

Frivillige tilbud inden for Handicap og Psykiatri i
Ringkøbing-Skjern Kommune

SPORT/MOTION	Målgruppe	Beskrivelse	Sted	Kontakt
AOF	Alle	Mange forskellige kurser og aktiviteter, b.la. Yoga, Varmtvandstræning, Kreative fag, Aftenskole mm.	Ringkøbing-Skjern Kommune	Hjemmeside: https://ringkobing-skjern.aof.dk/ Telefon: 97 32 55 55
Parasport Danmark	Personer med fysisk handicap	Aktiviteter inden for mere end 30 sportsgrene	Hele landet	Hjemmeside: https://parasport.dk/ Kontaktperson: Sarah Pedersen Telefon: 26 84 77 82
Gigtforeningens Oplysningskreds- GOK	Personer med handicap og sygdomsramte	Varmtvandstræning, Pilates mm.	Tarm Skjern Lem	Hjemmeside: https://www.gigtforeningen.dk/det-sker/region-midtjylland/vestjylland/motion/ https://www.gokskjern-tarm.dk/ Kontaktperson: Preben Holm Telefon: 24 60 96 90
Holmsland Gymnastik og Ungdomsforening	Børn med særlige behov	Gymnastik	Holmsland	Hjemmeside: http://h-gu.dk/

Holmsland Klit Golf Klub	Personer med udviklingshandicap	Golf	Holmsland	Hjemmeside: http://www.holmslandklitgolf.dk/ Kontaktperson: Karin Ditlevsen Telefon: 40 11 75 81
Lem Boldklub	Personer med psykisk handicap	Fodbold, Gymnastik	Lem	Hjemmeside: http://www.6940.dk/ Kontaktperson: Peter Larsen Telefon: 23 92 86 28
Møllebækgaard Handicaprideskole	Børn og voksne med fysisk og psykisk handicap	Ridefysioterapi	Hee, Ringkøbing	Hjemmeside: https://www.heeridning.dk/ Kontaktperson: Hanne Jensen Telefon: 29 64 37 76
Rindum SU	Børn og voksne med fysisk og psykisk handicap	Bordtennis, Gymnastik og bevægelse	Ringkøbing	Hjemmeside: https://www.rindumsu.dk/ Kontaktperson: Torben Nielsen Telefon: 24 43 07 08

Ringkøbing Handicap Cykelklub	Voksne med bevægelses, - syns og psykisk handicap	Cykling	Ringkøbing	Hjemmeside: https://www.handicapfritid.dk/foreninger/ringkoebing-handicap-cykelklub Kontaktperson: Jonas Dalsgaard Telefon: 42 52 00 87
Ringkøbing IF	Personer med psykisk handicap	Fodbold	Ringkøbing	Hjemmeside: http://www.ringkobingif.dk/ Kontaktperson: Bent Smidt Telefon: 40 92 51 43
Ringkøbing-Skjern Kulturcenter	Alle	Mange forskellige aktiviteter, b.la. Fitness, Bowling, Dart, Koncerter mm.	Skjern	Hjemmeside: https://www.rskulturcenter.dk/ Kontaktperson: Cecilie Voetmann Telefon: 97 35 45 00
Ringkøbing og Omegns Rideklub	Børn og voksne med fysisk og psykisk handicap	Handicapridning og Ridefysioterapi efter aftale	Ringkøbing	Hjemmeside: http://ringkoebing-rideklub.dk/DK.aspx Kontaktperson: Tine Sørensen Telefon: 97 32 56 77

Rofi Skydning	Personer med psykisk handicap	Skydning	Ringkøbing	Hjemmeside: http://www.rofi-skydning.dk/ Kontaktperson: Jan Thorsted Telefon: 23 95 38 36
SG Gymnastik	Personer over 16 år med fysisk og psykisk handicap	Gymnastik, Bevægelse med forskellige redskaber, b.la. tøndebånd, bolde mm.	Skjern Tarm	Hjemmeside: https://www.handicapfritid.dk/foreninger/sg-gymnastik
Skjern Badmintonklub	Børn med særlige behov	Badminton	Skjern	Hjemmeside: https://skjernbadmintonklub.dk/ Kontaktperson: Johnny Andersen Telefon: 30 27 69 00
Skjern Håndbold-Special Olympics Håndbold	Personer med psykisk handicap	Håndbold	Skjern	Hjemmeside: https://www.handicapfritid.dk/foreninger/skjern-haandbold Kontaktperson: Mari-Ann Thomsen Kontaktperson: Charlotte Svarrer Telefon: 24 69 07 95

Skjern Rideklub	Børn og voksne med fysisk eller psykisk handicap	Ridefysioterapi, Handicapridning	Skjern	Hjemmeside: https://www.skjernrideklub.dk/ Kontaktperson: Linda Korsholm Jensen Telefon: 97 35 19 07
Spangen	Personer med fysisk og psykisk handicap	Cykling	Ringkøbing Skjern	Hjemmeside: https://www.handicapfritid.dk/foreninger/handicapklubben-spangen Kontaktperson: Klaus Rosendal Telefon: 82 30 67 70
Sundhedscenter Vest	Personer med fysisk og psykisk handicap	Forskellige aktiviteter	Ringkøbing Tarm	Hjemmeside: https://sundhedscenter-vest.rksk.dk/ Kontaktperson: Lone Bech Telefon: 99 74 19 12
Tarm-Skjern Svømmeklub	Børn og unge med særlige behov	Svømning	Tarm	Hjemmeside: https://www.tarm-skjernsvømmeklub.dk/forside/ Telefon: 26 29 17 07

CAFE/KLUB/RELIGION /AKTIVITETSCENTER/ KULTUR MM.	Målgruppe	Beskrivelse	Sted	Kontakt
Cafe Røde Kors - Ringkøbing	Alle	Socialt samvær	Ringkøbing	Hjemmeside: https://ringkoebing.drk.dk/cafeen/ Telefon: 97 32 13 56
Den Danske Folkekirke i Skjern	Personer med bevægelses, - syns, - læse og psykisk handicap	Gudstjenester for personer med særlige behov	Skjern	Hjemmeside: https://www.handicapfritid.dk/foreninger/den-danske-folkekirke-i-skjern Kontaktperson: Marianne Andersen Telefon: 97 35 26 11
Den Gode Cafe Tarm	Alle	Cafeen byder på f.eks. udstillinger af lokale kunstnere	Tarm	Hjemmeside: https://www.facebook.com/Den-Gode-Cafe-534959006564381/ Kontaktperson: Claus Brodtkorb Telefon: 29 80 73 22

Ferierejser for bevægelseshæmmede og raske	Alle	En rejse om året til et varmt land	Sønder Omme	Hjemmeside: https://www.handicapfritid.dk/foreninger/ferierejser-for-bevaegelsessaemmede-og-raske Kontaktperson: Rasmus Wittendorff Jensen Telefon: 22 76 70 18
Fjordparkens Aktivitetscenter	Førtids- og folkepensionister	Mange forskellige aktiviteter, b.la. Glaskunst, IT, Kortspil, Træværksted mm.	Ringkøbing	Hjemmeside: https://fjordparken-aktivitetscenter.rksk.dk/ Kontaktperson: Janne Nielsen Telefon: 99 74 10 02
G-Faktor	Unge mellem 15-25 år	Et værested for unge mellem 15-25 år, en genbrugsbutik og mulighed for gratis mad	Ringkøbing	Hjemmeside: https://www.g-faktor.dk/ Telefon: 42 95 06 20
LEV Vestjylland Diskotek	Unge over 16 år med udviklingshandicap	Diskotek med live musik	Herning Holstebro	Hjemmeside: http://vestjylland.lev.dk/diskotek.aspx <u>Herning</u> Kontaktperson: Inge-Lise Pilgaard Telefon: 30 31 92 90

				<p><u>Holstebro</u></p> <p>Kontaktperson: Edel Husted</p> <p>Telefon: 22 45 83 06</p>
LEV Vestjylland Kulturfestival	Personer med handicap	Kulturfestival med div. underholdning	Videbæk	<p>Hjemmeside:</p> <p>http://vestjylland.lev.dk/kulturfestival.aspx</p> <p>Kontaktperson: Inge-Lise Pilgaard</p> <p>Telefon: 30 31 92 90</p>
Medborgerhuset i Ringkøbing	Alle	Mange forskellige aktiviteter, b.la. Foredrag, Udflugter mm.	Ringkøbing	<p>Hjemmeside:</p> <p>https://www.medbring.dk/</p> <p>Kontaktperson: Pernille Priess Pedersen</p> <p>Telefon: 97 32 55 30</p>
INTERESSE-ORGANISATIONER	Målgruppe	Beskrivelse	Sted	Kontakt
ADHD- Foreningen Midt-Vestjylland	Personer med ADHD og deres pårørende	Mange forskellige aktiviteter, b.la. Information,	Hele landet	Hjemmeside:

		Udvikling, Aktiviteter, Forældretræning mm.		https://adhd.dk/ Telefon: 70 21 50 55
CP Danmark – Landsforeningen for cerebral parese	Personer med cerebral parese og deres pårørende	Mange forskellige aktiviteter, b.la. Kurser, Foredrag, Rådgivning, Aktiviteter, Bisidderordning mm.	Hele landet	Hjemmeside: https://www.cpdanmark.dk/ Telefon: 38 88 45 75
Dansk Handicapforbund Ringkøbing-Skjern Kommune	Personer med handicap og deres pårørende	Medlemsaktiviteter og tilbud: Sommer- og weekendkurser, Ferieophold med betalte hjælpere, Sommerferier og Juleophold på DF's ferie- og kursuscenter på Fyn mm. Rådgivning: Sociale handicapbiler, Boligindretning, Adgangsforhold mm.	Ringkøbing-Skjern Kommune	Hjemmeside: https://danskhandicapforbund.dk/da#gsc.tab=0 Kontaktperson: Karsten Jensen Telefon: 20 14 22 36
Foreningen Døv Blinde	Døvblinde/synshøre - hæmmede og deres pårørende	Mange forskellige aktiviteter, b.la. Selvhjælps- og netværksgruppe, Rådgivning,	Ringkøbing-Skjern Kommune	Hjemmeside: https://www.fddb.dk/ Telefon: 36 75 20 96

		Oplysning, Aktiviteter mm.		
Hjernesagen i Ringkøbing-Skjern Kommune	Personer med senhjerneskade og deres pårørende	Mange forskellige aktiviteter, b.la. Social samværsgruppe, Foredrag, Underholdning, Møder, Udflugter, Sammenkomster med kaffe mm.	Ringkøbing-Skjern Kommune	Hjemmeside: https://www.hjernesagen.dk/lokale-foreninger/midtjylland/ringkoebing-skjern
Høreforeningen Ringkøbing-Skjern Lokalafdeling	Personer med hørenedsættelse og døvblevne	Rådgivning, Oplysning, Netværksgrupper	Ringkøbing-Skjern Kommune	Hjemmeside: https://www.handicapfritid.dk/foreninger/hoeforeningen-ringkoebing-skjern-lokalafdeling Kontaktperson: Kaj Møller Telefon: 29 24 25 44
Landsforeningen Autisme – Kreds MidtVest	Personer med autisme og deres pårørende	Vejledning, Rådgivning, Undervisning	Herning	Hjemmeside: https://kredsmidtvest.dk/ Kontaktperson: Jane Jensen Telefon: 53 11 31 49
Landsforeningen for Downs Syndrom	Personer med Downs Syndrom og deres pårørende	Mange forskellige aktiviteter, b.la. Selvhjælps- eller netværksgrupper, Rådgivning, Kultur,	Århus Syd- og Sønderjylland	Hjemmeside: https://down.dk/ Telefon: 27 34 04 77

		Kreativt arbejde, Sammenkomster mm.	Fyn Nord Sjælland Hovedstaden Bornholm	
Landsforeningen Ligeværd - Lokalforeningen Vestjylland	Børn/Familie, Kvinder, Mænd, Unge, Ældre/Seniorer, Personer med handicap	Foreningens formål er at fremme ligeværdigheden i alle livets forhold for medborgere med særlige behov, grundet i boglige, indlærings- og funktionsmæssige vanskeligheder. Foreningen arbejder for at samfundet rummer ligeværdige muligheder for den enkelte	Vestjylland	Hjemmeside: https://www.ligevaerd.dk/ Kontaktperson: Sonja Knudsen Telefon: 28 55 22 23
Landsforeningen SIND, Ringkøbing-Skjern	Personer med sindslidelse og deres pårørende	SIND driver klubber for sindslidende, hvor de har et fristed, bliver accepteret og respekteret på egne præmisser, får mulighed for at etablere nyt netværk, er med i aktiviteter samt er med i et fællesskab, der også er afhængig af din	Ringkøbing- Skjern Kommune	Hjemmeside: https://sind.dk/ringkoebing-skjern Kontaktperson: Birthe Christiansen Telefon: 29 72 94 55

		indsats eller deltagelse		
LEV – Ringkøbing-Skjern Kommunekreds	Personer med handicap og deres pårørende	Sammen med andre kommunekredse arrangeres idrætsstævner diskoteker for udviklingshæmmede. Kurser og møder for forældre og pårørende	Ringkøbing-Skjern Kommune	Hjemmeside: http://vestjylland.lev.dk/om-lev-vestjylland.aspx Kontaktperson: Helene Madsen Telefon: 22 86 44 23
Ordblinde/dysleksiforeningen	Personer med ordblindhed og dysleksi samt deres pårørende	Foreningen varetager interesser for personer med ordblindhed/dysleksi over for myndigheder og offentligheden samt arbejder for en generel anerkendelse af funktionsnedsættelsen	Hele landet	Hjemmeside: https://www.ordblindeforeningen.dk/ Telefon: 36 75 10 88
Ringkøbing-Skjern Lydavis	Personer med syns- og læsehandicap	Avis på CD i mp3 format, indeholder lokale nyheder	Tarm	Hjemmeside: https://www.handicapfritid.dk/foreninger/ringkoebing-skjern-lydavis Kontaktperson: Claus Brodtkorb Telefon: 97 37 31 91

Scleroseforeningens lokalafdeling Ringkøbing-Skjern	Personer med sklerose	Mange forskellige arrangementer	Tarm	Hjemmeside: https://www.scleroseforeningen.dk/lokalafdeling/ringkoebing-skjern Kontaktperson: Hans Marinus Grønlund Pinderup Telefon: 22 46 80 47
ULF-Udviklingshæmmedes Landsforbund	Personer med udviklingshæmning og andre med særlige behov samt deres pårørende	Foreningen arbejder politisk for udviklingshæmmedes selv-og medbestemmelse. Mange forskellige aktiviteter, b.la. rejser, aktiviteter mm.	Hele landet	Hjemmeside: http://www.ulf.dk/ Telefon: 75 72 46 88
Ulykkespatient- og polioforeningen	Personer med bevægelseshandicap mm efter polio og ulykker	Foreningen giver råd og vejledning efter en ulykke. Mange forskellige aktiviteter, b.la. foredrag, arrangementer mm.	Hele landet	Hjemmeside: https://www.ulykkespatient.dk/ Kontaktperson: Orla Bredgaard Telefon: 97 22 01 32

BESØGSVENNER	Målgruppe	Beskrivelse	Sted	Kontakt
Borris og FASTER Sognes Besøgstjeneste	Voksne med fysisk og psykisk handicap, sygdomsramte, ældre, ensomme	Besøgsven	Ringkøbing-Skjern Kommune	Hjemmeside: https://www.rksk.dk/borger/frivillig/frivillig-tilbud-oversigter/besoegsven Kontaktperson: Ebbe Sunesen Telefon: 29 45 18 34
Rindum og Ringkøbing Sogne	Voksne med fysisk og psykisk handicap, sygdomsramte, ældre, ensomme	Besøgsven	Rindum Ringkøbing	Hjemmeside: https://www.rindumkirke.dk/livet-i-kirken/kirkens-diakoni-menighedsplejen/besoegstjenesten/ <u>Rindum</u> Kontaktperson: Meta Christensen Telefon: 21 74 53 91 <u>Ringkøbing</u> Kontaktperson: Vera Proustgård Telefon: 40 38 31 61 <u>Ringkøbing Plejehjem</u> Kontaktperson: Marie Nørby

				Telefon: 97 32 29 46
Røde Kors Besøgstjeneste	Voksne med fysisk eller psykisk handicap, sygdomsramte, ældre, ensomme	Besøgsven	Videbæk Tarm Hvide Sande og Holmsland Ringkøbing Skjern	<p>Hjemmeside: https://www.rksk.dk/Files/Files/Borger/Frivillig/Besoegsvenner i RKS.pdf</p> <p><u>Videbæk</u> Kontaktperson: Karen Thomsen Telefon: 97 17 21 46 Kontaktperson: Elsebeth Aggerholm Telefon: 29 90 05 04</p> <p><u>Tarm</u> Kontaktperson: Mette Højlund Telefon: 41 15 51 23</p> <p><u>Hvide Sande og Holmsland</u> Kontaktperson: Ingrid Enevoldsen Telefon: 23 64 16 51 Kontaktperson: Sys Jeppesen Telefon: 23 42 59 90</p> <p><u>Ringkøbing</u></p>

				Kontaktperson: Karin R. Andersen Telefon: 97 32 38 37 <u>Skjern</u> Kontaktperson: Alice Bagge Telefon: 26 96 95 97
AFLASTNING	Målgruppe	Beskrivelse	Sted	Kontakt
Aflastningstjenesten, Skjern-Tarm Menighedspleje	Alvorligt syge, personer med demens eller kronisk syge i hjemmet, som bliver passet af pårørende	At aflaste den pårørende der i det daglige tager sig af en syg. Tryghed, nærhed og samtale. At lytte. At være tilstede på hjemmets betingelser	Skjern	Hjemmeside: https://www.rksk.dk/Files/Files/Borger/Frivillig/Aflastningstjenesterne_i_Ringkoebing-Skjern.pdf Kontaktperson: Mette Sjælland Telefon: 50 95 22 33 Kontaktperson: Inga Bay Telefon: 25 12 07 80

Aflastningstjenesten, Ringkøbing og Rindum Menighedspleje	Alvorligt syge, personer med demens eller kronisk syge i hjemmet, som bliver passet af pårørende	At aflaste den pårørende der i det daglige tager sig af en syg. Tryghed, nærhed og samtale. At lytte. At være tilstede på hjemmets betingelser	Ringkøbing	Hjemmeside: https://www.rksk.dk/Files/Files/Borger/Frivillig/Aflastningstjenesterne i Ringkoebing-Skjern.pdf Kontaktperson: Vita Skovhuus Telefon: 22 25 23 04
Ældre Sagens Aflastningstjeneste	Alvorligt syge, personer med demens eller kronisk syge i hjemmet, som bliver passet af pårørende	At aflaste den pårørende der i det daglige tager sig af en syg. Tryghed, nærhed og samtale. At lytte. At være tilstede på hjemmets betingelser	Videbæk	Hjemmeside: https://www.rksk.dk/Files/Files/Borger/Frivillig/Aflastningstjenesterne i Ringkoebing-Skjern.pdf Kontaktperson: Karin Haunstrup Telefon: 26 68 74 21 Kontaktperson: Erna Andersen Telefon: 41 57 14 68
RÅD/NÆVN	Målgruppe	Beskrivelse	Sted	Kontakt
Ringkøbing-Skjern Kommunes Handicapråd	Personer med handicap	Rådet rådgiver byrådet i handicappolitiske spørgsmål. Rådet	Ringkøbing	Hjemmeside: https://www.rksk.dk/om-kommunen/raad-naevn-syn-og-kommissioner/handicapraad

		udvikler dialogen mellem handicappede mennesker, deres organisationer og kommunen. Desuden behandler rådet alle lokalpolitiske spørgsmål, som har med mennesker med handicap		
UNDERVISNING/ LEKTIEHJÆLP	Målgruppe	Beskrivelse	Sted	Kontakt
Brugerlærer i RKSK	Alle	En personlig beretning om det at leve med psykisk sygdom. Gratis undervisning i Ringkøbing-Skjern Kommune på b.la. folkeskoler, ungdomsuddannelser, personaleforeninger, plejehjem mm.	Skjern	Hjemmeside: https://brugerlaerer.dk/ Kontaktperson: Dan Lind Hansen Telefon: 23 65 10 74

Udarbejdet af Handicap og Psykiatri, Ringkøbing-Skjern Kommune. Senest revideret august 2020

Henvendelser vedrørende oversigten bedes rettes til Udviklingskonsulent Senka Delic, e-mail: senka.delic@rksk.dk