



ÅRSBERETNING 2007



Visjonen

Det moderne samfunn legger an et tempo og et forventningspress som gjør at mange kommer på etterskudd, føler lite harmoni, – og får mestringsproblemer. Tidvis er dette noe vi alle opplever. NaKuHels mål er å gjøre noe med dette. Ved å etablere lokale møteplasser der deltagerne kan engasjere seg i natur- og kulturaktiviteter, skal opplevelser og et godt og inkluderende fellesskap styrke mestringsevnen, bedre livskvaliteten og dermed gjøre oss bedre rustet til å møte hverdagen.

All aktivitet skjer etter egen lyst og evne.

NaKuHel ønsker på sikt å bli landsdekkende med lokale, selvstyrte sentra.

Virkemidlene for å realisere visjonen skal i hovedsak bestemmes ut fra lokale forhold og vil innebære et mangfold av muligheter.

Verdier

NaKuHel skal tilstrebe en væremåte og finne aktiviteter ut fra begrepene:

Gledesbringende, Langsiktig, Aktiviserende og Inkluderende, – derav mottoet GLA'I.

1. Organisasjon

Styret

Vegard Olderheim (styreleder)

Annelene Sett Gjessing, Hilmar Lunde, Jan Roger FUSDahl, Arthur Collett Knudtzon

Terje Reinertsen og Margaret Wathne (styremedlemmer)

Jan Martin Larsen og Anne-Karin Gravelle (varamedlemmer)

Johan Aalerud fra Nesbru Rotaryklubb (observatør)

Daglig leder Kristin Bredal Berge har fungert som styrets sekretær. Styret har avholdt 7 møter og behandlet 43 saker.

Ansatte og frivillige

Bemanningen ved senteret utgjorde inntil oktober 1,35 % stilling. Fra 1. november ble konsulentens 35 % stilling tilbakeført til sin opprinnelige 50 %. Den store aktiviteten i Smia og planene med å komme i gang med helgekafé i Bryggerhuset på Tveiter fra nyttår av, gjorde at det ble opprettet en 25 % stilling knyttet til kaféene og tilretteleggingen for de frivillige på disse arenaene. Et par personer har vært på arbeidstrening til enhver tid. Aktivitetene på senteret drives på frivillig basis. Betydelig frivillig innsats er også lagt ned i resepsjon/sekretariatsoppgaver, regnskap, data, vedlikehold og drift forøvrig. Renholdet og deler av regnskapet utføres av medarbeidere engasjert på timebasis.

På bakgrunn av årlig registrering siden 1999 av den frivillige innsatsen, viser følgende tabell anslått omfang:

Pr år / år	1999	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007
Ca antall frivillige	64	73	76	75	75	80	100	110	120
Ca frivillige timer	5805	6250	5 540	7 000	8 564	9 000	12 500	15 000 +	20 000

Antallet betalende medlemmer i NaKuHel-nettverket pr 31.12.07 var 300, hvorav 240 har betalt avgift for trygdet/ student/barn.

Stiftelsens økonomi

Stiftelsens økonomi viser et overskudd på kr 151 386. Total omsetning er kr 2 316 544.

Den betydelige frivillige innsatsen som ytes ved senteret gjør at senteret har en stabil og stor aktivitet gjennom hele året. Samtidig ser vi at salget og aktivitetene i Smia kulturkafé har bidratt til styrke stiftelsens økonomi noe. Den økonomiske støtten fra Kulturdepartementet som Frivillighetssentral (kr 255 000) og fra Asker Kommune (kr 300 000) er imidlertid helt nødvendig for Stiftelsens drift. Det må fortsatt arbeides kontinuerlig med å sikre nødvendige økonomiske midler til driften.

Lokaler/anlegg/miljø

Stiftelsen disponerer "Biavlsbygningen", "Smia" og "Tangen" tilhørende Universitetet for Miljø og Biovitenskap (UMB), inkludert drivhus og hage. Gapahuken på Flåbekk står på kommunal grunn, men driftes av NaKuHel-senteret. "Tangen" er den gamle husmannsplassen som ligger karakteristisk til ute på odden i Sems vannet. Gjennom betydelig dugnadsinnsats har både hus, hage, strand og sti blitt rustet opp til bruk. Videre har det blitt utført god dugnadsinnsats på "Bryggerhuset" (opprinnelig Drengestua) på Tveiter gård. "Bryggerhuset" er et 150 år gammelt hus, ca 200 m² i karakteristisk sveitserstil, - eiet av Asker kommune. I forbindelse med kommunens målsetting om å åpne Tveiter gård mer opp for publikum, har NaKuHel-senteret fått oppdraget med å drive "Bryggerhuset" etter at det er ferdig rehabilitert.

2. Aktiviteter

Målsettingen med våre aktiviteter er å drive NaKuHel-senteret på Sem i Asker, til beste for alle som er tilknyttet senteret som frivillige, deltakere og besøkende. Vi ønsker å bidra til økt livskvalitet gjennom å tilrettelegge for en inkluderende møteplass med et mangfoldig tilbud av natur- og kulturaktiviteter og et godt, sosialt fellesskap. Dette gjør vi først og fremst gjennom NaKuHel-gruppene, kaféen og samarbeidsprosjekter.

NaKuHel-gruppene

Kjerneaktiviteten vår er gruppeaktivitetene, som ledes av frivillige og som gjør det mulig at NaKuHel-senteret fungerer som en møteplass der mennesker og miljøer møtes, lager nettverk og skaper et mangfold av tilbud og aktiviteter. I 2007 har 27 grupper vært aktive. I tillegg kommer grupper i regi av leietakere, slik at det til enhver tid er godt over 30 grupper i sving. Her vises en oversikt over gruppe, gruppeleder og antall personer i våre grupper pr 31.12.07:

GRUPPE	GRUPPELEDER(E)	ANTALL DELTAKERE
Vise- og allsang ("Alf")	Anne-Lise Sukke / Bengt-Ole Nordstrøm	40
Kor ("Sem Vocalis")	Randi Hagen / Berit Walaas (til april) / M. Markussen	12
Litteratur (tirsdager)	Liv Rivalsrud	10
Litteratur (onsdager)	Ingunn Oftebro	5
Naturfag	Hilmar Lunde	10
Lokalhistorie	Knut Wang / Knut Larsen (fra november)	15
Drivhus og hage	Jan Roger FUSDahl	10
Maling	Kjell Rasmussen	12
Livssyn og etikk	Kjell Solli	10
Norsk-somalisk kvinnegr.	Khadra Bihi / Anne-Karin Gravelle	10
Likemannsgrupper (man/fre)	Per Erik Anderssen / Torbjørn Stengrimsen	14
Sufi/meditasjon	Kirsten Arnesen	9
Samtalegruppe for kvinner	Anne-Karin Gravelle	4
Filosofi	Jon Holten	10
Turgruppe (mandager)	Roald Hansen	15
Turgruppe (onsdager)	Gerd Sæther	24
Bridge	Tor Håkon Torsvik / Kjell Solli	8
Teater	Meg Skjelmerud	3
Seniornett (t.o.m. juni)	Jan Tønseth	27
Rotary-kontakten	Finn Haraldseth / Håvard Tveitane	10
Reise- og utfluktsgruppe	A. Ertzeid/P.E. Anderssen/K. Nordvang/T. Stengrimsen/M. Lauritzen	71
Konversasjonskafé	Jens Christian Anderssen	15
Meditasjon	Ellen Rene Stokke	6
Vedic Art (mandager)	Ragnhild B. Ugstad	6
Vedic Art (tirsdager)	Anne-Marie Brännstrøm	6
Vedic Art (onsdager)	Ragnhild B. Ugstad	6
Vedic Art (torsdager)	Berit Wexelsen	6

Det finnes egne brosjyrer for gruppene, og de møtes på forskjellige dager og ulike tider etter egne ønsker. Gruppene ledes av en eller flere frivillige gruppeledere. Til enhver tid deltar 300 - 400 personer regelmessig i gruppeaktivitetene og/eller benytter senteret fast gjennom året. Senteret og gruppene besøkes kontinuerlig, og inkludert arrangementer, turgåere og leietakere antydes et ukentlig antall på ca 400 – 500 besøkende. Gruppelederne og deres støttespillere gjør at vi til enhver tid har et mangfoldig og svært rimelig tilbud som er lett tilgjengelig for mange mennesker. Det har blitt arrangert tre gruppeledermøter i år. Her er gruppenes egne årsmeldinger:

Vise- og allsanggruppen ”Alf”

Visegruppen har fått en god del flere medlemmer etter at Smia ble tatt i bruk. Det er god stemning og variert repertoar. Vi synger mye flerstemt, og det er godt fremmøte. Bengt-Ole er vårt gode midtpunkt! Vi har ikke laget noen spesielle planer for 2008, og fortsetter i det gode sporet vi er i.

Koret ”Sem Vocalis”

I vårsemesteret hadde vi vikar, sangeren Berit Walås. Hun var et spennende bekjentskap, og lærte oss mye om sangteknikk. Høstsemesteret har vi hatt tilbake vår faste dirigent, Merete Markussen. Selv om vi ikke er mange, er det stor sangglede i koret, mye takket være vår meget energiske dirigent. Vi synger firstemt, med sanger fra mange land. Noen enkle, men også noen vi må strekke oss for å få til. Når vi lykkes med dette, er vi ekstra fornøyde. Vi ønsker oss noen nye medlemmer, slik at vi ikke blir så sårbare når noen er borte. I høst hadde vi kor-kafe i Smia. Vi inviterte koret Rause Røster, og sang for hverandre og for venner og familie. Dette er noe vi ønsker å utvikle videre. Ellers har koret deltatt i vaffelsteking i Smia, og enkeltmedlemmer har deltatt på andre arrangementer i senteret.

Litteraturgruppen (tirsdager)

Vi leser en bok til hvert møte, men bruker to møter på samme bok hvis den er tykk. Bøkene bestemmer vi sammen – kommer med ønsker og blir enige. Noen ganger leser vi valgfri bok, dvs. vi leser forskjellige bøker, og forteller hverandre om innholdet. Vi leser både ny og eldre litteratur, og vi forsøker å lese bøker fra forskjellige deler av verden. Vi har vært på kino sammen og skal også besøke Litteraturhuset i vår, helst i forbindelse med et foredrag der. Mange av fraværene skyldes sykdom av kort eller lang varighet. Vi har godt fremmøte, god stemning på møtene, vi får pratet en del med hverandre om andre ting enn bøkene, og jeg har inntrykk at møtene betyr mye sosialt for deltagerne.

Litteraturgruppen (onsdager)

Denne gruppen startet opp i høst da den ”gamle” litteraturgruppen var full. Noen av de som hadde vært med i starten av den ”gamle” gruppen tok initiativet til en ny gruppe, denne gang på kveldstid etter mye de samme linjene som tidligere, da vi har bare gode erfaringer med dette opplegget. Det spennende er at vi har to utenlandske deltakere og en mann, dette gjør våre samtaler meget interessante når bøkene skal diskuteres. Vi startet 4 personer og er nå oppe i 8!

Naturfag

Gruppen ble startet om høsten, og har siden jobbet mye med geologien i området. Planen fremover er å registrere og dokumentere noe av det plante- og dyreliv som finnes rundt Sems-vannet og eventuelt andre steder i Asker. Målet er å *få mer ut av turen ved å gå inn i naturen*. Gruppen deltakere innehar varierende naturfaglig kunnskap, men alle med interesse for saken.

Lokalhistorie

Gruppen har vært inne i en periode med noen endringer. Tidligere gruppeleder Reidar Bakke ble syk og døde denne høsten. Knut Larsen har overtatt ansvaret for gruppen, denne har konsolidert seg og i løpet av høsten har møtene kommet i gang igjen på månedlig basis og med godt fremmøte. Temaet for det kommende halvåret er gårder i Asker.

Drivhus og hage

Også i år leide vi drivhuset på Blakstad sykehus for å drive fram alle våre planter. Dessverre blir det siste gang, da husleien blir for høy, - men det ble en fantastisk avling av både grønnsaker, urter, bær og blomster. Det pågående damprosjektet i hagen er snart utført. Gruppen freste opp jorden på "Tangen" og satte poteter der for at det skal bli kjøkkenhage til neste år, både for barnehagen og hagegruppen. Det ble en beskjeden eplehøst (150 liter saft), da trærne vi høster på Blakstad bærer frukt bare annet hvert år.

Maling

Den samarbeider meget godt og har et givende sosialt samvær. Hver og en arbeider med egne ideer på fritt grunnlag, men utveksler også erfaringer. De fleste har deltatt i mange år og har opparbeidet gode kunnskaper om maling med akryl. De utstillingene gruppa arrangerer på NaKuHel-senteret høst og vår viser mange fine arbeider. Gruppa besøker fra tid til annen kunstutstillinger for å samle inntrykk for malingen og for hyggelig samvær.

Livssyn og etikk

Gruppa har hatt et stabilt deltakerantall. Temaene som har vært grunnlag for dialogen på hvert møte, har vært spennende og engasjerende. Deltakerne finner hele tiden nye, viktige temaer å snakke om, alltid temaer med relevans for livene til mange av oss. Vi søker å unngå tørrprat og egensentrerte opplevelser, og opplever at dialogen blir dypere og mer verdifull. Gruppen har og levet i over 10 år, uten at opplegget er endret, og er, tror jeg, ganske unik.

Norsk – somalisk kvinnegruppe

Vi startet med å møtes en gang i uken i høst, og vi var til tider 20 personer så behovet for mer plass meldte seg. Som den første gruppen fikk vi ta i bruk "Bryggerhuset" fast annen hver onsdag kveld. Vi startet med samtale, matlaging, strikking, hekling, og vi har også tatt i bruk symaskiner (våre private), da det var et sterkt ønske om å lære det. I forbindelse med Ramadan tok vi pause. Det har vært stor interesse for å delta på svømmekurs, som endelig har kommet i gang igjen på nyåret. Gruppen har tre norske og to somaliske ildsjeler som gjør det mulig å holde den i gang, blant annet fordi deltakerne trenger transport for å komme seg opp til Sem på kveldstid. Gruppen er nå klar til å motta nye medlemmer.

Likemannsgruppen

Vi opplever en fin og stadig bedre fungerende gruppe som møtes regelmessig mandag og fredag. I tillegg til likemannskaféen vår hvor vi snakker om løst og fast med avsluttende tur rundt Semsvannet, har vi den siste tiden startet et nytt og spennende "prosjekt"; fordypning i ulike temaer som har livsmestrings-potensialer. For tiden drøfter vi Ikkevoldskommunikasjon, og skal lære oss "giraffspråket" som vil gi oss en ny og bedre empatisk kommunikasjon tuftet på den verdenskjente amerikanske psykolog Marshall B Rosenbergs bok "Nonviolent Communication". Et uhyre viktig og interessant tema som vi, etter hvert som vi får bedre kunnskaper om teknikken, vil kunne gjøre kjent for andre deltagere/grupper ved senteret. Vi har også planer om å tilføre gruppen nye medlemmer via annonse, eller kanskje mer trolig gjennom "headhunting" av menn i vårt nærmiljø som kan ha nytte av å oppleve vårt gode fellesskap.

Sufigruppen

Den åpne kvelden første onsdag i måneden gis innføring i meditasjonsøvelsene etter hvert som vi gjør dem, mens den 3. onsdag i måneden er for dem som har erfaring med meditasjon. I 2008 vil vi møtes to ganger i måneden. Senteret ble også benyttet til weekendkurset den første helgen i november. Vi trives bare bedre og bedre på NaKuHel :)

Samtalegruppe for kvinner

Har hatt en varierende deltakelse, men noen trofaste har det vært så vi samles hver uke og er alltid klare til å ta i mot nye deltakere.

Filosofigruppen

I første halvdel av 2007, avsluttet gruppen sin gjennomgang av den systematiske delen av etikken og etisk tenkning. Gruppen tok så mål av seg å organisere opplegget som en studiegruppe ved å velge boken om "Den Gode Samtale", skrevet av filosof Helge Svare. Målsetningen er å gå gjennom de enkelte kapitlene i en dialektisk ramme. Forhåpentligvis blir gruppen i stand til å avslutte gjennomgangen ved å invitere NaKuHel - medlemmer (og eventuelt andre) til et seminar om Den Gode Samtale til høsten 2008.

Turgruppe (mandager)

Det har gått veldig fint med turene i 2007, - og vi ser frem til å ta fatt på nye turer i 2008! Vi har lagt opp til 15 turer fra februar til St Hans. Det er plass til flere på turene våre.

Turgruppe (onsdager)

Turgruppa er veldig stabil. I høsthalvåret har vi hatt en utmeldt og tre innmeldte (nye) medlemmer. Flere står på venteliste. I høsthalvåret hadde vi 12 turer: 4 i Bærum, 3 i Kjekstadmarka og 5 i Asker. Det er godt fremmøte på turene, ca 20 pr gang. Føler vi er en godt sammensveiset gruppe som trives i hverandres selskap. Vårens turliste er satt opp med 14 turer: 4 turer går i Bærum, 1 i Røyken og 9 i Asker. Vi prøver å legge opp til et variert turprogram, og er heldige som har en så mangfoldig og flott natur rundt oss, med kort vei til både sjøen og marka. Målet for 2008 er å fokusere enda mer på hva som skjer i naturen rundt oss, både vår og høst, med blomster, fugler og dyr. Dessuten har vi en meget interessant geologi i vårt område.

Bridge

Gruppa er nyetablert, og all begynnelse er som kjent vanskelig. De bridgeinteresserte hadde et ganske stort spenn mht kunnskap og forventninger. Noen ville lære fra bunnen av, noen var mer erfarne, noen kunne bare komme av og til, andre kom hver spillekveld (som var en gang i uken) og noen reiste på langtidsferie! Tiltross for dette, ser det ut til at vi er på vei til å få en gruppe på bena, selv om det i skrivende stund ikke er helt klart om vi lykkes. En av lederne bidrar med undervisning og know-how, som er meget nyttig for gruppa. Vi er i kontakt med Asker Bridgeklubb og bridgelæreren på Folkeuniversitetet, med håp at dette skal kunne gi flere deltakere i gruppa vår.

Teater

Selv om vi ikke er så mange i gruppen, er aktiviteten og stemningen god. Vi jobber med improvisasjon, teatersport og dramaøvelser, - og presenterer helst egne ting når anledningene byr seg. Gruppen har bestemt at på nyåret møtes vi annenhver onsdag i stedet for hver uke.

Rotary-kontakten

Gruppen har møttes for å drøfte samspillet mellom Rotary-klubbene og NaKuHel-senteret, samt felles prosjekter, ikke minst "Semiaden". Møtene har bidratt til at rotary-medlemmer og senterets folk har blitt bedre kjent med hverandre, og at oppgaver og behov har blitt koordinert.

Reise-og utfluktsgruppen (RUG)

Nok et vellykket år for gruppen i 2007, med mange gode tilbakemeldinger fra fornøyde deltagere som har opplevd interessante reisemål gjennomført på en arrangementsmessig tilfredsstillende måte. Det er avviklet 4 dagsturer på Østlandet, og en meget vellykket 3 dagers tur til Skagen i Danmark (i april). Det er mange naturskjønne og interessante steder vi besøker, hvor vi gjennom mange flinke guider også får øket vårt kulturelle kunnskapsnivå. Stor kulturell vitebegjærighet i gruppen! Vi tror at mange av deltagerne i RUG virkelig opplever betydningen av den såkalte

”grønne resepten”. Vi føler at vi er den gruppen ved NaKuHel-senteret som kanskje sterkest opplever hver gang vi er på tur sammen effekten av den helsebringende ”mixtur” av natur og kulturopplevelser basert på et godt inkluderende felleskap.

KonversasjonsKafeen

KK har som formål å lede en samtale rundt et dagsaktuelt tema som for eksempel hendelsen i Sofienbergparken, de 5 - 10 000 "ansiktsløse" med endelig avslag på asylsøknad og lignende. Samtalegruppene skal ikke være større enn 8, og et "vertskap" skal sørge for at alle slipper til og alle skal slippe til. Temaene foreslås på møtedagen, og ingen skal kjenne alle svar, men være åpne for å uttrykke seg og høre andres mening.

Meditasjon

Vi har i løpet av året gjennomgått innsiktsmeditasjon med fokus på sitte-, gå- og spisemeditasjon. Ellers fokus på sittestilling og pust og øvet enkel zenmeditasjon i Pater Bernard Durels tradisjon og retreter. Vi utforsket videre på andre teknikker, samt at vi har vært innom meditasjon med fokus på forskning: Hva skjer med kropp, hjerne og som åndelig utviklingsvei. Vi har snakket om disse temaene, samtidig som vi har sittet i stille zen-meditasjon i ca 20 minutter etterfulgt av en kort gåmeditasjon, med ny stillhet.

Vedic Art

Har for tiden fire fulle grupper. Vi trives og synes det fungerer bra, til tross for liten plass. Blant nye aktiviteter er at en gruppe har startet med croquis, og en annen gruppe med å vise frem ”månedens bilde”. Det har blitt arrangert Vedic Art weekendkurs og sommerkurs.

Seniornett

Det viste seg at mange i målgruppen hadde vanskeligheter med å komme til NaKuHel-senteret for å få hjelp til dataspørsmål, og Seniornett-gruppen valgte derfor å følge opp med sin støtteordning og kompetanse hjemme hos de eldre og på seniorsentrene i kommunen. Ressurspersoner i gruppen tilbød seg allikevel å hjelpe til på NaKuHel-senteret etter behov, samt at det ble stilt maskiner og annet utstyr til rådighet. Martin Vånars bidrag med hjemmesiden er uvurderlig.

”Kultursmia” kafé

Etter et drøyt års drift, kan vi slå fast at byggingen og etableringen av ”Kultursmia” har vært et vellykket prosjekt; som en god møteplass for besøkende til senteret og kaféen, som et trivelig sted for frivillige innsats og arbeidstrening, og som også viser seg å være økonomisk bærekraftig. Kaféen holder åpent de aller fleste hverdager kl 10 – 14 og helgedager kl 12 – 16. En stor takk til Arne Larsen som bidrar med bakeekspertise, og Kristin Hanevold og Inger Ann Hestad som begge har gjort det mulig å utvikle Smia med en variert meny hver dag og sørget for at gode rutiner har kommet på plass når det gjelder innkjøp, produksjon og daglig drift. De har også bidratt på en meget god måte å skape trygghet og trivsel hos alle involverte aktører i Smia.

Prosjekter og samarbeid

En av intensjonene for NaKuHel-senteret, er at aktiviteter og tilbud utvikles og foregår i et samarbeid med enkeltpersoner, organisasjoner, det offentlige, næringslivet og andre. Nedenfor er en kort omtale av de mest sentrale prosjekter og samarbeidspartnere.

Opprustning av ”Tangen”

”Tangen”, den gamle husmannsplassen, vakkert beliggende på odden i Semsvannet, - ble gjort tilgjengelig for stiftelsen i forbindelse med arbeidet med å få i gang en barnehage. Det ble inngått avtale med eieren UMB. Dugnadsarbeidene pågikk hele våren og sommeren for å klargjøre huset, uthuset, hagen og stien ned til eiendommen. Rundt hele eiendommen og på begge sider av stien over jordene til eiendommen, er det satt opp nytt gjerde og nye porter. Både innen- og utendørs er det gjort et omfattende arbeid, som gjør at ”Tangen” fra august av fremstår som funksjonell og en fantastisk idyll. Mange har vært engasjert i dugnadsarbeidet, bl.a. medlemmer fra Nesbru og Skaugum Rotaryklubber, DI-gruppen og entusiastiske enkeltpersoner, men uten familien Gjessing sin innsats, hadde vi ikke kommet i mål allerede dette året. En stor takk til prosjektleder Annette Sett Gjessing, samt Annelene Sett Gjessing og Morten Gjessing. Hele høsten har ”Tangen” blitt benyttet som base for NaKuHel☺Barnehagen, samt at ulike møter og sammenkomster har funnet sted her. Under ”Semiaden” besøkte 100-vis kaféen og dette eventyrstedet!

Oppstart av barnehage

Annette Sett Gjessing har også stått for arbeidet med å starte opp NaKuHel☺Barnehagen. Idéen har vært å benytte ”Vevstua” som base, men å frigjøre dette bygget til formålet, har foreløpig ikke latt seg gjøre. Som nevnt ovenfor, ble ”Tangen” en arena som kunne tas i bruk, - samt NaKuHel-senteret og Sem Grendehus. Barnehagen med 18 barn startet opp 1. august, og tilbyr et natur-kultur-helse – konsept og kontakt mellom generasjonene. Den er organisert som en forening med eget styre og egen økonomi. NaKuHel☺Barnehagen er et flott supplement til ”NaKuHel-familien”! Stiftelsens styre er imponert over Annettes innsats med å barnehagen. Se www.nakuhelbarnehagen.no

Arbeidstrening

DI-gruppen utfører en del oppgaver knyttet til driften av senteret, som for eksempel vedlikehold og praktisk arbeid inne og ute. I perioder har vi også samarbeidet om arbeidsoppgaver knyttet til kjøkkenet/servering og resepsjon. Gjennom NAV har fire personer hatt arbeidstrening, - alle inspirerende medarbeidere som har bidratt til den daglige driften av Smia og senteret for øvrig.

Rådgivning og dugnader

Skaugum Rotaryklubb fortsetter å bidra med ressurser og arbeidskraft der det trengs! Også Nesbru Rotary Klubb har engasjert seg, både på dugnader og ikke minst i arbeidet med ”Semiaden” (se nedenfor). Skaugums medlemmer har deltatt på dugnad vår og høst i NaKuHel-hagen, samt under opprustningen av Bryggerhuset (Drengestua). Gjennom ”Rotarykontakten” annenhver torsdag har senteret og klubbens medlemmer møttes til planlegging/koordinering og praktisk arbeid ved behov.

”Semiaden

”Semiaden” er en ny satsning for utvikling av turkultur, for felles opplevelser og få økt kunnskap om Semsvannsområdet, Askers ”1000-års sted”. Med grundig planlegging, ca 100 frivillige i sving og nærmere 1000 deltakere (ca 500 betalende) ble ”Semiaden 07” den 23.9., meget vellykket. Alle skoleelever i Asker fikk informasjon om arrangementet, det ble satset mye på kontakten med sponsorer og media og ikke minst hadde rotaryanere fra Nesbru og Skaugum utarbeidet en rekke informative og morsomme poster langs løypa, inkludert en friluftsgudstjeneste i hagen. NaKuHel-senteret stod for serveringen, som fant sted på ”Tangen”, ”Bryggerhuset”, Gapahuken og i ”Smia”. Prosjektleder Håvard Tveitane fra Nesbru Rotaryklubb fortjener en særskilt fremheving for sin gode og entusiastiske ledelse. Arrangementet medførte trivelig og nyttig samarbeid på tvers av grupper og klubber, det bidro til kjærkomne inntekter til senteret. ”Semiaden” vil bli videre utviklet og planlegges gjennomført på nytt 14.9.2008.

Samarbeid med Asker kommune

Asker kommune er en nær samarbeidspartner på flere måter; for eksempel ved at ulike brukergrupper besøker senteret, ofte med helsepersonell, og enkeltpersoner som benytter senterets tilbud. Vi har inngått avtale med kommunen om tilsynet for Semsvannsområdet på årlig basis. Vi samarbeider med DI-gruppen om den praktiske gjennomføringen. Barnehager besøker senteret, og vi gjennomfører kulturelle tilbud på institusjoner. Vi har videre bidratt med innspill til Asker kommunes Frivillighetsmelding. Styreleder og daglig leder har deltatt i forberedende møter rundt Hasselbakken ("Frivillighetens Hus" i Asker). Daglig leder har vært med i juryen for utdeling av Frivillighetsprisen i Asker også dette året.

Daglig leder er medarbeider i kommunens folkehelsearbeid. I år har det vært særlig fokus på et **Frisklivprosjekt rettet mot ungdom**, som har vært et samarbeids/partnerskapsprosjekt mellom Friskvernklubben, Asker kommune og NaKuHel-senteret. Ungdommene har blitt gitt et bredt sammensatt program inntil 4 dager i uken, hvorav en av dagene finner sted hos oss, - med friluftsliv, fysisk aktivitet, sosialt fellesskap og matlaging på programmet. Videre har daglig leder stått for "Gå til skolen", som er et prosjekt for å få skoleelevene i Asker-skolen til i større grad å gå til skolen, og bli bevisstgjort hvorfor dette er viktig. De beste klassene hver måned har blitt premiert; 1. – 3. klasse med aktivitetsutstyr og 4. – 7. klasse med en badeformiddag i Risenga svømmehall. Daglig leder har også jobbet med andre folkehelseoppgaver i samarbeid med kommuneoverlegen, deltatt på seminar/konferanser i fylkets regi, m.m.

Jansløkka skole og NaKuHel-senteret har fortsatt samarbeidet rundt **"Bli bedre kjent med nærmiljøets natur og kultur"**. Skolen opprettholder matlagingsundervisningen i gapahuken, har skolehagen i NaKuHel-hagen og vi har bl.a. tilrettelagt for at skolen kunne hente juletre, - og som en gjenytelse skal de rydde søppel rundt Semsvannet til våren. Det har blitt laget ferdig enda flere hefter med 40 turforslag med kart ut fra skolen, og i år har det blitt satt i gang "Bli bedre kjent ..." -prosjekter også andre steder i Akershus, i regi av Oslo og omegn friluftsråd. Takk til Olav Grosvold som år etter år bidrar med sine store kunnskaper og erfaringer innen området.

I vår kom byggearbeidene i gang på **"Bryggerhuset" (tidligere Drengestua) på Tveiter gård**. Asker kommune har stått for prosjektering og restaurering av den 150 år gamle bygningen i sveitserstil, inkludert en gammel bakerovn, - som viser seg å fungere meget godt. NaKuHel-senteret har bidratt med frivillig innsats og arbeidstrening på en del av oppgavene. Noen arbeider gjenstod i desember, men det flotte huset ble i desember "innviet" med en markering for de involverte. NaKuHel-senteret skal fra neste år drifte lokalene med kafé og egnede arrangementer.

Nordisk konferanse om Friluftsliv og Psykisk Helse

I partnerskap med Miljøverndepartementet har vi jobbet med å tilrettelegge for og gjennomføre en nordisk konferanse om Friluftsliv og Psykisk Helse på Sem 16. – 18.9.. Hensikten med konferansen var å dele kunnskap og erfaringer fra forskning og praksis i Norden. Konferansen fant sted på Sem Gjestegård, med ca 120 deltakere, også fra Island, Sverige og Danmark. I forbindelse med gjennomføringen av konferansen, ble flere av gruppene våre engasjert, - og bistod med erfaringer, tilrettelegging og informasjon. Martin Vånar sin innsats med hjemmesiden må fremheves, se www.nakuhel.no/friluftpsykhelse.

Samarbeid med NaKuHel Norge og NaKuHel-nettverket i Akershus

NaKuHel-nettverket har jobbet videre med å inspirere til samhandling mellom ulike miljøer og økt fokus på natur- og kulturaktiviteter for å styrke stedsidentitet, bedre lokalmiljø og livskvalitet. Nettverket har bl.a. utviklet en plan for dette i Akershus. Daglig leder sitter i prosjektgruppen. I desember arrangerte gruppen en temadag; "Livsglede for eldre" i Akershus fylkeskommunes lokaler, - med ca 130 deltakere! Daglig leder ble i oktober invitert til å holde et foredrag om erfaringene fra NaKuHel-senteret på en nordisk konferanse i Lund i Sverige. For NaKuHel Norge, har vi tilrettelagt for møter, ført regnskap, formidlet kontakt, m.m.

Arrangementer

- **”Semsvannsrunden”**: 150 personer har deltatt regelmessig vår/høst, og mange T-skjorter delt ut. Det ble arrangert en sesongavslutningsfest, med litt servering og premieutdeling til Jess Danielsen, som siden starten har gått imponerende 130 onsdagsrunder!
- **Kulturuken i Asker**: ”Smia” ble valgt som arena for vårt bidrag til Kulturuken; det ble et fargerikt og internasjonalt preg med dansere fra Burma, trommeslagere og dansere fra Somalia og Ghana, teatergruppen vår, samt servering av mat fra mange land. Mange besøkende og topp stemning!
- **Bienes Dag**: Samarbeidet med Asker Birøkterlag og Bærum Birøkterlag om ”Bienes Dag” har blitt en årlig tradisjon
- **Jule- og englemarked**: Gjennomført i samarbeid med DI-gruppen, med verksteder og aktiviteter, riding for barna, utsalg, lefse- og flatbrødbaking, levende musikk og kafé
- **Medlems/julefest**: Servering av julemat og forskjellige kulturinnslag fra egne rekker
- **Utleie/tilrettelegging**: Forskjellige foreninger og grupper har leiet små og større rom for møter, helgekurs og arrangement gjennom hele året og vi har tilrettelagt for seminarer, kurs og arrangementer.
- **Utstillinger**: Elevutstilling ved Malegruppen og Vedic Art-gruppene, Jack Johnsen, Kirsten Hauge, med flere (maleriutstillinger)
- **Foredrag/omvisninger**: for humanitære organisasjoners møter og info på institusjonsbesøk
- **Foredragsserie i ”Smia” i vårsemesteret**
 - ”Kultstedet, - midtpunkt i liv og landskap med Asker som eksempel” ved sivilarkitekt og rådgiver Arne E. Sæther
 - ”Mat, fysisk aktivitet og helse, tro og – eller viten”, ved professor og tidligere rektor ved Universitetet i Oslo, Kaare Norum
 - ”Helseparadigme på sykeleie - hvordan en enøyd helseforståelse underminerer vårt helsevesen og vår velferdsstat”, ved felthumanist & prosjektleder for helsesatsingen i Statoilavdelingen Tyrihans SubSea, Øyvind Marstein
 - ”Når makt blir avmakt”, ved sokneprest Ole Jørgen Sagedal
 - ”Ikke bland doktor’n borti helsa di!” ved lege Magnar Kleiven

Andre aktiviteter

- **Studenter**
 - Undervisning for studenter ved Universitetet for Miljø og Biovitenskap
 - Praksis i folkehelse for 3. års studenter fra Høgskolen i Oslo, Fysisk aktivitet, friluftsliv og helse
 - Praksis i folkehelse for en 3. års sykepleierstudent fra Høgskolen i Akershus
 - Praksis i folkehelse for 3. års studenter fra Norges Idrettshøgskole, Fysisk aktivitet for Funksjonshemmede (FAF)
- **Samfunnstjeneste**

Tre personer har gjennom Kriminalomsorg i frihet, utført sin samfunnstjeneste ved senteret. Dette ser ut til å ha fungert godt for den enkelte, KIF og senteret
- **Deltakelse på konferanser og nettverk**
 - Anne-Karin Gravelle og Kristin Bredal Berge har deltatt på regionkonferanse for frivillighetssentralene
 - Kristin Bredal Berge er leder for nettverksgruppen for ledere av frivillighetssentralene i Asker, Bærum og Follo. Hun deltar også i et nettverk for andre slike ledere.

3. Konklusjon/utfordringer

2007 ble et aktivt og godt år for stiftelsen. Vi har sett at satsningen på Smia har samlet virksomheten og gitt et nødvendig løft på mange plan. De hyggelige lokalene har gitt flere mennesker kjennskap og/eller tilhørighet til møteplassen NaKuHel-senteret, vi kan tilby triveligere arenaer for frivillige, arbeidstreeningen, de besøkende og omgivelsene ellers. Med Tangen og Bryggerhuset på plass har vi allerede sett at nye prosjekter og arrangementer dukker opp. En stor takk til alle som har deltatt og bidratt med stor entusiasme, kloke hoder og villige hender!

Av utfordringer i tiden fremover vil vi særlig nevne følgende;

I samarbeid med Asker Kommune og med andre frivillige aktører ønsker vi å medvirke til å utvikle og sikre Semsvannsområdet til beste for Askers befolkning. Et element i dette er at vi kan få disponere vår nabobygning, "Vevstua", for allmennheten og utvikle denne blant annet som et viten/kunnskapssenter for området.

Omfanget av NaKuHel-senterets virksomhet er nå blitt så stort at det krever betydelig administrativ innsats. Vi ønsker å benytte den frivillige innsatsen først og fremst til selve aktivitetene for deltagerne. Vi ser for oss å måtte øke den administrative staben, og at dette delvis vil kreve lønnet arbeid. Vi har en utfordring i å skape økonomisk grunnlag for dette.

Sem i Asker, 31.3.2008

Margareth Wathne
styremedlem

Vegard Olderheim
styreleder

Annelene Sett Gjessing
styremedlem

Arthur Collett Knudtzon
styremedlem

Hilmar Lunde
styremedlem

Jan Roger FUSDahl
styremedlem

Terje Reinertsen
styremedlem