



Christine er
frivillig fordi

"det er meningsfyldt og utrolig givende at hjælpe andre, og jeg bliver simpelthen så glad af det. Det giver så meget tilbage, og man får en følelse af at være en del af noget større."

Christine er frivillig i Frivilligcenter
Allerøds sekretariat

Nina er
frivillig fordi

"det er de bedste timer på ugen!"

Nina er frivillig i Coding Pirates
Allerød. Kodepiraterne er børn og
unge, der mødes for at blive klogere
på teknologi gennem leg og
kreativitet



Walther er
frivillig fordi

"det falder mig naturligt. Det er vigtigt at tilbyde sin hjælp, uanset om det er stort eller småt. Man skal bare springe ud i det!"

Walther er bl.a. formand for
Ældre Sagen i Allerød samt
frivillig i Care 4 People



Svava er frivillig fordi

"jeg ønsker at give noget tilbage.
Jeg citerer gerne Pippi:
'Når man er ekstra stærk, så har man
en særlig forpligtigelse til at være sød
ved andre'"

Svava er frivillig i FIA (Frivillige for
Integration i Allerød) og
foreningen Grøn Guide

Vinnie er frivillig fordi

"det giver mig masser af glæde – især
glæden ved at se andre have det
godt og mødes om interesser på
tværs af generationer."

Vinnie er formand for Kulturbanken i
Lynge og næstformand i
Ældre Sagen



Faruk er frivillig fordi

"jeg gerne vil gøre en forskel"

Faruk er frivillig i Natteravnene i
Allerød, og han sidder desuden i
bestyrelsen for både Ungdomsskolen
og Frivilligcenter Allerød. Derudover
er han også politisk aktiv.

Frivillig Fordi: Christines historie

Meningsfuld hjælp i Allerød

Christine Zilmer bor i Allerød sammen med sin mand og to mindre børn. Som frivillig koordinator i Frivilligcenter Allerød har hun været med siden opstarten i foråret 2024, hvor hun hurtigt fandt sin plads i sekretariatet. “Det er så hyggeligt at møde så mange forskellige mennesker, som alle kommer forbi i en god sags tjeneste. Det er virkelig givende at få lov til at hjælpe dem,” fortæller Christine, der deltager i en af de ugentlige besøgstider, hvor lokale frivillige kommer forbi centret.



Christine blev en del af Frivilligcentret efter at have set et opslag på frivilligjob.dk. For Christine gav det mening at finde et frivilligt arbejde, hvor hun også kunne bidrage med sine tidligere arbejds-erfaringer “Det er fantastisk at være med til at opbygge noget fra bunden og se det vokse,” siger Christine, der arbejder tæt sammen med centerlederen. Hun sætter stor pris på hvordan de komplementerer hinanden gennem deres forskellige baggrunde og erfaringer.

Som ny i det frivillige foreningsarbejde lærer Christine meget af de erfarne kræfter omkring sig. “Jeg har stor respekt for, hvor meget andre bidrager med, om det er at planlægge aktiviteter for frivillige eller hjælpe en udenlandsk familie med at finde sig til rette i en ny bolig,” siger Christine. Hun oplever, at hun selv bliver inspireret af de andre frivillige og deres engagement.

Christine håber at kunne fortsætte med at bidrage til succesen for Frivilligcenter Allerød gennem sin erfaring og sit gåpåmod. “Det er meningsfyldt og utrolig givende at hjælpe andre, og jeg bliver simpelthen så glad af det,” fortæller hun. Hendes råd til andre, der overvejer at blive frivillige, er klart: “Bare gør det. Det giver så meget tilbage, og man får en følelse af at være en del af noget større.”

Frivillig Fordi: Ninas historie

Det er de bedste timer på ugen

Nina Sværke Hansen er frivillig i Coding Pirates Allerød. Kodepiraterne er børn og unge, der mødes for at blive klogere på teknologi gennem leg og kreativitet.

Nina var i en årrække bosat i USA, hvor det frivillige arbejde er meget udbredt. Da hun vendte hjem besluttede hun at være med til at starte Coding Pirates i Allerød i 2017, og hendes engagement er ikke blevet mindre med årene, tværtimod.



- Jeg synes, det er de to bedste timer på hele ugen. Det gør mig stolt og glad at se børnene knække koden til noget, de selv har været med til at beslutte skal laves. Vi gør idéer til noget meget håndgribeligt, og det udvikler børnene på en god måde. Det er skønt at se dem blomstre – og børn elsker, når noget lykkes, fortæller Nina.

- Helt personligt får jeg også noget ud af det, da kombinationen af teknologien og det kreative udfordrer min hjerne - så jeg lærer også noget nyt. Det holder mig i gang og gør mig glad, siger Nina.

Det kan umiddelbart være svært for andre at afkode, hvad Coding Pirates egentlig dækker over, men fritidsaktiviteten favner også bredt. Leg, kreativitet og teknologi er mottoet, og det kan dække alt fra at programmere og kode til at forme noget af spaghetti, piberensere og skumfiduser.

Det er de voksnes kompetencer og børnenes ønsker, der afgør præcis, hvilke ting der bliver lavet. Eksemplerne på hvad der bliver lavet hos Coding Pirates er mange: Det gjorde f.eks. stort indtryk på børnene, da der blev 3D printet et robotøje, som de kunne levedegøre med elektronik og bevægelse. Der bliver arbejdet med elementer til robotter man kan programmere til at kaste en bold, og MicroBit der kan bruges til f.eks. at lave sin egen fjernstyrede bil, som de gerne tager med ud i skoven eller på gågaden for at prøve af.

Der arbejdes bl.a. med Scratch blokprogrammering, som er en slags kode-byggeklodser, der gør det enkelt og visuelt meget nemmere at programmere, og derved kan også mindre børn finde ud af det. Der er også blevet arbejdet med elektronik, hvor man loddede og lavede et termometer med lys. Kunstig intelligens, AI, bliver der også arbejdet med og er bl.a. blevet brugt til at lave en mordgåde.

Nina er selv glad for at arbejde med Fashion-Tech og har ideer til at lave f.eks. en hættetrøje, der havde lys i hættens kant, 3D printede knapper, hvor man kunne sy bogstaver i hullerne og filtgræskar med lysende øjne med børnene.

Coding Pirates Allerød har to hold om ugen. Der er ca. 14 børn og 5-6 voksne frivillige på hvert hold, og de mødes på bibliotekets 2. sal.

- Det er et virkeligt godt lokale, hvor vi har god gulvplads til at lege på og samtidig gode sidde muligheder. Vi føler os privilegerede og godt hjulpet med det rum. Pt. mangler vi flere frivillige og har derfor et opslag på frivilligjob.dk. Der er rigtig mange børn, der gerne vil være med, og vi har derfor en venteliste. Det vil være skønt, hvis der er flere voksne, der også vil være med. En del starter med at være der med deres eget barn, men vi er også nogle, der er her fordi, det simpelthen er et fedt sted at være, siger Nina.

Ninas gode råd til andre, der overvejer at være frivillige er:

- Det gælder om at være frivillig med noget, som man selv brænder for, og så kast dig ud i det. Det er givende, og det er ikke bare ekstra arbejde. Det giver energi og glæde. Jeg har fundet nogen, der har samme interesse som mig selv, og det kan jo ellers være svært. Man lærer noget om en selv, og om hvordan man tackler ting. Der kan sagtens opstå noget uventet, men man får det jo løst, og bliver på den måde bliver man bedre til nogle ting. Glæden overstiger det, man måske ellers kan være nervøs for ved at kaste sig ud i det.

Frivillig Fordi: Walthers historie

Frivillighed som livsglæde

Walther Thomsen har været en aktiv del af Lyngs siden 1964, hvor han flyttede til byen. Oprindeligt uddannet sælger har han gennem årene involveret sig i mange forskellige frivillige projekter. "Vi var en gruppe mænd, der startede en lørdagsbar kaldet Snoppy og dannede en fødselsdagsklub, hvor vi mødtes hos den, der havde fødselsdag," fortæller Walther, der også er stærkt engageret i NGO'en Care 4 People, som hans søn har startet. Organisationen hjælper 60 familier i Zimbabwe med mad og har indsamlet op mod 100.000 kr. 12 gange. "Det er barske forhold dernede med korruption og udfordringer, især med det lokale politi," siger han. Walthers søn har også været med til at stifte Livslinien, hvilket familien er meget stolte af.



Walther er involveret i flere forskellige foreninger. Han er medlem af Ældre Sagen, mandeklubben Snoppy og 100 Mandeforeningen, der kaldes Danmarks sjoveste begravelseskasse, hvor de efterlodte får 10.000 kr., når ét af medlemmerne dør. Siden 2016 har han været frivillig i Ældre Sagen - først som kasserer, siden som formand- hvor han arbejder målrettet på at forbedre ældres vilkår.

Frivillighed har altid været en del af Walthers liv. Som 22-årig begyndte han at hjælpe sin far, der i samarbejde med Røde Kors sendte folk på ferierejser, som ikke selv havde mulighed for at tage på ferie. "Jeg kom med i administrationen og hjalp med at skaffe penge," forklarer Walther, som også på et tidspunkt stillede op til kommunalbestyrelsen med en mærkesag om bedre mad på plejehjem. "Jeg fandt på sloganet 'TAK - Tillid, Ansvar, Kompetence' som Ældre Sagen stadig bruger i dag," fortæller han stolt.

TAK - Tillid, Ansvar, Kompetence

For Walther er frivilligt arbejde lig med livsglæde. “Selvom man indimellem får en opsang, er folk generelt glade og positive,” siger han. Gennem sit engagement i Ældre Sagen har han stået bag mange aktiviteter, blandt andet tirsdagsarrangementer 32 gange om året for 100-150 personer. “Det ligger i mine gener at bidrage, og det er en stor fornøjelse, når tingene lykkes,” fortæller Wather.

En af de bedste oplevelser, Walther har haft som frivillig, er den positive forandring, han har været med til at skabe i Ældre Sagens arrangementer. “Vi har fået et stort fokus på at tage godt imod nye gæster, og bestyrelsen står altid klar ved døren for at hilse pænt,” siger han. Det har også givet stor glæde at kunne hjælpe mennesker, der har det svært. “Jeg husker en mand fra en baggård på Vesterbro, som fik mulighed for at tage med på feriekoloni – det var noget helt særligt,” siger Walther, der nu også samler pant ind til Care 4 People.

Walther håber at kunne fortsætte med at forbedre menneskers livskvalitet gennem sit frivillige arbejde. “Hvis man kan gøre noget, skal man prøve,” siger han og tilføjer, at det er både sjovt og tilfredsstillende at sætte noget godt i gang. For eksempel har han kæmpet for at sikre ordentlig mad på plejehjem, da forkogt mad ofte giver ældre madlede.

Til andre, der overvejer at blive frivillige, har Walther et klart råd: “De skal bare springe ud i det! Det er vigtigt at tilbyde sin hjælp, uanset om det er stort eller småt,” siger han.

Jeg er frivillig fordi...

... det falder mig naturligt. Mit motto er “TAK – Tillid, Ansvar, Kompetence.



Frivillig Fordi: Svavas historie

Det er ikke opgaver - men gaver

Svava spurgte sit 11-årige barnebarn: *Hvorfor tror du, jeg er frivillig? Fordi du kan lide at hjælpe andre. Hvorfor tror du, jeg kan lide at hjælpe? Fordi du bliver glad.*

Så enkelt er det faktisk for Svava Lykkegaard Hansen, der i snart 30 år har været frivillig med et hjerte, der banker for miljøhensyn og det medmenneskelige



Svava er i dag 74 år, og arbejder fortsat med bostøtte for voksne unge i eget hjem i Hørsholm kommune. Den frivillige indsats kom for alvor i gang, da daværende miljøminister Svend Auken lagde op til, at miljøindsatsen ikke kun skulle varetages af staten, men også skulle drives nedefra. Det var startskuddet til, at foreningen Grøn Guide blev etableret for ca. 26 år siden. Den har fyldt meget i Svavas liv, men indsatsen er nu rettet mere imod hjælp til de flygtninge der kommer til kommunen.

I 1993 kom der mange bosniere hertil, hvor min mand og jeg var med i den frivillige hjælp. Det gav os en række praktiske erfaringer, så da der i 2014 kom mange flygtninge fra Syrien, så tilbød vi at hjælpe. Det startede helt lavpraktisk med et depot, hvor folk donerede tøj, dyner mv. som vi kunne give videre til flygtningene, fortæller Svava.

Senere blev der via et samarbejde med Dansk Flygtningehjælp startet en fælles aften, hvor man én gang om måneden lavede mad og fik etableret et fællesskab. Der var mange unge som kom alene til landet, så det var en næsten mor-agtig kontakt, jeg fik til en del af dem, fortæller Svava.

I dag er Svavas frivillige hjælp bredt ud på en række forskellige tiltag som f.eks. onsdagscafe og lektiehjælp. Pt. er der 12 børn og enkelte voksne, der får lektiehjælp til at blive bedre til dansk og engelsk. De frivillige tager hjem til dem alt efter behov - *jeg er selv lektiehjælp for en dreng, og vi mangler i høj grad flere lektiehjælpere*, siger Svava.

Svava fortæller videre: *Sidste år fik vi et lokale på Skovvangsskolen, hvor vi har onsdagscafé klokken 16-19. Der kommer 25-30 mennesker hver onsdag, og vi er fem frivillige, der skiftes til at være der. Omkring 10 forskellige nationaliteter mødes for at lave mad og lære hinanden at kende.*

Jeg er engageret i det frivillige, fordi jeg ønsker at give noget tilbage. Jeg citerer gerne Pippi: "Når man er ekstra stærk, så har man en særlig forpligtigelse til at være sød ved andre.", siger Svava og smiler stort.

Det er brug for hjælp på mange niveauer og måder. Svava hjælper meget gerne med praktiske ting som, hvordan man holder en børnefødselsdag eller undgår skimmelvækst på badeværelset. Men der er også brug for hjælp til jobsøgninger og hjælp til at navigere i det danske system. F.eks. da et par fra Afghanistan fik problemer, da de stoppede husleje-betalingen. De troede ikke de skulle betale husleje, når de havde betalt depositum svarende til tre måneders husleje, og den slags misforståelser opstår nemt.

Svavas råd til andre der kunne tænke sig at komme i gang med at hjælpe andre er:

Prøv at komme ned i onsdagscafeen på Skovvangsskolen. Det behøver ikke være aftalt og planlagt. Man må bare gerne dukke op. Og er du ung, så er der mange unge, der vil være glade for at lære dig at kende. Det behøver ikke at være en kæmpe tidsindsats man investerer. Man kan hjælpe på mange niveauer og med meget forskelligt tidsforbrug. Man får så mange gode ting retur. I starten tænkte jeg det som opgaver - men det er gaver man får.

Frivillig Fordi: Vinnies historie

Vi deler de sjove og alvorlige sider af livet

Vinnie Thomassen fik et varmt kram fra en 84-årig kvinde, der var så glad for den berigende oplevelse det var for hende at være sammen med andre, der delte hendes store interesse for at male. Unge og ældre inspirerede hinanden, og det skabte sådan en begejstring, at det udløste et spontant kram til Vinnie, som var en af dem der var med til at starte KulturBanken i Lyngby for ca. 3 år siden. Det er noget af det KulturBanken kan.



KulturBankens målgruppe spænder fra børn til pensionister, og der gennemføres mange aktiviteter på tværs af generationerne. Vinnie der nu er formand i KulturBanken fortæller, at det var lokale Lyngby-kunstnere, der fik ideen til at starte foreningen, da de manglede et udstillingssted.

-Jeg og andre tænkte, at der også var behov for andre ting end "kun" kunst og fik derfor lyst til at indgå i arbejdet. Vores grundtanke er: Er man medlem, kan man frit komme med ideer – og så gør vi, hvad vi kan, for at skaffe det, der bliver efterspurgt, uanset om det er strikke-, sy- eller tegnehold, fluebinderi osv. Fx har vi nu en gruppe, der laver kryddersnapse. Jeg spurgte, om der var andre interesserede og nu mødes vi nogle gange årligt og deler viden og smagsprøver.

- Det handler om at mødes med andre om fælles interesser. Jeg kan godt lide at interagere med andre mennesker og jeg bruger en del tid på at skaffe foredragsholdere eller undervisere og bruger gerne mit eget og andres netværk flittigt. Med den brede målgruppe har KulturBanken også en bred vifte af aktiviteter. Det foregår også gerne i samarbejde med andre f.eks. biblioteket, erhvervsforeningen og LUI.

-Vi holder f.eks. Halloween-arrangementer for over 100 mennesker i samarbejde med erhvervsforeningen, hvor vi har krea-workshops og græskarudskæring, sminkeværksted og løbeholdet "Run and Fun" med poster i byen ved de udsmykkede huse.

KulturBanken afholder foredrag og workshops. Det kan f.eks. være aktiviteter som knytning, crepepapirblomster og forskellige tegne- og malekurser. Vi opfordrer folk, der er erfarne til selv at melde sig som undervisere. KulturBanken er funderet i Lynge, men alle der bor i kommunen kan være medlemmer.

Vinnie har i de seneste 16 år været engageret i frivilligt arbejde i forskellige foreninger. Hun er f.eks. også med i kirkestrik i Præstegårdslængen ved Lynge Kirke og var med til at kirkebasaren blev genindført, Kirkestrik fik indsamlet ca. 7000 kr. ved at sælge hjemmestrik, småkager og marmelade til gavn for menighedsplejekassen, der bl.a. står for julehjælp.

Udover at være knyttet til KulturBanken er Vinnie også næstformand i Ældre Sagen Allerød. -Jeg opsøgte selv Ældre Sagen, da jeg gerne ville hjælpe til i denne forening. I Allerød er der 96 frivillige ledere i Ældre Sagen – og jeg synes, de gør et virkelig flot stykke arbejde for alle deltagerne i de forskellige aktiviteter i Ældre Sagen Allerød.

Vinnie er ikke i tvivl om hvad det frivillige job giver hende:

-Det giver mig masser af glæde – især glæden ved at se andre have det godt og blive hjulpet. Vi oplever også glæde på tværs af generationer, for eksempel når en far begejstret siger: Se hvor glad og stolt min søn er, når hans drage flyver højt op i luften ved vores drageevent til Lynge Byfest. Vi griner meget og deler både de sjove og de alvorlige sider af livet. Det er også betydningsfuldt for mig at være med til at formidle vigtig information, som for eksempel om fremtidsfuldmagter.

-Mit gode råd til andre der gerne vil vær frivillig er at prøve tingene af. Jeg har selv prøvet at gabe over for meget på en gang. Prøv én ting ad gangen og mærk efter, om det føles rigtigt, før du engagerer dig dybt. Det er generelt en god idé at stikke fingeren i jorden og se, hvad det er for et miljø man er havnet i. Men har du overskuddet og lysten til at være frivillig, så vil du helt sikkert komme til at gøre en forskel for andre.

Frivillig Fordi: Faruks historie

Nyt perspektiv på hverdagen

Faruk Kilic er 46 år og bor i Allerød med sin kone og tre børn. Siden 2001 har han drevet familievirksomheden Nord-anic A/S, som specialiserer sig i overfladebehandling af plast med metal.



Udover sit arbejde er Faruk dybt engageret i frivilligt arbejde. Han har i mange år været aktiv hos Natteravnene i Allerød, og han sidder desuden i bestyrelsen for både Ungdomsskolen og Frivilligcenter Allerød. Derudover er han også politisk aktiv.

Frivillighed har været en fast del af Faruks liv, siden han var ung. "Det giver mig et andet perspektiv på hverdagen at hjælpe andre," siger han. Faruk nyder at skabe relationer med mennesker fra forskellige baggrunde. "Jeg møder folk, jeg ellers ikke ville have stiftet bekendtskab med, og det beriger mig." Han har ikke et præcist tal på, hvor længe han har været frivillig, men anslår det til at være mellem 10 og 20 år.

"Nogle gange har jeg selv fundet en organisation, der fangede min interesse, andre gange er jeg blevet spurgt, om jeg ville hjælpe," fortæller Faruk. Udover sit formelle frivillige arbejde har han blandt andet deltaget i indsamlinger for Skleroseforeningen.

Frivilligt arbejde giver mig en dybere forståelse af både mig selv og verden omkring mig," forklarer han. Faruk oplever, at han lærer meget om andres livssituationer – noget han ellers ikke ville have mulighed for. "Man giver noget af sig selv, men man får lige så meget igen. Det er en gensidig udveksling." Han føler, at hans overskud smitter af, og det giver ham energi at møde nye mennesker.

Trods en travl hverdag som selvstændig formår Faruk at balancere sit frivillige arbejde med familielivet. "Det gør mig til et mere tilfreds og gladere menneske at kunne bidrage. Det gavner både mig selv og lokalsamfundet."

Når han ser tilbage på sine erfaringer, har Faruk svært ved at fremhæve én oplevelse. "Når man er åben og engageret, møder man så mange fantastiske mennesker," siger han.

Faruk håber, at hans indsats kan gøre en forskel. "Selv små ting kan betyde noget for lokalsamfundet," siger han.

Han opfordrer alle til at tage springet og blive frivillige. "Det er bedre end at sidde foran fjernsynet hele aftenen. Meld dig til noget – du vil få det bedre af det." Han nævner også, at man kan finde frivillige muligheder via jobportaler for frivilligt arbejde.

"Jeg er frivillig, fordi jeg gerne vil gøre en forskel," afslutter Faruk.

Vil du gerne være frivillig?

Kontakt Frivilligcenter Allerød på 6057 9220
eller skriv til info@frivilligcenter-alleroed.dk



Følg med på

Web: www.frivilligcenter-alleroed.dk/

Facebookgruppe: Søg Frivillighed og Medborgerskab (FOMA)

Facebookside: www.facebook.com/frivilligcenter3450

Instagram: www.instagram.com/frivilligcenteralleroed

Frivillig Fredag

