



Årsrapport 2022

Hol Frivilligsentral

Innholdsfortegnelse

Frivilligsentralens styre og daglig leder	3
Styremøter	3
Status i Frivilligsentralen per 31.12.2022	3
Tiltak og aktiviteter i Frivilligsentralen	3
Småjobbsentralen:	3
BUA (Utlåssentral):	3
Nyby:	4
Lyttevenn på Geilo barneskole:	4
Datahjelpen Hol:	4
Sterk og stødig:	4
Utdeling av koronatester:	4
Innsamling av klær til ukrainske flyktninger:	4
Norsktreningskurs:	4
Leksehjelp for bosatte flyktninger:	5
Besøksbaby:	5
Informasjonshefte til seniorer:	5
Verdensdagen for psykisk helse:	5
Svall:	5
Syngende kommune:	5
Generasjonskor:	6
Torsdagsmiddag i kulturkyrkja:	6
Vi møtes:	6
Mat og måltid 65+:	6
Handlebussen:	6
Utdeling av julehjelpa til Frelsesarmeen:	6
Julebord og feiring av frivillighetens år:	7
Drift	7
Forespørsler om hjelp i løpet av året	7
Deltakelse i grupper og utvalg	7
Inntekter fra prosjekter og annen ekstern støtte i 2022	8

Frivilligsentralens styre og daglig leder

Følgende styre ble valgt på årsmøtet 2022:

- Inger Grostølen (velges for to år) – medlem, senere konstituert styreleder
- Arvid Groven (på valg neste år) – medlem
- Sissel Hovland (på valg neste år) – medlem
- Annette Knutsdotter Medhus (på valg neste år) – 1. vara
- Randi Wathne Gelink (velges for to år) – 2. vara
- Solveig Hvammen (velges for to år) – 3. vara
- Kristine Rimehaug (velges for to år) – 4. vara

Daglig leder er Marlene Brusletten.

Styremøter

Det har vært avholdt styremøter 2.2, 14.3, 4.4, 9.5, 23.5, 20.6, 26.9, 17.10, 21.11 og 14.12, og styret har behandlet totalt 47 saker i løpet av året.

Status i Frivilligsentralen per 31.12.2022

Marlene Brusletten har gjennom året fungert som daglig leder i en 80% stilling grunnet omsorgspermisjon i de resterende 20%. Fra september ble den ubenyttede stillingsressursen nyttet Driftsansvarlig BUA ut året.

Regnskapet viser et resultat på kr 283.893,97. Det er avsatt kr 224.072,96 til bundne fond ved årsavslutning.

Tiltak og aktiviteter i Frivilligsentralen

Småjobbsentralen: Driftes av frivillige seniorer som håndterer forespørsler om hjelp til småjobber. Servicetorget tar imot henvendelser i åpningstid hele uken, og sender videre til den som drifter «sentralbord» den uken. Frivillige setter småjobber og oppdragsgiver i kontakt med hverandre.

BUA (Utlåssentral): Det har blitt utarbeidet fremdriftsplaner og planer for drift, søknader om støtte, og etter sommerferien har vi hatt utfordringer knyttet til det at vi mistet vårt tildelte lokale. Vi ansatte midlertidig driftsansvarlig i september, og har jobbet for å spille BUA inn som et tiltak i kommunens økonomi og handlingsplan slik at vi skulle få midler til en driftsansvarlig i 40% stilling fra 2023.

Nyby: Er en app for rekruttering av frivillige og kanal for å legge ut forespørsler om hjelp. Tidlig i 2022 ble det arbeidet for at flere deler av helsesektoren kunne kobles på denne tjenesten i et samarbeid med Frivilligsentralen. Vi deltok på ledermøte og presenterte muligheter via appen. Dette førte ikke til flere oppdrag gjennom Nyby. Mot slutten av året ble det besluttet av hallingdalskommunene ikke lenger ville betale for denne tjenesten. Frivilligsentralens vurdering er at det ville krevet en eller flere personer med ansvar fra helsesektoren som jobbet med implementering av appen i deres rutiner om dette skulle fungert etter hensikten.

Lyttevenn på Geilo barneskole: Frivillige Lyttevenner stiller opp ukentlig på Geilo barneskole for å bistå i elvenes lesetrening, og for å være en trygg voksen som har litt ekstra tid til å lytte. Tiltaket gir også en god ramme for generasjonsmøter. Dette er et samarbeid mellom Frivilligsentralen og Geilo barneskole. Vi har hatt Lyttevenner både vår- og høstsemesteret i 2022.

Datahjelpen Hol: Har et eget styre bestående av representanter fra grendene, men administreres med hjelp av Frivilligsentralen. Organisasjonen er medlem av Seniornett Norge, og har som formål å styrke digital kompetanse hos seniorer. Vi ønsker å skape arenaer for læring og være en sosial møteplass. I løpet av 2022 har vi hatt datakafé på Geilo i kulturkyrkja en gang i uken. Enkelte av disse samlingene har hatt digitale tema med foredragsholdere. I Dagali er det «Dataprat», som er et lignende ukentlig tilbud. I Hol og Hovet har det også vært tilbud om «datahjelp» og foredrag om aktuelle tema.

Sterk og stødig: Sterk og Stødig er et nasjonalt treningsgruppe-konsept for seniorer. Det er et ukentlig tilbud på Geilo og i Dagali. Det er fysioterapitjenesten som drifter dette i praksis, men støtte fra frivillige instruktører. I Dagali er bygdekvinnelaget ansvarlige.

Utdeling av koronatester: Frivillige har stilt opp for å bistå kommunen med utdeling av gratis koronatester i februar og mars, i Hol og på Geilo.

Innsamling av klær til ukrainske flyktninger: I april bistod Frivilligsentralen kommunen med organisering og innsamling av klær og utstyr til ukrainske flyktninger. Frivillige tok imot klær som ble levert til Bygdahall, sorterte og organiserte slik at det ble en stor gratis «butikk» flyktningene kunne hente det de måtte trenge. Ukrainske flyktninger, flyktninger fra andre land og mottaket på Kongshaugen fikk hente det de måtte ønske, før lageret ble tømt i slutten av mai. Resten ble donert til Fretex.

Norsktreningskurs: I samarbeid med Geilo Røde Kors Migrasjon og biblioteket på Geilo startet vi opp Norsktreningskurs våren 2022. Dette var et kurs over 8 kvelder med 10 deltakere. Vi fikk full påmelding, og deltakerne fortsatte utover de oppsatte kurskveldene. Frivillige fra Røde Kors Migrasjon og Frivilligsentralene bisto deltakerne i

norsktreningen. Deltakerne var hovedsakelig arbeidsinnvandrere som ønsket å styrke norskferdighetene sine, og få samtalepartnere.

Leksehjelp for bosatte flyktninger: Er et ukentlig tilbud til de bosatte flyktningene i samarbeid med flyktningtjenesten. Vi har hatt dette på våren og høsten 2022, og forsøker å følge skoleåret. Det er en liten gruppe frivillige, i tillegg til representant fra flyktningtjenesten, som er med på denne aktiviteten som avholdes på Geilo samfunnshus.

Besøksbaby: I samarbeid med Geilo helsestasjon og omsorgsboligene på Kringlemyr har vi invitert foreldre i foreldrepermisjon til å besøke beboerne sammen med sin baby. Dette resulterte i noen flotte generasjonsmøter.

Informasjonshefte til seniorer: Gjennomføringen av dette har foregått i samarbeid med Frisklivssentralen. Vi samlet i fellesskap inn informasjon om aktiviteter og tilbud i kommunen rettet mot seniorer. Tilbudene kunne være kommunale og private, i egen regi og i regi av lag og foreninger. Resultatet ble et 8 siders hefte som vi fikk trykket profesjonelt og distribuert til alle postkasser i kommunen via Hallingdølen. Vi søkte og mottok støtte til dette av Sparebankstiftelsen Hallingdal. Informasjonsheftet ble til på bakgrunn av ønske om oversikt og tilgjengeliggjøring av tilbud til alle. Også de som ikke er digitale. Vi har i tillegg hatt et godt samarbeid med kirken, og har vært heldige som har fått informasjon om aktiviteter o.l. i kirkebladet igjennom året.

Verdensdagen for psykisk helse: Vi var med på gjennomføringen av markeringen av dagen, i et tverrkommunalt samarbeid. I år hadde vi to anerkjente psykologer til samtale om årets tema i Kulturkyrkja, temagudstjeneste, stand på Spar hvor det ble servert vafler og drikke og delt ut informasjonsmateriell fra psykisk helse, selvhjelp i hallingdal, Huset, kulturkyrkja og frivilligsentralen. Biblioteket på Geilo og avdeling Fritid markerte dagen på samfunnshuset.

Svall: Er et lavterskel gratis tilbud i Kulturkyrkja, som har vært gjennomført torsdags formiddag høsten/vinteren 2022. Det har vært gjennomført 14 Svall-arrangement i 2022. Svall har vært et samarbeid mellom Frivilligsentralen med frivillige bidragsytere og Geilo Kulturkyrkje.

Syngende kommune: Er et treårs-prosjekt i regi av Krafttak for sang. Hol kommune har vært en Syngende kommune i fra 2022. Sangutvalget i kommunen har gjennom året planlagt og gjennomført ulike sangtiltak for å løfte sangen og sangtilbudet for alle innbyggere. Vi kom i gang litt sent grunnet koronarestriksjoner på starten av 2022. Det har vært gjennomført to større allsangsarrangementer i kommunen. Ett på Geilo samfunnshus – en kickoff, og ett i Skurdalen på Skurdalshalle. Begge svært vellykket og

godt besøkte. Det har også vært andre arrangement i regi av kor i kommunen som har gjennomført allsang i deres oppsetninger. Vi hadde et innslag med allsang på Generasjonslekene, og *Svall* hadde allsang med julegrøt i kulturkyrkja.

Generasjonskor: En gruppe i sangutvalget startet opp et Generasjonskor i november. Det er musiker og kordirigent, Lars Inge Tverberg sammen med andre frivillige sangere, som driver koret og øvelsene. Vi har støttet i planlegging, markedsføring og med midler.

Torsdagsmiddag i kulturkyrkja: Startet opp samtidig med Generasjonskoret, og er et samarbeid mellom Frivilligsentralen, kirka og Syngende kommune. Tanken er å legge til rette for de som vil synge i Generasjonskoret ved å tilby middag før øving. Ved å tilby et felles måltid vil man kunne unngå tidsklemma om ettermiddagen. Middagen har en svært lav egenandel, og det er bestemt at alle kan delta i dette måltidsfellesskapet, uavhengig om du er med på korøving etterpå eller ikke. Det har vært frivillige som har laget maten. Tiltaket finansieres av tilskuddsmidler til Generasjonskoret som Frivilligsentralen har søkt om og fått støtte til.

Vi møtes: Ble utarbeidet som en del av en «aktivitetsmeny» i sommerferien, for alle innbyggere i Hol kommune. Dette var et samarbeid mellom psykisk helse, huset, kirken, Frisklivssentralen og Frivilligsentralen. «Vi møtes» var et tilbud om et sosialt treffpunkt, hvor vi inviterte på vafler, kaffe og prat på biblioteket. Det var tilrettelagt for å kunne ta med barn, og de ukrainske flyktningene ble invitert spesielt. Frivillig var med for å servere og som samtalepartnere.

Mat og måltid 65+: I samarbeid med Hallinghelse og Frisklivssentralen har vi arrangert to kurskvelder i løpet av året med klinisk ernæringsfysiolog. Kursene har vært rettet mot målgruppen 65+, og har inneholdt teori og praktisk matlaging.

Handlebussen: I slutten av november og begynnelsen av desember satt vi opp tre busser fra kommunen som kjørte til Gol. Eldre i dalførene (Dagali/Skurdalen og Hovet/Hol) ble prioritert, og vi brukte frivillige kontakter som er lokalkjent til å invitere personlig. Invitasjon ble også delt i sosiale medier, og til kontakter i kommunen. Det resulterte i hyggelige og sosiale handleturer til Gol, med felles juletallerken før vi reiste hjem. Frivillige var med som støtte og bærehjelp.

Utdeling av julehjelpa til Frelsesarmeen: Vi fikk forespørsel fra Frelsesarmeen på Gol om å markedsføre deres tilbud om julehjelp i Hallingdal. Sammen med psykisk helse i kommunen kunne vi tilby å hente julehjelpen på Fretex på Gol, og levere hjem på døra til de som ønsket det i Hol kommune.

Julebord og feiring av frivillighetens år: 5. desember, på Frivillighetens dag, feiret vi frivilligheten og inviterte alle frivillige til julebord. Vi spiste juletallerken, så på hva året hadde gitt oss, og ga en stor takk til de frivillige!

Drift

Det arbeides kontinuerlig med oppfølging av nye og etablerte frivillige og samarbeidspartnere. Vi arbeider med planlegging, gjennomføring og evaluering av ulike aktiviteter og prosjekter. Vi drifter en nettside, kalender, frivilligregister, facebook-sider og andre sosiale medier. Markedskommunikasjon viser seg viktig for å nå ut med tilbudene våre. Her konkurrerer vi tidvis om publikum og oppmerksomhet, noe som fører til at vi skulle ønske på bedre oppslutning om enkelte arrangement og aktiviteter. Vi gjør stadig en vurdering på hvor fokuset vårt skal være, og hva som er mest hensiktsmessig for Hol kommunes innbyggere.

Forespørsler om hjelp i løpet av året

I løpet av 2022 har Frivilligsentralen mottatt og bistått etter evne følgende forespørsler fra private aktører, lag, foreninger og prosjekter:

- Radio Hallingdal
- Skarvespelet
- «Sammen om en jobb»
- Parkeringsvakter julaften ved Geilo kulturkyrkje
- FAU Geilo skole - hjelp til telling av trafikk
- Kongshaugen flyktningmottak – klær o.l. til flyktninger ved flere anledninger
- Frelsesarmeens julehjelp

Forespørsler om hjelp fra Hol kommune:

- Innsamling av klær til ukrainske flyktninger
- Utdeling av koronaselvtester
- SFO - hjelp til matlaging

Deltakelse i grupper og utvalg

- Folkehelsegruppa
- Nettverk for Frivilligsentraler Viken Vest
- Ressursgruppa for selvhjelp i Hol kommune, er kontaktpunkt for selvhjelp

Inntekter fra prosjekter og annen ekstern støtte i 2022

Syngende kommune: 40 000,-
 Bufdir (BUA): 62 100,-
 Gjensidigestiftelsen: 100 000,-
 Sparebankstiftelsen Hallingdal (informasjonshefte seniorer): 15 000,-
 Norges Frivilligsentraler via IMDI (språktrening): 6000,-
 Statsforvalteren (ensomhetsforebyggende aktivitetstiltak eldre): 67 856,-
 Sparebankstiftelsen Hallingdal (generasjonskor): 15 000,-
 Sparebankstiftelsen DNB (Generasjonskor): 75 000,- (ikke bedt om utbetaling)
 Sparebankstiftelsen (BUA): 200 000,- (ikke bedt om utbetaling)
 Lotteri og stiftelsestilsynet: Statlig tilskudd til Frivilligsentraler for 2022: 448 000,-

SUM: 1028956,-

Søknader hvor det ikke foreligger svar per 31.12.22:

Caverion (Generasjonskor) 50 000,-
 Eterni stiftelsen (Generasjonskor) 50 000,-
 Bufdir 2023-24 (BUA): 969 680,-
 Lotteri og stiftelsestilsynet: Statlig tilskudd til Frivilligsentraler for 2023.

Avslag søknader i 2022:

Lotteri og stiftelsestilsynet (BUA): 755 900,-
 Gjensidigestiftelsen (BUA - lønn): 520 000,-
 Caverion (BUA): 50 000,-

Totalt 13 stk. søknader om støtte fra Frivilligsentralen i løpet av 2022.