

# Frivillighetens år 2022 - bli med oss på feiringen

Regjeringen har besluttet at 2022 markeres som Frivillighetens år. Aktiviteter gjennom året skal være med på å synliggjøre frivillige organisasjoner og frivillighetspolitikken i Norge. Målet er å bidra til økt deltakelse, mangfold og synliggjøring av merverdien frivillig sektor bidrar med i samfunnet.

Frivillighetens år skal ha utallige markeringer og arrangementer over hele landet gjennom hele året. Det vil være lokale tilstelninger, regionale markeringer og nasjonale kampanjer.

Ett av de store arrangementene er: **Sykkelturen**

Dette er en sykkelturn gjennom hele landet. Norges Frivilligsentraler står i bresjen for arrangementet, men samarbeider med flere andre organisasjoner, bl.a. Pensjonistforbundet.

Hele landet inviteres til å bli med på sykkelturn. Vi skal løfte frivilligheten, på hjul fra Nordkapp til Arendal. Hvert fylke har fått tildelt en uke. Startskuddet går på Nordkapp 21. mai og turen avsluttes ved oppstarten av Arendalsuka 15. august.

Målet med sykkelturen er å synliggjøre viktigheten av fellesskap og enkeltmennesket som ressurs. Belyse merverdien av å føle seg inkludert og til nytte i samfunnet, og å oppleve gode relasjoner i hverdagen.

***Sammen skal vi sykle, for å skape gode og inkluderende lokalsamfunn, og vi oppfordrer deg til å bli med på å gjøre sykkelturen til tidenes happening!***

**Nedenfor ser dere hvilke steder og datoer sykkelturen går gjennom Vestland fylke:**

Vestland: 7 sykkeltapper

Nr	Uke	Dag	Dato	Start	Mål	Ant	Km	Fylke	Sentral
33	6	Ons	22.06.2022	Klenkarberget stadion	Malakoff, Nordfjordeid	1	10	Vestland	Selje Frivilligsentral
34	6	Tor	23.06.2022	Florø i Kinn kommune	Movika i Sunnfjord kommune	5	77	Vestland	Gaular frivilligsentral
35	6	Fre	24.06.2022	Sogndal	Lærdal	1	30	Vestland	Luster frivilligsentral
36	6	Lør	25.06.2022	Hosteland	Nordhordalandsbrua	4	53	Vestland	Manger Frivilligsentral
37	6	Søn	26.06.2022	Norheimsund	Voss	4	64	Vestland	Voss frivilligsentral - Nabobeino
38	7	Man	27.06.2022	Nesttun	Sandviken	5	29	Vestland	Møllaren frivilligsentral
39	7	Tir	28.06.2022	Kvinnherad	Stord	1	63	Vestland	Kvinnherad frivillighetssentral

Vi deltar gjennom hele turen med vår egen sykkel «Pensjonisten», en el-sykkel med plass til to passasjerer.

Første etappe fra Nordkapp til Honningsvåg sykles av Trond Halvard Nedrebø, redaktøren av vårt medlemsblad «Pensjonisten». Ankeretappen fra Froland til Arendal sykles av vår forbundsleder, Jan Davidsen.

## Hvordan kan dere delta lokalt?

### - Pilot eller passasjer

Har dere noen i lokalforeningen som er glad i å sykle, kan dere spørre om vedkommende vil være pilot på vår sykkel på en etappe som er i tilknytning til deres kommune. Dere kan også melde på passasjerer på sykkelen på etappen. Om det er utfordrende å finne en pilot innad i foreningen, kan dere spørre noen utenfor, og melde medlemmer i lokalforeningen på som passasjerer. Kanskje noen har barn eller barnebarn som er ivrige syklister? Eller andre dere kjenner?

### - Aktiviteter langs ruta eller på stoppested

Ut over å kunne delta på selve sykkelturen blir vårt bidrag lokalt å lage aktivitet, liv og røre langs sykkelruta i egen kommune.

#### Forslag til aktiviteter:

- Har dere en sanggruppe/kor/musikanter kan disse underholde.
- Hva med å være en suppestasjon, et fruktstopp eller steke vafler.
- Dere kan også arrangere leker. Leker som passer både barn og eldre hadde vært kjekt. Eksempler på dette kan være hestekokasting, ringspill, kubbespill, kaste på blikkbokser osv.

Vi håper dere allerede nå kan drøfte og finne frem til hva dere ønsker å delta med. Dette er en fin anledning til å komme sammen og finne på noe kjekt!

**Kontakt den lokale frivilligsentralen for ytterligere informasjon og hvordan dere ønsker å bidra.**

Frivilligsentral	Telefon	E-post
Selje Frivilligsentral	958 69 223	<a href="mailto:post@selje.frivilligsentral.no">post@selje.frivilligsentral.no</a>
Gaular Frivilligsentral	412 03 807	<a href="mailto:sandra.hjonnevag@sunnfjord.kommune.no">sandra.hjonnevag@sunnfjord.kommune.no</a>
Luster Frivilligsentral	456 65 954	<a href="mailto:post@luster.frivilligsentral.no">post@luster.frivilligsentral.no</a>
Manger Frivilligsentral	979 71 215	<a href="mailto:manger.frivilligsentral@alver.kommune.no">manger.frivilligsentral@alver.kommune.no</a>
Voss Frivilligsentral - Nabobeino	971 77 985 / 916 71 027	<a href="mailto:post@voss.frivilligsentral.no">post@voss.frivilligsentral.no</a>
Møllaren Frivilligsentral	948 58 883	<a href="mailto:post@mollaren.frivilligsentral.no">post@mollaren.frivilligsentral.no</a>
Kvinnherad Frivilligsentral	900 76 543	<a href="mailto:veronica.thorsen@kvinnherad.kommune.no">veronica.thorsen@kvinnherad.kommune.no</a>

**Å delta her er også utrolig positivt med hensyn til verving av nye medlemmer.**

Ta med bannere og beach-flagg, og still i bekledning som viser at dere representerer Pensjonistforbundet lokalt. I tillegg er det mye gratis materiell som kan bestilles i nettbutikken, bl.a. grunnpakken for verving og en flunkende ny vervebrosjyre.

***Bli med å feire frivilligheten sammen med oss  
- synliggjør lokalforeningen som en viktig frivillig aktør i din kommune.***