**SIND Frederiksberg mangler hænder til Madklubben**

**Vil du være med til at styrke fællesskabet for psykisk sårbare gennem madlavning og fællesspisning? Så bør du blive en del af SINDs Madklub for psykisk sårbare på Frederiksberg.**

I Madklubben er der fokus på fællesskab, netværk og social integration, hvor midtpunktet er madlavning og fællesspisning. Madklubben har åben hver anden tirsdag fra kl. 17.00 – 20.00hos SIND Frederiksberg L.I. Brandes Alle 1, st. tv.1956 Frederiksberg C, hvor der vil være fællesspisning, snak og hygge.

**Hvem er du?**  
Du er åben og nysgerrig og har en interesse i at lære andre mennesker at kende. Det er en fordel at være god til forskellige typer af mennesker, ligesom du skal have et lyttende øre og en sans for dialog med andre. Du skal synes, det er hyggeligt at indtage en form for værtsrolle og være glad for at udføre praktiske opgaver.

**Dine opgaver som frivillig i Madklubben:**Vi forventer, at du deltager 1-2 gange om måneden. Der er også mulighed for at planlægge og deltage i ture ud af huset. Hvis du har ideer til temaer for madlavning, er de meget velkomne. Der er en overordnet koordinator, som vil sørge for at introducere dig for arbejdet i Madklubben. Helt konkret skal du:

* Møde ind kl. 16.30 for at skrive indkøbsliste
* Indkøb til Madklubben
* Klargøring af aftenerne (dække bord, lave te/kaffe mm.)
* Hjælpe hinanden med madlavning
* Oprydning
* Hjælpe hinanden med at sørge for hyggeligt samvær

**Som frivillig i SIND får du meget igen – bl.a.:**

* Mulighed for at gøre en meningsfuld forskel for andre, der har brug for dig
* Mulighed for at opbygge og udbrede dit netværk og skabe nye sociale relationer
* Du bliver en del af et fagligt og socialt stærkt fællesskab i SIND på Frederiksberg
* Erfaring med organisering og ledelse af frivilligt arbejde
* Du kan deltage gratis i SINDs kurser og konference for frivillige
* Et landsdækkende netværk af frivillige, der brænder for at fremme mental sundhed

**Vi glæder os til at høre fra dig!**

**Kontakt**:   
**Mail:**   
**Tlf.:**