



Gå-med-venner

- Vi gør det lettere at være en del af fællesskabet...

Ældre@Sagen

Gå-med-venner

Gymnastik, fællesspisning, sang, indkøb og hjælp til en tur til frisøren er blot nogle af de mange sociale aktiviteter, som ældre kan deltage i eller få hjælp til hos Ældre Sagens frivillige "Gå-med-venner".

For det kan være svært at tage af sted alene, og overvinde sig selv til at tage initiativ til at krydse dørtrinnet for at være sammen med mennesker, man ikke kender.

Det er ofte modet til at tage det første skridt - modet til at overvinde barrierer, der både kan være fysiske og følelsesmæssige, som afholder ældre for at deltage i sociale arrangementer og aktiviteter. Men at tage det første skridt sammen med et andet menneske, kan være det, der skal til for at bryde isolationen.

Hos Ældre Sagen tilbyder frivillige ordningen: "Gå-med-venner".

En "Gå-med-ven" tilbyder hjælp, følgeskab, tryghed og en støttende arm ind i fællesskaber og aktiviteter. Det er "vejen" frem for aktiviteten.

En "Gå-med-ven" er en venlig ledsager, der er til stede, indtil borgerne har fået en chance for at lære nye mennesker at kende og/eller føler sig tryk ved selv at deltage og transportere sig til aktiviteten/destinationen på egen hånd.

Kontakt Ældre Sagen i din by og hør om mulighederne for at blive frivillig "Gå-med-ven" eller selv at få en at følges med.