

## Kunne du tænke dig at være nogen at tale med? - så er det netop dig, vi leder efter!

**headspace Aalborg** søger nye frivillige, der sammen med os, ønsker at gøre en forskel for børn og unge og at være nogen at tale med!

**Hvad er headspace?** headspace er et anonymt og gratis rådgivningstilbud for børn og unge i alderen 12-25 år. Det vigtigste i headspace er, at ingen kan gå forkert og intet er for stort eller småt. Hos os er det den unge, der bestemmer, og det er den unges tanker og udfordringer, der er i fokus.

### Frivillige med forskellige kompetencer

Vi ser en styrke i mangfoldighed og har derfor brug for frivillige med mange forskellige baggrunde

- Du kan være studerende på en relevant socialfaglig uddannelse (f.eks. pædagogik, psykologi, socialrådgiver etc.).
- Du kan have forladt arbejdsmarkedet som sundhedsplejerske, læge, lærer, sygeplejerske etc., men vil gerne bruge dine erfaringer og kompetencer - og du savner at tale med unge mennesker.
- Det kan også være, at du har egne erfaringer og nu er et sted i livet, hvor du er klar til at omsætte disse erfaringer i mødet med andre unge, der måske står i lignende situationer.
- Det kan også være, at du bare brænder sindssygt meget for at gøre en forskel for andre og kan se dig selv i et rådgivningstilbud som headspace.

### Vi søger primært frivillige til:

- **Ungerådgivning** i form af personlige samtaler, telefoniske samtaler eller mailkorrespondancer.
- **Formidlingsopgaver** – herunder oplæg på skoler og uddannelsesinstitutioner, workshops med forskellige ungegrupper, deltage ved forskellige events mv. Vi har herunder også brug for frivillige, som selv har været igennem en svær periode og har mod på at gennemgå et **formidlingskursus**, hvor man lærer, at formidle sin personlige historie.

### Vi forventer af dig:

- at du er god til at lytte og brænder for at hjælpe unge på deres præmisser.
- at du påtager dig gennemsnitlig 12 timers arbejde hver måned, foruden deltagelse i frivilligmøde og supervision.
- at du har mulighed for at være tilknyttet headspace i minimum et år - af hensyn til de unge.
- at du deler din tvivl og dine overvejelser med dine kollegaer og kan tage imod feedback og sparring.

### Hvad får du som frivillig i headspace?

- Et spændende frivilligt arbejde, hvor du gør en forskel for unge, som har brug for nogen at tale med.
- Undervisning, sparring og supervision fra en bred vifte af fagligt stærke profiler.
- Styrkede sociale og faglige kompetencer og en dybere indsigt i unges udfordringer og trivsel.

### Hvad gør jeg nu?

Hvis du ønsker at blive en del af vores team så tilmeld dig vores infomøde **torsdag d. 11. april kl. 16-17** på Borgergade 6 og send en ansøgning til [aalborg@headspace.dk](mailto:aalborg@headspace.dk) senest **mandag d. 22. april**.

Du finder et ansøgningskema her: <https://www.headspace.dk/frivillig/saadan-bliver-du-frivillig>

Der er introweekend **d. 25. og 26. maj fra kl. 10-16** – begge dage i Aalborg.

Ønsker du flere informationer, eller har du yderligere spørgsmål, så kontakt endelig centerchef Line Brix Madsen på telefon: 53 61 04 87

**Vi glæder os til at møde dig!**