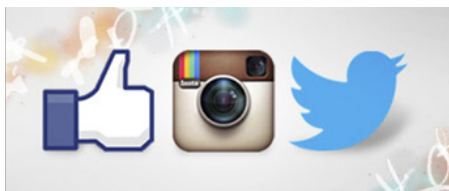


TEMA:

ATT GÖRA SKILLNAD!

Volontärbladet produceras 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 länder. Allt för att inspirera!

I detta nummer uppmärksammar vi engagemanget i Fisksätra och intervjuar Nora Omar. Hon berättar om sig själv och varför hon vill hjälpa andra. På eget bevåg har hon startat en servicepunkt i Biblioteket i Fisksätra där hon tar emot besökare en gång i veckan. Vi lämnar även ordet fritt till Ulrica Atler, en engagerad kvinna vars hjärta brinner för Fisksättras ungdomar, kultur och matematik.



Följ Volontär i Nacka på sociala media

Volontär i Nacka är aktiv även i sociala medier. Nyheter, inspirerande exempel, bilder och matnyttig information om ideellt arbete uppdateras löpande.

Face book/ Volontär i Nacka

Instagram och Twitter: volontarinacka

VOLONTÄRPORTRÄTTET:

Nora Omar



I DETTA NUMMER

- Nora Omar vägleder Fisksätrabor
- Fisksätra fyller 40 år
- Seniormässan i Dieselverkstaden 1 oktober
- Volontären som brinner för matte!

”Om alla hjälper någon skulle vi inte ha så mycket svårigheter i världen”

Nora Omar, en 34 årig ekonom och tvåbarnsmamma från Fisksätra, ger en stor del av sin fritid till människor som behöver hjälp.

Tacksamhet är min belöning

På Fisksätra bibliotek tar Nora varje fredag eftermiddag emot människor som behöver hjälp i olika former.

Vad vill de ha hjälp med?

– Jag hjälper dem att skriva CV, fylla i ansökningar, söka jobb, översätta brev från och till myndigheter - allt sånt som en nyinflyttad med begränsade kunskaper i svenska kan ha svårt med.

När jag var ny i Sverige och försökte ta reda på hur olika myndigheter fungerade och vilka rättigheter jag hade som invandrare hittade jag inte någon som kunde hjälpa mig. Då bestämde jag mig för att lära mig svenska och gjorde det på sex månader via Svenska för Invandrare.

Nora har lätt för att lära sig språk. Förutom svenska och tadjjikiska kan hon engelska, ryska, persiska, dari och lite arabiska. De som söker hjälp hos henne är ofta människor som inte har lärt sig svenska.

– Jag undrar alltid över varför de inte lär sig språket när de bor här, men det kan förstås vara svårare när man inte längre är ung. Många som kommer till mig är i åldrarna 35-40.

Men ibland träffar jag även svensktalande personer. Nyligen hjälpte jag en äldre kvinna att använda dator. Hon blev så tacksam att hon pussade och kramade mig en lång stund. Då blev jag själv så glad!

Vad är det bästa och det svåraste i ditt volontärarbete?

– Jag känner mig alltid så lycklig när någon blir tacksam. Jag känner att jag gör något bra i världen. Nu tänker jag till exempel på Syrien och Gaza, hur hemskt det är där, och att om varje människa gjorde något bra för någon annan skulle vi inte ha krig och så mycket svårigheter i världen. Det är jobbigt när jag möter en människa som befinner sig i en svår situation och jag inte kan ge något råd. Jag vet inte alltid vad jag ska säga vid ett sådant tillfälle. Då försöker jag bara lyssna, och ibland bjuder jag någon hem till oss eller går på en promenad med personen. Det känns svårt att inte kunna göra så mycket.

Familjen hjälps åt – fritid på söndagar

Nora jobbar som administratör tre dagar i veckan. På måndagar och fredagar studerar hon och jobbar som volontär. Hon arbetar också som ”jobblots” i Stockholm för en ung man från Tadzjikistan och ett äkta par från Afghanistan. I arbetet ingår att träffa dem en gång i månaden, men Nora skrattar och säger att de träffas mycket oftare, för hon vill se till att de får så mycket hjälp som möjligt. Hon håller också på att ta B-körkort. Hon har körkort från sitt hemland, men det är inte giltigt i Sverige.

– Jag har två barn, 12 och 3 år, och världens bästa man. Han förstår mitt intresse för människor och hjälper mig på alla sätt. Det är han och min syster som hämtar och lämnar vårt yngre barn på dagis och skjutsar vår äldre son till Internationella Engelska skolan i Liljeholmen.

Jag har inte så mycket fritid, tittar sällan på TV till exempel. På lördagarna brukar jag laga hela veckans

mat för familjen. Min man älskar arabisk mat och hans mamma har lärt mig att laga deras rätter. Ingen i min familj gillar tadjjikisk mat, så det får jag äta då och då med min syster. Söndag är min lediga dag då jag umgås med familjen. Vi vandrar i naturen eller gör andra utflykter.

Nora berättar också att hon inte kan vara utan sin dator. Med hjälp av den kan hon plugga, hitta en massa bra tips och ordna saker snabbt.

Om Noras bakgrund

Att hjälpa andra är så naturligt för Nora att hon ser förvånad ut när jag frågar hur det kommer sig att hon har börjat som volontär.



– Jag kanske har fått det från min pappa. Han var affärsman och politiker och var ganska förmögen en gång i tiden, så han hjälpte alltid folk som hade det svårt. När det blev krig i mitt hemland Tadzjikistan var min pappa oppositionell och mamma var tvungen att fly med oss barn flera gånger under krigsåren 1991-1997. Min pappa dog tyvärr för någon tid sedan, och min mamma lever ensam i vårt gamla hem. Jag försöker hälsa på henne någon gång per år. Jag har en bror i Moskva och två systrar nära mamma i Tadzjikistan. Jag har också en bror och en syster i Sverige.

Nora flyttade med man och barn till Sverige för nästan 4½ år sedan,

men redan 2003 hade hon studerat här med stöd från ett Sida-projekt. Hon har tidigare studerat i Moskva, Düsseldorf och Tadzjikistan. Senare i Sverige har hon läst flera kurser i Psykologi, Diskriminering och rasism, Juridik och en kurs om Islam och muslimer i det svenska samhället. På Kungliga tekniska högskolan har hon gått en 1½ årig Magisterprogram inom Samhällsbyggnad.

Parallellt med studierna började Nora arbeta som volontär hos Röda Korset, där hon hjälpte barn som kunde ryska eller persiska men inte svenska. Och på den vägen är det. Nora hittar hela tiden nya saker att göra, och hon förverkligar dem!

TEXT OCH FOTO: MARJA SEILOLA



VILL DU BLI VOLONTÄR?

www.volontar.nacka.se

På vår hemsida kan du registrera dig som volontär, anmäla ditt intresse till ett volontäruppdrag eller söka kontakt med en organisation som söker volontärer.

En kort intervju och/ eller en introduktion kommer att ge dig kunskap och trygghet inför ditt åtagande.

PÅ GÅNG...



FOTO: CLOWNER UTAN GRÄNSER

FISKSÄTRA 40-ÅRS JUBILEUM

Den 5 oktober 1974 invigdes Fisksätra - bostäderna, kyrkan och biblioteket. Nu fyller Fisksätra 40 år och det firas med en rad evenemang och happenings, i synnerhet under helgen kring själva födelsedagen den 5 oktober. Engagemanget bland Fisksätrabor är stort. Många har hjälpts åt för att uppmärksamma dagen.

Världens Barn är på plats på Barnkulturfestivalen, lördag den 4 oktober, genom "Clowner utan gränser", en ideell organisation som arbetar världen över för att sprida hopp, skratt och glädje till utsatta barn. I samband med detta kommer Rädda Barnen att samla in pengar till Världens Barn.



DETTA HÄNDER I FISKSÄTRA

Barnkulturfestival 3–4 oktober.
Centrumfest 5 oktober.
Kulturkonferens 6–7 oktober
med fokus på uppväxtvillkor.
Programmet annonseras i
Nacka Värmdö Posten.

SENIORMÄSSAN 1 OKTOBER

Dieselvekstaden blir mötesplatsen för årets **Seniormässa** som anordnas av Äldreenheten i Nacka kommun. På plats kommer det att finnas en blandning av representanter för föreningar och frivilligorganisationer, anordnare av kommunala tjänster, föreläsare och utställare. Syftet med Seniormässan är att visa vilka resurser som finns i kommunen för att hjälpa äldre att få behålla ett bra, tryggt och hälsosamt liv. Utöver ett antal pensionärsföreningar får vi träffa föreningen Internationella Bekantskaper, Cykelföreningen Pinglorna, Civilförsvarsförbundet, schackklubben, vävföreningen m.fl

Under dagen utlovas gott om tid för inspiration, mingel och möjligheter att knyta kontakter.

**VÄLKOMMEN TILL
DIESELVERKSTADEN
ONSDAG 1 OKTOBER
KL. 10:00–16:30**



ATT LEDA FRIVILLIGA I FÖRENINGSLIVET

Volontärbyråns nya handbok riktar sig till alla ideella organisationer som vill få stöd och inspiration i sitt arbete med frivilliga. I boken får du bland annat träffa Per Nohr från IK Sirius och Cecilia Åhl från Unicef och ta del av deras erfarenheter och tips. Personliga berättelser varvas med teori kring frivillighet och föreningsengagemang.

Ambitionen med handboken är att den ska vara som en kompis som svarar på frågor, ger stöd, inspiration och förslag. Med hjälp av boken vill Volontärbyrån också väcka tankar och frågeställningar kring hur du gör och varför. Handboken innehåller allt ifrån hur ideellt engagemang på bästa sätt uppmuntras till vad du bör tänka på när det gäller försäkring för frivilliga.



Läs mer på Volontärbyråns hemsida:
www.volontarbyran.org

Att intervjuar volontärer är en viktig del i Volontär i Nackas arbete där vi oftast tar tillfället i akt att spåna kring intressen, önskemål, drömmar, idéer med mera. Att vara med om dessa möten är otroligt givande.

Detta hände när vi intervjuade Ulrica Atler, en kvinna som är engagerad i Fisksätra bland annat i föreningen "Från Elvis till Abba", skolan, biblioteket och ute i samhället. Läs, njut och gissa vilket volontäruppdrag Ulrica har sökt:

– Inte är jag någon Einstein och inte är jag släkt med honom även om det vore väldigt trevligt, men jag har ändå en kärlek till matematiken som får många att tro att det är något fel på mig. En del människor anser att matte är helt obegripligt och så godtar dem det och slutar försöka få vidare insikt i och förståelse. Och så är det med det, punkt slut. Medan andra kämpar för kung och fosterland för att begripa och ändå står där med ett IG eller ett svagt G i betyget. Och det är ju så förbaskat synd.

Ulrica berättar:

– Jag satt en dag och lyssnade på två tonårsgrabbar. Vi satt och njöt av solen på varsin bänk en ljum aprildag.

9	14	18
33	?	21
29	24	23

MATECENTRUM

Grabb 1: Asså majjen e ju så jävla dålig.

Grabb 2: Ja eller hur!

Grabb 1: Ja fatta noll asså!

Grabb 2: Ja eller hur!

Grabb 1: Va ska man me x å y till

asså, tala om det för mig.

Grabb 2: Ja eller hur!

Det var där och då jag bestämde mig! Jag fick en spark i baken. Jag knatade upp till närmaste skola, frågade om jag kunde vara till hjälp på en mattelektion, som någon slags extraresurs...liksom.....gratis!!

Ett par förvirrade ögon tittade misstänksamt på mig och verkade undra vilken diagnos jag kunde ha. Gratis?! Ja, jag ville verkligen!

Nu måste Ulrica förklara för den omtöcknade rektorn varför hon ville just detta. Hon säger såhär:

– Om jag kan bidra till att en enda elev, och helst flera, lyckas dra de tunga gardinerna från matematikens klara fönster, ja då blir jag så varm och glad om hjärtat att alla ekvationer får sin lösning.

HÄLSAR ULRICA ATLER

SKÄNKT FRUKT KOMMER FLER TILL DEL



I NÄSTA NUMMER...

Intervjuar vi Ältakillen Jesper Edberg. Jesper är aktiv inom flera föreningar. Han har skapat en hemsida för unga volontärer och har nyligen startat Parkour i Älta. Nu drar han vidare till nya utmaningar...

280000 ton närodlad och obesprutad frukt odlas i Sveriges trädgårdar varje år. Vi skulle bli självförsörjande 8 av 12 månader per år om vi tog vara på all frukt.

Just nu fylls de svenska trädgårdarna av frukt och många får långt större skördar än vad de klarar av att ta hand om själva. Men de sista åren har allt fler hittat sätt på nätet att erbjuda okända att komma och plocka hemma.

För den som inte hinner sylta, safta eller baka av alla äpplen som trädgården bjuder på kan du anmäla dig till en fruktförmedling. På det

sättet förhindrar du att dina äpplen, päron eller plommon faller ner och ligger och ruttnar på marken. Du skänker frukten till någon som vill komma och plocka den.

Några exempel på fruktförmedlingar är "Äkta vara" och "Palla frukt". Där kan du lägga in en gratis annons och erbjuda frukt som du vill bli av med. Och du som vill ha frukt kan komma i kontakt med tomtägare genom fruktförmedlingens hemsida. På kuppen skapar man givande möten mellan fruktträdägare med mer frukt än tid och fruktälskare med mer tid än frukt.

REDAKTION:

Nannette Büsgen, ansvarig utgivare.

Produktion: Nacka kommun, kommunikationsenheten.