

FRIVILLIGHETSSENTRALEN GREFSEN KJELSÅS

**STYRETS ÅRSRAPPORT
01.01.2019-31.12.2019**

EIERORGANISASJON

Grefsen menighet

STYRETS SAMMENSETNING

Styreleder Marit Østang (Grefsen Menighet)
Styremedlem Inger Marie Kullerud (Grefsen menighet)
Styremedlem Arne Myklebust (Grefsen menighet)
Styremedlem Heidi Nordal (Bydel Nordre Aker)
Styremedlem Endre Grønnestad (frivilligrepresentant)

DAGLIG LEDER

Kjersti Vasli

STØTTES ØKONOMISK AV

Kulturetaten Oslo kommune
Bydel Nordre Aker



2019

17 år med frivillig virksomhet i Glads vei 47 er et faktum, og 2019 har vært like spennende og innholdsrikt som de andre 16 årene. Her er det **liv og røre hver eneste dag**, her er **smil og latter**, her er **initiativ, pågangsmot** og **arbeidslyst**. Her **løser** vi **problemer**, **samarbeid** er et velkjent ord, og **sosiale fellesskap, gjensidig hygge og nytte er mål**.

2019

Frivillighetssentralen Grefsen Kjelsås i et nøtteskall.



70 frivillige medarbeidere
2.000 oppdrag ute i nærmiljøet
11.560 frivillige arbeidstimer
7 FRIVILLIGE ÅRSVERK

Frivillighetssentralen Grefsen Kjelsås har i 2019 søkt å utføre **godt diakonalt arbeid** for sin eier Grefsen menighet. Sentralen har også hatt som mål å være et **godt supplement til bydelens offentlige tjenester**. Frivillighetssentralens styrke er at den er tilpasset sitt nærmiljø, men tilbudene skal kunne brukes av alle og være å betrakte som **BYOMFATTENDE TILBUD**.

SENTRALENS TO HOVEDSATSNINGSSOMRÅDER

HjelpeSentralen: Frivillige medarbeidere drar hjem til mennesker i nærmiljøet for å hjelpe til med saker de av ulike grunner ikke greier selv.

Møteplassen: et treffsted i nærmiljøet for hygge og trivsel.

HELPESENTRALEN		MØTEPLASSEN	
Husarbeid, gulvvask, vindusvask		Loppestuene og kaffeprat	50/dag
Handling og hjemkjøring av dagligvarer		Tur og Kultur	20/gang
Hagearbeid		Stikk innom trimmen	20/gang
Henge opp og ta ned bilder, lamper og gardiner		Tirsdagsvaffel	
Henting og retur av hjelpemidler		Søm	20/uke
Apotek, hente resepter		Kreativt gjenbruk	
Ved i hus og snømåking		Pinner og Prat	30/gang
Sand, salt og grus – vi hjelper med tilkjøring og strøing		Suppetorsdag	
Skifter lysrør, lyspærer og batterier i brannvarslere		Bok i lunsjen	10/gang
		Leksehjelp og voksenkontakt - barn fra Grefsen skole, mottaksklasser for flyktninger	10/gang
Post- og banktjenester		Politisk time	18/gang
Reparasjon av tøy			
Stryking av klær og sengetøy			
Opplæring i mobilbruk, nettbrett og pc. Tjenesten gis både hjemme hos bruker og på sentralen.		KORK konserter (kringkastingsorkesteret)	15/gang

ANDRE ARRANGEMENT

Loppemarked vår og høst
«Reisemål over suppegryten», mars.
«Før 17. mai pølsefest»
«Sommerhygge på uteplassen», juni
Mannekengoppvisning «De frivillige på catwalken», oktober
«Pinner og Prat» møter prematuravdelingen ved Ullevål sykehus
Julemarked med gløgg og pepperkaker
Julegrøt og spekemat for bydelens innbyggere
Julegavepakking til sykehjemmene våre og Omsorg+ i Hareveien 10
Sommer og julearrangement for sentralens frivillige
Historielaget har sine styremøter på Frivillighetssentralen



Jul i gjenbruksbutikken



Mannekengoppvisning



17. mai på uteplassen

DAGLIG LEDERS ANDRE OPPGAVER

Foredrag for Kjelsås pensjonistforening
Undervisning for studenter gjennom Verdighetsenteret, «Frivilligkoordinering og eldreomsorg»
Styremøter
Storstabsmøter og møte ang. menighetens diakoniplan. Møte med diakon ang. hjelp til flyktningbarn på Grefsen skole (vintertøy)
Vi hjelper andre – møter med Sandaker eldresenter og Frivillighetssentralen på Gran, Hadeland
Møter med bydelens hjemmebaserte tjeneste, kreftkoordinator, fysio- og ergoterapitjenesten, BU-leder, bydelsdirektør og Mobilizer
Møte med Rønningen folkehøgskole
Møte med frisklivssentralen
Møte med Kringkastingsorkesterets venneforening
Møte med Plan- og Bygningsetaten
LIONS tulipanaksjon
Nettverksmøter
Allmannamøte

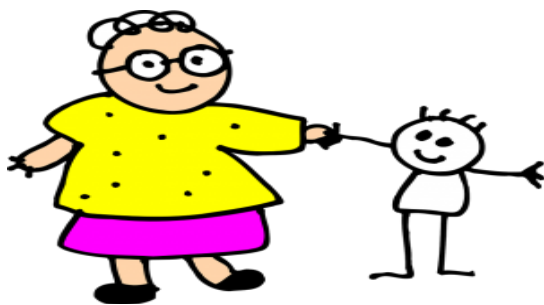


LITT MERE KJØTT PÅ BENA



Frivillighetssentralen Grefsen Kjelsås er en aktiv og hardt arbeidende sentrale, der de 70 frivillige medarbeiderne arbeider etter oppsatt vaktlisteordning. Alle frivillige har sin dag, og alle er innom i løpet av en uke. Oppdrag ringes inn av brukerne selv, av pårørende og av bydelens ulike avdelinger. Noen kommer også til sentralen for timebestilling. Alle sentralens tilbud styres av frivillige og de aller fleste arrangementer er fullsatte. Plassen styrer ofte antall deltagere som kan komme med.

Frivillighetssentralen er ikke et eldresenter. **Her møtes man, og arbeider man på tvers av generasjoner.** År, hudfarge, religion, politisk ståsted - dette er ikke tema i Glads vei 47.



På FS hersker en ja-kultur. Det er utrolig hva de frivillige greier å imøtekomme av henvendelser. «Kjersti, vi står med en nesten naken dame her og kan ikke gå inn i leiligheten. Det er påvist veggdyr. Kan dere hjelpe?» «Kjersti, kreftpasienten er innlagt på sykehus og innekatte sitter igjen alene. Hva skal vi gjøre?» Kjersti, vi står her med en pasient. Seng må skiftes på, pasient må vaskes. Det er ingen ting å finne i leiligheten. Kan dere komme borte med saker?» «Min mann er på Sundås, har fått permisjon for å

feire 80 årsdag, men vi får han ikke inn. Kan dere lage en platting?» «Jeg greier ikke mer, alt flyter, jeg kan ikke se gulvet lenger. Dere må hjelpe meg! «Min kone er dement, hun trenger mosjon, stimulans. Kan dere hente henne?»»

Ved må i hus i trekkfulle stuer i Maridalen, sålene mine er så glatte, buksene har krympet i skapet, jeg ser ikke ut gjennom vinduene lenger, skapdørene har falt av, røkvarsleren piper, jeg får ikke på TV'n, jeg trenger en spesialpute til mitt handikapede barn.

Jeg er så lei meg, jeg har så vondt, jeg er så alene.

Daglig leder slutter aldri å beundre frivillighetsgjengen i Glads vei!!



NYTT I 2019

Nytt i 2019 var leksehjelp og voksenkontakt for flyktningbarna på Grefsen skole. Tre frivillig er ansvarlig for denne aktiviteten. Det er så hyggelig å ha barna med oss, barn i alder 8 til 12 år, men det er en stor utfordring for de frivillige. Barna kommer fra ulike land, har ulik bagasje med seg, og snakker ikke eller dårlig norsk. De frivillige har løst problemet på en konstruktiv måte. Det blir ikke gloser og pugging som er i fokus, nei språket blir lurt inn via pannekakebakst, pepperkakepynting, brettspill og lek rundt bordet. Vi har plass til max. 12 barn. Skolen holdes orientert gjennom ukentlige rapporter fra leksehjelperne.

Nytt av 2019 var også «Politisk time», et lavterskel tilbud. Annenhver onsdag inviteres en bydelspolitiker til sentralen, ulike partier hver gang. Dette er en flott måte å bli kjent med våre politikere på og en flott måte for bydelspolitikernes å bli kjent med sin frivillighetssentral. Dette er viktig for et nært og godt samarbeid.

Nytt i 2019 var starten på en drøm. Daglig leder av Frivillighetssentralen Grefsen Kjelsås har et ønske, et ønske hun har jobbet for i mange år. «Tenk om vi kunne utvide sentralens areal med en vinterhage, en vinterhage som

kunne fungere som en liten kafe, en vinterhage som kunne huse to vernede arbeidsplasser.» I 2019 var ønsket nærmere virkeliggjørelse enn noen gang. Gjennom en årrekke har de frivillige ved sentralen driftet en gjenbruksbutikk – «Loppestuene». Gaver fra nærmiljøet har gitt arbeid til mange frivillige og pengene som har kommet inn er spart opp på en egen konto. Nå var tiden inne. Vinterhagen ble tegnet, nabovarsler sendt ut og søknad sendt inn til Plan- og Bygningsetaten. Optimismen var stor og frivillige og daglig leder planla for åpning før jul. Men så lett skulle det ikke gå. Svaret kom, og med store, leie øyne, kunne daglig leder lese svaret -NEI! Byggelinjen på tomten kunne ikke tillate utvidelsen og dessuten lå det en gammel regulering på tomten. Her skulle det bli kontorer. Saken er påklaget og vi venter i spenning på hva 2020 kan gi.

ETTERORD

Frivillig innsats kan være døråpner og få fram ressurser som bor i oss alle.

Det handler ikke bare om å gi av sin tid, men gjøre sin tid mer givende.

Dette er viktig. **Frivillighet er gjensidig glede og ingen enveisprosess.**

Gjennom frivillig engasjement bygger man relasjoner og fellesskap.

Frivilligheten skaper møter mellom mennesker som kan endre liv. Jeg vil si så mye som at den er hjørnesteinen i demokratiet, en fremmer av folkehelsen.

Frivillighet er noe flott, man gir og får. Frivillighet er noe sart, ikke noe som skal påtvinges eller styres. **Frivilligheten må tilrettelegges, motiveres, stimuleres, men initiativet til å gjøre noe for andre, for samfunnet, må komme innenfra.**

Daglig leder av Frivillighetssentralen Grefsen Kjelsås er vitne til dette hver eneste dag. Her i Glads vei har vi det så bra. Og hvorfor det? Ganske enkelt fordi alle bidrar med det de kan og har lyst til, og når vi legger alt sammen i en stor pose og rister godt, ja da blir helheten så utrolig bra.



**ET GLIMT FRA HVERDAGEN
PÅ
FRIVILLIGHETSSENTRALEN
GREFSEN KJELSÅS**









