

Overblik over initiativer på det sociale område i Ishøj

Initiativerne er som udgangspunkt for voksne
Ishøjborgere, men de fleste steder er alle velkomne

Januar 2021

Overblikket opdateres to gange om året



NETVÆRK OG FÆLLESSKABER

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. Netværket spiser sammen onsdage i lige uger fra kl. 11.30-13 i Seniorlokalerne, Vejlebrovej 105 og bowler sammen onsdage i ulige uger. Hvis du vil høre mere, så kig forbi eller kontakt Gordon på telefon 4222 0190.

Glasskårerne: Et fællesskab for førtidspensionister. Der er café onsdage i ulige uger kl. 10-12 i Glashuset, Østergården 19A, samt udflugter. Har du brug for hjælp til at komme afsted de første gange, eller vil du høre mere, så kontakt: glasskaarerne@gmail.com

Førtidsgruppen i Ishøj: Socialt samvær og ture for førtidspensionister/pensionister/fleksjobbere og personer udenfor arbejdsmarkedet. Vi mødes i Seniorlokalerne, Vejlebrovej 105. Tilmelding på Facebook via gruppen Førtidsgruppen i Ishøj.

Ishøj Lænken: Ishøj Lænken er en forening, som tilbyder støtte og socialt samvær uden alkohol hver torsdag kl. 16-19 på Tranegilde Strandvej 7. Du kan læse mere på: www.ishoej.laenken.dk

Kirkerne: Kirkerne i Ishøj har forskellige aktiviteter, som fx Højskoleeftermiddag hver anden mandag fra kl. 14-16, hvor de synger og hører foredrag. Det er gratis at deltage. Du kan læse mere på: www.ishoejkirker.dk

Næstehjælperne: Næstehjælperne i Ishøj er et netværk der hjælper og skaber et netværk for mennesker med økonomiske udfordringer. Næstehjælperne hjælper med mad, tøj, konfirmationshjælp, skolestartshjælp mm. Herudover holder de sociale arrangementer, som fx Fredagscaféen med overskudsmad på Vejlebrovej 45B kl. 14-16 hver fredag. Du kan læse mere på: www.naestehjaelperneishoej.dk



SIND's Hyggebanko: SIND holder hygge banko den første fredag i hver måned om formiddagen på Vejlebrovej 45B. Det foregår i et roligt og hyggeligt tempo. Alle er velkomne. Find Sind Vestegnen på facebook for mere information.

Online besøgsven: Via SnakSammen.dk kan du få mulighed for 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

STØTTE

Navigatør: Frivillige støtter sårbare borgere i deres kontakt med systemet. Det kan fx være for at skabe overblik over aftaler, ledsage til lægen mm. Navigator er forankret under Røde Kors. De kan kontaktes på: 2399 2013.

Borgerrådgiver: Du kan få hjælp af kommunens borgerrådgiver, hvis du har fået en afgørelse i en sag som du ikke helt forstår, eller som du er uenig i. Du kan kontakte borgerrådgiveren på 6191 6800 eller møde op til åben rådgivning på biblioteket onsdage kl. 16-17 (kun for Ishøjborgere).

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 om formiddagen (kl. 10-12) eller om eftermiddagen (kl. 17-19). Det foregår i Vejleå Kirkens lokaler og gruppeledere er kommunale medarbejdere og præster. Kontakt: 2170 7596 eller agy@km.dk for information om det næste forløb.

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

Røde Kors Ishøj: Røde Kors har flere aktiviteter i Ishøj. Her ses nogle af aktiviteterne:

Familienetværket: Familienetværket arrangerer aktiviteter og udflugter for sårbare familier med henblik på at skabe netværk og livskvalitet. Kontakt: 6151 4225 eller ishoj.al.ffv@rodekors.dk

Frivillige familievenner: Familier med børn kan få tilknyttet en familieven, som fx kan være sparringspartner, hjælpe med lektier eller være bisidder for at skabe mere trivsel i familien. Kontakt: familieven@rodekors.dk

Jobmentor: Et tilbud til dig, der er ledig og har børn under 18 år, hvor frivillige støtter dig i at komme tættere på beskæftigelse. Kontakt: jobmentor@rodekors.dk

Uddannelsesmentor: Frivillige støtter dig som forælder, der er i et uddannelsesforløb. Det kan fx være ift. at få uddannelsesliv og privatliv til at hænge sammen. Kontakt: uddannelsesmentor@rodekors.dk

Cykeltræning for indvandrerkvinder: Frivillige tilbyder cykeltræning om søndagen fra maj til oktober. Du kan låne cykel og hjelm. Kontakt: 2839 2889 eller natasha.carstens@gmail.com

Vågetjenesten: Frivillige tilbyder at våge hos dødende de sidste timer af livet. Kontakt: 2259 6478 eller lonnie@rodekors.dk

Se alle Røde Kors' aktiviteter her: <http://ishoej.drk.dk/>

MAD OG SPISEFÆLLESSKABER

Fællesspisning i Torslunde og Ishøj Landsby: Fællesspisning er for alle og arrangeres af frivillige. Her hjælper vi hinanden med borddækning, madlavning, oprydning o.lign. Det foregår i Forsamlingshuset i Ishøj Landsby. Datoerne annonceres i Sydkysten eller ved at ringe til tlf. 2498 0730 i hverdagene (dagtimer).

Caféer: I Ishøj er der en række lokale caféer, hvor du kan få et måltid mad eller en kop kaffe. Caféerne er for alle og tilmelding er ikke nødvendig.

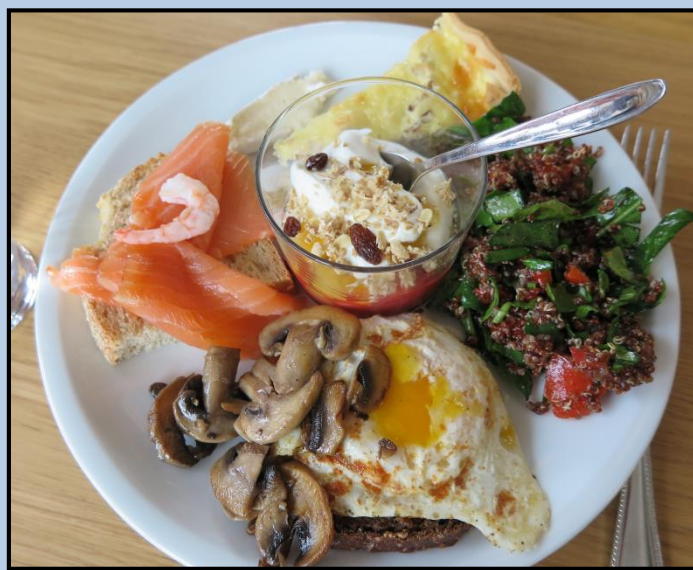
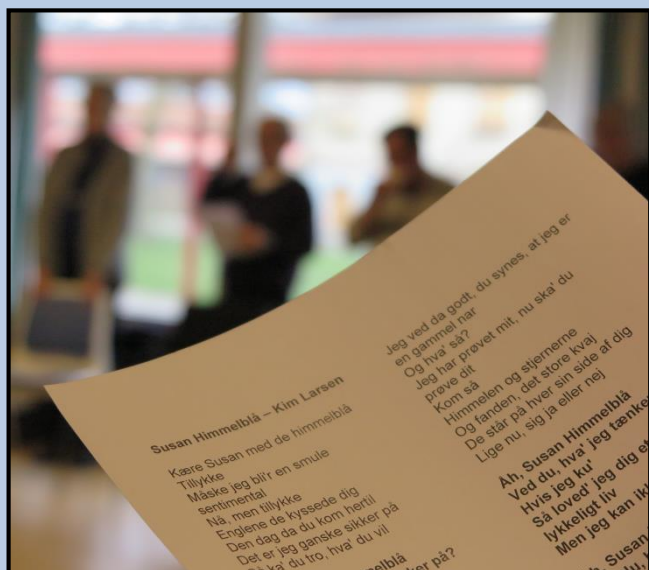
Café Åkanden: Mandag kl. 13-14.30. Beboerlokalerne, Vejlebrovej 105.
Kontakt Irene Jensen på tlf. 5153 1929.

Torslundecafé: Tirsdag i lige uger kl. 14-16. Konfirmandstuen v. Torslunde Kirke, Torslunde Bygade 145. Kontakt Stig Nielsen på tlf. 2487 8080.

Café Solstrålen: Kontakt Hanne på tlf. 4183 3378.

Café Tranestuen: Torsdag kl. 12-15 i Tranegårdens beboerlokaler, Vejledalen 27.
Kontakt Kristian Pedersen på tlf. 2250 2504.

Glashuset og Kulturhuset i Vejleåparken: Både Glashuset (Østergården 19A) og Kulturhuset (Strandgården 21) i Vejleåparken har forskellige aktiviteter og fællesskaber. Der er fx kaffe på kanden, muligheden for at købe et måltid mad, gå-grupper, familieaktiviteter og folkekøkken. Du kan finde mere information på: www.vparken.dk og <http://www.aab55.dk/Kultur-Huset>



SPROG OG KULTUR

Samtale på dansk: Frivillige og borgere (som gerne vil styrke deres danske sprog) mødes og øver dansk på forskellig vis. De tager også på udflugter med fokus på kultur og samfund. Find Samtale på dansk på Facebook eller send en mail til samtalepaadansk@gmail.com

Sprogtræning: På Sprogland.dk kan du booke en online samtale med en frivillig sprogtræner fra Røde Kors, der gerne vil hjælpe dig med fx at træne 'hverdagsdansk' eller forberedelse til eksamen. Log ind og book tid via www.sprogland.dk

Cykling uden alder: Cykling uden alder Ishøj består af en gruppe frivillige cykelpiloter, der giver dem, der ikke selv har overskuddet til at komme ud og opleve Ishøjs natur mulighed for at blive kørt rundt på rickshawcykel. Vil du ud og cykle eller høre nærmere, så kontakt: For borgere i Torslunde kontakt Torsbo på 4357 4303 og for de resterende dele af Ishøj kontakt Team Frivillighed og Lokalsamfund på 2498 0730.

Det sker i Ishøj: Det sker i Ishøj er en portal med oversigt over forskellige kulturelle arrangementer i Ishøj. Arrangementerne foregår fx på Arken, Biblioteket, Musik teateret mv. Se: www.detskeriishoj.dk

Aktivitetsoverblik: Aktivitetsoverblikket giver et overblik over, hvad der udbydes af aktiviteter for ældre (50+) og pensionister i Ishøj. En gruppe af frivillige tilbyder at hjælpe dig/følges med dig, hvis du synes det er svært at komme af sted alene. For mere information se: www.ishoj.dk/aktivt-seniorliv

På 'Ishøj Kommune' og 'Vores Ishøj' på facebook kan du ligeledes følge med i, hvad der rør sig i Ishøj.



HAR DU SPØRGSMÅL?

Så kontakt Team Frivillighed og Lokalsamfund på:
team_frivillighed@ishoj.dk
eller kom forbi lokale 410 på etage 4N på Ishøj Rådhus.

Vi opfordrer dig til ikke at sende fortrolige og personfølsomme oplysninger pr. mail.

Vær opmærksom på, at der på grund af situationen med COVID-19 kan være ændrede mødetidspunkter og retningslinjer, ligesom der er mange initiativer der holder pause.