



We like to MOVE it!!!

Welkom bij MOVE

Het Nederlandse Rode Kruis is vooral bekend van hulpverlening bij rampen en evenementen. Daarvoor is veel aandacht in de media. Veel minder bekend is dat het Rode Kruis via haar plaatselijke afdelingen heel veel sociale hulp op lokaal niveau biedt.

Sociale hulp is er voor iedereen die behoefte heeft aan sociaal contact: bijvoorbeeld iemand die een praatje met je maakt, je eens mee naar het café neemt, naar de disco enzovoort.

De meeste mensen krijgen voldoende sociale contacten via school, werk, buurt en verenigingen. Voor mensen met een lichamelijke beperking, of een chronische aandoening, zijn die contacten niet altijd vanzelfsprekend.

Iedereen heeft recht op leuke en gezellige contacten met andere mensen. Dat vindt het Rode Kruis ook. Daarom voegen vrijwilligers in het hele land de daad bij het woord. Zij betrekken mensen die moeilijk contact maken bij allerlei activiteiten. In Breda doen we dat met MOVE.

Wie en wat is MOVE

MOVE organiseert recreatieve groepsgerichte activiteiten in de vrije tijd. Het is een activiteit van het Rode Kruis in Breda die sinds de zomer van 2008 bestaat. MOVE is voor jongeren van 15 tot 24 jaar die hun sociaal netwerk willen vergroten en graag buitenshuis in contact komen met leeftijdgenoten. Een groep jonge vrijwilligers van het Rode Kruis Breda gaat met leeftijdgenoten, die een lichamelijke beperking of chronische aandoening hebben, leuke, ludieke, gekke en gezellige uitstapjes maken. MOVE is speciaal voor jongeren die niet zelfstandig uit kunnen gaan en er behoefte aan hebben met leeftijdgenoten op pad te gaan. We willen er mee bereiken dat de jongeren 'erbij horen' en dat ze vrienden kunnen maken. De uitstapjes bieden volop gelegenheid om een praatje te maken, contacten te leggen, ervaringen uit te wisselen, een hobby uit te oefenen en andere interesses te delen.

Het motto van MOVE is **"We like to MOVE it"**.

Het is de bedoeling dat de jongeren in beweging komen. Dat kan letterlijk meer bewegen betekenen, maar ook er lekker op uit gaan en een onbezorgde middag of avond beleven. De vrijwilligers staan daar garant voor.

Wat organiseert MOVE en hoe vaak

Soms organiseert MOVE activiteiten dicht bij huis, zoals een bioscoopje pikken, een vorkje pikken, een boswandeling met picknick en een spelletjesmiddag. Verder weg kan ook. Zo is de groep al een dagje naar Den Haag en Scheveningen geweest, en naar de dierentuin. De deelnemers bepalen samen met de vrijwilligers wat zij gaan doen. Kortom, erg leuk en gezellig allemaal.

Praktische informatie

MOVE organiseert gemiddeld eens per twee weken, in het weekend, een activiteit in een dagdeel. Afhankelijk van de gekozen activiteit, en in overleg met de deelnemende jongeren, kan dit zowel op vrijdagavond, zaterdagmiddag, zaterdagavond als zondagmiddag zijn. De deelnemers betalen zelf de kosten van een activiteit. Wij vragen per activiteit € 10,00. En we houden per persoon bij hoeveel er per persoon wordt uitgegeven, zodat het altijd goed en eerlijk teruggerekend kan worden. Alle "Movers" krijgen per e-mail een uitnodiging voor een activiteit en de vraag of ze willen deelnemen. Ieder kan voor zich bepalen of hij of zij wel of niet meegaat.

De deelnemers zorgen zelf voor vervoer heen en terug.

Move a little!

Nieuwsgierig geworden? Lijkt het je wel iets, dat MOVE? Kom dan in beweging en laat het ons weten. Stuur een e-mail met daarin je naam, adres, woonplaats en telefoonnummer naar MOVE@rodekruisbreda.nl. Wij nemen dan contact met je op voor een kennismakingsgesprek.

MOVE

Rode Kruis Breda e.o.

Havermansstraat 4

4814 EJ Breda

T 076 -521 23 02

I www.breda.rodekruis.nl

E move@rodekruisbreda.nl

Het Nederlandse  **Rode Kruis**

