

Frivillighed og virkelyst - Hvorfor og hvordan?!

Frivilligcenter Hillerød, 3.11.207

Program:

- Lidt om frivillighed i Danmark
- Hvorfor blive frivillig?
- 'Sådan er jeg frivillig' – korte interviews

Pause

- Hvordan kan man være frivillig?
- Hvordan komme godt i gang som frivillig?
- Mød lokale foreninger og hør om konkrete frivilligjobs i Hillerød



Frivillighed i Danmark

2014: 42 var frivillige

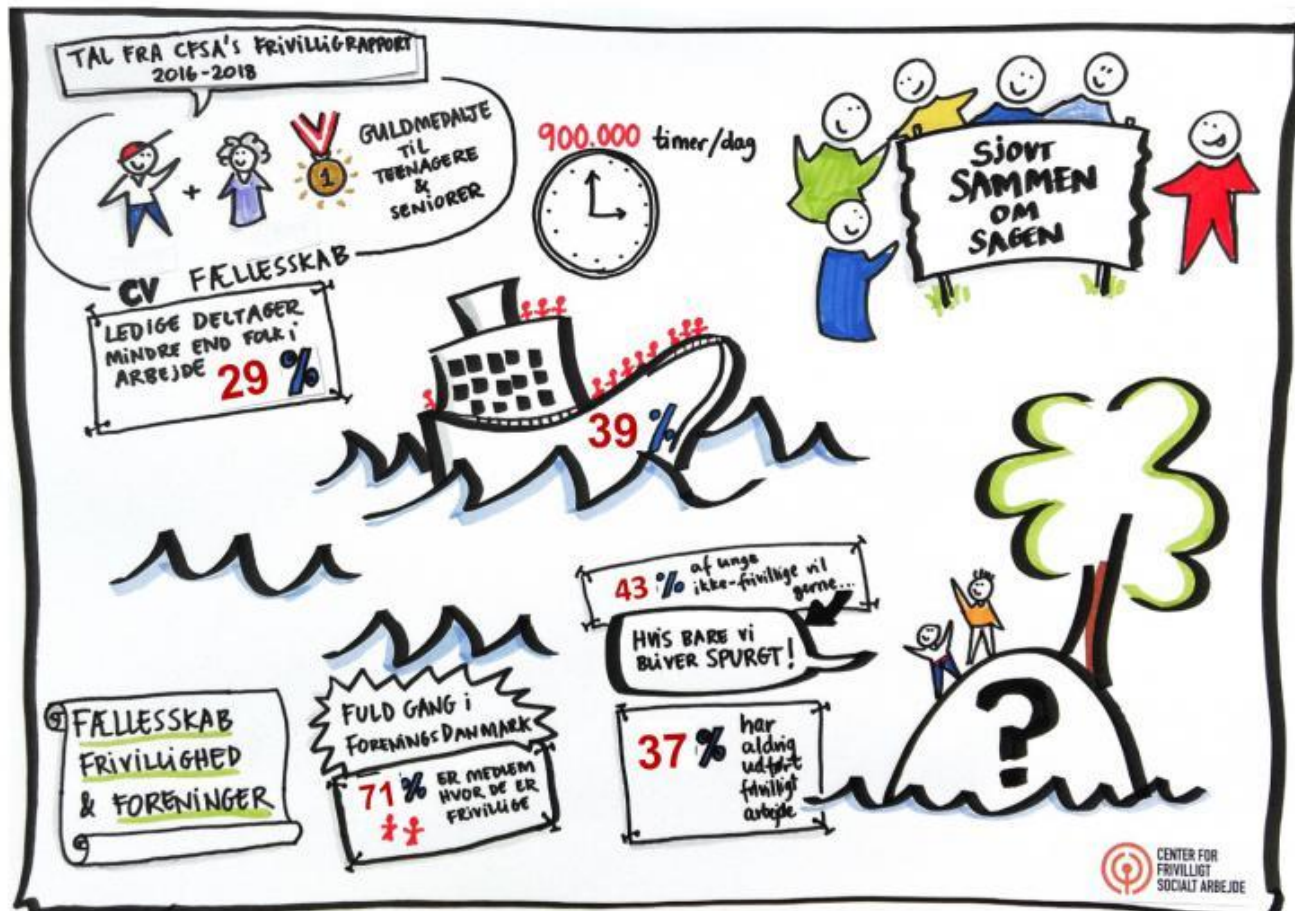
2017: 39% har deltaget i frivilligt arbejde (indenfor et år)

63% er/har været engageret som frivillig



...Der tales stadig mere om frivillighed!

Frivillighedsdag / Frivillighedsmålinger og frivilligpolitikker...



Hvorfor blive frivillig?

- Gøre en forskel der giver mening
- Fællesskab
- Det er sjovt
- Sætte sig mål og nå dem
- Udvikle sig
- Bruge eller vedligeholde sin faglighed
- Status, indflydelse, CV



‘Sådan er jeg frivillig!’

– input fra frivillige i Hillerød



Hvordan organiseres frivilligt engagement?

- Foreninger
- Selvorganiserede grupper
- Projektgrupper
- 1-til-1-frivillighed
- Ansat personale som ledere af frivillige



I hvilke sammenhænge kan man blive frivillig?

- Sociale og humanitære foreninger
- Sygdomsbekæmpende foreninger
- Idrætsforeninger
- Kulturelle foreninger
- Selvorganiserede grupper – bl.a. gennem frivilligcentret
- Socialøkonomiske virksomheder
- Kommunale og selvejende institutioner

Hvad kan man byde ind med som frivillig?

- faglighed – indsats sideløbende med arbejde
- faglighed – efter endt arbejdsliv / bruges på ny måde
- Teoretisk baggrund – man ønsker at omsætte/afprøve
- Erfaring, kompetencer eller personlige egenskaber
- Praktisk opgaver – bidrage med tid
- Villighed til at lære nyt

I hvilket omfang kan man engagere sig?

- Fast ugentligt tidspunkt, fx besøgsven, fodboldtræning
- Ad hoc-frivillighed, fx ved arrangementer
- Løbende engagement efter behov, fx kommunikation
- Konsulentfunktion, fx ift. økonomi
- Projektfrivillighed, i en kortere/længere periode
- Længerevarende, ledende engagement/formand/tovholder

Hvordan kunne du forestille dig at være frivillig?

- Hvad vil du gerne byde ind med?
- Hvor meget vil du gerne engagere dig?
- Hvad er vigtigt for dig i dit eventuelle frivillige engagement?

Tag en 5 min snak med din sidemand/kvinde...



**Godt
du spør'**

Kom godt i gang som frivillig... Hvordan?

- Søg viden om foreningen, projektet etc.
- Få indblik i foreningens forventninger til dig
- Overvej, og sæt ord på dine egne forventninger og kompetencer
- Vær realistisk omkring tid, fokus m.v.
- Der findes ingen dumme spørgsmål...
- Sæt ord på dine idéer under vejs...
- Hav en positiv indstilling og tålmodighed
- Vær dig selv...
- Andet?



Regler og rammer på området

- Forsikring: Afklar hvordan/hvornår du er dækket af foreningens forsikring – og hvornår du selv skal sørge for en (ulykkes)forsikring
- A-kasse og efterløn: 15-timers regel samt godkendelse af frivilligt engagement



Veje til engagement:

- frivilligjob.dk
- Engager dig i og/eller kontakt en lokal forening / gruppe
- Annoncer i lokalavisen
- Samtale i frivilligcentret



Frivilligjobs i Hillerød:

Mød 10 lokale foreninger hvor du kan engager dig...

Tag en snak med os i Frivilligcenteret...



Foreninger, du kan møde i dag:

Alzheimerforeningen

Diabetesforeningen

Hillerød Motionsvenner

Hjerteforeningen

Kræftens Bekæmpelse

LUMI genbrug

Mødrehjælpen

Røde Kors

Seniorer uden grænser

Styrk din Krop

Frivilligjobs i Hillerød og omegn



- Omsorgsarbejde på Hillerød Kvindekrisecenter
- Navigatører for kræftramte – Kræftens Bekæmpelse
- Tovholder for "Stafet for livet" – Kræftens Bekæmpelse
- Genbrugsbutik (Mødrehjælpen, LUMI)
- Rådgivere i SINDS rådgivning
- Motionsven for en ældre medborger (Hillerød Motionsvenner)
- Praktisk hjælp (Dansk Blindesamfund)
- Organisere foredrag, bage kager
- Familievenner for en flygtningefamilie
- Rådgiver for angstforeningen
- Frivillig til samvær og hygge om beboere på plejecenter - Skanselyets venner
- Bisidder for hjertebarnsfamilier
- Instruktør en madskole – 4H
- Vågekoner – Røde kors Hillerød
- Patientstøttere – Røde Kors Hillerød

