



STOVNER FRIVILLIGSENTRAL

ÅRSRAPPORT 2025

NØKKELTALL 2025:

Antall deltakere (treff) i våre aktiviteter: 6800

Antall unike deltakere: 872*

Totalt antall frivilligtimer i våre aktiviteter for 2025: 11630

Nærmiljø- og inkluderingsaktiviteter: 3827 timer

Leaders: 4604 timer

Familieferieaktiviteter: 2599 timer

Høybråten Frivilligsentral: 600 timer

Antall ansatte: 5 på Frivilligsentralen, i tillegg til 1 på Skattkammeret

Antall aktive frivillige pr. 31.12.2025: 187

*Vi registrerer ikke deltakere, og vi vet at en deltaker ofte deltar på flere aktiviteter, så tallet er et anslag basert på observasjoner.

Stovner Frivilligsentral og Skattkammeret drives av Kirkens Bymisjon. Vi er et levende knutepunkt for frivillighet, engasjement og fellesskap i bydel Stovner. Gjennom ulike tilbud og aktiviteter skaper vi et inkluderende miljø hvor mennesker kan bidra, delta og vokse sammen. Frivilligheten er hjertet i vår virksomhet, og sammen bygger vi et varmere og tryggere lokalsamfunn.

Gjennom 2025 har vi hatt mange fine aktiviteter sammen med engasjerte frivillige, og mange gode stunder med deltakere. I samarbeid med andre organisasjoner har vi startet flere nye aktiviteter i løpet av året. Hos oss er alle velkommen. Våre tilbud er for både barn, unge, familier, voksne og eldre. Både frivillige og deltakere representerer bredden av befolkningen i bydelen, med mangfoldig språk- og kulturbakgrunn.

VÅRE AKTIVITETER:

Åpen tirsdagsmøteplass:

Hver tirsdag utenom skoleferiene har vi hatt åpen tirsdagsmøteplass kl. 12-13, hvor deltakerne har fått vafler og suppe annenhver gang. Vanligvis kommer ca 35-45 deltakere, totalt har vi hatt 150 unike deltakere i løpet av året. Fire til seks frivillige møtes kl. 10 for å dekke bord og lage mat, og holder på til ca kl. 14 med rydding og oppvask. I tillegg til å spise sammen, får også deltakerne tilgang til ulike typer informasjon, ved at vi har invitert inn innledere som snakker om ulike temaer som er relevant for samfunnsdeltakelse og forståelse. I 2025 har vi blant annet hatt besøk av Oslo kvinnesaksforening som har snakket om kvinnesak og likestilling mellom kjønnene, RISK-teamet i politiet om hvordan få hjelp, NAV om ulike tjenester og rettigheter, Seniorveileder i bydel Stovner om ulike behov og løsninger, og politikere fra flere partier før valget som snakket om viktigheten av å delta i demokratiet, hvor blant andre Marian Hussein og Kamzy Gunaratnam besøkte oss. Deltakerne sier selv at det har vært positivt å bli kjent med andre, det er hyggelig å spise og snakke sammen, det er bra å komme seg ut og være sosial, og det motvirker ensomhet. Deltakerne har satt pris på å lære mer om blant annet kvinnehelse, sunn mat, trening, om politikk før valget.



Hobbygruppe og strikkeopplæring:

Hobbygruppa består av ca 10 frivillige som har møttes hver tirsdag kl. 12 og deltar på tirsdagsmøteplass før de går inn på et eget rom hvor de strikker sammen fram til ca kl. 14:30. Av og til har det kommet barn eller voksne som ønsker å lære å strikke, minst åtte personer har vært deltakere gjennom året. Hobbygruppa satte stor pris på å samarbeide med festivalen Skattekista på Rommen i september, hvor de både bidro med strikkede vimpler og hadde egen stand på selve festivalen. Hobbygruppa hadde egen stand og lærte bort å strikke. Fire jenter har begynt å komme på tirsdager etter skoletid for å fortsette strikkinga, og dette har vært fine møter på tvers av generasjoner.

Språktrening:

Hver tirsdag utenom skoleferiene har vi gjennomført språktrening for kvinner kl 12-14. Deltakerne deles inn i grupper etter nivå når det er behov for det. Totalt har vi hatt 81 unike deltakere gjennom året. Deltakerne har også fått informasjon om norsk samfunnsliv: Vi har hatt samarbeid med PMV og Aksept med informasjon om kvinnehelse, seksuelt overførbare sykdommer, HIV, inkl. mulighet til testing, samt brystkreft og livmorhalskreft. Vi hadde samarbeid med Rettshjelpssentralen første halvår med mulighet for individuell juridisk bistand. Deltakerne behersker norsk språk bedre, og de har fått tilgang på nyttig informasjon om samfunnet. De føler seg mer inkludert og har en bedre samfunnsforståelse. De forteller at de følger mer med på og er mer interessert i det som skjer i samfunnet etter å ha jobbet med nyheter fra norske medier på norsktreningen. Mange pleier vanligvis nyheter fra norske medier på norsktreningen. Mange pleier vanligvis ikke å følge med på nyheter, men ser mest serier fra hjemlandet.

På tirsdager kl 17-19 har vi hatt språktrening for voksne, både kvinner og menn. Her tilbyr vi også leksehjelp. Mange av deltakerne ønsker språktrening for å bestå Norskprøven på ulike nivåer, og dyktige frivillige hjelper dem med det. Totalt har vi hatt 76 unike deltakere gjennom året.

Digital veiledning:

Mandager kl 17-19 utenom sommerferien har vi gjennomført opplæring i bruk av smarttelefon for to grupper parallelt: en gruppe **eldre** og en gruppe **foreldre**. De eldre har fokusert på grunnleggende tjenester og apper (Helse Norge, Digipost, BankID, Ruterappen, google maps, etc), mens foreldrene har fokusert på skolemeldingsappen og andre apper de trenger for å følge opp barna sine i skole og fritid. Foreldrene har hatt mulighet til å ta med barna sine. Barna har fått tegne, spille spill og leke, i et samarbeid med Skattkammeret, Kirkens Bymisjons utstyrssentral. Fordi vi har hatt støtte fra IT-selskapet Sopra Steria, har vi hatt mulighet til å ha mat på kurskveldene, noe som er populært fordi det gjør det lettere å delta for mødre som kan komme til oss og slipper å lage mat til seg selv og barna. 65 unike eldre og 35 unike foreldre har deltatt gjennom året (totalt 848 eldre, 327 foreldre og 363 barn). Barna har gjort enkle aktiviteter i et samarbeid med Skattkammeret mens foreldrene har vært på digital veiledning. Deltakerne har gitt gode tilbakemeldinger. En forelder sier: "Kurset hjalp meg å forstå hvordan jeg kan støtte barna uten å ta over. Det styrker samarbeidet mellom hjem og skole."

Treningsgruppe:

Det har vært en spennende utvikling i Frivilligsentralens samarbeid med Treningsgruppa i 2025. Etter forespørsel fra bydelen, tok vi over utetreninga fra Frisklivssentralen våren 2025, etter at de måtte redusere bemanningen sin. Det ble gjort et forarbeid og en grundig vurdering, og det ser ut til at det fungerer.

- Hver tirsdag kl. 10-11 har vi hatt utetrening på Jesperudjordet. To frivillige leder treningen, og vanligvis deltar ca 15-30 personer.
- Hver torsdag kl. 10 møtes de som vil på Jesperudjordet for å gå tur sammen. Dette er et lavterskeltilbud som ikke er avhengig av at en frivillig leder det, deltakerne selv gjennomfører dersom det ikke er frivillige til stede.
- Hver fredag kl. 11-12 har vi hatt innetrening i Kultursalen på Nedre Fossum Gård. Her møter to til tre frivillige og ca 20 deltakere fast.

Totalt har treningene hatt ca 90 unike deltakere. Deltakerne har variert kulturbakgrunn, og det er veldig lavterskel å delta, man trenger ikke treningstøy eller utstyr. Deltakerne uttrykker at de er veldig fornøyde med treningen, og møter opp uansett vær både på ute- og innetrening.

Inkluderende informasjonsstand og veiledning:

Annenhver fredag har vi stått på Stovner senter og delt informasjon om våre tiltak, rekruttert deltakere og frivillige, og svart på andre spørsmål. Vi har bare stått andre halvår 2025, grunnet

ressursutfordringer på våren. I tillegg har vi tatt imot folk som kommer til våre lokaler og spør om hjelp til å finne ut av tilbud og tjenester, og hjulpet med å finne fram i det offentlige systemet eller hjelp til digitale systemer. Vi anslår at vi har veiledet minst 130 unike personer i løpet av året.

Dansegruppe/magedans:

Fra september har vi hatt magedanskurs for kvinner mandag kl 19-20. Dette startet med at en kvinne tok kontakt og ønsket å gjennomføre magedanskurs på en frivilligsentral, og vi ønsket henne velkommen til oss. Når hun mot slutten av året ikke hadde mulighet til å komme, tok noen av deltakerne over som frivillige, og de fortsetter også med dette i 2026. Ca 25-30 kvinner deltok hver gang.

Sykurs i samarbeid med Bydelsmødre Stovner:

Fra høsten har vi gjennomført sykurs i samarbeid med Bydelsmødre Stovner. Ca 10 kvinner har deltatt hver gang. Dette har vært et populært tilbud, og møter et ønske om å lære å sy som flere har meldt inn til oss tidligere. Bydelsmødrene har kjøpt inn symaskiner som nå ser tilgjengelige hos oss.



Forumteater for kvinner:

Vi ble invitert av Re:ager Forumteater til å delta i et opplegg hvor vi brukte Forumteater for å jobbe med vanskelige temaer som negativ sosial kontroll og kvinneundertrykking. Opplegget ble gjennomført i løpet av november og desember, og ble avsluttet med en forestilling hvor vi inviterte publikum til å delta. Fem kvinner deltok på opplegget, og 35 personer deltok på forestillingen, hvor de nye skuespillerne og publikum snakket sammen om viktige temaer med utgangspunkt i det lille teaterstykket som kvinnene hadde laget sammen.

Samarbeid med Høybråten Frivilligsentral:

Vi har også i 2025 hatt samarbeid med Høybråten Frivilligsentral om enkle tjenester hvor frivillige blant annet følger brukere til lege, handler eller måker snø. Høybråten Frivilligsentral har i løpet av året formidlet 200 oppdrag. De frivillige er registrert i vårt system, og kvalitetssikres av oss. De får også invitasjoner til å delta i kompetansegivende tiltak og nettverkssamlinger hos oss.

Kvinneforum:

Vi startet et nytt prosjekt i 2025 med tittelen "Kvinneforum, Empowerment på Stover". To torsdager i måneden har kvinner møttes for å snakke om viktige temaer og å bygge gode nettverk. Annenhver

gang har vært kulturkveld, hvor kvinner har delt kultur og tradisjoner fra sitt land med de andre kvinnene i gruppen. Annenhver gang har vært temakveld, hvor relevante tema har blitt presentert og diskutert; kvinnehelse, økonomi, rettigheter, og valgdeltakelse. Vi fokuserte på Stortingsvalget, og fikk besøk av to ungdomspolitikere: Arina Aamir Sheikh fra Høyre og Orkidee Farzehsæid fra AUF som snakket om viktigheten av å bruke stemmen sin. Kvinneforum fikk vi en omvisning på Stortinget av vararepresentant Rauand Ismail fra Oslo for MDG. Kvinneforum var i 2025 et pilotprosjekt, og videreføres i 2026 som et mer strukturert kurs som avsluttes med utdeling av diplom.

Leaders:

Deltakerne har vært ungdom i alderen 16-22 år fra Stovner og områdene rundt, alle med en tilknytning til bydelen. Ungdommene har mangfoldig bakgrunn. I løpet av året 2025 hadde vi andre halvdel av 2024/25-kullet og første halvdel av 2025/26-kullet, ettersom opplegget følger skoleåret. Hvert kull har 20 deltakere. I tillegg møter mange andre ungdommene i løpet av programmet gjennom dialogmøter, events og frivillig arbeid. I vårsemesteret gjennomførte ungdommene workshoper, en Iftarkveld med gjester fra Ung Bjørndal, og de planla og gjennomførte et stort event for innbyggerne på Stovner hvor det kom over 600 personer. De var også på overnattingsturer sammen, og de har vært med på å utvikle en film som viser arbeidet deres. I høstsemesteret startet et nytt kull med ungdommer, og de har hatt workshoper og en bli-kjent-tur i høstferien. I november og desember har ungdommene fått prøve seg som frivillige i andre virksomheter i Kirkens Bymisjon. Ungdommene har også deltatt på samling på Utøya i samarbeid med Dialogpilotene og Stopp Hatprat, noe som har vært veldig viktig og meningsfullt. Ungdommene organiserte en kveld hvor de brukte Forumteater som metode for dialog, hvor innbyggere på Stovner var invitert og deltok aktivt. Ungdommer fra Leaders deltok også på FN-dagen på Stovner, hvor de fortalte om programmet og alt det betyr for dem å delta. Ungdommene som deltar og har deltatt i programmet melder at de blir tryggere på seg selv, blir klar over sine ressurser, lettere får tilgang til jobb, og generelt at programmet er viktig for deres personlige utvikling. Blant annet fikk ungdommer fra Leaders sommerjobb på Lions VBUs sommerleire.



Familieferieaktiviteter:

Gjennom året har vi organisert en rekke morsomme aktiviteter for barnefamilier. I vinterferien var vi på Sognsvann, Liastua, Tøyenbadet, og vi avsluttet med en festdag på Frivilligsentralen. Vi hadde påskeverksted i april, og vi var på både hyttetur og telttur i løpet av våren. Turene var i samarbeid med WildX, og mange fortalte at de aldri hadde vært på hyttetur eller telttur før. I juni var vi med og arrangerte Stovnerdagen sammen med bydel Stovner, for å synliggjøre alle aktivitetene for barn og unge i sommerferien og alle organisasjonene i bydelen. I sommerferien, de første to ukene i juli, var vi på bading, attraksjoner og kulturaktiviteter. I uke 30 var vi på ferieleir på Hudøy, en uforglemmelig uke med bading, lek og moro. I september samarbeidet vi om arrangementet Skattekista på Rommen. I høstferien var vi på Stovner Ridesenter, Liastua og Norsk Folkemuseum. Vi har også feiret hinduhøytiden Diwali, og hatt flere julearrangementer. Vi har et fint samarbeid med Mastercard på Rommen, som både stiller med frivillige fra bedriften i ferieukene, og med julegaver i desember. 250 ulike personer har vært med på aktiviteter gjennom året. Både barn og foreldre som deltar på aktiviteter melder at det er morsomt å være med, det er fint at alt er gratis, og de føler seg godt tatt vare på.



Andre samarbeid:

Det er gledelig at **Natteravnene** på Stovner har begynt å gå igjen etter flere års pause. De møtes nesten hver fredag kveld i Frivilligsentralens lokaler og går i nærområdet, hvor de er synlige og trygge voksne og bidrar til et tryggere nærmiljø.

Mental Helse Stovner arrangerer kafeen "Skravlekoppen" i våre lokaler en lørdag i måneden. Dette er et åpent tilbud for alle, drevet av frivillige fra organisasjonen.

Vi samarbeider med **NAV Stovner** i prosjektet "Norskbrua". NAV bruker våre lokaler til norskopplæring, samtidig som de bidrar med informasjon på våre møteplasser om temaer som våre deltakere har behov for. Samarbeidet skal også føre til at deres kursdeltakere lettere blir deltakere eller frivillige i Frivilligsentralens aktiviteter, inkludert på norsktrening.

Vi har et bredt samarbeid med **Bydel Stovner**, med samarbeid om frivilligheten, Stovnerdagen før sommerferien med informasjon om sommeraktiviteter for alle aktørene i bydelen, deltakelse i ulike prosjektgrupper, Frisklivssentralen, seniorveileder og flere andre.

Robust har gjennom året arrangert seks frokostmøter hos oss, og samlet mange aktører på Stovner til gode samtaler om barn, unge, oppvekst og nærmiljø.

Rekruttering og oppfølging av frivillige:

Vi har rekruttert mange nye frivillige, og vi har avsluttet ikke-aktive frivillige slik at de ikke lengre framgår som aktive i vår database. Etter en større rydding i databasen er antallet frivillige ved utgangen av 2025 noe lavere enn ved utgangen av 2024, men vi har grunn til å tro at det reelle antallet er omtrent like stort. Vi har organisert to samlinger med faglig input hvor vi har invitert alle våre frivillige i løpet av året, en frivilligsamling 20. mars med tema verdien og trygg organisasjon for barn, førstehjelps- og livredningskurs over to dager i juni, og en samling 19. november 2025 hvor vi fikk innspill til arbeidet vårt i 2026 og hvor de frivillige ble bedre kjent og utvekslet erfaringer. Vi har også hatt egne samlinger på ulike tiltak.

Skattkammeret Stovner og Tokerud:

Vi er samlokalisert med Skattkammeret Stovner, og har også et tett samarbeid med Skattkammeret Tokerud. Vi samarbeider med Skattkammeret om aktiviteter, og vi låner utstyr til våre deltakere og frivillige på aktiviteter og turer.

Takk til alle som har bidratt til å gjøre arbeidet vårt mulig i 2025: Bydel Stovner, Velferdsetaten Oslo Kommune/IMDI, Områdesatsingene i Oslo, Bufdir, Sparebankstiftelsen DNB, Gjensidigestiftelsen, Stiftelsen Scheibler, Arnes Børne- og ungdomsfond, Boye Schlytters legat, private givere.

Takk også til alle samarbeidspartnere for godt samarbeid i gjennomføringen av prosjektene.