



Årsmelding 2022

Definisjon på en frivilligsentral:

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

Visjon:

Sammen skaper vi gode og inkluderende lokalsamfunn.

Nøkkeltall om frivillighet:

Under følger noen nøkkelfakta om frivillig sektor i Norge fra ulike kilder.

Frivillig innsats

- Den frivillige arbeidsinnsatsen i de frivillige organisasjonene i Norge tilsvarer 142 000 årsverk (SSBs satellittregnskap for frivillig sektor 2020).
- 58 % av befolkningen (over 15 år) har gjort frivillig arbeid i løpet av det siste året (Frivillighetsbarometeret 2022). Dette er en nedgang fra tidligere og må sees i sammenheng med koronapandemien.
- Fra 2023 vil Sør-Aurdal frivilligsentral føre egen statistikk over frivilligtimene for frivilligsentralen.

Medlemskap

- 78 % av befolkningen er medlem i minst en organisasjon, og 48 % av befolkningen er medlem i minst to organisasjoner. (SSBs Levekårsundersøkelse 2020).

Økonomi

- Frivillig arbeid bidro med en verdiskapning tilsvarende 78 milliarder kroner i 2018 (SSBs satellittregnskap for frivillig sektor 2020).
- Inntektskildene til ideelle og frivillige organisasjoner er 45% fra husholdninger, 27% statlige og 17% kommunale og fylkeskommunale midler gjennom overføringer og kjøp av tjenester, og 12% andre private aktører (SSBs satellittregnskap for frivillig sektor 2020).

FN's bærekraftsmål:

FN's bærekraftsmål er verdens felles arbeidsplan for å utrydde fattigdom, bekjempe ulikheter og stoppe klimaendringene innen 2030. Det er 17 bærekraftsmål som er delt opp i 169 delmål. Bærekraftsmålene er med på å bidra til en helhelstankegang.

Ved lokal planlegging og lokal handling er vi alle med på å bidra inn mot bærekraftsmålene. Sør-Aurdal frivilligsentral er med på å bidra inn mot bærekraftsmålene ved å bevisst bruke målene som en veileder i sitt arbeid.



Kvalitetsreformen Leve hele livet:

I lys av kvalitetsreformen «Leve hele livet» fra regjeringen er det inngått intensjonsavtale mellom Helsedirektoratet og Norges Frivilligsentraler. Målet med arbeidet er å mobilisere og støtte de lokale frivilligsentralene til å delta i arbeidet med å sette «Leve hele livet» på dagsorden i kommunene.

Reformen «Leve hele livet» skal bidra til flere gode leveår der eldre beholder god helse lenger, opplever at de har god livskvalitet, og at de i større grad mestrer eget liv, samtidig som de får den helsehjelpen de trenger når de har behov for den.

Sør-Aurdal frivilligsentral ser på reformen som en viktig utvikler av et aldersvennlig samfunn og utløser av eldreressursen.

Sør-Aurdal frivilligsentral har flere aktiviteter og tilbud til innbyggere over 65 år, som ligger under hovedpunktene i reformen. Vi vil trekke fram noen aktiviteter under punkt 1, 2 og 3.

1. Et aldersvennlig Norge.
Mange eldre er ressurssterke og ønsker å delta. På frivilligsentralen kan de få delta som frivillig, eller deltaker på aktiviteter og tilbud.
De har også mulighet til å starte nye tilbud og aktiviteter med støtte fra oss på

frivilligsentralen.

Vi henviser også de som tar kontakt med frivilligsentralen til andre lag, foreninger og organisasjoner som de kan ha nytte og glede av.

2. Aktivitet og fellesskap.

Mange eldre mister mye sosial kontakt når de blir pensjonister, eller mister ektefellen. Frivilligsentralen har flere aktiviteter som går inn under dette punktet.

F.eks: Aktivitetstilbud for senior og Tirsdagsklubben.

3. Mat og måltider.

Mange eldre spiser for lite mat og feil mat. Frivilligsentralen har aktiviteter som går inn under dette punktet. F.eks: I regi av prosjektet «Kanskje kommer kongen» serverer Bagn og Reinli Sanitetsforening gratis middag annenhver tirsdag på Tirsdagsklubben, og annenhver torsdag på Aktivitetstilbudet for seniorer på Solbraut bo og servicesenter.

Røde Kors Omsorg serverer gratis mat motsatt torsdag på Aktivitetstilbud for senior på Solbraut bo og servicesenter.

På Aktivitetstilbudet på Hedalen bo og servicesenter er det felles middag hver onsdag.

Styret 2022

Styret er Sør-Aurdal frivilligsentralen sitt øverste organ og består av 5 medlemmer og 2 varamedlemmer. Daglig leder er styrets sekretær.

Styreleder:	Svein Bakke
Styremedlem:	Unni Listerud
Styremedlem:	Karin Marie Skimten Lie
Styremedlem:	Solveig Ottosen
Styremedlem:	Marianne Haldis Jensen

Vara:	Erland Strømmen
Vara:	Ragnhild Elise Frøshaug

Ansatte:

Daglig Leder	Ester Kulterud 100% stilling
Aktivitetsleder	Björg Eli Torp 70% stilling
Ansatt inntil videre 10 timer pr uke (ansvar for AKT):	Anita Vangen Lindelien Kolsrud
Ansatt fram til 17.06.22	Solfrid Olmhus
Ansatt på ungdomsklubb fra 26.08.22	Thor Arne Simensveen
Ansatt på ungdomsklubb fra 26.08.22	Anne Ingunn Grønhaug

Ester Kulterud gikk av med pensjon 01.08.22. Eli Torp overtok stillingen som daglig leder for foreningen frivilligsentralen Sør-Aurdal 01.08.22

Styremøter og møter:

I 2022 har det vært 3 styremøter og det har blitt behandlet 12 saker. Utenom det har det vært møte med kommunen ved kommunedirektør Haakon Boie Ludvigsen, Gry Engelsen og Inger Randi Islandsmoen Kleven.

Nettverksmøter:

Vestoppland nettverket har delt seg i to grupper, og vi ligger nå under Valdres nettverksgruppe.

Oppgaven som nettverksleder ligger til Sør-Aurdal frivilligsentral høsten 2022.

I løpet av året 2022 har vi avholdt tre nettverksmøter.

Kurs og konferanser:

- Medvirkningskonferanse på Hamar. Daglig leder deltok siden hun er koordinator i Ungdomsrådet. Gratis konferanse.

- Norges Frivilligsentralers Fagkonferanse. Gratis deltakelse via nett.

Stillinger på frivilligsentralen

Daglig leder Ester Kulterud har gått av med pensjon 01.08.22. Hun har vært sykmeldt store deler av 2022 og Bjørg Eli Torp har da vikariert i daglig leders stilling.

Det har derfor gjennom første halvdel av 2022 vært redusert mannskap, men vi har holdt alle aktiviteter i gang som normalt.

Anita V L Kolsrud ble fast ansatt 18.08.22 og jobber 32% stilling.

Styret innvilget ansettelse av en til på ungdomsklubben. Det betyr at vi har to ansatte på ungdomsklubben på ungdomsklubbfredagene.

Sekretærrollen i ungdomsrådet ligger fortsatt til aktivitetsleders stilling. Årsmeldingen fra ungdomsrådet blir derfor vedlagt denne årsmeldingen.

Covid-19:

Vinteren og våren 2022 var preget av restriksjoner som følge av pandemien, men restriksjonene ble myket opp og forsvant gradvis utover våren og sommeren.

Frivilligsentralen har i år, som i fjor, forhold seg til nasjonale og kommunale retningslinjer. Vi har brukt «Smittevernveileder for fritidsklubber og ungdomshus under Covid-19-utbruddet 2020 utarbeidet av Ungdom og Fritid», «Veileder for smittevern i frivillige organisasjoner»

utarbeidet av Frivillighet Norge, og ellers hatt et godt samarbeid med legekontoet.



Frivillige:

Våre frivillige legger ned en fantastisk innsats på aktiviteter og tilbud på frivilligsentralen. Noen frivillige har faste aktiviteter de er med på hver uke og andre bidrar med frivillig innsats med lengre intervaller, i perioder, eller ved behov. Vi er så takknemlig for alle våre frivillige og alt det de bidrar med av stort og smått i lokalmiljøet. Sammen skaper vi et varmere og mer inkluderende samfunn.

I år har vi kunnet benytte flere frivillige enn i fjor, siden samfunnet har åpnet opp igjen. Vi ser likevel at pandemien har satt sine spor på frivilligsentralen og på frivilligheten generelt i Norge.

Sør-Aurdal frivilligsentral har ca 40 frivillige tilknyttet vår sentral.



Aktiviteter tilknyttet ungdom

Ungdomsklubb

Ungdomsklubben har tilholdssted i Sør-Aurdalshallen og har oppe annenhver fredag. Klubben er åpen for 8.kl - VGS. Vi har musikk, spill og åpen hall på klubbkveldene. Vi har i løpet av året gått mer og mer bort fra salg av kioskvarer på klubben. Grunnet god støtte fra bl.a Spar Bagn og støtte fra Innlandet fylkeskommune har vi kunnet dele ut gratis drikke, mat og godteri på ungdomsklubben.

Ungdomsklubben samler 35-50 ungdommer på ungdomsklubbkveldene. Tilbudet driftes av to ansatte på frivilligsentralen og det er tilknyttet 2 frivillig til tilbudet.

Tilbudet er gratis.

Mål: En åpen sosial møteplass. Forebygge utenforskap og ensomhet og bidra til inkludering, integrering og fellesskap. Bygge vennskap og sosial kompetanse.



Digital ungdomsklubb

For å tilpasse oss tiltak og stengte dører på ungdomsklubben laget Ungdomsrådet i 2020 en digital ungdomsklubb for Sør-Aurdal på plattformen Discord.

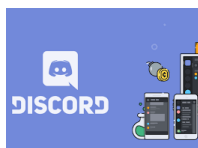
Dette er et tilbud for alle ungdommene i Sør-Aurdal, uavhengig av hvor du bor i kommunen. Den digitale ungdomsklubben blir styrt av Sør-Aurdal ungdomsråd og er en plattform for ungdom av ungdom.

Alle deltakere på den digitale ungdomsklubben må godkjennes av Eli Torp for å påse at det kun er ungdom fra Sør-Aurdal kommune der.

På den digitale ungdomsklubben kan du bl.a snakke med andre ungdommer, se film sammen, høre på musikk, spille spill o.l.

Dette tilbudet har blitt svært lite brukt i 2022

Mål: En åpen sosial møteplass. Forebygge utenforskap og ensomhet og bidra til samskaping, inkludering, integrering og fellesskap uten behov for fysisk tilstedeværelse. Avstand er ikke lenger et hinder. Dette bidrar til nye vennskap og sosial og digital kompetanse.



Etter skoletid

Etter skoletid er et populært tilbud som kom i gang i 2021.

Tilbudet har tilholdssted i Sør-Aurdalshallen. Vi benytter kjøkken, kafédelen og hallen.

På Etter skoletid kan ungdommene komme rett etter skolen og få kjøpt seg et varmt måltid.

De kan gjøre lekser, høre på musikk, henge med venner, eller drive i hallen.

Tilbudet har oppe en dag i uka fra kl 14.00 – 16.30 og er et tilbud for ungdomsskoleelever og VGS-elever.

Tilbudet blir benyttet av ca 15-30 deltakere hver gang. Vi har to frivillig tilknyttet tilbudet.

Mål: En åpen sosial møteplass. Forebygge utenforskap og ensomhet og bidra til inkludering, integrering og fellesskap. Gode sosiale møter rundt et varmt måltid.



Åpen dag på Isbanen

I samarbeid med Valdres Motorsportklubb ble det planlagt Åpen dag på isbana på Leirskogen. Dette arrangementet skulle holde sted på Øyvatnet hvor Valdres Motorsportklubb har isbane.

Arrangementet rettet seg mot nybegynnere/lite øvde deltakere i alderen 5. – 10. trinn som skulle få mulighet til å prøve ut sporten.

Det var gratis utlån av motocross-sykler i tre ulike størrelser. Vi hadde også noe utstyr til utlån, men deltakerne ble oppfordret til å ta med/låne med seg eget utstyr grunnet smittevern.

Valdres Motorsportklubb sto for pølser og brus til alle sammen. Arrangementet hadde 39 påmeldte deltakere og 14 førere.

Arrangementet ble dessverre avlyst da banen fikk for mye overvann.

Mål: Gi uerfarne/lite øvde en innføring i en fin sport tilrettelagt for hele familien.

Skape et sosialt miljø og felleskap rundt samme interesse. Bidra til mestring, inkludering, integrering og felles glede rundt en spennende sport. Gjøre sporten mer tilgjengelig for alle.



Ungdomscruising

I samarbeid med Thor Arne Simensveen og facebookgruppa «Kjøretøy i Sør-Aurdal» arrangerte vi ungdomscruising på Bagn høsten 2022.

Det var over 40 kjøretøy som møtte opp. I tillegg inviterte vi politi og brannvesen som stilte opp. Brannbilen ledet kortesja gjennom «17-mai runda»

Etterpå fikk ungdommene mulighet til å sitte på i de ulike bilene og råne runder utover kvelden. Ungdomscruisingen varte fra kl 19.00 – 23.00 Det var store smil å se blant både ungdommen og sjåførene.

Det ble servert gratis grillpølser til alle.

Alle ungdommene måtte framvise underskrift fra foresatte til sjåførene om at de fikk lov til å sitte på i bilene. Det ble kun kjørt kortere rånerunder på Bagn.

Mål: Støtte opp under ungdommens motorinteresse og gi de som ikke er så kjent med bil og kjøretøy en fin tilnærming til både interessen og miljøet. Vi ønsket også å skape en hyggelig og interessant møteplass hvor flere generasjoner samhandlet rundt en felles opplevelse.



Tur til Garasjin

Høsten 2022 arrangerte vi fellestur med ungdomsklubben til Garasjin i Aurdal.

Der fikk ungdommene spille paintball, game, kjøre crazycart og prøve seg i div konkurranser som driftekonkurranse og hjulskiftekonkurranse. Den siste var spesielt populær.

Det var gratis grillpølser til alle.

Vi satte opp gratis buss fra Hedalen og Bagn tur/retur.

Mål: Skape felles opplevelse og bidra til at alle kan være med. Bygge opp under fellesskap og vennskap. Utfordre seg selv under trygge rammer.

Forebygge utenforskap og ensomhet og bidra til inkludering, integrering og fellesskap. Bygge vennskap og sosial kompetanse.



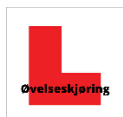
Øvelseskjøring

Øvelseskjøringstilbudet retter seg mot både ungdom og voksne.

Vi har en frivillig knyttet opp mot dette tilbudet.

Mål: Bidra til trygge sjåførere på veiene. Gi alle mulighet til å ha noen å øvelseskjøre med slik at kostnaden ved førerkort reduseres. På den måten vil veien til førerkortet bli mer tilgjengelig for alle. Førerkortet gir mennesker større mulighet til å delta i samfunnet, da spesielt distrikts-Norge krever at man kommer seg til og fra steder på egen hånd.

Førerkortet gir mennesker en større mulighet for å få jobb, delta på aktiviteter, kulturarrangementer og å pleie vennskap og familieband.



Ungdomspolitisk dag:

Sør-Aurdal ungdomsråd arrangerte for første gang Ungdomspolitisk dag for elevrådene i kommunen fra 7. trinn – 10. trinn.

Ungdomsrådet hadde lagt opp 4 ulike workshops som elevrådene og ungdomsrådet skulle jobbe med den dagen. Resultatene fra disse workshopkene ønsker de å legge fram for kommunestyret i 2023.

Sør-Aurdal kommune sto for gratis skyss av elevene fra Hedalen tur/retur.

Det var 18 ungdommer som deltok på ungdomspolitisk dag.

Mål:

- Ungdommene er engasjerte i ungdomsmedvirkning og de ser at de er med på å gjøre en forskjell, både i elevråd og i ungdomsråd
- Vi har et etablert og velfungerende samarbeid mellom ungdomsrådet og elevrådene.
- Ungdommen i Sør-Aurdal er en sammensveisa gjeng.



Aktiviteter og tilbud for voksne og senior

Nystekroken strikkekafé

Nystekroken strikkekafé holder til i underetasjen på Sør-Aurdalsheimen. Der samles de annenhver tirsdag. Det strikkes og utføres annet type håndarbeid attåt kveldsmat og kaffe. Frivilligsentralen har to frivillige som sørger for fantastiske kveldsmat-fat til deltakerne. Det møter det opp 5-12 stk.

Mål: Skape et sosialt miljø og felleskap rundt samme interesse. Bidra til mestring, inkludering

og integrering. Felles glede og utvikling rundt en ferdighet. Sosialt samvær rundt et måltid.



Mørgosvøm for voksne med frokost

Dette er et tilbud i samarbeid med Sør-Aurdal kommune ved folkehelsekoordinator og Sør-Aurdal frivilligsentral.

Hver tirsdag har vi Mørgosvøm for voksne med frokost. Tilbudet er lokalisert i bassenget og i kafédelen i Sør-Aurdalshallen og er et tilbud for alle over 18 år.

Svømmehallen har åpent fra kl 06.30-08.00

Frokost er servert fra kl 07.30 – 10.00

Her kan du komme og svømme. Svømme og spise frokost, eller bare spise frokost sammen med andre. Tilbudet hadde 3-12 deltakere.

Frokosten ble avviklet etter påske da det ble for få deltakere.

Mål: En åpen sosial møteplass for voksne. Forebygge utenforskap og ensomhet og bidra til inkludering, integrering, fellesskap, livsglede og god folkehelse. Gode sosiale møter rundt et måltid.



Aktivitetstilbud for senior

Vi har Aktivitetstilbud for seniorer på Hedalen bo – og servicesenter hver onsdag og Aktivitetstilbud for senior på Solbraut bo – og servicesenter hver torsdag.

På aktivitetstilbudene har vi ulike aktiviteter hver gang. Det kan være bingo, åresalg, sang, håndarbeid, andakt osv.

Felles for dagene er hyggelig fellesskap rundt middagen med kaffe og kaker etterpå.

Tilbudet driftes av en ansatt på frivilligsentralen med frivillige.

På Hedalen bo – og servicesenter er det 16-20 deltakere og på Solbraut bo – og servicesenter er det 13-18 deltakere. Det er 5 frivillige tilknyttet tilbudet.

Mål: Skape en åpen sosial møteplass for seniorer. Forebygge utenforskap og ensomhet og bidra til inkludering, integrering, mestring, læring, fellesskap og livsglede. Gode møter rundt aktiviteter og et varmt måltid.



Aktivitetstilbud for senior med middagsservering

Bagn og Reinli Sanitetsforening og Røde Kors Omsorg serverer gratis middag på Aktivitetstilbudet på Solbraut annenhver torsdag gjennom prosjektet «Kanskje kommer kongen.» Dette er et veldig populært tilbud.

Det er 20-22 deltakere på disse dagene.

Mål: Skape et sosialt fellesskap rundt et måltid. Sikre tilgang til god og næringsrik mat. Bidra til mat- og livsglede.



 Røde Kors



Tirsdagsklubben

Dagtilbud for hjemmeboende demente

Dette er et samarbeid mellom Bagn og Reinli Sanitetsforening, Lions Klubb Vassfaret, Røde Kors Besøkstjeneste, Sør-Aurdal kommune og Sør-Aurdal frivilligsentral. Tilbudet er hver tirsdag og er lokalisert i underetasjen på Sør-Aurdalsheimen. Sør-Aurdal kommune har en ansatt i 20% stilling som drifter tilbudet. Sør-Aurdal frivilligsentral stiller med en frivillig på Tirsdagsklubben hver uke.

Vi drikker kaffe og spiser vaffel i koselig fellesskap. Det er aktiviteter som sang, høytlesing, dikt og trim. Vi går tur og bruker sansehagen. De frivillige som kan spille noen musikkinstrumenter har av og til med seg dette. Vi har 9 frivillige tilknyttet tilbudet.

Mål: Bidra til å skape en sosial møteplass. Forebygge utenforskap og ensomhet og bidra til

inkludering, integrering, mestring, læring, fellesskap og mat- og livsglede. Gode møter rundt aktiviteter og et varmt måltid.



Tirsdagsklubben med middagsservering

Dagtilbud for hjemmeboende demente.

Bagn og Reinli Sanitetsforening serverer gratis middag, annenhver tirsdag, for deltakerne på Tirsdagsklubben gjennom prosjektet «kanskje kommer kongen.» Dette er et veldig populært tilbud!

Mål: Skape et sosialt fellesskap rundt et måltid. Sikre tilgang til god og næringsrik mat. Bidra til mat- og livsglede.



Klessalg

En gang i året kommer Seniorbutikken og holder klessalg på Aktivitetstilbud for senior på Hedalsheimen Bo- og servicesenter og på Solbraut bo – og servicesenter. Det er flere av de eldre som har utfordringer med å komme seg til klesbutikker, så dette er et populært tilbud. En ansatt fra Sør-Aurdal frivilligsentral bistår deltakerne.

Vi har alt i alt 50 deltakere på disse arrangementet.

Mål: Bistå de eldre med hjelp til å handle klær.



Litteratur rundt bålet

I samarbeid med Sør-Aurdal folkebibliotek arrangerte vi tre kvelder med Litteratur rundt bålet. Disse kveldene ble gjennomført i løpet av februar og mars.

Fakkeltur. Fakkeltur i Begnadalen med høytlesning rundt bålet. Målgruppe: ung voksen og voksen.

Eventyr og andre fortellinger. Oppmøte i gapahuken på Bagn med høytlesning rundt bålet. Målgruppe: Barn i følge med voksen.

Hvil deg i varmen. Oppmøte utenfor biblioteket i Hedalen med høytlesning rundt bålet.

Målgruppe: Voksne og eldre.

Mål: Vi ønsket å lage hyggelige og stemningsfulle møteplasser gjennom litteraturen for alle aldersgrupper. Skape samhold, samhørighet og felles opplevelse.



Digital kafé for senior

Digital Kafé er et samarbeid mellom Sør-Aurdal kommune, biblioteket i Sør-Aurdal og Sør-Aurdal frivilligsentral.

Det er en møteplass hvor vi øver og jobber med generell bruk av data, nettbrett og mobiltelefon.

Digital kafe for senior samles på biblioteket på Hedalen bo- og servicesenter og på biblioteket på Bagn. Vi har Digital kafe for senior-dager ca en dag i mnd høst 22 – vår 23

Mål: Øke seniorennes digitalkompetanse. Forhindre digitalt og sosialt utenforskap. Bidra til integrering, inkludering, kompetanseheving, mestring og trygghet i en hyggelig sosial setting.



Solskinnsklubben/Disco

Det er dans og fellesskap for Solskinnsklubben en gang i mnd. Arrangementet holdes i Glasshuset på SAUS, eller på Morudstranda camping.

Det er et populært tilbud rettet mot brukere av tilrettelagte tjenester i Valdres kommunene og Nordre Land.

Det er Vangstein`s dansemusikk som spiller opp til dans for en ivrig gjeng.

Det er salg av pølser, hamburgere, sjokolade, kake, brus og kaffe.

Det er 60 - 90 stk. der hver gang.

Tilbudet driftes av en ansatt i Sør-Aurdal kommune. Det er 10 frivillige tilknyttet dette arrangementet.

Mål: Skape en sosial møteplass for brukere av tilrettelagte tjenester på tvers av kommunegrenser. Forebygge utenforskap og ensomhet og bidra til inkludering, integrering, mestring, fellesskap og livsglede. Gode sosiale møter rundt musikk, dans, vennskap og fest.



Sangkveld

En gang i måneden er det sangkveld for brukere av tilrettelagte tjenester på kantina på Tingvoll. De får besøk av en sangglad forsanger i fra Flå som er med dem og synger.

Det er ca 20 personer der pr. gang. Frivilligsentralen har 1 frivillig tilknyttet tilbudet som ordner med servering av kaffe og kake til sangfuglene og ellers annet praktisk rundt kvelden.

Mål: Skape en sosial møteplass for brukere av tilrettelagte tjenester. Forebygge utenforskap og ensomhet og bidra til inkludering, integrering, fellesskap og livsglede.



Småjobb og hjelp

Vi får av og til spørsmål om småjobber og vi har av den grunn opprettet en aktivitet på vår hjemmeside og en Messengergruppe som frivillige kan melde seg inn i. Der kan vi legge ut ulike anonyme oppdrag som de frivillige kan velge å ta, eller ikke. Det kan være oppdrag som handlehjelp, gressklipping, vedbæring, snømåking, kjøring ol.

Mål: Bidra til å skape et varmere samfunn. Skape gode møter mellom mennesker.



Boka helt hjem

Boka helt hjem er et samarbeid med Sør-Aurdal folkebibliotek og Sør-Aurdal frivilligsentral. Ved behov kan frivilligsentralen bistå med frivillige som kan hente bibliotekboka for deg og levere den igjen visst du av ulike årsaker ikke kan gjøre dette selv.

Mål: Bidra til å gjøre bibliotekets litteratur mer tilgjengelig for de som ikke kommer seg på biblioteket.



Tur til Vassfaret: Vi har hatt en høsttur med Aktivitetstilbudet på Hedalen bo – og servicesenter og Solbraut bo – og servicesenter og andre deltakere. Vi dro inn til Aurdalsætra i Vassfaret.

Vi hadde leid inn Vangsteins Dansemusikk og det var servering av rømmegrøt og spekemat.

Sommeravslutning for Aktivitetssenter for senior Hedalen bo og servicesenter.

Vi dro til låven til Arvid Skogstad og hadde en flott sommeravslutning der.

Mål: Skape en felles sosial opplevelse. Bidra til en god stund gjennom sang, dans og god mat.



Seniortreff 65+

I samarbeid med Frisklivssentralen arrangerte vi Seniortreff 65+.

Grunnet koronapandemien var det lenge siden dette arrangementet hadde blitt arrangert.

Arrangementet har tidligere hatt navnet Årgangstreff og hatt en målgruppe med et spesifikk fødselsår. I år ble det gjort noen endringer og vi åpnet opp for alle over 65 år.

Arrangementet ble holdt i festsalen på Sør-Aurdalsheimen.

Det var ulike informasjonsbolker med innlegg fra aktuelle personer og tjenester.

Det var 47 deltakere og 7 innleggsholdere på Senior 65+. Vi hadde en frivillig som var med hele dagen.

Mål: Å gjøre de som kommer kjent med aktuelle aktiviteter og tilbud i kommunen, samt øke kunnskapen for å planlegge og tilrettelegge for gode seniordager.



Aktiviteter tilknyttet ferier

Høstferietilbud

I år samarbeidet vi med Sør-Aurdal folkebibliotek om å skape en arena hvor ungdom og andre kunne komme og oppholde seg i høstferien.

Mandagen var det åpen hall i Sør-Aurdalshallen for ungdom. Der benytter vi kjøkken, kafédel og hallen. Her kan de spille spill, benytte hallen og være med venner. Vi serverer også gratis mat som f.eks pizza, vafler eller kake.

Tirsdag, onsdag og fredag var det oppe på biblioteket på Bagn for alle. Torsdag var et oppe for alle på biblioteket i Hedalen.

Det var mulighet for å spille spill, drive på Pc, ta med håndarbeidsprosjekter og selvfølgelig lese bøker/magasiner.

Mål: Skape en åpen inkluderende møteplass. Forebygge utenforskap og ensomhet. Bidra til inkludering, integrering og fellesskap.



Vinterferietilbud

Vinterferietilbud er et tilbud til ungdomsskoleelever og VGS-elever i deler av vinterferien. Da flyttet aktivitetsleder kontoret sitt ned til kafedelen av Sør-Aurdalshallen for noen dager. Vi benytter kjøkken, kafédél og hallen. Her kan de kjøpe kioskvarer, varm mat, spille spill, benytte hallen og være med venner. Vi serverer også gratis mat som f.eks pizza, vafler eller kake.

Tilbudet gjelder 3 dager i vinterferien og varer fra kl 11.00 – 15.30

Vi har ingen frivillige tilknyttet dette tilbudet.

Mål: Skape en åpen inkluderende møteplass. Forebygge utenforskap og ensomhet. Bidra til inkludering, integrering og fellesskap.



Påskeferietilbud

I år hadde vi ikke mulighet til å få til et påskeferietilbud.

Påskekrim

Årets påskekrim ble utformet og lagd av Sør-Aurdal ungdomsråd. De lagde en video i «god gammeldags påskekrim-stil»

Flere butikker gikk sammen og sponset godteri til påskeeggene.

Midt på lyse dagen, rett før påskeferien, ble det igjen begått et skrekkelig mord på kommunehuset i Sør-Aurdal, men hvem hadde gjort det og hvorfor?! De mistenkte ble kjapt pekt ut og motivene var tungtveiende. Heldigvis kom det inn mange riktige svar på påskekrimmen og morderen ble tatt!

Tusen takk til alle sammen for sporty dramatisering og bidrag.

Ungdomsskolene sendte inn svar på påskekrimmen klassevis og det ble gjort en trekning blant de innsendte svarene. Vinneren av klassekonkurransen vant et stort påskeegg til hele klassa.

Etter at skolene hadde hatt sin trekning, ble påskekrimmen ble lagt ut på Sør-Aurdal frivilligsentral sin hjemmeside og Sør-Aurdal frivilligsentral sin facebookside. Vinneren på facebooksidene vant et påskeegg.

Alle ungdomsskoleelevene deltok i mysteriet i påskekrimmen og det skapte stort engasjement på facebook.

Mål: Lage en morsom fellesaktivitet til klassene på ungdomsskolene. Bidra til samarbeid, fellesskapsfølelse og litt latter for både ungdom og voksne.



Julebesøk

En frivillig tok kontakt med frivilligsentralen med ønske om å bidra med besøk, eller annen praktisk jobb for andre før jul. Etter å ha snakket med noen frivillige lag og foreninger ble det hjemmesykepleien som henvendte seg til sine brukere. Den frivillige ble så satt i kontakt med de brukerne som ønsket et julebesøk før jul.

Den frivillige reiste hjem til de som hadde ønsket seg et julebesøk med hjemmebakke julekaker og god tid.

Mål: Bidra til gjensidig glede og gode menneskemøter i førjulstiden. Forebygge ensomhet og utenforskap.



Romjulskafé

Frivilligsentralen arrangerte romjulskafe på Hedalsheimen bo og servicesenter og Solbraut bo og servicesenter i romjulen.

«Vårt» faste band Vangstein`s stilte opp frivillig og spilte musikk. Det var flere som var ute på dansegulvet og tok seg en svingom. Det var kaffe, kaker og god stemning disse romjulsdagene.

Mål: Forebygge utenforskap og ensomhet. Bidra til glede, inkludering, samhørighet og sosialt fellesskap i julen.



Frivillighetens år 2022

Frivillighetens dag 2. april

I forbindelse med Frivillighetens år ønsket frivilligsentralen å sette fokus den fantastiske jobben som blir lagt ned i frivillige lag, foreninger og organisasjoner i Sør-Aurdal kommune. Vi ønsket å vise bredden og variasjonen vi har og løfte dem alle sammen fram på en felles dag. Det gjøres en stor innsats i de ulike lag og foreningene og de fortjener alle sammen en dag hvor de kan få lov til å skinne litt ekstra!

Vi ringte rundt og inviterte alle lag, foreninger og organisasjoner i kommunen med på en felles dag i Sør-Aurdalshallen hvor vi alle kunne stå på stand.

Flere lag og foreninger fikk nye medlemmer. Det ble inngått nytt samarbeid og det ble også besluttet å starte opp igjen en nedlagt forening.

Det var alt i alt 42 lag, foreninger og organisasjoner som deltok på Frivillighetens dag og det var ca 300 personer innom hallen denne dagen.

Tusen takk til alle som bidro til å gjøre denne dagen så fin! En velfortjent applaus til alle lag, foreninger og organisasjoner i kommunen!

Mål: Det har vært harde tider for mange lag og foreninger under koronapandemien. Mange har mistet medlemmer og det er et møysommelig arbeid å rekruttere nye medlemmer og folk til styreverv. Frivilligsentralen ønsker å bidra til gode vekstvilkår for alle de flotte lag, foreninger og organisasjonene vi har i Sør-Aurdal.



#sammenpåtur

I forbindelse med Frivillighetens år og Norsk Friluftsliv arrangerte vi i samarbeid med folkehelsekoordinator i Sør-Aurdal kommune, Sør-Aurdal folkebibliotek, Hedalen Helselag, DNT Valdres, Bagn og Reinli Sanitetsforening turer og opplevelser under signalarrangementet #sammenpåtur.

Til sammen arrangerte vi 10 turer og opplevelser i tidsrommet mai-juni. Det var bl.a Litteratur, tur og spa, fredagstaco i det fri, hjertemarsj, kløvertur og sykkelstur.

Aldersgruppe var fra barn til senior.

Mål: Feire frivillighetens år. Få flere ut i bevegelse.



Den kulturelle spaserstokken

Dette er et samarbeid mellom Sør-Aurdal kommune, elderrådet og Sør-Aurdal frivilligsentral.

- Konsert med Musikkalleriet. «En natt i Paris»
Sopran Marylin Almeida og piano Siril Valberg
- Geirr Lystrup «På vei»
- Helge Borglund og Jørn Kolsrud. «Frem fra glemselen»
- Tor Henning Olsen «En hyllest til The Beatles»
- Vangsteins Dansemusikk
- Tore Halvorsen Julekonsert

Alle konsertene ble arrangert på Hedalen bo- og servicesenter og i Festsalen på Sør-Aurdalsheimen.

Mål: Være med å skape en sosial møteplass. Forebygge utenforskap og ensomhet og bidra til inkludering, integrering, fellesskap og livsglede i møte med musikken og menneskene.



Jul

Det ble sendt ut julekort med et gavekort til alle våre frivillige i år som takk for uvurderlig innsats. Uten dem hadde ikke noen av tilbudene på frivilligsentralen vært mulig å gjennomføre!

Mål: Skape glede, fellesskap og samhørighet. Vise at de frivillige at vi setter stor pris på dem.



Markedsføring

- Vi har jevnlig oppdatering av Sør-Aurdal frivilligsentral sin hjemmeside.
- Vi legger ukentlig ut aktiviteter og tilbud på Sør-Aurdal frivilligsentral sin facebookside, Aktiviteter for eldre – facebookside, Ung i Sør-Aurdal -facebookside og Ung i Sør-Aurdal -Snapchat.
- Vi henger opp månedlige oversikter over hva som skjer på aktivitetstilbudene for senior på Matkroken i Reinli, Prix på Bagn, Joker Finnøen i Begnadalen og Joker Hedalen. Det blir i tillegg hengt opp inne på Hedalen bo- og service senter og på Solbraut bo – og servicesenter.
- Vi har lagd nye foldere og brosjyrer som vi har delt ut ved anledninger.
- Vi har kjøpt inn et flagg som kan brukes til markedsføring på stands/messer.
- Vi har kjøpt inn t-skjorter med Sør-Aurdal frivilligsentral sin logo.
- Vi er registrert på Frivillig.no



Utleie til selskap

Frivilligsentralen har utleie av det du trenger til selskap. Vi har utleie av stoler, bord, duker og alt til oppdekking av bordet.

Mål: Gjøre det enkelt og rimelig å be inn til større sosiale lag. Bidra til sosiale møter og festligheter. Forebygge utenforskap og ensomhet og bidra til inkludering, integrering, fellesskap og livsglede.



Salg

Du kan få kjøpt batterier av HLF Valdres hos frivilligsentralen.

Mål: Forebygge utenforskap og ensomhet og bidra til inkludering, integrering, fellesskap og livsglede.



Innleid underholdning i 2022

- Vangsteins danseband

*Økonomiske midler som er mottatt

Sør-Aurdal Kommune Kr 1 090 000,-

Sør-Aurdal kommune sin støtte går til

- 40 % av lønnsmidlene til en 100% stilling *
- Husleie
- Strøm
- Div. kontorartikler

- Vaktmestertjeneste
- Renovasjon
- Til to sentraler

Grasrotandel kr: 2600kr

Gaver

Minnegave 4000kr

Sluttord:

Styret i Frivilligsentralen vil takke alle som har bidratt med frivillig arbeid, eller gaver/støtte i året som er gått.

Bagn 31. januar 2022

Svein Bakke
Styreleder

Unni Listerud
Styremedlem

Karin Marie Skimten Lie
Styremedlem

Solveig Ottosen
Styremedlem

Marianne Haldis Jensen
Styremedlem



Sør-Aurdal kommune

Ungdomsrådet

Årsmelding 2022

Ungdomsrådets sammensetning:

Maja Hansebakken (leder, VGS)

Eilin Kvaal (nestleder, SAUS)

Karine Langedrag (VGS)

Torjus Skaret (SAUS)

Snorre Brenden (HEBU)

Sofie Aaslie – Johansen (Friv.)

Lars Kvåle Garthus (Friv.)

Vara: Madelen Moen (VGS)

Vara: Erik Thorsrud (SAUS)

Vara: Gunhild Øvergård (VGS)

Vara: Andrea Hagen Kvaal (SAUS)

Vara: Hanna Elvira Ildjarnstad (SAUS)

Vara: Adele Lindahl Blåfjelldal (Friv.)

Vara: Knut Kvåle Garthus (Friv.)

Sekretær:

Eli Torp

Virksomhet året 2022

Valgperioden for ungdomsrådet er 2 år. Første gang velges halvparten av representantene for ett år.

Ungdomsrådet skal være et rådgivende organ. Ungdomsrådet er et høringsorgan og har rett til å uttale seg i alle saker som angår ungdom. Ungdomsrådets uttalelser skal følge saken frem til endelig vedtak.

Ungdomsrådets uttalelse skal bidra til at saken blir bedre opplyst.

Møter:

Det har vært avholdt 7 møter, hvor ett møte var sammen med Råd for mennesker med nedsatt funksjonsevne og Eldrerådet. De har i tillegg hatt ett arbeidsmøte i forbindelse med Ungdomspolitisk dag.

Ungdomsrådet har blitt invitert til et kommunestyremøte for å presentere seg.

Fellessaker:

Råd for mennesker med nedsatt funksjonsevne, Eldrerådet og Ungdomsrådet har på fellesmøtet behandlet en sak.

- Årsbudsjett 2023 og økonomiplan 2023-2026 med fastsettelse av avgifter og betalingssatser

Ungdomsrådets egne saker:

Ungdomsrådet har behandlet til sammen 12 saker i 2022.

- Konstituering. Valg av leder og nestleder
- Valg av representant og vara til Ungdommens Fylkesting (UFT)
- Årsmelding 2021 – Ungdomsrådet
- Drifting av Discord - digital ungdomsklubb
- Forslag rangering Bufdir-søknader
- Innspill til Næringsplan for Sør-Aurdal kommune 2023-2027
- Høringsnotat Utviklingsplan 2022-2039 Sykehuset Innlandet
- Styrking og utvikling av skolehelsetjenesten
- Temaplan Helhetlig boligplan Sør-Aurdal kommune 2022 – 2030
- Rekruttering til ungdomsråd 2023
- Ungdomspolitisk dag
- Årsbudsjett 2023 og økonomiplan 2023-2026 med fastsettelse av avgifter og betalingssatser

Orienteringer:

- Orienteringer fra Ungdommens fylkesting v/ Maja Hansebakken
- Bufdir's veileder for ungdomsråd
- Rutiner for ungdomsråd
- Helhetlig boligplan – orientering om arbeidet med påfølgende innspillsrunde v/Miriam D. Haugen og Marie K. Ødegård
- Orientering om muligheter/plan for badeplass ved sliperiet v/Hanna Rivenes
- Maja Hansebakken orienterte rundt henvendelse fra journalist.

Rekruttering til ungdomsrådet:

Ungdomsrådet har vært på besøk på HEBU og SAUS for å promotere og informere om ungdomsråd og muligheten for å være med i ungdomsrådet.

Fordeling av arbeidsoppgaver:

Ungdomsrådet har fordelt noen arbeidsoppgaver seg imellom. Det samme har de gjort i forbindelse med oppmøte i kommunestyresalen, oppmøte på ungdomsskolene og planlegging og gjennomføring av Ungdomspolitisk dag.

Ungdommens Fylkesting:

Representant fra ungdomsrådet har deltatt på UFT både digitalt og ved fysisk oppmøte.

Påskekrim:

Ungdomsrådet utarbeidet og filmet årets påskekrim for alle elevene på ungdomstrinnet i kommunen. Påskekrimmen ble også lagt ut på facebook til alle innbyggerne i kommunen. En klasse med riktig svar vant en stort påskeegg til hele klassen. En vinner fra facebook fikk også et påskeegg.

Åpning av badeplassen ved sliperiet:

Ungdomsrådet ble invitert med på åpning av den nye badeplassen ved Sliperiet på Bagn.

Utarbeiding av badeplassen kom i gang etter innspill fra ungdomsrådet.

Åpningen ble feiret med grilling og eder i ungdomsrådet feiret det hele med et forfriskende desemberbad.

Ungdomspolitisk dag:

Sør-Aurdal ungdomsråd utarbeidet og arrangerte for første gang Ungdomspolitisk dag for elevrådene i kommunen fra 7. trinn – 10. trinn.

Ungdomsrådet hadde lagt opp 4 ulike workshops som elevrådene og ungdomsrådet skulle jobbe med denne dagen:

- På hvilken måte kan elevråd og ungdomsråd jobbe bedre sammen?
- Natursti med politiske spørsmål
- Ditt ideelle Sør-Aurdal!

- Hva skal til for at ungdommen i Sør-Aurdal blir mer sammensveisa?

I tillegg hadde ungdomsrådet ulike leker og felleslunsj.

Det var 18 ungdommer som deltok på ungdomspolitisk dag.

Ungdomsrådet ønsket å oppnå følgende med ungdomspolitisk dag:

- Ungdommene er engasjerte i ungdomsmedvirkning og de ser at de er med på å gjøre en forskjell, både i elevråd og i ungdomsråd
- Vi har et etablert og velfungerende samarbeid mellom ungdomsrådet og elevrådene.
- Ungdommen i Sør-Aurdal er en sammensveisa gjeng.

Ungdomsrådet fikk veldig gode tilbakemeldinger fra elevrådene på gjennomføring, planlegging og nytteeffekt av dagen.

Resultatene fra disse workshoppene ønsker ungdomsrådet å legge fram for kommunestyret i 2023.

Sør-Aurdal kommune sto for gratis skyss av elevene fra Hedalen tur/retur.

Bagn, 15.12.22

Maja Hansebakken Eilin Kvaal
leder nestleder

Torjus Skaret Karine Langedrag
medlem medlem

Snorre Brenden Sofie Aaslie - Johansen
medlem medlem

Lars Kvåle Garthus
medlem