

FRIVILLIG



ÅRSMELDING 2015

Årsmelding 2015, 7. driftsår:

Vågsøy frivilligsentral SA er stiftet av Vågsøy Pensjonistlag, Vågsøy Røde Kors og Lions Club Måløy.

Styret har i 2015 vært:

Ragnar Hagen, styreleder (representant fra Lions Club Måløy) Se NB nedenfor

Trond Inselseth, styremedlem (representant fra Lions Club Måløy)

Eli Blålid, styremedlem (representant fra Vågsøy Røde Kors)

Ellen Synøve Prestvik, styremedlem (representant fra Vågsøy Røde Kors)

Dagrun Nilsen, styremedlem (representant fra Vågsøy Pensjonistlag)

Aud Vedvik, styremedlem (representant fra Vågsøy Pensjonistlag)

NB! Ekstraordinært årsmøte 05.10.15. Ny styreleder: Trond Inselseth (Lions Club Måløy)

Vågsøy kommune får innkalling til styremøte med en representant som observatør. Odd Gunnar Myhre, Tjenesteleder kultur har fått invitasjon i 2015.

Daglig leder, 60% stilling:

Siv Anett Kuppen

Møter:

Det har vært 3 styremøter og 1 årsmøte og 1 ekstraordinært årsmøte.

Lokale:

Kontor i 2.etasje i Selstadgården.

Målsetting

Vågsøy Frivilligsentral SA ønsker å bidra i lokalsamfunnet ved å virke som et bindeledd mellom eksisterende lag og organisasjoner. Vi ønsker et godt samarbeid med kommunen og andre private og offentlige instanser for å få et best mulig tilbud innenfor frivillig arbeid.

Vi vil skape et sosialt nettverk som integrerer hjelpere og brukere i et varmt samfunn.

Aktiviteter/ tilbud gjennom frivilligsentralen:

- **Samarbeid med kommunen**

Har hatt jevnlige møter i 2015 med Vågsøy kommune. Et godt samarbeid der vi har fått i gang aktiviteter og tiltak som gir bedre trivsel i kommunen. Viktig for oss å få vite om behov for å jobbe konkret mot det.

- **Lokaler i samarbeid med kommunen**

Flytta i september 2014 i lokaler i Selstadgården som er i kombinasjon med møteplass-lokalet. I 2015 diskuterer kommunen rundt ønsket om at Frivilligsentralen skal samlokaliseres med bibliotek i et nye lokaler i gamle DnB bygget.

- **Lag og organisasjoner**

Oppdatert liste med kontakt info for lag og organisasjoner. Kommunen har lagt det ut på nettsida si.

- **Forebyggende arbeid for 70 åringer.**

Samarbeid med kommunen, vi er med og informerer om tilbudene til frivilligsentralen på disse møtene.

- **Brukerundersøkelse i hjemmetjenesten 2015:**

Vi organiserte utsending av informasjon, frivillige til å intervju og registrering av svar

- **Seniorakademiet**

Nært samarbeid med Seniorakademiet i aktiviteter og påmeldinger til opera/teater, julebord og diverse som de har arrangert i 2015. Frivilligsentralen er med i arbeidsgruppa/styringsgruppa til den kulturelle spaserstokken.

- **Samarbeid med Nordfjord vekst**

Norsk kurs der vi er kursansvarlig og tar påmelding, fakturainformasjon og ferdigstiller kursbevis.

- **Samarbeid med NAV og kriminalomsorg**

-for best å utnytte ressursene i samfunnet vårt. Kriminalomsorgen har kontaktet oss og ønsker samarbeid for å sone samfunnsstraffer med for eksempel og delta som frivillig på nettkafè.

- **Flexitaxien**

I samarbeid med taxisentralen har vi fått nye ruter, ruta er forlenget til Kulatoppen omsorgsenter på dagtid. Pluss en tur på kveldstid på onsdagene. Mange som har vansker med å komme seg dit. Vi arrangerer møteplasser for seniorer, slik at de kan benytte flexitaxien.

- **Samarbeid med Frelsesarmeen**

Nytt av året, koordinerte 8 frivillige til å pakke julekassa til fattige hos Frelsesarmeen. Vi har også samarbeidet med å koordinere en som hadde en henger med ved som han ønska å levere til noen som virkelig trengte det. Og som gjerne vil bidra med mer av dette pga hagen full av trær og samtidig aktiviserer han 1 ungdom som hjelper til. Hjertevarmt <3

- **Kulatoppen omsorgsenter**

Bingo tirsdager fra 10.00 – 11.30

Kafè torsdager fra 10.00 – 11.30

Frivillige hjelper til.



Samtale med demente. Tjenesteleder tar direkte kontakt med frivillige som bidrar her.

- **En til en tjeneste**

Følgetjeneste til lege, sykehus osv.: Har vært en god del aktivitet her med følge til sykehus i Florø, Førde og Bergen, også tannlege og legebesøk i Måløy.

- **Besøksvenner**

Vi koordinerer besøksvenner. Hatt stor suksess i 2015 med å koordinere en tilflyttet som ønska språktrening med en eldre dame som ønska besøk. De trives godt sammen og det fører til livskvalitet og læring for begge parter 😊

- **Strøsand**

Start desember 2010. Får gratis sand på øyna med kommunen og bøtter fra storkjøkken og poser fra butikker og fyller opp og leverer til de som trenger det for å forebygge skader på glattisen. Leveres ut til eldre og uføre. Forebygger benbrudd og fallskader.



- **Møteplasser for seniorer på Skaretun på Raudeberg og i Selstadgården i Måløy**

Vågsøy kommune, Vågsøy Røde Kors og Frivilligsentralen bidro til å få starte opp møteplass for seniorer på Skaretun 1. og 3. onsdag i måneden. Oppstart 21 mai 2014. Denne blir drevet av bygdafolk som stiller i komite og så kommer det besøk fra Skaretun og andre som bor heime rundt om i kommunen, mest Raudeberg-region, men også Måløyværinger ☺ Her er det deltakelse fra 20-30 personer med sang, musikk, diktlesing og prat!



Hørsellaget er også tilstede på møteplassene 1 gang hver måned.



Fredag 5 september 2014 starta vi i samarbeid med Vågsøy Røde Kors og kommunen, møteplass i Selstadgården den 1. og 3. fredagen i måneden.



NB! Fra september 2015 har møteplassene endret møtetidspunkt til onsdager i oddetallsuker på Skaretun, Raudeberg og onsdager i partallsuker i Selstadgården, Måløy.

I november og desember 2015 fra Kristine Schielderup tilstede på hver av møteplassene og viste enkle treningsteknikker i hverdagen. Det var veldig godt likt ☺ Hun ville komme tilbake til våren 2016.

44 stk møtte på juleavslutninga på Skaretun og 30 stk i Selstadgården. Her er bilder fra Selstadgården 9 desember 2015.



• "Tjukkasgjengen"

Turgruppe som har åpnet 310 avdelinger, eller chapter som det heter, og der er nå ca 26.000 medlemmer på Facebook og rundt om i Norge, Sverige, Danmark, Frankrike, Spania, Hellas, Tyrkia, Canada og USA! Chapter Måløy starta å gå 25 september 2013, 2 ganger i uka. Oppretta arbeidsgruppe som bestemmer tidspunkt og sted. Frivilligsentralen er med i oppstarten og blir med videre med hjelp til arbeidsmøte, plakater og oppdateringer på facebook. Fra Tjukkasgjengen si gruppe på facebook kan en lese: "Tjukkas er noe du er i hjertet, noen mener det er en hedersbetegnelse for personer med selvironi og humor. Du kan være tynn som en stilk og "allikavel" være en skikkelig Tjukkas. Det er sunt, sosialt og kjekt!" Sparebanken Sogn og fjordane har spona vester og utgifter til trykk av "tjukkaslogo" på vestene. Brunsvik gjorde jobben, gratis! Frivilligsentralen er fortsatt et kontaktpunkt for de som ønsker å lage «Tjukkasturer». Det går faste grupper i Gamle Kvalheimsveien mandager kl 11.30.



- **Selvhjelpsgrupper**

Vågsøy Frivilligsentral er et av kontaktpunktene i Sogn og Fjordane.



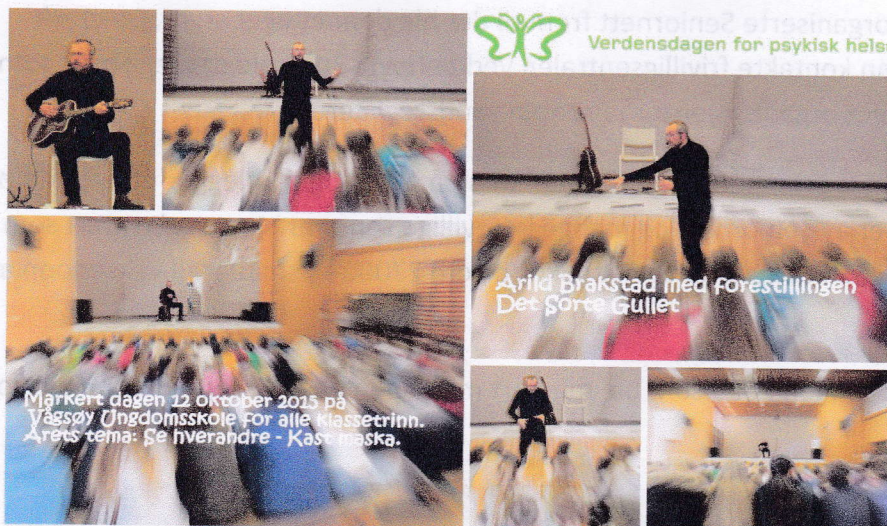
Selvhjelp Norge
Nasjonalt kompetansesenter
for selvorganisert selvhjelp

- **Verdensdagen for psykisk helse oktober 2015. Se hverandre – Kast maska!**

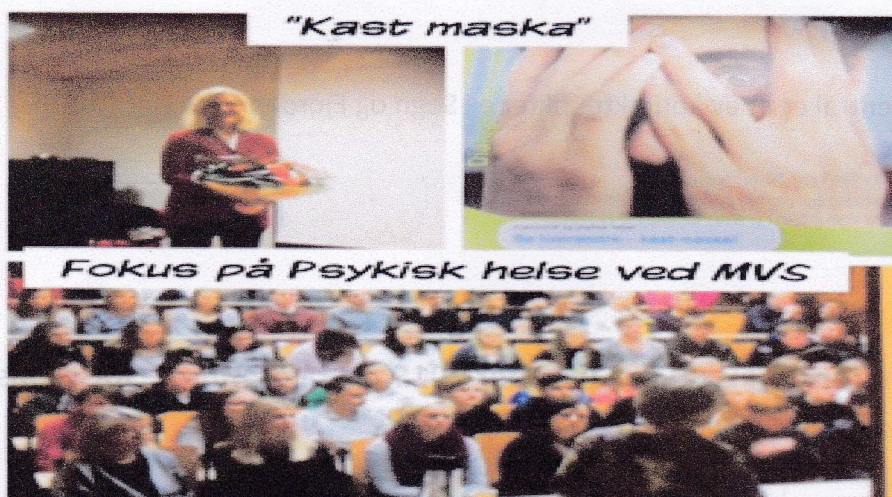


Verdensdagen for psykisk helse

Vågsøy Frivilligsentral dro i gang samarbeidsgruppe i Vågsøy i år også for å få markert denne viktige dagen i kommunen vår. Reiste på dialogkonferanse i Førde sammen med folkehelsekoordinator og Regine Weltzien fra psykisk helse. Vi kalla inn til møte med helsesøster, Vågsøy Ungdomsskole, Frelsesarmeen og Mental Helse. Sammen med Verdensdagen, Vågsøy Røde Kors og Vågsøy kommune klarte vi å få til et kjempeforedrag på Ungdomskolen for alle klassene med Arild Brakstad. Dette ble godt likt av elevene og lærere. Tilstede under foredraget var også 3 stk fra psykisk helseteam, helsesøster og folkehelsekoordinator. Lokalavisa var også tilstede.



På MVS ble dagen om psykisk helse markert 30 september.



Seniornett

Seniorer som ønsker å lære om bruk av internett, nettbank og andre medier. Også for de som ønsker å videreutvikle seg. Passer for alle nivå! 55 medlemmer i Vågsøy ☺

Er jevnlig møter/internettkafé i samarbeid med Seniorakademiet og Seniornett Norge. Tirsdager fra kl 1300-1500 i Selstadgården. Bryggja tatt pause fra høsten 2013, de har lært seg nettbank som var ønsket deres ifølge deltakere. Men vi håper å få de i gang igjen, etter hvert.

Frivilligsentralen organiserte Seniornett frem til det ble dannet eget styre. De er nå selvstyrte, men kan kontakte frivilligsentralen ved behov. I 2014 ble dei registrert som forening og fikk eget organisasjonsnr i Brønnøysundsregisteret.

I 2015 har Seniornett arrangert 2 nybegynnerkurs på våren og planlegger et nytt til høsten. 11 nye medlemmer av Seniornett og mange lærevillige seniorer. 4 nye rekruttert som veiledere høsten 2014 til kurs/kafe. Har søkt Vox om 27000 kr i midler til voksenopplæring. Frist 1 okt 2015.

Bilde fra Seniorsurfdagen 2015 som ble markert med åpen dag, 15 september i nytt lokale i Selstadgården:



Bilder fra oppstart av Seniornett på Bryggja og i Turnhallen i 2012:



- **Jobbsentral og Barnevaktsentral**

Oppdatert listene og markedsført på nytt i år. Liste over skoleungdommer som ønsker jobb i helg og fritid. Nordfjord Vekst har lagt det ut på facebook sida si og handelsforeninga formidler til sine medlemmer. Mange eldre har etterspurt listen.

Barnevaktsentral: Ungdommer som ønsker å være barnevakter får et 3 timers kurs om grunnleggende førstehjelp på barn og etiske regler og kommer da på lista vår over godkjente barnevakter som vi deler ut til de som ønsker å få lista tilsendt. Informasjon om barnevaktlista er hengt opp på kafèer, helsestasjonen og på servicetorget, fungerer bra med jungeltelegrafene også.



- **Natteravn**

Natteravnene Måløy fortsetter som før med oppfølging rundt ungdomsklubben på fredagskveldene. Vi ønsker å motivere flere foreldre til å verve seg som natteravner. Natteravnene har en god dialog med arrangør, politi og vakter ved arrangementer. Høsten 2014 ble det rekruttert nye som deltar i gruppa som går på nattestid. Denne gruppa er selvorganisert. I denne gruppa er det med personer fra Eritrea, Romania og Nederland og vi ser på det som en positiv del av integreringsarbeid i kommuna vår. Planlegger en julefest i 2015 for natteravnene som har gått på nattestid. Dette har vi ikke gjort før.

Her er bilde fra markering av Natteravnensdagen i Måløy 12 september 2015:



- **Markedsføring**

Brosjyren vi laga i 2012 har blitt jevnlig oppdatert da det stadig er endringer og ulike behov, og delt ut rundt om i kommunen. I forebyggende arbeid for 70-åringene blei det sendt ut av brosjyra vår. Vi var også med på møtet med 70-åringene og framsnakka aktiviteter som er aktuelle for disse å delta på. Plakater av ulike aktiviteter har blitt hengt opp rundt om i kommunen. Egen nettside og facebookside som har vært aktivt i bruk. Ellers har vi som mål å være ofte i avisa og spre glede ☺ Noe vi mener vi har klart ved å ha vært nevnt i avisa 77 ganger i år med innlegg, annonse og "etter jobb" !

Silje Farner-Calvert, (Oppsal) grep muligheten ved å søke Reklame for Alvor og fikk tildelt årets kampanje. Da tildelingen ble kjent tok Silje kontakt med Kommunikasjonsgruppen for Norges Frivilligsentraler via Wenche Erichsen (Halden) , det er de to som har bistått som kontakt- og ressurspersoner i et samarbeid med Bates United som har utviklet kampanjen. Reklamekampanjen «skyller over landet» i form av annonser, plakater, filmer og radiosspots fra julafta 2014 og ut i januar 2015. Har også vært en god del reklame på internett og tv fra Tryg om Natteravnene. Dette opplever Frivilligsentralen som positivt for rekruttering.



- **22 desember 2015:** Ble trekt ut som en mottaker av bidrag fra IESO som en medlem (beboer i Vågsøy) nominerte oss til. Kr 8000,-!! Det var 19 stk som ble trekt ut på hverdager i førjulstida. I stedet for at medlemmene fikk julegaver, ble det donert penger til veldedige formål og organisasjoner. Vi var veldig glade og takknemlige!! Vi tenker at god markedsføring og synlighet har ført til dette 😊



• Samarbeid med andre Frivilligsentraler



I 2014 har Nordfjord og Jølster samarbeidet om et prosjekt "Økt livsglede og inkluderende felleskap gjennom frivillig arbeid." Fått kr 400.000,- av Helsedirektoratet til dette prosjektet. Ferdigstilt 01.04.15. Vi fikk godkjent prosjektet og i tillegg til masse nyttig informasjon har vi også fått reklamemateriell som vi kan bruke for å synliggjøre oss enda mer. Vågsøy frivilligsentral har jevnlig kontakt med de andre sentralene i Sogn og Fjordane. Nettverksmøte med sentralene i Nordfjord 2 ganger i året og med alle fra Sogn og Fjordane 2 ganger. De 3 nettverkslederene kaller inn. I tillegg er det årlig regionkonferanse der Kulturdepartementet samler frivilligsentralene i Rogaland, Hordaland, Sogn og Fjordane og Møre og Romsdal.

• Diverse møter og seminar:

04.02.15 Årsmøte Seniornett. Gjennomvalg av styre. Forslag om nye lokaler.

17-19.02.15 Var med 4 fra kommunen på Effektiviseringsnettverk på Gardermoen, for å få informasjon rundt brukerundersøkelse i hjemmetjenester som vi skal samarbeide om.

25.02.15 Nettverksmøte frivilligsentralene Nordfjord og Jølster

05.03.15 Møte med lag og organisasjoner på rådhuset. Folkhelsekoordinator inviterte til samarbeid om folkehelseplanen.

07-08.03.15 Sendte 2 natteravner på natteravnskonferanse som Tryg arrangerer annahvert år i Bergen.

09.03.15 Møte med ansatte i psykisk helseteam i kommuna for å informere om tilbud som finnes

17.03.15 Dialogkonferanse Verdensdagen for psykisk helse i Førde. Tema i å 2015 Se hverandre-KAST MASKA!

21-22.03.15 Nettverksmøte med frivilligsentralene i Sogn og Fjordane på Skei

28.04.15 Forebyggende møte med 70-åringar i samarbeid med kommuna

06.05.15 Idømøte Verdensdagen på Lerwick

20.05.15 Idømøte Verdensdagen på Lerwick

17.06.15 Møte med tverrfaglig koordineringsgruppe for flyktninger.

22.06.15 Møte med Ribekka Beitveit som jobber med forprosjekt på lavterskeltilbud for eldre, Vågsøy Velferdprosjekt. Hun skal jobbe med dette i 6 uker og ønska informasjon om hvilke tilbud som allerede er til seniorer.

17.08.15 Møte med Gro Flølo og Jeanette Jensen angående forprosjektet til Vågsøy Velferd.

16-17.09.15 Regionskonferanse i Balestrand for frivilligsentralene i Rogaland, Hordaland, Sogn og Fjordane og Møre og Romsdal.

12.10.15 Nettverksmøte frivilligsentralene i Nordfjord og Jølster

12.10.15 Markering av Verdensdagen for psykisk helse- Kast Maska på Vågsøy Ungdomskule for alle klassetrinn.

30.10.15: Møte med tverrfaglig koordineringsgruppe for flyktninger

09.11.15: Nettverksmøte på Eid med gruppa for Nordfjord og Jølster

13.11.15: Hadde med Seniornett og Natteravner på Kulturnatta i Samf.hallen

16.11.15: «Julesamling» for Natteravnene m/møte og mat av Frivilligsentralen. 4 nasjonaliteter og 7 personer møtte til nydelig mat og litt møtevirksomhet og masse god prat.



25-26.11.15: Fylkessamling for Frivilligsentraler i Gloppen

28.11.2015: Julebord for alle som bor i Selstadgården, 19 stk møtte. Det ble arrangert i Frivilligsentralen sine lokaler og de ordnet selv med mat og musikk. Det varte fra kl 1600 til de siste gikk hjem kl 2200!

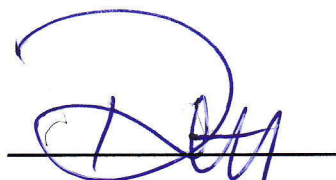
Planer for 2016

- Motivere til økt aktivitet på omsorgssentrene og skape flere møteplasser for seniorer som et ledd i forebyggende arbeid.
- Være med i tverrfaglig samarbeidsgruppe for integrering av asylsøkere og tilflyttere og bidra til at vi får en god integrering i vår kommune
- Markering av Verdensdagen for psykisk helse
- Samarbeide med det nye biblioteket og skape møteplasser og et mer levende bibliotek.
- Fokus på tema-opplæring i data gjennom Seniornettklubben. Rekruttere nye som aldri har vært bort i PC. Være med i prosessen på å ufarliggjøre nettbruk og motivere til selvstudie.
- Fortsette med Natteravnere ute hver fredag ved ungdomsklubb og tilføre nye til både denne natteravngruppen og de som går nattestid.
- Være kreative og åpne til nye idèer som kan være med å skape økt trivsel i Vågsøy
- Vågsøy Frivilligsentral skal bli et kjent navn for alle i kommunen.
- Være offensive på å søke om midler til tiltak for å øke aktivitet og få mer midler inn til kommunen.
- Samarbeide tett med kommune, næringsliv, lag og organisasjoner for å sammen skape økt glede og trivsel.

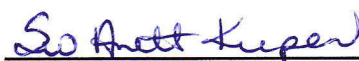
Vi takker alle som har meldt seg som frivillige og støttet vårt arbeid.

Regnskapet vil bli fremlagt separat.

Måløy, 16 februar 2016



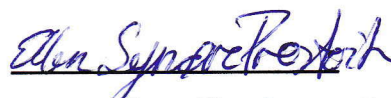
Styreleder Trond Inselseth



Daglig leder Siv Anett Kupaen



Styremedlem Eli Blålid



Styremedlem Ellen Synøve Prestvik



Styremedlem Dagrun Nilsen



Styremedlem Aud Vedvik