



NYHEDSBREV Røde Kors Silkeborg



Nyt fra Bestyrelsen

Kære medlemmer og frivillige i Røde Kors Silkeborg.

Så lykkedes det - med 3 måneders forsinkelse - at få afviklet årets generalforsamling. En god generalforsamling.

Som nyt medlem fik vi valgt Susanne Rystok, som har 10 års erfaring fra Røde Kors i Ringkøbing.

På suppleant-pladsen har vi fået indvalgt Maria Høst Kyvsgaard. Maria er aktiv som førstehjælpsinstruktør i Røde Kors Silkeborg. (se mere om generalforsamling på side 4)

Vi sagde i bestyrelsen farvel til John Leth Jensen, men heldigvis fortsætter John sit store engagement i Røde Kors Silkeborg som aktivitetsleder for patientstøtterne på det lokale sygehus og som besøgsven på bostedet Vesterbo. (meget mere om John på side 2-3)

Ildsjæle som John er jo det "brændstof" som Røde Kors fungerer på. Og vi har heldigvis mange ildsjæle. Se bare artiklen på side 5 som beretter om 25 og 30 års jubilæer i vores besøgstjeneste.

Ligesom vores besøgstjeneste drejer flere af vore aktiviteter sig om at hjælpe og støtte ensomme mennesker. Det vil vi fortsat udbygge og efter sommerferien skal vi drøfte vores deltagelse i projekt "Flere i Fællesskaber", som er et projekt der støttes af Silkeborg Kommune.

Desuden ser vi frem til at vores årlige landsindsamling søndag d. 3. oktober kan komme helt ud af coronaens skygge, så vi kan få flere indsamlere på gaden end vi gjorde i 2020.

God læselyst

Bestyrelsen Røde Kors Silkeborg

Indhold

Nyt fra Bestyrelsen	1
Sygehustjenesten	2
Møde John Leth Jensen	3
Påskønnelse til Røde Kors	4
Generalforsamling 2021	4
Fællesspisning 15. maj	4
3 jubilarer i Silkeborg	5
Kommunikationsteamet	5
Aktivitetsoversigt 3. kvartal	6
Aktivitetsleder Qnet søges	6
Frivillige til Qnet søges	7
Indsamlere søges til 3/10	7



Røde Kors Sygehustjeneste i Silkeborg

Af Anne-Grete Jensen

Når man taler med de involverede i arbejdet med Sygehustjenesten på Regionshospitalet Silkeborg er man ikke i tvivl om, at drivkraften er et stort engagement, medmenneskelighed og ønsket om at gøre en positiv forskel.

"Jeg har gået som en løve i et bur under corona-nedlukningen," fortæller en af de frivillige.

"Ja, det har virkelig været frustrerende ikke at kunne komme af sted, men nu er vi så småt i gang igen, og det er jeg virkelig glad for," siger en anden frivillig.

De er enige om, at uden aktivitetsleder John Leth Jensens nyhedsbreve og andre opfordringer til at holde ud, ville det have været svært at opretholde gejsen under de mange måneders udelukkelse fra en aktivitet, som i høj grad får dem til at føle sig anerkendte og værdifulde.



Regionshospitalet Silkeborg oprettede i 2013 Sygehustjenesten i samarbejde med Røde Kors Silkeborg. John Leth Jensen var, sammen med den daværende Røde Korsformand, den daværende kontaktperson på Regionshospitalet og 4-5 frivillige med til at etablere fun-damentet for indsatsen. I dag består Sygehustjenesten af 35 frivillige – ca. 1/3 har været med fra starten. "Nogle har en sundhedsfaglig baggrund, andre kommer med helt andre kompetencer. Det vigtigste er, at man er engageret og at man har lyst og overskud til at gøre noget godt for andre," siger John.

Formålet med Sygehustjenesten var at hjælpe ambulante patienter med finde vej til og fra forskellige afdelinger på Regionshospitalet, samt at yde relevant praktisk hjælp og støtte i forbindelse med patienternes kontakt med Regionshospitalet. Disse opgaver er i dag samlet i den såkaldte Guidetjeneste og varetages af 25 frivillige. Men hvis man tror, at opgaverne i Guidetjenesten er enkle og forudsigelige, tager man fejl, siger to af de frivillige og fortsætter: "En vagt kan byde på så forskellige opgaver som at køre i elevator med en utryk patient til at bruge op imod 1½ time på at forsøge at hjælpe en pårørende med at finde sin bil på parkeringspladsen." En af de vigtigste opgaver er at lægge ører til pårørende og patienters bekymringer, sorger og livsfortællinger. "Det kan virkelig gøre en forskel bare at lytte og anerkende, at livet kan være svært," fortæller de frivillige.

At de varetager den – og alle andre opgaver – med stor indlevelse og professionalisme, er man ikke i tvivl om. De udstråler nemlig en bevidsthed om den empati, etik og de rammer, der definerer arbejdet som frivillig. Ud over ovennævnte, består Sygehustjenesten i dag af 10 frivillige som fungerer som besøgsvenner på hospitalets medicinske afdelinger. Her yder de en værdifuld indsats for patienter, som er langt væk fra familier og venner, samt patienter, som er utrygge, nervøse eller bare har brug for at snakke.



De frivillige er for længst blevet "fast inventar" på sygehuset, og de er virkelig savnet, når f.eks. corona-nedlukning holder dem væk. "De frivillige gør hver dag en kæmpe indsats, som virkelig er værdifuld for både patienter og personalet," fortæller Regionshospitalet Silkeborgs kontaktperson, Mette Svendsen. "Både læger og sygeplejersker oplever, at flere patienter er mere rolige og mindre nervøse, når de bliver fulgt på vej af de frivillige."

"Og havde der ikke været helt uvæsentligt: flere patienter når rettidigt frem til undersøgelser og behandling. Læger har tidligere måttet bruge tid på at finde patienter, som er faret vild, og som derfor er blevet forsinkede.

Vi er meget glade for, at det nu igen er muligt at byde Sygehustjenesten indenfor," siger Mette Svendsen. "Jeg håber virkelig, at vi tydeligt får for-midlet vores taknemmelighed og anerkendelse til både de frivillige og til John i hverdagen. Vi har et fantastisk godt samarbejde, og vi vil meget nødig undvære den store indsats, der ydes af både besøgsvennerne, guidetjenesten og John," fortsætter Mette.

Alt tyder på, at Mette og hendes kollegers bestræbelser lykkes. I hvert fald lyder det samstemmende fra John Leth Jensen og de frivillige, at de altid går fra Regionshospitalet med energi og en god følelse i kroppen. Og de er helt enige: de vil fortsætte i Sygehustjenesten så længe, de kan!



John, en engageret "Røde Kors'er"

Af Anne-Grete Jensen

"Dedikeret", "empatisk", "omsorgsfuld", "hjertelig", "omhyggelig", "involverende", "åben", "professionel", "hensynsfuld", "varm", "lydhør", "anerkendende", "uundværlig"

Ovennævnte er eksempler på, hvad der – ifølge de mennesker, han omgiver sig med i sit frivillige arbejde - kendetegner John Leth Jensen. Spørger man John, oplever han bare, at han bidrager med sig selv som menneske, og at han bare trækker på sin livserfaring i samværet og samspillet med andre.

John Leth Jensen har siden 2013 været en del Røde Kors Silkeborgs bestyrelse, men i forbindelse med generalforsamlingen den 2.6. i år valgte han at afgive sin bestyrelsesplads. Ikke fordi, han ikke ønsker at være en del af Røde Kors Silkeborg mere, og ikke fordi, han ikke stadig synes at bestyrelsesarbejdet er spændende og vigtigt, men fordi, han vil bruge sine kræfter på noget andet. For, som han siger; "Vi har kun et liv, så det er vigtigt at bruge det på aktiviteter, vi virkelig brænder for." John har to områder, han virkelig brænder for, nemlig opgaven som aktivitetsleder for Sygehustjenesten og sit frivillige arbejde som besøgsven.

John som aktivitetsleder

I 2013 spurgte den tidligere formand for Røde Kors Silkeborg John om han ville være med til at udvikle Sygehustjenesten i samarbejde med Regionshospitalet Silkeborg. John slog til, og han har nu i 8 år været aktivitetsleder for en indsats, der er værdsat og respekteret. Som aktivitetsleder er det vigtigt for John, at de frivillige føler sig set, respekteret og anerkendt, og at de oplever at have den sparring og støtte, der er brug for. "Man kan altid ringe til John, hvis der er noget, man har brug for at tale om. Hvis der opstår udfordringer på hospitalet er han med sine diplomatiske evner god til at "få interesserne til at mødes," fortæller en frivillig. "John ved, hvad der skal til, for at vi trives. Måske skyldes det hans mange år som lærer," siger en anden frivillig. At han også har et hyggegen og en musikalsk åre bliver tydeligt, når nogle af de frivillige fortæller om sociale arrangementer, hvor sang og guitar spil næsten altid er faste elementer. Man forstår godt, at Sygehustjenesten er bemandet af frivillige, som har været med igennem mange år – lige nu er der dog nye og unge på vej. "Det er godt at alle kan være med og bidrage uanset baggrund. Og vi kan kun anbefale arbejdet i Sygehustjenesten. Det er simpelthen godt for "helsen," siger to af de frivillige med overbevisning.

John som frivilligven

Igennem de seneste cirka 1½ år har John har været besøgsven for en ung autist, som bor på Vesterbo. Man er ikke et øjeblik i tvivl om, at det er en opgave og et menneske, der betyder rigtig meget for John. Målet har fra starten været et få etableret rammer for et godt og ligeværdigt samvær. "Det er vigtigt for mig, at vi sammen finder ud af, hvad vi skal lave, " fortæller John. "Det har været en proces at vænne ham til at træffe beslutninger, men det er rigtig dejligt at se, hvordan han vokser, når det lykkes," fortsætter John engageret.

Side 3

I løbet af de seneste 1½ år har John og den unge mand udviklet et godt venskab gennem fælles deltagelse i forskellige sportsaktiviteter.

"Ligeværdigheden opretholdes gennem de aktiviteter, vi deltager i," fortæller John.

Sammen kører de to BMX to gange om ugen, og lige nu spiller de golf en gang om ugen. De har tidligere bowlet, men planen er, at de skal i gang med at spille billard i løbet af efteråret. "Det er et stort privilegie at få lov til at komme tæt på et ungt menneske, og at se, hvor hurtigt han lærer nyt i gode og trygge rammer.

Han er også rigtig dygtig til IT – han har f.eks. selv bygget en computer," fortæller John, som har en hemmelig drøm om at finde et som IT-support eller lignende til den unge mand. Med Johns engagement og gå-på-mod skal det nok lykkes!



Når John har ønsket at stoppe som bestyrelsesmedlem er det fordi, han overvejer at blive besøgsven for endnu et ungt udfordret menneske. Selv om John nærmer sig de 70 år, har han ingen planer om at drosle ned på sine aktiviteter, men han er blevet mere bevidst om at tiden skal bruges på det, der betyder mest. "Det er vigtigt at sørge for at nå det, man gerne vil," siger John. Og der er ingen tvivl om, at John gerne vil nå at gøre en positiv forskel for endnu flere unge mennesker

Påskønnelse af Røde Kors' Sygehustjeneste fra Silkeborg Sygehus

Som en påskønnelse for det store, frivillige arbejde som Sygehustjenesten i Røde Kors Silkeborg yder for at hjælpe patienter rundt, har sygehusets cheftømrer, Daniel, snedkeret en usædvanlig flot og prægtig Røde Kors stander.

"Det er nærmest en smuk skulptur og med Røde Kors' logo i centrum", siger Sygehustjenestens leder, John, som er glad og stolt over påskønnelsen af de mange frivilliges arbejde.



Sus og Margit, Daniel og John

Mere præcist gives påskønnelsen for guidetjenestens virke med at guide patienter rundt, og besøgsvennernes indsats som samtalepartnere på Medicinsk afsnit 1 og 2.

Tillykke til Sygehustjenesten.



Generalforsamling i Røde Kors Silkeborg

Af Klavs Hornum

Med en væsentlig forsinkelse grundet Corona, lykkedes det endelig i onsdags, 2. juni 2021, at afholde årets generalforsamling i Røde Kors Silkeborg.

21 mennesker havde valgt at tage turen til Medborgerhuset på Bindslevs Plads for at deltage i årets generalforsamling. Alle Corona anbefalinger blev fulgt, så iført mundbind, blev vi alle tjekket for gyldigt coronapas og kunne afspritte inden vi satte os med passende afstand til hinanden.

Mødet blev ledet af Poul Brøgger, som efter en kort velkomst gav ordet til Jørn Pagh, formand for lokalafdelingen i Silkeborg. Jørn startede med at overrække en gave og en stor tak for indsatsen til afgangende aktivitetsleder Alice Albertsen, som efter mange års ledelse af Besøgstjenesten, nu har givet stafetten videre til Ulla Nielsen.

Derpå fulgte formandens beretning, som mest bestod af en gennemgang af, hvad der var foregået under de enkelte aktiviteter, der kører i Silkeborg. Rigtig mange havde haft et stille år med kun få eller ingen aktiviteter overhovedet. Der var dog undtagelser, bl.a. havde der været næsten uændret aktivitet under Førstehjælpskurser ligesom Genbrugsbutikken havde kunnet holde åben 10 af årets 12 måneder.

Herefter løb kasserer Anna Høj Nilsen gennem regnskabet, der trods corona viste et flot resultat på i alt 389.000 kr., som nu indgår i puljen af penge, som Dansk Røde Kors kan bruge på lokale, nationale og internationale støtteprojekter. Det er primært 2 aktiviteter, der sikrer Røde Kors Silkeborgs gode økonomi. Således bidrager Genbrugsbutikken med 211.000 kr. og Førstehjælpskurser med 137.000 kr.

Endelig var der valg til bestyrelse og tillidsposter. I år var 2 bestyrelsesmedlemmer på valg. Poul Brøgger accepterede genvalg, og John Leth Jensen ønskede at udtræde. Som nyt bestyrelsesmedlem valgtes Susanne Rystok. Også på posten som suppleant til bestyrelsen var der udskiftning idet Dalal Hamsoro ønskede at stoppe. Ny suppleant blev Maria Høst.



Maria Høst Kyvsgaard

Susanne Rystok

Fællesspisning den 15. maj i Familienetværket

Af Henrik Kærsvang og Lisette Kristiansen, Aktivitetsledere i Familienetværket

Vi havde en super hyggelig lørdag aften med fællesspisning i Familienetværket i Medborgerhuset i Lunden, Silkeborg.

Vores familier mødte glade og talstærke op til fællesspisningen. Tre af vores frivillige hjælpere havde indrettet et område til spil og leg, og mere eller mindre alle børn kom med det samme i gang med at tegne og lege. Skønt at se hvad især børn kan udrette i fællesskaber.

Det var andet arrangement efter Familienetværkets genopstart, og vi havde en virkelig god aften med spisning, leg, spil og snak ved bordene.



Jubilæer i Besøgstjenesten

Af Klavs Hornum



Grete Dahl, 30 års jubilær



Det lykkedes at fange Grete på en fridag. Hun er en travl kvinde, og meget engageret i frivilligt arbejde samtidig med at hun stadig passer et deltidsarbejde og ikke mindst sine 4 børnebørn.

Grete er en rigtig pioner i Besøgstjenesten, og var med i den lille gruppe af mennesker, der tilbage i marts 1982 besluttede at starte Besøgstjenesten i Røde Kors Silkeborg.

Dengang var det ikke lutter glæde, især hjemmehjælperne var bange for, om det nu betød at der blev taget arbejde fra dem. Tiden har siden vist, at det bestemt ikke var hensigten og gennem de sidste mange år, har der været et rigtig godt samarbejde mellem Besøgstjenesten og Hjemmeplejen i Silkeborg.

Grete startede også som besøgsven, men i de seneste år er hun en af Besøgstjenestens koordinører. Som koordinator prøver Grete at matche besøgsven og besøgsmodtager, og hjælper nye besøgsvenner og besøgsmodtagere godt i gang.

Trods en travl hverdag har Grete haft lidt ekstra tid til at gøre noget for andre. "Udover medmenneskelig interesse for andre, giver det også en masse igen at se glade mennesker", som Grete udtrykker det. "Mange besøgsvenner skaber livsvarige venskaber og er med til at mindske ensomheden. Og det er da løn i sig selv", som Grete siger.

Fra redaktionen vil vi gerne sige stort tillykke med de mere end 30 års aktive virke i Røde Kors, som Grete har planer om skal blive til endnu flere.

Ingelise Nielsen, 25 års jubilær

Også et stort tillykke til Ingelise med de 25 års virke i Røde Kors Silkeborgs Besøgstjeneste. Det er blevet til flere besøgsmodtagere over årene, og flere også med en hård skæbne i livet; men det er det hele værd når en besøgsmodtager udtrykker sin glæde: "Det er som juleaften, når du kommer. Der skulle altid være 2 torsdage i en uge".



Ingelise og hendes mand har haft mange berigende oplevelser med ægte glæde og kærlighed gennem årene. Nu er Ingelise besøgsven for en jugoslavisk kvinde, som måtte flygte under krigen i Jugoslavien. Hun og hendes familie, der er spredt over hele verden, kalder Ingelise og hendes mand for deres venner i Danmark.

"Det udvider ens horisont at være besøgsven", siger Ingelise, som ikke har planer om at stoppe som besøgsven.

Liselotte Kristensen, 25 år



Og også tillykke til Liselotte, eller Lotte, som hun kaldes, med 25 års virke som besøgsven i Røde Kors Silkeborg. Og samtidig kan vi ønske tillykke til Ruth med 25 år som besøgsmodtager.

Lotte og Ruth har kendt hinanden i alle 25 år.

"Selvom hun efterhånden er blevet 92 år, kan hun stadig huske mange ting, og

fortæller gerne om dem – Også selvom jeg jo efterhånden kan dem alle sammen udenad", griner Lotte og fortsætter, "vi er vist et par værre snakkedamer".

Lotte blev besøgsven fordi hun er nysgerrig af natur, og gerne vil prøve alting. Det har hun aldrig fortrudt, heller ikke når livets gang fra tid til anden har gjort det svært for Ruth.

I dag er det næsten blevet helt familiært at være besøgsven for Ruth. De mødes typisk 1 gang om ugen, eller når Ruth har brug for Lottes hjælp. "Som f.eks. da hun skulle vaccineres. Hun kan ikke lide at blive stukket, og er mere tryk, når jeg sidder ved siden af" smiler Lotte.

Kommunikationsteamet Røde Kors Silkeborg

Email: silkeborg.kommunikation@rodekors.dk



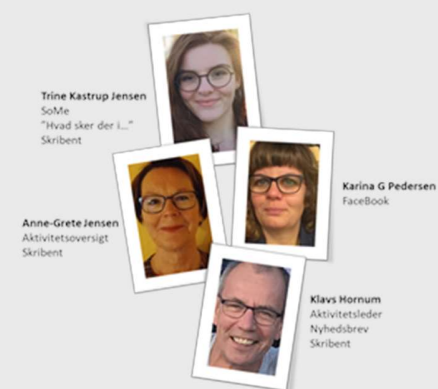
Røde Kors Silkeborg



[silkeborgroedekors](https://www.instagram.com/silkeborgroedekors)



www.silkeborg.drk.dk



Gode forslag til indhold – eller andre kommentarer modtages gerne.
Nyhedsbrev nr 3 2021 udkommer i september

Få en snak
- så er du ikke alene



rodekors.dk

Arrangør:	Aktivitet:	Hvornår:	Hvor:	Emne/indhold:	Tilmelding:	Få yderligere informationer:
Bestyrelsen	Bestyrelses Møde	16. juni	Medborgerhuset	Ifølge agenda		Få flere informationer hos Jørn Pagh, jornpagh@gmail.com eller 21955701
Bestyrelsen	Sejltur med Hejren for alle frivillige	Onsdag 25.8 kl. 14-17	Afgang fra Havnen Silkeborg	Sejltur med kaffe og lagkage – og med mulighed for at møde frivillige fra alle aktiviteter	jornpagh@gmail.com eller 21955701 senest 15.8	Få flere informationer hos Jørn Pagh, jornpagh@gmail.com eller 21955701
Bestyrelsen	Bestyrelses møde	26. august kl 19	Medborgerhuset	Ifølge agenda		Få flere informationer hos Jørn Pagh, jornpagh@gmail.com eller 21955701
Vestergadebanden	Sommertur	14.8.	Tur til Søndervig Adventure Park		Til Susanne Pabst på telefon 71756960	Kontakt Susanne, hvis du vil videre mere om turen
Vestrergadebanden	Sommertur	September (dato fastlægges senere)	Tur til Spøttrup Borg		Til Susanne Pabst på telefon 71756960	Kontakt Susanne, hvis du vil videre mere om turen
Vestergadebanden	Sociale arrangementer	Fastlægges løbende	aftales	aftales		Kontakt Susanne Pabst hvis du vil vide mere om arrangementerne

Bliv frivillig leder i Røde Kors' indsats for voldsudsatte kvinder og børn

Vær med til at sætte retningen for Qnet i Silkeborg. Sammen med en anden frivillig leder vil du stå for at koordinere den vigtige, frivillige indsats for kvinder og børn, der er startet på en frisk efter at have levet med vold i en nær relation.

Hvad er Qnet?

Qnet er et netværk for voldsudsatte kvinder og deres børn, som har brug for en hjælpende hånd til at finde fodfæstet i livet efter et krisecenterophold. Qnet bygger på to indsatsler: en en-til-en støtte og fællesskabsaktiviteter. I én-til-én støtten mødes den frivillige med kvinden (og evt. hendes børn). Den frivillige mødes typisk med kvinden en gang om ugen i et par timer i hendes hjem, på en café eller et helt tredje sted. Her hjælper den frivillige med praktisk hjælp, følgeskab til møder i kommunen og støtte til at skabe sociale netværk. Derudover bygger Qnet også på månedlige fællesskabsaktiviteter som fællesspisning, kreative sysler og udflugter for alle kvinder og børn i Qnet Silkeborg. Pga. corona er vi endnu ikke nået så langt, så der er rig mulighed for at være med og komme med idéer.

Din rolle som aktivitetsleder

Som frivillig leder i Qnet er du med til at udvikle aktiviteten og står for matchning mellem kvinderne og de frivillige. Desuden er du kontaktperson mellem frivillige, samarbejdspartnere og Røde Kors' landskontor. Du er også med til at koordinere og afholde fællesaktiviteter, sammen med de øvrige frivillige. I bliver to aktivitetsledere, der deler opgaverne mellem jer. I bliver desuden del af den lokale Røde Kors afdeling.

Vi tilbyder

- Mulighed for at være med til at gøre en meningsfuld forskel, dér hvor det mærkes
- Erfaring med organisering og ledelse af frivilligt socialt arbejde
- Personlig og faglig udvikling gennem deltagelse i kurser og temadage
- Sparring og supervision
- Mulighed for at blive en del af Røde Kors' landsdækkende netværk af over 34.000 frivillige
- Kurser og temadage, som giver dig god ballast i dit frivillige arbejde

Vi forventer at du

- Kan afsætte 5-7 timer om ugen og 2 hele dage om året til kurser og temadage (i weekenden)
- Er minimum 30 år
- Synes det lyder spændende at lede og udvikle aktiviteter sammen med andre frivillige
- Synes det er sjovt og vigtigt at samarbejde med andre
- Er stabil og rummelig

Hvad gør du nu?

Hvis det lyder som noget for dig, så kontakt vores lokale frivillige aktivitetsleder **Helle N. Simonsen** på silkeborg.qnet@rodekors.dk eller fagkonsulent **Lisbeth Brandt** på libra@rodekors.dk / 91 16 68 17

Vi glæder os til at høre fra dig!

Hjælp voldsudsatte kvinder og børn i Silkeborg – Bliv frivillig i Qnet

Du kan gøre en forskel for voldsudsatte kvinder og børn, som har brug for en hjælpende hånd til at finde en ny start i livet. Vær med som frivillig i Røde Kors' Qnet i Silkeborg

Hvad gør en frivillig i Qnet?

Du kan blive fast en-til-en-støtte for en voldsudsat kvinde, der har brug for at finde fodfæste efter et krisecenterophold eller du kan være frivillig ved vores netværkscaféer - eller begge dele.

Som en-til-en-støtte, mødes du typisk med kvinden (og evt. hendes børn) 2-3 gange om måneden i et par timer. Måske har hun brug for lidt praktisk hjælp til at komme på plads i et nyt hjem, følgeskab til møder i kommunen, støtte til at skabe et socialt netværk eller et sæt lyttende ører. Mulighederne er mange. Det er op til jer, hvordan I bruger tiden, det vigtigste er, at du med din indsats gør en forskel for en voldsudsat kvinde og hendes eventuelle børn.

Som frivillig ved netværkscaféer, er du med til at planlægge og afholde månedlige sammenkomster for kvinderne og deres børn. Sammen med kvinderne finder I ud af, hvad I skal lave f.eks. udflugt, klippe julepynt eller få en oplægsholder ind, som kvinderne gerne vil høre. Som regel laver I mad og spiser sammen.

Qnet er i Silkeborg er under etablering, så du har rig mulighed for at være med til at påvirke, hvordan I skal arbejde sammen i fremtiden

Vi tilbyder

- Et frivilligt job, hvor du gør en større forskel end du selv tror
- Personlig og faglig udvikling gennem kurser og temadage
- Sparring og supervision
- At du bliver en del af et større fællesskab med hyggelige netværksaktiviteter sammen med andre deltagere i aktiviteten

Vi forventer at du

- Har lyst til at bruge ca. 2-3 timer om ugen
- Er over 30 år
- Er god til at lytte og går til andre mennesker med et åbent og fordomsfrit sind

Hvad gør du nu?

Hvis det lyder som noget for dig, så kontakt vores lokale frivillige aktivitetsleder **Helle N. Simonsen** på silkeborg.qnet@rodekors.dk eller fagkonsulent **Lisbeth Brandt** på libra@rodekors.dk / 91 16 68 17 – Vi glæder os til at høre fra dig!

Indsamlere til Røde Kors Danmarksindsamling

Sæt allerede nu kryds i kalenderen og meld dig som indsamler til Røde Kors' landsdækkende indsamling, der finder sted søndag 3. oktober 2021

Har du lyst til at bruge nogle timer for en god sag? Måske vil hele familien være med? Måske har du en god ven eller veninde, der vil være indsamler sammen med dig? Eller måske vil du bare give en hjælpende hånd?

Er du interesseret kan du allerede nu tilmelde dig via rodekors.dk/indsamling. Her kan du samtidig selv gå ind og vælge den rute du gerne vil gå.

Eller hold øje med vores opslag på Facebook eller Instagram.

Med venlig hilsen
Røde Kors i Silkeborg



Røde Kors Indsamling