



Frivillighetssentralen

Kontakt din nærmeste
Frivillighetssentral / Nærmiljøsententer:

Romsås: 23 42 11 60

Furuset: 22 25 58 07

Bjerke: 23 43 93 10

Stovner: 22 10 99 92

For mer informasjon og andre aktiviteter se:

www.frivillig-oslo.no

☰ Frivillighetssentralen /
Nærmiljøsententer



Ved å "Daggrave" med oss blir du kjent i miljøet, masse mosjon og kjent med andre som bor i bydelen vår. VI TRENGER **DEG!**

www.frivillig-oslo.no



Som **DAGRAVN** kan vi blant annet tilby deg / dere;

Å bli kjent med andre beboere i bydelen.

Å bli kjent med ungdommen.

God mosjon. Noen å gå sammen med.

Forebygge vårt eget lokalmiljø.

Pizza kvelder.

Lån av skritteller

Vi ønsker deg som har mulighet å vandre på dagtid, ung som gammel, men over 18 år.

Du bestemmer selv hvor ofte du vil gå.

**Har du ca. 2 timer i uken for en
spasertur?
Vi trenger DEG!**



Dagravning er et trygghetsfremmende nærmiljøtiltak.

Alle **dagravnere** skal være uniformerte med særskilt merket refleksvest, som deles ut før runden starter og samles inn etter runden – oppbevares på Frivillighetssentralen / Nærmiljøsentret.

Det skal alltid gå minst 2 stykker sammen. Er det 4 eller flere går man i mindre grupper, slik at man dekker et større område.

Vi hilser med et "hei!" til de vi møter, slik at vi oppfattes kontaktsøkende og ikke som kontrollerende vakter.

Etter anbefaling fra politiet er det ikke anledning til å ha med hund på runden da folk vi møter kan bli engstelige eller provoserte.

Vi skal aldri gripe inn i mulige konfliktsituasjoner! Vi skal avhengig av behov kontakte politiet for assistanse eller rapport i etterkant.

Runden omfatter skoler i nærområdet (barn- ungdom og videregående), sentre og T-banestasjonene samt gangveiene til og fra skolene.

Det skal skrives logg på sentralen etter hver runde.

