

# NYHEDSBLAD

## DE FRIVILLIGES HUS

### November 2008

#### Informationsaften for nye frivillige

**Tirsdag 11. november kl. 17.00-20.00 i De Frivilliges Hus**

- Hvis du har lyst til at løse sociale opgaver gir De Frivilliges Hus dig overblikket over det frivillige sociale arbejde i Aalborg.
- De Frivilliges Hus inviterer nye frivillige til en gratis informationsaften tirsdag den 11. november kl. 17.00-20.00 i De Frivilliges Hus og tirsdag den 18. november er der så mulighed for at besøge flere forskellige af Aalborgs frivillige sociale foreninger.

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.

- Informationsmøde tirsdag 11. november kl. 17.00-20.00, hvor der serveres et lettere traktement samt kaffe og te.
- Kom på besøg hos udvalgte sociale foreninger tirsdag 18. november kl. 12.30-15.30. For interesserede vil der ligeledes være mulighed for personlig vejledning fra kl. 15.00-17.00 i De Frivilliges Hus.
- Tilmelding til informationsaftenen senest mandag den 10. november til De Frivilliges Hus, Knud Pejstrup, tlf: 9811 1344, mail: [knud@frivillighuset.dk](mailto:knud@frivillighuset.dk)
- For yderligere oplysninger kontakt gerne De Frivilliges Hus

#### International AIDS-dag 2008

I 1988 besluttede WHO at gøre den 1. december til International AIDS-dag. I Danmark er det hvert år AIDS-Fondet, der arrangerer World AIDS Day.

Traditionen tro skriver AIDS-Fondet en tale, som alle mulige kendte og helt almindelige mennesker holder over hele landet. Derudover vil der rundt om i landet foregå forskellige arrangementer som fx World AIDS Day Auktionen og Musik mod AIDS. Og aktivister og frivillige vil være på gaden landet over, for at synliggøre/sælge den røde aids-sløjfe, som er et symbol på sympati med alle verdens hiv-smittede og aids-syge.

- Læs mere på: [www.aidsfondet.dk](http://www.aidsfondet.dk)

## Invitation

### De Frivilliges Hus fejrer FN's Internationale Frivillighedsdag fredag 5. december

I anledning af FN's Internationale Frivillighedsdag, som i år markeres over hele verden for 24. gang, inviteres Aalborgs frivillige foreninger og deres mange frivillige til at fejre det frivillige arbejde ved et arrangement i De Frivilliges Hus fredag den 5. december.

Vi glæder os til at se jer ☺

I forbindelse med arrangementet vil årets Frivilligpris blive uddelt til en person, som i 2008 har vist et særligt engagement og har medvirket til at skabe gode resultater inden for frivilligt socialt arbejde i Aalborg Kommune (læs mere om Frivilligprisen nedenfor).

Tilmelding til arrangementet i forbindelse med Den Internationale Frivillighedsdag til:

- S.U. senest tirsdag 2. december til De Frivilliges Hus, Lone Mortensen, tlf: 9811 1344, mail: [lonem@frivillighuset.dk](mailto:lonem@frivillighuset.dk)
- Læs mere om Den Internationale Frivillighedsdag på [www.worldvolunteerweb.org](http://www.worldvolunteerweb.org)
- Læs mere om arrangementet i næste nyhedsblad eller følg med på [www.frivillighuset.dk](http://www.frivillighuset.dk), hvor de nærmere detaljer for dagen/arrangementet vil blive offentliggjort

## Aalborg Kommune's Frivilligpris 2008

### Kender du en person, som har fortjent at få frivilligprisen?

Aalborg Kommune uddeler hvert år en pris til en person, der er aktiv indenfor frivilligt socialt arbejde. Prisen samt en check på 5.000 kr. gives til: En enkeltperson, der i årets løb har vist et særligt engagement samt har medvirket til at skabe gode resultater indenfor frivilligt socialt arbejde i Aalborg Kommune.

Aalborg Kommune indkalder hermed indstillinger til Frivilligprisen 2008 (ansatte ved Aalborg Kommune, der gennem deres arbejde har forbindelse til frivilligområdet, kan dog ikke indstilles).

Indstillinger til prisen vedlagt en kort begrundelse og mrk. "Frivilligprisen 2008" sendes til Kim Topholm Andersen på mail: [kta-sbu@aalborg.dk](mailto:kta-sbu@aalborg.dk) eller pr. brev til: Sundhed og Bæredygtig Udvikling, Rantzausgade 4, Postboks 248, 9100 Aalborg.

Indstillinger skal være indleveret senest mandag den 3. november 2008.

## Nye hjemmesider om frivilligt socialt arbejde

### Center for frivilligt socialt arbejde & FriSe lancerer nye hjemmesider

Center for frivilligt socialt arbejde og Frivilligcentre og Selvhjælp Danmark (FriSe) har lanceret nye hjemmesider, hvor frivillige foreninger og deres frivillige har mulighed for at hente forskellige informationer omkring frivilligt arbejde – viden, læring og udvikling af frivilligt socialt arbejde.

Læs mere på:

- Center for frivilligt socialt arbejde - [www.frivillighed.dk](http://www.frivillighed.dk)
- Frivilligcentre og Selvhjælp Danmark (FriSe) - [www.frise.dk](http://www.frise.dk)

## **Frivillige lærer førstehjælp**

### **Gratis grundkursus i førstehjælp for aktive i frivilligt socialt arbejde**

- 11. & 12. november eller 26. & 27. november i De Frivilliges Hus**

Hvis du er aktiv indenfor frivilligt socialt arbejde i Aalborg Kommune tilbyder Forvaltningen for Sundhed og Bæredygtig Udvikling dig nu et gratis grundkursus i førstehjælp.

Kurset varer 12 timer fordelt over to sammenhængende dage, og undervisningen varetages af en instruktør fra Dansk Røde Kors.

Der udbydes to hold med maksimalt 15 deltagere pr. hold.

1. Hold 1: 11. og 12. november 2008 kl. 9.00 til 15.00
2. Hold 2: 26. og 27. november 2008, kl. 9.00 til 15.00

Kurserne afvikles i De Frivilliges Hus, Mølholmsvej 2, 9000 Aalborg.

På kurset får du et teoretisk og praktisk kendskab til førstehjælp, så du kan hjælpe ved ulykker og ved pludselig opstået sygdom hos børn og voksne. Du vil lære, hvordan du genopliver og holder liv i personer i de vigtige minutter indtil en læge eller redningsmandskab er fremme.

#### **Kursusindhold:**

- Organisering af førstehjælpen
- Førstehjælp til bevidstløse og personer med hjertestop
- Livstruende blødninger
- Fremmedlegemer i halsen
- Hjernerystelse og kraniebrud
- Knodebrud, ledskred og forstuvning
- Forbrænding, ætsning og forgiftning
- El-ulykker, temperaturpåvirkninger
- Småskader
- Pludselige sygdomme

Tilmelding til kurset og yderligere oplysninger fås ved henvendelse til:

- De Frivilliges Hus, Knud Pejstrup, tlf: 9811 1344, mail: [knud@frivillighuset.dk](mailto:knud@frivillighuset.dk)
- Sidste frist for tilmelding er 5. november til Hold 1 og 19. november til hold 2.
- Max. to personer pr. frivillig forening – hvis ledige pladser kan dette dog fraviges

## **Danmarkskort over toiletterne**

Med en kæk og kontant udmelding om, at 30.000 danskere konstant er ”på skideren”, forsøger Colitis-Crohn Foreningen at fjerne tabuerne om kroniske tarmsygdomme. I Nordjylland er der rundt regnet 3.000, som er ramt af livsvarig diarré.

De 30.000 danskere, der dør med en kronisk tarmsygdom, skal have mulighed for at komme på toilettet, når de *skal*. Det er et af målene med en kampagne, som Colitis-Crohn Foreningen har sat i værk. Foreningen har ganske enkelt taget initiativ til et Danmarkskort over toiletter, som medlemmerne – med et identitetskort i hånden – til enhver tid kan få lov at benytte.

Få yderligere oplysninger om Colitis-Crohn Foreningen på [www.123hjemmeside.dk/nordjyskeccf](http://www.123hjemmeside.dk/nordjyskeccf) eller [www.ccf.dk](http://www.ccf.dk)

## **Kursus for Aalborgs frivillige ledere**

**Torsdag d. 6. november & tirsdag d. 25. november i De Frivilliges Hus**

Ingen organisation fungerer uden god ledelse, heller ikke en frivillig. Selv om alle er frivillige i en organisation, er der alligevel nogen, der organiserer og koordinerer og sætter mere i gang end andre, og måske kaldes de tovholdere eller noget andet. Men det er ledelse, det de gør. Så hvorfor ikke kalde en spade for en spade, komme ud af busken og ranke ryggen som leder i en frivillig organisation – og lære noget om ledelse.

### **De Frivilliges Hus afvikler i november kurset ”Ledelse i frivillige organisationer”**

Kurset vil bl.a. handle om, hvordan lederen kan arbejde på at finde balancen mellem den enkelte frivilliges lyst til at løse en bestemt opgave på sin måde og organisationens ønske om, at opgaven løses på én bestemt måde.

En anden kendt problematik, som der tages fat på, er den, hvor man gerne vil gøre det muligt for de frivillige, at gøre ting spontant og udvikle nye idéer, uden at det kommer for meget i strid med organisationens overordnede mål, værdier og image.

Endelig handler kurset om, hvordan man skaber en ikke centralt styret organisation, som fremmer udviklingsmulighederne for såvel de frivillige, omsorgsarbejdet og organisationen.

### **Tid, sted og tilmelding:**

Torsdag den 6. november og tirsdag den 25. november, begge dage kl. 18.00-21.30 i De Frivilliges Hus, Mølholmsvej 2, Aalborg.

Kursusholder er Jacob Pedersen, der i mange år har arbejdet med udvikling og uddannelse af frivillige, bl.a. i DGI og i Dansk Flygtningehjælp.

Deltagergebyr: Det er **gratis** at deltage i kurset, og der bydes på lidt at spise på begge kursusdage.

Tilmelding: Senest mandag den 3. november til De Frivilliges Hus, tlf: 9811 1344, mail:

[ea@frivillighuset.dk](mailto:ea@frivillighuset.dk) eller [charlotte@frivillighuset.dk](mailto:charlotte@frivillighuset.dk)

## **Udviklingshæmmede som frivillige besøgsvenner**

**Hør mere mandag den 24. november kl. 14.00 i De Frivilliges Hus**

I Nordsjælland er der gode erfaringer med, at lettere udviklingshæmmede udfører frivilligt socialt arbejde over for ikke-udviklingshæmmede. Flere udviklingshæmmede har gennem et par år været aktive som besøgsvenner, kørestolsskubbere, samt ledsagere for blinde og svagsynede i et tre-årigt projekt, der er støttet af Velfærdsministeriet og Sygekassernes Helsefond.

Og mandag 24. november kl. 14.00 besøger projektets leder Gerd Augsburg De Frivilliges Hus i Aalborg for at fortælle meget mere om projektet. Ønsket er, at den frivillige verden får øjnene op for den ressource af kompetente frivillige, der gemmer sig blandt handicappede.

- Tilmelding til De Frivilliges Hus på tlf: 9811 1344 eller mail: [lonem@frivillighuset.dk](mailto:lonem@frivillighuset.dk)

## **Lyserød lørdag i Holtet**

Med flere end 100 deltagere var der tilfredshed at spore hos såvel Holtet IF som den lokale afdeling af Kræftens Bekæmpelse, da den første udgave af **Lyserød Lørdag** blev afviklet lørdag 18. oktober på Holtet Stadion.

De to foreninger stod i fællesskab bag et løbe-arrangement til fordel for Støt-Brysterne-kampagnen. Overskuddet fra arrangementet tilfaldt således Kræftens Bekæmpelse.

## Har du tjek på din sundhed

Hvis du er bosat i Aalborg Kommune, har du nu mulighed for, gratis og anonymt, at få tjekket dit kondital, kuliltetal, blodtryk, blodsukker, lungefunktion, taljemål, BMI og fedtprocent samt få en sundhedssamtale om din livsstil. Et sundhedstjek varer 60 min., og det er nødvendigt at bestille tid.

Tilbuddet er for borgere bosat i Aalborg Kommune og finder sted på **Sundhedscenter Aalborg, Thorsens Allé 1, 9000 Aalborg torsdage mellem kl. 14.00 og 18.00.**

Tidsbestilling hos koordinator Ann Hyldgaard på tlf: 9931 3437 ml. 8-15 på hverdage.

## Aalborg Frivilligråd indbyder til generalforsamling Tirsdag den 18. november kl. 19.00 i De Frivilliges Hus

Aalborg Frivilligråd indbyder til generalforsamling tirsdag den 18. november kl. 19.00 i De Frivilliges Hus. Aalborg Frivilligråd har som formål, at være med til at skabe de bedst mulige rammer for det frivillige sociale arbejde i Aalborg Kommune.

Dagsorden ifølge lovene.

På valg er: Susanne Talbot, Jørgen Jensen og Gitte Luther.

Forslag, der ønskes behandlet på mødet, skal være indsendt til formanden for Aalborg Frivilligråd, Susanne Talbot, senest 14 dage før mødet.

Der serveres kaffe og kage til mødet, så tilmeld gerne dig/din forening til De Frivilliges Hus senest fredag den 14. november på tlf: 9811 1344, mail: [tove@frivillighuset.dk](mailto:tove@frivillighuset.dk).

## Natteravne til Aalborg Øst

Ved et forældremøde 8. oktober på Fritidscenter Smedegården blev det besluttet at etablere en Natteravne-forening i Aalborg Øst området. 28. oktober blev der afholdt et borgermøde/intromøde på Fritidscenter Smedegården, Tranumparken 8A, 9220 Aalborg Øst, hvor mange interesserede var mødt op for at høre mere om projektet og melde sig som natteravne.

Omkring 15.000 personer har siden starten i 1998 været på gaden som natteravne i de mere end 200 lokale foreninger i Danmark. Og nu er der en lokalafdeling af det frivillige nattelivsvagtkorps på vej i Aalborg, som vil gå på gaden for at holde øje med børn og unge i Aalborg Øst (Saltumvej). Det er Natteravnens formål at medvirke til at skabe tryghed blandt de unge i nattelivet. Konceptet er, at ansvarlige voksne på frivillig basis planlægger og gennemfører vandring i deres eget område på dage, tidspunkter og steder, hvor man finder det relevant. Ved at gå i hold og bære Natteravnens karakteristiske gule jakker, gør man sig meget synlig over for børn og unge. Dels for at kunne tiltrække udsatte børn og unge, og få en fordomsfri snak med dem om problemer, de selv ønsker at tale om – dels for at stimulere til forebyggende ansvarlighed, hvorved hærværk, vold og anden småkriminalitet formindskes. Men uden at man påtager sig politimæssige eller professionelle sociale opgaver.

For yderligere oplysninger kontakt gerne initiativtager til Natteravnene i Aalborg:

- Irving Nielsen, tlf: 2514 7965, mail: [irving\\_nielsen@hotmail.com](mailto:irving_nielsen@hotmail.com)
- Læs mere på [www.natteravnene.dk](http://www.natteravnene.dk)

## **Drenge søger venskaber med voksne mænd**

### **Tør du tage svævebanen henover Kridtgraven i Nørresundby?**

#### **Lørdag 8. november kl. 13-15 ved Kridtgraven v/ Nørresundby Idrætscenter**

Når børn med spinkelt voksennetværk tilknyttes en voksenven, trives børnene bedre, viser ny forskning. Derfor skyder Landsforeningen Børns Voksenvenner nu en kampagne i gang for at få flere mænd til at blive voksenvenner. Drenge står nemlig ofte forgæves på venteliste til en mandlig voksenven.

Flere end 100 børn landet over venter lige nu på at få en voksenven, og langt størsteparten er drenge, der mangler en mandlig rollemodel i deres liv. Det er drenge, som ikke har kontakt til faren, enten på grund af skilsmisse eller dødsfald, og hvor bedsteforældrene bor langt væk. Så det er ofte små familier med et spinkelt netværk, hvor drengene kan savne en voksenkontakt, der er en anden end moren.

I anledning af mande-kampagnen inviterer Børns Voksenvenner i Aalborg og Omegn lørdag 8. november kl. 13-15 alle aalborgensiske mænd til at møde op ved Kridtgraven ved Nørresundby Idrætscenter og tage en tur med svævebanen ud over dybet.

Er du mand for en god oplevelse, og tør du svæve over dybet?  
Kom og få en sjov oplevelse, og hør samtidig mere om, hvordan dit venskab med et barn kan gøre en stor forskel!

For yderligere oplysninger om Børns Voksenvenner i Aalborg og Omegn kontakt:

- Børns Voksenvenner, tlf: 2812 2921, mail: [venskaber@teliamail.dk](mailto:venskaber@teliamail.dk)
- Læs mere på [www.voksenvenner-aalborg.dk](http://www.voksenvenner-aalborg.dk)

## **Julehygge i Butik-Caféen**

### **Julemarked lørdag den 29. november kl. 10.00-16.00**

Butik-Caféen er for alle med en tilknytning til psykiatrien i Aalborg Kommune og for borgerne i Aalborg Øst. Formålet med Butik-Caféen er at udvikle et lokalt aktivitets- og samværstilbud. Butik, café og værksteder er samlet under et tag i Planetcentret på Saltumvej 5 i Aalborg Øst.

Butik-Caféen afholder det årlige julemarked lørdag den 29. november kl. 10.00-16.00, hvor der vil være mulighed for at gøre gode julegaveindkøb. Butikken vil være flot pyntet, og der sælges flotte håndlavede juleting, gaveartikler og kunstværker. Og i caféen kan der dagen igennem nydes de dejligste julelækkerier – fx tilbydes en platte bestående af sild m/karrysalat, flæskesteg m/rødkål og surt samt risalamande til 50 kr. pr. person.

I Butik-Caféen er der i november og december også mulighed for at lave kalenderlys, adventskranse og juledekorationer på værkstedet. Tirsdag den 25. november kl. 13.00-16.00 er der mulighed for at få vejledning til at lave kalenderlys, dekorationer samt adventskranse. Materialer kan købes til rimelige priser. Alle er velkomne ☺

Hvis du vil vide mere om Butik-Caféen og jule-arrangementerne så kontakt gerne:

- Butik-Caféen, Saltumvej 5, 9220 Aalborg Øst
- Tlf: 9815 1536 – Mail: [kem-aeldre@aalborg.dk](mailto:kem-aeldre@aalborg.dk) – Web: [www.butik-cafeen.dk](http://www.butik-cafeen.dk)

## De Positive har 10 års jubilæum

Førtidspensionistklubben De Positive har fejret 10 års jubilæum. Foreningen mødes hver torsdag i Kanalhuset, Damstræde 48, Aalborg Øst til forskellige aktiviteter og hyggeligt samvær.

Vil du vide mere så kontakt: Formand Lise Lotte Johansen, tlf: 9831 9455, mail: [lej@klarupnet.dk](mailto:lej@klarupnet.dk)

## Stor spredning i kommuners støtte til frivilligt arbejde

Næsten alle 132.8 mio. kr., som landets kommuner sidste år fik i bloktilskud til det frivillige arbejde, blev også brugt til formålet. Det viser en gennemgang, som Ankestyrelsen har foretaget. Men det fremgår også, at der er meget stor spredning kommunerne imellem. Hver fjerde kommune giver mere, end den modtager i statsligt tilskud til det frivillige arbejde, mens hver tredje kommune udbetaler under 50% af hvad, den modtager i bloktilskud til det frivillige område.

Aalborg Kommune har i 2007 fået et bloktilskud på 5.28 mio. kr. og har udbetalt 5.9 mio. kr. til det frivillige arbejde. Det svarer til 30 kr. i udbetalt støtte pr. indbygger.

Læs hele Ankestyrelsens gennemgang på [www.social.dk](http://www.social.dk)

## Musik mod angst i Klosterkirken Onsdag 5. november kl. 19.00

I forbindelse med **Landsindsatsen mod Angst** inviterer Musikterapien på Aalborg Psykiatriske Sygehus, Sind Aalborg og Budolfi Sogn til en al-sangaften i Klosterkirken i Aalborg.

Arrangementet er gratis og afholdes onsdag den 5. november kl. 19.00 for alle interesserede i Klosterkirken (indgang til Klostergården fra Obels Plads via passagen ved Aalborg Musikskole). Tilmelding ikke nødvendig – gratis adgang. Kom og vær med ☺

Aftenen vil byde på følgende indslag:

- Sammen skal vi synge fra vores storslåede sangskat
- Personale fra Musikterapien vil kort fortælle om musik og angst. De vil desuden lede os gennem et lille korværk
- Som speciel-guest vil Sangforeningen af 1843 (Danmarks næstældste kor) optræde
- Efterfølgende mulighed for en forfriskning på Sind Daghøjskole, Bispensgade 5-7, Aalborg

### Fakta om angst

Ca. 350.000 danskere har en angstsygdom, der belaster deres dagligdag negativt og hæmmer deres arbejdsliv og uddannelsesmuligheder. Hver femte af os vil på et tidspunkt i livet få en angstsygdom. Alligevel er angst en af de psykiske sygdomme, der er omgivet af størst uvidenhed og tabu.

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

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

- Angstforeningen – Tlf: 7027 1320 – Mail: [grupper@angstforeningen.dk](mailto:grupper@angstforeningen.dk)
- Læs mere på: [www.angstforeningen.dk](http://www.angstforeningen.dk)
- Læs mere om Landsindsatsen mod Angst på [www.psykiatrifonden.dk](http://www.psykiatrifonden.dk)

## **Støttekoncert for Kirkens Korshær i Aalborg**

### **Søndag 16. november kl. 16.00 i Ansgars Kirken, Vesterbro 1A, Aalborg**

Søndag den 16. november kl. 16.00 er der støttekoncert for Kirkens Korshær i Ansgars Kirken, Vesterbro 1A, Aalborg.

Overskuddet fra koncerten går til Kirkens Korshærs sociale arbejde i Aalborg.

Støttekoncerten vil byde på indslag fra:

- Solist Martin Loft
- Biskop Henrik Christiansen læser H.C. Andersen eventyr
- Sangtus Koret & Mofi Koret

Billetter á 100 kr. sælges fra:

- Varmestuen, Østerbro 20, Aalborg, tlf: 9813 9437
- Varmestuen, Østerbrogade 56,1, Nørresundby, tlf: 9818 9437
- Genbrugscentret, Lille Kongensgade 10, Aalborg, tlf: 9812 0737

## **Stop op!**

**Torsdag den 6. november kl. 19.00-21.00 Huset, Hasserisgade 10, Aalborg**

Har du brug for et kærligt ”skub” til at gøre noget ved din travle hverdag?

Er du stresset, eller kan du ikke lige finde balancen?

Kom og hør en stærk personlig historie om turen i stress-helvedet, om at miste sig selv og om at komme tilbage til (arbejds)livet igen.

Giv dig selv en tankevækkende og inspirerende aften i selskab med Ilse Kjær Gaardahl – indehaver af STRESS BUSTER og medskribent på bogen: ”Stress – når kroppen siger fra”, hvor 16 personer fortæller om egne oplevelser med at have stress.

Ilse Kjær Gaardahl er psykoterapeut og superviserer stressramte personer i offentlige og private virksomheder. Hun er derudover en skattet foredragsholder, som har en omfattende professionel viden om stress, og gerne deler ud af egne erfaringer.

Foredraget finder sted **torsdag den 6. november kl. 19.00-21.00 i Huset, Hasserisgade 10, Aalborg** og henvender sig både til stressramte, pårørende, professionelle behandlere og andre, som gerne vil have et konkret og personligt indblik i konsekvenserne af alvorlig stress, og hvad man kan gøre ved det. Entré 75 kr. – pris for medlemmer af StressForeningen 45 kr.

- For yderligere oplysninger kontakt [stressforeningen@yahoo.dk](mailto:stressforeningen@yahoo.dk)

## **Decemberkonference 2008**

**Ledelse af frivillige – en udfordring i frivillige sociale organisationer**

Få inspiration til ledelsesopgaven i frivillige organisationer, når Center for frivilligt socialt arbejde inviterer til konference den 4. december i Odense. I oplæg og workshops sættes der fokus på, hvordan ledelse ser ud i en frivillig social organisation anno 2008.

- Læs mere om konferencen og programmet på [www.frivillighed.dk](http://www.frivillighed.dk)
- Sidste frist for tilmelding til konferencen er torsdag den 20. november 2008.

# FRIVILLIGE OPGAVER/JOBS

November 2008

## Besøgstjenesten af 1957 søger frivillige

Meld dig som besøgsven i et varmt og vedkommende fællesskab. Besøgstjenesten mangler besøgsvenner, der tager sig tid et par timer om ugen eller hver fjortende dag til at besøge et ensomt medmenneske.

Hør nærmere om ordningen hos den daglige leder **Kirsten Danielsen**, torsdage kl. 10.00-12.00 på **tlf: 9813 6556** eller aflæg besøg i samme tidsrum på kontoret, Dag Hammerskjøldsgade 3, Aalborg.

På gensyn til et meningsfyldt arbejde i Aalborgs ældste Besøgstjeneste.  
OPSØG GLÆDEN – ved at glæde andre ☺

## Bedre Psykiatri søger lokalformand

Landsforeningen Bedre Psykiatri (pårørende til sindslidende), lokalafdelingen Aalborg og Himmerland er en velfungerende lokalafdeling med syv bestyrelsesmedlemmer, der søger en ny formand til frivilligt arbejde.

### Opgaver:

Dine opgaver bliver at repræsentere foreningens synspunkter, holdninger og viden. Der vil også i et vist omfang være tale om koordinering og planlægning af lokalafdelingens samlede aktiviteter.

### Omfang:

Den tid du bruger på arbejdet definerer du selv.

### Forventninger til dig:

Vi forventer, at du har flair for at kommunikere, kan stille dig op i en forsamling og har gode samarbejdsevner. Hvorvidt du har personlige erfaringer som pårørende eller er bekendt med psykiatriområdet er underordnet, blot du har interesse for at være med til at forbedre forholdene indenfor psykiatrien.

### Vi tilbyder:

Mulighed for på meget konkret vis at forbedre forholdene for de psykisk syge og deres pårørende. På den praktiske side kan vi tilbyde udgifter til transport, kurser og telefon betalt.

### Vil du vide mere

Så kig ind på [www.bedrepsykiatri.dk/](http://www.bedrepsykiatri.dk/) Lokalt/Region Nordjylland/Aalborg-Himmerland.  
Og ring til: Grete Tolstrup: 9839 1384 eller Hanne Monrad: 9856 1611

## Frivillig korrekturhjælp

Mangler du/din forening en frivillig korrekturhjælp til jeres tidsskrifter/udskrifter?

Så kontakt gerne Margit Sahl på [sofuskat@tdcadsl.dk](mailto:sofuskat@tdcadsl.dk), der i forvejen er korrekturlæser for Dansk Blindesamfund, og nu også tilbyder at hjælpe andre. Servicen foregår via internettet.

## **Fritid med indhold ved Blå Kors Genbrug i Nørresundby**

Vi er en flok glade frivillige i Blå Kors Genbrug i Nørresundby, der søger en kollega. Butikken er nyindrettet og har et interessant sortiment af flot rent tøj, ny og gammel kunst, børnetøj, legetøj m.v.

Er du gået på efterløn, pension eller har du bare nogle timer til overs om ugen, så er du måske klar til genbrug. Vi savner én, der vil tage en vagt fire timer om ugen fra kl.10 til kl.14 eller fra kl. 13 til kl. 17. Ved at give nogle timer til Blå Kors Genbrug er du med til at skabe nye muligheder for mennesker, hvis liv er ødelagt af alkohol og andre rusmidler.

Kom ind og se forretningen og lær os at kende.

- Blå Kors Genbrug, Vestergade 45, Nørresundby (over for Føtex), Tlf: 9819 2944

## **Bak op om Dansk Flygtningehjælps Landsindsamling den 9. november 2008**

Søndag den 9. november samler Dansk Flygtningehjælp ind til verdens flygtningebørn. 20 millioner flygtningebørn i verden er på flugt. De lever i frygt for vold og med risikoen for at blive bortført som børnesoldater. Mange er blevet borte fra deres forældre og søskende, og de fleste lider af fejlernæring.

Som indsamler ved dansk Flygtningehjælps Landsindsamling søndag 9. november hjælper du disse børn til en bedre og mere tryk tilværelse. Det tager ca. tre timer at gå en indsamlingsrute.

- Meld dig som indsamler på [www.flygtning.dk](http://www.flygtning.dk) eller ring på tlf: 3373 5170

## **Foreningen for kvindernes vækst søger aktivitetsmedarbejder**

Foreningen for kvindernes vækst er et netværk i Aalborg Øst for kvinder på tværs af etnisk herkomst, kultur og religion. Foreningen danner rammen om et naturligt forum, hvor kvinder og børn mødes om forskellige aktiviteter og temaer.

I foreningens lokaler i Globen, er der hver uge syning, børneleg og hyggeligt samvær på programmet. Mere information om aktiviteter og arrangementer kan ses på [www.quinderne.dk](http://www.quinderne.dk)

### **Jobbeskrivelse**

- Du skal have kreative evner – fx kunne sy og lave andre aktiviteter, der også gerne må inkludere børn. Du skal hjælpe kvinderne med at sy og lave andre kreative ting på vores mødedage i Globen tirsdage og torsdage kl. 10-15.

### **Vi tilbyder**

- Du har mulighed for at være sammen med kvinder med forskellige nationaliteter.
- Vi hygger os med hinanden og vores børn, og har et godt socialt samvær med hinanden på tværs af nationalitet

### **For yderligere information kontakt**

- Quinderne i Aalborg Øst, Amina, tlf: 2865 9939, mail: [aminahassan@mail.dk](mailto:aminahassan@mail.dk) eller Kit Bos, tlf: 2619 1925, mail: [kitbos@stofanet.dk](mailto:kitbos@stofanet.dk). Læs mere på [www.quinderne.dk](http://www.quinderne.dk)

## **Krisecentret for kvinder i Nørresundby søger nye frivillige Informationsmøde for interesserede mandag den 24. november kl. 19.30**

Ønsker du at arbejde for kvinders rettigheder og støtte voldsramte kvinder og børn?  
Så bliv frivillig krisevagt på Krisecentret for Kvinder i Nørresundby.

I Aalborg Kommune findes Krisecenter for Kvinder, som er et opholdssted for kvinder med børn, som har været udsat for psykisk eller fysisk vold eller trusler om vold.  
På krisecentret kan kvinderne og deres børn få husly og kvinderne få mulighed for at snakke om det, de har oplevet – både med frivillige og andre voldsramte kvinder.

Er du initiativrig, og vil du hjælpe med at gøre en forskel for voldsramte kvinder, så bliv frivillig ved Krisecentret for Kvinder i Nørresundby.

Vil du være frivillig på Krisecentret, skal du kunne leve op til Krisecentrets værdigrundlag.  
Det betyder, at man som frivillig skal kunne udvise en respektfuld adfærd, være rummelig og omsorgsfuld som menneske.

Krisecentret for kvinder i Nørresundby kan tilbyde dig: gråd og solstrålehistorier, gode oplevelser og socialt samvær i en omsorgsfuld atmosfære hvor respekt og tolerance på tværs af kulturelle forskelle er i højsædet, introduktionsperiode/oplæring, indblik i fremmede kulturer, medbestemmelse i tilrettelægning af vagter og arbejdets indhold.

Der afholdes **introduktionsmøde for nye frivillige den sidste mandag i hver måned** (undtaget juli og december). Næste introduktionsmøde er således mandag den 24. november kl. 19.30.

### **Vil du vide mere så kontakt**

- Krisecenter for Kvinder, Østergade 26, 9400 Nørresundby
- Tlf: 9819 0666, mail: [krisecenterforkvinder@aalborg.dk](mailto:krisecenterforkvinder@aalborg.dk)
- Læs mere på [www.kvindekrisecentret.dk](http://www.kvindekrisecentret.dk)

## **Foreningen Grønlandske Børn søger frivillige familier og voksne i Aalborg**

### **Skal vi være venner?**

Foreningen Grønlandske Børn har netop søsat et kontaktfamilieprojekt for udsatte grønlandske børn og unge i Danmark. Projektet er en del af foreningens integrationsprojekt ”Et godt liv i Danmark”. Mange af børnene kommer fra familier med et begrænset socialt netværk. Det er børn, som har brug for at få styrket deres selvværd og integration.

Foreningen Grønlandske Børn søger derfor familier og voksne i Aalborg-området, som vil dele nærvær, oplevelser og venskab med grønlandske børn, der bor i Danmark. Hverdag eller weekend. Fiske eller fodbold. Gåtur eller grinetur. Bordtennis eller bolsjemageri. Helt almindelige aktiviteter og oplevelser, der giver glæde og styrkede ressourcer til det barn, du deler med.

### **Få mere viden om, hvordan du kan gøre en forskel**

- Ring til 2230 1037, send en mail til [kontaktfamilie@fgb.dk](mailto:kontaktfamilie@fgb.dk) eller læs mere og hent flere oplysninger på [www.fgb.dk](http://www.fgb.dk)

**Se flere frivillige opgaver/jobs på [www.frivillighuset.dk](http://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 lønede 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](mailto:frivillighuset@frivillighuset.dk)

Web: [www.frivillighuset.dk](http://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](mailto: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](mailto: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](http://www.frivillighuset.dk) (findes under nyheder)

Næste nyhedsblad udkommer december 2008.