

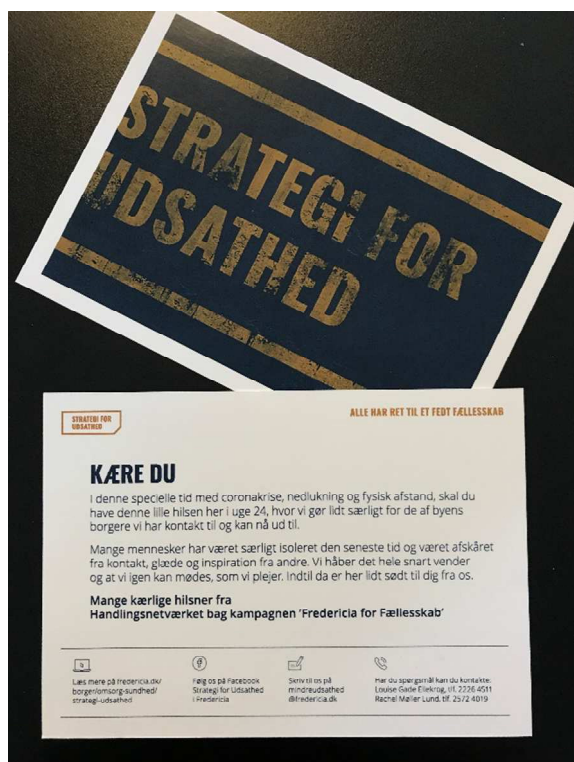
# Nyhedsbrev juni 2020

## Handlingsnetværket bag kampagnen 'Fredericia for Fællesskab' uddeler småkager

Kampagnen "Fredericia for Fællesskab... mod ensomhed" løber af stablen i uge 24, og derfor er der uddelt friskbagte småkager og en lille hilsen til 100 borgere i Fredericia.

Frivilligcenteret, som er ambassadør for Strategi for Udsathed og med i Fredericia for Fællesskab, har med frivillig hjælp været ude med småkager til borgere, som på en eller anden måde har en tilknytning til Frivilligcenteret.

Denne specielle tid med coronakrise, nedlukninger og fysisk afstand er ekstra hård ved ældre og sårbare borgere, og vi håber, at denne lille hilsen er med til at skabe hygge og glæde.



Til medlemsforeningerne.

**Ny dato!**

## **Indkaldelse til generalforsamling**

**tirsdag den 03.09.2020 kl. 19.00-21.00 i Frivilligcenter Fredericia.**

Dagsorden jvf. vedtægter:

1. Valg af dirigent og stemmetællere.
2. Bestyrelsens beretning ved formanden til godkendelse.
3. Fremlæggelse af det reviderede regnskab til orientering.
4. Fremlæggelse af bestyrelsens forslag til budget.
5. Indkomne forslag:  
(Forslag, der ønskes behandlet på Generalforsamlingen, skal være formanden i hænde på mail [toschmidt@profibermail.dk](mailto:toschmidt@profibermail.dk) senest 10 dage før Generalforsamlingens afholdelse)
6. Valg af formand (på valg i ulige år):
  - *Ikke på valg*
7. Valg af bestyrelsesmedlemmer – på valg er:
  - *Dorte Schandorph Jensen, Autismeforeningen - genopstiller*
  - *Kirsten Berntsen, Fredericia Krisecenters Støtteforening – genopstiller*
  - *Anne G. Bertelsen, Kræftens Bekæmpelse - genopstiller*
8. Valg af 2 suppleanter
  - *Marie Luise Poulsen, Klub 1297 – genopstiller*
  - *Christen Madsen, De Frivilliges Hjælpecentral – genopstiller*
9. Eventuelt.

Den enkelte organisation har 1 stemme. Af pladshensyn henstiller vi til, at der max. deltager 2 personer fra hver forening.

Indkomne forslag samt revideret regnskab vil være fremlagt i Frivilligcentret eller kan rekvireres 8 dage før generalforsamlingen.

Der vil være kaffe/brød, derfor tilmelding til kontoret senest tirsdag den 27.08.2020 på: [post@fc-fa.dk](mailto:post@fc-fa.dk) eller på telefon 7210 6770.

Venlig hilsen  
Tove Schmidt  
Formand for Frivilligcenter Fredericia

## Nyt fra Center for Frivilligt Socialt Arbejde



### Velkommen tilbage! Tag godt imod jeres frivillige efter corona-krisen

Hvorfor er der forskel på at byde frivillige velkommen tilbage efter sommerferien og på at tage godt imod dem post-corona? Det korte svar er, at vi alle de seneste måneder har befundet os i en form for undtagelsestilstand, hvor vi har været mere isoleret og alene end normalt, og hvor vi har været nødt til bogstavelig talt at tage en dag ad gangen.

Nedlukning af Danmark har for mange af os været en anledning til at reflektere over, hvad der er vigtigt, og hvad der ikke er vigtigt i vores liv. Hverdagslivet før corona var for mange af os præget af et højt tempo med mange tilbud og muligheder. For mange var der mere fokus på at gøre fremfor at være.

Med krisen blev vores verden mindre, og vi fik mere tid til rådighed. Den tid har mange af os brugt til mere eller mindre bevidst at overveje, hvem vi er, og hvad vi gerne vil være. Ingen vender formentlig fuldstændig upåvirket tilbage til hverdagen, som vi kendte den før corona – i hvert fald ikke for en tid. Det er derfor meget sandsynligt, at jeres frivillige vender tilbage med nye erkendelser og et nyt syn også på deres frivillige indsats.

Læs mere [her](#)





## NYT FRA DE FRIVILLIGE SOCIALE FORENINGER

FRIVILLIGCENTER  
FREDERICIA  
-Dit link til den frivillige verden!



### Demensfællesskabet Lillebælt

Er du pårørende til en demensramt eller selv ramt af demens, eller kunne du tænke dig at blive frivillig indenfor demensområdet, så er du meget velkommen til at kigge forbi Demens Rådgivningscentret, der har til huse i Sundhedscentret, Dronningensgade 97. Det er gratis og alle er velkomne!

Åbent i Demensfællesskabet mandage fra kl. 10.00-12.00 og tirsdage fra kl. 16.00-18.00.

Frivillige rådgivere vil være tilstede sammen med en af kommunens demenskonsulenter, hver torsdag fra kl. 13.00-15.00.

Alzheimerforeningen vil være tilstede den 1. mandag i måneden fra kl. 15.00-17.00.

Se mere på [Fredericia Kommunes hjemmeside](#).

### Demensfællesskabet Lillebælt inviterer til fællessang med kaffebord



**Søndag den 13. september kl. 14.00 – 17.00 i Sundhedshuset**

Dronningensgade 97, 7000 Fredericia

Har du tid og lyst til et par hyggelige timer med sang og dejlige kager!

Så vil Demensfællesskabet sørge for en underholdende søndag eftermiddag for brugere af Demensfællesskabet og deres pårørende.

**Pris 50,- pr. person**

Meld dig til på Demensfællesskabet Lillebælt på tlf. 2280 0195 eller på mail:

[Demensfaellesskabet.lillebaelt@fredericia.dk](mailto:Demensfaellesskabet.lillebaelt@fredericia.dk) **senest den 1.9.2020.**

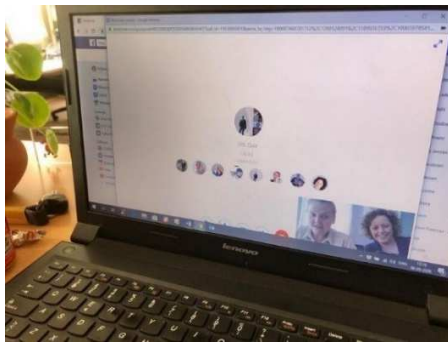


## Grow Your Life

I Corona-tiden har det mest handlet om at være kreativ og finde på forskellige #sammenhverforsig-aktiviteter for borgerne i Grow Your Life, der, som så mange andre, har syntes, at tiden var lang.

Der har været god kontakt til borgerne via den lukkede facebook-gruppe og en snak over telefonen i ny og næ. Onsdags-caféen blev erstattet af en 'GYL-quiz' via live-stream. Gevinsterne var gavekort til Fredericia Shopping, for at støtte byens butikker. 15 borgere deltog.

Derudover har der været uddeling/levering af pizza, doneret af Tyrkisk Kulturforening, og en hyggepose med sandwich, sodavand, chips, slik og chokolade blev uddelt/leveret til borgerne i Grow Your Life i ugen op til pinseferien.



Her får Emilie en hyggepose og en lille snak

De to populære aftenskolehold 'madlavning' og 'musik' fortsætter efter sommerferien. Der er 31 borgere og 7 frivillige tilknyttet Grow Your Life.

*Grow Your Life er et fritidstilbud i Fredericia, som er skabt i samarbejde mellem Fredericia Kommune og Frivilligcenter Fredericia, og har til huse i Frivilligcentret, Vendersgade 63. Målgruppen i Grow Your Life er borgere i Fredericia mellem 18 og 40 år med et lettere handicap, enten fysisk eller psykisk, der har behov for at få øget livskvaliteten, og fremme deres muligheder for at indgå i nye sociale netværk og i frivillige sammenhænge.*

## Frivillige 'gå-venner' søges

### Hjælp andre med at komme ud at gå en tur, og få selv frisk luft og motion...

Vi får en del henvendelser fra borgere – unge som gamle - som ikke kan komme ud uden en ledsager, eller som har været igennem et genoptræningsforløb, hvor det er vigtigt, at holde de generhvervede færdigheder ved lige.

Derfor ønsker vi at etablere en gruppe af frivillige 'gå-venner', der f.eks. en gang om ugen eller hver 14. dag i en afgrænset periode på 3-6 mdr. kan hjælpe medborgere med en gåtur og en lille snak, hvor behovet for både motion, frisk luft og social kontakt bliver opfyldt. Borgeren og gå-vennen mødes ved borgerens bopæl.

Du vil blive tilknyttet vores 'Frivilligbank', som mødes til en kop kaffe, sparring og socialt samvær hver 3. mdr.

Har du lyst til at blive Frivillig Gå-ven, så kontakt Frivilligcenter Fredericia, tlf. 7210 6770, e-mail: [sekretar@fc-fa.dk](mailto:sekretar@fc-fa.dk).

## Gratis møbler

Kirstinebjergskolen afd. Havepladsvej har udskiftet skolemøbler, og har derfor valgt at give de gamle møbler til foreninger/klubber, der måtte have brug for møbler. Møblerne er brugte og bærer tydelige tegn på brug. Total set drejer det sig om ca. 20 classesæt á 25 stk.



Henvendelse kan ske til:

### Anders Gahner Krogsgaard

Administrativ leder Kirstinebjergskolen

Havepladsvej 175, 7000 Fredericia

Tlf. 7210 6122 / 2556 8347

E-mail: [anders.krogsgaard@fredericia.dk](mailto:anders.krogsgaard@fredericia.dk)



## NYT FRA DAGLIG LEDER

Kære alle.

### 'Mød Hinanden' i Frivilligcenterets nye café

Vi oplever, at der er et stigende behov for tilbud til borgere, der er ensomme, som har et meget spinkelt netværk eller måske slet ikke noget netværk. Nogle har både stor familie, venner, kolleger på arbejdspladsen og gode naboer. Andre må kigge langt efter disse netværk og bliver mere og mere isolerede. Nogle har måske familie og kolleger, men føler sig alligevel indimellem ensomme.

Frivilligcenteret vil starte 'Café Mød Hinanden', der vil holde åben et par timer en gang i ugen. Caféen er rettet mod mennesker, som har ensomhed og manglende netværk som en udfordring. Her kan borgerne være til stede på egne præmisser og indgå i sociale sammenhænge i den udstrækning, de selv ønsker.

Caféen vil i første omgang være et tilbud om en kop kaffe og kage og en snak. Hen ad vejen vil caféen udvikles og aktiviteter kan sættes i gang ud fra borgernes ønsker. Derudover vil caféens tovholdere kunne henvise til forskellige eksisterende frivillige tilbud alt efter hvilke udfordringer og ønsker borgerne måtte have. Det kunne fx være et økonomitjek fra Frivilligcenterets Økonomi-café, at komme med i en selvhjælpsgruppe eller måske et ønske om at blive frivillig i en af de mange medlems- og brugerforeninger, som er tilknyttet Frivilligcenteret.

Vi håber, at vores 'Café Mød Hinanden' vil være et skridt på vejen ud af ensomheden for de borgere, der kigger forbi. Alle er velkomne!

**Caféen starter onsdag den 9. september 2020 kl. 13.30 i Frivilligcenterets lokaler i Vendersgade 63.**

Mere herom senere...

### **Støt os i at støtte andre. Bidrag modtages gerne – store som små - MobilePay 902960.**

Frivilligcenter Fredericia er en paraplyforening, der støtter og igangsætter projekter til gavn for bl.a. udsatte borgere i hele Fredericia Kommune.

Ved en frivillig donation kan du være med til at støtte vores forskellige tiltag for udsatte og sårbare borgere, og synliggørelse af grupper, rådgivninger og aktiviteter, som du naturligvis er hjerteligt velkommen til at deltage i.

Husk at anføre dit navn, adresse og evt. telefonnummer.

### **HUSK...**

at du kan få vores nyhedsbrev ved at sende en e-mail til [post@fc-fa.dk](mailto:post@fc-fa.dk) eller tilmeld dig vores nyhedsbrev via vores hjemmeside [www.fc-fa.dk](http://www.fc-fa.dk). Videre send gerne til din bestyrelse m.v.

### **Hensyn til hinanden**

Frivilligcenterets medlems- og brugerforeninger er så småt ved at starte op igen efter COVID-19. Vi overholder de udmeldte retningslinjer, og har med skilte, håndsprit og grundig rengøring sørget for, at husets brugere ikke kan være i tvivl om de anbefalede retningslinjer. Vi henstiller til, at alle tager hensyn til hinanden.

### **Sommerlukket**

Frivilligcenterets kontor holder sommerlukket i perioden: 6. juli – 31.7.2020 (begge inkl.). Mødelokaler vil være tilgængelige efter aftale i hele sommerferien.

Venlig hilsen

Louis Lindholm

Frivilligcenter Fredericia

Mail: [louis.lindholm@fc-fa.dk](mailto:louis.lindholm@fc-fa.dk)





## DET SKER - Sæt X i kalenderen:

Aktivitet:	Hvornår:	Hvor:	Hvad:	Hvem:
Mamma Mia - Fredericias Internationale Mødregruppe	Pt. ikke aktiv. <b>Ønsker man at deltage eller være tovholder, bedes man kontakte Charlotte i Frivilligcentret, tlf. 7210 6770.</b>	Vendersgade 63	Kaffe, samvær, babysnak og netværk	Gravide eller mødre med børn op til 1 år er velkomne
Walk&Talk	Tirsdag kl. 19.00. <b>Husk tilmelding til Liv på tlf. 2757 7594 eller via facebook.</b>	Vendersgade 63, døren til venstre	Gåtur, samvær, netværk	Alle er velkomne !
Økonomi Café	Onsdag kl. 17.30-19.00. <b>Husk tidsbestilling !</b>	Vendersgade 63	Økonomisk rådgivning	Udsatte borgere
Særlig Søndag	Søndag den 25.10.2020, kl. 14.00 <b>Nærmere info. senere</b>	Panorama Biografen, Prinsessegade 55	Fællesskab på tværs, samvær, hygge og en god film.	Borgere 18+ med funktionsnedsættelser
Fristedet	1 gang i mdr., kl. 16.00-18.00. Næste gang er: 22.06.2020 <b>Nærmere info.: projektmedarbejder@fc-fa.dk</b>	Vendersgade 63	Samvær, hygge, snak, fælles aktiviteter	Byens borgere 30+



**Nyhedsbrevet bedes videresendt til  
bestyrelse, medlemmer og frivillige i jeres forening/gruppe -  
tak!**

*Redaktør: Charlotte Stenør Mikkelsen, Frivilligcenter Fredericia*