

NYHEDSBREV NR 3 • JUNI-JULI 2017

Nyhedsbrevet giver korte og aktuelle oplysninger om relevante aktiviteter og begivenheder inden for det frivillige område. Nyhedsbrevet udsendes via mail og kan hentes på frivilligcenter-hillerod.dk eller på tryk i frivilligcentret.

Frivilligcentret udgiver hver måned programmet "Det sker i frivilligcentret". Programmet kan hentes [her](#) eller i centret. Redaktion og grafik: Jørn Jensen, Anette Nielsen og Knud Sneftrup.

Bryd tabuet – tal om det!

Lørdag 10. juni kl. 12-15 inviterer sociale foreninger i samarbejde med Hillerød Kommune og Frivilligcenter Hillerød interesserede til et tabubrydnings-arrangement på Posen.

Gennem debat og humor vil repræsentanter fra de sociale foreninger og publikum i bedste folkemødestil drøfte – og bryde – de tabuer, som foreningerne har sat på dagsordenen. Hvis man har lyst til og mod på at være med i debatten, kan man gøre det ved at indtage et ledigt sæde på scenen.

Sebastian Dorset, der er kendt som standupkomiker, forfatter og foredragsholder vil med sin lune humor styre debatten.

Mathilde Falch, der er sangerinde og sangskriver med tre albums og en EP bag sig, afslutter arrangementet med musik på scenen. Mathilde kender til at bryde tabuer – både i sit eget liv og som ambassadør for SIND.

Repræsentanter fra Danske Handicaporganisationer (DH) Hillerød Afd., ADHD Foreningen Nordsjælland, Danske Seniorer, Bisiddergruppen Nordsjælland, Colitis-Crohn

Foreningen Nordsjælland, Hjerteforeningen Hillerød, SIND Hillerød/Allerød, Ung til Ung, Alzheimerforeningen Hillerød Lokalforening, DFUNK, Center for Mindfulness, KOM Med!, Frivilligcenter Hillerød og Hillerød Kommune står bag arrangementet.



Modelfoto: Grand Studio Quest/Shutterstock

INDHOLD

- 1 Bryd tabuet – tal om det!
- 2 Nye trivselsgruppe og foredrag om skyggebørn
- 2 Vær med til at iscenesætte "Det gode gerningssted" på Kulturnatten 2017:
- 3 Frivillig Fredag 2017: Vis værdien
- 3 FrivilligSocialprisen 2017 – hvem mener du fortjener prisen i år?
- 3 Kom Med!-samarbejdet
- 4 Find vej med Foreningsvejviseren
- 4 15 timers-ordningen er blevet forlænget året ud
- 4 Sommerferie

Nye trivselsgrupper og foredrag om skyggeborn

Trivselsgrupper for børn og unge i frivilligcenteret afslutter den sidste gruppe for "børn i skilsmissemiljøer" inden sommerferien 22. juni. Samtidig er planlægningen af nye trivselsgrupper godt i gang for efteråret, hvor vi er i stand til at øge kapaciteten i forhold til antallet af grupper, idet vi i foråret har uddannet seks nye gruppeledere, som venter på at komme i gang med at være "føl" i grupperne.

I efteråret tilbyder vi derfor følgende trivselsgrupper for børn: to sorggrupper, en gruppe for børn i skilsmisse, en gruppe for søskende til børn med særlige behov og som noget nyt - en forældregruppe for voksne der står midt i en skilsmisse eller er blevet skilt.

Vores fokus kommer i efteråret særligt til at ligge på at prøve kræfter med at starte en gruppe for søskende til børn med særlige behov og en forældregruppe.

Vi har i maj afholdt et cafemøde om skilsmisse og som et oplæg til at etablere en forældregruppe for voksne i skilsmisseramte familier. Til dette arrangement var der ca. 30 deltagere, og vi forventer at gentage cafemødeformen i august med samme emne, hvor Bettina Vestergaard, som er frivillig gruppeleder i huset står for arrangementet.

Den **13. juni** har vi inviteret Jes Dige til at holde et oplæg om "skyggeborn", som net-

op er søskende til børn, der har det svært i livet, pga. fysisk eller psykisk sygdom eller handicaps – og som samtidig skal bidrage til at kvalificere vores arbejde med søskendegruppe. Desuden glæder vi os over, at vi har fået økonomisk støtte fra 4C-fonden til et weekendophold særligt for disse børn.



Jes Dige

Vær med til at iscenesætte "Det gode gerningssted" på Kulturnatten 2017:

Frivilligcenter Hillerød sætter på Kulturnatten den **22. september** fokus på de hundredvis af gode gerninger, der sker i Hillerød hver eneste dag, og omdøber derfor frivilligcenteret til "Det gode gerningssted".

Som aktiv forening eller gruppe håber vi, at i vil være med til at vise, de mange hundrede gæster, som kigger forbi i løbet af Kulturnatten, hvad jeres forening og frivillige bidrager med af gode gerninger i frivilligcenteret og rundt om i Hillerød. Samtidig ønsker vi at give folk inspiration til at gøre en forskel og blive en del af de gode fællesskaber.

Vi har allerede en masse ideer til, hvordan det "gode gerningssted" kan folde sig ud på en Kulturnat – og håber at du/I vil bidrage



med endnu flere, når vi inviterer til et første **Idé- og planlægningsmøde mandag 19. juni kl. 16-18** i frivilligcenteret. Vi håber her at se foreninger/grupper/personer, der gerne vil være med til at skabe en sjov oplevelse for hillerødborgere og os selv på Kulturnatten.

Tilmelding til Kulturnatten og mødet 19.6. til epost@frivilligcenter-hillerod.dk senest 14. juni. Giv os også en melding hvis i ønsker at deltage på Kulturnatten, men ikke kan deltage i det første møde. For mere info kontakt: **Tine Liisberg** eller **Anette Nielsen**.

Det gode gerningssted

Frivillig Fredag 2017: Vis værdien

Temaet for dette års Frivillig Fredag, den **29. september**, er "Vis værdien" – af det frivillige engagement og virke både personligt og samfundsmæssigt. Temaet, der er defineret af Frivilligrådet, er relevant, da vi alle har brug for at kunne vise såvel kommende medlemmer og frivillige som donorer og samarbejdspartnere, værdien af det arbejde, vi yder.

Fire tiltag

Inspireret af temaet arbejder vi i frivilligcentret på fire tiltag, der både skal vise omverdenen og styrke os og vores medlemmer i at dokumentere og formidle, hvad der kommer ud vores arbejde: Disse består henholdsvis af et læringsforløb for 8-12 foreninger, der skal kvalificere foreningerne i at lave små film med mobiltelefon eller di-

gitalkamera. Læringsforløbet vil fokusere både på det tekniske, herunder hvordan man optager og redigerer videoklip, og på det kreative, såsom hvordan man finder og formidler sin "historie". En workshop for alle interesserede foreninger og grupper om "det gode foto" og hvordan man tager billeder, der kan understøtte vores historier og budskaber. Og endelig vil vi arbejde på at finde måder, hvorpå vi med tal og statistik kan vise værdien af det frivillige arbejde i de sociale foreninger, ved at hver forening selv byder ind på, hvad det for dem giver mening at tælle og dokumentere.

Frivillig Fredag

Det hele kulminerer i et fælles arrangement på Frivillig Fredag - og hvor borgmesteren traditionen tro uddeler årets Frivilligsocial-

pris 2017. Mere information herom samt invitation til arrangementet følger i de kommende uger.

Hvis du – eller andre i din forening eller gruppe - er interesseret i at arbejde med video til formidling af foreningens arbejde og værdien heraf, så kontakt allerede nu Thilde S. Hansen på tsh@frivilligcenter-hillerod.dk for mere information.



FrivilligSocialprisen 2017 – hvem mener du fortjener prisen i år?

FrivilligSocialprisen, der tidligere hed Frivilligprisen, skal i år uddeles for sjette gang. Det sker på Frivillig Fredag 29. september. Men inden det sker, skal der indstilles kandidater – og der spiller vi alle en stor og afgørende rolle...

Vi ved at der i Hillerød er rigtig mange fantastiske ildsjæle på det frivillige sociale område, som i den grad fortjener prisen. Måske har han/hun allerede været indstillet tidligere, men ikke fået prisen, så indstil gerne igen. Og indstil gerne flere kandidater, som du/l tænker fortjener denne særlige anerkendelse, som det er at modtage prisen.

Frist og retningslinjer

Fristen for indstillinger er **mandag 7. august kl. 12**. Både enkeltpersoner og for-

eninger kan indstilles og modtage prisen. Retningslinjerne for tildeling ses på www.hillerod.dk/frivilligprisen, hvor man også finder skemaet til at indstille kandidater.

FrivilligSocialprisen er stiftet af Kultur- og Fritidsudvalget og blev uddelt første gang i 2012. Se mere om FrivilligSocialprisen [HER](#).



Ole Haggmann modtog Frivilligprisen (nu FrivilligSocialprisen) sidste år.

Kom Med!-samarbejdet

I det seneste nyhedsbrev fra Kom Med! kan du læse om kommende Kom med!-dage – med masser af inspiration til fællesskaber og deltagelse for seniorer, Fortæl for Livet - livsfortællinger i ældregrupper, hjemmeplejen sætter ord på ensomhed, nye og eksisterende gågrupper og om en opdatering af Kom med! – folderen.

Nyhedsbrevet er sendt ud til abonnenterne og kan hentes på frivilligcenterets hjemmeside eller [her](#).

Kom med! fortsætter på tredje år – og er et tværsektorielt samarbejde på tværs af Hillerød kommune, lokale foreninger og Frivilligcenter Hillerød om at forebygge ensomhed blandt ældre gennem støtte til deltagelse og fællesskaber.

Find vej med Foreningsvejviseren

Hvis du savner fællesskab og samvær med andre eller søger hjælp og rådgivning, så kan Foreningsvejviseren vise dig vej.

Foreningsvejviseren er et emneopdelt katalog med mere en 100 sociale foreninger og grupper i Hillerød Kommune. Den indeholder adresser, kontaktoplysninger, mødetidspunkter og aktiviteter på alt lige fra genbrugsbutikker, nødhjælps- og interesseorganisationer til patientforeninger, selvhjælpsgrupper, rådgivninger og grupper om socialt samvær. Den kan derfor bruges,

uanset hvilken livssituation, man står i, og uanset om man er ung eller gammel, privatperson eller fagperson.

Foreningsvejviseren findes både i en online-udgave, der opdateres løbende, og nu også i en PDF-udgave, som kan udskrives – og meget gerne deles med nogen, der kunne have brug for den.

Du finder begge versioner af Foreningsvejviseren på frivilligcenter-hillerod.dk.



FRIVILLIGCENTER HILLERØD

Foreningsvejviseren 2017
– din vej til socialt engagement, hjælp og fællesskaber i Hillerød Kommune

Frivilligcenter Hillerød står manne for det bedste og fællestider

15 timers-ordningen er blevet forlænget året ud

Pr. 5. juni er det igen muligt for dagpenge- og efterlønsmodtagere at udføre frivilligt arbejde i op til 15 timer om ugen uden modregning i deres ydelse. Folketinget vedtog 30. maj et lovforslag, der forlænger forsøgsordningen, der ellers ophørte 20. marts. Fri-Ses bestyrelse har tidligere tilkendegivet sin opbakning til lovforslaget i et hørings-svar.

I følge lovforslaget skal et arbejdsløsheds-kassemedlem - i perioden fra den 5. juni 2017 til den 31. december 2017 – kunne udføre frivilligt, ulønnet arbejde i op til 15 timer om ugen uden fradrag i ydelse.

En permanent ordning med nye regler om fradrag for frivilligt, ulønnet arbejde skal træde i kraft næste år, og regeringen har

fremlagt et udspil. Men på trods af et bredt flertal for bedre muligheder for frivilligt arbejde, trækker forhandlingerne ud.



Rigtig god sommer til vi ses igen 1. august.

Sommerferie

Frivilligcenter Hillerød holder lukket hele juli. Det betyder, at man ikke kan booke lokaler i perioden – men sørger man for at booke før ferien, kan man sagtens bruge lokalerne i frivilligcentret i juli. Enkelte grupper og rådgivninger gennemfører deres aktiviteter hele juli. Det gælder eksempelvis, advokatrådgivningen, AA, Alateen og cykelgrupperne Frihjul. Tjek selv om din forening holder lukket i ferien

Omtaler til månedsprogrammet for august skal sendes til epost@frivilligcenter-hillerod.dk senest **fredag 30. juni**.