

NYHEDSBLAD DE FRIVILLIGES HUS

Februar 2007

Frivillige indvandrere søges til Aalborgs sociale foreninger De Frivilliges Hus åbner to satellit-afdelinger i Aalborg og udgiver folder

De Frivilliges Hus sætter fokus på etniske minoriteter og frivilligt socialt arbejde

De Frivilliges Hus vil i den kommende tid iværksætte en massiv hvervekampagne, som skal få flere flygtninge og indvandrere i Aalborg Kommune til at interessere sig for og engagere sig i frivilligt socialt arbejde. Og ligeledes vil der blive gjort en ekstra indsats for at gøre de lokale foreninger og organisationer opmærksomme på, at de med fordel kan rette større fokus på at rekruttere nye/flere medlemmer og frivillige blandt etniske minoriteter.

De Frivilliges Hus åbner satellitter i Aalborg Øst og i Nørresundby

De Frivilliges Hus åbner sidst i januar 2007 to mobile satellit-afdelinger i Aalborg for derigennem at komme i kontakt og dialog med de etniske minoriteter i deres nærområde. Det gælder således om at få information ud til de etniske minoriteter om mulighederne for at engagere sig som frivillig i en lokal forening, og om at arbejdet som frivillig ofte giver kompetencer og meritter, der tæller positivt i forhold til uddannelse og jobsøgning (bedre integration).

Det er tanken, at satellitterne kun skal være delvist fastboende på lokaliteterne i Nørresundby og Aalborg Øst og ellers ”frit svævende” – dvs. at de fra gang til gang evt. kan flyttes til de lokale indkøbscentre og uddannelsessteder, hvorfra medarbejdere fra De Frivilliges Hus i Aalborg så vil informere om frivilligt socialt arbejde og hvilke typer frivilligjobs der er, samt dele materialer ud.

Der åbnes en satellit på **Løvvangens Bibliotek i Nørresundby:**

- Tirsdage kl. 14-16 – første gang 30. januar 2007

Der åbnes en satellit på **Kulturhuset Trekanten i Aalborg Øst:**

- Onsdage kl. 14-16 – første gang 31. januar 2007

De Frivilliges Hus udgiver folder

I forbindelse med åbningen af de to satellit-afdelinger i henholdsvis Nørresundby og Aalborg Øst har De Frivilliges Hus udgivet en ny folder **Bliv frivillig – brug for frivillige med etnisk minoritetsbaggrund**, som primært henvender sig til etniske børn, unge og voksne.

- Folderen er vedlagt denne måneds nyhedsblad – flere eksemplarer kan evt. rekvireres hos De Frivilliges Hus

For yderligere oplysninger om De Frivilliges Hus integrationsprojekt, satellitterne og folderen kontakt gerne:

- De Frivilliges Hus
- Projektleder Katja Jørgensen – Tlf: 9811 1344 – Mail: katja@frivillighuset.dk

Aldersbetingede udfordringer – Depression og livstræthed Indsats til forebyggelse af selvmord blandt ældre i Region Nordjylland

Center for Selvmordsforebyggelse og De Frivilliges Hus indbyder i februar og marts 2007 til en foredragsrække om: Aldersbetingede udfordringer – Depression og Livstræthed.

De 4 foredrag har overskrifterne:

- Tab, kriser og sorg hos ældre mennesker – 26. februar 2007 kl. 19.00-21.30
- Depressioner hos ældre mennesker – 5. marts 2007 kl. 19.00-21.30
- Livstræthed og livsmæthed – 12. marts 2007 kl. 19.00-21.30
- Værdighed er livsvigtigt i alderdommen – 26. marts 2007 kl. 19.00-21.30

Hensigten med foredragene er, at give både det offentlige og det frivillige netværk omkring ældre en mulighed for at blive klogere på de aldersbetingede udfordringer, som de fleste ældre mennesker på et eller andet tidspunkt møder i deres liv.

Tilmelding til foredrag kan foretages til:

- De Frivilliges Hus – Morten Larsen – Tlf: 9811 1344 – Mail: morten@frivillighuset.dk
- 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 meget mere om arrangementet i folderen, som er vedlagt nyhedsbladet

Inspirationskurser for frivillige Næste inspirationskursus afvikles 20. & 21. februar 2007

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 8 – tirsdag den 20. & onsdag den 21. februar 2007, begge dage kl. 9.30-15.30 i De Frivilliges Hus, Badehusvej 1, 9000 Aalborg
- Derudover er der planlagt inspirationskurser i uge 12 (21. & 22. marts 2007) samt i uge 19 (9. & 10. maj 2007)
- Tilmelding til De Frivilliges Hus – Tlf: 9811 1344 – Mail: knud@frivillighuset.dk

De Frivilliges Hus kalender

Få gratis omtale af din forenings arrangement

Husk du/din forening har mulighed for at synliggøre jeres arrangementer via De Frivilliges Hus elektroniske kalender. Du kan finde kalenderen på: www.frivillighuset.dk

- 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

Information om Stress Foreningen

Personlig og telefonisk rådgivning og vejledning

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.

Stress Foreningen kan tilbyde dig fuld anonymitet, og den du taler med har tavshedspligt.

- 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

Depressionsforeningen starter selvhjælpsgruppe i Aalborg

Mellem 200.000 og 250.000 danskere er årligt ramt af depression. Det kan være dig, en i din familie, din nabo eller en kollega. Det er en alvorlig sygdom, som har store konsekvenser for ens evne til at deltage i livet.

De mest almindelige symptomer på depression er: tristhed og tomhedsfølelse, manglende evne til at glædes eller begejstres, dårlig koncentrationsevne og hukommelse, ubeslutsomhed, træthed og søvnforstyrrelser, fysiske symptomer som fx hovedpine, svimmelhed og mavepine, angst, skyldfølelse, selvbeprejelser, selvhad og tanker som ofte kredser omkring døden. Enkeltvis og i kortere tid er disse symptomer normale. Men er der mange på en gang, og strækker det sig over en lang periode, hvor det påvirker dagligdagen markant, kan det være tegn på en depression.

Depressionsforeningen startede i januar 2007 en ny lokalgruppe/selvhjælpsgruppe i Aalborg. Det er Mette Holmgaard, der har taget initiativ til at starte den nye gruppe, og gruppen mødes hver 14. dag i De Frivilliges Hus i Aalborg.

Hvis du vil høre mere om den nye gruppe, så kontakt:

- Mette Holmgaard – Tlf: 2246 1106 – Mail: holmgaardmette@hotmail.com
- Læs mere på: www.depressionsforeningen.dk

Goddag møde i Frivillighedsformidlingen i Sejlflod

De Frivilliges Hus inviterer til en hyggelig aften d. 14. februar kl. 19.00

De Frivilliges Hus inviterer hermed alle interesserede borgere og lokale foreninger og organisationer i den tidligere Sejlflod Kommune til en hyggelig aften i Frivillighedsformidlingen.

De Frivilliges Hus har til opgave at servicere de frivillige sociale foreninger, hvis arbejde mange borgere i ny Aalborg Kommune nyder godt af. Vi giver sparring, laver kurser for jer, hjælper med udvikling af jeres forening, løser konkrete opgaver for jer såsom at få flere frivillige, finde penge, finde lokaler osv. – og det koster ingenting at bruge vores viden og kunnen. Derudover bliver I selvfølgelig inviteret med til alle vores arrangementer i årets løb – sociale såvel som faglige.

På mødet d. 14. februar vil vi gerne præsentere os selv og alle de ting, vi byder ud som en service til dig og din forening. Og der vil selvfølgelig være noget kaffe/the og noget blødt brød til at fordøje det hele med. Det bliver en aften, hvor vi vil få grinet og snakket og forhåbentlig blive en del klogere på hinanden. Vi håber meget I har tid og lyst til at bruge en aften sammen med os – vi glæder os til at møde jer alle. Mange hilsner fra personalet i De Frivilliges Hus.

Tilmelding til:

- De Frivilliges Hus – Tlf: 9811 1344 – Mail: frivillighuset@frivillighuset.dk
- Tilmelding senest d. 13. februar kl. 15 – vi vil gerne vide hvor mange I kommer fra hver forening

Støtte til frivilligt socialt arbejde i Aalborg Kommune

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. Udvalget for Sundhed og Bæredygtig Udvikling har på et møde den 10. januar 2007 behandlet ansøgninger fra Aalborgs frivillige sociale foreninger om tilskud til frivilligt socialt arbejde i 2007. Bevillingsskrivelsen/svar skulle på nuværende tidspunkt være sendt til alle ansøgere. Der er således uddelt 3,4 mio. kr. til mere end 200 forskellige foreninger i Aalborg Kommune.

- En samlet oversigt over tilskudsmodtagere og tilskudsbeløb kan findes på Aalborg Kommunes hjemmeside: www.aalborgkommune.dk

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

Dannelse af et Frivilligråd i ny Aalborg Kommune

Igennem længere tid har en gruppe frivillige fra Aalborg, Nibe, Hals og Sejlflod arbejdet med et forslag til, hvordan hele frivilligområdet i Aalborg Kommune fremover skal organiseres. En arbejdsgruppe er nu nedsat til at udarbejde et forslag til dannelse af et **Frivilligråd**.

Når et udkast til vedtægter foreligger, vil alle interesserede borgere og foreninger i den nye Aalborg Kommune blive indkaldt til stiftende møde til valg af frivillige repræsentanter til et Frivilligråd for hele Aalborg Kommune.

For yderligere oplysninger kontakt:

- Tove Pedersen (Hals) – Mail: tovep@pedersen.mail.dk
- Thorkild Bach (Aalborg) – Mail: th.bach@post1.tele.dk
- Susanne Talbot (Sejlflod) – Mail: administration@kongprod.dk
- Birgit Sohn Christensen (Nibe) – Tlf: 9835 1333

Det Store Frivilligmarked 2007

Hvert år den første lørdag i september afholder de frivillige sociale foreninger Frivilligmarked på Gammel Torv i Aalborg – i år lørdag den 1. september.

I år bliver det 12. gang, der afholdes Frivilligmarked i Aalborg. Markedet er foreningernes årlige udstillingsvindue, hvor man dels mødes med kollegerne fra de andre foreninger, dels får en mulighed for at møde byens borgere i øjenhøjde og få en uforpligtende snak om de tilbud, foreningerne har.

Vi er knapt nok ude af vinteren, så der er heldigvis længe til efteråret, men alligevel:

De indledende forberedelser begynder allerede nu til Frivilligmarked 2007, intensiveres i løbet af foråret, for at være stort set færdige, når sommerferien nærmer sig.

De Frivilliges Hus står for tilrettelæggelsen af markedet, men vi vil meget gerne have inspiration fra foreninger, som kunne tænke sig at bidrage med nye ideer til dagens forløb, og som f.eks. har forslag til musikprogrammet, maden eller andet vedrørende markedet. Alle der kunne tænke sig at deltage i planlægningen kan henvende sig til:

- De Frivilliges Hus – Tlf: 9811 1344 – Mail: charlotte@frivillighuset.dk i løbet af februar. Så indkaldes alle interesserede til et møde i løbet af foråret.

Selvskadende unge får anonym rådgivning

Tusindvis af unge danskere skamferer hver dag sig selv med knive og glasskår i et forsøg på at skære den indre smerte bort. Landsforeningen mod Spiseforstyrrelser vil nu hjælpe unge cuttere med en telefonisk rådgivning og fremtidige støttegrupper.

- Du kan ringe til Landsforeningen mod Spiseforstyrrelser's telefoniske rådgivning hver mandag-torsdag mellem kl. 18.00-20.00 på tlf: 7010 1818. Dog ikke på helligdage.
- Du er velkommen til at henvende dig anonymt til rådgivningen.
- Du kan også benytte mailrådgivning på: raadgivning@spiseforstyrrelser.dk
- Læs mere på: www.spiseforstyrrelser.dk

Temaaften om demens

Mandag d. 19. februar kl. 18.30-22.00 på Hotel Hvide Hus i Aalborg

Styrelsen for Specialrådgivning og Social Service afholder temaaften om demens og de problemer og udfordringer, man har som pårørende, frivillig eller hvis man selv har fået en demensdiagnose.

Tilmelding og information:

- www.spesoc.dk/demens2007 eller på tlf: 7023 0670 (der er gratis adgang til temaaftenen)

Demens-café i Aalborg

I Danmark skønnes ca. 80.000 mennesker at lide af demens. Størstedelen af dem har alzheimers. Der opstår ca. 20.000 nye demenstilfælde om året.

Aalborg Kommune har i samarbejde med Alzheimerforeningen åbnet en demens-café for yngre demente i Seniorhuset i Aalborg. Tilbuddet er det eneste af sin slags i Nordjylland og er åbent for alle. Det er et mødested for primært yngre mennesker med demens, for venner og pårørende. Du kan mødes med andre i samme situation, udveksle erfaringer, få nye bekendtskaber, få råd og vejledning. En medarbejder fra Aalborg Kommune kan orientere om de kommunale tilbud.

- Mødestedet har til huse i Seniorhuset, Aagade 9, 9000 Aalborg
- Mødestedet har åbent sidste onsdag i hver måned kl. 17.30-20.00
- Nærmere oplysninger kan fås ved henvendelse til demensleder i Aalborg Kommune Jette Paulin, tlf: 9931 5902, mail: jpa-ah@aalborg.dk
- Du kan også kontakte Alzheimerforeningen i Nordjylland v/Gunver Folmand på tlf: 9831 8328
- Læs mere på: www.alzheimer.dk

Den Sociale Skadestue i Aalborg

Et tilbud i aften- og nattetimerne til alle, der har brug for en at tale med

Vi kan alle i en periode af vores liv have problemer eller behov for nogen at tale med. Til dette formål findes Den Sociale Skadestue.

På Den Sociale Skadestue, som består af et team af professionelle og et antal frivillige medarbejdere, kan du få en snak om det, der rører sig i dig og dit liv fx samlivsproblemer, overgreb, sorg, kærestesorg, problemer på arbejdspladsen, ensomhed og andre former for livskriser. Ingen problemer er for små, og det er dig, der bestemmer, hvad vi skal tale om.

Den Sociale Skadestue kan tilbyde dig fuld anonymitet, og den du taler med har tavshedspligt. Vi tager os god tid til at lytte, støtte og vejlede.

- Den Sociale Skadestue har åbent for såvel personlig som telefonisk henvendelse fra kl. 20 til kl. 09 – hele ugen, året rundt.
- Den Sociale Skadestue holder til i Vor Frue Stræde 6, 9000 Aalborg og vores telefon nr. er 9812 3292. Yderligere information kan fås på: www.densocialeskadestue.dk

Startskud til ny sundhedspolitik i Aalborg Kommune Aalborg Kommune skal have KRAM

En ny undersøgelse i Region Hovedstaden har netop vist, at der kan spares op til 15 mia. kr. i et sundhedsbudget på 25 mia. kr., hvis kommunerne bliver bedre til at forebygge sygdomme. Forskerne vurderer således, at 60% af de sygdomme, der behandles i dag, kan forebygges, fordi det drejer sig om livsstilssygdomme. Spørgsmålet er bare, hvilke sygdomme forebyggelsesindsatsen skal rette sig mod, for der er store forskelle kommunerne imellem, ligesom der er stor social ulighed i sygdommene. Derfor er de danske kommuner nu i gang med at udarbejde sundhedsprofiler, for på den måde, at kunne målrette deres sundhedstilbud mod de livsstilssygdomme, som er mest fremherskende i netop deres kommune. I Aalborg er man også allerede godt i gang.

Aalborg Kommunes nye forvaltning Sundhed og Bæredygtig Udvikling er netop gået i gang med at udvikle en sundhedspolitik for kommunens borgere med fokus på sundhedsfremme, forebyggelse og genoptræning. Sundhedspolitikens temaer handler i Aalborg bl.a. om kost, røg, alkohol, motion, sunde medarbejdere i Aalborg Kommune samt fokus på borgere med kroniske sygdomme.

Statens Institut for Folkesundhed under Indenrigs- og Sundhedsministeriet udpegede for nylig Aalborg som forsøgsområde for sundhedsprojektet KRAM – kost, røg, alkohol og motion. Alle borgere i Aalborg Kommune over 18 år vil derfor i løbet af 2007 modtage et spørgeskema om deres helbred, vaner og uvaner – og 3.000 vil efterfølgende blive valgt ud til at deltage i et særligt grundigt sundhedstjek.

Du kan følge den videre udvikling af Aalborg Kommune sundhedspolitik og komme med dine gode ideer og input.

- Klik ind på: www.aalborgkommune.dk/sundhed

Sorg på skoleskemaet i Aalborg

Mange danske børn oplever hvert år at komme i skole efter at have mistet en forælder. Mindst 4.000 børn i alderen 0-18 år mister hvert år enten deres far eller mor.

Klostermarksskolen i Aalborg har i samarbejde med Kræftens Bekæmpelse banet vejen for etablering af sorggrupper drevet af skolens lærere. Det er ofte barnets lærere, som opdager væsentlige ændringer i barnets adfærd. Det er derfor nærliggende, at det er dem, som hjælper barnet videre. De kender barnets behov, situation og hverdag. Og deltagelse i en sorggruppe kan i mange tilfælde hjælpe børnene med at få bearbejdet deres sorg, sat ord på deres følelser og give dem mulighed for at møde ligesindede.

Klostermarksskolen i Aalborg har det seneste år drevet sin egen sorggruppe, **Engleklubben**. Skolen har 500 elever, hvoraf 20 har mistet en forælder, og 8 af dem går i sorggruppen. Udover at gruppen drives af lærere, er det særlige ved den, at den indarbejdes som en fast bestanddel af børnenes skoleskema – to timer hver 14. dag. I stedet for at have fx to dansktimer, skal børnene altså til møde i sorggruppen.

- Få yderligere oplysninger hos SFO-leder, Helle Olsen - Mail: heo@klostermarksskolen.dk
- Læs mere om sorggrupper for børn på: www.hasseriskirke.dk, www.cancer.dk og www.bornsvilkar.dk

Hverdagsliv som medicin - stærke familier hjælper psykisk syge

Projekt netværksfamilier for psykiatribrugere

Ophold i en velfungerende familie kan være vejen til et bedre liv med mindre afhængighed af behandling for svært psykisk syge. Projekt netværksfamilier er et nyt landsdækkende forsøg, der skal hjælpe psykisk syge til at fungere bedre socialt. Grundidéen bag forsøget er, at den psykisk syge bliver integreret i hverdagen hos almindelige og velfungerende familier som supplement til behandlingen i den traditionelle psykiatri. Tilbuddet henvender sig til psykisk syge, som har spinkle eller belastede sociale netværk og en stor afhængighed af professionelle hjælpere.

- Læs mere på: www.socialpsykiatri.dk

Kontaktfamilier for sindslidende i Aalborg

Center for Sindslidende i Aalborg har det sidste års tid via projektet **Kontaktfamilier for sindslidende** forsøgt at matche voksne enlige sindslidende, der mangler nære familiære og sociale relationer med frivillige kontaktfamilier. Formålet med projektet er at etablere en familiekontakt med henblik på uforpligtende samvær. Filosofien er, at det vil give den sindslidende nye kræfter og bedre livskvalitet at genopleve livet uden for den psykiatriske system. Relationer og det at være en del af en familie er væsentligt for alle – også sindslidende. Samværet mellem den sindslidende og vedkommendes kontaktfamilie finder typisk sted 2-3 gange om måneden. Aalborg projektet er i øvrigt også med i det netværk, som er etableret i forbindelse med det nye ovenfor omtalte landsdækkende forsøg.

- Vil du vide mere så kontakt: Lene Due – Tlf: 9931 3126 – Mail: ldu-aeldre@aalborg.dk

Det gode liv i ny Aalborg Kommune

Under overskriften **Det gode liv** har folkebibliotekerne i Aalborg, Hals, Nibe og Sejlflod i hele 2006 lavet forskellige kulturelle arrangementer, med det formål, at bringe kulturaktører sammen på tværs og bidrage til at skabe en ny fælles kultur i den nye Aalborg Kommune.

Samarbejdet har nu resulteret i udgivelsen af en bog med en buket af bidrag fra hele det nye Aalborg, hvor børn og voksne i tekst og billeder har givet deres personlige bud på: Det gode liv i den ny Aalborg Kommune. En af de lokale personligheder, der giver et bud på, hvad det gode liv er, er Tove Pedersen, som har skrevet om **Mit liv i den frivillige verden**. Her fortæller Tove Pedersen om hendes livslange foreningsarbejde og om de mange spændende og gode oplevelser hun igennem årene har haft ved at arbejde som frivillig og sammen med andre frivillige.

Læs hele Tove Pedersens spændende bidrag og mange andre i bogen **Det gode liv – kulturen som sammenhængskraft**, der kan rekvireres gratis hos Aalborg Bibliotekerne, så længe lager haves.

Ny kursussæson for frivillige i foråret 2007

Center For Frivilligt Socialt Arbejde har nu udsendt forårets kursuskatalog med 20 forskellige kurser for frivillige i frivillige sociale organisationer. Det er gratis for dig at deltage i kurserne, hvis du er frivillig inden for det sociale og sundhedsmæssige område.

- Tilmelding til kurserne kan ske via hjemmesiden www.frivillighed.dk
- Du kan bestille kataloget på tlf: 6614 6061 eller hente et eksemplar i De Frivilliges Hus

FRIVILLIGE OPGAVER/JOBS

Februar 2007

Ensom Ung Aalborg - Chatside for ensomme unge søger frivillige

Kunne du tænke dig at møde mennesker, der brænder for at:

- Gøre en forskel for andre mennesker
- Knytte bånd mellem ensomme mennesker
- Se muligheder frem for begrænsninger

Så kunne Ensom Ung Aalborg være stedet at møde dem. Ensom Ung konceptet er en aktivitet, som hører under Ungdommens Røde Kors Aalborg.

Ensom Ung bygger på hjemmesiden www.ensomiaalborg.dk, der er et chatbaseret mødested for unge mellem 15 og 30 år i Aalborg og omegn. Aktiviteten henvender sig til unge, der enten føler sig ensomme, eller som har lyst til at få et socialt netværk. På chatten har de unge mulighed for at snakke med hinanden og med de frivillige tilknyttet aktiviteten. Chatten er på nuværende tidspunkt åben hver torsdag og søndag kl. 19.00-22.00.

Din opgave som frivillig

For at være frivillig i Ensom Ung Aalborg skal du være mellem 18 og 30 år. Du skal være afklaret med dig selv og have et personligt overskud. På chatten er opgaven at holde styr på, hvad der bliver sagt og gjort og dels at holde gang i snakken blandt brugerne. Du skal have mindst to vagter om måneden og deltage i de månedlige møder, hvor der bl.a. uddeles vagter, planlægges arrangementer og deles erfaringer. Derudover ser vi gerne, at den frivillige deltager på et arrangement cirka hver tredje måned.

Udover chatten deltager de frivillige i de arrangementer, der løbende finder sted. Der er cirka 1-2 arrangementer om måneden, hvor der minimum er to frivillige til stede. Her er opgaven, at sørge for de praktiske ting såsom bestilling af bowlingbane, lokalereservation m.m. Til selve arrangementet er det den frivilliges opgave at sørge for at alle samles og skabe en god stemning deltagerne imellem.

Hvis du vil vide mere så kontakt Ensom Ung Aalborg:

- Projektansvarlig Cathrine Ibsen – Tlf: 5180 3137 – Mail: cathrine@urk-aalborg.dk

Vi glæder os til at høre fra dig!

Bliv frivillig hos Ældre hjælper Ældre

Bliv frivillig hos Ældre hjælper Ældre.

- Ældre hjælper Ældre – Seniorhuset – Aagade 9 (ved Grønttorvet) – 9000 Aalborg
- Kontakt os gerne på tlf: 9816 3236
- Kontoret har åbent hver tirsdag for nye frivillige fra kl. 10.00-13.30

Cisem søger frivillige kvinder og mænd

Cisem – Center for incestramte & seksuelt misbrugte - søger frivillige kvinder eller mænd, der brænder for at indgå i et samarbejde til gavn for incestramte og seksuelt misbrugte.

Vikar

Som vikar skal du åbne centeret, lave kaffe, dække bord, tage imod nye medlemmer, besvare telefonen og lukke og slukke, når aftenen er slut. Du skal være mindst 25 år samt være åben for på sigt at indgå som vagtafløser.

Vagtafløser

Som vagt skal du kunne udvise empati for de incestramte og det, de fortæller. Du skal være lyttende og kunne rumme andres følelser og historie. Du skal være engageret, ansvarlig, pligtopfyldende og samarbejdsvillig.

Du deltager i onsdagsgruppen, hvor der er gruppeterapi med den tilknyttede terapeut.

Du skal besvare telefonen og tage imod nye, der måtte komme i løbet af aftenen og være den, der tager enesamtaler, hvis nogen har brug for det.

For vagtafløseren gælder, at du skal møde hver onsdag (så vidt overhovedet muligt) og være tilstede som før i mindst 3 måneder.

Vi kan tilbyde dig

Mulighed for at videreudvikle dine samtaleevner med mennesker, som bearbejder svære oplevelser. Du vil opleve glæden ved at give til andre. Mulighed for supervision.

For yderligere oplysninger kontakt:

- Erni Galgani – Tlf: 2066 0150 – Mail: info@cisem.dk

Lektiecafé i Aalborg Øst søger frivillige

Nystartet lektiecafé i Aalborg Øst søger frivillige, som kan hjælpe børn og unge med anden etnisk baggrund med lektiehjælp. Caféen har til huse i lokaler på kulturhuset Trekanten.

Jobbeskrivelse

- Du skal hjælpe børn og unge med anden etnisk baggrund med lektiehjælp
- Du skal være faglig stærk i faget dansk, tysk eller matematik på gymnasium niveau
- Du skal være ansvarsbevidst og stabil
- Du skal være engageret og pædagogisk orienteret

Vi tilbyder:

- Du får mulighed for at udvikle dine faglige og personlige kompetencer
- Et job med ansvar
- Du får mulighed for at hjælpe børn og unge med at få større udbytte af deres skolegang
- En mulighed for at hjælpe integrationen på vej

Hvis du har lyst til at være lektiehjælper og/eller vil vide mere så kontakt gerne:

- Nordjyllands Internationale Klub
- Formand Ahmed Garad – Tlf: 2086 5670 – Mail: garad@sol.dk

Varmestuens Genbrugsbutik søger frivillige medarbejdere

Varmestuens Genbrugsbutik – som er en del af Kirkens Korshær – søger modne mennesker til arbejdet i genbrugsbutikken. Overskuddet fra genbrugsbutikken går direkte til det sociale arbejde i Varmestuen. Har du lyst til at arbejde med genbrug, og kan du tage en ugentlig vagt eller en vagt hver 14. dag, så hører vi gerne fra dig.

Ring for nærmere oplysninger:

- Eva Lillelund – Kirkens Korshærs Varmestue – Østerbro 20 - 9000 Aalborg
- Tlf: 9813 9437

Bliv frivillig telefonrådgiver på Livslinien

Livslinien er en frivillig humanitær organisation, der med telefon- og netrådgivning arbejder på at forebygge selvmord og selvmordsforsøg i Danmark. Livslinien søger frivillige til rådgivningen.

Er du et overskudsmenneske?

Brænder du for at hjælpe mennesker i krise? Har du en relevant faglig baggrund eller erhvervs erfaring – og et stort personligt overskud? Så bliv frivillig telefonrådgiver på Livslinien.

Engager dig – og få et personligt og fagligt udbytte

Livslinien tilbyder dig et tværfagligt miljø, hvor mange af dine personlige og faglige kompetencer kan komme i spil. Du får desuden mulighed for at videreudanne dig på en række kurser og uddannelsesforløb. Til gengæld forventer vi – udover de rette kvalifikationer – et stærkt engagement fra din side.

Som frivillig på Livslinien taler du med mennesker i krise, ofte mennesker med selvmordstanker.

- Ansøgningsfristen er den 15. februar 2007.
- Læs mere på www.livslinien.dk

Café Parasollen søger frivillige

Café Parasollen i Aalborg er en selvejende institution under KFUM's sociale arbejde.

Café Parasollen søger frivillige til:

- Administrativt arbejde (assistere ved bogføring, foretage indbetalinger m.m.)
- Grafisk designer (hjælp til grafisk design af foldermateriale, skiltning, brevpapir m.m.)
- Køkkenmedarbejder (lave mad, opvask, lager m.m.)
- Café medarbejder (rengøring og oprydning, betjene disken/kontakt til gæster, snakke/lytte)
- Aktivitetsmedarbejder (udvikle og styre kreative aktiviteter, fx billedkunst, musik)
- PR medarbejder (annoncering, branding, pressemeddelelser m.m.)

Henvendelse til:

- Café Parasollen – Gerda Stoltze – Tlf: 9810 9266 – Mail: café.parasollen@mail1.stofanet.dk
- Læs mere på: www.kfumsoc.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 marts 2007.