



Årsrapport for Trøgstad Frivilligsentral 2024

Styret har bestått av:

- Ann-Kristin Sæther, leder
- Terje Ekhaugen, nestleder
- Margot Aldal og Håkon Krogh, styremedlem
- Marianne Nordlie, politisk representant og Jim Roger Holm-Johansen, vara for politisk representant.
- Grete Sørby (1. vara, møter fast) og Geir Bjørkli (2. vara)

Innledning

Synnøve Buer har vært ansatt i full stilling som daglig leder, og Siw Johannessen har vært ansatt i en deltidsstilling som driftsansvarlig i BUA. Kaja Klethagen har vært timevikar i BUA.

Fra 1. juni og ut året har Pernille Jørgensen Skofsrud vært ansatt som leder av Kafé Mmm i 30% stilling. Hun sa opp sin stilling og jobbet ut desember måned. Elisabeth Skjærvik ble i desember ansatt som ny leder av Kafe Mmm fra 1.1.2025 også i 30% stilling.

Årsmeldingen kan ikke gå i dybden på alt, vil du ha mer info om de enkelte aktiviteter se mer på nettsiden vår: trogstad.frivilligsentral.no

Det står i forskriften for frivilligsentralene at vi skal være et **bindeledd mellom frivilligheten og kommunen**. Dette har vært mye av fokuset i arbeidet i 2024, spesielt gjennom lanseringen av foreningsportalen og inkluderingskonferansene. Vi setter stor pris på samarbeidet med Skjønhaug IB og har hatt studiebesøk fra flere andre kommuner som ønsker å lære av hvordan vi jobber sammen.

Vi fører ikke timesregnskap, men i forbindelse med budsjettbehandling 2024 lagde vi et estimat på frivilligtimer ved Trøgstad frivilligsentral. Vi har 10,7 årsverk frivilliginnsats samt 1,4 årsverk lønnet innsats. Vi fremla også at regnskap for 2023 viste at vi utenom statlig og kommunalt tilskudd hadde inntekter vi skaffet selv på kr 1.35 mill som går tilbake til lokalsamfunnet vårt. For 2024 er dette tallet: 1,28 mill. 125 ulike frivillige har vært i sving i løpet av 2024.



Daglig leders kontor

Nytt i 2024

Foreningsportal: en helt ny nettside hvor all frivillighet i kommunen er samlet samt fritidstilbud i kommunal regi.



En slik samlet oversikt har daglig leder jobbet mot i flere år, og høsten 2023 fikk vi på plass en avtale med kommunen som innebærer at alle 5 frivilligsentralene i Indre Østfold går sammen om å finansiere og drifte en foreningsportal som har erstattet kommunens oversikt over lag, foreninger og kommunens kalenderoversikt over fritidstilbud (som har vært lite brukt og opplevd som vanskelig å bruke).

Nettsiden er linket til fra kommunens nettside og vår nettside. Vi er veldig glad for å ha fått med oss Idrettsrådet og kulturrådet i dette arbeidet. De har vært så positive og bidratt masse. Foreningsportal ble lansert 30.april 2024, og ordfører Saxe Frøshaug foretok åpningen. Nettsiden heter: io.foreningsportal.no. Her er det oversikt over alle lag og foreninger i Indre Østfold kommune, og kalender med oversikt over alle aktiviteter som lag og foreninger ønsker å legge ut på kalenderen. Det er mulig å filtrere søk av lag og foreninger på geografi (de 5 tidligere kommunene), alder, type aktivitet, med mer. Kalenderen kan også filtreres på type aktivitet, målgruppe med mer. Det viktigste av alt er at nå vil samtlige 7 daglige ledere og frivillige jobbe aktivt med å holde foreningsportalen oppdatert. Den er også veldig enkel for lag og foreninger å bruke. Kommunen har også tilgang til å opprette ulike «foreninger» og legge ut arrangementer i kalenderen. Alle 5 Innbyggertorg og bibliotek (IB) har vært veldig flinke til å ta den i bruk og fremsnakke portalen. Drifskostnader på kr 18.843 betales av oss 5 frivilligsentraler.

To Inkluderingskonferanser med fokus først på Integrering, og så på Barn og unges oppvekstvilkår

Frivillige ildsjeler ønsket å arrangere en inkluderingskonferanse, og inviterte Synnøve Buer med i en arbeidsgruppe. Resultatet ble en inkluderingskonferanse med fokus på integrering for frivillige lag og foreninger, politikere og viktige samarbeidspartnere i kommunen. Den ble holdt 18. april i kommunestyresalen. Der ble også foreningsportalen presentert. Konferansen var så vellykket at deltagerne ønsket en ny konferanse til høsten. 26. september ble det avholdt ny konferanse med fokus på barn og unges oppvekstvilkår med Spydeberg frivilligsentral som hovedarrangør. Planen er å fortsette med halvårige konferanser. Her fungerer frivilligsentralene som bindeledd mellom frivilligheten og kommunen slik vi skal.

Kafé Mmm

Kafé Mmm åpnet i august 2024 og har vært åpent mandag-fredag, 11:00-14:00. Kaféen er veldig godt besøkt og det har til tider vært litt *for* travelt i forhold til antall frivillige vi har. Kaféen er en viktig del av helheten rundt innbyggertorget. Vi har mange gode og engasjerte frivillige som brenner for stedet. Vi har til tider har litt tynt med frivillig. Leder av kaféen har måtte jobbe mye i kafeen og bruke mye tid på bemanning, som har resultert i at daglig leder har måtte ta mye mer administrativt ansvar enn tenkt. Det har derfor til tider vært for stort arbeidspress. Vi ønsker oss fortsatt flere frivillige slik at vi kan sørge for at ingen sliter seg ut og det blir godt og trivelig å være både frivillig og ansatt. Kafé Mmm har overtatt ansvaret for sjåførlunsj og lunsj til de som jobber på Gjenbruksbutikken på onsdagene. De har levert møtemat til andre lag og foreninger, kommune, banken, småbarnstreff og frivilligsentralen internt. De får masse skryt og gjør en flott jobb.

Småbarnstreff

I oktober startet Home-start Familiekontakten opp småbarnstreff i samarbeid med oss, helsestasjonen og IB. Alle deltagerne får gratis lunsj fra Kafé Mmm, da vi har midler igjen fra et tidligere prosjekt til dette.

Etablerte aktiviteter

Treffstedet på Skjønhaug

Treffstedet har vært drevet i 7 år på frivillig basis, og før det som arbeidsplass for daglig leder. Treffstedet har vært en viktig møteplass for folk med kafédrift, håndarbeidsgruppe, og sjåførlunsj, og har vært brukt av ulike lag og foreninger. Etter ønske fra de frivillige på Treffstedet, basert på mindre besøkstall, besluttet styret å si opp lokalene. 1. november overtok Østfold Taxi lokalene. En lang epoke i vår historie er over. Takk til alle som opp igjennom årene har gjort en formidabel innsats på å skape Treffstedet!



Gjenbruksbutikken



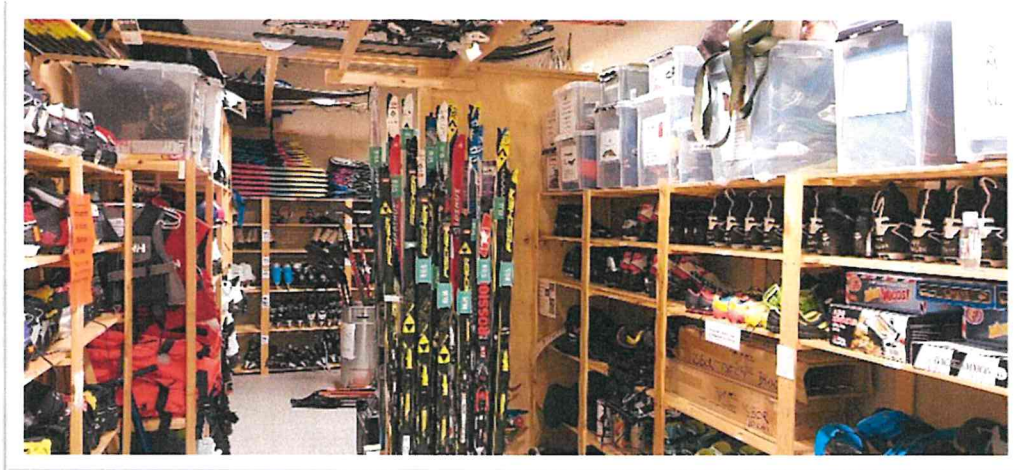
Gjenbruksbutikken er meget godt drevet, og har vært åpen 5 dager i uka (tir-lørdag 11:00-14:00). Det er to-tre frivillig til stede i butikken hver dag. Hver onsdag hentes og leveres møbler, og det er da 4-5 ekstra frivillige den dagen. Gjenbruksbutikken har et meget godt rykte hos innbyggerne, og mange leverer mye fint til oss, det er vi takknemlige for! En dyktig gjeng!

Møteplassen i Båstad

Møteplassen har vært åpen hver onsdag og fredag med to frivillige tilstede hver dag, og er godt besøkt. Vi har en del vikarer, men **vi ønsker oss veldig enda flere faste frivillige som kan ta en fast dag i måneden eller mer.** De frivillige vi har der er fantastisk flinke og tar mye ansvar.



BUA Trøgstad, BUA Trøgstad selvbetjent og BUA musikk



Vi har to BUA-avdelinger:

BUA Trøgstad ble 6 år i desember, og ligger sentralt og tilgjengelig plassert på Skjønhaug Bibliotek og Innbyggertorg. Vi har i 2024 hatt et godt samarbeid med Innbyggertorget i forhold til utlån. Vi ser at selv med en BUA-medarbeider til stede og hjelp fra skranken, blir det likevel i høysesongen altfor travelt. Vi har derfor utlyst etter flere ungdom som kan jobbe som timevikarer. Vi gikk på våren bort fra at BUA er åpent hele tiden IB er åpent, da dette ikke fungerte så godt lenger. Vi har nå åpent tirsdag, torsdag og fredag, og det er hele tiden en BUA-medarbeider tilstede i åpningstiden.

I BUA Trøgstad lånte vi ut 2207 utstyr og 97 av låntagerne var helt nye i 2024.

BUA Trøgstad Selvbetjent - Her kan du via en app på telefonen låse deg inn og hente og levere utstyr. Vi har dessverre opplevd at en del låser seg inn og tar med seg utstyr uten å registrere det. Det betyr at de offisielle utlånstallene er altfor lave, da mye utstyr er lånt uten at det er blitt registrert. Vi mister også oversikten over hvilket utstyr som er «lånt uten at det er registrert» og hvilket utstyr som faktisk er stjålet. Vi kontakter nå rutinemessig alle som låser seg inn uten å registrere lån for å få bukt med problemet. Det er registrert 476 utstyrsenheter utlånt, men tallet kan nok 5-10 dobles. Vi jobber sammen med BUA Norge for å bedre utlånsappen.

BUA Musikk

Det er fortsatt veldig populært å låne instrumenter. Vi har litt penger igjen fra Sparebankstiftelsen DNB og har søkt og fått innvilget forlengelse av prosjektet slik at vi har litt penger til flere instrumenter i 2025.



[BUA Trøgstad](#)

[BUA Trøgstad selvbetjent](#)

Seniornett

Seniornett Trøgstad har hatt samlinger hver tredje fredag fra kl 11:00-13:00. Skoleelever fra Trøgstad ungdomsskole deltar på seniornett-samlingene, og hjelper til med å veilede deltagerne.



Dette har vært et kjempeflott samarbeid. Alle som er medlemmer av seniornett kan få god hjelp over telefon, og gjennom data hjemmefra. Skjønhaug Bibliotek og Innbyggertorg har også tilbudt individuell veiledning for alle som ønsker det, "Datahjelp for vettskremte". Vi er fremdeles med i Indre Østfold datastue sammen med Eidsberg pensjonistforening.

Bowls



Bowls møtes hver mandag. De er mange, men det er fortsatt plass til flere!

Hyggetreff på Trøgstadheimen

Vi har hatt 8 hyggetreff gjennom året, og den tradisjonsrike juletrefesten på Trøgstadheimen. Vi ser at antall besøkende har gått drastisk ned. Dette er blant annet fordi flere av de som nå bor på Heimen ikke er i stand til å delta på slike arrangement. Det er også mindre besøk utenfra. Vi har fått økonomisk støtte fra Gjensidigestiftelsen til Hyggetreff.

Seniorkafé

Seniorkafé har vært annenhver torsdag med trofaste frivillige som steker vafler, koker kaffe, og koker grøt til siste seniorkafé før jul. Vi fikk igjen støtte fra Gjensidigestiftelsen til å bruke på seniorkafé i 2024, og har betalt både musikere og sjåførlærer for å komme på underholdning og undervisning, og vi har kjøpt inn nye stoler da de gamle var falleferdige. Anbefaler alle som kan å komme på seniorkafé, det er veldig trivelige treff!

Natteravnene

Vi har hatt ordinære natteravnrunder fredager i sommerhalvåret når ungdommen er ute. Mange fredager er rolige, men det har vært store fester blant annet på Trøgstad fort hvor Natteravnene har gjort en fantastisk innsats, og vi har trengt å være mange Natteravner tilstede. Leder av Natteravnene har sluttet på høsten, så vi trenger å få på plass en ny leder!



Sommerfest

12. juni var alle våre frivillige invitert til sommerfest på Lionshytta. Vi var 35 stykker som koste oss med god mat og fint sommervær.

Sommerkjøreskole

For femte år på rad hadde vi sommerkjøreskole i samarbeid med NMK Trøgstad. I år, som i fjor, samarbeidet vi også med Rotary og bruk av deres Twin carts slik at vi kunne tilby gokartkjøring til barn med nedsatt funksjonsevne som ikke klarer å kjøre hele alene. Vi har inngått en 3-årig samarbeidsavtale med Trøgstad Sparebank som sponsor. Vi tok også en egenandel som gjorde det mer forpliktende å melde seg på. De som trengte hjelp med egenandelen fikk den dekket. Mange frivillige fra NMK, Rotary og frivilligsentralen var i sving.

Sommer-Karateskole og Turnskole

Vi fikk støtte til sommerferieaktiviteter fra Gjensidigestiftelsen. I samarbeid med Turnforeningern arrangerte vi turnskole, og i samarbeid med Samurai karate arrangerte vi sommerkarateskole. Dette var populære, flotte og helt gratis aktiviteter for barn.

Trim i Båstad og Trim på Skjønhaug

Segundo Lopez har siden i høsten 2021 hatt qi-gong trening hver fredag i Båstad.

Trim på Skjønhaug har vært hver 1. fredag i måneden siden høsten 2023. Dette startet opp da flere hadde et stort ønske om dette som ikke kommer seg så lett til Båstad.

Dagravn

Dagravn er trygge og gode voksne i skolens storefri. De frivillige skal på ingen måte erstatte skolens ansatte, med være i der i tillegg til de ansatte og gjøre det enda bedre for barna å være ute i storefri. Vi har nå dagravn på Skjønhaug skole to dager i uka. Vi har plass til flere!

Språkkafé

Språkkafé startet opp i april 2022. Det var de første årene godt besøkt og språkkafé hver uke. Da deltagelsen begynte å gå ned endret vi det til annenhver uke. Deltagelsen har vært så liten, ofte ingen som har møtt, at vi fra 1.1.25 tar vi en pause frem til behovet for språkkafé øker.



Trygg hjemme

Tryggere hjem er et samarbeidsprosjekt mellom Indre Østfold brann og redning og alle frivilligsentralene i Indre Østfold.

Frivillige reiser hjem til de som ønsker besøk for å sjekke batteri i røykvarsler, brannslukkingsutstyr og lignende. En viktig del er også sosial kontakt. Det er lov å sette seg ned og ta en kopp kaffe!

Indre Østfold brann og redning (IØBR) har ansvar for opplæring av de frivillige og vil følge opp de frivillige i forhold til oppdragene sine. Det har vært få oppdrag som har kommet inn. Daglig leder av Hobøl frivilligsentral er nå med i en arbeidsgruppe som jobber med tilbudet videre.



Leve hele livet - Bo trygt hjemme

Daglig leder har deltatt i prosjektgruppen til Indre Østfold kommune med dette arbeidet. For mer info om *Leve hele livet* og frivilligsentralers arbeid, se: levehelelivet.frivilligsentral.no/. Reformen gikk ut året 2023 men er rapportert på ut 2024 og er nå avløst av *Bo trygt hjemme*-reformen hvor frivilligheten har en viktig rolle. Daglig leder fortsetter å være med i den nye prosjektgruppen på vegne av alle frivilligsentralene.

Juletre med mening

Juletre med mening ble gjennomført for sjettede gang i år, og det var utrolig hyggelig å se hvor mange som ønsker å være med å bidra. Juletre med mening arrangeres av Triv'lige Trøgstad som er et samarbeid mellom flere lag og foreninger, samt Trøgstad sparebank. Vi fikk inn anonyme gaveønsker fra Home-Start Familiekontakten og NAV. Stor takk til alle involverte. Vi synes det er veldig fint at så mange vil være med på et felles prosjekt, og heier på mer samarbeid videre! Vi vet at i 2024 har mange det trangt økonomisk. Vi merket at mange tenkte på dette, og givergleden var stor! Vi delte ut om lag 100 gaver i år.



Julebord

Vi hadde veldig hyggelig julebord 3.. desember for de frivillige med 37 gjester.

Julebasar

13. desember var det igjen tid for trekning av Julebasar. Mange flott premier og 1147 solgte lodd. Takk til alle som støttet oss ved å kjøpe lodd!

Advokatvakt

Høsten 2023 startet vi opp med gratis advokatvakt. Det var mulig å booke en advokat til 30 min. gratis konsultasjon. Hjelp utover 30 min må betales. Mange har eksempelvis benyttet anledningen til å få hjelp med fremtidsfullmakt. Da advokaten som kom til oss byttet jobb etter sommeren, endret advokatvakt tilbudet seg til å bli digitalt, eller med oppmøte i Hobøl.

Andre aktiviteter:

- **Besøksvenn/lesevenn/turvenn/handling.** Det har vært flere frivillige med slike oppgaver.
- **Ledsager** til ulike avtaler. Det har vært lite ny etterspørsel etter dette, men noen faste frivillige følger sine faste tjenestemottakere.
- **Nyhetsbrev:** det ble sendt ut 2 nyhetsbrev i 2024.
- **Besøksbaby** krever mye oppfølging da det hele tiden må rekrutteres nye og nye må bli kjent. Det hadde vært fint med en egen frivillig som kunne jobbet med koordinering av tiltaket og vært med på å ta imot besøksbabyene når de kommer så

nye blir godt ivaretatt. Vi har ikke fått en frivillig til å lede tiltaket og daglig leder har ikke hatt kapasitet til å følge opp. Derfor er besøksbaby midlertidig nedlagt.

- **Hyggekveld** torsdager kl 17-20. Her møtes alle som vil til en hyggelig kveld med kaffe, håndarbeid, spill og snacks. Det har vært godt besøkt. Hyggekveld flyttet fra Treffstedet til Skjønhaug IB etter Treffstedet ble nedlagt.
- **Selvstendig ung voksen/mentor for ungdom:** flere frivillige fra Trøgstad har meldt seg til å være med.

Annen informasjon

Økonomi

Her viser vi hovedsakelig til vedlagt regnskap. Vi er veldig takknemlig for støtte fra stat, kommune, Gjensidigestiftelsen, Buf dir, Sparebankstiftelsen DNB, og Trøgstad Sparebank.

En kjempestor takk til Arild Sæter som har jobbet hardt gjennom hele året med å føre et omfattende regnskap. Regnskapet har vokst år for år og i 2024 hadde vi over 900 bilag ført.

Revisor har vært Nina Teig og Rita Østbye. Tusen takk til dere!

Indre Østfold frivilligsentraler

Vi har fortsatt med å utvikle samarbeidet vårt. Vi har faste månedlige møter og to dialogmøter i året mellom kommunen, daglige ledere og styreledere. Jan Gander, styreleder Spydeberg, har vært leder av vårt samarbeidsorgan Fellesforumet.



Oversikt over fellesprosjekter/arbeidsgrupper vi sitter i:

- Foreningsportalen - Trøgstad og Spydeberg
- TV-aksjon – Spydeberg
- Trygg hjemme – Hobøl
- Leve hele livet/Bo trygt hjemme – Trøgstad
- Frivilligfest – Spydeberg (her har Stedsutvikling og frivillighet takket nei til at vi bidrar)
- Selvstendig ung voksen – Askim
- Juletre med mening – Askim
- Inkluderingskonferanse-Trøgstad og Spydeberg
- Verdensdagen for psykisk helse-Mysen

Østfold Frivilligsentraler

Det har vært to samlinger for Østfold frivilligsentraler i 2024.



Norges Frivilligsentraler

Landsmøte ble avholdt 23-24 april. Synnøve Buer møtte som delegat fra oss. Norges Frivilligsentraler har fortsatt arbeidet med å sikre at størrelsen på statstilskudd ikke reduseres selv om vi er blitt flere frivilligsentraler. De følger også opp den nye forskriften og hvordan det slår ut for de ulike frivilligsentralene.

Indre Østfold kommune



I desember 2022 fikk vi på plass en 4-årig samarbeidsavtale med kommunen. Vi har hatt to samarbeidsmøter med direktør for kultur og samfunn, Marit Mellum, og Margaret Lang Aadalen, enhetsleder for stedsutvikling og frivillighet, hvor alle styreledere og daglig ledere var invitert.

Kultur og samfunn foreslo et kutt på 400 000 i støtte til frivilligsentralene for 2025. Dette kuttet ble enstemmig reversert av våre politikere. Takk til alle som sto på for å få det til, spesielt Jan Gander som ledet det arbeidet.

FNs bærekraftsmål

FNs bærekraftsmål er verdens felles arbeidsplan for å utrydde fattigdom, bekjempe ulikhet og stoppe klimaendringene innen 2030, og består av 17 mål.

Vi på Trøgstad Frivilligsentral jobber målrettet for å gi vårt bidrag til flere av disse målene og har valgt å fokusere spesielt på mål 1,3,5,10,11,12 og 13. Spesielt ved vårt arbeide på Gjenbruksbutikken og BUA bidrar vi til målet om ansvarlig forbruk, bekjempelse av fattigdom og mindre ulikhet. Alt vårt arbeide bidrar til god helse og livskvalitet både for frivillige og deltagere/tjenestemottaker. I forhold til likestilling mellom kjønnene har vi et mål om at begge kjønn er jevnt representert i styret. Ved all vår aktivitet skal vi ta hensyn til klima og miljø.



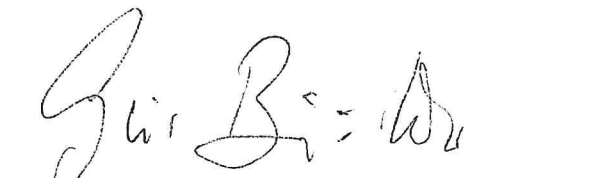
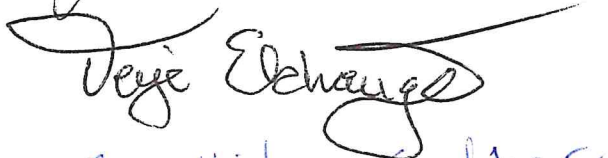
Sluttord

Stor takk til alle de frivillige, fra styret og daglig leder

Vi vil gjerne få takke alle de fantastiske frivillige som er engasjert i frivilligsentralens arbeid. Dere beriker andres liv med deres innsats. Det er også godt å vite at Frivilligsentralen og vårt arbeid er med på å berike deres liv, det har mange av dere fortalt om og det er vi glad for. Vi ønsker at vi skal være kjent for å ha et godt og inkluderende miljø hvor alle er velkomne og er glad for alle som trives. Vi ser frem til å samarbeide videre med dere alle i 2025!

Trøgstad, 4 februar 2024

Styret Trøgstad Frivilligsentral



Ann-Kristin Sæther
Margot Aldal.

Virksomhetsplan for 2025

sammen skaper vi gode og inkluderende lokalsamfunn

Vedtatt av styret:

- Videreutvikle foreningsportalen som ble lansert i 2024.
- Videreutvikle Triv'lige Trøgstad samarbeidet og ha en koordinerende rolle for informasjon og samarbeidet lokalt.
- Invitere politikere og administrasjon til sentralen så de blir bedre kjent med tilbudet vårt.
- Utvikle Kafe Mmm og Møteplassen i Båstad så begge blir solide med nok frivillige
- Videreutvikle BUA.
 - Reparere alt utstyr som er mulig å reparere. Vi har investert i egen skøyte slipemaskin og utstyr for å reparere ski.
 - Ansette flere ungdom til å jobbe i BUA.
 - Gjennomføre sommerkjøreskole for 6. gang.
 - Etablere arbeidsgruppe for BUA inkludering med mål om å tilby utlån av utstyr tilpasset mennesker med nedsatt funksjonsevne.
- Øke aktiviteten i Sykling uten alder
- Søke gjensidigestiftelsen om støtte til gratis sommerferieaktiviteter: turn og karate.
- Videreutvikle samarbeid med de andre frivilligsentralene i Indre Østfold kommune både på daglig leder nivå og styrenivå. Her har vi faste månedlige møter på daglig leder nivå og faste møter med kultur og idrettsråd.
- Bo trygt hjemme reformen. Her er vår daglig leder med i kommunens prosjektgruppe
- Koordinere TV- Aksjonen.
- Være med på prosjektet Selvstendig Ung Voksen
- Gjennomføre prosjekt «møte mellom mennesker» som vi har fått støtte fra Gjensidigestiftelsen til.