

# 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.

Lyder det som noget for dig, eller har du blot lyst til at høre nærmere?

Så kontakt Frivilligcenteret på tlf. 4049 5922 eller på

mail: [info@frivilligmidtfyn.dk](mailto:info@frivilligmidtfyn.dk)



FRIVILLIGCENTER & SELVHJÆLP  
FAABORG - MIDTFYN