



De Frivilliges Hus

Aalborg



Årsrapport 2022

- i gang igen

Hadsundvej 35, 9000 Aalborg, Tlf.: 98 11 13 44
Mail: frivillighuset@frivillighuset.dk
Web: www.frivillighuset.dk

Indhold

Kort overordnet præsentation af De Frivilliges Hus	2
Hvad er De Frivilliges Hus?	2
Hvem bruger De Frivilliges Hus?	2
Social Bæredygtighed efter corona	3
Bliv Frivillig	4
Foreningsservice og projektvugge	4
Netværk	5
Find hjælp og selvhjælp	6
Projekter og fokusområder i De Frivilliges Hus	6
Konkrete samarbejder med Aalborg Kommune	6
PR og kommunikation	7
Kom Videre Mand	8
Meningsfulde fællesskaber i naturen	9
Samarbejdsrelationer	9
Ledelse og økonomi	10

De Frivilliges Hus - med et tilbageblik på 2022

På de følgende sider præsenteres kerneydelsesområder og særlige indsatsområder, som vi har haft fokus på i De Frivilliges Hus (herefter forkortet DFH) i 2022. Indholdet vil relatere sig til husets virksomhedsplan 2022-2023 med titlen: Social bæredygtighed og meningsfulde fællesskaber.

Kort overordnet præsentation af De Frivilliges Hus

Hvad er De Frivilliges Hus?

De Frivilliges Hus understøtter, udvikler og synliggør det frivillige sociale arbejde og de frivillige sociale foreninger i Aalborg kommune.

De Frivilliges Hus er en selvejende institution og i bestyrelsen sidder repræsentanter fra frivillige organisationer, Aalborg Frivilligråd, Aalborg Byråd samt en medarbejderrepræsentant. DFH arbejder bl.a. for:

- At alle mennesker i Aalborg Kommune har mulighed for at deltage i frivilligt arbejde under de bedst mulige betingelser
- At de lokale frivillige sociale organisationer, foreninger og grupper får optimale arbejdsbetingelser og mulighed for at udvikle sig på egne præmisser
- At nye foreninger og projekter inden for det lokale frivillige sociale felt får den bedst mulige start
- At alle, der ønsker at deltage i f.eks. frivillige fællesskaber, tilbud om rådgivning eller selvhjælp får kendskab og adgang til de muligheder, der findes i den frivillige verden
- At producere, indsamle og formidle viden om det frivillige sociale arbejde
- At medvirke til en ansvarlig og kvalificeret socialpolitisk debat i lokalsamfundet.

Hvem bruger De Frivilliges Hus?

DFH er en indgang til fællesskaber og til det frivillige sociale arbejde i Aalborg kommune. Vi er et hus, man kan bruge som frivillig, som forening, som deltager, hvis man søger fællesskab, rådgivning, støtte, hjælp eller omsorg, samt hvis man arbejder inden for den sociale sektor.

Vores største og vigtigste samarbejdspartner er de frivillige sociale foreninger, grupper og fællesskaber. Vi har omkring 350 foreninger, fællesskaber, grupper og aktiviteter i vores foreningsoversigt og de mennesker, som er aktive i disse foreninger og fællesskaber, er en vigtig målgruppe for vores aktiviteter. En række af foreningerne benytter fast husets lokaler og/eller efterspørger den

foreningsservice, som er en af kerneydelserne i huset. Det kan være hjælp til fundraising, organisering af foreningsarbejdet, et kursus til de frivillige, tilrettelæggelse af en hvervekampagne eller give rådgivning og sparring ift. de mange andre problemstillinger, en forening kan stå i.

Kerneydelser i DFH:

- Foreningsservice
- Bliv Frivillig
- Netværk
- Projektvugge
- Deltagelse, rådgivning og selvhjælp

En lang en række foreninger, som bruger huset, deltager i de netværk, som DFH har nedsat og faciliterer. *Netværk* er også en kerneydelse i huset.

Al foreningsservice og deltagelse i netværk er gratis for foreningerne, ligesom lån af lokaler er gratis.

Vi inspirerer til aktiv deltagelse, laver kampagner for frivilligt arbejde, og vi opsøges næsten dagligt

af mennesker, der ønsker guidning ud i civilsamfundets mange fællesskaber. Den kerneydelse kalder vi *Bliv Frivillig*.

Vi opsøges også af virkelystne mennesker i alle støbninger, som har en idé til at starte en ny gruppe eller forening, og i DFH er vi behjælpelige med at få projektet sat i søen og giver konsulentbistand til den gode start. Denne kerneydelse kalder vi *Projektvugge*.

Civilsamfundet vrimler med fællesskaber og med rådgivninger og støttetilbud. Vores opgave er at guide til det rette fællesskab/hjælpetilbud, og alle henvendelser er anonyme og uden nogen form for registrering. Denne kerneydelse, som også rummer selvhjælp, kalder vi *Deltagelse, rådgivning og selvhjælp*.

Social bæredygtighed efter corona

Efter at være landet i vores nye hus har 2022 i høj grad handlet om, at civilsamfundet kom i gang igen. En af "corona-senfølgerne" for civilsamfundet har været en gennemgående mangel på frivillige, og vi har derfor brugt en del ressourcer på at afhjælpe dette på forskellig vis – og med blandet succes.

2022 blev også brugt til at muliggøre, at Socialkompasset kan blive tilgængeligt i Aalborg kommune – for både foreninger, borgere og kommunale medarbejdere. Vi har afholdt møder med rådmændene fra fire forvaltninger – Job & Velfærd, Børn & Unge, Senior & Omsorg og Sundhed & Kultur – som alle har bidraget til finansiering og er gået ind i arbejdet med Socialkompasset.

På den mere dystre side har krigen i Ukraine resulteret i, at mange ukrainske flygtninge kom til Aalborg. Her har vi dog kunnet glæde os over de mange frivillige, der har meldt sig i den forbindelse og over det gode samarbejde med Aalborg Kommune omkring koordinering af indsatser. En god modtagelse og et

godt integrationsarbejde i kommune og civilsamfund lægger her grunden til social bæredygtighed på sigt.

Vi har også været begunstiget af et godt samarbejde med Aalborg Kommunes Kunstfond, som er resulteret i, at der i sommers kom dejlig kunst på væggene i mødelokaler og fællesarealer i hele huset.

På de indre linjer startede året med ansættelse af en ny konsulent og kort tid derefter en ny bogholder. I foråret sagde vi også farvel til to mangeårige kolleger, som begge er gået på pension. Det var på den ene side trist at sige farvel til mangeårige kolleger, og på den anden side spændende at få nye og yngre mennesker ind i huset – og en god anledning til at kigge på rutiner, arbejdsopgavefordeling, kernefortælling osv.

Bliv frivillig

Byvandring, inspirationsaftner og deltagelse i messer er der hvor vi kommer i dialog med flest mennesker. I 2022 var der i alt 63 tilmeldinger til vores inspirationsaftner og 74 til vores byvandring.

På baggrund af manglen på frivillige og med bevidstheden om de mange mennesker i Aalborg med international baggrund prøvede vi som noget nyt i 2022 at afholde et inspirationskursus på engelsk i samarbejde med en stor international virksomhed, Centrica Energy Trading, som formidlede det ud til alle deres internationale medarbejdere. I samme periode deltog vi på messen Internationals Fair i Nordkraft, hvor vi også gjorde opmærksom på arrangementet. De mange internationale er en stor ressource og mange har et stærkt ønske om at engagere sig, at bidrage og også at have et netværk uden for virksomheden. Inspirationsaftenen var en succes, som vi håber at kunne gentage.

Aktivitet	Antal
Byvandring	5
Inspirationsaftner	4
Messer	5
Gadekampagner	2

I året løb er det også blevet til en del møder med afdelinger i Aalborg Kommune - blandt andet Brobyggerne, Fremdrift, Voksenafdelingen og Job & Velfærd – om formidling af deltagelse i fællesskaber og frivilligt arbejde til de borgere, som medarbejderne møder.

Foreningsservice og projektvugge

2022 startede med endnu en udskydelse af Nytårskuren, men i løbet af foråret kom vi lige så stille i gang igen med de vante aktiviteter.

Således fik vi afholdt en forsinket nytårskur i foråret for de frivillige sociale foreninger. Vi har i årets løb også afholdt en række andre arrangementer for

foreningerne for at understøtte dem i deres arbejde, herunder to kurser om hhv. ledelse af frivillige og om brug af naturen i det frivillige sociale arbejde, en række oplæg og det store Frivilligmarked på Gammeltorv.

I september var vi værter, da March Mod Ensomhed kom til Aalborg, og vi var herigennem med til at sætte fokus på ensomhedsproblematikken. Fokus på trivsel og mental sundhed har også været afsættet for et samarbejde om opstart af ABC-føreløb i Fremdrift, Aalborg Kommune.

I efteråret har vi haft et særligt fokus på at understøtte foreningernes arbejde med rekruttering af frivillige, da mange foreninger har haft udfordringer med at skaffe nok frivillige efter et par år med corona. Vi har derfor arbejdet med en særlig indsats med forskellige nye tiltag, for at give en ekstra håndsrækning til foreningerne, bl.a. et øget pressearbejde og mulighed for at medarbejdere i DFH på vegne af en forening kunne skrive og opslå 'jobannoncer' på frivilligjob.dk – noget som kan være svært at nå, når man er presset af manglen på frivillige.

Udover det særlige fokus på rekruttering har vi i løbet af året understøttet foreninger med hjælp til alt fra konsulentstøtte, til roller som dirigent, ordstyrer og konferencier ifm. generalforsamlinger og prisuddelinger, og selvfølgelig også med lokaleudlån.

Der har været rift om lokalerne, særligt i eftermiddags- og aftentimerne, og der har været løbende forbedringer af lokaler og bookingsystem – i tæt dialog med Aalborg Kommune. En brugerundersøgelse, som blev gennemført i efteråret blandt de foreninger der har benyttet lokalerne, viser generelt en rigtig stor tilfredshed med lokalerne og servicen omkring dem.

Lokalebookinger 2022

Bookinger i alt	Foreninger og grupper
2515	247

Netværk

I 2022 har vi faciliteret og deltaget i flg. netværk:

Morgenmøde i børnebranchen – netværk for organisationer inden for børne- og ungeområdet. Har mødtes 3 gange i løbet af året. Netværket har især været optaget af genstarten efter corona og rekruttering af frivillige. Sidst på året blev mødeformen og indholdet justeret efter ønske fra de deltagende foreninger.

Netværket Dobbeltminoriteter – borgere med anden etnisk baggrund og med funktionsnedsættelse. Afholdt i samarbejde med Alzheimerforeningen og Aalborg Kommunes demenskoordinatorer et arrangement om demens.

Flygtningenetværket har i 2022 kun mødtes i forbindelse med informations- og koordineringsmøder arrangeret af Aalborg Kommune/Center for Tværfaglig Forebyggelse i forbindelse med modtagelsen af ukrainske flygtninge.

Vi opretter løbende nye netværk på baggrund af både henvendelser fra foreningerne og vores egne observationer. Vi har i 2022 forberedt opstart af et nyt netværk for ungdomsforeninger, som starter i 2023.

Find Hjælp og selvhjælp

I 2022 er der kommet flere nye frivillige tilbud inden for selvhjælpsområdet i Aalborg, hvor kommunens borgere kan finde hjælp og støtte, når de står i en svær situation.

Landsforeningen for PTSD-ramte og pårørende startede aktiviteter op i Aalborg, NEFOS (netværk for selvmordsramte) har etableret nye samtalegrupper for folk der har mistet til selvmord. Foreningen Jordforbindelsen har startet et nyt fællesskab for voksen-diagnosticerede mandlige aspergere.

Flere nye foreninger og projekter i DFH har haft fokus på unges mentale sundhed/trivsel i 2022.

Landsforeningen Ung Uden Mobning har afholdt gruppeforløb, og foreningen Daregender har startet nye fællesskaber op, hvor unge mænd i alderen 18-35 år kan mødes med ligesindede. Bindeleddet, Mentorbarn og Lær for Livet er andre eksempler på nye tilbud i Aalborg, der gennem mentorskaber matcher frivillige med børn og unge i udsatte livspositioner.

Tal og tendenser:

- Omkring 50 forskellige selvhjælps- og netværksgrupper mødes i De Frivilliges Hus
- Vi estimerer at et tilsvarende antal grupper mødes andre steder i Aalborg
- Vækst i online grupper/fællesskaber/hjælpetilbud/rådgivninger
- Generel tendens til flere fællesskaber for mænd og flere pårørendefællesskaber

Projekter og fokusområder i De Frivilliges Hus

Konkrete samarbejder med Aalborg Kommune

Som en del af Aalborg Kommunes netværk for kommunale frivilligkonsulenter fra forskellige forvaltninger har vi i 2022 bl.a. arbejdet med kommissoriet for en ny frivilligstrategi for Aalborg Kommune og været optaget af modtagelsen af de mange flygtninge fra Ukraine.

Vores tætte samarbejde og jævnlige kaffemøder med Center for Tværfaglig Forebyggelse bød i 2022 bl.a. på et samarbejde omkring modtagelsen af

flygtninge fra Ukraine og et samarbejde med Kvarterværkstedet omkring et løft til foreningerne i Aalborg Øst.

I samarbejde med forvaltningerne Senior & Omsorg og Sundhed & Kultur fik vi lavet nogle fine arrangementer i forbindelse med, at March mod ensomhed kom til Aalborg. Der var fællesspisning i De Frivilliges Hus på ankomstdagen og fælles morgenmad med en tale af rådmand for Senior & Omsorg Kristoffer Hjort Storm næste morgen, da marchen skulle sendes afsted på den videre færd gennem Nordjylland.

PR og kommunikation

Målet med DFH's eksterne kommunikation er at synliggøre og udbrede kendskabet til vores aktiviteter og tilbud, at synliggøre frivilligt arbejde for kommunens indbyggere, foreninger og frivillige samt at understøtte og inspirere til frivilligt arbejde. Til det har vi tre hovedkommunikationskanaler, Facebook, Nyhedsbrev og hjemmeside.

Vi arbejder løbende på at udvikle og tilpasse vores kommunikation på Facebook, så vi når ud til dem, vi gerne vil nå, med vores opslag – og ikke mindst så de bliver læst. Vores målgrupper er nogle gange foreninger, og andre gange mennesker der søger frivilligt arbejde/fællesskaber, eller mennesker der har brug for rådgivning eller hjælp. Vi har således en meget divers målgruppe, så det altid er en spændende øvelse at nå ud til de rigtige med det rigtige budskab.

Statistikken fra Facebook viser, at vi primært når ud til voksne kvinder, dvs. i mindre udstrækning til mænd og i meget ringe grad til unge under 25. For mændenes vedkommende kan det skyldes at flere kvinder end mænd har interesse for og følger med i frivilligt socialt arbejde, og det er i øvrigt også vores erfaring at 'vejen til mændene' ofte går gennem kvinderne. For de unge gælder det, at de ikke er på Facebook, men skal kommunikeres til gennem andre platforme. Vi har i 2023 fået 329 nye følgere og rækkevidden på vores opslag er 105.422 (heraf 33.326 betalte).

Vi har i 2022 udviklet vores nyhedsbreve, så der nu udkommer flere og kortere nyhedsbreve, indholdet er blevet med et mere fagligt relevant og der er flere nyheder fra civilsamfundet med. Der er i årets løb kommet 87 nye abonnenter, og noget tyder på, at de bliver læst, for der er i gennemsnit 7,5 klik pr. unikke åbning.

Kommunikation i tal	
Følgere på Facebook	3545
Opslag på Facebook	157
Besøgende på Facebook	7860
Nyhedsbreve	10
Abonnenter	600
Opslag hjemmeside	170
Besøg på hjemmeside	61.351

Selvom vi har fine besøgstal på vores hjemmeside, og den gennemsnitlige besøgstid er over 1 minut, så er der ikke så mange, der læser nyheder på hjemmesiden. Derfor har vi valgt at lægge færre nyheder op i selve nyhedsfeed'et og i stedet fokusere mere på fortællinger fra egen andedam.

I årets løb har vi været i Radio Nordjyske et par gange og snakke om manglen på frivillige og om March mod Ensomhed.

Kom Videre Mand

Projektet Kom Videre Mand har været en del af DFH siden 2018 via flere donationer fra Spar Nord Fonden. I 2021-2022 har en donation muliggjort en videreudvikling og udbygning af arbejdet med Kom Videre Mand, som nu er solidt forankret i huset.

I 2022 er der kommet 3 nye gruppeledere til hvoraf 1 har været på gruppelederkursus og 2 var i en slags 'føl-ordning' som gruppeleder. Årets fokus har især været på at styrke projektets 'ambassadørnetværk', som primært består af kommunale frontmedarbejdere, der møder mænd med forskellige problemer. I sidste halvdel af året oplevede vi for første gang, at tilmeldingerne kom i en lind strøm, så grupperne kunne starte som planlagt uden udsættelse – og endda så vi var klar med en gruppe allerførst på året i 2023. Særligt har et tæt samarbejde med jobcentret givet pote, idet projektleder og frivillig koordinator deltog i et personalemøde, hvor omkring 20 jobkonsulenter fik et godt kendskab til projektet.

Kom Videre Mand 2022 i tal	
Gruppeledere	9 aktive
Gruppeforløb	4
Deltagere	29 mænd
Forsamtaler (gennemført)	Ca. 35
Forsamtaler (aflyst/udeblevet)	Ca. 10
Gruppeledermøder	4

Kvalitetssikring, sparring og supervision har fortsat været et afgørende element i projektet, og fællesskabet i gruppelederteamet er blevet yderligere styrket. Der er blevet holdt kvartalsvise gruppeledermøder. Her har gruppelederne kunnet dele og reflektere over de udfordringer og overvejelser, der opstår i gruppeforløbene, og de har i fællesskab støttet hinanden og aftalt rammer og fælles fodslag i projektet. Året sluttede med en hyggelig julefrokost ude i byen som en markering af et velgennemført projekt, som fremover er forankret i huset. Dermed blev de aktive frivillige også anerkendt for deres store engagement og indsats, en forkælelse som er helt i tråd med husets tilgang til at involvere frivillige i projektarbejde.

Meningsfulde fællesskaber i naturen

I 2022 startede vi et nyt tre-årigt projekt op på baggrund af en bevilling fra Friluftsrådet. Med projektet Meningsfulde fællesskaber i naturen er målet at få flere psykisk sårbare og ensomme unge (16-30 år) med i fællesskaber ved at bruge naturen både som ramme og metode. Baggrunden er, at der de senere år er der kommet mere opmærksomhed på hvilke gavnlige effekter naturen kan have på os mennesker, og særligt under corona-pandemien søgte flere ud i naturen.

Vi har udarbejdet et aktivitetskatalog med natur-aktiviteter der understøtter fællesskabet, og i løbet af 2023 vil der blive afholdt kurser for frivillige i at bruge natursociale metoder i arbejdet med sårbare unge.

I 2022 har vi været i dialog med en række foreninger, der arbejder med målgruppen, men som typisk ikke bruger naturen i deres aktiviteter. Målet er at klæde eksisterende og nye frivillige på til at tage unge med ud i naturen, og derigennem også åbne op for flere og nye fællesskaber for unge.

Samarbejdsrelationer

DFH har en række oplagte samarbejdspartnere, hvor udveksling af erfaringer og gensidig inspiration er essentiel og andre, hvor konkret anvendelse af hinandens kompetencer og serviceydelser finder sted. En central del af vores samarbejder, særligt i Kommunen, har også til formål at understøtte vores brobygningstiltag. Brobygning handler særligt om at sikre kendskab og adgang til de frivillige sociale tilbud blandt borgere i Aalborg, hvilket ofte sker gennem kommunale frontmedarbejdere.

- DFH har en formel samarbejdsaftale med Aalborg Kommune, Forvaltningen for Sundhed og Kultur.
- DFH's lederteam deltager i kvartalsmøder med Center for Tværfaglig Forebyggelse, Aalborg Kommune. Møderne er uformelle samtaler og orientering om projekter, værdier og tendenser, samt afdækning af behov indenfor civilsamfundsrettede tiltag og brobygning.
- Lederen af DFH deltager i et ledernetværk med de øvrige frivilligcenterledere i Nordjylland.
- Souschefen i DFH er udpeget som regionens repræsentant til vores landsorganisation FriSes frivilligcenterudvalg (Frivilligcentre og Selvhjælp Danmark). Udvalget samarbejder med FriSes sekretariat om idéudvikling, kvalitet og tendenser på frivilligcenterområdet på landsplan.
- DFH's leder er valgt til FriSes bestyrelse og deltager i bestyrelses- og udviklingsarbejdet i vores brancheorganisation.

- Souschefen deltager i Aalborg Kommunes frivilligkonsulentnetværk med deltagelse fra forvaltningerne Sundhed & Kultur, Job & Velfærd, Senior & Omsorg, Børn & Unge og By & Land.
- Souschefen sidder i bestyrelsen i Den Sociale Skadestue som repræsentant for DFH.
- Souschefen sidder i følgegruppen for Headspace.
- Ledelsen er sparringspartner for Frivilligrådet i Aalborg Kommune.
- DFH har et samarbejde med Aalborg Universitetet som praktiksted
- DFH er medlem af og deltager i netværksmøder i Foreningen Socialøkonomi Nordjylland.

Ledelse og økonomi

Virksomhedsplan

I 2022 har vi taget hul på en ny virksomhedsplan med titlen "Social bæredygtighed i meningsfulde fællesskaber". Virksomhedsplanen blev udarbejdet i 2021 i samarbejde mellem personale og bestyrelse i DFH med ønsket om, at social bæredygtighed i højere grad bliver en integreret del af bæredygtigheden i almindelighed og tænkes med, når vi sætter handling bag diverse bæredygtighedsinitiativer og -strategier.

Med virksomhedsplan 2022-23's fokus på både meningsfulde fællesskaber og social bæredygtighed ligger vi i tråd med både samfundsudviklingen og med Aalborg Kommunes verdensmålsstrategi, hvor der også er fokus på social bæredygtighed.

Ledelse

Efter et år med store forandringer, flytning, ny leder og coronaudfordringer i 2021 blev 2022 året, hvor meget faldt på plads på de interne linjer. Ledelsesfokus var især på trivsel blandt medarbejdere, tydelighed i retning og god kommunikation internt som eksternt, samt udvikling af nye ideer og projekter, som skal realiseres i de kommende år.

Inden sommer blev der gennemført en grundig APV-proces, som efterfølgende er blevet fulgt op af aftaler og justeringer. I efteråret blev der gennemført MUS og LUS samtaler mellem leder og alle medarbejdere. Både APV og MUS/LUS benyttede et digitalt system, som viste sig at være et nyttigt værktøj til processerne og opfølgningen. Resultaterne tyder på, at medarbejdere er i god trivsel, stolte af deres arbejdsplads, glade for deres opgaver og tilfredse med husets ledelse.

Økonomi

Driftsøkonomien i De Frivilliges Hus er sammensat af et kommunalt tilskud og en fast grundfinansiering fra Socialstyrelsen. Desuden indgår der løbende forskellige projektbevillinger i husets samlede økonomi, hvilket er med til at sikre udviklingsarbejdet og nye tiltag på det frivillige sociale område. I 2022 har projektmidlerne været øremærket Kom Videre Mand samt Meningsfulde Fællesskaber i naturen.

År 2022 sluttede med et lille underskud – bl.a. på baggrund af et overskud fra det foregående år. Der er fortsat en sund økonomi i huset med en god egenkapital til at dække evt. perioder mellem projektbevillinger i fremtiden.

Fundraising og projektudvikling

En central opgave i ledelsesteamet er at sikre husets samlede økonomiske fundament fremadrettet. Derfor har teamet også 2022 brugt betydelige ressourcer på at udvikle relevante projekter og udarbejde fondsansøgninger. I årets løb er der således blevet beskrevet et større fremtidigt projekt vedr. selvhjælp, som endnu ikke er realiseret, men som også i de kommende år vil være et udviklingsområde. Vi ser selvhjælp som en afgørende del af civilsamfundets rolle i velfærden fremover, og arbejdet med selvhjælp vil blive udbygget og styrket i de kommende år.

I 2022 lykkedes det at få 3 nye bevillinger i hus, dels i samarbejde med kollegaer i andre frivilligcentre og med landsorganisationen FriSe og dels i samarbejde med kommunen. Det betyder, at 2023 kan starte med udrulningen af Socialkompas i Aalborg kommune samt opstarten af projektet 'Frivillig i fællesskab', et projekt hvor unge STU-elever møder og afprøver frivillighed i praksis. Efter sommer 2023 starter et yderligere projekt op: 'Selvhjælp mod ensomhed', hvor vi for første gang tager fat på selvhjælpsarbejdet i huset i samarbejde med flere andre frivilligcentre med støtte fra den A.P Møllerske Støttefond.