

1

Accolage

Een burenhulpnetwerk: buren helpen elkaar en organiseren samen activiteiten.

Contact

👤 Sarah Callens

☎ 0456 20 83 62

✉ sarah.callens@accolage.be

🌐 www.accolage.be

Doelgroep

Ouderen

Kan je Nederlands oefenen?

JA! De vrijwilliger kan iemand helpen die zelf goed Nederlands kan. Je bent ook welkom als je geen Nederlands spreekt. We spreken ook veel Frans, Engels, Arabisch...

Plaats

In 7 Brusselse gemeenten:

Brussel stad, Noordwijk, Marollen, Elsene, Ganshoren, Molenbeek (buurt Karreveld en Weststation), Jette, Laken en Neder-Over-Heembeek.

Ons kantoor:

Lakensestraat 76 bus 3 • 1000 Brussel

Taken

- Op bezoek gaan bij een oudere voor een babbel, samen een koffie of thee drinken, iemand opbellen...
- Samen schilderen, lezen, knutselen, zingen, naar theater of optredens gaan...
- Klusjes doen bij de oudere: bijvoorbeeld een lamp vervangen, het gras maaien, boodschappen doen...
- Mee gaan naar een doktersbezoek of andere afspraak.
- Een oudere helpen met brieven of papieren, helpen om een smartphone of computer te gebruiken...
- Helpen tijdens de collectieve momenten: verwelkomen, koffiezetten, babbelen...

Mijn afspraak:



.....

.....

.....

.....

.....

.....

2

Brussels Ouderenplatform (BOp)

Een open huis voor Brusselse ouderen. Ouderen kunnen er deelnemen aan activiteiten, vragen stellen, hun talenten delen en hun stem laten horen in het beleid.

Contact

👤 Marleen Taes
☎ 02 210 04 60
✉ info@bop.brussels
🌐 www.bop.brussels

Doelgroep

Ouderen

Kan je Nederlands oefenen?

JA! De collega's en ouderen spreken bijna allemaal Nederlands. Je bent ook welkom als je geen Nederlands spreekt.

Mijn afspraak :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Plaats 📍

Zaterdagplein 6 • 1000 Brussel

Taken

- Helpen bij het organiseren of begeleiden van activiteiten.
- Logistieke en/of technische ondersteuning bieden zoals de zaal klaarzetten, beamer opstarten...
- Helpen met de administratie: bijvoorbeeld aanwezigheidslijsten bijhouden, meehelpen met verzendingen...
- Zorgen voor een warm onthaal aan de balie, telefoons beantwoorden, vragen van bezoekers beantwoorden...
- Mee denken over de werking van de organisatie.
- Mensen helpen met vragen over hun computer of smartphone.



3

CAD De Boei

Een centrum dat mensen met een mentale beperking helpt om zo zelfstandig mogelijk te wonen.

Contact

- 👤 Kris Leunen
- ☎ 0470 058 207
- ✉ kris.leunen@vzwcad.be
- 🌐 www.vzwcad.be

Doelgroep

Personen met een licht verstandelijke beperking, autisme, niet aangeboren hersenletsel.

Kan je Nederlands oefenen?

JA! De meeste cliënten zijn Nederlandstalig. Je bent ook welkom als je geen Nederlands spreekt.

Plaats

Op verschillende plaatsen in Brussel: Anderlecht, Laken, Molenbeek...

Ons kantoor:

Naaldstraat 23 • 1070 Anderlecht

Taken

- Samen met één persoon een leuke activiteit kiezen en doen: bijvoorbeeld wandeling, cinema, concert bezoeken...
- Jouw eigen talent inzetten: bijvoorbeeld Qi Qong, tennis, bowling...
- Helpen bij groepsactiviteiten in ons ontmoetingscentrum: bijvoorbeeld werken in de tuin, fietstochten, koken.

Mijn afspraak:



.....

.....

.....

.....

.....

.....

4

Chez nous/ Bij ons

Een onthaalcentrum voor mensen in een kwetsbare situatie.

Contact

👤 Nadia Gangji

☎ 0478 664 732

✉ nadia@cheznousbijons.be

🌐 www.cheznousbijons.be

Doelgroep

Iedereen in Brussel, maar vooral mensen in een kwetsbare situatie.

Kan je Nederlands oefenen?

JA! Je kan Nederlands spreken met medewerkers en vrijwilligers.

Plaats

Kartuizersstraat 60 • 1000 Brussel

Taken

- Helpen bij het onthaal.
- Helpen met koken.
- Eten opdienen.
- Meehelpen met activiteiten en workshops: bijvoorbeeld mensen motiveren om mee te doen, mensen begeleiden naar de activiteit.
- Materiaal klaarzetten voor een activiteit, voedselpakketten klaarmaken, de zaal vegen, tafels afruimen en schoonmaken...
- Mee nadenken over de organisatie tijdens groepsvergaderingen.
- Bellen naar organisaties, mensen doorverwijzen naar hulp.
- Actievoeren: bijvoorbeeld mee gaan betogen tegen de bestrijding van armoede.

Extra info

Heb je nog een ander talent dat je graag wil inzetten bij ons? Laat het ons weten!

Mijn afspraak:



.....

.....

.....

.....

.....

.....

5

Child Focus

Een organisatie die zich inzet om vermiste kinderen terug te vinden en seksuele uitbuiting van kinderen tegen te gaan.

Contact

👤 Melody Navez

☎ 0800 95 595

✉ network@childfocus.org

🌐 www.childfocus.be

Doelgroep

Kinderen, jongeren en ouders

Kan je Nederlands oefenen?

JA! Je kan Nederlands oefenen met de mensen van de winkels, cafés en restaurants waar je de affiches ophangt. Hiervoor heb je wel een basiskennis Nederlands nodig (niveau 2.1). Voor de andere vrijwilligerstaken (uitleg op evenementen en scholen...) is een goede kennis van het Nederlands noodzakelijk.

Plaats

Op verschillende plaatsen in Brussel.

Ons kantoor:

Houba De Strooperlaan 292 • 1020 Laken

Taken

- Affiches van vermiste kinderen ophangen in winkels of andere plaatsen in je buurt. Je geeft uitleg aan de plaatsen waar je de verdwijningsaffiches ophangt.
- Helpen om vermiste kinderen terug te vinden.
- Uitleg geven over Child Focus op evenementen.
- Een spel begeleiden op de lagere school: de kinderen uitleg geven over verschillende thema's zoals weglopen, online veiligheid, vertrouwenspersoon...
- Mensen onthalen op het bureau van Child Focus.
- Sleutelhangers maken.

Mijn afspraak:



.....

.....

.....

.....

.....

.....

6

De Overmolen Kompanie@home

Een gezelschapsdienst en nachtdienst voor ouderen die thuis wonen.

Contact

👤 Iris Maas

☎ 0489 45 80 12

✉ iris.maas@deovermolen.be

🌐 www.deovermolen.be

Doelgroep

Ouderen die eenzaam zijn en/of hulp nodig hebben. Het doelpubliek is heel divers.

Kan je Nederlands oefenen?

JA! De medewerkers spreken Nederlands met jou en je mag mee naar conversatietafels. Je bent ook welkom als je geen Nederlands spreekt, maar je moet dan wel een basiskennis Frans of Engels hebben. Alle andere talen zijn een pluspunt!

Mijn afspraak:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Plaats

Bij ouderen thuis op verschillende plaatsen in Brussel.

Ons kantoor:

Cellebroersstraat 16 • 1000 Brussel

Taken

- Op bezoek gaan bij de oudere, samen praten, luisteren, samen een wandeling maken in de buurt, samen boodschappen doen.
- De oudere helpen wanneer hij in of uit het bed komt, rolstoel duwen, de oudere helpen om naar het toilet te gaan, helpen bij de maaltijd (eten opwarmen, helpen toedienen), aanwezig zijn 's avonds of 's nachts.
- De oudere begeleiden naar activiteiten zoals theater, sport of doktersbezoek.

Extra info

De uren zijn zeer flexibel: ook in de avond en in het weekend. We kijken samen wat jij graag wil doen en wat de oudere nodig heeft.



7

DoucheFLUX

Een dagcentrum dat levensnoodzakelijke diensten biedt, activiteiten organiseert en actie onderneemt voor mensen in armoede.

Contact

👤 Zora Hlavcova

☎ 0470 02 41 75

✉ zora.hlavcova@doucheflux.be

🌐 www.doucheflux.be

Doelgroep

Mensen in armoede, met of zonder dak boven het hoofd, met of zonder papieren, van hier of van elders.

Kan je Nederlands oefenen?

We hebben enkele Nederlandstalige collega's, maar spreken vooral Frans. Onze cliënten spreken vele andere talen.

Plaats

Veeartsenstraat 84 • 1070 Anderlecht (in de buurt van het Zuidstation)

Taken

- Daklozen op straat ontmoeten en zorgen voor koffie, kleding...
- Mensen verwelkomen in ons centrum: zorgen voor kleding, zeep, shampoo en slippers.
- De douches schoonmaken en de wasmachines opstarten.
- Meehelpen bij activiteiten in ons centrum: bijvoorbeeld Zumba, radio of tijdschrift.
- Een activiteit bedenken en begeleiden, voorbeeld tekenen of klimmen.
- Haar verzorgen, stijlen en knippen.
- Fysiotherapie geven.
- Eenvoudige administratieve taken zoals informatie ingeven in Excel.
- Grafische vormgeving voor het 'Syndicat des Immenses': bijvoorbeeld banners ontwerpen, korte video's en posts maken voor op sociale media.

Mijn afspraak:



.....

.....

.....

.....

.....

.....

8

Enchanté

Enchanté organiseert verschillende initiatieven zoals **Hartelijke Plekken**: een netwerk van handelaars die hun deuren openzetten voor iedereen en bezoekers uitnodigen om iemand met wat minder te trakteren. Het initiatief **Brooddoosnodig** zorgt voor voedzame maaltijden op scholen.

Contact

👤 Miguel Demeyer
☎ 0472 310 210
✉ miguel@enchantevzw.be
🌐 www.enchantevzw.be

Doelgroep

Iedereen

Kan je Nederlands oefenen?

JA! Alle collega's en de meeste vrijwilligers spreken Nederlands. Je kan Nederlands oefenen tijdens activiteiten, overlegmomenten... Je bent ook welkom als je geen Nederlands spreekt.

Mijn afspraak:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Plaats

Hartelijke Plekken: Op verschillende plaatsen in Brussel bij handelaars uit het netwerk of op evenementen.

Brooddoosnodig: In Brusselse scholen.

Ons kantoor:

Vlasgaardstraat 52 • 9000 Gent

Taken

- Meehelpen op evenementen: het infostandje bemannen, uitleg geven over Enchanté of Hartelijke Plekken...
- Meehelpen met praktische taken: pakketten samenstellen, flyers uitdelen, affiches ophangen, materiaal verdelen...
- Ervaringen of info over Hartelijke Plekken delen met andere burgers (buurtbewoners, sociale partners, kwetsbare groep...).
- Mensen meenemen naar Hartelijke Plekken.
- Helpen bij het klaarmaken van gezonde maaltijden voor kinderen op scholen: bijvoorbeeld fruit snijden, soep maken, boodschappen doen...



9

Globe Aroma

Globe Aroma is een artistieke werk- en ontmoetingsplaats die ruimte, tijd en een netwerk biedt aan kunstenaars, co-creators en kunstliefhebbers met een achtergrond als nieuwkomer.

Contact

- ↓ Amina Saâdi 📞 0496 108 657
- ✉ artforall@globearoma.be
- ↓ Fadia Fraide 📞 0488 604 259
- ✉ fadia@globearoma.be
- 🌐 www.globearoma.be

Doelgroep

Kunstenaars, creatievelingen en kunstliefhebbers met een nieuwkomers achtergrond

Kan je Nederlands oefenen?

JA! Vrijwilligers kunnen Nederlands oefenen met de medewerkers en de community die Nederlands spreekt. Vrijwilligers die geen Nederlands spreken zijn welkom!

Mijn afspraak:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Plaats

Moutstraat 26 • 1000 Brussel

Taken

- 1 keer per maand meehelpen bij het ART FOR ALL Salon: eten klaarmaken, de ruimte organiseren, namen noteren van de aanwezigen, uitleg geven over de activiteiten, zorgen voor een goede sfeer...
- Samen met andere vrijwilligers de groep begeleiden naar culturele activiteiten en zorgen voor de goede sfeer.
- Samen met Fadia van Globe Aroma de niet begeleide minderjarigen begeleiden naar culturele activiteiten en zorgen voor de goede sfeer.



10

Hubbie

Een organisatie die mensen met een beperking ondersteunt in wonen, werken en vrije tijd.

Contact

👤 Simon Graind'Orge
☎ 0491 71 92 77
✉ simon.graindorge@hubbie.brussels
🌐 www.hubbie.brussels

Doelgroep

Personen met een beperking.

Kan je Nederlands oefenen?

JA! We spreken Nederlands en Frans.

Plaats

Op onze verschillende locaties in Brussel: Sint-Gillis, Anderlecht, Laken, Brussel

Ons kantoor:

Jean Robiestraat 29 • 1060 Sint-Gillis

Taken

- Huiswerkbegeleiding bij de kinderen van onze cliënten.
- Op bezoek gaan bij een cliënt, babbelen, samen koken, samen winkelen, samen op stap gaan...
- Eén keer per week een groepje cliënten begeleiden van hun huis naar het activiteitencentrum in Sint-Gillis. Eventueel nadien de activiteit mee begeleiden.
- Helpen bij activiteiten in een groep van 3 of 4 personen. Samen zingen, koken, gezelschapsspel spelen, creatieve activiteit...

Mijn afspraak:



.....

.....

.....

.....

.....

.....

11

i-mens

Een dienst die hulp aan huis geeft aan ouderen, zieken en families die hulp nodig hebben.

Contact

- 👤 Koen Michiels
- ☎ 0473 52 19 91
- ✉ koen.michiels@i-mens.be
- 🌐 www.i-mens.be

Doelgroep

Mensen die hulp nodig hebben.

Kan je Nederlands oefenen?

JA! Je kan Nederlands oefenen met de ouderen en zieken waar je langsgaat. Je bent ook welkom als je geen Nederlands spreekt. Er zijn ook cliënten die Frans, Engels of andere talen spreken.

Plaats

Bij de mensen thuis op verschillende plaatsen in Brussel en Vlaanderen. We zoeken iemand in jouw gemeente.

Ons kantoor:

Sint-Jansstraat 30 • 1000 Brussel

Taken

- Gezelschap houden, samen gaan wandelen, gezelschapspelletjes spelen...
- Een maaltijd opwarmen, drank serveren, afwas doen, een kleine boodschap doen, begeleiden naar het toilet.
- Nachtoppas: slapen bij ouderen en zieken.
- Vervoer met de wagen van de oudere of zieke naar het ziekenhuis, de dokter...

Mijn afspraak :



.....

.....

.....

.....

.....

.....

12

Internationaal Comité

Een multiculturele federatie die een 350-tal verenigingen in Vlaanderen en Brussel ondersteunt bij locaties zoeken, subsidiedossiers schrijven, statuten maken, projecten realiseren, netwerk vergroten.

Contact

👤 Karima Laaraj
☎ 0470 01 83 36
✉ karima@icvzw.be
🌐 www.icvzw.be

Doelgroep

Verenigingen van mensen met een migratieachtergrond. Elke verenigingen heeft een eigen, zelfstandige werking en een unieke samenstelling qua nationaliteit, taal, leeftijd, religie, doelen en interesses.

Kan je Nederlands oefenen?

JA! Je komt in contact met Nederlandstalige collega's en partners van het Nederlandstalige netwerk in Brussel. Je bent ook welkom als je geen Nederlands spreekt.

Plaats

De verenigingen zijn actief op verschillende plaatsen in Brussel.

Ons kantoor:

Passerstraat 5 • 1070 Anderlecht

Taken

- Helpen bij evenementen: bijvoorbeeld catering verzorgen, inkopen doen, koffie en thee klaarzetten.
- Helpen met taken van de (lid) verenigingen: bijvoorbeeld foto's trekken bij de verschillen evenementen, foto's op facebook plaatsen, flyer maken...

Mijn afspraak:



13

KWB Fietschool en fietsbieb

KWB fietschool leert mensen fietsen in een veilige omgeving. De fietsbieb voorziet fietsen voor wie nog geen fiets heeft.

Contact

👤 Pol Arnauts
☎ 0479 33 97 77
✉ pol.arnauts@kwb.be
🌐 www.fietsbieb.be

Doelgroep

Iedereen die wil leren fietsen: kinderen vanaf 4 jaar, jongeren en volwassenen.

Kan je Nederlands oefenen?

JA! Door mee te doen! Je bent ook welkom als je geen Nederlands spreekt.

Mijn afspraak:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Plaats

Gemeenschapscentrum Nekkersdal
E. Bockstaellaan 107 • 1020 Laken
Gemeenschapscentrum de Maalbeek
Kloktorenstraat 22 • 1040 Etterbeek
Peterbos Anderlecht – Blok 3
Ons kantoor:
Gustave Schildknechtstraat 28
1020 Laken

Taken

- Mensen warm onthalen: uitleg geven, kinderen en ouders verwelkomen, hapje en drankje geven.
- Mensen helpen bij het kiezen van een fiets, helmen en hesjes uitdelen.
- Mensen leren fietsen.
- Kleine fietstochten organiseren.
- Fietsen herstellen.
- Fietsen ophalen in de buurt.
- Helpen bij de administratie: bijvoorbeeld inschrijvingen ingeven via de laptop, lidgelden innen, vragen die binnenkomen via de website online beantwoorden.
- Helpen om de Fietsbieb meer bekend te maken via sociale media (Facebook), teksten schrijven.



14

Les Gazelles de Bruxelles

Samen joggen met volwassenen om zo mensen te ontmoeten en kansen te creëren.

Contact

- 👤 Nejib Murad
- ☎ 0489 95 04 02
- ✉ nejib.murad@gazelles.org
- 🌐 www.lesgazellesdebruxelles.be

Doelgroep

Een sociale en culturele mix van mensen.

Kan je Nederlands oefenen?

JA! Er zijn medewerkers die Nederlands spreken. De joggers spreken verschillende talen.
Je bent ook welkom als je geen Nederlands spreekt.

Plaats

In een park of sportzaal in Brussel.
Ons kantoor:
Marcqstraat 17 • 1000 Brussel

Taken

- Samen joggen, mensen ontmoeten.
- De trainer helpen bij het begeleiden van de loopgroepen.

Mijn afspraak:



.....

.....

.....

.....

.....

.....

15

Sportswitch

Een tweedehands- en weggeefwinkel met sportkleren.

Contact

- 👤 Fran Verwimp
- ☎ 0489 95 04 02
- ✉ fran.verwimp@gazelles.org
- 🌐 www.sportswitch.be

Doelgroep

Een sociale en culturele mix van mensen.

Kan je Nederlands oefenen?

JA! Er zijn medewerkers die Nederlands spreken. De klanten spreken verschillende talen.

Je bent ook welkom als je geen Nederlands spreekt.

Plaats

Gustave Schildknechtstraat 52
1020 Laken

Taken

- Klanten onthalen en helpen.
- Meehelpen met sorteren, labelen en uitstallen van kledij.
- Naaiatelier voor beginners begeleiden.

Mijn afspraak:



.....

.....

.....

.....

.....

.....

16

Zoniënzorg LDC Waha en LDC 't Koetshuis

Een ontmoetingsplek voor senioren en andere buurtbewoners met een zorgnood of nood aan gezelschap.

Contact

👤 Marieke van Rijn
☎ 0471 79 19 77
✉ marieke@zoniënzorg.be
🌐 www.zoniënzorg.be

Doelgroep

Ouderen en buurtbewoners

Kan je Nederlands oefenen?

JA! De meeste collega's en vrijwilligers spreken Nederlands.

Plaats

LDC 't Koetshuis
Orbanlaan 54 • 1150 Sint-Pieters-Woluwe
LDC Waha
de Wahalaan 15 • 1160 Oudergem

Taken

- Bezoekers onthalen.
- Praten met de bezoekers en luisteren.
- Spelletjes spelen met de bezoekers.
- Helpen bij het opdienen en afruimen van de maaltijd.
- Helpen koken.
- Administratieve taken: bezoekers inschrijven, afrekenen.
- Onze informatiebrochure rondbrengen.
- Activiteiten organiseren: bijvoorbeeld creatieve workshops, een wandeling, een uitstap.

Extra info

Het gebouw is toegankelijk voor mensen in een rolstoel.

Mijn afspraak:



.....

.....

.....

.....

.....

.....

17

Oxfam Brussel

Een winkel met producten uit eerlijke handel. Oxfam organiseert ook acties om mensen bewust te maken van het belang van eerlijke handel.

Contact

👤 Jan Haegeman
☎ 0471 717 037
✉ info@oxfambxl.be
🌐 www.oxfambxl.be

Doelgroep

Iedereen

Kan je Nederlands oefenen?

JA! Je kan Nederlands spreken met collega's, vrijwilligers en klanten. Je bent ook welkom als je geen Nederlands spreekt. We spreken verschillende talen bij Oxfam!

Plaats 📍

Anspachlaan 160 • 1000 Brussel

Taken

- Winkelrekken vullen, de kassa bedienen, klanten helpen.
- Zorgen voor animatie op evenementen.
- Mee campagne voeren.

Mijn afspraak :



.....

.....

.....

.....

.....

.....

18

SONJA Erteejee

Een organisatie die samen met Brusselse jongeren en hun gezin een plan (hulp bij school, huishouden administratie, klusjes...) maakt. Hiervoor gaan ze bij de gezinnen thuis langs.

Contact

- ↓ Levy Hidalgo Martinez
- ☎ 0487 65 33 80
- ✉ contact@sonja-erteejee.be
- 🌐 www.sonja-erteejee.be

Doelgroep

Jongeren en gezinnen met kinderen.

Kan je Nederlands oefenen?

JA! In de gezinnen is er altijd iemand die Nederlands spreekt, meestal zijn dit de kinderen. De vrijwilligerscoach en andere vrijwilligers spreken ook Nederlands. In het team spreken we Nederlands, Frans, Engels, Spaans, Arabisch (Darija), Russisch en Italiaans.

Plaats

Op verschillende plaatsen in Brussel, bij de families thuis.

Ons kantoor:

Lepold II laan 184D
1080 Sint-Jans-Molenbeek

Taken

- Een familie thuis bezoeken om te praten, te luisteren, samen activiteiten te doen.
- Samen met de kinderen spelen.
- Helpen in het huishouden.
- Meegaan naar een dienst: bijvoorbeeld het OCMW.
- Activiteiten organiseren met de kinderen van een familie.
- Kinderen helpen bij het huiswerk

Extra info

Bij een eerste kennismaking gaat de gezinscoach mee, maar nadien ga je alleen naar de families.

Mijn afspraak :

.....

.....

.....

.....

.....

.....



19

Stapsteen

Een organisatie die gezinsondersteuning biedt aan huis en in de buurt.

Contact

- 👤 Miet Vanbeckevoort
- ☎ 0487 950 869
- ✉ info@stapsteen.be
- 🌐 www.stapsteen.be

Doelgroep

Gezinnen in Brussel met minstens 1 kind onder de 6 jaar in een kwetsbare situatie.

Kan je Nederlands oefenen?

JA! De collega's, de stagiairs en een aantal vrijwilligers spreken Nederlands. We hebben een maandelijkse intervisie voor de vrijwilligers waar je Nederlands kan oefenen. Je bent ook welkom als je geen Nederlands spreekt.

Plaats

Op verschillende plaatsen in Brussel, bij de gezinnen thuis.

Ons kantoor:

Chrysantenstraat 33 • 1020 Laken

Taken

- Een gezin thuis bezoeken om te praten, te luisteren, thee of koffie te drinken, samen activiteiten te doen.
- Met het gezin naar een park, speeltuin, bibliotheek of spelothek gaan.
- Meegaan naar een dienst: bijvoorbeeld het OCMW.
- Kinderen helpen bij het huiswerk.

Mijn afspraak :



.....

.....

.....

.....

.....

.....

20

Trefpunt STAN

Een organisatie die mensen met een verstandelijke beperking en hun familie ondersteunt en informeert. De lokale groepen organiseren activiteiten zoals G-sport en creatieve ateliers.

Contact

↓ Christine Stanczyk
☎ 0473 86 59 76
✉ christine.stanczyk@trefpuntstan.be
🌐 www.trefpuntstan.be

Doelgroep

Mensen met een mentale beperking.

Kan je Nederlands oefenen?

JA! Je kan Nederlands spreken met collega's en de doelgroep.

Plaats

Op verschillende plaatsen in Brussel.

Ons kantoor:

Vooruitgangstraat 323
1030 Schaarbeek

Taken

- Samen met een persoon met een mentale beperking leuke dingen doen zoals koken, winkelen, op stap gaan...
- Helpen bij het organiseren van activiteiten: bijvoorbeeld yogalessen, concerten, filmvoorstellingen...

Mijn afspraak:



.....

.....

.....

.....

.....

.....

21

VGC Sportdienst

Een dienst die sportactiviteiten en sportkampen organiseert.

Contact

- 👤 Koen De Keersmaecker
- ☎ 0490 13 84 37
- ✉ koen.dekeersmaecker@vgc.be
- 🌐 www.sportinbrussel.be

Doelgroep

Iedereen die sport wil doen in Brussel: kleuters, kinderen, jongeren, volwassenen, G-sporters en senioren.

Kan je Nederlands oefenen?

JA! We spreken Nederlands tijdens onze activiteiten. Elk gesprek met ouders, lesgevers, andere vrijwilligers en deelnemers is een kans om je Nederlands te oefenen. Je moet een eenvoudig gesprek kunnen voeren in het Nederlands (niveau 2.1).

Plaats

Wij hebben sportactiviteiten en sportclubs in heel Brussel.

Ons kantoor:

Emile Jacqmainlaan 135 • 1000 Brussel

Taken

- Onthaal van de kinderen, hen aanmoedigen tijdens de les, sport en spel.
- Assistentie van lesgevers: kinderen helpen met het uitvoeren van oefeningen, toezien op de veiligheid, klaarzetten materiaal.
- Helpen bij sportevenementen, lessenreeksen of sportkampen.

Extra info

We gaan samen met jou op zoek naar de beste activiteit/locatie/doelgroep voor jouw individuele situatie.

Mijn afspraak :

.....

.....

.....

.....

.....

.....



22

Wiegwijs

Een organisatie die advies en hulp geeft aan ouders en hun kind.

Contact

👤 Lianne Heirman

☎ 0475 80 71 55

✉ Lianne.heirman@wiegwijs.be

✉ educatieven@wiegwijs.be

🌐 www.wiegwijs.be

Doelgroep

Gezinnen en ouders met jonge kinderen tussen 0 en 2,5 jaar.

Kan je Nederlands oefenen?

JA! De dokter en de verpleging zijn Nederlandstalig. De gezinnen die langskomen spreken verschillende talen. Je moet een eenvoudig gesprek kunnen voeren in het Nederlands (niveau 2.1).

Extra info

Minimum 1 keer per maand helpen (3u30).

Mijn afspraak:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Plaats

Op verschillende plaatsen in Brussel:

Elsene, Etterbeek, Evere, Ganshoren, Neder Over Heembeek, Nieuwland, Noordwijk, Oudergem, Sint Agatha Berchem, Sint-Gillis, en Sint-Joost-ten-Node.

Ons kantoor:

Haachtsesteenweg 579 bus 40
1030 Schaarbeek

Taken

- De gezinnen een warm onthaal bieden. Ouders op hun gemak stellen en de weg wijzen naar de dokter en de verpleging.
- Materiaal klaarzetten bij het begin van de consultatie: tafels, verzorgingskussens, weegschaal, meetbak...
- Ouders helpen bij het wegen en meten van hun kind.
- Mee zorgen voor gezelligheid, rust en orde in de wachtzaal.
- Ouders informeren over partnerorganisaties zoals Huis van het Kind.
- Uitleg geven aan ouders over het verloop van een consult.



23

Zonnelied

Een organisatie die mensen met een beperking ondersteunt in wonen, werken en vrije tijd.

Contact

↓ Mélissa Jacquet

☎ 0494 50 69 60

↓ Alana Heuinck

☎ 0491 34 62 07

✉ melissa.jacquet@zonnelied.be

🌐 www.zonneliedvzw.be

Doelgroep

Volwassenen met een mentale beperking.

Kan je Nederlands oefenen?

JA! Je kan Nederlands oefenen met de collega's en door korte en eenvoudige gesprekken te hebben met de bewoners. Een basiskennis Nederlands is noodzakelijk om jezelf voor te stellen (niveau 1.2.).

Plaats

't Zinneke

Opzichtersstraat 225

1080 Sint-Jans-Molenbeek

De Stroom

Begijnenstraat 54

1080 Sint-Jans-Molenbeek

Taken

- Samen op stap gaan met één of meerdere personen en leuke, alledaagse dingen doen zoals wandelen, winkelen, iets gaan drinken.
- Mensen met de auto of het openbaar vervoer ergens naartoe brengen.
- Helpen bij groepsactiviteiten zoals zingen, koken, gezelschapsspelen, sport, theater, dans, handmassage, manicure...

Mijn afspraak :



.....

.....

.....

.....

.....

.....

24

Gemeenschapscentrum Op-Weule

Een ontmoetingsplaats voor jong en oud. Je kan er deelnemen aan cursussen en activiteiten of naar een voorstelling gaan.

Contact

👤 Mirte Moriau
☎ 02 775 92 00
✉ mirte.moriau@vgc.be
🌐 www.opweule.be

Doelgroep

Volwassenen en kinderen

Kan je Nederlands oefenen?

JA! Je kan Nederlands oefenen met collega's. Je kan ook deelnemen aan conversatietafels. Een anderstalige vrijwilliger is zeker welkom!

Plaats

Sint-Lambertusstraat 91
1200 Sint-Lambrechts-Woluwe

Taken

- Adresetiketten plakken op infobrochures en naar de post brengen.
- Bij een evenement meehelpen met opdienen, afwassen, aan de kassa zitten, opbouwen, afbreken...
- Een Engelstalige conversatietafel begeleiden.
- Activiteiten organiseren: bijvoorbeeld creatieve workshops, kookworkshops, sportactiviteiten, activiteiten rond duurzaamheid.
- Helpen in onze moestuin: de planten verzorgen, groenten oogsten, zaaien...

Extra info

Er zijn 22 gemeenschapscentra in Brussel. Kijk welk centrum er bij jou in de buurt is: www.n22.brussels

Mijn afspraak:



.....

.....

.....

.....

.....

.....

25

Gemeenschapscentrum Essegem

Een ontmoetingsplaats voor jong en oud. Je kan er deelnemen aan cursussen en activiteiten, naar een voorstelling gaan of lekker eten en drinken.

Contact

👤 Cathy Calonne

☎ 02 427 80 39

✉ cathy.calonne@essegem.be

🌐 www.essegem.be

Doelgroep

Volwassenen en kinderen

Kan je Nederlands oefenen?

JA! Je kan Nederlands oefenen met collega's. Een anderstalige vrijwilliger is zeker welkom!

Plaats 📍

Leopold I straat 329 • 1090 Jette

Taken

- Mee begeleiden van activiteiten of workshops zoals sport, koken, knutselen.
- Materiaal klaarzetten bij grotere evenementen: stoelen, tafels, technisch materiaal...

Extra info

Er zijn 22 gemeenschapscentra in Brussel. Kijk welk centrum er bij jou in de buurt is: www.n22.brussels

Mijn afspraak:



.....

.....

.....

.....

.....

.....

26

Gemeenschapscentrum Ten Weyngaert

Een ontmoetingsplaats waar je kan deelnemen aan activiteiten zoals concerten, filmavonden en theatervertoningen.

Contact

📍 An De Winter
☎ 02 340 95 80
✉ an.dewinter@vgc.be
🌐 www.tenweyngaert.be

Doelgroep

Families en gezinnen, cultuur- en muzikliefhebbers

Kan je Nederlands oefenen?

JA! Ons publiek en/of de artiesten spreken Nederlands. Een groot deel van ons publiek spreekt ook Frans of Engels.

Plaats

Bondgenotenstraat 54 • 1190 Vorst

Taken

- Helpen bij de film en de familievertoningen: mensen verwelkomen, tickets in ontvangst nemen.
- Helpen aan de bar: bestellingen opnemen, opdienen, opruimen.
- Teksten vertalen voor de website en voor ons tijdschrift.
- Activiteiten fotograferen of filmen voor op sociale media.
- Zalen klaarzetten voor evenementen: tafels en stoelen plaatsen of weghalen, versiering ophangen.

Extra info

Er zijn 22 gemeenschapscentra in Brussel. Kijk welk centrum er bij jou in de buurt is: www.n22.brussels

Mijn afspraak:

.....

.....

.....

.....

.....

.....



27

Gemeenschapscentrum

Elzenhof

Een ontmoetingsplaats waar je kan deelnemen aan activiteiten zoals concerten, films, taallessen, creatieve ateliers, tuinactiviteiten, speelweken...

Contact

👤 Myriam Saenen

☎ 0495 872 472

✉ myriam.saenen@vgc.be

🌐 www.gcelzenhof.be

Doelgroep

Volwassenen en kinderen

Kan je Nederlands oefenen?

JA! Tijdens de meeste activiteiten en events wordt er Nederlands, Frans en Engels gesproken.

Plaats

Kroonlaan 12 • 1050 Elsene

Mijn afspraak:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Taken

- Bezoekers verwelkomen aan de onthaalbalie.
- Flyers en brochures verspreiden in de wijk en de infopunten.
- Op donderdagavond van 18u tot 23u helpen in de Buurtbar: bestellingen opnemen, opdienen, opruimen.
- Hulp bij de Buurtoven: vuur aansteken, pizzadeeg maken, pizza's klaarmaken.
- Hulp bij de Babytheek: babyspullen beheren en uitlenen.
- Hulp bij kinderactiviteiten: klaarzetten materiaal, helpen bij catering en animatie.
- Foto's, kunstwerken ophangen in onze exporuimte.
- Catering bij events: samen de maaltijden/hapjes klaarmaken.
- Activiteiten fotograferen of filmen om te gebruiken op sociale media.
- Meehelpen in de buurtuin: plantjes planten in de lente, compostbakken onderhouden...

Extra info

Vrijwilligers mogen ook zelf activiteiten organiseren voor de buurtbewoners. We werken regelmatig samen met mensen met een psychische kwetsbaarheid.

