

# Frivilligcenter & Selvhjælp søger tovholdere til selvhjælps- / netværksgrupper

- *Har du lyst at gøre en forskel for dine medmennesker?*

Som frivillig tovholder hjælper du en selvhjælps- eller netværksgruppe på vej. Grupperne er et gratis tilbud til borgere, der befinder sig i vanskelige livssituationer, eks. sorg, depression eller pårørende til sygdomsramte. I sådanne situationer kan det være befriende at tale med andre mennesker, de befinder sig i samme situation.

Som tovholder behøver du ikke at have erfaring eller faglighed med emnet, der samtales om i gruppen. Det, der betyder noget er dine personlige kvalifikationer. Frivilligcenteret har 24 års erfaring med selvhjælpsgruppe-forløb.

## Vi forventer at du:

- kan afsætte 4 timer om måneden
- er afklaret om evt. egne traumatiske oplevelser
- er god til at lytte, nærværende og rummelig
- brænder for at gøre en forskel over for dine medmennesker
- fordomsfrit møder dine medmennesker, er hvor de er, og du tager udgangspunkt i deres oplevelse af deres situation
- ikke kommer med konkrete løsninger, da selvhjælp ikke er terapi eller behandling

## Vi tilbyder:

- glæden ved at gøre noget for andre
- at du bliver klædt på til opgaven gennem en følordning, kurser og netværk
- løbende supervision
- at du bliver en del af et spændende arbejdsfelt
- mulighed for at md tiden at udvide opgaven / arbejdsfeltet

Lige nu mangler vi tovholdere til nye grupper for pårørende til sygdomsramte, som har opstart i august 2020

Lyder det som noget for dig, eller har du blot lyst til at høre nærmere?  
Så kontakt projektleder Camilla Ellegaard hos Frivilligcenter & Selvhjælp Faaborg-Midtfyn på tlf. 2082 7300 eller  
Mail: [co@frivilligmidtfyn.dk](mailto:co@frivilligmidtfyn.dk)



FRIVILLIGCENTER & SELVHJÆLP  
FAABORG - MIDTFYN