

Oversigt over relationsskabende aktiviteter på ældreområdet

Besøgsven:

Samvirkende Menighedsplejer tlf. 36 46 66 66

Røde Kors tlf. 38 33 64 00

Ældre Sagen: Gå-med-venner og besøgsvenner er ledet af Lise Parnow. Kontaktinfo tlf 3339 3162, sohu@aeldresagenfrb.dk

Telefonvenner:

Ældresagens ÆldreTelefon Tlf: 82820300, mandag-fredag kl 9.00-15.00

Røde Kors Enkelt-aktiviteter (flyer)

Andet modersmål end dansk

Foreningen Verdens kvinder i Danmark, står bag projektet 'Besøg på modersmål', som er støttet af Fonden Ensomme Gamles Værn. <https://besoegpaamodersmaal.dk/index.html>

Biografklub:

<http://www.toveklubben.dk/>

Demens

Demenskoordinatorer for pårørende grupper og ægtepar-grupper: 28985504

Pårørende grupper; demens: <http://sund.frederiksberg.dk/nyheder/er-du-paaroeerende-til-en-der-er-ramt-af-demens>

Demenscafé Hjerterum på Søster Sofies Minde (med kørsel) tlf. 2230003 (Martha) Ældre Sagen.

"Kultur og Kaffe" Netværksgrupper for personer med demens, Cecilie tlf. 30738063. mail: cmo@frederiksborgmuseerne.dk

Frivillighed

Frivillig jobbank Frb: <http://frivillighed.frederiksberg.dk/node/133>

Hjemmeside om frivillige på FRB.: <http://frivillighed.frederiksberg.server003.b14cms.dk/goer-en-forskel>

Bedsteordning i institutioner: 38210037

Elderlearn <https://www.elderlearn.dk/>

Følge-ordninger

Gå-med-ven Ældresagen, Lise Parnow; tlf. 3339 3162, sohu@aeldresagenfrb.dk

"Følge med ven" via Danske seniorer

Følgeven til psykisk sårbare: <https://foelgeven.dk/>

Håndarbejde:

Strikkecafé i garnforretning på Christian Winters vej

Nørkledamerne i Domus Vista og i Dalgas have.

Sy og strik i kvarterhuset, Karen Gram 21330959

Giv rum/Diakoniststiftelsen: <https://www.diakonissestiftelsen.dk/nyheder/rummet-der-bliver-ved-at-give>

IT-support

Ældre Sagen: 70101006

It-café på Frederiksberg Hovedbibliotek: <https://fkb.dk/itcafe>

Aftenskoler

<https://www.frederiksberg.dk/borger/fritid-og-oplevelser/aftenskoler-og-daghojskoler>

Klubber

Stormly

Mødestedet - Den brogede verden

Frb. Seniorklub

OK-Den Gule Villa

"Sct. Joseph seniorcenter" i Griffenfeldsgade

Ældre Sagen

Mænds Mødesteder

Domus-klubben: <http://domusvistainfo.dk/domus-klubben/>

For borgere med anden etnisk baggrund: <http://www.muhabet.dk/om-muhabet-2/>

Den gule_kulturcafé: Mødes 3. onsdag i måneden kl. 14-16 i KU-BE. Div. oplæg, sang m.v.

Nordens Have: Byhave ved Nordens Plads <http://www.nordenshave.dk/>

Perlen: Klub for b.b´ere ved Brevduebanen (gymnastik, kaffe og banko)

Stjernen: klub for b.b´ere i Stjernen (spisefællesskab mv.)

Danmarksgården, Vodroff Tv.gade, Seniorklub for beboerne i nr 3-5

Udflugter

Røde Kors Turtjeneste

<https://hovedstaden.drk.dk/detgorvi/faellesskaber-for-seniorer/turtjenesten/>

Kirkerne

Motion

Liste med motionstilbud på Frederiksberg: <https://sund.frederiksberg.dk/motionskort>

eller via <https://bevaegdigforlivet.frederiksberg.dk/aktiviteter-seniorer>

Webmotion – et virtuelt træningstilbud i samarbejde med Senior samfit

Gå-buddies: <http://frederiksberg.diabetes.dk/index.php?page=frederiksberg-gabuddies>

Motionsven ved Ældresagen (deltager eller som frivillig):

<https://www.aeldresagen.dk/lokalafdelinger/frederiksberg/hjaelp-og-vejledning/sociale-tilbud/motionsven>

Musik

Klassisk musik:

Fællesskab og koncert: <http://niensaloner.dk/>

Opera Frederiksberg: <https://operafrederiksberg.dk/>

Opera-fællesskab og opera-rejser: http://kulturkompagniet.com/_/Velkommen.html

Konservatoriet: <https://www.dkdm.dk/Det-sker/Koncerter>

Metronomen: <https://metronomen.frederiksberg.dk/kalender>

Div. Kor

Særligt for mænd

VOC Aktivitetscenter i Valby

Mandemad i Samvirkende Menighedsplejer: Eva Christoffersen

E-mail: ec@menighedsplejer.dk Telefon: 26 89 06 27

Mænds Mødesteder: <https://www.mmdanmark.dk/frederiksberg/forside/>

Herreværelset: En mandegruppe i Ældresagen

Motion for aktive mænd (310.18) - Ældresagen

Værkstedsløppen i Loppeshoppen. <https://www.diakonissestiftelsen.dk/givrum>

Netværksgrupper:

Frederiksberg museerne

Akademiet for den 3. alder: <http://www.a3a-akademiet.dk/>

Spise-fællesskaber:

Samvirkende Menighedsplejer

Ældre Sagen Howitzvej 1, Tlf. 22512721. Husk der er mulighed for kørsel til suppeaften og søndagscafeen. Dette oplyses på kontoret ved tilmelding.

"Frokostpausen" i Røde Kors på Nordre Fasanvej (med kørsel)

Paraplyen

Plejhjemmene

Røde Kors: Madvenner

Telefonkæde:

Tryghedsopkald Røde Kors. 38336400

OK's telefonservice (lukket i juli måned) Tlf.nr. 31 21 40 36

Tryghedsopkald (Ældremobiliseringen og Pensionistklubben Stormly) Tlf.nr. 38 34 73 04

Ældresagen, Tryghedsopkald, Tlf.nr. 33 25 37 62

Andet:

Samarbejde med Boblberg.dk.

En borger-til-borger platform, hvor borgerne kan slå bobler og "søge om" fællesskaber med andre.