



ULSTEIN KOMMUNE



*Bli med, du også!*

Vil du bli kjent med nye mennesker, og liker du å gjøre aktiviteter i lag med andre på fritida? Bli med i eit frivillig lag eller organisasjon! Vi har mange spennende aktiviteter og interesseorganisasjonar, og hjelper deg gjerne med å finne ut kva som passar for deg.



ULSTEIN - der baug bryt bære

## Bli med, du også!

*Vil du bli kjent med nye menneske, og likar du å gjere aktivitetar i lag med andre på fritida? Bli med i eit frivillig lag eller organisasjon! Vi har mange spennande aktivitetar og interesseorganisasjonar, og hjelper deg gjerne med å finne ut kva som passar for deg.*

Den frivillige innsatsen står sterkt i norske lokalsamfunn. Dei aller fleste nordmenn er medlem i ein eller fleire frivillige lag eller organisasjonar. Innsatsen ein gjer som frivillig er ofte knytt til aktivitetar som vi likar å drive med på fritida, om det er å selje vafler i kaféen i eit idrettslag, selje billetter til ein korkonsert eller arrangere loppemarknad på det lokale grendahuset.

Det å bli medlem i ein frivillig organisasjon er ein fin måte å møte og bli kjent med folk som ein har noko til felles med. Å engasjere seg i lokalsamfunnet gir både betre helse og gode opplevingar, nye venner og kan vere med å gi kvardagen eit meningsfullt innhald.

## Kva inneber eit medlemskap?

Korleis ein melder seg inn og kva oppgåve ein skal utføre vil variere, men nokre ting er ofte likt. Til dømes har ein gjerne:

- regelmessige møte eller aktivitetar, gjerne kvar veke eller månad til faste tider.
- dugnadsarbeid innimellom, knytt til spesielle arrangement eller område/lokale som organisasjonen eig eller driv.
- medlemsavgift som skal betalast ein eller to gongar i året. Beløp vil også variere. Det er mogleg å søke om støtte, og vi hjelper gjerne med å finne ei løysing dersom nokon har problem med å betale.



## Kva har vi i Ulstein?

Den frivillige aktiviteten i Ulstein er stor, og det finst ei rekkje ulike typar organisasjonar ein kan delta i. Vi har til dømes mange lag som tilbyr idrett, fysisk aktivitet og friluftsliv, mellom anna fotball, handball, friidrett, taekwondo og judo. Andre typar er segling, turgrupper, jakt og fiske. Er du musikkinteressert har vi ulike kor og korps, både for born og vaksne. Rundt i bygdene og i ulike nabolag finn du ulike grendalag eller velforeningar, som jobbar for å skape aktivitet og trivsel i nærområda. Det kan også vere knytt til forsamlingshus.

Av religiøse tilbod har vi også mange møtestadar, kor og aktivitetar for ulike aldrar. Vi hjelper deg gjerne med å finne eit frivillig lag eller organisasjon som passar for deg og din familie.

## For meir informasjon eller rettleiing:

### Inger Anne Dimmen

tlf. 982 30 613, e-post: [inger.dimmen@ulstein.kommune.no](mailto:inger.dimmen@ulstein.kommune.no)

Besøksadresse: Skollebakken 6, 6065 Ulsteinvik

### Annika Brandal

Tlf. 408 40 900, e-post: [annika.brandal@ulstein.kommune.no](mailto:annika.brandal@ulstein.kommune.no)

Besøksadresse: Sjøgata 32, 6065 Ulsteinvik





ULSTEIN KOMMUNE

6065 Ulsteinvik | tlf.: 70 01 75 00

 Du finn oss på Facebook



[www.ulstein.kommune.no](http://www.ulstein.kommune.no)