



NYHEDSBREV



Frivilligcenter Hvidovre, december 2025

Hjertelig velkommen til frivilligcentrets sidste nyhedsbrev i 2025.

Her kan du læse lidt om, hvad vi har beskæftiget os med den seneste tid, og hvad vi har i støbeskeen for starten af det nye år. God læselyst!



ÅBENT HUS OG JULEHYGGE

Torsdag d. 18/12 kl. 17-19 inviterer vi igen til åbent hus i frivilligcentret. Denne gang står der julehygge på programmet!

Vi siger tak for i år med **julequiz**, spiser æbleskiver og drikker gløgg.

Da vi har en masse kaffe i overskud fra vores seniormessen, giver vi desuden **en pose kaffe, som julegave** (efter først til mølle-princippet).

Selvfølgelig svarer vi også på alle former for spørgsmål, store som små. :-)

ÅNDEDRÆTSFORLØB

Vi har netop afsluttet vores første åndedrætsforløb med **meget positive tilbagemeldinger**. Der blev bl.a. nævnt bedre søvn og gode værktøjer til at få ro på nervesystemet. Forløbet som strakte sig over 6 gange, blev faciliteret af to terapeuter fra Åndedræt i Fokus. Der var stor efterspørgsel på forløbet og vi fik flere tilmeldinger end der var plads til. Vi er derfor glade for at kunne tilbyde **et nyt forløb særligt for seniorer** i starten af det nye år.

Datoerne er ikke helt på plads endnu, men hold øje med vores hjemmeside.



Husk også at du kan blive medlem og støtte vores arbejde. Som medlem får du blandt andet tidlig adgang til en række af de events og workshops, vi afholder. På vores hjemmeside <https://frivilligcenterhvidovre.dk/> kan du læse meget mere om vores arbejde, kommende begivenheder og melde dig eller din forening ind i frivilligcentret.



WORKSHOPS

Grundet efterspørgsel afholder vi endnu en workshop om ledelse og bestyrelsesroller mandag d. 8/12/25. Mens januar byder på en **workshop i Vision, strategi og handlingsplan** - særligt god for nye foreninger, eller garvede foreninger, der ønsker at blive skarpere på at føre visionerne ud i livet. Workshoppen afholdes tirsdag d. 27/1/26. Mere info og link til tilmelding, bliver sendt ud i starten af januar. Hold øje og husk at I som medlemmer har en uges forspring til tilmelding.



INDSATS FOR UKRAINSKE FLYGTNINGE

I løbet af februar 2026 opstarter vi en ny og spændende indsats omkring at støtte ukrainske flygtninge i Hvidovre i at lære dansk og samtidig styrke deres tilknytning til lokalmiljøet. Indsatsen består i at sammensætte en gruppe af dansktalende og ukrainere, som mødes regelmæssigt omkring en fælles aktivitet, hvor der vil være mulighed for at tale dansk i naturlige omgivelser og samtidig danne nye relationer. Vi mangler fortsat frivillige til gruppen. Skriv endelig til os, hvis det kunne have interesse!



BESØG HOS MEDLEMMER

Henover februar og marts 2026 håber vi på at kunne invitere os selv på besøg hos vores medlemsforeninger. Vi vil nemlig gerne blive endnu **klogere på hvordan, vi kan støtte jer**. Derfor vil vi rigtig gerne se hvordan I "bor", høre hvordan I gør, og hvad det rør sig hos jer for tiden. Vi håber I vil tage godt imod os



Husk også at du kan blive medlem og støtte vores arbejde. Som medlem får du blandt andet tidlig adgang til en række af de events og workshops, vi afholder. På vores hjemmeside <https://frivilligcenterhvidovre.dk/> kan du læse meget mere om vores arbejde, kommende begivenheder og melde dig eller din forening ind i frivilligcentret.

