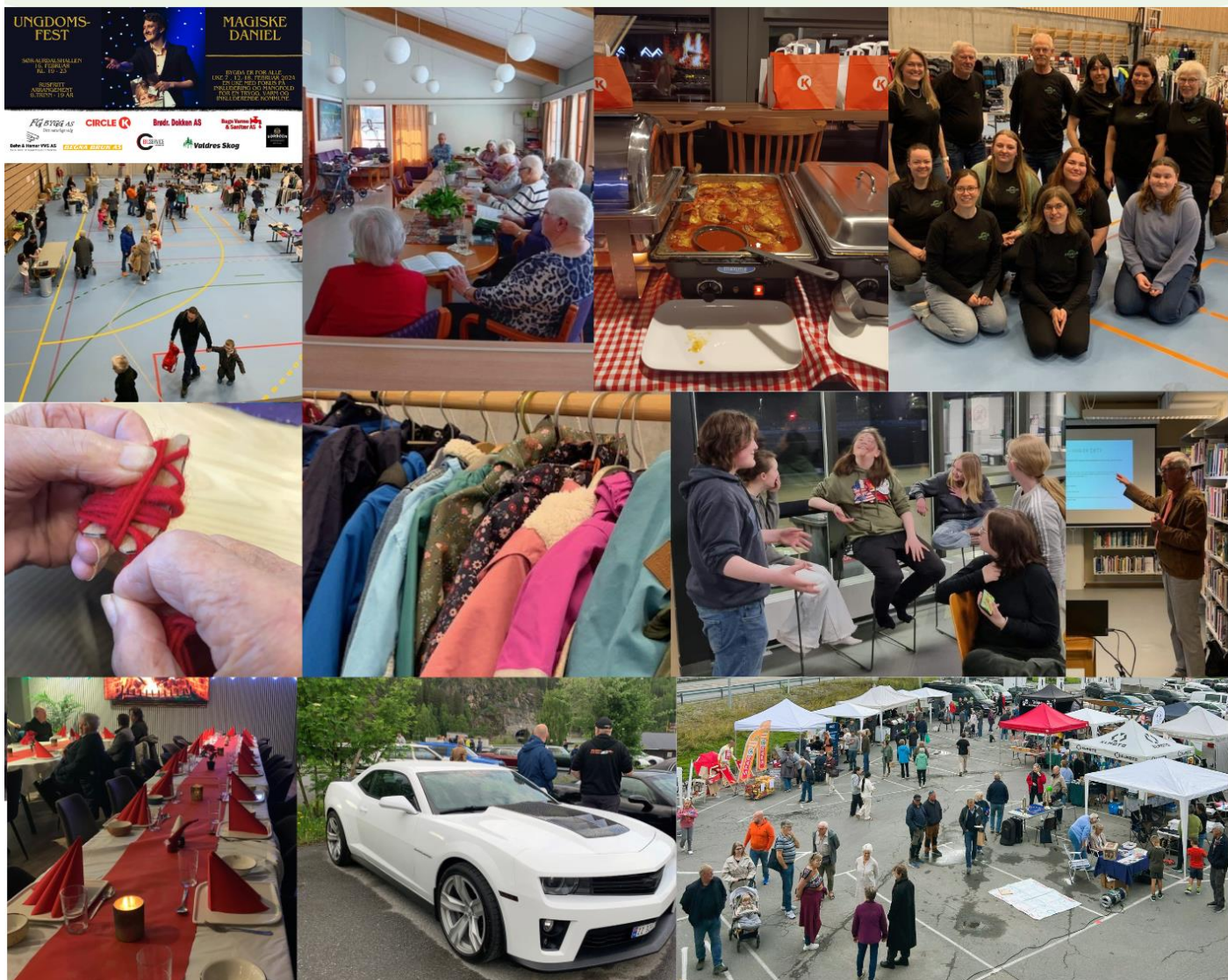


møte mellom mennesker



Årsmelding 2024





Innhold

Nøkkeltall for Sør-Aurdal frivilligsentral	3
Organisasjon	4
Aktiviteter tilknyttet barn og ungdom	8
Aktiviteter tilknyttet voksne og seniorer	9
Samarbeidsprosjekter	11
Annet	14

Sør-Aurdal frivilligsentral

Visjon:

«Sammen skaper vi gode og inkluderende lokalsamfunn»

Slagord:

«Møte mellom mennesker»

Definisjon på en frivilligsentral:

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

SØR-AURDAL FRIVILLIGSENTRAL HAR CA 70 REGISTRERTE FRIVILLIGE.

CA 55 ER AKTIVE FRIVILLIGE I LØPET AV ÅRET.

FRIVILLIGE GJENNOM TV-AKSJONEN ER IKKE REGISTRERT SOM FRIVILLIGE PÅ FRIVILLIGSENTRALEN

DET HAR BLITT LAGT NED 1874 REGISTRERTE FRIVILLIGTIMER I LØPET AV 2024. I TILLEGG KOMMER TIMER UTFØRT GJENNOM TV-AKSJONEN, SJÅFØRPPDRAG, PLANLEGGING, HANDLING OG ORGANISERING AV AKTIVITETER OG ARRANGEMENTER.

DEN REGISTRERTE INNSATSEN TILSVARER 1,10 ÅRSVERK OG KAN OMSETTES TIL 660.176 KR.

Organisasjon

Sør-Aurdal frivilligsentral

Sør-Aurdal frivilligsentral ble kommunal 01.01.24.

Sør-Aurdal frivilligsentral stimulerer til frivillig innsats, skaper åpne møteplasser for befolkningen og er et bindeledd mellom lag og foreninger, næringsliv og kommune.

Sør-Aurdal frivilligsentral støtter organisasjonslivet i Sør-Aurdal og er en samarbeidspartner og en støttespiller til lag og foreninger. Vi bidrar til å skape åpne møteplasser og samarbeidsplattformer til det beste for innbyggerne.

Sør-Aurdal frivilligsentral er en folkehelseaktør og sammen er vi med på å bygge gode, inkluderende og helsefremmende lokalsamfunn for alle.

Året 2024

Året har gitt oss mange fine opplevelser, gode menneskemøter, ivrige deltakere og engasjerte frivillige og samarbeidspartnere. Året har også bydd på utfordringer med bl.a innkjøring av ny organisering.

Vi har måttet bruke dette året på å jobbe inn ny struktur etter å ha mistet ansatte etter nedleggelse av den ene sentralen i 2023. Ansatte og frivillige har jobbet godt sammen for å finne gode løsninger på de utfordringene vi har møtt. Vi er derfor glade for å se at de fleste tilbudene er videreført - takket være løsningsorienterte og engasjerte frivillige!

Frivilligsentralene i Norge fikk ny forskrift i 2022 hvor bindeleddsrollen til frivilligsentralene blir løftet fram i større grad enn tidligere. Dette gjør at frivilligsentralene kan jobbe mer som støtte og samarbeidsparter for organisasjonsliv, næringsliv og kommune på frivillighetsfeltet, enn tidligere. Sør-Aurdal frivilligsentral ser på denne fokusendringen som viktig og ønsker den velkommen!

Denne endringen i måten å jobbe på har skapt utfordringer da det har vært en innarbeidet forventning i samfunnet på hvordan en frivilligsentral "skal være." Endringen har skapt frustrasjon hos noen innbyggere og til tider skapt et krevende arbeidsmiljø og samarbeidsmiljø for Frivilligsentralen.

Det er likevel enighet om at fokuset på frivilligsentralenes bindeleddsrolle vil være et nyttig bidrag for frivillig sektor.

Rådgivende organ

Ifølge vedtektene til Sør-Aurdal frivilligsentral skal frivilligsentralen ha et rådgivende organ. Rådet skal ha følgende sammensetning:

- To representanter i fra kommunens administrasjon. Representantene velges av kommunedirektøren.
- Fire representanter fra lag og foreninger i Sør-Aurdal.

Det rådgivende organet kan gi innspill til handlingsplan, aktiviteter og arrangementer, være med å fange opp samfunnsutfordringer og fokusområder som frivilligsentralen kan jobbe med, samt være med å ivareta sentralens intensjoner og være støttespiller for daglig leder.

Det rådgivende organet kan være med på å skape aktivitet, tilrettelegge og støtte opp om nye og eksisterende tilbud og arrangementer i regi av, eller i samarbeid med Sør-Aurdal frivilligsentral.

Representanter i Rådgivende organ 2024

Inger Randi Islandmoen Kleven

Anne Kirsti Sørumsaugen

Sigrid Evjen Fønhus

Julie Høyme Einang

Karine Langedrag

Ansatte i Sør-Aurdal frivilligsentral

Eli Torp, 100% stilling

Leder for Sør-Aurdal frivilligsentral

Thor Arne Simensveen, 6% stilling

Leder for Ungdomsklubben på Bagn

Styringsverktøy

- Sør-Aurdal frivilligsentral drives i samsvar med vedtekter og retningslinjer som til enhver tid er gjeldende hos Norges Frivilligsentraler, «Forskrift om tilskudd til frivilligsentraler», føringer gitt fra staten, Sør-Aurdal kommune og egne vedtekter.
- 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 har høy bevissthet rundt FNs bærekraftsmål i sitt arbeid.



Representasjon

- Leder deltok på Landsmøtet og fagdag i regi av Norges Frivilligsentraler
- Leder deltar i Nettverksgruppen for Frivilligsentralene i Valdres. Vi møtes fire ganger i året til fagsamtaler, erfaringsutveksling og kompetanseheving.

Frivillige

Våre frivillige legger ned en fantastisk innsats på aktiviteter, tilbud og arrangementer i samhandling med frivilligsentralen. Noen frivillige leder de ulike faste aktivitetene med støtte og tilrettelegging fra leder på frivilligsentralen, andre frivillige går inn med frivillig innsats ukentlig, månedlig, ved lengre intervaller, eller ved behov.

Den frivillige innsatsen som legges ned av stort og smått er med på å styrke lokalmiljøet ved å skape møteplasser, bygge vennskap og relasjoner, styrke identitet og fellesskap. Sammen skaper vi et varmere og mer inkluderende samfunn.

Sør-Aurdal frivilligsentral sine aktiviteter og arrangementer er bygget på frivillighetens premisser og lokale ønsker fra frivillige og samarbeidspartnere. Som frivillig på frivilligsentralen kan du bidra inn på aktiviteter og tilbud som allerede er etablert på frivilligsentralen. De frivillige kan også etablere nye tilbud gjennom sentralen.

Frivilligsentralen vil ikke etablere nye tilbud som kan oppleves som et konkurrerende tilbud for lag og organisasjoner.

Frivilligsentralen ønsker at de frivillige og aktivitetene på frivilligsentralen i størst mulig grad gjenspeile samfunnet vi lever i. Vi ønsker velkommen alle frivillige som ønsker å bidra uavhengig av alder, kjønn, etnisitet, interesseområder, bosted, tid, yrkesaktivitet osv. Hos oss er det plass til hele deg.

Lag og organisasjoner

Frivilligheten styrker Sør-Aurdal og vi har mange lag og organisasjoner i vår kommune. Frivilligheten skaper gode møteplasser for samhold, deltakelse, demokrati, beredskap og personlig utvikling. Fritidsaktiviteter og frivillig engasjement er av stor betydning for god folkehelse, trivsel og tilhørighet i lokalsamfunnet vårt.

Frivillighet lever av lyst, dør av tvang, og vil være i kontinuerlig endring, med ulike muligheter og utfordringer i fremtiden.

Sør-Aurdal frivilligsentral er en støttespiller og ressurscenter for lag og foreninger.

Aktiviteter tilknyttet barn og ungdom

Ungdomsklubb

Ungdomsklubben på Bagn har tilholdssted i Sør-Aurdalshallen og har oppe annenhver fredag. Klubben er gratis og er åpen for 8. trinn - VGS. Vi har musikk, spill og åpen hall på klubbkveldene.

Ungdomsklubben samler 30-50 ungdommer på ungdomsklubbkveldene. Tilbudet drives av en ansatt på Sør-Aurdal frivilligsentral. Klubbleder har somregel med seg 1-2 frivillige pr klubbkveld. Det er 3-5 aktive frivillige på tilbudet.

Etter skoletid

Etter skoletid er et tilbud som kom i gang i 2021 . Det er et tilbud fra 8.trinn - VGS

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

På Etter skoletid kan de komme rett etter skolen og få seg et varmt måltid. De kan

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

Tilbudet blir benyttet av ca 8-15 deltakere hver gang. Vi har 2 frivillig tilknyttet tilbudet.

Ungdomscruising

I samarbeid med "Kjøretøy i Sør-Aurdal" arrangerte vi Ungdomscruising på Bagn.

Dette ble først arrangert høsten 2022.

Kjøretøy i Sør-Aurdal møter opp med sine kjøretøy. Elever med underskrift fra foresatte får lov til å sitte på i bilene under kjøretøykortesja.

Noen kjøretøy blir igjen etter endt kortesje og ungdommene får lov til å sitte på i disse bilene utover kvelden.

Dette er et populært arrangement som samler flere generasjoner.

Aktiviteter for voksne og senior

Aktivitetstilbud for senior

Det er Aktivitetstilbud for senior en gang i uka på Hedalen bo - og servicesenter og Solbraut bo - og servicesenter. Treffene kan inneholde ulike aktiviteter som bingo, åresalg, sang, håndarbeid, diktopplesning, andakt osv. Felles for dagene er hyggelig fellesskap. Det er kaffe og kaker og middag for de som ønsker det.

Aktivitetstilbudet på Solbraut Bo og Servicesenter har en frivillig som har hovedansvaret for tilbudet, i samskaping med frivilligsentralen. Hun har i tillegg med seg 6 andre frivillige som skaper dette tilbudet i lag. Det er 3 frivillige med på tilbudet hver gang. Det er 8 – 20 deltakere på tilbudet.

I løpet av våren 2024 ønsket de frivillige på Aktivitetstilbudet på Hedalen Bo og Service å drive tilbudet uavhengig av frivilligsentralen. Frivilligsentralen vil fungere som støttespiller og samarbeidspartner når de frivillige har behov for det.

Klessalg

En gang i året kommer Seniorbutikken og holder klessalg på bl.a Sør-Aurdalsheimen i samarbeid med frivilligsentralen. Det er flere av de eldre som har utforinger med å komme seg til klesbutikker, så dette er et populært tilbud.

Sommeravslutning

Årest sommeravslutning for Aktivitetstilbud for senior ble holdt på Solbraut Bo og Service i strålende sommersonne.

De frivillige serverte rømmegrøt og spekemat fra kjøkkenet på Sør-Aurdalsheimen. En frivillig hadde bakt gulrotkake, verdens beste og smuldrepai servert med is.

Sangens glade tropp, fra Røde Kors Omsorg, kom og underholdt med flott sang og trekkspillmusikk. Vi var nesten 30 stk til bords denne dagen med deltakere og frivillige.

Tirsdag og Torsdagsklubben

Dagtilbud for hjemmeboende demente

Sør-Aurdal kommune driver Dagsenteret for hjemmeboende demente hver tirsdag og torsdag. Dagsenteret er lokalisert i underetasjen på Sør-Aurdalsheimen. Frivilligsentralen koordinerer de frivillige som er med på tilbudet. Her er det frivillige fra Bagn og Reinli Sanitetsforening, Lions Klubb Vassfaret, Røde Kors Omsorg og Sør-Aurdal frivilligsentral.

De frivillige bidrar med frivilligoppgaver og er en ressurs inn på tilbudet. Det kan være oppgaver som steking av vafler, sang,

høytlesning, å være en hyggelig bordkavaler, eller være med å gå tur. Vi har 8 frivillige tilknyttet tilbudet i tillegg til sjåførene.

Sjåførere til Dagsenteret

I samarbeid med Dagsenter for hjemmeboende demente har vi frivillige sjåførere som har kjørt noen av deltagerne på Tirsdagsklubben og Torsdagsklubben fram og tilbake fra tilbudet. Vi har 7 frivillige sjåførere tilknyttet dette tilbudet.

Sangkveld

En gang i måneden er det sangkveld for brukere av tilrettelagte tjenester. Vi arrangerer disse kveldene på Solbraut Bo og Service og alle er velkomne. Det er en frivillig som har hovedansvaret for disse kveldene, i samskaping med frivilligsentralen. Det er 3 frivillige tilknyttet dette tilbudet i tillegg til to flotte musikere som kommer og spiller når de har anledning. Det er ca 10-20 deltakere der pr. gang.

Disco/Solskinnsklubben

En gang i mnd arrangerer vi dans og fellesskap for Solskinnsklubben. Disco er et populært tilbud rettet mot brukere av tilrettelagte tjenester i Valdres og Nordre Land. Festkveldene blir arrangert i gymsalen i Reinli barnehage. Det er Vangstein 's dansemusikk som spiller opp til dans for en ivrig gjeng. Det er salg fra kiosken.

Det er en frivillig som har hovedansvaret for festkveldene, i samskaping med frivilligsentralen. Det er ca 11 frivillige som er med på å arrangere disse festkveldene. Det er 60- 90 deltakere hver gang.

Digihjelp

Digihjelp er et samarbeid mellom Sør-Aurdal kommune, Sør-Aurdal folkebibliotek, Hedalen Helselag og Sør-Aurdal frivilligsentral.

Annehver onsdag og torsdag har vi Digihjelp på biblioteket på Bagn og i Hedalen.

På Bagn er det en frivillig som har hovedansvaret, i samhandling med de andre frivilligvertene, frivilligsentralen og biblioteket.

I Hedalen har vi et samarbeid med Hedalen Helselag som har rekruttert to Digiverter til tilbudet.

Det er planlagt Digihjelp i Begnadalen fra 2025

Norges Frivilligsentraler lyste ut midler til digital kompetanse for senior. Sør-Aurdal frivilligsentral søkte om midler og fikk tildelt 8.500kr.

Det er til sammen 6 frivillige som skaper disse tilbudene til innbyggerne.

Hagearbeid i Sansehagen på Sør-Aurdalsheimen

Vi har hatt en frivillig som har jobbet litt i sansehagen til Sør-Aurdalsheimen.

Samarbeidsprosjekter

Språktrening

Språk er nøkkelen til integrering. Røde Kors Omsorg har flerspråklig kvinnekafé. I samarbeid med Røde Kors Omsorg søkte Sør-Aurdal frivilligsentral på midler lyst ut gjennom Norges Frivilligsentraler til språktrening. Sør-Aurdal frivilligsentral ble tildelt 5.600kr som Røde Kors Omsorg benyttet i sitt arbeid.

Bygda er for alle

Dette er et samskapingsprosjekt mellom biblioteket, barn- og ungdomsskolene i kommunen, psykisk helse, helsestasjon, ungdomsrådet, folkehelsekoordinator, lag og foreninger, ordfører, Mitt Sør-Aurdal og Sør-Aurdal frivilligsentral.

Sammen utformer vi en uke med ulike foredrag og arrangementer, for alle aldre, med fokus på samhold, inkludering og integrering. I Sør-Aurdal er det plass til alle! Hedalen Ungdomslag, Øpe Hus og Sør-Aurdal frivilligsentral arrangerer en festkveld for ungdommen i kommunen i Sør-Aurdalshallen. Etter ønske fra Ungdomsrådet ble Magiske Daniel leid inn. Her ble det spektakulær trylling på høyt nivå til stor glede og vantrø fra både ungdommer og voksne! I år, som i fjor, ble det satt opp gratis buss Hedalen – Bagn – Hedalen.

Den kulturelle spaserstokken

I forbindelse med at Sør-Aurdal kommune arrangerer Den Kulturelle Spaserstokken blir Eldrerådet, Sør-Aurdalsheimen og Sør-Aurdal frivilligsentral invitert med for å finne gode og egnede aktører til Den Kulturelle Spaserstokken. Eldrerådet er kulturverter på disse dagene. I løpet av 2024 ble det arrangert 8 kulturelle tilstelninger i Festsalen på Sør-Aurdalsheimen og på Hedalen Bo og service.

- Torgeir Onstad og Toralf Baldersheim
Hyggelige og stemningsfulle konserter
- «Gunnar på Mo»
Teaterforestilling
- Aage Sogn
Sang og trekkspill som vekker dansefoten
- Julekonsert med panfløytist Roar Engelberg.
Juletoner på panfløyte

Aktivitetstilbud for senior

Vi har flere gode samarbeidspartnere for å skape de hyggelige stundene på Aktivitetstilbudet.

Ca 1 gang i mnd har vi andakt på tilbudet. Da kommer prest Ellen Rudi og kantor

Anders Løberg og skaper gode og varme stunder for deltakerne.

Vi samarbeider med Seniorbutikken rundt klessalg en gang i året.

Fremtidsfullmakt

I samarbeid med Eldrerådet og Sør-Aurdal folkebibliotek arrangerte vi Temakveld om Fremtidsfullmakt på biblioteket på Bagn og i Hedalen.

Leder i Eldrerådet, Erik Råheim, holdt foredrag og frivilligsentralen hadde i forkant ordnet med PowerPoint presentasjon og andre praktiske oppgaver. Frivilligsentralen ble med som praktisk medhjelper på Bagn og Biblioteket ble med som praktisk medhjelper i Hedalen. Dette ble to fine og godt besøkte temakvelder.

Temadag for demens

Frivilligsentralen var med som innspillsdeltaker og sto for enkel servering når Dagsenteret, Demenskontakt og andre hadde temadag om demens. Det ble en veldig fin og nyttig kveld med god informasjon og mange fine refleksjoner.

Tv-Aksjonen

Årets Tv-aksjon gikk til Barnekreftforeningen og etablering av barnehus i Tromsø, Trondheim, Bergen og Oslo. Vi hadde 5 rodeledere og ca 60 bøssebærere og frivillige i sving denne

ettermiddagen.

Årets Tv-aksjon skapte stort engasjement og det ble satt ny nasjonal og lokal rekord. Takk til alle rodeledere, bøssebærere og frivillige. Takk til innbyggerne som tok så godt imot bøssebærerne. Takk til alle som har gått, kjørt, bakt, løpt og jobbet.

Takk til dere som opprettet digitale bøsser og samlet inn penger på eget initiativ.

Takk til ordfører og varaordfører som stilte på ringedugnad. Takk til næringslivet for rekordstor sum i år!

I år leverte vi fra oss en pengesekk til Barnekreftforeningen med 277.261kr i! Takk alle sammen for godt samarbeid!

Folkehelsemeldingen

Sør-Aurdal frivilligsentral har sammen med flere andre instanser bidratt inn med refleksjoner rundt funn som presenteres i Folkehelsemeldingen.

Ønsketreet

Sør-Aurdal frivilligsentral ble invitert med inn som samarbeidspartner på Røde Kors Omsorg sin julekampanje «Ønsketreet» Frivilligsentralen utarbeidet i samarbeid med RKO dokumentene og strukturen rundt julekampanjen. Vi jobbet med markedsføring og var med og tok imot gavene som kom inn.

Frivillighetens dag

I anledningen Frivillighetens dag 5. desember ble de frivillige på sentralen invitert på en felles middag og feiring av innsatsen de har lagt ned i løpet av året. Det ble holdt taler og vi fikk servert buffet fra Emma Kafe og Spiseri. Det ble en veldig hyggelig kveld!

Markedsdag på Bagn

I samarbeid med Mitt Sør-Aurdal, Valdres Gatebil, CircleK, Valdrestunet og andre ildsjeler, arrangerte vi Markedsdag på Bagn 24. august. Kvelden ble avsluttet med konsert arrangert av Bagn Rock.

Vi hadde ca 50 påmeldte lag og foreninger og bedrifter denne dagen og dagen ble godt besøkt!

Formålet med Markedsdagen er å skape en sosial og inkluderende dag for Sør-Aurdal hvor vi kan vise fram og gjøre organisasjons- og næringslivet tilgjengelig for både innbyggere og turister. Det ble sendt ut invitasjoner til organisasjons- og næringslivet i Sør-Aurdal og påmeldingene kom i løpet av våren. Informasjon ble også offentliggjort slik at privatpersoner og de vi ikke nådde via mail kunne melde seg på. Det ble sendt ut evaluering i etterkant av Markedsdagen.

Førstehjelpskurs

I samarbeid med Røde Kors hjelpekorps arrangerte vi to førstehjelpskurs for frivillige.

Første dag omhandlet

- HLR
- Bruk av hjertestarter

Andre dag omhandlet

- Fremmedlegeme i halsen
- Hjerterinfarkt/hjerneinfarkt
- Ytre blødninger
- Hverdagsulykker

Aktivitetsvenn og demens.

I høst har frivilligsentralen hatt et spennende og nyttige samskapingsmøte sammen med Hedalen Helselag, Røde Kors Omsorg og demenskontakt som har resultert i et godt samarbeid. Hedalen Helselag og Røde Kors Omsorg er gode bidragsytere til vår folkehelse med sine fokusområder på bl.a Aktivitetsvenner og Besøksvenner. Hedalen Helselag har gjennom Nasjonalforeningen for folkehelse tidligere kurset Aktivitetsvenner. En Aktivitetsvenn er spesielt kurset for å ivareta mennesker med en demensdiagnose. Ved å samarbeide har vi sett effekten og nytten av gode samarbeidsplattformer og synergien vi skaper sammen!

Demenskontakt jobber med å styrke Sør-Aurdal sitt arbeid mot å bli et godt demensvennlig samfunn og sammen med bl.a Hedalen Helselag og Røde Kors Omsorg vil vi styrke nettopp denne satsningen.

Besøksvenn og Besøksvenn med hund

I høst har Sør-Aurdal frivilligsentral og Demenskontakt samarbeide tett med Røde Kors Omsorg for å løfte fram og forankre tilbudet de har rundt Besøksvenn i Sør-Aurdal. Det jobbes nå med å få på plass alle sertifiseringer før tilbudet etableres.

Kurs i Tilskuddsportalen

I samarbeid med Folkehelsekoordinator arrangerte vi kurs i Tilskuddsportalen for

Lag og foreninger i Sør-Aurdal. Det ble sendt ut invitasjon lag og foreninger. Det kom ingen på dette kurset.

Bistand til lag og foreninger

Sør-Aurdal frivilligsentral bistår lag og foreninger.

Det være seg:

- Samarbeidsprosjekter
- Praktiske oppgaver som deling av aktiviteter, arrangementer, kopiering osv.
- Koble sammen ressurspersoner
- Samarbeid rundt søknadsskriving
- Utlån av bord, stoler og dekketøy

Annet

Utleie til selskap

Sør-Aurdal frivilligsentral har bord, stoler og dekketøy til utleie ved selskaper, eller andre anledninger.

Lag og foreninger kan låne bord, stoler og dekketøy gratis av frivilligsentralen. For privatpersoner kommer det med en kostnad.

Markedsføring

Frivilligsentralen har jevnlig oppdatering av hjemmesiden hvor alle aktiviteter og arrangementer legges ut.

På Facebooksiden legges det ut bl.a informasjon om frivilligsentralen, lag og foreninger, eller informasjon til nytte for lag, foreninger og innbyggere.

Sør-Aurdal frivilligsentral administrer også Facebookkontoen Ung i Sør-Aurdal og Snapchatkontoen Ung i Sør-Aurdal.

Takk!

Tusen takk til alle frivillige, lag og foreninger, næringsliv, kommune og andre for godt samarbeid, gode ideer og samskaping til det beste for innbyggere i Sør-Aurdal. Sammen skaper vi gode og inkluderende lokalsamfunn!