

Et kraftsenter i nærmiljøet

Frivillighetsuka 2025



Hvem er jeg?

Christina Franksdatter Bøhler

Daglig leder
Lardal frivilligsentral

Utdanning:

Adjunkt

Samskapende sosial innovasjon

Relevant erfaring:

Lærer 1 – 10. trinn

Prosjektleder BTI Lardal (SeMeg)

Faglig rådgiver skole

Foreldreveileder ICDP

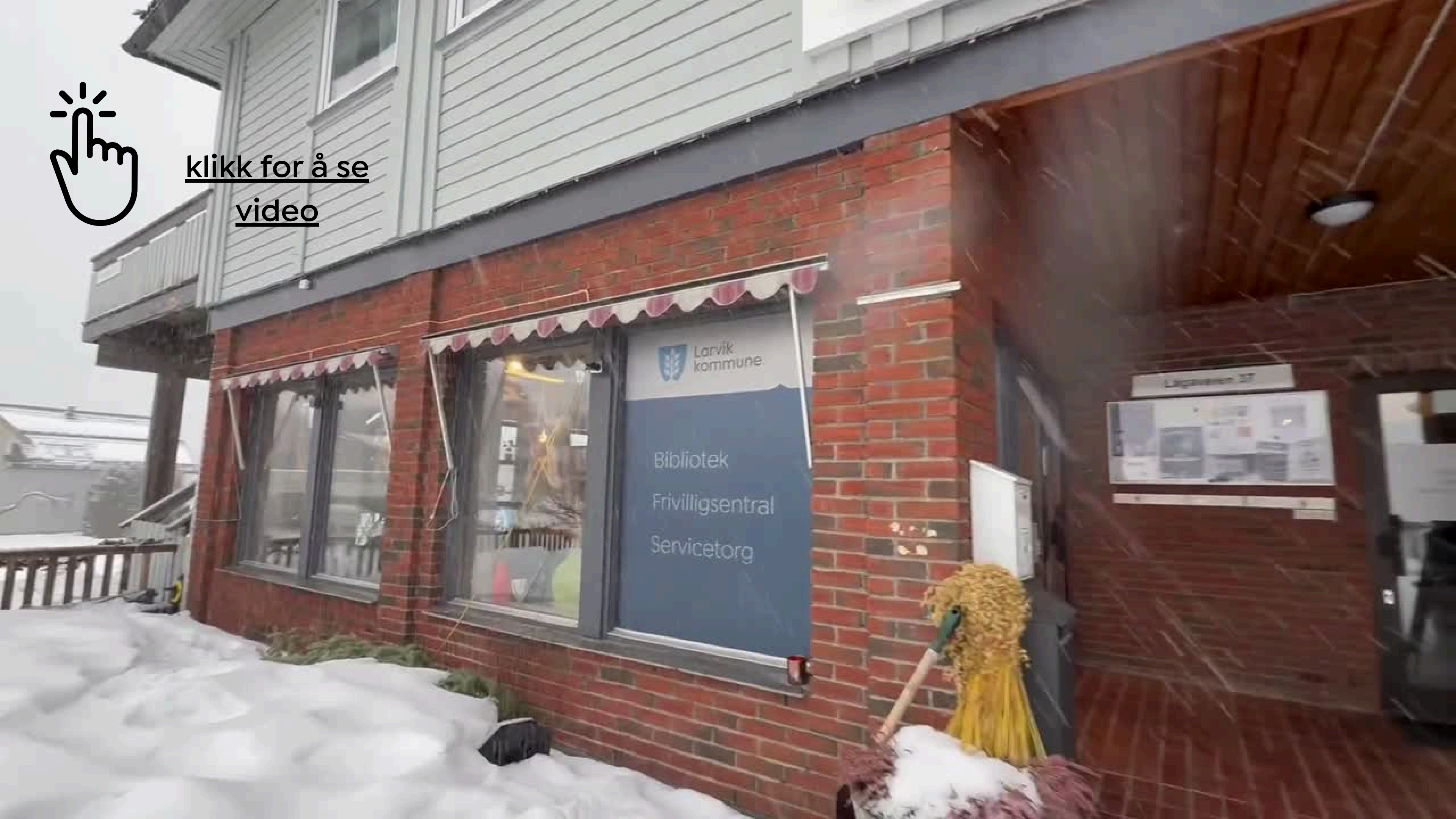
Hjertet banker litt ekstra for:

Barn og unge, deres oppvekstmiljø og landsbytenking





klikk for å se
video



Lardal Frivilligsentral

En del av Sentralen i Svarstad, sammen med biblioteket og servicetorget

Aller mest en møteplass – der det skjer noe for alle aldre.

Faste tilbud hver uke ++

I all hovedsak basert på innbyggernes og nærmiljøets ønsker



Sentralen

Sentralen som møteplass



MANDAGSMIDDAG

VI SPISER SAMMEN



Koordinering

Frivilligsentralen er et bindeledd mellom kommunen og lag, foreninger og organisasjoner.

Samarbeider med andre i kommunen – skole, barnehage, sykehjem, barnevern, ungdomsklubb, kulturavdelingen +++

Samarbeider med lag og foreninger

Koordinerer enkeltstående frivillige – kobler sammen behov og hjelp

Gruppefrivillighet



Innbyggernes betydning og påvirkning

Prosjektgruppe

Husrådet

Besøkende



Samarbeid – med andre kommunale avdelinger

Skole

Barnehagen

Barneverntjenesten

Sykehjemmet

Våre unge

iFokus

Samarbeid – med lag, foreninger og næringsliv

Vi må passe oss for å drive “konkurrerende virksomhet” – vi er de folka vi er.

Inviterer heller til samarbeid

Mandagsmiddag

Månedlig datakafé

Påskeegg og julekalender til sykehjemmet

Kulturkafé

Verdensdagen for psykisk helse

Forestillinger

Musefletteninja

Noen gode historier -og hvordan vi får det til?

Øvelseskjøring

Frivillighet + skole

Lån en lardøling

Kaffekompis

God alderdom



Vi får til stadig mer, og når stadig fler!

2022

Antall besøk
15191

2023

Antall besøk
19052

 25%

Frivillige timer
1252

Verdi
440 928,-

2024

Antall besøk
19772

 4%

Frivillige timer
1822

 45%

Verdi
641 750,-

Effekter av frivillighet

Sosialt

Fellesskap

Nettverk

Demokrati

Læring

Bedre mental og fysisk helse

Meningsfylt

Mennesker som jobber frivillig er lykkeligere enn andre!



= en stor samfunnseffekt OG bedre folkehelse

Fokusområder i 2025

Alle, men...

Godt voksne – god alderdom

Barn og unge – natteravner, e-sport, foreldreveiledning

“Finne” penger utenfor kommunen

Aller helst på tvers – sammen er vi aller best!



2024 – faste aktiviteter gjennom året

Sentralen åpen hele året, 5 dager per uke, med unntak av juli.

Natteravner 1-3 kvelder per uke, etter årstid

Frivillige bidro som husverter ved behov

Besøksvenner/trivselsvenner, Lardal sykehjem

Husband på sykehjemmet

Strøbøtter til eldre

EL-sykler til utlån

Lunsjquiz på biblioteket mandager

Møteplassen på tirsdager onsdager

Joggegjengen torsdager

Herrekaffe fredager

Friskusfredag

Barseltreff/småbarnstreff

Arbeidstrening i samarbeid med iFokus

Gratis utlån av skøyter og hjelmer

Nybegynnerstrikk i samarbeid med Lardal bygdekvinnelag månedlig

Samarbeid med elevene med valgfaget “innsats for andre”

Byttehylla

Kaffekompiser

“Lån en lardøling”

Bygdegrillen

E-sport

2024 Enkeltstående aktiviteter/prosjekter

Januar

- Kunst på Sentralen -The way you look at me
- Datakafé - i samarbeid med pensjonistforeningen
- Ekstraordinær boksnakk - Kaukasus
- **Samarbeid med polenkomitéen om småoppdrag**

Februar

- Lørdagsuniversitet med kafé av Polenkomitéen
- Nybegynnerstrikk
- **Kurs - bilfører 65+ med Statens Vegvesen - kake fra Svarstad bil**
- Foreldrekveld - 5.trinn
- Datakafé - i samarbeid med pensjonistforeningen
- Kunst på Sentralen - Randi Kristin Strand - the way you look at me
- **Lansering - frivillighet i skolen**

Mars

- Konsert med kulturskolen
- Foreldrekveld SU - barnehagen
- Home Start kurs
- En formiddag med kunstneren
- Innsats for andre - elever på sykehjemmet
- Kurs - bilfører 65+ med Statens Vegvesen - kake fra Svarstad bil
- Mammakveld 2.trinn
- **Påskeegg til sykehjemmet**
- Kulturkafé - om fremtidsfullmakt i samarbeid med HEF

2024 Enkeltstående aktiviteter/prosjekter

- April
 - Homestart kurs
 - **Åpent møte om forskjønnning med parkavdelingen**
 - En kaffeprat med ordføreren
 - Nybegynnerstrikk
 - Støttekonsert Ukraina – i samarbeid med Rotary
 - Hagevennmøte
 - Datakafé
 - **Stordugnad sykehjemmet**
 - Kunst – Kvelde fotoklubb
 - Ravnefredag
- Mai
 - Musefletteninja gjenoppsto litt
 - En kveld med kunstneren
 - Nybegynnerstrikk
- Juni
 - **God alderdom**
 - iFokus
 - Dugnad sykehjemmet
 - Miljødagen
 - Dugnad e-sportrommet
 - **Byttehylle for planter**

2024 Enkeltstående aktiviteter/prosjekter

August

- Dugnad hagevenn
- **Folkemøte god alderdom**
- Spørreundersøkelse God alderdom
- Besøk fra Berg
- Kunst på Sentralen

September

- Kulturkafe bunadstrikk – Samarbeid
- Åpen dag på Klokkergården
- Besøk fra Australia
- Oppstart bridgekurs
- Gina praksis

Oktober

- **Laget papirbrosjyre og distribuert i alle postkasser**
- Kulturkafe – kunst på Sentralen
- Lørdagsåpent med forestilling
- Tv-aksjonen
- **Verdensdagen for psykisk helse**

2024 Enkeltstående aktiviteter/prosjekter

November

- God alderdom – om bolig
- **Legolørdag**
- Nærmiljøutvalg folkemøte
- **Åpning Huldra e-sport**
- En kveld med salig blanding
- **Mandagsmiddag**
- iFokus – arbeidstrening
- **God alderdom – tips for god alderdom og mannfolkhelse**
- Barnehagen pyntet treet og fikk grøt
- Ny barnekrok

Desember

- Julemagi for 9. trinn
- Frivillighetens dag
- Hagbarts fortryllende jul
- Åpne kvelder på e-sportrommet
- herrekaffe med julegrøt
- **Praktisk opplæringsløp**
- Røde kors – lapper på treet
- Samarbeid med Ole Jakob om juletrær
- Juletrær til Sentralen fra Wierød juletre
- Grøttest barnehagen

Takk



Kontakt

Christina Franksdatter Bøhler

92603087

christina.franksdatter.bohler@larvik.kommune.no

Psssst: Følg oss på Facebook

