

Overblik over initiativer for voksne på det sociale område i Ishøj



Januar 2023

Overblikket opdateres to gange årligt af Team Frivillighed og Lokalsamfund
Center for Voksne og Velfærd

Netværk og fællesskaber



www.overlap.dk

Boblberg.dk: En borger til borger-portal, hvor du kan møde andre ud fra fælles interesser og behov. Du opretter en profil og annoncer/bobler på www.boblberg.dk

Amput-caféen: Et netværk for personer, som har fået foretaget en amputation. Vi spiser frokost onsdage i lige uger fra kl. 11.30-13 og bowler onsdage i ulige uger. Vil du høre mere om, hvor vi mødes eller hvem vi er? Kontakt Kristian på telefon 25 74 63 99 eller Gordon på telefon 42 22 01 90.

Førtidsgruppen i Ishøj: Et fællesskab af førtidspensionister, pensionister, flexjobbere og personer udenfor arbejdsmarkedet, der mødes til socialt samvær og engang imellem en tur ud af huset. Vi mødes hver mandag kl. 12. Tilmelding på Facebook via gruppen 'Førtidsgruppen i Ishøj/flexjobbere, personer udenfor arbejdsmarked'.

Ishøj Lænken: Ishøj Lænken er en forening, som tilbyder støtte og socialt samvær uden alkohol hver torsdag kl. 16-19 i Brohuset, Vejlebrovej 45, 2635 Ishøj. Du kan læse mere på: www.ishoej.laenken.dk eller kontakte Connie på telefon 31 25 01 29.

SIND Vestegnen: SIND Vestegnen afholder blandt andet banko, brætspilscafé samt forskellige relevante foredrag, undervisningsmoduler og sociale aktiviteter, hvor alle er velkomne. Find Sind Vestegnen på facebook for mere information.

Online besøgsven: Via SnakSammen.dk har du mulighed for at få en snak med en frivillig samtaleven fra Røde Kors. I kan fx snakke om fælles interesser, hverdagen eller nyheder. Du kan tilmelde dig på www.snaksammen.dk

Café for ukrainere i Brohuset: Hver torsdag kl. 17-19 i Brohuset på Vejlebrovej 45 i Ishøj. Her er der mulighed for at komme lidt ud, mødes med andre ukrainere, tale sammen, dele erfaringer mm. Kontakt Lone på telefon 22 59 64 78 eller på mail lonnie@rodekors.dk for at høre mere.

Netværk og fællesskaber



www.overlap.dk

Kirkerne: Kirkerne i Ishøj har forskellige aktiviteter. Fx Højskoleeftermiddage, Litteraturkreds, Syng med, Fredagscafé og Himmelske Kroppe. Det er gratis at deltage.
Du kan læse mere på: www.ishoejkirker.dk

Værket – netværk for voksne: Et fællesskab hvor vi mødes til en kop kaffe, gode snakke og sociale aktiviteter onsdag i ulige uger fra kl. 16-19 i Røde Kors' lokaler på etage 2, Ishøj Store Torv 23 i Ishøj Bycenter. Kontakt Dorte og Yvonne på telefon 29 79 09 28.

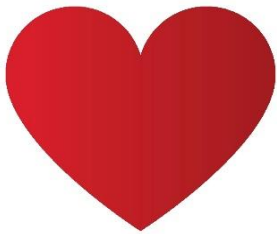
Cykling uden alder: Cykling uden alder Ishøj består af en gruppe frivillige cykelpiloter, der kan hjælpe dem, der ikke selv har mulighed, med at få en cykeltur rundt i Ishøj på rickshawcykel. Vil du være frivillig eller ud på tur?
Kontakt Team Frivillighed og Lokalsamfund på telefon 61 93 62 69.

Familienetværket: Familienetværket arrangerer aktiviteter og udflugter for sårbare familier med henblik på at skabe netværk og livskvalitet.
Telefon: 61 51 42 25, mail nynne-pg@hotmail.com

Bydelsmødre: Bydelsmødre er frivillige kvinder, der støtter andre kvinder, så de kan styrke sig selv, deres børn og familier. En bydelsmor lytter til dig og kan støtte og guide dig fx i børneopdragelse, mental sundhed eller kontakt til kommunen. Du kan komme i kontakt med Bydelsmødre på telefon 50 20 14 91 eller mail bydelsmor@hotmail.com

Ungefællesskab: Sind Ungdom Ishøj starter et fællesskab for unge ml. 16-35 år, som oplever psykisk sårbarhed. De skal mødes i Brohuset om mandagen kl. 16-19 til madlavning, brætspil og andre sociale aktiviteter. Forventet opstart marts 2023. Hvis du vil høre mere så kontakt Claire på telefon 20 42 41 17.

Støtte



Akuttelefonen: Du kan ringe til Akuttelefonen, hvis du har behov for psykisk krisehjælp ml. kl. 23.30-7.00 alle ugens dage på telefon 25 25 04 00.

Beboer- og Socialrådgivning: Dig der bor i Vejleåparken har mulighed for at få en-til-en-rådgivning om sociale forhold, økonomi, boligstøtte, huslejerestance, skilsmisse mm. Beboerrådgiver Sanne kan kontaktes på sab@aab.dk og telefon 31 40 44 45. Socialrådgiver Susan kan kontaktes på syhov@ishoj.dk og telefon 92 43 31 84.

Sorg- og Livsmodsgruppe: Sorg- og Livsmodsgruppe er for dig, der har mistet en, du holder af, og har brug for at bære sorgen i fællesskab med andre. Gruppeforløbet består af otte mødegange formiddag eller om eftermiddag i Vejleå Kirkes lokaler. Gruppeledere er kommunale medarbejdere og præster. Kontakt Asta på telefon 21 70 75 96 eller mail agy@km.dk eller Mie på telefon 23 74 06 93.

SIND-nettet: SIND-Netværket er et tilbud til psykisk sårbare, der kan have gavn af en frivillig besøgsven at gå ture med, snakke med over en kop kaffe eller andet, som kan støtte borgeren i at få mere socialt samvær og lokalt netværk. For at høre mere så kontakt på mail sindnettet@gmail.com eller telefon 53 60 22 00.

Borgerrådgiver: Du kan få hjælp, hvis du har fået en afgørelse i en sag som du ikke helt forstår, eller som du er uenig i. Kontakt borgerrådgiver Christel Zukunft på telefon 61 91 68 00 eller på borgerraadgiver@ishoj.dk.

Støtte



Job- og uddannelses mentor: Forældre med behovet tilbydes en mentor, som kan støtte med at komme i gang med eller blive fastholdt i arbejde eller uddannelse. Kontakt: jobmentor@rodekors.dk

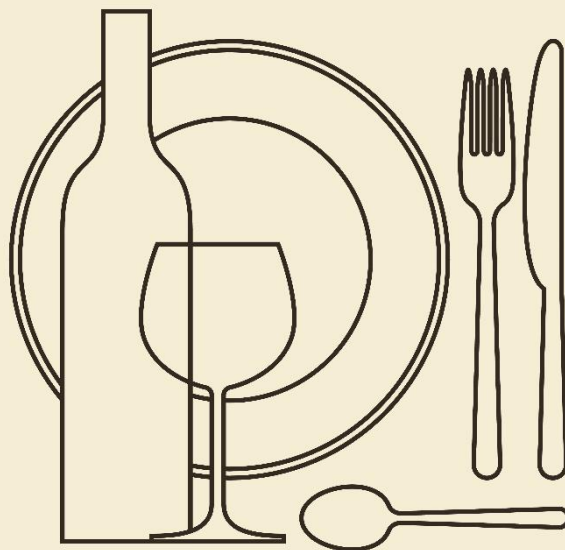
Cykeltræning for indvandrerkvinder: Frivillige tilbyder cykeltræning om søndagen fra maj til oktober. Du kan låne cykel og hjelm. Se mere på www.ishoej.drk.dk

Vågetjenesten: Frivillige tilbyder at våge hos dødende de sidste timer af livet. Kontakt: 22 59 64 78 eller lonnie@rodekors.dk

Navigator/hospitals ledsagelse: Frivillige støtter sårbare borgere i deres kontakt med sundhedssystemet. Det kan fx være for at skabe overblik over aftaler, ledsagelse til lægen mm. Kontakt: 23 99 20 13.

Næstehjælperne: Næstehjælperne i Ishøj er et netværk, der hjælper og skaber et netværk for mennesker med økonomiske udfordringer. Næstehjælperne kan hjælpe med mad, tøj, konfirmation, skolestart, fødselsdag mm. og afholder jævnligt forskellige, sociale arrangementer. Du kan læse mere i facebookgruppen 'Næstehjælperne Ishøj'.

Mad- og Spisefællesskaber



Fællesspisning i Torslunde/Ishøj Landsby

Fællesspisning hver fjerde tirsdag i ulige uger kl. 17.30. Fællesspisningen afholdes på Plejehjemmet Torsbo, Køgevej 220, indgang via haven. Det arrangeres af frivillige og vi hjælper hinanden med de forskellige opgaver. Tilmelding hos Anne på telefon 42 15 16 93 eller mail anne2146@gmail.com på onsdage eller fredage.

Torslundecafé: Mødes tirsdag i lige uger kl. 14-16 i konfirmandstuen i Torslunde Kirke, Torslunde Bygade 145. Kontakt Stig Nielsen på telefon 24 87 80 80 hvis du vil høre mere. Tilmelding er ikke nødvendig.

Café Tranestuen: Mødes torsdag kl. 12-15 i Tranegårdens beboerlokaler, Vejledalen 27. Kontakt Kristian Pedersen på telefon 22 50 25 04 hvis du vil høre mere.

Beboerhuset, AAB 55: Beboerhuset har forskellige aktiviteter og fællesskaber. Der er fx altid kaffe på kanden og muligheden for at købe et måltid mad eller deltage i forskellige aktiviteter. Du kan finde mere information på www.aab55.dk/Beboerhuset
Adresse: Strandgården 21, 2635 Ishøj.

Glashuset: Glashuset er et beboerhus i Ishøj Boligselskab, Stenbjerggård. Her er der forskellige aktiviteter og mulighed for at købe mad i caféen i hverdagene.
Adresse: Østergården 19A, 2635 Ishøj.

Fællesspisning i Brohuset: Der er fællesspisning cirka en gang om måneden for Brohuset brugere i Brohusets fællesområdet. Deltagerne er fælles om madlavning og praktiske opgaver. Vil du vide mere så kontakt Brobyggeren på: brobyggeren@ishoj.dk

