

NYHETSBREV

RAUMA FRIVILLIGSENTRAL



Utgave nr. 8 / April 2025

HEISANN HOPPSAN!

April har kommet og påska er rett rundt hjørnet. Den siste tiden har gått til mye forskjellig. Blant annet har vi skaffet et lydanlegg som enkelt kan lånes ut til gratis til lag og foreninger. Vi har kommet godt i gang med å planlegge Den Kulturelle Spaserstokken, og også i år håper vi på et variert og spennende kulturtilbud for eldre i Rauma. Vi jobber stadig for å skaffe flere frivillige - blant annet til Møteplassen og Sterk & Stødig. I tillegg så har besøkstjenesten så smått begynt å komme i gang igjen. Alt kan du lese mer om videre i nyhetsbrevet.

I tillegg så har flere lag og foreninger vært i kontakt med Frivilligsentralen for å få hjelp og støtte til å søke tilskuddsmidler. Det er alltid like spennende å få høre fra frivilligheten og få et innblikk i noe av det som rører seg rundt omkring i lag og foreninger. Håper dere fortsetter å ta kontakt!

**Beste hilsener fra Rauma
Frivilligsentral!**



«MÅNEDENS HATTELØFT GÅR TIL...»

.. Kristine Wagelid og et helt nystartet tilbud! Tidlig i vinter bestemte Kristine seg for å starte opp barnegym – et tilbud for alle mellom 0-5 år. Tanken bak tilbudet er at det skal være en møteplass for barn med familie der barna kan få være aktive og leke sammen i en gymsal. Hver tirsdag fra klokken 16.30-1800 kan alle som ønsker møte opp for frilek og aktivitet i gymsalen på Åndalsnes samfunnshus. Kristine kommer fra Lakselv og har selv vokst opp med et slikt tilbud. Hun har dermed hatt et stort ønske å ha et lignende tilbud også her i Rauma. Allerede de første gangene barnegym ble gjennomført møtte det opp over 30 stykk og Kristine har fått mange positive tilbakemeldinger fra familier om at dette er et tilbud mange vil sette pris på og benytte seg av. Nå kan mye tyde på at barnegymmen i Rauma har kommet for å bli

**Barnegym er en
god møteplass
for hele familien.**



**Tusen takk
Kristine!**



«GRATIS LYDANLEGG?»

JA, DU HØRTE RIKTIG!

Frivilligsentralen har skaffet et helt nytt lydanlegg. I tillegg har vi mikrofon og teleslynge som kan kobles til lydanlegget. Lydanlegget gir god lyd for både tale og musikk. Det har nok effekt til et rimelig stort lokale, og til mellomstore arrangement utendørs. Anlegget har batteribackup som gjør at anlegget kan brukes uten tilgang til strøm inntil 6 timer. Anlegget er fleksibelt, og krever svært lite teknisk innsikt ved bruk og montering.

Alle frivillige, lag og foreninger kan låne dette gratis.

Det er bare å ta kontakt om du ønsker å låne!



Bruk av kommunens arealer i sentrum: Rådhusplass/torg og torgplasser i gågata

Kommunen har et håp om å få kulturen ut i gatene denne våren, sommeren og høsten. Jeg ønsker derfor å bruke nyhetsbrevet for å spre informasjon om bruk av torg og gågate, og forhåpentligvis få til mye bruk i månedene framover.

- ALLE lag, foreninger og andre ikke-kommersielle kan bruke både torget og gågata på Åndalsnes GRATIS så lenge de booker seg plass.
- Åndalsnes sentrum har 3x3 telt som kan lånes ut hvis de ønsker det. Her har de ansvar for å sikre teltene tilstrekkelig. Dette er også gratis.

Det hadde vært bra for både kommunens arealer og kulturlivet at de offentlige rommene hadde blitt brukt mer. Tenk om vi kunne fått til noe de aller fleste lørdagene i de beste værmånedene. Det er ikke sikkert fellesferien er så enkel, men mai-juni og august-september er også fine måneder i sentrum.

Ta kontakt med Eivind Myklebostad og Line Horvli som har booking-kalender i Teams. Da hindrer vi dobbeltbookinger av arealer i sentrum.



SPAREBANKTIFTELSEN SMN STØTTER FRILUFTSLIVETS ÅR 2025!

I 2025 er det duket for feiring av naturen og friluftslivet når lag og foreninger over hele landet inviterer flere med ut på tur. Sparebankstiftelsen SMN støtter opp om dette gode formålet!

Dere kan nå søke om støtte til konkrete aktiviteter som må gjennomføres i løpet av 2025. Dere kan også søke om støtte til investeringer knyttet til friluftsliv.

For mer informasjon: [Årets formål 2025 - SMN](#)

PÅSKEFERIEN HJEMME?

[Bli med og feire påske hjemme - Friluftslivetsår:](#) Her kan du finne mange gode tips til aktiviteter man kan gjøre hjemme.

[Aktivitetskalender - Friluftslivetsår:](#) I tillegg så har Friluftslivets år har en egen aktivitetskalender. Her kan alle lag, foreninger, organisasjoner, kommunen eller privatpersoner legge inn planlagte aktiviteter. En super måte å markedsføre sine aktiviteter, i tillegg til at dette er inkluderende.



Bli med på Verdens Aktivitetsdag 8.mai!

Det blir en dag fylt med aktivitet, bevegelsesglede og sosialt samvær. Det blir enkle og tilpassede aktiviteter for alle, uansett alder og nivå. Ta med barnehagen, skoleklassen, familie, venner og godt humør! Arrangementet er gratis, og alle er hjertelig velkommen.

For mer informasjon: [\(1\) Verdens aktivitetsdag](#)

DNT Romsdal



BESØKSVENNTJENESTEN

NOEN VIL BESØKE DEG!

*I samarbeid med Røde Kors har vi en
besøksvenntjeneste.*

*Det er frivillige som ønsker å bruke tid på andre
mennesker. Det kan være alt i fra å ta en kopp
kaffe, lese avisen sammen, gå på teater, kjøretur,
eller bare rusle en tur.*

*Vet du om noen som ønsker å være besøksvenn?
Eller kanskje du vet om noen som ønsker besøk?*

*Da kan du ta kontakt med
Helene Birkeli
Tlf: 91 73 31 87*



MIDLER TIL SENIORER 60+

«Hva kan det brukes til?»

Nordenfjelske bykredits stiftelse har tildelt Frivilligsentralene i Romsdal og på Nordmøre **kr 3.113.480** til prosjektet **Aktiv 60+** i 2025. Rauma frivilligsentral sin andel av tilskuddet er kr. 218.820,-.

Disse midlene er øremerket:

- 4 turbenker som skal plasseres rundt omkring i kommunen
- utstyr og aktivitet for fysisk aktivitet for målgruppen.
- utstyr, instruksjon og drift av kurs og opplæringstiltak for målgruppen.
- stimulering av frivillige ressurser tilknyttet frivilligsentralen.

Har du ideer/forslag til hvordan disse midlene kan brukes? Ta gjerne kontakt!

NORDENFJELSKE
Bykredits Stiftelse





DEN KULTURELLE SPASERSTOKKEN

Vi har fått tildelt midler fra Fylkeskommunen som skal brukes til kunst- og kulturformidling tilpassa eldre. Det er Frivilligsentralen som drifter dette tilbudet. Mange av arrangementa vil skje i forbindelse med dagtilbudet Møteplassen, men noe vil også foregå på Kulturhuset og rundt omkring på flere av omsorgssentrene. Målet er at alle eldre i kommunen skal få et variert og spennende kulturtilbud.

Neste arrangement i forbindelse med den kulturelle spaserstokken er

TORSDAG 15.MAI – KULTURHUSET – TEATER

*For mer informasjon: **(1) Teater: Skam deg, Mayliss | Facebook***

Jeg ønsker at dette tilbudet skal nå ut til så mange som mulig.

Dersom du vet om noen som ønsker mer informasjon om den kulturelle spaserstokken, så be de ta kontakt med Frivilligsentralen!



TIPS til hvor du kan finne aktuelle tilskuddsordninger:

1. [Tilskudd.no](https://tilskudd.no) – Statlige tilskudd til frivillige organisasjoner (dfo.no)



2. [Tilskuddsportalen](#)



CLICK HERE

Det var alt for denne gang

Ønsker dere alle en riktig god påske!



GOD PÅSKE

Mvh Helene Birkeli

Mail: helene.birkeli@rauma.kommune.no

Tlf: 91 73 31 87