



Årsberetning 2022

Lambertseter Frivilligsentral

Bydel Nordstrand har nær 53 000 innbyggere. Befolkningsfremskrivninger viser en antatt stor økning av andelen eldre i de kommende tiårene, opptil det tredobbelte i andel som blir over 90 år. "Naturens gang" medfører aldersrelaterte sykdommer og behovet for tjenester utført av hjemmesykepleiere, hjemmehjelpere og yrkesgruppen ergo- og fysioterapeuter er allerede stor. De etterspør våre frivilliges omsorgstjenester i "sitt kjølvann". Rekruttering av flere frivillige er nødvendig og også fordi vi opererer mer etter hvert like mye i Nordstrandsområdet som på Lambertseter så besluttet vi i 2022 å registrere nytt navn til Lambertseter-Nordstrand Frivillighetssentral. Viktig ellers i 2022 er at det er inngått en intensjonsavtale med Sykehjemsetatens nye "Lambertseterhjemmet", dit vi flytter vår base våren 2023. Der skal våre frivillige bidra med omsorgstjenester, miljøskapende virksomhet. Det blir konserter, foredrag og sosiale sammenkomster. Også nabolaget vil bli ønsket velkommen til en bistro og terrassen utenfor som møteplass.

Følgetjeneste til behandling

Det ble gjennomført 139 følgetjenester i 2022 mot 171 ganger i 2021. Det er bydelens hjemmesykepleie som spør oss om å utføre oppdragene. Det handler om at en frivillig kommer hjem til noen for å bistå en bruker i pasientreisebil til lege, sykehus, tannlege, behandlinger, røntgen etc. Det gjelder i hovedsak de som ikke har nære pårørende om makter å ta seg av dette.



Tur- og besøktjeneste

Vår sentral hadde 22 frivillige som var tur- og besøksvenner for til sammen 33 brukere i 2022, på oppdrag fra ergo- og fysioterapeutene i bydelen. 97 år gamle Aase bor på Lambertseter og har Kari til å hjelpe seg. Aase er veldig innstilt på å bo hjemme i sin leilighet så lenge som mulig, men som nesten helt blind og döv trenger hun både hjemmehjelp fra bydelen og frivillige til å hjelpe seg. Vi ser her Aase og frivillighetssentralens Kari holde på med brevgiroer og så skrives handleliste før Kari skal ut for å handle for Aase.



Fallforebyggende tiltak innen- og utendørs

Innendørs dreier tilbudet seg om fallforebyggende tiltak som ergo- og fysioterapeuter bestiller. Det er fra oss gratis tjenester, også selve støttehåndtaket, opprydding i «ledningsrot», skiftning av lyspærer og lysstoffrør og røykvarselbatterier i taket. Som fallforebyggende tiltak skaffer også frivillige rullatorer, rullestoler, krykker og limer dobbeltsidig tape under ryer og tepper eller fjerner dem.



Utendørs har mange på Nordstrand vanskeligheter med å få hentet post, aviser og å gå ut med avfall til søppelkasser ved porten, særlig når det er glatt. På vinterstid kan brukere eller hjemmesykepleien be om at det blir levert strøsingel og fjerne brøytekanter i porten som er til hinder for at de får parkert nær den de skal yte hjemmebaserte helsetjenester til. Våre frivillige fjerner den hindringen og lager også en gangsti videre til døren.

Møteplasser, sosiale samvær og turer i 2022

Vi har i 2022 hatt basen vår og et lite kafétilbud fra mandag til og med lørdag, som vanlig siden 2008, i Kirkestua i Lambertseter kirke. Der arrangerte vi også flere "Lørdagshygga" gjennom året, 2. juledagstreff, "påskelunsjen" og andre sammenkomster. Og 12. juli var 35 deltakere, de fleste var de som vanker hos oss til daglig, på en busstur til Mo gård ved Røyse der Beate Mo (bildet) forteller om dikterpresten Jørgen Mo som vokste opp der. Turen gikk videre til kjøpesenteret Granstunet til lunsj og hyggeprat. Fire ganger ellers sommeren 2022 kjørte frivillige med våre faste "vankere" på bilturer til Plantasjen og til eldresentere i nærheten når de holdt åpent sommeren 2022.



Lambertseter frivilligsentrals (LFS) årsberetning for 2022

1. Vårt utgangspunkt i 1991 – utvikling av vedtekter som fortsatt gjelder

Stiftelser får sine vedtekter godkjent av Stiftelsestilsynet. Vår sentrals vedtekter har i § 1, formålet, lagt mest vekt på hjelpe- og omsorgstjenester utført av frivillige. Vi bygger på ILO-konvensjonens definisjon av begrepet som er internasjonalt anerkjent ved at frivillighet er ikke-obligatorisk arbeid, det vil si den tiden en person bruker på å utføre en eller flere aktiviteter - enten gjennom en organisasjon, eller direkte overfor andre utenfor egen husholdning - uten å ta betalt. Lambertseter Frivilligsentral følger ILO-konvensjonens definisjon av begrepet frivillighet.

Vi har i vedtektene våre i hovedsak to satsingsområder. Det ene er å supplere den hjemmebaserte tjenesten med innbyggertjenester til brukere som har betydelige funksjonsnedsettelse. Det andre hovedområdet i formålet er de frivilliges miljøarbeid og omsorgstjeneste på sykehjem. Vedtektene våre er blitt presisert sterkere i de senere år på disse to hovedområder fordi den eldste andel av befolkningen øker sterkt så derfor er det helt i samsvar med årsaken til at Norges Røde Kors i 1990 tok initiativet overfor Oslo kommune, bydel Lambertseter, om i fellesskap å starte Lambertseter Frivillighetssentral, den første frivillighetssentral i Norge som startet opp som prøvesentral.

2. Utviklingen fra 2005 - regjeringen flyttet ansvaret for frivilligsentraler til Kulturdepartementet

Vår sentral ble en stiftelse fra og med 1995, etter å ha vært en av landets prøvesentraler fra starten i 1991. Den ble evaluert før Stortinget i 1994 vedtok frivillighetssentraler som en statlig støttet ordning, sak nr. 16 1993/1994. Avd. Frivillighetens Samarbeidsorgan (Frisam) under det som nå heter Helse- og omsorgsdepartementet (HOD) fikk ansvaret for å utforme retningslinjer for hvilke innbyggertjenester som frivillighetssentraler skulle vektlegge. De utformet også rapporteringsrutiner. Ved evalueringen av prøvesentralene før stortingsvedtaket var det konstatert at slik Lambertseter-sentralen ble driftet var slik det var ønsket at frivillighetssentralers innbyggertjenester skulle tilbys fra 1995 som supplement til de lovpålagte helsetjenestene ved den hjemmebaserte tjenesten i hele landet.

Å få retningslinjer og bli innrømmet statlig tilskudd ble imidlertid av daværende regjering flyttet fra helse- og omsorgssektoren til kulturministerens område i 2005 og Kulturdepartementet (KUD) meddelte frivillighetssentralene nye retningslinjer. Begrunnelsen var at det etter kulturministerens inntrykk i de første 10 år hadde vært et prosjektrelatert kontroll- og rapporteringsregime som hadde styrt frivillighetssentralene. Navnet frivillighetssentraler ble endret til frivilligsentraler, Frisam ble lagt ned og forskriftene sier nå at hver enkelt frivilligsentral skal opprette sitt eget rådgivende organ med deltakelse fra alle lag og foreninger i sitt område. Det som virksomheten i sentralene i hovedsak skal dreie seg om ifølge Kulturdepartementets forskrifter fra og med 2005, bekreftet i 2022, er å tilby en møteplass for vanlige innbyggere, medlemmer av lag og foreninger og ansatte i kommunene.

Lambertseter Frivilligsentral har imidlertid ikke på noe tidspunkt endret sine vedtekters formål i samsvar med Kulturdepartementets forskrifter. Tvert imot er de blitt mer rendyrket på at frivillighet er slik ILO definerer den som nevnt i denne årsberetningens punkt 1, nemlig at frivillighet etter våre egne vedtekters formål er at frivillighetssentralers samfunnsoppdrag er som opprinnelig fra 1995, under Helse- og omsorgssektoren i staten og kommunene, å yte hjelpe- og omsorgsrelatert innsats for andre mennesker.

3. Daglig leder og styrets arbeid

Vår sentrals daglige leder og styrets viktigste oppgave er kontinuerlig å ha egnede ressurser nok til å supplere den hjemmebasert tjeneste med de lovpålagte tjenestene som også vedtektene våre tilsier. Vi rekrutterer til våre oppgaver gjennom informasjon i lokalpressen, digitale rekrutteringsmetoder, gjennom vår hjemmeside på nettet og andre tilgjengelige metoder. Vårt bindeledd til kommunen, dvs. Oslo kommune bydel Nordstrand, utgjøres for det meste av samarbeid med avd. Mestring og omsorg i bydel Nordstrand, med dagsenteret og avdelingene på Nordseterhjemmet og inn i 2023 også det nye Lambertseterhjemmet. Foreningslivet i en by som Oslo driftes for det meste ”profesjonelt”, der særlig idretten i vår bydel har egne lønnede administrasjoner og trenere. De forholder seg i liten grad hverken til bydelsadministrasjonen eller oss. Vårt samarbeid med den frivillige sektor lokalt har derfor også i 2022 begrenset seg til sporadisk å ta kontakt med Lambertseter Ungdomskorps, Karlsrud skoles korps, Lambertseterskolenes kor, Lions, Foreningen for Lambertseter gård og andre om enkeltarrangementer som det er naturlig å samarbeide om. Vi over ingen innflytelse på hverandres virksomhet ellers i den store bydel Nordstrand med 53 000 innbyggere.

4. Oppdrag oppgitt i tabellfremstilling, hhv. en-til-en-tjenesteyting og tilbud til grupper

Frivillighetens Samarbeidsorgan (Frisam) utviklet i 1995 en årlig rapportering fra frivillighetssentraler. Det ble oppgitt hva slags og i hvilket omfang innbyggertjenester ble utført. Ved å få slik konkret informasjon fikk de bedre grunnlag for å kunne vite at frivilligsentraler utførte samfunnsoppdraget sitt. Mottak av slik informasjon ga et godt inntrykk av aktivitetsnivået slik at å motta statlig tilskudd lettere kunne ses at var berettiget.

Kulturdepartementet forlot det kravet mht. rapportering men vi har opprettholdt den, også fordi det lokalt i vår bydel har vært et ønske som Helse- og sosialkomiteen fremmet som nødvendig informasjon for sin del.

Rapporteringen er delt mellom en-til-en-tjenester og tilbud til grupper av innbyggere i bydelen.

Oppdrag/aktivitet en-til-en-innbyggertjenester	År 2022	Antall frivill. i oppdrag 2022	År 2021
Tur- og besøkstjenester (ukentlige turer/besøk)	33 brukere	22 frivillige	29 brukere
Følgetjeneste til lege, sykehus, røntgen, tannlege etc.	139 oppdrag	12 ”	171 oppdrag
Handle på apotek reseptbelagte medisiner/fullmakt	19 ”	4 ”	12 ”
Hjemmetilsyn av sengeliggende/avlastning pårørende	6 ”	2 ”	6 ”
Handle dagligvarer til hj.sykpleieres tjenestemottakere	147 ”	3 ”	101 ”
Fallforebyggende praktisk bistand på oppdrag fra ergo- og fysioterapeutene i bydelen Oppsett av 86 støttehåndtak i 49 leiligheter, 5 Gripo-stenger, satt opp 3 gelendere, bygd to rullestolramper, fjernet 3 terskler, byttet 12 lysstoffrør, 10 lyspærer i taket, 3 batterier i røykvarslere. Fjernet ”fallfeller” i hjemmet.	186 ”	6 ”	156 ”
Fallforebyggende – leveranser av hjelpemidler på oppdrag fra hjemmetjenesten Leverer rullatorer, rullestoler, dostoler, toalettforhøyere, dusjstoler, krykker, fjerne snøbrøytekant/ strø singel/ levere strøsingel i sekker. Leverer /selge brodder som sklisikring	103 ” 12 ” 4 ”	5 ” 4 ” 1 ”	87 ” 6 ” 6 ”
Transp. ved flytting til sykehjem, bortkjøring avfall	26 ”	3 ”	12 ”
Andre ”service”-tjenester til hjemmeboende Ikke-relevante for ” å kunne bo hjemme så lenge som mulig”, såsom pusse vinduer, rep.radioer, kjøpe juletre, pynte til jul, sette opp hyller, reparere møbler, etc.	108 ”	3 ”	36 ”
Hjelp med brev fra off. etater etc. og bet. av regninger	50 ”	4 ”	12 ”
Skaffe gratis mat til vanskeligstilte hver 14. dag.	3 brukere	2 ”	4 brukere
Installasjon/brukerbistand telefon, TV/Get-bokser etc.	68 oppdrag	2 ”	56 oppdrag
Faglig basert språkundervisning til hjemmesykepleiere	30 ”	1 ”	60 timer
Støtteundervisning, også digitalt, for unge studenter med flyktningbakgrunn	18 ”	1 ”	85 oppdrag
Leksehjelp fremmedspråklige barn. På Deichman i 2021	16 ”	1 ”	14 ”
Kjøreundervisning, med unge med flyktningbakgrunn	5 ”	1 ”	0 ”
Integrasjonsrelevant virksomhet, kvinnekafé etc.	22 ”	2 ”	12 ”
Ordne matbestilling til vanskeligstilte hver uke	10 ”	1 ”	0 ”
Innbyggertjenester / arr. / tilbud for grupper	År 2022	Ant. Frivill. i oppdraget	År 2021
Kontor- og telefonisk tilgjeng. for mottak av oppdrag.	320 dager	2 på skift	320 dager
Møteplass Lambertseter kirkestue og i partytelt sommerstid . Holder åpent mandag til lørdag kl. 11- 15, inkl. romjul, hele juli og påsken.	300 dager	4 frivillige	260 dager åpent, færre pga. korona
Tur for dagsenterbrukere til Oslo bymuseum.	1 tur	3 ”	1
Tema/underholdningsarr. i regi av Lamb. Eldreforum	2 arr.	14 ”	1
”Lørdagshygga” for eldre med underholdn. servering.	3 arr.	8 ”	6
2. juledagssammenkomst middag og underholdning .	1 arr.	6 ”	1
”Romjulshygga” 30. des. underholdning/servering.	1 arr.	8 ”	0
Sommerturer med turbuss 12. juli til Røyse/Hadeland	1 tur	4 ”	1
Sommerturkjøring i frivilliges biler til eldrester som er sommeråpne og en tur til Plantasjen	4 turer	6 ”	4 turer
Tur med Nordseterhj. Dagsenterbrukere til bymuseet	1 tur	2 ”	1 tur
Transport av eldre og uføre til koronavaksinering.	4 turer	2 ”	31 turer
Barnetog 16. mai med barnehagebarn og 1. klassebarn.	1 tog	7 togvakter 2 i basen	0 tog (Koronaår)

5. Årsregnskapet, personalutgifter og fremtidsutsikter

I henhold til retningslinjer for stiftelses årsberetninger skal det redegjøres for det ovenstående.

5.1 Årsregnskap 2022 - generelle kommentarer

Fra driften, inkl. finansinntekter, ble resultatet pluss kr. 24 085,-, (minus kr. 17 481 i 2021) . Plussresultatet skyldes i hovedsak mindreforbruk av overførte midler fra ”Martha Larsen” arvekontoen til driftskonto i forhold til budsjettet. Når det gjelder balansen henvises det til note 4, der den aksjeposten det dreier seg om, er i realiteten om en verdiløs gave pga. Ekebergveien 243 AS sine vedtekter. Den eneste anvendelige egenkapital utgjøres av arvebeløpet avsatt på egen konto. Åpningsaldoen var i 2011 kr. 914 000. Testamentet bestemmer at midlene kun skal benyttes på tiltak for vanskeligstilte mennesker og det har vært eldre på dagsenter og sykehjem og på barn som barnevernstjenesten velger ut. Planer for anvendelsen og sluttrapportering blir godkjent av en av arvelater Martha Larsen slektninger. Restbeløpet er per 31.12.22 er kr. 121 558,34 (kr. 180 221 per 31.12.21) Vi kan altså ikke anvende disse midlene på vanlige drifts- /personalutgifter. Det betyr at andre inntekter må betjene det når de arvede midlene tar slutt.

Av utgifter peker vi spesielt på at en post imøtekommer de nye forskriftenes formulering ”at det skal stimuleres til frivillig innsats”. Det ble anvendt kr. 42 891,- (kr. 32 269,- i 2021) på velferdstiltak og samhörighetsskapende tiltak som stimulansfaktorer til våre aktive frivillige. Det var i form av temamøter med derpå følgende sosiale samvær, julebord på Lambertseter gård, blomst-julegave, samt sponing av frivillige som var med på sommerturer og fellesarrangementer. Slik stimuleres til frivillig innsats slik det også skjedde da Frisam ba i sine rapporteringskrav om å få konkret oppgitt hvor mye det ble ytt midler på ”stimulans til frivillig innsats” frem til 2005.

5.2 Lønnsutgifter og godtgjørelser til styret.

Vår sentral har kun en ansatt i 100% stilling, slik det er iht. Kulturdepartementets nye forskrifter, gjeldende fra 1. august 2022, et krav å ha. Årslønn til daglig leder var i 2022 kr. 399 325, inkl. kr. 49 225 i feriepenger, etter fradrag av premie for tjenestepensjon som lønnstaker betaler av sin bruttolønn. Det er ikke betjeningsevne til å lønne på et høyere (normalt) nivå, jfr. punkt 5.3 om de økonomiske fremtidsutsikter.

Det utbetales ikke styrehonorarer i LFS og iht. vedtektene skal styremedlemmer komme fra de aktive frivilliges rekke og kan derfor også ”honoreres” med kun velferdstiltak.

5.3 Fremtidsutsikter: Iht. økonomiske forutsetninger

I direkte tilknytning til foregående punkt 5.2 skal det først sies at styret anser det for riktig at honorering for daglig ledelse holdes på et moderat nivå i en humanitær organisasjon som vår der frivillige er ulønnede arbeidstakere. Det er likevel ikke tilfredsstillende, og gir usikre fremtidsutsikter mht. nyansettelse av daglig leder at det ikke er mulig å tilby vedkommende en normal årslønn. Grunnet i at den bevilgning vi får fra Oslo kommune har stått på samme nivå i sju år. Av den grunn har vi også problemer med da å oppnå 40% lokalt av budsjettet, slik kravet er i henhold til nye forskrifter fra KUD. Hovedproblemet vil da ligge i at etter KUD sine nye forskrifter så skal de lokale inntektene i budsjettet minst utgjøre 40% forholdsvis av hva 60% utgjøres som statens tilskudd.

5.4 Fremtidsutsikter og fortsatt drift basert på egne vedtekters formål

Våre frivillige utfører i henhold til våre vedtekters formål åpenbart nødvendige samfunnsoppdrag som tilsier gode fremtidsutsikter, slik vi søker å rekruttere flest mulig dedikerte frivillige til hjelpe- og omsorgsvirksomhet for mennesker med sykdom og funksjonsutfordringer. Dette ikke minst fordi alle prognoser viser at andelen av de eldste eldre i samfunnet blir doblet i de kommende år, de aller eldste nesten tredoblet, og dette betyr store utfordringer for hjemmesykepleien, ergo- og fysioterapitjenesten. Vi sier gjerne at vår oppgave er å komme som supplement til deres faglig utførte helsetjenester med våre dedikerte frivillige i deres ”kjølvann” med hjelpe- og omsorgstjenester. De som er ansatt i 1. linjen overfor de med størst funksjonsutfordringer, og som da trenger deres tjenester mest, ønsker vi derfor å supplere med våre frivilliges tjenester. Vi har et fantastisk godt samarbeid med de operative innen hjemmebasert tjeneste overfor brukerne, en anerkjennelse som vi har glede av at er gjensidig. Slik sett har vi med våre innbyggertjenester viktige fremtidsoppgaver foran oss.

5.5 Forurensning av ytre miljø, arbeidsmiljø, arbeid for likestilling og motvirkning av diskriminering

Iht. retningslinjene for hva en stiftelses årsberetning også skal inneholde vil styret uttale seg slik: Styret mener at selskapets virksomhet ikke forurenser det ytre miljø. For vår ene ansatte er arbeidsmiljøet tilfredsstillende. Mht. arbeid for likestilling og motvirkning av diskriminering er ikke det, med vår ene ansatte, en aktuell problemstilling i vår virksomhet.

! ! LFS takker ! !


Styret takker først og fremst alle aktive frivillige i Lambertseter Frivilligsentral som stiller opp etter evne, egen kapasitet og lyst i frivillighetsinnsats for andre mennesker. Målsettingen er å oppfylle våre vedtekters formål med flest mulig dedikerte frivillige samtidig som begrepet "Frivillighet lever av lyst og dør av tvang" ivaretas i innsats for andre mennesker.

Vi takker også igjen for eksistensen av "Martha Larsen"-arven som har kommet til nytte også i 2022 ved å benytte de midlene til kjøp av støttehåndtak, kompensere frivillige for deres bilbruk i oppdrag. De arvede midler etter henne er også brukt til busstur, omvisning og servering for Nordseterhjemmets dagsenterbrukere på bymuseet og til idrettsutstyr til økonomisk vanskeligstilte barnefamilier.

Vi setter også veldig stor pris på det gode samarbeidet vi har mht. oppdragsutførelse for brukere av hjemmesykepleien, fysio- og ergoterapitjenesten i bydel Nordstrand som er oss om at frivillige skal følge til lege/sykebus, røntgen, fysikalsk behandling, om å stille med tur-/besøksvenner og om å utføre fallforebyggende tiltak som å skaffe hjelpemidler, montere støttehåndtak, utføre stroing på glatt føre etc.


Til sist takker vi for den positive atmosfæren gjennom drøftelsene med Sykehjemsetaten og ledelsen ved det nye Lambertseterhjemmet gjennom 2022, dit vi flytter våren 2023 for å fylle på med enda flere oppgaver som er nedfelt i våre vedtekters formål. Det handler om å bidra med trivselsfremmende tilbud til beboere og også hjelp hjemme hos deres pårørende, slik det fremgår av en intensjonsavtale som er inngått med dem.

Oslo, 31. mai 2023


Meinolf Müller, styreleder


Arild Rebbeng, nestleder


Trond Løfgren, styremedlem


Kjell Bergan, styremedlem


Adelsøn, daglig leder