

Å være en del av et
fellesskap bidrar til
bedre livskvalitet
og god helse.
Frelsesarmeens
eldreomsorg har
aktiviteter og
møteplasser for deg
over 60.

Teisen Omsorg+

Teisenveien 5F

0664 Oslo

Telefon: 22 57 66 90 / 92 09 50 26

Frivillighets- og programansvarlig:

Beate Tellefsen

Telefon: 920 91 751

E-post: beate.tellefsen@frelsesarmeen.no

E-post: teisen@frelsesarmeen.no

Ensjøtunet Omsorg+

Malerhaugveien 10B

0661 Oslo

Telefon: 22 57 66 30 / 90 88 46 39

Frivillighets- og programansvarlig:

Silje Aastrøm

Telefon: 402 85 254

E-post: silje.aastrom@frelsesarmeen.no

Telefontjenesten

Malerhaugveien 10A

0661 Oslo

Koordinator: Liza Johansen

Telefon: 408 00 591

E-post:

liza.wigaard.johansen@frelsesarmeen.no

Nettsted:

www.frelsesarmeen.no/eldre

facebook.com/FrelsesarmeensEldreomsorg

facebook.com/ensjotunet

Facebook.com/teisenomsorg



Ønsker du å være frivillig
hos oss og skape verdifulle
hverdagsøyeblikk sammen
med eldre?



Kafevert, deltakelse i aktiviteter og
utflukter, hagearbeid, snekkerbod,
telefon- eller besøksvenn.

Noe for deg?

Omsorg+

Omsorg+ er et tilrettelagt botilbud for eldre i Oslo. Frelsesarmeens eldreomsorg drifter to Omsorg+ med tilhørende aktivitetssenter, kafetilbud og servicetjenester.

Frivillig innsats er en viktig del av vårt tilbud!

Frelsesarmeens eldreomsorg tilbyr mange spennende muligheter som frivillig, hos oss er det masse du kan bidra med.

Ensjøtunet Omsorg+

Ensjøtunet Omsorg+ holder til i bydel Gamle Oslo. Vi har behov for frivillige til ulike typer oppgaver og aktiviteter:

- ♦ Kafeverd i vår kafe, inkludert middagsservering og opprydding.
- ♦ Hjelp til servering og opprydding ved høytider og ulike arrangementer.
- ♦ Være med på noen aktivitets- og kulturtilbud.
- ♦ Spillekvelder (brettspill, kort)
- ♦ Tur i nærmiljøet, tur til butikken og eller våre større utflukter.
- ♦ Tilgjengelig i miljøet for den gode samtalen.
- ♦ Besøksvenn
- ♦ Hagestell
- ♦ Snekkerbod



Teisen Omsorg+

Teisen Omsorg + holder til i bydel Alna. Vi har behov for frivillige til ulike typer oppgaver og aktiviteter:

- ♦ Kafeverd i vår kafe, inkludert middagsservering og opprydding
- ♦ Hjelp til servering og opprydding ved høytider og ulike arrangementer.
- ♦ Være med på noen aktivitets- og kulturtilbud.
- ♦ Spillekvelder (brettspill, kort)
- ♦ Tur i nærmiljøet, tur til butikken og eller våre større utflukter.
- ♦ Lage og servere noe godt til kaffekveldene vi har to ganger i uken.
- ♦ Tilgjengelig i miljøet for den gode samtalen.
- ♦ Høytlesning
- ♦ Besøksvenn



Telefontjenesten

Telefontjenesten er et landsdekkende tilbud for alle over 60 år som ønsker en samtalepartner. Frivillige hos oss gjør ukentlige oppringninger.

Utgangspunktet for samtalen er det som er viktig for deg den enkelte, alt i fra hverdagsopplevelser, til håp og mening i tilværelsen. Tilbudet er livssynsåpent med respekt for den enkeltes tro og verdisyn.

Som frivillig gjennomgår du opplæring, mottar tett oppfølging og har taushetsplikt. Du inviteres også til samlinger i et hyggelig fellesskap med andre frivillige. Ta kontakt for å høre mer om å være telefonvenn.

