

# Programma januari t/m juli 2025



vrijwilligersacademie  
amsterdam

## Over de Vrijwilligersacademie






Als je besluit om mensen te ondersteunen is goede training en begeleiding belangrijk. Bij de Vrijwilligersacademie vind je trainingen die je leren beter te communiceren en goed te zorgen voor een ander en voor jezelf.

De Vrijwilligersacademie werkt samen met organisaties in de informele zorg die werken met vrijwilligers. Zij zorgen bijvoorbeeld voor mensen met een verslaving, ziekte, handicaps, dementie of zijn maatje, coach of buddy. Ben je vrijwilliger bij een van onze partnerorganisaties, dan zijn de trainingen gratis. Het trainingsaanbod wordt doorlopend uitgebreid. Kijk daarom voor het actuele aanbod op [vrijwilligersacademie.net](https://vrijwilligersacademie.net)

### Geef wat je weet

Wij geloven dat mensen gelukkiger worden als zij betekenisvolle relaties aangaan met anderen. Daarom zijn onze professionele trainingen gericht op reflectie. Door stil te staan bij je eigen ervaringen en daarvan te leren, wordt het mogelijk om anderen bij te staan: niet bedacht of aangeleerd, maar omdat je het zelf hebt meegemaakt.

Vrijwilligersacademie  
Amsterdam  
Keizersgracht 334  
1016 EZ Amsterdam  
T: (020) 320 55 79  
[info@vrijwilligersacademie.net](mailto:info@vrijwilligersacademie.net)

 [vrijwilligersacademie-amsterdam](https://www.facebook.com/vrijwilligersacademie-amsterdam)  
 [@VWAcademie](https://twitter.com/VWAcademie)  
 [vrijwilligersacademie](https://www.instagram.com/vrijwilligersacademie)  
 [vrijwilligersacademie-amsterdam](https://www.youtube.com/vrijwilligersacademie-amsterdam)  
 [vrijwilligersacademie](https://www.linkedin.com/vrijwilligersacademie)

Je ziet hieronder een selectie van trainingen die wij organiseren. De basistraining voor maatjes start meerdere keren per maand. Kijk op [vrijwilligersacademie.net](https://vrijwilligersacademie.net) voor alle actuele trainingen en startdata.

## JANUARI, FEBRUARI & MAART

VR <b>17</b> JAN	10.00-16.30 UUR <b>Omgaan met verbale agressie</b> <i>i.s.m. De Regenboog Groep / Informele zorg</i>	
DO <b>30</b> JAN	14.00-17.00 UUR <b>Leren luisteren</b> <i>i.s.m. Markant</i>	<b>NIEUW</b>
WO <b>5</b> FEB	19.00-22.00 UUR <b>Ontdek je eigen wijsheid</b>	WO 5 + 12 FEB
MA <b>10</b> FEB	19.00-22.00 UUR <b>Aan de slag als vrijwilliger</b>	
DI <b>11</b> FEB	19.00-22.00 UUR <b>Geweldloze communicatie</b>	DI 11 + 18 + 25 FEB
DO <b>13</b> FEB	14.00-17.00 UUR <b>Ervaar dementie</b> <i>i.s.m. Markant</i>	
WO <b>19</b> FEB	19.00-22.00 UUR <b>Oplossingsgericht werken</b>	WO 19 + 26 FEB
WO <b>26</b> FEB	11.00-12.00 UUR <b>Informatiebijeenkomst Ontwikkel je ervaringskennis</b>	
DO <b>27</b> FEB	19.00-22.00 UUR <b>Grenzen stellen</b>	DO 27 FEB + 6 MRT
DO <b>6</b> MRT	13.30-16.30 UUR <b>Positieve feedback geven en ontvangen</b> <i>i.s.m. Kuria</i>	<b>NIEUW</b>
DI <b>11</b> MRT	19.00-22.00 UUR <b>Talent en groei</b>	DI 11 + 18 MRT
DO <b>13</b> MRT	19.00-22.00 UUR <b>De Socratische gesprekshouding</b>	DO 13 + 20 MRT + 3 APR
WO <b>19</b> MRT	14.00-17.00 UUR <b>Japanse Ba and listening (ENG/NL)</b>	
WO <b>26</b> MRT	19.00-22.00 UUR <b>Traumatische ervaringen en contact</b>	DO 21 + 28 MRT
WO <b>26</b> MRT	14.00-17.00 UUR <b>Je eerste stap naar vrijwilligerswerk</b>	WO 26 MRT + 2 + 9 APR
MA <b>31</b> MRT	19.00-22.00 UUR <b>Holding Space</b>	MA 31 MRT + 7 APR <b>NIEUW</b>

# APRIL, MEI, JUNI & JULI

DO  
**3**  
APR  
12.30-14.30 UUR  
**Helpen zonder op te lossen**  
*i.s.m. Stichting Praat* **NIEUW**

DO  
**17**  
APR  
13.30-16.30 UUR  
**Gesprekken over het levenseinde**  
*i.s.m. Kuria*

DI  
**22**  
APR  
19.00-22.00 UUR  
**Aan de slag als vrijwilliger**

WO  
**7**  
MEI  
19.00-22.00 UUR  
**De Socratische gesprekshouding**  
WO 7 + 14 + 21 MEI

DO  
**8**  
MEI  
19.00-22.00 UUR  
**Schuldhelpverlening**  
*i.s.m. De Regenboog Groep | Informele zorg*

MA  
**12**  
MEI  
11.00-14.30 UUR  
**Communiceren met lichaamstaal**

DI  
**13**  
MEI  
13.00-15.00 UUR  
**Je ervaringen leren inzetten, iets voor jou?**

WO  
**14**  
MEI  
13.30-16.00 UUR  
**Aromazorg en handmassage**  
*i.s.m. Kuria*

DO  
**15**  
MEI  
19.00-22.00 UUR  
**Ontdek je eigen wijsheid**  
DO 15 + 22 MEI

MA  
**19**  
MEI  
19.00-22.00 UUR  
**Geweldloze communicatie**  
MA 19 + 26 MEI + 2 JUN

WO  
**4**  
JUN  
19.00-22.00 UUR  
**Psychiatrie en contact**

DI  
**10**  
JUN  
14.00-17.00 UUR  
**Eenzaamheid**  
DI 10 + 17 JUN

WO  
**18**  
JUN  
13.30-16.30 UUR  
**Begeleiden van rouw en verlies**  
*i.s.m. Kuria*

DO  
**17**  
JUL  
15.00-17.00 UUR  
**Goed of fout**  
DO 17 + 24 JUL

[vrijwilligersacademie.net](http://vrijwilligersacademie.net)

## Vrijwilligerscafé

De plek om te leren en te delen. Op elke 4<sup>e</sup> maandag van de maand, met steeds een ander thema. 15.00-17.00 uur.

27 JAN 24 FEB 24 MRT 28 APR 26 MEI 23 JUN 28 JUL

## Masterclasses 'Stille stemmen over armoede'

Hoe kunnen we leren luisteren naar de Stille stemmen van armoede? Armoede van geld maar ook vooral van kansen? In samenwerking met De School van Stille Stemmen.

De Stille stem van de familiegeschiedenis	DI 11 MRT	15.00-17.00 UUR
De Stille stem in het onderwijs	DI 29 APR	15.00-17.00 UUR
De Stille stem van overvloed	DI 3 JUN	15.00-17.00 UUR

## Op college

In colleges onderzoeken we een thema onder leiding van een deskundige, filosoof of gespreksleider.

PRAKTISCHE FILOSOFIE: DE GROTE VRAGEN	DO 9 + 16 + 23 + 30 JAN
VOORBIJ DE WOORDEN, WERKEN MET STILTE	DO 6 + 13 FEB
EHBO & LEVENSDREDDEND HANDELEN	DO 13 FEB
<i>I.S.M. SCHOK &amp; POMP</i>	
PRAKTISCHE FILOSOFIE: DE DEUGDEN ALS GIDS	DO 20 + 27 FEB + 6 + 13 MRT
PRAKTISCHE PSYCHOLOGIE: TRANSACTIONELE ANALYSE	MA 3 MRT
ARISTOTELES EN DE ZOEKTOCHT NAAR HET JUISTE MIDDEN	DO 20 + 27 MRT
GOED OF FOUT	DO 3 + 10 APR

## Praktijkopleidingen

In de praktijkopleidingen combineren we (groeps)lessen, training en stage voor mensen die aan het werk willen met hun ervaringskennis. Kom je oriënteren in een van de de volgende informatiebijeenkomsten:

TRAJECT OPLEIDING ERVARINGSDESKUNDIGHEID (TOED)	DI 14 JAN
TRAJECT OPLEIDING ERVARINGSDESKUNDIGHEID (TOED)	DI 27 MEI
PRAKTIJKOPLEIDING BUURTVERTROUWENSPERSOON	DI 17 JUN
PRAKTIJKOPLEIDING ERVARINGSDESKUNDIGHEID IN EEN TEAM	WO 25 JUN

KIJK OP [ERVARINGSDESKUNDIGHEID.NET](http://ERVARINGSDESKUNDIGHEID.NET) VOOR MEER INFORMATIE

## Voor beroepskrachten

Door ook jouw eigen vaardigheden aandacht te geven kan je vrijwilligers inspireren en hun competenties versterken. Kom verder leren!

OMGAAN MET VERBALE AGRESSIE, DEEL 1	VR 17 JAN
<i>I.S.M. DE REGENBOOG GROEP   INFORMELE ZORG</i> START ELKE MAAND	
BINDEN EN BOEIEN VAN VRIJWILLIGERS	DO 27 FEB
COACHEND BEGELEIDEN VAN VRIJWILLIGERS	DO 27 MRT + 10 APR
ONTWIKKEL JE ERVARINGSKENNIS	WO 23 APR + 14 + 28 MEI
GEWELDLOZE COMMUNICATIE VOOR COÖRDINATOREN	DO 6 + 13 + 20 MEI

## In English

We warmly welcome English speaking volunteers!

BASIC TRAINING FOR BUDDIES (EVERY MONTH)	THU 9 + 16 + 23 JAN
NON-VIOLENT COMMUNICATION	TUE 4 + 11 + 18 MAR
TRAUMATIC EXPERIENCES AND CONTACT	WED 9 APR
SETTING BOUNDARIES	TUE 6 + 13 MAY
NON-VIOLENT COMMUNICATION, PART 2	MON 16 + 30 JUN
PSYCHIATRY AND CONTACT	WED 18 JUN

CHECK [VRIJWILLIGERSACADEMIE.NET](http://VRIJWILLIGERSACADEMIE.NET) FOR CURRENT DATES AND TIMES