

KÆRE MEDLEMMER

Vejret er dejligt, og vi har tidligt generalforsamling i år, det plejer at være sidst i maj, men i år er det allerede d. 10. maj, og vi glæder os rigtig meget til at se jer alle (i år 4 fra hver forening).

Kan I huske 10 år tilbage, hvor vi var tæt på 100 mennesker til en generalforsamling?



Billedet her er fra 2013, det sidste år Inge var Centerleder. Der er sket mange ting i mellemtiden, og der er vist ikke en forening, som ikke har oplevet udfordringer - af mange grunde, men hvis vi vil have fællesskaberne til fortsat at blomstre, så må vi også stå til rådighed for dem, det er én vej ud af ensomheden og mistrivsel. Det er, når vi er sammen, at tingene kan ske.

Konceptet er stadig det samme - vi skal vælge en bestyrelse - vi skal være sammen - spise noget mad, og I år har vi også kræset for jer - Dorte Nørgaard, centerchef i Videncenter for Handikap (dem der har udviklet SOLSIKKESNOREN), som er en forening som os selv, kommer med gode og vigtige betragtninger i en omskiftelig tid, om det at være frivillig. Pressemeldelsen står nederst på siden, så der er lidt ekstra oplysninger.

Skriv til signe@fri-villig.dk eller ring: 54 82 00 55 i åbningstiden og fortæl, hvor mange I kommer - sidste frist, **hvis man vil spise med, er d. 3. maj** (skriv også gerne, hvis du er vegetar) - **skal man ikke spise med, må man også bare komme på dagen, men vi vil gerne have materiale osv. klar til alle deltagere, så tilmeld dig/jer bare.**

YDELSESKATALOG

Vi har mange gange konstateret at medlemmerne i Frivilligcenteret, ikke er helt skarpe på, hvad Frivilligcenteret tilbyder. Det er vi selvfølgelig kede af, både fordi vi er sat i verden for at dele vores viden, men også fordi vi faktisk synes, vi har en fantastisk masse viden og erfaring, som kunne bruges langt mere og bedre. Derfor starter vi en charmeoffensiv med Ydelseskataloget. **Vi præsenterer Ydelseskataloget på Generalforsamlingen** (og alle får et eksemplar med hjem), og derefter skal det lægges på hjemmesiden - i en lidt bredere og mere forklarende udgave, hen over efteråret.

Og til efteråret, når Signe vender tilbage fra barsel, så går vi i gang med at planlægge aktiviteterne i 2024, som skal rettes mod foreningerne - nu er det jeres tur til at få lidt ekstra opmærksomhed. Så beslut allerede nu, at I vil være med på turen - kurser - workshop - foredrag og erfaringsudveksling, og har I ønsker, eller noget I synes er vigtigt, så modtager vi dem gerne allerede nu.

Birgitte tlf.: 51 28 12 05 mail: bli@fri-villig.dk

3 NYE SELVHJÆLPSGRUPPER

Michelle har været i praktik i 3 måneder, og har ønsket at sætte 3 nye grupper i gang. Det er planen, at grupperne, med støtte fra Michelle, skal kunne klare sig selv efter et par ganges vejledning. Den ene gruppe starter i næste uge, og der er stadig ledige pladser i alle 3 grupper. Michelle holder forsamlinger med deltagerne for at være sikker på, at det bliver homogene grupper. Hun fortsætter efter praktikken arbejdet med grupperne. Som introduktion til arbejdet har Michelle været på FriSes selvhjælpsseminar, og hun har erfaringer med grupper fra tidligere. Spred gerne budskabet.

Fleksjob - NY Selvhjælpsgruppe

Er du visiteret til fleksjob?

Kan du se en fordel i at dele ud af egne jobberfaringer og høre om andres?

Mangler du et forum, hvor du kan snakke om de problemer, der er særlige ved fleksjob?

Personlig udvikling - NY selvhjælpsgruppe

- Vil du være med til at starte en ny selvhjælpsgruppe med fokus på personlig udvikling?

- Har du mod på at lære nye mennesker at kende?

- Vil du gerne arbejde med dig selv og afprøve forskellige selvudviklingsmodeller?

Venskabsgruppe - NY - Selvhjælpsgruppe

På udkig efter et fællesskab?

Kan du bruge flere venner?

Har du mod på og lyst til at lære nye mennesker at kende?

Kontakt Michelle

Guldborgsund Frivilligcenter

sekre2.frivillig@gmail.com

54 82 00 55

FORENINGERNES DAG 9. SEPTEMBER 2023

Nykøbing F. Bymidte bliver igen i år forvandlet til et stort fællesskabssted lørdag den 9. september kl. 10-15 for alle typer af foreninger i Guldborgsund Kommune. Der er nu skabt en tradition for at afvikle en ”Foreningernes dag”, en dag hvor det har været en fest for de deltagende foreninger, så kom op og vær en del af fællesskabet og den gode stemning.

Dorte Fabricius - formand for Toreby Sundby Gymnastikforening har følgende opfordring til alle foreninger:

”Foreningernes dag 2023 – hvorfor skal din forening deltage?”

Din forening og de frivillige, som allerede er en del af din forening, tilbydes alletiders mulighed for, at i kan vise nysgerrig og glade borgere, hvad jeres foreningen har at byde på.

Så har du mod på og lyst til at bruge en lørdag i september, så kom og være med i Nykøbing F midtby. Det er alletiders chance for at komme i kontakt med mulige nye medlemmer og frivillige.

Tag din nabo klub/forening under armen og vis jeres lokalområde frem.

I TSG har vi deltaget i foreningernes dag lige siden det startede, og det bliver vi ved med. Vi gør det, fordi det er en hyggelig dag med Guldborgsund kommunes rige foreningsliv i centrum. Mange fællesskaber kan dyrkes og styrkes den dag; både internt i foreningen, på tværs af foreningerne, og selvfølgelig med de nysgerrige borgerne, som kommer igennem byen på dagen. Der er altid en nysgerrig og glad stemning i byen til Foreningernes dag.

Vis hvad din forening har at byde på, det skaber nemlig interesse for netop din forening. Har i brug for medlemmer og frivillige? Så kom og vær med – der er nemlig også plads til din forening”.

Og - så synes vi det er vigtigt at de sociale foreninger også have en mulighed for at få fat i borgere/nye frivillige, når den almindelige tilmeldingssæson til fritidsaktiviteter er i gang.

Der er tradition for at mange sociale foreninger deltager, og det håber vi naturligvis også sker i år - hvor der ikke både er Dølle-marked og ekstra konfirmationer at tage hensyn til. Tilmeld jer gerne hurtigt, vi er alle presset af Royal Run, så hjælp styregruppen med en hurtig tilmelding.

Fra Informationsbrevet:

Hvad skal borgerne bruge deres fritid på?:

Synlighed er vigtig for alle foreninger, både fordi synligheden trækker medlemmer og frivillige til, men også fordi alle gerne vil bo i et område med mulighed for aktivitet og netværk, både dem der har været her i mange år, alle de nye tilflyttere og dem der ikke har besluttet sig for at flytte hertil endnu.

Deltagelse er gratis og I skal tilmelde jeres forening:

Hvis jeres forening ønsker at deltage, bedes I tilmelde på nedenstående link, og i forbindelse med tilmeldingen vil vi gerne vide:

1. hvor meget plads I skal bruge (gerne i m²),
2. hvilken aktivitet I vil vise på standen,
3. om I skal bruge strøm,
4. om I ønsker sparring til ideer til aktiviteten på jeres stand,
5. hvor mange frivillige der bemander standen.
6. om I ønsker I at optræde med jeres aktivitet på en scene

Informationsmøde tirsdag den 15. august kl. 17-18

Vi håber at I har lyst til at deltage i "Foreningernes dag" og har måske også brug for lidt yderligere oplysninger. Derfor afholder vi et informationsmøde tirsdag d. 15. august kl. 17.00 – 18.00 på Rådhuset i Byrådssalen. Her vil vi fortælle meget mere om arrangementet, og I kan få svar på jeres spørgsmål. Du/I skal ikke tilmeldes til informationsmødet, men blot møde op.

Tilmelding til: FORENINGERNES DAG:

Benyt linket og brug nedenstående brugernavn og password.

<https://arrangement.guldborgsund.net/Registration/RegLogin>

Brugernavn: forening23

Password: forening23

Sidste frist for tilmelding er mandag den 21. august, dvs. kort tid efter informationsmødet.

ANNONCER I 2023

August: deadline d. 14. august og den udkommer d. 23.-24. august.

September: deadline d. 11. september og den udkommer d. 20.-21. september.

PILOTPROJEKT!

Der er 5 pladser reserveret til events. Skal du holde et større arrangement (eller kender du en forening, der skal) i løbet af året, så lad os tale om muligheden for at bruge Unitii til at administrere de frivillige over deres telefoner.

NY KALENDER - ONLINE OPDATERING

Guldborgsund Kommune lægger en opdateret hjemmeside på nettet VORESGULDBORGSUND.DK, hvor der tilbydes en kalenderfunktion. Ønsket har været at tilbyde alle foreninger en mulighed for at lægge aktiviteter offentligt tilgængeligt. Sådant en kalender er kun brugbar, hvis nogen faktisk bruger den, så vi vil rigtig gerne hjælpe foreningerne med at blive synlige. Du finder den på VORESGULDBORGSUND.DK og fra forsiden af Guldborgsund Kommunes hjemmeside øverst til højre ved søgefeltet DET SKER.

AFFALDSSORTERING

Senest i uge 20 skal Frivilligcenteret i gang med at kildesortere affald. Det betyder, at du ved møder skal sortere affaldet og anbringe det i den rigtige affaldsspand. I mødelokalerne vil der derfor ikke længere være en affaldsspand, som man kan komme alt sit affald i, men man skal tage det med i køkkenet og lægge det i den rigtige spand. Der vil i køkkenet være mindre spande/skåle eller lignende, som man kan tage med i mødelokalet, hvis man har brug for at sortere allerede der. Det vil helt sikkert give nogle udfordringer i starten, men ved fælles indsats, så finder vi nogle løsninger hen ad vejen, der kan fungere.

MADENS FOLKEMØDE

Der er mulighed for at tjene lidt penge til foreningen ved at være frivillig under Madens Folkemøde. Det er særligt fredag der mangler hænder.

Kontakt: Cicilia Zakie Bonk Duys: cdu@thefoodproject.dk

GRØNNE MENTALE AMBASSADØRER

Vi har fået en invitation fra Grønne Mentale Ambassadører, den kommer her.

Kære medlemmer af lokalsamfundet

Mit navn er Alyona og jeg repræsenterer Dansk Socialarbejde. Jeg skriver for at dele information om vores psykologiprojekt, som er udviklet sammen med Social- og Boligstyrelsen, og for at invitere frivillige til at deltage i det.

Dette gratis kursus er designet til dig, som ønsker at lære at koordinere og facilitere selvhjælpsgrupper med fokus på mental sundhed og bæredygtighed. Selvhjælpsgrupper er en effektiv måde at give følelsesmæssig støtte og praktisk vejledning til mennesker, der påvirkes af sociale eller personlige udfordringer som stress, angst og ensomhed, eller som også ser udfordringer i miljøkatastrofer og klimaforandringer, der påvirker dem og gør dem nervøse.

Dette kursus vil give dig de nødvendige færdigheder og viden til at koordinere selvhjælpsgrupper og støtte enkeltpersoner på deres rejse mod følelsesmæssigt velvære.

Vi vil gerne invitere dig og andre indbyggerne i din kommune til at deltage i vores projekt som frivillige. Hvis du - eller nogen, som du kender - er interesseret i at deltage i projektet, vedhæfter jeg et link til vores hjemmeside (<https://www.green-ambassador.dk/>), hvor du kan registrere dig.

Vi er dybt overbevist om, at vores projekt, der er anerkendt af Bolig- og Socialstyrelsen, vil være nyttigt for deltagerne og vil hjælpe med udviklingen af psykologisk viden og færdigheder. Vi takker dig for din opmærksomhed på vores projekt og ser frem til din støtte.

Skulle du have lyst til at etablere en selvhjælpsgruppe, med eller uden kurset her, så er du altid velkommen i Frivilligcenteret, så står vi bag dig hele vejen, kom ind og hør mere.

FERIEHJÆLPER

Dansk Folkehjælp har brug for frivillige, måske kan du hjælpe dem.

Vi har et tilbud til udsatte enlige forældre, hvor vi sender dem gratis på én uges sommerferie – men vi mangler frivillige til opholdene hos Lalandia i Rødby (én uge i ugerne 26, 27 eller 31) og Marielyst (én uge i ugerne 28 eller 29).

Hvis nogle gode mennesker hos jer kunne være interesseret i tjansen som frivillig feriehjælper, så kan I læse mere via linket nedenfor og evt. tilmelde jer nederst på siden.

Læs mere: <https://www.folkehjaelp.dk/bliv-frivillig-feriehjaelp/>

Med venlig hilsen

Dansk Folkehjælp

Kasper Wielandt

D: +45 24 92 88 67

Med venlig hilsen

Birgitte Zimling

Centerleder

Guldborgsund Frivilligcenter

Tlf. 5128 1205

www.fri-villig.dk

Guldborgsund Frivilligcenter er en forening, som arbejder for at støtte, udvikle og synliggøre den frivillige sociale indsats i Guldborgsund.