

## SIND-klubberne i Ringsted Kommune søger tovholdere

**Ønsker at du at gøre en forskel for borgere med psykisk sårbarhed samt deres pårørende? – Så er din chance her.**

SIND Ringsted-Sorø søger tovholdere, der ønsker at gøre en forskel for borgere med psykisk sårbarhed i Ringsted kommune, ved at være med til at planlægge og afholde SIND-klubber. Som tovholder vil du være den, SIND-medlemmer eller borgere møder, når de kommer til en af vores klubber. Du er også med til at gøre SIND Ringsted-Sorø synlig i lokalsamfundet, og er en vigtig del af vores indsats for at glæde vores medlemmer, borgere med psykisk sårbarhed samt deres pårørende!

### Som tovholder vil dine opgaver primært være:

- Gøre klar op til SIND-klubben (*lave kaffe og te, stille kopper, tallerkner, vand og kage frem mm.*)
- Tage imod deltagere og sørge for god stemning
- Være med til at fremme mulighederne for aktiviteter og evt. udflugter
- Oprydning og let rengøring efter klubben
- Følge op på evt. mangler, herunder kage, kaffe, te, materialer mm.

SIND Ringsted-Sorø har lige nu SIND-klubber 2 steder i Ringsted hhv. hver søndag (fra april til oktober ca. hver anden søndag) samt den 3. mandag i måneden.

### Vi søger dig, som har disse personlige egenskaber:

- Brænder for at gøre en forskel for borgere med psykisk sårbarhed og deres pårørende
- Rummelighed og godt humør
- God til at overholde aftaler
- Åben, frisk og imødekommende
- Iderig, og kan se muligheder
- Kan arbejde selvstændig og i teams

### Som tovholder får du meget igen – bl.a.:

- Udvikling af dine personlige og sociale kompetencer
- Du vil komme til at gøre en meningsfuld forskel for andre
- Du bliver en del af et rummeligt og motiverende frivilligfællesskab
- Mulighed for at bruge dine kompetencer og livserfaring
- Du styrker dit CV med værdifulde og vigtige erfaringer
- Du kan deltage gratis i SINDs kurser og konference for frivillige
- Du får adgang til et landsdækkende netværk af frivillige, der brænder for at fremme mental sundhed

Hvis du ikke allerede er medlem af SIND, skal du som tovholder være indstillet på at blive det.

### Har du spørgsmål eller vil du vide mere?

Du er velkommen til at kontakte os for at høre mere eller få svar på dine spørgsmål.

Du kan sende en mail med emnet "Tovholder i Ringsted kommune" til vores hovedmail:

[ringstedsoroe@sind.dk](mailto:ringstedsoroe@sind.dk) eller ringe til os på telefon: 31 38 05 51.

Telefonen er åben tirsdage og onsdage kl. 19-21 samt søndage kl. 13-17 – du er også velkommen til at sende en SMS, så vender vi tilbage hurtigst muligt.

Vi glæder os til at høre fra dig.