



Oslo kommune
Bydel Alna

FRIVILLIGHETSSENTRALENE i Bydel Alna



Bydel
Alna



Frivillighetssentralen

Bydel Alna

Ellingsrudåsen Frivillighetssentral

Vi dekker Ellingsrudåsen og Karihaugen



Ellingsrudåsen T-banestasjon
Pb 32 Ellingsrud, 1006 Oslo
Telefon: 971 77 889 / 22 30 52 70
E-post: elfriv@frisurf.no
Web: www.frivillig-oslo.no

Åpningstider: Man: kl 14.30–21.00
Tirs–tors: kl.11.00–18.00
Fre: kl.15.00–21.00

Ellingsrudåsen frivillighetssentral holder til inne på Ellingsrudåsen T-banestasjon. Her kan du komme innom for å ta en kopp kaffe, spørre om hjelp til noe, planlegge neste nærmiljøarrangement, starte et kurs eller bare for å møte andre folk. T-banestasjonen er en møteplass, et sted hvor det organiseres aktiviteter og et sted hvor en rekke ulike problemer løses. Den sentrale beliggenheten i nærmiljøet gjør det enkelt å stikke innom.

Tilbud

- Ungdomsgruppe 13–17 år: Bli med på å organisere aktiviteter for ungdom. Fotball, fester, talentkonkurranser, hobbykvelder og stort sett hva du vil.
- Gratis kaffe, te og saft på T-banestasjonen. Dagens aviser og utlån av spill og bøker.
- Veiledning om jobsøking, finne bolig, skrive klage etc.
- Fotball i gymsalen på Ellingsrudåsen skole mandager og tirsdager.
- Et sted du kan komme for å løse egne problemer eller bidra til å løse andres problemer.

Furuset frivillighetssentral

Vi dekker Furuset og Gransdalen



Gran nærmiljøsentor
Gransdalen 29, 1054 Oslo
Telefon: 22 25 58 07 / 922 16 524
Telefaks: 22 25 58 08
E-post: tone.glad@bal.oslo.kommune.no
Web: www.frivillig-oslo.no

Åpningstider: Man–fre: kl. 10.00 –15.00

Er du engasjert i nærmiljøet eller har du en idé om noe du ønsker å gjøre, men mangler et sted å være? Ta kontakt for å diskutere muligheter. Vi har mange spennende oppdrag for frivillige.

Tilbud

- **En sosial møteplass** med kafé for alle som ønsker å møte andre mennesker og slå av en prat. Vi har gratis kaffe, te og saft samt dagens aviser. Kaféen har enkel servering til rimelig pris. Kaféen er åpen kl. 10.00 og 14.00.
- **Kveldskafé** på torsdager kl. 18.00 til 21.00 for hyggelig samvær, spill og håndarbeide.
- **Informasjon.** Vi har en innholdsrik og oppdatert informasjonstavle og et brosjyrestativ med informasjonsmateriell.
- **Vaffeldag** hver fredag kl. 11.00 og 13.00.
- **Håndarbeidsgruppe** hver tirsdag kl. 12.00 til 14.00 for personer som er interessert i ulike aktiviteter. Her lærer alle av hverandre.
- **Frivillighet i praksis:** Ta kontakt med oss for mer informasjon om hva frivillige kan bistå med og/eller hva du selv kan bidra med.

Haugerud Frivillighetssentral

Vi dekker Teisen, Tveita, Hellerud, Haugerud, Lutvann og Trosterud



Haugerud aktivitetshus
Hagapynten 38c, 0673 Oslo
Postboks 49 Haugerud, 0616 Oslo
Tlf.: 22 30 74 76 / 958 70 113
E-post: eva.morton@bal.oslo.kommune.no
Web: www.frivillig-oslo.no

Åpningstider: Man–tors: kl. 10.00–14.00
Fre: kl. 10.00–12.00

Ta del i nærmiljøet du også! Hos oss foregår det mange hyggelige og sosiale aktiviteter som du kan være med på. Du kan også selv bidra som frivillig til noe du synes er morsomt eller spennende. Kom innom og spør oss! Her er det åpne dører.

Tilbud

Stort sett er alle våre tilbud gratis.

- Åpent hus for alle til en gratis kopp kaffe/te, noen å snakke med eller informasjon.
- Internettkafé hver fredag fra kl. 11.30 – for seniorer, trygdede og frivillige.
- Mobiltelefonopplæring hver onsdag kl. 11. Drop in.
- Datakurs – påmelding.
- Andre aktiviteter: turgruppe, lesegruppe, slektsforskning, håndarbeidskafé.
- For de frivillige: Tirsdagslunsj, frivilligaften hver måned, sommer- og julefest.
- Tjenester: handlehjelp, småreparasjoner, hagearbeid, barnepass, følge til lege, besøksvenn etc.

Ring eller kom innom oss dersom du er interessert i å være frivillig, har en idé til andre aktiviteter eller trenger oss til noe.