



Torvgata 10, 3513 Hønefoss - 2. etasje

Tlf. 32 14 21 00

ringerike.frivilligsentral.no



FERRINGVILLIG

RINGERIKE

SENTRAL



Torvgata, 10 – Nordre torv – 2. etasje





- På kontoret:
Tre ansatte som utgjør 2,6 årsverk.
Frivillige kontormedarbeidere.
- 300 frivillige hjelpere er tilknyttet sentralen.
Til sammen utføres det ca. 9 årsverk frivillig arbeid.
- Sentralens styre består av representanter fra våre
30 samarbeidsforeninger og frivillige.



- «Ringerike Frivilligsentral skal være et kontaktpunkt og et bindeledd mellom de som ønsker å yte en ubetalt innsats i nærmiljøet, og de som har behov for å motta slik hjelp.»
- Vi er også en møteplass med mange aktiviteter og grupper som er åpne for alle – både på dag- og på kveldstid.

Frivillige aktiviteter



- Handling av matvarer
- Kjøre til lege/tannlege
- Sosial kontakt
- Telefonvenn
- Turvenn
- Aktivitetsvenn for personer med demens
- Små praktiske oppgaver





Matombringelse i Hønefoss, på Sokna og Tyristrand.





- Samlinger for hjemmeboende eldre
- Middag for hjemmeboende eldre
- Institusjonsarbeid
- Sangkafé
- Fallforebyggende grupper





Miljøpatruljen



- BUA Ringerike
- Håndarbeid i skolen
- Natteravn
- Flerkulturelle grupper
- Språkkafé
- Lydavis
- Matutdelingen



Torsdager deles det ut overskuddsmat på Hønefoss skole.



Frivillige aktiviteter



Foto: Anne Gro Christensen, Ringerikes Blad



Utsagn frivillige:



- «Jeg er interessert i å hjelpe andre. Har tid og føler meg frisk og rask og får gode tilbakemeldinger fra folk som er takknemlige.»
- «Du gir og du får, ikke minst får.»
- «Jeg har en del tid til overs og er glad i mennesker, så det skulle bare mangle.»





- Håndarbeidsgruppe
- Bridgeklubb
- Engelskgruppe
- Lesering
- Mimregruppe
- Historiegruppe
- Singelgruppe



- Temakafé
- Pustegruppe
- Livsmestrings-
gruppe
- Trimgrupper
- Kul-tur





Foto: Knut Andreas Ramsrud, Ringerikes Blad

Aktivitetsgruppen møtes hver torsdag.





- Salg batterier høreapparat
- Salg håndarbeider
- Fukt- og bærformidlig
- Advokatrådgivning
- Julegaveinnsamling
- Båtvettundervisning i skoler
- Ti-på-topp-turer





Takk for oss!

