



## **Vil du være med til at skabe et nyt værested- og aktivitetstilbud til psykisk sårbare på Frederiksberg og i København?**

Projektet "Tryk med SIND og Trygfonden", i daglig tale kaldet Klub 35+, er et tilbud under SIND Frederiksberg for psykisk sårbare fra 36 år og opefter. Ideen med Klub 35+ er at give medlemmer af SIND på Frederiksberg og i København et værested, hvor de sammen med ligestillede kan skabe et socialt netværk samt deltage i aktiviteter, der kan være med til at inspirere eller videreudvikle deres interesser og kompetencer.

Den 3. april slår vi dørene op til Klub 35+. Vi holder klubaften hver mandag med hygge, snak og middag. Derudover vil der løbende være aktiviteter af forskellig slags, der kører over kortere eller længere perioder.

Vi har brug for dig, der har tid og overskud til at skabe et trygt og hyggeligt værested og kan være med til at inspirere andre til nye interesser.

At være frivillig i Klub 35+ kræver ikke særlige faglige kompetencer, men det er vigtigt at du er villig til at give lidt af dig selv og kunne være noget for andre. Du skal være stabil, engageret og kunne tage ansvar for de opgaver, der er i frivilligteamet.

Du skal kunne afsætte 2-3 aftener om måneden, hvor du enten er til klubaften eller er med til nogle af vores aktiviteter.

Du skal kunne deltage i vores workshops, frivilligmøder og supervision samt være en aktiv del af det planlægningsarbejde, der er i forbindelse med klubaften og aktiviteterne.

Som frivillig i Klub 35+ vil der være ansvar og medbestemmelse. Vi skal have bygget et solidt og engageret frivilligkorps op, så vi kan give borgerne på Frederiksberg og i København, med psykiske udfordringer, et trygt og hyggeligt sted at være.

Har du lyst til være en del af dette nye projekt så send en mail til [klub35plus@gmail.com](mailto:klub35plus@gmail.com), hurtigst muligt, og skriv lidt om dig selv, og hvorfor du gerne vil være frivillig i Klub 35+. Du vil derefter blive indkaldt til en samtale.