

Årsmelding 2023



Adresse:	Snarveien 1, 1820 Spydeberg
Telefon:	488 61 801
E-post:	post@spydeberg.frivilligsentral.no
Hjemmeside:	http://spydeberg.frivilligsentral.no

Innhold

Spydeberg Frivilligsentral.....	3
<i>Avtale</i>	<i>3</i>
<i>Formål</i>	<i>3</i>
<i>Organisering.....</i>	<i>3</i>
<i>Målgrupper</i>	<i>3</i>
<i>Økonomi.....</i>	<i>3</i>
<i>Styret.....</i>	<i>4</i>
Aktiviteter.....	5
<i>Møteplassen – Norderhaug</i>	<i>5</i>
Seniornett.....	5
Stavgang-gruppa	5
Trimkafeen	5
Strikkekafe.....	5
Hyllibekkens venner	5
Frivillige på huset	5
<i>Trivselsteamet – aktiviteter for barn og unge</i>	<i>6</i>
Daggravner og trafikkpatrulje	6
Etter skoletid	6
Leksehjelp.....	6
Spydeberg E-sport Arena	6
BUA.....	7
Natteravnene	7
<i>Aktiviteter på Grinitun og for de eldre i Spydeberg</i>	<i>8</i>
Rickshaw-sykler	8
Trivselskurv	8
Besøksvenn, handlehjelp og følgetjeneste	8
Sittedansen	8
Frivillige brannforebyggere	8
<i>Andre aktiviteter</i>	<i>9</i>
25 års jubileum.....	9
Frivillighetens dag	9
Grinitun og de eldres venner	9
Julaften	10
TV-aksjonen.....	10
Samarbeidsforum mellom de fem frivilligsentralene i Indre Østfold	10
Generasjonslekene.....	10
Spydebergkalenderen	10
Spydeberg Lokalråd.....	11
Sammen for Spydeberg.....	11
<i>Juletre med mening.....</i>	<i>11</i>
<i>Prosjekter</i>	<i>11</i>
Uteområde ved fjellheim	11
Hyllibekkens venner	11
Oppsummering	11

Spydeberg Frivilligsentral

Avtale

Spydeberg Frivilligsentral har inngått en fireårig samarbeidsavtale med Indre Østfold kommune som sikrer det statlige og kommunale tilskuddet.

Formål

Spydeberg Frivilligsentral er en lokalt forankret møteplass, åpen for alle som har lyst til å delta innen frivillig ulønnet virksomhet, og for alle som ønsker å motta slik innsats. Sentralen er tuftet på slagordet «Møte mellom mennesker» med ønske om å øke livskvaliteten for innbyggerne.

Sentralen skal bidra til å øke koordineringen og samspillet mellom lokale frivillige aktører og kommunens tjenester der samarbeid er naturlig og formålstjenlig. Aktivitetene skal være et supplement til kommunale tjenester, ikke en erstatning for.

Sentralen utvikles av menneskene som er knyttet til sentralen. Sentralen skal være en initiativtaker og igangsetter og et aktivt kontaktpunkt for alle i lokalsamfunnet.

Sentralen skal ikke kontraktfeste brukere eller frivillige. Sentralen sitt tilbud er basert på de frivillige sin innsats og ønske om å bidra for å kunne tilby sine tjenester.

Frivillige aktiviteter skjer der folk bor – i lokalsamfunnet

Organisering

Spydeberg Frivilligsentral er en selvstendig forening med eget organisasjonsnummer og ledes av et styre.

Simen Hansen tok over som daglig leder etter at Bodil Flobakk gikk av med pensjon.

Målgrupper

Frivilligsentralen har som mål å nå ut med aktiviteter til befolkningen i Spydeberg.

Økonomi

Tilskuddet til Frivilligsentralen er et spleiselag mellom stat og kommune. Dette sikrer lønn inkl. sosiale utgifter for ett årsverk.

Frivilligsentralen har kommunale lokaler.

Sentralens øvrige drift bygger på tippemidler, spons/gaver og midler fra søknader.

Gro Wenche Rognlien og John Hesselberg har vært frivillige regnskapsførere.

Kari Fremstad og Bjørg Garseg har vært frivillige revisorer.

Styret

Jan Gander	Styreleder
Nina Haaland	Nestleder
Torgeir Ruud	Styremedlem
Thore Skollingsberg	Styremedlem
Gro Rognlien	Styremedlem
Sigmund Lereim	Kommunestyrets representant
Per Jarle Hestnes	Varamedlem 1
Renate Olsen	Varamedlem 2
Kari Solend	Varamedlem 3

Aktiviteter

Møteplassen – Norderhaug

Seniornett

En gang i uken stiller to frivillige seg til disposisjon for å veilede til bruk av datamaskin, telefon og nettbrett på frivilligsentralen. Det kommer ofte innom noen som trenger hjelp. Det er noen som kommer ganske fast mens andre er drop in.



Stavgang-gruppa

5-6 stk møtes en gang i uken for å gå tur med frivilligsentralen som startpunkt. De avslutter turen med en kaffe på frivilligsentralen.

Trimkafeen

En gang i uken arrangerer saniteten trim på Fjellheim og etter trimmen møtes mellom 5-15 stk til kaffe og vaffel på Frivilligsentralen. Her har frivilligsentralen frivillig som ordner med bevertningen.



Strikkekafe

Hver uke er det strikkekafe på frivilligsentralen i samarbeid med Bygdekvinnelaget, Bygdekvinnelaget stiller med frivillig til å lage lunsj. Det pleier å møte opp mellom 10-20 strikkeglade. Det er en hyggelig møteplass som mange setter pris på.

Hyllibekkens venner

To ganger i uken møtes det 2-6 frivillige for å jobbe langs Hyllibekken eller andre aktuelle prosjekter i regi av sentralen. Gruppa starter dagen med en kaffe for å planlegge hva man skal bruke dagen til. Sommerhalvåret jobber de langs bekken og på vinteren er det prosjekter på sentralen. Når gruppa er ferdig med å arbeide får de lunsj servert av frivillig på sentralen.



Frivillige på huset

Det er flere frivillige som hjelper til med driften på huset. Det kan være alt fra å registrere nye frivillige i datasystemet til å male, vaske og vedlikeholde huset. Vi har også laget oss en resepsjon hvor en frivillig kan ta i mot de som kommer innom.

Trivselsteamet – aktiviteter for barn og unge

Daggravner og trafikkpatrulje

På Spydeberg og Hovin barneskole har vi daggravner i storefri. Det at det er ekstra ressurser i skolegården gjør at flere av barna kan blir sett av en voksenperson og kanskje få noen å prate eller leke med. Vi får gode tilbakemeldinger fra skolen, barna, foreldre og de frivillige som deltar på aktiviteten.

Trafikkpatruljen som vi har hver morgen ved jernbaneovergangen er også veldig positiv. Det er ikke bare det at det trygger elevene når de skal krysse veien, barna får også møte noen som sier hei og ønsker de en fin dag.



Etter skoletid

Dette er en aktivitet i samarbeid med biblioteket. Her er det frivillige fra sentralen i samarbeid med biblioteket som arrangerer aktiviteter for barn etter skoletid.



Leksehjelp

Vi har gjennom 2023 hatt leksehjelp en dag i uka. Etter at det nye biblioteket har åpnet har det vært litt få elever som har vært på sentralen og trengt leksehjelp. Vi mistenker at dette er fordi at det er ganske gøy for elevene å være på det nye biblioteket. Vi prøvde å gjøre leksehjelp med en vri ved å ha normal leksehjelp og etter leksehjelpen fikk barna tilbud om barneyoga ledet av Linda Havelin. Dessverre møtte det ikke opp så mange barn og vi har besluttet å ikke fortsette med aktiviteten.

Spydeberg E-sport Arena

Indre Østfold kommune spurte oss i slutten av september om vi ønsker å være med å etablere Spydeberg E-sport arena. Dette takket vi ja til. Vi har da fått med 13 frivillige som stiller som fra «Trivselsteamet» og stiller på lag med 2-3 stk frivillige hver gang. De hjelper barna om det skulle være noe og sørger for at det er god stemning. Sanitetsforeningen bidrar med å servere mat eller vafler til barna som kommer. Kommunen stiller med ungdommer som er ansatt som E-sport veiledere. E-sporten er hver mandag fra kl 16-19.



BUA

Vi har iløpet av 2023 blitt en del av BUA nettverket. Her har det blitt gjort en formidabel jobb i å omregistrere alt utstyret, male utlåssentralen og ha utvidet åpningstid. Det er også mulighet for å reservere utstyret på nett som gjør oss mer tilgjengelig. I skoleferiene tar vi over utlånet av kanoer fra FAU på Hovin skole.



Natteravnene

Det er mange natteravner i Spydeberg. Vi er mellom 70-80 natteravner i Spydeberg. Ravnene er ute hver fredag og lørdag. Natteravnene krever mye organisering og her har vi også dyktige frivillig til å koordinere det hele. Vi får gode tilbakemeldinger fra FAU og fra politiet på innsatsen.



Aktiviteter på Grinitun og for de eldre i Spydeberg

Rickshaw-sykler

På Grinitun har vi to rickshawsyklar og mange frivillige sykkelpiloter. Vi tilbyr de eldre sykkelturer så de kan få seg litt vind i håret.



Trivselskurv

I samarbeid med Røde Kors arrangerer vi trivselskurv på Grinitun. Her handler det om å skape trivsel for de som bor på Grinitun med utgangspunkt i hva den frivillige ønsker og kan bidra med. Noen har glede av å kunne ta med håndkrem å smøre inn hendene til de eldre mens andre kanskje synes det er gøy å bidra med sang og musikk, for tiden er det to frivillige som møtes jevnlig på Grinitun for å synge samt tilby en liten baileys.

Besøksvenn, handlehjelp og følgetjeneste

Vi tilbyr en til en hjelp/selskap. Det melder seg flere med forskjellige typer behov, det kan være handlehjelp, ruslevenn eller noen som ønsker å ha litt selskap. Vi forsøker å tilby dette og har flere frivillige som jevnlig gjør en innsats for denne gruppen. Det er også flere frivillige som bistår dagsenteret på Grinitun med henting av de eldre og til aktivitetene der.

Sittedansen

To ganger i uken arrangeres det sittedans, en gang i uken på Grinitun og en gang i storsalen på Fjellheim. Det er veldig godt oppmøte og en viktig møteplass for veldig mange. Aktiviteten koordineres og gjennomføres av frivillige.



Frivillige brannforebyggere

Dette er et samarbeidsprosjekt sammen med de andre frivilligsentralene i Indre Østfold kommune. Prosjektet initiert av Indre Østfold Brann og Redning og går ut på å hjelpe hjemmeboende eldre med å sjekke at de har brannvarsling og slukkeutstyr som er i orden. Det er to til tre frivillige fra hvert sted som drar ut på oppdrag og hjelper til å sjekke at alt er i orden. IØBR er tilgjengelig for veiledning og bistår dersom det er behov. Det har ikke vært mange oppdrag i 2023 men vi fortsetter å ha tilbudet. IØBR jobber med hvordan de skal markedsføre det bedre.

Andre aktiviteter

25 års jubileum

Spydeberg Frivilligsentral fylte 25 år i 2023. Det var også 25 år siden Bodil Flobakk ble ansatt som daglig leder i frivilligsentralen. Det ble laget et flott lag for Bodil og for sentralen i Spydebergstua den 8.6.2023. Det ble servert rømmegrøt med spekemat og stor marispankake til dessert som Spydeberg Bakeri hadde sponset. Bodil Flobakk fikk Norges Vels medalje, Styreleder Jan Gander overrakte medaljen.



Frivillighetens dag

5. Desember, på frivillighetens dag var det grøttest i Spydebergstua. Det ble sang, lotteri og morsomme vers fremført av August Strande. Det var også servering av grøt og en fin avslutning før jul. Ca 50 frivillige møtte opp denne dagen.

Grinitun og de eldres venner

Forumet har hatt flere møter og samarbeidet om flere aktiviteter. Frivilligsentralen har tatt ansvaret for økonomien i samarbeidsprosjektet og samlet inn penger ifbm de prosjektene vi setter i gang. Forumet har laget en egen samarbeidsavtale.

Dette er prosjektene vi har hatt i GEV 2023:

Allsang for eldre

I mai startet vi opp Allsang for eldre. Dette er et lavterskelarrangement der hvem som helst kan møte opp. Allsangen ledes av dirigent Knut Harald Rydning og frivillige fra Lions, Korisma, Bingograppa, Røde Kors og Frivilligsentralen stiller for å servere kaffe og passe på at alle har det bra. Allsangen er annenhver tirsdag og har mellom 50-80 deltagere.



Middag

Før sommeren ble det arrangert festmiddag i samarbeid med Grinitun og de eldres venner. Her var det mange deltagere og ble en hyggelig middag. Det ble underholdning av May Hotskog og Lions. Dette var et fint samarbeid mellom de forskjellige lag og foreningene.

Kalender

Det har blitt laget en kalender med aktiviteter som passer for eldre i Spydeberg. Kalenderen har blitt godt mottatt av de eldre i Spydeberg samt seksjon helse i kommunen. Det viser at det er masse aktivitet i Spydeberg som de eldre kan delta på.

Samarbeidsmøter

Forumet hadde flere møter på våren ifbm etablering. På høsten ble det gjennomført et møte. Forumet har ambisjoner om å gjennomføre et møte i halvåret for å planlegge det påfølgende halvåret. Det blir også avholdt møter ved behov.

Julaften

I samarbeid med Hobøl Frivilligsentral arrangerer vi julaften. Det har i 2023 vært i overkant av 20 stk som har vært påmeldt. Arrangementet driftes av frivillige. I 2023 ble arrangementet gjennomført i Tomter men deltagere fra Spydeberg fikk gratis transport til og fra.

TV-aksjonen

Vi arrangerer bøssebæringen i Spydeberg i forbindelse med TV-aksjonen. Det krever mye koordinering å få alt på plass men vi opplever at det er mange frivillige som møter opp og at det blir en fin møteplass blandt de frivillige. I tillegg så sies det at TV-aksjonen kanskje er den ene gangen i året enkelte får «besøk», dette gjør selve innsamlingsaksjonen mer verdifull. Frivillige på frivilligsentralen koordinerte og rekrutterte bøssebærere. Det ble en hyggelig samling på Askim & Spydeberg Sparebank etter at man var ferdig med roden sin. Der ble bøssten innlevert og innholdet telt. Bøssebærerne fikk kaffe og kringler.

Samarbeidsforum mellom de fem frivilligsentralene i Indre Østfold

Frivilligsentralene i Indre Østfold har et samarbeidsforum der daglig ledere og styreledere kan drøfte diverse saker som er aktuelt. Styreleder i Spydeberg Frivilligsentral har vært leder for forumet også i 2023. Vi jobber kontinuerlig med kommunen og det dukker stadig opp saker som må drøftes i forumet vedrørende samarbeidet.

I slutten av 2023 ble det satt i gang et større prosjekt med å lage en felles foreningsportal for Indre Østfold kommune. Dette skal iverksettes ila 2024 og Frivilligsentralene + idrettsråd og kulturrådet i kommunen skal gjøre arbeidet.

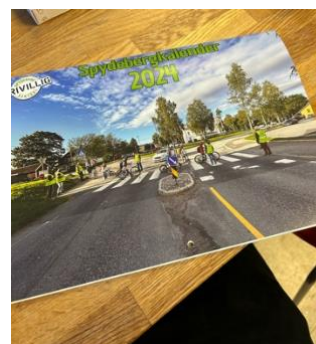
Generasjonslekene

Kommunen spurte om vi kunne tenke oss å samarbeide med de om å arrangere Generasjonslekene i Spydeberg 2023. Det takket vi ja til og satt i gang et arbeid sammen med kommunen. Den 2. september 2023 ble lekene gjennomført med stor suksess, over 200 deltok på lekene. Målet med lekene var at ulike generasjoner skulle møtes for å gjøre morsomme leker sammen, og det klarte vi. Det ble også laget reklamefilm i samarbeid med kommunen. Arrangementet ble gjennomført på plassen utenfor frivilligsentralen og innbyggertorget. Det var mange lag og foreninger som deltok med aktiviteter. Lekene blir gjennomført også i 2024 i samarbeid med kommunen.



Spydebergkalenderen

For å markedsføre Spydeberg Frivilligsentral og alle aktivitetene vi har her har vi laget en Spydebergkalender som vi gir bort gratis til alle husstander i Spydeberg. Opplaget er på 3200 kalendere. Innholdet i kalenderen ble laget av frivilligsentralen og utformet av en grafisk designer. Kalenderen ble delt ut av frivillige til alle husstander i Spydeberg.



Spydeberg Lokalråd

Kommunen har prøvd å styrke nærdemokratiet ved å oppfordre tettstedene til å opprette lokalråd. Spydeberg Frivilligsentral og Småbyen Spydeberg har vært fødselshjelp og vært initiativtakere til å opprette et råd i Spydeberg. Vi har klart å finne 4 personer som har opprettet Spydeberg Lokalråd og jobber videre med dette prosjektet. Spydeberg Frivilligsentral har sagt seg villig til å stille som sekretariat om de ønsker.

Sammen for Spydeberg

Juletre med mening

Det er ikke alle barn som får gave til jul og det prøver vi å gjøre noe med. Vi i «Sammen for Spydeberg» gjennomfører «Juletre med mening» i Spydeberg. Her får vi inn gaveønsker fra mange forskjellige institusjoner, som barnehager, skoler, NAV og andre som kommer innom oss med ønsker. I Spydeberg var det 180 ønsker som kom inn og nesten alle ble oppfylt. Det ble også gitt flere pengegaver til aksjonen som gikk til innkjøp av de gavene/ønskene som ikke ble innfridd.

Prosjekter

Uteområde ved fjellheim

Vi har iløpet av 2023 fått ferdig trinn 2 i prosjektet. Som er scene og tribunebenker. Denne ble åpnet på Spydebergdagen i mai og brukt første gang til show under Generasjonslekene 2023. Vi er veldig fornøyd med å ha gjort området mellom NAV, Innbyggertorget og Frivilligsentralen til et mer levende sted med aktiviteter og steder å være. Vi ser at tribunebenkene og den digitale lekeplassen blir hyppig brukt.



Hyllibekkens venner

I 2023 har vi fått tillatelse til å disponere området som Bane Nor eier nærmest jernbanen. Her skal det utvikles en park i samarbeid med Spydeberg Ungdomsskole. Det skal lages et uteklasserom med en stor rund benk med plass til minimum 30 elever. Spydeberg Ungdomsskole skal være å gjøre jobben sammen med Hyllibekkens venner. Hyllibekkestien har virkelig blitt et levende område og den frivillige gjengen på Spydeberg Frivilligsentral legger ned mange timer med arbeid for å gjøre det så fint som det er der.

Oppsummering

Spydeberg Frivilligsentral er en levende sentral som er en viktig møteplass for mange. Vi opplever at vi blir mer kjent i lokalsamfunnet og at vi ofte blir spurt om vi vil være med å bidra til positive tiltak i bygda. Vi jobber også hele tiden med å bli bedre på å koordinere den frivillige innsatsen i bygda.

Vi er veldig takknemlig for at det er så mange engasjerte frivillige som ønsker å bidra med tid og ideer til tiltak.

Simen Hansen