



Hvem er vi ?

Vi er et sted, hvor man kan mødes, få bekendtskaber, udvikle sig og engagere sig! Her bliver dine idéer til handling.

Frivillighed kan foregå i mange forskellige sammenhænge, og Frivilligcentrets rolle er at støtte bredt i forhold til initiativer, som omhandler fællesskaber i Gribskov Kommune.

Ca. 13.000 gange årligt besøger medlemmer frivilligcentret i et netværk, som kittes sammen af fælles formål, af behov for at møde mennesker og af virkelyst.



Er du nysgerrig?

Læs mere om vores projekter og arrangementer på www.frivilligcenter-graested.dk

Eller find os på Facebook under navnet 'Frivilligcenter & Selvhjælp Græsted'.

Du er meget velkommen til at kigge forbi og se frivilligcentret eller få en kop kaffe i vores åbningstid:
Mandag-torsdag 9-14 eller fredag 9-12.



Frivilligcenter & Selvhjælp Græsted

Græsted Stationsvej 8B,
3230 Græsted
Telefon: 4839 4930
Mail: kontakt@frivilligcenter-graested.dk

(12/2023)

Kom og vær med i fællesskabet



FRIVILLIGCENTER
& SELVHJÆLP
GRÆSTED



Hvad kan du lave i Frivilligcentret ?

Frivilligcentret har mange spændende, velkendte og løbende aktiviteter og tilbud. Her findes blandt andet:

Fællesskaber: Vær kreativ i 'Malegruppen' eller 'Hobbystuen'. Få sved på panden til 'Styrk din krop' eller brug hovedet i 'Kortklubben' med spil og hyggeligt samvær eller kom med til 'Fælles Fredag', hvor vi mødes over et godt måltid. Har du en god idé til en gruppe, så hjælper vi gerne med at føre den ud i livet.

Foreninger og grupper: Er I en forening eller gruppe eller ønsker at opstarte en, så tilbyder vi en bred vifte af råd og sparring, såsom rekruttering og hjælp til fondsansøgning. Eller mangler I et sted at være? Så kan I som medlem benytte jer af frivilligcentrets lokaler, køkkenfaciliteter, lyd anlæg, computere med

mere. Samtidig er det en unik mulighed for at være et sted, hvor andre fællesskaber er, og I vil samtidig blive en del af et større fællesskab.

Rådgivning: Vi tilbyder økonomisk- og gældsrådgivning, flygtningerådgivning og hverdagsrådgivning.

Støtte tilbud: Har du, eller kender du en, der har brug for hjælp med at læse avisen? Så tilbyder vi hjælp i form af 'Lydavisen'. Vi tilbyder desuden bisiddere til vigtige samtaler med f.eks. lægen eller kommunen.

Selvhjælp: Vi har løbende 8-10 selvhjælps- og netværksgrupper. Temaerne for grupperne er bl.a. sorg- og krise, kronisk sygdom, unge, find din indre ro og livsmod. Desuden er der mulighed for individuelle samtaler med en terapeut.

Spørgsmål og svar

Er Frivilligcentret noget for mig?

Frivilligcentret er for alle, der har lyst til at være en del af et fællesskab! Du kan både være medlem, bruger og frivillig.

Dit engagement er med til at skabe et levende frivilligcenter, et fællesskabernes hus, hvor idéer opstår og virkeliggøres. Vi glæder os til at møde dig.

Jeg har selv en idé. Hvad gør jeg?

Du er kommet til det rette sted. I samarbejde med frivilligcentret kan du i en forening eller gruppe f.eks. stå for forskellige arrangementer, foredrag, kurser, temadage m.m. Du kan være med til at opstarte en træningsgruppe, oprette en selvhjælpsgruppe eller noget helt andet.

Skal man være medlem, og koster det noget?

Man behøver ikke være medlem for at være en del af Frivilligcentret.

Ønsker du at støtte op om foreningerne og aktiviteterne, kan du blive privat støttemedlem. Hvis I bliver medlem som gruppe eller forening, kan I låne Frivilligcentrets lokaler til jeres aktiviteter og få råd og vejledning.

Medlemskab koster 100,- kr. årligt for både støttemedlemmer og foreninger.