



Herlev, april 2020

## Fortæl om din hverdag i Coronatiden og bidrag til Danmarks historie

Kære Herlevborger.

På grund af Covid-19 er Danmark lukket mere eller mindre ned. Det samme er Frivilligcenter & Selvhjælp Herlev, dog arbejder medarbejderne hjemmefra. Det med at arbejde hjemme og anskue sit arbejdsliv på en anden måde har givet os ideen til at skrive dagbog sammen med alle jer Herlevborgere.

Hverdagen er for os alle vendt på hovedet, alt er ændret. Vores aftaler er fra den ene dag til den anden aflyst eller udsat på ubestemt tid. Vi har på et øjeblik skulle ændre adfærd, vi må ikke være sociale, vi må ikke mødes i store forsamlings og hænge ud med venner og familie.

Vi blev fra den ene dag til den anden tvunget til at opholde os hjemme og til at ændre på vores vaner. Vi ved, at det er svært for de fleste, og at det gør noget ved os som mennesker. Vi vil derfor meget gerne høre fra dig, som:

1. er isoleret, enten fordi du er særligt udsat eller i karantæne.
2. er frivillig eller repræsenterer en forening.
3. er Herlevborger og vil dele det liv, du havde inden Coronakrisen. Har fundet ud af, om du arbejder med det rigtige eller om der er ting, du vil ændre pga. krisen. Altså om du har tænkt at lægge dit liv om, når Danmark åbner igen.

Ideen er, at man skriver en form for dagbog. Her er nogle hjælpespørgsmål, som du evt. kan bruge som udgangspunkt:

- Hvilke tanker, man har gjort sig mens man har været isoleret evt. fordi man har været i/er i karantæne. Hvad gør man for at få dagen til at gå?
- Hvordan klarer børnene afsavnet til venner og familie?
- Hvilke tanker har man om livet efter Corona? Er der ting i ens liv, der skal ændres?
- Er du bekymret for at miste dit arbejde?
- Hvad får du dagen til at gå med? Ser du mere tv, er du kreativ? Keder du dig?
- Hvordan holder du kontakten med dem, du ikke ser?
- Har du en fast rutine i dagligdagen, hvor det er svært at skelne mellem mandag og lørdag?
- Køber du selv ind eller får du bragt dine dagligvarer? Og hvem bringer dem til dig?

- Hvordan takler du ensomhed, frygt? Har du nogen at dele det med?

Skriv gerne over flere dage...

Når vi har samlet alt det materiale, vi får ind, vil vi udgive det digitalt og måske i en form for bogform også. Vi håber, at vi kan få et samarbejde i stand med kommunens lokalarkiv. Det kunne da både være sjovt og interessant at bidrage med livsbetragtninger til vores lands historie i en tid, som forhåbentlig aldrig kommer igen.

Du kan indsende din dagbog på: [mail@frivilligcenterherlev.dk](mailto:mail@frivilligcenterherlev.dk).

Eller, hvis du ikke er så vild med at skrive, kan du ringe til os på 61 51 54 05 og fortælle din historie.

Både små eller længere historier er meget velkomne, og vi glæder os meget til at høre fra dig. Du bestemmer selv om du vil være anonym, men skriv da meget gerne dit køn og din alder.

*Lad os styrke fællesskabet på afstand.*

De bedste hilsner  
Frivilligcenter & Selvhjælp Herlev  
Herlev Hovedgade 172  
2730 Herlev  
61 51 54 05  
[gitte@frivilligcenterherlev.dk](mailto:gitte@frivilligcenterherlev.dk)

Hjemmeside: <https://frivilligcenterherlev.dk/>