

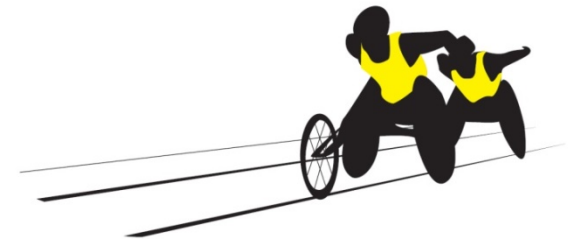


# Fritid med Bistand

– En metode for å støtte sosial inkludering  
v/ Anders Midtsundstad

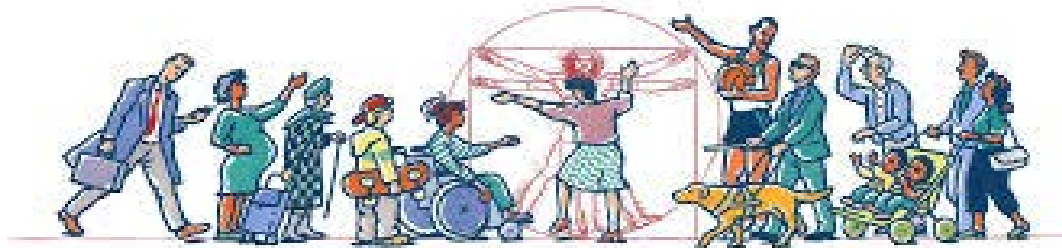


Bodø, 20. november 2017

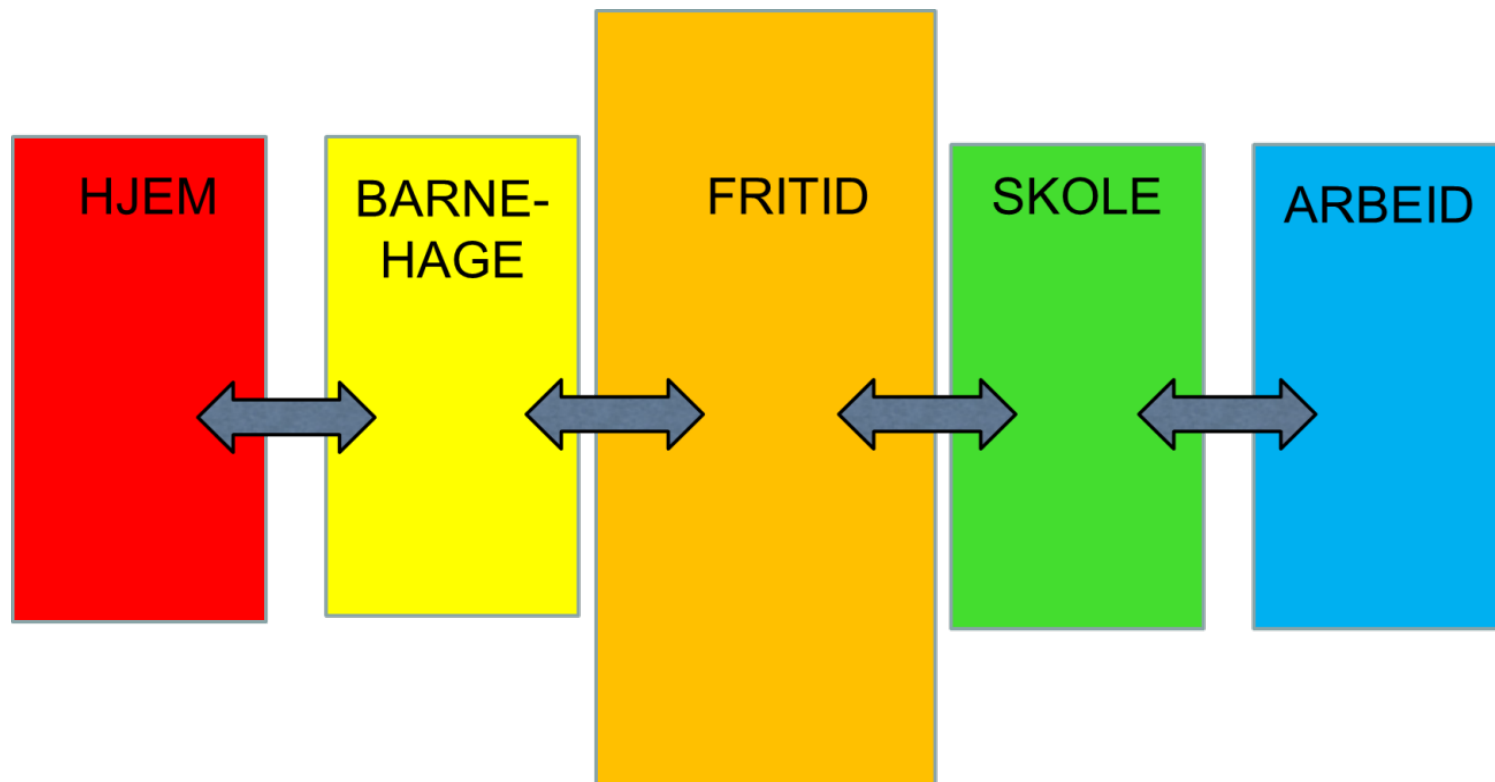


# FELLES ANSVAR

- Hvordan kan kommunene i samarbeid med frivillig sektor gi alle som trenger støtte mulighet til deltakelse i selvvalgte kultur- og fritidsaktiviteter?
- Hvordan gjør vi det?
- Hvilke virkemidler har vi?



# FULL DELTAKELSE OG LIKESTILLING – et sosialpolitisk mål



# Fritid med Bistand



# Hvem bestemmer over fritiden?

- Vi bestemmer selv over vår **FRI TID**
- Selvbestemmelse - det å bestemme selv bør alle få mulighet på fritiden
- Hvordan kan vi sikre at alle kan bestemme selv på sin fritid?

# Hvordan kan en gi hjelp?

- Avklare: Hva trenger du?
- Snakke med den enkelte og/ eller personer som kjenner personen godt.
- Har personen ikke verbalt språk – bruk observasjon som metode.

# Mangfold i støttekontakttjenesten

- Individuell støttekontakt
- Deltakelse i en aktivitetsgruppe
- Et individuelt tilbud i samarbeid med en frivillig organisasjon

Kommunene utfordres til å gi valgmuligheter innenfor denne lovpålagte tjenesten som gis etter Helse- og omsorgstjenesteloven.

Les mer: [www.fritidforalle.no](http://www.fritidforalle.no)

# Fritid med Bistand – trinn for trinn

- Første møte
- Ønsker, behov og drømmer
- Fritidsaktivitet
- Valg av aktivitet
- Finne tilrettelegger
- Inkludering
- Oppfølging og evaluering

The screenshot shows the website for 'Fritid med Bistand'. At the top, there is a navigation bar with 'Om nettsiden', 'Om metoden', and 'Kontakt oss'. Below this is a header image of a person running, with the text: 'Fritid med Bistand er en metode for å støtte sosial inkludering i selvvalgte kultur- og fritidsaktiviteter'. The main content area is titled 'Fritid med Bistand - trinn for trinn' and contains six blue buttons arranged in a 2x3 grid:

1. Informasjonsmøte	2. Kartlegging av ønsker og drømmer	3. Kartlegging av fritidsaktiviteter
4. Valg av fritidsaktivitet	5. Finne tilrettelegger	6. Plan for deltakelsen, oppfølging og evaluering

Below the grid are two columns: 'Informasjon' with links for 'Brosjyre' and 'Presentasjon', and 'Bibliotek' with links for 'Litteratur' and 'Metodens verktøy'. In the bottom right corner, there is a tilted image of the book cover for 'Fritid med Bistand' by Anders Muttundstad, published by Enkeltlaget.



# Tillit

I Fritid med Bistand legges det vekt på å bygge tillit i relasjonene som etableres. Tillit legger grunnlaget for inkluderingsprosessen:

- En døråpner
- En felles verden
- Dele erfaringer, tanker, gleder og sorger
- Reduksjon av kompleksitet

# Mestring

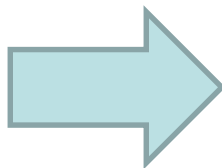
Målet er at deltakeren under prosessen skal oppleve:

- **Forståelse:** Opplevelse av en ordnet, strukturert og tydelig prosess.
  - **Håndterbarhet:** Opplevelse av å ha tilstrekkelig ressurser for å møte utfordringene.
  - **Meningsfullhet.** Opplevelse av delaktighet i det som skjer.
- = Opplevelsen av sammenheng

Aaron Antonovsky

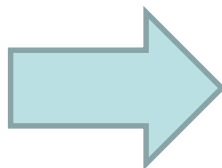
# Inkludering og plassering

**Inkludering  
i  
aktivitetsgruppe**



**Felles  
utfordring**

**Inkludering  
i  
det ordinære  
(FmB)**



**Felles  
interesse**

# Like forventninger

- Ulike forventninger stigmatiserer og begrenser
- Beskrivelser av mennesker:
  - Ift. utfordring?
  - Ift. jevnaldrende?
  - Ift andre i fritidsorganisasjonen?
- Organisasjoner gir betingelser for å utvikle roller
- Profesjonelles kunnskap og rolle

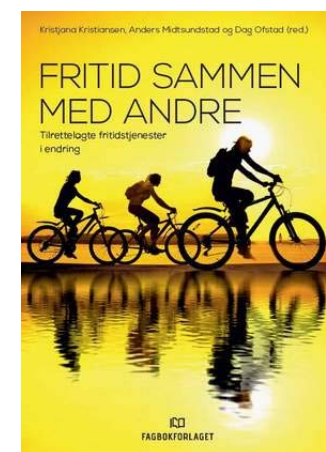
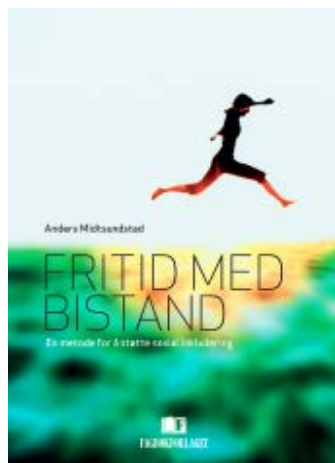
# Tre viktige faktorer

- Å ta utgangspunkt i individets ønsker.
- Å velge en selvvalgt fritidsaktivitet sammen med andre.
- Å sikre den enkelte en mulighet til å **se seg selv i en sammenheng**

# Suksessfaktorer

- Organiser tilretteleggingen av fritid slik at en sikrer samarbeid internt
- Økt bemanning i utførerleddet gir gevinst på sikt **(minst 1 årsverk pr 10.000 innbyggere)**
- Samarbeid mellom frivillige organisasjoner, spesialisthelse-tjenesten og kommuner regionalt

# BOKSERIEN AKTIVITET, DELTAKELSE OG LIKEVERDIGE MULIGHETER



I salg fra januar

Bøkene er utgitt på Fagbokforlaget. Flere utgivelser kommer!  
Mer informasjon: [www.aktivung.no](http://www.aktivung.no)