

NYHEDSBLAD DE FRIVILLIGES HUS

April 2007

Vil I med?

Invitation til Frivilligmarked 2007

Lørdag den 1. september kl. 11-15 på Gammel Torv i Aalborg

Hvad er Frivilligmarkedet?

Hvert år den første lørdag i september afholder de frivillige sociale foreninger Frivilligmarked på Gammel Torv i Aalborg. Frivilligmarkedet er en årlig festdag med markedsstemning og fællesskab på tværs af organisationerne, samt en mulighed for under hyggelige former, at møde borgerne i Aalborg.

I år er det 12. gang, der afholdes Frivilligmarked i Aalborg, og det vil ske med udgangspunkt fra to store tipier, som opstilles på Gammel Torv, hvorfra Aalborgs frivillige sociale foreninger vil fortælle om deres arbejde og om mulighederne for at yde en frivillig indsats.

Dagens program vil derudover byde på musik, underholdning, taler, pokal til den flotteste stand, samt uddeling af Aalborg Børne- & Ungdomspris på 25.000 kr. til en lokal forening, der arbejder for at fremme udsatte børn og unges vilkår.

Invitation til Frivilligmarked 2007

Alle Aalborgs sociale foreninger inviteres til at deltage i Frivilligmarkedet. Det er gratis at deltage i markedet, men man skal naturligvis kunne afsætte tid og mandskab til at forberede sin stand, samt stå der på selve dagen.

Der er plads til et sted mellem 30-40 foreninger/stande på Gammel Torv, og der skal være mulighed for, at alle foreningstyper og lokalområder kan blive repræsenteret på markedet. Sammenlægningen af Hals, Nibe, Sejlflod og Aalborg har bevirket en tilvækst af frivillige sociale foreninger i den nye Aalborg Kommune, hvorfor det kan forventes, at flere nye foreninger vil deltage i markedet.

Derfor kan det i år blive aktuelt, at enkelte foreninger må dele en stand, hvis de ønsker at være med.

Ja, vi vil med til Frivilligmarked 2007!

Tilmelding til og yderligere oplysninger om Frivilligmarkedet fås ved henvendelse til:

- De Frivilliges Hus – Badehusvej 1 – 9000 Aalborg
- Tlf: 9811 1344 – Mail: frivillighuset@frivillighuset.dk
- Sidste tilmeldingsfrist til Frivilligmarkedet er den 1. juni 2007 – det er gratis at deltage
- Ved tilmelding skal hver forening huske at udpege en kontaktperson i forhold til markedet
- Medio juni 2007 vil alle tilmeldte foreninger blive kontaktet og modtage svar på, om tilmeldingen kan imødekommes

De Frivilliges Hus skal flytte

Orienteringsmøde for foreningerne d. 2. maj kl. 17.30 i De Frivilliges Hus

Det er nu bestemt, at De Frivilliges Hus omkring 1. juni 2007 skal flytte til større og bedre lokaler i Aalborg Vestby på adressen Mølholmsvej 2 (lige overfor travbanen) – måske bedre kendt som ”det gamle Nordens administrationsbygning”.

De foreninger, som i dag låner/lejer lokaler i De Frivilliges Hus, inviteres derfor til et fælles fyraftensmøde onsdag den 2. maj 2007 kl. 17.30-18.30 i De Frivilliges Hus, hvor der vil blive givet en orientering om, hvad flytningen helt konkret vil betyde af ændringer, hvordan de nye lokaler er indrettet og placeret, tilgængelighed for kørestolsbrugere osv.

For yderligere oplysninger kontakt

- De Frivilliges Hus – Tlf: 9811 1344 – Mail: frivillighuset@frivillighuset.dk
- Der er ingen tilmelding til mødet, så man møder bare op

Inspirationskursus for frivillige

Næste inspirationskursus afvikles 9. & 10. maj 2007 i De Frivilliges Hus

En rapport fra SFI viser, at mere end hver tredje dansker inden for det seneste år har udført frivilligt arbejde. Danskernes frivillige indsats ydes inden for idræt, kultur, bolig- og lokalsamfund og social- og sundhedsområdet. På social- og sundhedsområdet udfører 6% af befolkningen frivilligt arbejde.

Hvis du har lyst til at løse frivillige sociale opgaver, så deltag i et 2-dages inspirationskursus. Et inspirationskursus gir dig overblik over det frivillige sociale arbejde i Aalborg.

Vi vil snakke om, hvilke områder de frivillige sociale foreninger dækker, og hvor der er mulighed for at yde en indsats. Desuden vil vi besøge forskellige frivillige steder og høre andre frivillige fortælle om deres job.

Vi hjælper dig med at finde et frivilligjob, der matcher dine interesser og kompetencer. Det kan være alt fra at være lektiehjælper eller besøgsven til at arbejde med ensomme unge, at arbejde i en genbrugsbutik eller på væresteder eller hjælpe foreninger med pr, it eller bestyrelsesarbejde.

- **Aalborgs frivillige sociale foreninger har brug for dig!**
- **Bliv frivillig – som frivillig gør du en forskel for andre og bliver klogere på livet!**

Det er **gratis** at deltage i et 2-dages inspirationskursus, og der serveres en let frokost samt kaffe og the begge dage.

- Næste inspirationskursus afholdes i uge 19 – onsdag den 9. & torsdag den 10. maj 2007, begge dage kl. 9.30-15.30 i De Frivilliges Hus, Badehusvej 1, 9000 Aalborg
- Tilmelding til De Frivilliges Hus – Tlf: 9811 1344 – Mail: knud@frivillighuset.dk

Møde for pårørende efter selvmordsforsøg

Mandag den 23. april 2007 kl. 19-22 på Aalborg Psykiatriske Sygehus

Region Nordjyllands Center for Selvmordsforebyggelse inviterer pårørende til patienter, der har modtaget eller aktuelt modtager behandling, til et møde, der finder sted på Aalborg Psykiatriske Sygehus (festsalen), mandag den 23. april 2007 kl. 19-22

Det er svært, når der sker selvmordsforsøg i familien eller vennekredsen. Det er almindeligt at føle sig bange, vred, frustreret og afmægtig i forhold til det, der er sket. Tankerne kredser om spørgsmål som:

- Hvordan kan man håndtere de svære følelser?
- Hvordan kan man få talt om selvmordsforsøget – med hinanden og med børnene?
- Hvordan undgår man, at det sker igen?

Tilmelding til mødet kan foretages til:

- Center for Selvmordsforebyggelse – Lone Rytter Larsen – Tlf: 9631 1654 – Mail: lone.rytter.larsen@rn.dk
- Alle interesserede er velkomne til at møde op – gratis adgang
- Læs mere på: www.selvmordsforebyggelse.rn.dk

Kursus for frivillige i selvmordsforebyggelse

Det skal være slut med, at hvert tredje selvmord i Danmark bliver begået af en person over 65 år, som tilfældet er i dag. Derfor skal personer, der dagligt er i kontakt med ældre, klædes bedre på til at genkende og reagere på selvmordsadfærd og personlige kriser hos gamle mennesker. Medarbejdere og frivillige skal have redskaber til at komme i dialog med de selvmordstruede ældre.

Region Nordjylland har ved hjælp af penge fra Socialministeriet fået udarbejdet en strategi for det selvmordsforebyggende arbejde blandt ældre i Region Nordjylland. I strategien indgår oprettelsen af Center for Selvmordsforebyggelse, som i 2006 påbegyndte et projekt målrettet ældregruppen over 65 år, og i den anledning afholdes nu et kursus for ledere og frivillige i den frivillige sektor om problematikken: Ældre og selvmordsforebyggelse.

Du kan vælge én af følgende datoer:

- Onsdag den 11. april 2007 kl. 9.00-16.00 i De Frivilliges Hus, Badehusvej 1, Aalborg
- Tirsdag den 24. april 2007 kl. 9.00-16.00 i De Frivilliges Hus, Badehusvej 1, Aalborg
- Mandag den 14. maj 2007 kl. 9.00-16.00 i Festsalen, Aalborg Psykiatriske Sygehus, Mølleparkvej 10, 9000 Aalborg

Praktiske oplysninger:

- Kurset afholdes v/Elene Fleischer, Ph.d., Center for Selvmordsforebyggelse og projektleder på ældreprojektet
- Tilmelding kan foretages til Center for Selvmordsforebyggelse, Mølleparkvej 10, 9000 Aalborg – Tlf: 9631 1654 – Mail: lone.rytter.larsen@rn.dk

Fokus på ledelse i frivilligt socialt arbejde Kursus på Vrå Højskole i maj 2007 for frivillige ledere

De Frivilliges Hus i Aalborg, CVU Nordjylland og Vrå Højskole er gået sammen om at tilbyde et kursus til personer, som arbejder i frivillige sociale organisationer med ledende eller koordinerende funktioner. Kurset afvikles som et mini-højskoleophold på Vrå Højskole fra torsdag den 16. maj 2007 til søndag den 20. maj.

- Tilmelding til og yderligere oplysninger om kurset fås ved henvendelse til Vrå Højskole
- Tlf: 9898 1010 – Mail: info@vraahojskole.dk – Web: www.vraahojskole.dk

Aalborgs frivillige sociale foreninger har brug for dig Nye jobannoncer/mapper i De Frivilliges Hus

Vi vil gerne i De Frivilliges Hus gøre noget for, at flere kommer til at lave frivilligt socialt arbejde. Derfor har vi det seneste års tid arbejdet på at gøre jobannoncerne i frivilligjobformidlingen bedre. Dette er bl.a. sket ved at tilrette annoncerne, så de får mere fokus på jobindhold/funktion frem for på hvilken organisation/forening, der søger frivillige.

Dette har nu resulteret i 6 nye jobmapper med overskrifterne:

- Administration, fundraising, PR-medarbejder
- Butiksassistent, flyttemedhjælper
- Klubmedarbejder, cafémedarbejder, aktivitetsmedarbejder
- Besøgsvenner
- Hot-jobs
- Andet, blandet

Det er hensigten, at frivillige skal kunne vælge job ud fra egne behov og ønsker til jobindhold og kompetencer. Vi håber at dette vil være med til at gøre frivilligjobformidlingen bedre og dermed skaffe flere frivillige til de mange foreninger og organisationer i Aalborg.

- Kig ind i De Frivilliges Hus og find dit frivilligjob i en af de nye jobmapper

Møde om Frivilligråd i Aalborg Kommune Tirsdag den 22. maj 2007 kl. 19.30

Den arbejdsgruppe, som arbejder med dannelse af et **Frivilligråd** for Aalborg Kommune, indkalder hermed til stiftende møde med generalforsamling tirsdag den 22. maj 2007 kl. 19.30 i Aalborg.

Mødet har tidligere været annonceret til afholdelse onsdag den 11. april 2007, men er nu udskudt til tirsdag den 22. maj 2007.

For yderligere oplysninger kontakt:

- Tove Pedersen – Tlf: 9825 9500 - Mail: tovep@pedersen.mail.dk
- Thorkild Bach – Tlf: 9812 6831 - Mail: th.bach@post1.tele.dk

Om at tackle livet med en angstlidelse

Foredrag tirsdag den 17. april kl. 19-21 i Festsalen, Aalborg Psyk. Sygehus

Angstlidelser er et stigende problem i Danmark og hele den vestlige verden. Flere og flere danskere lider af angst i dagligdagen – på uddannelsesstedet, på jobbet og i private sammenhænge. Og en ny rapport fra DSI Institut for Sundhedsvæsen slår fast, at tilbuddene mod angst i Danmark er helt utilstrækkelige. 350.000 danskere anslås at lide af angst, og ca. 100.000 invalideres uden den rette behandling.

For mange danskere gør angsten det svært at have et arbejde, et parforhold og i det hele taget leve et socialt almindeligt liv. Angst kan ubehandlet, eller mangelfuldt behandlet, udvikle sig til en invaliderende tilstand, der virker voldsomt hæmmende for livsudfoldelse og livsglæde for den angstramte og ikke at forglemme de pårørende.

Tirsdag den 17. april kan du møde psykolog Aage Thomsen, Odense og bestyrelsesmedlem i Angstforeningen Susanne Mitchell. Psykologen orienterer om behandlingsmuligheder for angstramte og repræsentanten fra Angstforeningen fortæller sin personlige historie om at leve med angst.

- Foredraget finder sted i festsalen på Aalborg Psykiatriske Sygehus, Mølleparkvej 10, Aalborg. Entré: 75 kr.
- Læs mere på: www.angstforeningen.dk

I Aalborg har Angstforeningen p.t. 2 selvhjælpsgrupper for angstramte nordjyder.

En af grupperne mødes hver 14. dag i De Frivilliges Hus. Du kan få mere at vide om angst og behandlingsmulighederne for angstramte samt mere info om selvhjælpsgrupperne i Aalborg ved at kontakte:

- Angstforeningen – Tlf: 7027 1320 – Mail: grupper@angstforeningen.dk
- Læs mere på: www.angstforeningen.dk

Indkaldelse til Generalforsamling i Stress Foreningen

Lørdag den 28. april 2007 kl. 12.30 i De Frivilliges Hus

Lørdag den 28. april 2007 afholdes Stress Foreningens første ordinære generalforsamling i De Frivilliges Hus, Badehusvej 1, 9000 Aalborg.

Stress Foreningen er henvendt til alle, der har symptomer på stress, er syge pga. stress, pårørende, venner, arbejdspladsen eller for dig, der har brug for en at snakke med, om dette emne.

Stress Foreningen kan tilbyde dig personlig eller telefonisk rådgivning og vejledning samt et tilbud om at deltage i en af Stress Foreningens netværksgrupper, hvor du bl.a. har mulighed for at møde ligesindede.

- For personlig henvendelse/samtale vil det være nødvendigt at træffe aftale om det på forhånd enten telefonisk på 2063 5344 eller på mail stressforeningen@yahoo.dk
- Stress Foreningen har telefonisk træffetid onsdag fra kl. 10 – 14 og torsdag fra kl. 14 – 16. Yderligere information kan fås på www.stressforeningen.dk

Spirens Dag

Lørdag den 12. maj kl. 10-13 på Grønttorvet ved Danmarksgade/Aagade

De Frivilliges Hus afholder lørdag den 12. maj kl. 10-13 Spirens Dag på Grønttorvet i Aalborg. Spirens Dag er et årligt tilbagevendende arrangement, hvor De Frivilliges Hus synliggør det frivillige sociale arbejde, og de frivillige sociale foreninger for Aalborg Kommunes borgere.

Spirens Dag er en symbolsk dag. Om foråret, hvor alt spirer og gror, sætter De Frivilliges Hus fokus på de mange frivillige sociale opgaver, som aalborgenserne løser for byens frivillige foreninger – et stykke arbejde, der også får mennesker til at spire og gro.

Kom og nyd den hyggelige stemning på Grønttorvet, og få en snak med medarbejdere fra De Frivilliges Hus om mulighederne for at yde en frivillig indsats. På selve dagen vil der være forskellig musikalsk underholdning og aktiviteter for børnene.

Støtte til frivilligt socialt arbejde i Aalborg Kommune Næste ansøgningsrunde er 1. maj 2007

Aalborg Kommune giver tilskud til frivilligt socialt arbejde i henhold til servicelovens § 18. Tilskud gives både til medlemsforeninger, netværksgrupper, rådgivningsgrupper og brugerråd m.m. samt til selvejende institutioner, der yder service til enkeltforeninger. Det er Forvaltningen for Sundhed og Bæredygtig Udvikling, der administrerer frivilligpuljen i Aalborg Kommune.

Tilskud til frivilligt socialt arbejde i Aalborg Kommune bevilges i henhold til retningslinier for tildeling af tilskud til frivilligt socialt arbejde samt på baggrund af ansøgning. Der kan ansøges om tilskud to gange årligt – henholdsvis 1. maj og 1. november.

Retningslinier samt ansøgningsskemaer kan hentes på www.aalborgkommune.dk samt fås ved henvendelse til:

- Forvaltningen for Sundhed og Bæredygtig Udvikling - Sekretariatet - Strandgade 1 - 9240 Nibe - Tlf: 9931 1200 - Mail: sbu@aalborg.dk - Web: www.aalborgkommune.dk

Temadag om det gode lokale samarbejde

Lørdag den 21. april på Trinity Hotel og Konferencenter i Fredericia

Der er mange muligheder for at styrke og udvikle det lokale samarbejde mellem kommuner og lokale frivillige sociale organisationer. Derfor afholder Rådet for Frivilligt Socialt Arbejde en temadag lørdag den 21. april om det gode lokale samarbejde.

På temadagen vil der være oplæg om, hvordan det lokale samarbejde kan etableres eller styrkes, og eksempler på, hvordan en række kommuner og frivillige sociale organisationer har valgt at strukturere deres samarbejde.

- Læs mere om temadagen og tilmeld dig på: www.frivilligraadet.dk

Patient-til-Patient, Aalborg Sygehus

Indbydelse til åbningsreception torsdag den 19. april 2007 kl. 14-16

Den kendte Brugerbutik i forhallen på Aalborg Sygehus Nord har skiftet navn til ”Patient-til-Patient, Aalborg Sygehus”. Det er bl.a. sket for at præcisere den ydelse, som findes der, nemlig at give patienter og pårørende på Aalborg Sygehus mulighed for at tale med andre i samme situation.

Patient-til-Patient, Aalborg Sygehus er bemandet med frivillige alle hverdage mellem kl. 10-14 (ikke i skoleferier). De enkelte patientforeningers træffetider kan ses på:

- www.aalborgsygehus.rm.dk

Patient-til-Patient samtaler har nu eksisteret på Aalborg Sygehus i 10 år som et tilbud til patienter og pårørende. I forbindelse med 10 års jubilæet samt åbning i de nyrenoverede lokaler, indbydes patientforeninger og andre interesserede til en lille forfriskning m.m. i de nye lokaler i hjørnet i forhallen på Afsnit Nord.

For yderligere oplysninger om Patient-til-Patient, Aalborg Sygehus kontakt:

- Patient-til-Patient, Aalborg Sygehus – Aalborg Sygehus Afsnit Nord – 9000 Aalborg
- Tlf: 9932 1186 – Mail: patient-til-patient.aalborgsygehus@rn.dk

Kursus i bestyrelsesarbejde for de etniske minoritetsforeninger

Lørdag den 12. maj 2007 kl. 10-17 i De Frivilliges Hus

De Frivilliges Hus indbyder til et kursus i bestyrelsesarbejde for bestyrelsesmedlemmer i de etniske minoritetsforeninger. Kurset udbydes på baggrund af, at mange bestyrelser har problemer med at få bestyrelsesarbejdet til at fungere. Kurset vil således bibringe kursusedtagerne nogle redskaber, så bestyrelsesarbejdet bliver lettere og mindre tidskrævende. Underviser på kurset er **Knud J. Hansen**, der tidligere har holdt tilsvarende kurser for foreningerne i Gellerup i Århus.

Kurset handler om:

- Bestyrelsens opgaver og ansvar
- Uddelegering – hvordan uddelegerer man en arbejdsopgave?
- Vedtægter
- Generalforsamlingen
- Konflikthåndtering i foreningen
- Tavshedspligt og underretningspligt

Det er **gratis** at deltage i kurset, og der bliver serveret kaffe og frokost i løbet af dagen.

- Kurset afvikles lørdag den 12. maj 2007 kl. 10-17 i De Frivilliges Hus, Badehusvej 1, Aalborg
- Tilmelding til De Frivilliges Hus – Tlf: 9811 1344 – Mail: katja@frivillighuset.dk
- Sidste frist for tilmelding er den 10. april 2007

HSP Foreningen – foreningen for højsensitive personer

Opstartsmøde/reception i De Frivilliges Hus onsdag den 2. maj kl. 15-17

Er du højsensitiv?

- Overvældes du af pres og stress?
- Overvældes du ofte af støj, røg, lyde og lugte?
- Er du påvirkelig af fødevarer og drikke?
- Påvirkes du af stemninger i rum og har du en fornemmelse af andres humør?
- Er du indfølelse?
- Har du ofte brug for at trække dig tilbage, eller være i naturen?
- Har du et indre rigt liv?
- Løftes du af musiske og æstetiske udtryk?
- Har du svært ved at forstå dig selv – føler du dig forkert eller anderledes?

Kan du genkende ovenstående, er du måske blandt de 15-20 % af befolkningen, med et høj-sensitivt karaktertræk, som sanser dybere og er mere følsom end andre.

At være højsensitiv betyder, at dit nervesystem er mere sensitivt for subtiliteter (finheder). Dit syn, din hørelse og din lugtesans er ikke nødvendigvis skarpere, men din hjerne behandler og reflekterer informationer dybere. At være højsensitiv betyder derfor også, at man lettere bliver overstimuleret, stresset og overvældet.

Ny gruppe starter op i Aalborg

HSP Foreningen starter onsdag den 2. maj en ny netværksgruppe op i Aalborg for højsensitive. Gruppen mødes fremover en gang om måneden i De Frivilliges Hus i Aalborg – 1. gang onsdag den 16. maj kl. 19-22 – til socialt samvær, erfaringsudveksling og information om højsensitivitet.

Vi planlægger månedlige møder med lige dele socialt samvær og oplysning/undervisning i HSP-relaterede emner/problemstillinger. Gruppen vil fortrinsvis være aktivitetsbaseret.

- Kom til opstartsmøde onsdag den 2. maj kl. 15-17 i De Frivilliges Hus, Badehusvej 1, 9000 Aalborg – alle er velkomne. Tilmelding ikke nødvendig, mød bare op.

Hvis du vil vide mere om HSP Foreningen

HSP Foreningen – foreningen for højsensitive personer

Formand: Linda S. Pedersen

Hadsundvej 15a, 1.tv.

9000 Aalborg

Tlf: 9843 5693 – Mobil: 2556 5088

Mail: johnni@lite.dk

Web: www.123jemmeside.dk/hsp

HSP-foreningen blev stiftet i 2005. Formålet med foreningen er at synliggøre antallet af højsensitive og deres vilkår i Danmark. HSP-foreningen arbejder for, at højsensitive ikke sygemeldes pga. at de ikke kan være på arbejdsmarkedet. Det gøres bl.a. ved at arbejde for et mere rummeligt arbejdsmarked, hvor der er også er fokus på de bløde værdier og plads til de højsensitive kvaliteter.

- Læs mere på: www.123jemmeside.dk/hsp

De Frivilliges Hus kalender

Husk du/din forening har mulighed for at synliggøre jeres arrangementer via De Frivilliges Hus elektroniske kalender. Det er gratis at bruge kalenderen.

- Hvis du/din forening har et arrangement, I ønsker omtalt i kalenderen, så kontakt gerne De Frivilliges Hus – spørg efter Kirsten Hav, mail: kirstenh@frivillighuset.dk

Grafisk hjælp til din forening

De Frivilliges Hus har de næste par måneder mulighed for at trække på en frivillig grafisk designer, som gerne vil hjælpe de aalborgensiske foreninger med at lave brochurer, foldere, løbesedler, plakater, reklamer, flyers og forskellige illustrationer til foldere og bøger.

- Hvis du/din forening har behov for grafisk hjælp så kontakt De Frivilliges Hus – spørg efter Katja eller Morten
- Det forventes at interesserede foreninger selv leverer et udkast til tekstmaterialet

Vold i familien – når far slår mor

Gruppe for voksne, som er vokset op i en familie med vold mellem forældrene

Vold i familien

I hver eneste skoleklasse i Danmark er der mindst et barn, som har set sin far slå moderen. Omkring 30.000 danske børn ser deres mor eller far blive slået.

Vold i hjemmet har hidtil været anset for et privat anliggende, som de offentlige myndigheder skulle blande sig udenom. Men i de seneste år er tabuet ved at komme mere frem i lyset, og der er blevet iværksat forskellige initiativer og projekter, ligesom der er dannet selvhjælpsgrupper flere steder i landet.

Deltagere søges til selvhjælpsgruppe i Aalborg

I Aalborg er der nu også planer om at starte en selvhjælpsgruppe op for voksne, som er vokset op i en familie med vold mellem forældrene. Deltagerne i gruppen har ikke selv været udsat for volden. Der søges netop nu deltagere til selvhjælpsgruppen, som forventes at starte op i maj-juni 2007.

En selvhjælpsgruppe er et forum, hvor mennesker kan mødes, udveksle og lære af hinandens erfaringer, lytte til andre samt selv blive lyttet til. Det kan være lærerigt og befriende at møde andre i samme situation. Selvhjælpsmetoden henvender sig til personer af begge køn, alle aldersgrupper og er uafhængig af politiske og religiøse overbevisninger. Selvhjælp handler ikke om behandling, men om fælles handling!

Hvis du vil vide mere

Hvis du er interesseret i at høre mere om eller melde dig som deltager i en selvhjælpsgruppe for voksne, som er vokset op i en familie med vold mellem forældrene, så kontakt gerne:

- De Frivilliges Hus – Badehusvej 1 – 9000 Aalborg (Spørg efter Katja eller Morten)
- Tlf: 9811 1344 – Mail: katja@frivillighuset.dk eller morten@frivillighuset.dk

Messe om ”Ungdomsliv og psykiske problemer” Ridehuset i Århus d. 16. & 17. april 2007

Når unge får personlige problemer handler det ofte om en midlertidig periode i deres liv, hvis de får støtte til at tackle vanskelighederne og hjælp til uddannelse og arbejde.

Derfor slår Videnscenteret for Socialpsykiatri dørene op for Danmarks største messe **Ungdomsliv og psykiske problemer** for og om unge med psyko-sociale problemer.

Messen afholdes i og omkring Ridehuset i Århus, hvor der i løbet af de to dage messen varer, vil være aktiviteter for både unge og for fagfolk. På messen er der mulighed for at shoppe rundt mellem de mange tilbud og stande. Ud over musik og teater kan du også få informationer om forskellige tilbud til unge med psyko-sociale problemer, høre oplæg fra nogle af de mange nye tilbud til unge eller deltage i workshops, hvor der på tværs af ungetilbud præsenteres erfaringer.

- Læs mere på: www.socialpsykiatri.dk/unge

Børns Vilkår i Aalborg Foredrag på Aalborg Pædagogseminarium om børne-stress

Landsorganisationen Børns Vilkår blev oprettet i 1977 i København, som en social og humanitær interesseorganisation. Børns Vilkår fylder således 30 og BørneTelefonen fylder 20 i år.

I Aalborg har der siden 1995 været en lokalkomité af Børns Vilkår bestående af 5 frivillige. Gruppen i Aalborg opstod i forbindelse med Børneåret i Aalborg i 1995, og har siden via forskellige arrangementer og foredrag sat fokus på de mest udsatte børns vilkår i Danmark. Gennem årene er det blevet til en række velbesøgte foredrag med temaer såsom: børn af alkoholikere, børn i skilsmisser, børn i sorg, familieliv kontra arbejdsliv m.fl.

Aalborg gruppens næste arrangement afholdes **onsdag den 9. maj 2007 kl. 19.00-21.00** på Aalborg Pædagogseminarium, Hobrovej 85 og er et foredrag med cand.pæd. & psych. John Aasted Halse, som under overskriften ”**Puha mor, må jeg ikke få en fridag?**” vil tale om børneliv, familieliv og institutionsliv uden stress. Baggrunden er, at flere b rnepsykiatere i disse år beretter om, at flere og flere børn bliver indlagt på sygehusene med direkte stresssymptomer – ofte fordi de voksnes stress påvirker børn og unge negativt.

- Der kan reserveres billetter hos Inge Brix på tlf: 9831 8656 (efter kl. 16)
- Der er en entré på 50 kr. for medlemmer af Børns Vilkår og 60 kr. for ikke medlemmer

Med støtte fra Børns Vilkår er der oprettet 2 sorggrupper i Aalborg – en sorggruppe for børn i alderen 10-18 år samt en familiesorggruppe, hvor det er hele familien, der deltager.

Hvis du vil vide mere om Børns Vilkår og lokalkomit en/aktiviteterne i Aalborg s  kontakt gerne:

- Børns Vilk rs Lokalkomité i Aalborg - Annette Andersen – Mail: annette@gvdnet.dk
- Læs mere om sorggrupperne i Aalborg på: www.birgittenygaard.dk
- Børns Vilkår – Tlf: 3555 5559 – Mail: bornsvilkar@bornsvilkar.dk
- Læs mere på: www.bornsvilkar.dk

Rygestop i foreningslokaler i Aalborg Kommune

Fra 1. april 2007 er det slut med at ryge i kommunale bygninger for medarbejdere, borgere og brugere. Der må således ikke længere ryges i lokaler, bygninger eller bygningsanlæg, som kommunen ejer eller har aftale om at anvende. Der indføres ligeledes rygestop i selvejende institutioner, som får driftstilskud.

Nye regler for udbetaling af tilskud til frivillige foreninger Krav om CVR-nummer og NemKonto for at få kommunens tilskud udbetalt

I 2006 kom der nye regler for udbetaling af tilskud til frivillige foreninger. En del foreninger er ikke opmærksomme på, at de skal have en NemKonto for at kunne få kommunens tilskud udbetalt. For at oprette en NemKonto skal foreningen have et CVR-nummer. CVR-nummeret er en virksomheds identifikationsnummer i forhold til de offentlige myndigheder og registreres hos Erhvervs- og Selskabsstyrelsen. Registrering/oprettelse af et CVR-nummer er gratis. På Erhvervs- og Selskabsstyrelsens hjemmeside er det beskrevet, hvordan frivillige foreninger kan oprette et CVR-nummer.

- Læs mere på hjemmesiden: www.eogs.dk (skriv ”frivillige foreninger” i søgefeltet)
- Du kan også få hjælp i De Frivilliges Hus – ring 9811 1344 og spørg efter Iben Veggerby

Netværksgrupper for pårørende til personer med psykisk sygdom Kom til informationsmøde torsdag den 19. april 2007 på Aalborg Psyk. Sygehus

Er du pårørende til en person med psykisk sygdom – og vil du møde andre i samme situation?

I Psykiatrien i Region Nordjylland arbejdes der i øjeblikket med en indsats, hvor der er fokus på tilbud om netværk til pårørende til personer med en sindslidelse. Indsatsen koordineres som et nyt projekt i samarbejde med Aalborg Kommune.

Som et led i denne indsats etableres der en række netværksgrupper, hvor pårørende har mulighed for at møde andre pårørende. En netværksgruppe er et forum, hvor pårørende kan mødes, lære af hinandens erfaringer, tale om de situationer man oplever i rollen som pårørende, lytte til andre samt selv blive lyttet til. Der er god dokumentation for, at en vanskelig situation bliver lettere, når man møder andre i samme situation. Det kan opleves som en hjælp, være lærerigt og befriende for én selv.

Der etableres netværksgrupper for forældre, søskende, voksne børn og ægtefæller/kærester til psykisk syge. Grupperne vil som udgangspunkt mødes i Galleri Ødipus, Danmarksgade i Aalborg. Netværksgrupperne koordineres af Aalborg Psykiatriske Sygehus i samarbejde med Aalborg Kommune. Du skal have bopæl i Aalborg Kommune for at kunne deltage.

- Der holdes informationsmøde for pårørende om netværksgrupperne torsdag den 19. april 2007 kl. 19-20 på Aalborg Psykiatriske Sygehus, kursuslokale 1, Mølleparkvej 10, Aalborg.
- Tilmelding samt yderligere information fås hos projektmedarbejder Malene Kristensen, Tlf: 9631 1292, Mail: mvk@rn.dk
- Læs mere på: www.psykiatri.rn.dk

Temadag om børn med hjerneskade

Onsdag den 18. april 2007 på Psykiatrisk Sygehus i Aalborg

Ønsker du ny inspiration til at forbedre forholdene for børn med hjerneskade og deres forældre, og vil du have en mulighed for at danne netværk med ligesindede samarbejdspartnere. Så har du nu muligheden ved en temadag på Aalborg Psykiatriske Sygehus.

- Du kan få mere information om projekterne/programmet og evt. tilmelde dig på: www.boernmedhjerneskade.dk/temadage eller på tlf: 8949 1212

Foreninger i Aalborg

For at hjælpe med at formidle foreningslivet i Aalborg Kommune har Det Nordjyske Landsbibliotek og Skole- og Kulturforvaltningen nu sammen lanceret et nyt foreningsregister "foreninger i Aalborg" på internettet.

På hjemmesiden www.njl.dk/foreninger kan du finde oplysninger om foreningernes aktiviteter, adresser og hjemmeside. Via hjemmesiden kan du selv tilmelde din forening.

- Læs mere på: www.njl.dk/foreninger

Tak en frivillig i din forening eller klub

Der findes omkring 500.000 frivillige i dansk idræt. Nogle af dem hjælper til i din idrætsforening. Du ved sikkert, hvem de er. Men har du husket at sige: Tak for hjælpen?

Netop nu sætter Danmarks Idræts-Forbund i samarbejde med Nordea Danmark-fonden fokus på de frivilliges indsats i idrætten gennem en stor takke-kampagne. Uden indsatsen fra de frivillige ville idrætten nemlig have det meget svært.

- Læs mere om kampagnen på: www.takenfrivillig.dk

Skilsmissebørn mødes på nettet

Hvert tredje ægteskab, der indgås i Danmark, ender i en skilsmisse. Sidste år var der ca. 16.000 skilsmisser og separationer i Danmark.

På hjemmesiden www.morogfarskalskilles.dk, som er oprettet af Statsforvaltningerne, Indenrigsministeriet og Familienministeriet, kan børn og unge nu læse om forløbet i en skilsmisse, men også spejle sig i andre børns tanker og erfaringer fra deres forældres skilsmisse samt få konkrete råd til at håndtere den svære virkelighed. Hjemmesiden giver desuden børnene mulighed for at oprette en personlig dagbog. Hjemmesiden henvender sig primært til de 8-14 årige.

- Læs mere på: www.morogfarskalskilles.dk

FRIVILLIGE OPGAVER/JOBS

April 2007

Bliv frivillig i Blå Kors Genbrug

Har du tid og lyst til at bruge 3-4 timer om ugen som frivillig medarbejder i en Blå Kors genbrugsbutik?

Vi søger engagerede og ansvarsbevidste frivillige, med blik for moden og det spændende tøj, der vil deltage i arbejdet med at klargøre og sælge tøjet i vores butik. Butikken sælger tøj og sko til voksne.

Opgaverne er mangeartede fx kundebetjening, tøjsortering, rensning og strygning, prismærkning, vinduesdekoration samt rengøring af butik og lager.

Arbejdet er ulønnet og tilrettelægges i samarbejde med andre frivillige. Du kommer til at indgå i en fast vagt nogle timer om ugen. Vi er mange forskellige mennesker i alle aldre. Vi har det sjovt og godt sammen. Kom uforpligtende og mød os, og se om det er noget for dig.

Blå Kors Danmark er en kirkelig, social organisation, som tilbyder støtte, rådgivning og behandling til alkoholafhængige og deres familier. Organisationen driver behandlingshjem, ambulatorium, bosteder, pensionater, væresteder og genbrugsbutikker, telefon- og internetrådgivning samt pårørende projekter over hele landet.

Hvis du har tid og lyst til at blive frivillig i Blå Kors Genbrug så kontakt gerne:

- Blå Kors Genbrug – Budolfi Plads 7 – Aalborg
- Kontaktperson: Lissy Hejslet Jørgensen - Tlf: 4018 5350

Frivillige lektiehjælpere søges til biblioteker i Aalborg

Hovedbiblioteket og Trekanten Bibliotek & Kulturhus opretter nu i samarbejde med Dansk Flygtningehjælp to lektiecaféer for tosprogede børn i Aalborg.

På Hovedbiblioteket starter lektiecafeen onsdag den 11. april, og på Trekanten er der start torsdag den 12. april. Begge steder er der åbent mellem kl. 14 og 15.30.

Der søges frivillige til lektiecaféerne, der kan afsé et par timer ugentlig som frivillig lektiehjælper. Det er ikke en forudsætning, at man har en faglig undervisningsbaggrund, men interesse for og lyst til at arbejde med andre kulturer, er naturligvis en fordel.

Dansk Flygtningehjælp yder konsulentbistand samt tilbyder gratis kurser og temadage for de frivillige, der indgår i frivillig-netværket.

For yderligere information kontakt gerne:

- Konsulent i Dansk Flygtningehjælp **Henrik Bo Rasmussen**, tlf: 9877 0968 / 2095 5909, mail: henrik.bo.rasmussen@drc.dk
- Du er også velkommen til at henvende dig personligt på Hovedbiblioteket eller Trekanten

Frivillige kontaktfamilier søges til projekt i Aalborg

Frivillige familier søges til at fungere som kontaktfamilie for voksne personer med en sindslidelse. Nogle personer med en sindslidelse har et meget spinkelt familienetværk og kan derfor gennem jer få mulighed for at være en del af en familie.

- Kontaktperson: Lene Due – Tlf: 9931 3126 / 2520 3126

Forårsrensning i den danske natur - meld dig til affaldsindsamlingen 2007!

Søndag den 15. april 2007 afholder Danmarks Naturfredningsforening en landsdækkende indsamlings af affald i naturen – og vi har brug for din hjælp.

Sidste år deltog over 16.000 frivillige børn og voksne i den landsdækkende affaldsindsamling, og der blev fjernet 71 ton affald fra den danske natur.

Hvis du vil være med til at gøre en væsentlig forskel for naturen i Danmark, så hjælp Danmarks Naturfredningsforening med at skaffe deltagere til landsindsamlingen af affald søndag den 15. april.

- Læs mere på: www.dn.dk/affald

Fundraiser søges til Stress Foreningen

Hvis du har lyst til at lægge nogle timer i et innovativt og visionært miljø, så har vi en udfordring til dig! Har du erfaring med fundraising? Har du gode idéer til, hvordan man kan fundraise på nye måder? Så er du måske den person Stress Foreningen står og mangler.

Som fundraiser er dine arbejdsområder:

- Aftaler med sponsorer og indhentning af sponsorater
- Ansøgninger til offentlige og private fonde
- Planlægning, udvikling og sikring af Stress Foreningens aktiviteter og finansieringsplaner

Disse opgaver vil stille følgende krav til dig:

- At du har erfaringer med forskellige former for fundraising eller andre former for skriftlige og mundtlige ansøgninger/henvendelser
- At du har et kreativt, strategisk og økonomisk talent
- At du er udadvendt og kommunikerende

Vi kan tilbyde:

- Et innovativt, visionært arbejdsmiljø, med gode muligheder for socialt samvær og udfordringer
- Gode muligheder for at opøve, udvide og afprøve dine kompetencer
- Mulighed for at skabe dit eget projekt eller få indflydelse på igangværende aktiviteter
- Erfaring med en ung organisation og chance for at præge dens udvikling

Hvis du vil vide mere så kontakt:

- Stress Foreningen – Tlf: 2063 5344 – Mail: stressforeningen@yahoo.dk
- Læs mere på: www.stressforeningen.dk

Bliv frivillig besøgsven i Dansk Røde Kors

Brug et par timer om ugen til at være besøgsven hos et ensomt menneske.

Lige nu venter flere ældre mennesker i Aalborg på at få en besøgsven. De har brug for kontakt med omverdenen. Som besøgsven bliver du et værdifuldt bindeled til verden uden for hjemmet. Du bliver inviteret indenfor en gang om ugen til oplevelser, der giver gensidig glæde.

Vi er mange ”Røde Kors venner” i Aalborg afdelingen, som på mange andre områder har et hyggeligt samvær. Tag del i dette samvær og gør dit liv mere indholdsrigt.

Kontakt gerne undertegnede og hør nærmere om, hvad det er at være besøgsven hos Røde Kors.

- Annette Poulsen – Tlf: 2891 3666 – Mail: besoeg@drk-aalborg.dk

Aktivitetsmedarbejder ved B-ørnereden

B-ørnereden er et kristent værested for børn. Arbejdet i B-ørnereden er primært baseret på frivillige medarbejdere.

Ugen igennem mødes mange børn i alderen 7-12 år i B-ørnereden for at hygge sig sammen, spille spil og deltage i forskellige aktiviteter.

Der er pigedag hver mandag, drengedag hver tirsdag, onsdag eftermiddag er der råhygge for teenagerne og torsdag er der fællesdag for både drenge og piger.

Jobbeskrivelse:

- Du skal have kreative evner (fx lave smykker, støbe lys, musiske evner)
- Du skal have lyst til at bruge fritiden optimalt sammen med børnene og påvirke dem med positive og kreative input
- Hvad enten du er ung eller i en moden alder, kan vi bruge dig
- Du skal underskrive en børneattest

Vi tilbyder:

- Du får mulighed for at drage omsorg for børn i alderen 7-12 år, der har været udsat for omsorgssvigt og har brug for et knus
- Du er med til at give børnene nogle hyggelige timer og tale med dem om livet på godt og ondt

Henvendelse til:

- B-ørnereden – Tornhøjvej 4, 1. sal – 9220 Aalborg Øst – Tlf: 9815 2773
- Daglig leder John Erik Knudsen - Tlf: 2573 2373 – Mail: jek@b-oernereden.dk
- Læs mere på: www.b-ornereden.dk

Se flere frivillige opgaver/jobs på www.frivillighuset.dk

De Frivilliges Hus er en dør ud til den frivillige verden i Aalborg. De Frivilliges Hus støtter, synliggør og sparrer det frivillige sociale arbejde og de frivillige sociale foreninger i Aalborg Kommune. Vi er et hus, du kan bruge som borger, som frivillig, som forening og hvis du arbejder indenfor den sociale sektor.

De Frivilliges Hus i Aalborg er en selvejende institution uafhængig af offentlige, politiske, religiøse og økonomiske interesser. I bestyrelsen sidder repræsentanter fra de frivillige organisationer, Aalborg Kommune og personalegruppen i De Frivilliges Hus. Huset drives af lønnede og frivillige i fællesskab. Husets udgifter dækkes via kommunale tilskud, offentlige puljer, private fonde og sponsorater.

De Frivilliges Hus arbejder for:

- At alle borgere i Aalborg Kommune med lyst og overskud, skal kunne deltage i frivilligt arbejde under de bedst mulige betingelser.
- At de lokale frivillige organisationer og foreninger får optimale arbejdsbetingelser og mulighed for at udvikle sig på egne betingelser.
- At nye foreninger og projekter inden for det lokale frivillige sociale arbejde/område får den bedst mulige start.
- At alle med behov for hjælp får kendskab til den støtte, de kan hente i den frivillige verden.
- At indsamle og formidle viden om det frivillige sociale arbejde.
- At medvirke til en ansvarlig og kvalificeret socialpolitisk debat i lokalsamfundet.

De Frivilliges Hus

Badehusvej 1, st.

9000 Aalborg

Tlf: 9811 1344

Mail: frivillighuset@frivillighuset.dk

Web: www.frivillighuset.dk

Åbningstider:

- Mandag-torsdag kl. 9-15
- Fredag kl. 9-13.30

Har du kommentarer, ideer til artikler, jobs, ris eller ros vedrørende nyhedsbladet, så er du velkommen til at kontakte redaktionen på tlf: 9811 1344 eller skrive til: morten@frivillighuset.dk

Du kan altid tilmelde/afmelde dig De Frivilliges Hus nyhedsblad via mail, telefon eller brevpost.

- Tlf: 9811 1344 – Mail: morten@frivillighuset.dk

Har du i øvrigt ideer eller forslag til kort information om frivilligt socialt arbejde, som kan have interesse for nyhedsbladets abonnenter, hører vi også meget gerne fra dig.

Læs de tidligere udsendte nyhedsblade på: www.frivillighuset.dk (findes under nyheder)

Næste nyhedsblad udkommer maj 2007.