

ÅRSMELDING RINDAL FRIVILLIGSENTRAL 2021

Kontaktutvalget i Rindal frivilligsentral har i 2021 vært slik sammensatt:

Rindal kommune

Leder: Bettina R Helgetun

Personlig vara: Hege Gåsvand

Nestleder: Jahn Gunnar Fosseide

Personlig vara: Kari Mette Skjølsvold

Kommunerepresentant: Hilde B Patterson

Personlig vara: Inger Bolme

Rindal sanitetsforening: Solveig Fosseide

Personlig vara: Kirsti Barbo Landsem

Rindal pensjonistlag: Ole T Foseide

Personlig vara: Jon Olav Furuhaug

Rindal sokn: Anne Kari Brødreskift

Personlig vara: Marie Hønsvik

Kontaktutvalget hadde 5 møter i 2021

AKTIVITETER 2021

Det er gitt romslige rammer for hva en frivilligsentral skal drive med. En skal fortrinnsvis ikke drive aktiviteter som kommunen er lovpålagt å gjøre og en skal heller ikke konkurrere med andre frivillige organisasjoner. Målet er å lage gode møteplasser og tilbud til grupper som måtte mangle slike fra før og sette i verk tiltak etter ideer og innspill fra andre.

KAFFEKROKEN startet opp i 2016, dette er et samarbeid mellom frivilligsentralen, Rindal demensforening og Rindal sanitetsforening. Kaffekroken har åpent hver onsdag 10-14 og drives på dugnad av frivillige. Det serveres kaffe og bakels. I 2021 hadde de 40 åpningsdager.



KJØKKENPRATEN startet opp gjennom et samarbeid med psykisk helse i Rindal kommune i 2008. Dette er et tilbud for voksne som kan ha en litt høy terskel for å komme seg ut og delta i det sosiale livet. Brukerne setter stor pris på å få komme på frivilligsentralen, treffe andre og få delta i et felles måltid. Psykisk helse har ikke hatt anledning til å delta på prosjektet siden 2016, men frivilligsentralen har opprettholdt tilbudet etter ønske fra brukerne. Kjøkkenpraten hadde 18 treff for ei gruppe på 6-8 stk i 2021.

RINDAL DATAKLUBB starta høsten 2009 som et tilbud til seniorer som ønsker å være oppdatert på den digitale hverdagen. Eldre uten datakunnskap kan lett kjenne seg utenfor hvis de ikke får til å

følge med på det som skjer på nett og sosiale medier. Rindal dataklubb har møte hver mandag i frivilligsentralens lokaler med et gjennomsnitt på 8-10 besøkende. Ole Trygve Foseide er faglig ansvarlig og Anne Antonsen er frivillig hjelper i lag med Anni. I 2021 har vi fortsatt å ha fokus på opplæring i sosiale medier, bank-id på mobil og smarttelefon-apper som er kjekke å ha. Vi har delt opp sånn at første timen er for nybegynnere og siste del er for de som kan litt mer. Vi har i 2021 hatt 23 treff. Vi avslutter alltid treffene med en kaffekopp og bakels. Rindal dataklubb er medlem av Seniornett Norge.



AKTIVITETSVENN ble startet opp i 2015 og er et samarbeid frivilligsentralen har med Rindal helsetjeneste, Rindal demensforening og Nasjonalforeningen for folkehelse. Vi har ei arbeidsgruppe bestående av demenskoordinator, en ansatt fra hjemmetjenesten, leder i frivilligsentralen, leder i demensforeninga og folkehelsekoordinator. En aktivitetsvenn er en frivillig som ønsker å gjøre en aktivitet man liker sammen med en person med demens som liker samme aktivitet.

BESØKSVENN i 2021 har vi fått et nytt tilbud, en besøksvenn kommer hjem til de som ønsker mer kontakt med andre mennesker og bidrar til å gjøre hverdagen lettere for ensomme i alle aldre.

SAMTALEGRUPPE FOR PÅRØRENDE TIL PERSONER MED DEMENS startet vi opp i 2019 sammen med demensforeninga. Det er en samtalegruppe for pårørende som synes det er godt å treffe andre i samme situasjon.

KREFTGRUPPA ble starta høsten 2017. Tilbudet er for alle som har eller har hatt kreft. Her er du velkommen om du har «gammel» eller ny diagnose. På møtene har det vært forskjellige temaer og det har vært besøk av lege, kreftkoordinator og kreftsykepleiere på noen av møtene.

EN TIL EN-TJENESTER frivilligsentralen har siden oppstarten i 2003 hatt et tilbud til de som trenger hjelp til praktiske gjøremål hjemme, det kan være hagearbeid, snømåking, ved-bæring eller lignende. Noen kan trenge følge når de skal til undersøkelse på sykehus eller til lege. Vi har en liten gruppe frivillige som stiller opp ved behov og vi har et samarbeid med elever ved Rindal skole som har valgfaget Innsats for andre som kan ta på oppdrag gjennom frivilligsentralen.

KLØVERTUR har siden 2018 vært et samarbeid mellom den gamle stavgang-gruppa til frivilligsentralen og Rindal sanitetsforening. Vi er på tur i sommerhalvåret og trivsel blir kombinert med trim og bedre kjennskap til bygda vi bor i og nabokommunene. I 2021 var vi på 20 kløverturer med stort oppmøte.



NEPALTEPPER er et prosjekt vi har vært med på siden 2011 og mange frivillige damer vært engasjert i prosjektet i Rindal og omegn også i 2021. De har strikket lappetepper, labber og luer som vi har sendt til Okhaldhunga Community Hospital i Nepal der teppene blir gitt videre til barn som blir født på sykehuset. I 2021 sendte vi ca. 60 tepper + mange labber og luer. Når pakkene kommer frem, får vi e-post og gjerne et bilde som viser at hjelpa har nådd fram. Dette er et samarbeid med Normisjon. Rindal sokneråd og Rindal barneforening har bidratt til betalte frakten på pakkene.



NATTERAVNENE i Rindal har siden 2008 vært driftet av frivilligsentralen. Daglig leder møter på foreldremøte i 9. trinn for å informere om arbeidet og å rekruttere nye natteravnere. I utgangen av 2021 har vi 56 natteravnere på lista. I 2021 var det fremdeles liten aktivitet for ungdommene på grunn av Covid-19 i distriktet, så natteravnene hadde bare 2 oppdrag på russefester på Sagatun.

FLYKTNINGEHJELP Frivilligsentralen har siden 2015 bidratt med å samle inn klær og utstyr til flyktningene ved behov. Flyktningevenner som er tilknyttet frivilligsentralen har i år bidratt med

hjemmebesøk og leksehjelp. Høsten 2020 ble frivilligsentralen forespurt om vi var villige til å ta over noen oppgaver som har vært tillagt stillingen som flyktningkonsulent. Dette sa vi oss positive til og frivilligsentralens oppgaver i forhold til å bistå flyktningene med hjelp i hverdagen har dermed vært utvidet i 2021.

AHMADS SYSTUE Ahmad er skredder og har en liten krok på frivilligsentralen der han tar imot klær, gardiner og lignende som skal repareres eller sys om. Han har fast jobb på Rema 1000 i Surnadal, så oppdragene tar han på kveld og i helger når han har tid og anledning.

UTSTYRSSENTRAL I utstyrssentralen har vi gratis utlån av diverse utstyr.

- Smørefrie ski, skisko i str. 36-46 og skistaver.
- Bilstoler
- Fiskestenger for ferskvann
- Noen få skøytepar
- Vi kan også være behjelpelig med noe klær.



FRITIDSKLUBBEN startet opp i mars 2019 for 5. - 7. trinn. Tilbudet skal være et sted du kan komme når du vil og uten faste aktiviteter. Det er tilgang på PS4 og diverse brettspill, trådløs høyttaler og ungene har tilbud om å få kjøpe pizza til en billig penge. 5. trinn har tilbud onsdag 15.00-16.30, 6. trinn torsdag 14.30-16.00 og 7. trinn onsdag 16.30-18.00. Tilbudet er populært og veldig godt besøkt. Fra mars 2021 har det for det meste vært foreldre og andre frivillige som har vært tilsynsvakt på fritidsklubben.



BABYTREFF startet vi opp sammen med Rindal sokn i 2008, da ble det kalt "Åpen leikeplass". På fredager kan småbarnsforeldre møtes på frivilligsentralen. Dette er et fint tilbud for de som er hjemme i permisjon med små barn. Våren 2021 hadde vi også et samarbeid med Rindal sokn, de har tilbudt babysang og lunsj på Rindal menighetshus. Høsten 2021 var treffene på frivilligsentralen.

MATOMBRINGING I 2021 startet vi opp med å rekruttere frivillige til Helsetunets matombringning for hjemmeboende eldre. Det var stor interesse for å bli med på ordninga og siden mars 2021 har 4 frivillige hatt en fast turnus på å kjøre ut mat hver tirsdag og fredag.

NISSETREFF PÅ RINDAL SKIMUSEUM har vært et årlig arrangement i samarbeid med Rindal skimuseum siden 2006. I år ble det arrangert 26. november. Da ønsket vi førsteklassinger og barnehagebarn velkommen til den årlige nissedagen på museet sammen med museets venner. Også i år ble hele arrangementet holdt ute. Der fikk ungene levere ønskelistene sine til nissen personlig, og alle fikk hver sin nissepose med mandarin og smultringer av nissekonene. I år deltok 4 frivillige nisser og 3 nissekoner. 10 elever fra 10. trinn var farsk-nisser som sprang rundt, gjemte seg og lagde liv for ungene på museumstunet.



FOLKEHELSE frivilligsentralen er med i samarbeidsgruppa for folkehelse i Rindal, «Barn og unges psykiske helse og rusforebygging» og «sosiale uformelle møteplasser i Rindal». Vi har jobbet med dette også i 2021.

JULEBUFÈ i 2021 kunne vi arrangere den årlige julebufeen på Bolme pensjonat for kontaktutvalget og de som har vært frivillige siste år.

NETTVERK OG NORGES FRIVILLIGSENTRALER I 2021 har daglig leder og styremedlem Ole T vært på kveldsmatmøte for Fjellregionen på Berkåk 23. August, daglig leder var på Trøndelagsamling for frivilligsentralene i Namsos 20. - 21. September og deltok digitalt på Fagkonferansen for Norges frivilligsentraler 2. - 3. desember.

ØKONOMI/STØTTE av Rindal sparebank fikk vi en gave på 5000,-, dette var øremerket aktivitet for barn og ungdom og vi kjøpte en trådløs høyttaler og nye TV-spill for gaven. Rindal sokn har sponset portoen på våre sendinger til Nepal.

UTLEIE AV LOKALE Rindal husflidslag, Rindal heimbygdslag, Rindal senterparti og Rindal bondelag har leid lokalet til sine møter.

Anni Karlstrøm

Daglig leder i Rindal frivilligsentral