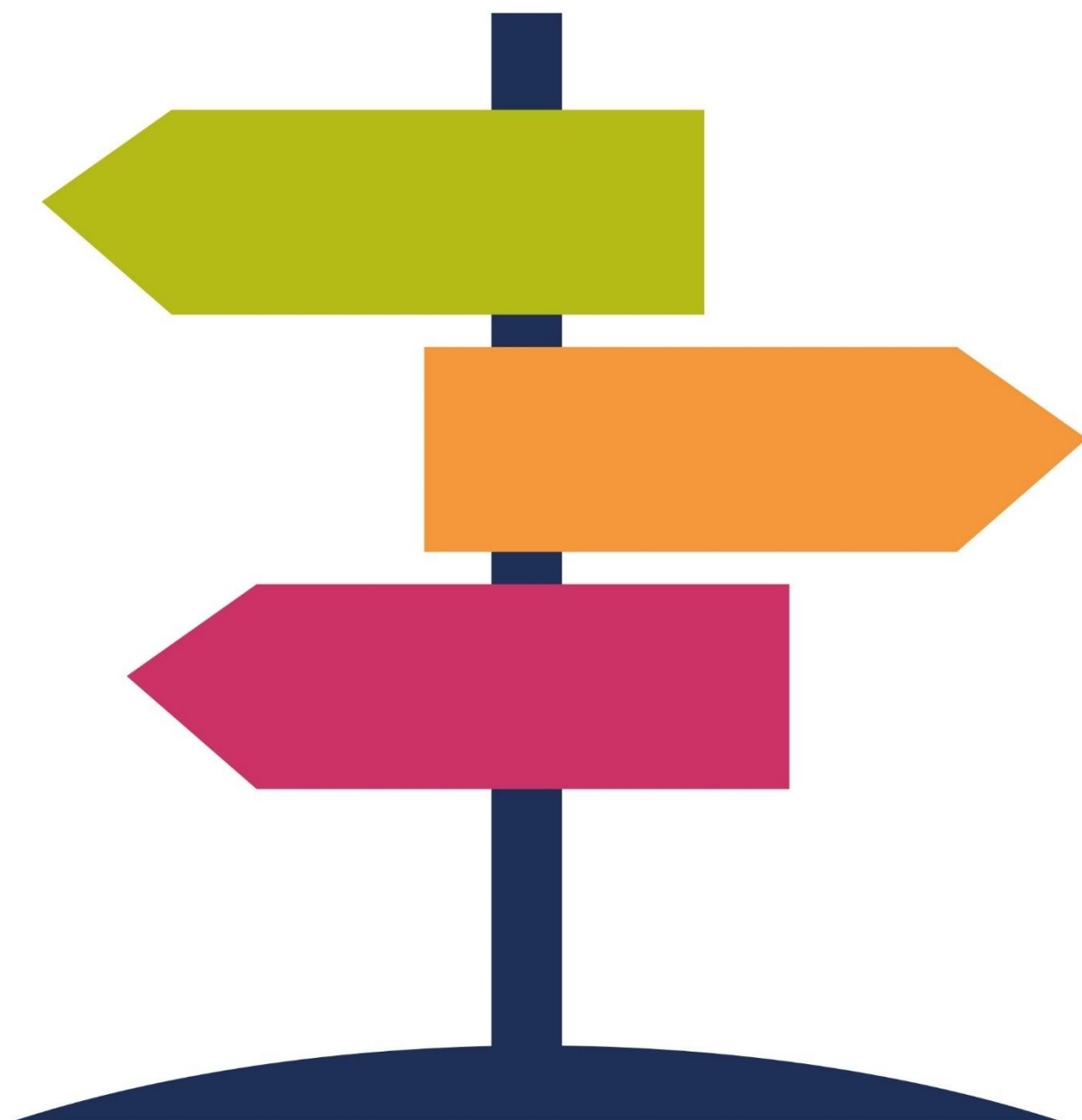




SOCIAL VEJVISER

Guide til den frivillige
sociale verden i
Hjørring kommune



Frivilligcenter Hjørring udgiver Social Vejviser. Her videregives oplysninger om frivillige sociale foreninger, rådgivninger, mødesteder og meget mere.

Vi får ikke det hele med. Ligesom der vil være kontaktoplysninger, åbningstider og tilbud, som ændres kort efter udgivelsen. Derfor er Social Vejviser et kig ind i den frivillige sociale verden og ikke et færdigt overblik.

I Frivilligcenter Hjørring kan du få hjælp til at blive frivillig eller finde et fællesskab indenfor den frivillige sociale verden.

Til en start vil jeg foreslå vi mødes, så vi med udgangspunkt i dine ønsker sammen kan finde relevante muligheder. Ringer du på forhånd, kan vi lave en aftale, så jeg har god tid når du kommer.



Jeg glæder mig til vi mødes!

Thomas Hovaldt, koordinator
Frivilligcenter Hjørring

Tlf. 22 87 00 82



Indhold	Side
Frivilligcenter Hjørring	5
Hjørring Kommunes Frivillighedspolitik og Frivillighedspuljen	5
Center for Frivilligt Socialt Arbejde	5
Frivillighedens Huse og Forsamlingsbygningen	6
Selvtræning	7
Frivilligjob – <i>Volunteering</i>	7
Frivillige på Hjørring Kommunes ældrecentre og aktivitetscentre	7
Den Blå Sociale Café	8
Social Sundhed	8
Børns Voksenvenner	9
Home-Start	9
Natteravnene	9
Skolens Venner	9
Besøgstjenester	10
Tryghedsopkald	11
Rådgivning og selvhjælp i Hjørring	11
Landsdækkende rådgivninger og samtalelinjer	14
Ældre Sagen, Danske Seniorer, Ældre Hjælper Ældre mv.	19
Humanitære organisationer med lokalafdeling	21
Mødesteder. Væresteder. Dagtilbud. Netværk mv.	23
Bekæmp madspild	26
Genbrugsbutikker	26
Patientforeninger og handicaporganisationer med lokalafdeling	29

Mange yder en imponerende frivillig indsats til gavn for mennesker, lokalsamfund og samfundets sammenhængskraft. Der er også mange, som ikke er aktive i den frivillige verden.

Spørger man dem, hvorfor de ikke er frivillige, er svaret ofte: fordi jeg ikke er blevet spurgt!

**HUSK AT SPØRGE DIN NABO, MENNESKER I KØEN I
SUPERMARKEDET, KOLLEGER, VENNER...**

Der er altid brug for flere gode kræfter i den frivillige verden. Og der er mange gode oplevelser til alle, der har lyst til at være frivillige!

Ønsker du indblik i de mange muligheder i den frivillige sociale verden i Hjørring kommune, er du velkommen til at kontakte Frivilligcenter Hjørring. Det må du også gerne opfordre andre til:

Venlig hilsen Thomas Hovaldt, koordinator Frivilligcenter Hjørring

Tlf. 22 87 00 82 • Mail: thomas@frivilligcenterhjoerring.dk



Gustav Strøm Ottesen



Jytte og Jørgen



Gurli Kirkedal



Arne Dørup

**Læs lokale frivilliges fortællinger om det at være med
i den frivillige sociale verden i Hjørring kommune**

Frivillige FORTÆLLER

Find serien på Frivilligcenter Hjørrings hjemmeside:

www.frivilligcenterhjoerring.dk

Frivilligcenter Hjørring



Østergade 9, 9800 Hjørring

Tlf. 22 87 00 82 og mail: thomas@frivilligcenterhjoerring.dk
<https://www.frivilligcenterhjoerring.dk>

Frivilligcenter Hjørring er med til at understøtte, koordinere og udvikle det frivillige sociale felt og alle med engagement og interesse indenfor området er velkomne til at bruge frivilligcentret. Besøg Frivilligcenter Hjørrings hjemmeside, facebookside, eller kig indenfor i Østergade 9 i Hjørring.

Frivilligcenter Hjørring er medlem af landsorganisationen FriSe:
Frivilligcentre og Selvhjælp <https://frise.dk/>



Hjørring Kommunes Frivillighedspolitik og Frivillighedspuljen

Gennem Frivillighedspuljen yder Hjørring Kommune støtte til frivillige sociale indsatser. I Frivilligcenter Hjørring hjælper vi gerne med at skrive ansøgningen.

Følger du linket, kan du læse mere om Hjørring Kommunes Frivillighedspolitik samt Frivillighedspuljen og finde såvel administrationsgrundlag som det elektroniske ansøgningsskema:

<https://hjoerring.dk/borger/sundhed-og-sygdom/frivilligt-socialt-arbejde/>

Center for Frivilligt Socialt Arbejde



Tlf. 66 14 60 61

<https://frivillighed.dk/>

Center for Frivilligt Socialt Arbejde er et landsdækkende videns-, kompetence- og udviklingscenter indenfor det frivillige sociale felt. Her kan du blandt andet få mange relevante oplysninger om foreningsarbejde og gode kursustilbud.

Frivillighedens Huse og Forsamlingsbygningen



Tovholder Gurli Kirkedal

Tlf. 72 33 55 31 eller 41 22 55 31 og mail: gurli.kirkedal@hjoerring.dk
<https://hjoerring.dk/borger/aeldre/aktiviteter-plus60-aarige/frivillighedens-huse/>

Et tilbud fra Hjørring Kommune, som giver gode rammer for mange frivillige sociale tilbud og tiltag.

Aktivitetshuse og aktivitetsklubber

Frivillighedens Huse er i alt 12 huse/lokaler i forskellige lokalområder, hvor man kan mødes om kreative, fysiske og sociale aktiviteter. Aktivitetshusene og aktivitetsklubberne er et tilbud til alle pensionister og efterlønnere samt til frivillige sociale organisationer, foreninger og netværk i Hjørring kommune.

- Aktivitetshuset Lønstrup
- Aktivitetshuset Poulstrup
- Aktivitetsklubben Tornby
- Aktivitetsklubben Løkken
- Aktivitetsklubben Tirsdagsklubben Hjørring
- Aktivitetsklubben Cathrinegården Hjørring
- Solskinsklubben Hjørring
- Aktivitetsklubben Smedegården Bindslev
- Aktivitetsklubben Solgården Sindal
- Aktivitetsklubben Vestergården Lendum
- Mosbjerg Aktivitetsklub
- Forsamlingsbygningen Hjørring

Forsamlingsbygningen, Østergade 9, 9800 Hjørring

Forsamlingsbygningens Café tilbyder alle hverdage varm middagsmad, smørrebrød, lune retter, rundstykker og hjemmebagt kage til kaffen. Den varme mad kan købes fra kl. 11.30 – 13.00

Caféens åbningstider:

Mandag – torsdag kl. 09.00 – 14.00. Fredag kl. 09.00 – 13.30

Lukket lørdag, søndag og helligdage.

Caféen er i juli måned åben 09.00 – 13.00, og der er lukket i uge 29 i 2026.

Ønskes fortæring i forbindelse med brug af lokaler i Forsamlingsbygningen, aftales dette med køkkenet. Bemærk, at mad og drikkevarer ikke må medbringes.

Tlf. 72 33 55 40

Udlån af lokaler i Forsamlingsbygningen, Lønstrup og Poulstrup

Kontakt tovholder Gurli Kirkedal, tlf. 41 22 55 31 og mail: gurli.kirkedal@hjoerring.dk
Du vil få mail retur med svar om lokalet er ledigt.



Selvtræning

Tlf. 41 22 55 31 og mail: gurli.kirkedal@hjoerring.dk

Et tilbud til pensionister og efterlønnere, som har behov for at vedligeholde eller styrke sit fysiske funktionsniveau. Kontakt tovholder Gurli Kirkedal for mere info.

Hjemmeside og folder: <https://hjoerring.dk/borger/aeldre/aktiviteter-plus60-aarige/frivillighedens-huse/selvtraening>



Frivilligjob

Frivilligcenter Hjørring

Frivilligcenter Hjørring tilbyder formidling af lokale frivilligjob. Det kan for eksempel være på frivilligcentrets facebookside eller ved opslag. Desuden udgives Social Vejviser, som giver indblik i de mange muligheder der er, hvis du ønsker at blive frivillig. Du er altid velkommen i Frivilligcenter Hjørring til en snak om mulighederne.

Social Vejviser finder du i en elektronisk udgave på vores hjemmeside:

<https://www.frivilligcenterhjoerring.dk/>

Papirversionen kan du få i Frivilligcenter Hjørring.

Du kan også annoncere og søge frivilligjob på landsdækkende portaler:

Frivilligjob – en landsdækkende formidling med lokal forankring i Hjørring kommune

Vil du gøre noget for andre? Vil du investere i egne kompetencer?

Vil du være en aktiv del af et værdifuldt fællesskab?

Læs mere: <https://www.frivilligcenterhjoerring.dk/find-et-faellesskab/frivilligjob>

Volunteering – the largest portal for volunteerjobs in Denmark

Her er mulighed for at komme i kontakt med ikke-dansktalende frivillige og annoncere frivilligjob.

Læs mere: <https://frivilligjob.dk/about-volunteering.html?sprog=en-GB&sprog=en-GB>

Frivillige på Hjørring Kommunes ældrecentre og aktivitetscentre

Der er mange frivillige på Hjørring Kommunes ældrecentre og aktivitetscentre. Er det her du har lyst til at være frivillig, kan du kontakte det lokale Ældrecenter eller Aktivitetscenter direkte.

Du er også velkommen til at kontakte Frivilligcenter Hjørring, hvor vi kan fortælle om de mange forskellige aktiviteter og tiltag de frivillige deltager i på ældrecentre og aktivitetscentre. Samt hjælpe med relevante kontaktoplysninger.

Koordinator Thomas Hovaldt, tlf. 22 87 00 82

Den Blå Sociale Café



Kongensgade 1, 9800 Hjørring

Tlf. 21 69 01 21 og mail: denblaasocialcafe@blaakors.dk

Facebook: <https://www.facebook.com/denblaasocialcafe>

Hjemmeside: <https://blaakors.dk/vores-arbejde/vaeresteder/den-blaa-social-cafe-i-hjoerring>

Et socialt værested med mulighed for at tale med andre, få en kop kaffe, købe mad og få støtte, hjælp og rådgivning bl.a. i kontakten med de offentlige instanser. Den Blå Sociale Café har fokus på at have små aktiviteter i gang og at have tiden til at lytte.

Åbningstider mandag, onsdag og fredag kl. 8.40 – 13.00



Social Sundhed

Tlf. 42 95 42 35

Mail: aalborg@socialsundhed.org

Hjemmeside: www.socialsundhed.org

Social Sundhed ledsager og støtter alle, der har svært ved at benytte sundhedsvæsenets tilbud.

I Hjørring er der frivillige sundhedsfaglige studerende og erfarne sundhedsprofessionelle, også kaldet brobyggere, som tager med og støtter til sundhedsaftaler. Brobyggerne hjælper med ledsagelse til lægebesøg, tandlæge, fysioterapi, skadestue, psykolog, medicin afhentning, undersøgelser og behandlinger hos speciallæge osv.

Alle kan ringe til rådgivningstelefonen, som har åbent mandag til fredag kl. 8.00 - 15.30.

Social Sundhed Nord dækker Hjørring og træffes på tlf. 42 95 42 35



Den frivillige sociale verden

– kom vær med, måske er det noget for dig...

Børns Voksenvenner



Tlf. 28 20 37 60 og mail: hjoerring@voksenven.dk
Hjemmeside: <https://voksenven.dk/>

Alt for mange børn har alt for lidt voksenkontakt. Det kan være på grund af skilsmisse, dødsfald eller sygdom og handicaps i familien. Børns Voksenvenner skaber venskaber, som gør en positiv og livsvarig forskel for disse børn.

Hjørringafdelingens hjemmeside: <https://voksenven.dk/hjoerring>
Du kan også sende sms eller indtale besked på tlf. 28 20 37 60

Home-Start



Kontakt koordinator Ditte Marie Nefer
Tlf. 60 16 75 79 og mail: hjoerring@home-start.dk
Hjemmeside: <https://home-start.dk/>
Hjemmeside lokalt: <https://home-start.dk/lokalafdeling/hjoerring/>

Home-Start tilbyder praktisk og venskabelig støtte fra frivillige familievenner til småbørnsfamilier, som mangler overskud til at få hverdagen til at hænge sammen. Alle børn fortjener den bedste start på livet.

Natteravnene

Natteravnene er med til at skabe tryghed blandt unge. De går altid tre frivillige sammen. Altid i det offentlige rum og i nattelivet, hvor der er mange unge.



Natteravnene Hjørring: Kontakt Henrik Gade Andersen
Tlf. 22 86 30 03 og mail: henrikandersen782@gmail.com
Facebook: <https://www.facebook.com/groups/1420402501545343>



Natteravnene Sindal: Kontakt Johnny Dalsgaard
Tlf. 26 79 43 33. Mail: natteravn.sindal@gmail.com; sindal@natteravnene.dk
Hjemmeside: <http://sindal.natteravnene.dk/>

Skolens Venner



Kontakt Nils-Georg Lundberg
Tlf. 22 30 72 69 og mail: nglundberg@outlook.com
Hjemmeside: <https://www.skolensvenner.dk>
Find skoler i Hjørring: <https://skolensvenner.dk/skolelisten/>

Som skoleven er du sammen med lærerne og pædagogerne med til at gøre skoledagen endnu bedre for eleverne. Arbejdet som skoleven giver dig mange gode oplevelser og en rigtig masse livsmod og livsglæde.

Besøgstjenester



Bindslev

Besøgstjenesten

Mona Jensen, tlf. 21 60 85 48. Mail: mos.45@jensen.mail.dk



Hjørring

Hjørring Kirkernes besøgstjeneste

Kirke- og Kulturmedarbejder

Rikke Bay, tlf. 92 43 09 59

eller

Kirkekontoret, tlf. 98 90 16 55

Mail: kirkekultur@catharinae.dk

Kamillus Hjørring

Besøgstjeneste for livstruende syge
og døende mennesker.

Frivilligkoordinator tlf. 23 41 30 68

Mail: kamillus.hj@mail.dk

Ældre Sagen

Karen Marie Dencker,

tlf. 29 68 06 31

Mail: k.m.dencker@has.dk



Hirtshals

Røde Kors

Karin Sørensen, tlf. 23 49 65 13

Mail: karin1949@gmail.com

Ældre Sagen

Karen Pedersen,

tlf. 40 72 22 53

Mail: kapeders@icloud.com



Løkken/Vrå

Røde Kors Besøgstjeneste / Ældre Sagen

Bente-Kirstine Aagaard,

tlf. 24 62 62 72

Mail: benaaag@rodekors.dk



Sindal

Røde Kors – besøgsven

Kirsten Aakjær Sørensen,

tlf. 29 70 91 67

Ældre Sagen – besøgsven

Inger-Lis Jensen

tlf. 40 37 78 79



Tårs menighedsråds besøgstjeneste

Edith Vaihøj, tlf. 53 60 14 22. Mail: edithvaihoej@gmail.com



Tryghedsopkald



Hirtshals

Røde Kors' telefonkæde

Karin Sørensen, tlf. 23 49 65 13



Hjørring

Ældre Sagens tryghedsopkald

Ruth Christensen, tlf. 40 25 98 56

Elin Christensen, tlf. 30 25 96 23

Ruth Vangsted, tlf. 41 62 61 94

Kamma Andersen, tlf. 40 16 61 48

Elsebeth Jørgensen, tlf. 27 28 67 99



Løkken-Vrå

Ældre Sagens telefonstjerne

Mona Berg Christiansen, tlf. 20 58 11 55

Rådgivning og selvhjælp i Hjørring



Advokatvagten

Hjemmeside: <https://www.advokatsamfundet.dk/advokatvagten>

Gratis og anonym juridisk rådgivning i Forsamlingsbygningen, Østergade 9, 9800 Hjørring. Se hjemmesiden under 'Hjørring' for åbningstider, ferielukket mv.

DepressionsForeningen Nordjylland



Projektleder Dorthe Haslund, tlf. 54 34 28 38.

Mail: Dorthe@depressionsforeningen.dk

Café HØK Aalborg: <https://depressionsforeningen.dk/sociale-cafeer/>

Facebook: <https://www.facebook.com/depnord>

Hjælp til dig berørt af depression og bipolar lidelse.

Hjælp til mennesker med depression, bipolar lidelse og deres pårørende.

Selvhjælpsgrupper i Hjørring for voksne med depression og bipolar lidelse.

Deltagelse i gruppe kræver ikke henvisning. Kontakt projektleder for aktuelle tilbud.



DRC Dansk Flygtningehjælp – Lektiecafé

Hjemmeside: <https://frivillig.drc.ngo/>

Lektiecaféen er for børn og unge i 2.–9. klasse med flugt- eller etnisk minoritetsbaggrund. Her står frivillige klar til at hjælpe med lektier og skoleopgaver, og der er både opgavebøger og spil til rådighed.

Caféen har åbent hver tirsdag kl. 16.00–18.00 i Gildesalen på Nordbovej 20A, Hjørring. Der holdes sommerferielukket fra juni til og med august.

Kontakt: Regionskonsulent Maria Rønberg. Mail: maria.roenberg@drc.ngo



Gratis rådgivning om økonomi og gæld - KFUM's Sociale Arbejde

Gældsrådgiver Marianne Jensen

Tlf. 21 62 24 54. Mail: mje@kfumsoc.dk

Hjemmeside: <https://www.kfumsoc.dk/juridisk-og-oekonomisk-raadgivning>

Marianne Jensen kan træffes på Amtmandstøften 2 i Hjørring hver mandag. Ring eller skriv for nærmere aftale.



headspace Hjørring

Amtmandstøften 2, st., 9800 Hjørring

Tlf. 81 41 74 71. SMS: Send en sms gratis til 54 54 12 45

Facebook: <https://www.facebook.com/headspacehjorring>

Et gratis frivilligbåret rådgivningstilbud til børn og unge i alderen 12 – 25 år.

Her er intet for stort eller småt – og alt foregår på de unges præmisser.

Alle kan henvende sig gratis og anonymt.

headspace har åbent tirsdag-torsdag fra 12.00-18.00.





Psykologisk rådgivning i SIND

Forsamlingsbygningen, Østergade 9, 9800 Hjørring

Tlf. 26 14 76 85

Hjemmeside: <https://sind.dk/find-sind/sind-nordjylland/sind-hjoerring>

Hjørring Lokalforening tilbyder gratis anonym rådgivning i Forsamlingsbygningen, Østergade 9 i Hjørring hver torsdag kl. 16.00 – 18.00. Husk at bestille tid først på tlf. 23 83 11 84. Rådgivningen har også tilknyttet en præst. For info om ungegruppe, aftale om bisiddere og besøgsvenner ring formand Flemming Riishøj tlf. 26 14 76 85, mail: flemmingriishoj@me.com



RAV: Rådgivnings- og Aktivitetscenter Vendsyssel

Koordinator og kontaktperson Mona Svendsen

Tlf. 29 64 40 99 eller 41 93 60 41. Mail: rav-hjoerring@hjoerring.dk

Facebook: <https://da-dk.facebook.com/projektRAV/>

For mennesker med let demens og deres pårørende. I Hjørring kommune tilbydes rådgivning i lokalerne i gågaden i Østergade 9 i Hjørring, hvor man også mødes før og efter træning mv.



TUBA Hjørring

Brinck Seidelinsgade 7A, 9800 Hjørring (indgang fra baggården)

Tlf. 40 22 83 56 / 51 28 90 88. Mail: hjoerring@tuba.dk

<https://www.tuba.dk/raek-ud/afdelinger/hjoerring>

TUBA er en terapeutisk rådgivning for unge mellem 12 og 35 år, der er vokset op i en familie med alkohol- eller stofproblemer. I Hjørring tilbydes terapi til unge mellem 12 - 24 år, uanset hvilken kommune de bor i. For unge over 24 år, tilbydes den kun til dem, som er bosat i Hjørring kommune.



Vendsyssel Seniorservice Netværk

Formand Jesper Juhl

Tlf. 21 31 30 10

Vendsyssel Seniorservice Netværk er et socialt netværk, der støtter, vejleder og hjælper seniorer, der er "farets vild" i kontakten med det offentlige.

Hør nærmere – også om ferielukning m.v. på tlf. 21 31 30 10. Mødested er Forsamlingsbygningen Østergade 9, 9800 Hjørring tirsdag kl. 09.00 – 12.00

Landsdækkende rådgivninger og samtalelinjer

Aldrig Alene

<https://www.aldrigalene.dk/>

Du er ikke alene. Ingen ung skal bære sorgen alene. Chatten er til dig mellem 13-30 år, der har mistet én, der stod dig nær – fx en forælder, søskende eller en god ven. Hos Aldrig Alene møder du et andet menneske, der selv har mistet en de elsker, en der lytter, støtter og tager dig alvorligt. Du kan sætte ord på alle de tanker, der kan være svære at sige højt andre steder. Det er intet der er for stort eller småt. Chatten er åben 24 timer i døgnet alle dage, og der svares så hurtigt, de kan.

Alkolinjen / Alkohol & Samfund

<https://alkohologsamfund.dk/alkolinjen/raadgivning>

Alkolinjen 80 200 500 - gratis og anonymt. Åbningstider:

Mandag, tirsdag, torsdag og fredag kl. 09.00-17.00. Onsdag kl. 09.00-20.00

Du er anonym, når du ringer til Alkolinjen. De kan ikke se dit telefonnummer, og du behøver ikke fortælle, hvem du er. De behandler alle oplysninger fortroligt, og Alkolinjens rådgivere har tavshedspligt.

Angst & Stress foreningen

<https://www.angststress.dk/>

Du kan stille spørgsmål og få vejledning om angst og behandling eller bare tale om det, der er svært. Voksne: tlf. 70 27 13 20. Børn, unge og forældre: tlf. 82 30 60 70
Også chat. Find åbningstider på hjemmesiden.

Anonyme Alkoholikeres Telefonvagt

Tlf. 70 10 12 24 alle dage kl. 08.00 – 24.00. Du kan også sende en E-mail på

kontakt@anonyme-alkoholikere.dk. På hjemmesiden kan du blandt andet

finde oversigt over lokale AA-møder: <https://anonyme-alkoholikere.dk/>

Anonyme Narkomaners Telefonvagt

Tlf. 70 20 01 85 alle dage kl. 18.00 – 22.00. På hjemmesiden kan du blandt

andet finde oversigt over lokale NA-møder: www.nadanmark.dk

Bedre Psykiatri

<https://bedrepsykiatri.dk/raadgivning/>

Bedre Psykiatri's professionelle rådgivere er her for at hjælpe dig som pårørende til én med psykisk sygdom. Book tid til en samtale af 30-45 minutters varighed.

Telefonnummer – til tidsbooking og korte spørgsmål: 71 74 34 91.

Åbningstid: tirsdag og torsdag kl. 10-11.



BørneTelefonen – Børns Vilkår

<https://bornetelefonen.dk/>

BørneTelefonen er din telefon! Den er oprettet for at give dig mulighed for at få gode råd eller en at snakke med – helt gratis. Alle børn og unge kan ringe til BørneTelefonen på 116 111

BørneTelefonen er åben hele døgnet – også om natten – alle dage hele året.

Du kan også chatte på hjemmesiden eller skrive sms til telefon 116 111

Børns Vilkår – ForældreTelefonen

<https://bornsvilkar.dk/det-goer-vi/foraelldretelefonen/>

Rådgivning til alle forældre og pårørende, der har spørgsmål, som omhandler børn:

tlf. 35 55 55 57. Åben mandag, torsdag og fredag kl. 09.00 – 17.00, tirsdag og onsdag

09.00 – 21.00. Lørdag lukket. Søndag kl. 09.00 – 21.00

Demenslinjen

<https://www.alzheimer.dk/faa-raad-og-hjaelp/raadgivning-og-stoettetilbud/demenslinien/>

Demenslinjen hjælper med spørgsmål om alt inden for demens: Demenssygdomme, undersøgelse og behandling, personlige spørgsmål samt sociale og juridiske forhold.

Tlf. 58 50 58 50. Telefonen er åben mandag og tirsdag 09.00 – 15.00 og torsdag kl.

09.00 – 19.00. Du kan også bestille en videosamtale med en rådgiver.

Den Sociale Skadestue Aalborg

<https://www.densocialeskadestue.dk/>

På Den Sociale Skadestue er der god tid til at lytte, støtte og vejlede. Ingen problemer er for små, og det er dig, der bestemmer, hvad der skal tales om.

Du er anonym, og der er tavshedspligt. For alle i Aalborg og Region Nordjylland.

Den Sociale Skadestue har åbent for såvel personlig som telefonisk

henvendelse fra kl. 18.00 til kl. 07.00 hele ugen, året rundt.

Adressen er Vor Frue Plads 6, 9000 Aalborg. Tlf. 98 12 32 92

DepressionsLinien

<https://depressionsforeningen.dk/depressionslinien/>

DepressionsLinien er for dig, der er ramt af depression eller bipolar lidelse eller er pårørende til en, som er det. DepressionsLinien henvender sig til alle voksne over 18 år, uanset hvor du bor i landet. Rådgivningen er gratis og anonym. Du kommer til at tale med en, som forstår, hvordan det er at være ramt af depression.

Åben mandag – fredag kl. 19-21, undtagen helligdage. Ring på tlf. 33 12 47 47

Hver onsdag kl. 17-18.30 kan du ringe på tlf. 33 12 47 47 for at tale med en

socialrådgiver. Der kan også lokalt være mulighed for selvhjælpsgrupper.



Efterladte efter selvmord

<https://efterladte.dk/>

Mail: info@efterladte.dk Kontakt tlf. 70 27 42 12. Når du ringer til dette nummer får du en telefonsvarer, læg en besked og du bliver kontaktet af foreningen så hurtigt som det er muligt.

Har du som efterladt efter selvmord brug for akut krisehjælp, skal du kontakte egen læge – eller en vagtlæge – der skal henvise dig til psykologbehandling med offentligt tilskud. Du kan også kontakte www.livslinien.dk/

Foreningen Far

<https://foreningenfar.dk>

Foreningen Far er Danmarks ældste interesseorganisation for børn og fædre samt forældre indenfor fælles forældreskab. Der er selvhjælpsgrupper, viden, online-rådgivning og rådgivningscentre. Du finder oplysningerne på hjemmesiden. Desuden www.tagdetsomenmand.dk forløb over 8 uger.

Foreningen spiseforstyrrelser & selvskade

<https://spiseforstyrrelse.dk/>

Foreningen tilbyder mange forskellige former for rådgivning. Du kan ringe til en telefonrådgivning, chatte, sms'e eller maile. Eller personlig rådgivningssamtale. Telefonrådgivningen er åben mandag og torsdag kl. 9 – 19 samt tirsdag og onsdag fra kl. 16 – 19 på tlf. 70 10 18 18. Anonym og gratis.

Fri Af Misbrug Familierådgivning

<https://friaftmisbrug.dk/>

Fri af Misbrug Familierådgivning er en uafhængig social organisation, som tilbyder gratis, anonym og omsorgsfuld landsdækkende rådgivning til voksne i og omkring børnefamilier, hvor en mor, far eller partner har alkohol- eller stofproblemer.

Rådgivningen er åben alle hverdag kl. 10.00 - 14.00. Tlf. 30 11 12 40

Du kan også sende en anonym SMS på tlf. 93 93 01 22

GirlTalk

<https://girltalk.dk>

Til alle piger mellem 12-24 år, der har brug for nogen at tale med. Blandt andet er der aften-chat fra kl. 18:30 til 24:00 de fleste dage (se ugedage).

Der findes *Girls Empower Girls* – fællesskaber for piger. Og så er der en podcast.

Hjertelinjen

<https://hjertereforeningen.dk/>

Hjertereforeningen tilbyder gratis og individuel rådgivning til dig og dine pårørende.

Hjertelinjen er åben mandag, tirsdag og torsdag kl. 09.00 – 14.00 på tlf. 70 25 00 00



Kræftlinjen

<https://www.cancer.dk/faa-raadgivning/kraeftlinjen/>

Det er gratis at ringe og alle berørt af kræft er velkomne til at ringe på tlf. 80 30 10 30.

Man kan også skrive på en chat linje, maile eller skype.

Åben hverdage kl. 09.00 – 21.00. Lørdag og søndag kl. 12.00 – 17.00

Også mulighed for at tale med diætist eller juridisk rådgivning.

Kvisten

<https://www.kvistene.dk>

Kvisten hjælper mennesker, kvinder og mænd, unge og ældre, der har været udsat for seksuelle overgreb inden man er fyldt 18 år. Her kan man få rådgivning af en terapeut, og det kan være indgangen til yderligere hjælp i Kvistens lokalafdeling i Hjørring. Telefonrådgivning hver tirsdag kl. 17 – 20 på tlf. 61 33 44 00

Lev uden vold

<https://levudenvold.dk>

Tilbyder hjælp og rådgivning i forbindelse med vold i nære relationer og vold i familien. Til både voldsudsatte, voldsudøvere og deres pårørende, samt fagpersoner. Ring på hotline 1888. Svarer hele døgnet. Der er også en anonym chat med åbningstider. Kontakt om juridisk rådgivning er mandag, tirsdag, torsdag og fredag kl. 9 - 15 samt tirsdage og torsdage kl. 18 - 21 på tlf. 31 18 44 41.

Ellers send mail til juridisk@levudenvold.dk

Livslinien – ring, skriv, chat

<https://www.livslinien.dk/>

Er du akut selvmordstruet, skal du kontakte 112.

Hvis du er i krise eller har tanker om selvmord, så sig det til nogen.

Telefonrådgivning på tlf. 70 201 201 alle årets dage kl. 11 – 05.

Du kan anonymt kontakte Livsliniens chatrådgivning alle ugens hverdage kl. 17 – 21 samt lørdag og søndag kl. 13 - 17.

Parkinsonforeningen - Parkinsonlinjen

<https://www.parkinson.dk>

Tilbyder forskellige former for telefonrådgivning. Se hjemmesiden.

Kontakt foreningen for nærmere orientering på tlf. 36 35 02 30:

mandag – fredag kl. 10.00 – 14.00

Sexlinien for unge

<https://www.sexlinien.dk/>

Besvarer spørgsmål om sex, seksualitet, prævention, abort, graviditet, køn, krop, lyst, pubertet, den første gang og så videre. Du kan få rådgivning gennem telefon, chat eller brevkasse på nettet. Telefonrådgivningen er åben mandag til fredag kl. 15.00 – 19.00 på tlf. 70 20 22 66



SINDs rådgivning

<https://sind.dk/>

SINDs rådgivning er åben for psykisk sårbare og pårørende.

Åben mandag, onsdag og fredag kl. 9 – 15. Tirsdag og torsdag kl. 10 – 16.

Lukket lørdag samt søndag og helligdage. Tlf. 70 23 27 50

Har du brug for akut hjælp, og står du i en presset situation udenfor SINDs åbningstid, så kontakt lægevagten eller den nærmeste psykiatriske skadestue.

SPORs Telefonrådgivning

<https://landsforeningenspor.dk/>

Erfaringsbaseret rådgivning for voksne med senfølger af seksuelt misbrug i barn- og ungdom. Er du berørt af senfølger af seksuelt misbrug? Eller er du pårørende til én, der er? Spors telefonrådgivning er frivillig rådgivning til mennesker, der har været udsat for seksuelle overgreb i barndom og ungdom samt deres pårørende.

Telefonen er åben tirsdage og onsdage 18-21. Ring på 30 14 03 05.

Rådgivningen er gratis og anonym.

Sorg Linjen – Det Nationale Sorgcenter

<https://sorgcenter.dk/sorglinjen/>

Ring på tlf. 70 20 99 03. Er du alene med det svære? Sorglinjen er en anonym telefonrådgivning for pårørende og efterladte unge, voksne og ældre, hvis barn, partner/ægtefælle, forælder eller søskende er alvorligt syg eller død. Her kan du hver aften fra kl. 17-21 tale med frivillige mellem 20-80 år, der alle selv har haft sygdom og død inde på livet. Der også mulighed for at chatte eller tale med unge frivillige, der har oplevet at miste en søskende. Venner, ægtefæller, kærester eller forældre er også meget velkomne til at ringe og få rådgivning om, hvordan de bedst muligt kan støtte.

Ældretelefonen – Ældre Sagen

<https://www.aeldresagen.dk/om-os/kontakt-os/aeldretelefonen>

Ældretelefonen er en samtalelinje, ikke en rådgivning. I den anden ende af røret vil du møde et menneske, der har tid og ro til at tale med dig – en der lytter, er nærværende og nysgerrig på, hvad du har på hjerte og brug for. Læs mere om Ældretelefonen på Ældre Sagens hjemmeside.

Ældretelefonen: tlf. 32 210 210. Åben mandag-fredag kl. 9-15.



Ældre Sagen

<https://aeldresagen.dk/>

Ældre Sagen i Hjørring kommune

Hanna Simonsen, tlf. 24 27 11 15

Mail: hanna.simonsen@me.com

Lokalafdeling Hirtshals

Kirsten Jespersen, tlf. 29 84 20 80

Mail: kirstenjespersen11948@gmail.com

Lokalafdeling Hjørring

Hanna Simonsen, tlf. 24 27 11 15

Mail: FM.Hjoerring.821@aeldresagen.dk

Lokalafdeling Løkken/Vrå

Bente-Kirstine Aagaard, tlf. 24 62 62 72

Mail: aagaard@okjaer.dk

Lokalafdeling Sindal

Astrid Petersen, tlf. 20 96 61 75

Mail: a.k.h.petersen@gmail.com



Danske Seniorer

<https://danske-seniorer.dk/>

Danske Seniorer Hjørring

Kai Kruchov Madsen

tlf. 22 58 27 72

Mail: kaikruchov@gmail.com

Tornby og omegns Seniorer

Jóna Olsen

tlf. 23 29 48 41

Mail: jona060549@gmail.com





Ældre Hjælper Ældre

Hjørring

Kai Kruchov Madsen

tlf. 22 58 27 72

Mail: kaikruchov@gmail.com



Øvrige Efterløns-, Senior- og Pensionistklubber

FOA Vendsyssels Seniorklub i Hjørringområdet

Formand Lillian Hansen

tlf. 31 90 13 55

Mail: aabakkevej11@has.dk

Landbrugets Seniorklub

Formand Niels Munkbak Andersen

tlf. 61 74 44 53

Mail: niels@munkbak.dk

Lendum Pensionistforening

Formand Doris Kristensen

tlf. 24 98 50 05

Mail: doris@linnerup.dk

Metal Vendsyssels Seniorklubber i Hirtshals og Hjørring

Henrik Holm Christensen

tlf. 96 22 23 24

Mail: hhch@danskmetal.dk

Onsdagsklubben Lørslev

Poul Sørensen

tlf. 98 96 33 21

Mail: poulcykel@gmail.com

3F Skagerak Pensionist og Efterlønsklub Hjørring

Hardi Brandt

tlf. 29 87 92 97

Mail: brandthardi@gmail.com

Tværfaglige Seniorer Hjørring

Formand Grethe Henriksen

tlf. 20 83 03 86

Mail: bedelund76@hotmail.dk

Tårs Seniorer

Verner Frydkjær

tlf. 21 81 05 03

Mail: av.frydkjaer@gmail.com

Vrensted Efterløns- og Pensionistforening

Mogens Mogensen

tlf. 40 17 93 18

Mail: ilm@nordfiber.dk

Humanitære organisationer med lokalafdeling



Dansk Folkehjælp

<https://www.folkehjaelp.dk/>

Dansk Folkehjælp Hjørring: Facebook

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100064808860292>

Afdelingsformand Hjørring, Jette Videnkjær, tlf. 23 46 96 60

Mail: hjoerring@afdeling.folkehjaelp.dk

Dansk Folkehjælp er en landsdækkende NGO, som arbejder for og med mennesker i socialt- og økonomisk udsatte livspositioner.

Der arbejdes med: Førstehjælp og samaritter – Frivilligt og socialt arbejde i Danmark – Nødhjælp og udviklingsarbejde.

Genbrugsbutik: se under *Genbrugsbutikker*.



Red Barnet

<https://redbarnet.dk/>

Hjørring Lokalafdeling:

<https://redbarnet.dk/vaer-med/lokalforeninger/hjoerring-lokalforening/>

Forperson Lisa H. Pedersen, tlf. 60 15 70 85

Mail: forperson.bestyrelsehig@aktivitet.redbarnet.dk

I Hjørring lokalforening hjælpes og støttes børn i udsatte positioner i lokalområdet. Det gøres ved at give børn gode, inkluderende oplevelser og nye fællesskaber, fordi alle børn har ret til en god og tryk barndom.

Der arbejdes med: Ferielejr – Familieoplevelsesklub – Forenings- og administrationsarbejde – Landsindsamlingen – Donationer.





Røde Kors

<https://www.rodekors.dk/>

Røde Kors Hirtshals: <https://www.rodekors.dk/afdelinger/hirtshals> -

Formand Jens-Arne Nielsen, tlf. 20 78 92 82

Mail: jensarnen75@gmail.com

Røde Kors Hjørring: <https://www.rodekors.dk/afdelinger/hjoerring>

Formand Torben Gade, tlf. 20 88 51 40

Mail: gade.torben@gmail.com

Røde Kors Løkken-Vrå: bit.ly/lokkenvra

Formand Arne Dørup Jensen, tlf. 53 82 66 00

Mail: arnjen@rodekors.dk

Røde Kors Sindal: <https://www.rodekors.dk/afdelinger/sindal>

Formand Poul Erik Graversen, tlf. 61 78 00 02

Mail: pegraversen@outlook.dk

Omkring 16 millioner internationale frivillige udgør kernen i Røde Kors. I Danmark er der omkring 40.000 frivillige. Røde Kors er en neutral organisation, der er uafhængig af partipolitik. Men Røde Kors har holdninger og taler de sårbare sag.

Røde Kors har gennem mere end 150 år bygget på den samme idé. Røde Kors hjælper mennesker i nød uden at skele til nationalitet, etnicitet eller religion.

Genbrugsbutikker: se under *Genbrugsbutikker*.

Den frivillige verden er mangfoldig, og der er noget for de fleste og god hjælp at hente i mange situationer.

Kontakt Thomas Hovaldt, koordinator i Frivilligcenter Hjørring, som gerne hjælper med at finde frem til det rigtige tilbud.

Thomas Hovaldt tlf. 22 87 00 82

Mail: thomas@frivilligcenterhjoerring.dk



Care4U

<http://www.care4u.one/>

Socialt netværk for sårbare unge og voksne med autisme samt angst.

Mødested Aldershøjvej 25 i Hjørring.

Kontakt tlf. 22 86 88 52. Mail: kontakt@psykolog-flensted.dk

Familienetværk – Røde Kors

<https://www.rodekors.dk/familie>

I Familienetværk har børnefamilier mulighed for at skabe netværk med andre børnefamilier gennem fællesspisning og leg. Mødes i lige uger fra kl. 16.30 – 19.30 i Børnehuset Kilden, Sct. Knuds Allé 10, 9800 Hjørring. Ønsker din familie at være med, kan I henvende jer til koordinator Jane Larsen, tlf. 26 36 82 38.

Mail: jane.harp265@gmail.com. Du kan også ringe til Kirstine Sort Jensen på tlf. 29 21 75 40 eller skrive en mail til: Kirstinesort@gmail.com

Foreningen Jordforbindelsen

<https://www.foreningenjordforbindelsen.dk/>

Mødested, netværks- og selvhjælpsgrupper for voksne fra 18 år, som søger fællesskaber med ligesindede. Tilrettelægger aktiviteter med håndværk og natur som omdrejningspunkt. Kontaktes på mail: kontakt@foreningenjordforbindelsen.dk

Under Foreningen Jordforbindelsen er der forskellige grupper, nogle ændres over tid eller nye kommer til. Blandt de mere faste aktiviteter er:

- **De Grønne Asperges** består af en gruppe for mænd og en for kvinder, som er diagnosticerede med Aspergers syndrom og/eller ADHD.
- **Pedellerne** er et mødested for voksne med interesse for håndværk, biodiversitet og meget andet, som mødes ugentligt i foreningens bålhytte.
- **Nørdetid** er en gruppe af voksne, der mødes på forskellige lokationer for at blive klogere på det lokale dyre- og planteliv.
- **K-Klubben** er et mødested for voksne kvinder, som mødes ugentligt i foreningens bålhytte og får en fortrolig snak og laver praktiske ting.
- **Mændssyssel** (Mænds Mødesteder i Vendsyssel) er et fællesskab, hvor mænd mødes omkring interesser, som fx håndværk, natur, kultur eller noget helt andet.
- **Snak & æd** – Kun for mænd er en del af Mændssyssel, hvor mænd mødes ugentligt til en hyggelig aften med bålmad.
- **Rodfæste** er forløb for kvinder, hvor fokus er på naturens positive indvirkning. Forløbet varer i 9 uger med en mødedag om ugen af tre timers varighed.



Fællesskab for brugere over 30 år – Røde Kors

<https://www.rodekors.dk/bliv-frivillig/ensomhed/sociale-faellesskaber>

Fællesskab for brugere over 30 år er et netværk for voksne i alderen 30 – 60 år, som er mere alene end de selv ønsker. Her handler det om netværk og samvær. Fællesskabet er en aktivitet under Røde Kors Hjørring. Ønsker du at være med i Hjørringgruppen, kan du sende en mail til: faellesskabet9800@outlook.dk

Tværkulturel Hirtshals

<https://www.facebook.com/groups/1466008403711605/about/>

Inviterer bl.a. til kvindeaftener hver 14. dag mandage i lige uger kl. 19 – 21. Kunstudstilling med international kunst i Pinsen ved Hirtshals Fyr. Hør nærmere hos Ole eller Jette Valsson, tlf. 20 61 14 90. Eller besøg facebook siden.

Unge For Ligeværd (UFL)

<https://ligevaerd.dk/unge-for-ligevaerd/>

Et fritidstilbud til unge med særlige behov fra 18 år og op. Her mødes medlemmerne og laver forskellige aktiviteter sammen. F.eks. spiller spil, ser film, er på ture ud af huset og spiser mad sammen. Den lokale ULF-klub er en del af Unge for Ligeværd, der har klubber i hele landet. UFL's formål er at arbejde for ligeværdige vilkår for alle unge med særlige behov, begrundet i boglige, indlærings- og funktionsmæssige vanskeligheder. Samt at udvikle unges interesse for og evne til at medvirke i et demokratisk samfund. Ønsker du at være med, kan du kontakte Line, tlf. 22 34 31 13. Mail: line@ligevaerd.dk

Hjørring Kommunes væresteder – tilbud til udsatte borgere



<https://hjoerring.dk/borger/handicap-og-socialpsykiatri/udsatte-grupper/vaeresteder>

Værestederne er åbne tilbud uden personregistrering og behandling og et alternativ til det rå liv på gaden. Her finder du tryghed, støtte, omsorg og et socialt fællesskab med ligestillede.

Målgruppe er aktive stofmisbrugere, men her kommer også tidligere misbrugere, borgere i substitutionsbehandling, hjemløse samt mennesker med psykiske udfordringer. Desuden borgere, som kommer fra kriminelle miljøer og tidligere indsatte. Pårørende er velkomne, dog skal de være over 18 år.

"Det Røde Hus", Dronningensgade 31, 9800 Hjørring, tlf.: 98 91 15 97

Værestedet ligger lige over for Hjørring Banegård.

Åben: Man.: kl. 8.30-13.30, tirs.: LUKKET, ons.-fre.: kl. 8.30-13.30, lør.-søn.: LUKKET

"Café Netværket" tilbyder socialt samvær blandt ligestillede. Her er alle, som enten er i misbrugsbehandling, har gennemført en misbrugsbehandling eller på anden vis er fri af sit misbrug velkommen til en kop kaffe og hyggeligt samvær.

Det er en selvfølge, at man som cafégæst ikke er påvirket af rusmidler.



Åben: torsdag kl. 14.30 – 16.30 i Det Røde Hus, Dronningensgade 31 i Hjørring, tlf. 24 47 52 08

"Værestedet" i Hirtshals, N.C. Jensengade 2B, 9850 Hirtshals, tlf.: 72 33 57 15

Åben: Man.-ons.: kl. 9.00-14.00, tors.: LUKKET, fre.: kl. 9.00-14.00,
lør.-søn.: LUKKET

Med forbehold for sygdom, arrangementer ud af huset, kurser og ferie.

Afdelingsleder Rikke Gaardsted Hoff
Tlf.: 41 93 73 35

Hjørring Kommunes socialpsykiatriske dagtilbud



<https://hjoerring.dk/borger/handicap-og-socialpsykiatri/socialpsykiatrien/vaerestederne-socialpsykiatriske-dagtilbud>

De socialpsykiatriske dagtilbud – væresteder – henvender sig til voksne borgere, der har en psykisk sårbarhed eller en psykiatrisk lidelse, og som har lyst til socialt samvær og aktiviteter med ligestillede. Tlf. 24 43 82 56 – ring for aftale eller nærmere oplysninger.

Huset i Overgade

Overgade 7, 9800 Hjørring

Åbningstider

Kontakt personalet på tlf.
24 43 82 56 for åbningstider

Huset i Sindal

Baggesvognsvej 1, 9870 Sindal

Stokrosen i Vrå

Sdr. Vråvej 5, 9760 Vrå

Bøjen i Hirtshals

Skagerakvej 3, 9850 Hirtshals

Ungeklubben i Overgade

Overgade 7, 9800 Hjørring

Idrætstilbud IFS Hjørring

Se hjemmeside her: <https://www.ifshjoerring.dk/>

Myndighed Handicap, tlf.: 72 33 50 67

Åbningstider

man. - tirs. kl. 9.00 - 12.00
ons. lukket
tors. - fre. kl. 9.00 - 12.00

Det Opsøgende Team, tlf.: 41 93 68 86

Bekæmp madspild



Madkassen–Hjørring

Facebook: [Madkassen-Hjørring](#)

Madkassen–Hjørring er en forening drevet af frivillige. Hver dag hentes overskudsvarer fra en lang række supermarkeder i Nordjylland for at bekæmpe madspild. Se Facebookside for udlevering og andet.



Stop Spild Lokalt (Hjørring) – Madoasen

Facebook: [Stop Spild Lokalt \(Hjørring\)](#)

Stop Spild Lokalt er en frivillig forening, som bekæmper madspild gennem lokale Facebookgrupper og madoaser. Se Facebookside for udlevering og andet.

Genbrugsbutikker



Bindslev

Blå Kors Genbrug

Sønderbro 26, 9881 Bindslev

Tlf. 29 48 86 35

Åbningstider: mandag – fredag kl. 10.00 – 17.00. Lørdag kl. 10.00 – 13.00



Hirtshals

Kirkens Korshær Genbrug

Jørgen Fibigersgade 14, 9850 Hirtshals

Tlf. 25 14 12 20. Åbningstider er vejledende – ring til os.

Åbningstider: mandag – fredag kl. 10.00 – 17.00. Lørdag kl. 10.00 – 13.00

Kirkens Korshærs Møbelgenbrug

Jørgen Fibigersgade 16, 9850 Hirtshals

Tlf. 21 74 56 80. Åbningstider er vejledende – ring til os.

Åbningstider: mandag – fredag kl. 10.00 – 16.00. Lørdag kl. 10.00 – 13.00

Røde Kors

Svinget 8, 9850 Hirtshals, tlf. 98 94 32 81

Åbningstider: mandag – fredag kl. 09.00 – 17.00. Lørdag kl. 10.00 – 13.00





Hjørring

Blå Kors Genbrug

Østergade 61, 9800 Hjørring

Tlf. 29 48 86 42

Åbningstider: mandag – fredag kl. 10.00 – 17.00. Lørdag kl. 10.00 – 13.00

Danmission Genbrug

Frederikshavnsvej 76B, 9800 Hjørring

Tlf. 98 98 66 99. Åbningstider: mandag – torsdag kl. 10.00 – 17.00.

Fredag 10.00 – 16.00. Lørdag og søndag lukket.

Dansk Folkehjælp

Bispensgade 91, 9800 Hjørring

Tlf. 30 38 66 85 og tlf. 23 46 96 60

Åbningstider: mandag – fredag kl. 10.00 – 17.00. Lørdag kl. 10.00 – 13.00

Folkekirkens Nødhjælp Genbrugsbutik

Østergade 38, 9800 Hjørring

Tlf. 41 88 70 68. Åbningstider: mandag – torsdag kl. 10.00 – 17.00.

Fredag 10.30 – 14.00. Lørdag og søndag lukket

Folkekirkens Nødhjælp Møbelgenbrug

Hestkærvej 4, 9800 Hjørring

Tlf. 41 88 70 72 eller 20 95 13 88

Åbningstider: mandag, tirsdag, torsdag og fredag kl. 13.00 – 17.00

Onsdag kl. 12.00 – 17.00. Lørdag kl. 10.00 – 13.00

Røde Kors Butik – Tøj og Møbler

Østergade 55, 9800 Hjørring

Tlf. 98 91 10 66

Åbningstider: mandag – fredag kl. 10.00 – 17.00. Lørdag kl. 10.00 – 13.00



Løkken

Folkekirkens Nødhjælp Genbrugsbutik

Nørregade 18c, 9480 Løkken

Tlf. 41 88 70 90. Åbningstider: mandag og fredag kl. 11.00 – 16.00,

tirsdag – torsdag 12.00 – 16.00. Lørdag kl. 11.00 – 15.00

Folkekirkens Nødhjælps Møbelgenbrug

Nørregade 9A, 9480 Løkken

Tlf. 25 21 34 31

Åbningstider: tirsdag, onsdag, torsdag, fredag og lørdag kl. 12.00 – 16.00.

Der kan være særlige åbningstider påske og pinse mv. Se Facebook.





Sindal

Kirkens Korshær Genbrug

Banen 4, 9870 Sindal

Tlf. 51 62 43 84

Åbningstider: mandag – fredag kl. 13.00 – 17.00. Lørdag kl. 10.00 – 13.00

Røde Kors Butik – Tøj og Nips

Nørregade 2A, 9870 Sindal

Tlf. 51 51 67 74

Åbningstider: mandag – fredag kl. 10.00 – 17.00. Lørdag kl. 10.00 – 12.30

Sindal-Bindslev Y's Men's Club

Danmarksgade 30, 9870 Sindal

Tlf. 98 93 40 50 eller 40 75 46 50

Åbningstider: mandag – fredag kl. 13.00 – 17.00. Lørdag kl. 10.00 – 13.00



Tornby

Indre Missions Genbrug

Gammel Landevej 51, 9850 Hirtshals

Tlf. 22 12 05 84

Åbningstider: torsdag kl. 09.00 – 17.00, fredag 13.00 – 17.00. Lørdag 10.00 – 13.00



Tårs

Mission Afrika Genbrug

Bredgade 87, 9830 Tårs

tlf. 61 24 91 80

Åbningstider: mandag – torsdag kl. 10.00 – 17.00, fredag kl. 10.00 – 14.00.



Vrå

Røde Kors Butik – Tøj og Nips

Mejerigade 15, 9760 Vrå

Tlf. 28 87 28 39

Åbningstider: mandag – fredag kl. 10.00 – 17.00. Lørdag kl. 10.00 – 13.00

Patientforeninger og handicaporganisationer med lokalafdeling

ADHD/ADD Hjørring

<https://adhd.dk/>

ADHD/ADD Hjørring er den lokale gruppe under ADHD-foreningen.

c/o Karina Vinther Bærentsen. Mail: karinavb@adhdnord.dk

Er på Facebook og mødes i Forsamlingsbygningen: 'Samtalegruppe i Hjørring for voksne mænd og kvinder med ADHD/ADD':

<https://www.facebook.com/groups/781641387097577>

Autismeforeningen – Kreds Nordjylland

<https://www.autismeforeningen.dk/>

AutismeNord kaldes også den nordjyske lokalforening af Autismeforeningen.

c/o Kirstine Svestrup. Mail: kirstinesv@autismeforening.dk eller

kredsnord@autismeforening.dk. Hjemmeside:

<https://www.autismeforeningen.dk/netvaerk-og-aktiviteter/find-din-lokale-kreds/nordjylland/>

Autisme- og Aspergerforeningen – Mødested Hjørring

<https://autisme-asperger.dk/>

c/o Kristina Valentin, tlf. 49 40 26 27. Mail: kristina@asforeningen.dk

<https://autisme-asperger.dk/moedested-nordjylland>

Colitis-Crohn Foreningen

<https://ccf.dk/> (tarmsygdomme.dk)

Lokalafdeling Nordjylland, formand Bjarke Christiansen,

tlf. 24 84 97 16. Mail: bjarke.chr@privat.dk

Dansk Blindesamfund

<https://blind.dk/>

Kredsformand Vendsyssel, Lars Peter Petersen,

tlf. 70 24 03 22. Mail: lpp@blind.dk

<https://blind.dk/mit-dbs/find-den-lokale-kreds/region-nordjylland/dbs-vendsyssel/>

Dansk Handicap Forbund

<https://danskhandicapforbund.dk/da/om->

[forbundet/organisation/lokalafdelinger/nordvest-bronderslev-hjorring/](https://danskhandicapforbund.dk/da/om-forbundet/organisation/lokalafdelinger/nordvest-bronderslev-hjorring/)

Formand Chanette Holst, tlf. 25 36 88 81. Mail: holst@mail.dk

Danske Handicaporganisationer

<https://handicap.dk/>

Formand Birthe Pedersen,

tlf. 41 61 66 75. Mail: hoeier@has.dk

<https://handicap.dk/lokalafdelinger/nordjylland/dh-hjoerring>

Diabetesforeningen

<https://diabetes.dk/>

Hjørring Lokalafdeling, formand Jørn Katballe, tlf. 60 92 48 03

Mail: hjoerring@diabetes.dk.

Lokal web: <https://diabetes.dk/frivillig/mod-os-lokalt/region-nordjylland/hjoerring>

Gigtforeningen

<https://www.gigtforeningen.dk/>

Gigtforeningens Vendsysseleks, kontaktperson Preben Geisle,

tlf. 29 62 05 29. Mail: zoti-tool@hotmail.com

<https://www.gigtforeningen.dk/det-sker/region-nordjylland/vendsysseleks/>

Hjernesagen

<https://www.hjernesagen.dk/>

Hjernesagen Hjørring, formand Erik Brogaard,

tlf. 52 38 04 97. Mail: hjoerring@hjernesagen.dk

<https://www.hjernesagen.dk/hjoerring/>

Hjerneskadeforeningen

<https://hjerneskadet.dk/>

Hjerneskadeforeningen Aalborg/Vendsysseleks, formand Dorthe Kristensen,

tlf. 52 23 28 22. Mail: aalborg@hjerneskadeforeningen.dk

<https://hjerneskadet.dk/lokalafdelinger/region-nordjylland/aalborg-vendsysseleks/>

Hjerteforeningen

<https://hjerteforeningen.dk/>

Hjerteforeningen Hjørring, formand Per Brønnum Wilhelmsen,

tlf. 40 46 31 92. Mail: hjoerring@hjerteforeningen.dk

<https://lokal.hjerteforeningen.dk/hjoerring/>

Høreforeningen

<https://hoeforeningen.dk/>

Hjørring Lokalafdeling, Formand Hedvig Felvang,

tlf. 40 37 82 31. Mail: hjoerring@hoeforeningen.dk

<https://hoeforeningen.dk/lokalafdelinger/hoeforeningen-hjoerring-lokalafdeling>

Kræftens Bekæmpelse

<https://www.cancer.dk/>

Lokalforening i Hjørring kommune:

Formand for Kræftens Bekæmpelse i Hjørring kommune

Ib Gosmer, tlf. 40 59 00 81.

Mail: hcavej60@mail.dk

<https://lokalforeninger.cancer.dk/lokalforeninger/nordjylland/hjoerring-lokalforening/>



Osteoporoseforeningen

<https://www.osteoporose.dk/>

Osteoporoseforening Vendsyssel, formand Bodil Vestergaard,

tlf. 26 45 24 80. Mail: vendsyssel@osteoporose.dk

<https://www.osteoporose.dk/lokalafdelinger/lokalafdeling-vendsyssel/>

Parkinsonforeningen

<https://www.parkinson.dk/>

Parkinsonforeningen Nordjylland, formand Pia Fog

tlf.: 23 71 18 05. Mail: nordjylland@parkinson.dk

<https://parkinson.dk/kredse/2034-nordjylland/om-os/>

Hjørringklubben, kontaktperson Per Mølgaard,

tlf.: 22 21 73 73. Mail: sorteper69@hotmail.com

<https://www.parkinson.dk/kredse/2034-nordjylland/klubber/>

RulMed.dk – Frihed på Hjul

<https://rulmed.dk/>

Formand Henrik Lauridsen, tlf. 61 66 17 43

Mail: henrik@rulmed.dk

Scleroseforeningen

<https://scleroseforeningen.dk/>

Kontaktperson for Hjørring og Brønderslevafdelingen Birte Vestergaard,

tlf. 60 15 48 75. Mail: bgvestergaard@outlook.com

<https://www.scleroseforeningen.dk/vaer-med/lokalafdelinger/broenderslev-hjoerring/>



Frivillig FORDI videoer

Se og hør video hvor frivillige fortæller om det at være frivillig i netop deres sociale forening. Du finder serien Frivillig FORDI på Frivilligcenter Hjørrings hjemmeside under menuen 'Mød frivillige':

<https://www.frivilligcenterhjoerring.dk/>



FRIVILLIGCENTER

HJØRRING



Frivilligcenter Hjørring
Østergade 9
9800 Hjørring



+45 22 87 00 82



thomas@frivilligcenterhjoerring.dk



www.frivilligcenterhjoerring.dk



Frivilligcenter Hjørring er også på [Facebook](#)