

Tænk I over muligheden for at yde en ekstra indsats på det sociale område, og har I en CSR strategi, der kunne trænge til et konkret tiltag?

Så er det måske relevant at blive en del af Silkeborg Business' mentorkorps.

Silkeborg Business er partner i det store program *Flere i Fællesskaber*, hvor lokale virksomheder i samarbejde med det offentlige, civilsamfundet og forskere arbejder på at få flere ud af ensomhed og ind i fællesskaber.

Ifølge den seneste sundhedsprofil fra 2021 er andelen, der føler sig ensomme, 13 % i Silkeborg Kommune. Coronapandemien har øget forekomsten af ensomhed. Og andelen - som føler sig ensomme - er markant større blandt unge og voksne, som ikke er i arbejde eller under uddannelse.

Se den korte film med direktøren for Silkeborg Business Anders Killmann Petersen og borgmesteren Helle Gade der taler om, at vi skal hjælpe hinanden med at få det tal ned: <https://jyskebank.tv/faellesskaber-modvirker-ensomhed>

Silkeborg Business' mentorkorps er tilknyttet to ungetilbud i Silkeborg – *HUSRUM* og *Come Together*.

Kom og hør mere om mentoropgaven på Det Gamle Rådhus den 27. september kl. 16-17.30.

Program

- kl. 16. Velkomst v. Direktør Anders Killmann Petersen
- kl. 16.10 Ledelse med hjertet - om også at have en social bundlinje v. Koncern Direktør Peter Damkjær PFP
- kl. 16.30 Hvorfor er vi blevet hjertevenner/ har indgået et mentorskab?
 - Om at være frivillige og give et kærligt puf i ryggen v. Eva Lindegaard Hansen, forretningsudvikler hos ELO Digital Nordic og frivillig i HUSRUM
 - Om at have brug for støtte til at klare udfordringer og finde sin vej v. Niklas ung i HUSRUM og tidligere matchet i et hjertevenskab
 - Et mentorskab v. Nina tidligere mentee i Come Together og Lisbeth Gasbjerg, mentor i Come Together
 - Om at være mentor i Come Together v. Gert Lerche, tandlæge og mentor i Come Together
 - Spørgsmål og dialog
- kl. 17.15 Praktiske aftaler mens vi nyder en sandwich
- kl. 17.30 Farvel og tak

Lidt om HUSRUM og Come Together

Hvad er HUSRUM?

HUSRUM Silkeborg er et frivilligt tilbud til unge 16 – 30 årige unge, der føler sig ensomme. Udover ensomheden er flere af de unge udfordret af diagnoser som angst, depression, autisme eller ADHD. De unge står ofte uden for arbejdsmarkedet eller uddannelse, har et lille eller ikke noget netværk og føler sig isoleret fra det ungeliv, de oplever andre lever.

I HUSRUM bliver de unge mødt i et ligeværdigt fællesskab med frivillige, der står for sociale aktiviteter, samtalegrupper og hjerteven-skaber.

Et hjerteven-skab er en givende relation mellem to mennesker

Hjerteven-skaber kalder vi også "et kærligt puf i ryggen" eller "en voksenven for voksne". De unge, der søger en hjerteven leder efter en god og tryk relation til et voksent menneske. Eller som Mikkel, der er ung i et hjerteven-skab siger; *"Det er rart at møde en voksen, der har lidt mere ro og ved lidt mere om livet"*.

Som frivillig hjerteven er du en stabil voksen ven til en ung 16 – 30-årig, som befinder sig i en sårbar situation. I et hjerteven-skab mødes I om fælles interesser og gode snakke. Du er en god ven, når livet for den unge nogle gange kan være rigtig svært og andre gange er fyldt med glæde.

Du er ikke behandler og skal heller ikke erstatte et familiemedlem – derimod kommer du som et frisk pust og gode råd til at klare de udfordringer, som livet byder på.

Som i ethvert andet ven-skab, har I nogle gange meget kontakt og ses ofte, i andre perioder måske mindre kontakt.

Dét er jeg slet ikke uddannet til!

Og det behøver du heller ikke være. Du skal være dig, den voksne at støtte sig til og nogle gange få et kærligt puf af. Eller som vores frivillige hjerteven Eva siger det:

"Jeg har hele tiden sagt, at det her er en almindelig relation, og at jeg ikke ser mig selv som den, der skal løse Rebekkas problemer, behandle hendes lidelser eller på anden vis være terapeutisk. Jeg er bare en ven som alle andre, og som kan lægge øre til, hvis hun har brug for det".

Du skal være dig selv

Og hvis du alligevel synes, det bliver en tung opgave, at være en del af et sårbart ungt menneskes liv, står vi til rådighed med introduktion til opgaven, introkursus til vores organisation, sparring undervejs i jeres ven-skab, kurser og supervision ved vores psykolog. Fordi vi ved, at alle relationer kan være svære og udførende men også enormt givende, når vi bliver bekræftet i, at vi gør en stor forskel for et andet menneske.

HUSRUM er en del af foreningen Jysk børneforsorg og har afdelinger i Silkeborg, Horsens, Viborg og Aarhus. I hver by har vi en ansat koordinator, der står for samtaler med både dig og den unge, matching og opfølgning med jer og ikke mindst løbende sparring.

Mere om HUSRUM

<https://www.husrum.dk/hjerteven/>
[Søndag den 15. maj 2022 – 19:30 | TV2 ØSTJYLLAND \(tv2ostjylland.dk\)](https://www.tv2ostjylland.dk)

Hvad er Come Together?

I Come Together matcher vi sårbare unge mellem 15 og 30 år med en ressourcestærk voksen, der har tid og energi til at hjælpe en ung et skridt videre i livet.

Det kan være en ung, som har problemer med ensomhed, er psykisk sårbar eller måske har et misbrug bag sig. Fælles for de unge, som bliver en del af Come Together, er, at de har brug for støtte og en stabil relation at læne sig op ad.

Som mentor i Come Together hjælper du en ung med at komme et skridt videre i livet

Som mentor for en ung i Come Together er du en stabil og meningsfuld relation i den unges liv. Du hjælper den unge med at få øje på egne ressourcer og kompetencer, deler ud af dine egne livserfaringer og støtter den unge i øget selvstændighed og til at få et større selvværd, der giver den unge mod til at stå på egne ben.

Du mødes med den unge et par gange om måneden i minimum et halvt år, typisk omkring en fælles interesse eller til en gåtur, hvor I snakker om det, der fylder for den unge. Det er dog helt op til jer, hvad I har lyst til at lave, når I er sammen.

Det helt rigtige match er omdrejningspunktet i Come Together

Vi lægger et stort arbejde i at lave det rigtige match mellem dig og den unge, så vi sikrer en god og meningsfuld relation for jer begge. Vi kigger bl.a. på fælles interesser og selvfølgelig på kemien imellem jer. Og så gør vi meget ud af at afstemme forventninger, når vi matcher, så både du og den unge føler jer klar til at indgå i den nye relation.

Som mentor i Come Together klædes du godt på til opgaven gennem samtaler med vores matchmakere. Desuden tilbydes alle mentorer et aftenkursus. Og har du behov for at vende noget i relation til den unge, eller bliver du bekymret undervejs, kan du altid få fat i os.

Alle matchmakere i Come Together har en socialfaglig baggrund og mange års professional erfaring med at støtte sårbare unge. Disse erfaringer kommer i spil, når de matcher. Vi følger desuden op på alle match efter 1, 3, 6 og evt. 12 måneder, for hele tiden at sikre et godt mentorforløb.

Vi søger dig, der...

Vi søger dig, der har tid, energi og ikke mindst lyst til at gøre en forskel for en sårbar ung. Du skal ikke have en bestemt baggrund for at blive mentor i Come Together. Det du skal, er at have lyst til at tale med den unge, om det der fylder, dele ud af egne livserfaringer og støtte den unge i at træffe nogle valg, der får dem et skridt videre i livet. Så lover vi til gengæld, at du får en meningsfuld og givende relation til et ungt menneske - og gør en forskel.

Come Together er en del af Fonden for Socialt Ansvar, der også tæller indsatser som Natteravnene, Bydelsmødre m.fl. Vi har mange års erfaring med at skabe bæredygtige frivillige sociale indsatser, der gør en forskel for de målgrupper, vi arbejder med. Come Together har lige nu afdelinger i Silkeborg, Horsens, Odder, Skanderborg og Favrskov.

Mere om Come Together

[Bliv mentor i Come Together Danmark - YouTube](#)

[Mentorskab i Come Together Danmark - YouTube](#)