

FRIVILLIG
FREDAG

Koncert: Engagement på noder

Årets Frivilligpris

Frivillig Fredag-praktik

Foreningsbasar

Vær med til at fejre og udforske det frivillige engagement i Hillerød i al dets mangfoldighed!

Kl. 15.30-18 på
Hillerød Bibliotek,
Christiansgade 1
i Hillerød

27. september 2013
FRIVILLIG
FREDAG
i Hillerød

Foreningsbasaren

Gå på opdagelse, og formem stemning og farver, når Hillerød Bibliotek omformes til en basar bestående af et mylder af **Hillerøds foreninger**, der byder på indtryk og muligheder i foreningslivet.

I Foreningsbasaren kan du møde **frivillige og brugere** fra en lang række forskellige foreninger live. Sæt

Engagement på noder

I 'Engagement på noder' mødes **10 sangskrivere** fra Hillerød og omegn og **10 sociale foreninger** i Hillerød.

Hver sangskriver skriver en sang med inspiration fra de fortællinger, de har mødt gennem deltagelse i en aktivitet og samtaler med mennesker, der er engageret i en forening. **Sangene fremføres ved en koncert** på Frivillig Fredag.



layout: lutomska.dk

MEDVIRKENDE

ARRANGØRER

Frivilligprisen

Igen i år skal det frivillige sociale arbejde og engagement hyldes med en pris.

Borgmester Kirsten Jensen uddeler Frivilligprisen 2013 til en enkeltperson, forening eller organisation, der i årets løb har vist et **særligt engagement** og har medvirket til at skabe **gode resultater** inden for frivilligt

socialt arbejde i Hillerød Kommune. Prisen består af en erindringsgave og et kortant beløb.

Prisen blev uddelt første gang sidste år. Formålet er at **påskønne og anerkende** den frivillige sociale indsats, at synliggøre og skabe opmærksomhed om frivilligt arbejde og at **fremme frivilligt socialt engagement**.

Frivillig Fredag-praktik

I 'Frivillig Fredag-praktik' tilbyder foreninger et kort **'praktik-ophold' for kommunalpolitikere og embedsmænd** fra Hillerød Kommune.

Formålet er at skabe bedre kendskab og samarbejde mellem foreninger og kommune. Ideen er, at praktikanten kommer hele vejen rundt om foreningens arbejde og på den måde får et mere indgående kendskab til

foreningsarbejdets betydning for brugernes livskvalitet.

23 politikere og embedsmænd har meldt sig som praktikant i en forening i løbet af **uge 39**.

Kom og Hør praktikanter fortælle om deres indtryk og oplevelser i mødet med en lokal forening.

Program Frivillig Fredag i Hillerød 27. september 2013 kl. 15.30-18.00

- 15.30: Velkomst og åbning af foreningsbasaren
- 16.00: Koncert: Engagement på noder

Frivillig Fredag 27. september 2013



- 16.30: Interview med en politiker i praktik
- 16.40: Foreningsbasar
- 17.00: Frivilligpris uddelles v. borgmester Kirsten Jensen
- 17.10: Koncert: Engagement på noder!
- 7.35: Foreningsbasar
- 18.00: Afslutning og tak for i dag

FRIVILLIG
FREDAG

Frivilligcenter Hillerød

Frivilligcenteret er en forening af foreninger - og et væksthus for foreningsliv og frivilligt socialt engagement i Hillerød.

Vi skaber rammer for virkelyst, samarbejde og sociale initiativer.

Foreninger og grupper kan hente praktisk hjælp og faglig sparring.

Som borger hjælper vi dig med at finde aktiviteter, frivilligjobs eller hjælp til selvhjælp. Tjek: frivilligcenter-hillerod.dk

Klaverfabrikken

Klaverfabrikken er et aktivt, alsidigt og folkeligt kultur- og aktivitetshus.

Vi formidler kulturelle aktiviteter, tilbyder koncerter og undervisning i drama og billedkunst for børn i Dramaskolen. Vi har en event- og performancegruppe og en fantastisk kostumebank. Tjek: klaverfabrikken.dk

bibliotekerneHillerød

Hillerød Bibliotek



Hillerød Bibliotek og Skævinge Bibliotek danner tilsammen ramme om Lokalhistorisk Arkiv, aviser, Biblioteksklubben, en lydavis, studierum,

læsekrede, tiasskrifter, trådløst netværk, lydavis, IT-café, Borgerrådgivning og meget, meget mere. Tjek: hillbib.dk

CO neutral



Sangskrivere:

Lasse Åquist | Frederik Damhus |

Idskov Martin | Peter Schöning | Emil Valbjørn |

Kat Herlo Jensen | Hans Juftved | Søren Jønk | Anne

Marie Lind Burgdorf | Bjarne Druedal | Thomas Anker Hansen |

vejledning |

Sprog- og netværkscafé | Styrk din krop | Ventilen Hillerød | Økonomisk råd og

Nordsjælland | Røde Kors i Hillerød | SIND Nordsjælland | SIND Hillerød/Allerød |

Motionsvenner for psykisk sårbare | OK-Klubben | Osteoporoseforeningen

Hillerød | IT-caféen | Klaverfabrikken | Landsforeningen Autisme Nordsjælland |

Motionsvenner i Hillerød | Hjeremesagen i Nordsjælland | Hjerteforeningens lokalkomite

Lokalråd | Hillerød Kunstforening | Hillerød lokalhistoriske forening | Hillerød

i Hillerød | Gigtforening Nordsjælland | Grønnegadecentret | Hillerød Bys

forening | Hillerød | Den Boligsociale Fond | Depressionsforening i Hillerød | Diabetes-

land | Den Boligsociale Fond | Depressionsforening i Hillerød | Diabetes-

Danmarks Naturfredningsforening Hillerød | Dansk Blindesamfund Nordsjæl-

Amnesty International Nordsjælland | Angstforeningen | Cykelgruppen Frinjul |

Foreninger:

layout: lutomska.dk

ENGAGEMENT PÅ NODER – ET SAMSPIL MELLEM DEN SOCIALE OG MUSISKE VERDEN...

Hermed en lille smagsprøve på nogle af de sangtekster, som sangskrivere har skrevet med udgangspunkt i mødet med 10

sociale foreninger fra Hillerødområdet. Se den endelige sangtekst på www.frivilligcenter-hillerod.dk, hvor du også kan læse mere om

sangskriveren og den forening, sangen handler om. Oplev sangene live, og mød sangskriverne sammen med de invol-

verede foreninger ved koncerten på Frivillig Fredag den 27. september kl. 15.30-18.00 på biblioteket i Hillerød.

AMNESTY INTERNATIONAL



Amnesty International Nordsjælland
Vi forsøger lokalt at gøre opmærksom på de uretfærdigheder, der finder sted ude verden - når de grundlæggende menneskerettigheder krænkes. Vi skriver breve til myndigheder og samler underskrifter i protest mod overgreb.

Hans Jultved

Hans Jultved har spillet musik siden sidst i halvfjerdsene og skriver nu også selv sange. Han har modtaget undervisning i sang og guitar og spillet i forskellige sammenhænge og bands.



Landsforeningen Autisme Kreds Nordsjælland

Vi er en forældreforening, der arbejder for og med mennesker, der har autisme i familien. Vi laver netværksgrupper for forældre, afholder temaaftner og medlemsarrangementer, fungerer som bisiddere, blander os i den politiske debat m.v.

Peter Schøning

Til daglig arbejder Peter Schøning som teatertechniker, og det er også fra teateret, at han har meget af sin sangskrivningserfaring.

"Hvis jeg ku' se / hvad der får dig til at le / så ku' jeg måske forstå / og rent faktisk nå / ind i dit tankerum (...) Men helt derinde et sted /der håber jeg du ved / at uanset hvad du gør / og uanset om du tør / så er jeg med"

Dansk Blindesamfund



Dansk blindesamfund Nordsjælland

Dansk Blindesamfund Nordsjælland repræsenterer foreningen i regionens kommuner, herunder i offentlige organer og på lokale Dansk Handicap poster. Vi afholder løbende sociale og netværksskabende aktiviteter, dels som klub- eller café møder dels som udflugter, fester og møder, hvor der rådgives og informeres om tiltag til gavn for blinde og svagsynede.

Søren Jønck

Søren Jønck er ingeniørstuderende og har en svaghed for ord, rim og rap men har lagt gade-attituden på hylden og prøvet at skrive en forstående tekst til fordel for Dansk Blindesamfund. Nummeret fremføres af Frederik Damhus.

"Alt jeg ser er minder / Jeg overgi'r de sidste billeder til mørket / og finder nu at se de ting jeg rør ved / Men når I ser problemer, finder jeg systemer / Se hvad jeg mener - Jeg klarer mig"



Gigtforeningens Nordsjællandskreds

Gigtforeningen skaber muligheder for at bevare livskvalitet og en stærk krop, så mennesker kan leve det liv, de har lyst til - også når det begynder at gøre ondt. I Hillerød samarbejdes med Fysioterapien i Centrum om små træningshold tilpasset gigtpatienter og med individuel supervision.

The Rooftop Karma

The Rooftop Karma er en Hillerødiensk Singer/songwriter duo bestående af Thomas Anker Hansen på akustisk guitar/sang og Patrick Van Hauen på bas med en fælles interesse for 60'ernes beat/folk musik og sangskrivning.

"Hvis du falder, så er det op igen / intet skal fjerne dit smil min ven / op på bjerget, gør et hold på toppen / tag magten tilbage og behold den / spring op og gør sindet parat / Vi vil alle levende herfra"



Depressionsforeningen

Depressionsforeningen Nordsjælland

Depressionsforeningen arbejder for at forbedre forholdene for mennesker med depression eller bipolar lidelse samt pårørende. Der tilbydes desuden rådgivning af socialrådgivere, telefonlinje, selvhjælpsgrupper, netværk og Depnet.dk

Bjarne Druedal

Bjarne Druedals sange er popsange af den traditionelle danske slags - lidt i stil med Rugsted og Kreutzfeldt. Han har udgivet to albums "Sommer-natten bølger" (2003) og "Kølig Regn" (2010).

diabetes foreningen



Diabetesforeningens lokalforening i Hillerød

Vi arbejder for et bedre kendskab til og forståelse af diabetes - både blandt kommunens borgere, politikere og den enkelte diabetiker. Vi afholder løbende arrangementer og aktiviteter - og er altid parate til at rådgive om diabetes.

Anne Idskov og Martin Buster

"I frit liv / kan vi trygt leve i blinde / men vi ser kun omridset / kun en silhuet / En lille pige skal finde vej i mørket / Og vi er der ikke til at tage hendes hånd / Vi ser det ik' / men forstår dig godt"



HJERTEFORENINGEN

Hjertereforeningens Lokalkomité i Hillerød

Hjertereforeningen i Hillerød arrangerer caféer med foredrag og mulighed for en snak med en hjertesyggeplejerske eller ligestillede, har motionshold i Hillerød Fysioterapi & Træningscenter for hjertepatienter og pårørende og er ofte på besøg i byens Matas-butikker, hvor vi måler blodtryk.

Emil Valbjørn

19-årige Emil Valbjørn synger og spiller guitar i bandet Remind Me Later, der har et lokalt tilhørsforhold. I sit sabbatår efter at have taget studentereksamen arbejder han som lærervikar på Marie Mørk Skole og som studentemedarbejder på Klaverfabrikken.



RØDE KORS

Røde Kors Hillerød Afdeling

Røde Kors i Hillerød driver Røde Kors Butik, er patientstøtter på Nordsjællands Hospital, besøger plejehjem og sundhedscentre med kiosksalg og hyggesnak, er besøgsvenner, er nørklere, uddanner samaritter og afholder førstehjælpskurser.

Kat Herlo

Kat Herlo har hentet inspiration i New Yorks sangskrivermiljø. Hun fremelsker den simple melodi og de lyrisk spidsfindige tekster, der rummer dybe refleksioner over almenmenneskelige temaer og relationer.

"Det varmer om man nørkler / lapper sår, sælger skorter / Om en god sag er man aldrig alene / Og er man ikke særlig god til hjemmestrik / kan man ta' på plejehjem og sælge slik"



SIND - Nordsjælland Kreds og Hillerød/Allerød Lokalforening

SIND-huset i Hillerød: Rådgivningen har til formål at hjælpe sindslidende og deres pårørende fra at sidde fast i én eller flere alvorlige problemstillinger til at komme videre i livet. Klubben fungerer som et samlingssted for mennesker med psykiske problemer og andre interesserede.

Marie Lind

Marie Lind er uddannet sanger fra Det Danske Musicalakademi i Fredericia, og har udgivet de to album "Kongers Konge" og "Overalt på Jord" med moderne salmer/hymner.

"Et frirum fyldt op af varme / Se, hvor skyggerne spredes / Når tanker bliver delt / Og der hvor men'sker mødes / Der bliver livet helt"



Ventilen Hillerød

Ventilen Hillerød er et mødested for unge på 15-25 år, der føler sig ensomme. Vi mødes hver onsdag aften, hvor vi bl.a. går på café og spiller spil.

Lasse Aaquist

Lasse Aaquist arbejder til daglig som elektriker. I sin musik bevæger han sig hovedsagligt indenfor pop, men med en snært af country.