

Hej

Når du sidder med denne folder, så har du nok lige meldt dig ind - eller du har overvejet at melde dig ind - så du ved sikkert lidt om hvad vi laver i SRC. Her vil vi så gerne give dig et par personlige tip til, hvordan du kan få mest muligt ud af dit medlemskab og får en god oplevelse i foreningen.

Hjælp dig selv fra start

Nogen mennesker, de kan bare det der med at være socialt aktive. Alle vi andre har en god portion generthed med i bagagen. Det er noget, vi hver især så må arbejde med og prøve at gribe os selv, når vi falder i. Men alle, du møder i SRC, har prøvet det, så du er ikke alene. Enhver vil nikke genkendende til problemet.

SRC giver dig rammerne - det er op til dig at få hul på opgaven. For de fleste af os er det lidt af en overvindelse at komme af sted alene første gang til SRC. Så synes vi også, at så fortjener vi, at det bliver rigtig godt. Sker det ikke, risikerer vi at blive skuffede. Det er en meget almindelig psykisk reaktion, og værd at være opmærksom på. Får du den oplevelse, så bare mas på. Det skal nok blive underholdende med tiden. Lige til at begynde med, så kan SRC være overvældende og man møder mange forskellige mennesker.

Der kan gå lidt tid, før man finder en „base“ af venner/bekendte, som man føler sig tryk ved, og som man møder igen og igen. Men det VIL ske, hvis du bare er lidt vedholdende.

Bliv ved

„Kun handling skaber ændring“, så bliv med at møde op. Du er nødt til at tage af sted til aktiviteter, hvis der skal ske noget. Lav dig f.eks. et princip om, at du SKAL gå til mindst en SRC aktivitet om måneden.

Tag det nemme først

Festerne trækker meget, men du får hurtigere hul igennem til andre single-rockere, hvis du starter med de andre aktiviteter. Her er frem-mødet til at overse, og det er nemmere at komme ind på livet af folk. Det er den hurtigste vej til en base.

Prøv f.eks. en debatgruppe, en spilleaften eller en bowling-udflugt (eller hvor din hobby/interesse ligger). Her kan du ikke undgå at komme i kontakt med andre SRC'er, der deler dine interesser.

Prøv noget nyt

Du kan også prøve at udfordre dig selv lidt. Tag med på en udflugt omkring et emne/aktivitet, som du absolut ikke interesserer dig det ringeste for. Du får under alle omstændigheder helt nye indtryk med hjem.

Bryd dine grænser

Vi står alle sammen lidt kejtede første gang. Men med ganske små midler kommer du langt. Er der ingen, der sådan lige kommer hen til dig, så bare præsenter dig og sig „hej, jeg hedder har du været her før?“ - Så får du garanteret en respons og snakken er i gang.

Bliv frivillig

En god genvej er også at melde dig som frivillig. Du kan melde dig til at lave så meget (eller lidt), som din tid og lyst tillader. Ganske automatisk møder du andre, og bliver hurtigere et „kendt ansigt“.

Samtidig kommer du også med til arrangementer kun for frivilligruppen, hvor du så er sammen med kendte ansigter.

Og husk - alt hvad der foregår i foreningen, bliver lavet af folk som dig selv!

Til fester

Meld dig til spisningen, hvor du kan komme bedre i kontakt med nogen af de andre Single Rock'ere under middagen - mange af dem er nye medlemmer ligesom dig. Det giver en lille base i løbet af aftenen.

Kommer du alene, så sæt dig op af andre, du skal ikke af generthed sætte dig et par stole væk. Igen, bare sig „hej“ til naboen og genboen, så kommer kontakten sikkert af sig selv.

Kommer I to venner sammen, så sæt jer lidt forskudt, så I stadig kan se hinanden, men automatisk kommer til at snakke med de single-rockere, der sidder lige ved siden af.

Byd nogen op til dans (det er meget sjældent, at nogen siger nej).



Fakta om Single Rock Cafe København

Medlemsskab:

- 1 måned - 60 kr.
- 6 måneder - 180 kr.
- 12 måneder - 300 kr.

Indmeldelse:

Indbetaling via girokort/på posthuset:

På girokortet skrives kun selve kontonummeret: 60028192. Husk at påføre dit navn og adresse.

Indbetaling via homebanking eller bank:

Her skal reg.nr. påføres: 0246 60028192.

Nogle homebanking programmer vil „forlange“ 10 tal på kontonummeret. Så skal du skrive 2 nuller foran: 0264 0060028192.

Der kan ved indbetaling i en bank være problemer med at få påført hele navn & adresse. Skriv evt. dit telefonnr. og send bagefter en mail til kassereren/ ell. den ansvarlige for medlemsdatabasen. Adresserne kan du finde på www.singlerock.dk eller i vores nyhedsbrev.

Medbring girokvittering eller medlemskort ved deltagelse i fester/aktiviteter! Medlemskab giver adgang til de øvrige Single Rock foreninger, forudsat gyldigt medlemsbevis medbringes.

Single Rock Cafe - København

Det er blandt andet:

- ✓ fester
- ✓ rejser
- ✓ udflugter
- ✓ sammenkomster
- ✓ teater
- ✓ dans
- ✓ Single Kids udflugter
- ✓ spilleaftener
- ✓ MC træf
- ✓ debat
- ✓ koncerter

- og meget meget mere.

Der kommer hele tiden nye ideer til.

SRC - det er, hvad du gør det til.

Meld dig til spontanlisten og få (omtrent)

daglige e-mails fra andre singler om aktiviteter



Velkommen i
SingleRock Café
København

*Lidt fif til,
hvordan du kommer godt fra start
i foreningen*

Checkliste

Lav dig en plan

Gå efter andre aktiviteter end festerne

Bliv ved!

Prøv at overskride et par grænser

Der er ingen, der ikke vil dig det godt

Bliv ved!

Vær aktiv i foreningen - bliv frivillig

Bliv ved!