# FORMAT Bijdrage vrijwilligersorganisatie Voel je goed!

**Voel je goed!**

Voel je goed! is een bewezen werkzame aanpak voor laaggeletterde volwassenen die willen werken aan een gezonder gewicht. Dat doen zij via het verbeteren van hun gezondheidsvaardigheden (incl. hun taalvaardigheden). Het RIVM erkent Voel je goed! als succesvolle leefstijlinterventie voor laaggeletterden.



**Wat we willen**

50% van de Nederlanders van 20 jaar en ouder heeft overgewicht. 18% van Nederlanders van 16 jaar en ouder is laaggeletterd, dat wil zeggen: heeft moeite met lezen, schrijven en/of rekenen. Overgewicht en laaggeletterdheid komt vaker voor bij lager opgeleiden. Kortom, hier is sprake van een dubbele problematiek.

Dit is dan ook de reden dat in [plaats] gestart is met Voel je goed!, een samenwerking van [naam vrijwilligersorganisatie], [naam diëtistenpraktijk(en)] en Stichting Lezen en Schrijven, gefinancierd door de gemeente.

Het doel van Voel je goed is het bereiken van […] volwassenen in [plaats], die willen werken aan een gezonder gewicht en moeite hebben met taal en daardoor met het verwerken van informatie. Met als doel dat zij na afloop van Voel je goed! zich gezonder voelen en minder wegen.

**Wat we afspreken**

[naam vrijwilligersorganisatie] draagt als volgt bij aan Voel je goed!:

* werven van voldoende vrijwilligers Voel je goed! om tijdig [aantal] Voel je goed!-deelnemers te kunnen begeleiden
* (laten) scholen van deze vrijwilligers via de basistraining Taal voor het Leven incl. verdiepingsmodule Voel je goed! of, in geval van reeds getrainde vrijwilligers, alleen de verdiepingsmodule Voel je goed! In geval van inhuur van een externe trainer wordt maximaal 18 uur à 70 euro incl. btw per basistraining vergoed.
* kennismaken met Voel je goed!-deelnemers, waarna een goede koppeling plaats kan vinden met een getrainde vrijwilliger
* begeleiden van de Voel je goed!-vrijwilligers, zodat de uitvoering van Voel je goed! naar wens verloopt
* laten kennismaken van vrijwilligers met (potentiële) Voel je goed!-deelnemers, voorafgaand aan de lessen
* meewerken aan (voorlichting over) vervolgscholing in (digi)taal, rekenen voor Voel je goed!-deelnemers
* actief deelnemen aan overleg en andere vormen van uitwisseling
* meewerken aan dataverzameling
* vervullen van ambassadeurschap.

**Wat we bieden:**

* [evt.] een vergoeding van [aantal] uur per week à [bedrag] euro incl. btw. in de periode [data]); maximaal totaal [bedrag] euro incl. btw
* Handgeld per vrijwilliger op een Voel je goed!-groep van [bedrag]
* bewezen werkzame en erkende aanpak
* samenwerking met gemeente, lokale taal-, welzijn- en zorgorganisaties
* gratis scholing
* ondersteuning bij implementatie door adviseur Stichting Lezen en Schrijven
* promotie organisatie.