



**NITTEDALKOMMUNE**  
*der storby møter marka*



**Nittedal**  
**Frivilligsentral**  
Årsrapport for 2021-2022



## Året 2021

Nittedal Frivilligsentral ble etablert som en kommunal frivilligsentral høsten 2021. Ny daglig leder ble ansatt, og ny lokale på plass ved BUA.

Kommunestyret vedtok i 2020 å etablere en kommunal Frivilligsentral. I denne prosessen ble det vedtatt at frivilligsentralen skulle organiseres under enhet for kultur. Frivilligsentralen ble opprettet som egen avdeling sammen med BUA Nittedal. Frivilligsentralen ble lokalisert med BUA Nittedal, på sørfløyen av Rådhuset.

Lokalet var under oppussing høsten 2021, samtidig som ny daglig leder ble ansatt. Daglig

leder har administrativt ansvar for frivilligsentralen og BUA.

Frivilligsentralen har i løpet av høsten 2021 besøkt ulike foreninger i Nittedal og kartlagt mangfoldet av frivilligheten. Det har vært en viktig prioritet å bli kjent med frivilligheten og samle innspill på gode samarbeidsarenaer fremover.

Frivilligsentralen har også blitt invitert inn på ulike avdelingsmøter, samarbeidsmøter og bli kjent med kommunale tjenester.



*Frivilligsentralen samlokalisert med BUA Nittedal med egen inngang. Lokalet består av et møtelokale, kjøkken og toalett. Frivillige lag og foreninger har mulighet til å låne møterommet gratis. I tillegg til lokalet har Frivilligsentralen en tilhenger som er til gratis utlån. Bilde tatt av Nittedal Frivilligsentral*

I forbindelse med revidering av kommuneplanen, ble det gjennomført en workshop. Her fikk lag og foreninger muligheter til å komme med innspill på hvordan frivilligsektor er en ressurs for kommunen. Det ble også avdekket et behov for samarbeidsmodell med Nittedal kommune. Egen rapport fra denne workshopen er tilgjengelig på kommuneplansiden.

2022 er frivillighetens år, og i

forbindelse med dette ble det lagt ned arbeid for å planlegge og gjennomføre et arrangement på nyåret.

På høsten ble Frivilligsentralen meldt inn i Norges Frivilligsentralen og fikk kontakt med nettverksgruppen «Nettverk Romerike». Gjennom nettverket ble det mottatt tilskudd på 10 000 kr for arbeid med eldre. Disse midlene ble brukt til å gjennomføre julekonserter for beboere på Døli og Skytta omsorgssenter.

# Året 2022

Året er 2022 og mye av fokusområdet dette året er frivillighetens år. Målsetningen for dette året er å få gjennomført flere aktiviteter og arrangementer i samarbeid med frivilligheten. Samtidig bidra til tverrsektorielt samarbeid. Frivilligsentralen ble involvert i ulike arbeidsgrupper, komiteer, aktiviteter og tilbud.

## Kick off: Frivillighet Prosjekter

Året startet med en kick off for frivilligheten i Nittedal, et arrangement for å åpne frivillighetens år 2022. På grunn av pandemien, ble arrangementet gjennomført med 50 deltakere og direkte strømmet på youtube.

Det ble holdt foredrag med blant andre Sven Mollekleiv, Sparebankstiftelsen, Tilskuddsportalen, Lørenskog kommune. Det ble oppfordret til at foreningene markerte frivillighetens år med egne frivillige for å synliggjøre mangfoldet av frivillighet i Nittedal.

Arrangementet ble vellykket, og frivilligsentralen ble gjort kjent for mange i foreningslivet.

Formålet med prosjektene har vært å ivareta frivilligheten og involvere frivilligsektor i videreføringen og etablering av arrangementer og aktiviteter. Dette har blitt gjennomført i tråd med sentralens visjon og rollen som bindeledd mellom sektorene.

### Krydder i hverdagen

Samarbeidsprosjekt mellom Bygdekvinnelaget, Røde kors, Ahmadiiya kvinner, Mental Helse og Nittedal Frivilligsentral.

15 deltakere har gjennom våren gjennomført matkurs. Målsetningen med kurset er å dele ulike mattradisjoner på tvers av landegrenser. Disse deltakerne har sammen lært om hverandres mattradisjoner, delt oppskrifter



*Krydder i hverdagen. Bildet hentet fra Bygdekvinnelaget*

og deltatt på ulike arrangementer. Kursdeltakerne har fått et oppskriftshefte basert på måltidene de har presentert. Kurset vil trolig videreføres da tilbakemeldingene har vært gode.

## **Felles matglede**

Kommunalt prosjekt hvor Frivilligsentralen sitter i arbeidsgruppen og deltar aktivt i pilotprosjekt 1. Her har sentralen bidratt til at lag og foreninger får en aktiv rolle i prosjektet som kommunen starter opp.

I dette prosjektet har blant andre Røde kors og Mental Helse blitt invitert inn som en samarbeidspartner.

## **Matutkjøring**

Er en del av felles matglede og pilotprosjekt 1, hvor frivilligsentral er medansvarlig. Dette er et samarbeid mellom kommunale tjenester og frivilligheten. Formålet med dette prosjektet er å kjøre mat ut til hjemmeboende eldre med fokus på riktig og variert kosthold. Det er hentet inspirasjon fra nabokommuner som tilbyr matutkjøring. Her er også frivilligheten representert med Lions Klubb.

## **Psykiske helse og NAV**

Oppstart av en arbeidsgruppe som skal bidrar til at innbyggere som faller uten for arbeid og aktivitet får god informasjon om ulike tilbud i kommunen. Dette gjelder de som ikke har videre tilbud ved NAV, men som trolig vil trenge frivillige aktiviteter. Det er foreløpig satt ned en arbeidsgruppe med enhetene samt frivilligsentralen og Mental Helse Nittedal.



Markeringen av kvinnedagen 8.mars. Bildet er hentet fra Flammen.

## Arrangementer

Som et bindeledd mellom kommune og frivilligheten har det vært viktig for frivilligsentralen å inkludere og samarbeide med ulike lag og foreninger i Nittedal. Kommunen skal ikke fremstå som en konkurrent, men bidra til samskaping og være en attraktiv gjensidig samarbeidspartner for frivilligheten. Det er mange arrangementer som i dag gjennomføres i samarbeid med frivilligheten, og målsentningen har vært å styrke og videreføre dette.

### Arrangementer på Flammen.

Frivilligsentralen ble tidlig involvert i flere arrangementer

for å rekruttere og involvere frivilligheten. Kvinnedagen 8.mars er ett av eksemplene. Her var frivilligsentralen representert sammen med Mental Helse, Bygdekvinnelaget og Ahmadiyya kvinner. Arrangementet ble vellykket, og foreningene fikk markert seg.

**Miljødagene** i Nittedal ble gjennomført i mai i samarbeid med frivilligheten.

Arrangementene ble vellykket, spesielt da lag og foreninger fikk medvirke og bidra til å skape et arrangement og konsept sammen.

Arrangementet «vaffel og verksted» ble arrangert i samarbeid med frivilligsentralen, BUA, Sport1 Nittedal, Glømmi Sport og CK Nittedal.



Vaffel og verksted 6.mai. Bilde tatt av BUA

*Tidligere har Pride blitt markert med flaggheising i Nittedal. I år var det første gang det ble laget et arrangement ut av markeringen. Varingen 18.06.22*



**Pride** markeringen i Nittedal ble et høydepunkt for frivilligsentralen, da sentralen var initiativstiller. Det er første gang det blir gjennomført et pride-arrangement i Nittedal, og med bistand fra Skeiv ungdom Oslo og Viken og Fri Oslo og Viken ble det en vellykket markering.

### **Kulturfaktor: en dag i gamle dager**

I år ble det bestemt at et av kulturfaktor-arrangementene skulle legges utenfor Flammen. I samarbeid med Bygdesamlingens interimsstyre, bestående av Historielaget, Hakadal speidere,

Fortidsminneforening, Nittedal Teater og kultursjef, ble det bestemt å avvikle et arrangementer på Hagen skole, 1880-bygget.

I tillegg falt den årlige «kom deg ut»-dagen til Barnas Turlag og Turkameratene Nittedal Turlag på samme dag. Dermed ble «en dag i gamle dager» et samarbeidsarrangement mellom kulturenheten og 11 foreninger. Arrangementet var over all forventning, det ble godt besøkt og frivilligheten fikk vist seg frem.



*En dag i gamle dager med Turbo. Bilde tatt av Nittedal Frivilligsentral.*

## Verdensdag for psykisk helse

Frivilligsentralen sitter i komiteen til verdensdag for psykisk helse som er sammensatt av flere tjenester i kommunen, i tillegg til Mental Helse og Kirken i Nittedal. Frivilligsentralens rolle her har vært å delta i et av innslagene, lede panelsamtalen. Årets tema er også aktuelt for frivilligheten: «det gode fellesskap».

## Aktiviteter

Nittedal frivilligsentral har omtrent 15 aktive frivillige. Disse frivillige har i mange år utført ulike oppdrag og aktiviteter for

innbyggere og på institusjonene. Mange av disse aktivitetene er videreført.

## Døli pleie- og omsorgsenter

På Døli tilbys det ulike aktiviteter for beboere og innbyggere, hvor frivillige har bidratt. De ulike aktivitetene er blant annet; bartralle, lesestund, trim og kulturvert. I tillegg er det frivillige som bidrar til å kjøre beboere til ulike avtaler ved behov. Det er etablert samarbeid med frivillighetskoordinator ved Døli med jevnlig kontakt og møter.

## Skytta bo- og servicesenter

I likhet med Døli, gjennomgøres det ulike aktiviteter på Skytta i samarbeid med frivillige. Blant annet bakegrupper, kulturvert, Inn på tunet etc. Skytta har også egne frivillige og foreninger som bidrar. Det er også etablert kontakt med frivillighetskoordinator ved Skytta med jevnlig kontakt og møter.

## Spisevenn

Gjennom prosjektet Felles matglede har frivilligsentralen bistått med å rekruttere frivillige som ønsker å dele et måltid med



hjemmeboende eldre. Etter hvert fikk prosjektet tilknyttet seg Røde kors som har besøktjenesten. Dette er et godt eksempel på at kommunen bør involvere frivilligheten i oppstartsfasen. På den måte får man avdekket hvilke lignende tilbud eksisterer og hvordan kommune og frivilligheten sammen kan samskape.

### **Reservebesteforeldre**

Det er stadig flere barnefamilier i Nittedal som har sosiale behov av ulike karakter. Blant annet var det en familie som hadde behov for reservebesteforeldre, og fikk kontakt med et eldre ektepar gjennom frivilligsentralen.

## **Enkeltoppdrag**

Per i dag er det en utfordring med å rekruttere frivillige. Dette gjelder lokalt, regionalt, men også nasjonalt. Flere foreninger opplever utfordringer med å rekruttere frivillige, og spesielt unge pensjonister., kjøring etc. Per i dag har Frivilligsentralen

begrenset med frivillige som kan påta seg slike oppdrag, fra innbyggerne om ulike oppdrag. Alderen til de frivillige medfører også begrensninger til hva slags oppgaver de kan utføre. Dette kan være alt fra flyttehjelp, handlehjelp Nittedal Frivilligsentral får stadig nye henvendelser og det er heller ikke ressurser til å administrere dette.

Gjennom en strategiplan for frivillighet eller et samarbeidsutvalg for frivilligsentralen vil det være naturlig å drøfte og vurdere hvordan frivilligheten og eller sentralen kan koordinere oppdrag som kommer fra innbyggerne.

Av de 15 frivillige er det i dag 10 stykker som er aktive. Alerederen på de frivillige er mellom 70-88. Fra 2022 ble det utarbeidet et frivillighetsregnskap hvor frivillige har fått registrert hva slags oppdrag og aktiviteter de gjennomfører, og hvor mange timer de bruker per aktivitet.

## Frivillighetsregnskap

Tallene som blir presentert under er foreløpige, da ikke alle frivillige har registrert all aktivitet, og registrering er til og med mai 2022.

Det er totalt blitt lagt ned 711,3 timer på ulike aktiviteter, noe som tilsvarer 101,6 dagsverk (utregning: 7 arbeidstimer)

### Aktiviteter på Døli og Skytta

Aktiviteter	Frivillige	Timer	Dagsverk
Bartralla	5	135	19,29
Trim	2	35	5
Lesestund	4	25	3,57
Inn på tunet	1	100	14,29
Bakegruppe	3	262,5	37,50

### Enkelt oppdrag

Oppdrag	Frivillige	Timer	Dagsverk
Handle	5	1200	12,5
Kjøring / Følge	2	15	2,5
Diverse arbeid	3	50	6,67

Diverse arbeid er for eksempel øvelseskjøring, hagearbeid og flyttehjelp.

Andre oppgaver som frivillige har hatt som ikke er beregnet i regnskapet:

1. Telefonvakt for frivilligsentralen, alle arbeidsager kl. 10-14
2. Frivillig i prosjektet «felles matglede»
3. Kulturvert på ulike arrangementer i regi av frivilligsentralen
4. Klessorteringsarbeid på Glitre
5. Ulike oppgaver knyttet til Kirkeby skole (Ukrainaskolen)

## Avsluttende ord

Nittedal Frivilligsentrals første leveår har vært innholdesrikt og lærerrikt. Gjennom ulike arrangementer og aktiviteter har frivilligsentralen klart å knytte kontakter og etablert samarbeid med ulike lag og foreninger og ulike kommunale tjenester.

Ut ifra samtaler og møter med sektorene, er det tydelig at samarbeid og samskaping er viktig, og at frivilligheten og kommunen fremstå som gjensidig og attraktive samarbeidspartnere.

Nittedal Frivilligsentral vil fortsette dialogen rundt hvordan frivilligheten og kommunen kan skape og videreutvikle flere sosiale møteplasser sammen.

