

Programma AGORA-Congres

“Vrijwillig en dus uit Eigen Beweging”

09.30 - 10.00 uur	Ontvangst met koffie en thee
10.00 - 10.05 uur	Welkom door voorzitter Annemieke Biemond
10.05 - 12.05 uur	Aftrap en start plenair ochtendprogramma ‘Vrijwillig en dus uit Eigen Beweging’

Het ochtendprogramma is een zogenaamd 'Open Space' programma. Een beproefd concept waaraan alle deelnemers tegelijk meedoen. De deelnemers bepalen zelf het programma door tijdens sessierondes aan te schuiven bij hun voorkeursdiscussie. De onderwerpen van de discussies worden door de deelnemers zelf bepaald. Alles uit 'Eigen Beweging'.

12.05 - 12.15 uur	Presentatie workshops middagprogramma
-------------------	---------------------------------------

12.15 - 13.15 uur



Lunch en presentatie van de vanuit het project Vrijwillig Dichtbij opgehaalde goede voorbeelden:

- Dromen van het behoud van de regie op je leven, ook als je in een zorginstelling belandt... - Rianne Burgers - Atlant Wonen, Zorg en Welzijn
- Laat je grijpen door het Klup-virus – Wilma Hartman - De Klup
- Met VIP-aanpak van vrijwilligers heeft ZorgAccent goud in handen – Dianne de Graaf – ZorgAccent
- Jong geleerd, oud gedaan – hoe zorg je voor een win-win situatie? – Anja Betten – Zorggroep Lianté
- Vrijwilliger levert positieve bijdrage aan het (onvrijwillig) ‘patiënt zijn’ – Agnes Meerman - Martini Ziekenhuis
- Coördinatoren vrijwilligerswerk verdienen AGORA! – Gepke Keizer-Reiffers – AGORA
- Samenwerken met formele zorg - Karin Kreuger – NPV

13.15 - 16.30 uur



Workshops: je kunt je eigen middag programma samenstellen door een keuze te maken uit verschillende workshops. Alles is natuurlijk 'Vrijwillig' ;-)
Een greep uit de workshops:

- Er is een workshop die de nieuwe Zorgagenda voor een Gezonde Samenleving behandelt.
- Je kunt meedoen aan een yoga workshop, hoe je jezelf gemakkelijk kunt ontspannen.
- Er is een 'Dating'- muur, waar vraag en aanbod kan worden opgehangen en besproken en mensen elkaar met overeenkomstige hulpvragen/oplossingen kunnen ontmoeten.

- Er is een mogelijkheid om meer inzicht in jouw 'eigen beweging' te krijgen, door op een praktische mindfulness manier te leren met beweging en ademhaling vanuit stress en angst naar vertrouwen te gaan.
- “Ren je Rot” brengt deelnemers met elkaar in gesprek door ze in een spel antwoorden op stellingen te laten kiezen. Het gaat over de samenwerking tussen vrijwilligers en zorgmedewerkers.
- “Stenen drijven niet” is een kort één op één gesprekje naar aanleiding van een door jou intuïtief gekozen steen. Elke steen heeft z'n eigen betekenis en kan je inzicht geven.
- Ook is er een mogelijkheid om eindelijk op een hele gemakkelijke, veilige en ontspannen manier van je podiumvrees verlost te worden en (nog) zichtbaarder te zijn!
- Omdat je een lintje verdient kun je deze op de dag zelf maken, e.e.a. gebaseerd op een inspirerende gedachte.
- Er is een workshop waar je wordt meegenomen en ideeën kunt opdoen om op een andere manier te kijken naar de samenwerking tussen de formele en informele zorg.

16.30 - 17.00 uur

Plenaire terugkoppeling opgehaalde resultaten en afsluiting



WANNEER

donderdag 15 november van 10.00 tot 17.00 uur

WAAR

Kanaal30 (Kanaalweg 30 in Utrecht / www.kanaal30.com)

KOSTEN

€95,- voor AGORA-leden en €125,- voor niet-leden (inclusief lunch en gratis parkeren)

AANMELDEN

voor 1 november [via de website van AGORA-Beroepsvereniging \(klik hier\)](#)

Achter het pand van Kanaal30 is volop gratis parkeermogelijkheid! De locatie is te bereiken met het openbaar vervoer.

Voor meer informatie over het congres, mail naar info@agora-beroepsvereniging.nl.

Meer weten over Vrijwillig Dichtbij? [Bekijk HIER de animatie.](#)