



Navn:

Adresse:

Postnr.:

Tlf:

E-post:

Født:

Skoleelev/student: ☐

Yrkesaktiv: ☐

Ikke i jobb: ☐

Jobberfaringer:

.....
.....
.....

Interesser/hobbyer:

.....
.....
.....

Er det opplysninger om deg selv som du tenker kan være relevant for din frivillige innsats:

.....
.....

Hvor ofte kan du tenke deg å bistå som frivillig?

- ☐ Oftere enn en gang pr uke
- ☐ Ca. en gang pr uke
- ☐ Sjeldnere enn en gang pr uke

Disponer du bil? ☐ Ja ☐ Nei

Kan du gjøre en innsats i høytider? ☐ Ja ☐ Nei

Behersker du følgende språk?

- ☐ Engelsk
- ☐ Tysk
- ☐ Fransk
- ☐ Spansk
- ☐ Tegnspråk

Kan du andre språk, i så fall hvilke?

.....

Ønsker du å få brev/informasjon via:

- ☐ Brev
- ☐ E-post

Hvilke oppgaver tror du passer for deg?

Bistand eldre:

1. **Følgetjeneste på dagtid** (lege, tannlege, sykehus)
☐
2. **Besøksvenn** (besøk, rusleturer, sosiale opplegg)
☐ Hjemmeboende
☐ Institusjoner, bo og service senter, Lillehammer Helsehus
3. **Lørdagskaffe i sentralen**
☐

Bistand flyktninger/innvandrere:

- ☐ «En til en» - kontakt / leksehjelper
- ☐ Delta på faste aktiviteter i sentralen:
Nyheter på norsk, Tverrkulturelle håndarbeidsgruppe, skolehjelp, språkkafe
- ☐ Bistå nybosatte flyktningfamilier

Individuell veiledningstjeneste:

- ☐ Hjelp til data, Pc, mobil
- ☐ Hjelp til å forstå/behandle offentlige papirer

Bistand andre:

- ☐ Blinde / svaksynte
- ☐ Fysisk / psykisk funksjonshemmede
- ☐ Reservebesteforeldre

Gruppeleder:

- ☐ Sorggrupper
- ☐ Evnt andre grupper

Praktiske oppgaver/dugnader:

- ☐ Vertinne på dagtid
- ☐ Bistå ulike arrangementer
- ☐ Plukke søppel i nærmiljøet
- ☐ Dele ut brev fra sentralen i eget nærområde
- ☐ Små vaktmester oppdrag i sentralen
- ☐ Små gartneroppdrag på uteplassen vår

Medarbeider i bruktbutikken Ting og Tøy

☐ Jeg ønsker å bistå Ting og Tøy

Natteravn:

☐ Jeg ønsker å gå natteravn

SmåJobbsentralen (kun for pensjonister og uføre)

☐ Jeg ønsker å bistå SmåJobbsentralen, mot en godtgjørelse

Lillehammer/..... 20.....

.....