

NYHEDSBREV

Februar 2013



"Ingen kan hjælpe alle, men alle kan hjælpe nogen."



Kvit alkoholen hos os

Er dit forbrug af alkohol blevet et problem for dig eller dine nærmeste?

Er du pårørende til en, som drikker for meget eller er du kørt fast og savner støtte til at få løst dit problem?

Så fortvivl ikke!

Nu har du mulighed for at få hjælp gennem individuelle samtaler og rådgivning om dine alkoholproblemer - gratis, uforpligtende og 100% anonymt.

Det er rådgiver Eva Bak, som har valgt at starte den nye rådgivning, og der er sat tre timer af hver tirsdag i tidsrummet 14 - 17.

Alle interesserede kan få en times rådgivning, og det er håbet, at der på sigt kan oprettes en gruppe, hvor deltagerne kan hjælpe hinanden med at komme ud af misbruget.

Er du interesseret eller har du spørgsmål, så ring på telefon 4879 0891.

OBS! Da alkohol desværre stadig kan være et meget tabubelagt emne, opfordrer vi alle, der kender nogen med et alkoholmisbrug til at videreformidle nyheden om det nye tilbud, så ingen går glip af muligheden for gratis hjælp. På forhånd tak.

Hjælp en ung over kløften

I familiens skød er der trygt og rart, og unge indvandrere har ofte svært ved at vænne sig til at være deres egen lykkes smed, når de ankommer til Danmark. Her i landet er der mange vaner og normaler, som ikke længere kan bruges, og de unge støder på noget af en social kløft, som får mange til at føle sig ensomme. Det er vi her i frivilligcentret meget opmærksomme på, og derfor gør vi et stort arbejde for at finde netværksfamilier, som vil hjælpe de unge videre.

Som netværksfamilie kan I - ved en forholdsvis lille indsats - gøre en rigtig stor forskel, da I kender landet og de fleste af reglerne og normerne.

Oftentimes er det meget lidt, der skal til, for at de unge kan gå det rigtige sted hen, når de skal finde arbejde, til møde med kommunen eller noget helt tredje.

Alene det at nogen interesserer sig og følger lidt med, kan gøre en kæmpe forskel, og indsatsen kommer ofte tifold igen i form af taknemlige smil.

Har I lyst til at være netværksfamilie, så kontakt os på telefon 4879 0891.

I aftaler selv - i samarbejde med os og de unge - hvor meget, I vil bidrage.



De unge tog kegler

Onsdag den 30. januar var Multietnisk Ungdomscafé på tur til Slots Bowl i Hillerød. Der var lagt op til multietniske klø på de bonede gulve, da gruppen på ni farverige bowlere fra Syrien, Afghanistan, Danmark med flere rullede den ene tunge kugle efter den anden af sted mod keglerne. Gruppen havde fordelt sig på to baner, uden hensyntagen til nationalitet, køn eller alder, og på den ene bane blev Mohammed fra Græsted en ganske suveræn vinder med betragtelig afstand ned til de nærmeste konkurrenter.



På den anden bane måtte Jens Hoffmann og Maihan fra Afghanistan dele hæderen, men fælles for begge baner var dog, at der blev både grint og jublet af henholdsvis håbløse kast og flotte strikes.

Lidt kærlig mobning var der naturligvis også plads til, men når alle går hjem med en *strike* som minde, bliver alting måske lidt lettere at kapere.

Næste arrangement i cafeen er en spændende forårs-ekspedition ud i verden.

Månedens citat:

”Den, der binder en glæde til sig selv, ødelægger dens vingede liv, men den, der kysser glæden, mens den flyver, lever i evighedens solopgang.”

- William Blake, engelsk poet



”Ingen kan hjælpe alle, men alle kan hjælpe nogen.”

Grupper og rådgivninger - en update

Vores nye Naturterapi-hold har fået rykket sin opstart, hvilket betyder, at det nye hold begynder den 26. februar klokken 15.30. På holdet vil psykoterapeut Lone H. Feddersen over en række tirsdage tage deltagerne med ud i naturen, hvor nye tanker og nye refleksioner lettere kommer frem.

Vil du med, så ring til os og tilmeld dig. Nummeret er - som altid - 4879 0891.

Vores Multietniske Mødregruppe har fået luft under babyvingerne og der er nu godt gang i den hver anden torsdag fra 10.30 til 12.30. Der er dog stadig ledige pladser, så hvis du hører til i kategorien ”udenlandsk mor med barn under tre år”, så er du hjerteligt velkommen til at deltage. Du behøver ikke ringe og tilmelde dig/jer. Bare mød op.

Kostrådgivningen - under kyndig vejledning af Malene Nielsen - er overgået fra at være en fast, åben rådgivning hver mandag kl. 10 - 12 til at være en tilmeldings-rådgivning med specifikke datoer. Det betyder, at interesserede skal ringe til os for at melde sig til bestemte datoer, som vil blive fyldt ud, før andre datoer er i spil. Bortset fra denne lille ændring er alt som det plejer i rådgivningen.

OBS!

Generalforsamlingen vil i år finde sted den 13. marts.

Mere om det i næste nyhedsbrev.

