

NYHEDSBLAD

DE FRIVILLIGES HUS

Marts-April 2009

Frivilligdag på Aalborg Universitet 4. marts **Unge aalborgensere skal ud af røret og ud i det frivillige sociale arbejde**

Onsdag den 4. marts kl. 12.00-14.00 går De Frivilliges Hus og DPS – Dansk Psykolog Forenings Studenter Sektion – sammen om at lave en frivilligdag på Aalborg Universitet i humanioras kantine på Kroghstræde 3.

Formålet er at møde de unge ”på hjemmebane”, hvor de færdes til dagligt, og lade dem møde et bredt udvalg af Aalborgs mange frivillige sociale foreninger, som mangler unge frivillige. Der vil være fokus på, hvordan det frivillige sociale arbejde kan spille sammen med ung dagligdag, studieliv, karrierevalg og kompetenceudvikling.

Mange forskellige aalborgensiske foreninger og organisationer vil være repræsenteret på frivilligdagen med en stand, hvor de studerende kan få mere information om, hvordan de kan blive frivillige, og hvad de kan bruge det til i deres studieliv og fremtidige karriere.

Deltagerlisten omfatter bl.a.: Børns Voksenvenner, Kræftens Bekæmpelse, Den Sociale Skadestue, Ventilen, Café Væxt, Café Parasollen, Dansk Flygtningehjælp, Foreningen Grønlandske Børn, Cisem, Krisecentret for Kvinder, Kirkens Korshær, Kvinfos Mentornetværk og Ældre Sagen.



Trængsel foran Den Sociale Skadestues stand på frivilligdagen på Aalborg Universitet i marts 2008, hvor flere hundrede studerende benyttede frivilligdagen til at søge information om, hvordan de kan blive frivillige i en af Aalborgs frivillige sociale foreninger og organisationer.

Vil I med?
Invitation til Frivilligmarked 2009
Lørdag den 29. august kl. 11-15 på Gammel Torv i Aalborg

Hvad er Frivilligmarkedet?

Hvert år den sidste lørdag i august 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 14. 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 musikalsk underholdning, prisoverrækkelser, taler og events

Invitation til Frivilligmarked 2009

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 35-40 foreninger/stande på Gammel Torv, og der skal være mulighed for, at alle foreningstyper og lokalområder kan blive repræsenteret på markedet.

Ja, vi vil med til Frivilligmarked 2009!

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

- De Frivilliges Hus – Mølholmsvej 2 – 9000 Aalborg
- Lone Mortensen - Tlf: 9811 1344 – Mail: lonem@frivillighuset.dk
- Sidste tilmeldingsfrist til Frivilligmarkedet er den **8. juni 2009** – det er gratis at deltage
- Ved tilmelding til Frivilligmarkedet skal hver forening huske at udpege en kontaktperson og samtidig oplyse kontaktpersonens adresse, tlf. og mail.

De Frivilliges Hus står for tilrettelæggelsen af Frivilligmarkedet, men vi vil meget gerne have inspiration fra foreninger, som kunne tænke sig at bidrage med gode/nye idéer til dagens forløb. Alle der kunne tænke sig at deltage i planlægningen af årets marked og/eller har input/forslag til underholdningen, musikken, maden eller andet vedrørende markedet er velkomne til at henvende sig til De Frivilliges Hus.

De Frivilliges Hus tilbyder gratis rådgivning om frivilligt arbejde

De Frivilliges Hus er stedet, der samler alle tråde i det frivillige sociale arbejde i Aalborg. De Frivilliges Hus har mange tilbud til både borgere og foreninger.

Som frivillig, bestyrelsesmedlem eller ansat medarbejder i en frivillig social organisation kan du have brug for råd, vejledning, sparring og inspiration til dit frivillige arbejde.

Det kan du få hos De Frivilliges Hus, Mølholmsvej 2, 9000 Aalborg.
Kontakt os hverdage/dagligt på tlf: 9811 1344 mellem kl. 9.30-15.00 eller mød personligt op.

Informationsaften for nye frivillige

Torsdag den 12. marts 2009 kl. 17.00-20.00 i De Frivilliges Hus

Omtrent en tredjedel af alle voksne danskere er engageret i en eller anden form for frivilligt arbejde. I Aalborg Kommune er der op imod 35.000 personer, som bruger tid på frivilligt arbejde og heraf ca. 10.000, som yder en indsats for en social forening. De frivillige drager omsorg for ensomme, børn, ældre, misbrugere, flygtninge, psykisk og fysisk syge, handicappede, voldsramte kvinder og mange andre socialt udsatte grupper. Men der er brug for mange flere frivillige hænder i Aalborg.

De Frivilliges Hus inviterer derfor nye frivillige til en gratis informationsaften torsdag d. 12. marts kl. 17.00-20.00 i De Frivilliges Hus.

På én aften får du muligheden for at høre om mulighederne for at få et frivilligjob, der passer til dine ønsker, din kalender og dit liv. Vi vil præsentere foreninger indenfor forskellige kategorier, hvem du kan hjælpe og hvordan, reglerne for frivilligt arbejde og hvordan man kan bruge det frivillige sociale arbejde i ens hverdag og netværk.

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.

- Informationsaften torsdag 12. marts kl. 17.00-20.00, hvor der serveres et lettere traktament samt kaffe og te. Tilmelding til informationsaftenen senest 9. marts til De Frivilliges Hus, tlf: 9811 1344, mail: morten@frivillighuset.dk
- De Frivilliges Hus afvikler også informationsaften for nye frivillige tirsdag d. 21. april.

Kom og mød De Frivilliges Hus på forbrugermessen ”forår 2009”

Fredag d. 27., lørdag d. 28. og søndag d. 29. marts 2009 kl. 10.00-18.00

I dagene 27. til 29. marts 2009 slår Aalborg Kongres & Kultur Center traditionen tro dørene op til Danmarks store forbrugermesse, hvor udstillere fra hele landet står klar til at præsentere de seneste nyheder. Forårsmessen besøges sædvanligvis af 30.000 mennesker.

De Frivilliges Hus har i år en stand på forårsmessen, hvorfra medarbejdere vil fortælle om huset og om mulighederne for at yde en frivillig indsats til gavn for udsatte borgere i Aalborg Kommune.

De Frivilliges Hus er din dør til det frivillige sociale arbejde 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 inden for den sociale sektor. De Frivilliges Hus arbejder for, at alle borgere i Aalborg Kommune kan få et frivilligjob eller finde et frivilligt hjælpetilbud, som passer til netop deres behov/situation. De Frivilliges Hus får mange henvendelser fra mennesker med ondt i livet.

Vi har store ører – vi er gode til at lytte, og vi har overblikket på de hjælpemuligheder, der findes, og henviser til de lokale frivillige sociale foreninger, hvor folk kan få hjælp.

Så mød op på forårsmessen og få en snak med medarbejdere fra De Frivilliges Hus om, hvordan du kan hente erfaring og udvikle dine personlige og faglige kompetencer gennem frivilligt socialt arbejde – samtidig med at du gør en forskel for og giver en hånd til dem, der har brug for det. Hør om hvor (lidt) tid du skal bruge på det, hvor du kan arbejde og med hvad.

Hvordan beholder vi et aktivt lokalsamfund?

8 sikre bud på en god udvikling for et aktivt lokalsamfund

De Frivilliges Hus og Frivillighedsformidlingen i Gudumholm havde lørdag den 24. januar 2009 inviteret lokalområdet borgere, foreninger, frivillige, ildsjæle, tilflyttere, interesserede m.fl. til en **inspirationsdag/temadag** i medborgerhuset "Asylgården" i Gudumholm. Formålet med temadagen var i fællesskab at udvikle idéer til at udbygge og fremtidssikre områdets foreninger/aktiviteter, som året rundt skaber liv og aktivitet til glæde for borgerne.

Idékatalog – 8 sikre bud på en god udvikling for et aktivt lokalsamfund

1. Udgivelse af foreningernes fælles blad.
Opgave: indhold, opsætning, finansiering, udgivelse, distribution m.m.
2. Forbedre økonomien på tværs gennem ansøgning af midler.
Opgave: skrive ansøgninger, kontakte relevante partnere m.m.
3. Studietur for kommunens beslutningstagere – se høre og forstå.
Opgave: planlægge studietur for kultur- og fritidsliv, byråd, ældeudvalg, folkeoplysningsudvalg m.fl.
4. Profilere foreningernes formål og hvilke opgaver man som aktiv medborger bliver del af.
Få materialet præsenteret lokalt og i politiske sammenhænge.
Opgave: repræsentanter for foreningerne går sammen om beskrivelsen.
5. Fælles arrangement, der skaber interesse, engagement og fællesskab.
Opgave: skabe projekter på tværs, der samler og udvikler.
6. Introduktion til foreningsarbejde og til lokalområdet. Har du søgt uden at finde, så bliv guidet videre hos Frivillighedsformidlingen eller biblioteket.
7. Fremstille en aktivitetskalender, hvor alle foreninger kommer til orde.
Opgave: udarbejde og indsamle materiale til en papir- og elektronisk udgave og opsætte denne på relevante opslagstavler rundt om i kommunen.
8. Siddegymnastik.
Opgave: sikre at de gangbesværede borgere får motion og samvær.

Er du frisk på en/flere af opgaverne eller vil du vide mere så kontakt Frivillighedsformidlingen, tlf. 9831 6999 eller De Frivilliges Hus, tlf. 9811 1344, mail: frivillighuset@frivillighuset.dk
Vi vil gerne have din tilmelding senest onsdag den 18. marts.

Invitation til Torvedag 2009

Onsdag den 13. maj 2009 kl. 11.00-15.30 på Aalborg Sygehus Syd

Som nordjysk patientforening har I nu mulighed for at tilmelde jer torvedags arrangementet, der afvikles i samarbejde med Aalborg Sygehus. Formålet med torvedagen er at give de mange patientforeninger mulighed for at præsentere deres forening og foreningens tilbud i Nordjylland.

Torvedagen afholdes onsdag den 13. maj 2009 kl. 11.00-15.30 i forhallen på Aalborg Sygehus Syd med temaet **Viden – handling – Livskvalitet**. (fælles morgenbord kl. 9.00). På grund af begrænset plads kan der max. være 30 stande – tilmelding efter først-til-mølle princippet.

For flere oplysninger kontakt:

- Frits Svindborg, Fjordgården 6, 9240 Nibe
- Tlf: 9835 0217 eller 2345 7866 eller mail: svindborg@h2k.dk

Den alternative kalender – mærkedage i marts-april

- 1. marts: International Dag for afskaffelse af dødsstraf
- 8. marts: International Kvindedag
- 18. marts: Dansk Handicap Dag
- 21. marts: FN's Internationale Dag mod diskrimination, fremmedfrygt og racisme
- 24. marts: Verdens Tuberkulosedag
- 7. april: Verdens Sundhedsdag
- 28. april: den Internationale Arbejdsmiljødag

Lokaler i De Frivilliges Hus Sådan låner/lejer du lokaler



Sociale foreninger, projekter, selvhjælpsgrupper og rådgivninger har mulighed for **gratis** at låne lokaler til møder/arrangementer på såvel hverdage som i weekender i både dag- og aftentimerne i De Frivilliges Hus. Lokalerne udlånes eks. til offentlige møder, general-forsamlinger og større medlemsmøder, andre arrangementer m.m.

Er I ikke en social forening eller lign. har I mulighed for at leje lokaler i De Frivilliges Hus.

Alle aftaler om lån/leje af lokaler og spørgsmål i den forbindelse skal træffes med en medarbejder fra De Frivilliges Hus. Her aftales også afhentning/aflevering af nøgler samt om der er tale om et tilbagevendende lån af lokalet.

Har du/din forening brug for mere information om udlån af lokalerne i De Frivilliges Hus kontakt:

- De Frivilliges Hus, tlf: 9811 1344, mail: morten@frivillighuset.dk
- Omkring lån af lokaler i Frivillighedsformidlingen, Asylgaarden, Aagade 26, Gudumholm kontakt Lis Østergaard fra Brugerrådet, tlf: 9831 6010
- Du kan læse meget mere om lokaleudlån, leje, priser og forplejning m.m. i folderen ”Lokaler i De Frivilliges Hus”, som kan rekvireres ved henvendelse til De Frivilliges Hus

Generalforsamling Børns Voksenvenner i Aalborg & Omegn Tirsdag den 24. marts kl. 19.30 i De Frivilliges Hus

Børns Voksenvenner i Aalborg & Omegn afholder generalforsamling tirsdag den 24. marts kl. 19.30 i De Frivilliges Hus, Møhlholmsvej 2, 1. sal, 9000 Aalborg. Alle medlemmer er velkomne.

- Børns Voksenvenner, Tlf. 2812 2921, mail: venskaber@teliamail.dk

Generalforsamling i Kræftens Bekæmpelse, Sejlflod Lokalforening Onsdag den 11. marts kl. 19.30 i Asylgården i Gudumholm

Kræftens Bekæmpelse, Sejlflod Lokalforening afholder ordinær generalforsamling.

For yderligere oplysninger kontakt: Laila Sølvér, tlf: 2941 4036, mail: vigen31@nrdc.dk

Galleri Ødipus

Galleri Ødipus er et sted, hvor kreative psykisk syge har mulighed for at udstille deres værker, og på sigt er galleriet tænkt som et arbejdende værksted for kreative psykisk syge. Socialpsykiatrien, Bedre Psykiatri, LAP og SIND Aalborg har i et konstruktivt samarbejde besluttet at videreføre Galleri Ødipus, som et fælles aktivitetstilbud til sindslidende i Aalborg Kommune.

Galleri Ødipus, som har til huse i lokaler i Danmarksgade 53 i Aalborg har åbent tirsdag-fredag kl. 13.00-16.00 og lørdag kl. 10.00-14.00. Skiftende kunstnere udstiller i Galleri Ødipus.

For yderligere oplysninger om Galleri Ødipus og udstillingerne kontakt:

- Daglig leder, Elisabeth Vedfald, tlf: 4041 9875

Støtte til frivilligt socialt arbejde i Aalborg Kommune i 2009 Husk anden ansøgningsrunde med ansøgningsfrist 1. maj

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.

Den samlede pulje af tilskud til frivilligt socialt arbejde administreres af Forvaltningen for Sundhed og Bæredygtig Udvikling. Tilskud kan søges to gange årligt – 1. november og 1. maj. Næste ansøgningsfrist er således 1. maj 2009.

Aalborg Kommune støtter i hele 2009 det frivillige sociale arbejde med i alt 5.400.000 kr. Der er i første ansøgningsrunde i november uddelt 4.072.652 kr. i støtte til det frivillige sociale arbejde i Aalborg i 2009.

En samlet oversigt over tilskudsmodtagere og tilskudsbeløb for 2009 kan findes på Aalborg Kommunes hjemmeside www.aalborgkommune.dk

Hvis du vil vide mere så kontakt:

- De Frivilliges Hus, tlf. 9811 1344, mail: frivillighuset@frivillighuset.dk
- Aalborg Kommune, Sundhed og Bæredygtig Udvikling, Rantzausgade 4, 9000 Aalborg
- Kim Topholm Andersen, juridisk konsulent, tlf. 9931 1940, mailto: kta-sbu@aalborg.dk

Generalforsamling Lokalforeningen for Førtidspensionister, Aalborg **Torsdag den 26. marts kl. 14.30 i De Frivilliges Hus**

Lokalforeningen for Førtidspensionister, Aalborg afholder generalforsamling torsdag den 26. marts kl. 14.30 i De Frivilliges Hus, Møhlholmsvej 2, 9000 Aalborg. Alle medlemmer er velkomne. Foreningen har en gruppe, som mødes torsdag i ulige uger i De Frivilliges Hus i Aalborg.

For flere oplysninger kontakt:

- Formand, Ea V. Jensen, tlf. 4075 9909, mail: dsl290416@vip.cybercity.dk

Reservebedsteforældre i Aalborg

Familie- og Socialudvalget har netop godkendt, at Aalborg Kommune understøtter en såkaldt reservebedsteforældre-ordning, der er målrettet pasningen af syge børn i private hjem.

Allerede i dag eksisterer der reservebedsteforældre-ordninger, som administreres af kommuner eller frivillige/foreninger. De fungerer typisk sådan, at ældre personer, der er stoppet med at arbejde, hjælper småbørnsfamilier med børnepasningen, når børnene bliver syge.

Med loven om skattefritagelse for reservebedsteforældrene er der nu skabt mulighed for, at disse ordninger i langt højere grad kan udbredes. Loven giver personer over 60 år mulighed for at modtage et skattefrit beløb på op til 3000 kr. årligt for at passe syge børn. Formålet med loven er at skabe bedre mulighed for, at forældre kan få passet deres syge børn. Målgruppen er især familier, som ikke har mulighed for at få passet børnene gennem andet socialt netværk.

I Aalborg fungerer ordningen sådan, at ældre, der ønsker at være reservebedsteforældre, kan tilmelde sig hos Pladsanvisningens online-portal www.pladsanvisningen-online.dk. Gennem portalen kan interesserede forældre så få kontakt til reservebedsteforældrene.

Pladsanvisningen indhenter børneattest på de personer, der ønsker at tilmelde sig ordningen. Reservebedsteforældre skal desuden kunne fremlægge en ren straffeattest.

Mere information hos:

- Jesper Nielsen, teamleder, Pladsanvisningen, tlf. 9931 2822, mail: jes-fb@aalborg.dk
- Mai-Britt Iversen, rådmand, Familie- og Beskæftigelsesforvaltningen, tlf. 9931 2500, mail: mbi-byraad@aalborg.dk

Generalforsamling i Kræftens Bekæmpelse, Hals Lokalforening **Onsdag den 4. marts kl. 19.00 i Sognegården i V.Hassing**

Kræftens Bekæmpelse, Hals Lokalforening afholder ordinær generalforsamling med efterfølgende foredrag af konsulent **Jes Dige**, Kræftens Bekæmpelse, der vil fortælle om **børn og sorg** og orientere om, hvilke tilbud Kræftens Bekæmpelse har til de mange børn, der har en forælder, som bliver syg eller dør af kræft.

For yderligere oplysninger kontakt

- Tove Pedersen tlf. 9825 9500 – 3013 2165, mail: tovep@pedersen.mail.dk

Samlingspunkt for skilsmisefamilier

Omkring 15.000 par går hvert år fra hinanden i Danmark – og det er kun de officielle tal. En ny hjemmeside **skilsmissen.net** bliver nu samlingspunkt for skilsmisefamilier. Skilsmissen.net er et website, der samler al kommunikation og information om skilsmisse – før, under og efter. Hjemmesiden er lavet, fordi børn og forældre fortjener de bedste betingelser under det, der for mange mennesker er deres livs krise.

Psykisk handicap isolerer mest

Alle former for handicap nedsætter muligheden for at deltage i samfundslivet. Men der er stor forskel på effekten af de forskellige typer funktionsnedsættelse. Det viser en undersøgelse fra SFI. Psykiske handicap er således mest isolerende. Nedsat hørelse er stærkt isolerende for det sociale liv, men betyder ikke så meget i forhold til uddannelse og beskæftigelse. Men det gør synsnedsættelse til gengæld. Nedsat mobilitet reducerer beskæftigelsesmulighederne, oplevelsen af meningsfuldhed i hverdagen samt den sociale kontakt.

Landsforeningen for efterladte efter selvmord Aktiviteter i lokalkreds Nordjylland i første halvdel af 2009

Hvert år sker der i Danmark mellem 600 og 700 selvmord. Det betyder, at der hvert år er mindst 4000 mennesker, som oplever det traume, det er, at en af deres nære har taget sit eget liv. I 2006 var selvmordstallet på 650, og det fordelte sig på 472 mænd og 178 kvinder.

Foreningen Efterladte, lokalkreds Nordjylland er klar med programmet for første halvdel af 2009.

- Har du lyst til at møde andre efterladte efter selvmord?
- Har du lyst til at snakke, blive støttet eller dele erfaringer med andre i samme situation?
- Har du lyst til hyggeligt, uformelt samvær i et forum, hvor selvmord ikke er tabu?

Så mød op til café møder. Du er velkommen til at tage en ven med, hvis du har behov for det. Møderne holdes i De Frivilliges Hus, Mølholmsvej 2, Aalborg. Der serveres kaffe/te og kage til møderne. Af hensyn til kaffen vil tilmelding være rart, men ikke en betingelse.

Program for foråret 2009:

Torsdag den 12. marts kl. 19.00-21.00

Vi vil vise filmen ”En anden udvej” lavet af Inger Anneberg og Niels Feldballe. Efterfølgende vil der være mulighed for samtale og samvær.

Torsdag den 23. april kl. 19.00-21.00

Foredrag ved sygehuspræst Ruth Østergaard Poulsen.

I pausen holdes der generalforsamling i foreningen – nærmere program følger senere.

For yderligere oplysninger om foreningen og programmet kontakt gerne Foreningen Efterladte, lokalkreds Nordjylland:

- Tlf: 9831 1560, mail: nordjylland@efterladte.dk
- Læs mere på www.efterladte.dk

Der er hjælp at hente – hvis der er misbrugsproblemer!

Der er hjælp at hente – hvis der er misbrugsproblemer!
Hos Familieklubben, tlf. 4226 1318, www.familieklub.dk

Aalborg Kommune opretter et hjernehus

Aalborg Kommune opretter et ”hjernehus”, der skal sikre et bedre tilbud til borgerne med en hjerneskade. Det sker, fordi alt for mange hjerneskadede i dag farer vild i systemet, når de skal genoptrænes efter udskrivning fra sygehuset. Planen er, at hjernehuset skal være den fælles indgang, en slags servicecenter, hvor både de ramte, pårørende og personale kan hente råd og vejledning om genoptræningen. Samtidig med etableringen af hjernehuset nedlægges Hjerneskaderådgivningen.

Blodprop i hjernen

Omkring 15.000 danskere rammes hvert år af apopleksi, som er fællesbetegnelsen for blodprop i hjernen og hjerneblødning. Og hvert år dør ca. 4.700 af apopleksi, mens op imod 40.000 danskere lever med følger efter apopleksi.

Danskerne ved ikke nok om symptomer på blodprop i hjernen. Derfor igangsætter Hjerteforeningen og HjerneSagen nu en storstilet kampagne ”Er det mon en prop i hjernen”. Kampagnen oplyser om symptomer på blodprop i hjernen. Læs mere på www.hjerteforeningen.dk

Afrikansk-Dansk Netværk inviterer til MARKET FAIR Lørdag den 30. maj 2009 på Gammel Torv i Aalborg

Afrikansk-Dansk Netværk (A-DN) er en platform for at fremme kulturel udveksling, venskab og social networking, og har til formål at fremme multikulturel forståelse og relationer samt fremme integrationsmulighederne for minoritetsgrupper i vores lokalsamfund.

Lørdag den 30. maj afholder Afrikansk-Dansk Netværk MARKET FAIR på Gammel Torv i hjertet af Aalborg. Her vil forskellige erhverv og frivillige organisationer få mulighed for at vise deres profiler og produkter frem. Selv om fokus for denne fair er at skabe en platform for afrikanske organisationer, grupper og kunstnere til at udstille og evt. sælge deres produkter, er danske organisationer også velkomne til arrangementet med deres produkter.

Vil du/din forening/din virksomhed deltage i MARKET FAIR i Aalborg, så reservér allerede nu en stand på Gammel Torv. For at arrangementet kan løbe rundt økonomisk, anmodes alle deltagere om at donere kr. 200 til A-DN for deres stand.

Tilmelding til MARKET FAIR kan foretages nu og frem til 20. april 2009.

Vær opmærksom på, at der vil være et begrænset antal standpladser, og at tilmelding foregår efter først-til-mølle-princippet.

Hvis du har spørgsmål eller ønsker at tilmelde dig MARKET FAIR i Aalborg, så kontakt gerne:

- Afrikansk-Dansk Netværk, tlf: 4333 1047, mail: info@african-danish-network.dk
- Læs mere på www.african-danish-network.dk

Ny bro over Limfjorden

Besøgsvenner danner menneskekæde over Limfjordsbroen lørdag d. 25. april

Der er mangel på frivillige besøgsvenner i Aalborg.

Derfor har organisationer med besøgstjenester i Aalborg Kommune dannet et netværk, hvor de samarbejder om at synliggøre deres frivillige sociale arbejde og samtidig rekruttere nye frivillige.

Lørdag d. 25. april 2009 kl. 12.00-14.00 vil Aalborgs mange frivillige besøgsvenner danne en symbolsk menneskekæde hen over Limfjordsbroen for at synliggøre, hvor mange mennesker, der faktisk bruger tid på at hjælpe ensomme og isolerede medborgere i Aalborg Kommune.

Broen vil være udsmykket med bannere både langs rækværket og ned mod vandet.

De deltagende foreninger i Netværket for besøgstjenester i Aalborg Kommune er:

- Frivillige Motionsvenner, Dansk Røde Kors Besøgstjeneste i Nibe, Kærby Borgerhjælp, Skalborg Borgerhjælp, Ældre hjælper Ældre og Ældresagens Besøgstjeneste.



Et halvt hundrede frivillige fra Aalborgs Besøgstjenester var mødt op til en happening på Limfjordsbroen lørdag d. 20. september 2008, for at inspirere forbigående til at melde sig som frivillige i en af de organisationer, som har til formål at hjælpe ældre medborgere i Aalborg Kommune. De frivillige var iklædt t-shirts med påskriften ”Frivillige hjælpere ældre” og tog hinanden i hænderne for at se, hvor langt de kunne nå ud på broen. Målet er, at når projekt brobygning gentages lørdag d. 25. april 2009, vil der være frivillige hjælpere nok til at række alle 640,4 meter over Limfjorden.

For flere oplysninger om Netværket for besøgstjenester i Aalborg Kommune og menneskekæden over Limfjordsbroen lørdag d. 25. april kontakt:

- De Frivilliges Hus, tlf: 9811 1344, mail: katja@frivillighuset.dk

Landsindsatsen mod Angst i Region Nordjylland

Åbningsaften onsdag den 25. marts 2009 kl. 18.50 på Aalborg Teater

Angst er en af de mest almindelige psykiske sygdomme i Danmark. Omkring 350.000 danskere lider af angst. Landsindsatsen mod angst har til formål at øge befolkningens viden om angst og nedbryde tabuer, så det opleves mere accepteret at have en angstsygdom og mere acceptabelt at søge hjælp. Landsindsatsen mod angst er iværksat af PsykiatriFonden – læs meget mere om kampagnen på www.landsindsatsenmodangst.dk

Onsdag den 25. marts tager Region Nordjylland for alvor hul på Landsindsatsen mod Angst. På Aalborg Teater afholder Psykiatriens InformationsCenter i Region Nordjylland et arrangement, hvor der vil være mulighed for at få øget sit kendskab til angst på flere måder. Angstens tematik vil blive angrebet direkte frontalt. Ved at tale til såvel sanserne som intellektet er det håbet, at publikum udover en teoretisk viden kan få en emotionel indsigt i angstens væsen. Aftenen afsluttes kl. 19.30 med et forrygende teaterstykke **Længe leve selvmorderen** med Rasmus Bjerg i hovedrollen.

Program

Kl. 18.50 **Der ringes ind** – Figurer: Elsebet Vibe-Petersen, Per Iversen og AnnCathrin Sørensen
Kl. 19.00 **Angstens Monolog** skrevet og fremført af Marie Vibe
Kl. 19.10 **Velkomst** ved Regionsrådsformand Ulla Astman
Kl. 19.15 **Hvad er angst?** Overlæge Jonna Jakobsen om angstens væsen
Kl. 19.30 **Længe leve selvmorderen** – komedie af Nikolaj Erdman, instruktør Hans Henriksen

I foyeren udstiller Lissen Røtkjær otte tegninger med gruklignende tekst og fire hæfter med billedserier og tilhørende digte.

Billetter købes hos Psykiatriens InformationsCenter ved personlig henvendelse eller pr. telefon 9631 1217 mellem 9-13 tirsdag-fredag. Billetpriser fra 75-175 kr.

Koncert med Kaare Norge som del af Landsindsatsen mod Angst

Tirsdag den 17. marts kl. 19.30 i Ansgars Kirke

Tirsdag den 17. marts spiller Kaare Norge solokonzert i Ansgars Kirke, Vesterbro 1A, Aalborg. Musikken er klassisk spansk guitar med værker af bl.a. Chopin og Carl Nielsen samt nye numre af Kaare Norge. Koncerten indledes med en kort introduktion til angst.

Koncerten sker i et samarbejde mellem PsykiatriFonden og Psykiatriens Informationscenter, Region Nordjylland som en del af oplysningsindsatsen Landsindsatsen mod Angst.

Billetter kan købes for 100 kr. og tilmelding sker via PsykiatriFonden på tlf. 3929 3909

Fleks- og skånejobbere mødes i De Frivilliges Hus

LAFS (Landsforeningen af Fleks- og Skånejobbere) har en gruppe, som holder netværksmøde den 1. mandag i hver måned kl. 19.00-22.00 i De Frivilliges Hus.

Så mød op, hvis du er fleks-/skånejobber, og ønsker at møde ligestillede og blive klogere på dine muligheder og rettigheder som fleksjobber. Relevante foredragsholdere bidrager med input til gruppen ligesom man hygger sig sammen.

For flere oplysninger kontakt:

- Niels Thomsen, tlf: 6177 0266, mail: nthomsen@stofanet.dk. Læs mere på www.lafs.dk

KamillianerGaardens Hospice markerer 10 års jubilæum Støttekoncert med Marie Carmen Koppel 5. marts kl. 19.30 i Hasseris Kirke

Torsdag den 5. marts 2009 kl. 19.30 afholdes støttekoncert i Hasseris Kirke med Marie Carmen Koppel i anledning af 10 års jubilæet af KamillianerGaardens Hospice. Alle er velkomne.

Billetter á 150 kr. kan købes hos Kamillus, Kastetvej 3, tlf. 9816 1336, kamillus@hospice-aalborg.dk. Billetter kan også købes i Hasseris Kirke eller i Salling.

Overskuddet går til Kamillus, støtteforeningen for det frivillige arbejde på KamillianerGaardens Hospice.

Sprogcafé for voksne to-sprogede i Aalborg

Hver onsdag i tidsrummet kl. 14.30-17.00 kan du møde op på Hovedbiblioteket i Aalborg, Undervisningslokalet.

Her er der indrettet en sprogcafé for voksne to-sprogede, hvor man bl.a. kan få hjælp til:

- Lektier
- Kontakt til myndigheder
- Skrive jobansøgning
- At tale sammen på dansk

Arrangeres i samarbejde med Dansk Flygtningehjælp. Deltagelse er gratis

For flere oplysninger kontakt:

- Bodil Bøtcher, tlf. 9931 4367, mail: BBJ-KULTUR@AALBORG.DK

Mød De Frivilliges Hus i Nibe, Viften Hver torsdag kl. 14-16 i lige uger

- Brug for et frivilligjob?
- Brug for mere viden om den frivillige sociale verden?

Mød op og få en snak med en medarbejder fra De Frivilliges Hus om, hvad De Frivilliges Hus kan tilbyde dig/din forening. Og få samtidig et overblik over de mange forskelligartede hjælpetilbud og frivilligjobs, som Nibe og omegns mange frivillige sociale foreninger har til dig.

For flere oplysninger kontakt:

- De Frivilliges Hus, Tlf: 9811 1344, Mail: frivillighuset@frivillighuset.dk

Tips- og lottopuljen til landsdækkende ældreorganisationer

Læs mere om Tips- og Lottopuljen til landsdækkende ældreorganisationer – LOTÆLDRE puljen – på www.social.dk. Ansøgningsfrist er den 15. marts 2009.

Nyt krisecenter for mænd i Aalborg?

Nordjyske mænd står i kø for at få krisehjælp, og nu er det nordjydernes tur til at få et krisecenter for mænd. Det er den frivillige organisation **Fundamentet**, der i øjeblikket leder efter et egnet sted til et nyt mandecenter i Aalborg. Efter planen åbner centret efter sommerferien i Aalborg, og det er planen, at de nordjyske mænd skal kunne overnatte på det nye mandecenter.

Aalborg har i forvejen en manderådgivning i forbindelse med Krisecentret i Nørresundby, men med det nye mandecenter er målet, at få et sted, hvor hjælpen ikke alene er forbeholdt voldelige mænd. Det nye krisecenter vil således mere henvende sig til de mænd, som er kommet i klemme eller har fået problemer fx i forbindelse med en skilsmisse.

Har man lyst til at blive frivillig på det nye mandecenter i Aalborg eller vil man vide mere, så kan man kontakte initiativtagerne via foreningens hjemmeside www.mandecentret.dk

Mary Fonden hjælper voldsramte

Mary Fonden har præsenteret et nyt tiltag, som er et initiativ under indsatsområdet vold i hjemmet. **Råd til livet**, hedder programmet, der bygger på samarbejde mellem Mary Fonden, Nykredit og Mødrehjælpen. Det henvender sig til voldsramte kvinder, der bl.a. skal hjælpes af økonomiske rådgivere fra Nykredit og socialrådgivere fra Mødrehjælpen, så de kan overskue at forlade en voldelig samlever.

- Læs mere på www.maryfonden.dk

Husk børneattester i foreningslivet

Den 1. juli 2005 blev det obligatorisk for frivillige foreninger at indhente børneattester (pædofiliattester). Det vil sige, at godkendte folkeoplysende foreninger har pligt til at indhente børneattester. Indhentelse af børneattest skal ske ved ansættelse eller beskæftigelse af personer, der som led i deres opgave i foreningen har direkte kontakt med børn under 15 år. Det gælder såvel lønnede medarbejdere som frivillige.

Frivillige sociale organisationer og foreninger, der modtager støtte efter lov om sociale service - §18 – skal ligeledes indhente børneattest for personer, der skal ansættes eller beskæftiges i foreningen, hvis der er tale om fast tilknytning. Indhentelse af børneattest skal ske inden personen tiltræder som ansat eller beskæftiget.

Du kan finde Aalborg Kommunes vejledning vedrørende et foreningsberedskab til forebyggelse af/reaktion på seksuelle krænkelse på www.aalborgkommune.dk under kultur og fritid og foreningsservice. Vejledningen indeholder også nyttige kontakter/links til foreningsforbund, kommunale myndigheder og Det Centrale Kriminalregister. Ved Det Centrale Kriminalregister kan der hentes samtykkeerklæring og oplysningskema fra nettet.

Kan man måle pulsen på socialt arbejde?

Servicestyrelsen inviterer 30. marts til en konference om effekt, evidens og dokumentation i Odense Læs det samlede program og tilmeld dig på www.servicestyrelsen.dk

Ca. 10 mio. kr. fordelt til familier med børn og unge med handicap

Velfærdsministeriet har fordelt 10,6 mio. kr. til 63 landsdækkende organisationer, der arrangerer ferier og familiekurser for børn og unge med handicap og deres pårørende. Midlerne kommer fra Handicappuljen 2009. Blandt de organisationer der modtager støtte er: Landsforeningen til bekæmpelse af Cystisk Fibrose, Diabetesforeningen, Scleroseforeningen, Spastikerforeningen m.fl.

- Læs mere på www.vfm.dk

Fattige danskere får mikrolån – forretning med socialt sigte

Socialt Udviklingscenter (SUS) har udviklet et mikrolåns-projekt sammen med Århus Kommune og med støtte fra Velfærdsministeriet. SUS er nu klar med mikrolån til fattige danskere, som det kendes fra udviklingslande. Idéen skal i første omgang afprøves i Århus Kommune blandt byens hjemløse. I stedet for at bruge mikrolån til ressourcestærke mennesker i et ressourcesvagt samfund, så er idéen nu, at mikrolån gives til ressourcesvage mennesker i et ressourcestærkt samfund.

12 socialt udsatte værestedsbrugere fra Århus har været på et fire dages kursus i iværksætteri. Med et lån på 10.000 til 15.000 kr. skal de nu i gang med at starte egen virksomhed. Lånet er ydet af Merkur Bank med Socialt Udviklingscenter som kautionist, skriver de hjemløses blad Hus Forbi.

Læs mere i Hus Forbi, nr. 82, februar 2009.

Aalborg på Natteravnelandkortet

Så er Natteravnene i Aalborg Øst en realitet, som Natteravneforening nr. 223 i Danmark. Det har været en lidt vanskelig udklækning, men med en ihærdig indsats fra lokale frivillige ildsjæle og en nedsat styregruppe, lykkedes det i februar 2009 at komme i gang med ca. 25-30 lokale beboere/frivillige natteravne til at indtage gaderne i Aalborg Øst. Natteravnene i Aalborg Øst lægger ud med at være på gaden i aftentimerne på fredage og lørdage.

Styregruppen, der skal varetage ledelsen af foreningen i startperioden, består af formand Vinnie Madsen og derudover Kim Nielsen, Anette Hyllested, Jess Studsgaard og Jonas Thrane.

Har man lyst til at blive frivillig Natteravn i Aalborg eller brug for flere oplysninger så kontakt:

- Natteravnenes Landssekretariat, tlf. 7012 1299, mail: info@natteravnene.dk
- Kontaktperson i Aalborg Øst, Vinnie Madsen tlf. 2213 0911

Seniorfestival

Lørdag den 13. juni kl. 10.00-16.00 i Ulsted Hallen

Lørdag den 13. juni afholdes for 13. gang Seniorfestival i den gamle Hals Kommune. Det er Centerrådene, Pensionistforeningerne og Ældre Sagen, der i samarbejde står bag arrangementet. Der er fri entré hele dagen og mulighed for at købe mad og drikkevarer.

Dagen byder på masser af underholdning, og der vil være mulighed for at besøge forskellige stande, hvor frivillige sociale foreninger og organisationer vil fortælle om deres arbejde og tilbud.

Danskerne vilde med at arbejde frivilligt

Besøgsven et par timer om ugen, en ugentlig aften i rådgivningen hos Kræftens Bekæmpelse, lektiehjælp på sprogcentret, private fester hvor overskuddet doneres til et godt formål.

Danskernes hjerter banker for frivilligt socialt arbejde, og mange organisationer melder om en markant øget interesse for at hjælpe – ikke ved at betale sig fra det, men ved at investere tid og arbejdskraft i den større sags tjeneste.

Danmarks største portal for frivilligt arbejde **FrivilligJob.dk** havde således i januar 2009 et rekordstort besøgstal på næsten 11.000 på hjemmesiden.

Også De Frivilliges Hus i Aalborg har i første halvdel af 2009 oplevet en støt stigende interesse for husets kurser og informationsaftener for nye frivillige.

Frivillig i arbejdstiden

Der er stigende interesse hos danske virksomheder og frivillige organisationer til at samarbejde. Virksomhederne skal ikke donere penge, men frivillig arbejdskraft. Fænomenet kaldes **corporate volunteering**, og har i mange år været udbredt i store internationale virksomheder i udlandet

Herhjemme er pensions- og forsikringsselskabet Skandia en af bannerførerne, ligesom Nykredit og TDC tilbyder deres ansatte at udføre frivilligt arbejde i arbejdstiden. Hos Skandia har knap 40% af medarbejderne således sagt ja tak til at udføre frivilligt arbejde med fuld løn to timer om måneden.

Odense Kommune er, som den første kommune i landet, begyndt at tilbyde de ansatte at udføre frivilligt socialt arbejde i arbejdstiden. Tanken er, at man ved at møde borgerne der, hvor de er, bliver bedre til at hjælpe dem og samtidig gladere for at gøre det.

Odense Kommune er derfor gået sammen med Dansk Flygtningehjælp, Dansk Røde Kors og Café Paraplyen om pilotprojektet **I en god sags tjeneste**.

I projektet tilbydes udvalgte medarbejdergrupper, som led i deres kompetenceudvikling, at løse opgaver i hjælpeorganisationerne i arbejdstiden. Læs evt. mere på www.odense.dk/engodsag

Det er første gang, at en dansk kommune tager et sådant initiativ. Inspirationen er hentet både i udlandet og i Danmark. Tendensen er, at flere og flere virksomheder lader deres ansatte bruge en del af arbejdstiden på at lave frivilligt socialt arbejde i hjælpeorganisationer. Og til gengæld får mere motiverede medarbejdere og ”et brand” som en socialt ansvarlig virksomhed.

Pulje til etablering af tilbud til unge, enlige og sårbare mødre

I forbindelse med udmøntningen af satspuljemidlerne for 2008 er der afsat midler til etablering af kollegier og ambulante tilbud til unge, enlige og sårbare mødre. Nu udmeldes så i alt 50,4 mio. kr. til en ansøgningspulje fordelt over perioden 2009-2012. Både private og kommuner kan ansøge om midlerne i puljen, dog kræver kollegie-projekterne, at private samarbejder med kommunen. Ansøgere til ambulante tilbud er kommuner, organisationer, selvejende institutioner eller foreninger – evt. i fællesskab.

- Ansøgningsmateriale og flere informationer kan hentes på www.vfm.dk
- Ansøgningsfristen er den 30. april 2009.

Støtte til lokale landdistriktsprojekter i Aalborg Kommune

Du eller din forening har nu mulighed for at søge støtte til projekter, der kan skabe udvikling i dit lokale landdistrikt. Bemærk ansøgningsfrist onsdag den 4. marts kl. 12.

Retningslinier og ansøgningsskema findes på www.aalborgkommune.dk/landdistrikter
Spørgsmål kan rettes til Landdistriktsgruppen på tlf. 9931 1921 eller mail mah-sbu@aalborg.dk

Skuespiller i De Frivilliges Hus

Lone Mortensen har de seneste måneder holdt orlov fra jobbet i De Frivilliges Hus for fuldt ud at hellige sig en gammel livsdrøm om at blive skuespiller. Det blev så en realitet i februar 2009.

På plakaten stod følgende at læse:

GLADE DAGE

Foredragsholder, skuespiller og kørestolsbruger Lone Kathrine går i kødet på Becketts klassiske tekst om Winnie i skrotbunken.

Lone Kathrine har gennem mere end et år arbejdet tæt sammen med skuespilleren Kathrine Høj Andersen i sin jagt på at opfylde drømmen om at blive skuespiller. Sammen har de skabt en personlig fortolkning af Samuel Becketts absurde drama om den glade Winnie, der i bogstaveligste forstand sidder i skidt til halsen.

Her kan du opleve et uddrag. Med på scenen er Mogens Rex i rollen som Winnies tavse ægtemand.

På Transformator scenen ved Aalborg Teater, kunne publikum (heriblandt en stor del af personalet i De Frivilliges Hus) om aftenen 12. & 13. februar 2009 opleve Lone Mortensen i rollen som Winnie i teaterstykket Glade Dage. En fremragende og bevæget performance af Lone, som publikum også efterfølgende kvitterede for med stående ovationer ☺

De Frivilliges Hus vinder i minigolf

Hvert år, når sommeren nærmer sig, er der tradition for, at personalet i De Frivilliges Hus til stor fornøjelse for alle og i den gode sags tjeneste aflægger Minigolfbanen i Aalborgs Vestby et besøg. Minigolfbanen drives og vedligeholdes af Aalborghus Y's Mens Clubs medlemmer.

Overskuddet fra banen – hvert år på omkring 200.000 kr. – går ubeskåret til lokalt ungdomsarbejde, uddeling af Aalborg Børne- & Ungdomspris og til klubbens fadderskaber og hjælpeprojekter i Bangladesh, Nepal og Brasilien. Læs mere på www.aalborg-minigolf.dk

De Frivilliges Hus er i starten af 2009 blevet udtrukket som vinder af et gavekort på 1.000 kr. i forbindelse med et besøg på minigolfbanen i sommeren 2008 ☺

Kræftens Bekæmpelse afholder smykkekursus i Nørresundby Onsdag den 4. marts kl. 18.30-21.45, Kulturbroen, Strandgade 3, Nørresundby

Kom og deltag i Kræftens Bekæmpelses smykkekursus, hvor smykkekunstner Jytte Vestergaard viser hvordan man kan modernisere eller reparere sine gamle smykker eller lave nye.

- Tilmelding til Jytte Olesen på tlf. 4015 9692 eller mail: jyoll@stofanet.dk

Generalforsamling i Kræftens Bekæmpelse, Aalborg Lokalforening Onsdag den 11. marts kl. 19.00, Vesteraa 5 i Aalborg

Kræftens Bekæmpelse, Aalborg Lokalforening afholder generalforsamling 2009 onsdag den 11. marts kl. 19.00. Mødet foregår i Kræftens Bekæmpelses mødelokale, Vesteraa 5 i Aalborg.

- Mere information hos Elin Bak, tlf. 2196 3529, mail: elin_bak@hotmail.com

LYLE - Patientforening for Lymfekræft & Leukæmi Arrangement torsdag den 12. marts på Aalborg Sygehus Syd

Hvert år får 1600 danskere enten lymfekræft eller leukæmi (blodkræft).

Når diagnosen er stillet, har mange brug for at tale med andre, som har været i samme situation, og som har de samme følelser og tanker.

LYLE er en nystiftet forening for leukæmi- og lymfekræftpatienter, der formidler kontakt mellem patienter og disse personers pårørende.

Foreningen forsøger i øjeblikket at etablere lokalafdelinger rundt om i landet – også i Nordjylland.

LYLE's første arrangement i Nordjylland finder sted i auditoriet på Aalborg Sygehus Syd torsdag den 12. marts. Her vil to overlæger og to kræftpatienter fortælle om leukæmi og lymfekræft.

- Læs mere på www.cancer.dk/lyle/

Kom og mød Dansk Røde Kors generalsekretær i Aalborg Tirsdag den 3. marts kl. 19-21 i Medborgerhuset, Rendsburggade 2, Aalborg

Dansk Røde Kors, kommunekreds Aalborg indbyder til en spændende aften med generalsekretær Anders Ladekarl tirsdag den 3. marts 2009 kl. 19-21 i Medborgerhuset i Aalborg.

Aftenens tema er Røde Kors' arbejde i Danmark samt seneste nyt fra den store verden.

Der vil efterfølgende være mulighed for spørgsmål og debat.

Alle er velkomne og arrangementet er gratis.

Nu skal Aalborg Kommune have en frivilligpolitik

Aalborg Frivilligråd og Aalborg Kommune har sammen taget initiativ til at danne en frivilligpolitik for Aalborg Kommune.

Frivilligpolitikken skal udgøre fundamentet i samarbejdet mellem kommunen og de mange aktive borgere, som udfører frivilligt socialt arbejde.

Politikken skal dannes i en tæt dialog med alle frivillige – og alle andre med interesse for området.

Der vil derfor i løbet af foråret 2009 blive mulighed for, at alle kan indsende netop deres ideer og kommentarer til, hvad en god frivilligpolitik skal handle om.

Der vil senere blive udsendt nærmere information om, hvordan de – forhåbentlig mange – bidrag indsamles og viderebehandles.

Hvis du har spørgsmål om frivilligpolitik, er du meget velkommen til at kontakte Aalborg Kommunes konsulent Kim Topholm Andersen på telefon 9931 1940.

143,9 mio. kr. til §18-samarbejdet i 2009

§18 i Lov om Social Service er den paragraf, hvorefter kommunerne skal samarbejde med frivillige sociale organisationer og foreninger og årligt afsætte et beløb til støtte af det frivillige sociale arbejde. Som økonomisk kompensation for denne opgave har Folketinget siden loven trådte i kraft 1. juli 1998 hvert år givet et særligt bloktilskud til kommunerne.

I 2009 modtager kommunerne i alt 143,9 mio. kr. i særligt bloktilskud fra staten. Heraf modtager Aalborg Kommune i alt 5,46 mio. kr.

Når mor og far drikker

En ny undersøgelse viser, at mindst 122.000 danske børn lige nu vokser op med en mor eller far, der drikker for meget, og det kan få store konsekvenser for børnene. Undersøgelsen viser ligeledes, at 632.000 nulevende danskere, eller hver tiende, er vokset op i familier med alkoholproblemer. Selv om problemet er så udbredt, oplever næsten alle, at deres opvækst med alkohol er omgærdet af et stort tabu. Derfor lancerer Sundhedsstyrelsen og Danmarks Radio en landsdækkende kampagne – ”Når mor og far drikker”

Når børnene vokser op i et hjem med alkohol, har børnene større risiko for fysiske og psykiske skader, vold, incest, lavt selvværd, adfærdsvanskeligheder og skoleproblemer. Desuden er børnene som voksne mere disponeret for kriminel adfærd.

Hvis mor er alkoholiker har børnene tre gange så stor risiko for at blive indlagt på psykiatrisk afdeling og for at blive anbragt uden for hjemmet. Desuden har de 2,5 gange større risiko for at forsøge selvmord. Kun hvert andet barn, der er vokset op i et alkoholiseret hjem, klarer sig som andre, og hvert tredje barn bliver selv alkoholiker eller narkoman.

Foreningen til Borgernes Retssikkerhed Personlig rådgivning tirsdage i lige uger kl. 13-15 i De Frivilliges Hus

Foreningen til Borgernes Retssikkerhed har til formål at hjælpe borgere, der er kommet i social nød, eller som er kommet i en sådan situation, at deres retssikkerhed er truet eller krænket. Foreningen til Borgernes Retssikkerhed gennemfører **rådgivning og sagsbehandling** for borgere, som er kommet i klemme i det offentlige system.

Har du brug for hjælp kan du møde op i De Frivilliges Hus, Mølholmsvej 2, 9000 Aalborg på **tirsdage i lige uger i tidsrummet kl. 13.00-15.00**, hvor Foreningen til Borgernes Retssikkerhed yder gratis rådgivning. Vi har tavshedspligt.

Der kan bestilles tid til en personlig samtale om tirsdagen hos formanden John Buhl hver fredag mellem kl. 19.00 og 21.00 på **telefon: 2010 4036**.

Derudover kan du ringe til **foreningens vagttelefon 7020 0456** - åben hver mandag, onsdag og fredag mellem kl. 16.00 og 18.00. Det er muligt på disse dage og i det nævnte tidsrum at få gode råd og vejledning og blive henvist til en sagsbehandler, for nærmere aftale om rådgivning m.m.

- Læs mere på: www.retssikkerhed.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, kærestesorg, problemer på arbejdspladsen, studierelaterede problemer, 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

Offerrådgivningen

Gratis anonym rådgivning ved vold, trusler, røveri, voldtægt etc.

Har du været offer for en forbrydelse, eller er du pårørende eller nært knyttet til et offer for en forbrydelse, så kan Offerrådgivningen tilbyde dig hjælp. Offerrådgivning er en hjælp, der tilbydes alle, der har været udsat for fx tasketyveri, røveri, trusler, vold, voldtægt eller lignende.

Efter hændelsen og evt. anmeldelsen står mange ofre ofte tilbage med en del uløste spørgsmål, forskrækkede og med en følelse af utryghed. I den situation kan det være en stor hjælp at henvende sig til Offerrådgivningen, og få talt med et medmenneske, som har forståelse for situationen.

Hvad kan Offerrådgivningen tilbyde dig?

Offerrådgivningen yder ingen behandling, men udelukkende medmenneskelig kontakt og forståelse, samt råd og vejledning. Offerrådgivningen kan tilbyde dig at tale med et menneske, der har forståelse for og indsigt i din situation. De folk, der er tilknyttet Offerrådgivningen, kan ud over samtale bl.a. give gode råd og vejledning om andre former for hjælp - fx hjælp til erstatning.

Hvem står bag Offerrådgivningen?

Offerrådgivningen er uafhængig af myndighederne og er selvbestemmende over rådgivningens form, struktur og organisation. Offerrådgivningen tilbyder anonymitet og støttepersonerne har tavshedspligt.

Kontakt Offerrådgivningen

Har du brug for hjælp eller for en person at tale med, så er du velkommen til at henvende dig til:

- Offerrådgivningen i Aalborg – v/Den Sociale Skadestue, Vor Frue Stræde 6, Aalborg
- Ring på tlf: 9812 3292 eller mød personligt op. Åbent alle dage fra kl. 20 – 09

Foreninger med kontor/træffetider i De Frivilliges Hus

1. Foreningen Far – tirsdage lige uger kl. 19-21. Tlf. 7022 1460
2. BørnsVoksenvenner – mandag-onsdag kl. 9-15, torsdag 14-18. Tlf. 2812 2921
3. Indvanderrådgivningen – onsdage kl. 10-15 (indtil 1/3). Kontakt og aftaler ring 2622 3611
4. StressForeningen – telefonisk træffetid mandag og onsdag kl. 11-14 på tlf. 6040 7026.
Personligt møde efter aftale.
5. Scleroseforeningen – torsdag kl. 16-20. Tlf. 4333 1041
6. Afrikansk Dansk Netværk – tirsdag kl. 10-15. Tlf. 4333 1047
7. Ibis – p.t. ingen fast træffetid, men aftal på aalborg@ibis.dk
8. Borgernes Retssikkerhed – muligt at træffe aftale til en personlig samtale med en sagsbehandler i De Frivilliges Hus tirsdag lige uger kl. 13-15 (ferielukket i juli, december). Ring vagttelefon 7020 0456 (mandag, onsdag, fredag kl. 16-18) eller ring til formanden på tlf. 2010 4036 (fredag kl. 19-21)
9. Kurdisk Demokratisk Ungdomsforening – p.t. ingen fast træffetid

Foreninger/grupper/netværk, der mødes fast i De Frivilliges Hus

- AA – onsdag kl. 19-22 + weekend
- Selvhjælpsgruppe (angst, depression) – tirsdag kl. 16-18
- Selvhjælpsgruppe (selvudvikling, livskriser, skilsmisse m.m.) – torsdag kl. 19-22
- Angstforeningens selvhjælpsgruppe – tirsdag ulige uger kl. 19-22
- Depressionsforeningen selvhjælpsgruppe – på vej
- Foreningen af Danske Døvblinde – 2. mandag i måneden kl. 12-15
- OCD Foreningen – sidste torsdag i hver måned kl. 19-22
- LAFS Aalborg (fleks- og skånejobbere) – netværksmøde 1. mandag hver måned kl. 19-22
- LAP Nord (psykiatribrugere) – onsdag lige uger (på vej)
- Epilepsiforeningen – sidste mandag hver måned kl. 19-21.30
- Fibromyalgi – 2. tirsdag i måneden kl. 13-16
- Dansk Parkinsonforening – tirsdag ulige uger kl. 14-16
- Unge for Ligeværd (UFL) – torsdag kl. 19-22
- Foreningen af Førtidspensionister, Aalborg – torsdag ulige uger kl. 15-17
- ADHD – efter aftale
- FAKS (kroniske smertepatienter) – onsdag ulige uger kl. 19-22
- PS Spiseforstyrrede – torsdag kl. 19-22
- Foreningen Efterladte – 2. torsdag hver måned kl. 19-22
- Frivillige Motionsvenner – efter aftale, normalt formiddag
- Autisme – tirsdag kl. 19-22
- Whiplashforeningen – efter aftale (torsdag)
- Kvinfos Mentornetværk – efter aftale, normalt tirsdage
- Ungegruppe (efterladte) – på vej, mandag lige uger kl. 16.30-18.30
- Netværk – besøgstjenester i Aalborg
- Netværket iFront – varmetue/misbrugs/udsatteområdet i Aalborg
- Derudover er der forskellige andre studiegrupper m.fl., som lejer lokaler i De Frivilliges Hus

Hvis du ønsker kontakt til eller yderligere oplysninger om en af de pågældende grupper/netværk, eller hvis du gerne vil starte en ny gruppe/netværk/forening op i De Frivilliges Hus, så hører vi gerne fra dig. Kontakt De Frivilliges Hus, tlf. 9811 1344, mail: morten@frivillighuset.dk eller tove@frivillighuset.dk

FRIVILLIGE OPGAVER/JOBS

Marts-April 2009

Home-start familiekontakt En frivillig ven til småbørnsforældre

Det er ikke alle nybagte forældre, der kan hente støtte og hjælp i familien. Home-Start familiekontakt er en organisation, hvor frivillige tilbyder støtte, venskab og praktisk hjælp til småbørnsfamilier, hvor det brænder på. Hjælpen er gratis og fortrolig.

Home-Start kan hjælpe:

- Ensomme og isolerede forældre, familier med tvillinger, flerfødsler eller flere børn i førskolealderen, familier med specielle behov (sygdom eller handicap), enlige forældre, mødre og fædre med fødselsdepression, familier der er nye i et område.

Hvad skal du gøre for at få en familieven?

Vil du være frivillig familieven?

Er du interesseret i at starte en afdeling i dit lokalområde/Aalborg?

For yderligere oplysninger kontakt:

- Landskoordinator Lone Møller, tlf: 2342 7720, mail: kontakt@home-start.dk
- Læs mere på: www.home-start.dk

Aalborg Aflastningstjeneste søger frivillige

Aalborg Aflastningstjeneste har eksisteret siden 2002 og retter sig mod hjem, der er svært belastet af sygdom, og tilbyder aflastning hos alvorligt syge, døende og demente.

Aalborg Aflastningstjeneste søger frivillige til at være hos en langvarig syg eller dement person, mens den raske pårørende har mulighed for at holde fri og få et pusterum til sig selv.

Et besøg tager typisk et par timer og aflægges en gang om ugen eller hver 14. dag. At være aflaster giver god mening, og glæden ved at kunne hjælpe i en svær situation er betydelig.

Derfor – er du robust og god til at lytte og har du lyst til at gøre en forskel, så kontakt:

- Erna Nielsen, tlf: 2218 2000
- Læs mere på www.ansgarkirken.dk eller på www.menighedsplejer.dk

Vil du dele nærvær og oplevelser med et grønlandsk barn?

Foreningen Grønlandske Børn søger kontaktfamilier til grønlandske børn bosiddende i Danmark. Vi søger ressourcestærke og stabile voksne, der har tid og overskud til at mødes med barnet 2-3 gange om måneden.

Er du interesseret så kontakt:

- Foreningen Grønlandske Børn, tlf. 2230 1037, mail: kontaktfamilie@fgb.dk
- Læs mere på www.fgb.dk

Forårsrensning i den danske natur – meld dig til affaldsindsamlingen 19. april

Hvert år sætter Danmarks Naturfredningsforening henkastet affald på dagsordenen med en landsdækkende affaldsindsamling. Alt for meget affald ender i naturen til skade for natur, miljø og vilde dyr. Affaldet ødelægger vores naturoplevelser, fordi det ofte ligger og flyder ved kyster, i skovene og rundt omkring i byernes grønne oaser. Meget affald ender også i grøftekanter langs vejene og på rastepladser.

Søndag d. 19. april afholder Danmarks Naturfredningsforening en landsdækkende indsamling af affald i naturen – og vi har brug for din hjælp. 12.500 frivillige deltog i affaldsindsamlingen i 2008, og de indsamlede i alt 127.500 kg. affald og 118.000 dåser ude i naturen. Ugen efter var kampagnen rettet mod skolerne og daginstitutionerne. Det samlede resultat for affaldsindsamlingen 2008 var: 44.150 deltagere, 189.350 kg. indsamlet affald og 154.400 dåser.

Meld dig som indsamler på www.dn.dk/affald, tag børnene med og få en sjov dag, mens du gør en indsats mod affaldet i naturen.



Kræftens Bekæmpelse afholder Landsindsamling søndag den 29. marts

Kræftens Bekæmpelse søger indsamlere til landsindsamlingen søndag den 29. marts 2009.

Meld dig som indsamler til:

Frank Larsen, Aalborg Lokalforening, tlf. 2226 9885, mail: frankl@vip.cybercity.dk

Inge Fauersholdt, Nibe Lokalforening, tlf. 9835 1684, mail: ingefaurholdt@hotmail.com

Laila Sølvér, Sejlflod Lokalforening, tlf. 2941 4036, mail: vigen31@nrdc.dk

Tove Pedersen, Hals Lokalforening, tlf. 9825 9500 / 3013 2165 mail: tovep@pedersen.mail.dk

Meld dig som indsamler! - Så trækker du med.

Læs mere på www.cancer.dk

Frivillig medarbejder til værested i Aalborg

IOGT's A-klub i Aalborg søger en frivillig medarbejder.

Kunne du tænke dig at arbejde med mennesker med alkoholproblemer i et afslappet og hyggeligt miljø i Aalborg C (Østerbro)?

Du er omgængelig og humørfyldt og ikke ked af at hjælpe til med forskellige praktiske opgaver. Blandt opgaverne kan nævnes: igangsættelse af aktiviteter og arrangementer for brugerne af værestedet (fx udflugter, foredrag, fester, idræt), fundraising, udarbejdelse af kursusfoldere samt forefaldende opgaver.

For yderligere oplysninger kontakt:

- Susanne Larsen, tlf. 9813 7577, mail: a-klubben@mail.dk
- Læs mere om IOGT og A-klubben på www.a-klub.dk

Ældre hjælper Ældre i Aalborg søger frivillige

Hos Ældre hjælper Ældre i Aalborg er vi blevet kontaktet af flere brugere, end vi har frivillige til at sende ud på besøg, hvorfor vi ønsker at rette henvendelse til **DIG** for at høre, om du ikke kunne tænke dig at hjælpe os. Komme og være med til bl.a. at besøge vore brugere én gang om ugen. Mange ringer herind og er frygtelig ensomme og forladte, og vi vil så forfærdelig gerne kunne sende et medmenneske på besøg, som kan være der/give den tiltrængte hjælp, en times tid eller to.

Vi har brugere i alle aldre, kvinder såvel som mænd, som fx gerne vil have dig til at følge sig til lægen, en tur i Brugsen, ned på bænken, en lille tur på gaden eller blot sidde og sludre lidt sammen. Du kan også komme ud for blot at skulle sidde og hygge dig sammen med brugeren, mens fx ægtefællen eller børnene holder et par timer fri. Aldrig mere end du føler dig i stand til at kunne yde – eller har lyst og overskud til.

Som frivillig ved Ældre hjælper Ældre får du desuden selv mange gode venner og bekendte i det hyggelige samvær med alle os andre frivillige, som finder sammen til vore fælles arrangementer, udveksling af erfaringer/gode råd og støtte, udflugter, kurser etc.

Ring til Ældre hjælper Ældre på tlf. 9816 3236 – eller kom ind og besøg os i vore lokaler på Ågade Centret, Ågade 9 v/Grønttorvet, hvor vi er hver tirsdag og torsdag mellem kl. 10.00 og 13.30. PÅ GENSYN!

Har du lyst til at blive Frivillig Motionsven i Aalborg Kommune?

Frivillige Motionsvenner i Aalborg er en kreds af frivillige borgere, som ønsker at yde en indsats for ældre medborgere. Hovedformålet er at skabe et motionstilbud til ældre hjemmeboende, der ellers ikke ville være aktive for derigennem at styrke modtagernes funktionsevne og sociale relationer. En motionsven har overskud til at besøge og hjælpe med at motionere. Du får et gratis kursus inden hjemmetræningen. Du bruger ca. 1½ time om ugen.

Har det din interesse eller vil du vide mere så kontakt:

- Kirsten Hansen på tlf. 9879 0273 eller mail stjernegaarden@heaven.dk
- Kirsten Skjøde på tlf. 2976 7802 eller mail kirstenskoede@mail.dk

Vil du være min voksenven?

Der findes på landsplan mere end 150 drenge og piger, der venter på at få en voksenven gennem foreningen Børns Voksenvenner. Også i Aalborg er der venteliste.

Mange børn ønsker sig en ven til oplevelser og samvær – I kan fx spille fodbold, cykle, lave mad, læse bøger eller løbe på rulleskøjter.

Informationsmøde afholdes i Huset i Hasserisgade, 9000 Aalborg torsdag den 30. april kl. 19.00. For flere oplysninger kontakt Børns Voksenvenner, tlf. 2812 2921, mail: venskaber@teliamail.dk
Læs mere på www.voksenvenner-aalborg.dk

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

De Frivilliges Hus i Aalborg er et af de fremmeste frivilligcentre i Danmark.
Vi driver rådgivning, videreuddannelse, service og udviklingsarbejde på et højt niveau.

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 er stedet, der samler alle tråde i det frivillige sociale arbejde i Aalborg Kommune.

De Frivilliges Hus i Aalborg er en selvejende institution (fond) uafhængig af offentlige, politiske, religiøse og økonomiske interesser. I bestyrelsen sidder repræsentanter fra de frivillige organisationer, Aalborg Frivilligråd, Aalborg Byråd 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 sponsorer.

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

Mølholmsvej 2

9000 Aalborg

Tlf: 9811 1344

Mail: frivillighuset@frivillighuset.dk

Web: www.frivillighuset.dk

Åbningstider:

- Mandag-torsdag kl. 9-15 og 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 2009.