



Søndagsnetværkscafé Netværksgruppe for voksne sårbare

Frivilligcenter & Selvhjælp Lyngby-Taarbæk kan nu tilbyde en netværksgruppe for voksne sårbare mennesker. Så oplever du ofte, at du "slår dig på Livet", er ensom, kan weekenden opleves som meget lang eller mangler du sociale relationer - kan denne gruppe måske være den helt rigtige netop for dig.

Gruppen vil have fokus på at lave noget sammen, opbygge relationer og positive/hyggelige aktiviteter sammen med andre sårbare mennesker. Indholdet vil du være med til at bestemme og vil tage udgangspunkt i gruppens ønsker og ressourcer.

Gå ture

Fælles
madlavning

Ekskursioner

Kreative
aktiviteter

Det er tanken, at gruppen på sigt skal fungere udelukkende på frivillige kræfter, men i opstarten vil Bente fra **Frivilligcenter & Selvhjælp Lyngby-Taarbæk**, Niels fra **IF Limone** samt de to frivillige Flemming og Simone - være med til at facilitere en god begyndelse på gruppen.

Hvor: Frivilligcentret, Rustenborgvej 2A, 2800 Kgs. Lyngby.

Hvornår: 1. gang vil være **søndag d. 8. april 10.30 til 12.30**. Herefter er det tanken at gruppen mødes hver søndag i dette tidsrum.

Deltagelse: Er naturligvis frivilligt.

Hvis ovenstående kunne have din interesse, så kontakt

Bente på selvhaelpnu@ltk-frivilligcenter.dk - eller mobil 2924 4033 eller

Niels på ne@dsinettet.dk

Møderne vil foregå i Frivilligcenter & Selvhjælp, Rustenborgvej 2a, 2800 Kgs.Lyngby.



*Selvhjælp på Tværs i samarbejde med IF Limone
Selvhjælp på Tværs er et samarbejde mellem Frivilligcenter & Selvhjælp Lyngby-Taarbæk og
De Frivilliges Hus i Gladsaxe*