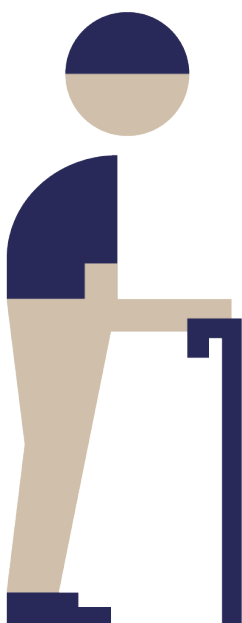
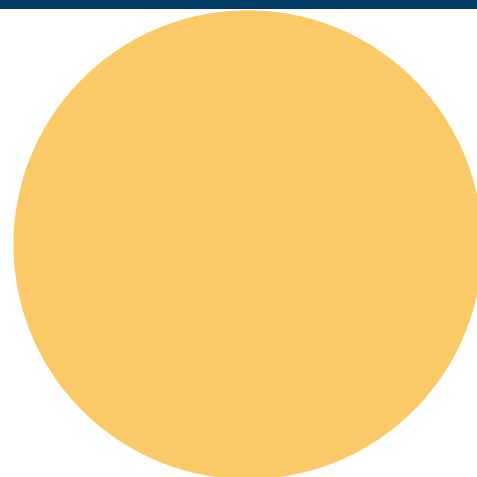




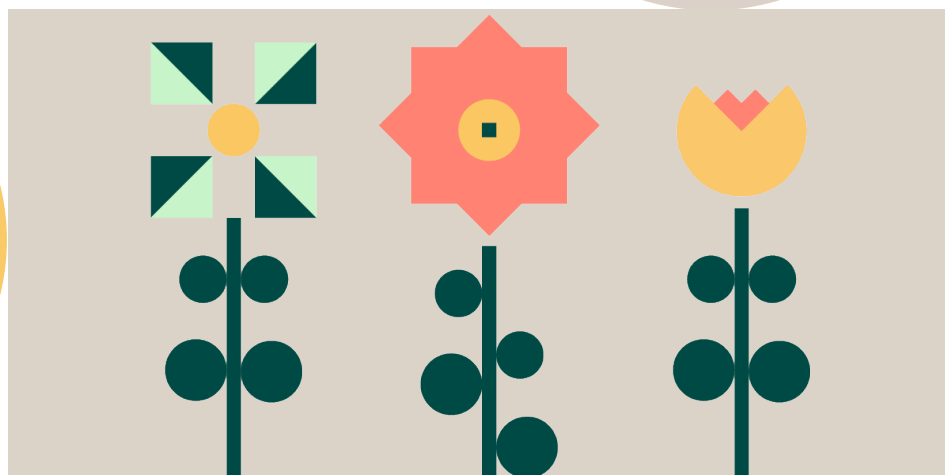
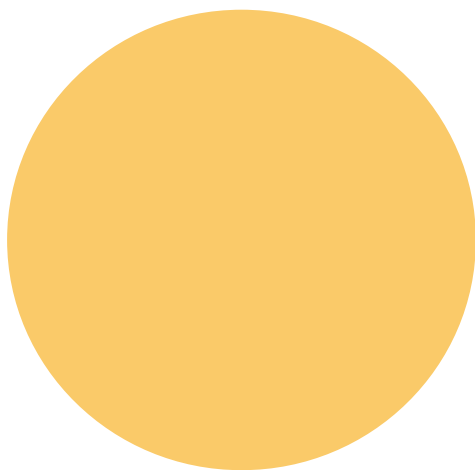
Oslo

GRÜNERLØKKA FRIVILLIGHETSENTRAL

2022-2025



1.	Forord	2
2.	Mandat	2
3.	Metode	3
4.	Bakgrunn, mål og behov	4
5.	Hvem er frivillige i bydel Grünerløkka?	5- 6
6.	Innsatsområder	7- 8
7.	Helgesensgt. 62	9
8.	Samspill mellom friviliggrupper og tjenestebruker	10
9.	Vår visjon, mål, innsatsområder og verdier	11- 12
10.	Vedlegg	12
11.	Litteratur	12



1. Forord

«Gjennom grundig involvering og diskusjoner har vi dannet en visjon. Grünerløkka Frivilligsentral skal være en gruppe, en ressurs, og et sosialt møtested.

Vi skal støtte arbeid mot ensomhet og utenforskap med å jobbe for mangfold og inkludering. Vi skal bli kjent med frivillig innsats i bydelen, og jobbe med å støtte de i deres arbeid med fasilitering og administrasjon.

Vi skal være best på å rekruttere av frivillige, best på opplæring og best på å bygge tilhørighet med frivillige. De aktivitetene vi støtter skal lykkes med konsistens over tid.

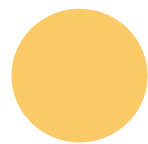
Det skal være lett å drive frivillig aktivitet i bydel Grünerløkka. Det er positivt å bygge noe fra starten, og skape den møteplassen vi ønsker oss!»

Cordelia Holst- Avdelingsleder, Grünerløkka Frivilligsentral

2. Mandat

Grünerløkka Frivilligsentralstrategi - prosessen blir styrt av en arbeidsgruppe med følgende mandat:

- Det skal etableres en Frivilligsentral i Bydel Grünerløkka
- Tjenestene til innbyggere skal være lett tilgjengelige for alle i bydelen som har ønsker om å delta i frivillig arbeid og for de som ønsker tjenester fra Frivilligsentralen
- Tilbudet skal inkludere følgetjeneste
- Avdelingene skal samarbeide slik at innbyggerne skal oppleve tjenestene som helhetlige og koordinerte
- Implementering og drift av Nyby appen
- Det skal ikke implementeres tjenester som dupliserer allerede eksisterende tilbud i bydelen
- Frivilligsentralen skal gi tilbud til bydelens innbyggere og være en arena der frivillige kan møtes og skape et miljø for frivillighet i bydelens regi



3. Metode

Denne prosessen har fulgt bydelens «Verktøykasse for Innbygger Involvering», utarbeidet av tjenstedesigner Tabea Glaß og Maria Haukali Nørregaard. Vi har studert eksisterende innsikt og hatt direkte dialog med innbyggere og innhentet er bredt innsiktsgrunnlag fra mange parter. Disse er, politikerne, ansatte i bydelen og i Oslo kommune, avdelingsledere og ansatte i hjemmetjeneste, Frisklivsentralen, Velferdsteknologi, Hukommelses-team, Oslo Hjelpa, SaLTO-koordinator, Folkehelse-koordinator, Mangfolds-koordinator, frivillige grupper, frivillige, og innbyggere. Vi har også hentet innsikt fra Origo, NAV, Deichmanns bibliotek, Kirkens bymisjon, Kulturetaten, Visit Løkka, lokalt næringsliv og Paulus kirke.

Vi har besøkt flere andre frivilligsentraler, Vestre Aker St.Hanshagen, Sogn, Stovner, og Bøler disse har vært en del av innsiktsprosessen.

Studenter fra Oslo Met har gitt bistand på strategi arbeid. Studenter fra Høgskolen Kristiania har gitt bistand på programutvikling av frivillig støtte av Hjemmetjenesten.

Arbeidsgruppen har bestått av: Gunhild Angell, sek-



Foto:

sjonssjef Helse- og mestring, Cordelia Holst, avdelingsleder Frivilligsentral, Vilde Kristin Bjørset, fagkonsulent Mottak, Tabea Glaß, tjenstedesigner, Synne Uddmo Ask, avdelingsleder Forebyggende barne- og ungdomstjenester, Alessandra Biagoni, administrasjonsleder Kirkens Bymisjon

Referansegruppe: Siri Nergård, Folkehelsekoordinator, Trine Mordal Jørgensen, Spesialkonsulent Oslo Met, Tjeneste Design: Nina Olkowska Jacobsen, Jenny Helene Haugen Thor, Karoline Gjerde Høgskolen Kristiania, Livsendring og Folkehelse: Doreen Natalia Lares, Christine Staum Floen, Celine Stokke, Fanny Sukken



4. Bakgrunn, behov og målsetning

Oslo kommunes frivillighetsmelding 2016

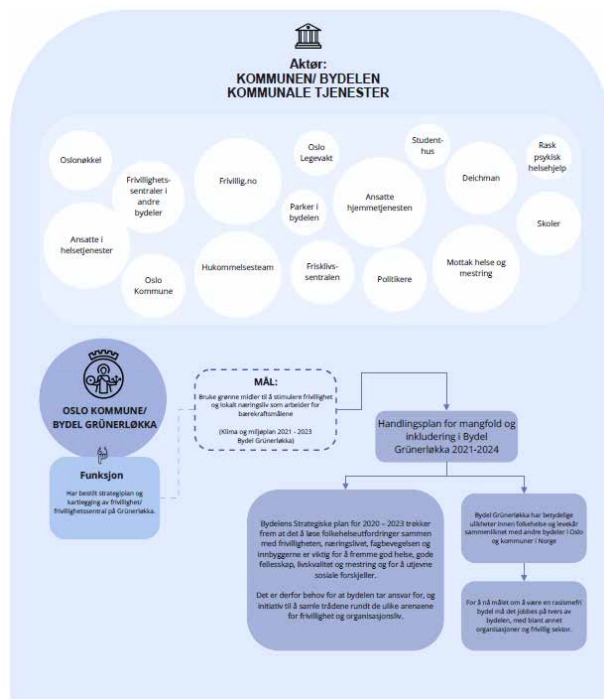
Frivillig sektor defineres som frivillige organisasjoner, lag, foreninger og frivilligsentraler, i tillegg til frivillig innsats som er egenorganisert.

Frivilligsentralene fungerer som møteplass og koordinator for frivillig arbeid. Det er gjennom sentralene mange møter frivilligheten: enten som mottakere av tjenester eller som frivillige selv. Oslo har i dag 30 sentraler, hvor det tilbys stor variasjon i aktiviteter og tjenester som blant annet besøksvenn, handlehjelp, tilgang på pc-er med internetttilkobling, leksehjelp og sosialt samvær. Sentralene innehar parallelt en koordinerende funksjon mot forskjellige frivillige initiativ, tiltak og aktiviteter. Frivilligsentralene er møteplasser hvor kommunen koordinerer ulike aktiviteter og tiltak og støtter opp om det arbeidet som gjøres for befolkningen uavhengig av kommunale institusjoner. institusjoner.

Behov

«Et seniorsenter skal være et sosialt møtested for eldre mennesker og stimulere til frivillig innsats og aktivitet.»

- Åpne opp for flerbruk og utvidede åpningstider
- Frisklivsentralen og Frivilligsentralen bør opprettes og samlokaliseres
- Et sted som er attraktivt for mange og tilpasset ulike



behov, interesser og funksjonsnivå

- Brukere og fremtidige brukere melder om stor interesse for å lære om sunne matvaner / snacks, mindre sukkerinntak, matlaging fra bunnen, bærekraftig og sesongbasert mat og nye smaker.
- Foredrag, konserter, ukesluttsamvær, felleskap og quiz
- Å være et flerkulturelt og inkluderende sted, som gjenspeiler bydelens mangfold
- Dagens lokaler framstår som litt traust og umoderne, og er i dag preget av å være «dagligstue» for beboerne i omsorgsboligene.

«Framtidens helsefremmende møteplass i Bydel
Grünerløkka, Rapport fra et innsiktsarbeid (Feb-Mai
2020)»

- I aldersgruppen 45 år og eldre er andelen som bor alene høyere enn landet som helhet.
- Andelen som bor i husholdninger med vedvarende lav inntekt er høyere enn i landet som helhet.
- Andelen som gjennomfører videregående opplæring er lavere enn landsnivået.
- Andelen ungsomskoleelever som oppgir at de er med i en fritidsorganisasjon, er lavere enn landsnivået.
- Det finnes et nedgang i aktivitetsnivået blant 9-åringer som tilsvarer 1-2 timer med organisert idrett i uka.

«Folkehelseprofil 2021»

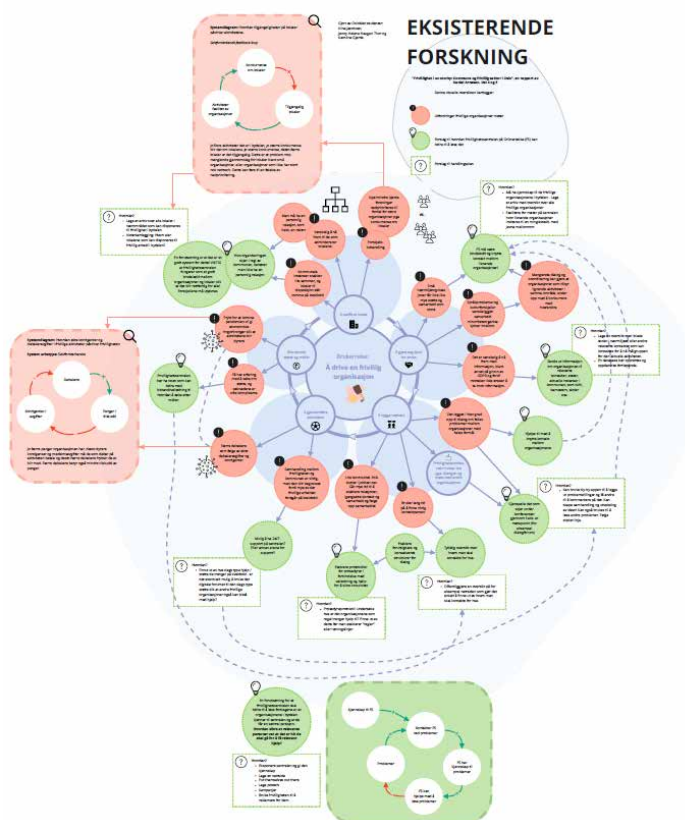
- Bydelen har lavest forventet levealder blant kvinner og nest lavest blant menn i hele Oslo.
- Det er en høy andel unge som rapporterer angst- og depresjonssymptomer, og flere voksne sliter med psykiske

symptomer enn i Oslo generelt.

- Unge er mindre tilfreds med sin egen helse enn i andre bydeler i Oslo

«Helseoversikt for Bydel Grünerløkka 2020-2023»

- Konkurransen om lokaler til frivillig aktivitet etter alt å dømme større i en storby som Oslo enn mange andre steder.
- Samtidig er et lokale ikke bare et lokale. Behovet for lokaler og anlegg til ulike typer aktiviteter er stort. Noen eksempler er øvingsarenaer til kor og korps, haller og anlegg til idrett og sport, rom til loppemarkeder, baser og lignende, plass til møter og samlinger for politiske grupper og lagre og oppbevaringsrom til utstyr for ulike typer foreninger. Flere fremhever at lokalene også helst må være egnet til den konkrete aktiviteten foreningen driver med.
- 42 prosent av de spurt i undersøkelse har lånt lokaler av kommunen.
- Nær 50% har brukt skole lokaler, mens kun 10% har brukt flerbruks hus, 10% frivilligsentraler og 10% seniorsenter.
- På spørsmål om de opplever at det er god tilgang på egnede lokaler for frivillig aktivitet i Oslo, svarer 33 prosent «i liten grad» og 15 prosent «ikke i det hele tatt.» Det er stor konkurranse om lokaler i en storby som Oslo, der det er mange ulike aktører – både offentlige, private og frivillige som har behov for et sted å være.



Tiltak: Innbyggerne skal sikres gode sosiale møteplasser med utgangspunkt i lokale tradisjoner, aktiviteter og ressurser og for å motvirke ensomhet. Bydel Grünerløkka skal samarbeide med lokale virksomheter og frivillige organisasjoner om slike møteplasser.

Tiltak: Bydelen skal bidra til økt deltakelse i frivillige lag og foreninger

Tiltak: Det lages en oversikt over aktive frivillige lag og foreninger og deres aktivitetstilbud. Oversikten markedsføres til innbyggerne.

Tiltak: Oslo kommune skal samarbeide med nasjonale organer, universiteter, høyskoler, frivillige organisasjoner og andre relevante fagmiljøer om folkehelsearbeid.



5. Hvem er frivillig i bydel Grünerløkka?

Når og hvorfor melder enkeltpersoner seg frivillig?

Med bakgrunn av hvorfor folk ønsker å være frivillige, kan de melder seg på forskjellig frivillige organisasjoner, som jobber mot de målene som betyr noe for dem. Tilhørighet til den organisasjon eller aktiviteten skal ivaretas og forsterkes. Frivilligsentralen skal støtte organisasjon eller aktiviteten med de behovene de har. På sikt vi ser for oss at vi er en gruppe med tilhørighet både til den aktiviteten eller organisasjonen der man bidrar frivillig, og også bruke lokalene i Helgesensgate 62, slik man skaper et samfunn der folk møtes til hyggelig samvær og skape et godt nabolag.

Motivasjon til å være frivillige

- Gjør noe du brenner for eller trives med
- Gjør det sammen med folk du liker

Frivilligsentraler i andre bydeler

Behov for tilgang til lokaler er stort. Oslo booking er et system for booking av lokaler, og med Oslonøkkel kan en applikasjon på mobiltelefonen enkelt gi tilgang til lokaler uten bruk av nøkler. Av de sentralene vi besøkte, har ingen etablert et tjenestetilbud der utleie av lokaler via Oslo-booking inngår som en del av tilbudet. Men grunnet det store behov, er flere i Oslo i dialog eller i prosess med det. Flere frivilligsentraler ligger ikke i ti-

knytning til andre tjenester i bydelen og har derfor ikke de samme mulighetene til samdrift og sambruk som vi ønsker å skape i Helgesensgate 62 sammen med vår drifter av seniorsentret Kirkens bymisjon. Mange frivilligsentraler har tilbud knyttet opp mot en spesifikk målgruppe som unge, seniorer eller mennesker med minoritetsbakgrunn. I bydel Grünerløkka vi ønsker å skape en Frivilligsentral som er samlokaliserte med andre tilbud for å få synergieffekter og være mer inkluderende.

Hva mener lokalpolitikere om frivillighet i bydelen

I bydelen mener lokalpolitikere at frivillighet kan hjelpe oss å løse utfordringer rundt eldreomsorg, utenforskap og ensomhet i alle generasjoner. At frivillighet kan bidra til inkludering og mangfolds arbeidet i bydelen, og at frivillighet kan bidra til innovasjon og hjelpe oss å nå miljø og klimamålsettinger.

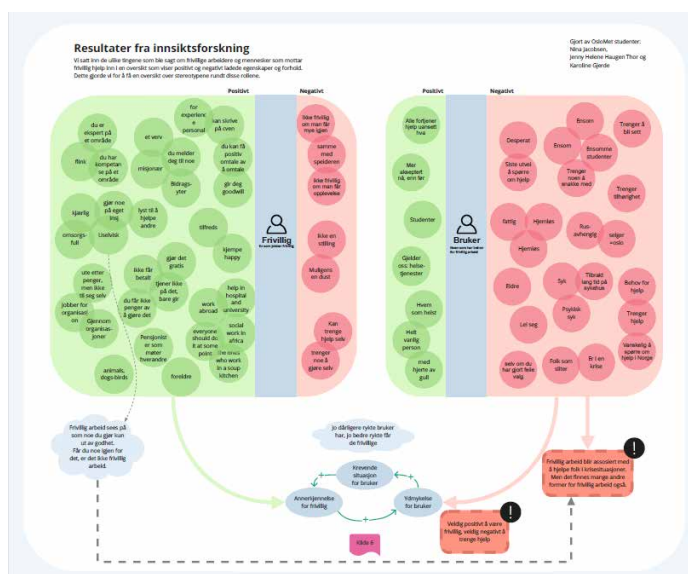
Innsiktsforskning viser

Frivillighet i kommunal regi kan være utfordrende fordi folk er opptatt med sitt eget eller redd for at det kan ta for mye tid, forpliktelsen er for stor eller at folk er redd de bli spurt om å gjøre noe de ikke føler seg komfortable eller trygge med.

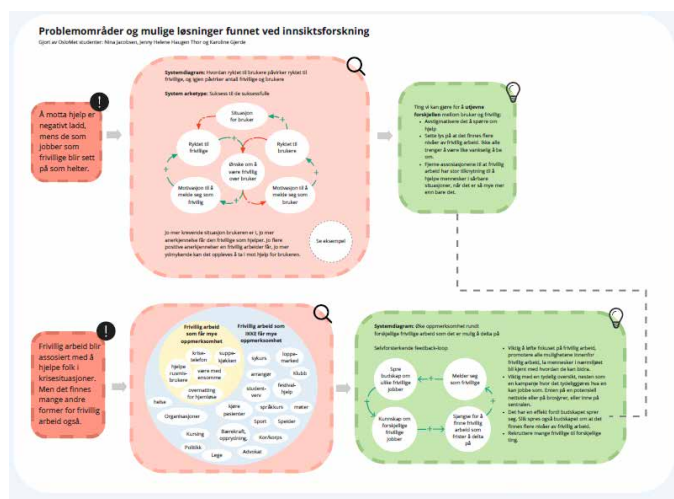
Samtidig de som kan behøver hjelp av frivillige kan føle at de vil ikke være til bry, de kan være flaut eller de kan oppleve seg som hjelpetrengende. Innsiktsforskning viser at det er flere positive assosiasjoner rundt det å være frivillige, og flere negative assosiasjoner rundt å være en bruker av frivillige tjenester.

Utfordre fordommer og stereotyper rundt frivillighet

Vi skal huske dette rundt fordommer og stereotyper når vi prioritere hvilken aktiviteter vi skal bidra til og støtte. En balanse mellom en-til-en frivillige aktiviteter og muligheter til å delta i frivillige grupper kan gi best resultater for å kjempe mot fordommer, og bygge tilhørighet til na-



boskap og Frivilligsentralen. Vi skal ta hensyn til dette når vi bruker Nyby i lys av denne problemstillingen. Nyby er designet for å legge ut at noen trenger hjelp (bruker) og noe skal hjelpe frivillige. Når hjemmetjenesten kan være et mellomledd, og legge ut ønsker på vegne av innbygger kan gjøre at det blir enkelt å be om hjelp. Vi skal se nøye på rutiner i utrulling av Nyby programmet. «Du er flink til å være frivillig»- kommunikasjons strategi En klar budskap kan også utfordre fordommer og ste-



reotyper. Et budskap som jobber for å senke terskelen for å være frivillig og ta imot frivillig hjelp. Med en sterk kommunikasjonsstrategi skal vi være best på kontinuerlig rekruttering av frivillig, og endre fordommer og stereotyper folk kan ha.

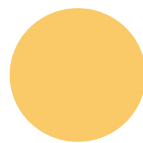
Budskap:

Vi skal jobbe med et budskap som gjør frivillighet i bydelen mer lekende og tilgjengelig. Vi skal ufarliggjøre de oppgaver folk trenger hjelp til, og samtidig forhåpentligvis overbevis folk som trenger hjelp at det er bare hyggelig naboer som hjelpe hverandre. Se eksempler på brosjyrer i vedlegg.

Media:

Det er viktig at behovet for frivillige annonseres på ulike medier, som Facebook, Instagram og naboapp. På denne måten kan vi nå frem til flere personer som kan tenke seg å være frivillige i bydelen. Det er dessuten viktig at ulike arrangementer som innbyggerne kan delta på også blir annonsert her. Det må være enkelt å finne frem til hva som skjer i bydelen vår.

Annonser på sosiale media; Facebook og Instagram, Nabolagsgrupper (som Obos) Brosjyrer og Plakater: til bruk på stands, arrangementer, på utendørsboards i bydelen, til å dele ut av hjemmetjeneste eller andre aktivitetsansvarlig.



6. Innsatsområder

Grünerløkka Frivilligsentral skal jobber målbevisst for å gjøre en forskjell for det innbyggere i bydelen ønsker. Internt i bydelen, kom temaene rundt bistand med arrangementer, rekruttering og administrasjon av frivillige, og hjelp til å få leid lokaler.

1.Pilot: Frivillig støtte av brukere som mottar hjemmetjenesten



Avdelingsledere i hjemmetjenesten er aktivitetsansvarlig for frivillig støtte av brukere som mottar hjemmetjenesten.

- Spisevenn målsetting er å forbygge ensomhet og forbedre eldre næring.
- Vaktmesterhjelp målsetting er å bidra til at innbyggere kan har det bedre hjemme lenger, mens frivillige støtter hjemmetjeneste. Frivillig tar oppdrag som skifte av lypære, henge opp gardinstang slik at hjemmetjenesten kan fokusere på det helsefaglige.
- Følgetjeneste målsetting er å frigjøre tid slik hjemmetjenesten kan fokusere på det helsefaglige.

Nyby målsetninger

- Hvor mange frivillig har vi godkjent?
- Hvor mange ansatte har vært gjennom opplæring?
- Hvor mange ansatte, av de som har vært gjennom opplæring, legger ut oppgaver? (for eks. 8/10, eller 12/20)
- Hvor mange forespørsler blir lagt ut hver uke?
- Hvor mange forespørsler blir tatt hver uke?

Til sammenligning har bydel St. Hanshaugen cirka 10 oppdrag i uken. Piloten skal ha kommet gjennom de første 100 dager, mars 2022. Det skal utarbeides en anbefaling til videre utrulling, sett i lys av strategien og målsettingene.

2. Tilgang til lokaler

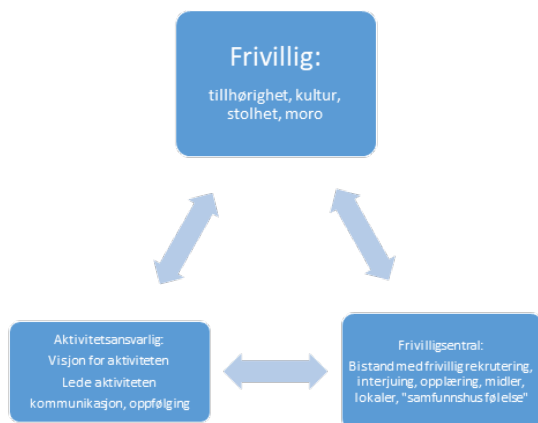
I bydelen er det et stort behov for enklere tilgjengelige lokaler, parker og uteplasser. Tiltak som Deichmanns Bibliotek og mer åpenskoler som bruker Oslo booking er viktig for å treffe behovet. Vi kan se for oss en del av strategien som går på utnyttelse av kapasitet, når lokaler ellers står tomt, med Oslo booking og Oslo nøkkel. Derfor er oppgradering og bedre utnyttelse av Helgesensgate 62 et anbefalt innsatsområdet for Frivilligsentralen. Med kartlegging, samarbeid og bedre informasjonsflyt, de lokalene som kan gjøres tilgjengelig blir en viktig del av tiltakene. Gjennom samarbeid med frivillige organisasjoner vil Frivillighetssentralen bidra til at tilbudet utvikles slik at det skapes nye møteplasser i bydelen.

3. Flere Frivillig Aktiviteter

Vi skal tilby fasiliteringsstøtte av frivillig arbeid i bydelen.

Frivilligsentralen kan bistå en aktivitet med:

- Rekruttering og intervju av frivillig
- Hjelp med administrasjon av frivillige gjennom apper
- Opplæring og erfaringsdeling



- Tilgjengeliggjøring lokaler og parker til frivilligrupper
 - Informasjonsflyt ifht frivillige- og grønne midler
 - Hjelp med beste praksis
- Hvordan kan vi jobbe sammen med en aktivitetsansvarlig?

En aktivitetsansvarlig er en ildsjel eller ansatt som har en visjon rundt en aktivitet, og som skal lede og drive den. Regelmessig aktiviteter som kan bygge tilhørighet, og være meningsfylt for frivillige.

Noe eksempler kan være:

- Sy gruppe med fokus på gjenbruk og reparasjon- Aktivitetsansvarlig er en ildsjel som leder gruppen, booke tid på Helgesensgates systue, tar ansvar for renholds rutiner, og som kan ønske velkommen til nye deltagere.
- Spisevenner middagsklubb- aktivitetsansvarlig er en ildsjel som hjemme hos brukerne av hjemmetjenesten, og som lager middagsgruppe, hvor alle spisevenner treffes i Helgesensgate 62 hver tirsdag kl 17:00.

- Hjelpegruppen- aktivitetsansvarlig som står for konseptet at her i bydel Grünerløkka skal kunne hjelpe hverandre med å legge ut ønsker. Aktivitetsansvarlig setter som et forutsetning at folk må ha kommet til en sosiale samling og bli kjent med gruppen. Da sørger aktivitetsansvarlig for å booke sosiale samlinger, bidra med opplæring av nye, og overvåking av forespørsler for å sikre trygghet.

Vi kan fasilitere frivillig arbeid for aktivitetsansvarlig med deres visjon og jobbe mot Frivilligsentral målsetninger. Aktivitetsansvarlig kan være kommunale aktørene, bydels ansatte, frivillige grupper, innbyggere med en plan, osv.

Både internt og eksternt finnes det mange forslag til aktiviteter Frivilligsentralen kan støtte eller administrere. Bruk av kriterier kan standardisere vurdering av innsatsområder uansett hvilken ønsker eller forslag som kommer. På denne måte kan vi vurdere forslag på årlig eller fortløpende basis. Da er den rettferdig, gjennomsigtig, og langsiktig. Vi skal styre forventninger og involvering på denne måten.

Vi anbefale vurdering av innsatsområder baserte på disse kriteriene:

- Behovene er bredt og godt dokumenterte
- Målsetninger som støtter Oslo kommune og i bydels målsettinger
- Prioriteringskriterier

Prioriteringskriterier for innsatsområder

- Innsatsen må hjelpe å nå målsetninger for frivillighet i Oslo kommune eller bydelen.
- Behov finnes denne aktiviteten allerede, men trenger bare støtte til skalering for til å treffe behovene? Eller finnes det et behov men ingen aktivitet enda?
- Hvor kritisk er konsekvensene hvis oppgavene ikke kan gjennomføres? Kritiske konsekvenser anbefales håndterte av ansatte/ faglærte.
- Hvor mye fagkompetanse må til? Oppgaver som kreves fagkompetanse anbefales håndterte av ansatte/ faglærte.
- Er aktivitetsansvarlig innstilt til å jobbe sammen med Frivilligsentralen over lengere tid bygge en aktivitet? Aktiviteten som bygges over lang tid, prioriteres over ad hoc. Aktiviteter som kan bli bedre med erfaring og kontinuerlig frivillig rekruttering, opplæring og faglig påfyll.

- Bygger vi et frivilligkultur, miljø og samfunn med denne aktiviteten? Er oppdragene vellykket? Er det et positiv opplevelse for alle sammen?
- Kan aktivitet bidra til å utvide vår aktivitets portefølje? Er det en god blanding mellom en til en aktiviteter og gruppeaktiviteter. Er det en god blanding av fysiske og sosiale oppgaver? Er det en god blanding av aktiviteter som er langvarig og aktiviteter som kan gjøres raskt? Flere stillinger ved Frivilligsentralen kan være nødvendig, hvis flere aktiviteter legges til og det blir mer admin-

nistrasjon for å håndtere økte oppgaver.

Innsikten innhentet fra lokalpolitikere viser at på Frivilligsentralen skal innbyggerne kunne:

- Være sosial på kafeen med andre i nabolaget
- Melde seg på frivillig aktiviteter
- Få opplæring og dele erfaring med andre frivillige
- Leie eller låne møterom eller samlingsrom til egne frivillige initiativer
- Delta i hyggelig aktiviteter som å reparere og sy om i systua eller bytte deler og reparere møbler etc. på verkstedet.
- Delta på store arrangementer, konferanser, festivaler og markeringer



7. Helgesensgate 62

Tradisjonelt sett har Frivilligsentraler vært et samlingspunkt for aktiviteter i nabolaget, men i Helgesensgate 62, skal vi samle Engelsborg, Frisklivssentralen og Frivilligsentralen til et integrert tilbud med samkjørt drift og felles målsetninger. Strategien skal bidra til å få

synergieffekter av flerbrukshus. Helgesensgate 62 skal fremstå som et flerbrukshus der alle innbyggerne er velkommen, der sosiale relasjoner kan etableres og der det er mulig å delta i ulike aktiviteter.

Hjertet av Helgesensgate 62, skal være kafeen, hvor alle føler seg velkommen, gjennom flere brukere av kafeen, lokaler, og integrasjon av disse tilbudene skal lokalene fremstå som en flerbrukshus, eller en møteplass for bydel Grünerløkka.

Kafeen skal ønske alle velkommen, gi informasjon, ha god skilting, og ansatte skal ha kunnskap om de ulike aktivitetene. Dette er et naturlig samlingspunkt for frivillige, brukere av Frisklivssentralen og bydelens seniorer. Hvis kafeen skal kunne lykkes med dette, må det endres både hva gjelder interiør, meny og hvilken rolle de ansatte skal ha ift kundene i kafeen.

Kafeen er i dag driftet av ansatte på Engelsborg. De er innstilt på samdrift, oppdatering av meny tilbud, og de andre nødvendige endringer belyst i innsiktsrapporten. Kafe medarbeidere skal være opplært på alle tre virksomhetens aktiviteter: Eldresenter, Frisklivssentral, Frivilligsentral. Det blir naturlig for folk å samles og blir kjent før eller etter kursing, orientering, sosiale samlinger, møter som kan være i regi av alle tre tilbudene.

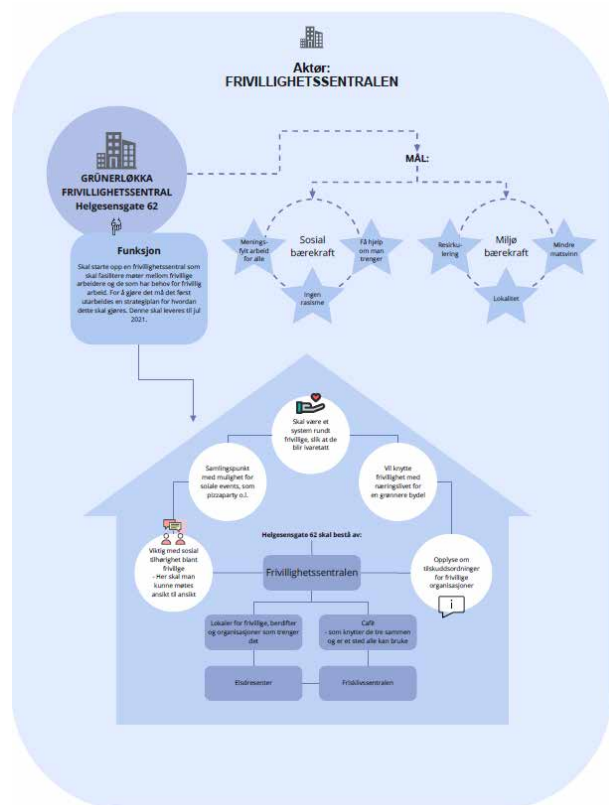
Felles aktivitets kalender på veggen, lett oversiktlig for både ansatte og gjester, bistand med registrering til aktiviteter, booke møterom, eller melde seg som frivillige, kan kafe ansatte håndtere. Denne bistanden er spesielt viktig for noe av våre eldre som ikke bruker Nyby til påmelding. Kafeen bør ha utvidede av åpningstider, på sikt. Dette kan innebære servering og tilberedning av mat til møter, for eksempel.

Som en viktig del av frivilligrekruttering, opplæring og erfaringsdeling, vil matservering i kafeen til frivillige spille en stor rolle. Vi ser for oss at mat på samlinger i regi av bydelen, spanderes som en takk for innsatsen til frivillige og som et hyggelig sosialt tiltak.

Et matbudsjett og mulighet å få en månedlig faktura fra kafeen for internfakturering er en viktig tiltak. Vi har allerede fått tilbakemelding på at spisevenner trenger eget budsjett for å dekke kostnader for disse sosiale måltidene i kafeen slik at innbyggere med dårlig råd fortsatt kan delta. Dette kan være tiltak for å utjevne sosiale forskjeller.

Utleie av lokaler

Oslo kommune har som mål og gjøre sine lokaler tilgjengelig for frivillige og nærmiljøet, i den forbindelse må det sees på hvordan lokalene i Helgesensgate 62 kan fungere ift utleie, på kvelder og helger. Bygget er samlokalisert



med sykehjem og omsorgsboliger, det er derfor viktig at tilgang og sikkerhet ivaretas. Det er Oslo booking og nøkkelene som skal benyttes i dette arbeide.

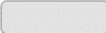
Målsetning for Flerbrukshus Helgesensgate 62:

- Øke besøk. Flere som deltar på kurs, orientering, sosiale samlinger, og møter. Mere besøk på kafeen. Flere brukere av systua og sløyd rom. Flere som ønsker å leie lokaler.
- Øke omsetning i kaféen. Flere som ønsker å spise i kafeen. Menyene bør utvides, flere sunnere tilbud, flere lette retter, og møte mat tilbud. En mer fristene blanding av husmanskost og mat som appellerer også til yngre personer. Det kan også vurderes andre driftsformer i kafeen på sikt, f.eks et samarbeid med kafe Lykke som også har arbeidstrening i sin kafe.
- Kapasitetsutnyttelse. Per i dag er Eldresentret åpen fra kl 10:00- 15:30. Ukjent hvor mye Helgesensgate 62 er i bruk etter åpningstidene, og flere grupper bruker lokale uten å booke på forhånd og det er ikke åpent for alle gjennom Oslo booking. Målsetning er å fylle lokalet med aktiviteter for alle tre virksomheter og brukere samt leie til frivillige grupper som trenger plass.

Bemanning

Innsikts arbeidet «Fremtidens møteplasser» anbefaler

	08:30-20:30	10:30-15:30	15:30-21:00	21:00-24:00
Mandag		Eldresenter Aktivitet		
Tirsdag		Eldresenter Aktivitet	Den 3 tirsdagen i mnd. Oslo Taxieters pensjonistforening Styre og medlemsmøte	
Onsdag		Eldresenter Aktivitet		
Torsdag		Eldresenter Aktivitet	Grünerløkka AA 20:00-22:00	
Fredag		Eldresenter Aktivitet	ACA grupper 14:30-18:00	
Lørdag		En gang i mnd. Kom og Dans 12:00-24:00	En gang i mnd. Kom og Dans 12:00-24:00	En gang i mnd. Kom og Dans 12:00-24:00
Søndag			Kom og Dans 19:00-21:30	

 = Gjeldende tidsplan

utvidet åpningstider for Helgesensgate 62. Den største fordelene for organisasjonene til å fungere som helhet vil være ansatte i kafeen som har en vertsrolle. De ansatte må kunne gjøre varierte arbeidsoppgaver som tilrettelegging for aktiviteter, ønske folk velkommen og fremstå som et inkluderende vertskap. Med tilstedeværende og hjelpsom Kafé-medarbeider vil vi få mulighetene i for å nå målene.

- På sikt, kafeen kan være bemannet fra kl 9:00, (åpnes kl 10:00), frem til kl 20:00 med siste ansatte på plass for å hjelpe til med stenge rutiner frem til kl 21:00.
- Da er noen tilstedte for alle som leder aktiviteter og for å være behjelpelig for den siste utleier som kommer kl

21:00.

Helt unik bygning i bydelen

Med kafeen og interiør som tilpasset ulike brukergrupper i Helgesensgate 62 vil dette bli et flerbrukshus som tilbyr noe helt unikt i bydelen. Mer åpne skoler bidra til bedre plass for idrett og skolekorps øving. Klasserom egner seg til kursing. Mer åpne bibliotek bidra til plass for kursing og pop-up kurs for systue og reparasjon. Men skoler og biblioteket har ikke kafe atmosfære å by på. Og et permanent, komfortabel stor sal, sy stue, sløyd og treningshall med kafe betjening vil være attraktivt til grupper som trenger et sted å samles.



8. Samspill mellom frivilliggrupper og bydelens tjenester

Når flerbrukshus levere på det de frivillige, og frivillige organisasjoner har behov for, får den økning på besøkstall. Sammenligne med Deichmann- 300,000 besøkende i år. Det er ønskelig at enda flere deltar gjennom Nyby, webside besøk og abonnere på nyhetsbrev.

For å få et stor antall involvert må tilbud treffe deres behov; kartlegging og relasjonsbygging med andre lokaler i bydelen, og relasjonsbygging med de som ønsker midler. Gjennom å være en ressurs på hva de ulike aktører har behov for, bygger Frivilligsentralen nettverk med dem, blir kjent med dem, støtter dem, og finner måter å jobbe samme med dem mot bydelens tjenestene.

Budskapet må komme frem gjennom en sterk kommunikasjonsplan, uslåelike kommunikasjonskanaler, sånn at budskapene når frem. Mål å være best på rekruttering, bygge omdømme, levere informasjon om lokaler, midler, og hjelp med administrering, da bygge relasjoner med de frivilliggrupper.

Frivillig.no opplyser at det finnes 858 organisasjoner i Grünerløkka. Si at Frivilligsentral klarer å bygge et nettverk av noen av de over de neste to år.

Hvordan skal vi bli kjent med dem?

Gjennom kartlegging av lokaler kan vi besøke driftsansvarlige og gå på befaring. Vi kan treffe de frivillige gruppe som er til stede, hilse på dem, gi dem visittkort eller brosjyre med nyttig info om midler, for eksempel.

Vi blir kjent med dem gjennom å invitere dem til noe som er nyttig og hjelpsomt for dem. De er busy folk, hvis ikke de ser gevinst av å bli kjent med oss, så vil de ikke ha tid. Vi kan jobbe sammen med de ansvarlig for midler til å holde en «Workshop for å skrive søknad.» Da vi inviterer til flerbrukshus til workshop, de kan bli kjent med lokale og vi kan bli kjent med hverandre.

Hvordan integrere vi brukere av bydelens tjenester? Dette er ren networking. Nå har vi tatt møter med de fleste tjenester i bydelen for å bli kjent. Vi må få regelmessig møter med dem hvor vi diskutere problemstillinger og målsetninger, og forstå hvordan vi kan jobbe sammen med den riktig aktivitetsansvarlige hos de relevante frivillige gruppe. Og hvis gruppen ikke finnes, vurdere om vi skal starte en gruppe med en ansatte i tjenesten som aktivitetsansvarlig.

Hvorfor skal vi ikke bare lage egne aktiviteter etter behov?

Fordi det er mer vanskelig å få til å lykkes. Uten den ivrige ildsjelen og sin eksisterende gruppe, så mangler vi ekspertisen, driven, og nettverket til å lage en sterk aktivitet. Man kan alltid prøve. Vi kan bli heldige å få en frivillige ledertype inn som aktivitetsansvarlig tidlig i prosessen, men det er bedre å finne dem først, og så tilby støtte. Med ansatt i aktivitetsansvarlig rolle er det viktig å passe på at vi ikke lage et tjeneste, men heller drive mot frivillig målsetninger.

Oppsummering:

Nettverk med eksisterende ildsjeler som allerede har grupper. Blir kjent med de gruppene som finnes, gjennom å levere det de behøver (lokaler, midler, hjelp med rekruttering). Og på den måte rekruttere fra brukere av tjenesten til deres gruppe.



9. Vår visjon, mål, innsatsområde og verdier

Mål:

- Oslo kommunes frivillige mål
- bydel Grünerløkka mål, i ulike planer
- Mål i Folkehelseplan

Visjon:

Å skape et samfunnshus der folk føler en tilknytning til hverandre gjennom frivillige aktiviteter.



Innsatsområder:

- Skape flerbruks hus i Helgesensgate 62 (renovering)
- Frivillig støtte av hjemmetjenesten
- Informasjonsflyt: lokaler til lån og utleie
- Informasjonsflyt: frivillig midler
- Støtte andre frivillig aktiviteter, etter prioriteringskriteria

Virkemidler:

- Helgesensgate 62- flerbrukshus
- Administrasjon- Nyby
- Informasjonsflyt: lokaler og midler- Webside
- Markedsstrategi (rekruttering, og omdømmebygging)
- Sosial tilhørighet

Verdier:

- Mangfoldig og inkluderende nabolag
- Trygghet og godt drevet

- Meningsfulle aktiviteter
- Omsorg og lekende

BUDSJETT:

Bydelsdirektørens forslag til budsjett 2022 er det lagt følgende føringer:

- Et variert forretningsliv og tilrettelegging for møteplasser og arenaer for kunst- og kulturliv er viktig for å beholde Grünerløkkas særpreg som en åpen og inkluderende bydel.
- Frivilligsentral kan bistå dette ønske med å kartlegge og tilgjengelig gjør møteplasser.
- Bydelen skal ha 10 lærlinger innen helse og oppvekstfag, og jobbe for at bydelen er en god og trygg opplæringsbedriftene for våre lærlinger
- Frivilligsentral og Frisklivssentral skal ha 2 lærling (eller praksis plass) i 2022
- Utarbeide og følge opp risikoanalyser
- Nyby ROS gjennomføres i regi av HEL sammen med st. Hans Haugen i 2022
- Bydelen skal forsterke kommunikasjonen internt med ansatte og eksternt med brukere, innbyggere, frivillige og næringslivet
- Følge opp mål, handlingsplan og bydelens kommunikasjonsstrategi
- Utvikle verktøy for innbyggerdialog
- Gjennomføre opplæring i klarspråk på alle nivåer
- Kommunikasjonsplan med frivillige er høyt anbefalt tiltak og skal sees i sammenheng med bydelens kommunikasjonsstrategi
- Nettverk- en ressurs i alle faser av en barnevernssak, Utforske muligheten for bruk av frivillige organisasjoner som utvidet nettverk
- Dette blir en del av networking fremover
- Bydelen har etablert flere nye helsefremmende og forebyggende tilbud som frivilligsentral, frisklivssentral og møtested for mennesker med ruslidelser i 2021. Tilbudene er et viktig virkemiddel i arbeidet med å redusere levekårsforskjeller og vil videreutvikles i 2022. Det er også nødvendig at lavterskeltilbudene driftes mest mulig effektivt og er treffsikre for målgruppene.
- Samdrift med eldresenter er mest effektiv drift, felles drifts plan skal utarbeides
- Flere bor trygt i eget hjem og lever selvstendige liv- Samarbeid med frivillige
- Utvidelse av piloten frivillig støtte av brukere av hjemmetjeneste er prioritet en.
- Innbyggerne har mulighet til å delta og bli inkludert i fellesskap
- Videreutvikle frivilligsentralen og seniorsentrene i tråd med innsiktsrapport fra innbyggerne
- Renovering og felles drifts plan skal bidra til å svare på bestillingen
- Opprette tilbud om spisevenn
- Videre utvikling av konsept med inspirasjon fra andre

bydeler som har lykket

- Fortsette utviklingen av digital møteplass (NYBY)
- Piloten er i gang



10. VEDLEGG:

Innsiktsarbeid, Oslo Met, Høst 2021
Eksempel på brosjyrer
2022 Markedsplan Frivilligsentral

11. LITTERATUR:

Verktøykasse for Innbygger Involvement», utarbeidet av tjenestedesigner Tabea Glahs og Maria Haukali Nørregaard
«Oslo kommunes frivillighetsmelding 2016»
«Framtidens helsefremmende møteplass i Bydel Grünerløkka, Rapport fra et innsiktsarbeid (Feb-Mai 2020)»
«Folkehelseprofil 2021»
«Helseoversikt for Bydel Grünerløkka 2020-2023»
«Frivillighet i en Storby- Kommune og frivillig sektor i Oslo
Rapport fra senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor (aug 2020)»
«Folkehelseprofil, Oslo kommune 2021»
Spørreundersøkelse Lokal Politiker i bydelsutvalget og diverse råder

Grünerløkka Frivillighetssentral
Helse og mestring
Helgesensgt. 62
0558 Oslo

Kontaktperson: Cordelia Holst
cordelia.holst@bga.oslo.kommune.no
tlf. 94027898



Grafisk utforming: Ida Rognstad 2022



**Er du god på å
åpne dører, holde
vesker og trekke
kølapper?
Det er noen som
trenger akkurat
det du er flink til!**

Vi søker frivillige til å følge naboer til teger når de trenger en hjelpende hånd i taxi og på vei frem og tilbake fra teger.

Meld deg frivillig hos Grünerløkka Frivillighetssentral, og bli med på å gjøre en forskjell i ditt nærmiljø.

Hvem er vi etter?
Vi ser etter folk som har det fleksibelt på dagtid, kan ta med arbeid eller studie med deg i ventetrom.

Hvor mye tid?
Det kan ta mellom 3 og 5 timer. Du velger selv hvilken avtaler passer deg.

Nedlast: Nyby App
Bli med i gruppen: Frivillig bydel Grünerløkka



**Er du god på å
lage og spise
matpakker?
Det er noen som
trenger akkurat
det du er flink
til!!**

Vi søker frivillige spisevenner for naboer som kan tenke seg et sosialt måltid.

Meld deg frivillig hos Grünerløkka Frivillighetssentral, og bli med på å gjøre en forskjell i ditt nærmiljø.

Hvem er vi etter?
Vi ser etter folk som liker å prate med andre. Kanskje du liker å lage mat, eller gå ut å spise sammen.

Hvor mye tid?
Det kan ta 2 timer. Du velger selv hvilken avtaler passer deg.

Nedlast: Nyby App
Bli med i gruppen: Frivillig bydel Grünerløkka



**Er du flink til å
skifte lyspærer?**

**Da kan du hjelpe
naboer med å se
lyset!**

Vi søker frivillige vaktmesterhjelp.

Meld deg frivillig hos Grünerløkka Frivillighetssentral, og bli med på å gjøre en forskjell i ditt nærmiljø.

Hvem er vi etter?
Vi ser etter folk som liker å pusle med små reparasjoner eller vedlikehold hjemme.

Hvor mye tid?
Du vurderer tidsbruk baserte på hva oppgaven er. Du velger selv hvilken avtaler passer deg.

Nedlast: Nyby App
Bli med i gruppen: Frivillig bydel Grünerløkka