



## **Het Inloophuis Den Helder is op zoek naar nieuwe vrijwilligers**

- **Gastvrouw / gastheer**
  - Minimaal 2 dagdelen per maand.
  - Vooral voor dinsdagen en de donderdagen
- **Administratieve ondersteuning**
  - 1 dag per week
  - Op donderdag
- **Lichaamsmasseur**
  - 1 dagdeel per maand
  - Op woensdag

Het Inloophuis Den Helder is een open huis voor mensen met een levensbedreigende ziekte en hun naasten, waarbij de laagdrempeligheid voorop staat. Het Inloophuis biedt sociaal – emotionele ondersteuning.

Nadere informatie en/of uw reactie graag naar het mailadres:

[voorzitter@inloophuisdenhelder.nl](mailto:voorzitter@inloophuisdenhelder.nl)

t.a.v. Liesbeth de Jong

Voorzitter

Marsdiepstraat 621b; Den Helder

**Voor Informele informatie / gesprek bent u van harte welkom ( Graag van te doorgeven of u wilt komen)**

**Vrijdag 24 augustus tussen 11.00 en 13.00 uur**

## Redactioneel stuk

Het Inloophuis wordt gerund door vrijwilligers. Er is werk als gastheer en gastvrouw, het begeleiden van de vele activiteiten, en binnen de administratieve ondersteuning. Een vrijwilliger kan op verschillende manieren betrokken zijn bij het werk; vanuit de vorige of huidige werkkring, persoonlijke ervaringen in de naaste omgeving of lotgenoot zijn. Maar ook interesse hebben om binnen het Inloophuis een nieuwe werkplek te vinden.

Het Inloophuis Den Helder kiest bewust voor vrijwilligers in de ondersteuning van mensen met een levensbedreigende ziekte. Onze gasten zijn in de eerste plaats mens.

Een aantal malen per week kan een gast in het Inloophuis gebruik verschillende vormen van massages.

De massages in het Inloophuis zijn bedoeld om onze gast zoveel mogelijk te laten ontspannen en een moment te geven waarin hij/zij even helemaal nergens aan hoeft te denken. De massages worden gegeven in een aparte ruimte, met rustige muziek op de achtergrond. De gast bepaalt zelf aan welke massages de voorkeur wordt gegeven. Nek, schouders, rug en armen of een massages van heel vermoeide benen en/of voeten.

Een ontspanningsmassage voor het gehele lichaam behoort ook tot de mogelijkheden. De reacties van de gast op een massage is meestal positief. Het is mooi om te zien dat een gast er zo van geniet en op waarde weet te schatten.

“In mijn geval snijdt het mes aan twee kanten, ik doe wat ik mooi vind om te doen en dat wordt ook nog eens gewaardeerd. Fijn om zo een mens te mogen helpen om even alle dingen naast zich neer te leggen”

Citaat van Marja Bais, één van de masseurs van het Inloophuis Den Helder.

Meer informatie over het Inloophuis is te vinden op onze website

[www.inloophuisdenhelder.nl](http://www.inloophuisdenhelder.nl)

