



---

*Årsberetning og regnskap 2018*

---



**Møte mellom mennesker**

---

---

## *20 år med frivillighet!*

---

2018 som vi nå avslutter formelt, er Vestre Aker Frivillighetssentrals siste år som tenåring. I 2019 fyller vi 20 år – og for noen år det har vært!

Det startet i november 1998 med over 100 fremmøtte på et folkemøte arrangert av ildsjeler som hadde bestemt seg; bydelen skal ha en frivilligsentral! Blant de fremmøtte var det både representanter for bydelens organisasjoner, politikere, administrasjonen og selvfølgelig frivillighetens grunnfjell – innbyggerne.

Etter folkemøte gikk det slag i slag og 15. mai 1999 ble stiftelsesdokumentet undertegnet, Gunnar Sunde ble valgt til styreleder og så var altså Vinderen Frivillighetssentral etablert. To måneder senere ble Stein Brubak ansatt som sentralens første daglige leder og da startet moroa for alvor.

I sitt første styremøte sa Brubak at styret kunne forvente rundt 100 henvendelser om oppdrag og 15 frivillige i løpet av de gjenstående 6 månedene. Han bommet med 1 oppdrag – og 26 frivillige! Viljen til å stille opp var stor da – som den er nå. Mens Brubak sørget for oppdrag og rekruttering av frivillige, startet Gunnar Sunde og resten av styret arbeidet med å bygge «brakka» hvor vi fremdeles holder til.

Året etter var antallet frivillige økt til 51, men oppdragene til over 400. Disse varierte fra «kanarifugloppbevaring, til besøksvenn og rens av takrenner». Det var etablert selvhjelpsgrupper, samtalegrupper, kurs, veiledning og en rekke andre aktiviteter og arrangement. Når året ble oppsummert rapporterte daglig leder nesten 4000 frivillige timer!

Siden den gang har sentralens aktiviteter og genererte timer økt i jevn takt. Når Stein Brubak gikk av med en særdeles velfortjent pensjon i 2011, var timeantallet oppe i 7000.

I mars 2011 fikk Espen Watne Andresen det ærefylte oppdrag å ta over stafettspinnen etter Brubak. Han forteller: «To timer etter min første dag alene startet, dukket Gunnar opp. Hans intensjoner med oppmøtet var helt tydelige, han skulle vurdere om den nyansatte sjefen var av kaliberet han forlangte!» Gunnars konklusjon vites ikke, men han tok ferskingen under sine vinger så helt galt kan det ikke ha vært.

Siden 1999 har sentralen byttet navn, hatt fem styreledere og to dagligledere. Hvor mange ulike frivillige som har vært innom vet vi ikke, men flere av de opprinnelige 41 er her fremdeles og sammen med hundrevis av andre, har de totalt levert over 120 000 frivillige timer!



Espen Watne Andresen  
Daglig leder



Ola Ramstad  
Styreleder

---

*Våre aktiviteter*

---

Vi jobber ut ifra vår tro at de aller fleste mennesker, ønsker å være til glede og nytte for andre. Både vår erfaring og forskningen viser at det som er viktig, er å tilby oppgaver som er attraktive og siden vi mennesker er så ulike, resulterer det i et bredt spekter av oppgaver som våre frivillige utfører.

Det er for mange ulike oppgaver som løses, til at vi kan få nevnt dem alle, men et godt utvalg er;

**Handyman** – nevenyttige karer som ordner alt fra en tett vask, til lyspærer og løse skaphengsler.

**Legefølge** – Frivillige som enten med taxi eller egen bil, følger pasientene fra dør til dør.

**Handling** – Enten handler vi med, eller for de som sliter med å komme på butikken på egenhånd.

**Transport** – Om du skal til frisør eller fotterapi så henter våre frivillige og følger fra dør til dør.

**Språkkafe** – Et enkelt og morsomt tilbud for de som ønsker å øve seg i norsk.

**Hjelpemidler** – Vi henter og monterer hjelpemidler

**Sykling uten alder** – Alle eldre har rett til vind i håret, og vi sørger for det!

**Data** – Vi har både kurs og en til en opplæring på nettbrett, telefon og PC.

**Frivilligbussen** – Fast transport til bydelens seniorsenter og andre aktiviteter

**Søndagsmiddagen** – Månedens høydepunkt for mange!

**Turer** – Vi tar med en gjeng på sightseeing i Oslo, eller til en hyggelig plass å ta en kaffekopp.

**17. mai, påske, sommer og jul** – Når andre stenger åpner vi dørene og inviterer til fest og samvær.

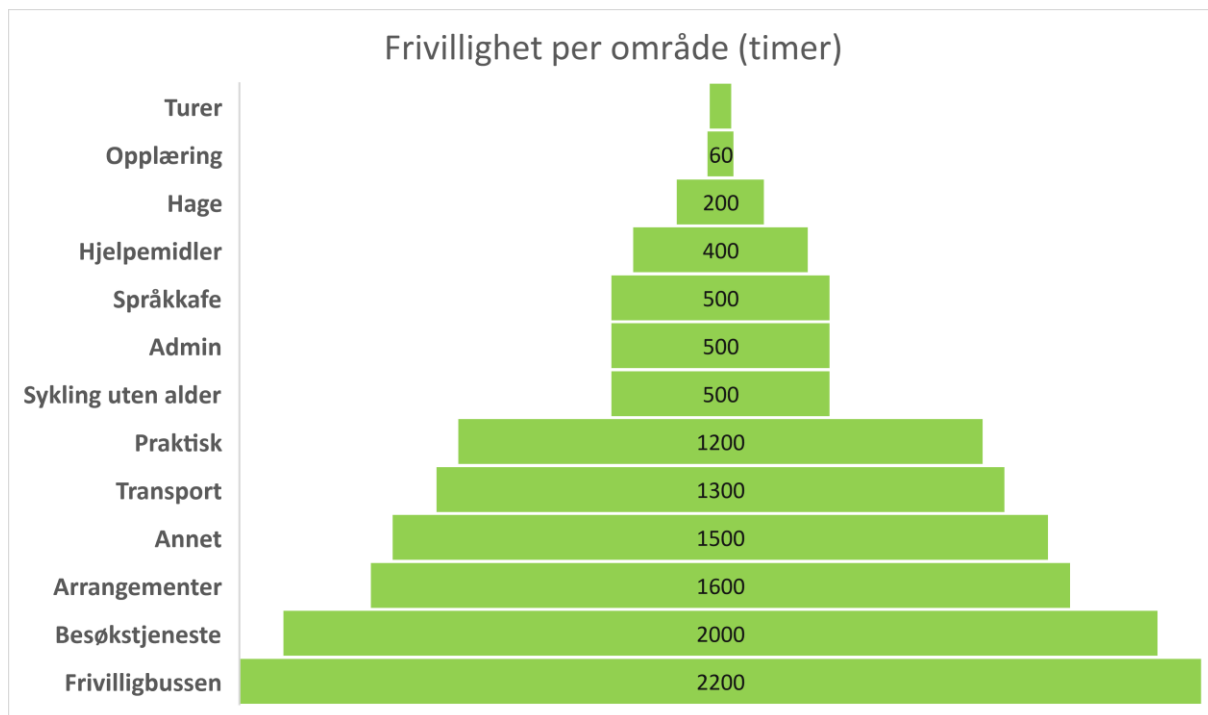
Vi har også et stort fokus på å være til hjelp for bydelens seniorsenter og institusjoner. Våre frivillige har i 2018 lagt ned flere hundre timer på å male, henge opp bilder, montere møbler og en rekke andre oppgaver i Pilotveien og på seniorsenteret.

Frivilligbussen og våre frivillige var også sentrale i gjennomføringen av bydelens prosjekt «Helsefremmende møteplasser»

Samarbeidet med Piloten Arena er bredt og godt. Vi har frivillige som bistår i prosjektet med alt fra servering til underholdning og aktiviteter.

For å klare å håndtere alt dette, har vi hjelp av en liten men veldig god gjeng frivillige her på kontoret. De hjelper til med å ta imot forespørsler, formidling av oppdrag og organisering av sammenkomster. Best av alt er at de skaper en fantastisk koselig stemning på sentralen slik at alle frivillige kan komme, møte andre frivillige og få en kaffe og noe å bite i.

Tall og fakta



**Totalt 12 000 timer med frivillighet i 2018!**

For å få til alt dette, har vi 161 frivillige. Den yngste er 16 år, den eldste 93. De er like ulike som alle oss andre, men felles for dem alle er en generøsitet og nestekjærlighet som er helt fantastisk!

***«De frivillige er grunnfjellet i et velferdssamfunn hvor vi anerkjenner viktigheten av å ta vare på hverandre. Styret takker ærbødigst for all den innsatsen de legger ned for oss alle».***

Da Diana fra Serbia, Gabriele fra Litauen og Mike fra Nederland fikk muligheten til å ta en skitur, var de ikke i tvil. Dette ville de prøve!

De tre har til felles at de ikke har bodd i Norge lenge, og de er alle faste deltakere på språkkafeen på Røa bibliotek, i regi av biblioteket og Vestre Aker frivillighetssentral. Her møtes de ukentlig for å bli bedre norsk, for å lære mer om Norge og norsk kultur..

Det supre skiføret i vinter har inspirert to av de frivillige, Ernst Hansen-Tangen og Ola Mæland, til å invitere deltakerne med på skitur. Tirsdag ettermiddag møtte fire småspente og glade deltakere opp. Felles for dem alle var at her var skierfaringen lik null.

Nederlandske Mike Van Wessem har akkurat plassert skiene i det faste sporet på Bogstad, ved siden av bensinstasjonen. Planen er å prøve løypene ved campingplassen. Han staker seg småpent avgårde og avslører at han har prøvd seg på ski én gang før.



Selv om dette er andre gang på ski, føles det som første gang! Første gang sto jeg på en liten haug. Jeg skulle bare gå ned, men falt hardt! smiler han.

Serbiske Diana Ribac har også ski på beina for første gang. Hun sier at denne opplevelsen kan ikke måles med noe annet. – Jeg er litt klumsete, men jeg liker å prøve. Jeg har hørt at nordmenn er født med ski på beina, sier Diana. Hun sier hun har hørt om skikurs, også kurs som er gratis, men det har ikke blitt noe av. – Det er for flaut, mener hun. – Men her kjenner jeg jo begge to, sier hun og peker på de to ivrige trenerne, som altså er Ola og Ernst, de to frivillige på språkkafeen, som har tatt dem med på ski for første gang.

Diana forteller at hun har bodd i Norge i bare fire måneder. Hun gjør seg allerede utmerket godt forstått på norsk og forstår det aller meste. Hun er ivrig deltaker på språkkafeen, og roser de frivillige opp i skyene. – De oppmuntrer og inspirerer oss. Jeg er veldig takknemlig. Ernst er den mest inspirerende nordmann jeg har møtt så langt. Og han er 83 år! sier hun.

Når Akerspostens utsendte, som for anledningen har lagt skiene igjen hjemme, må la det lille følget få lov til å gå videre, spør vi Ola hva han mener om skiferdighetene til deltakerne, etter at de har prøvd seg i noen hundre meter.

– Det går veldig bra! Jeg tror at Norges herredømme som stormakt på ski er alvorlig truet, smiler han.

**Tekst og foto \ Fredrik Eckhoff, Akersposten.no**



I over 15 år har Ola Ramstad vært frivillig på sentralen. Hver torsdag kjører han Frivilligbussen, men innsatsen stopper ikke der. Hver 17. mai, hver påske, hver sommer og hver jul stiller han opp i lag med sin fantastiske kone Berit og sørger for fest og moro. Det lages og serveres mat av ypperste kvalitet og de sørger alltid for at gjestene kommer seg trygt frem og tilbake. Og ikke nok med det, Ola er sentralens styreleder, som representant for de frivillige. Ola er en fantastisk mann og den beste sjef jeg noen gang har hatt. Jeg er dypt takknemlig og mektig stolt av å være en del av hans virke som frivillig og medmenneske.

Espen Watne Andresen, Daglig leder



*Takk*

---



***Bydel Vestre Aker***

Både bydelens lokalpolitikere og hele administrasjonen med bydelsdirektøren i spissen, har i alle år støttet trofast opp om vårt arbeide. Sentralen er helt avhengig av tilskudd både til driften og Frivilligbussen. Vi har en gjensidig respekt som gjør vårt arbeid lettere og hyggeligere.

***Samson***



Samson stiller alltid opp med byens beste kringle og kaker og et smil når vi skal arrangere sammenkomst for frivillige!

***Ris Vel***



Vår lokale velforening jobber for å gjøre nærområdet bedre og det gjør de på mange måter. En av disse er en fantastisk støtte til våre arrangementer. Ris Vel har gjennom en årrekke finansiert ulike tiltak og arrangementer, i 2018 var det søndagsmiddagene som ble muliggjort takket være deres bidragslyst.

***Holmenkollen Rotary***



Rotary har tatt på seg finansieringen av hele romjulen på sentralen. 3 dager med kafe og en dag med tre retter julemiddag til 38 pers!

***Lions Slemdal***



Karene i Lions sørger for at vår tradisjonsrike 17. mai brunsj bugner av god mat, samt andre fristelser.



***Skajem Hagesenter***

Nuppen og gjengen sørger for at sentralen alltid er pyntet og klar til våren. Både blomster og busker blir levert på døren av den alltid blide Nuppen!

***Baker Hansen Vinderen***



Frivilligbusssjåførene blir sponset med kaffe og bolle hver dag! Et fantastisk hyggelig tilbud som gleder gutta stort!

***Rema 1000 Vinderen***



Et godt samarbeide har mange ganger fylt fryseren på vår og flere andre sentraler. Det har blitt mange gode middager og lunsjer i Oslo, takket være deres fantastiske innstilling og ønske om å bidra!

**Vestre Aker Frivillighetssentral  
Årsberetning og regnskap 2018**

---

*Styret*

---



Ola Ramstad  
Representant for de frivillige



Tor Linaae  
Vinderen Helselag



Jan Erik Holthe  
Holmenkollen Rotary



Helge Bjørhall  
Lions Slemdal



Elisabeth Tidemann  
Ris Menighet



Per W Jensen  
Vestre Aker Pensjonistforening



Odd Gogstad  
Representant for de frivillige



Aril Dahl  
Lions Slemdal



Bjarne Dehli  
Holmenkollen Rotary

---

*varamedlemmer*

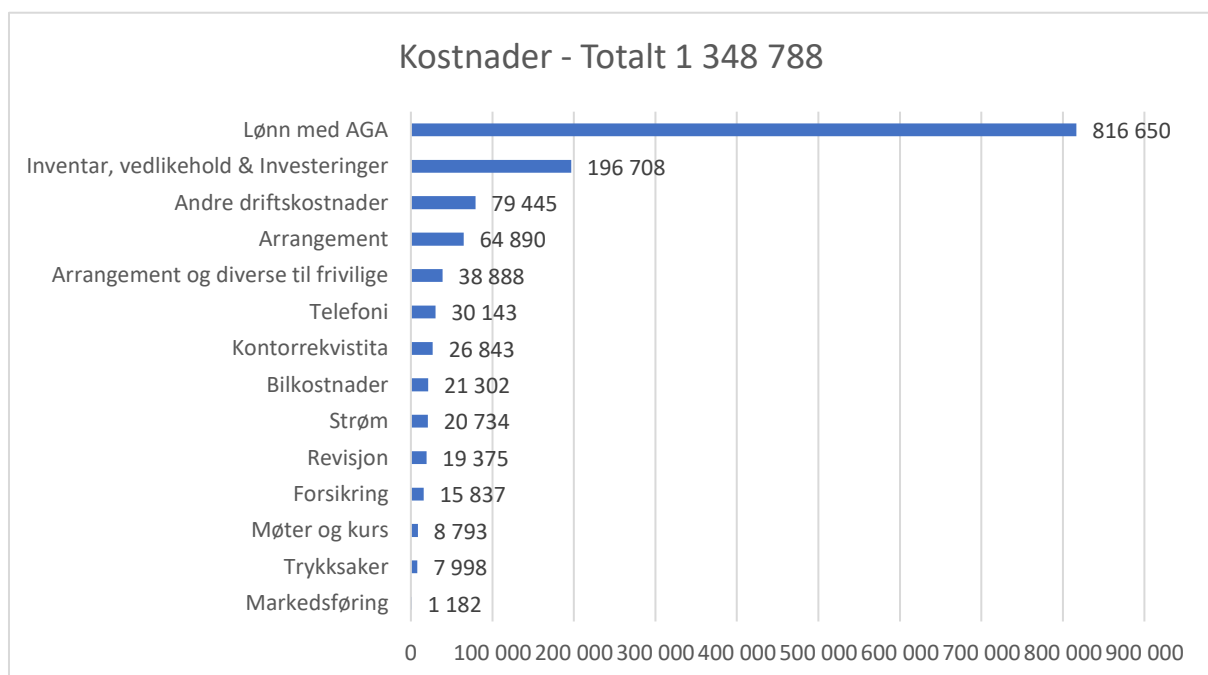
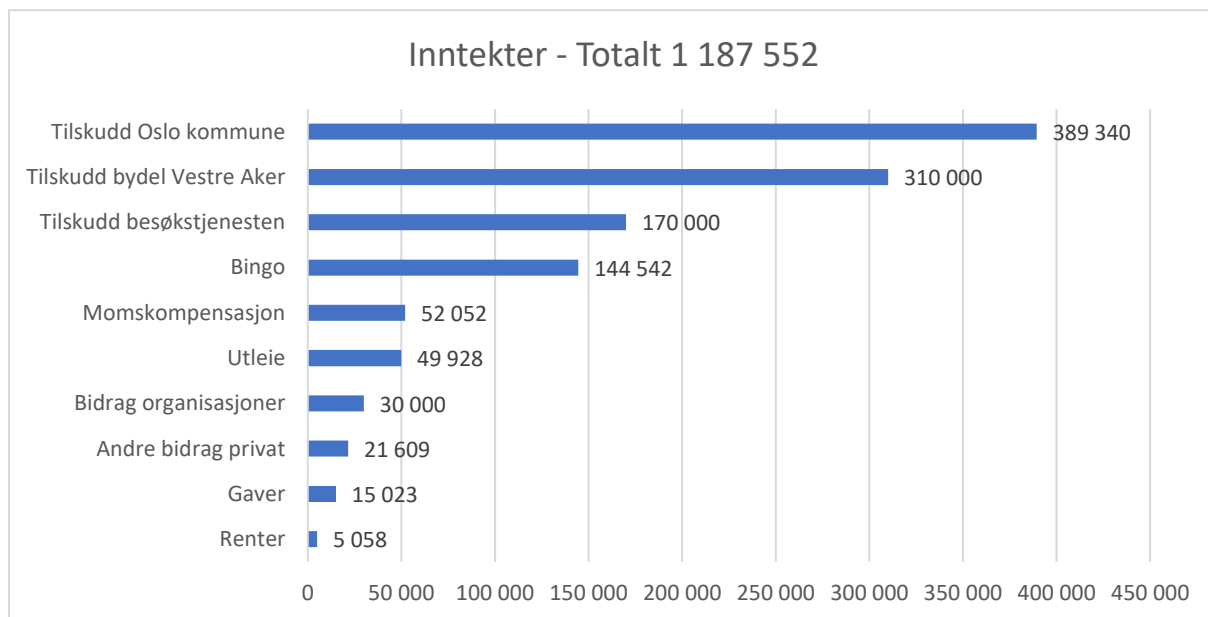
---

Per Erik Koch, Holmenkollen Rotary  
Hans Kristian Henne, representant for de frivillige  
Eirik Angell Olsen, representant for de frivillige  
Clemens Sars, Vestre Aker Historielag  
Frode Ranhoff, Lions Slemdal  
Norvald Moltubakk, Vestre Aker Pensjonistforening  
Ole Krohn, Vinderen Helselag  
Marianne Aars Helliesen, representant for de frivillige



**Vestre Aker Frivillighetssentral**  
**Årsberetning og regnskap 2018**

Økonomi



Sentralen har i 2018 hatt en daglig leder i 100% stilling, og en prosjektstilling på 30%

Komplett regnskap og revisorsberetning, er publisert på sentralens hjemmesider.  
Regnskapet er revidert av AD:NUM AS.

Regnskapet er ført av Jan Erik Holthe.

**Vestre Aker Frivillighetssentral  
Årsberetning og regnskap 2018**

---

*Kontaktinformasjon*

---

Vestre Aker Frivilligsentral  
Organisasjonsnummer 981 091 167



Ris Skolevei 14

Postadresse: Postboks 109 Vinderen. 0319 Oslo

Telefon: 23 22 05 80

Epost: [post@vestreaker.frivilligsentral.no](mailto:post@vestreaker.frivilligsentral.no)

Nettside: [vestreaker.frivilligsentral.no](http://vestreaker.frivilligsentral.no)

Daglig leder

Espen Watne Andresen

Telefon: 48 13 71 70

Epost: [espen@vestreaker.frivilligsentral.no](mailto:espen@vestreaker.frivilligsentral.no)