

“Hvis jeg ikke havde haft min samværsven, ville jeg ikke have turdet det, jeg tør nu.”

- Deltager -

Sådan får du en frivillig ven

Du skal bare kontakte os på telefon eller mail. Så kommer vi og taler med dig og fortæller mere om, hvad det går ud på.

Vi sørger også for at matche dig med den rigtige frivillige og deltage i jeres første møde. Her kan du også have en kontaktperson, bostøtte eller pårørende med.

Herefter finder du og din ven ud af, hvor ofte I skal ses.

Kontakt os på mail:

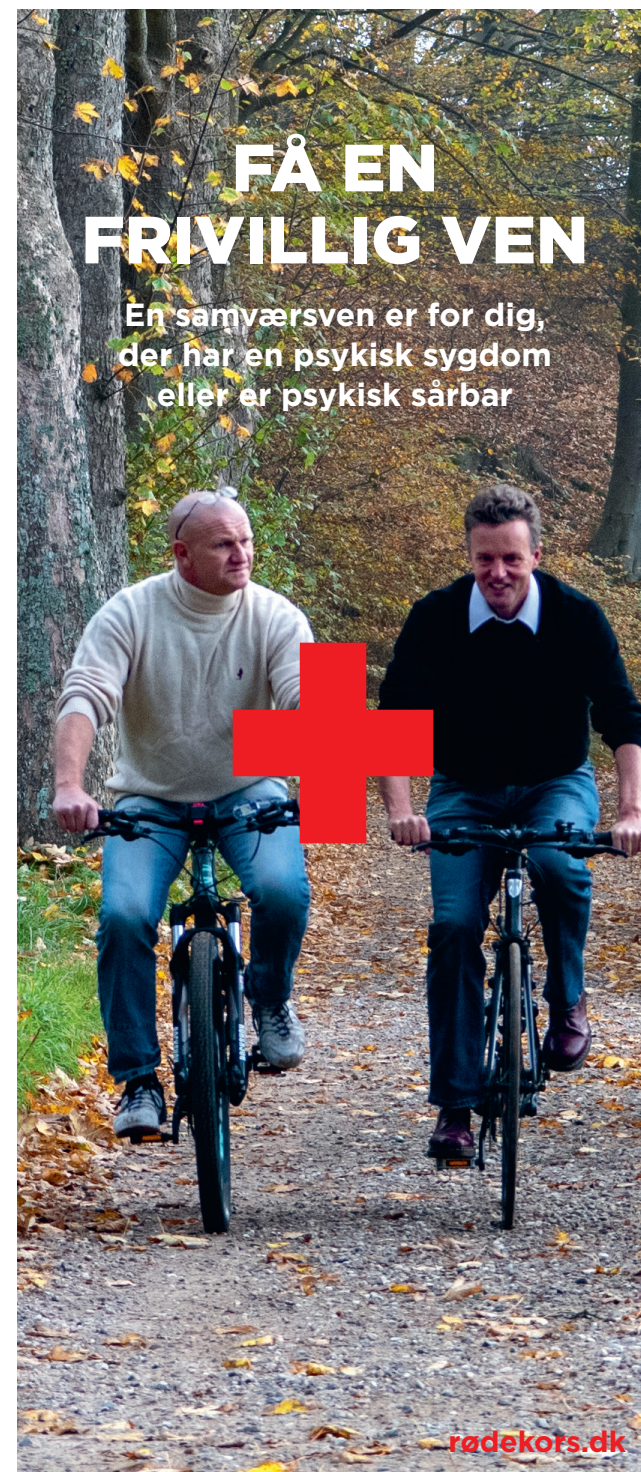
ringk.skj.samvaerdighed@rodekors.dk eller telefon 36 20 29 20

Røde Kors er altid til stede. I Danmark skaber vi fællesskaber, og vi støtter dem, der har brug for hjælp. Vi er en del af dit lokalsamfund, uanset hvor du bor.

Fotos: Anette Gernow ©Rødekors.dk 2019

FÅ EN FRIVILLIG VEN

En samværsven er for dig, der har en psykisk sygdom eller er psykisk sårbar



rodekors.dk



Det frivillige møde

Måske føler du dig alene, fordi du ikke kender så mange, eller fordi du synes, det er svært at komme udenfor dit hjem. Måske kunne det være rart at have en, der kom forbi en gang imellem ... én der bare kom for at være sammen med dig og have det rart.

Samvær, nærvær, ligeværd ... giver tilsammen 'samværdighed' og handler bare om at være sammen med et andet menneske, der møder dig med respekt og i øjenhøjde.

Hvem er de frivillige?

De frivillige er både unge, ældre, studerende og mennesker i arbejde. Fælles for dem er, at de har overskud og lyst til at være noget for andre mennesker, og at de har tavshedspligt.

Du bliver matchet med en frivillig, der passer til dig. Så vidt muligt en, der bor i nærheden af dig, og som du har noget til fælles med.

Det kan I lave sammen?

Du mødes med din samværsven et par gange om måneden i 1-2 timer afhængig af, hvad I bliver enige om, og der er mange muligheder for, hvad I kan lave:

- Tale om ugens begivenheder over en kop kaffe hjemme hos dig eller et andet sted, som I beslutter
- Tale om en fælles interesse, I har
- Gå eller cykle en tur
- Spille kort eller et brætspil
- Tage på en lille udflugt, fiske, gå i biografen eller på café
- Eller I kan bare være stille sammen, fordi det er rart, at der er et andet menneske, selvom du en dag ikke orker så meget

