



*“MET heeft een nieuwe wereld voor me geopend. Ik ben er meer bewust van wat een klein gebaar al kan doen voor mensen.”*

**Rens (14 jaar) doet zijn MET in Uden bij een wijkcentrum waar vooral ouderen komen. Hier houdt hij zich bezig met bediening en koken, maar helpt hij ook door naar de ouderen te luisteren, iets wat ontzettend door hen wordt gewaardeerd.**

#### **Route naar MET**

Tijdens de zoektocht naar een passende MET stelde een jongerenwerker Rens de vraag ‘Hoe ben je met ouderen?’. Zo is het balletje gaan rollen.

#### **De kleine dingen zijn van grote betekenis**

Een van de meest waardevolle inzichten is volgens Rens wat hij voor de ouderen kan betekenen in zijn MET.

*MET heeft een nieuwe wereld voor me geopend. Ik ben er meer bewust van wat een klein gebaar al kan doen voor mensen.“*

#### **Een glimlach op iemands gezicht toveren**

In zijn MET is Rens met veel verschillende dingen bezig, zo helpt hij bij het maken van het eten, is hij actief in de bediening én praat hij met de ouderen over van alles. Een van de meest waardevolle onderdelen van MET is volgens Rens het helpen van mensen. Rens blijkt goed te kunnen aflezen hoe het met iemand gaat en echt naar die persoon te luisteren. Het is iets wat ontzettend wordt gewaardeerd. Het gebeurt hem geregeld dat mensen met een glimlach naar buiten lopen: *daar word ik zelf ook blij van.*

Over het contact met de ouderen zegt Rens: *Ik kan bij sommige mensen in hun ogen zien dat ze eenzaam of verdrietig zijn. Het is niet altijd even leuk.*

*Wat ik leuk vind aan mijn MET is dat het voor ouderen al heel snel goed is, ze zijn blij met weinig. Het leukste wat ik eraan vind is dat ik dan hun blijdschap kan zien.*

Een speciaal moment: *Er kwam een verdrietige oude mevrouw binnenlopen, , omdat haar man kort geleden is overleden. Ik heb haar een luisterend oor aangeboden, en dat waardeerde ze. Uiteindelijk is ze met een glimlach op haar gezicht naar buiten gewandeld. Dat vond ik echt heel leuk om te zien.*

Een verklaring waarom Rens blijdschap brengt onder de ouderen komt volgens hem ook omdat hij een andere leeftijd heeft. *Een mevrouw sprak mij aan en zei 'Och jongen, je doet het zo goed!'. Voorheen werd dit niet uitgesproken door ouderen van het wijkcentrum, liet mijn leidinggevende weten. Ik denk dat het komt doordat ik wat jonger ben en mijn vrije tijd opgeef om te helpen in het wijkcentrum.*

### **Persoonlijke veranderingen door MET**

Rens heeft gemerkt dat MET een aantal veranderingen in hem teweeg heeft gebracht. Dit komt volgens hem vooral door het contact met de ouderen én met het vrijwilligersteam.

*Ik merk dat dat ik door mijn MET project rustiger kan blijven. Ik heb de rust gevonden door ouderen te helpen. Dat is wel echt anders dan voordat ik aan MET begon. Het ligt denk ik aan de combinatie van het contact met de ouderen en het vrijwilligersteam..*

*Ik ben meer bewust van hoe je op een goede manier met mensen om kunt gaan. Bij ouderen moet je meer geduld hebben, het is niet zoals bij vrienden.*

### **MET is een (leuke) challenge**

Een leuke challenge! Zo beschrijft Rens zijn MET. Het hoeft niet altijd leuk te zijn, maar het levert wel heel veel op. Je helpt mensen en dan wordt het leuk! *Ik heb mijn MET ervaren als een uitdaging en een leuke challenge. Soms is het een uitdaging om rustig te blijven, wanneer een klant onbeleefd is en klaagt. Dan moet je rustig en beleefd blijven.. Dat is voor mij altijd al een beetje een uitdaging geweest. Ik vind het heel erg fijn om in het wijkcentrum te helpen, dat geeft mij rust.*

### **Mensen helpen door MET**

Een van de meest waardevolle onderdelen van MET is volgens Rens het helpen van mensen. Dit is ook iets wat hij op school leuk vindt.

*Ik heb het altijd al leuk gevonden om andere mensen te helpen, ik zit op school en heb gekozen voor profielkeuze 'zorg en welzijn'.*

Net als op school vind Rens het helpen van mensen een van de meest waardevolle dingen van MET.

*Ik vind het leuk om mensen te helpen en ze vervolgens met een glimlach naar buiten zie lopen én dat ze en terug kunnen denken aan bijvoorbeeld de fijne gesprekken die we hadden.*

**Talenten ontdekken:** *Ik ben erachter gekomen dat ik goed kan serveren en mensen gerust kan stellen. Iemand was overstuur en dan kwam ik eraan om met ze te praten, daarna was die persoon weer rustig.*

### **MET is een aanrader**

*MET is echt een heel erg leuke ervaring en ik zou het sowieso aanraden. Het is een ervaring en een leuke challenge.*

*Aan het begin was het voor mij iets minder leuk, toen liep het ook wel wat stroever. Daarna kwam ik erachter wat het met mensen deed en toen werd het veel leuker. Dus volhouden, want het is leuk en je doet er iets voor een ander.*

*Ik heb mijn 80 uur gemaakt, maar vond mijn MET plek zo leuk dat ik nu mij als vrijwilliger inzet in het wijkcentrum.*