



møte
mellom
mennesker



ÅRSMELDING 2024

VISJON

Sammen skaper vi gode og inkluderende lokalsamfunn

DEFINISJON

Frivilligsentraler er mangfoldige møteplasser bygget på frivillighetens premisser og lokale ønsker, ivarettatt av ansatte, i samhandling med lag & foreninger, næring og kommune

MÅLGRUPPE

De frivillige!

«Det skal være gøy å være frivillig!»





Innholdsfortegnelse

Organing	4
Norges frivilligsentralers verdier.....	5
Tønsberg frivilligsentralers verdier.....	5
Daglig leders oppgaver.....	6
Økonomi	7
Tildelinger.....	7
Bruk av legatmidler.....	7
Sammendrag av sentralens aktiviteter	8
Oppdrag.....	8
Tilbud til deltagere	9
Bli med – inn i fellesskap.....	10
Handlebussen.....	10
Valgfaget «innsats for andre».....	11
Hverdagshjelpen.....	11
Kontorvertene.....	11
Strikke cafe på Nes.....	11
Sesongens vakreste sanger.....	12
Rickshaw sykling.....	12
Strikkemandag.....	12
Gå gruppe.....	12
Friluftstrimmen.....	13
Sang og musikk.....	13
Søppelplukkelaget.....	13
«Hokkyhuer».....	14
Matutdelinga på Re.....	14
Re frivilligsentral.....	14
Strøsand.....	15
Tilbud til de frivillige	15
Møtestedet i Tjømegata.....	15
Onsdagslunsj.....	15
Fredagsvafler.....	16
Bursdagssuppe.....	16
Bursdagskort.....	16
Faste arrangementer for frivillige	16
Kurs for frivillige.....	17
5 desember.....	17
Samarbeid med andre	17

Brukere av huset på kveldstid.....	18
Personer med fremmedkulturell bakgrunn.....	18
Tall som teller.....	18
«Bli med- inn i fellesskap».....	19
Formålet.....	20
Skravlekoppen cafe.....	20
Skravlekoppen på jul.....	20
Velvære på jul.....	20
Husvenner.....	20
Middagsutlevering.....	20
Aktivitetsvenner.....	20
Besøksvenner.....	21
Nærmiljøturer.....	21
Kystentur.....	21
Eldredagen.....	21
Rekruttering.....	22
Informasjonsarbeid.....	22
Hvem er de frivillige?.....	23
Samfunnet i endring- En frivillighet i endring.....	23
Handlingsplan 2025.....	25

Frivillighet:	Gi mennesker mulighet til å være aktive i samfunnet
Tilhørighet:	Skape nye bånd og tilhørighet med andre
Aktivitet:	Bryte passivitet – og dekke lokale behov

Organisering

Frivilligsentralen er ingen frivillig organisasjon og konkurrerer derfor ikke med andre organisasjoner. Sentralens suksess må forstås ut fra deres viktigste ressurs, som er de frivillige. Uten disse medarbeiderne – ingen sentral! Frivilligsentralens fortrinn sammenlignet med frivillige organisasjoner, er at det kan settes av mer tid til organisering og ledelse av frivillig arbeid på grunn av offentlig støtte. Dette gjør Frivilligsentralen til et kraftsenter i lokalmiljøet, med lokale møteplasser som knytter enkeltmennesker og organisasjoner sammen for å skape et godt frivillig miljø, gode aktivitetstilbud og et godt samarbeid med lokal frivillighet.

Uansett eierform er det en forutsetning at eier gir sentralen størst mulig grad av selvstyre.

I 2024 fantes det 547 frivilligsentraler fordelt på 334 av landets kommuner.

Frivilligsentralene er organisert gjennom Norges Frivilligsentraler, som har visjonen: «Sammen skaper vi gode og inkluderende lokalsamfunn». Mens mottoet er: «Møte mellom mennesker». På nettsidene www.norges-frivilligsentraler.no presenteres også arbeidsmodellen deres: «Frivilligsentraler er mangfoldige møteplasser bygget på frivillighetens premisser og lokale ønsker, ivaretatt av ansatte i samhandling med frivillige, lag og foreninger, næring og kommune.»

Frivilligsentralene er ofte ulikt organisert. I Tønsberg har vi en kommunalt eid sentral og daglig leder er ansatt i kommunen. Frivilligsentralen har en ressursgruppe som møtes 4 ganger i året. Ressursgruppen har bestått av:

Ragnhild Løkke.	Organisasjonen LEVE.
Arild Johansen.	Messa
Astrid Neuman.	Frivillig
Anne-May Hogsnes.	Politiker
Randi Vermelid.	Ung i Tønsberg
Torbjørn Brunstøl.	Frivilligheta på Re
Lene Bugge Pettersen.	Bli med inn – I fellesskap
Ingvild Hersvik.	Tjenesteleder
Annichen Pettersen.	Daglig leder Frivilligsentralen

Sentralens målgruppe er de frivillige. Bonus er at eldre og andre som har behov for det, får god hjelp av frivillige når de måtte ønske, til det meste.

Norges Frivilligsentralers verdier

1. ÅPEN – Åpenhet og involvering er viktig for å nå sentralens mål. Vi må være ærlige og transparente, noe som bidrar til å synliggjøre våre styrker og våre begrensninger. Dette ivaretar og bygger opp om gode relasjoner og tillitt.

2. RAUS – Hvert menneske er en ressurs, og vi jobber for å spille hverandre gode. Vi vil skape en sjenerøs og inkluderende kultur, hvor vi ser merverdien og mangfoldet, og løsninger fremfor barrierer.

3. NYSGJERRIG – Engasjement og innovasjon ligger til grunn i alt vårt arbeid. Vi skal være ambisiøse i utforskningen av vårt samfunnsansvar. Sammen med andre opplever vi mestring og læring, oppsøker endringer og skaper nye ideer.

Tønsberg Frivilligsentrals verdier: «Samhold og fellesskap»

I 2024 etablerte vi en «verdikasse». En grønn postkasse synlig og godt tilgjengelig for de frivillige ved sentralen. De frivillige ble oppfordret til å tenke gjennom eget verdigrunnlag og at vi, gjennom vår forslagskasse kunne komme frem til det som er våre felles verdier.

Ordene som dominerte på lappene i verdikassa var samhold, nettverk og fellesskap. Det var også disse ordene som gikk igjen, da over 40 frivillige

ble spurt om årsaken til at de er frivillige, og hva de tenker er mest betydningsfullt ved det frivillige arbeidet.

Spørsmålet ble stilt i forbindelse med et lite bokprosjekt. En frivillig fotograf ved frivilligsentralen, Runar Tveiten og undertegnede gikk sammen om boka: «Frivillighetens mange ansikter». Her har vi samlet portretter av de frivillige og deres autentiske uttalelser om betydningen av å være frivillig og hvordan det har påvirket deres liv.



Frivilligheten har sterk egenverdi. Som frivillig får man mulighet til å:

- Bli del av et sosialt nettverk
- Få ny kompetanse, innsikt og mestringsfølelse
- Trygghet og identitet
- Finne veien tilbake til et aktivt liv.

Frivillighet er bra i seg selv. Frivillighet forhindrer isolasjon og gir økt sosial robusthet.

Frivilligsentralenes målsetting

I Meld.St.10 (2018–2010) Frivilligheita – sterk, sjølstendig, mangfoldig slår regjeringa fast at frivillighetens selvstendighet er et grunnleggende prinsipp i frivillighetspolitikken. Staten skal ikke styre frivilligheten, men legge til rette for aktivitet. For å få til det, har regjeringen satt fire mål for den statlige frivillighetspolitikken:

1. Bred deltagelse: frivillig innsats er en kilde til fellesskap, demokratiutøvelse og kompetanse. Regjeringen vil at denne kilden skal være tilgjengelig for alle, uansett kjønn, etnisitet, inntekt, funksjonsnivå eller interessefelt.

2. En sterk og uavhengig sektor: Regjeringen vil legge til rette for en sterk og uavhengig sektor som vokser nedenfra. Det innebærer blant annet å styrke de brede støtteordningene og ha klare og tydelige kriterier for tilskudd.

3. Forenklingsreform: Det skal være enkelt for frivilligheten å søke, ta imot og rapportere på offentlig støtte.

4. En samordnet frivillighetspolitikk: Et godt samspill med offentlige myndigheter skal bygge opp under frivillig aktivitet.

«Samfunnet er i rask endring. Det får naturlig nok følger også for frivillige organisasjoner, og kanskje også for frivillig engasjement og innsats. Mitt ståsted er at frivillighet har stor, ja, uvurderlig betydning for enkeltmennesker og mennesker imellom – De fellesskapene som til sammen utgjør samfunnet.» (Frivillighet og ledelse av frivillige – Stephen Sirris s. 10)

Daglig leders hovedoppgave er å stimulere til og organisere samarbeid mellom sentralen, frivillige organisasjoner, andre kommunale virksomheter og næringsliv, om frivillig innsats. Daglig leder har ansvar for daglig ledelse av sentralen og har ansvar for å iverksette vedtak, ta initiativ til innføring av nødvendige rutiner, opplæring og veiledning av frivillige medarbeidere. Overvåke budsjett- og regnskapssituasjonen og legge frem nødvendige rapporter internt og eksternt. Daglig leders oppgaver må være i tråd med NFS og Tønsberg frivilligsentral's retningslinjer, i samråd med ressursgruppen og virksomhetsleder. Daglig leder må delta på aktuelle møter og gjøre seg kjent med synspunkter og debatter som er grunnlaget for beslutninger som tas. Det forutsettes at daglig leder er orientert om nye trender innen frivillig arbeid, nytt regelverk og ny kunnskap på dette området. Tønsberg Kommune har arbeidsgiveransvar for daglig leder og garanterer økonomisk for driften av sentralen hvert år. Organisatorisk er sentralen tilknyttet virksomhet kultur, idrett og folkehelse.

Økonomi

Med øremerking av midler til frivilligsentralene og ny forskrift kan vi endelig feire at frivilligsentralenes rolle i samfunnet har blitt mer definert og synlig og vi er svært glade for å se at 41 nye sentraler har fått tilskudd! Statstilskuddet for 2024 var kr 498 370.

I 2024 hadde Tønsberg Frivilligsentral et totalbudsjett på 1 070 000. Midlene tildeles etter forskrift om tilskudd til frivilligsentraler. Det er lotteri- og stiftelsestilsynet som har ansvar for ordningen og oppdaterer om søknad, tildeling og rapportering på sine nettsider.

Utbetaling av midler skjer til kommunene i starten av året.

Tildelinger

- Kr. 8000 Fra NFS. «Datavenn»
- Kr. 5000 i forbindelse med utkjøring av strøsand
- Kr. 7000 gaver
- Kr. 31 000 fra private (Re)

Bruk av legatmidler

Legatmidler og gaver søkes til sosiale tiltak for våre brukere og frivillige hjelpere. I 2024 er midlene brukt til:

- Enkel servering til de frivillige i sentralens ordinære åpningstid.
- "Onsdagslunsj", varm lunsj hver onsdag servert av frivillige.
- Bursdagssupper en gang i måneden
- Vaffelfredag
- Fleesejakker til frivillige
- Trykking av bok.
- Handlebuss torsdag og fredag.
- Julekalender
- To Sverigeturer for frivillige
- Sommer og julefest
- Blomster, div. gaver og oppmerksomhet ved "runde tall" og sykdom, død og glede.

Sammendrag av sentralens aktiviteter i 2024

Frivilligheten er i endring og det stilles stadige krav til endring og tilpassing. Organisasjonslivet generelt sliter med å opprettholde tidligere tilbud og organisasjoners medlemstall er synkende. Det er en klar tendens til at folk ønsker å disponere sin fritid på en fri og uavhengig måte. Det er denne type frivillighet frivilligsentraler kan tilby. Denne endringen er for oss merkbar. Vi har mange frivillige som melder seg, også yngre personer. Men mange frivillige vil reservere seg mot fredager og helger. I vinterperioden er det mange som ønsker å ta flere måneder fri for å reise til varmere strøk. Det kan gjøre oss mere sårbare hvis vi ikke har en plan B. Det krever god planlegging når aktiviteter skal etableres og at vi må benytte «lag»-tankegang og regne med at alle ikke kan stille.

I 2024 har tilbud til de mest sårbare rundt oss fått stor oppmerksomhet og vi har mange frivillige som ønsker å bidra i våre nyeste tilbud som retter seg mot denne gruppen. Sentralens nye satsningsområder er «**Frivilligheta på Re**» som driver med matutdeling og «**inn i fellesskap**» -et tilbud til eldre hjemmeboende. Et samarbeid på tvers av virksomhetene hjemmetjenesten og kultur (frivilligsentralen)

Frivilligsentralen har holdt åpen hver dag fra kl. 10.00 til 14.00. Takket være de frivillige kontorvertene kan vi være tilgjengelige på telefonen og ta imot besøkende i åpningstiden hele året. Dette gjelder også i skolens ferier.

Oppdragene består i forskjellig praktisk arbeid som små reparasjoner i

hjemmet, hagearbeid, hogging og innbæring av ved, tyding av byråkratiske brev, data/internett, kontorhjelpe, handling, høytlesing, hundelufting, utkjøring av strøsand, kulturformidling, besøksvenn m.m. Den største tjenesten vi tilbyr er følge- og kjøre tjeneste. Vi følger, støtter og hjelper både gående og de med hjul, slik at de kan komme seg til lege, sykehus, frisør, tannlege, besøke en venninne og lignende. Det beste med denne tjenesten, ved siden av at det innebærer transport, er kanskje at det sitter noen på venteværelset og venter og spør hvordan det har gått, eller at det er en person som har tid og lyst til å være tilstede for brukeren. I tillegg til 'en-til-en' tjenester driver sentralen en utstrakt nettverksbygging. Sentralen er åpen hver dag. De besøkende får servert kaffe og noe å bite i. **Hver onsdag** er det lunsj servering til de frivillige. Det er en frivillig i samarbeid med daglig leder, som har ansvaret for gjennomføringen av denne. Hver fredag er det **fredagsvaffer**, og de frivillige strømmer på for å nyte en vaffel og en lett og fin fredagsstemning.

På sentralen er det en god atmosfære og «den gode samtalen» etableres raskt. Her blir det bygget relasjoner og vennskap. Mange benytter sentralen som en «mellomstasjon» før de prøver seg igjen i yrkeslivet. Her er en trygg arena for sosial trening og enkle arbeidsoppgaver.

Vi tar imot personer fra kriminalomsorgen som soner samfunnstjeneste. Vi samarbeider med NAV, Velle og Job-learn. Disse personene har alle tilført sentralen noe positivt og har bidratt med sine ressurser. Vi har en økende gruppe unge som ønsker å gjøre frivillig arbeid. Noen av disse er uten arbeid og ønsker å fylle fritiden, mens andre er opptatt med skole eller arbeid på dagtid og ønsker frivillig arbeid som et tilskudd i livet sitt eller som et bidrag til sin CV. Vi har også hatt et fruktbart samarbeid med Tønsberg Bibelskole. De har bidratt som Husvenner på Slagen -bo og de har tatt i et tak i vinter med måking av snø.

Rollen som fylkeskontakt Daglig leder er fylkeskontakt for eldre reformen «Leve hele livet». Det har innebært noe merarbeid i forhold til arbeid med reformen, samarbeidsmøter og samlinger med de 10 andre fylkeskontaktene i landet. Den 16/6- 2023 la regjeringen fram en ny eldrereform. St.mld 24: Fellesskap og meistring – Bu trygt heime reformen. Reformen skal bidra til et mer aldersvennlig samfunn, at flere eldre kan leve aktive liv lenger og oppleve trygghet ved å bo i eget hjem.

«Alle i Norge skal ha en trygg og god alderdom. Vi kommer til å få en kraftig vekst i antall eldre. Denne reformen strekker seg fra hverdagslivet og lokalsamfunnet via boliger og hjemmetjenester til samhandling med sykehusene. Hele samfunnet må bli mer aldersvennlig. Flere eldre skal

kunne leve aktive livlenger og oppleve trygghet i eget hjem, og så skal de som ikke kan bo hjemme, også ha trygge, gode og verdige liv.» Jonas Gahr Støre.

Tilbud til deltagere

- Handlebuss hver torsdag og fredag. Pr. 31.12.24 er det ca 35 brukere av handlebussen. Vi kan ha med inntil 12 personer hver gang.
- Underholdning på Nes Sykehjem, Midløkken og Slagen aktivitetshus.
- Ukentlig allsang med piano på Nes og Eik sykehjem.
- Strikke gruppe og lesegruppe på Nes.
- Henting av barn for å gjennomføre SFO i regi av «Hokkyhoder». Gratis skøytetrening for barn.
- Matutdeling annenhver tirsdag fra Treffpunktet på Re.
- Strikke cafe på mandager
- Sy – tirsdag
- Gå-Gruppe hver mandag
- Friluftstrim hver tirsdag

«Bli med – inn i fellesskap»

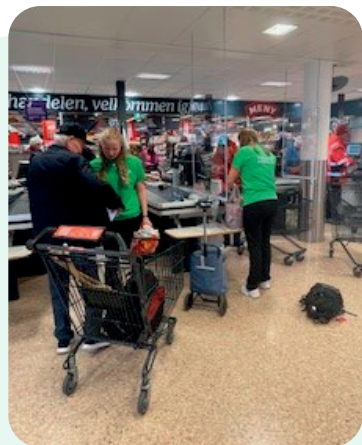
- Middagslevering til faste brukere
- Henting av hjemmeboende eldre 1. lørdag i måneden for deltagelse på «Skravlekoppen»
- Henting til «nærmiljøtur» 3. tirsdag i måneden
- Besøksvenner.
- «Skravlekoppen» 1. lørdag i måneden
- Nærmiljøturer hver 3. tirsdag
- Kysten tur
- Aktivitetsvenner.
- Husvenner. Et aktivitetstilbud for beboere på aktivitetshus.
- Kulturkontakter.
- Besøksvenner

«Handlebussen» er etter 23 år, et godt etablert tilbud til eldre og uføre i Tønsberg kommune. Hver torsdag og fredag fylles bussen opp med eldre og andre som trenger hjelp til å handle. De som ønsker å være med ringer på sentralen og melder seg på. Handleturen går til Meny/ Eiktoppen med påfølgende kaffe i kafeteriaen og hyggelig prat. Bussen har en egen fast sjåfør samt to som stiller opp når det trengs en avløser.

Slagen



De sørger for nødvendig stell og vedlikehold. Bussen blir også benyttet av andre organisasjoner, lag, foreninger og egne arrangementer. Vi arrangerer også sverigeturer for våre brukere, og før jul og om våren tar vi en tur til Gjenestad gartnersenter for å handle sesongens blomster og tilbehør. Etter handledamenes ønske hender det også at handleturen blir lagt til Re-torvet. «Handlebussen» kjører sine ruter 12 måneder i året.



Valgfaget «Innsats for andre» Hvert år har vi kontakt med en ungdomsskole som ønsker praksis i valgfaget «Innsats for andre». De har arrangert i-pad kurs, vaffelsteking på Nes og andre frivilligoppgaver en dag i uken. I år har vi hatt kontakt med Kongseik u-skole. Seks elever har bidratt med å hjelpe «handledamene» som kommer til Eik med «handlebussen». Hver fredag stiller de opp på meny/Eiktoppen og er behjelpelig både med handling og er sosiale med de eldre under kaffekoppen på cafeen, før de hjelper til med bæring av handlevarer inn i bussen og sørger for at varene kommer helt hjem på kjøkkenbenken.

Hverdagshjelpen er en av våre største tjenester. De frivillige tilbyr praktisk bistand til de som trenger en hjelpende hånd, eller kjøring/følge til lege, frisør ol.

Den blir til daglig ivaretatt av fem faste frivillige kontorverter. Oppdragene varierer fra kjøreoppdrag og hagearbeid til mere spesielle oppdrag som henting av katter på Gardemoen og lufting av hund for personer som av ulike grunner ikke kan gjøre dette selv i perioder. Oppdragene vi utfører varierer i forhold til hvem som til enhver tid er frivillige hos oss, og hva de ønsker å utføre.

Vi utfører ikke flytteoppdrag og faste rengjøringsoppdrag. De frivillige skal ikke belastes økonomisk når de er i oppdrag. De får 4 kr. Pr. km direkte fra brukeren. Er de på oppdrag for frivilligsentralen kan de levere kjøreregning og få tilbake sine utgifter.

Kontorvertene har faste dager på kontoret, de tar telefon og registrerer inn oppdrag. De har også ansvar for det sosiale miljøet, sørge for at ingen sitter alene og å sette på kaffe eller annen enkel servering. Kontorvertene har tilbud om jevnlig kontakt med og veiledning fra daglig leder, samt to kontor møter i året som vi kombinerer med hyggelig og sosialt fellesskap.

Strikke-cafeen på Nes. Frivillig Unni Foss har sammen med sin mann Helge engasjert seg som aktivitetsvenner på Nes bo og behandlingssenter. Der har Unni opprettet en strikke-Café med 10-15 besøkende hver uke og Helge har en lesegruppe for herrer. Unni har også ansvar for å sende ut bursdagskort til de frivillige som fyller år.

Sesongens vakreste sanger. Svein Erik Dørum spiller piano og synger for de gamle på Nes og Eik sykehjem. Han synger, spiller, traller og har musikk Quiz. Deltagerne får sanghefter med kjente og kjære sanger og vakre bilder. De nynner gjenkjennende med og kan ofte gjette hvilken sang han spiller.

Rickshaw sykling. Hver tirsdag, når været tillater det, tar Thomas på seg sykkelhjelmene og gir beboerne på Eik Bo- og behandlingssenter tilbud om en liten sykkelstur. Eik har to slike elektriske sykler, som gjør det mulig for de eldre å få en liten tur ut i naturen.

Sy - tirsdag

På tirsdagene setter Venke seg ved det store bordet på sentralen med sin symaskin. Hun tar imot tøy som skal repareres eller justeres på noen vis. Hun syr også vesker og grytekluter. Noe av «produksjonen» ble solgt på bruktmarkedet som var arrangert av messa i oktober.



Strikkemandag

Hver mandag kl. 13.30 kommer de som er med på strikkecafeen. Frivillig Anne Korsvold tok initiativet til dette, og det som starta med 5-6 strikkere har etter hvert utviklet seg til å bli til 25.

Strikke cafeen har et godt samarbeid med garn og hobby butikken «min lille hobby». Der får strikkerne 30% på garn. Driverne av strikke butikken har også bidratt med en informasjon/opplæringsdag. Anne og gjengen feirer ett år i februar. Da stod frivillig Helge klar med bursdagskake. Strikke cafeen bidrar også til samfunns nyttige formål. De har vært med i «Amanda prosjektet» og strikket både «mammakluter» og prematurluer som de har levert til fødeavdelingen og de har strikket ullsokker som de har donert til «Vi-Sammen» - Ukraina organisasjonen og til Kirkens Bymisjon.

Gå gruppe

Hver mandag kl. 11.00 møtes en gjeng rett ved Is-hallen i Tønsberg. Det er et lavterskel tilbud til personer som har lyst til å bevege seg rundt i Tønsberg. Initiativtaker er Leif Lunde.



Friluftstrimmen

I august startet vi opp en treningsgruppe i Gunnarsbøparken. Dette er et samarbeid med Dnt. De stiller med instruktør og en frivillig. Frivilligsentralen stiller med to frivillige, samt at deltagerne får tilbud om kaffe og kanelboller på frivilligsentralen etter endt økt.

Treningstilbudet viste seg å dekke et stort behov med 30-40 fremmøtte hver gang. Treningstilbudet skulle settes på pause i vintermånedene, men de fremmøtte hadde et sterkt ønske om å få trene også om vinteren. Vi fikk en avtale med messehall B. Så den benyttes fram til mai. Da skal vi igjen møtes i Gunnarsbøparken å trene ute i naturen.



Sang og musikk = Glede

Vår egen musiker; Harald Aakvik skaper mye god stemning rundt på kommunens aktivitetshus, helse hus og omsorgsinstitusjoner. Han spiller gitar og synger, lager allsang og tar gjerne på en out-fit som passer med sjangeren. På sentralen er vi heldige, da han ofte blir oppfordra til å ta fram gitaren.

På piano har vi Henning Millet. Duoen er kjente ansikter på «skravlekoppen»- cafe.

Svein Johansen er husets entertainer. Han dukker opp når man minst venter det og imiterer kjente og kjære musikere.





Søppelplukkelaget

Det som startet med en liten ivrig plukkegjeng har nå utviklet seg til å bli et stort nettverk med 54 frivillige søppelplukkere fordelt på 16 roder med roedeledere. De plukker søppel i hele kommunen. De er mest aktive under vårhalvåret og på høsten. Søppelplukkelaget vektlegger det å treffes og å ha det hyggelig sammen. Frivilligsentralen legger til rette for plukkingen med innkjøp av diverse materiell.



Samarbeid med «Hokkyhuer»

Hver tirsdag og torsdag kjører frivillig Axel Sundsvall Bussen til Tønsberg Wikings. Han henter og returnerer elever ved Trelleborg og Eik skoler til ishokey SFO. Gratis ishokey trening til barn i regi av «Hokkyhuer».

«Matutdelinga på Re»

Matutdelingen i Tønsberg skjer nå ved «Matutdelinga på Re», som

holder til på Brårsenteret. Frivillig Torbjørn Brunstøl har ansvaret for matutdelingen. Hver tirsdag har frivillige ved «matutdelinga» organisert matposer til utdeling. 180 husstander og ca 200 personer får glede av matutdelingen og stadig flere frivillige ønsker å bidra med hjelp. Pr. nå er det 20 frivillige ved «Matutdelinga».

For å få gjennomført mathenting ved matsentralen i Larvik ønsket de frivillige seg en tilhenger. Det ble opprettet en spleis og de er nå eier av en ny tilhenger for å gjennomføre mat henting. De har også tilgang til bil som disponeres av virksomhet mestrings og helse som de benytter ved utkjøring av mat til enkelte familier. Da er dette arbeidet en del av aktivitetene i tilrettelagt arbeid.

I desember etablerte de en innsamling av mat og gaver for å oppdatere matkassene i forbindelse med julen. Det lokale næringslivet bidro med kjøtt og meierivarer, slik at matkassene kunne fylles opp med ekstra god-saker.



Re frivilligsentral

I juni fikk vi tildelt statsmidler til en ny frivilligsentral på Re. Vi startet arbei-

det med rekruttering og ansettelse av daglig leder og praktisk tilrettelegging for en ny frivilligsentral på Brårsenteret.

5 november inviterte vi til innbyggermøte i forbindelse med oppstart av den nye frivilligsentralen. Kirsten Koht holdt foredrag og ordfører åpnet arrangementet. Den nye frivilligsentral lederen, Rina Winnem Tønder, ble introdusert. En fin kveld der lag, foreninger og enkeltpersoner var i dialog for å avklare ønsker, behov og forventninger til den nye frivilligsentralen.



Strøsand

Denne vinteren har frivillige kjørt ut strøsand til innbyggere som har hatt behov for å få dette hjemkjørt. Tilbudet ble formidla gjennom kommunens nettsider

<https://www.tonsberg.kommune.no/aktuelt/gratis-strosand-til-innbyggere-i-tonsberg-kommune.42327.aspx>

De frivillige henta sanden som var porsjonert ut i poser, av tilrettelagt arbeid. Posene ble lagret i vår garasje slik at det skulle bli enkelt for de frivillige å påta seg denne oppgaven. Alle som meldte behov, fikk strøsand hjemkjørt. Noen henta selv på sentralen.

Tilbud til de frivillige

Møtestedet i Tjømegata. Vi er stolt av våre fine og hyggelige lokaler i Tjømegaten 1, midt i hjertet av Tønsberg. Dette skaper gode rammer for vår målsetting om å ha et «være-sted» for unge og gamle. Her møtes det daglig mennesker på tvers av alder og etnisk opprinnelse.

På mange måter fungerer vi som en bro-bygger. Et fellesskap som kjennetegnes med åpne dører og mindre forpliktende fellesskap. Unge mennesker er også i større grad aktive brukere av stedet. Vi har jevnlig dagnader der vi alle gjør en innsats for at det skal være rent og trivelig. Vi har i gjennomsnitt ca.15 besøkende pr. dag. Gjennomsnittsalder blant de frivillige er 52 år. Sentralens lokaler og beliggenhet gir oss en fin mulighet til å fokusere på at vi også er en møtested, ja, som et torg. Et sted hvor for-bipasserende kan stikke innom for å ta en kaffe eller bare en liten prat.



Onsdagslunch

Hver onsdag blir det servert varm lunsj til de frivillige hjelperne. Det er til vanlig frivillige Astrid, Helge og Unni som lager lunsj og dekker på et hyggelig bord. Lunsjen har blitt et populært innslag som mange frivillige prioriterer å få med seg. Onsdagslunchen blir også brukt som arena for å presentere nye ansatte i kommunen eller andre som ønsker å samarbeide med oss.



Fredagsvafler

Hver fredag kl 11.00 har Gry og Eva stått klar med varme vafler. Dette har blitt et populært innslag. En hyggelig avslutning på en hyggelig uke.

Bursdagssuppe

Første fredagen i måneden feirer vi de som har fødselsdag den aktuelle måneden. Venke disker opp med deilig hjemmelagd suppe. De som fyller år får navnet sitt på en liten plakett og vi synger fødselsdagssangen.

Faste arrangementer for frivillige:

- Sverigeturer (to ganger pr. år)
- Sommerfest og julefest
- Onsdagslunsj
- Fredagsvafler
- Bursdagssuppe
- Pizza kvelder
- Temakvelder

Kurs for frivillige

I oktober gjennomførte daglig leder i samarbeid med frivillighetskoordinator Eva Wang Norderud to kurs for frivillige. Kursene er et tilbud til personer som er nysgjerrig på hva det kan innebære å være frivillig eller til allerede frivillige som ønsker å vite mer. Kursene ble arrangert på Tønsberg bibliotek og ett på biblioteket på Re.



5. desember

De frivillige må bli sett – hørt – anerkjent. 5 desember er en slik dag hvor vi kan feire og heie på de frivillige. Vi markerer den internasjonale frivillighetsdagen med åpen sentral, vi deler ut `flyers` på torget og frivillige serverte grøt. Det ble foretatt utdeling av vår superlo-kale frivillighetspris.

Bursdagskort

Unni Foss holder rede på de frivilliges fødselsdager. Alle mottar en hyggelig hilsen i postkassa fra Frivilligsentralen. Ved hele tall vanker det en blomsterbukett.

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Samarbeid med andre:• Tønsberg Ressurs• Tønsberg bibelskole• Kriminalomsorgen• Kongseik ungdomsskole• Velle• Diakon i Re• Tønsberg pensjonistforening avd. Farmand• Færder Rotary• Selvhjelp Norge• Frisklivssentralen• Angstringen i Norge• Kreftforeningen• Kirkens Bymisjon | <ul style="list-style-type: none">• Demenskoordinator• Tønsberg kommune• Andre frivilligsentraler• Kolon reklame• Aktivitetssenterne• Frivillighetskoordinator Eva Wang Norderud• Bodil Bettum/Nes• Tønsberg advokatene• Organisasjonen Krea kids• Messestyret• «Hokkyhoder»• Flint fotball og «gåfotball»• Stand up komiker Rigmor Galtung |
|---|---|

Personer med fremmedkulturell bakgrunn. Vi opplever en økende tendens til at personer med fremmedkulturell bakgrunn tar kontakt med oss. De ønsker fellesskap og nettverk samt å øve seg på språket. Vi har nå noen faste frivillige i denne gruppen som blir svært godt mottatt av øvrige frivil-

lige og brukere. I perioder har vi også hatt gleden av å ha eksotiske retter til lunsjen. Informasjonsbrosjyren vår er også oversatt til engelsk, slik at vi blir mere tilgjengelige for fremmedspråkelige. Vi har også hatt noe samarbeid med Ukraina organisasjonen. Vi har bl.a bistått med kjøring til ulike arrangementer. Strikkegruppa har donert ull-sokker til både barn og voksne. Handlebussen er også en god arena for språktrening. Samvær og interaksjon med både eldre og ungdom er en naturlig og fin måte å øve på språket. Dette er et tilbud på torsdager.

Vi har også samarbeidet med Eterisk community. Det er en nyetablert organisasjon som jobber med tilbud, aktiviteter og språkopplæring. Frivilligsentralen har bistått i søknadsprosessen om midler til organisasjonen.

Vi ser et økende behov for et slikt sted som ikke er forbeholdt spesielle brukergrupper. Vi har økende tilstrømming av unge brukere som ikke er i ordinært arbeid. På kveldstid blir sentralen brukt av ulike selvhjelpsgrupper og likemannsarbeid. Lokalene er lånt ut fem til seks kvelder i uka.



VENNSKAP: Astrid Neumann (66) og Maya Jabbour (40) har fått et solid vennskap gjennom møtet på Frivilligsentralen. Foto: Benedicte J. Hamnes

Brukere av Huset på kveldstid

Mandager	Leve	leve		
Tirsdager	Sy tirsdag	Egne møter	Sy tirsdag	Sy tirsdag
Onsdager	Cafe leve	Fagforbundet	LHL ung	Leve ung
Torsdager	Bi-polar			
Lørdager	Skravlekoppen cafe			
Søndager	ACA	ACA	ACA	ACA

Tall som teller

- 250 er frivillige på sentralen, i tillegg til 20 frivillige på «matutdelinga» på Revetal og 41 i «Bli med inn i fellesskapet»
- De frivillige har til sammen jobbet 19 895 timer (godt over 11årsverk.)
- Fordelt på Re: 7000 timer, «Bli med inn – I fellesskapet»: 4945timer og Frivilligsentralen: 7950 timer.
- I gjennomsnitt besøker 15 personer Frivilligsentralen hver dag
- Det ble spist ca. 2500 vafler i 2023
- Gjennomsnittsalderen på en frivillig hos oss er 52 år.
- Vi mettet 200 personer i uka.
- Kulturdepartementet bevilget 498370 kr. til

frivilligsentralen.

- Frivilligsentralens totale utgift i 2024 var 1 065 679

«Bli med inn i fellesskap» – Ett samarbeid med hjemmetjenesten

På bakgrunn av midler fra Statsforvalteren, 100 000, til prosjekter som skulle motvirke ensomhet blant eldre i 2021-22, ble Lene Bugge Pettersen engasjert i en 30% prosjektstilling for å gjennomføre en kartlegging av behovet hos ensomme eldre i kommunen.

Hun gjennomførte en spørreundersøkelse med dybdeintervjuer. Konklusjonen ble at eldre ønsket seg besøk av en fast person, under trygge forhold og tilpassede aktiviteter med transport. Frivilligsentralens besøkstjeneste ble et nytt fokusområde. Ivaretagelse og rekruttering av besøksvenner og koblingsmøter ble prioritert for å imøtekomme behovet til målgruppen; eldre hjemmeboende.

Vi fikk tilført nye 100 000 kroner og kunne få laget en informasjonsbrosjyre som vi hadde som innstikk i Tønsberg Blad, med informasjon om tilbudet. I samarbeid med Mestring og helse, og deres arbeid med å utvikle en arbeidsmodell for samarbeid med frivilligheten inn i helse, ble det søkt helsedirektoratet om midler og det ble tilført prosjektet ytterligere 500 000. Arbeidssted for prosjektmedarbeider/frivilligkontakten er på Frivilligsentralen, og i løpet av 2024, ble stillingen fast. Tiltaket skal stimulere til økt aktivitet og sosial deltagelse for hjemmeboende som står i fare for å oppleve ensomhet eller isolasjon i eget hjem. «Bli med – inn i fellesskap» fokuserer på iboende ressurser hos både den frivillige og hos den eldre, som sammen utarbeider aktiviteter og arrangementer. Dette utløser empowerment og er en drivkraft som er unik i det helsefremmende arbeidet. Det å gi de eldre en opplevelse av mestring og en sammenheng i hverdagen ivaretar integritet og er i tråd med verdighetsgarantien. Dette er også med på å innfri noe av Meld. St.24 (2022-23) Fellesskap og meistring – Bu trygt heime-reformen s' satsningsområder.

Formålet er å stimulere til aktivitet og sosial deltagelse for en trygg og verdig alderdom, i eget hjem, så lenge som mulig.

Frivillighetskontakten har som oppgave å koble, koordinere, iverksette relevante tilbud, følge opp, og samarbeide med hjemmetjenesten for å møte behov hos ensomme eldre og rekruttere frivillige. Besøksvenntjenesten har pr. nå 30 besøksvenner og ca. 15 nye koblinger i 2024.



Gleden ved å være frivillig:



Skravlekoppen – Et cafe tilbud til eldre hjemmeboende

Skravlekoppen cafe er et tilbud til eldre hjemmeboende hver 1. lørdag i måneden i regi av «Bli med inn - i fellesskap». Cafeen holder til i frivilligsentralens lokaler. De som ønsker å være med melder seg på hos Frivilligsentralen. Tilbudet blir lagt ut på Frivilligsentralens fb side, Tønsberg kommunes nettside, minnesider i tb og Friskus. Den viktigste formidlingen av dette tilbudet er frivilligkontakts tilknytning til hjemmetjenesten, og at informasjon om tilbudet spres via hjemmetjenestesone. Cafe deltagerne blir hentet av Frivilligsentralens buss og frivillig sjåfør og øvrige frivillige i deres private biler. Skravlekoppen har frivillige som stiller opp for å kjøre, servere vafler med tilbehør og er med på den gode samtalen rundt bordene. Deltagerne får også invitasjon til å melde seg på kulturelle tilbud via den «kulturelle spaserstokken».

Skravlekoppen på hjul. Ensomhet tar ikke ferie, og spesielt i desember er det mange som føler på dette. Lene tok «skravlekoppen» et skritt videre. Hun fikk låne bil av hjemmetjenesten og tre frivillige tente på ideen med å ta med kaffe og boller å besøke eldre i deres hjem.

Velvære på jul er et samarbeid med to næringsdrivende i Tønsberg. En frisør og en fotpleie. De gir av sin tid i desember for å gi eldre som ønsker det litt velvære og økt livskvalitet.

Husvenner

Hver tirsdag får slagen aktivitetshus besøk av «husvennene». Et tilbud til beboere. Husvennene er frivillige som har etablert seg ved et bord i fellesrommet. De sitter klar med kaffe og noe å bite i. De er tilgjengelige for spill, gå tur eller andre sosiale behov som beboerne måtte ha.

Middagsutlevering

Eldre som ønsker tilkjøring av nylaget middag en gang i uken, kan melde sin interesse via sentralens frivillige telefonverter. De kan velge mellom en fisk-og, eller kjøttretter. Mange bestiller begge de-

Else Marie sitter mye alene: - Jeg blir så glad hver gang jeg får besøk



LYSPUNKT: Else Marie Stjernløv er takknemlig for å ha møtt Gry Halum, Anne Korsvold og Anders Eriksen. Foto: Haley Aubert Barkovitch

ler. Frivillige kjører middagene ut til hver og en som ønsker. Mottagerne av maten melder om at: «det er så hyggelig med besøk. I tillegg har de med seg middag til meg.»

Aktivitetsvenner

En aktivitetsvenn er en frivillig som gjør aktiviteter sammen med en person som har demens. Aktivitetsvennen og personen med demens kobles sammen på bakgrunn av felles interesser og møtes minst to ganger i måneden og gjør ting sammen som de liker. Målet skal være at det skal være givende og trygt for begge parter. Alle som skal være aktivitetsvenn må gjennomføre kurs som i samarbeid med Nasjonalforeningen for folkehelse blir arrangert to ggr. I året. Frivilligkontakten har som oppgave å spleise aktivitetsvenn og og den demente personen, følge opp relasjonen og gi veiledning underveis.

Besøksvenner

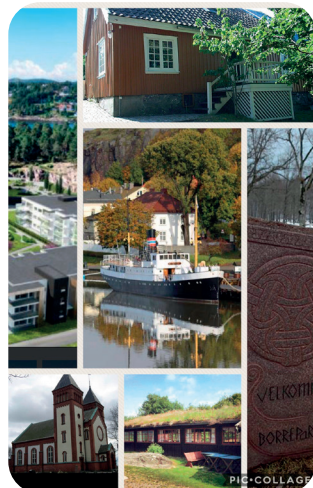
Under spørreundersøkelsen som «Bli med- inn i fellesskap» bygger på, kom det tydelig fram at mange eldre føler seg ensomme og har behov for mer besøk og nærvær av mennesker. Målet med at besøksvennene skulle bli en del av denne tjenesten var at vi skulle videreutvikle og sikre besøksvenner til de som ønsket seg dette. At målgruppa var mer kjent og synlig for hjemmetjenesten, da de fleste allerede var brukere av der.

Nærmiljøture

Fra juni 2022 ble nærmiljøturene en del av prosjektet «Bli med inn - i fellesskapet»'s aktivitets-tilbud. Dette er et månedlig tilbud til eldre hjemmeboende. De eldre deltagerne blir rekruttert i samarbeid med hjemmetjenesten og frivilligkontakt i hjemmetjenesten. Frivilligkontakt Lene Bugge Pettersen har ansvar for å arrangere turene i samarbeid med deltagerne, deres ønsker og behov. I 2024 har turene gått til Bøkeskogen, Nikkolinehuset, Hvalfangstmuseet i Sandefjord mm. Deltagerne melder seg på hos Frivilligsentralen og blir hentet hjemme av frivilligbussen.

Kysten tur

1 juli var det 99 spente personer som skulle seile Nøtterøy rundt med DS Kysten. Målgruppa var eldre hjemmeboende. Mange hadde med seg en pårørende eller en besøksvenn, og bussen fra Nes kom med både ansatte og deltagere denne store dagen. Fem frivillige var også tilstede for å



hjelpe til. Vel om bord fikk de servert mat og drikke. Og snart blei det liv! To musikanter spilte herlig sommermusikk. Alt var gratis. Turen var dekket av midler fra Bergljot Bøens minnefond.

Eldredagen

1. okt. ble det med midler fra Bergljot Bøen arrangert konsert på Frivilligsentralen. SODA spilte opp til livfull musikk for spente tilhørere. Eldre hjemmeboende ble henta av frivilligbussen og andre frivillige og kunne glede seg over live musikk.



Rekruttering

Hvilke nøkler har vi til vellykket rekruttering? En viktig innsikt er at mange ønsker seg et sosialt nettverk. At dette er en viktig motivasjon for mange som begynner på frivilligsentralen. Derfor sier også 55% «ja» til å bli frivillig hvis de blir spurt (Wollebæk 2015) Bare 4% rekrutteres gjennom annonsering.

På frivilligsentralen rekrutterer man ikke bare inn til en oppgave, men inn til et sosialt miljø. Vi har valgt å spørre på ulike måter. Med fast stand på biblioteket en gang i måneden, utdeling av flyers på torvet og andre steder og at den frivillige selv benytter sitt nettverk. Forskning påpeker at den sikreste måten å rekruttere på ikke er via digitale plattformer, men det å spørre den det ansikt til ansikt.

Rekruttering skjer best gjennom relasjoner (Stephen Sirris Frivillighet og ledelse s. 114) Og vi ser mange gode eksempler på dette, at frivillige selv er en stor ressurs i forhold til å rekruttere og den viktigste ambassadør for dette arbeidet.

Generelt er det et stort fokus på rekruttering, men det er to sider av denne saken; Vi må hele tiden ha fokus på at de nye frivillige. De må raskt få tildelede oppgaver som føles relevant og meningsfylte for dem. Vi som jobber på sentralen må ha tid, slik at de føler seg sett og anerkjent.

Frivillighet er ferskvare. Blir de ikke ivaretatt innen klort tid søker de andre steder. På bakgrunn av dette aspektet og denne erfaringen så er et av våre hovedmål å ivareta også de som allerede er frivillige. Dette har vi gode systemer for.



F.eks. At alle frivillige får en oppmerksomhet i forbindelse med bursdager. Da får de et hyggelig kort i postkassen eller en blomst ol ved spesielle anledninger. De får også:

- Tilbud om kurs • Sosiale samlinger • Ulike aktiviteter på sentralen

Informasjonsarbeid

Frivillighetsåret gav oss en utrolig mulighet til å fokusere på Frivilligsentralens arbeid. Gjennom reportasjer i avisa, intervjuer på radio, kommunens nettsider, Friskus og generelle oppslag på by- møbler ble vi synliggjort. Vi hadde også en informasjonsbase på Tønsberg og Færder bibliotek hver 1. mandag i måneden.

Det beste informasjonsarbeidet er, tror vi, å ha god kvalitet på våre tjenester, slik at de som benytter oss (på den ene eller andre måten) forteller positivt om oss til andre. Vi har et godt samarbeid med Tønsbergs Blad som har hatt flere informative reportasjer om sentralen. Nå før jul var det flere oppslag om ensomhet og «desemberfrivillighet».

Vi har egen Facebookside for frivilligsentralen. Sidene er hyppig besøkt, og flere benytter dette som en kanal for å melde seg som frivillig. Siden har 987 følgere.

- Stand på torvet
- Besøk av ordfører
- Åpen sentral
- Deltagelse på frivilligbørs
- Innlegg på velferdssenterets årlige konferanse
- Tønsbergs blad
- Sykkelturen
- Diverse avis oppslag om «inn i fellesskapet»
- NRK Vestfold
- Informasjonsmøter

Hvem er de frivillige?

- Ungdom/unge voksne som ønsker seg arbeidserfaring, referanser og personlig utvikling. Et springbrett for å komme videre i samfunnet.
- Voksene uten arbeid eller mellom to jobber som trenger noe å fylle dagene med, føle seg nyttige og oppleve tilhørighet.
- Voksne som er sykemeldt eller uføre, men som har arbeidskapasitet og trenger fellesskap og å gjøre noe meningsfullt i hverdagen
- Innvandrere som er uten jobb og som trenger å praktisere det norske språk
- Nylige/ unge pensjonister som har mye arbeidskapasitet og tid til overs.
- Eldre, ofte enslige pensjonister som har noe arbeidsevne, som trenger et fellesskap, møte kjente og ta en kopp kaffe med.
- «Idealister» unge voksne eller voksne som vil gjøre noe godt for sam-

funnet i en liten periode.

- Personer som soner samfunnsstraff

Skoleelever og studenter er også en gruppe frivillige som stadig øker. De benytter for det meste sykkel og buss til å utføre sine oppdrag og er derfor mest aktuelle for å gi hjelp til de som bor i sentrum eller omegn.

Unge uføre er også en relativ ny og økende gruppe som oppsøker sentralen. De ønsker å komme ut i et sosialt miljø og benytter sentralen i stor grad som en sosial arena.

Mange frivillige ønsker å spisse sitt oppdrag som frivillig. Noen oppdrag krever at de frivillige gjennomgår kurs for å øke sin kompetanse innenfor spesielle områder. Jeg kaller dette «ekspert frivillighet». Eksempler på dette er « Home-Start/familiekontakten» og aktivitetsvenn.

«Desemberfrivillighet» er alle som strømmer til og ønsker å gi av sin tid i juletiden. Mange er ensomme i desember og det å kunne hjelpe andre i denne tiden kan føles ekstra godt for den som hjelper og mange setter selvfølgelig pris på denne hjelpen.

Samfunnet i endring – En frivillighet i endring

Norge er stadig rangert som nr. en på frivillighetsbarometeret. Verdiskapingen i frivillig sektor i Norge utgjør omlag 4,8 prosent av bruttonasjonalproduktet. Frivilligheten har endret form. Fra en mer organisert frivillighet i form av medlemskap i organisasjoner til et større engasjement i en mer fristilt frivillighet, kulturfrivillighet og adhoc frivillighet, som frivilligsentralene representerer. Frivillighet til egen nytte som selvhjelps grupper og diverse pasient organisasjoner er i utvikling.

I tiden etter 12 mars 2020, så vi et enormt engasjement. Mange ønsket å være med på «dugnaden». Mange støttet opp om frivilligheten. Det var ikke vanskelig å finne hjelpere, men det var en utfordring og koordinere den. Møteplassene forsvant og møter mellom mennesker skulle begrenses. Det var en utfordring å ivareta de frivillige. Noen deltok i en gå gruppe som ble etablert av frivillige og de var flinke til å ivareta hverandre via telefon.

Frivilligsentralen ble i perioder stengt. Tilbudet om matutdeling tok form og det skulle vise seg at det var et enormt behov for dette tiltaket og andre tiltak som kunne styrke folks økonomi. Isolasjon og ensomhet blant eldre skulle vise seg og bli en ny utfordring og en ny oppgave for frivilligheten.

En stor takk til alle frivillige, brukere, organisasjoner, lag, foreninger, givere for et godt samarbeid i året som var!

Tønsberg 02.02.2025.

Annichen Pettersen, Daglig leder

HANDLINGSPLAN 2025 FOR TØNSBERG FRIVILLIGSENTRAL

Frivilligsentralens rolle og betydning.

Frivilligsentralen skal være lokal forankret og utvikles ut fra lokale forutsetninger og behov. Aktivitetene skal bygge på frivillig innsats, bidra til å skape lokale møteplasser og legge til rette for lokal frivillig virksomhet.

Frivilligsentralens målgruppe er de frivillige.

Bonusen er at eldre og ensomme i Tønsberg kommune får bedre livskvalitet og mulighet til å være aktive og deltagende i samfunnet. Frivilligsentralen er også et kraftsenter og kontaktpunkt for mennesker, foreninger/lag og det offentlige.

Prinsipper

Frivillighetssentralens tjenester er et supplement til kommunale og lovpålagte tjenester og:

- formidles til Tønsberg kommunes befolkning etter behov, uavhengig av alder, kjønn eller etnisk opprinnelse
- være et supplement til private og offentlige omsorgstjenester
- drives på basis av frivillig, ubetalte medarbeidere, med unntak av daglig leder.
- Ytes kostnadsfritt av frivillige hjelpere og i prinsippet være kostnadsfri for bruker, med unntak av hjelpers direkte utgifter og ytes med konfidensiell behandling.

HOVEDMÅL OG UTFORDRINGER I 2025

Mål. 1 Kvalitetssikre arbeidet med de frivillige

- Frivillige blir gitt tilbud om samtaler med daglig leder etter ønske.
- Sosiale tiltak for de frivillige i form av hyggesamlinger, fester, temamøter, foredrag og turer. Initiativ og gjennomføring kan i større grad ligge hos de frivillige.
- Daglig og uformell kontakt med frivillige på sentralen.
- Regelmessige møter med de frivillige på kontoret for å sikre en felles profil og holdning.
- Regelmessige tilbud om kurs.
- Alle frivillige skriver under på moralsk taushetsplikt begrunnelse og bruk av personopplysninger (GDPR).

Mål 2 Videreføre hjelpetjenesten, med mål om å øke antall frivillige og brukere

- Etablere kontakt med nye grupper av brukere og frivillige spesielt ønsker vi å fokusere på et samarbeid rundt kulturelle aktører og minoritetsgrupper.
- Fokus på ung-gammel relasjoner for å rekruttere flere unge frivillige hjelpere.

- Etablere en form som ivaretar de unge frivillige. F.eks. Avtale med Mc. Donalds.
- Være aktiv på kommunens digitale plattform Friskus
- Videreføring av kontakten med ungdomskolene i distriktet for å synliggjøre vårt arbeid på en arena med unge potensielle frivillige/brukere (I pad kurs, strikkecafe)

Mål 3 Frivillig innsats som supplement til de kommunale tjenestene

- Våre tilbud og frivillig innsats skal bidra til å gjøre hverdagen litt lysere og litt enklere for eldre hjemmeboende og andre som trenger litt ekstra hjelp i hverdagen. Tid som ressurs.
- Vi utfører ikke oppgaver som er kommunale, men skal være et supplement til de kommunale tjenester.
- All jobb som utføres av de frivillige, må føles meningsfylt for den enkelte. Det innebærer bl.a at de som har behov for hjelp fra oss må selv være i stand til å kontakte oss og uttrykke sitt hjelpebehov.
- Utvikle en bank med datavenner som kan gi god hjelp hjemme hos folk.
- Synliggjøring av tilbudene til «Bli med inn – i fellesskap» i samarbeid med frivilligkontakten.
- Opparbeide «bank» med sykkelpiloter og oversikt over sykler i kommunen.

Mål 4 Videreføre igangsatte prosjekter

- Ivaretagelse av selvhjelpsgruppene som benytter sentralen på kveldstid.
- Handlebuss, onsdagslunsj for frivillige, strikke-mandag.
- Videreføring og utvikling av nye behovsrelaterte tilbud i samarbeid med «Bli med inn – i fellesskap»
- videre utvikling av matutdelingsprosjektet på Revetal.
- Dele ut strøsand til innbyggere

Mål 5. Nye tiltak

- Være en arena for brukerstyrte tiltak. Eks. -strikke cafe, Selvhjelpsgrupper, Gåturer.
- Klesbyttedag
- Bursdagssuppe
- Generasjonsleker 13 sept. På Maier Arena

Mål 6. Informasjonsarbeid og samarbeid med andre

- Årsrapport og handlingsplan legges fram som informasjonssak for UKIF.
- Skape synlighet gjennom Tønsbergs Blad, Nrk, Friskus og kommunens hjemmesider ved spesielle arrangementer.
- Utvikle samarbeid med lag og foreninger. Eks golfkurs med blinde-forbundet.

- Flint fotball og gåfotball
- Samarbeid/frivillig sjåfør for «Hokkyhoder»
- Arrangere turer i samarbeid med «Hokkyhoder»
- Delta på byfest 14 juni.
- Åpen dag på sentralen 5 desember med utdeling av vår egen frivillighetspris. (int. frivillighetsdag)

Mål 7. Utvikle «møteplassen» i Tjømegata 1

- Tjømegata 1 skal være et trivelig treffsted for de frivillige og øvrig frivillighet.
- Tilgang til internett og kopimaskin for frivillige og andre deltagere..
- Åpent i helger og feriedager ved behov og når frivillige ønsker å benytte sentralen.

Mål 8. Videreutvikling av sentralens kontakt med næringslivet

- Deltagelse på «Frivilligbørs», en møteplass for frivillighet/næringsliv/kommune

Mål 9. «Bussen»

- Videreføre tilbud om felles handling for eldre to ganger i uka
- Turer med frivillige og brukere.
- Utlån/leie til andre foreninger og organisasjoner.

Benyttelse av bussen som et verktøy for eldre hjemmeboende, slik at de i større grad kan delta på arrangementer i regi av «bli med inn-i fellesskap»

Frivillighetssentralen er, og skal være et lavterskeltilbud til både de som benytter tjenestene og de frivillige. Dette medfører at kontoret i stor grad må arbeide fleksibelt i forhold til oppgaver som kommer inn, og søke å finne løsninger på ulike udekkede behov.

Det legges vekt på at sentralene skal utvikles av de frivillige som til enhver tid er engasjert og benytter frivilligsentralen.

En frivilligsentral er det de frivillige til enhver tid representerer av kunnskap, ønsker og ferdigheter. Frivilligheten lever av lyst og dør av tvang. Å være bevisst dette faktum kan bidra til at frivilligsentralen er og blir et godt sted å utøve sin frivillighet.

Tønsberg 20.02.2025

Annichen Pettersen
Daglig leder

TØNSBERG
FRIVILLIG
SENTRAL

Tønsberg Frivilligsentral

Tjømegaten 1C - 3126 Tønsberg

Tlf. 33 31 24 14 - 90 58 99 58