

NYHEDSBREV

DE FRIVILLIGES HUS

Februar 2006

Integration gennem det frivillige sociale arbejde

De Frivilliges Hus har fået bevilget penge til et 3-årigt projekt, hvor det er planen at fremme integrationen, ved at få flere flygtninge og indvandrere til at deltage i frivilligt socialt arbejde. Projektet skal udvikle metoder og viden inden for feltet frivilligt socialt arbejde og integration, implementere den nye viden i den daglige praksis i De Frivilliges Hus samt sprede erfaringerne til resten af frivillig- og foreningsverdenen.

Grundidéen i projektet er at se frivilligt socialt arbejde og foreningsliv som en del af integrationen, og hovedformålet er at få flere folk med anden etnisk baggrund til at deltage i frivilligt socialt arbejde. Projektet har således rod i den frivillige verden og en stor del af indsatsen skal derfor foregå ude i foreningerne og i udvalgte boligområder. Udover de frivillige sociale foreninger og de almene boligselskaber etableres der samarbejde med Aalborg Kommune, Sprogskolen og det private erhvervsliv.

En detaljeret projektbeskrivelse kan findes på hjemmesiden www.frivillighuset.dk i menuen udviklingsprojekter/projekter/integrationsprojekt.

Det Store Frivilligmarked 2006

Arbejdsgruppemøde mandag den 6. marts kl. 17-19 i De Frivilliges Hus

Så er det igen ved at være tid til planlægning af *Det Store Frivilligmarked*.

Årets Frivilligmarked afholdes lørdag den 2. september på Gammel Torv i Aalborg.

Markedet er en festdag for alle sociale organisationer, der bruger frivillige i deres arbejde.

Alle Aalborgs frivillige sociale foreninger inviteres hermed til at være med i den arbejdsgruppe, som i år skal planlægge Frivilligmarkedet. Det er meningen, at arbejdsgruppen skal komme med idéer og forslag til, f.eks. hvordan pladsen skal indrettes, hvilken stemning man vil skabe med underholdning, mad og drikke, markedsføring m.m. Så har du/din forening lyst til at deltage aktivt med kreative input i dette planlægnings- og udviklingsarbejde, så er der nu mulighed for at komme med i en arbejdsgruppe, som bliver sammensat på tværs af foreningerne. Arbejdsgruppen mødes efter behov – dog skal man påregne, at alle i gruppen mødes 2-3 gange inden sommerferien.

Mødet holdes mandag den 6. marts kl. 17-19 i De Frivilliges Hus, Badehusvej 1, Aalborg.

Der serveres aftensmad til alle deltagere, så vi vil gerne have besked om din/jeres deltagelse senest onsdag den 1. marts på tlf: 9811 1344 eller mail til: charlotte@frivillighuset.dk

Stress Foreningen åbner kontor i Aalborg

Ifølge WHO er stress ved at udvikle sig til den største trussel mod folkesundheden i den vestlige verden. Og nye danske undersøgelser har vist, at omkring 1,5 millioner danskere lider af stress i dagligdagen, og at sygdomme og sygefravær, der skyldes stress, koster samfundet mere end 100 milliarder kroner om året og at tallet er i kraftig vækst. Flere og flere danskere er således berørt af, bliver alvorligt syge, invalideret eller i værste fald dør som følge af stress.

Dette er baggrunden for, at Stress Foreningen nu har åbnet kontor i lokaler i De Frivilliges Hus i Aalborg, hvorfra der tilbydes åben anonym rådgivning/vejledning for stressramte og pårørende til stressramte hver mandag, onsdag og torsdag i tidsrummet kl. 10-14.

Stress Foreningen kan bl.a. tilbyde:

- Råd og vejledning mht. stress
- En samtale med en, som selv har eller har haft stress inde på livet
- Mulighed for deltagelse i en selvhjælpsgruppe for stressramte
- Mulighed for at blive frivillig igangsætter af en selvhjælpsgruppe for stressramte
- Mulighed for at deltage i foredrag og temadage om stress

For yderligere oplysninger og informationer om Stress Foreningen kontakt:

Stress Foreningen – c/o Badehusvej 1, st. - 9000 Aalborg

Tlf: 2063 5344 – Mail: info@stressforeningen.dk – Web: www.stressforeningen.dk

Træffetid: mandag, onsdag og torsdag fra kl. 10-14.

Børnekunstudstilling viser venskaber

Børns Voksenvenner i Aalborg og Omegn og 3. klasser fra skoler i Nibe Kommune udstiller malerier og tegninger på Aalborg Børnekunstmuseum i perioden 11. februar – 26. marts 2006.

Udstillingen kan opleves tirsdag-søndag kl. 10-17, og der er gratis adgang for alle interesserede. Der holdes fernisering lørdag den 11. februar kl. 14, hvor billedkunstner Nils Sloth åbner udstillingen. Aalborg Børnekunstmuseum har til huse på Nordjyllands Kunstmuseum på adressen Kong Christians Allé 50 i Aalborg.

Børns Voksenvenner er en forening, der etablerer VENSKABER mellem børn, der savner voksenkontakt, og frivillige voksne. Det er deres venskabsrelationer, der nu kommer til udtryk via udstillingen.

Du kan få mere at vide om Børns Voksenvenner og Børnekunstudstillingen ved at kontakte:

Børns Voksenvenner i Aalborg og Omegn - c/o De Frivilliges Hus – Badehusvej 1, st. - Aalborg Ring eller SMS til 2812 2921 og få en snak med projektlederen Leah Jacobsen.

Skriv til: venskaber@teliamail.dk - Web: www.voksenvenner-aalborg.dk

Inspirationskurser 2006 i De Frivilliges Hus

Hvis du har lyst til at løse frivillige sociale opgaver

Dag Inspirationskurser

- Uge 6: tirsdag-onsdag d. 7.-8. februar 2006 kl. 9.30-15.30
- Uge 12: onsdag-torsdag d. 22.-23. marts 2006 kl. 9.30-15.30
- Uge 18: onsdag-torsdag d. 3.-4. maj 2006 kl. 9.30-15.30

Aften Inspirationskursus:

- Uge 6 og 7: mandag d. 6. februar og torsdag d. 16. februar 2006 kl. 19.00-21.30

Et 2-dages inspirationskursus gir dig overblik over det frivillige sociale arbejde i Aalborg. Vi vil snakke om, hvilke områder de frivillige sociale foreninger dækker, og hvor der er mulighed for at yde en indsats. Desuden vil vi besøge forskellige frivillige steder og høre andre frivillige fortælle om deres job.

Vi hjælper dig med at finde et frivillig-job, 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 og sociale caféer eller hjælpe foreninger med pr, it eller bestyrelsesarbejde.

Aalborgs frivillige sociale foreninger har brug for dig!

Bliv frivillig – som frivillig gør du en forskel for andre og bliver klogere på livet!

Det er **gratis** at deltage i et 2-dages inspirationskursus, og på dag kurserne serveres en let frokost samt kaffe og the.

Tilmelding til De Frivilliges Hus – Tlf: 9811 1344 - Mail: knud@frivillighuset.dk

Selvhjælpsgrupper i Aalborg Kommune

Selvhjælpsgrupper i Aalborg Kommune starter nye grupper op i 2006.

Hvis livet er svært og gør ondt ville det måske hjælpe at snakke med andre i samme situation. Vi har grupper med mange forskellige problemstillinger, f.eks. samlivsophør/skilsmisse, sorg og krise, angst og depression, udvikling og vækst, overspisning m.fl.

For yderligere oplysninger kontakt:

Selvhjælpsgrupper i Aalborg Kommune – Søndergade 3,2. sal – 9000 Aalborg

Tlf: 9812 0555 – telefontræffetid mandag-torsdag kl. 17-19, åbent i lokalerne hver onsdag kl. 14-18

Læs mere på: www.selvhjaelpaalborg.dk

Danmarks nye selvhjælpsportal - Selvhjaelp.dk

Landsorganisationen Frivilligcentre og Selvhjælp i Danmark (FriSe), der står bag FrivilligJob.dk, lancerer i februar 2006 endnu en portal: Selvhjaelp.dk

Selvhjaelp.dk er et gratis tilbud til alle frivillige sociale organisationer, der arrangerer selvhjælp. Med selvhjaelp.dk kan I gratis annoncere jeres selvhjælpstilbud og blive synlige for en større gruppe af mennesker.

Læs mere på: www.selhjaelp.dk eller kontakt FriSe på tlf: 9812 2424

ENGODSAG.DK

ENGODSAG.DK gør det gratis at støtte en god sag, når du handler via Internettet. Du har mulighed for at støtte 82 forskellige (hjælpe)organisationer, uden at varen koster mere. Du kan vælge at støtte alle organisationerne, eller du kan f.eks. vælge at støtte Angsthøjsningen, OCD Foreningen, AIDS-fondet, Sind, Kirkens Korshær, Røde Kors eller Kræftens Bekæmpelse.

Læs mere på: www.engodsag.dk

Nye kurser og temadage for frivillige

Så er "Center For Frivilligt Socialt Arbejdes" forårskatalog 2006 klar. I kursuskataloget finder du et bredt udvalg af kurser og temadage for frivillige - f.eks. "ledelse i frivillige organisationer", "foreningsøkonomi", "rekruttering af frivillige og planlægning af hverveindsatser", "grænser i frivilligarbejdet", "ensomhedens sprog", "samtaletræning for frivillige" m.m.

Yderligere oplysninger hos kursussekretær Lisbeth Pogel Jensen på mail: lpj@frivillighed.dk

De socialt udsatte har fået det dårligere i Danmark

En ny SFI-undersøgelse, som bygger på svar fra 32 organisationer, som laver frivilligt socialt arbejde viser, at forholdene for de socialt udsatte er dårligere i dag, end de var for fire år siden. 66% af organisationerne svarer således, at forholdene for de socialt udsatte er blevet dårligere.

Genbrugsbutikker i Aalborg mangler frivillige

Flere danske hjælpeorganisationer må sande, at det ikke er så nemt at finde frivillige til at passe deres genbrugsbutikker, som det har været. Aktuelt mangler Sudan Genbrug, Red Barnet, Blå Kors, Røde Kors, Kirkens Korshær og Folkekirkens Nødhjælp således frivillige til deres genbrugsbutikker i Aalborg. Se evt. mere under frivillige opgaver/jobs, hvis du kunne tænke dig at arbejde i en butik.

FRIVILLIGE OPGAVER/JOBS

FEBRUAR 2006

Bliv frivillig hos Ventilen Aalborg

Ventilen Aalborg er et mødested for unge, der er lidt stille og ensomme. I Ventilen arbejder de frivillige for at skabe en positiv og tryk atmosfære, der har til formål at styrke de unges selvværd og selvtillid. De frivillige medarbejdere motiverer de unge til at etablere nye venskaber og giver dem lysten til at kaste sig ud i nye udfordringer udenfor mødestedet.

I Ventilen Aalborg, har vi nogle forventninger til dig som frivillig:

- du skal være mellem 18 og 28 år
- du skal deltage i et månedligt bestyrelsesmøde
- du skal have minimum en søndagsvagt om måneden i mødestedet fra kl. 16.30-20.30
- at du har forståelse for de problemer unge kan møde i deres hverdag
- at du har overskud til at lytte, når andre har brug for det

Vi håber, du har lyst til at være en del af Ventilens frivillighedsteam, da vi altid har brug for flere ildsjæle. Hvis du er interesseret i at blive frivillig kan du kontakte Ventilen Aalborg på:

Ventilen Aalborg - c/o On Side - Louisegade 2B, 1. sal - 9000 Aalborg

Tlf: 2093 3982 (telefontid tirsdag og torsdag kl. 19-21)

Mail: formand@ventilen-aalborg.dk

Web: www.ventilen-aalborg.dk

Frivillige kontaktfamilier til sindslidende søges

Center for Sindslidende i Aalborg Kommune er klar til at søsætte et nyt projekt, som skal skabe kontakt mellem voksne enlige sindslidende og familier, som har overskud til at lukke deres hjem op for et uforpligtende samvær 2-3 gange om måneden.

Har du/I lyst til og mod på at åbne jeres hjem og knytte kontakt til en sindslidende, der mangler nære familierelationer og har brug for relationer til folk uden for det psykiatriske system?

At være frivillig kontaktfamilie indebærer at åbne sit hjem og på et medmenneskeligt plan involvere sig i den sindslidendes liv. Udgangspunktet for kontakten er, at den sindslidende kommer på besøg et par gange om måneden eller efter aftale.

Familierne tilbydes støtte, undervisning og evt. vejledning efter behov.

Ring og hør nærmere:

Projektkoordinator Lene Due – Tinghusgade 5 – 9400 Nørresundby

Tlf: 9931 3126 – Mobil: 2520 3122

Stress Foreningen søger frivillige igangsættere til selvhjælpsgrupper for stressramte samt frivillige med flair for at arbejde med IT

Stress Foreningen er en nystartet forening for mennesker, som har eller har haft stress inde på livet. På grund af stor søgning til Stress Foreningens selvhjælpsgrupper for stressramte, har vi brug for flere frivillige igangsættere.

Hvad er en frivillig igangsætter?

- Den som tager imod gruppen ved det første møde og introducerer deltagerne for hinanden
- Den som sørger for alt det praktiske omkring gruppens møder
- Igangsætteren deltager i møderne indtil gruppen selv er klar til at afvikle møderne
- Igangsætteren har tavshedspligt om alt vedrørende gruppen og må ikke udøve behandling

Alle kan blive igangsætter for en selvhjælpsgruppe. Du skal blot have et positivt livssyn, være udstyret med overskud, tro på ideen, være bevidst om din rolle og kunne sætte personlige grænser.

Vi kan ikke tilbyde dig løn – men vi kan tilbyde dig:

- Et kort introduktionsforløb for nye igangsættere
- Støtte, sparring og erfaringsudveksling
- Mulighed for at komme med som en slags ”føl” hos en erfaren igangsætter
- Mulighed for at udvikle dig, lære nyt, få ny viden og opnå nye bekendskaber
- Mulighed for at forbedre dit CV

Stress Foreningen søger ligeledes frivillige med flair for at arbejde med IT

- Er du lidt af en computer freak?
- Holder du af at arbejde og ”lege” med computere?
- Har du forstand på at oprette og opdatere en hjemmeside?
- Kan du klare mennesker, som kan drive enhver IT mand til vanvid?
- Har du lyst til at lave et stykke frivilligt arbejde på dette område for Stress Foreningen?

Ring, mail eller mød personligt op i De Frivilliges Hus, hvis du er interesseret i at blive frivillig igangsætter for en selvhjælpsgruppe eller frivillig IT-medarbejder hos Stress Foreningen.

Stress Foreningen – c/o De Frivilliges Hus – Badehusvej 1, st. - 9000 Aalborg

Tlf: 2063 5344 (træffetid: mandag, onsdag og torsdag kl. 10-14) – Mail: info@stressforeningen.dk

Skansehuset – frivillige til lektie- og computercafé

Nørresundby Kirkes Børne- og Ungdomshus tilbyder børn og unge et fristed, hvor de kan mødes.

Vi mangler frivillige, der har lyst til at hjælpe børn i 4.-6. klasse med lektielæsning.

Vi mangler ligeledes frivillige unge og voksne, der vil hjælpe til i computer caféen m.m.

Kontaktperson: Birgitte Bendixsen – Skansehuset – Skansevej 9 – 9400 Nørresundby

Tlf: 9817 9314 – Mail: bb@nrsundbykirke.dk

Ældre hjælper ældre (Vestbyen) søger frivillige hjælpere

Vi er en gruppe frivillige i den modne alder, men vi kan bruge flere til at hjælpe os med at give andre ældre en god og fornøjelig eftermiddag 1 gang om måneden, altid en søndag og altid fra kl. 14-16.

Det drejer sig om en eftermiddag med musik, korsang og fællessang og foregår i SALEN i Haraldslund. De aftalte datoer for foråret 2006 er: søndagene d. 12. februar, 19. marts, 23. april, 21. maj og 18. juni.

Opgaverne er: Hjælp til at lave kaffe, dække bord, skære brød ud, snakke og hygge om gæsterne.

Kontaktperson: Hedvig Poulsen – Tlf: 9787 9342, bedst mellem kl. 17 og 19.

Sudan Genbrug søger frivillige

Sudan Genbrug søger frivillige til at passe butikken i Nørregade i Aalborg midtby. Overskuddet fra salget i butikken går til udviklingsprojekter i det centrale Afrika.

Arbejdsopgaverne kan f.eks. være:

- passe og hjælpe til i butikken
- sortere og sælge tøj (kundebetjening)
- deltage i butikkens øvrige drift
- der søges også mænd til ”det tunge arbejde” og til chauffør opgaver

Har du tid og lyst til at arbejde i Sudan Genbrug's butik i Nørregade kan du få flere informationer og oplysninger hos:

Sudan Genbrug – Nørregade 30 – 9000 Aalborg – Tlf: 9816 8850

Kontaktperson: Inga Lund Pedersen – Tlf: 9814 3857

Blå Kors Genbrug (Nørresundby) – frivillige

Blå Kors Danmark er en diakonal – det vil sige en kirkelig social organisation, som har til formål at hjælpe mennesker, der er i nød på grund af alkohol. Dels at forebygge misbrug af alkohol og andre rusmidler, samt at arbejde for en alkoholfri/misbrugsfri livsstil. Blå Kors yder hjælp til selvhjælp.

Der er brug for frivillige til at hjælpe til i butikkerne, sortere tøj og nips og til rengøring. Der er ligeledes brug for frivillige chauffører og hjælpere til afhentning og udbringning af møbler.

Blå Kors Genbrug – Amalienborgvej 19 – 9400 Nørresundby – Tlf: 9819 2900

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

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

De Frivilliges Hus arbejder for:

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

De Frivilliges Hus

Badehusvej 1, st.

9000 Aalborg

Tlf: 98 11 13 44

Mail: frivillighuset@frivillighuset.dk

Web: www.frivillighuset.dk

Åbningstider

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

Har du kommentarer, ideer til artikler, jobs, ris eller ros vedrørende nyhedsbrevet, så er du velkommen til at kontakte redaktionen på tlf: 9811 1344 eller via mail:

frivillighuset@frivillighuset.dk eller morten@frivillighuset.dk

Du kan altid tilmelde/afmelde dig De Frivilliges Hus nyhedsbrev 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 nyhedsbrevets abonnenter, hører vi også meget gerne fra dig.

Næste nyhedsbrev udkommer marts 2006.