



Initiativer under COVID-19 pandemien 20-01-2021

Oversigten er udarbejdet i samarbejde mellem Frivilligcenter Tønder og Sundhedsafdelingen, Tønder Kommune
Tilføjelser til oversigten kan meddeles til Ute Mammen på tlf. 60 24 73 00 eller Kirsten G. Nissen, tlf. 21 52 39 29

Område	Forening/ initiativ	Kontaktoplysninger	Aktivitet	Målgruppe
Digitalt fællesskab og mødested				
Hele landet	Boblberg.dk	www.boblberg.dk	<p>Mangler du nogle at dele dine interesser med? Så kan Boblberg.dk måske hjælpe dig videre med at skabe nye fællesskaber.</p> <p>Boblberg er en online platform, hvor man kan møde ligesindede, som også leder efter nye venner og fællesskaber.</p> <p>Boblberg.dk samarbejder med kommuner og foreninger.</p>	Alle personer som er 15 år eller derover
Hele landet	Boblberg og Røde Kors SnakSammen	https://boblberg.dk/Snaksammen	<p>Røde Kors og Boblberg tilbyder alle i Danmark et digitalt "besøg".</p> <p>SnakSammen er en snak mellem to mennesker. En frivillig samtaleven fra Røde Kors og dig. I kan snakke om alt og I kan se hinanden, mens I snakker.</p> <p>Samtalerne varer 15-30 minutter og du kan booke tider i de tidsrum, der passer dig bedst.</p>	Alle kan deltage

Område	Forening/ initiativ	Kontaktoplysninger	Aktivitet	Målgruppe
For børn				
Hele landet	BørneTelefonen - ring, chat, sms eller skriv et brev og få hjælp	https://bornetelefonen.dk/ Eller tlf. 116111	Du kan ringe eller skrive til os- vi er klar til at lytte og hjælpe. Vælg selv, om du vil have hjælp af en voksen eller andre børn. Du er altid 100 % anonym.	Børn
Telefontjenester				
Hele landet	Ældre Sagen Ældretelefonen	Tilmelding på www.aldretelefon.dk Eller ring til tlf. 82 82 03 00 (Telefonen er åben hverdage kl. 9-15)	Ældretelefonen – Få eller bliv telefonven. Som udgangspunkt er I telefonvenner, så længe coronakrisen står på i Danmark.	Alle kan deltage, du skal bare være fyldt 18 år – uanset om du ringer op, eller er den, der modtager opkaldet.
Hele kommunen	Selvhjælp Sydvest	Selvhjælp Sydvest Dagligleder Heidi Borum Ortega Tlf. 22 44 25 00 mail@selvhjaelpsydvest.dk	- Ring, SMS eller e-mail os, hvis du har brug for nogen at tale med. - Mulighed for videosamtaleforløb - Chat med os mandag kl. 19.00-21.00 via Facebook (25.1 / 1.2).	Alle borgere
Højer	Højer Lokal Ældregruppe	Karen B. Thomsen Tlf. 30 31 79 56 karenbeatricethomsen@outlook.dk	Daglige tryghedsopkald	Pensionister
Løgumkloster	Telefontjernen i Løgumkloster v. Ældre Sagen	Christa Pedersen Tlf. 74 74 33 68 arnaa@stofanet.dk	Daglige tryghedsopkald	Pensionister
Skærbæk	Telefontjenesten i Skærbæk v. Røde Kors/Ældre Sagen/Skærbæk Seniorer	Ingelise Nissen Tlf. 21 64 11 89 ingelise6780@outlook.dk	Daglige tryghedsopkald	Pensionister

Område	Forening/ initiativ	Kontaktoplysninger	Aktivitet	Målgruppe
Toftlund - Agerskov	Telefontjenesten v. Ældre Sagen Toftlund-Agerskov	Holger L. Sørensen Tlf. 29 65 37 62 julius1949@hotmail.com	Daglige tryghedsopkald til pensionister. Demensbesøgende, ringer til demenspårørende.	Pensionister
Indkøbsordninger				
Løgumkloster, Bredebro, Skærbæk	Ældre Sagen Løgumkloster – Bredebro - Skærbæk	Løgumkloster: Elin Andersen tlf. 24 21 00 57 Bredebro: Mona Fabricius tlf. 23 26 18 63 Skærbæk: Johannes Thysen tlf. 20 46 48 44	Hjælp til indkøb. Det er alene indkøberen, som foretager indkøbet.	Gangbesværede og svagelige ældre, der ikke selv er i stand til at klare transport og indkøb. Pris pr. indkøb er kr. 38,-
Toftlund/ Agerskov	Ældre Sagen	Holger L. Sørensen Tlf. 29 65 37 62 Julius1949@hotmail.com	Hjælp til indkøb, hvor én handler til én.	Handicappede, gangbesværede og svagelige ældre, der ikke selv er i stand til at klare transport og indkøb
Hele landet	REMA 1000 Hjælp til indkøb og udbringning af fødevarer	https://shop.rema1000.dk/om-vigo	Borgere hjælper hinanden med indkøb. Varen bestilles på REMA1000's hjemmeside og udbringes af hjælpssomme borgere.	Alle med behov for hjælp
Brug for hjælp				
Hele kommunen	HOME-START Familiekontakt Tønder	HOME-START Familiekontakt Tønder Lokalkoordinator Rikke Okkels Tlf. 42 43 79 10 toender@home-start.dk www.toender.home-start.dk	Fortrolige samtaler. Individuelle aftaler om mulige aktiviteter.	Alle familier med mindst et barn under 7 år. Herunder også familier, der venter sit første barn.

Område	Forening/ initiativ	Kontaktoplysninger	Aktivitet	Målgruppe
Hele kommunen	Frivilligcenter Tønder	Tlf. 60 24 73 00 Frivilligcentertoender@gmail.com	<p>Telefoncafé Et tilbud for alle med behov for en snak.</p> <p>Aktuel bistand til foreninger og støtte til enkeltpersoner via tlf. og via digitale medier.</p> <p>Tilbud om fællesspisninger for unge i hele kommunen en gang ugentligt. Ring til tlf. 60 24 73 00.</p> <p>Lektiehjælp til børn/unge - fortrinsvis Tønder by ved Ann-Britt Garlov tlf. 31 65 87 09</p>	Alle med behov for hjælp og støtte
Hele kommunen / landsdækkende	Røde Kors Parat Corona Hjælpenetværket	Tlf. 35 29 96 60 Telefonen er åbne fra kl. 10-14 på hverdage og lukket i weekenderne samt på helligdage. Du er også velkommen til at skrive til: parat@rodekors.dk	Røde Kors Parat – Et hjælpenetværk af mennesker, der er klar til at hjælpe andre her og nu. Få f.eks. hjælp til: <ul style="list-style-type: none"> • Indkøb • Hundeluftning • Pakke- og medicin afhentning • Andre praktiske gøremål i forbindelse med sygdom og indlæggelse 	Alle med brug for hjælp og borgere, der ønsker at hjælpe
Landsdækkende	Dansk Folkehjælp	Tlf. 70 22 02 30 post@folkehjaelp.dk Vi er klar til at besvare spørgsmål alle hverdage fra kl. 8.30-16 – fredag fra kl. 8.30-13.30.	Indkøb, medicin afhentning, praktisk hjælp i hjemmet, madudbringning.	Akuthjælp til blinde og svagtseende , idet Dansk Folkehjælp har lavet en landsdæk-

Område	Forening/ initiativ	Kontaktoplysninger	Aktivitet	Målgruppe
				kende aftale med Dansk Blinde- Samfund

LANDSDÆKKENDE HJÆLPEINDSATSER: (Oversigten er hentet fra FRISES hjemmeside <https://www.frise.dk/corona>)

[Røde Kors Corona Hjælpenetværk](#)

[Ældre Sagens Ældretelefon](#)

[Det Nationale Sorgcenters psykologiske hotline](#)

[Headspace national hotline](#)

[We.care psykologrådgivning](#)

[Red Barnet](#)

[Kræftens Bekæmpelses gruppe; Alene sammen – i corona-isolation](#)

[Ungdommens Røde Kors; CoronaVenner](#)

[Natteravnene: Fællesskabslinjen](#)

[Oversigt over forskellige handicaporganisationers corona-sider](#)

[RådgivningsDanmark](#)

[Mødrehjælpens Akutlinje](#)

[Nefos Støttende Samtaler](#)