



Våren 2026

Åpningstider:

Mandager og onsdager fra klokken 10-14. Stengt påskeuken samt helligdagene. Er det andre dager dere ønsker å stikke innom eller om det er behov for et møte, ta kontakt så får vi til det.

Aktiv i 100

Oppstart mandag 4. mai

Trimmen på mandager og fredager med Johs Harviken går som normalt ut april. Dette gjelder også balansetreningen på mandagene. Aktiv i 100 turene starter opp mandag 4.mai. Da er det oppmøte som vanlig på parkeringsplassen på Gausdal Arena kl. 10. Program vil komme etter hvert.

Aktiviteter

På Frivilligsentralen

Frivilligsentralen lånes ut gratis til lag og foreninger. Ønsker du å skape en ny møteplass/aktivitet, ta kontakt så kan vi se om vi får til et samarbeid omkring dette. Faste aktiviteter i løpet av uken med unntak av trim er barseltreff, formiddagstreff, datahjelp og språkkafe. Det er plass til flere på alle våre tilbud.

Frivilligmøte

Tirsdag 17.mars kl.10.30-12.00

Vi inviterer alle frivillige til frivilligmøte tirsdag 17.mars kl.10.30. Her går vi igjennom årsrapporten for 2025 i tillegg til at vi ønsker tilbakemeldinger fra dere på driften, aktivitetene, oppfølgingen dere får som frivillig etc. Påmelding til Tine tlf. 96 01 25 21. Kaffe og kringle. Velkommen!

Gjensidigestiftelsen

Bevilget 99 000 kr

Frivilligsentralen har søkt midler fra Gjensidigestiftelsen, og fått tildelt 99 000 kr. Dette er midler som skal brukes på aktivitetstilbud til seniorer. Frivilligsentralen ønsker seg innspill på hva disse midlene kan brukes på. Har du noen tips eller ønsker?

Hittil har midlene vært brukt på nettbrettkurs og foredrag. Planlagte aktiviteter i vår:

- [Carpet Bowls](#) i Kultursalen tirsdag 24.mars. Dette blir moro! En blanding av bowling og boccia som utføres på et langt teppe innendørs. Kaffe og biteti. Gratis! Det hadde vært gøy å få til dette som fast aktivitet! Kom og prøv, og er det

interesse så kan vi låne sal og teppe til dette om noen vil bistå som frivillig på aktiviteten

- Foredrag med Randulf Valle på Gausdal Folkebibliotek onsdag 18.mars kl.19.00. Han snakker om friluftsliv og sine turer i Gausdal, Norge og utlandet
- Seniordansedag i kultursalen onsdag 29.april i samarbeid med Seniordans på Lillehammer. Kaffe og biteti. Gratis!

Det planlegges også et kurs i slektsforskning til høsten i samarbeid med historielaget.

Besøksgruppe på Follebutunet

Oppstart våren 2026

Handletralla på Follebutunet avvikles og erstattes med et tilbud der frivillige besøker beboere sammen som gruppe annen hver torsdag. Oppstart i vår. Er dette noe du kunne tenkte deg å være med på?

Behov for flere frivillige

Besøksvenner

Vi har behov for flere besøksvenner til personer som bor i privat hjem. Som besøksvenn besøker du en fast person en time i uka eller to timen annen hver uke. Man skal ikke bidra med praktisk hjelp, men være en sosial kontakt.

Er det noe du ønsker å ta opp eller lurer på så ikke nøl med å ta kontakt.

Vi legger også ut relevant informasjon på facebooksidene vår og i kalenderen på hjemmesiden vår. Sjekk ut begge her:

<https://www.facebook.com/gausdalfrivilligsentral/>

<https://gausdal.frivilligsentral.no/>

Ønsker dere en riktig god vår, og god påske når den tid kommer! Vårlig hilsen fra Gausdal Frivilligsentral

