

VRIJWILLIGERSWERK BIJ YAR, EEN GETUIGENIS VAN DAISY SLUYTS

Afgelopen zomer volgde ik bij ETAP een presentatie van **YAR (Youth at Risk)**, een organisatie die zich richt op het **ondersteunen van kwetsbare jongeren** door middel van **coaching door vrijwilligers**, om hen te helpen verantwoordelijkheid te nemen voor hun eigen leven.

Ik vond dit meteen heel interessant, werken met jongeren en mijn steentje bijdragen om iemand te helpen en een verschil te maken. Toen ik groen licht kreeg van het thuisfront en ETAP kon ik niet wachten om te starten!



Er waren verschillende opleidingsformules beschikbaar en ik heb gekozen voor de residentiële week. We begonnen met een weekendopleiding in Antwerpen en een week later vertrokken we voor 9 dagen naar het mooie domein Roosendaal in Katelijne Waver.

Wat ik allemaal heb geleerd, is indrukwekkend, zowel op het gebied van coaching als ook over mijn eigen zelf. Loslaten, luisteren en durven praten over je eigen gevoelens waren onderwerpen die verwerkt zaten in het programma en waarmee ik zowel bij ETAP als in mijn privéleven aan de slag kan. Als ik feedback geef of iemand coach, probeer ik deze principes nu mee te nemen. We vallen snel terug in onze oude gewoontes daarom was deze intense ervaring een echte eye-opener.

De opleiding en het verblijf waren zeer intens en dit bracht zowel bij de jongeren als bij mijzelf de diepe emoties naar boven. De jongeren werden zowel mentaal als fysiek uitgedaagd en dit resulteerde snel in de vorming van een hechte groep die elkaar ondersteunde en heel open over hun emoties sprak. Een andere leuke uitdaging was mijn deelname aan het ropes team. Samen met enkele andere vrijwilligers mocht ik eerst de oefeningen op het hoogte parcours uitproberen, waarna ik de jongeren hierbij begeleidde. Dit was echt een topervaring.

Een mooie en toepasselijke uitspraak van Einstein is me bijgebleven:

“

Als je altijd doet wat je deed zal je altijd krijgen wat je kreeg.

”

Ik ben ervan overtuigd dat dit waar is, aangezien ik dit zowel bij de jongeren als bij mezelf heb waargenomen. We maken altijd onze eigen keuzes, ook al zijn deze soms moeilijk te maken.

Als je meer wil weten over **YAR en het vrijwilligerswerk**, aarzel dan niet om me aan te spreken of bezoek de website: www.yarvlaanderen.be