



Informasjon fra bydel Nordstrands Frivillighetssentraler

Besøk oss på gården i sommer !

Vår frivillighetssentral holder til når du leser dette, åpent mandag til lørdag i hele sommer, til på Lambertseter gård. Helt frem til 19. august. Frivillighetssentraler skal nemlig ha som målsetting å være tilgjengelige når nesten alt annet tar ferie; at vi skal skape "nærmiljøtreffsteder" i en sommer som kan bli for stille for mange av oss. Familie reiser bort og andre tar ferie til utpå høsten. Og så skal folk kunne komme til oss i et ująlete og enkelt miljø og det skal være lett å benytte våre tilbud prismessig. Våre priser er derfor såkalte lavterskeltilbud, noe som betyr at våre faste priser og tilbud ellers er "overkommelige" for alle. Vi inviterer også til bussturer tuftet på samme idé. Den ene tirsdag 15. juli er fulltøget, men sett deg på venteliste og den andre er kortere i reise og tid den 12. august. Den koster kun kr. 180,-, inkl. inngangspenger og enkel servering underveis.

De daglige priser i sommer i vår enkle kafé på gården er :

- | | |
|-----------------------------------|----------|
| • En vanlig kopp kaffe | kr. 5,- |
| • En enkel kake eller halv vaffel | kr. 10,- |
| • Pin-up ispinne | kr. 10,- |
| • Wienerpølse i lompe | kr. 10,- |
| • Mineralvann i flaske | kr. 15,- |



Har du lyst på en nabopratt så skal du henvende deg til Reidun, vår frivillige som er fast "inventar" hos oss. Hun sørger for at blomstene får vann og hun elsker å sitte ute på den grønne skjermede plenen bak huset når det er fint vær. Alle dagsavisene og endel tidsskifter har vi liggende fremme hvis du har lyst til å lese dem.

FINKAKETIRSDAGER !

Tirsdager er "finkake-tirsdag". Da koster kaffe og en litt "avansert" kake tilsammen kr. 25,- og kommer du på en tirsdag utenom da vi drar på bussturer så kan du også få oppleve litt hyggemusikk og sang. Ja, kanskje til og med være med på allsang. Vær derfor oppmerksom på ...

TIRSDAG 29. JULI KL. 12.30

– Leikny spiller og synger ... også opp til allsang

Dette er en dag som er planlagt med at det skal bli underholdning. Da kommer Leikny Strømme med et allsidig program, egne og andres viser og mer til byr hun på og akkompagnerer seg selv på både piano og gitar. Det er ingen påmelding. Bare kom !

Tirsdagene ellers i sommer ...

Avtal med andre du treffer om at ja, på TIRSDAGER da skal du komme på gården i 12.30 – tida. Med unntak av tirsdag 22. juli, for Prøysen-kvelden er flyttet til dagen etter, så vi gjør ikke noe ut av dagen før som er en nasjonal sørge dag. Men ellers på tirsdagene : Da skal dere møtes over en finkake og en god prat på gården. Kanskje blir det litt underholdning og allsang. Og så avslutter vi oppholdet på gården tirsdag 19. august kl. 12.30. Da skal det ihvertfall bli "litt ekstra", men påmelding er ikke nødvendig.

Hilsen Oss i frivillighetssentralen på Lambertseter

Frivillighetssentralen tilbyr :

Lyst på planting av blomster i balkongkasse eller i blomsterbed ?

Som frivillig har vi nå Mette som har "grønne fingre" og hun har rett og slett LYST til å komme til deg. Og du er da en som ikke greier å kjøpe inn, plante, luke, stelle og vanne blomster selv, men synes det er så hyggelig å se ut på en fargerik balkongkasse eller blomsterbedd. Sommeren er lang, det er ennå ikke for sent å få dette ordnet og Mette er klar ! Du skal bare betale for det som må kjøpes og litt for bensinforbruk til Mettes bil ... og kanskje at du spanderer en kopp kaffe på Mette når jobben er gjort. Det liker hun godt !

Arbeid med hus og hage

Hus og hage kan være et ork når en bor slik og ikke har helse til å ordne noe selv. Men vi kan skaffe ungdom som må få noe betaling for slikt som gressklipping, hekkklipping og beising av "et og annet". Ta kontakt så vurderer vi om oppgavene passer de unge vi har til rådighet.

Vi kan gjøre mye annet også

Våre frivillige på Lambertseter bor slik nettopp fordi de IKKE ønsker å ha bryderi med hus og hage., men gjennom hele sommeren holder vi åpent, er tilgjengelige, og du kan spørre om :

- Mindre praktiske bistandsoppgaver som bildeoppheng, feste av hengsler, bytte lysstoffrør, sette opp persiener etc.
- Følge til lege, tannlege og forskjellige andre følgeoppdrag
- Henting av hjelpemidler fra hjelpemiddellageret til Oslo kommune.
- Bortkjøring av "ting og tang", altså mindre enheter, til søppel fyllplass eller Fretex/loppemarked.
- Handleoppdrag når du ikke har vedtak om det fra hjemmetje nesten eller at du får et behov for å handle noe som du har glemt å be hjemmehjelpen om eller et nytt behov som oppstår. Vi kan for eksempel også gå på apoteket eller biblioteket for deg.
- Og da hagearbeid mot en liten betaling som vi skaffer ungdom til å utføre. De kan gjerne benytte din egen gressklipper, rake/rive/spade/ hagesaks mm., men kan også ta det med seg.

Ring når situasjonen oppstår fra nå og i hele sommer til 22 29 19 00 og forespør om våre tjenester. Telefontid fra kl. 0900 – 1630. (lør 11- 15)



Bli med på tegne- og malekurs på Lambertseter gård fra 4. til 15. august!

Nordstrand Kunstscole arrangerer sommerskole for barn fra 6 - 14 år, i tegning og maling. Det er fortsatt plasser ledig på kursene som arrangeres de to siste ukene av skolens sommerferie.

Kurs 2, uke 32:

4. august - 8. august, 6-12 år

Kurs 2, uke 33:

11. august - 15. august, 10-14 år

Les mer på våre hjemmesider: www.nordstrandkunstscole.no

For påmelding og informasjon: Nordstrand Kunstscole Cathrine Ockernah Tlf: 928 22 368, Mail: post@nordstrandkunstscole.no

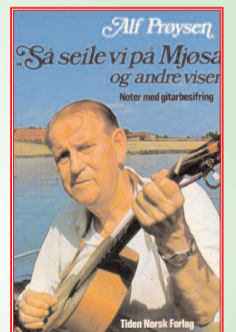


Sommerkveld på Gården onsdag 23. juli kl 17.30

Vi markerer 100 årssdagen for Alf Prøysen's fødsel

Vi har jo tradisjon for å ha en sommerfest på gården. En liten vri er det at vi nå legger den til tidligere på sommeren i stedet for at den avslutter sommeroppholdet vårt på gården som blir fra 16. juni til 19. august.

Vi markerer som sagt 100 årssdagen for Alf Prøysen's fødsel og vi får besøk av noen som gjennom sang og musikk setter folkedikteren i fokus.



Det er Marianne Svenning på obo, Pia Møller Johansen sang og Patrick Møller Johansen som spiller gitar og piano. Noen Prøysen-stubber skal også fortelles. Fra vårt musikknett blir det dansemusikk utpå kvelden.

Serveringen denne kvelden blir reker/loff og spekemat/flatbrød, samt Munkholm/mineralvann. Har du lyst på pils, rødvin eller hvitvin til maten kan du få kjøpt det. Det går også an å få kjøpt et lite glass likør når det senere blir servert kaffe og kaker.

Å delta på denne sommerkvelden på gården koster kr 150,-. Meld deg på til telefon 22 29 19 00.