

Bli kjent med Sofie Skriung, FAU-leder ved Nøkleby skole



- Med Hjerte for Lisleby arrangeres 25. mai
- Vårmarked i skolehagen på Haugeåsen ungdomsskole
- Aktiviteter på samfunnshuset
- Les om ungdomsutvalget til Lisleby FK



25. MAI



LISLEBY SAMFUNNSHUS

Velkommen til kulturfestival på Lisleby

Søndag 25. mai klokka 13.00-17.00 arrangeres kulturfestivalen «Med hjerte for Lisleby», på Lisleby samfunnshus.

Dette er en festival av folk fra Lisleby – for folk på Lisleby. Her møtes nærmiljøet gjennom aktiviteter, mat, drikke og kulturopplevelser.

– Vi gleder oss til å samle lokalsamfunnet på Lisleby til en dag med kulturopplevelser på tvers av generasjoner, sier områdeutvikler i Fredrikstad kommune, Ann Helen Hjemli.

For hele familien

Arrangementet «Med hjerte for Lisleby» er et samarbeid mellom områdesatsingen i Fredrikstad kommune, Fredrikstad Nord Frivilligsentral og befolkningen på Lisleby.



– Vi håper det er mange som tar turen. Festivalen skjer både innendørs og utendørs, på uteområdet rundt Lisleby samfunnshus og på sentralidrettsanlegget, forteller Hjemli.

Det blir opplevelser for hele familien, og mange ulike organisasjoner og ildsjeler på Lisleby er engasjerte i planleggingen. Lisleby Allstars e-sport skal rigge datamaskiner, sånn at publikum kan lære mer om e-sport, og prøve seg på en spillrunde.

Det blir resirkulering og lekebyttehjørne for alle barn sammen med sirkulærprosjektet TreaSources, her kan man levere inn max 10 leketøy og bytte til seg nye.





Det blir også lykkehjul og hoppekirke i samarbeid med Gamle Glemmen Kirke, og gøyе aktiviteter for ungdom, som åpen mikrofon og vannpong. På sentralidrettsanlegget kan man utover dagen prøve seg på fotball, basketball og skaterampen med Fredrikstad Rullebrettklubb.

– På scenen får vi se alt fra polsk folklore og pop med Trio Plus, til et gjenhør med Lislebysangen med Roy Frantzen. Den samme Roy Frantzen skal også holde et lokalt forankret foredrag; «Lisleby Fotballklubb 105 år», forteller Hjemli.

Det blir bosnisk dans til fyrrig balkanmusikk med dansegruppen Biseri, hvor publikum får lov til å kaste seg med i dansen. Det serveres gratis smaksprøver av nydelig bosnisk mat med Bosnisk Forening, og somalisk mat med Somalisk Velferdsforening.

Mot slutten av dagen får vi høre en minikonsert med Lisleby Musikkorps og Nøkleby Skolekorps.

Varmt velkommen til en festdag på Lisleby!



Inkluderende miljø i ungdomsutvalget til Lisleby FK



I ungdomsutvalget får du muligheten til å utvikle mange ferdigheter og erfaringer. Du kan lære om samarbeid og kommunikasjon gjennom gruppearbeid, planlegging av aktiviteter og arrangementer. I tillegg får du erfaring med organisering og ledelse, noe som kan være nyttig i fremtidige prosjekter.

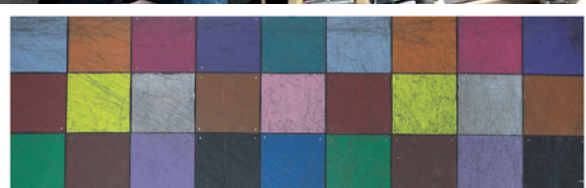
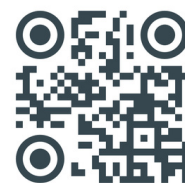
Vi fokuserer også på å skape et inkluderende miljø hvor alle kan bidra og føle seg verdsatt. Dette gir en flott mulighet til å bygge vennskap og nettverk i lokalsamfunnet!

SKATEHALLEN I

Fredrikstad



For åpningstider og
mer informasjon



FREDRIKSTAD RULLEBRETTKLUBB

Velkommen

SENIORCAFÈ

**Hver tirsdag og fredag
kl. 12.00-14.00**

*Hyggelig samvær –
gratis kaffe*

Lisleby Samfunnshus



Møt Sofie Skriung, leder i FAU ved Nøkleby skole

Hvordan startet ditt engasjement i FAU?

– Det var helt tilfeldig! Noen i gamle FAU trakk seg under pandemien, men jeg og andre ble igjen. Etter pandemien fikk jeg med meg flere foreldre som stilte frivillig.

Hvilke prosjekter er dere i FAU involvert i eller på gang med på Nøkleby skole?

– Det er utvikling av skolegården, og Natteravn som er primært nå. Også er det mulig vi skal hyre inn Barnevakten.no for å snakke om nettvett og sosiale medier - og hvordan man håndterer det.

Kan du fortelle mer om prosjektet i skolegården og natteravnene?

– Planen er at vi skal drenere, øke belysning, lage en alternativ opplæringsarena, lage en flerbruksbane som er på størrelse med en håndballbane og en bål plass.

– Natteravnene startet første uke etter påske, 25.april. Det er åtte foreldre som går sammen, fire går tidligvakt og fire går senvakt. Foreldrene er fordelt på de ulike klassene og trinnene, pluss frivillige. De går på fredager, og skal bidra til å skape ro i nærmiljøet.

Kan du fortelle litt om skolefestene dere arrangerer?

– Det er et sosialt arrangement FAU arrangerer for å få inntekter til utbygging av skolegård og betaling av Barnevakten, som koster ganske mye penger. Alle barna på Nøkleby skal ha et felles samlingspunkt og de fra 4.-7.trinn får en introduksjon på Fritidsklubben. De som går på 4.trinn kan gå på klubben fra høsten e begynner i 5.klasse.

Da får de se hva klubben har å tilby og foreldrene kan se samspillet mellom ungene. Det er lykkehjul, aktiviteter, dansekonskurranser med premier og det er generelt gøy for ungene. Da får de sminke seg, ta på hårfarge og neglelakk. Skolefestene er alltid på Samfunnshuset.

Hva synes du om Lisleby?

– Jeg synes det er veldig trivelig her på Lisleby, det er et mangfold her og det er noe jeg har sett lenge etter. Jeg ville ikke at Nøkleby skulle være en skole med mye press på en del ting, men samtidig at den representerer samfunnet. Jeg er veldig fornøyd med skolen og ledelsen her. Jeg synes de gjør en veldig, veldig god jobb med de forutsetningene som er her. I tillegg er jeg fornøyd med håndballklubben. Veldig mange av jentene på 5.trinn er eller har vært aktive i håndball. Og det er veldig bra!!

Hva jobber du med?

– Jeg jobber som lærer og spesialpedagog på ungdomsskole. Så mange av de behovene barna har, ser jeg i samfunnet og på ungdomskolen. Derfor er jeg ekstra opptatt av at skolen skal være en alternativ opplæringsarena - for alle barn har ulike behov. Da møter vi flere behov som skolen ikke har midler til å tilrettelegge for.



Sofie Skriung er leder i FAU ved Nøkleby skole



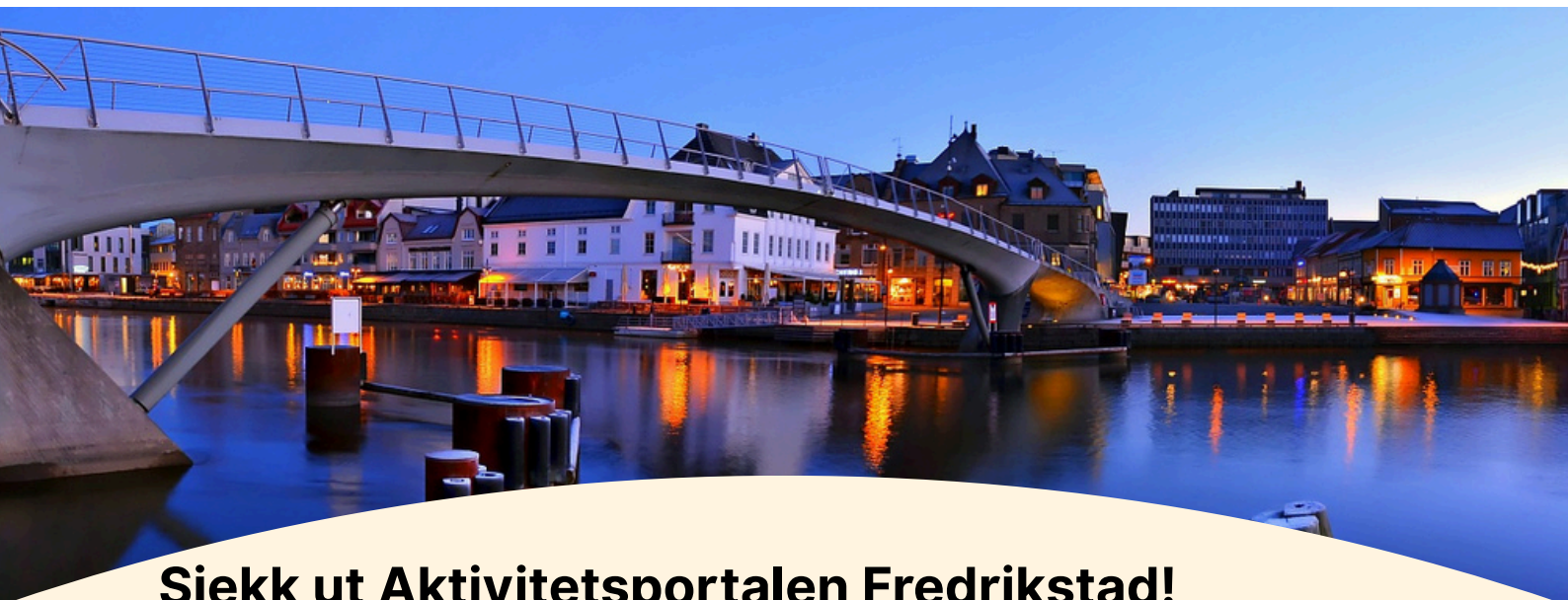
Lær om kildesortering!

Når Lislebyfestivalen går av stabelen søndag 25. mai får du anledning til å teste hvor god du er på kildesortering!

Kildesorteringsteltet vil stå utenfor samfunnshuset kl 13.00-16:30.

Her kan du lære om kildesortering og gjenvinning. Når du har vist oss hva du kan, får du gratis vaffel og du kan være med i trekningen om to kinobilletter! Barna får også møte Reven Trygve, som sammen med vennene sine kjemper for miljøet.

Aktiviteten er støttet av sirkulærøkonomiprojektet TREASoURcE.



Sjekk ut Aktivitetsportalen Fredrikstad!

Har du noen gang vært ute etter noe å **gjøre i Fredrikstad**, men ikke visst hvor du skulle finne informasjonen?

Aktivitetsportalen Fredrikstad gir deg en praktisk og samlet oversikt over hva som skjer i byen. Her finner du en samling av fritidsaktiviteter og enkeltarrangementer til både barn, ungdom og voksen.

Fritidsaktiviteter: Sjekk ut hvilke lag og foreninger som tilbyr fritidsaktiviteter i ditt nærmiljø. Her finner du alt fra håndball til dans, og kampsport. Kanskje du finner et tilbud du ikke visste fantes?

Aktivitetskalender: Aktivitetskalenderen gir deg en samlet oversikt over alt som foregår av enkeltarrangementer i Fredrikstad. Lurer du på hva som skjer i helga eller i løpet av uka? Det finner du kalenderen!



aktivitetsportalenfredrikstad.no



Aktivitetsportalen
Fredrikstad



Lokalsamfunnsmødre på Lisleby

Lokalsamfunnsmødre er kvinner med flerkulturell bakgrunn og mødre som kan hjelpe andre mødre. En lokalsamfunnsmor kjenner til fritidsarenaer og tilbud som kan hjelpe og støtte andre.

Det kan være tema som økonomi eller kontakt med NAV eller barnevern. Lokalsamfunnsmødre ønsker å inkludere flere i et felleskap. De får kunnskap og opplæring om barneoppdragelse og ulike kulturer, og møtes annenhver torsdag på Lisleby samfunnshus.

Lokalsamfunnsmødre bidrar til inkludering. Hvordan vi har det på virker oss, emosjonelt og sosialt. Hvordan vi tenker, føler og handler.

Du kan få hjelp med

- **Orientering i NAV-systemet**
 - Støtte i form av systemkunnskap og assistanse
- **Barneverntjenesten**
 - God kunnskap om barneoppdragelse og forskjeller mellom egen kultur og norsk. Vi kan være med til barneverntjenesten dersom familien ønsker det.
- **Fredrikstadhjelpa**
 - Psykisk helse og uhelse
 - Forstå kulturelle forskjeller
- **Samarbeid med frivilligsentral og kommune**
 - Støtte på et kjent språk og hjelp til fritidsaktiviteter



Lokalsamfunnsmødre er kvinner som har flerkulturell bakgrunn og kan flere språk.



Kontakt

samfunnsmodre@gmail.com

Pari: 938 29 320

Nastheeo: 902 80 389

Lidia: 463 80 532

Stina: 489 43 990



Gutta ved Glomma



I Gutta ved Glomma har vi det sosialt, koser oss med kaffe, tar en matbit og prater sammen. Vi gjør enkle arbeidsoppgaver, har forskjellige aktiviteter og hjelper folk på Lisleby som måtte trenge hjelp.

Vi har samarbeid med Trebåtkollektivet og er med på å restaurere gamle trebåter. Til sommeren blir det tur på sjøen med egenoppusset båt! Aktiviteten arrangeres av Fredrikstad Nord Frivilligsentral, og foregår på samfunnshuset på tirsdager kl. 12-15.

Er dette noe for deg eller kjenner du noen som kunne være interessert, ta kontakt med Bjørn S. Røang på 940 82 676, guttavedglomma@fredrikstadnord.frivilligsentral.no eller kom innom Frivilligsentralen på Samfunnshuset.



Skolehagen på Haugeåsen ungdomsskole

Våren 2020 så skolegården på Haugeåsen ut som en trist grusplass. Nå, fem år senere er plassen omskapt til en koselig og frodig hage. Det er blitt til et sted der elever slapper av i friminuttene.

Vi kan ha utetimer når varmen i klasserommet blir plagsom, og elever fra både Hauge barneskole og Haugeåsen ungdomsskole lærer om planter, dyrking og matlaging. Etter fem år har det heldigvis vært minimalt med hærverk. Vi opplever derimot ofte at det er både ungdom, barn og familier som er i hagen i helger og på kveldstid. Det er flott!



Vårmarked 12. mai

Mandag 12. mai kl 17-19 er det VÅRMARKED i hagen. Det blir salg av egenproduserte planter, ved, armbånd og loppis. Salg av pizza, kaker mm.

Elever fra valgfaget Sal & Scene står for underholdning og det blir leker for barna. Det er elever fra valgfaget Innsats for andre er ansvarlige for markedet.

Vi drømmer om at stadig flere fra lokalmiljøet kan møtes her og kanskje dele erfaringer med dyrking, matplanter og matlaging. Om noen ønsker å være med på det så ta kontakt, kanskje vi kan skape noe bra sammen!

Åsne Kostveit

E-post: asnkos@fredrikstad.kommune.no
Tlf: 40 20 43 53



LES FOR BARN!

Bokstart Fredrikstad oppmuntrer deg til å lese, synge, rime og prate med barnet ditt.

En gang i måneden er Bokstart Fredrikstad til stede på Lisleby samfunnshus og leser for barnehagebarn i Lisleby-området.

Fortellerstundene er fylt med eventyr, dans, lek og latter. Vårt største ønske er at alle barna blir lest for.

Høytlesning har en stor betydning for barnets utvikling av ordforråd, leseferdigheter og leseglede, og er en nøkkel til vellykket skolegang.

Sylwia Stasiak ved Litteraturhuset Fredrikstad er prosjektleder for Bokstart Fredrikstad.

Det er hun som kommer til samfunnshuset og sørger for herlige fortellerstunder.

Sylwia har lang erfaring fra scenekunstheltet for barn og unge. Hun har bakgrunn fra Deichman Tøyen, Oslo teatersenter og har ledet Solstrålen teaterskole i 10 år.



En oppvekst med bøker, historier og litteratur
er en oppvekst full av fantasi, lekenhet og følelser.
En oppvekst alle barna fortjener.



**BARNAS
VERDENS
DAG**
24.05.25
Kulturskolen

Bli med på Barnas verdensdag lørdag 24. mai!

Kulturskolen Fredrikstad inviterer alle barn og familier i Fredrikstad til internasjonal familiefestival, lørdag 24. mai. Her blir det gratis aktiviteter og underholdning fra profesjonelle dansere, musikere og sirkusartister. Det blir også stort matmarked med mat fra alle verdenshjørner.

Variert program

Her får du blant annet oppleve Dom Tek trommeverksted, Tigerstadsteateret, Yoga & Eventyr, Sirkus, Kunstverksted, Lag din egen Chibi, forestillingen Ønskedrøm med Østfold Internasjonal Teater, Streetdance, Mini Africa, Thailandsk fruktskjæring, Minimusikk, Meksikanske masker, Grafittiverksted og mye mer!

Barnas verdensdag samarbeider med Områdesatsing Fredrikstad og har gratis arrangementer på Lisleby, Sellebakk og i sentrum.

Foto: Trine Sirnes.



Ung i — Fredrikstad

Trenger du noe å holde på med på fritida?

Lurer du på hva som skjer Fredrikstad?

Trenger du hjelp til noe?

Sjekk ut:

ungifredrikstad.no





Lyst til å prøve streetbasketball?

Rolvsøy streetbasketball har åpen hall hver dag fra mandag til søndag.

Velkommen til å prøve et gratis og lavterskeltilbud for barn, ungdom og voksne. Her trenger du verken erfaring eller utstyr - det er bare å møte opp!

Vi hjelper deg i gang og finner noen å spille med, eller ta med en venn og spill sammen. Hos oss handler det om å ha det gøy og være i bevegelse, uansett nivå.

Tilbudet er helt gratis.

Vi tilbyr også:

Serielag i aldersgruppene U13, U18 og U19, med tre treninger i uken.

Rullestolbasketball for både gående og ikke-gående – vi har egne rullestoler og trenere med paraidrettskompetanse. Lekegruppe for barn som trenger ekstra oppmerksomhet eller tilrettelegging – et trygt og sosialt miljø med fokus på mestring og inkludering.

Treningstider og steder kan variere gjennom sesongen, og vi bruker flere ulike haller.



Kontakt oss på:

Spønd: kode CNAKW

uxtrekebasket@gmail.com

Telefon: 90147078

RedPoint Klatresenter

Vil du begynne med klatring? RedPoint klatresenter holder åpent åpent for drop-in klatring hver dag!

Her kan du prøve deg på topptaukurs, ledkurs, teknikkurs og utekurs. For påmelding og mer informasjon se: www.fkk.no

Hver første lørdag i måneden (jan-juni og sep-des) kl 13-15 arrangerer vi lavterskeltilbudet Familieklatring. Her får opptil 4 barn klatre gratis sammen med en betalende voksen.

Åpningstider:

man 15-21.30

tir-tor 10-21.30

fre 10-20

lør 10-16

søn 11-19.30

Adresse: Active Center på Lisleby, Tomteveien 25.





Kurdish Women Rights

Kurdish Womens Rights er en frivillig organisasjon som er opptatt av at alle skal være inkludert i fellesskapet. Dette får vi til gjennom våre aktiviteter som er åpne for alle kvinner og jenter uansett alder og bakgrunn.

Velkommen til vår møteplass på Lisleby samfunnshus, fredager kl. 17-21. Her kan du være sosial med andre kvinner, og ta med din hobby, være med å sy og hekle eller lære å bake deilige små kaker.

Lunsjkafé

Vi driver kjøkkenet på Lisleby lokalsamfunnshus på torsdager kl. 11-13, hvor vi selger enkel lunsj og te/kaffe. Lunsjkaféen er et samarbeid mellom KWR og Områdesatsingen.

I tillegg har vi faste gruppeturer to ganger per år, på disse turene får du kostnadsfrie opphold, transport og kosthold. Turene er som regel tilrettelagt for både faglige temaer og sosiale opplevelser.

Vi bistår også med individuell veiledning hvis du har spesielt behov for oppfølging fra det offentlige systemet.



Vil du være med? Ta kontakt med:

- Fereshteh, tlf: 976 96 076
- Niga, tlf: 920 20 662
- Pari Rasul, tlf 938 29 320

Samarbeid mellom Områdesatsing Fredrikstad og Haugeåsen ungdomsskole gir ungdom jobbmuligheter

Haugeåsen ungdomsskole samarbeider med Områdesatsing Fredrikstad, delprogram Arbeid, for å hjelpe ungdommer ut i deltids- og sommerjobber. Det første felles initiativet var et vellykket jobbsøkerstunt på skolen i slutten av februar.

Her fikk 60-70 elever fra 10. trinn verdifull hjelp med å skrive jobbsøknader og CV. Stuntet gjennomført av Områdesatsing Fredrikstad i samarbeid med Nav Fredrikstad og Vilje Lisleby.

Fredriksstad Blad var til stede og intervjuet både ungdommer og Nina Ødegård, koordinator for delprogram Arbeid. Ødegård understreket betydningen av at ungdom er i sommerjobb:

– Det å ha en sommerjobb eller deltidsjobb er faktisk det største virkemiddelet for å sikre skoletilknytning, det fører til økt tilstedeværelse på skolen, forklarte hun, og pekte på at sommerjobb forebygger frafall i skolen.

Samarbeidet er en del av "Fredrikstad Ung satsing" under områdesatsingens delprogram Arbeid. Målet er å få flere unge under 18 år ut i jobb. Tidlig erfaring med betalt arbeid mens man går på skole er en avgjørende faktor i overgangen mellom skole og arbeidsliv. For risikoutsatt ungdom kan dette være spesielt viktig. Etter jobbsøkerstuntet ble ungdommene oppfordret til å delta på sommerjobbmesse på stadion 4. mars, arrangert av Nav i samarbeid med FFK Samfunn.

– Nå skal vi sette oss ned og ta en evaluering, og se på muligheter for å utvikle ideen om jobbsøkerstunt videre. Haugeåsen ungdomsskole har blant kommet med en idé om å arrangere jobbmesse på skolen, forteller Ødegård.



Fra venstre: Nina Ødegård, koordinator delprogram Arbeid, Helga Paulsen, markedsrådgiver Nav Fredrikstad, Richard Rodin, undervisningsinspektør Haugeåsen ungdomsskole og Hege Røsto Jensen, familieveileder Vilje Lisleby.



HVA ER VILJE LISLEBY?

Vilje Lisleby er et prosjekt som bidrar på Lisleby samfunnshus og i lokalsamfunnet med et mål om å skape et levende, inkluderende og støttende samfunn på Lisleby. Hovedfokuset er på å hjelpe barnefamilier ut av utenforskap og lavinntekt.

Prosjektet ledes av Nav i samarbeid med Home-Start Fredrikstad og Fontenehuset Fredrikstad. Prosjektet samarbeider også med områdesatsningen i Fredrikstad kommune, og de andre aktørene som holder til på samfunnshuset



Tirsdager:

Vi har bydelscafé på samfunnshuset på tirsdager. Det serveres lunsj fra 11:30.

Her lager vi mye god og spennende mat sammen.

Kom gjerne og jobb sammen med oss fra klokken 08:30. Du kan også komme innom og slå av en prat med oss fra Fontenehuset, Home-start eller Nav.

Torsdager:

Vi har ulike tema-prater/kurs på torsdager. Her kan vi snakke om alt fra hvordan bruker man data til økonomi rådgivning. Alle er velkomne og man kan gjerne ta med en nabo eller en venn.

Kurs frem til sommeren

- 10. April: Økonomirådgivning
- 17. April: ingen aktivitet (Skjærtorsdag)
- 24. April: Mat og ernæring
- 1. Mai: Stengt
- 8. Mai: Besøk av helsesykepleier
- 15. Mai: Informasjon om helsehjelp i Fredrikstad
- 22. Mai: Kursevaluering og avslutning



Kontakt:

Telefon: 403 11 774

Instagram: Viljelisleby

Adresse: Ole Hansensvei 9, 1617 Fredrikstad



Fredrikstad Nord Frivilligsentral

Engasjer deg i lokalsamfunnet – bli med oss!

Vi holder til på Samfunnshuset og er en åpen møteplass for alle på Lisleby og Rolvsøy. Ønsker du å gjøre en forskjell i nærmiljøet? Har du lyst til å være frivillig eller delta i en av våre mange aktiviteter?

Hos oss knytter vi mennesker sammen på tvers av generasjoner og kulturer – fordi vi tror på kraften i fellesskap. Uansett om du har noen timer i måneden eller ønsker å engasjere deg fast, finnes det en plass for deg!

På Lisleby arrangerer vi en rekke faste aktiviteter drevet av frivillige, og vi bidrar til å gjøre samfunnshuset til et levende og inkluderende bydelshus.

Vi trenger flere frivillige – til alt fra besøkstjenester og aktiviteter for barn og unge, til arrangementer og sosiale treff for store og små.

Her kan du både gi og få – møte nye mennesker, lære nye ferdigheter og lyse opp hverdagen for andre.

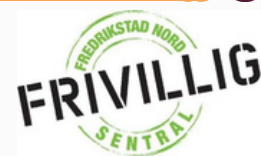
Ta kontakt med oss i dag for å bli en del av fellesskapet!
Sammen skaper vi et varmere og mer inkluderende lokalsamfunn.

Kom gjerne innom for en prat og en kopp kaffe – hos Fredrikstad Nord Frivilligsentral er alle hjertelig velkommen!

- **Kontakt:** Atle Rakvåg
- **Tlf:** 468 49 172
- **E-post:** post@fredrikstadnord.frivilligsentral.no

Her kan du følge Fredrikstad Nord Frivilligsentral på Facebook:





Velkommen til oss på Lisleby Samfunnshus

Frivilligsentralen er en møteplass for mennesker i lokalmiljøet på Lisleby og Rolvsøy. Vi legger til rette for kontakt mellom mennesker på tvers av generasjoner og etnisk bakgrunn. Vi brenner for at mennesker skal møtes og berike hverandre.

Vi legger til rette for frivilligheten og brenner for den!

På Fredrikstad Nord Frivilligsentral er alle hjertelig velkommen!

Sentralen på Lisleby har faste aktiviteter som er drevet av frivillige.

- Strikk på Lisleby	torsdager kl 11-14 mandager og	Lisleby Samfunnshus
- Sy på Lisleby	onsdager tirsdager kl 11-12 tirsdager	Lisleby Samfunnshus
- Språkkafè	en gang pr måned kl 18-20 tirsdager	Lisleby Samfunnshus
- Koser vårs på Lisleby	en gang pr måned kl 18-20 tirsdag og	Lisleby Samfunnshus
- Kulturkafè	fredag kl 12-14 torsdager ulike uker	Lisleby Samfunnshus
- Seniorkafè	kl 12-14 etter avtale	Lisleby Samfunnshus
- Kafè det gode liv		Glemmen Sykehjem
- Besøksvenn		
- Musikk og underholdning etter avtale		Alle Sykehjem
- Leksehjelp 5-7 klasse	onsdager kl 14-15	Lisleby Samfunnshus
- Gutta ved Glomma	tirsdager 12-15	Lisleby Samfunnshus
- Lær å spille Ukulele	onsdager kl 15-16	Lisleby Samfunnshus
- Praktisk hjelp	etter avtale	
- Gå Lisleby!	onsdager kl 12-14	Lisleby Samfunnshus
- Rusle på Lisleby	onsdager kl 12-14	Lisleby Samfunnshus
- Lislebytrimmen	tirsdager kl 10 - 11	Lisleby Samfunnshus
- Mathjelpen	torsdag ca ganger pr mnd kl 16	Lisleby Samfunnshus

Besøk oss på nett eller kom innom for en hyggelig prat.

- Tirsdag fra 10-15
- Onsdag fra 10-15
- Torsdag fra 10-15



Følg oss på Facebook

fredrikstadnord.frivilligsentral.no

Møte mellom mennesker



post@fredrikstadnord.frivilligsentral.no

Lisleby Samfunnshus - Ole Hansens Vei 9 - 1619 Fredrikstad



FRITID I
FREDRIKSTAD
LISLEBY

Fritid i Fredrikstad Lisleby



Lisleby

Avdelingen vår på Lisleby finner du i kjellerlokalene på Lisleby samfunnshus.

Vi har åpent hver onsdag, torsdag og fredag, og tilbyr en trygg møteplass med lavterskeltilbud for både junior og ungdom. Våre dedikerte voksne har mange års erfaring fra fritidsklubb, men også fra lokalsamfunnet.

De fleste av våre besøkende kommer fra Nøkleby skole og Hageåsen ungdomsskole, men vi ønsker også velkommen til barn og unge fra hele Fredrikstad.

Avdelingen Lisleby har et velfungerende junior- og ungdomsstyre som bidrar til planlegging og gjennomføring av arrangementer.

DJ
GAMING
DANSING
FOTO
YOGA

Fritid i Fredrikstad

Fritid i Fredrikstad har 6 avdelinger og hos oss finner du fritidsklubb, ungdomshus, ungdomscafé og ung info. Man kan være med venner, møte nye venner, delta på aktiviteter, få hjelp til å skrive CV eller jobbsøknad, eller kanskje du bare leter etter et sted å henge?

Vi tilbyr e-sport, studio, foto, filmgrupper, DJ-grupper, biljard, spillkonsoller, hobby, design, makerspace, smykkeverksted, yoga, og mye mye mer! Det er gratis inngang - velkommen!

Åpningstider:

Onsdag:

14.00 - 17.30 JUNIOR
18.00 - 21.00 UNGDOM

Torsdag:

14.00 - 17.30 JUNIOR
18.00 - 21.00 UNGDOM

Fredag:

16.00 - 19.00 JUNIOR
19.30 - 23.00 UNGDOM

Telefon:

456 30 992 (tilgjengelig i åpningstiden)

Avdelingsleder:

Admir Pasic
+47 69 30 59 61
admpas@fredrikstad.kommune.no



Nettverksgruppe for unge menn

Brobygger'n Fritid starter opp egen

nettverksgruppe for unge menn i alder 16-25 år.

Nettverksgruppen er et samarbeid med Lions Club Fredrikstad og er et tiltak for å forhindre utenforskap,

Hensikten er å skape en arena der man kan være sammen med andre, gjøre hyggelige aktiviteter og skape seg gode nettverk. Vi planlegger ukentlige samlinger med padel hos Fair Play Padel. Vi vil også ha temakvelder med mat og drikke. Flere har allerede vist interesse og vi vil i løpet av kort tid invitere til et oppstartsmøte og håper du vil være med. Målet er at vi kan være i gang med aktiviteter i mai.

SeniorCafè på Lisleby Samfunnshus

Vi ønsker alle seniorer velkommen til sosialt treff på Lisleby Samfunnshus. SeniorCaféen samler en fin gjeng fra Lisleby-området hver tirsdag og torsdag, kl. 12-16.

Tilbudet er gratis, og du får en kopp kaffe og noe godt å spise. Velkommen til Lislebys hyggeligste SeniorCafè!

Brobygger'n Fritid arrangerer også følgende aktiviteter på samfunnshuset:

- **Mattehjelp**, hver mandag kl. 17.00 på Lisleby Samfunnshus
- **Samlingsplass for ungdom**, hver mandag kl. 17.00 på Lisleby Samfunnshus
- **Mathjelp**, annenhver torsdag kl. 17.00 på Lisleby Samfunnshus (medarrangør)
- Jentenettverket, samlingsplass for jenter i alder 16-25 år
- **Kunstgruppa**, samlingsplass der ungdom kan utfordre sine kreative evner og ideer.



**Brobygger'n
Fritid**



Innbyggerpraten - Marta Twelde Debasay

Marta har bodd på Lisleby i 15 år, og det siste året har hun blitt en aktiv bruker av Lisleby samfunnshus. Vi har tatt en prat med henne for å høre hva hun liker med Lisleby.

Hvordan er det å bo på Lisleby?

– Det har vært litt vanskelig, mye på grunn av språk. Men nå trives jeg godt, fordi jeg bruker tilbudene på Lisleby og Samfunnshuset.

Hva gjør du når du er på Lisleby Samfunnshus?

– Jeg har lært norsk gjennom språkkafè. Det har gjort at jeg har blitt bedre til å kommunisere med folk, det har gjort det lettere for meg å spørre om ting og bli integrert. Integrering er viktig for meg! Her lærer vi språk, drikker kaffe og snakker med mennesker vi treffer andre steder også, som f.eks på Kiwi. Vi bygger nettverk. På torsdager er jeg på kurs og lærer om Nav, demokrati og data.

Hva tenker du om samfunnshuset?

– Det er fint! Nå ser jeg ansikter annerledes. Ansiktene smiler, vi kjenner hverandre og kan hjelpe og lære av hverandre. Jeg er en veldig sosial person, nå har jeg fått mange å sosialisere med. Livet er lettere nå. Vi er fra forskjellige land og kan dele erfaringer med hverandre, hvordan det er i mitt land og hvordan det er i ditt land. Uansett hvor i verden du bor, må du ha integrering, kommunikasjon og respekt.

Syns du det er viktig å ha samfunnshus i lokalmiljøet?

– Ja det er viktig, men menneskene selv må også ha interesse for å bruke det. Man kan sitte hjemme å drikke kaffe og håpe at noen kommer, eller man kan gå ut og lære noe nytt.



Møt Petter Fossengen i Lisleby All stars

Hei Petter! Kan du fortelle oss litt om tilbudet til Lisleby All stars?

– All Stars er E-sport på Lisleby. Vi holder til i kjelleren på Klubbhuset, og der har ungene selv formet utseendet på lokalet. De har blant annet bestemt farger på vegger og logo på draktene. Vi har åpent 3-5 dager i uka. Det går mye i Fortnite, MineCraft og Roblox. Vi har også en FC-satsing, og var med i E-serien i FC 25 nå i mars. Der kom vi på 6. plass av 10 lag!

Vi har også Free-gaming, som er at barna kommer og spiller sine spill. I tillegg til å ha lag som spiller kamper mot andre klubber i Norge. Og det setter barna skikkelig pris på, for da er det faktisk noen som sitter i Tollnes på Vestfold-sida og spiller mot oss, mens vi sitter på Lisleby. Så mens de sitter der og vi sitter her blir det veldig klart for dem at «oi, det er flere barn som spiller i klubb». Det blir veldig klart når man har egen drakt!

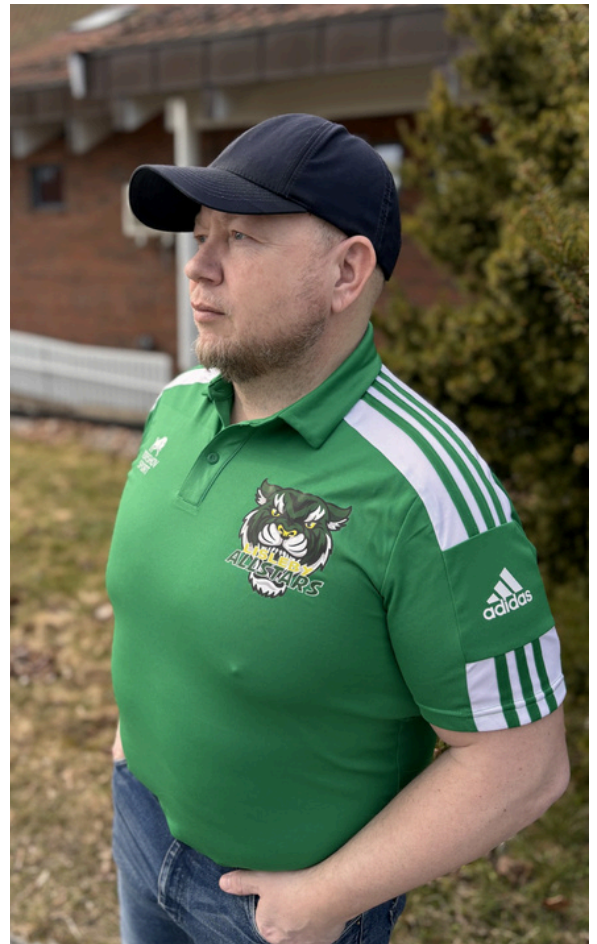
Hvorfor startet dere e-sportklubb akkurat på Lisleby?

– Lisleby er i en rød demografisk sone, og fotballklubben ser verdien i å tiltrekke seg så mange barn som mulig inn i en organisert form for aktivitet. Men fotball og håndball er ikke for alle, så vi ønsker å være en klubb som treffer alle. Derfor har de satset mye penger på å utvikle e-sport klubben, og det har vist seg å være vellykket.

Hvorfor er det viktig å ha en fritidsklubb/sosial arena for de unge på Lisleby?

– Det har over lang tid ikke vært tilrettelagt for de aktivitetene som barn og unge ønsker og trenger. Fotball og håndballklubben har sine treninger, med både tider og kull. Mens fritidsklubben opplever bare kutt på kutt. Vi snakker mye med fritidsklubben, og tenker at den arenaen vi kan tilby i tillegg er gull verdt. Da kan vi fange opp de unge som ikke finner sin plass i organisert idrett. De får et tilbud om å komme og game med andre barn og kan ta med en venn.

Vi har hatt en del pizzakvelder og sånn, og det er en aktivitet som det er veldig lett å levere til og vanskelig å hente fra. Tilbudet treffer også barn med varierende funksjonsevne, og det er veldig imponerende å se hvordan de tilpasser seg i en klubb. Alle er velkomne til Lisleby All stars!



Petter Fossengen er engasjert i e-sport klubben Lisleby All stars og ønsker seg flere medlemmer.

Aktivitetstirsdag på Lisleby Samfunnshus

En møteplass for foreldre og barn opp til 8 år. Kl 15:00 –17:00 hver tirsdag, utenom i skolens ferier.

Forskjellige enkle aktiviteter hver gang. Gratis kaffe, saft og brødskive.

Velkommen til en hyggelig tirsdag ettermiddag!





Lislebytrimmen

Velkommen til en hyggelig økt med lavterskel styrketrening i sal på Lisleby samfunnshus.

Tirsdager kl. 10.30-11.30.

I økten benytter vi oss av stol, strikk og egen kroppsvekt, mens vi lytter til fin musikk. Etter treningen setter vi oss ned og drikker kaffe, og spiser egen medbrakt matpakke.

Aktiviteten er gratis og åpen for alle, du trenger ikke melde deg på. Vel møtt!



Zumba Lisleby

Zumba er dans til rytmer - fra salsa og merengue til reggaeton og hip-hop. Her får du kjenne pulsen stige, svetten renne og latteren sitte løst.

Onsdager kl. 18.00-19.00

Dette er for alle, uansett alder og treningsnivå. Her handler det ikke om å få alle trinnene perfekt, men om å slippe løs og bevege seg til musikken. Det viktigste er å ha det gøy!

Aktiviteten er gratis og åpen for alle, du trenger ikke melde deg på. Bli med!



 aktive_fredrikstad

 Aktive Fredrikstad



MiR - Mangfold, Inkludering og Respekt

MiR har stadig arrangementer på Lisleby samfunnshus, og i hittil i år har vi blant annet hatt nyttårsfest for familier og høytlesning for barn.

MiR er et nettverk av og for foreldre, barn og unge, uavhengig av etnisk og sosial bakgrunn. Med et multikulturelt blikk, bidrar MiR med informasjon, rådgivning og støtte i saker om barnehage, skole, familieliv og samfunnslivet.

Vår visjon er å være brobyggere mellom foreldre, barn, unge og storsamfunnet med økt livsmestring, gjensidig forståelse og likeverdig deltakelse for alle som resultat.

Vi har åtte lokallag fordelt i ulike steder her i landet. Cherihane Chehade er koordinator for MiR og MiR UNG i Fredrikstad. MiR planlegger flere arrangementer på Lisleby Samfunnshus fremover, så følg med på vår nettside.

For mer informasjon om våre arrangementer, se nettsiden vår:



**Lislebyposten utgis i
samarbeid med
organisasjoner,
frivillighet, innbyggere
og kommune**



**Områdesatsing
Fredrikstad**