

Vrijwilligersvacature Voel je goed!

Wil jij volwassenen helpen gezonder te worden? Word dan taalvrijwilliger bij onze cursus Voel je goed! Je krijgt gratis een training vanuit de bibliotheek. Daarna ben je in staat om een groepje deelnemers te begeleiden bij het beter leren begrijpen en toepassen van informatie over gezondheid.

Wat is Voel je goed!?

Voel je goed! is een aanpak waarmee volwassenen hun gezondheid kunnen verbeteren. Het gaat om mensen die willen werken aan een gezonder gewicht en moeite hebben met taal en daardoor met het verwerken van gezondheidsinformatie. Voel je goed!-deelnemers ontvangen eet- en beweegadviezen van een diëtist. Daarnaast volgen ze in kleine groepjes (4-6 personen) taalgerichte praktijklessen van een vrijwilliger om informatie over gezonder eten en meer bewegen beter te leren begrijpen en toepassen.

Wat staat je als taalvrijwilliger te wachten?

- Je krijgt een training van 4 dagdelen.
- Je begeleidt een groep van 4-6 volwassenen bij 20 wekelijkse bijeenkomsten.
- Tijdens de Voel je goed!-cursus werk je met professioneel ontwikkeld lesmateriaal over gezonde voeding, koken, bewegen en andere zaken die met gezond leven te maken hebben. Je groep deelnemers wisselt ervaringen en tips uit vult een eetdagboek in, maakt een beweegplan, schrijft vragen op voor de diëtist en nog veel meer. Het is jouw taak om deelnemers hierbij te begeleiden en te helpen hun gezondheidsvaardigheden te verbeteren.



Geïnteresseerd?

Lijkt het je leuk? Neem vóór 18 april 2022 contact op met Birgit Wienert, domeinspecialist Basisvaardigheden van Bibliotheek Drachten. E-mail: bwienert@bibliotheekdrachten.nl / telefoon: 0512 512680.