @ease in het kader van je opleiding zowel onderzoeksstage als praktijkstages vanuit het MBO/HBO en praktijkonderwijs zijn mogelijk. ✓ Je kunt meedenken met @ease via onze lokale of landelijke jongerenraad. ✓ Je kunt meedenken én meedoen met promotionele activiteiten om te zorgen dat meer jongeren horen over @ease. ✓ Je kunt meedoen met media-activiteiten. ✓ Afhankelijk van je achtergrond kun je ter ondersteuning van de locatiemanager betrokken zijn. 	<ul style="list-style-type: none"> ✎ Je rondt de tweedaagse @ease training af, voordat je start. ✎ Je voert @ease-gesprekken samen met 1 andere vrijwilliger. ✎ Je krijgt begeleiding van een aanwezige professional op locatie bij je evt. stage en bij evt. media-activiteiten. ✎ Je kunt een VOG overleggen. ✎ Je hebt voldoende afstand tot evt. eigen problematiek. ✎ Je empathisch vermogen is goed en je staat open voor ontwikkeling.
boven 30 jaar	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Je kunt @ease gesprekken voeren op locatie en via chat met jongeren die een luisterend oor zoeken. ✓ Afhankelijk van je achtergrond kun je als (zorg)professional of ter ondersteuning van de locatiemanager betrokken zijn. ✓ Je kunt meedenken én meedoen met promotionele activiteiten om te zorgen dat meer jongeren horen over @ease. ✓ Je kunt meedoen met media-activiteiten. 	<ul style="list-style-type: none"> ✎ Indien je ouder bent dan 30 jaar overleggen we samen in hoeverre het voor jou passend is om @ease gesprekken te voeren. Onze bezoekers rekenen namelijk op een leeftijdsgenoot. ✎ Je voert @ease-gesprekken samen met 1 andere vrijwilliger en krijgt begeleiding van een professional op locatie. ✎ Vrijwillige professionals zijn welkom afhankelijk van hun beroepsachtergrond. Het omarmen van de @ease werkwijze is een belangrijke voorwaarde. In de training wordt daar uitgebreid aandacht aan besteed ✎ Je kunt een VOG overleggen. ✎ Je hebt voldoende afstand tot evt. eigen problematiek. ✎ Je empathisch vermogen is goed. ✎ Je rondt de tweedaagse @ease training af, voordat je start.

Welke stappen doorloopt een vrijwilliger bij @ease?

Contactfase	Wat gebeurt er?
Vrijwilliger is nog niet bekend met @ease	<p>Nieuwe vrijwilligers zijn altijd welkom voor de bestaande en nieuw te openen inlooplocaties. We werven nieuwe vrijwilligers via:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Huidige vrijwilligers, professionals en andere betrokkenen; ✓ Landelijke en lokale social media; ✓ Vacature-tekst op www.ease.nl; ✓ Informatiebijeenkomsten bij lokale netwerkpartners (scholen, zorginstellingen, gemeenten, etc.); ✓ Pr-materialen zoals posters, flyers en advertenties.
Vrijwilliger toont interesse	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Vrijwilliger stuurt een mail naar de betreffende @ease-vestiging; ✓ Vrijwilliger loopt spontaan binnen bij de betreffende @ease-vestiging; ✓ De locatiemanager van de betreffende @ease-vestiging nodigt vrijwilliger uit voor een <i>kennismakingsgesprek</i>.
Vrijwilliger komt voor kennismakingsgesprek	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Kennismakingsgesprek vindt plaats met (assistent) locatiemanager en 1 andere vrijwilliger en/of professional. In het gesprek wordt een uitleg gegeven over de verschillende vrijwilligerstaken die nodig zijn bij @ease en worden vragen van de vrijwilliger beantwoord. Ook wordt de motivatie, geschiktheid en beschikbaarheid van de vrijwilliger bevestigd. Tenslotte is er aandacht voor eventuele ervaringsdeskundigheid en in hoeverre iemand voldoende afstand heeft van de eigen problematiek. ✓ Bij twijfel volgt er nog een extra gesprek in aanwezigheid van een @ease professional. ✓ Bij interesse krijgt de vrijwilliger te horen welke vrijwilligerstaken beschikbaar zijn en wanneer hij/zij kan deelnemen aan de eerstvolgende vrijwilligerstraining.
Vrijwilliger komt voor extra gesprek	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Professional toetst specifiek of het vrijwilligerswerk bij @ease te belastend kan zijn, dan wel of vrijwilliger voldoende afstand heeft van eigen problematiek. Uitkomst kan zijn dat iemand geschikt is voor het voeren van gesprekken of nu (nog) niet geschikt is voor het voeren van gesprekken. In dat laatste geval kan iemand soms wel andere werkzaamheden uitvoeren bij @ease.
Vrijwilliger volgt @ease training	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Vrijwilliger volgt de tweedaagse @ease-training. ✓ Vrijwilliger ontvangt vrijwilligersmap met achtergrondinformatie en documenten om te ondertekenen.
Vrijwilliger gaat starten	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Vrijwilliger overhandigt getekend vrijwilligerscontract en aanverwante stukken uit de vrijwilligersmap en een VOG. ✓ Vrijwilliger wordt toegevoegd aan lokale appgroepen. ✓ Vrijwilliger roostert zichzelf in voor diensten. ✓ Vrijwilliger wordt uitgenodigd voor sociale activiteiten.
Vrijwilliger zit in proefperiode	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Gedurende 4 maanden is er sprake van een proefperiode. De vrijwilliger werkt samen met ervaren andere vrijwilligers. Na afloop van de proefperiode evalueert de vrijwilliger met een professional hoe het gaat. ✓ De trainers geven de locatie manager eventuele aandachtspunten mee waar oog en aandacht voor moet zijn
Vrijwilliger werkt bij @ease	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Vrijwilliger neemt deel aan boostertrainingen en intervisies.
Vrijwilliger vertrekt bij @ease	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Met vrijwilligers die vertrekken bespreken we learnings en ontwikkelpunten voor zowel de vrijwilliger als @ease. ✓ We bedanken vrijwilligers voor hun inzet. Wanneer iemand stage heeft gelopen bij @ease geven we een kleine attentie als bedankje. ✓ Indien gewenst zorgen we voor een getuigschrift of LinkedIn-aanbeveling.

Verwachtingen over en weer

We vinden het heel belangrijk dat een vrijwilliger zich welkom voelt en het werk leuk, zinvol en uitdagend vindt. Uiteraard wil @ease ook dat de vrijwilligers geschikt zijn voor hun taak, deskundig en vaardig zijn en dit verder willen ontwikkelen. Daarom hechten we veel belang aan training en begeleiding, zodat vrijwilligers kunnen groeien en leren van de verschillende werkzaamheden.

Wanneer iemand ervoor kiest om vrijwilliger te worden is dat een eigen keuze. Vrijwilligerswerk is echter niet vrijblijvend. Zo verwachten we dat:

- ✓ vrijwilligers minstens twee namiddagen per maand inzetbaar zijn, meer mag natuurlijk altijd;
- ✓ eventuele eigen psychische problematiek niet belemmerend is bij het voeren van gesprekken met de jongeren en eigen ervaringen eventueel helpend kunnen inzetten;
- ✓ vrijwilligers de doelstelling, werkwijze en visie van @ease respecteren en ondersteunen;
- ✓ vrijwilligers bereid zijn om met anderen samen te werken;
- ✓ vrijwilligers hun afspraken nakomen;
- ✓ en zeer discreet omgaan met vertrouwelijke informatie.

En natuurlijk hebben we ook wat te bieden, namelijk:

- ✓ waardering voor de werkzaamheden die uitgevoerd worden;
- ✓ een prettige werksfeer met een netwerk aan mede-vrijwilligers en diverse professionals;
- ✓ werkzaamheden die aansluiten bij eigen kwaliteiten, mogelijkheden en keuzes;
- ✓ training en intervisie;
- ✓ het opdoen van werkervaring en diverse vaardigheden.
- ✓ Betekenis vol zijn voor de ander

Training & Begeleiding

Voordat iemand officieel als vrijwilliger start, volgt diegene de tweedaagse @ease training. Daarin leert iemand alles over de @ease methodiek, wordt er uitgebreid geoefend met gesprekssituaties en maakt iemand kennis met andere vrijwilligers en professionals. Daarna lopen vrijwilligers een periode mee. Na 4 maanden evalueren we met elkaar. Eventuele aandachtspunten die de trainer heeft meegegeven worden meegenomen in de evaluatie.

Vrijwilligers worden begeleid door een divers team van ervaren (zorg en welzijn) professionals waarvan er altijd tenminste één aanwezig is op de locatie. Deze professional zorgt niet alleen voor de tussentijdse - en nabespreking van gesprekken met de jongeren; bij deze persoon kan men ook terecht voor vragen en tips over de werkzaamheden. Regelmatig organiseren we een intervisie onder begeleiding van een professional, zodat we met alle vrijwilligers samen kunnen praten over de werkzaamheden. Tenslotte organiseren we diverse boostertrainingen over specifieke relevante onderwerpen (denk aan: praten over suicide, loverboy-problematiek, eetproblematiek, vluchtelingenproblematiek, etc.).

Veiligheid

- ✓ Samen in gesprek
Een gesprek met bezoekers wordt nooit alleen gevoerd, maar altijd samen met een andere vrijwilliger. Bij iedere @ease locatie is daarnaast een ervaren (zorg en welzijn) professional aanwezig die de gesprekken tussentijds en achteraf evalueert. Deze professional kan indien nodig ook overleggen met de achterwacht psychiater. Dat vinden we belangrijk om iedereen goed te kunnen begeleiden en daarnaast willen we zorgvuldig omgaan met eventuele acute problemen bij jongeren.
- ✓ Veilige community
Als vrijwilliger komt men terecht in een veilige community waar iedereen welkom is ongeacht achtergrond én waar ook ruimte is om zelf te praten over gevoelens. Er is een sfeer van onderling respect en vertrouwen. Vrijwilligers kunnen deelnemen aan sociale activiteiten, maar dat hoeft niet.
- ✓ Vertrouwelijke informatie
Vrijwilligers zullen te maken krijgen met mensen die voor het eerst over hun problemen durven te praten. Het kan ontzettend moeilijk zijn om iemand in vertrouwen te nemen. Het spreekt voor zich dat informatie niet naar buiten gebracht mag worden. Wel mogen vrijwilligers situaties en ervaringen bespreken met een mede-vrijwilliger of de professionals op locatie.
- ✓ Nazorg
Wanneer er sprake was van een intens, ingewikkeld of zwaar gesprek dan zal de professional van de @ease-locatie 's avonds en/of de dag erna checken hoe de vrijwilliger zich voelt en waar nodig steun bieden.
- ✓ Persoonsgegevens
Vrijwilligers tekenen ervoor dat @ease hun persoonsgegevens mag verwerken in een administratiesysteem voor vrijwilligers. We behandelen deze gegevens vertrouwelijk en met inachtneming van de wet- en regelgeving op het gebied van privacy. Wanneer vrijwilligers stoppen bij @ease worden deze persoonsgegevens binnen 24 maanden vernietigd.
- ✓ Vertrouwenspersoon & Meldpunt
Alle vrijwilligers worden geïnformeerd over vertrouwenspersonen en het Meldpunt voor ongewenste situaties op de werkvloer bij @ease. Zie ook het Integriteitsbeleid op www.ease.nl.

Hoe borgen we de afspraken met vrijwilligers?

Alle vrijwilligers van @ease ontvangen een vrijwilligersmap met alle relevante informatie. Ook tekenen ze een vrijwilligerscontract en enkele documenten waarmee ze instemmen met de @ease waarden, de huisregels inclusief vertrouwelijkheidsafspraken en de gedragscode. Tenslotte dienen alle vrijwilligers een VOG te kunnen overleggen.

Onkostenvergoeding

De werkzaamheden als vrijwilliger zijn onbetaald. Reis- en onkosten worden wel vergoed.

Vrijwilligersvergoeding

In specifieke gevallen, bijvoorbeeld wanneer een vrijwilliger aantoonbaar extra activiteiten verricht op het vlak van PR of het organiseren van bepaalde events, zou het toekennen van een vrijwilligersvergoeding mogelijk kunnen zijn. Hiervoor ontwikkelen we richtlijnen die op termijn voor alle locaties van toepassing zijn.