

# VOLONTÄR i Nacka

Nyhetsbladet för dig som vill veta mer om volontärverksamhet i Nacka kommun.

Nr 10 2012

## Temanummer: Makalöst!

Volontärbladet görs med hjälp av volontärer och handlar om det som berör och känns angeläget eller roligt att ta upp.

Målet är att sprida kunskap om det ideella engagemanget i Nacka kommun.

Vi vänder även blicken utåt för att plocka upp goda exempel som kan komma från andra kommuner, regioner eller andra länder.

Allt för att inspirera.

I detta nummer skriver vi om Ugdaab, en av tjejerna som var med och startade föreningen med det underbara namnet Wonder Women Sorority Club.

### Vill du också bli volontär?

Eller har du ett uppdrag för en eller flera volontärer? Gå till [www.volontar.nacka.se](http://www.volontar.nacka.se) och registrera dig kostnadsfritt. Vår matchningsfunktion gör det enkelt för volontär och uppdragsgivare att hitta varandra.

## I detta nummer

- Ugdaab M Harbi, gymnasieelev
- Makalösa händelser och vårens events
- Det lilla extra: Met Winnberg, pensionär och volontär



## Volontärporträttet: Ugdaab M Harbi och Wonder Women Sorority Club

**Wonder Women Sorority Club (WWSC). Som namnet antyder handlar det om en kvinnlig konstellation där vad som helst kan hända. Och det gör det - mitt i Fisksätra.**

Stadsdelen sjuder och bubblar av aktiviteter och det är invånarna själv som har tagit kommandot.

### Unga ambitiösa tjejer startar förening

Ugdaab M Harbi, 17 år, anländer till vårt möte i Folkets hus i en svart skinnjacka och ett stort leende. Hon är en av initiativtagarna till WWSC och är sinnebilden för unga kvinnor som tror på och aktivt påverkar sin egen framtid.

Ugdaab har höga studieambitioner och går på International Baccalaureate (IB) programmet. Man skulle lätt kunna tro att hon bott i U.S.A. då hon ofta använder engelska uttryck, men föräldrarna är ursprungligen från Somalia.

Fisksätra Folkets Hus, som har öppet för det mesta, ligger ett stenkast från stationen i Fisksätra. En grupp tjejer bestämde sig hösten 2010 att börja träffas där (tidigare var det mest killar). De ville göra något fräscht, utmanande och framförallt ha roligt ihop. Tjejerna började ordna temakvällar och föreningen började ta form när namnet WWSC bestämdes.

En av tjejerna, Ayaan Hassan hade sett en film i skolan om barn i slumområdet Kibera i Kenya och reagerat på de krassa omständigheterna. I Ugbaads utbildning ingår volontärbete och det ena ledde till det andra. Snöbollen kom i rullning. Tjejerna bestämde sig för att anordna en välgörenhetsgala - en "Charity Fashion Show" för att stötta de utsatta barnen i Kibera. - Vi ville göra något udda i Fisksätra som ingen hade gjort förut, säger Ugbaad.

### Välbesökt gala och insamling

Tjejerna "castade" fotomodeller från området, lånade kläder, fixade ljussättning och musik. Man involverade invånarna och lokala kändisar. Det surrade i hela Fisksätra.



Foto: Sara Mac Key

Ayaan Hassan, Ugbaad M Harbi, och Hanna M Harbi från Wonder Women Sorority Club.

Välgörenhetsgalan blev en hejdundrande succé och flera hundra besökare kom. Evenemanget vände sig till en bred åldersgrupp och alla kände sig välkomna. "Charity Fashion Show" speglade också Fisksättras olika kulturer med maträtter och kläder från många olika nationer. Resultatet blev insamling av 15 000 kr som skänktes till en skola i Kibera. WWSC har också anordnat en likaså framgångsrik "Talentshow" där ett urval av Fisksättras egna talanger uppträdde samt en valborgsfest med mera. Tanken är att WWSC ska kunna arrangera olika evenemang varje år.

### Engagemanget sprids

Tjejerna tycks ha en naturlig marknadsföringstalang. De använder sig av sociala kanaler som Facebook, Twitter, videor på Youtube, och de sätter upp affischer. De lyckas verkligen skapa uppmärksamhet kring de olika evenemangen och få med många på tåget:

- Folk undrar - vad är det här? säger Ugbaad. Alla känner alla i Fisksätra och på olika sätt sprids ordet.

Engagemanget har också spritt sig vidare i området. Det har bland annat startats fotbollsturneringar och anordnats fester för ungdomar. Fisksättra ungdomsråd (FUR) bildades 2010 med syftet att få andra unga fisksättrabor att involvera sig i frågor som berör dem.

### Stöd från Folkets Hus

Fisksättra Folkets hus hjälper till att möjliggöra många av aktiviteterna genom att erbjuda gratis lokaler och stöd i olika former. Genom bidrag från Ungdomsstyrelsen har WWSC numera tre deltidsanställda och en fast verksamhet för tjejer mellan 16-25 år.

10-20 tjejer samlas varje torsdagskväll kl 18 i Fisksättra Folkets Hus.

### Allt är möjligt

**Det som driver Ugbaad är det nyskapande, känslan av att lyckas och att bevisa att man faktiskt kan om man bara vill.**

Samtidigt är det bra att kunna hjälpa andra. Att få feedback på insatserna är också viktigt för att hålla engagemanget levande. Ugbaad ser varken några speciella fördelar eller nackdelar med att föreningen består av kvinnor, det som verkar vara viktigast är drivkraften att våga anta utmaningar.

### Ugbaads tips:

1. Gör något som känns roligt tillsammans med en grupp som drar åt samma håll
2. Tänk utanför ramarna
3. Kom ihåg att ingenting är omöjligt!

## Besök oss på [www.volontar.nacka.se](http://www.volontar.nacka.se)



På vår hemsida kan du registrera dig som volontär och som anordnare och med hjälp av vår matchningsfunktion kan du hitta just det som är intressant för dig. Där hittar du också de senaste uppdragen samt information om vad som händer inom den ideella världen lokalt i Nacka, runt om i Sverige och internationellt. Du kan också läsa tidigare nummer av Volontär i Nacka i pdf-format.

## Följ Volontär i Nacka på Facebook!

Volontär i Nacka har sedan en tid ökat närvaron i sociala medier. Nyheter, inspirerande exempel och matnyttig information om ideellt arbete uppdateras löpande. Du som besöker Facebook har möjlighet att skriva och publicera inlägg.



# Detta har hänt...

## Makalösa föräldrar

En av de organisationer som Volontär i Nacka har kontakt med är Sveriges Makalösa Föräldrar, en riksorganisation med huvudkontor i Stockholm och lokalföreningar och nätverk ute i landet. Organisationen erbjuder stöd, gemenskap och meningsfulla aktiviteter t.ex. söndagsfika, sommarläger eller liknande arrangemang till sina medlemmar, oftast ensamstående föräldrar. I stället för begreppet kärnfamiljer använder organisationen ordet ”stjärnfamiljer”, eftersom familjekonstellationerna kan se helt olika ut i dagens samhälle.

Makalösa föräldrar vill komma i kontakt med personer som är intresserade av familjepolitik och på ideell basis kan hjälpa till med omvärldsbevakning, opinionsbild-

ning eller vill starta verksamhet i Nacka. Ett tips: prenumerera på nyhetsbrevet.

Läs mer [www.makalosa.org](http://www.makalosa.org)



MAKALÖSA  
FÖRÄLDRAR

## Volontär som vill bygga en skola

Häromdagen fick Volontär i Nacka ett brev från en ung kvinna, Linnéa Öman, som jobbar som volontär i Tanzania. Linnéa skriver om sitt volontärbete och om blandningen av fantastiska möten, kulturkrockar, glädjämnen, frustrationer, besvikelser och



hoppet om en bättre framtid. Hon skriver om sina och barnens drömmar och den utmaning som hon har tagit tag i. Tillsammans med andra volontärer vill Linnéa bygga en skola i byn Matanana. Linnéa vill komma i kontakt med personer eller organisationer som har kunskap, kan hjälpa till, sponsra, bidra med tips och erfarenhetsutbyte. Målet är att skolan byggs och blir klar inom 3 år.

Organisationen där Linnéa jobbar som volontär heter ”moyo kwa moyo” som på svenska betyder ”hjärta till hjärta”.

Du kan läsa Linneas brev på vår hemsida:

[www.volontar.nacka.se](http://www.volontar.nacka.se)

Kontakta Volontär i Nacka om du vill komma i kontakt med Linnéa, denna makalösa tjej.

# På gång...

**Veckorna innan sommarlovet sjuder Nacka av events och trevliga familjeaktiviteter. Här kommer ett axplock:**

## 25-26 maj - Ormingekarnevalen

Ormingekarnevalen är Nackas största kulturevenemang och genomfördes första gången år 1980. Årets tema är de fyra elementen: jord, eld, luft och vatten.

Karnevalståget startar 25 maj kl 10 från torget till Centrala Parken med uppträdanden på Lilla scenen, sedan blir det basket, beach volley och kvällsevent på Stora scenen. Det blir final på ”Scen Ett”, där barn och unga kan uppträda på scen.

Lördagens huvudaktivitet är OS - Ormingespelen - 100 år efter OS på Stockholms stadion 1912!

## 26 maj ”Oh happy Day”

För tredje året i rad organiserar Nacka Handikappidrott och Rotaryklubben en aktivitetsdag på Marcusplatsen mellan kl 11 - 15. Rotaryklubben anordnar ett loppis, besökarna får prova på att åka hinderbana i rullstol, dansa rullstolsdans, träffa olika idrottslag mm. Årets konferencier är Nackaprofilen Sven Melander.

Läs mer på [www.nackahi.se](http://www.nackahi.se)

## 2 juni Internationella festen

Mellan kl 13 och 20 bjuder Fisksätra in till att mötas över gränserna, dela glädje och tillgodose alla våra sinnen.

Det blir uppträdanden, mat från olika kulturer och aktiviteter för alla åldrar.

Läs mer på [www.fisksatru.nu](http://www.fisksatru.nu)

## 3 juni Nyckelviksdagen

Musik, trolleri, sagor och mycket annat kommer att stå på programmet när Socialdemokraterna anordnar en familjedag i vackra Nyckelviken för femte året i rad.

Vi samlas under enkla former från kl 14, grillar korv och tar del av allt som det härliga naturområdet bjuder på.

## 9 juni Ältafestivalen

Sedan 7 år tillbaka har Älta Festivalen varit en given dag med mycket skratt och skoj. Årets tema är I love Älta. I år kommer festivalen att leverera ännu mera spektakel och underhållning än tidigare år.

Klockan 11 öppnas portarna för vänner och bekanta som kan njuta av en händelserik och färgglad dag. Läs mer på [www.altafestivalen.se](http://www.altafestivalen.se)



*Denna gång har Volontär i Nacka valt temat "Makalöst", ordet som är synonymt med enastående.*

*Met Winnberg jobbar som volontär i Saltsjöbaden, läs hennes egen berättelse.*

## Volontär på äldre dar

Mitt i diskussionen om höjd pensionsålder och eventuell arbetsförmåga har jag redan provat på och funnit att jag som är född 1931 har lust, energi och engagemang kvar att delta som volontär på helt frivillig basis i Röda Korsets och Saltsjöbadens kyrkas verksamheter inom bl.a. äldreården.

En notis i församlingens tidning Saltaren väckte min nyfikenhet samtidigt som telefonkontakten gav en inbjudan till nästa möte, där min anmälan skedde. Jag har inte ångrat mitt beslut.

## På Saltsjöbadens sjukhus

En gång i veckan går jag till Saltsjöbadens sjukhus tillsammans med en annan volontär. Vi besöker en avdelning inom äldreboendet för att om möjligt gå ut och promenera med de boende som orkar och vill vara ute en stund i den friska luften. De kan höra fågelkvitter, se havet, grönskan och blommor i den underbara naturen som omger sjukhusets närområde. Sätter vädret stopp för en utflykt kan vi spela spel, titta på bilderböcker och diskutera frågor som dyker upp. Gamla hushållsverktyg t.ex som kan vara knepiga att identifiera med namn och användningsområde.

Ibland läser vi en kort novell, och sedan kommer den fina kaffestunden, som vi ordnar tillsammans med personalen.

Det passiva sittandet på sköna soffor eller i rullstol får ett behövt avbrott. Jag känner med belåtenhet att en så liten insats kan ge så mycket. Dessutom kan ju personalen använda vår närvaro till personlig omsorg åt övriga boende.

## På resande fot

Som volontär kan jag även anlitas av Saltsjöbadens nya äldreboende Plaza på Båthöjden som ledsagare vid besök på sjukhus, syn- eller hörcentral. Med färdtjänsten tar vi oss dit, chauffören stugar in rullatorn i bakluckan och tar hand om färdtjänstbiljetten.

Ibland har jag träffat resenären tidigare och samtalet fortsätter där vi slutade vid förra besöket. Ibland är det ett besök som oroar min medresenär och det kan hända att en osäker hand söker efter min, ett litet tryck signalerar - jag är med dig. Just vid ledsagning upplever jag att jag får vara medmänniska och det betyder mycket för mig men naturligtvis även för den person jag följer med.

## Till Skansen med Seniorcenter Sjötäppan

Seniorcenter Sjötäppan anordnar varje sommar en utflykt till Skansen. Då behövs extra personal och vi volontärer anlitas för att hjälpa till. Kylväskor med dryck och smörgåsar finns med. Flera bilar följs åt. Glada resenärer lastas av och förfriskningar intas. Vi strosar runt som alla andra på sandiga vägar. Halmhattar och färgglada sommarklänningar bidrar till en glattig stämning.

## Jag, en volontär

En sak jag har lärt mig är att inte ta för givet att boende inom äldreården inte klarar av vardagliga problem. Det gäller att vara lyhörd så att vi kan ge rätt hjälpinsats. Det kan också vara lätt att kränka den personliga integriteten.

Det känns mycket glädjande för mig att vara volontär. Vi äldre kan betyda mycket för varandra i både friska och sjuka dagar. Vi delar många livserfarenheter med varandra och kan även fortsätta att lära av varandra.

## Nästa nummer av "Volontär i Nacka"

- planeras till hösten. Vi ser fram emot läsarnas förslag till teman att ta upp eller personer som du vill att vi ska intervjua.

## I redaktionen:

### Nannette Büsgen:

Ansvarig utgivare

### Erika Tanos

Volontärskribent och foto

### Peter Rohdin

Layout och produktion

## Kontaktuppgifter

### Volontär i Nacka

e-post: [volontar@nacka.se](mailto:volontar@nacka.se)

tlf: 08-718 87 73

[www.volontar.nacka.se](http://www.volontar.nacka.se)

