

ÅRSRAPPORT FOR
HÆGELAND OG
ØVREBØ
FRIVILLIGSENTRAL
2025



Oppgaver og formål:

Frivilligsentralen skal være et kontaktpunkt for de som ønsker å delta i frivillig virksomhet i nærmiljøet/lokalsamfunnet.

Frivilligsentralen skal fungere som møteplass og brobygger mellom mennesker, (frivillig)organisasjoner og det offentlige.

Frivilligsentralen skal være en aktiv støttespiller for å skape et levende lokalmiljø og koordinere lokalt engasjement, nærmiljøutvikling og kulturelt mangfold.

Ansatte:

Hilde Ø. Nordhagen: daglig leder i 50% stilling. Har ansvar for driften, og for tilbud til barn, unge og voksne opp til 65 år. Har kontor ved Skarpengland skole.

Eirin Hægeland: trivselskoordinator i 100% stilling. Fokusområde er eldre over 65 år. Har kontor på Hægelandsheimen.

Frivillige:

Det er flott å oppleve at det i år også er ca. 100 frivillige i frivilligsentralen. Dette er vi veldig stolte av, og utrolig takknemlige for den innsatsen som gjøres! 70 frivillige som er trofaste med aktiviteter rettet mot eldre, og rundt 30 frivillige som deltar i andre aktiviteter rettet mot barn, unge og familier.

Flere av frivillige uttrykker at det er veldig verdifullt å kunne bruke av sin tid på å gjøre noe koselig og godt for andre.

Aktiviteter i 2025 rettet mot barn, unge og voksne opp til 65 år:

Julegata i Hægeland / Pepperkakelandsby

Natteravn

Kom i form

Visit Vennesla

Verdensdagen for psykisk helse sammen med Skarpengland skole og Moonlight

Gågruppe

Frihjelp Frikirken

Plattform for samskapning

BUA

Alle Inkludert

Frivillig på Skarpengland skole

Lyttevenner på Eikeland barneskole og Skarpengland barneskole

Fritidskassa

Friskus

Juleverksted sammen med biblioteket

1:1 oppfølging

Sammen for Vennesla

30 gratis billetter fra Dyreparken

Tverrfaglig team Psykisk helse

Aktiviteter i tilknytning til Hægelsheimen:

- Kjøreturer-** Individuelt tilpasset
- Kjøreturer** - for beboere på Hægelsheimen på avdelingen og i leilighetene, en dag i uka, enten mandag eller onsdag.
- Bil-kontakt** - ordner det praktiske omkring bussen.
- Gladtrim** - 1 time med styrke og balanse trening hver mandag.
- Rusleturer** - for beboerne i sykehjemmet, elektriske rullestoler og sykkelen. Hver tirsdag. Ca. 1-1,5 timer.
- Lesestund**– lesing og sosialt samvær 1 time annen hver tirsdag.
- Skyting** - på skytebanen annen hver tirsdag, ca. 1 time.
- Bålpanne** – sosial samling i grillbua med bål, kaffe og pølser. Annenhver onsdag, utenom januar og desember, og mellom mai og august.
- Andakter** - hver torsdag - rulling mellom DNK og frikirkene i Hægeland og Øvrebø.
- Åpen dag** – annenhver tirsdag. Sosialt treffested. Lavterskel tilbud. Kulturell spaserstokk. Skyssordning. Middag for påmeldte. Eget program hver gang med gjester. Frivillige er med som vertskap sammen med trivselskoordinator.
- Klessalg** - 2 ganger i året. Seniorshop.
- Øvrebø videregående skole, Loland – Vg1 helse** - annenhver onsdag skoleåret igjennom. 8-10 elever og to lærere har variert opplegg, trim og lunsj hver gang. Sammen med beboerne fra leilighetene og noen fra bygda. Sosialt og populært tilbud. Gjensidig glede.
- Sangkvelder** – 4 ganger høst og 4 ganger vår.
Allsang, tema, gjester, sosialt samvær, gjester, kveldsmat og utlodning.
- “Hygge og nytte”-samling** – Trivselskoordinator og to grupper med frivillige som ruller annen hver uke er med å ruller, koker og pakker tennbriketter. Beboere fra leiligheter og avdelingen på HH bidrar med det de kan. Hovedfokus er å skape ei hyggelig stund med gode samtaler, smil og latter. Frivillige bidrar med allsang, quiz, høytlesing, samtale rundt gamle ting og mye mer. Samlingene avsluttes med kaffe og god lunsj som en frivillig hver gang smører til oss. Noen dager har vi besøk av Mini-byggerne eller skoleklasser eller barnehagen på Eikeland.
- Hagegruppe** – Frivillige kommer etter behov som de selv bestemmer, fra våren til høsten. De graser bedene, feier, ordner rundt hønseburet og ellers gjør det fint og trivelig rundt heimen. Hvis de ikke hadde vært her, så hadde en godt merket det! Takket være at kommunens folk har tilrettelagt uteområdet så fint nå, er det lettere for

frivillige å holde uteområdet. God prat med beboerne som vil ut å se så fint det blir. Blomster og busker er et godt samtaleemne.

- **Middagsombringing** - mandag og torsdag kjører frivillige ut middag til hjemmeboende eldre.
- **Besøksvenner** - bestemmer etter avtale seg imellom hvor ofte de besøker vedkommende. Det kan være i bygda og ved heimen.
- **Telefonvenn** – en frivillig ringer en person og de har koselige samtaler.
- **Følge-venn** til sykehus, lege tannlege
- **Besøk fra skole og barnehage**- Før jul hadde vi besøk av 2.klasse på avdelingen med sang og opptrinn, og noen av beboerne var med og spilte det magiske bordet sammen med barna.
- **Baby-sang**- Besøk av Baby-sang som arrangeres av Øvrebø og Hægeland kirke to ganger i år.
- **Besøkshunder** - 1-2 Røde Kors godkjente besøkshunder besøker sykehjemmet innimellom.

Enkelt tilstelninger ved Hægelsheimen:

Hygge-nytte Basar: – Opplever god støtte fra frivillige, ansatte, bygdefolk, beboere og bedrifter i nærområdet. Pengene brukes igjen til “hygge og nytte” ved heimen.

Ut i verden” prosjekt. Vårens prosjekt var Hope for Ukraine. Det er lokale folk fra Hægeland og Øvrebø som leverer hjelpesending til kontakter i Ukraina. De kommer og forteller, og hjelper til med å organisere basar, og innsamling av tøy. Mange av frivillige, bygdefolk og brukere strikket diverse som det er behov for.

Pårørende møte - arrangert høsten 2025 i samarbeid med enhetsleder for Hægelsheimen. Her ble det presentert hva Frivilligsentralen bidrar med.

Julegrøt- samling for nåværende og tidligere ansatte før jul. Julegrøt og sosialt samvær.

Juletreffest/Nyttårsfest- første torsdag etter nyttår: for beboerne og pårørende.

Organisering og planlegging sammen med enhetsleder for Hægelsheimen Anita Åsan. Frivillige er med og serverer.

Aktiviteter tilknyttet Øvrebøstua:

- **Tirsdag:** ei gruppe med menn (og ei dame) samles for sosialt samvær, kaffe og vafler, og noen har med sine hobbyer, primært treskjæring. 5-6 personer. Kl. 9-12.
- **Onsdag:** Ei gruppe med damer møtes kl. 10-13. Det er ca. 15 damer som pleier å komme jevnlig, men ikke alle er der hver gang. I tillegg er det to frivillige og to jenter på VTA, pluss trivselskoordinator. Dette er i hovedsak et sosialt treffested, men det ruller også tennbriketter til Hygge-nytte prosjektet og det strikkes og hekles masse fint som gis til et prosjekt i Latvia. En fra lokalmiljøet er med og driver dette arbeidet. Alle tar med sin egen lunch, som vi spiser sammen. I tillegg har vi også andre aktiviteter, turer og besøk av gjester.

Aktiviteter tilknyttet Herredshuset:

- **Hægeland Minibyggere-** Seks mannfolk møtes mandag og torsdag kl. 10-13 for å bygge miniatyrbygg. De hjelper også med å lage noen gevinster til Hygge-nytte basaren, og er på besøk til Hygge Nytte og forteller om sine prosjekter.
- **Tirsdagskafé-** Frivillige er vertskap, koker kaffe og eventuelt noe attåt i en stue ved siden av biblioteket når det er åpent tirsdager kl. 14-17.

Noen gode høydepunkter:

Gøy på landet – Otravandring :

På søndagen ble det satt opp buss fra Graslia til Kile stasjon, slik at innbyggerne kunne sykle ned til Røyknes. Underveis møtte deltakerne Midt-Agder friluftsråd og Hægeland helselag, som delte sin kunnskap og glede over friluftsliv og lokalsamfunnets helse og velvære. Nede på Røyknes ventet arrangementet «Gøy på landet» med dyr, ulike aktiviteter og lokale leverandører. Øvrebø Historielag deltok med aktiviteter, Frivilligsentralen hadde stand og Setesdalsbanen ankom med 3 fulle vogner kl. 15:00 med retur kl. 17:00. Her kunne fremmøtte grille sine egne pølser som vi hadde fått sponset av Spar Øvrebø og Setesdalsbanen. Det ble en vellykket helg som ga naboer og besøkende muligheten til å møte hverandre og støtte lokale bedrifter. Vi takket alle som deltok og bidro til den varme, lokale stemningen. En stor takk gikk også til frivillige, lag og foreninger som gjorde helgen mulig. Det kom mellom 250 – 300 mennesker på arrangementet. Vi mottok Kulturtallerken for arrangementet.



Frivilligfest:

25 september inviterte vi alle frivillige til en fest for å feire arbeidet som legges ned i både Øvrebø og Hægeland. Vi holdt kvelden på Øvrebø vgs på Loland, hvor elevene på Salg & service laget nydelig kyllingsuppe med foccaica som alle nød. Eirin og Hilde holdt en presentasjon om Frivilligsentralen og vi hadde frivillige som snakket om sine aktiviteter, hva de gjør og hvorfor de fortsetter år etter år. Hans Inge Fagervik var kveldens underholder og sang og fortalte små historier som engasjerte. Vi hadde en utrolig god kveld med ca 40 frivillige som fikk en uforglemmelig kveld og fikk god skryt av kommunalsjef Ragnhild Bendiksen samt de 2 ansatte i Frivilligsentralen. Kvelden ble veldig vellykket og vi ønsker å fortsette med å årlig feire våre fantastiske frivillige. Det fortjener de!

Da freden kom til Hægeland:

8 mai arrangerte vi sammen med Hægeland sogelag, onsdagskafeen og sangkveldbandet "Da freden kom til Hægeland" Vi hadde arrangementet på Hægeland menighetshus og det ble FULLT hus. Det ble så fullt at folk måtte sitte ute i gangen for å følge med :)

Det varte fra kl. 19:00-21:00.

Dag Yngve Aasen viste frem sin samling av utstyr, avisutklipp og diverse fra krigens tider.

Oddvar Moen hadde laget 2 flotte power-point presentasjoner som viste oss når krigen kom i 1940, og når freden kom 8 mai 1945. Utrolig lærerikt!

Knut Løvdal, fra Sogelaget, viste frem ulike gjenstander og fortalte om boken til Sogelaget,

som i år fyller 100 år. Boken kunne man få kjøpe.

Vi hadde et tidsvitne, Alv Godtfredsen, som ble intervjuet av to kjekke ungdommer, Simon og Torkel. Samtalen på scenen fløt lett mellom de 3, og det ble både alvorlighet og morsomheter delt. Det ble også en del spørsmål fra salen som Alv kunne svare på.

Sangkveldbandet ledet oss gjennom den ene sangen etter den andre. Onsdagskafeen solgte nydelige lapper og annet godt under pause.

Dette var et arrangement som virkelig slo an og vi ble godt over 100 mennesker inne i menighetshuset. Det ble en utrolig lærerik, interessant og fin kveld.



Hilde har deltatt i:

- Tverrfaglige samlinger med NAV og andre viktige aktører i kommunen.
- SLT samlinger.
- Landsmøte og konferanse med Norges Frivilligsentraler på Gardemoen.
- Psykisk helse og rus,
- Alle Inkludert, som er et av forumene av Plattform for Samskapning. Plattform for samskapning har endret navnet til «Sammen for bygda» og her jobber vi mye med ulike prosjekter.
- Deltar på relevante fagmøter.
- Vi er en del av nettverket Midt-Agder sammen med flere Frivilligsentraler som strekker seg fra Lillesand og opp Setesdalen til Hovden. Vi møtes ca. 4 ganger i året.

Eirin har deltatt i:

- Årlig treff med andre trivselskoordinatorer og aktivitetører i omkringliggende kommuner.
- Aldersvennlig Vennesla: deltatt i to forums-møter og planlegging og gjennomføring av Arena 5.11 med tema: Livet etter jobb, hva nå?
- Praksiselev fra KVS Lyngdal VG2 i uke 10.
- Praksiselev fra 10.klasse på Skarpengland skole hver onsdag på Øvrebøstua fra mars til skoleslutt.
- To jenter på VTA ved Hægelandshimmen er med trivselskoordinator hver onsdag på Øvrebøstua og med andre arbeidsoppgaver. Startet fra august.

Vi har faste månedlige møter med våre ledere i kommunen Ragnhild Bendiksen og May Lene Uberg. Og vi har et jevnlig samarbeid mellom oss ansatte i frivilligsentralen.

Gjennom arbeidet som er gjort det siste året har det vært en positiv utvikling i vår kontakt og samhandling med frivillige organisasjoner og frivillige.

Vi har gode samarbeidspartnere som Frihjelp, Nullvisjonen, Hægeland Sogelag, Øvrebø Sanitetsforening, Øvrebø historielag, Eldrerådet, Avfall Sør, Blå Kors VGS, Skarpengland barne – og ungdomsskole, Hægeland Helselag, Eikeland oppvekstsenter, Moonlight, Vennesla Frivilligsentral, Vennesla Næringsforening og Vennesla Kommune.

Vi i kombinasjon med våre egne aktiviteter ligger godt an når det gjelder nøkkelord i vårt formål; [støttespiller](#), [kontaktpunkt](#), [møteplass](#) og [brobygger](#).

Arbeidet krever god balanse mellom kontakt og koordinering med egne frivillige, gjennomføre sentralens aktiviteter og det å være i kontakt og samarbeide med lag og foreninger og andre samarbeids partnere f.eks. skoler, barnehage.

Vi får stadig mer innsikt over behov og frivilligheten som ligger i Hægeland og Øvrebø. I 2025 har vi opplevd mer «trøkk» på 1:1 oppfølging, ensomme som sitter hjemme og ønsker aktivitet og flere som har meldt seg som frivillig. Samtidig opplever vi flere barnefamilier som henvender seg som ønsker hjelp slik at de får betalt for aktiviteten til barna sine. Da søker vi om Coop-midler og hjelper dem med å opprette en profil på Friskus. Vi delte ut 30 gratis billetter slik at barn, unge og familie fikk en dag i Dyreparken.

Hilde Ø. Nordhagen
Daglig leder
Hægeland & Øvrebø Frivilligsentral

Eirin Hægeland
Trivselskoordinator for eldre
Hægeland & Øvrebø Frivilligsentral