

# Vedlegg

## Innholdsfortegnelse

Vedlegg 1: Resultatregnskap NFS 2017 .....	2
Vedlegg 2: Saksfremlegg og innstilling årsmøte NFS .....	3
Vedlegg 3: Fokusgruppe - studenter ved Handelshøyskolen BI .....	4
Vedlegg 4: Fokusgruppe - studenter ved Høgskulen på Vestlandet .....	9
Vedlegg 5: Dybdeintervju - ikke-frivillige.....	14
Vedlegg 6: Dybdeintervju - frivillige ved en frivilligsentral .....	19
Vedlegg 7: Dybdeintervju - ledere for frivilligsentraler .....	24
Vedlegg 8: Spørreundersøkelsen.....	28
Vedlegg 9: Reliabilitet .....	49
Vedlegg 10: Korrelasjon .....	51
Vedlegg 11: Multippel regresjonsanalyse .....	53
Vedlegg 12: Clusteranalyse.....	55
Vedlegg 13: Tester av clustrene (Kji-kvadrattest, ANOVA og Students t-test) .....	57
Vedlegg 14: Pretest av strategi og budskap .....	64
Vedlegg 15: Influencere .....	67
Vedlegg 16: Reklamefilm - Instagram-feed .....	68
Vedlegg 17: Reklamefilm - Instagram-story .....	68
Vedlegg 18: Podkast - tall fra Forbruker & Media .....	69
Vedlegg 19: Google Trends - «Frivillig arbeid» .....	70
Vedlegg 20: Kostnader for filming av stunt og reklamefilmer til Instagram - Avia.....	70
Vedlegg 21: Priser på Instagram-annonsering - Facebook Business Manager .....	70
Vedlegg 22: Annonsepriser for podkast - Adlink .....	71
Vedlegg 23: Kostnader for influencermarkedsføring.....	72
Vedlegg 24: Veldedige organisasjoner - tall fra Forbruker & Media .....	73

Vedlegg 1: Resultatregnskap NFS 2017

# Resultatregnskap 2017

## Norges Frivilligsentraler



	<b>2017</b>	2016 fra 01.09 (etter landsmøte)
<b>Driftsinntekter</b>		
31 Salgsinntekt, avgiftsfri	765 500,00	52 000,00
32 Salgsinntekt, utenfor avgiftsområdet	1,00	0,00
<b>Sum driftsinntekter</b>	<b>765 501,00</b>	<b>52 000,00</b>
<b>Driftsutgifter</b>	<b>Denne perioden</b>	2016 fra 01.09 (etter landsmøte)
5 Lønn kostnader	- 150 663,44	0,00
63 Leie kontorplass	- 5 000,00	0,00
64 Leie inventar (bl.a. postboks)	- 1 510,00	0,00
65 Driftsmaterial (datautstyr, dataprogram o.l.)	- 73 733,00	0,00
67 Fremmed tjeneste (revisjon, regnskap, frikjøp o.l.)	- 175 717,00	- 6 875,00
68 Møter og kurs (bl.a. nettverksledermøte)	- 77 210,15	- 2 173,75
69 Telefon og porto o.l.	- 4 814,43	0,00
71 Reise kostnader	- 192 777,70	- 76 800,00
73 Representasjonskostnader (Arendalsuke o.l.)	- 7 849,97	- 23 445,70
74 Kontingent og gave	- 1 255,00	0,00
77 Annen kostnad (bank o.l.)	- 2 213,43	0,00
<b>Sum driftsutgifter</b>	<b>- 692 744,12</b>	<b>- 109 294,45</b>
<b>Driftsresultat</b>	<b>Denne perioden</b>	2016 fra 01.09 (etter landsmøte)
<b>Driftsresultat</b>	<b>72 756,88</b>	<b>- 57 294,45</b>
<b>Finansinntekt og finanskostnad, ekstraordinære poster</b>	<b>Denne perioden</b>	2016 fra 01.09 (etter landsmøte)
80 Finansinntekt/kostnader	23,25	- 293,25
<b>Sum finansinntekt og finanskostnad, ekstraordinære poster</b>	<b>23,25</b>	<b>- 293,25</b>
<b>Resultat</b>	<b>72 780,13</b>	<b>- 57 587,70</b>

## Vedlegg 2: Saksfremlegg og innstilling årsmøte NFS

### Informasjon

Landsstyret har i perioden 2016 - 2018 jobbet med en klart mandat fra forrige landsmøte ved at kontingenten for medlemskap ble satt til maks 2 000,-. Størstedelen av denne summen har gått til en organisasjonssekretær i 50% stilling, styremøter og en nettverksleder-konferanse i Oslo. Styremedlemmene har i tillegg lagt ned betydelig arbeidstid innenfor de ulike oppgavene og representasjonene som er gjennomført i perioden, anslagsvis til sammen over to årsverk. Her ligger også de mange arbeidsgruppene som har jobbet jevnlig gjennom året.

Handlingsprogrammet 2018 - 2020 setter en rekke ambisiøse mål for organisasjonen og sentralene. Norges Frivilligsentraler skal jobbe videre med å bedre rammevilkårene for sentralene, øke synligheten, sikre muligheten til kompetanseheving for daglige ledere og styrer, og ikke minst være med å sikre frivilligsentralene som den sentrale aktøren innenfor lokal frivillighet og nærmiljøutvikling.

For å kunne opprettholde og fortsette arbeidet, mener styret det er helt essensielt å ha en organisasjonssekretær i full stilling. Vi mener også det er helt nødvendig å kunne kjøpe ut styreleder og/eller kjøpe eksterne tjenester i perioder hvor vi trenger en ekstra innsats rettet mot politikere og andre beslutningstakere, herunder i statsbudsjettprosessen. Et annet prioritert område som krever finansiering er nettverksleder-konferanse. Fjorårets konferanse var svært nyttig og viste oss en vei vi kan jobbe sammen videre.

Med bakgrunn i handlingsprogrammet og vår erfaring fra denne perioden mener styret det er helt nødvendig å heve kontingenten. Styret velger etter nøye overveielse å legge frem et kontingent-forslag på kr. 4.000 for årene 2019 og 2020. Retningsgivende budsjett lages på bakgrunn av dette.

En doubling av kontingenten vil for noen synes mye. På den annen side har staten økt sine overføringer til sentralene med 55.000 i 2017 og 38.000 i 2018. Selv om ikke alle opplever å få med seg hele økningen Stortinget har lagt opp til, har et stort flertall av sentralene fått store budsjettøkninger.

Side 35

	Nåværende	Forslag på
Budsjett 2019	medlemskontingent	kr. 4000
Medlemskontingent	800,00	1 600,00
Lønnskostnader	-340,00	-680,00
Møter/reise	-300,00	-600,00
Annen driftskostnad	-160,00	-320,00
Resultat	0,00	0,00

Det sittende styret anbefaler årsmøte om å godkjenne den nye medlemskontingenten.

Det nye styret gis med det muligheter for å for å jobbe opp mot nytt handlingsprogram, og å satse på kompetansebygging og økt lobbyering, org. sekretær i full stilling, en årlig nettverksleder-konferanse og flere nasjonale samarbeidsavtaler.

Styret legger ikke opp til styrehonorar for perioden.

### Innstilling

Medlemskontingent til Norges Frivilligsentraler settes til kr. 4.000 pr år for 2019 og 2020.

### Behandling

### Vedtak

## Vedlegg 3: Fokusgruppe - studenter ved Handelshøyskolen BI

A: Kvinne

B: Mann

C: Mann

D: Kvinne

E: Kvinne

### Personlig / fritid

#### **Hvor mye fritid har du gjennomsnittlig hver dag?**

A: 3 timer.

B: 6 timer.

C: 5 timer.

D: 5 timer.

E: 6 timer.

#### **Hva bruker du denne fritiden på?**

A: Venner, slappe av, turer og reise.

B: Reise, trening, sosiale ting, nyheter og politiske debatter.

C: Mye sport, venner, kjøre bil og lese avisa.

D: Serier og filmer, trening og venner.

E: Netflix, venner og trening.

#### **Er du fornøyd med hvordan du bruker fritiden din? (Hvis nei, hvorfor er du ikke fornøyd?)**

A: Ja, hvertfall når hun får trent. Får brukt den fornuftig.

B: Nei, føler hun er 60 år i hodet. Kan til tider være litt kjedelig.

C: Nei, hun føler hun har for mye fritid. Kunne hatt mindre fritid.

D: Til en viss grad. Hvis hun trener føler hun hun utnytter fritiden bra, men hvis hun ser på en tulle film kunne hun heller gjort noe annet.

E: Enig med "D".

## Frivillig arbeid / Norges Frivilligsentraler

### **Hva assosierer du med frivillig arbeid?**

- A: Forbinder helst frivillig arbeid med idrettslaget mitt.
- B: Arbeid uten betaling.
- C: Jeg assosierer det med sommer og venner. Det er fordi jeg pleier å reise bort for å være frivillig.
- D: Assosierer det med studentsamfunnet, jeg gjør mye frivillig arbeid der.
- E: Mye av det samme som de andre.

### **Hva slags arbeid forbinder du med frivillig arbeid?**

- A: Afrika.
- B: Hjelpeorganisasjoner.
- C: Veldedighet og salg for idrettslag.
- D: Verv på skolen og generelt veldedighetsarbeid.
- E: Flyktningarbeid.

### **Hvem tenker du deltar i frivillig arbeid?**

- A: Samfunnsengasjerte personer.
- B: De som er i starten av en arbeidsfase, og de som ikke er egoister.
- C: De som har lyst til å reise, så kan de gjøre frivillig arbeid i utlandet.
- D: Engasjerte folk.
- E: Omtenksomme og utadvendte folk.

### **Har du vært frivillig det siste året? Hvis ja, hva slags frivillig arbeid?**

- A: Vært med i styret på et idrettslag på skolen.
- B: Skriver litt for NFF Hordaland og Bergen høyre.
- C: Jeg var frivillig i Kroatia i sommer, der hjalp jeg folk.
- D: Har vært med i flere frivillige verv på skolen, og vært frivillig for en nyoppstartet App.
- E: Jeg har vært frivillig i to frivillige verv på skolen.

### **Ville du ha prioritert å delta i frivillig arbeid nå?**

- A: Ikke nå, jeg har mer enn nok å gjøre.
- B: Nei, jeg har nok å gjøre. Vil prioritere å gjøre det best mulig på områdene jeg allerede driver med.

C: Ja.

D: Nei.

E: Kanskje, hvis det så bra ut på CV-en.

**Hvis du skulle blitt frivillig i morgen, hvem ville du kontaktet? Top of mind!**

A: Unicef eller noe innenfor idrett.

B: Røde kors.

C: Amnesty.

D: Røde kors eller Unicef.

E: Kreftforeningen.

**Hva er (kunne vært) motivasjonen din til å gjøre frivillig arbeid?**

A: Idretten får noe igjen for det og jeg vet hva jeg går til.

B: Det ser bra ut på CV-en.

C: Fordi det er en god gjerning.

D: Fordi det er gøy og sosialt. Få erfaring, bruke interessene mine og det ser bra ut på CV-en.

E: At jeg gjør noe jeg er interessert i. Får brukt interessene mine innen journalistikk, det sosiale og være med i studentmiljøet.

**Har du hørt om frivillig.no?**

A: Nei.

B: Ja.

C: Ja, har hørt om de gjennom en venn som har vært frivillig selv.

D: Nei.

E: Nei.

**Har du hørt om Norges Frivilligsentraler? (før vi fortalte dere om det)**

A: Nei.

B: Nei.

C: Ja.

D: Ja.

E: Nei.

**Hvis ja, hvor har du hørt om det?**

C: Han jeg bor med var medlem der før.

D: Jeg har jobbet for de tidligere på et sykehjem hjemmefra. Var også konfirmasjonsleder.

**Hvis ja, vet du hvor din lokale frivilligsentral er?**

C: Nei.

D: Nei.

*\*Forklaring på hva Norges Frivilligsentraler gjør\**

*Norges Frivilligsentraler består av 455 sentraler rundt om i Norge. Eksempler på aktiviteter er å organisere idrett eller fjellturer, være besøksvenn, leksehjelp, osv. Det er ingen forpliktelser, og du er ikke bundet etter å ha meldt deg inn i sentralen. Du kan bidra med akkurat det du vil, så ofte du selv ønsker det.*

**Vil denne informasjonen øke sjansen for at du kunne tenkt deg å være frivillig?**

A: Ja, det tror jeg.

B: Ja, kanskje.

C: Usikker, mest sannsynlig ikke.

D: Nei, tror ikke det.

E: Det er vanskelig å si, men ville nok hatt en positiv innvirkning.

**Reklame / Kampanje**

**I hvilken kanal får du best med deg reklame?**

A: E-post.

B: E-post.

C: Instagram og LinkedIn.

D: Instagram, da ser jeg nøyere på bildene. På Facebook ignorerer jeg det helt.

E: Facebook eller Instagram.

**Kan du nevne eksempler på reklamer du liker?**

A: Glad i bilreklamer, kult hvordan de filmer. Fine biler.

B: En reklame med dyktig komposisjon, og musikk som henger sammen med klippet.

C: Animasjon, går forbi det du forventer! Eller ”feelgood” reklamer. Negativt hvis det er en irriterende fortellerstemme.

D: Totenflak reklamen! Den er genial og fanget oppmerksomheten min. XXL reklamen liker jeg også godt, der alle mennene prøver å imponere en dama som er homofil.

E: Noe som skiller seg ut og som jeg er interessert i.



## Vedlegg 4: Fokusgruppe - studenter ved Høgskulen på Vestlandet

A: Mann

B: Kvinne

C: Mann

D: Mann

E: Mann

### Personlig / fritid

#### **Hvor mye fritid har du gjennomsnittlig hver dag?**

A: 7 timer.

B: 7 timer.

C: 12 timer.

D: 7 timer.

E: 7 timer.

#### **Hva bruker du denne fritiden på?**

A: Trening.

B: Matlaging og trening.

C: Trening og drar mye ut.

D: Trening og være med venner. Drar ofte ut i helgene.

E: Ser fotball og er med venner.

#### **Er du fornøyd med hvordan du bruker fritiden din? (Hvis nei, hvorfor er du ikke fornøyd?)**

A: Ja, egentlig.

B: Ja, men skulle gjerne hatt mer fritid.

C: Nja, noen dager. De dagene jeg føler jeg gjør noe litt meningsfylt.

D: Ja, men kunne kanskje brukt tiden litt annerledes.

E: Ja, men hadde vært bedre om jeg hadde hatt mer penger.

### Frivillig arbeid / Norges Frivilligsentraler

#### **Hva assosierer du med frivillig arbeid?**

A: Gjøre noe for felleskapet eller for andre.

B: Arbeid uten å få betalt.

C: Dugnad, i et borettslag for eksempel.

D: Å gjøre noe for å hjelpe andre.

E: At du ikke får noe materialistisk tilbake, men du kan jo få en god selvfølelse.

### **Hva slags arbeid forbinder du med frivillig arbeid?**

A: De som står å lager mat til de som trenger det i julen.

B: Ungdomslag.

C: Tenker dugnad jeg.

D: Røde Kors og den type organisasjoner.

E: Jeg tenker også på organisasjoner.

### **Hvem tenker du deltar i frivillig arbeid?**

A: Tenker kanskje alle.

B: Ja, jeg ser også for meg personer i alle aldre.

C: Jeg ser for meg alle aldre, men at de yngre driver med litt annet arbeid enn de eldre.

D: Jeg tenker kanskje eldre. De som har litt voksne unger og har mer tid.

E: De som ikke har så mye å gjøre i hverdagen.

### **Har du vært frivillig det siste året?**

A: Jeg har vært med på dugnad. Da var jeg med å rigge eksamenslokaler i regi av fotballaget.

B: Synd å si, men det tror jeg ikke jeg har.

C: Nei.

D: Ja, i studentorganisasjonen.

E: Nei, det tror jeg ikke.

### **Ville du ha prioritert å delta i frivillig arbeid nå?**

A: Nei. Kunne kanskje gjort det én gang på gøy.

B: Nei, jeg har ikke tid til det nå.

C: Hadde sikkert hatt tid, men tror ikke det kommer til å skje. D føles litt tiltak, og man tenker gjerne "hvorfor kan ikke bare noen andre gjøre det".

D: Nei, det hadde jeg ikke prioritert nå. Føler ikke jeg har tid, men har planer om å bli planfadder.

E: Nei. Jeg har lyst, men er kanskje litt egoistisk, så det er ikke en prioritet for meg.

**Hvis du skulle/måtte blitt frivillig i morgen? Hvem ville du kontaktet? Top of mind!**

A: Hjelpe funksjonshemmede, gå turer med de. Være støttekontakt. Det hadde sikkert føles givende.

B: Ungdomslaget. Der var jeg frivillig da jeg var yngre.

C: Kirkens nødhjelp eller kanskje Redd barna.

D: Redd barna eller Røde Kors kanskje. De er jo størst.

E: Ungdomslaget, kanskje. Hadde nok blitt noe sånt.

**Hva er (kunne vært) motivasjonen din til å gjøre frivillig arbeid?**

A: Å hjelpe andre.

B: Ved å være med i ungdomslaget føler jeg at man gir noe tilbake til bygda. Hvis man arrangerer noe der, så er det mange som får nytte av det. Kjekt at det skjer noe.

C: Få referanser på CV-en.

D: Det er mest å hjelpe andre, og gleden av å se andre få en mestringsfølelse.

E: Hjelpe andre, og hvis jeg får opplevd noe selv er det jo egen vinning for meg.

**Har du hørt om frivillig.no?**

A: Nei.

B: Nei.

C: Nei.

D: Nei.

E: Nei.

**Har du hørt om Norges Frivilligsentraler? (før vi fortalte dere om det)**

A: Ja.

B: Ja.

C: Ja.

D: Nei.

E: Nei.

**Hvis ja, hvor har du hørt om det?**

A: Har sett de i nærmiljøet.

B: Gjennom venner og familie.

C: Gjennom nærmiljøet.

**Hvis ja, vet du hvor din lokale frivilligsentral er?**

A: Ja.

B: Ja.

C: Ja.

**Hvis nei, hva tror du de arbeider med?**

D: Å være frivillig?

E: Er det de som går rundt å plukker flasker?

*\*Forklaring på hva Norges Frivilligsentraler gjør\**

*Norges Frivilligsentraler består av 455 sentraler rundt om i Norge. Eksempler på aktiviteter er å organisere idrett eller fjellturer, være besøksvenn, leksehjelp, osv. Det er ingen forpliktelser, og du er ikke bundet etter å ha meldt deg inn i sentralen. Du kan bidra med akkurat det du vil, så ofte du selv ønsker det.*

**Vil denne informasjonen øke sjansen for at du kunne tenkt deg å være frivillig?**

A: Kanskje, men mest sannsynlig ikke.

B: Jeg visste om de, men har fremdeles ikke vært med fordi jeg ikke har tid.

C: Nei, jeg tror ikke det dessverre.

D: Nei, tror ikke det.

E: Nei, jeg kjente ikke noe nysgjerrighet over dette.

**Hva ser du på som fordeler og ulemper ved at det finnes sentraler i ditt nærmiljø kontra nettsider / store organisasjoner?**

A: Det er sikkert en fordel.

B: Det er kanskje litt enklere på nettet.

C: Jeg tror det er flere unge som verver seg via nettet enn gjennom en sentral.

D: Lettest å gjøre det på nettet når man allerede sitter mye på nettet. Da slipper man å gå ned å møte dem på sentralen.

E: For de eldre er sikkert sentralen best. Jeg ville personlig foretrukket nettet.

## Reklame / Kampanje

### **I hvilken kanal får du best med deg reklame?**

- A: Nettsider, som VG og lignende sider.
- B: Instagram og Snapchat.
- C: Jeg må også si annonser på nettsider.
- D: Jeg pleier å bli mer påvirket av TV-reklamer.
- E: Annonser på Snapchat.

### **Hva ønsker dere en kampanje for frivillig arbeid skulle spilt på for at den skulle appellert mest mulig til deg?**

- A: Føler meg ganske truffet av de Redd barna, der man ser et barn alene under et tre og gråter. Da er man ganske følelsesløs hvis man skifter kanal med en gang. Det treffer meg, men jeg har ikke betalt noe enda. Så jeg syns det bør spille på at de har behov for hjelp.
- B: Jeg tror den må spille på samvittigheten til folk. Det er sikkert best.
- C: Jeg hadde blitt mest påvirket av noe som ga meg dårlig samvittighet.
- D: Kanskje spille på at det ikke tar så mye tid siden det er noe som er viktig for meg og mange andre.
- E: Jeg tenker også at tid er viktig og at de må spille litt på at det er lavterskel også.

## Vedlegg 5: Dybdeintervju - ikke-frivillige

### Demografi

#### Alder:

A: 23

B: 20

C: 22

#### Kjønn:

A: Kvinne

B: Mann

C: Mann

### Intervjumal

#### Hvor mye fritid vil du anslå at du har hver dag?

A: Ca. 4 timer

B: Én time hver dag på kvelden. Skole, trening, jobb og bandet mitt tar all tiden min.

C: Ca. 3 til 4 timer.

#### Føler du at dette er nok?

A: Skulle gjerne hatt litt mer. Føler jeg har nok å gjøre i hverdagen.

B: Nei, det er ikke det. Jeg skulle gjerne hatt litt mer søvn, siden jeg sover rundt 6.5 time hver natt.

C: Jeg syns jeg kunne hatt mer fritid.

#### Er du fornøyd med hvordan du disponerer fritiden din?

A: Kommer litt ann på. Jeg kunne kanskje funnet på litt fler ting her og der. Samtidig tar jeg meg tid til å slappe av. Føler ikke noe mangler.

B: Treningen er jeg fornøyd med. ønske jeg hadde mer tid til å gjøre andre ting. Helgene bruker jeg alltid til å jobbe, trene, øving, og konsert.

C: Både og. Det kommer ann på dagene siden de er så varierte. For min del er god fritid de gangene jeg kan slappe av, siden jeg er aktiv hver dag. Dårlig fritid er derimot hvis jeg har mye å gjøre, men ikke gjør noe. For eksempel søndager. De kan fort bli meningsløse.

#### Skulle du ønske du tilbrakte mer tid med andre?

A: Nei. Føler jeg er nok med folk.

B: Jeg kunne kanskje prioritert å være mer sosial.

C: Kunne sikkert brukt mer tid på kjæresten, men det går en grense der også. Jeg føler meg ikke ensom.

### **I hvor stor grad tror du ensomhet er utbredt i aldersgruppen 18 til 25 år?**

A: Tror mange kjenner på det av og til. Spesielt med sosiale medier, at man kan føle seg utenfor/alene. Ikke så synlig.

B: Jeg føler meg ikke alene, men ser andre som sitter alene hele tiden. Jeg tror spesielt mange jenter er ensomme. Gutter må ikke prestere så mye som jenter må. Gutter kan slappe mer av, og chille mer. Jenter har mest ting de holder på med, og det er litt mer press kanskje.

C: Jeg tror kanskje 1 av 5 studenter er ensomme. Grad av ensomhet spiller en viktig rolle. Det er forskjell på depresjon og følelse av ensomhet på kvelden når du ikke er med noen.

### **Tror du at å delta i frivillig arbeid kan gjøre noen mindre ensomme?**

A: Ja.

B: Absolutt!

C: Ja.

### **Hvorfor / hvorfor ikke?**

A: Fordi da møter du mange forskjellige folk, hvor folk har forskjellig innstilling. Det blir jo et fellesskap, hvor man blir tett knyttet.

B: Jeg har gjort det selv. Jeg reiste til Indonesia for å arrangere en sommerleir i en måned for unge. Da måtte jeg samarbeide med andre unge fra andre land. Noen av dem hadde samme interesser som meg, men mange var også veldig ulike meg. Men vi var sammen om å ønske å lage en fin sommerleir.

C: Fordi da får du kontakt med andre. Det er tidsfordriv. Det demper ensomheten. Har du alt for mye fritid og ikke noe å gjøre, eller noen å være med, vil du føle på ensomheten i større grad. På langsiktig plan er det ikke den beste løsningen kanskje.

### **Hva assosierer du med frivillig arbeid?**

A: Jeg tenker først og fremst på arrangement om sommeren.

B: At det ser fint ut på CV-en. Hjelp noen, bygge noe.

C: Ulønnet arbeid. Jeg er nøytral til frivillig arbeid.

**Hva slags aktiviteter?**

A: Festival. Det har jeg vurdert mange ganger. Det har aldri skjedd fordi det er om sommeren, og det er mye annet man skal gjøre. Da prioriterer jeg andre ting. Føler det er litt tiltak fordi det er en *jobb*. Lettere å ikke gjøre det.

B: Pengeinnsamling, organisering, idrettslag.

C: Dugnad, pleie gamle, gå tur i parken med gamle, plukke søppel, kanskje litt kjipe ting som andre ikke gidder.

**Hvem tenker du deltar i frivillig arbeid?**

A: Det er de som har lyst til å gjøre noe nytt. De som er litt åpne.

B: Helt vanlige nordmenn.

C: En yngre målgruppe, men også de over 60, kanskje pensjonister.

**Fortell litt om hva slags person du tenker dette er.**

A: Tidlig 20-årene, kanskje yngre, men også eldre. Ja, folk i alle aldre kanskje.

B: tenåringer eller tidlig 20-åringer, små barn og pensjonister.

C: Kanskje en som er litt ensom og som ikke har så mange rundt seg.

**Ville du ha prioritert å delta i frivillig arbeid nå?**

A: Nei, men det er fordi jeg ikke har tid. Ser på det som en tidskrevende ting.

B: Jeg fikk tilbud om noe i sommer, men har takket nei. Det tar mye tid, og jeg har det travelt. Men jeg vil nok gjøre mer av det i fremtiden.

C: Nei, jeg har ikke tid og har mer enn nok å gjøre. Hvis jeg skulle gjort det skulle det vart maks 4 timer, men dette er noe jeg kanskje ville gjort på en kjedelig søndag.

**Hva er den største hindringen for at du ikke deltar i frivillig arbeid?**

A: Tiden.

B: Prioritering av meg selv.

C: Fordi jeg ikke har tid.

**Hva ville potensielt ha vært motivasjonen din til å gjøre frivillig arbeid?**

A: Å få noe tilbake for det. F.eks. En billett til en festival. Siden jeg ikke har så mye tid hadde jeg ønsket å få noe ut av det.



B: For min del er det egoistiske grunner til å gjøre frivillig arbeid. Jeg ønsker å gjøre meg selv mer attraktiv for arbeidsgivere. Det motiverer meg ikke direkte å hjelpe andre.

C: At jeg får noe igjen for det. Jeg skulle gjerne hatt litt penger eller gratis mat når jeg skal gjøre et arbeid.

**Hva slags frivillig arbeid hadde du ønsket å ta del i?**

A: Helst festival.

B: Internasjonalt, der jeg får reise. For egen vinning er viktig.

C: Rydde opp i nabolaget, fordi da ville det gagnet meg ved at det ser bra ut i nabolaget mitt. Hadde også vært fint om det var gratis mat inkludert.

**Hvis du skulle blitt frivillig i morgen, hvem ville du kontaktet? Top of mind!**

A: Jeg hadde søkt litt på nett og sett hvor jeg skulle tatt kontakt.

B: CISV.

C: Røde Kors.

**Kjenner du til noen organisasjoner som arbeider med å organisere frivillig arbeid?**

A: Frivillig.no, Røde Kors, Kirkens bymisjon

B: Mange forskjellige, men ingen interessante.

C: Nei.

**Har du hørt om frivillig.no?**

A: Ja. Dette hørte jeg om på jobb.

B: Nei.

C: Nei.

**Har du hørt om Norges Frivilligsentraler? (før vi fortalte deg om det)**

A: Nei.

B: Nei.

C: Nei.

**Hvis nei, hva tror du de arbeider med?**

A: Organiserer sikkert frivillig arbeid. Jeg tenker med en gang at de driver i land der det er dårlige kår. Sentral høres så alvorlig ut.

B: Organisering av frivillig arbeid.

C: Bemanning av frivillige til ulike dugnader og arbeid som folk trenger.

*\*Forklaring på hva Norges Frivilligsentraler gjør\**

*Norges Frivilligsentraler består av 455 sentraler rundt om i Norge. Eksempler på aktiviteter er å organisere idrett eller fjellturer, være besøksvenn, leksehjelp, osv. Det er ingen forpliktelser, og du er ikke bundet etter å ha meldt deg inn i sentralen. Du kan bidra med akkurat det du vil, så ofte du selv ønsker det.*

**Vil denne informasjonen øke sannsynligheten for at du kunne meldt deg som frivillig?**

A: Det virker litt mer lavterskel enn det jeg forbinder med frivillig arbeid. Så det er positivt.

B: Ja, absolutt!

C: Det høres bra ut for de som trenger det, men jeg har ikke behov for det og det passer ikke inn i hverdagen min. Kanskje i fremtiden hvis jeg har tid til det.

**Hva ønsker du en kampanje for frivillig arbeid skulle spilt på for at den skulle appellert mest mulig til deg?**

A: At det virker kjekt og givende, og at det ikke er kjempetidskrevende.

B: Ikke spill på skyldfølelse! Dere kan spille på at man ikke må binde seg. Kule, positive opplevelser er viktige. Vis gleden av ved det, og ikke det negative.

C: At den ikke var mainstream, og fortalte meg at det var for en god hensikt, for det gjør alle andre. Spill på kreativitet, humor og at det er enkelt. Få fram at det er en plakatt som viser at det ikke tar så mye tid og at det er lavterskel.

**Er det noe du selv ønsker å tilføye?**

A: Tror ikke det.

B: Nei, egentlig ikke.

C: Nei.

## Vedlegg 6: Dybdeintervju - frivillige ved en frivilligsentral

### Demografi

#### Alder:

A: 22

B: 24

#### Kjønn:

A: Kvinne

B: Mann

### Intervjumal

#### Hvor mye fritid vil du anslå at du har hver dag?

A: Ikke så mye. Er på jobb fra 9 til 17, jobber ekstrajobb hvor jeg vasker. Få timer i døgnet.

B: Da jeg jobber har jeg en del fritid om ettermiddagene.

#### Føler du at dette er nok?

A: Føler likevel hun har nok fritid.

B: Føler helt klart dette er nok.

#### Er du fornøyd med hvordan du disponerer fritiden din?

A: Njaa, kunne nok være flinkere på å bruke den fritiden på noe. Burde vært mer sosial.

B: Ja, stort sett. Bruker mye tid på hunden min, kjæreste og venner.

#### I hvor stor grad tror du ensomhet er utbredt i aldersgruppen 18 til 25 år?

A: Dersom man er tilflyttet kan man slite med å ikke ha så mange rundt seg, og ikke ha så mange å være med og gjøre ting. De som er studenter som flytter ein plass kan nok ha lett for å føle på det.

B: En del føler nok på det ja. Sent i tenårene følte jeg litt på det selv, men kom seg etterhvert som jeg ble eldre.

#### Tror du frivillig arbeid kunne vært en løsning for de som føler seg ensomme?

A: Ja veldig!

B: Det tror jeg virkelig.

### **Hvorfor/ hvorfor ikke**

A: Ja veldig! Men dilemmaet er at du blir kjent med mange, men de er helst 50+. Det hjelper med at man blir litt mer åpen, og man blir kjent med samfunnet og de som bor her. Det er en start.

B: Det er sosialt og givende. Man treffer mennesker som har samme interesse som en selv, og en har da ofte lettere for å få en god tone.

### **Hva er dine interesser?**

A: Glad i å være ute, gård, hunder, interiør.

B: Politikk, hunden min og matlaging.

### **Hva assosierer du med frivillig arbeid? Hva slags aktiviteter?**

A: Bruktbua, besøkstjeneste.

B: Besøksvenn med hund og leksehjelp. Dette er fordi det er det jeg stor sett bidrar med.

### **Hvem tenker du deltar i frivillig arbeid? Fortell litt om hva slags person du tenker dette er.**

A: Tror det er alle. Med frivillighet tar man personen for den den er. Det er ikke utseendefiksert, man må ikke ha en spesiell personlighet eller noe slikt. Det finnes aktiviteter innen frivillighet som passer alle. Men man selv må være frampå for å komme inn i det. Det kan fort bli litt skjult. De som driver med det vet hva det er, men de som ikke driver med det har liten kjennskap til det. Det tar ikke mye tid. Jeg er frivillig selv, men det tar ikke mye av min tid, og jeg har en travel hverdag. Dette er en interesse jeg har, da blir det kjekt.

B: Når jeg bidrar til frivillig arbeid er det helst med personer som er en del år eldre enn meg, men generelt er det nok mennesker i alle aldre, med ulike interesser.

### **Hva slags type frivillig arbeid gjør du?**

A: Siden jeg har en interesse for interiør stikker jeg ofte innom Bruktbua og hjelper til, ved å plassere nye produkter og rydde i hyllene. Bruktbua kan jeg dra når jeg har tid, og jeg kan skrive meg opp når jeg vil. Jeg har og vært følgetjeneste. Og gartnerarbeid på sommeren. Jeg gjør det som passer til tida.

B: Besøksvenn med hund og leksehjelp. I spesielle tilfeller har jeg også kjørt eldre til lege ved behov, og måket snø for dem.

### **Føler du at du får brukt ferdighetene (evt interesser) dine i dette arbeidet?**

A: Ja! Det jeg interesserer meg for er butikk, og det får jeg tatt i bruk i Bruktbua. I tillegg har jeg jobbet innen helse tidligere, og jeg vil gjerne begynne som besøksvenn også nå.

B: Ja, spesielt som besøksvenn med hund. Det er enormt givende å se dei eldre lyse opp når eg har med meg hunden min på besøk til dei. I tillegg synes jeg det er hyggelig å omgås eldre, så det er bare kjekt.

### **Hvor ofte jobber du som frivillig gjennom frivilligsentralen?**

A: Ikke noe fast nå, for jeg jobber mye. Men til sommeren igjen vil jeg gjøre mer. Jeg tar det som passer til kalenderen min. Når man først er innenfor er det lett å komme og gå litt som man vil. Det går i bølger, ingen er frivillig hele tiden. Man trenger penger også.

B: Variere svært mye, og er til tider periodevis. Men gjennomsnittlig kanskje tre ganger i måneden.

### **Når startet du å engasjere deg ved frivilligsentralen?**

A: Det var når jeg flyttet hit for to år siden. Frivilligsentralen var de første jeg tok kontakt med. Det var sommer. Jeg flyttet til Fusa, men hadde ingen jobb eller noen bekjente. Jeg ville bare ha noe å gjøre på, derfor tok jeg kontakt med dem. Begynte i Bruktbua, men også på sykehjemmet. Det er viktig å ha noe å gjøre på når man er ny en plass. Man trenger ben å stå på selv.

B: Jeg startet som frivillig for ett år siden. Jeg ser hvor mye glede jeg får av hunden min, derfor ville jeg gi det samme til noen andre som var ensomme.

### **Hvordan hørte du om frivilligsentralen?**

A: Jeg leste om kommunen på kommunesiden. Der så jeg at det var en ung som dreiv frivilligsentralen, så da var det lettere å ta kontakt. Jeg kjente til det fra der jeg er fra, men jeg var aldri frivillig der.

B: De er aktive i mitt lokalsamfunn, og flere i min familie er frivillig gjennom dem.

### **Hva var grunnen til at du valgte å bli frivillig gjennom frivillighetssentralen fremfor andre organisasjoner?**

A: Jeg ønsket å engasjere meg i lokalsamfunnet. Tok kontakt med røde kors også, men det tok over ett år før de tok kontakt med meg igjen.

B: Hovedsaklig fordi jeg kunne bidra med besøksvenntjeneste med hund gjennom frivilligsentralen. I tillegg var det et naturlig valg for min del, da det gjør en god og viktig jobb i lokalsamfunnet.

### **Hva var motivasjonen din til å begynne som frivillig?**

A: Danne nettverk og bli kjent med plassen.

B: Jeg ville gjøre noe godt for andre, og få en kjekk og gjivende fritid.

### **Hva er grunnen til at du fortsatt jobber som frivillig?**

A: Det er koselig! Selv om det bare er eldre damer der. Vi strikker, drikker kaffe og snakker. Jeg blir kjent med dem, og de som kommer innom. Kjenner ikke så mye på det at det er verdifullt i Bruktbua, det kjenner nok de som jobber som besøksvenn på mer enn meg.

B: Det er kjekt, og når man først har kommet inn i det er det godt organisert og enkelt å fortsette.

### **Hva er det beste med å jobbe som frivillig?**

A: Alle de man møter. En dag fulgte jeg en dame til Bergen på legetime, og hun satt stor pris på det. Jeg synes det bare er koselig. Det tar ikke mange timene, og det er bare kjekt. Du hjelper faktisk andre.

B: Gleden man gir andre, uten tvil!

### **Hva ser du på som fordeler og ulemper ved at det finnes sentraler i ditt nærmiljø kontra nettsider / store organisasjoner**

A: Fordelen er at det blir enklere for de som bor her, og vil da enklere ta kontakt. Det føles ikke så stort ut. Samtidig tror jeg at Røde Kors kunne markedsført seg mer, og at det kunne vært mer synlig. Men det er ikke sikkert det hadde vært så lett å tatt kontakt heller. Unge kunnen nok lettere tatt kontakt via nettet, enn eldre. Men via nettet er det en lengre og tyngre prosess, enn dersom du bare møter opp. Det er jo nesten som å søke en jobb.

B: Det er mye enklere antar jeg. Man har kontakt med de som jobber på sentralen og organiserer den jobben man gjør. Det er nok derfor mye enklere å ta kontakt om jeg enten vil jobbe mer eller mindre, eller dersom det ikke skulle passe. I tillegg har jeg hørt at man må betale medlemskontingent til Røde Kors for å være frivillig det. Det er veldig rart, spør du meg.

**Hva ønsker du en kampanje for frivillig arbeid skulle spilt på for at den skulle appellert mest mulig til deg?**

A: Vise at man vi få inn de yngre. Det går ikke bare med de eldre damene. At det ikke tar lang tid, og at det er mye forskjellig å holde på med. Alt fra å klippe en hage, drikke kaffe med eldre, passe dyr, jobbe i butikk ovs. Det er variasjon. Viser også at det er en start ut i arbeidslivet. Kanskje unge ikke får sommerjobb, da kan frivillig arbeid være noe å fylle på CVen.

B: Det er vanskelig å si, kanskje at det er gøy, men samtidig givende. I tillegg tror jeg dessverre mange ikke er klar over hva de kan bidra med, og at det helst er for eldre. Jeg ønsker flere på min alder valgte å bli frivillig.

**Er det noe du selv ønsker å tilføye?**

A: Frivillig arbeid er lett og ikke noe stress. Det er ingen forventninger og ingen bindinger.

B: Nei, det tror jeg ikke.

## Vedlegg 7: Dybdeintervju - ledere for frivilligsentraler

### Intervjuobjekter

A: Daglig leder for Fusa Frivilligsentral

B: Daglig leder for Vadsø Frivilligsentral

C: Daglig leder for Kragerø Frivilligsentral

D: Daglig leder for Vang Frivilligsentral

### Spørsmål

#### 1. Hvem melder seg som frivillige hos dere?

A: Det er forskjellige typer mennesker i forhold til ulike oppdrag, men i hovedsak er det pensjonister.

B: Det er noen i 50-årene, også er de fleste pensjonister. Det er ingen unge.

C: Det er først og fremst nypensjonister og uføretrygdede, men også yngre. De unge er gjerne mellom studier eller arbeidsløse.

D: I statistikken fra 2018 hadde vi totalt 42 frivillige som var i aktivitet. Av dem var 75% kvinner og 25% menn. 25% var beboere ved asylmottak, 25% var ved pensjonsalder, og de resterende 50% var yngre.

#### 2. Har det være noen endringer de siste årene i hvem som melder seg som frivillige?

A: Nei, ikke som jeg har lagt merke til.

B: Det har vært ganske likt. Det er mange nye pensjonister, men mange av de frivillige hos oss har vært det lenge.

C: Egentlig ikke, det er stort sett det samme. Mye av det frivillige arbeide foregår på dagen, så derfor er det mange som ikke har tid.

D: Ja, det har vært flere eldre som har meldt seg.

#### 3. Har dere et behov for flere frivillige?

A: Det er alltid behov for flere frivillige. Jeg har følelse av et voksende behov for ”besøks-/aktivitetsvenner” både til unge og gamle, samt et behov for frivillige til enkeltoppdrag.

B: Vi har absolutt behov for flere frivillige, ja. Vi søker hele tiden etter nye frivillige, men det er vanskelig å få tak i.

C: Ja.



D: Ja, det har vi. Per dags dato klarer vi alltid å løse de oppdragene vi får, men det er jo alltid bra å ha flere frivillige tilgjengelig når oppdrag kommer inn. Jeg ønsker å få inn flere pensjonister da de har større kapasitet av tid, og dermed vil være et stort potensiale å utnytte.

**4. Hvem rammes av underskudd på frivillige? (sentralen, de andre frivillige, de som drar nytte av tjenesten etc.)**

A: Absolutt de som drar nytte av en type tjeneste. Hos oss er det spesielt eldre. Vi har mange ulike møteplasser for de, og følgetjenester. Har vi ikke frivillige til det må vi avlyse, og kanskje si nei til å hjelpe. Dette kan føre til at for eksempel Olga på 90 år ikke får kommet seg til øyelegen sin i byen.

B: Det er selvfølgelig de andre som er frivillige, da de får mer å gjøre. Hver lørdag og søndag kjører vi mat ut i Vadsø kommune. Turnusen er slik at de frivillige kjører én lørdag og søndag hver i måneden, men noen må stille oftere da vi ikke har så mange frivillige.

C: Det går utover de eldre, og aktiviteter som handler om integrering.

D: Det vi har størst venteliste på er leksehjelp, men der har vi nå fått en klubb med frivillige. Øvelseskjøring er også et tilbud vi har, hovedsakelig for flyktninger. Der har det også vært lang venteliste. Vi har ikke mange faste frivillige aktiviteter som det har vært vanskelig til å gå rundt.

**5. Hva er det viktigste frivillige i alderen 18 - 25 år kan tilby?**

A: Litt av tiden sin til å være med andre, eller hjelpe noen andre. For eksempel spise middag med en ensom person, eller klippe plenen til en gammel dame. En kan også være frivillig ved å ta med seg en ensom person på sin egen alder inn i vennegjengen, eller at man går å spille fotball sammen.

B: Her hadde matkjøringen vært kjempefint for dem. Alle har ikke den A4 standarden man er vant til å se, derfor kan det være en oppvekker å se at ikke alles sine liv er et glansbilde.

C: Det kommer definitivt mer kreative innspill fra yngre, samt at de har energi og er fysisk sterke.

D: For oss er det først og fremst rent praktiske og fysiske oppgaver. Vi har blant annet folk fra asylmottaket som hjelper til med rigging når vi har arrangement, og hjelper til med oppdrag hos eldre og uføre. Det er også etterspørsel etter datakunnskap, sykkelmekking, osv.

**6. Hva opplever du er motivasjonen til de frivillige dere har i alderen 18 - 25 år?**

A: Bruker tiden sin til noe fornuftig som er til nytte for samfunnet, eller å gjøre noe kjekt sammen med en venn. Noen er også opptatt av å få frivillig arbeid på CVen sin.

B: Vi har ingen frivillige i alderen 18 til 25 år.

C: Det er flere ting, men først og fremst det å være noe for andre. Det andre er å ha noe og gå til, og det tredje er referanser de kan ha på CVen.

D: Der er det litt delt. De på asylmottaket har en sterk motivasjon i å gjøre noe som føles fornuftig. De har mye tid til overs, og får motivasjon av å føle at de er en ressurs. De andre motiveres av å bidra i lokalsamfunnet, da de vet at ingenting skjer dersom man ikke gjør det selv. Vi er jo tross alt en liten kommune.

## **7. Hva gjør dere for å rekruttere frivillige?**

A: Vi reiser rundt og snakker om frivillig arbeid på skoler, samt henger opp plakater og etterspør på sosiale medier.

B: Vi går først og fremst ut på facebook, og er aktive der ved å vise folk hva vi gjør. Vi prøver også å spørre folk om de er interessert i å bli frivillig, samt å ha kontakt med pensjonistforeningen for å høre om de har noen som ønsker å være frivillige.

C: Vi snakker med folk. Min erfaring er at det er vanskelig å rekruttere gjennom kampanjer, derfor møter vi folk og snakker. I tillegg får vi våre egne frivillige til å rekruttere de dem kjenner.

D: Vi har ingen voldsomme kampanjer, men bruker facebook, lokalavisen, menighetsbladet, og bekjentskap for alt det er verdt.

## **8. Hva slags aktiviteter/frivillig arbeid ønsker de mellom 18 - 25 år å ta del i?**

A: Hos oss har det vært bruktbutikken vår "bruktbuo", hagearbeid hos eldre og styreverv.

B: -

C: De er mer en fysisk tjeneste, fremfor eksempelvis en besøksvenn. De er blant annet ute å klipper plenen for eldre damer eller hjelper de å handle. Vi har også en bruktbutikkforretning som de liker å stå i, og også språktrening for innvandrere.

D: -

## **9. Hva mener du er den største grunnen til at ikke flere unge melder seg som frivillig?**

A: -

B: Jeg tror det er fordi de har masse å gjøre, men hvis de ikke har det skjønner jeg ikke hvorfor de ikke melder seg.

C: Jeg tror det er mange som er for blyge til å tilby sine tjenester, men så er de også litt for opptatt med sitt. For å skjønne verdien i å jobbe som frivillig, og det å være noe for andre, må man faktisk erfare det. Når man først kommer over den dørstokkmila og får erfart det, er det veldig mange som kommer tilbake.

D: Det tror jeg definitivt er tidsklemmen og følelsen av å ikke ha tid. Mange blir ikke spurt, da det er fort gjort å spørre folk som ligner en selv. Hvis vi blir mer bevisste på hvem vi spør, vil vi også potensielt få inn litt forskjellige type mennesker. Arrangementene bestemmer også i stor grad hvem som ønsker å bidra. Byr man på vaffel og bingo tiltrekker man seg eldre folk, mens man må tilby litt yngre aktiviteter for å trekke yngre frivillige.

## **10. Hva er per i dag sentralens største utfordring?**

A: Det må være å få engasjert flere unge. Både som å få opprettet flere aktiviteter for de, men også som de kan være med å ta ansvar for selv. For eksempel stille som frivillige på en klubbkveld for ungdommer. Integrering er også et tema vi prøver å jobbe med, men kan være utfordrende spesielt med tanke på de unge flyktningene som bor for seg selv og har få venner. Jeg ser tendenser til at de er mye alene og kjeder seg.

B: Det er å få det til å gå rundt, og ha penger nok. Det blir mye innsparinger, og vi har det siste året måtte kutte noen av tilbudene våre.

C: Sentralene våre er så forskjellig rundt om kring. Noen vil kanskje si økonomi og usikkerhet i økonomien. Det er alltid behov for at noen skal hjelpes, og da er det også behov for at folk melder seg som frivillig.

D: Det vil bli en utfordring for oss dersom asylmottaket blir lagt ned, som følge av dårlig økonomi i kommunen. Grunnen til at de er økonomisk utsatt er fordi de er avhengige av kommunens økonomi.

## Vedlegg 8: Spørreundersøkelsen

### Q1

Er du mellom 18 og 25 år gammel?

Ja

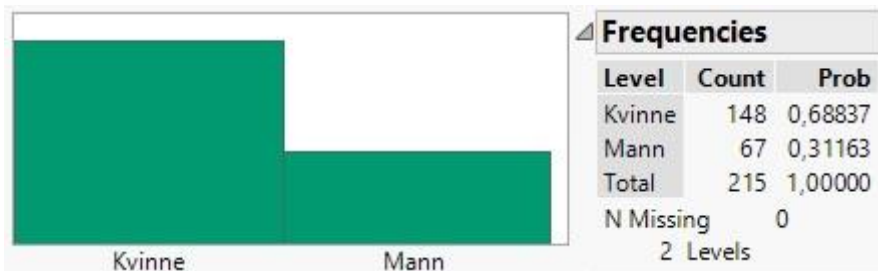
Nei

### Q2

Hvilket kjønn er du?

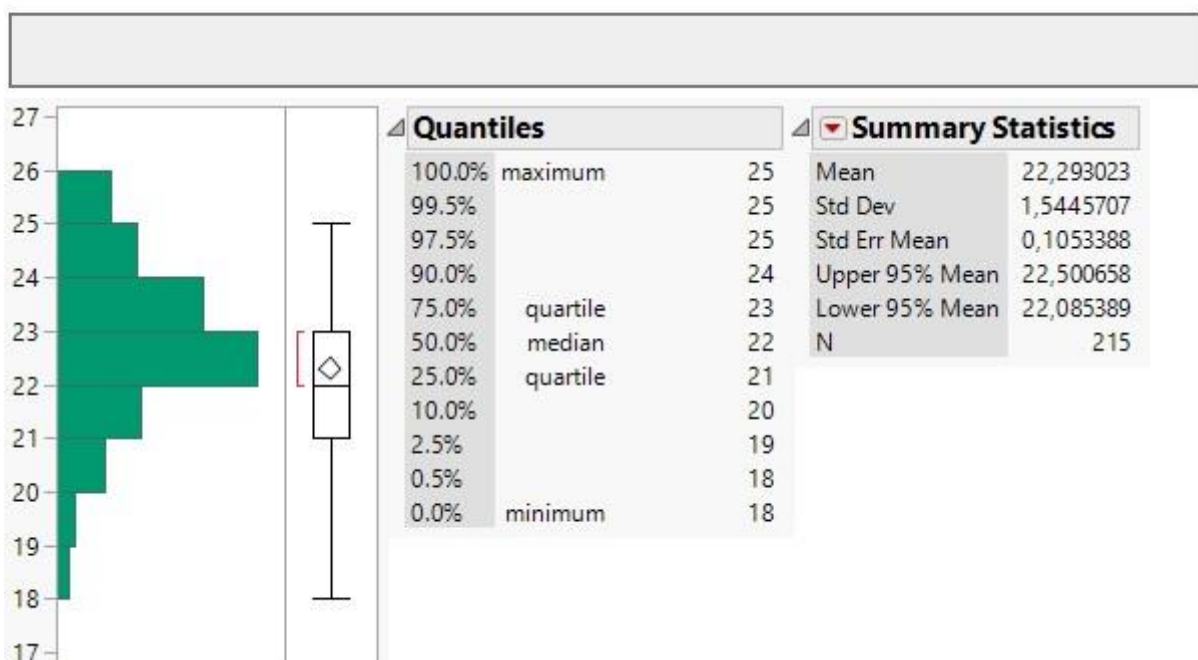
Kvinne

Mann



### Q3

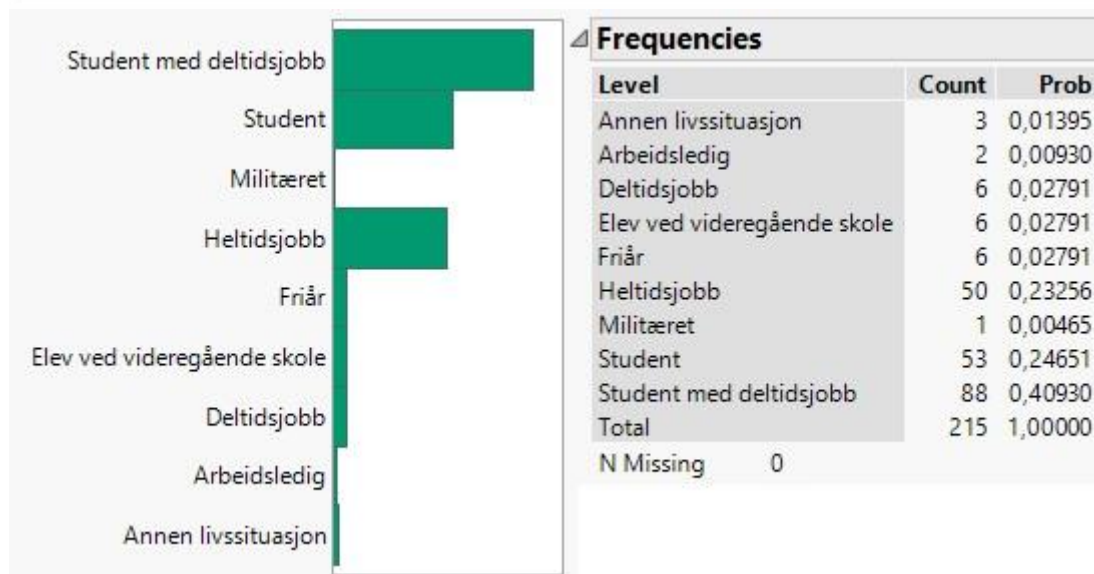
Hvor gammel er du? (skriv kun tall, fks 22)



#### Q4

Hvordan ser din livssituasjon ut?

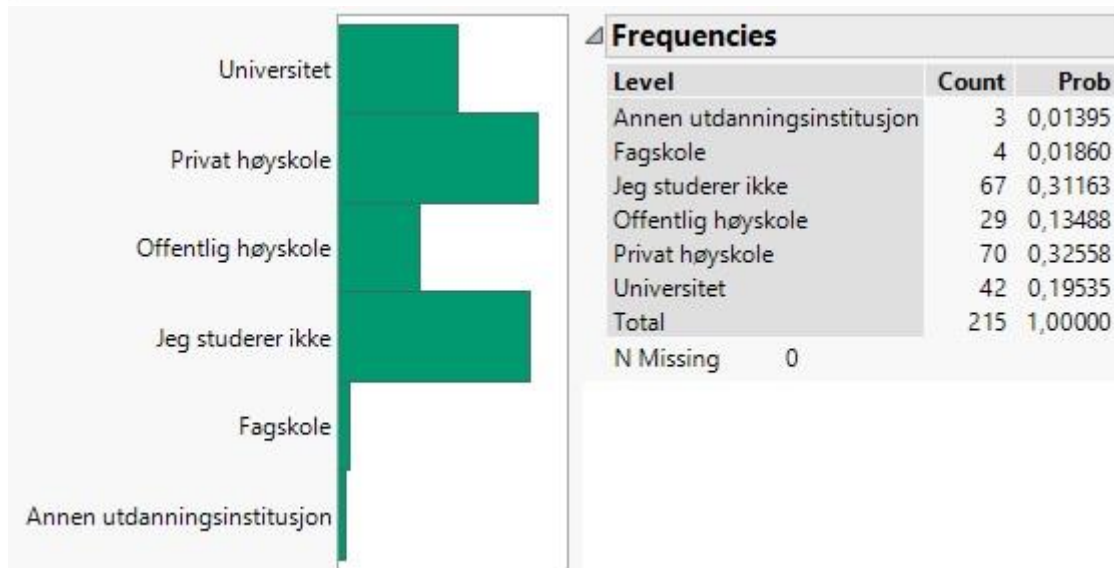
- Student
- Student med deltidsjobb
- Deltidsjobb
- Heltidsjobb
- Friår
- Militæret
- Elev ved videregående skole
- Arbeidsledig
- Annen livssituasjon



### Q5

Hvis du studerer, hvor studerer du?

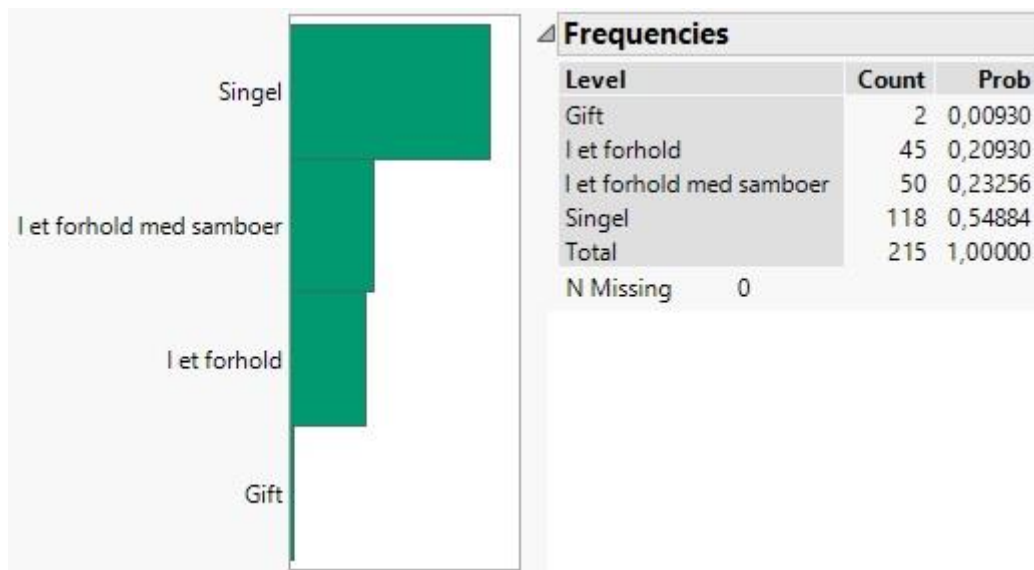
- Universitet
- Offentlig høyskole
- Privat høyskole
- Fagskole
- Annen utdanningsinstitusjon
- Jeg studerer ikke



### Q6

Hva er din sivilstatus?

- Singel
- I et forhold
- I et forhold med samboer
- Gift



### Q7

Jeg er fornøyd med min private økonomiske situasjon!

Helt uenig  
1

Delvis uenig  
2

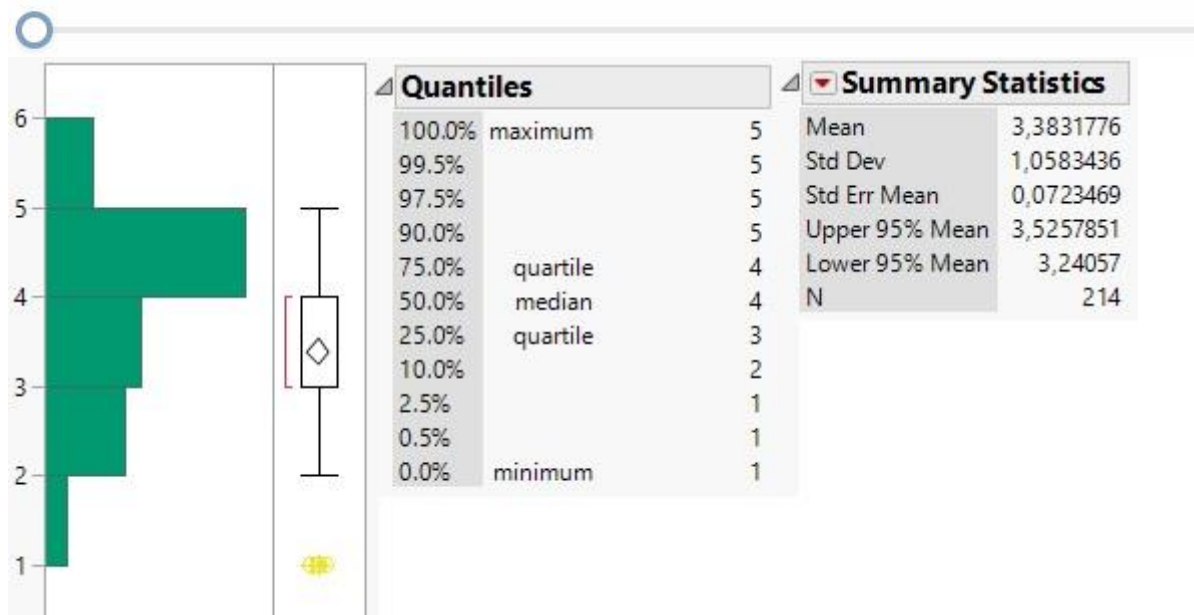
Hverken enig eller uenig  
3

Delvis enig  
4

Helt enig  
5

Velg

Vet ikke



### Q8

Hvor mange timer fritid har du gjennomsnittlig per dag? (Utenom skole/jobb og husarbeid)

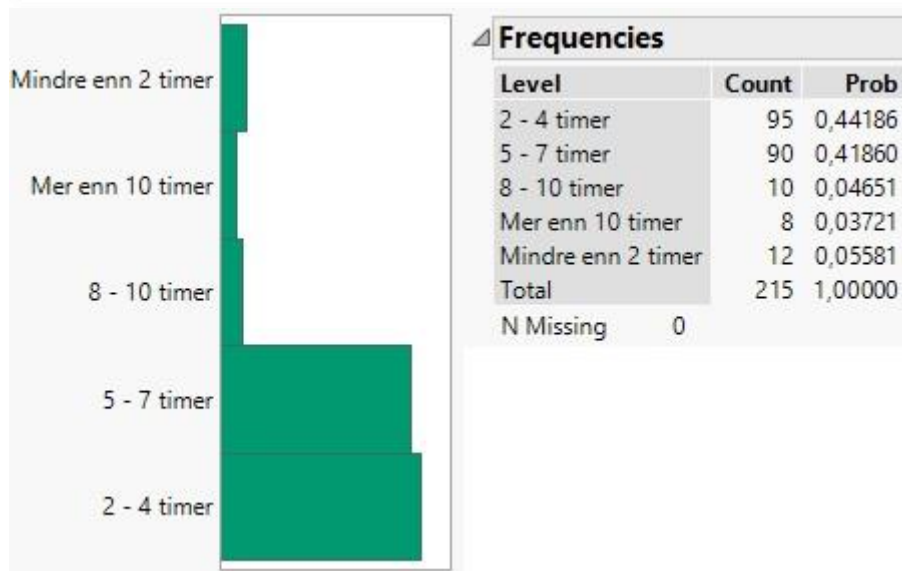
Mindre enn 2 timer

2 - 4 timer

5 - 7 timer

8 - 10 timer

Mer enn 10 timer



### Q9

Jeg er fornøyd med hvordan jeg bruker fritiden min!

Helt uenig  
1

Delvis uenig  
2

Hverken enig eller uenig  
3

Delvis enig  
4

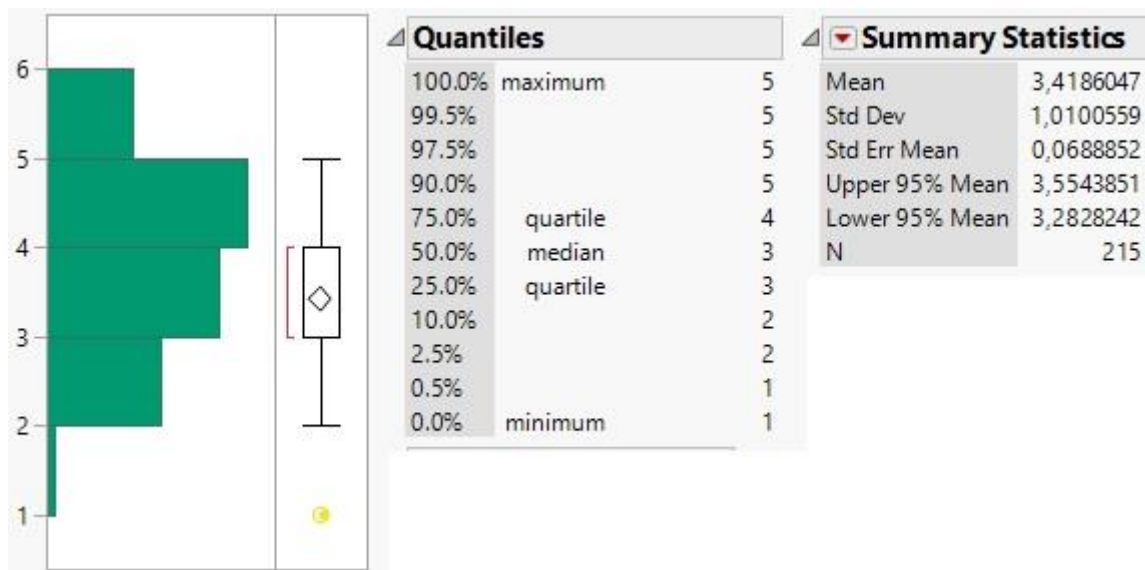
Helt enig  
5

Velg

Vet ikke







### Q10

Hvorfor er du eventuelt ikke helt fornøyd med fritiden din? (Det er mulig å velge flere alternativer)

Har for mye fritid

Gjør mye av det samme

Gjør ikke noe verdifullt / fornuftig

Har liten omgangskrets

Jeg er inaktiv

Annet, spesifiser:

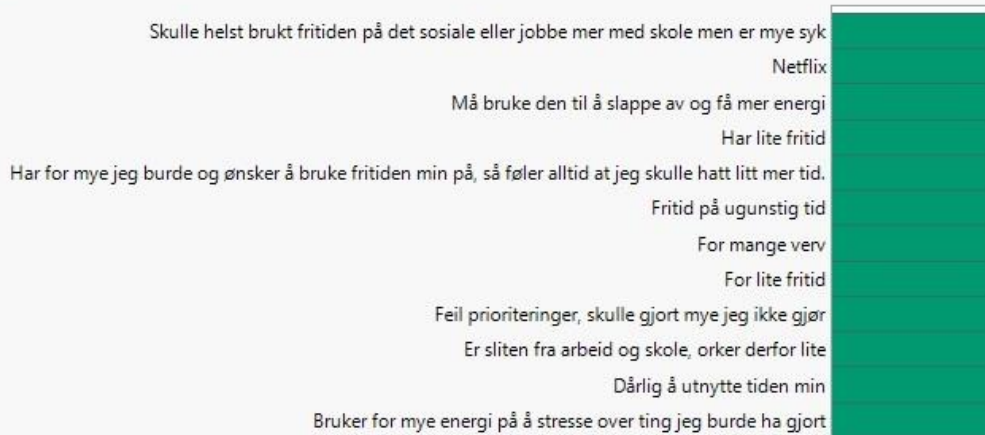
Jeg er fornøyd med hvordan jeg bruker fritiden min

▼ **Hvorfor ikke fornøyd**



Level	Count	Prob
Gjør ikke noe verdifullt / fornuftig	31	0,14419
Gjør ikke noe verdifullt / fornuftig, Annet, spesifiser:	2	0,00930
Gjør ikke noe verdifullt / fornuftig, Har liten omgangskrets	2	0,00930
Gjør ikke noe verdifullt / fornuftig, Har liten omgangskrets, Annet, spesifiser:	1	0,00465
Gjør ikke noe verdifullt / fornuftig, Jeg er inaktiv	3	0,01395
Gjør mye av det samme	28	0,13023
Gjør mye av det samme, Gjør ikke noe verdifullt / fornuftig	22	0,10233
Gjør mye av det samme, Gjør ikke noe verdifullt / fornuftig, Annet, spesifiser:	2	0,00930
Gjør mye av det samme, Gjør ikke noe verdifullt / fornuftig, Har liten omgangskrets	4	0,01860
Gjør mye av det samme, Gjør ikke noe verdifullt / fornuftig, Har liten omgangskrets, Jeg er inaktiv	1	0,00465
Gjør mye av det samme, Gjør ikke noe verdifullt / fornuftig, Jeg er inaktiv	6	0,02791
Gjør mye av det samme, Har liten omgangskrets	4	0,01860
Gjør mye av det samme, Har liten omgangskrets, Jeg er inaktiv	2	0,00930
Gjør mye av det samme, Jeg er inaktiv	2	0,00930
Har for mye fritid	2	0,00930
Har for mye fritid, Gjør ikke noe verdifullt / fornuftig	3	0,01395
Har for mye fritid, Gjør mye av det samme	1	0,00465
Har for mye fritid, Gjør mye av det samme, Gjør ikke noe verdifullt / fornuftig	2	0,00930
Har for mye fritid, Gjør mye av det samme, Gjør ikke noe verdifullt / fornuftig, Har liten omgangskrets	3	0,01395
Har for mye fritid, Gjør mye av det samme, Gjør ikke noe verdifullt / fornuftig, Jeg er inaktiv	2	0,00930
Har for mye fritid, Jeg er inaktiv	1	0,00465
Har liten omgangskrets	3	0,01395
Har liten omgangskrets, Jeg er inaktiv	2	0,00930
Jeg er fornøyd med hvordan jeg bruker fritiden min	75	0,34884
Jeg er inaktiv	3	0,01395
Total	215	1,00000

▼ **Hvorfor ikke fornøyd - utfylt tekstsvaer**



### Q11

Jeg er villig til å disponere fritiden min annerledes enn jeg gjør i dag!

Helt uenig  
1

Delvis uenig  
2

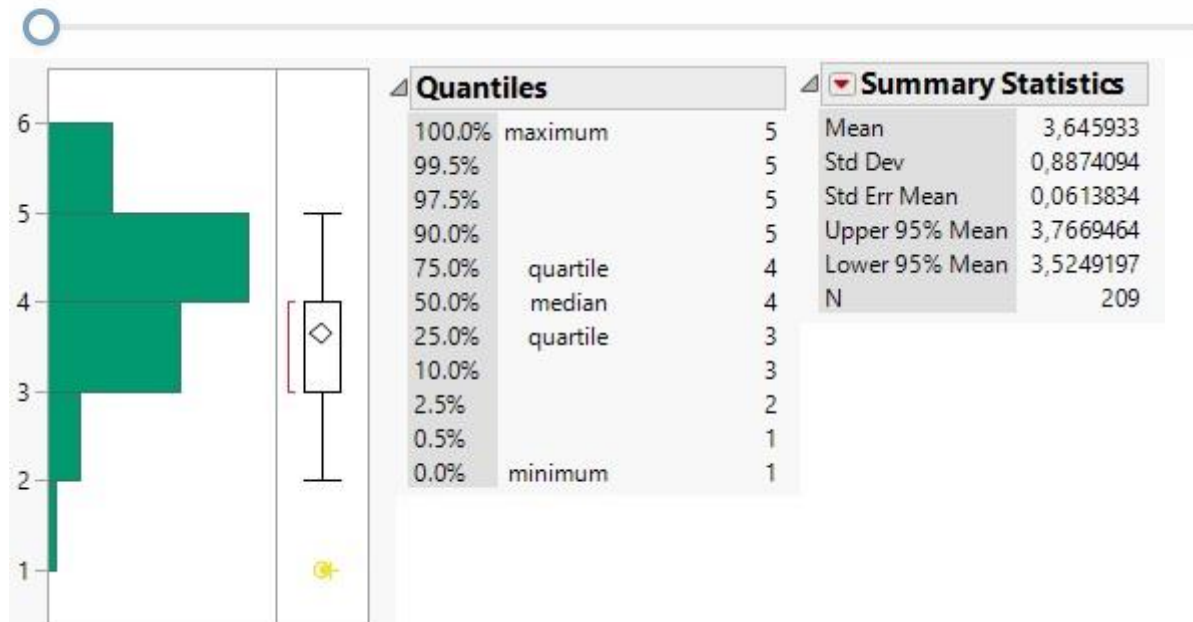
Hverken enig eller uenig  
3

Delvis enig  
4

Helt enig  
5

Velg

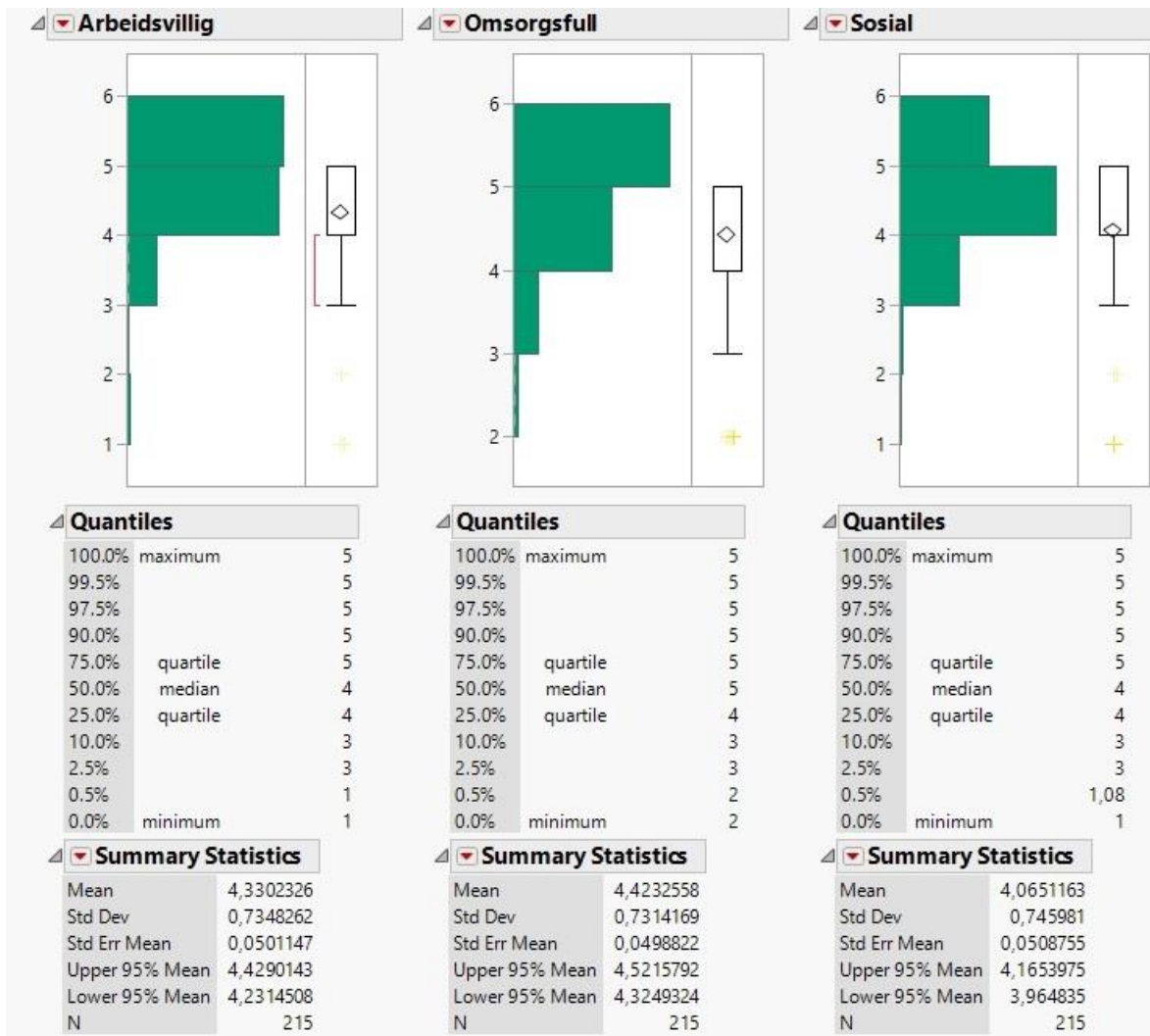
Vet ikke

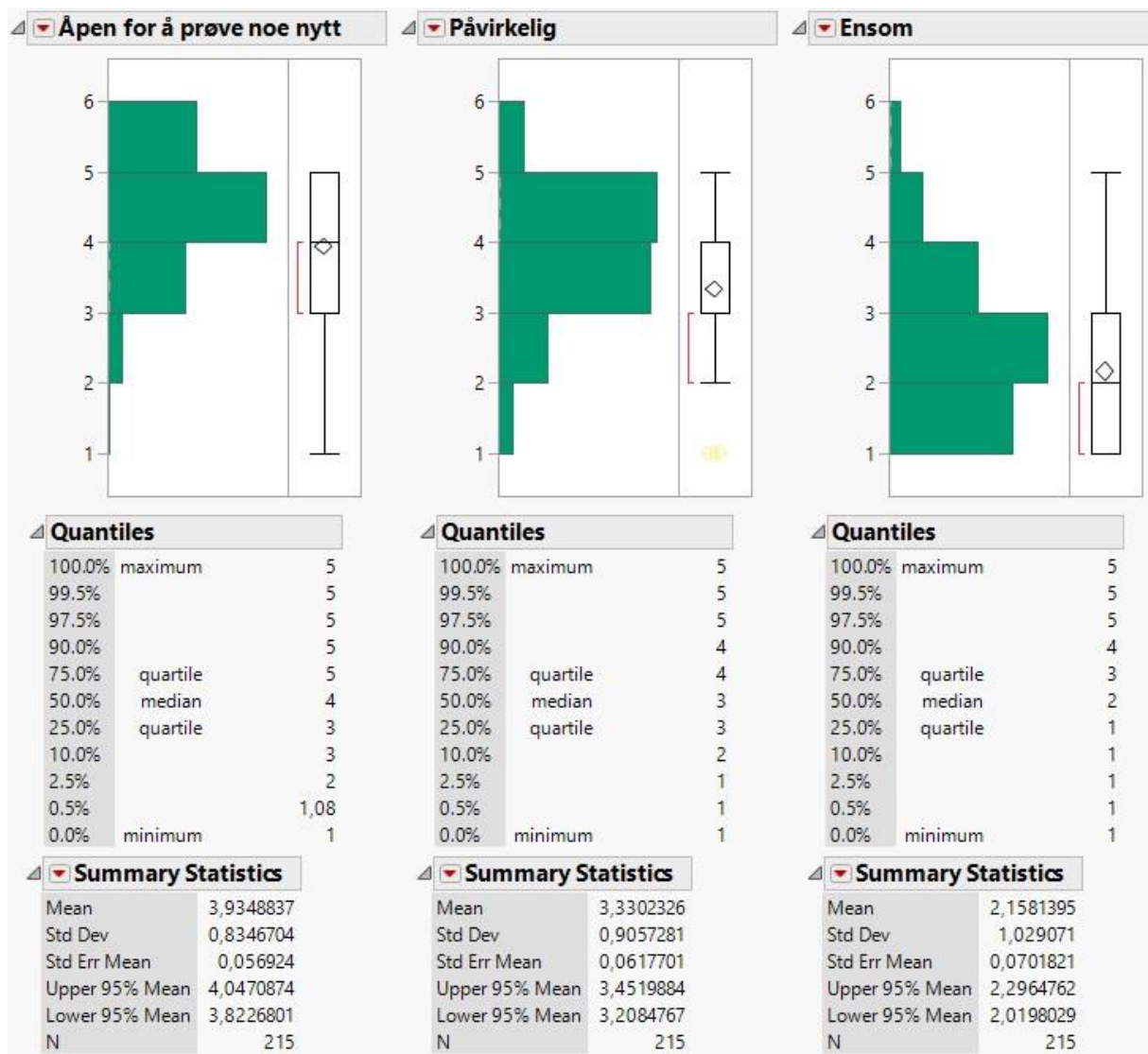


### Q12

I hvilken grad ser jeg på meg selv som: (1 = lavest, 5 = høyest)

	1	2	3	4	5
Arbeidsvillig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Omsorgsfull	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sosial	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Åpen for å prøve noe nytt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Påvirkelig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ensom	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

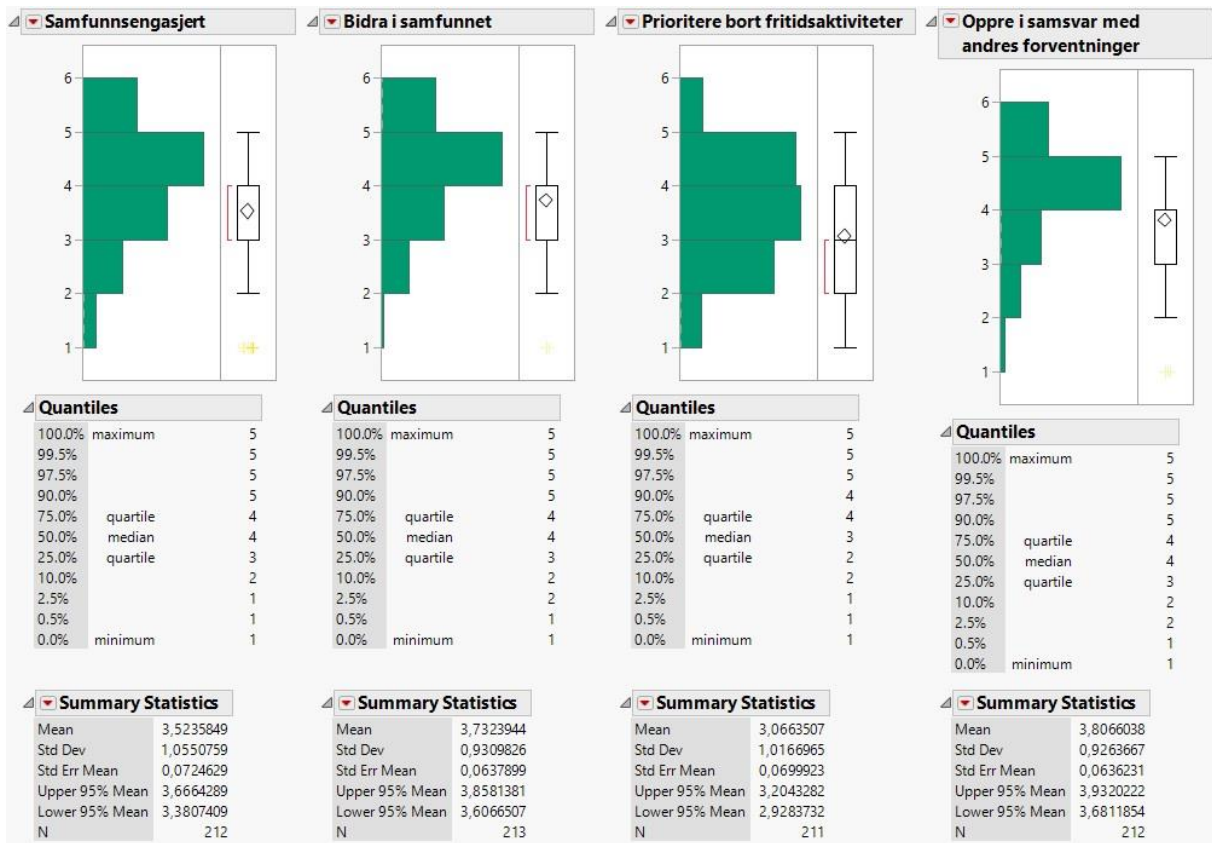




### Q13

Hvor enig er du i følgende påstander?

	Helt uenig	Delvis uenig	Hverken enig eller uenig	Delvis enig	Helt enig	Vet ikke
Jeg ser på meg selv som samfunnsengasjert.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg er villig til å bruke fritiden min til å bidra i samfunnet.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg er villig til å prioritere bort andre fritidsaktiviteter for å bidra i samfunnet.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg er opptatt av å opptre i samsvar med andres forventninger.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



### Q14

Med "frivillig arbeid" mener vi arbeid uten lønn eller noen annen form for økonomisk godtgjørelse. Vi ønsker at du ser bort i fra frivillige verv i studentsamfunnet.

### Q15

Hvilken holdning har du til frivillig arbeid?

Veldig dårlig  
1

Dårlig  
2

Hverken god eller dårlig  
3

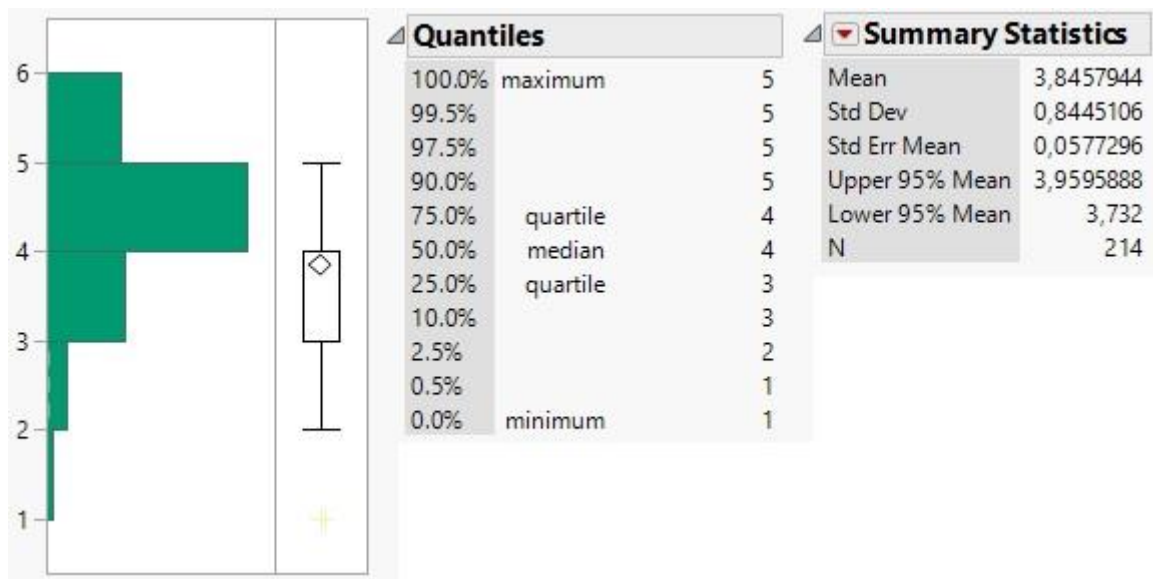
God  
4

Veldig god  
5

Velg

Vet ikke





### Q16

Hvilke av følgende frivillige organisasjoner har du hørt om? (Det er mulig å velge flere alternativer)

Tid som gave

Amnesty

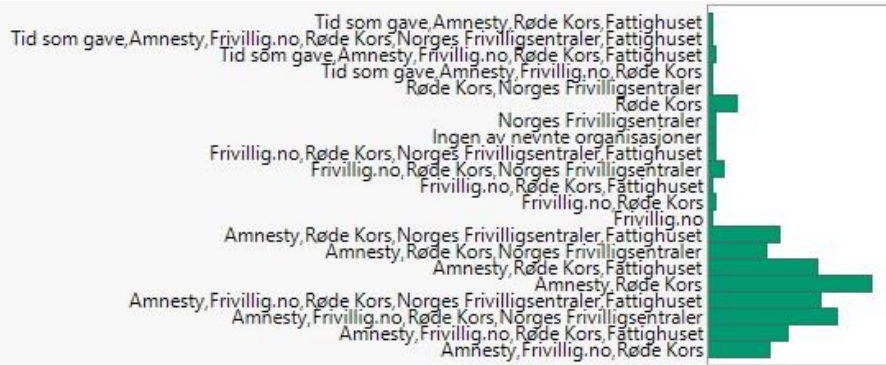
Frivillig.no

Røde Kors

Norges Frivilligsentraler

Fattighuset

Ingen av nevnte organisasjoner



Frequencies		
Level	Count	Prob
Amnesty, Frivillig.no, Røde Kors	15	0,06977
Amnesty, Frivillig.no, Røde Kors, Fattighuset	19	0,08837
Amnesty, Frivillig.no, Røde Kors, Norges Frivilligsentraler	31	0,14419
Amnesty, Frivillig.no, Røde Kors, Norges Frivilligsentraler, Fattighuset	27	0,12558
Amnesty, Røde Kors	39	0,18140
Amnesty, Røde Kors, Fattighuset	26	0,12093
Amnesty, Røde Kors, Norges Frivilligsentraler	14	0,06512
Amnesty, Røde Kors, Norges Frivilligsentraler, Fattighuset	17	0,07907
Frivillig.no	1	0,00465
Frivillig.no, Røde Kors	2	0,00930
Frivillig.no, Røde Kors, Fattighuset	1	0,00465
Frivillig.no, Røde Kors, Norges Frivilligsentraler	4	0,01860
Frivillig.no, Røde Kors, Norges Frivilligsentraler, Fattighuset	2	0,00930
Ingen av nevnte organisasjoner	2	0,00930
Norges Frivilligsentraler	2	0,00930
Røde Kors	7	0,03256
Røde Kors, Norges Frivilligsentraler	1	0,00465
Tid som gave, Amnesty, Frivillig.no, Røde Kors	1	0,00465
Tid som gave, Amnesty, Frivillig.no, Røde Kors, Fattighuset	2	0,00930
Tid som gave, Amnesty, Frivillig.no, Røde Kors, Norges Frivilligsentraler, Fattighuset	1	0,00465
Tid som gave, Amnesty, Røde Kors, Fattighuset	1	0,00465
Total	215	1,00000
N Missing	0	

### Q17

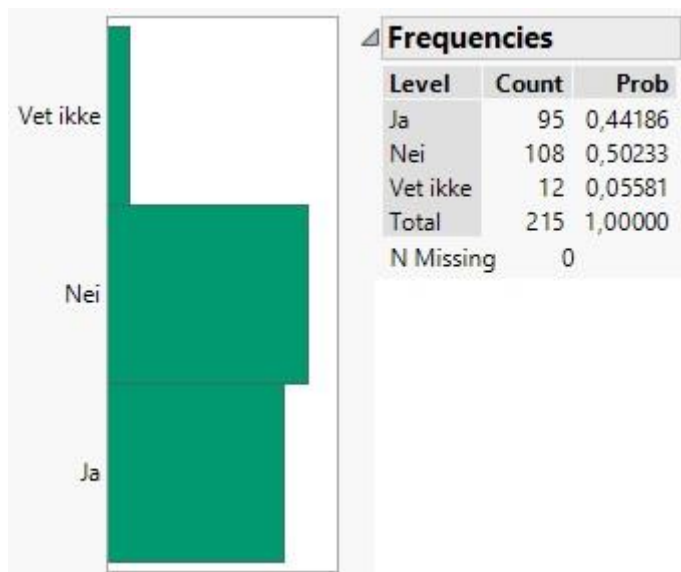
Har du hørt om Norges Frivilligsentraler?

Ja

Nei

Vet ikke

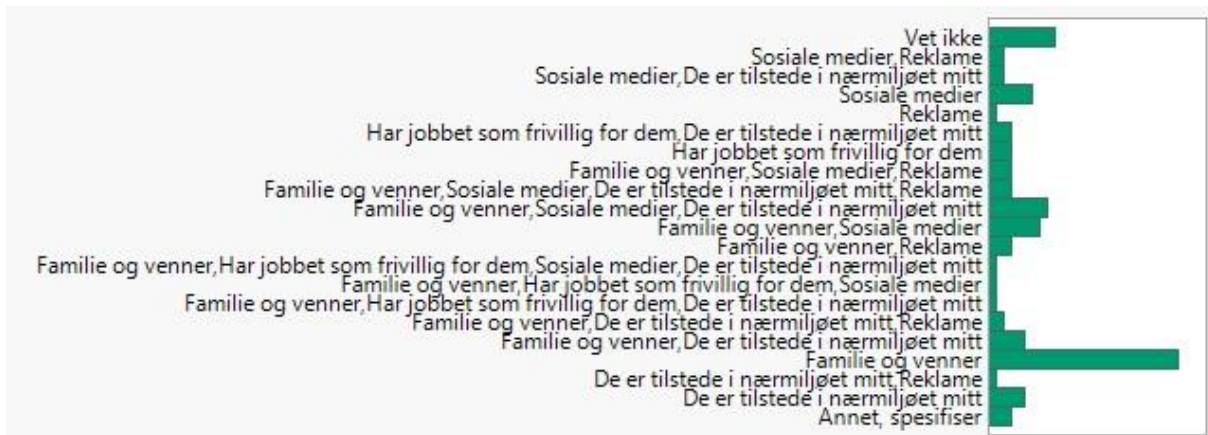




**Q18** (kom bare opp for de som valgte «Ja» på Q17)

Hvor har du hørt om Norges Frivilligsentraler? (Det er mulig å velge flere alternativer)

- Familie og venner
  - Har jobbet som frivillig for dem
  - Sosiale medier
  - De er tilstede i nærmiljøet mitt
  - Reklame
  - Vet ikke
  - Annet, spesifiser
-



**Frequencies**

Level	Count	Prob
Annet, spesifiser	3	0,03158
De er tilstede i nærmiljøet mitt	5	0,05263
De er tilstede i nærmiljøet mitt, Reklame	1	0,01053
Familie og venner	26	0,27368
Familie og venner, De er tilstede i nærmiljøet mitt	5	0,05263
Familie og venner, De er tilstede i nærmiljøet mitt, Reklame	2	0,02105
Familie og venner, Har jobbet som frivillig for dem, De er tilstede i nærmiljøet mitt	1	0,01053
Familie og venner, Har jobbet som frivillig for dem, Sosiale medier	1	0,01053
Familie og venner, Har jobbet som frivillig for dem, Sosiale medier, De er tilstede i nærmiljøet mitt	1	0,01053
Familie og venner, Reklame	3	0,03158
Familie og venner, Sosiale medier	7	0,07368
Familie og venner, Sosiale medier, De er tilstede i nærmiljøet mitt	8	0,08421
Familie og venner, Sosiale medier, De er tilstede i nærmiljøet mitt, Reklame	3	0,03158
Familie og venner, Sosiale medier, Reklame	3	0,03158
Har jobbet som frivillig for dem	3	0,03158
Har jobbet som frivillig for dem, De er tilstede i nærmiljøet mitt	3	0,03158
Reklame	1	0,01053
Sosiale medier	6	0,06316
Sosiale medier, De er tilstede i nærmiljøet mitt	2	0,02105
Sosiale medier, Reklame	2	0,02105
Vet ikke	9	0,09474
Total	95	1,00000

N Missing 120



**Frequencies**

Level	Count	Prob
Avisartikler	1	0,33333
Fokusgruppen	1	0,33333
Gjennom arbeid i kreftforeningen	1	0,33333
Total	3	1,00000

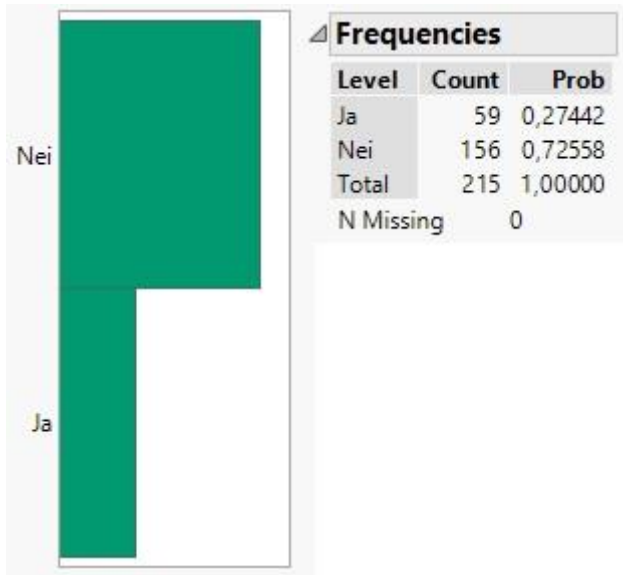
N Missing 212

### Q19

Har du vært frivillig de siste 6 månedene?

Ja

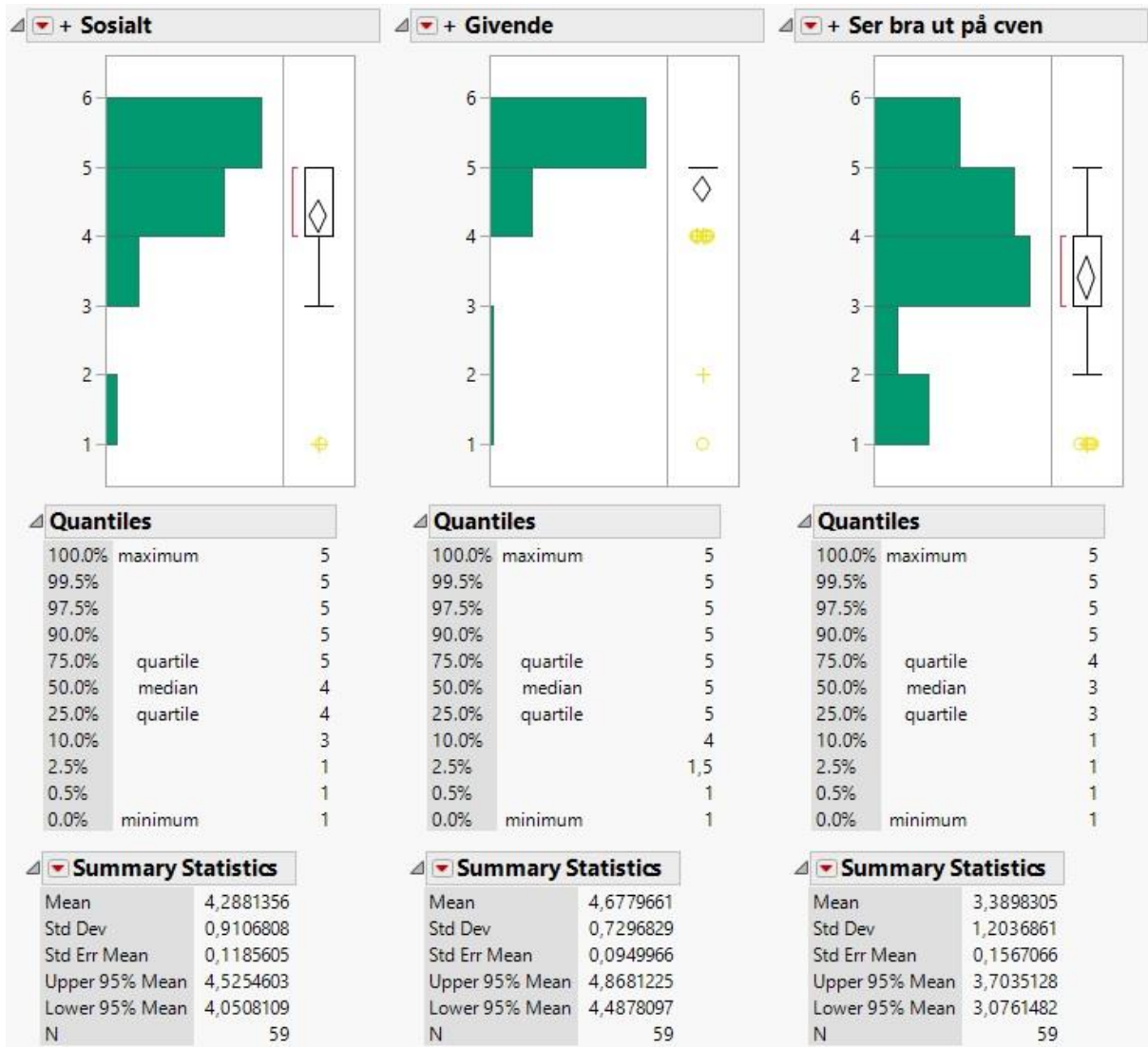
Nei

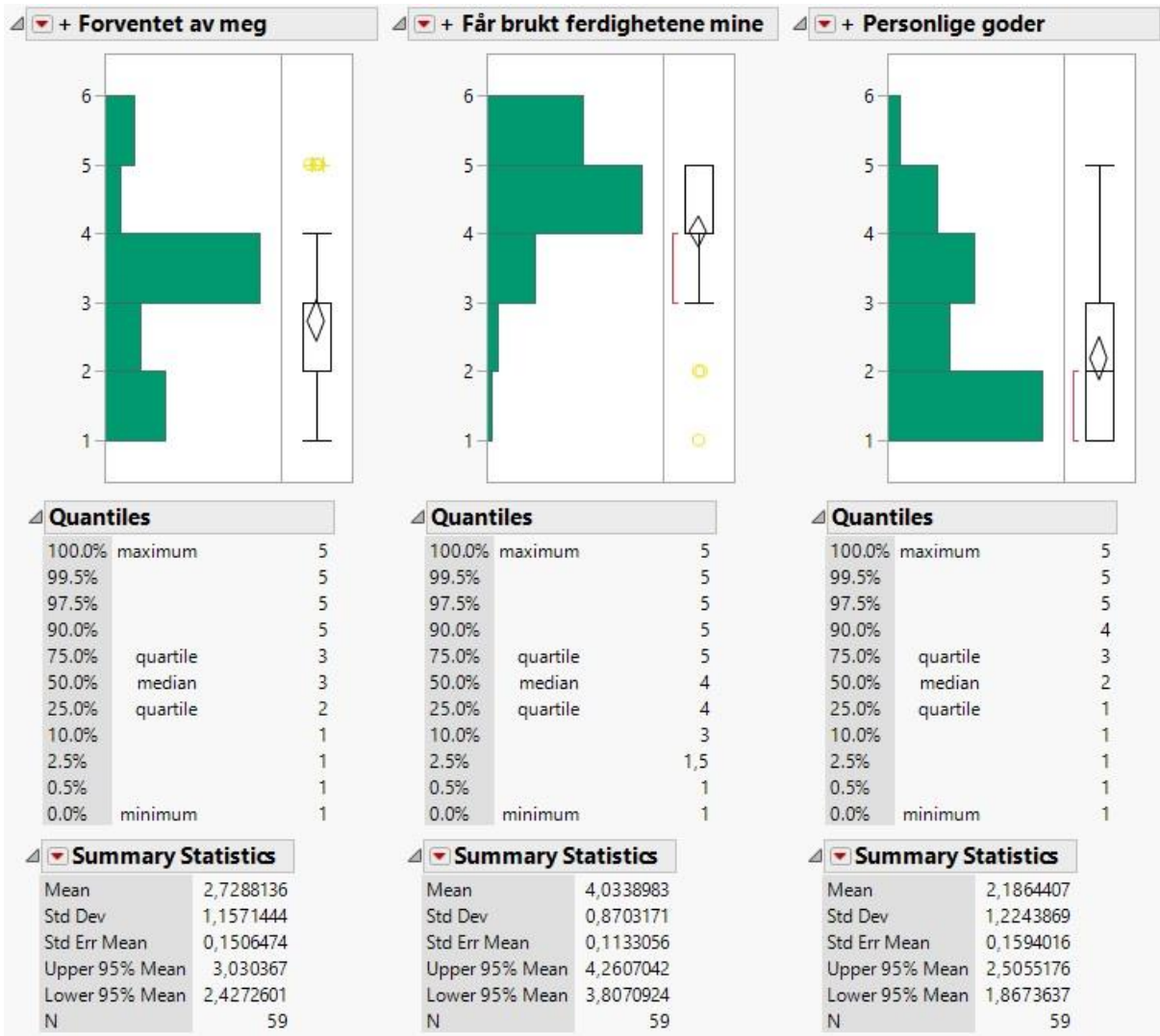


Q20 – Kom bare opp for de som valgte «Ja» på Q19

Hvor viktig er følgende faktorer i beslutningen om å delta i frivillig arbeid?

	Uviktig	Delvis uviktig	Hverken viktig eller uviktig	Delvis viktig	Viktig	Vet ikke
Det er sosialt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det er givende	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det ser bra ut på CVen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det er forventet av meg	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg får brukt ferdighetene mine	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg får personlige goder (billetter, mat ol.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

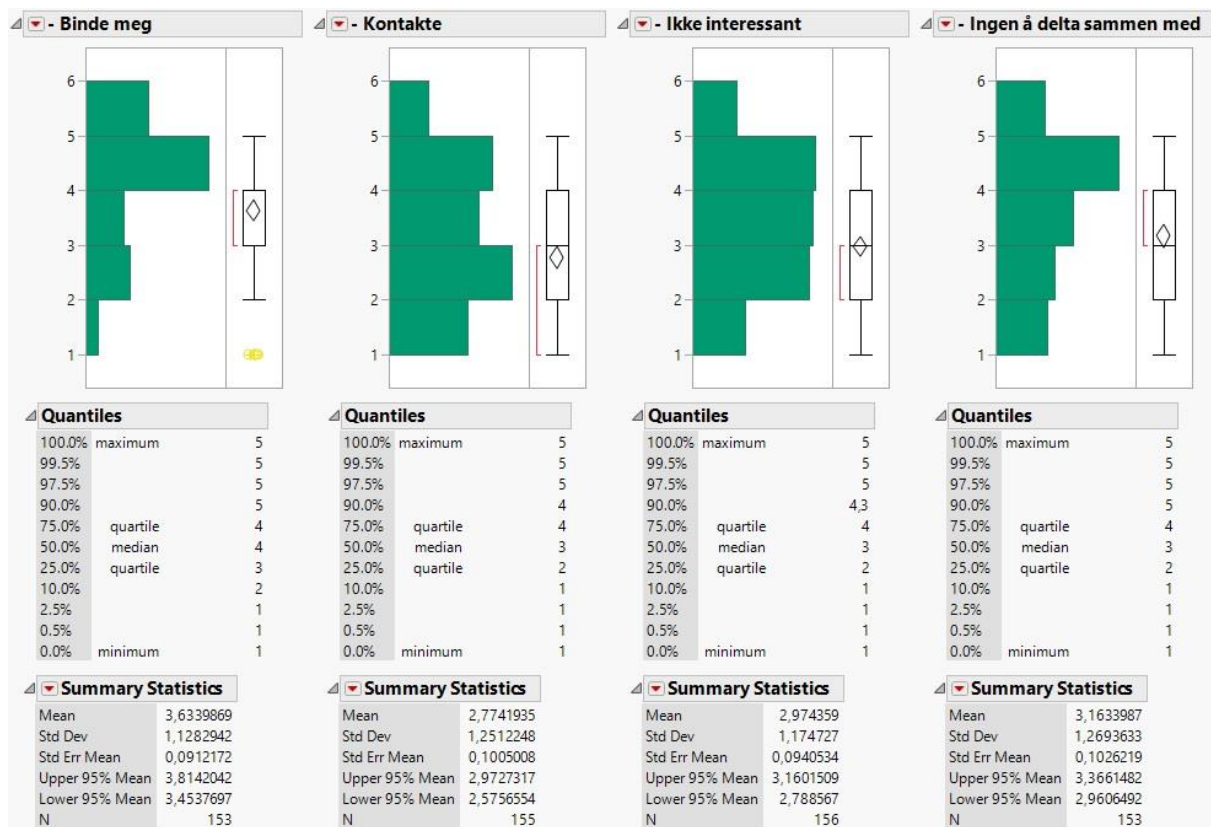


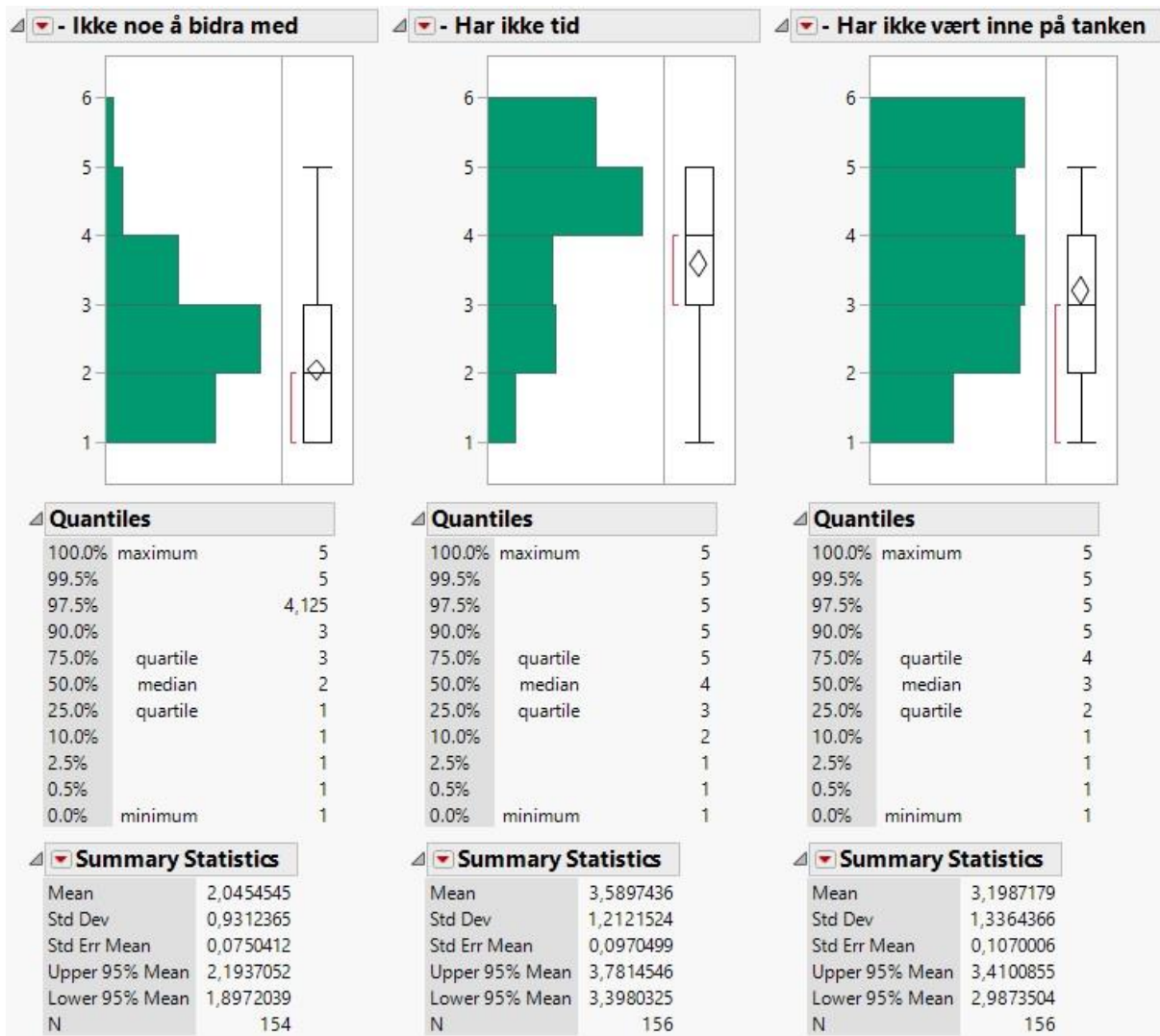


**Q21** - Kom bare opp for de som valgte «nei» på Q19

Hvor enig er du i følgende årsaker til hvorfor du ikke deltar i frivillig arbeid?

	Helt uenig	Delvis uenig	Hverken enig eller uenig	Delvis enig	Helt enig	Vet ikke
Jeg ønsker ikke å binde meg	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg vet ikke hvem jeg skal kontakte	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg finner det ikke interessant	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har ingen å delta sammen med	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har ikke noe å bidra med	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har ikke tid	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har ikke vært inne på tanken	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>





## Q22

Det er avgjørende for meg hva andre hadde tenkt om min deltakelse i frivillig arbeid!

Helt uenig  
1

Delvis uenig  
2

Hverken enig eller uenig  
3

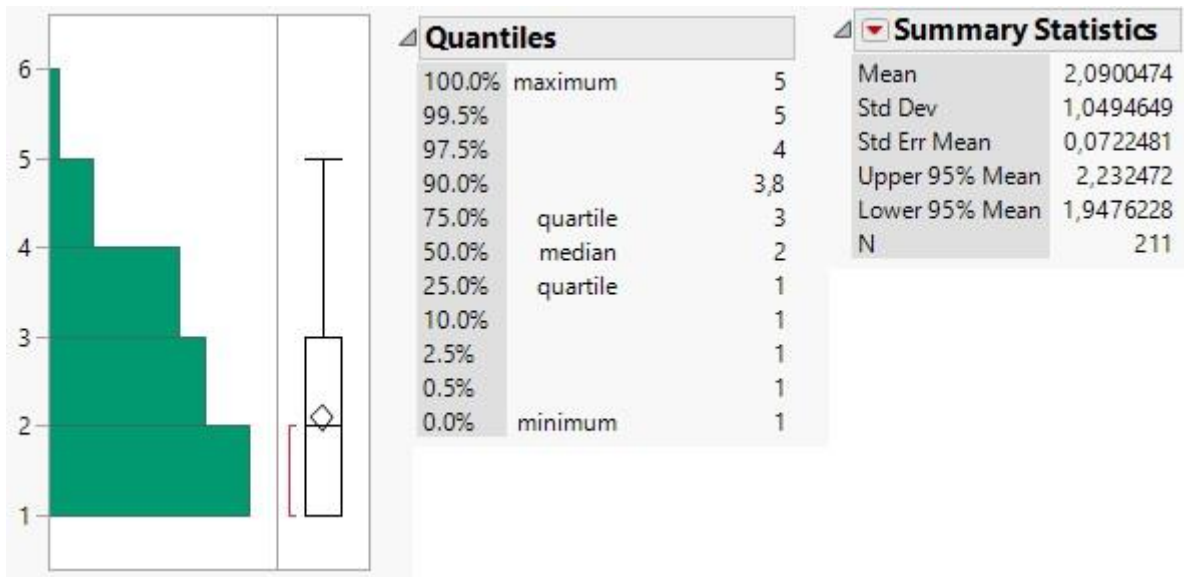
Delvis enig  
4

Helt enig  
5

Velg

Vet ikke





### Q23

Jeg ønsker å delta i frivillig arbeid!

Helt uenig  
1

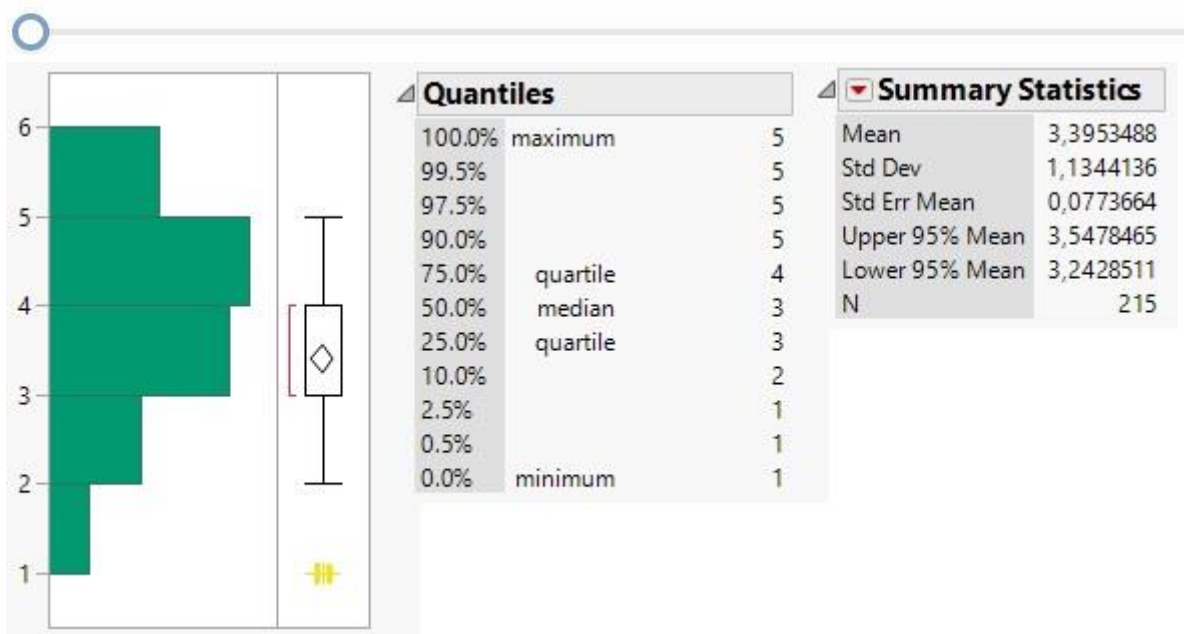
Delvis uenig  
2

Hverken enig eller uenig  
3

Delvis enig  
4

Helt enig  
5

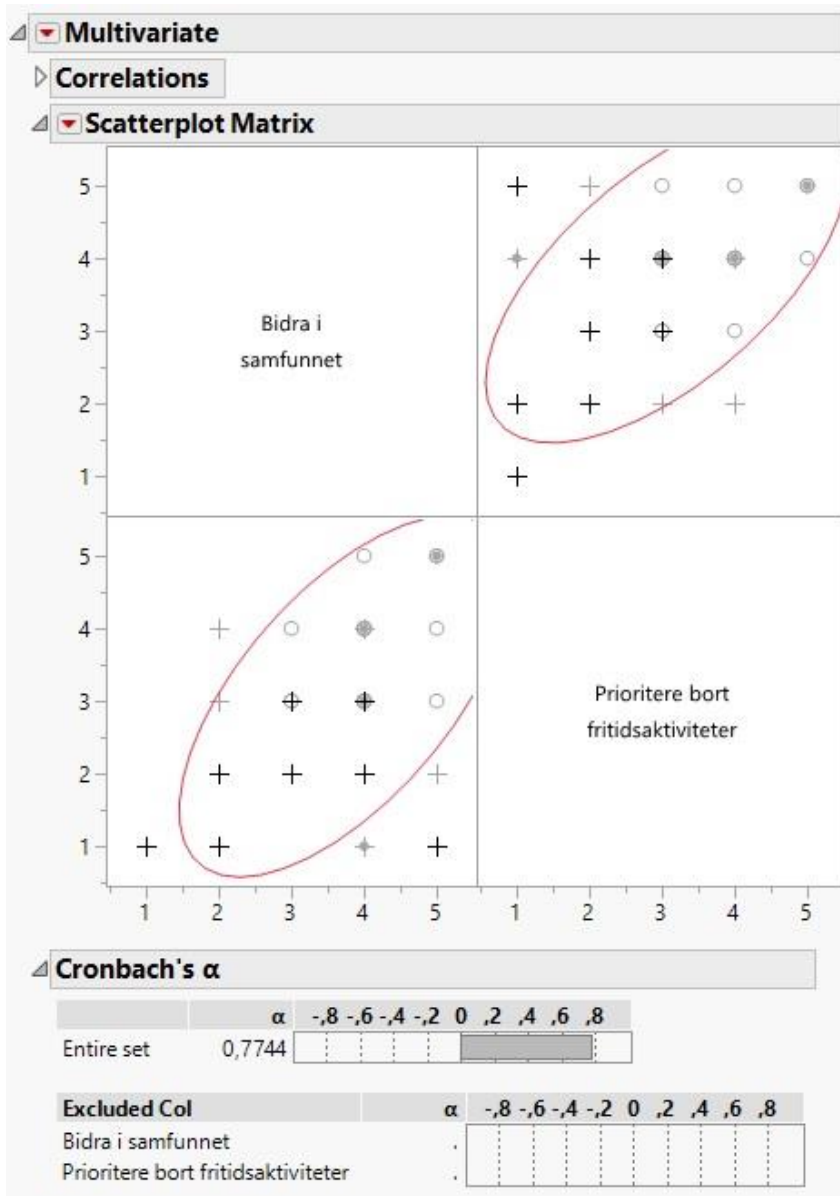
Velg



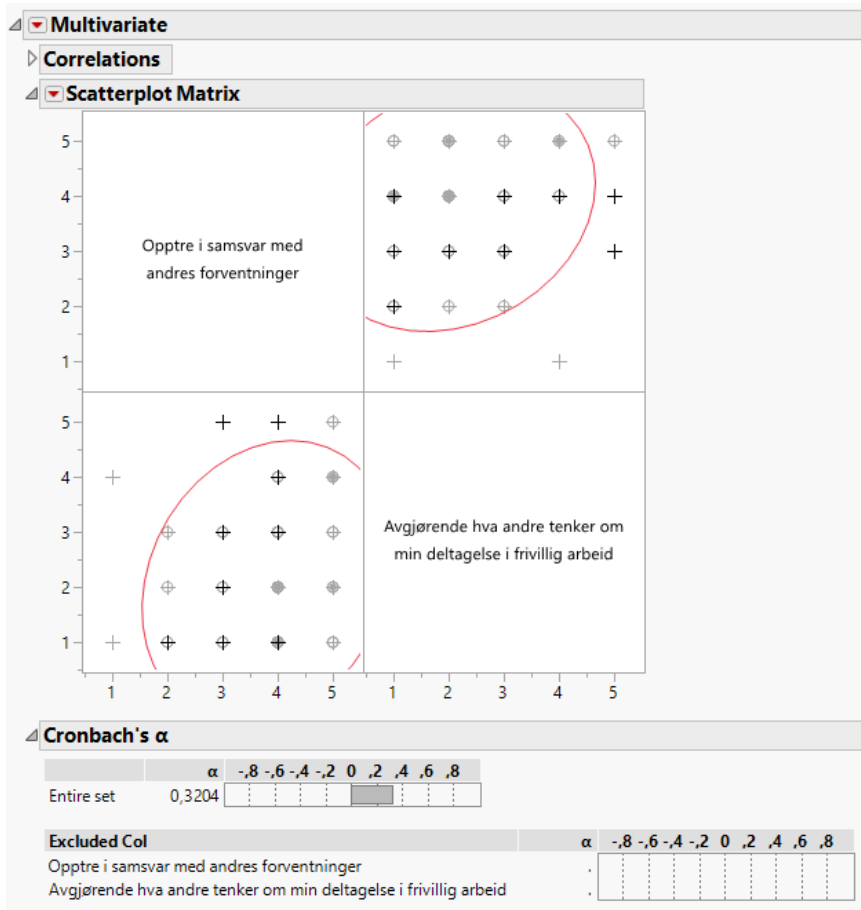


## Vedlegg 9: Reliabilitet

Vedlegg 9.1 - Intern konsistens (cronbachs alfa) mellom «Jeg er villig til å bruke fritiden min til å bidra i samfunnet» og «Jeg er villig til å prioritere bort andre fritidsaktiviteter for å bidra i samfunnet».

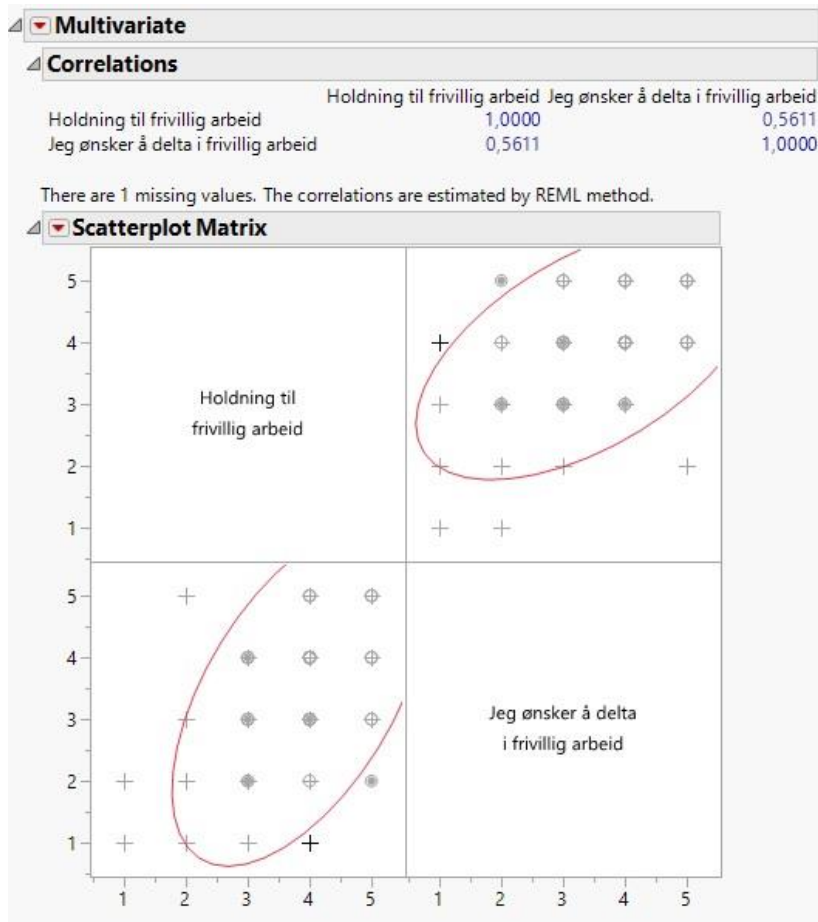


Vedlegg 9.2 - Intern konsistens (cronbachs alfa) mellom Q13\_4 «Jeg er opptatt av å opptre i samsvar med andres forventninger» og Q22 «Det er avgjørende for meg hva andre hadde tenkt om min deltagelse i frivillig arbeid»

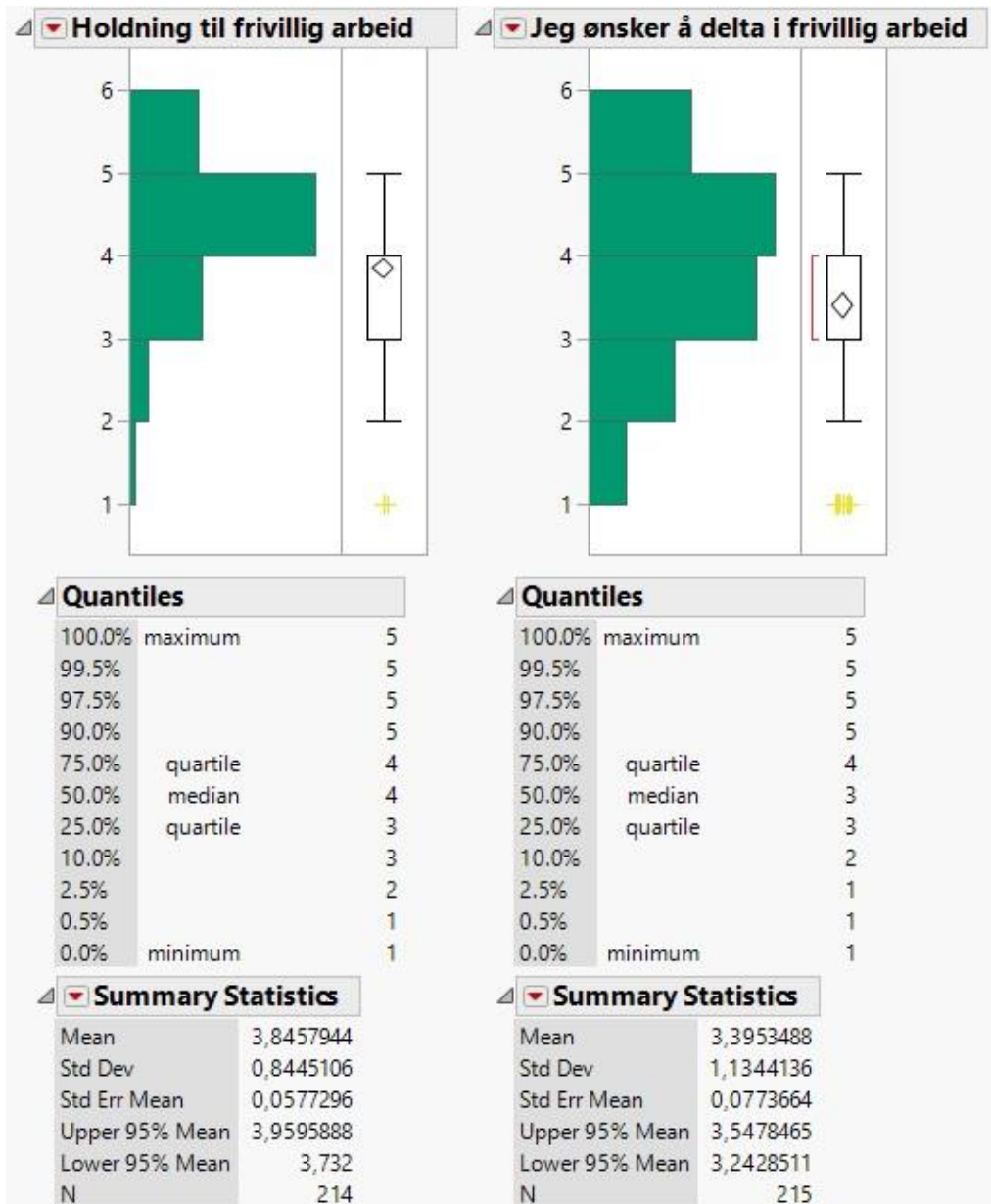


## Vedlegg 10: Korrelasjon

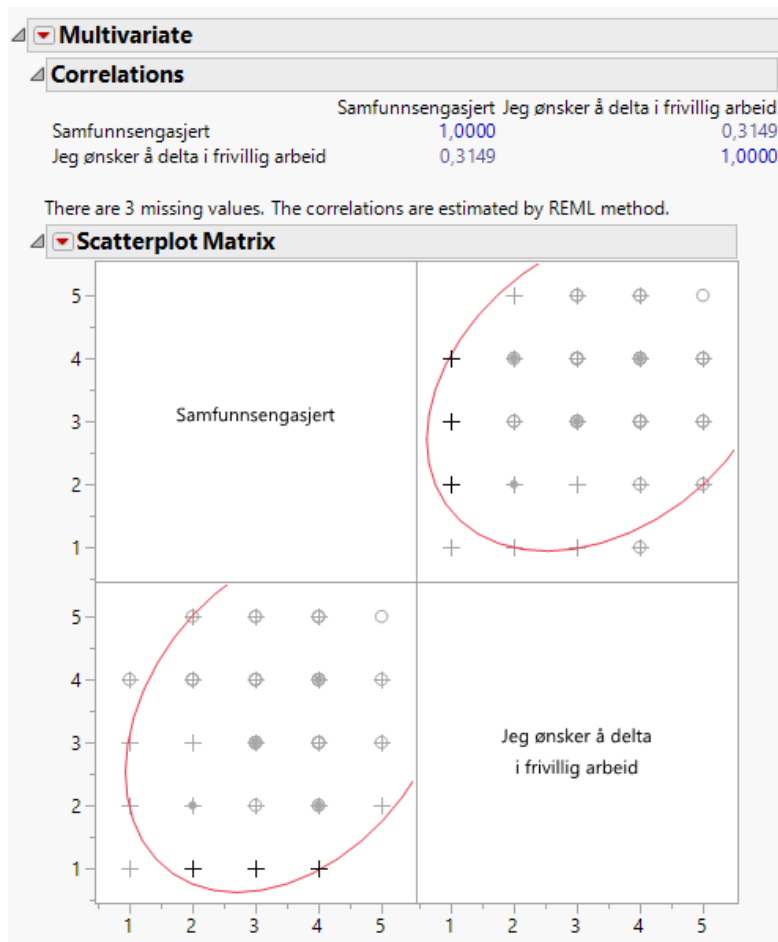
Vedlegg 10.1: Korrelasjon mellom Q15 «Holdning til frivillig arbeid» og Q23 «Jeg ønsker å delta i frivillig arbeid»



Vedlegg 10.2: Distribusjon av svarene på Q15 «Holdning til frivillig arbeid» og Q23 «Jeg ønsker å delta i frivillig arbeid»



Vedlegg 10.3: Korrelasjon mellom Q13\_1 «Jeg ser på meg selv som samfunnsengasjement» og Q23 «Jeg ønsker å delta i frivillig arbeid»



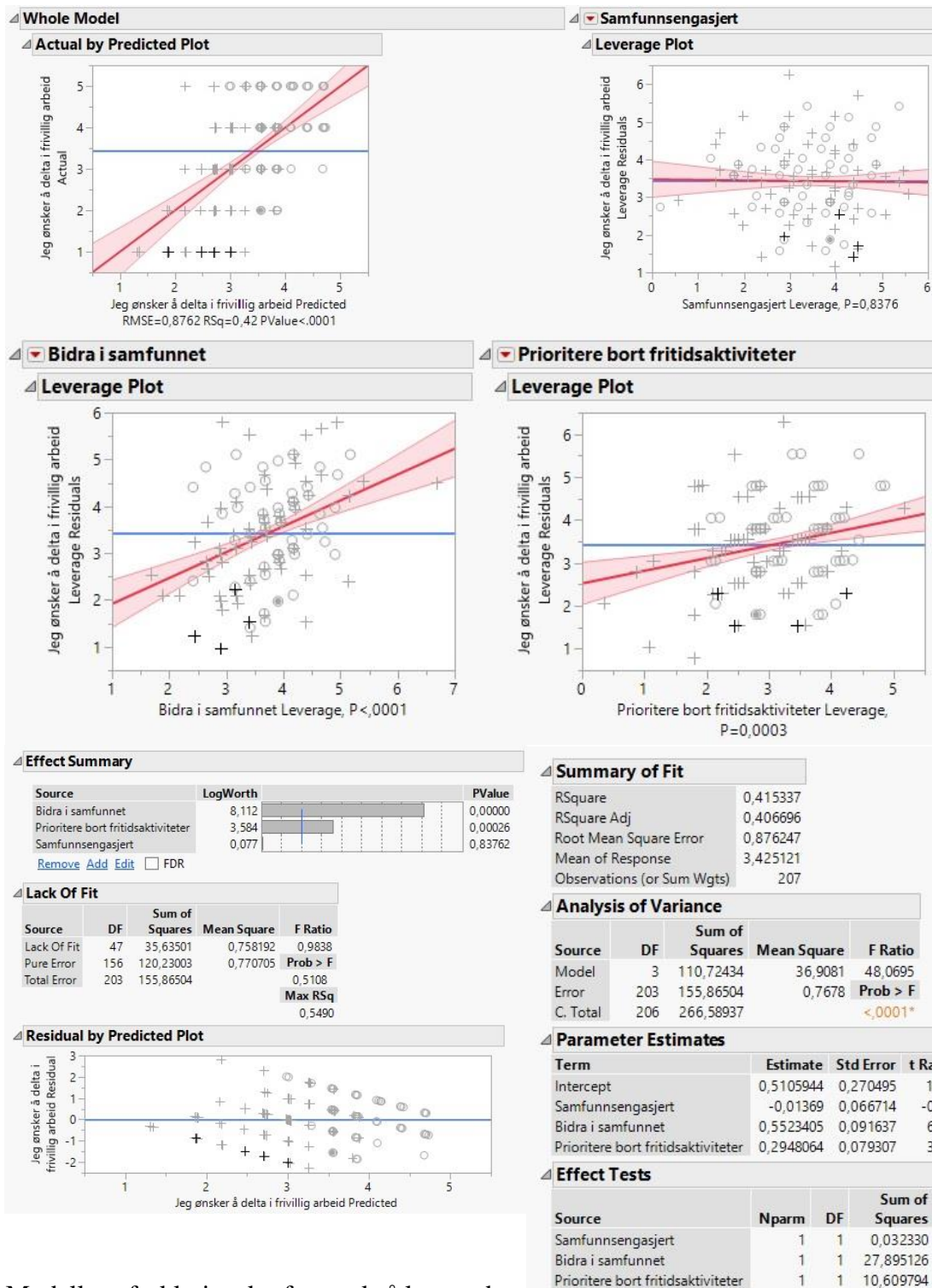
## Vedlegg 11: Multipl regrejonsanalyse

Hvordan uavhengige variabler knyttet til samfunnsengasjement påvirker respondentenes ønske om å delta i frivillig arbeid

Avhengig variabel (Y) = Q23 «Jeg ønsker å delta i frivillig arbeid»

Uavhengige variabler (X) = Q13\_1 «Jeg ser på meg selv som samfunnsengasjert»  
 Q13\_2 «Jeg er villig til å bruke fritiden min til å bidra i samfunnet».

Q13\_3 «Jeg er villig til å prioritere bort andre fritidsaktiviteter for å bidra i samfunnet».



Modellens forklaringskraft er nokså lav med

en forklart varians på 0,42. Dermed er 58% av variasjonen i den avhengige variabelen å finne utenfor modellen vår. Andre faktorer som livssituasjon, fritid og motivasjon kan eksempelvis påvirke respondentenes ønske om å delta i frivillig arbeid.

## Vedlegg 12: Clusteranalyse

### Vedlegg 12.1: Clustrene

Clustering på variablene:

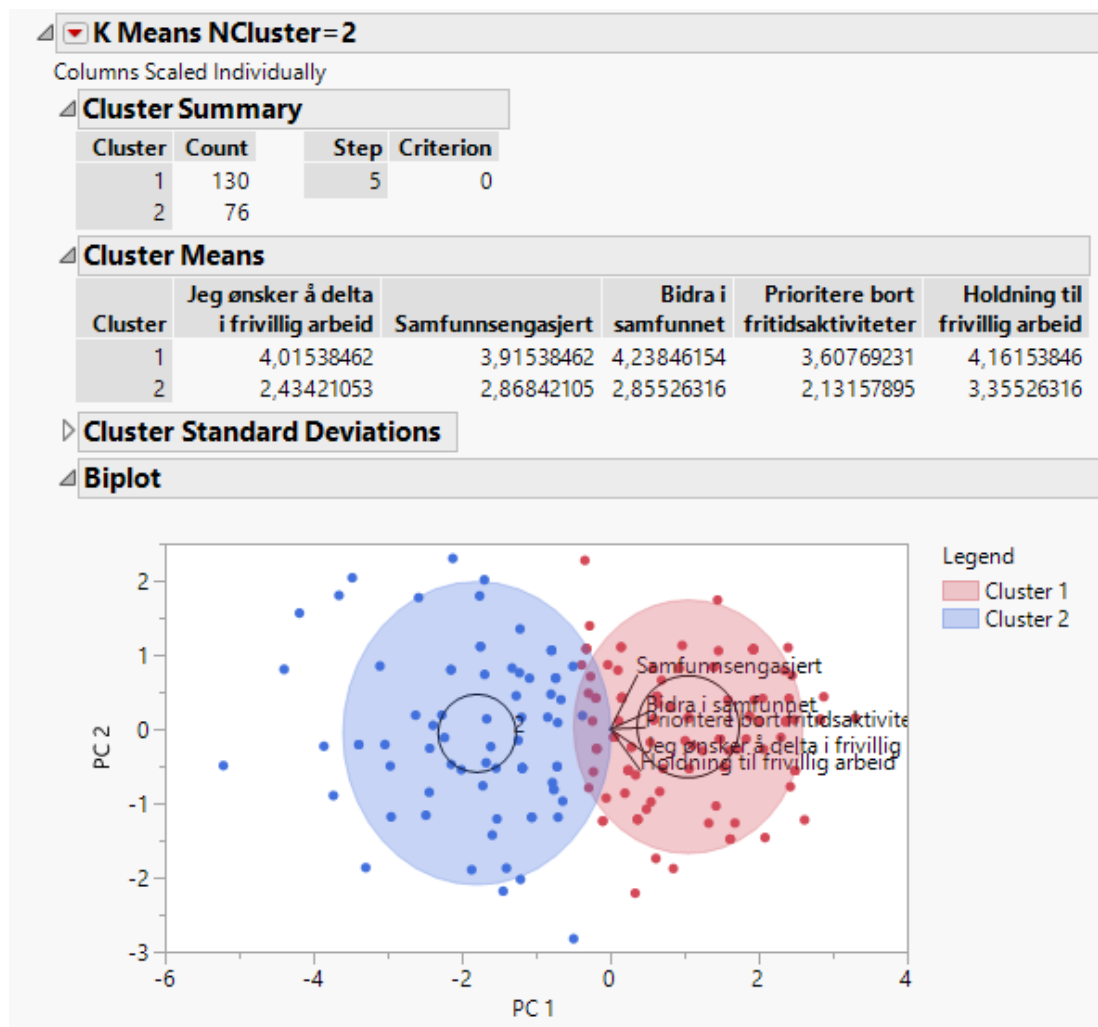
Q23 «Jeg ønsker å delta i frivillig arbeid»

Q13\_1 «Jeg ser på meg selv som samfunnsengasjert»

Q13\_2 «Jeg er villig til å bruke fritiden min til å bidra i samfunnet»

Q13\_3 «Jeg er villig til å prioritere bort andre fritidsaktiviteter for å bidra i samfunnet»

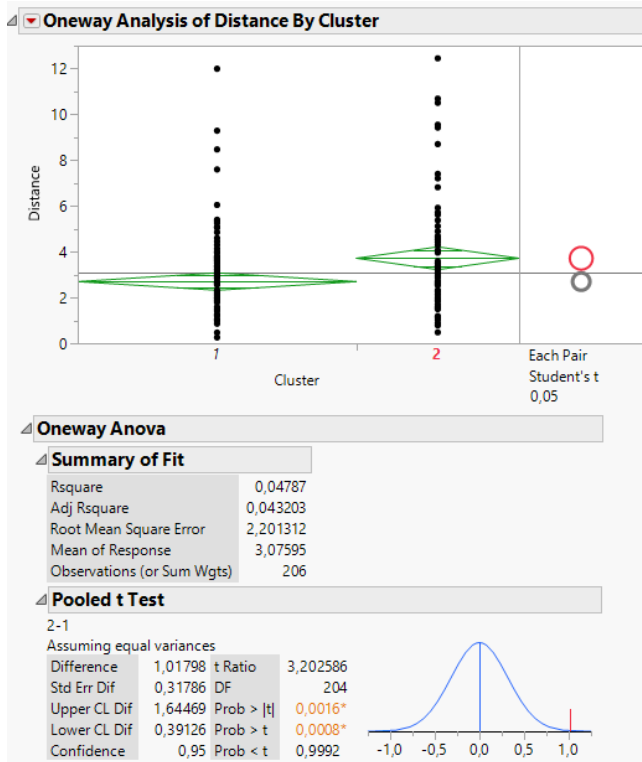
Q15 «Hvilken holdning har du til frivillig arbeid?»



Cluster 1 = «De engasjerte»

Cluster 2 = «De likegyldige»

Vedlegg 12.2: ANOVA variansanalyse og students t-test – signifikante forskjeller mellom clustrene.



**Analysis of Variance**

Source	DF	Sum of Squares	Mean Square	F Ratio	Prob > F
Cluster 2	1	49,7009	49,7009	10,2566	0,0016*
Error	204	988,5377	4,8458		
C. Total	205	1038,2386			

**Means for Oneway Anova**

Level	Number	Mean	Std Error	Lower 95%	Upper 95%
1	130	2,70039	0,19307	2,3197	3,0811
2	76	3,71836	0,25251	3,2205	4,2162

Std Error uses a pooled estimate of error variance

**Means Comparisons**

**Comparisons for each pair using Student's t**

**Confidence Quantile**

t	Alpha
1,97166	0,05

**LSD Threshold Matrix**

Abs(Dif)-LSD		
	2	1
2	-0,70408	0,39126
1	0,39126	-0,53834

Positive values show pairs of means that are significantly different.

Missing Rows 9

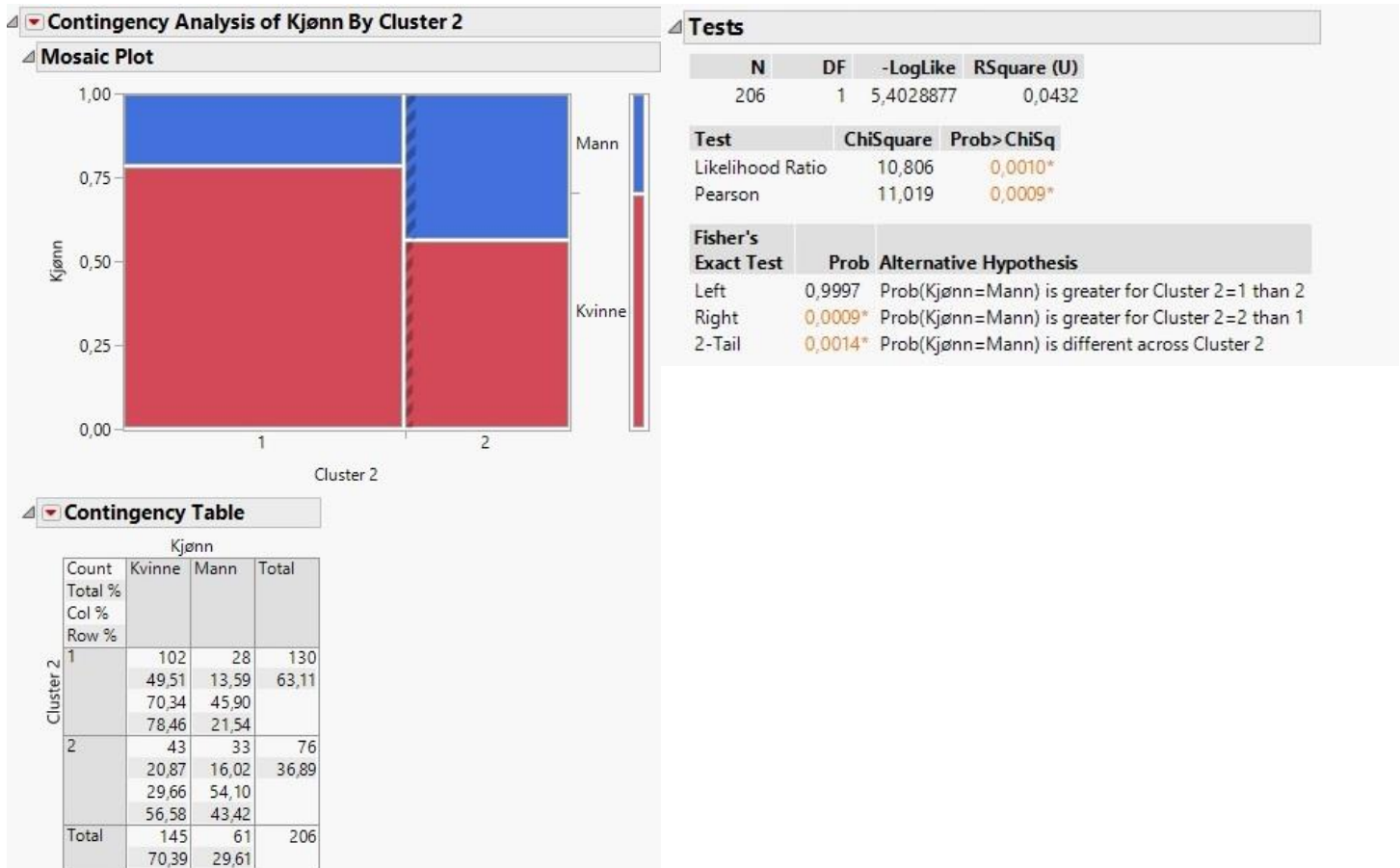
Excluded Rows 2



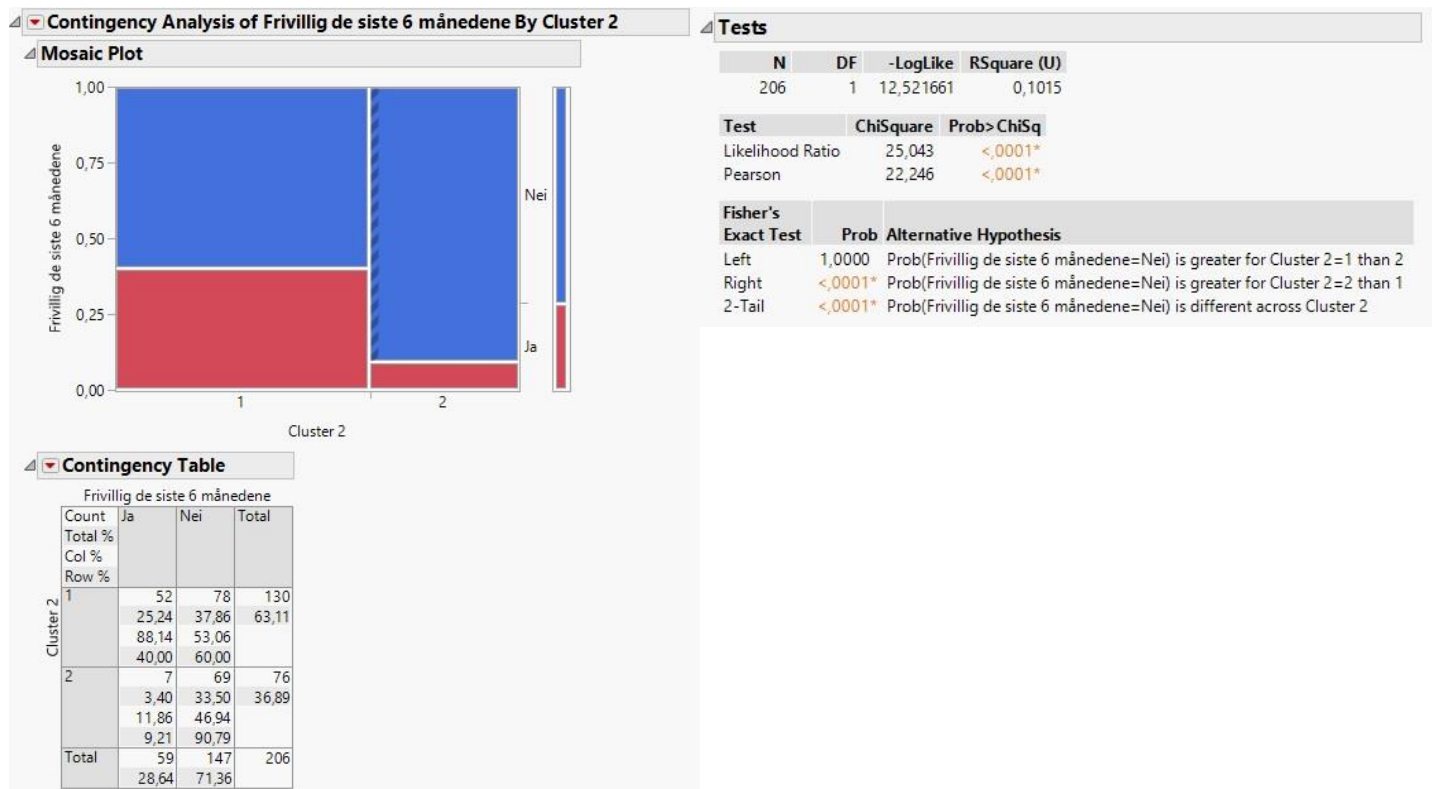
## Vedlegg 13: Tester av clustrene (Kji-kvadrattest, ANOVA og Students t-test)

**NB. Merk at «Cluster 2» i kommende analyser er navnet på begge clustrene.**

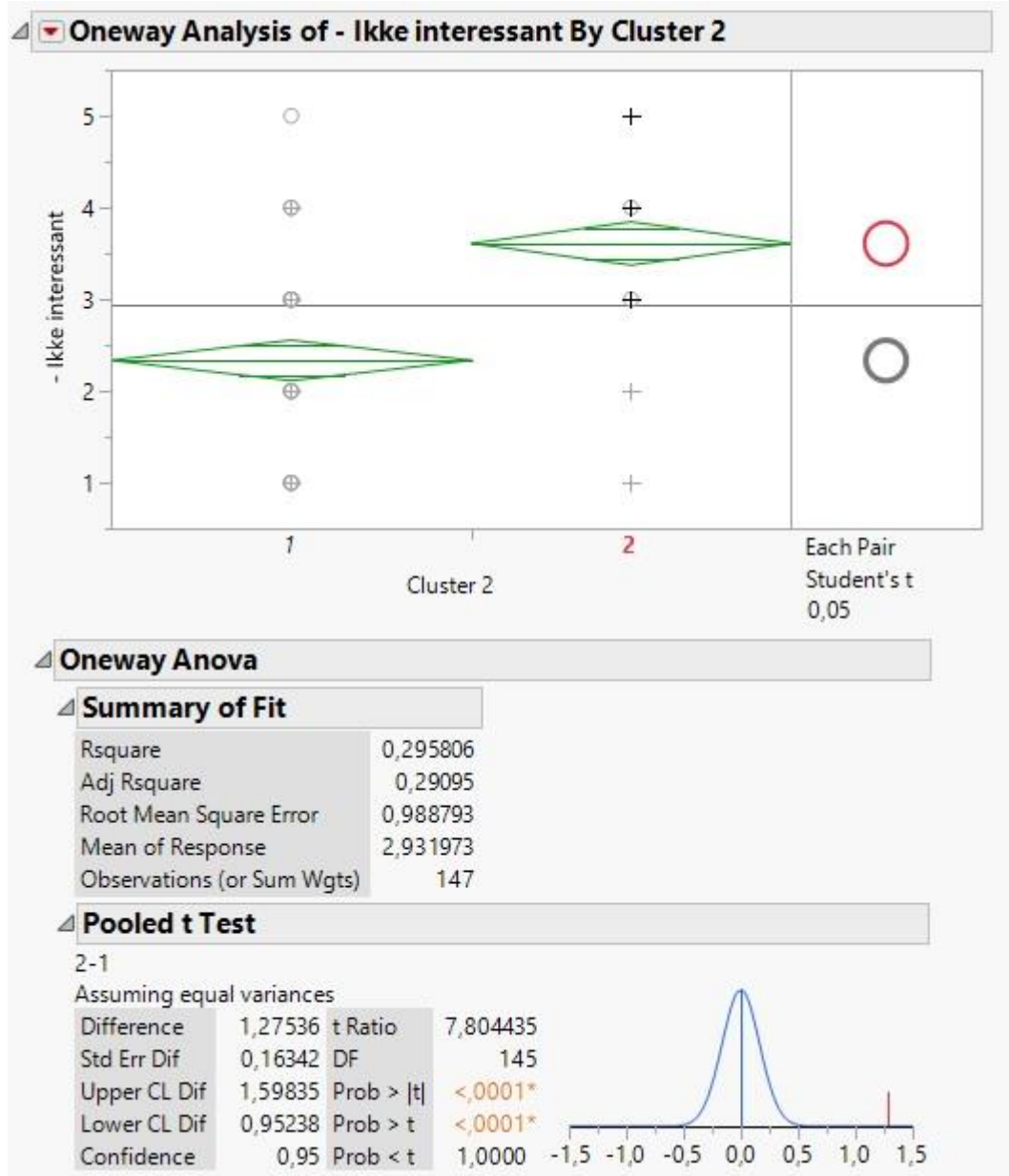
### Vedlegg 13.1: Kji-kvadrattest på Q2 «Hvilket kjønn er du?»



## Vedlegg 13.2: Kji-kvadrattest på Q19 «Har du vært frivillig de siste 6 månedene?»



Vedlegg 13.3: ANOVA variansanalyse og students t-test på Q21\_3 «Jeg finner det ikke interessant»



### Analysis of Variance

Source	DF	Sum of Squares	Mean Square	F Ratio	Prob > F
Cluster 2	1	59,55161	59,5516	60,9092	<,0001*
Error	145	141,76812	0,9777		
C. Total	146	201,31973			

### Means for Oneway Anova

Level	Number	Mean	Std Error	Lower 95%	Upper 95%
1	78	2,33333	0,11196	2,1121	2,5546
2	69	3,60870	0,11904	3,3734	3,8440

Std Error uses a pooled estimate of error variance

### Means Comparisons

#### Comparisons for each pair using Student's t

##### Confidence Quantile

t	Alpha
1,97646	0,05

##### LSD Threshold Matrix

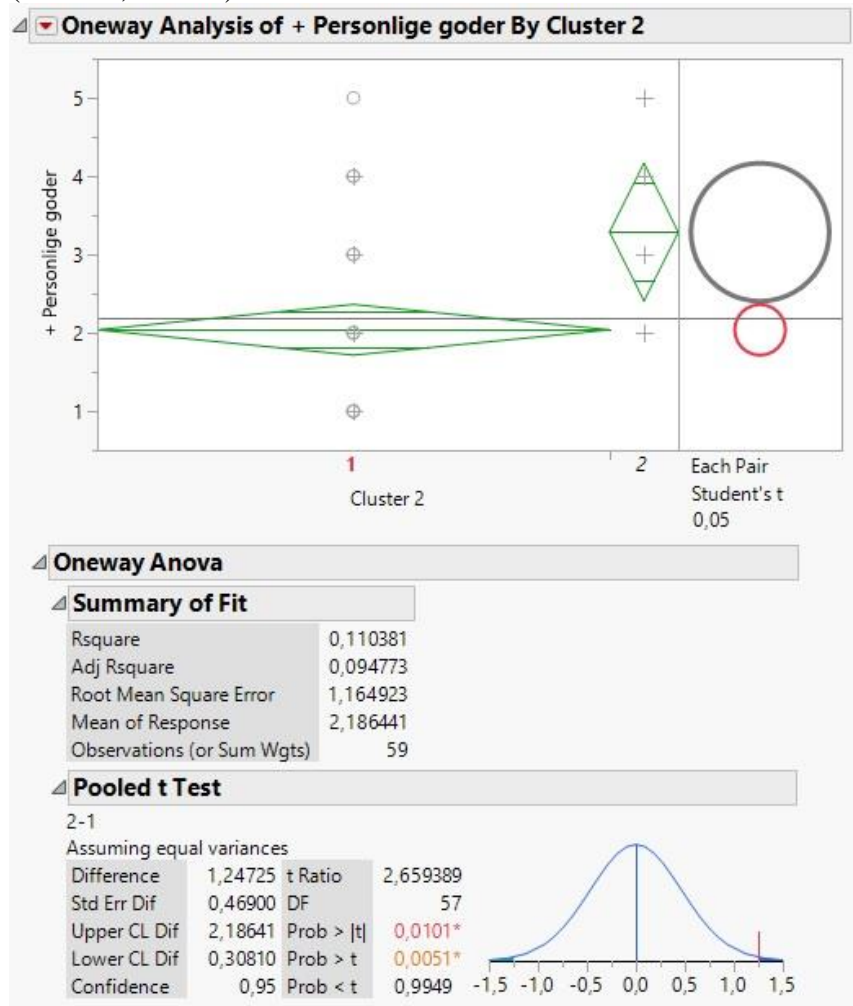
Abs(Dif)-LSD		
	2	1
2	-0,33272	0,95238
1	0,95238	-0,31294

Positive values show pairs of means that are significantly different.

Missing Rows 68

Excluded Rows 2

Vedlegg 13.4: ANOVA variansanalyse og students t-test på Q20\_6 «Jeg får personlige goder (billetter, mat ol.)»



### Analysis of Variance

Source	DF	Sum of Squares	Mean Square	F Ratio	Prob > F
Cluster 2	1	9,597504	9,59750	7,0723	0,0101*
Error	57	77,351648	1,35705		
C. Total	58	86,949153			

### Means for Oneway Anova

Level	Number	Mean	Std Error	Lower 95%	Upper 95%
1	52	2,03846	0,16155	1,7150	2,3620
2	7	3,28571	0,44030	2,4040	4,1674

Std Error uses a pooled estimate of error variance

### Means Comparisons

#### Comparisons for each pair using Student's t

#### Confidence Quantile

t	Alpha
2,00247	0,05

#### LSD Threshold Matrix

Abs(Dif)-LSD

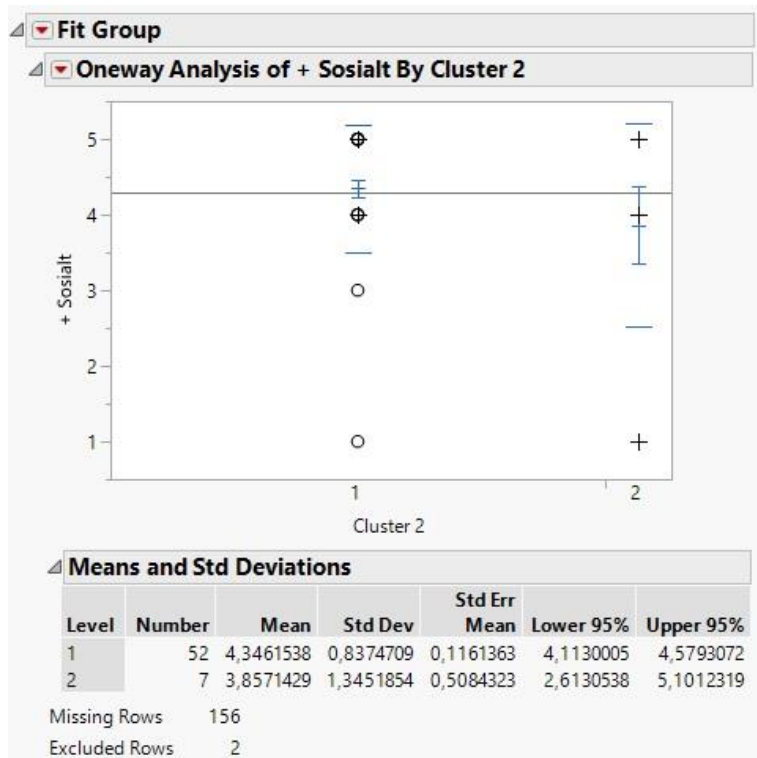
	2	1
2	-1,2469	0,3081
1	0,3081	-0,4575

Positive values show pairs of means that are significantly different.

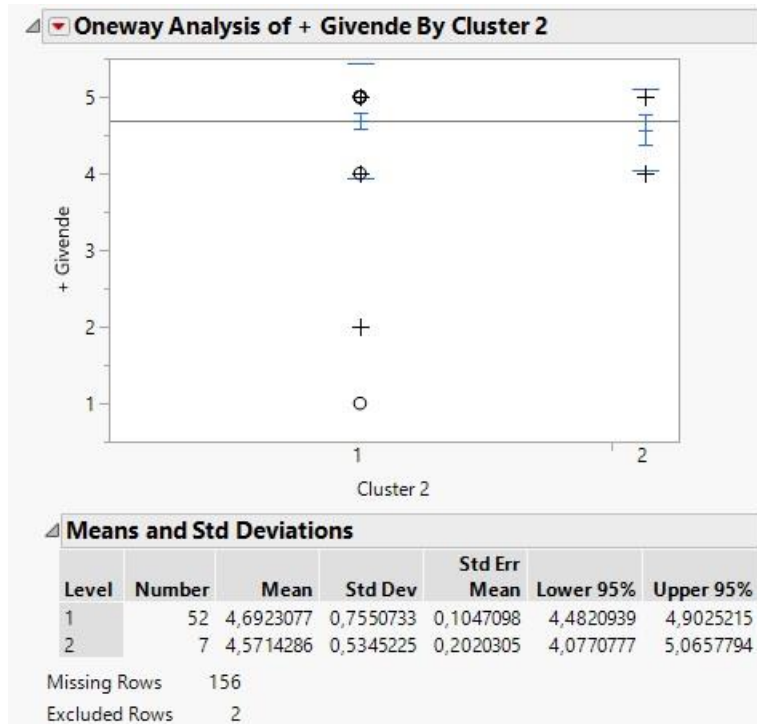
Missing Rows 156

Excluded Rows 2

Vedlegg 13.5: Clustrenes svar på Q20\_1 «Det er sosialt»



Vedlegg 13.6: Clustrenes svar på Q20\_2 «Det er givende»



## Vedlegg 14: Pretest av strategi og budskap

### Pretest av strategi og budskap

*Vi pretestet kampanjens strategi og budskap individuelt på totalt tre personer i målgruppen.*

A: Kvinne

B: Mann

C: Mann

Det første vi gjorde var å stille spørsmålet:

#### **Hva er det første du tenker når du hører ”tid som betyr noe”?**

A: Da tenker jeg på tiden jeg bruker med venner og familie, fordi de betyr mye for meg.

B: Med det tenker jeg på de tingene i livet mitt som betyr mest. Som ferier, gode musikkopplevelser og venner.

C: Tid som betyr noe vil jeg si er den tiden jeg tilbringer med familie og venner.

*Videre presenterte vi detaljert budskapet og strategien i kampanjen. Dermed stilte vi følgende spørsmål:*

#### **Hva er førsteinntrykket av det vi nettopp fortalte deg?**

A: Jeg synes det hele virker veldig gjennomtenkt og kreativt. I tillegg var det en kul vinkling på temaet.

B: Dere velger gode strategier for å fremstille budskapet. Jeg er usikker på hvor viktig det er med medieomtale med tanke på målgruppen, men samtidig er det viktig å spre budskapet.

C: Helhetlig og noe som er mulig å gjennomføre. Jeg liker at dere fokuserer på tid i forbindelse med frivillig arbeid. Det er noe som er svært dagsaktuelt, og mye omtalt føler jeg. I tillegg er mange opptatt av hvor mye tid de faktisk bruker på mobil og sosiale medier for tiden, da er de kanskje mer mottakelig for kampanjen.

#### **Hvordan tolker du budskapet?**

A: Jeg tolker budskapet slik at frivillig arbeid ikke nødvendigvis trenger å være så tidkrevende som man kanskje tenker at det er. Det er bra at den skal spille litt på humor, hvis ikke tror jeg det fort kunne blitt tørt.



B: Dere vil fremstille at frivillig arbeid ikke er så tidkrevende som mange i målgruppen tror. Det tror jeg er en god vikling, men det er viktig at kampanjen ikke fremstår moraliserende. Det vil sannsynligvis virke negativt inn på mottaker.

C: Budskapet er at frivillig arbeid ikke trenger å ta mye tid.

### **I hvor stor grad føler du at det traff deg?**

A: Det treffer meg egentlig veldig. Jeg bruker jo selv unnskyldningen om at jeg ikke har tid til å jobbe som frivillig, selv om jeg helt sikkert har tid til det. Alt handler jo om prioriteringer.

B: Føler meg dessverre veldig truffet. Alt for mye tid går til serier, og jeg har garantert tid til å delta i frivillig arbeid.

C: Et slikt budskap ville nok hatt virkning på meg, da jeg kjenner meg igjen i unnskyldningen.

### **Hva tenker du om at vi ønsker å bevisstgjøre målgruppen på hvor mye gjennomsnittlig fritid de har?**

A: Det er sikkert noen som kommer til å være helt uenig i at de har 7 timer fritid hver dag, men jeg tror de fleste bare kommer til å bli ganske overrasket over at det faktisk er så mye. Man tenker jo ikke nødvendigvis over det.

B: Som jeg sa på et spørsmål tidligere, husk at kampanjen ikke må bli moraliserende. Ingen liker å føle seg truffet på en negativ måte, men dersom dere gjør noe humoristisk ut av det vil det være lurt å påminne målgruppen på hvor mye fritid de faktisk har.

C: Det likte jeg! Når man faktisk tenker over det stemmer det nok for de aller fleste.

### **Hva tenker du om å spre kampanjen gjennom kjente personer?**

A: Det tenker jeg er veldig lurt. Det hadde nok vært slik jeg hadde fått med meg kampanjen, siden jeg følger mye med i sosiale medier – spesielt på Instagram.

B: For min del er ikke det svært viktig, jeg følger helst personer jeg kjenner i sosiale medier. Samtidig så har det ikke negativ innvirkning for min del, men det vil nok ikke hjelpe til at jeg får med meg kampanjen.

C: Så lenge det er personer jeg liker og kan kjenne meg igjen er det bare positivt.

### **Hva tror du kan bli de største utfordringene ved strategien og budskapet i kampanjen?**

A: Kanskje at noen i målgruppen ikke vil se seg enig i at de faktisk har syv timer fritid hver dag. Da er meningen borte.

B: Kanskje at det skal mye til for at folk endrer innstilling fra å bare ha en positiv tank om frivillig arbeid, til å faktisk ønske å engasjere seg. Det er mye lettere å tenke at man vil gjøre det, enn å faktisk gjøre det.

C: Dersom de ikke tror på dere. At etter å ha sett reklamen tror de fortsatt frivillig arbeid er tidkrevende. Det kan være vanskelig å endre en slik holdning.

**Er det noe du selv ønsker å tilføye?**

A: Nei, tror ikke det.

B: Det virker som dere har en gjennomtenkt strategi, det er positivt.

C: Nei.

## Vedlegg 15: Influencere

**tiril** Følg ...  
596 innlegg 45,8t følgere Følger 697  
Tiril Sjøstad Christiansen  
Eventyrlysten skikjører 🐾  
Alltid på utkikk etter nye utfordringer 🏔️  
Kommande programleder på farmen kjendis 📺  
Oslo 📍  
Følges av sirenland, isakborve, ernstkristian + 10 til

**sondrejustad** Følg ...  
1 310 innlegg 54,7t følgere Følger 866  
Sondre Justad  
[www.sondrejustad.no/konserter](http://www.sondrejustad.no/konserter)  
Følges av på480, tyvstef, lagviskabo + 911

**mikkelniva** Følg ...  
203 innlegg 10,8t følgere Følger 629  
Mikkel Niva  
Programleder i NRK  
Improviserer på gata i andre steder  
Booking: [mnd@pax.no](mailto:mnd@pax.no)  
Kreativ t... Street (yt... Wooded... Inception Ornel Niva

**astridofficial** Følg ...  
2 379 innlegg 491t følgere Følger 509  
Astrid S  
[youtu.be/CGu8edI26bA](https://youtu.be/CGu8edI26bA)  
Følges av lingolaia, heleneadland, toroede + 100 til

**lineelvsaaashagen** Følg ...  
1 023 innlegg 154t følgere Følger 1 185  
Line Elvshagen  
programleder for Planet Plast, mandager kl. 18.45 på NRK! oss  
oss gjøre havet til et litt tryggere sted for dyra våre! 🌊🐟  
[tv.nrk.no](http://tv.nrk.no)  
Følges av julesol, kappeliver, ingridskate + 29 til

Vedlegg 16: Reklamefilm - Instagram-feed

[https://www.youtube.com/watch?v=mhxfIS\\_Oa0w](https://www.youtube.com/watch?v=mhxfIS_Oa0w)

Vedlegg 17: Reklamefilm - Instagram-story

<https://www.youtube.com/watch?v=KV93k2buy8s>

<https://www.youtube.com/watch?v=355ykZaH82w>

## Vedlegg 18: Podkast - tall fra Forbruker & Media

		Total	Hører på podcast - hyppighet						
			Daglig	Ukentlig	Månedlig	Sjeldnere	Aldri	Ubesvart	
Total	vTotal	372,309	34,743	48,402	39,146	79,672	165,831	4,515	
	vAffinitet	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	
	Rad % Vekt	100,0	9,3	13,0	10,5	21,4	44,5	1,2	
	Kol % Vekt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	
Alder 14-delt	20-24 år	vTotal	20,289	3,692	4,092	2,491	3,510	6,504	0,000
		vAffinitet	100,0	195,0	155,1	116,8	80,8	72,0	0,0
		Rad % Vekt	100,0	18,2	20,2	12,3	17,3	32,1	0,0
		Kol % Vekt	5,4	10,6	8,5	6,4	4,4	3,9	0,0
	25-29 år	vTotal	50,469	10,189	15,101	5,088	9,832	10,259	0,000
		vAffinitet	100,0	216,3	230,1	95,9	91,0	45,6	0,0
		Rad % Vekt	100,0	20,2	29,9	10,1	19,5	20,3	0,0
		Kol % Vekt	13,6	29,3	31,2	13,0	12,3	6,2	0,0
	30-34 år	vTotal	35,338	7,562	6,278	6,542	7,531	6,532	0,894
		vAffinitet	100,0	229,3	136,7	176,1	99,6	41,5	208,7
		Rad % Vekt	100,0	21,4	17,8	18,5	21,3	18,5	2,5
		Kol % Vekt	9,5	21,8	13,0	16,7	9,5	3,9	19,8
35-39 år	vTotal	39,546	1,868	3,529	3,800	10,666	19,278	0,405	
	vAffinitet	100,0	50,6	68,6	91,4	126,0	109,4	84,4	
	Rad % Vekt	100,0	4,7	8,9	9,6	27,0	48,7	1,0	
	Kol % Vekt	10,6	5,4	7,3	9,7	13,4	11,6	9,0	
40-44 år	vTotal	41,905	3,938	4,739	8,079	8,628	15,519	1,002	
	vAffinitet	100,0	100,7	87,0	183,4	96,2	83,1	197,1	
	Rad % Vekt	100,0	9,4	11,3	19,3	20,6	37,0	2,4	
	Kol % Vekt	11,3	11,3	9,8	20,6	10,8	9,4	22,2	
45-49 år	vTotal	51,956	4,223	4,818	3,900	12,358	26,026	0,632	
	vAffinitet	100,0	87,1	71,3	71,4	111,1	112,5	100,2	
	Rad % Vekt	100,0	8,1	9,3	7,5	23,8	50,1	1,2	
	Kol % Vekt	14,0	12,2	10,0	10,0	15,5	15,7	14,0	
50-54 år	vTotal	46,126	1,202	6,192	3,392	11,130	23,810	0,401	
	vAffinitet	100,0	27,9	103,3	69,9	112,8	115,9	71,7	
	Rad % Vekt	100,0	2,6	13,4	7,4	24,1	51,6	0,9	
	Kol % Vekt	12,4	3,5	12,8	8,7	14,0	14,4	8,9	
55-59 år	vTotal	40,913	1,489	1,273	4,043	9,528	24,022	0,557	
	vAffinitet	100,0	39,0	23,9	94,0	108,8	131,8	112,3	
	Rad % Vekt	100,0	3,6	3,1	9,9	23,3	58,7	1,4	
	Kol % Vekt	11,0	4,3	2,6	10,3	12,0	14,5	12,3	
60-64 år	vTotal	29,170	0,271	0,842	0,686	4,148	22,935	0,288	
	vAffinitet	100,0	10,0	22,2	22,4	66,4	176,5	81,4	
	Rad % Vekt	100,0	0,9	2,9	2,4	14,2	78,6	1,0	
	Kol % Vekt	7,8	0,8	1,7	1,8	5,2	13,8	6,4	
65-69 år	vTotal	10,825	0,000	0,534	0,847	1,274	8,171	0,000	
	vAffinitet	100,0	0,0	37,9	74,4	55,0	169,5	0,0	
	Rad % Vekt	100,0	0,0	4,9	7,8	11,8	75,5	0,0	
	Kol % Vekt	2,9	0,0	1,1	2,2	1,6	4,9	0,0	

## Vedlegg 19: Google Trends - «Frivillig arbeid»



## Vedlegg 20: Kostnader for filming av stunt og reklamefilmer til Instagram - Avia



**Jo Christian Larsen**  
til meg ▾

fre. 24. mai, 10:07 (for 8 døgnet siden) ☆ ↶ ⋮

Jeg vil estimere rundt 50.000 kroner på reklamefilm og Stunt til rundt 20.000:)

## Vedlegg 21: Priser på Instagram-annonsering - Facebook Business Manager

### Budget & Schedule

Define how much you'd like to spend, and when you'd like your ads to appear.

Budsjett ? Lifetime Budget ▾ kr 70 000,00  
kr 70 000,00 NOK

Schedule ?

Utgangspunkt ? 15.6.2019  
13:20

End ? 15.7.2019  
13:20  
(03:10-15)

Your ad will run until **måndag 15. juli 2019**.  
You'll spend up to **kr 70 000,00 total**.

Show Advanced Options ▾

### Estimated Daily Results

Reach ?  
**14K - 86K**

Link Clicks ?  
**230 - 1,4K**

The accuracy of estimates is based on factors like past campaign data, the budget you entered and market data. Numbers are provided to give you an idea of performance for your budget, but are only estimates and don't guarantee results.

Were these estimates helpful?

### Målgruppe

Define who you want to see your ads. Finn ut mer

Create New Use a Saved Audience ▾

Custom Audiences ? Add a previously created Custom or Lookalike Audience

Exclude | Create New ▾

Everyone in this location ▾

Stader ? Noreg  
Noreg  
Include ▾ Type to add more locations Leit gjennom

Add Locations in Bulk

Age ? 18 ▾ - 25 ▾

Kjønn ? All | Mann | Kvinner

Språk ? Norsk (bokmål) X  
Enter a language...

### Audience Size

Your audience selection is fairly broad.

Potential Reach: 500 000 people ?

### Estimated Daily Results

Reach ?  
**14K - 86K**

Link Clicks ?  
**230 - 1,4K**

The accuracy of estimates is based on factors like past campaign data, the budget you entered and market data. Numbers are provided to give you an idea of performance for your budget, but are only estimates and don't guarantee results.

Were these estimates helpful?

## Vedlegg 22: Annonsepriser for podkast - Adlink

3 meldinger  
Prissetting for utvikling av budsjett

Line Skaar 21.05.2019 LS  
SV: Prissetting for utvikling av budsjett Detaljer  
Til: Amalie Kopi til: NO-AdLink

Hei,

På Gjesterommet tilbyr vi sponsorater med podkasterens egen fortellerstemme. Som annonsør låner du stemmen til podkasteren, som på sin måte lager sponsorater med personlig vri, basert på en brief. Podkasteren når ut til alle sine lyttere og sponsoratet blir eksponert i den uken du ønsker i HELE ARKIVET til podkasteren. Det vil si at 100 % av lytterne, uansett hvilke episode den lytter til, vil bli eksponert for sponsoratet til podkasteren, på en naturlig måte.

Les mer her: <https://adlinkmedia.no/podkast-annonsering-sponsorater/>

Gjesterommet har ca. 10 000 avspillinger per måned, og et sponsorat på 4 uker vil koste 8 000 kr. Som dere kanskje vet, så har Peter og Christina som står bak podkasteren Gjesterommet, også profiler som er store på blogg og sosiale medier. Så her er det mulig å tilby skreddersydde løsninger som kombinerer blogg, sosiale medier og podcast.

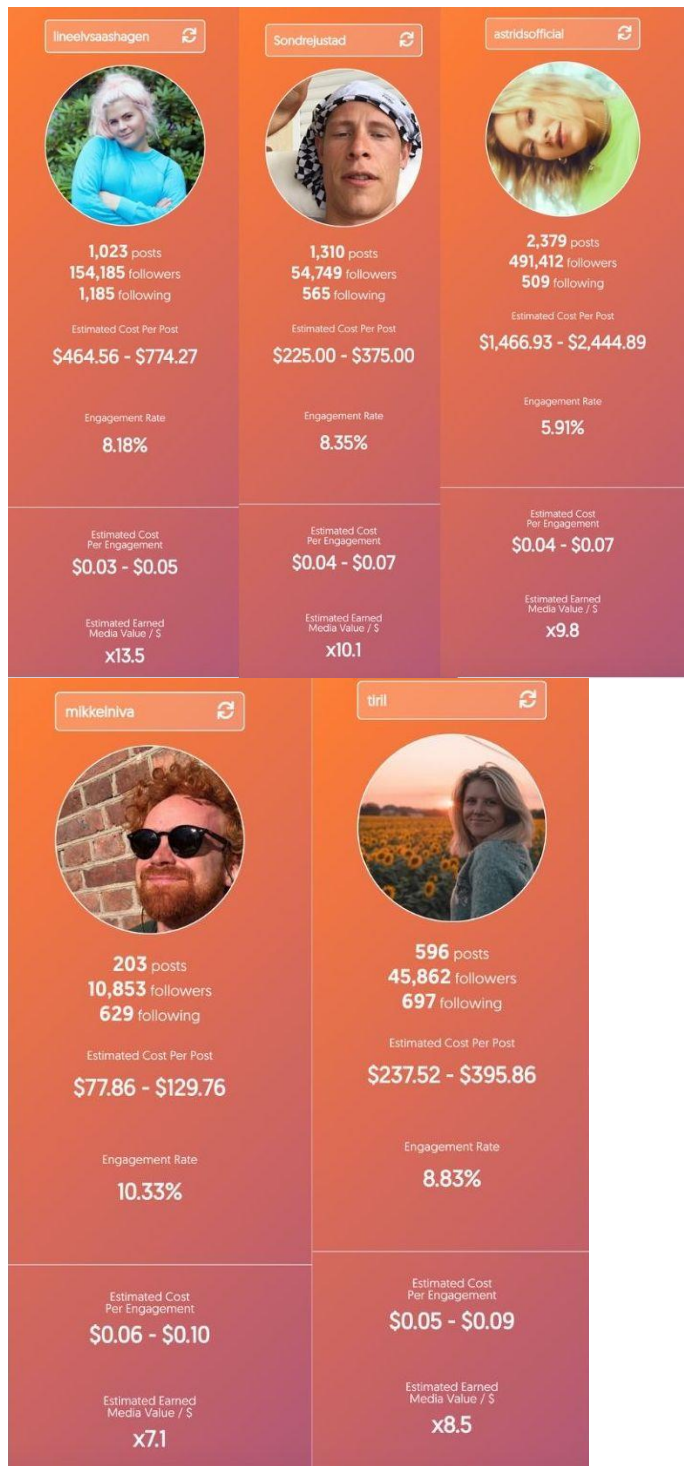
Lykke til med bachelor oppgave.

Hilsen  
Line

---

**ADLINK**  
Line Skaar  
Markedssjef  
+47 94244216  
[line@adlinkmedia.no](mailto:line@adlinkmedia.no)

## Vedlegg 23: Kostnader for influencermarkedsføring



Screenshots fra <https://influencermarketinghub.com/micro-influencers-vs-celebrities/>



## Vedlegg 24: Veldedige organisasjoner - tall fra Forbruker & Media

		Total	Veldedige organisasjoner - kjennskap								
			Amnesty In	Flyktninghj	Frelsesarm	Kirkens Byr	Kirkens Nø	Kreftforenir	Landsforen	Leger uten	
Total	vTotal	4166,612	3260,470	3110,790	3103,131	3186,042	3210,877	3063,010	3127,820	3200,069	
	vAffinitet	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	
	Rad % Vekt	100,0	78,3	74,7	74,5	76,5	77,1	73,5	75,1	76,8	
	Kol % Vekt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	
Alder 14-delt	20-24 år	vTotal	367,517	262,052	239,782	268,691	262,189	265,948	257,579	232,386	267,800
		vAffinitet	100,0	98,9	94,9	106,6	101,3	101,9	103,5	91,4	103,0
		Rad % Vekt	100,0	77,4	70,8	79,4	77,4	78,6	76,1	68,6	79,1
		Kol % Vekt	8,8	8,0	7,7	8,7	8,2	8,3	8,4	7,4	8,4
			Norsk Folke	Plan Intern:	Redd Barn:	Regnskogf	Røde Kors	SOS Barne	UNICEF	WWF	
			3197,343	2857,064	3229,193	3010,134	3169,647	3209,428	3254,797	3182,914	
			100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	
			76,7	68,6	77,5	72,2	76,1	77,0	78,1	76,4	
			100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	
			234,625	232,012	277,282	220,687	261,993	263,817	264,020	247,033	
			90,3	99,9	105,7	90,2	101,7	101,2	99,8	95,5	
			69,3	68,5	81,9	65,2	77,4	77,9	78,0	73,0	
			7,3	8,1	8,6	7,3	8,3	8,2	8,1	7,8	