

ÅRSBERETNING 2025



Innledning

Foreningen for flerkulturelt recovery-arbeid (FFRA) er en frivillig organisasjon som arbeider for å fremme trivsel, psykisk helse, inkludering og integrering blant personer og familier med flerkulturell bakgrunn.

Organisasjonens arbeid bygger på Recovery-orienterte prinsipper, aktiv brukermedvirkning og utvikling av lavterskelaktiviteter som gjør det mulig for mennesker med ulike kulturelle og sosiale erfaringer å delta.

Denne årsmeldingen gir en oversikt over organisasjonens aktiviteter, erfaringer og utvikling i løpet av 2025. Dokumentet oppsummerer arbeidet som er gjennomført og danner et grunnlag for organisasjonens videre utvikling.

1. Om organisasjonen

FFRA ble stiftet i 2017 og har siden arbeidet for å skape trygge møteplasser hvor mennesker kan styrke egen mestring, dele erfaringer og delta aktivt i lokalsamfunnet.

Siden 2023 har FFRA videreutviklet sin struktur som en medlems- og frivilligbasert organisasjon, med aktiv deltakelse fra personer med ulike kulturelle bakgrunner.

I løpet av 2025 besto organisasjonen av medlemmer, frivillige og samarbeidspartnere som bidro til planlegging og gjennomføring av ulike aktiviteter.

2. Mål og arbeidsfokus i 2025

I løpet av 2025 arbeidet FFRA for å styrke trivsel, psykisk helse, inkludering og integrering gjennom deltakende lavterskelaktiviteter.

Et sentralt mål var å bidra til økt sosial tilhørighet og deltakelse i lokalsamfunnet blant voksne og familier med innvandrerbakgrunn.

Arbeidet hadde særlig fokus på:

- utvikling av åpne og tilgjengelige møteplasser
- bruk av kultur, musikk og dialog som verktøy for inkludering
- samarbeid med frivillige organisasjoner og offentlige aktører
- fleksibel tilpasning av aktiviteter etter deltakernes behov.

3. Gjennomførte aktiviteter i 2025

I løpet av 2025 gjennomførte FFRA ulike aktiviteter rettet mot voksne, familier og flerkulturelle grupper av barn og unge i Kristiansand. Aktivitetene var hovedsakelig lavterskel og åpne for deltakelse.

Blant aktivitetene som ble gjennomført i løpet av året var:

- «Suppe for sjelen og temakveld» – månedlig sosial møteplass på Kafé Shalam.



- **Recovery gjennom musikk** – gitarverksteder for voksne og ukuleleverksteder for barn.



- Engelskverksted som verktøy for integrering.

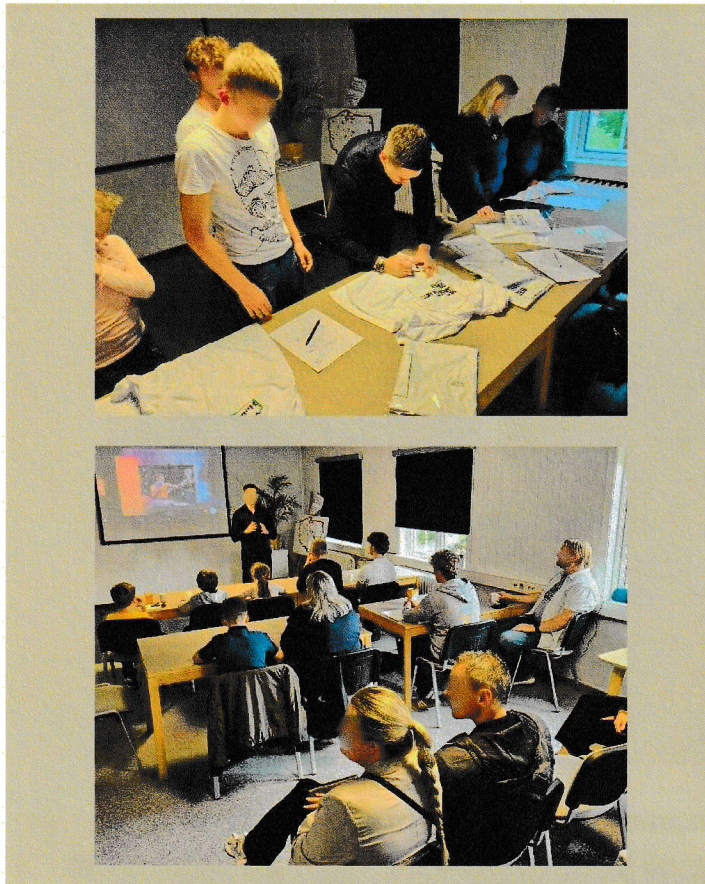


- Bevegelsesterapi.



FFRA deltok også i samarbeid med andre organisasjoner om aktiviteter for barn og unge, blant annet:

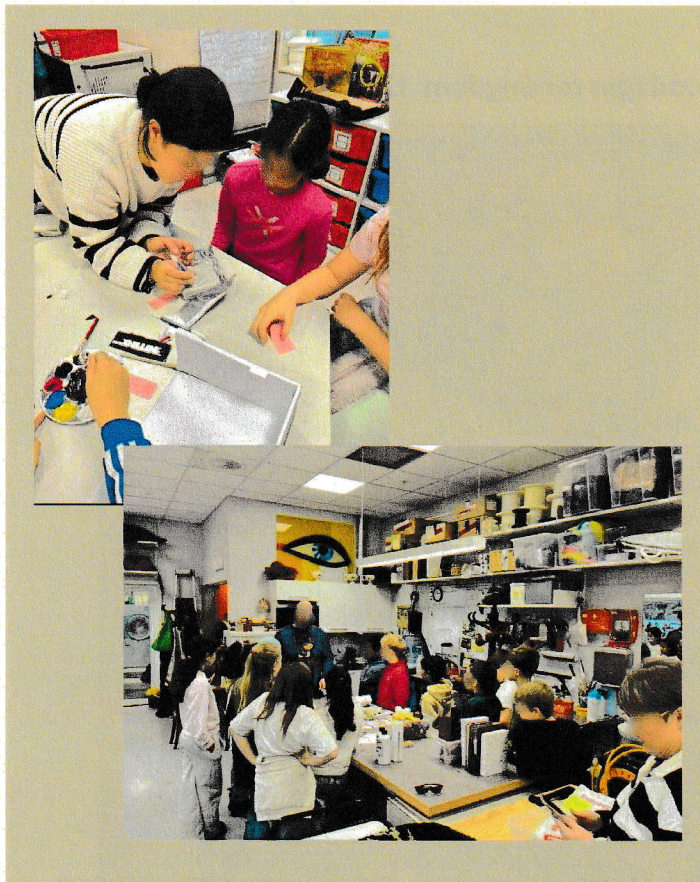
- **Inspirasjonsettermiddager for ungdom. Litauisk forening i Agder**



- **Klubb Kapibara – aktiviteter for barn og unge som opplever mobbing. Razem=sammen**



- **Kunst- og håndverksverksted for barn. Våre Stemmer**



- **Sanselig perkusjonsverksted for barn og unge. FFRA**



Disse aktivitetene bidro til å fremme sosial kontakt, skape trygge arenaer for deltakelse og styrke deltakernes opplevelse av tilhørighet og fellesskap.

4. Effekt og resultater av arbeidet

Effekt over tid

I FFRA forstår vi effekt som noe som utvikles over tid. Den kommer ikke bare til uttrykk gjennom deltakertall, men også gjennom menneskelige erfaringer som oppstår i møteplasser og aktiviteter organisasjonen legger til rette for.

Deltakertallene viser en jevn vekst i flere av aktivitetene mellom 2022 og 2025, særlig innen musikkverksteder, bevegelsesbaserte aktiviteter og sosiale møteplasser.

Utviklingen i deltakelse i FFRA sine aktiviteter de siste årene er illustrert i figuren nedenfor:

Effekten av arbeidet kommer også til uttrykk gjennom kontinuerlig deltakelse og gjennom fleksibiliteten i aktivitetene, som gjør det mulig for mennesker å delta ut fra sin egen livssituasjon.

Deltakelse i aktiviteter (2022–2025)					
Aktivitet	2022 - ROM-Agder	2023	2024	2025	Observasjoner
Movimiento for gøy	10				Den erstattes av bevegelsesterapi.
Tango som Recovery		21			Aktiviteten ble flyttet til privattimer.
Recovery gjennom musikk:					
Ukelele verksted		25			Jevn vekst og høy etterspørsel
Ukelele for barn			55		
Gitar verksted:					
Nybegynners verksted			50	170	
Basis gitar 1 verksted			108	82	
Basis gitar 2 verksted			85	120	
Avansert-gitar-1					
Avansert-gitar-2				39	
Engelsk som integreringsverksted					
A1 - A-2			103		Høy deltakelse og kontinuitet
B1-C			35		
Bevegelsesterapi:					
Flerkulturelt gruppe			15	14	Aktivitet tilpasset behov og etterspørsel
Latinsgruppe			20	43	
Suppe for sjelen og temakveld					
	18	93	166	199	Stabil møteplass for fellesskap og støtte

Figur 1. Utvikling i deltakelse i FFRA sine aktiviteter (2022–2025).

Mer enn tall

Utover statistikken viser effekten av FFRA sitt arbeid seg i kvalitative endringer i deltakernes hverdag, blant annet gjennom:

- mennesker som deltar i fellesskap for første gang
- økt trygghet og tillit i møte med andre
- styrkede sosiale nettverk over tid
- trygge arenaer som bidrar til å redusere ensomhet og sosialt utenforskap.

Den recovery-orienterte tilnærmingen som ligger til grunn for FFRA sitt arbeid legger vekt på menneskers egne ressurser, gjensidig støtte og betydningen av fellesskap for psykisk helse og trivsel.

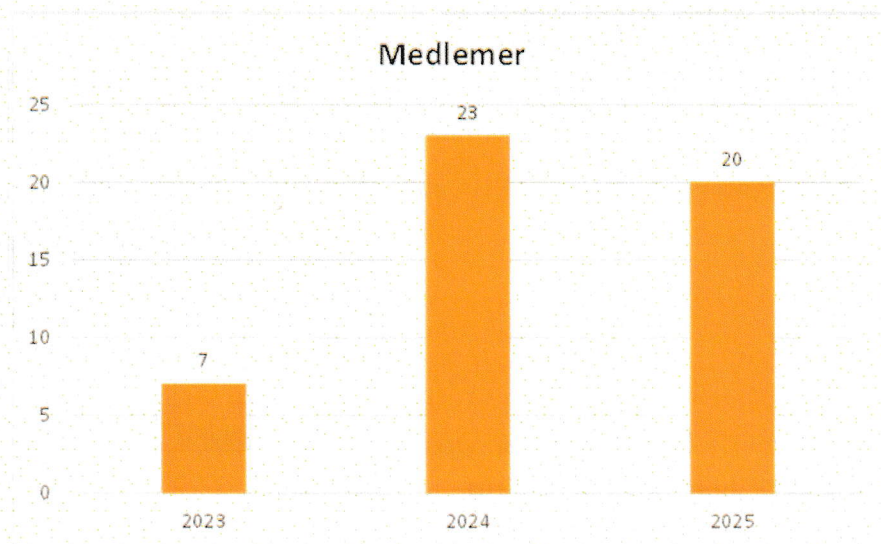
5. Medlemskap og deltakelse i lokalsamfunnet

I 2023 startet FFRA med formell registrering av medlemmer og innførte en årlig medlemskontingent på 20 kroner (NOK).

Siden den gang har organisasjonen opplevd en gradvis økning i antall medlemmer:

Utviklingen i medlemskap i FFRA i perioden 2023–2025 er vist i figuren nedenfor.

År	Medlemer
2023	7
2024	23
2025	20
	50



Figur 2. Utvikling i medlemskap i FFRA (2023–2025).

Per desember 2025 hadde organisasjonen totalt omtrent **50 individuelle medlemmer**. I tillegg kommer deltakelse fra deres respektive familiemedlemmer, ettersom mange av FFRA sine aktiviteter er åpne for familiedeltakelse.

Veksten i medlemskap gjenspeiler økt kjennskap til organisasjonen i lokalsamfunnet og en økende interesse for å delta i aktivitetene som FFRA tilrettelegger for.

6. Samarbeid og nettverk

Samarbeid med andre organisasjoner og aktører har vært en viktig del av FFRA sitt arbeid i 2025.

I løpet av året fikk organisasjonen innvilget to prosjekter som ble utviklet i samarbeid med flere organisasjoner, blant annet:

- **ROM-Agder**
- **Razem = Sammen**, polsk forening
- **Litauisk forening i Agder**
- **Kurdisk Kvinnestemme i Norge**
- **Våre Stemmer**

Samarbeidet har bidratt til kunnskapsutveksling, koordinering av aktiviteter og bedre tilgjengelighet for målgruppen.

ROM-Agder fortjener en særlig omtale, ettersom organisasjonen tok initiativ til etableringen av FFRA i 2017 og siden den gang har vært en viktig samarbeidspartner. Samarbeidet har vært både en utfordring og en viktig læringsprosess som har bidratt til utviklingen av organisasjonen.

Prosjektene som er innvilget av **Sparebankstiftelsen**, er særlig rettet mot barn, unge og flerkulturelle familier og gjennomføres i samarbeid med flere av disse organisasjonene.

FFRA har også mottatt støtte fra **Kafé Shalam**, som har gjort det mulig å bruke kaféen som møteplass for aktiviteten «**Suppe for sjelen**». Selv om det ikke foreligger en formell samarbeidsavtale, har Kafé Shalam bidratt ved å stille lokalet til disposisjon og dermed gjort det mulig å etablere en inkluderende møteplass for deltakerne.

7. Økonomisk situasjon

I løpet av 2025 mottok FFRA prosjektmidler fra flere finansieringskilder, blant annet:

- **IMDi**
- **Kristiansand kommune**
- **Agder fylkeskommune**
- **Sparebankstiftelsen SR-Bank**
- **Sparebankstiftelsen Sparebanken Norge**

Midlene ble brukt til gjennomføring av aktiviteter, innkjøp av utstyr, honorarer, leie av lokaler til aktiviteter og andre driftskostnader knyttet til gjennomføring av prosjektene. Ressursene har bidratt til å styrke utviklingen av fellesskapsbaserte aktiviteter og gradvis utvide omfanget av FFRA sitt arbeid.

8. Erfaringer og veien videre

Erfaringene fra 2025 viser betydningen av fleksible, inkluderende og flerkulturelle tiltak som kan styrke mestring og sosial deltakelse.

I løpet av 2025 har omtrent 25 personer fra et asylmottak deltatt i våre aktiviteter. Gjennom møtet med disse deltakerne har vi fått tydelig erfare hvor viktig det er med menneskelig nærhet, kommunikasjon, det å lytte og å ha tid til å være sammen.

Dette er et tema vi har diskutert med aktivitetslederne, og det gjenspeiles også i tilbakemeldingene fra deltakerne. Spørsmålet «*Hvorfor kommer de tilbake?*» handler i stor grad om den nærheten og tryggheten deltakerne opplever i møte med aktivitetslederne og fellesskapet.

Fleksibiliteten i aktivitetene handler også om en gjensidig tilpasning, slik at deltakerne kan finne ro og trygghet til å delta når det passer i deres livssituasjon.

Vi snakker om recovery, men vi forsøker også å praktisere recovery i møte med mennesker. Vi vet hva som kan gå tapt når man kommer til et nytt land som fremmed, men vi vet også at veien kan oppleves mer menneskelig og meningsfull når man får oppleve tilhørighet, forbindelse og identitet i et fellesskap.

FFRA ønsker å uttrykke sin takknemlighet for det dedikerte og kontinuerlige arbeidet til de tre personene som så langt har vært viktige bærebjelker i organisasjonen. Deres engasjement, tid og innsats har gjort det mulig å gjennomføre og videreføre mange av aktivitetene i FFRA.

Samtidig ser organisasjonen behovet for at flere personer engasjerer seg i det organisatoriske arbeidet. Det er også behov for ressurser som kan bidra til støtte for dem som bruker sin tid og sitt engasjement på å utvikle og gjennomføre aktiviteter for deltakerne i FFRA.

Å styrke den menneskelige og organisatoriske kapasiteten er et viktig steg for å sikre kontinuitet og en bærekraftig utvikling av FFRA sitt arbeid i lokalsamfunnet.

