

NETVÆRKSGRUPPE

Med plads til at vende livet og hverdagens udfordringer

Netværket er et fællesskab med andre seniorer og byder på samvær og gode snakke. Det er et tilbud til seniorer, der har lyst til at lytte og fortælle om et langt livs erfaringer og dele hverdagens glæder, tanker og bekymringer.

Gruppen mødes fast i to timer i Frivilligcenter Aarhus, hvor vi byder på the og kaffe. Typisk vil man vælge et emne til hvert møde, det kunne eksempelvis være vigtige livsbegivenheder, familierelationer eller svære skift i livet. Gruppen bestemmer selv, hvilke emner som er vigtige for netop dem. Der er plads til at dele erfaringer, have gode debatter og dybe snakke.

Derudover er mulighederne i netværket mange; at starte med en fællessang, gå en tur eller noget helt tredje, alt efter hvad gruppen har lyst til.

Der vil være 6-8 deltagere i gruppen samt en frivillig gruppeleder, som er med til at sætte rammen for et godt samvær og de gode samtaler. Der er tavshedspligt i gruppen, så det er et trygt rum at dele i.

Tid og sted

Gruppen mødes hver eller hver anden uge, 8 gange i alt. Møderne foregår en hverdag i dagstimerne i Frivilligcenter Aarhus' lokaler på Sønder Allé 33. Vi starter løbende grupper, når der er deltagere nok. Det er gratis at deltage.

Tilmelding

Du tilmelder dig ved at kontakte Selvhjælpstilbuddet på selvhaelp@frivilligcenteraarhus.dk eller telefon 60 54 58 37.

