



2023


FRIVILLIGCENTER
& SELVHJÆLP GENTOFTE

Årsberetning

Hellerupvej 24, 1. sal
2900 Hellerup
Tlf.: 39404648
CVR: 33439938



Indhold

Årsberetning.....	0
<i>Kære læser.....</i>	<i>- 2 -</i>
<i>Nyt fra sekretariatet</i>	<i>- 4 -</i>
Året der gik	- 4 -
Kulturhuset Byens Hus	- 4 -
<i>Kerneopgaverne.....</i>	<i>- 5 -</i>
Vores indsatser	- 5 -
Henvendelser	- 6 -
Kommunikation	- 7 -
<i>Foreningsservice.....</i>	<i>- 9 -</i>
Synlighed og formidling	- 9 -
Socialkompas	- 9 -
Arrangementer.....	- 10 -
<i>Frivilligformidling.....</i>	<i>- 13 -</i>
<i>Projekter</i>	<i>- 14 -</i>
VELUX-projektet.....	- 14 -
Ukraine/Flygtningeindsatsen.....	- 15 -
Ungeindsatsen	- 17 -
<i>Selvhjælp.....</i>	<i>- 20 -</i>
<i>Aktiviteter.....</i>	<i>- 22 -</i>
Spiseselskabet	- 22 -
Anonym juridisk og økonomisk rådgivning.....	- 22 -
<i>Organisation og økonomi.....</i>	<i>- 24 -</i>
Medlemsforeninger	- 24 -
Økonomi.....	- 26 -
Generalforsamling	- 27 -
Bestyrelse	- 27 -
Medarbejdere.....	- 28 -

Kære læser

Det er ganske overvældende at se tilbage på året 2023. Det har været et spændende og udfordrende år, hvor udgangspunktet har været videreførelsen af alle vores kendte aktiviteter, men hvor dagligdagen hurtigt blev præget af nye udfordringer og igangsætning af nye initiativer, så vi ved udgangen af 2023 står stærkere end nogensinde med vores tilbud om hjælp til udsatte borgere, unge som ældre. Det er fællesskabet og samarbejdet med alle vores frivillige og det udbyggede samarbejde med Gentofte Kommune, som både giver inspiration og skaber resultater i arbejdet. Men uden støtte fra vores sponsorer og en formidabel indsats fra vores sekretariat, under ledelse af Leyla, havde vi ikke kunnet præstere de resultater, som fremgår af denne Årsberetning 2023. En stor tak til alle for både støtte og indsats.

Hele året er udbygningen af "Byens Hus" fortsat med etablering af flere værksteder og dermed endnu flere tilbud til borgerne. Parallelt hermed er vores samarbejde blevet yderligere styrket, hvilket kom til udtryk i begyndelsen af året med indførelsen af et fælles medlemskab af Frivilligcentret og Foreningen Kulturhuset Byens Hus og opstart af et fælles bookingsystem.

Traditionen tro har Frivilligcentret deltaget i en lang række af Gentofte Kommunes aktiviteter i årets løb: Aktive Forårsdage; Kultur og Festdage; Gentofte Mødes; Rådhusdagene; Frivillig Fredag; Gentofte Natten samt Julemarked på Gentofte Rådhus. Tak til alle deltagere, ikke mindst de frivillige, for at vi kan være aktivt til stede ved disse arrangementer.

Vi har iværksat mange nye initiativer og aktiviteter i årets løb, her kan nævnes nogle få: Vi fik, som nævnt tidligere, igangsat processen med at få et Socialkompass til Gentofte. I foråret åbnede vi også for anonym økonomisk rådgivning, så vi nu tilbyder både anonym juridisk og økonomisk rådgivning. Vi har arbejdet videre med vores handicapindsats for at støtte borgere med handicap og få dem ind i nye fællesskaber.

I 2023 har vi fortsat vores Flygtningeindsats, især over for ukrainske flygtninge, og vi fik etableret flere gode aktiviteter og tilbud for flygtninge i kommunen.

Samarbejdet med det Boligsociale område i Gentofte Kommune er fortsat i 2023 og blev udvidet med sommeraktiviteter for nogle af de mest udsatte børn. Vi påbegyndte også et samarbejde med Gentofte Kommune omkring et nyt, civilt initiativ mod børnefattigdom. Vi har i fællesskab udviklet indsatser og understøttet fattige børn og udsatte familier til gavn for nogle af de svageste i kommunen.

Selvhjælpsområdet har ligeledes fyldt meget i årets løb. Vi har videreført en lang række grupper og har herudover kørt to projekter med temaerne sorg og ensomhed i regi af Frivilligcenter & Selvhjælp Danmark (FriSe). Vi har fortsat arbejdet med at skaffe en fast finansiering til Selvhjælp og kan se lys forude.

I september fejrede vi Frivillig Fredag, hvor frivilligheden blev hyldet over hele landet. Med særlig støtte fra Gentofte Kommune arrangerede vi aktiviteter i Byens Hus og flere andre steder i kommunen. Det var en hyldest til de frivillige, der hver eneste dag gør en forskel for deres sag og deres medmennesker. Her hos os var det en ganske særlig dag. Højdepunktet var overrækkelsen af Frivilligcentrets Frivilligpris til 'Årets Frivillig' i Byens Hus. Arrangementet var en stor succes, og vi er stolte og taknemmelige over, at borgmester Michael Fenger foretog overrækkelsen af prisen, noget vi håber kan blive en tradition. Arrangementet sluttede med fællesspisning i Byens Hus.

Til sidst skal der rettes en samlet tak til alle involverende, de fantastiske frivillige, sekretariatet under Leylas kyndige ledelse, Gentofte Kommune med deres dygtige medarbejdere, alle vores andre samarbejdspartnere og vores sponsorer, ikke mindst Metro Schrøder Fonden. Uden jeres indsats og det fællesskab den har medført, havde vi ikke kunnet opnå de gode resultater, som vi alle kan være stolte af.

Dette var en smagsprøve på, hvad I møder på de efterfølgende sider, så dyk ned i Årsberetningen 2023 og bliv inspireret til at være med fremover.

Rigtig god læselyst!

John Hebo Nielsen

Bestyrelsesformand

JHN04.04.2024

Nyt fra sekretariatet

I Frivilligcenter & Selvhjælp Gentofte (FCG) arbejder vi fortsat hver dag på at skabe de bedste betingelser for alle de borgere, der gerne vil yde en frivillig indsats, for alle vores mange spændende foreninger og for alle de borgere, der kommer og har brug for hjælp.

Året der gik

I begyndelsen af 2023 startede den nye Ungekoordinator, Line Kreibke, der har overtaget rollen efter Laura. Line har ansvaret for vores Ungeindsats og fortsætter arbejdet med de udsatte unge både i Frivilligcentret og ude hos vores samarbejdspartnere. Line er faldet hurtigt til i sin nye rolle og har etableret et stort netværk blandt vores samarbejdspartnere.

Efter det afsluttede VELUX-projekt om videre udbredelse af Hemingway-klubber i marts, har vi været så heldige at kunne beholde Charlotte. Hun har siden projektets afslutning arbejdet med fundraising, kommunikation og administration her på kontoret.

Kulturhuset Byens Hus

Byens Hus, hvor FCG bor, er Gentofte Kommunes kulturhus. Byens Hus er for alle borgere i Gentofte Kommune. Det er et kreativt hus, hvor der er plads til frivillighed, foreningsliv og kulturelle aktiviteter. I løbet af året er Keramikværkstedet i stuen og Træ & Metal værkstedet på 3. sal blevet en realitet.

På matriklen findes Foreningen Kulturhuset Byens Hus, Ung i Byens Hus, headspace og Frivilligcentret, flygtningeboliger, Gentofte Kommunes Udskolingshus samt en sportshal. Alle brugere samarbejder på tværs, så meget det er muligt og tænker hinanden ind i processer og aktiviteter, dér hvor det giver mening.

Frivilligcentret har indgået et samarbejde med Byens Hus om et samlet medlemskab og nyt bookingsystem, så foreningerne fremover får nemmere ved at booke lokaler. Derudover har Frivilligcentret deltaget i et forløb med tre workshops i efteråret 2023, hvor der var fokus på den fælles kernefortælling i Byens Hus, på tværs af "beboere", brugere og medarbejdere. Dette forløb skal munde ud i en ny, visuel identitet for Byens Hus, som skal kunne anvendes af alle aktører og arrangører i huset.

Vi glæder os til at fortsætte det gode samarbejde med Byens Hus og til at være med til at udvikle huset sammen, til gavn for borgerne i Gentofte Kommune.

Kerneopgaverne

Frivilligcenter & Selvhjælp Gentofte er til for at støtte, synliggøre og udvikle det lokale frivillige arbejde og foreningsliv, så det bliver til glæde og gavn for så mange og så forskellige mennesker som muligt. Derfor fungerer centret som et mødested for frivillige, foreninger og nye fællesskaber, men også som brobygger mellem foreninger, institutioner og virksomheder, der har en fælles interesse i at fremme frivilligheden i Gentofte Kommune.

Vores indsatser

Vi arbejder med følgende indsatser:

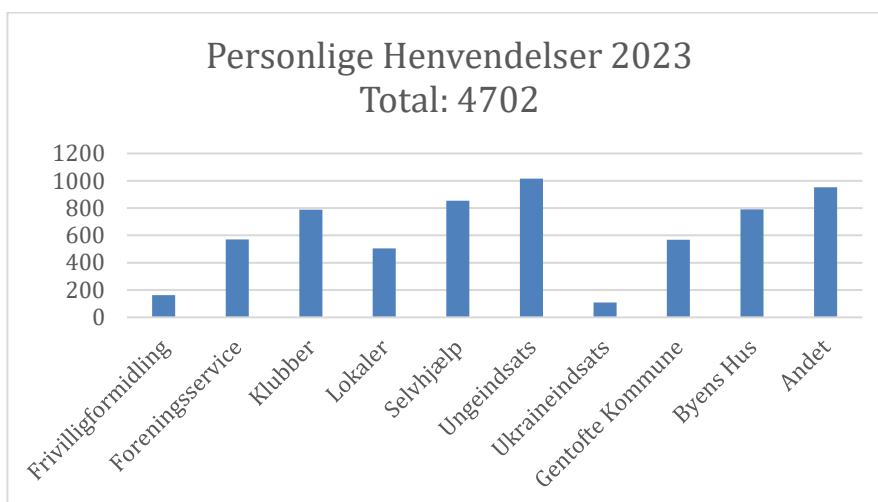
- Brobygning og etablering af netværk mellem Gentofte Kommune og sociale organisationer
- Frivillig rekruttering og formidling, hvor vi formidler ca. 120 borgere om året til frivilligt arbejde i kommunen
- Vi har mere end 100 frivillige, som er fast tilknyttet de forskellige aktiviteter i FCG
- Frivillig støtte og lektiehjælp til udsatte unge, vi hjælper ca. 60 unge om året
- Selvhjælpsgrupper, hvor der i gennemsnit gennemføres omkring 15 grupper, og mellem 80-100 borgere deltager i gruppeforløb pr. år
- Foreningsservice, med over 100 foreninger tilknyttet, som FCG rådgiver og servicerer
- Løbende opkvalificering og kurser til frivillige og foreningsmedlemmer
- Indsatser og aktiviteter for flygtninge i kommunen og samarbejde med de Boligsociale områder
- Koordineret indsats med civile initiativer og kommunale indsatser omkring børnefattigdom
- Anonym, juridisk og økonomisk rådgivning, med omkring 50 henvendelser om året
- Fællesspisning, *Spiseselskabet*, hver måned for 60 år+ enlige i kommunen
- Handicapprojekt for at understøtte borgere med et handicap med at få adgang til nye fællesskaber
- Socialkompasset, en koordineret indsats omkring den nye digitale platform, der giver ét samlet overblik over aktiviteter, hjælp og sociale tilbud i Gentofte Kommune

FCG er glade for den forøgede synlighed og opmærksomhed omkring vores aktiviteter og indsats i 2023. Vi glæder os til i endnu højere grad at styrke vores indsats over for civilsamfundet og foreningslivet i Gentofte i 2024, hvor vi vil videreføre og styrke det gode arbejde med at brobygge og

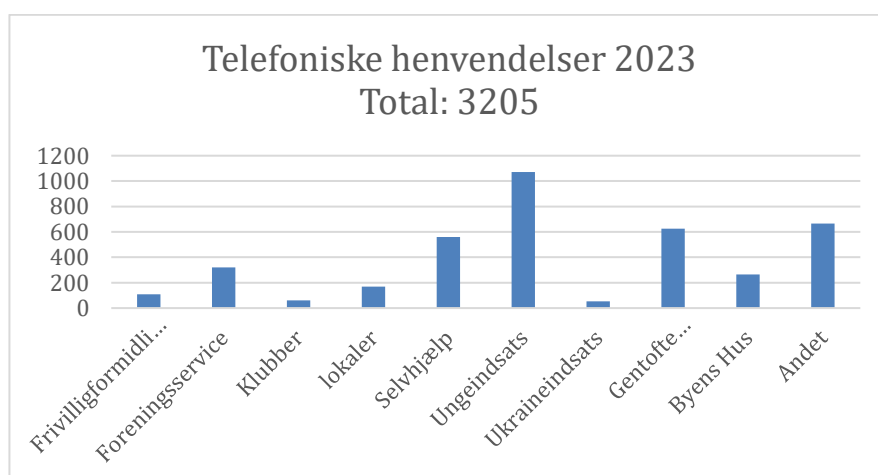
hjælpe så mange af kommunens borgere som muligt med deres ønsker om frivillighed, støtte, foreningsliv og fællesskab.

Henvendelser

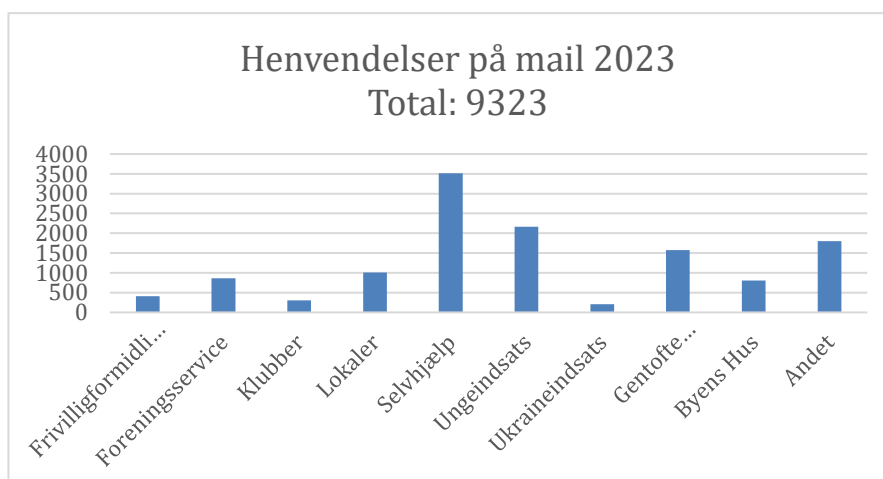
2023 var endnu et år fyldt med mange henvendelser, servicering af foreninger og hjælp til borgere. I alt fik vi **17.230** henvendelser i sekretariatet i løbet af 11 måneder (i juli har FCG lukket). I løbet af året har vi personligt budt borgere velkommen i sekretariatet **4.702** gange, talt med borgere i telefonen **3.205** gange og svaret på mails **9.323** gange. Følgende tre grafer viser, hvordan henvendelserne har været fordelt på områder og emner i det forgangne år.



Kilde: FCG, Henvendelsesstatistik for 2023, personlige henvendelser fordelt på emne.



Kilde: FCG, Henvendelsesstatistik for 2023, telefoniske henvendelser fordelt på emne.



Kilde: FCG, Henvendelsesstatistik for 2023, mail henvendelser fordelt på emne.

Kommunikation

På FCG's generalforsamling den 26. april 2023 blev det besluttet at nedsætte et Kommunikationsudvalg med deltagelse af tre bestyrelsesmedlemmer, nemlig Kathrine Bundgaard, Hanne Reumert og Per Bruun Andersen. Udvalget vil mødes og blive briefet halvårligt på baggrund af kommunikationsnotater eller efter behov.

Et oplæg til en overordnet kommunikationsstrategi blev præsenteret på et bestyrelsesmøde den 7. juni 2023. I løbet af efterår og vinter 2023 har FCG arbejdet videre med en kortlægning, beskrivelse og konsolidering i ét samlet dokument af FCG's formål og definition, vision, mission, kerneværdier og -opgaver, målsætninger, målgrupper, *brand persona* (hvad er FCG's essens), FCG's visuelle identitet og profiler på de forskellige typer frivillige i FCG. Eftersom vi arbejder både inden for frivillighed, selvhjælp og foreninger og dækker rekruttering, uddannelse, brobygning og koordinering inden for hvert hovedområde, er det en spændende udfordring at præsentere disse arbejdsområder for omverdenen på en måde, der er umiddelbart forståelig for modtagerne. Vi tilstræber, at budskaberne bliver enkle og ligetil, men at de samtidig er dækkende for vores aktiviteter. Når beskrivelserne er endelige, vil vi bl.a. implementere tekstboks på hjemmesiden, der forklarer hvert arbejdsområde.

I 2023 har FCG med succes engageret to frivillige, international marketingspecialist Beata Dziedzic og grafiker Benjamin Nordsø, som har bidraget aktivt til kortlægningen af FCG's kommunikationsstrategi og den fysiske udmøntning af denne i målrettede kommunikationsbudskaber.

I en periode på flere måneder frem til sommeren 2023 har endnu en frivillig, Anisa Sheriff, hjulpet os med at søge-optimere FCG's hjemmeside og implementere flere digitale værktøjer, så der nu er adgang til fyldestgørende data om besøgende på hjemmesiden og på Facebook, hvilket betyder, at vi bedre kan vurdere, hvilke tiltag der er mest effektive. FCG har desuden gennemgået Frivilligcentrets hidtidige fremgangsmåde på sociale medier, gennemført en markedsanalyse og konkurrentovervågning for at afdække, hvordan andre, som vi kan sammenligne os med eller ser som et forbillede, takler tilsvarende opgaver.

FCG har også engageret tre frivillige og dygtige professionelle fotografer, nemlig Liz Margerum, Michael Skjold Hansen og Grzegorz Fajerski, som allerede er en del af teamet. Michael har bl.a. fotograferet på gadeplan og til arrangementet i Byens Hus i forbindelse med Frivillig Fredag og overrækkelsen af Årets Frivilligpris 2023, mens Grzegorz har taget fotos af Byens Hus. Liz arbejder med nye portrætfotos af alle ansatte til FCG's hjemmeside.

Foreningsservice

En del af vores tilbud til foreningerne i Gentofte er rådgivning og sparring om foreningsarbejde samt hjælp til rekruttering af frivillige. I 2023 har vi som vanligt udbudt et par kurser omkring støtte af foreningsdriften, blandt andet efterårets kursus i bestyrelsesarbejde. Vi har gennem året rådgivet flere af vores foreninger især i forhold til vedtægter og økonomi samt ikke mindst etablering af nye foreninger. I 2023 var der i alt **122** registrerede medlemsforeninger og netværk i FCG.

Synlighed og formidling

Vi tilbyder alle vores medlemmer omtale i vores nyhedsbrev, der udsendes hver anden måned, seks gange pr. år. Nyhedsbrevet er elektronisk, og vi videreformidler og deler også vores medlemmers foreningsnyt, åbne kurser og lokale arrangementer via FCG's Facebook-side og på vores hjemmeside. Vi tilbyder ligeledes plads i Frivilligcentret til ophæng af fysisk reklamemateriale, såsom flyers og plakater.

På SoMe har vi hidtil primært benyttet vores egen hjemmeside og Facebook, men forberedte i efteråret en lancering af FCG på LinkedIn, der skal løbe af stablen i 2024. Hensigten hermed er at udbrede kendskabet til FCG inden for andre målgrupper end hidtil og iværksætte en større CSR-kampagne, rettet mod relevante firmaer i kommunen og nærmeste opland.

Socialkompas

I slutningen af 2023 introducerede vi Socialkompas (www.socialkompas.dk). Socialkompas er et nonprofit-projekt under vores landsorganisation, FriSe, og er blevet etableret i et samarbejde mellem Aarhus Kommune og Frivilligcenter Aarhus. Socialkompas har således et nationalt udgangspunkt og udvikler derudfra lokale versioneringer. Socialkompas er en webportal, der støtter samarbejdet og bygger bro mellem kommune, borger og civilsamfund. Portalen giver et lokalt tilbudsoverblik, som borgere, foreninger, frivillige og kommunale medarbejdere alle har adgang til, og portalen serviceres af det lokale Frivilligcenter.

Her kan Gentofte Kommune synliggøre uvisiterede, kommunale tilbud, ligesom alle lokale og sociale frivillige organisationer samt patientforeninger kan informere bredt om deres aktiviteter og tilbud. Alle tilbud er som udgangspunkt gratis og skal være til fordel for udsatte borgere af den ene eller anden karakter.

Arrangementer

Frivilligcentret har i løbet af året deltaget i flere spændende og festlige arrangementer. Deriblandt kan nævnes: Aktive Forårsdage i maj, Gentofte Kultur & Festsdage i juni, Gentofte Mødes i september og Frivillig Fredag. Vi var selvfølgelig også til stede til Rådhusdage i oktober og Gentofte Julemarked i december.

Vi fejrede foråret med Aktive Forårsdage i maj, hvor kommunens borgere blev budt velkommen i Byens Hus til et hav af aktiviteter og oplæg samt kaffe og kage. Forårsdagene blev rundet af med Spiseselskabets fællesspisning for alle 60 år+ borgere, der kiggede forbi.



Juni bød på Kultur & Festsdage, hvor besøgende bl.a. kunne opleve vores interaktive udstilling, som havde form som en labyrint og var en lydrejse gennem den frivillige verden. For enden af labyrinten ventede der hver besøgende en is. Ikke mindst de små deltagere var glade for den kølige afslutning i sommervarmen.



Da sommeren gik på hæld og vi nåede september, var det tid for Gentoftes eget folkemøde, Gentofte Mødes, i Byens Hus, og der var fyldt med debatter, oplæg, underholdning og en masse engagerede borgere, som var samlet på en smuk og varm septemberdag. Frivilligcentret var til stede med en gammel og sikker klassiker i form af en quiz om lokal frivillighed, og så kvitterede vi med en is. Vi nåede igennem alle quizzere og ikke mindst alle is 😊.



Frivillig Fredag, med uddeling af Årets Frivilligpris, er et årligt, landsdækkende arrangement i 95 ud af 98 kommuner landet over. Med en særbevilling fra Gentofte Kommune på kr. 50.000 til anerkendelse af frivillighed, havde FCG fået mulighed for et mere flerstrengt program end vanligt med aktiviteter både i Byens Hus og på gadeplan i Gentofte bymidte og i Hellerup.



@photo_by_skjoldhansen

Bestyrelsesformand for FCG, John Hebo, bød velkommen og løftede sløret for dagens program. Det omfattede en visuel og auditiv frivilligudstilling i Byens Sal, hvor man kunne lære mere om frivillighed og høre de frivilliges stemmer med *Kulturlyd*. Der var underholdning og fællessang ved Sangbar og Rock Us Choir, fællesspisning i Byens Sal, farverig underholdning ved Teater Globen og en koncert med pop- og jazzbandet Tabloid.

Som noget nyt satte vi fokus på frivilligheden og værdien af at gøre en forskel for andre ved to 'pop-op happenings' på gadeplan. Tre unge, Sascha, Liv og Ask, fra *Giv-Et-År*-programmet, der er tilknyttet Byens Hus, stod klar til at tale frivillighed med Gentoftes borgere uden for Hovedbiblioteket og på Gentoftegade. De uddelte flyers om frivillighed og bød på chokolader. Budskabet blev meget positivt modtaget. Der var mange konstruktive samtaler, og alle aldersgrupper var repræsenteret, unge som gamle.



@photo_by_skjoldhansen

I Byens Hus var et af højdepunkterne overrækkelsen af Årets Frivilligpris 2023 ved Gentoftes borgmester, Michael Fenger, og FCG's bestyrelsesformand, John Hebo. Stemningen var således i top,

da Årets Frivillige 2023, Thomas Joshua Ulf, frivillig på Overførstergården, blev fejret med klapsalver og gulvtramp – og den værdige prismodtager var med rette glad, rørt og stolt.



@photo_by_skjoldhansen



@photo_by_skjoldhansen

Året blev afsluttet med både Rådhusdage og Julemarked på Gentofte Rådhus. Også her var FCG til stede og sørgede for gode samtaler om frivillighed og ikke mindst dejlig chokolade til de besøgende.

Frivilligformidling

Intet foreningsliv uden frivillige. Derfor har Frivilligcentret et naturligt fokus på at matche interesse for og behovet for et frivilligt engagement. Frivilligheden rækker dog langt ud over de traditionelle foreninger og blomstrer i mange forskellige sammenhænge, hvor aktive borgere stiller sig til rådighed eller selv tager initiativ til et frivilligt engagement, der kommer andre til gode. I Frivilligcentret fokuserer vi meget på rekruttering og den rette matchning af frivillige.

Vi nåede i 2023 at formidle **163** frivillige jobs i kommunen, hvor flest borgere ønskede at gøre en frivillig indsats ved at støtte de ukrainske flygtninge eller at være frivillig mentor for en udsat ung.

Lysten til at yde en frivillig indsats for sine medborgere og for lokalmiljøet er, for de flestes vedkommende, koblet med lysten til at bringe egne ressourcer i spil og samtidig være en del af et socialt fællesskab. Men nærmere bestemt hvilken type indsats, hvor og hvor ofte, afhænger af den enkeltes situation og interesser. Derfor tilbyder vi altid en personlig samtale, der kan hjælpe med en afklaring, når borgere henvender sig med tanker om at blive frivillige.



FCG understøtter og styrker frivilligheden, så det at yde en indsats for fællesskabet bliver en selvfølgelig del af hverdagen. Vi ser det som vores opgave gennem et konstruktivt og gensidigt anerkendende samarbejde at udvikle

medborgerskab ved at styrke frivilligheden i både foreningsliv og i kommunale institutioner. Vi er det sted, hvor den enkelte borger bliver mødt i øjenhøjde og med venlighed.

Projekter

VELUX-projektet

Hemingway Club er et dansk, socialt netværk for mænd i alderen 60 år+, som oprindeligt blev etableret i Gentofte Kommune i 2013. Klubkonceptet er målrettet mænd over 60 år, som mødes regelmæssigt til sociale arrangementer, foredrag eller virksomhedsbesøg.

I 2019 modtog Frivilligcentret en bevilling fra VELUX FONDEN, som betød, at Hemingway Club i de følgende tre et halvt år fik mulighed for at videreudvikle Hemingway-konceptet, øge antallet af klubber markant og opnå en landsdækkende tilstedeværelse. Det var også ønsket, at Hemingway skulle afdække, drøfte og beslutte netværkets fremtidige organisationsform.

FCG har udarbejdet en 55 siders slutevaluering, som blev præsenteret for VELUX FONDEN på et møde i marts 2023. Af slutevaluering fremgik, at Hemingway Club-konceptet er blevet udbredt til hele Danmark, og på trods af coronapandemiens begrænsende effekt findes der i dag 36 Hemingway-klubber med ca. 3.000 medlemmer i alt, ligesom der er en spirende interesse i konceptet fra nabolandet Sverige. I projektforløbet er endnu et signifikant mål for projektet opnået, idet Hemingway Club Danmark den 1. januar 2019 er oprettet som den selvejende institution Hemingway Club Danmark S/I.

Man har ligeledes i projektperioden fundet frem til den bedst mulige organisatoriske opbygning for nye Hemingway klubber: En slank organisation med en klar ansvarsfordeling mellem bestyrelsesmedlemmerne, organiseret på en måde så der er dobbeltbemanding på alle grundfunktioner og styregruppemedlemmerne altid ved, hvem de kan henvende sig til.

Det forventes, at klubberne fremover i højere grad end hidtil vil inspirere og hjælpe hinanden, ligesom etablerede klubber vil assistere nye klubber ved opstart.

Det lokale engagement for målgruppen er blevet fremmet og udfoldet gennem samtaler med ligesindede, ved hjælp af inspirerende foredrag og en bred vifte af aktiviteter. Endelig har der i projektperioden været en omfattende medieomtale af Hemingway Club-konceptet, både i print- og på elektroniske medier. Dermed har man opnået ønsket om bæredygtighed og forankring, som projektet også havde som mål.

Det flerårige VELUX-projektet blev afsluttet med et regnskab til fonden i april 2023.

Ukraine/Flygtningeindsatsen

I hele 2023 har vi fortsat vores arbejde med at støtte flygtninge, især fra Ukraine.

Vi har arbejdet for og med flygtninge på flere niveauer: Både gennem egne, frivillige tilbud, samarbejde med lokale foreninger omkring frivillige aktiviteter, samarbejde med det lokale erhvervsliv for udsatte grupper, deriblandt flygtninge, og samarbejde med Gentofte Kommune, især omkring den Boligsociale Indsats.



Vi har fokuseret på at støtte eksisterende initiativer, der kunne være til gavn for flygtninge. Blandt andet har vi brobygget til aktiviteter i Byens Hus, bl.a. ved at skaffe billigere adgang til Yoga i Byens Hus, støttet Netværkshuset med rekruttering og tilbud til flygtninge, brobygget ukrainere til foreningers tilbud og aktiviteter, samarbejdet med de Boligsociale medarbejdere på tværs i kommunen, rekrutteret frivillige til indsatsen og bygget bro mellem lokale foreninger og det Boligsociale område. Til såvel egne aktiviteter som på vegne af samarbejdspartnere har vi rekrutteret 12 frivillige og tilbudt alle aktive frivillige såvel supervision som sparring i rollen.

Vi har afholdt jævnlige møder med den daglige leder af flygtningeboligerne på Hellerupvej for derved at holde os ajour med de udfordringer og behov, der måtte være hos beboerne. Det har blandt andet vist sig at de ældre beboere savner aktiviteter. Derfor har vi igangsat muligheden for at indkøbe eller få doneret et drivhus og nogle flere plantekasser, hvori beboerne vil kunne dyrke grøntsager og plante blomster.



Vi har samarbejdet med den Boligsociale Indsats og bl.a. fundraiset til aktiviteter for ukrainere i de Boligsociale områder. Tak til Lions Club Hellerup for støtten. Vi har også etableret et samarbejde med lokale, kulturelle tilbud og organisationer, som bl.a. har resulteret i gratis udflugter for børnefamilier til Experimentarium og Movie House.

I samarbejde med Gentofte Kommune har vi også rekrutteret frivillige til afhentning af overskudsmad fra lokale supermarkeder, der efterfølgende er blevet kørt ud til de Boligsociale områder og fordelt blandt beboerne dér. Rigtig mange har benyttet ordningen.

Vi har ligeledes etableret et samarbejde med CIS, Copenhagen International School omkring brobygning af unge til aktiviteter for flygtninge og andre udsatte grupper. Vi har samarbejdet med Lions Club Hellerup om at få gavekort, som kan benyttes i den lokale genbrugsbutik samt muliggjort klubbens støtte til fællesspisninger og aktiviteter for boligplacerede flygtninge.

Vi har i samarbejde med Dansk Flygtningehjælp støttet og deltaget i deres MindSpring-forløb ved at stille lokaler til rådighed. Vi har i den forbindelse fået mulighed for at præsentere de tilbud, der eksisterer i Frivilligcentret og i Byens Hus samt lokale foreningers tilbud. Blandt andet har vi taget deltagere og undervisere med på en rundvisning i Byens Hus og i alle værkstederne. De konkrete aktiviteter og tiltag kan ses herunder.

Aktiviteter i Frivilligcentret:

- Strikkecafé
- Job-café
- Aromayoga for børnefamilier
- MindSpring i samarbejde med Dansk Flygtningehjælp
- Følgeskab til/formidling af eksisterende fællesskaber i lokale foreninger

Aktiviteter i samarbejde med de Boligsociale områder:

- Lektiecafe hver uge for indskolingsbørn med frivillig hjælp og støtte
- Læringscafe hver uge for udskoling og de større børn med frivillig hjælp og støtte
- Støtte og frivilligrekruttering til fællesspisning hver uge
- Fundraising til mad og inventar til fællesspisning
- Fundraising til aktiviteter og ture ud af huset
- Støtte og frivilligrekruttering til maduddeling

Andre tiltag:

- Besøg af den anonyme rådgivning i Netværkshuset for de flygtninge, der måtte have behov, så de fik kendskab til tilbuddet og kunne møde rådgiverne personligt
- Brobygning af unge fra CIS, Copenhagen International School til aktiviteter for flygtninge, både i Netværkshuset og via den Boligsociale indsats
- Samarbejdede med det lokale erhvervsliv, organisationer og kulturinstitutioner, som skabte muligheden for at kunne donere gratis oplevelser til flygtninge, f.eks. besøg i Experimentarium og Movie House

Ungeindsatsen

Ungeindsatsen i Frivilligcentret har nu eksisteret i fem år, og den er i den forløbne periode gået fra at være et projekt for anbragte unge og unge med kontaktperson til at være en velintegreret del af de tilbud, der er til alle udsatte og sårbare unge mellem 13-25 år i Gentofte Kommune. Indsatsen er med til at sikre unges trivsel og støtte dem i bestræbelserne på at påbegynde og/eller fastholde uddannelse og arbejde.

2023 begyndte med, at Line Kreibke tiltrådte stillingen som koordinator af Ungeindsatsen, hvormed Ungeindsatsen fik sin første fastansatte koordinator. Ultimo 2023 blev titlen som Frivilligkoordinator for Ungeindsatsen omdøbt til Ungekoordinator og vil herefter blive omtalt som sådan.

Ungekoordinatorens primære opgave er at tage afsæt i de unges drømme, ønsker og behov for derigennem at matche de unge med frivillige mentorer i en én-til-én-relation og/eller brobygge til øvrige (frivillige) tilbud i lokalområdet. En stor del af de unge i indsatsen har behov for faglig støtte i form af lektie- og eksamensforberedelse, mens en mindre del har behov for en samtaleven eller voksenkontakt i deres liv.



I løbet af den femårige periode, som Ungeindsatsen har eksisteret, er der blevet gennemført **215 match** (-forløb) mellem unge og frivillige mentorer. Alene i 2023 har der været **53 aktive forløb**, hvoraf de **34** af disse er påbegyndt i årets løb. Forløbene varer fra én måned til flere år. Der er en ligelig fordeling i køn blandt de unge, ligesom der er unge fra hele aldersspektret (13-17 år = 40%, 18-21 år = 37%, 22-25 år = 23 %). Der er stor interesse for indsatsen, hvilket tydeliggøres af, at der altid står mellem 5-10 unge på venteliste til en frivillig mentor.

Aktuelt har Ungeindsatsen **41 aktive frivillige**. Der har i 2023 været en exceptionelt stor tilstrømning af frivillige, som har tilbudt deres hjælp enten som samtaleven eller lektiehjælper i indsatsen. For at sikre de bedst mulige betingelser for - og en opkvalificering af - de frivillige, er der i 2023 blevet afholdt tre frivilligmøder, én (efter)uddannelsesaften og tre supervisionsaftener. Derudover har Ungekoordinatoren løbende haft individuelle samtaler og sparring med de frivillige.



Ungekoordinatoren har en bred samarbejdsflade med både kommunale aktører og forskellige lokale civilsamfundsorganisationer. I 2023 har Ungekoordinatoren fortsat siddet en dag ugentligt i Ungekontakten samt fra efteråret 2023 en formiddag hver 14. dag i Modtageteamet.

Som en del af Ungecentrets introduktionsforløb har Ungekoordinatoren fortsat det tætte samarbejde med Ungecentret og headspace. Sammen med headspace har ungekoordinatoren derudover udbudt et trivselsforløb for pige grupper i folkeskolernes udskolingsklasser, hvor deltagerne har haft behov for at styrke gruppedynamikken.

Ungekoordinatoren og Ung i Byens Hus har i efteråret 2023 genoptaget konceptet *Den rullende samtalesalon*, hvor Ungekulturkonsulenten og Ungekoordinatoren bl.a. har besøgt Gentofte Gymnasium og Øregård Gymnasium med det formål at sætte de unges stemmer i spil igennem dialog om forskellige emner.

2023 var også året, hvor Ungekoordinatoren indgik et nyt samarbejde om at skabe sommerferieaktiviteter for kommunens udsatte og sårbare børn og unge. Sammen med bl.a. de Boligsociale medarbejdere faciliterede vi et tre dages program med forskellige aktiviteter, herunder danseworkshop, teaterforestillinger, skateboard og boksning for børn og unge i kommunens to Boligsociale områder. Tak til Rotary Hellerup for støtten hertil.

De mange samarbejder på tværs har været med til at skabe synlighed om indsatsen og styrke trivsel blandt de udsatte og sårbare unge i kommunen. Derfor har Ungekoordinatoren også i 2023 faciliteret og koordineret forummet *Det Frivillige Netværk*, hvor frivillige organisationer og kommunale aktører, med fællesinteresse for sårbare og udsatte børn og unge i Gentofte Kommune, har mødtes for at blive klogere på forskellige, aktuelle temaer, med det formål at skabe et forøget samarbejde omkring trivsel for unge.

Henvendelser til Ungeindsatsen	Procent
Frivillige, herunder henvendelser om at blive frivillig mentor	35
Forældre til unge	7
Unge selv (der ønsker rådgivning og støtte)	12
Ungekontakten	11
Ungecentret	5
Modtageteam, børne- og ungeteam	11
Boligsociale medarbejdere	2
UU-vejledere	4
Skoler, inkl. ungdomsskolen	5
Døgninstitution	3
headspace	2
Skolefraværsteamet	3
Andet	2

Resultatet af Ungekoordinatorens tilstedeværelse, synlighed og brede samarbejdsflade har tydeligt kunne aflæses i antallet af henvendelser fra både fagpersoner samt unge og forældre, der søger råd og vejledning om brobygningsmuligheder eller mentorforløb. Derfor vil alle ovenstående samarbejdsformer fortsætte ind i 2024.

Selvhjælp



Selvhjælp er fortsat en stor del af vores tilbud til borgerne i Gentofte Kommune. Takket være midler fra Gentofte Kommune, private fonde samt Frivilligcentrets egne midler, har vi i 2023 fortsat haft mulighed for at oprette nye grupper, køre bestående indsatser videre samt koordinere, uddanne og efteruddanne de frivillige og tilbyde supervision, så fagligheden har kunnet opretholdes.

I 2023 kørte FCG 14 selvhjælpsgrupper med en bred vifte af emner, bl.a. grupper for

- Skilsmisseramte børn
- Angst- og depressionsgrupper
- Angst- og depressionsgruppe for unge i alderen 18 – 30 år (videreførelse)
- En sorggruppe i samarbejde med Det Nationale Sorgcenter og vores landsforening FriSe samt
- En ny afasigruppe
- Værdighedsgruppen, en gruppe for mennesker med en erhvervet hjerneskade, er blevet udvidet til det dobbelte antal gruppedeltagere i løbet af 2023 og blomstrer med både faglige og personlige temaer
- Kom Videre Mand

Samtidig har vi fortsat kunnet tilbyde individuelle krisesamtaler over telefonen med en frivillig, der stiller sig til rådighed for op til fem, individuelle telefonsamtaler, som foregår under tavshedspligt og anonymitet.

Vi har i 2023 afholdt frivilligmøder, været med til at uddanne- og efteruddanne frivillige samt afholdt løbende supervision. I alt har **78 borgere** deltaget i vores forskellige gruppeforløb, som blev faciliteret af **12 aktive frivillige**.

Desuden har vi løbende brugt tid på at rekruttere nye frivillige og arbejdet på at udvikle nye temaer til selvhjælpsgrupper såsom afasi- og forældregrupper til børn og unge, der af den ene eller anden grund ikke trives. Sidstnævnte grupper starter dog først i 2024.

Gennem 2023 er efterspørgslen efter selvhjælpsgrupper øget, og udviklingen viser tydeligt et stort behov for selvhjælpsgrupper i fremtiden.

En stor del af 2023 er også gået med at designe vores ensomhedsprojekt, som FCG er en del af sammen med 20 andre centre/organisationer under FriSe. På landsplan har vi deltaget i et stort antal forberedelsesmøder, udarbejdet en samlet strategi og identificeret målgrupper for de kommende ensomhedsgrupper. Projektet er finansieret af Den A.P. Møllerske Støttefond. Grupperne vil blive gennemført i 2024 og 2025.

Vores toårige handicapprojekt med titlen "En vej ind i fællesskaber – en vej ud af ensomhed" afsluttede vi med mere en 100 deltagere, som vi løbende og efterfølgende brobyggede til de mange fællesskaber, der findes lokalt både i Byens Hus, i vores eget netværk og i helt tredje cirkler.

I 2023 har vi også fortsat vores toårige Sorgstøtteprojekt med støtte fra TrygFonden og i samarbejde med FriSe og Det Nationale Sorgcenter. Vi har rekrutteret en ny, frivillig gruppefacilitator og sendt denne på uddannelse. Det medførte, at vi i efteråret kunne oprette et stort hold med otte deltagere, som alle har besluttet at fortsætte deres møder efter endt gruppeforløb. Vi har udsendt elektroniske spørgeskemaer til deltagerne, for at kunne indsamle erfaringer fra projektet, og løbende afholdt møder med samarbejdspartnere.

Herudover fungerede vi som konsulenter for et peer-to-peer projekt, som Social- & Handicapforvaltningen etablerede i 2023. Vi har primært været involveret i samarbejds møder og muligheder for at rekruttere frivillige til dette projekt. Til projektet "Kulturpiloter" har vi ligeledes videreformidlet vores erfaringer og viden på området med at etablere og brobygge sårbare borgere ind i fællesskaber.

Det har været et meget alsidigt og travlt år for selvhjælpsområdet.

Aktiviteter

Frivilligcentret driver nogle enkelte, men populære nøgleaktiviteter, som understøtter vores rolle som samlingssted for fællesskab og frivillighed, og som ligger i en naturlig forlængelse af FCG's projektindsatser.

Spiseselskabet



Spiseselskabet er en udløber af et fællesspisningsarrangement, som FCG afholdt i 2016 i forbindelse med aktiviteten 'Danmark spiser sammen' i regi af Folkebevægelsen mod Ensomhed.

Spiseselskabets målgruppe er ældre og enlige over 60 år. Der er en kernegruppe af frivillige fra målgruppen, der står for arrangementerne. Fællesspisningen afholdes altid den sidste mandag i hver måned og er støttet af Gentofte Kommune, hvilket har muliggjort, at vi har kunnet fortsætte denne indsats.



I løbet af året har vi afholdt Spiseselskabet ni gange i alt, nemlig hver måned med undtagelse af juli og december, når Byens Hus holder lukket.

Anonym juridisk og økonomisk rådgivning

Vi har i starten af 2023 udvidet vores frivillige, anonyme, juridiske rådgivning med en økonomisk del. Vi har således rekrutteret to frivillige med de rette kompetencer, som fremover varetager alle økonomiske spørgsmål fra borgerne, der henvender sig. Ofte viser det sig, at juridiske problematikker også giver økonomiske udfordringer, eller omvendt, og vi bestræber os derfor på, at der altid er én

frivillig med juridiske kompetencer og én med økonomiske kompetencer på vagt sammen, så borgerne kan få den bedst mulige vejledning. Rådgiverne er klar til at hjælpe hver torsdag eftermiddag i tidsrummet kl. 16-18 efter forudgående aftale. I samme tidsrum den første torsdag i måneden er der "åben rådgivning", og til den kan man til gengæld bare dukke op og møde rådgiverne uden tidsbestilling.

Derudover har rådgivningen flere gange i løbet af året være på tur ude af huset, hvor borgerne også kunne have brug for rådgivning, men måske ikke selv havde mulighed for at opsøge rådgiverne eller transportere sig til Byens Hus.

Den opsøgende virksomhed har bl.a. omfattet et besøg på Herberget Overførstergården og i Netværkshuset, hvor både Frivilligcentret og den anonyme rådgivning har kunnet præsentere sig, og borgerne har haft mulighed for at tale med rådgiverne og booke aftaler til fremtidige møder.

Rådgivningen har behandlet mange forskellige problematikker, bl.a. sager om lejeloven, skilsmisse, sager med kommunen, problemer med at betale regninger og meget andet.

I 2023 har der været syv frivillige rådgivere tilknyttet ordningen.

Organisation og økonomi

Medlemsforeninger

Frivilligcenter & Selvhjælp Gentofte har i 2023 haft **122** foreninger og netværk som medlemmer.

Medlemmer i 2023:

Ældre hjælper Ældre (Idéhuset Vangede)	Dansk Kårde-Center Gentofte Afd.
Ældre Sagen Gentofte	Dansk Vandrelaug Gentofte Afd.
Aktive Lyttere og Seere	Dansk Vegetarisk Forening Gentofte
Akvarelggruppen	Danske Handicaporganisationer
Ambitus Koret	DAPAWO
Andelsforeningen Høyrups Alle, Matr. 17	Days for Girls
Bedre Psykiatri – Gentofte/Hellerup	Den Eritreiske Ortodokse Kirke (Tewahdo Samfund)
Beredskabsforbundet, Kreds København Nord	Diabetesforeningen Gentofte lok. afd.
Bernstorff-Jægersborg Grundejerforening	Egebjerg, Gentofte Plejeboliger og Dagcentre
Blixen Klub Mandag	Enhedslisten
Blixen Klub Onsdag	Europa Gruppen (Gentofte afd. for Globale Seniorer)
Blixen Klub Tirsdag	Faino
Blixen Klub Torsdag	FOF Gentofte/Kbh.
Blossom	FOF Nordsjælland
Børneteater-akademiet Harlekin	Foldning.dk
Bossomnorés børn	Foreningen Børn og Unges Trivsel
Brætspil I Byens Hus	Foreningen Falun Dafa i Danmark
Brandts Haves Venner	Foreningen Spiritistisk Association (AEAK)
Brogårdshøj (selvejende institution)	Forstbotanisk Haves Venner
Carl Nielsen Selskabet	Gentofte Backgammonklub
Charlottklubben	Gentofte Borgerforeningen
Charlottenlund Krisecenter v. (Knightingales Kvindehus ApS)	Gentofte Børnevenner
Cyklistforbundet i Gentofte	Gentofte Brandmuseum
Danmarks Naturfredningsforening	Gentofte Byttemarked
Dansk Blindesamfund, Kreds Stork bh Nord	Gentofte Cabaret-Gruppe
Dansk Glaukom Forening	

Gentofte Concert Band
Gentofte Frimærkeklub
Gentofte Gospel Choir
Gentofte Hemingway Madklub
Gentofte Kinos Venner
Gentofte Kulturforening
Gentofte Kunstvenner
Gentofte Kvæggræsserlaug
Gentofte Lokalhistorisk Forening
Gentofte Sogns Grundejerforening
GentofteQuilterne
Gigtforeningen Hovedstaden Kreds Nord
Grøn Guide Gentofte
Grøntofte
Headspace
Hellerup Inner Wheel
Hellerup SkydeSelskab
Hemingway Club Danmark S/I
Hemingway Club Mandag
Hemingway Club Onsdag
Hemingway Club Tirsdag
Hemingway Club 4
Holmegårdsparkens Venneforening
Hjerteforeningen Gentofte
Høreforeningen Gentofte Lokalafdeling
Humans of Copenhagen
Instituttet for Blinde og Svagsynede (IBOS)
International Womens Club CPH
Keramik I Byens Hus
Kløckershav, Gentofte plejeboliger
Knowledgeboard
Kræftens Bekæmpelse, Gentofte
Lokalforening
Kreagruppen (Café Stolpen)
KULØR
Kvistene
Lejerforeningen Jernbaneboliger
LEV Landsforeningen
Liberal Alliance Gentofte
LINK Ladies International Network København
Lions Hellerup
Madklubben H-22
Maler Netværk i Gentofte
Malergruppen Sienna
Modne Motionister
Natteravnene Gentofte-Lyngby
Nepal 2010
Netværkshuset
Ordselskabet
Our Future House
Overførstergaarden
Patientforeningen Lungekræft
Plejhjemmet Salem
Radikale Venstre i Gentofte
Røde Kors Gentofte
Rød-Grøn ungdom Lyngby-Gentofte
Sailing First
Samværdis (Del med 60+)
Sankt Peder Petanque Klub
Scleroseforeningens lokal afd. for Gentofte
SF Gentofte
SIND Gladsaxe-Gentofte-Lyngby
SISU Basketball
Skolens Venner
Socialpolitisk Forum i Gentofte
Sokkelund Quilterne

Soroptimist Gentofte
Svenske Villa
Tattersal Ponyrideklub
Teater Globen

Vangedes Venner
Zonta Copenhagen Multicultural

Økonomi

Her følger en redegørelse om driften i 2023 og forventninger til det kommende år.

Frivilligcenter og Selvhjælpscenter Gentofte har i 2023 modtaget støtte fra Socialministeriet (FRIG) og Gentofte Kommune (medfinansiering af projekterne "Styrmand i Eget liv"/(nu kaldet Ungeindsatsen), "Spiseselskabet", "Selvhjælp", "Frivillig Fredag"). Gentofte Kommune har også ydet tilskud til aktiviteter, der finansieres af "Handicappuljen" og "Ukraine-puljen".

Samarbejdet med VELUX FONDEN om videreudvikling af Hemingway Club konceptet er afsluttet i 2023.

Velliv Fonden har ydet støtte til projekterne "Fælles om samvær", "Boligsocialt samvær" og "Efterår 2023".

TrygFonden (FriSe) har bidraget til "Udvikling af sorggrupper". Den A.P. Møllerske Fond v/FriSe har ydet tilskud til "Ensomhedsprojektet", og ikke forbrugte midler er overført til 2024.

Hellerup Rotary Klub har ydet støtte til projektet "Udsatte unge". Ikke forbrugte midler er overført til 2024.

Metro Schrøder Fonden har ydet tilskud, og ikke forbrugte midler er efter aftale overført til projekter i 2024.

Hertil kommer kontingenter fra medlemmer og støttemedlemmer.

Støttemidlerne er anvendt inden for de aftalte aktivitetsområder. Hertil kommer en lang række aktivitetsområder, der bl.a. omfatter: Medlemsservice, interessevaretagelse & brobygning, projektvugge, selvhjælp, organisation, økonomi og lokaleanvisning. Inden for alle områder er der stor opmærksomhed på at skabe synlighed og rekruttering af flere frivillige i foreningerne samt hjælpe udsatte borgere ind i frivillige, sociale fællesskaber.

Støtten fra Gentofte Kommune og sponsorerne har sikret et højt og differentieret aktivitetsniveau. Med henvisning til de modtagne tilsagn om støtte i 2024 fra Gentofte Kommune og sponsorer forventes aktivitetsniveauet videreført i 2024.

RESULTATOPGØRELSE FOR 2023

<u>Note</u>	2023	Budget 2023 (ej revideret)	2022
<u>INDTÆGTER:</u>			
1. Offentlige tilskud	1.870.713	1.509.140	1.713.525
Medlemskontingenter	19.631	18.000	19.203
2. Øvrige sponsorer og indtægter mv	605.148	204.000	729.303
<u>INDTÆGTER I ALT</u>	<u>2.495.491</u>	<u>1.731.140</u>	<u>2.462.031</u>
<u>UDGIFTER:</u>			
3. Lønninger mv	-684.182	-671.200	-684.636
4. Møder og aktiviteter	-1.713.579	-957.140	-1.687.601
5. Kontorudgifter	-93.270	-102.800	-86.023
<u>UDGIFTER I ALT</u>	<u>-2.491.031</u>	<u>-1.731.140</u>	<u>-2.458.260</u>
<u>ÅRETS RESULTAT</u>	<u>4.460</u>	<u>0</u>	<u>3.770</u>

Generalforsamling

Den sædvanlige ordinære generalforsamling blev afholdt den 26. april 2023.

Bestyrelse

Bestyrelsen konstituerede sig efter generalforsamlingen således:

Formand	John Hebo Nielsen	Grøn Guide
Næstformand	Jens Anders Holde	Gentofte Brandmuseum
Kasserer	Jens Martin Tarp	Lokalhistorisk Forening
Medlem	Hanne Reumert	Ressourceperson
Medlem	Sune Lind Thomsen	Gentofte Kino
Medlem	Per Bruun Andersen	Gentofte Kvæggræsserlaug
Medlem	Ellen Margrethe Andersen	Netværkshuset
Suppleant	Florence Lاراignou	Røde Kors Gentofte
Suppleant	Kathrine Bundgaard	Teater Globen

Medarbejdere

De ansatte på sekretariatet har i 2023 været:

Leyla Fatima Lavrsen, Centerleder

Barbara Diemi, Selvhjælpskoordinator

Cathrin Søborg Hinz, Frivilligkoordinator, kommunikation og administration

Line Kreibke, Ungekoordinator

Charlotte Nekman, Projektleder for VELUX-projektet frem til april 2023 og derefter

Koordinator/fundraiser



Tak for det forgangne år, vi glæder os til at fortsætte det gode og vigtige arbejde!