

[Det har vi opnået](#)
[Medlemspanel](#)
[Mærkesager](#)
[Sådan kan du hjælpe](#)
[Sådan taler vi din sag](#)
[Om os](#)
[Arrangementer](#)
[Billedgalleri](#)
[Videoer](#)
[Frivilligt socialt arbejde](#)
[Besøgsven](#)
[Bisidder](#)
[Demens](#)
[Den hjælpende hånd](#)
[En at følges med](#)
[Gå-med-ven](#)
[Indkøbsven](#)
[Kørestolsskubber](#)
[Flygtninge og indvandrere](#)
[Plejehjem](#)
[Seniorvejledning](#)
[Sygehusven](#)
[Søndagscafe](#)
[Tryghedsopkald](#)
[Vågetjeneste](#)
[Guide til hjemmesiden](#)
[PC support](#)
[Lokalpolitik](#)
[Mellem generationer](#)
[Sundhed, mad, motion](#)
[Ældreråd](#)
[Lyd og TV](#)

En at følges med

Har du svært ved at komme ud af dit hjem, enten fordi du sidder i kørestol eller fordi, du er usikker på benene?



Vi tilbyder en frivillig hånd, du kan støtte dig til eller endda et par stærke arme til at skubbe din kørestol, når du har brug for at komme en tur i skoven, til bageren eller måske bare op og ned af gaden for at kigge på vinduer.

Vi tilbyder frisk luft sammen med vores frivillige:

- [Gå-med-venner](#)
- [Indkøbsvenner](#)
- [Kørestolsskubberne](#)

Bemærk!

Du skal være opmærksom på, at hvis du er mellem 16 og 67 år og ikke kan komme ud på grund af et fysisk eller psykisk handicap, så har du ret til en ledsager gennem din kommune.

[Du kan læse mere om ledsagelse i Værd at vide.](#)