

Møteplasser for integrering og inkludering

Torill Sørenssen
Frivillighetssentralen

Folkehelse

- Summen av det vi gjør for å bedre folkehelsa
- Nye utfordringer: Ensomhet, fattigdom, fedme, inaktivitet m.m.
- Sentralen er en helsefremmende møteplass
- Frivillighet er bra!

Vaffel og vårrull – mat fra hele verden

”Jeg heter Torbjørn”



Prosjektet Vaffel og vårrull

- Idéen kommer fra Kampen frivilligsentral
- Prosjektet ble startet gjennom Folkehelsekomitéen
- Finansiering kommer via fylket, midler fra IMDi (Integrerings- og mangfoldsdirektoratet)



Først lager vi maten, så spiser vi den

Målene er blant annet:

- Å etablere en møteplass for folk i alle aldre og fra alle land, og dermed bidra til kjennskap og vennskap
- Å lage kokebok



Er'e så nøye?

- En lærer bort en matrett til de andre
- Alle har en oppgave
- Best med mat som krever mye arbeid, mat laget på dugnad
- Vi snakker norsk



Dette har vi lært:

- Vi blir kjent gjennom å gjøre noe sammen
- Vi trenger ikke være gode i norsk
- Man kan kombinere mat fra mange land
- Det er veldig sosialt



”Torbjørn er en kjempekjekk kar, en kjempesjanse”

- Vi skriver ned oppskriftene hver gang
- Vi har ”navnelek”
- Vi løser verdensproblemer og øver på kj-lyden



”Hot and noisy”

- Folk er med fordi de trives
- Det felles måltidet er veldig hyggelig
- Det er fint med deltakere fra mange land



Vi har gitt ut kokebok!

- Lanseringen ble dekket i media
- Vi jobber med bok nr. 2



Foto: Maria Louisa Heimdahl

Vær så god, idéen er gratis

- Prosjektet kan gjentas av andre, frivillighetssentraler, organisasjoner og grupper
- ... og det er gøy!



Dørslag er et vanskelig ord

Helsefremmende arbeid

- Vi trenger møteplasser
- Initiativet må komme nedenfra og opp
- Vi lager ikke sunn mat, vi lager den maten vi har lyst til å lære bort



Andre aktiviteter

- Strikkekurs, strikkekafé – sammen med Husflidslaget
- Leksehjelp – sammen med biblioteket
- Flyktningeguide/ flyktningevenn
- Innvandrere kan også være frivillige



Frivillige organisasjoner

- Støtte til organisasjoner som bidrar til integrering og inkludering
- Vise fram de gode eksemplene

