

### Støt som medlem

Hvis du ikke lige har tid eller lyst til at blive frivillig, er det selvfølgelig helt i orden. Men du kan overveje at blive medlem og på den måde støtte vores arbejde.

Det koster 75 kroner om året. For det får du vores blad, Ung Trivsel, der udkommer 4-6 gange årligt, ligesom du bliver inviteret til flere af vores arrangementer og får rabat på bøger og merchandise.

Et medlemskab giver dig selvfølgelig også demokratiske rettigheder. Du kan deltage i årsmøder – både lokalt og nationalt, og stille op til bestyrelsen, hvis du har lyst til det.

Først og fremmest er medlemskabet dog at betragte som en støtte til Ventilen. Jo flere, der melder sig ind og på den måde slutter op om vores arbejde, jo lettere har vi ved at nå igennem til andre. Det gælder både over for politikere, fagfolk og økonomiske bidragsydere.

Hvis du vil vide mere om, hvordan man bliver medlem - eller hvis du vil melde dig ind med det samme, så klik ind på:  
[www.ventilen.dk/medlem](http://www.ventilen.dk/medlem)



*Ventilen afholder hvert år sin nationale ensomhedsdag, hvor der er aktiviteter i alle landets Ventilbyer.*

Hvis du overvejer at blive frivillig i et af vores mødesteder, så kontakt din lokale Ventil og hør nærmere. Telefonnummer og mailadresse kan du se på [www.ventilen.dk](http://www.ventilen.dk). De frivillige fortæller dig mere om tilbuddet, og du kan fortælle om dig selv, og hvad du kan byde ind med.

Du kan selvfølgelig også læse mere på vores hjemmeside – ligesom du er velkommen til at kontakte Ventilen Danmark - enten på telefon 70 208 308 eller mail: [info@ventilen.dk](mailto:info@ventilen.dk).



**WWW.VENTILEN.DK**  
Vi har lyst til dig!

# Har du lyst...?

**ANSVAR - SELVUDVIKLING -  
KONFLIKTHÅNDTERING - HJÆLPE  
ENSOMME UNGE - SAMTALETEKNIK  
- PRESSEARBEJDE - FRIVILLIGT  
ARBEJDE - PROJEKTLEDELSE -  
HYGGE - KOMPETENCEUDVIKLING  
- NETVÆRK - DREVET AF UNGE -  
FUNDRAISING - EVENTS  
- SJOV...**





## Bliv FRIVILLIG I VENTILEN

...Og vær med til at hjælpe de mange unge, der føler sig ensomme. Vi driver mødesteder for unge, der har svært ved at få venner, og som måske ikke har haft et netværk i flere år. Alle mødestederne drives af unge frivillige – og hvis du har overskud og lyst til at engagere dig, kan du være med.

### Hvad får du ud af at være frivillig?

Som frivillig får du et stort ansvar, som vi forventer, du lever op til. Det er de frivillige, der sørger for at mødestedet er åbent og er et rart sted at være.

Men med ansvar og opgaver følger også udvikling. Du får mulighed for at arbejde med projektledelse, PR-arbejde og kommunikation – og vi tilbyder kurser og uddannelse i alt fra samtaleteknik til kassererpost.

Derudover bliver du en del af en engageret gruppe unge frivillige, som gør en forskel for andre unge. Og som selv er med til at forme og udvikle organisationen.

### Hvilke krav stilles der til dig?

At være frivillig i Ventilen kræver, at du har overskud og tid til at arbejde ulønnet omkring 25 timer om måneden. Derudover skal du være mellem 18 og 30 år, da arbejdet i mødestedet bygger på en ung-til-ung-tilgang. Du må i øvrigt ikke være færdiguddannet inden for det sociale, pædagogiske eller psykologiske område.

### Kurser og kompetencer

De unge, der kommer i mødestederne kan være indadvendte, generte og have svært ved at tale med andre. Men nogle af dem fylder også en masse – og taler løs, så snart de opdager, at du lytter. Din rolle som frivillig opgave er at skabe nogle trygge rammer, hvor de kan folde sig ud. Du skal kunne håndtere både konflikter, alvorlige samtaler og helt almindelig hygge.

Derfor kommer alle nye frivillige på et grundkursus, hvor de lærer om samtaleteknik, konflikthåndtering og de andre metoder, vi bruger i Ventilen. Derudover er der rig mulighed for at deltage på øvrige kurser – og alle frivillige modtager jævnlige supervision ved en uddannet psykolog, så vi sikrer, at der bliver taget hånd om alle spørgsmål og problemer.

Det er ikke kun arbejdet med de unge, der stiller krav til vores frivillige. Hele opgaven med at drive Ventilen og holde styr på alt fra vagtplaner over økonomi til pressearbejde og rekruttering, bliver også løftet af de frivillige. Ventilen Danmark tilbyder kurser – og har et sekretariat og flere nationale udvalg, hvor man kan hente hjælp – så opgaverne er til at gå til. Men dem skal du også have lyst til at løse. Hvis du har det, er vi til gengæld en organisation, hvor der ikke er lang vej fra idé til projekt.

Alle disse ting behøver du ikke at mestre fra dag et. Vi forlanger blot, at du har lyst og overskud til at blive en del af projektet – så sikrer vi rammerne for, at du kan udvikle dig selv, dit CV og dine kompetencer.

*Ventilen er et privat initiativ og finansieres gennem offentlige og private fonde.*

*Ventilen har ingen tilknytning til religion, partipolitik eller lignende.*



### National frivillig

Som frivillig får du også mulighed for at engagere dig i Ventilen Danmarks arbejde. Ventilen har mødesteder over hele landet, og alle vores medlemmer og frivillige udgør tilsammen landsorganisationen.

Det betyder dels, at materialer og kurser er fælles for hele landet, og at vi har mulighed for at arrangere nationale sommer- og weekendture for både de frivillige og de unge fra mødestederne.

Men det betyder også, at der er mulighed for at engagere sig i det nationale arbejde. Vi driver nemlig ikke kun mødesteder i Ventilen. Vi arbejder også aktivt på den socialpolitiske scene. Vi udgiver bøger, afholder konferencer og samarbejder med forskere. Og vi samarbejder med fagfolk og andre organisationer om stort og småt.

Alle disse initiativer er også drevet af frivillige – og hvis du synes det kunne være spændende at diskutere socialpolitik, at være med til at lave vores blad eller foldere som denne – hvis du har input til kompetenceudvikling af de frivillige – eller bare har lyst til at arrangere gode events. Så kontakt os endelig. For så er der fin mulighed for, at det er lige dig, vi mangler i et af vores udvalg eller arbejdsgrupper.

*Ventilen har fire grundlæggende værdier, som afspejles i alt, hvad vi laver: Udvikling, ansvar, nærvær og tillid*