

De workshops hebben mij veel inzicht gegeven

Een vrouw vol kleur en power, dat zie je zo bij Yvonne During. Sinds vorig jaar is zij vrijwilliger bij POWER dat een onderdeel is van het Gilde Zeist. Vol enthousiasme vertelt zij over de workshops die ze geven aan 55+ `ers die de balans willen opmaken. In vijf middagen komen vijf thema`s aan de orde en word je aan het denken gezet hoe je de komende 25 jaar wilt gaan invullen. ‘En dat is erg inspirerend’ zegt Yvonne, die eerst de workshops zelf heeft gedaan voordat zij start als begeleider.

Vrijwilligerswerk verrijkt

En dat is nog niet alles wat ze doet als vrijwilliger. ‘Ik heb 50 jaar gewerkt, zegt ze trots, en nu doe ik veel vrijwilligerswerk waar ik blij van word. Ik wist vroeger niet altijd precies wat ik kon of wilde doen, maar als ik terugkijk heb ik altijd dingen gedaan waar m`n hart sneller van ging kloppen. En dat doe ik nu ook in het vrijwilligerswerk. Zo heb ik bijvoorbeeld anderhalf jaar bij de Maxima Manege gewerkt en organiseer ik nog steeds muziek avonden in Heerenwegen. Het verrijkt echt mijn leven.’

Thuiskomen

‘Toen ik op de Vrijwilligersmarkt in gesprek raakte met de mensen van POWER, viel alles op z`n plek. De woorden power en veerkracht spraken mij meteen aan. Mijn naam Yvonne betekent namelijk *“Strijdster met de iepenhoutenboog”* en dat laatste heeft natuurlijk een mooie link met de veerkracht van senioren, zegt ze met een twinkeling in haar ogen. ‘Omdat ik eerst zelf de workshops heb gedaan weet ik wat het je kan opleveren. En kan ik mensen helpen bij de uitwerking van de oefeningen. En dat voelt erg prettig. Het geeft me echt energie als ik anderen kan helpen met het vertrouwen geven in het doen waar je goed in bent.’ En dat geloof ik meteen.

Meer informatie #datkrijgjeervan

Voor meer informatie over de workshops POWER Veerkracht op leeftijd zie www.gildezeist.nl bij projecten. Vooral mannen zijn meer dan welkom! Ook interesse in vrijwilligerswerk, kom naar de Vrijwilligersmarkt! Je kunt er kennismaken met ruim veertig organisaties. Het is op zaterdag 30 september in het gemeentehuis Zeist. Open van 12.00 tot 15.30 uur. De toegang is gratis en de koffie/thee en iets lekkers staan klaar. Meer informatie: vrijwilligerscentralezeist.nl

