BØRSKATALOG 2019

INDHOLD

Deltagerliste 3
Praktisk hjælp 4
Rådgivning, foredrag, kurser 7
Lokaler og materialer 10
Aktiviteter og oplevelser..... 12

For hver af de fire kategorier finder du en side med
VI TILBYDER
og
VI ØNSKER

TID OG STED

Mandag den 23. september 2019 kl. 17-19.30

i Tanken på Gimle

Helligkorsvej 2, 4000 Roskilde

gimle

PROGRAM

16.50	Dørene åbner: Indskrivning
17.20-17.30	Velkomst ved Frivilligcenter Roskilde og BørsBoss Kasper Bæk
17.30	BørsBossen ringer med klokken: Børsen åbner
17.30-18.30	BØRS
18.30	Børsbossen ringer med klokken: Børsen lukker
18.30-19.30	Traktement og netværk
19.30	Farvel og tak

Roskilde FrivilligBørs
- sammen kan vi mere

DELTAGERLISTE

Alzheimerforeningen
Birgit Gedionsen
Bedsteforeningen
Boligselskabet Sjælland
Byens hus Roskilde
Catrine Hovgesen
Coding Pirates Roskilde
Coremoderators
Danieltryl A/S
DGI Midt og Vestsjælland
Fjordglimt Cafe og Kulturhus
Foreningen for børn med angst
Frivilligcenter Roskilde
Headspace Roskilde
Hjernesagen
INSP!
Jyllinge Boxing Team
Jyllinge Minigolf Klub
Kanal Roskilde
Knud Thirup
KulturCosmos
Lions Absalon, Roskilde
Maria Møllerstrøm Mikkelsen
Mødrehjælpen
Parkinsonforeningen, Sjællands Østkreds
Roskilde Aikido Klub
Roskilde Festival
Roskilde Square og Line Dance klub
Roskilde Teater
Spejderhagl - rytmisk a capellakor
Team NIBO Kørestolsdans
Træning og Sundhed, Roskilde Kommune
TVC Advokatfirma
Ungdommens Røde Kors Roskilde
Værestedet Senior Vest
Ældre hjælper Ældre Roskilde
Aaben Dans - SWOP festival

Roskilde FrivilligBørs
- sammen kan vi mere

PRAKTISK HJÆLP

4

VI	TILBYDER
Birgit Gedionsen	Madlavning, projektorganisering
Hjernesagen	Musik - underholdning - viser
INSP!	Hjælper folk i gang med projekter/events, tilbyder sparring til dette
Knud Thirup	Besøgsven = f.eks. ledsagelse under byture
Maria Møllerstrøm Mikkelsen	Praktisk hjælp til diverse arrangementer
Værestedet Senior Vest	Åbent hus tirsdage og fredage Møllehusvej 118, 4000 Roskilde (Program der)
Ældre hjælper Ældre Roskilde	Kontakt til frivillige og info om vor forening

Roskilde FrivilligBørs
- sammen kan vi mere

PRAKTISK HJÆLP

VI	ØNSKER
Alzheimerforeningen	Frivillige til arrangementer for mennesker med demens og deres pårørende
Byens hus Roskilde	Frivillige til events
Coding Pirates Roskilde	Design af folder til at få flere frivillige
Frivilligcenter Roskilde	Handymænd/-kvinder til Tinghuset
Fjordglimt Cafe og Kulturhus	Koordinering og styring af frivillig arbejde og grupper.
Headspace Roskilde	Hjælp til at lave en kort video
Headspace Roskilde	Hjælp til at sprede budskabet om Headspace --> have flyers liggende i din butik/forening
INSP!	Hjælp til at opsætte loftlamper
INSP!	Frivillige til vores cafe
INSP!	Hjælp til tekniske reparationer, fx symaskiner
INSP!	Frivillige som vil sy muleposer
INSP!	En havemand til at klargøre haven til vinter
Jyllinge Boxing Team	Praktisk hjælp til afholdelse af DM i November i Jyllinge
Jyllinge Minigolf Klub	Trykning af plakater
Lions Absalon, Roskilde	Hjælp til gennemførelse af aktiviteter
Team NIBO Kørestolsdans	Fotograf/klub til at tage billeder af kørestolsdans til fx et arrangement eller vores træning
Træning og Sundhed, Roskilde Kommune	Frivillige til mandefællesskaber, Fortæl for Livet og Lær at tackle-kurser
Ældre hjælper Ældre Roskilde	Frivillige til at håndtere vore eksterne aktiviteter
Aaben Dans - SWOP festival	Frivillige til SWOP - International dansefestival: Værtskab for og guidning af de udenlandske kunstnere og publikum
Aaben Dans - SWOP festival	Frivillige til SWOP - International dansefestival: Afviklingen af selve festivalen
Aaben Dans - SWOP festival	Frivillige til SWOP - International dansefestival: Teknisk assistance/“hands”/runnere og en række andre praktiske ting
Aaben Dans - SWOP festival	Frivillige til SWOP - International dansefestival: PR, distribution og markedsføring

Roskilde FrivilligBørs
- sammen kan vi mere

FOTOS FRA FRIVILLIGBØRS 2017

Gør det nemt!

- Udklædning
- Uniformer
- Logoer
- Hatte

Så er det nem-
mere at finde den
rigtige forening!

RÅDGIVNING, FOREDRAG, KURSER

VI	TILBYDER
Alzheimerforeningen	Foredrag om at rejse med demens
Bedsteforeningen	Oplæg om Bedsteforeningen
Birgit Gedionsen	HR - konflikthåndtering, samtaleteknik, jobformidling, kompetencetilpasning
Boligselskabet Sjælland	Sparring ift. indsatser og aktiviteter i udsatte boligområder
Byens hus Roskilde	Bare Spørg - om vigtige emner, I bestemmer hvilket emne
Catrine Hovgesen	Mindfulness
Coding Pirates Roskilde	Foredrag om hvad børn der normalt ikke går til fritidsaktiviteter får ud af at gå til Coding Pirates.
Coremoderators	Online konflikthåndtering
Frivilligcenter Roskilde	Samarbejde om kurser og/eller netværk i Tinghuset
Frivilligcenter Roskilde	Kursus: Brug sociale medier strategisk og effektivt
Foreningen for børn med angst	Vi tilbyder forældre rådgivning, foredrag og kurser
Headspace Roskilde	Sparring om rekruttering af frivillige.
Headspace Roskilde	Sparring på motivering af frivillige.
Headspace Roskilde	Sparring på håndtering af frivillige (internt i organisationen).
Headspace Roskilde	Oplæg om sårbare frivillige og den svære samtale
Headspace Roskilde	Oplæg om headspace og unges problematikker
Headspace Roskilde	Sparring på foreningens sociale medier (evt. strategi)
Kanal Roskilde	Kanal Roskilde producerer lokal-tv om Roskilde og omegn, fx om foreninger
Roskilde Aikido Klub	Vi kan både tilbyde lokale-samarbejde og kurser/aikido-workshops for skoler, andre foreninger etc.
Roskilde Festival	Sparring om udvikling af frivillighed - fra strategi til handling
Team NIBO Kørestolsdans	Foredrag om det at danse i kørestol efter at være blevet skadet og kørestolsbruger, finde livsglæden igen, udfordringerne som kørestolsbruger

Roskilde FrivilligBørs
- sammen kan vi mere

RÅDGIVNING, FOREDRAG, KURSER

8

VI	TILBYDER
Træning og Sundhed, Roskilde Kommune	Oplæg om sundhedstilbud
Træning og Sundhed, Roskilde Kommune	Input til hvordan man kan lave politikker, der understøtter tobaksforebyggelse
Træning og Sundhed, Roskilde Kommune	- Oplæg om hvordan kronikere kan få et bedre liv
TVC Advokatfirma	Rådgivning, foredrag og kurser inden for bl.a. selskabsret, fast ejendom, lejeret og ansættelsesret.
Ungdommens Røde Kors Roskilde	Rådgivning til afholdelse af events og store arrangementer
Værestedet Senior Vest	Bladudgivelse og vedtægter og styring
Ældre hjælper Ældre Roskilde	2 dages kursus i stolemotion for borgere i eget hjem

Roskilde FrivilligBørs
- sammen kan vi mere

RÅDGIVNING, FOREDRAG, KURSER

VI	ØNSKER
Boligselskabet Sjælland	Sparring på erfaringer med følgeordninger/fritidsguider
Byens hus Roskilde	Kursus i frivilligledelse
Danieltryl A/S	Kurser omkring SoMe
Headspace Roskilde	Oplæg om psykiske diagnoser
INSP!	Søger oplægsholdere til 'Ledige med drive', blandt andet i forhold til ledelse
Jyllinge Boxing Team	Marketing af DM, finde sponsorer, finde frivillige, finde leverandø-rer
Parkinsonforeningen, Sjællands Østkreds	Samarbejde med relevante foreninger vedr. initiativer til synliggø-relse af neurologmangel
Team NIBO Kørestolsdans	Sparring/hjælp til markedsføring Hjælp til at rekruttere nye medlemmer
Værestedet Senior Vest	Rejseforedrag med billeder/film. Underholdning sang, musik, Ud-flugtsmål i nærmiljø
Ældre hjælper Ældre Roskil-de	Hvorledes kommer vi i kontakt med ressoursestærke frivillige

Roskilde FrivilligBørs
- sammen kan vi mere

LOKALER OG MATERIALER

VI	TILBYDER
Boligselskabet Sjælland	Idrætsbiblioteket (idrætsudstyr), den rullende idrætsbibliotek, lokaler i boligområderne
Byens hus Roskilde	Lån af lokale til mindre møder eller offentlige almennyttige arrangementer
DGI Midt og Vestsjælland	Vi har lokaler der kan lånes/lejes
Headspace Roskilde	Udlån af lokaler
INSP!	Medborgerhus med plads til at idéer bliver til produkter, oplevelser og aktiviteter, vi har instrumenter, træværksted, metalværksted
INSP!	Stor whiteboard-tavle
Jyllinge Boxing Team	Har Baunehøjskolen og Spraglehøj
Jyllinge Minigolf Klub	Mødelokaler
KulturCosmos	Lokaler
Roskilde Aikido Klub	Stort lokale (ca 100 m2) med faldmåtter, derudover omklædningsrum, bad, toiletter, samt (spise-)køkken med rude til det store lokale. Kan anvendes efter aftale med Roskilde Aikido Klub.
Værestedet Senior Vest	Møllehusvej 118, 4000 Roskilde
Ældre hjælper Ældre Roskilde	Vi udstyrer evt. frivillige med diverse materialer vedr. stolemotion

Roskilde FrivilligBørs
- sammen kan vi mere

LOKALER OG MATERIALER

VI	ØNSKER
Bedsteforeningen	Lokaler til oplæg
Byens hus Roskilde	Lån af printer (plotter) til A1 og A0-plakater
Catrine Hovgesen	Lokaler til afholdelse af mindfulness
Headspace Roskilde	Sjove og hyggelige lamper
Headspace Roskilde	Indendørs stueplanter
Headspace Roskilde	Nye blomster til vores krukker udenfor
INSP!	Søger lamper
Roskilde Festival	Lokaler til møder - gerne i grønne omgivelser
Roskilde Teater	Lokaler til afvikling af smalle teaterforestillinger
Spejderhagl - rytmisk kor	Hjælp til trykning af plakater og foldere
Team NIBO Kørestolsdans	Marketingsmateriale som fx plakater, flyers, annoncer, skilt og
Træning og Sundhed, Roskilde Kommune	Lokaler hvor vi kan afholde stress-kurser i naturskønne omgivelser
Ungdommens Røde Kors Roskilde	Lokaler til møder og aktiviteter - og store lokaler til afholdelse af Juleaften event d. 24. december.
Værestedet Senior Vest	Økonomiske tilbud, §79 etc

Roskilde FrivilligBørs
- sammen kan vi mere

AKTIVITETER OG OPLEVELSER

VI	TILBYDER
Boligselskabet Sjælland	En række boligsociale aktiviteter for forskellige målgrupper, ligesom vi kan fungere som platform for rekruttering af nye brugere.
Byens hus Roskilde	Rundvisning i Byens hus Roskilde inkl. historien om bygningerne
Byens hus Roskilde	Demokrati Fitness - 30 minutters øvelse i demokratiets vigtige færdigheder som empati, uenighed og kompromis
Danieltryl A/S	Jeg tilbyder magisk nærvær og minder
DGI Midt og Vestsjælland	Diverse events
Hjernesagen	spille på instrumenter og synge
Jyllinge Minigolf Klub	Spil på rigtige minigolfbaner
Kanal Roskilde	Har du en god historie - som privatperson eller forening - så kontakt Kanal Roskilde på info@kanalroskilde.dk
Roskilde Aikido Klub	Selvforsvarskurser, Bliv bevidst om din krop, Prøv Shiatsu
Roskilde Teater	Teaterforestillinger for alle
Spejderhagl - rytmisk a capellakor	Koroptræden
Team NIBO Kørestolsdans	Danseopvisning med mulighed for at prøve 2-3 timers undervisning i kørestolsdans
Værestedet Senior Vest	Se vores blad og program
Ældre hjælper Ældre Roskilde	Vi tilbyder særdeles meningsfyldt kontakt til ensomme borgere der har behov for motion og socialt samvær.
Aaben Dans - SWOP festival	Deltage i festivalens events, se danseforestillinger, workshops, aktiviteter, fester mm.

Roskilde FrivilligBørs
- sammen kan vi mere

VI	ØNSKER
Boligselskabet Sjælland	Alle, der ønsker at lave aktiviteter i boligområderne, der fremmer tryghed og trivsel, vil vi meget gerne 'lege med'.
Byens hus Roskilde	Iværksættere eller netværk, der gerne vil teste deres "produkt" inden for mad, lys, sundhed, musik og andet
Headspace Roskilde	En headspace-Roskildesang
Headspace Roskilde	(Sociale) aktiviteter til frivillige
Headspace Roskilde	Alternative steder at have samtaler med unge i "det offentlige rum", fx café, museer etc.
INSP!	Fortælleraften eller strikkeworkshop - kun fantasien sætter grænser
Jyllinge Boxing Team	Event motionstræning i klub på Margrethes Skolen
Jyllinge Boxing Team	Event med firma
Jyllinge Boxing Team	Deltagelse til DM
Jyllinge Minigolf Klub	Besøg af kor, musikere, foredrag
Lions Absalon, Roskilde	Hjælp til udfindelse af nye aktiviteter med et humanitært sigte/mål
Mødrehjælpen	Ønsker til udflugtsmål
Maria Møllerstrøm Mikkelsen	Kendskab til foreningsverdenen
Roskilde Teater	Potentielle spillesteder
Spejderhagl - rytmisk a capellakor	Koncertaftaler med foreninger eller privatarrangementer
Værestedet Senior Vest	Foredrag, underholdning, udflugter, gerne tilgang af unge på 65 -70 der kan administration og computer på praktisk niveau.

Roskilde FrivilligBørs
- sammen kan vi mere

AFTALER — HVAD GØR VI?

Når I laver en aftale på FrivilligBørs, udfylder begge parter sammen dette aftaleskema (udleveres på dagen).

For begge parter (A og B) skal I notere:

- Navn på forening/firma
- Kontaktpersons navn, tlf. og e-mail

Desuden:

- Kort beskrivelse af aftalen
- Hvornår aftalen gennemføres
- Hvem der har ansvaret for den første kontakt (A eller B)
- Hvornår der skal være taget kontakt

Når I har udfyldt skemaet i fællesskab, afleverer I det til en af børsnotarerne, som godkender aftalen. Begge aftalepartnere vil få en kopi af aftaleskemaet.

Når aftalen er godkendt, går I over til Aftalevæggen og skriver en post-it-seddel til at sætte op (bare med de to forenings-/firmanavne).

Roskilde FrivilligBørs
- sammen kan vi mere

Aftaleskema 2019

Udfyldes af børsnotar
Aftale nr.

Når skemaet er udfyldt i fællesskab, afleveres det til børsnotarerne, der godkender aftalen og laver en kopi til begge parter.

Aftalepartner A (firma/forening/institution/person)

Kontaktperson | Telefon | E-mail

Aftalepartner B (firma/forening/institution/person)

Kontaktperson | Telefon | E-mail

Kort beskrivelse af aftalen

Aftalen gennemføres i følgende periode

Ansvar for første kontakt (A eller B) | Kontakt senest (dato)

Underskrift aftalepartner A | Underskrift aftalepartner B

FRIVILLIGCENTER ROSKILDE

Jernbanegade 21A, 4000 Roskilde • Tlf. 21 16 90 26 • E-mail: frivilligcenter@roskilde.dk

Roskilde FrivilligBørs
- sammen kan vi mere

SAMARBEJDSPARTNERE

Vi siger tak til følgende for hjælp til planlægning og afvikling af FrivilligBørs 2019:

FrivilligBørs 2019 arrangeres af Frivilligcenter Roskilde i samarbejde med initiativgruppen bag Frivilligugen FU39, som består af:

- Roskilde Festival
- Frivilligcenter Roskilde
- Byens Hus
- KulturCosmos
- INSP!

Tak til Erhvervsforum for udlån af BørsBoss Kasper Bæk

FRIVILLIGCENTER
ROSKILDE

Frivilligcenter Roskilde er et videns- og vækstcenter for foreningslivet og det frivillige sociale engagement i Roskilde Kommune. Centret har til formål at skabe gode rammer for en mangfoldig frivillig social indsats. Derfor arbejder vi med at støtte, udvikle og - på forskellig vis - fremme det frivillige initiativ til fordel for mennesker med behov for hjælp.

Frivilligcenteret har omkring 140 frivillige sociale foreninger som medlemmer og betjenes i det daglige af et sekretariat drevet af få ansatte samt nogle frivillige.

Frivilligcenteret yder fem former for hjælp til foreninger og borgere:

- Foreningsservice af praktisk og konsulentmæssig karakter
- Formidling af frivillige til foreningerne
- Projektbistand til opstart af nye projekter
- Information til borgerne om foreningslivets muligheder og mulighederne for at blive frivillig
- Dannelse af netværk mellem foreninger om fælles interesser og projekter

Frivilligcenteret arbejder for dialog, erfaringsudveksling og netværk på tværs, fordi vi tror på, at alle får noget ud af at lade sig inspirere af andre.

FRIVILLIGCENTER
ROSKILDE

Jernbanegade 21a • Tlf. 2116 9026 • frivilligcenter@roskilde.dk