

Nyhedsbrev juni 2024

Frivilligcenter & Selvhjælp Græsted (FCG)

Deltag her

Hvad skal du lave når du går på pension? Kom til NY START inspirationsdage.

Er du i slutningen af dit arbejdsliv eller i begyndelsen af din senior-tilværelse, så kom og få inspiration til et seniorliv med fællesskab og mening.

Det kan være en stor forandring at fra et aktivt arbejdsliv til en tilværelse med større frihed. Det er som at starte på et nyt kapitel i ens liv, hvor spørgsmål, som hvad skal jeg nu bruge tiden til, hvem kan jeg bruge tiden sammen med og hvad skal vi være sammen om, trænger sig på.

På Ny Start får du inspiration til at svare på disse spørgsmål.
Erhvervspsykolog Lene Møller faciliterer forløbet.

Tid: Onsdag 12/6 kl. 10-15 & torsdag 20/6 kl. 16-18.

Sted: Frivilligcenter Græsted, Græsted Stationsvej 8B, Græsted

Gebyr: Deltagelsen er gratis, men begrænsede pladser.

Tilmelding: <https://fcgraested.nemtilmeld.dk/63>

Afholdes i samarbejde med Frivilligcenter Helsingør og Gribskov kommune.



Fælles fredag

Så er der en enkelt gang tilbage inden sommerferien med fælles spising. Det er **fredag 14. juni**, hvor vi byder på Lasagne, græskarsalat og flutés. Til dessert vil der være rabarbertærte med creme fraiche.

Pris 110 kr. for 2 retter mad.



Mødetid kl. 17 – spising er kl. 17.30 i Frivilligcenter Græsted. Tilmelding på 4839 4930 eller e-mail kontakt@frivilligcenter-graested.dk. Efter sommerferien starter vi op igen fredag 9/8 og 13/9.

Din tilmelding er bindende, da vi bestiller maden hos et cateringsfirma.

Tilmeld dig her: [Frivilligcenter & Selvhjælp Græsted - Fælles fredag \(frivilligcenter-graested.dk\)](https://frivilligcenter-graested.dk)

Tartelet festival

Medlemsfest

Tema: Tarteletter

Sted: Frivilligcenter Græsted, Græsted Stationsvej 8B.

Tid: søndag den 18. aug. kl. 13 – 16



Vi dækker op til medlemsfest søndag den 18. august, hvor vi byder på Tartelet Festival og salat.

Til dessert er der 'spejlæg' (Fersken, ananas, flødeskum og chokolade)

Der vil også være kaffe og kage.

Vi får besøg af Sten Sejer, som er pianist og Nordsjællands hyggeligste mand.

Han vil hygge om os med festlige anekdoter og fællessang. Vanen tro vil der være en quiz over temaet, og ellers vil der være rig mulighed for at hyggesnakke og møde nye venner.

Prisen er 125 kr. betales ved tilmelding (ingen dørsalg)

For at deltage skal du være medlem af frivilligcenter Græsted, hvis du ikke allerede er det, kan du blive det her: [Medlemskab af frivilligcentret Græsted](#) | [Frivilligcenter Græsted \(nemtilmeld.dk\)](#)

Hvis du er medlem af Frivillig Centret kan du melde dig til festen her. [Medlemsfest - Tartelet festival](#) | [Frivilligcenter Græsted \(nemtilmeld.dk\)](#)

Senest den 9. august.

De hyggeligste hilsner fra Festudvalget



Selvhjælpsområdet

Livsglad på trods!



Har du masser af lyst til livet, til at lære nye mennesker at kende og til nye oplevelser, selvom du lever med fysisk funktionsnedsættelse?

Så har Frivilligcenter & Selvhjælp Græsted en gruppe til dig.

Vi anerkender selvfølgelig din sygdom, dit handicap, dine skader og dine smerter, men vores fokus er på livsglæden og på at leve fuldt ud på trods af vores fysiske udfordringer. Vi hygger, snakker, deler erfaringer, hjælper hinanden med at få adgang til for eksempel hjælpemidler, rører os, er aktive og går op opdagelse sammen.

Gruppen mødes i Frivilligcenteret:
Tirsdage kl. 13-15 i lige uger.
Første gang er 20. aug., og sidste gang 10. dec.

Tilmelding og flere informationer:
Skriv til Lotte, selvhjælpskoordinator på lol@frivilligcentergraested.dk eller ring på 4839 4930.



Der vil være en forsamtale, inden du kan optages i gruppen.

Ny sorggruppe for voksne

Til efteråret starter vi igen en sorggruppe for voksne, som har mistet. Du kan allerede nu kontakte os for at blive skrevet op til listen.

Pia og Birgit Anni afslutter deres nuværende sorggruppe inden sommerferien, og vil også blive tovholdere for den kommende gruppe. Nysgerrig på det er noget for dig eller en, som du kender?
Så skriv eller ring til vores selvhjælpskoordinator Lotte.





Frivilligcenter & Selvhjælp Græsted er en del af et kursusfællesskab på tværs af Frivilligcentre i Nordsjælland. Vi tilbyder derfor kurser og kompetenceudvikling for frivillige.

Tilmeld dig her: [Fælles kurser for frivillige i Nordsjælland \(nemtilmeld.dk\)](https://nemtilmeld.dk)

Her er 5 gode webinar, som du stadigvæk kan tilgå og blive klogere på.

Webinar: Frivillige fra fem generationer

Fredag d. 1. marts 2024 kl. 00:00 til lørdag d. 1. marts 2025 kl. 00:00 - Online

Hvordan styrer man en lokal forening på tværs af generationer? Frivilligcenter Nordsjælland inviterer dig til et spændende online kursus: "Frivillige fra fem generationer".

Gratis

LÆS MERE

Webinar: Sådan bruger du de sociale medier til at engagere flere

Fredag d. 1. marts 2024 kl. 00:00 til lørdag d. 1. marts 2025 kl. 00:00 - Online

Er din forening til stede på de sociale medier? Sociale medier fylder meget i vores hverdag, og efterhånden spiller de sociale medier også en stor rolle i vores kommunikation med hinanden.

Gratis

LÆS MERE

Webinar: Pas på de frivillige ildsjæle

Fredag d. 1. marts 2024 kl. 09:00 til lørdag d. 1. marts 2025 kl. 16:00 - Online

Vil du lære at passe bedst muligt på dine frivillige og sikre et sundt frivilligmiljø? Nordsjælland frivilligcentre inviterer i samarbejde med konsulentbureauet Ingefair til et lærerig kursus "Pas på de frivillige ildsjæle".

Gratis

LÆS MERE

Webinar: Samfundets udvikling og nye former for engagement

Fredag d. 1. marts 2024 kl. 09:00 til lørdag d. 1. marts 2025 kl. 16:00 - Online

Vil du vide mere om frivillighedens udvikling og forskellige typer af frivillige? Frivilligcenter Nordsjælland inviterer dig til et spændende online kursus: "Samfundets udvikling og nye former for engagement".

Gratis

LÆS MERE

Webinar: Samskabelse i lokalsamfundet

Fredag d. 1. marts 2024 kl. 09:00 til lørdag d. 1. marts 2025 kl. 16:00 - Online

Hvordan kan vi sammen finde nye løsninger og blive klogere på samarbejde? Nordsjællands frivilligcentre inviterer, i samarbejde med Ingefair, til et spændende kursus om samskabelse og samarbejde; "Samskabelse i lokalsamfundet".

Gratis

LÆS MERE



BLIV EN DEL AF SOCIALKOMPAS GRIBSKOV!

- Gribskavs nye platform, som er designet til at fremhæve og styrke lokale foreninger

Vi har glædet os så meget til at invitere jer til at blive en del af [Socialkompas.dk](https://socialkompas.dk),

Socialkompas er et digitalt værktøj, der gør det nemt at finde foreninger, tilbud og hjælp i hele kommunen.

Mange foreninger tilbyder **fantastiske aktiviteter og muligheder**, men det kan være en udfordring for potentielle deltagere at finde frem til dem. Socialkompas.dk tilbyder en løsning ved at gøre jeres tilbud nemt tilgængelige for både borgere og professionelle i kommunen, hvilket øger jeres synlighed og en ekstra mulighed for at tiltrække nye medlemmer og frivillige.

Skal I være med fra start, og er I klar til at udforske de nye muligheder på Socialkompas, kan I starte [her](#) - Opret profil og tilføj jeres tilbud.

Vil I lige vide mere, så kom til et af vores infomøder (6. eller 11. juni) eller kontakt projektleder Lisa fra Frivilligcenter Helsingør på tlf.: 2132 2348 eller e-mail: info@frivilligcenter-helsingor.dk.

[LÆS OM SOCIALKOMPAS GRIBSKOV OG KOM IGANG HER](#)

Indstilling til priser

Frivillig Fredag holde 27. september i 2024 og bliver en fest, hvor en af hovedpunkterne er den store prisuddeling. Priserne der skal uddeles er: Frivilligprisen, Kulturprisen og Seniorprisen. Kender du en person, eller en gruppe der gør en særlig indsats på Kultur- eller Frivilligområdet? Så er det tid til at sende din nominering. Deadline for din ansøgning er **1. juli**.

Prisuddelingen i Gribskov Kommune er Oscaruddelingen for Frivillige. Det er en stor ære at være nomineret i en af de tre kategorier, og vinderen modtager desuden en buket blomster samt en check på 5.000 kr..

Klik på linket her nedenfor for at læse om de tre kategorier, og for at du kan indstille lige netop den person eller gruppe, som du synes har gjort en særlig indsats: [Prisuddeling 2024 | Gribskov.dk](#)

Nyt i centeret

Lokalebooking - Husk at booke lokaler til det næste halv eller hele år!

Jeg kan se, at der er flere af grupperne, som ikke har booket lokale efter sommerferien. Check om I har fået lagt ind. Kontakt receptionen hvis det bøvler 😊.



Har din forening/ gruppe noget, som du gerne vil have bragt i det næste nyhedsbrev?

Indlæg om aktiviteter eller afholdte arrangementer, så vel som gode tilbud sendes til Tina på: tina@frivilligcenter-graested.dk

**Vi holder sommerferielukket
i ugerne 27-28-29-30.**

