

# Sosiale samlinger i Bodø

**Ragnhild Frøseth** og **Christian Wang**

Lærere på Bodø videregående skole – alternativ opplæring.  
Frivillige for HELT MED i Bodø

**HELT MEDs sosiale samlinger i Bodø ble etablert på nyåret 2022 med Christian Wang og Ragnhild Frøseth som frivillighetsledere. De jobber også som lærere på alternativ opplæring ved Bodø videregående skole. Gjennom jobben har de kjennskap til mange i gruppen, og noen har vært elever ved skolen. For dem var det en klar fordel at mange kjente hverandre fra før i oppstarten. Nå er det vel 10 aktive arbeidstakere som er med på samlingene. Når det gjennomføres sosiale samlinger dekker HELT MED et lite tilskudd til aktivitetene som holdes en gang i måneden, og samlingene gjennomføres innenfor skoleruten.**



Ragnhild Frøseth



Christian Wang

HELT MED i Bodø har en egen lukket Facebook-side hvor arrangementene legges inn og deltagerne kan trykke skal eller ikke utfra hvilke aktiviteter som arrangeres. Aktiv deltakelse er viktig og innhold i samlingene er basert på arbeidstakernes interesser, ønsker og forslag. Til tross for at det er frivillig å delta, da man ikke kan forvente at samtlige liker alle aktivitetene som gjennomføres. Eksempler på innhold i samlinger er kafe, bowling, Bodø -Glimt-kamp, sommeravslutninger, julebord, frisbee golf, gymsal, spise på restaurant, brettspillkveld, stand up, lazertag og escaperoom. I tillegg er det alltid litt arbeidsprat på planen og jobbspesialist Roger Strand fra FREM Bodø/ HELT MED har ofte deltatt på disse samlingene.

I 2023 søkte HELT MED i Bodø ekspressmidler hos DAM-stiftelsen for å kunne gjøre noe helt spesielt for og med gjengen. I samarbeid med Redd barna ble det søkt og de fikk innvilget et tilskudd

på 40 000kr. I tillegg støttet Ungt entreprenørskap Nordland med 10 000 kr. Med en liten egenandel hver kunne gjengen reise til Oslo på helgetur i november 2023. Der overnattet de på Scandic Oslo City og gjennomførte mange ulike aktiviteter, både sammen og individuelt. De spiste gode måltider, og fikk fine erfaringer og opplevelser gjennom helgen. Redd Barna hadde et eget kurs for arbeidstakerne med søkelys på inkludering og medvirkning, som var nyttig og interessant for alle. Helga ble avsluttet med fotballkamp på hotellskjermen, hvor Bodø Glimt ble seriemestere til stor begeistring for alle. Ragnhild poengterer at en *slik tur skapte ikke bare gode opplevelser, men knyttet gruppa tettere sammen, styrket samhold, tilhørighet og vennskap*. Frivillighetslederne uttrykte at dette også var svært verdifullt for dem å ta del i. Ragnhild mener at en slik tur *ville være vanskelig å gjennomføre uten de ekstra midlene. En ting er det*



Sosial samling og fest med HELT MED gjengen i Bodø. Artist Julian Jørgensen Øines varmet oss opp før Marcialonga Arctic Race dagen etter. Foto: Jarle Eknes

*økonomiske aspektet, det andre er mulighet til å dra alene på egenhånd kanskje uten foresatte. For mange vil dette være utfordrende. Christian tilføyer at å reise slik i en større gruppe med trygge voksne sammen med seg, gjør at de blir selvstendige utvikler seg. De må pushe grenser og de utfordrer seg på en annen måte på egen hånd som er en god erfaring å ta med seg videre.*

For Hans Petter betyr gruppa tilhørighet og samhold. Det å reise på turer sammen som ei gruppe gir trivsel og respekt for hverandre; *I Oslo kunne vi dra på forskjellige aktiviteter og at det var rom for det, betydde mye fordi vi er ulike og har forskjellige behov.* Besøket på butikken Outland i Oslo var helt klart en «høydare» for Hans Petter, og nå gleder han seg til ny tur, og ikke minst til at Outland kommer til Bodø. Frivillighetslederne tok opp



på et sosialt treff hva gruppa og de sosiale treffene betydde for dem. Det som går igjen hos de fleste er den sosiale verdien og det å kunne treffe andre i lignende situasjon. Videre at man kommer seg ut fra hjemmet og ikke blir så alene. Vennskap nevnes som sentralt for flere, og det at man kan dele erfaringer med hverandre har stor verdi for mange.