

# Henvisningsguide for hverdagsrådgivere til DRC's tilbud og eksterne landsdækkende rådgivningstilbud

Senest opdateret November 2023

## Indhold

<b>DRCs egne tilbud</b> .....	3
DRC   Frivilligrådgivningen.....	3
DRC   Hverdagsrådgivning .....	3
DRC   Asylrådgivningen .....	3
DRC   Bisidderkorps .....	4
DRC   Psykosocial telefonlinje for ukrainske flygtninge .....	4
DRC   Hverdagstolke .....	4
DRC   Lektiehjælp .....	4
DRC   Mentorstøtte .....	5
DRC   Sprog og samtale .....	5
DRC   Venner Viser Vej .....	5
DRC   Hjælp til job og CV .....	5
DRC   Leg og Læring.....	5
DRC   Livet går videre .....	6
DRC   Online lektier og sprog .....	6
DRC   Mødregupper (Ny mor i Danmark) .....	6
DRC   Seniorfællesskaber .....	7
<b>Eksterne rådgivningstilbud</b> .....	7
<b>Offentlige rådgivningstilbud</b> .....	7
Borgerrådgivningen .....	7
<b>Landsdækkende gratis rådgivningstilbud</b> .....	7
Samliv og familie .....	7
Mødrehjælpen .....	7
Danners rådgivning .....	7
Foreningen far.....	8
Forældrerådgivningen.....	8
Børns vilkår .....	8
Ældre sagen.....	8
LGBT+ .....	8
LGBT – Asyl.....	8

## Integration

LGBT – Rådgivningen.....	8
Psykologisk rådgivning .....	9
Headspace.....	9
GirlTalk .....	9
Sinds rådgivning .....	9
Psykiatrifondens rådgivning.....	9
Økonomi.....	9
Den sociale gældsrådgivning.....	9
Frelsens hærs gældsrådgivning.....	9
Diskrimination.....	9
Diskriminationslinjen .....	9

## DRCs egne tilbud

### DRC | Frivilligrådgivningen

**Hvad er det?**

Rådgivning foretaget af frivillige med juridisk eller relevant socialfaglig baggrund ift. emnerne familiesammenføring, permanent ophold og statsborgerskab. På hjemmesiden kan du se adresser og åbningstider til de specifikke rådgivninger. Ved de fleste af Frivilligrådgivningerne skal man booke en tid på forhånd for at få rådgivning. Hjælp gerne personer, I er i kontakt med, med at booke en tid.

<https://frivillig.drc.ngo/aktiviteter/oversigt-over-aktiviteter/frivilligradgivningen/>

Der er frivilligrådgivninger i følgende byer:

- København
- Ringsted
- Odense
- Aarhus
- Aalborg
- Holstebro
- Haderslev

### DRC | Hverdagsrådgivning

**Hvad er det?**

Hjælper med hverdagsudfordringer såsom: NemID, e-Boks, at betale regninger og forstå breve fra det offentlige. I 11 specifikke hverdagsrådgivninger på tværs af landet vil der snart også være mulighed for at få rådgivning i emnerne: ansøgning om pas, ansøgning om forlængelse af opholdstilladelse samt ansøgning om opholdskort. Disse 11 rådgivninger vil fremgå med adresse og åbningstid på hjemmesiden.

<https://frivillig.drc.ngo/aktiviteter/oversigt-over-aktiviteter/hverdagsradgivning/>

Lokation: Ud over de 11 hverdagsrådgivninger der fremgår på hjemmesiden, er der også andre lokale Hverdagsrådgivninger. Find din lokale hverdagsrådgivning ved at søge her:

<https://frivillig.drc.ngo/aktiviteter/sog-frivilligrupper-og-aktiviteter/>

### DRC | Asylrådgivningen

**Hvad er det?**

DRC Dansk Flygtningehjælp tilbyder rådgivning til asylansøgere, flygtninge og indvandrere i Danmark samt til frivillige og sagsbehandlere, som arbejder med asyl og repatriering. De rådgiver om alle faser af den danske asylprocedure også samtaler om forlængelse af opholdstilladelse samt muligheder for afviste asylansøgere såsom juridisk rådgivning om afslaget, hjemrejse og mulige reintegrationsprogrammer.

<https://asyl.drc.ngo/om-os/kontakt-drc-asyl/>

E-mail: [advice@drc.ngo](mailto:advice@drc.ngo) eller [return.advice@drc.ngo](mailto:return.advice@drc.ngo)

Tlf: 3373 5000, åbent man-fre 9-15.

Tirsdage kl. 12.30-15 er der en ukrainsk tolk til stede.

## Integration

Onsdage kl. 14-15 er der en arabisk tolk til stede.

Torsdage kl. 14-15 er der en farsi tolk til stede.

## DRC | Bisidderkorps

### Hvad er det?

Flygtninge og personer med etnisk minoritetsbaggrund kan få en frivillig bisidder med til samtaler hos offentlige myndigheder (f.eks. til samtaler i kommunen, i Familieretshuset og i Udlændingestyrelsen). Hjælp gerne personer I er i kontakt med, med at få kontakt til bisidderkorpset.

<https://frivillig.drc.ngo/aktiviteter/oversigt-over-aktiviteter/bisidderkorps/>

Tlf.: 6026 8002, Mail: [bisidder@drc.ngo](mailto:bisidder@drc.ngo)

Bisidderne rykker ud her:

- Nordjylland
- Fyn
- Sjælland
- Østjylland
- Haderslev, Aabenraa og Sønderborg

## DRC | Psykosocial telefonlinje for ukrainske flygtninge

### Hvad er det?

Er du i kontakt med ukrainere i Danmark, der står med svære spørgsmål og har brug for nogen at tale med? Så kan du henvise dem til den psykosociale telefonlinje. Her kan ukrainere få vejledning på deres modersmål, f.eks. om hvad man kan gøre for at skabe større tryghed og resiliens.

<https://integration.drc.ngo/bliv-klogere/radgivning/>

Tlf: +45 3373 5314

Åbningstider: kl. 9-10 og 17-18 (mandag til fredag)

## DRC | Hverdagstolke

### Hvad er det?

Frivillige tolke der kan bookes til frivillige aktiviteter i DRC. De frivillige tolke kan *ikke* bookes til samtaler med offentlige myndigheder eller private virksomheder – de tolker kun mellem frivillige i DRC og brugerne af vores tilbud. Tolkningen foregår oftest online, men det er i nogle tilfælde også muligt at booke en tolk til at deltage fysisk.

Book en tid: <https://frivillig.drc.ngo/aktiviteter/oversigt-over-aktiviteter/hverdagstolk/kontaktformular/>

## DRC | Lektiehjælp

### Hvad er det?

Lektiehjælp til flygtninge.

## Integration

<https://frivillig.drc.ngo/aktiviteter/oversigt-over-aktiviteter/lektiehjaelp/>

Lokation: Lektiehjælp findes mange steder i landet. Find den lokale lektiehjælp ved at søge her:

<https://frivillig.drc.ngo/aktiviteter/sog-frivilliggrupper-og-aktiviteter/>

## DRC | Mentorstøtte

### Hvad er det?

Støtte til uddannelse og beskæftigelse – kun i Roskilde og KBH.

<https://frivillig.drc.ngo/aktiviteter/oversigt-over-aktiviteter/mentorstotte/>

## DRC | Sprog og samtale

### Hvad er det?

En sprogcafe, hvor man kan øve sig i at tale dansk.

<https://frivillig.drc.ngo/aktiviteter/oversigt-over-aktiviteter/sprogtraening/>

Lokation: Find den lokale sprog- eller samtalecafe ved at søge her:

<https://frivillig.drc.ngo/aktiviteter/sog-frivilliggrupper-og-aktiviteter/>

## DRC | Venner Viser Vej

### Hvad er det?

Venner Viser Vej er også kendt som aktiviteten netværksperson/-familie og indebærer, at en frivillig tilknyttes en flygtningefamilie eller en person med flygtningebaggrund. Den frivillige har samme rolle som en god nabo og bidrager til social kontakt samt store og små hverdagsspørgsmål.

<https://frivillig.drc.ngo/aktiviteter/oversigt-over-aktiviteter/netvaerksfamilier/>

kontakt:

[kontakt@vennerviservej.dk](mailto:kontakt@vennerviservej.dk)

## DRC | Hjælp til job og CV

### Hvad er det?

Frivillige hjælper bl.a. med CV og jobansøgninger samt gode råd til jobsamtalen.

<https://frivillig.drc.ngo/aktiviteter/oversigt-over-aktiviteter/hjaelp-til-job-og-cv/>

## DRC | Leg og Læring

### Hvad er det?

Leg og Læring støtter flygtningebørn mellem 6-16 år i at falde godt til i Danmark. Børnene bliver tilknyttet en klub, hvor de sammen med andre flygtningebørn kan være nogle timer om ugen og deltage i hyggelige lege og aktiviteter arrangeret af frivillige fra DRC Dansk Flygtningehjælp

<https://frivillig.drc.ngo/aktiviteter/oversigt-over-aktiviteter/klubber-for-born/>

Her finder du Leg og Læringsklubberne:

- Birkerød
- Tårnby

## Integration

- Haderslev
- Holte
- Lemvig
- Aarhus
- Ry
- Glyngøre
- Odense

Kontakt:

Projektleder Helle Hørup

Tlf.: 26118099

Mail: [helle.hoerup@drc.ngo](mailto:helle.hoerup@drc.ngo)

## DRC | Livet går videre

### Hvad er det?

Livet går videre er et netværksprojekt, hvor sårbare flygtninge i behandling for traumer og PTSD på behandlingsstederne Dignity, OASIS og Psykiatrisk Center Ballerup henvises til DRC Dansk Flygtningehjælp og matches med en frivillig netværksperson.

Region Hovedstaden og Region Syddanmark

<https://frivillig.drc.ngo/aktiviteter/oversigt-over-aktiviteter/livet-gar-videre/>

Kontakt:

I Region Syddanmark:

Projektkonsulent Susanne Vangsgaard

Tlf.: 26662093, [susanne.vangsgaard@drc.ngo](mailto:susanne.vangsgaard@drc.ngo)

I Region Hovedstaden:

Projektkonsulent Kimie Grønvall

Tlf.: 26798005, [kimie.groenvall@drc.ngo](mailto:kimie.groenvall@drc.ngo)

## DRC | Online lektier og sprog

### Hvad er det?

Onlinehjælp til hhv. lektier og opgaveskrivning eller til at øve sprog. Foregår via tilmelding til Facebook-gruppe.

[DRC Lektiehjælp online \(Dansk Flygtningehjælp\) | Facebook](#)

<https://frivillig.drc.ngo/aktiviteter/oversigt-over-aktiviteter/lektiehjaelp-online/>

## DRC | Mødregupper (Ny mor i Danmark)

### Hvad er det?

Mødregupper for mødre med flygtningebaggrund eller ikke-vestlig minoritetsbaggrund.

<https://frivillig.drc.ngo/aktiviteter/oversigt-over-aktiviteter/modregupper/>

Kontakt:

Projektleder Kirstine Fjordbak-Trier

Tlf.: 40 63 64 11, [kirstine.fjordbak-trier@drc.ngo](mailto:kirstine.fjordbak-trier@drc.ngo)

Mødregupperne findes her:

- Aarhus

## Integration

- Vejle
- Fredericia
- Esbjerg
- Ishøj

## DRC | Seniorfællesskaber

### Hvad er det?

Fællesskaber for seniorer med flygtninge- og minoritetsbaggrund.

<https://frivillig.drc.ngo/aktiviteter/oversigt-over-aktiviteter/seniorfaellesskaber/>

### Kontakt:

Projektleder Lotte Frejo Varder

Tlf.: 42142489, lotte.varder@drc.ngo

Fællesskaberne findes her:

- Aarhus
- Odense
- Humlum I Struer
- Syddjursland
- Kalundborg og Græsted i Gribskov

## Eksterne rådgivningstilbud

### Offentlige rådgivningstilbud

#### Borgerrådgivningen

En borgerrådgiver er en neutral og uafhængig person ansat af kommunalbestyrelsen, som kan rådgive og vejlede dig i forhold til klagemuligheder og regler for sagsbehandling inden for kommunens områder. Formålet er, at du bliver hørt, får en respektfuld behandling og bliver informeret om dine rettigheder og pligter.

<https://www.borger.dk/Handlingsside?selfserviceid=860c6d86-1479-4ef9-af66-83d036217897>

### Landsdækkende gratis rådgivningstilbud

#### Samliv og familie

##### Mødrehjælpen

Rådgivning for forældre om samlivs- og familierelaterede problemstillinger. Her kan bookes samtaler med en socialrådgiver eller jurist.

<https://moedrehjaelpen.dk/holdpunkt/forside/>

##### Danners rådgivning

Døgnåben rådgivningslinje for voldsudsatte kvinder, pårørende og fagfolk.

<https://danner.dk/aaben-raadgivning>

## Integration

Foreningen far

Juridisk og socialfaglig rådgivning om samlivs- og familierelaterede problemstillinger, for fædre.

<https://foreningenfar.dk/r%C3%A5dgivning>

Forældrerådgivningen

Rådgivning for forældre omkring børns trivsel i skolen.

<https://www.foraeldreraadgivningen.dk/artikel/r%C3%A5dgivning>

Børns vilkår

### **Børnetelefonen**

Hjælpe linje til børn.

<https://bornetelefonen.dk/>

### **Forældretelefonen**

Sparring og rådgivning til forældre om børns generelle trivsel.

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

Ældre sagen

Du kan ringe til Ældre Sagens rådgivere og få svar på dine sociale, juridiske, økonomiske og andre spørgsmål. Du kan også få rådgivning af demensrådgiveren. Rådgivningen er gratis.

Telefon: 7089 0081

Åbningstider: Mandag, tirsdag, onsdag og fredag kl. 10-14. Torsdag kl. 14-18.

<https://www.aeldresagen.dk/om-aeldresagen/find-og-kontakt-os/kontakt-os/raadgivning/raadgivning>

## LGBT+

LGBT – Asyl

LGBT Asyl er et socialt netværk. De tilbyder rådgivning til LGBT+ personer, som er flygtninge eller søger asyl i Danmark.

<https://lgbtasylum.dk/radgivning/modtag-radgivning/>

LGBT – Rådgivningen

LGBT+ Danmark er en forening. Deres rådgivning er for alle, der har spørgsmål om køn, krop eller seksualitet.

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



## Integration

### Psykologisk rådgivning

#### Headspace

Headspace er en organisation, der tilbyder samtaler og rådgivning til unge om psykologiske og sociale forhold.

<https://headspace.dk/>

#### GirlTalk

Girltalk er en organisation, der tilbyder SMS og chatrådgivning, gruppeforløb og samtaler til piger og kvinder i alderen 12-24 år.

<https://www.girltalk.dk>

#### Sinds rådgivning

Sind er en landsforening, der tilbyder viden og rådgivning om psykiske sygdomme for psykisk sårbare og pårørende.

<https://sind.dk/faa-hjaelp/sind-raadgivning>

#### Psykiatrifondens rådgivning

Rådgivning om diagnoser og psykiske udfordringer

<https://psykiatrifonden.dk/hjaelp-raadgivning/raadgivning/telefonraadgivning>

## Økonomi

#### Den sociale gældsrådgivning

Gældsrådgivningen er en organisation med kontorer i Horsens, København og Aarhus. De tilbyder gratis rådgivning til udsatte borgere med økonomiske udfordringer.

<https://www.socialeretshjaelp.dk/gaeldsraadgivning/>

#### Frelsens hærs gældsrådgivning

Frelsens hær er en international kristen bevægelse, der bl.a. tilbyder gældsrådgivning for alle.

<https://www.frelenshaer.dk/hjaelp/gaeldsraadgivning/>

## Diskrimination

#### Diskriminationslinjen

Få gratis juridisk rådgivning, hvis du har været udsat for diskrimination.

Diskriminationslinjen har åbent fra mandag til torsdag 12.00 til 15.00 på telefon 3269 8666.

<https://menneskeret.dk/diskriminationslinjen>