

## **Når aktivitet vert avlasting - aktivitetsbasert avlasting**

### **Av Inger Helene Midtgård, Lindås kommune**

#### **Innleiing**

I denne artikkelen ynskjer eg orientera om ein ny type avlasting etablert i Lindås kommune med namn aktivitetsbasert avlasting. Aktivitetsbasert avlasting er eit nyoppretta fast avlastingsiltak som starta opp i 2008. Bakgrunn for oppstart var at sosialtenesta i Lindås kommune hadde registrert om lag 10 barn/unge(12-20 år) som ikkje kunne nyttegjera seg av avlastingsbustad og/eller private avlastingsheimar. Dei var anten for store og hadde for krevjande åtferd til å vere i avlastingsheim, eller ville ikkje vere på den kommunale avlastingsbustaden fordi denne i hovudsak var for barn og unge med psykisk utviklingshemming. Private avlastingsheimar var på den tida sosialtenesta sitt ansvar medan den kommunale avlastingsbustaden var under pleie og omsorgstenesta. Både den kommunale avlastingsbustaden og private avlastingsheimar kan vere gode tiltak men passar ikkje for alle. Kven i kommunen som hadde ansvar for dei som "ikkje passa inn" var og uklart. I samband med den kommunale psykiatriplanen vart det sett av midlar til å planlegge og iverksetje aktivitetsbasert avlasting. Første halvåret med planlegging og heile år 2008 er gjennomført med øymerka psykiatrimidlar.

#### **Avlasting sett frå juridisk og organisatorisk ståstad**

Det kan vere greitt å starte med det juridiske og organisatoriske, slik at me veit kva avlasting dreier seg om. Avlasting vert (står det i rundskriv I/93) etter sosialtenestelova § 4-2 , gjeve til personar og familiar som har eit særleg tyngjande omsorgsarbeid.(Sosialdepartementet 1992 s. 106-112). Avlasting skal gjere det mogeleg å oppretthalda gode familierelasjonar og bevare sosiale nettverk. Avlasting skal hindre utmatting hjå omsorgsgjevar og gje dei pårørande naudsynt og regelmessig fritid og ferie. Foreldre har plikt til å dra omsorg for sine mindreårige barn, men enkelte funksjonshemma barn har eit så stort omsorgsbehov at det overstig foreldras omsorgsevne. I slike tilfelle ligg det føre ei kommunal hjelpeplikt. Omfanget av hjelp skal vere på eit forsvarleg nivå sett i høve til dei behov som skal dekkast.

Me snakkar i hovudsak om tre typar avlasting (Kittelsaa 2005; Olsen Rappana 2006 ):

Individuell avlasting, gruppeavlasting og avlasting i bustad.

Individuell avlasting er der ein enkeltperson eller familie har ansvaret for barnet til dømes ei helg per månad, eller på timebasis på helg og kveld. Gruppeavlasting der fleire barn eller unge er saman anten på turar eller reiser. Avlasting i bustad; der barn kjem til ein fast bustad med fast personale. I den grad det er ynskeleg kan det la seg gjere å veksle mellom desse tre ordningane. Tradisjonelt er avlasting organisert innanfor sosiale tenester eller pleie og omsorgstenesta. Innanfor området avlastingstenester skal det kommunale tenesteapparatet forhalde seg til to sett brukarar både dei pårørande og dei barn/unge som er direkte omfatta av avlastingsordningane (Kittelsaa 2003 s. 6).

Lov om sosiale tenester er basert på skjønnsvurderingar, noko som kan gjere det lettare tilpassa tilboda til dei behov brukaren har (Olsen Rappana 2006 s. 81). Men det kan også oppstå ei spenning mellom behov og ressursar (jfr Bliksvær 1997). ; "hjelpetilbudet vil måtte avgjøres utfra de konkrete behov og *kommunens økonomiske ressurser* (mi utheving), men de

som er avhengig av offentlig hjelp, må være sikret nødvendige tjenester”(Sosialdepartementet 1992 s. 112).

Eg opplever det ligg ein viss mistankens hemeneutikk over merknader til sosialtenestelova 4.3.2 på kven som har rett til hjelp;...”både for brukeren og for kommunen er det viktig at *de som har det største hjelpebehovet*, får det tenestetilbudet de trenger..”(Sosialdepartementet 1992 s. 111) Å måle behov og setje familiar opp mot kvarande er ingen lett situasjon å vere i for ein saksbehandlar, her finst det ingen objektive kriterier å gå etter, og ein situasjon med knappe kommunale ressursar kompliserer det ytterlegare. Som tilsett innanfor sosialtenesta med mange år saksbehandling innanfor støttekontakt og avlastingsfeltet, må eg sei eg har problem med få sila ut dei verdig trengjande frå dei som ikkje treng avlastning. Mi oppleving er motsett, at *for få* søker og *for få får* det dei burde hatt av tenester. Andre att søker ikkje fordi tenestetilbudet kommunen har ikkje matchar deira behov, eller er *godt nok* for deira barn. I Rundskrivet er der presisert at tenestetilbudet skal utarbeidast ut frå brukarens behov og i samarbeid med brukaren (Sosialdepartementet 1992 s. 112).

God og tett kontakt med familien for å kartleggja og få eit oversyn over hjelpetiltak og familiens oppleving er etter mi erfaring avgjerande. Familiesituasjonen slik som t.d. omsyn til søsken bør vere ein del av vurderinga. Å framstilla eigne barn som særlig omsorgskrevjande og seg sjølv som foreldre som ikkje strekk til har eg diverre opplevd hindrar foreldre i å søkje om avlastning. Avlastning er eit tenestemråde der foreldre og pårørende vert sett på som dei primære brukarane. Ein del større barn og unge oppheldt seg i ulike avlastingstiltak over kortare eller

## Unikt tilbud til deg:

# Sjarmørskulen

berre for gitar !

På Sjarmørskulen kan du lære kunsten å sjarmere:

**Lure tips til deg**, korleis te seg, slik at du kan få kontakt med og behalde kontakt med vener og kjæraste.

**Korleis sjå fin og attraktiv ut ?**  
Tips om hår og hud og om korleis kle seg. Her kjem ein utdanna make-up artist og gjev gode tips og så prøver me å få til ein kveld i ein klebutikk, der du får prøva kle og tips og kva som passar for deg.

**Korleis verte danselove ?**  
Her får du lære linedance, swing og andre pardansar, slik at du blir attraktiv på dansegolvet

**Lær å lage enkel lekker mat for å imponere**  
God enkel mat som ser lekker ut og smakar godt

Sjarmørskulen vert avslutta med ein fest der du kan få vise dine kunstar og imponere

Første kursdag er torsdag den 22.01 kl 18.30 - 20.30  
Stad: Paviljongen på Knarvik ungdomsskule  
Neste gong torsdag 12.2 kl 18.30-20.30

Me held fram utover heile våren. Ein del av dansekursa vil gå på helg, ellers vil kurset foregå på torsdagskveldar.

Kursansvarlege er Randi T. Hella, helsesyster og Bjørn Brunborg, psykologspesialist

**Påmelding innan 16 januar til Inger Helen Midtgård tlf 56 37 55 32/ 47 46 27 77**



lengre tid (Kittelsaa 2003 s. 5). Nokon av desse er for ein stor del sjølvhjelpne og kan ha mange fritidsinteresser. Det kan tenkjast at dei ville valt andre formar for avlasting enn dei har, om det hadde vore alternative opplegg.

### **Forskning og faglitteratur om avlasting**

Det er lite faglitteratur av nyare dato å finne om avlasting av barn og unge med nedsett funksjonsevne. Kittelsaa (2003) viser i si forskning til at tilbod til utviklingshemma er prega av kategoritiltak. Ho viser og til at det er få som har spurt unge på avlastingstiltak kva dei sjølv meiner. Ho har funne at aktivitetar er viktig, foreldra ynskjer at barna skal oppleve noko.

Kittelsaa (2005) skriv at utviklingshemma opplever frustrasjon når dei kjenner seg makteslause i systemet, får ikkje bestemme når foreldre skal avlastast og kven dei skal vere saman med på avlasting. Rappana Olsen (2006 s. 89) viser til at det er eit ubehag for foreldra å definera barnet sitt som ”særlig tyngande omsorgsarbeid”. Ho viser til at avlasting er mest effektiv om den vert integrert med andre støttetiltak for familien og om foreldra er ein jamnbyrdig part i utforminga av tilbodet. For foreldra er det å overlata omsorgen til andre å sleppe kontrollen. Det er lettast når tilbodet signaliserer kompetanse og kontinuitet.

Elisabeth Larsen (2008) skriv om foreldreerfaringar med støttekontakt og besøksheim frå barnevernet og har analysert dette i eit meistringsperspektiv. I hennar gjennomgang av annan forskning viser ho mellom anna til at foreldre gjennomgåande er nøgde med hjelpetiltaka men at misnøye m.a. handla om at hjelpeapparatet legg for liten vekt på barnas ressursar og for sterk vekt på problema (Larsen 2008 s. 56-60). Ho skriv at foreldra legg vekt på at aktiviteten inkluderer barna i alminnelig liv, og at aktivitetane er lystbetonte og ynskje.

Ho viser til at foreldra har delte meiningar om å søkje og ta mot hjelp, men når barna trivst kan foreldra slappe av og ha godt samvit for at dei overlet barna til andre. Konklusjonen hennar utifrå undersøkinga viser at foreldra opplevde støtte- og besøksheimtiltaka til å vere til stor hjelp i kvardagen (Larsen 2008 s. 68-69). Avlastinga som tiltaka innebar skapte meir overskot hjå foreldra, gav sterk tiltrengt høve til å kvila seg og få betre tid til søsken.

### **Målgruppa og utforming av aktivitetsbasert avlasting**

Målgruppa er barn og unge 10-18 år der familien kvalifiserer for avlastingstenester, men ikkje kan nyttegjera seg av eksisterande avlasting det vil seie den kommunale avlastingsbustaden og/eller private avlastingsheimar.

Trong for hjelp er knytt til lettare psykisk utviklingshemming, asperger, autisme, adhd/add og tilsvarande ofte med høgt aktivitetsnivå og krevjande åtferd. Ved oppstart var det 13 brukarar av tenesta, idag har aktivitetsbasert avlasting 17 tilmelde brukarar. Dei aller fleste gutar i alder 10 til 20 år. 6 har diagnose asperger syndrom, 6 har diagnose adhd, 5 har diagnose psykisk utviklingshemming, autisme m.m. Ein del har fleire diagnoser t.d asperger og add. I tillegg gjev me tilbod til ein ungdom frå ein anna kommune, og til barnevernet når dei har mangla avlastingstiltak.

Tanken bak aktivitetsbasert avlasting var å gje eit konkret innhald i avlastingstida utifrå dei interessene dei unge hadde. Aktivitetane som er valt ut til no er basert på kva foreldra i intervju hausten 2007 meldte at deira ungdomar hadde av interesse eller interesse foreldra meinte dei kunne utvikla. Sidan har det kome fleire søkjarar til og dette har og utvikla og endra tilbodet. Intervjua med foreldra hadde eit aktivitetsfokus heller enn eit problemfokus, og følgjande spørsmål vart stilt til foreldra:

- Kva interesser har barnet/ungdomen?
- Kva aktivitetar tenkjer de må til for at han/ho skal trivast på ei avlasting?
- Kva interesser tenkjer de som foreldre at han/ho kunne utvikla?
- Kva slags avlasting ynskjer de for dykkar barn/ungdom?

Kartlegginga og svar frå foreldra skapte grunnlaget for korleis avlastinga vart utforma. Dialog med foreldra i utforming og tilrettelegging av avlastinga har vore sentral for å få ei avlasting i tråd med foreldra og dei sine aktivitetsynskje.

Fleire av foreldra gav uttrykk for at det viktigaste var at deira ungdom var med på kjekke aktivitetar i felleskap med andre. Kan det tenkjast at avlasting for foreldre er å vita at ungdomen får utvikla sine interesser i felleskap med andre?

Svara frå intervju hadde om lag slik

ordlyd etter spørsmål kva slags avlasting ynskjer du for din ungdom:

- ei avlasting han gler seg til å gå på”
- ”vere saman med andre, ros og meistringsopplevingar ”
- ”gå på noko som er kjekt”
- ”nokon som kan vere med han på faste aktivitetar- få vener gjennom aktivitetar ”
- ”noko han trivst med- noko fysisk”
- ”finne nokon han trivst ilag med”
- ”vere saman med unge på aktivitetar som er vanleg utfrå alder”
- ”få oppleva ting, forstå korleis ting fungerer ”

Felles trekk for ungdomane var at dei ikkje ynskte ikkje å skilla seg ut og at dei ikkje ynskte vere saman med andre som var synleg funksjonshemma. Aktivitetbasert avlasting har lagt vekt på å forma kurs og aktivitetsinvitasjonane slik at det er ut som ein invitasjon til



**14-16 november**

**Kva skjer:**  
Me reiser til Modalen på overnattingstur i sjøbuene der. I Modalen har dei eit Bryggjeslott med bowling som er ope på fredag/laurdag og basseng som er ope på laurdag (frå kl. 13,00) I bryggjeslottet er det og eit treningsrom me kan bruka. Og er det vær satsar me på å vere ein del ute på tur. I Modalen er det fint å gå på tur i fjellet og å fiska.

**Ta med deg:**

- Badeutstyr
- Handklede
- Toalettsaker
- Kle/sko til utebruk
- Dyne/putetrekk og laken eller evt. sovepose.
- Litt pengar til bowling og bading kr 100,-
- Fiskestang



**Me treffest utanfor biblioteket i Knarvik kl. 17.00 fredag og skal vere attende i Knarvik kl 15.00 søndag.**

**Dette vert gøy !**  
**Helsing**  
**Tommy og Emiel**



”kven som helst”. Ordet avlastning er ikkje nytta i tekst, der har sjølve aktiviteten fokus som til dømes:

”kom bli med i hytteturjengen, me reiser på tur til ..... der skal me .....

”bli med på klatrekurs”. **Sjå illustrasjon i denne artikkelen for korleis invitasjonar er utforma.**

Om det er etisk forsvarleg at ungdomane med på avlastning utan at dei veit det er avlastning er diskutert. Det er eit dilemma, sett opp mot at dei unge har ein så pass høg alder at deira stemme skal høyrast. På ei anna side er det aktivitet og opplevingar foreldra ynskjer for sine unge som er viktigast og avlastning er *eit resultat* for foreldra. Å vere med på eit fridykkarkurs er noko anna enn å vere på avlastning. Men resultatet vert det same, ungdomen får ein aktivitet innanfor sitt interesseområde, foreldra fri med godt samvit.

## Har du lyst å vera med på klatrekurs 27. juni og 28. juni?

**Fredag 27 juni kl. 14.00-19.00:**  
På Nordhordland Folkehøgskule, Frekhaug  
Klatring og tryggleikstrening i veggen på  
Folkehøgskulen

**Laurdag 28 juni kl. 11.00-16.00:**  
Klatring ute - kvar kjem me attende til

Instruktør på kurset vert Henning Iversen, lærar på  
Nordhordland Folkehøgskule.  
Henning har med seg Ketil Tjore og Markus Mjøs



- Ha på deg: Trenings/joggekle som tåler klatring.  
Gode sko til klatring/Joggesko.
- Ha med deg: Flaske med vatn.

*Du får mat/frukt på kurset.*

**Påmelding til klatrekurs snarast og innan 13. juni  
til Inger Helen Midtgård telefon: 56 37 55 32/ 47 46 27 77**



Etter intervjurunden sat me att med eit nedslåande men diverre forventa fritids”funn”; berre 3 av dei unge hadde faste fritidsaktivitetar. Det er nedslåande med tanke på at ordinære fritidsaktivitetar i så liten grad synes å fange opp ungdom med ulike grader av nedsett funksjonsevne. **Her er ei samfunnsutfordring der kommunar med sine kulturskular og idretten med sine mange tilbod synes ikkje å nå målgruppa.**

### **Aktivitetar første år:**

2008 har vore definert som eit prøve og feile år, der me skulle både ha kortare kurs, faste aktivitetar og etablere ein del faste helgeturgengar. I ein prøveperiode er det viktig å finne ut kven av dei unge som passar saman og kva som er passende aktivitetar. Foreldre har og vorte gjort merksam på at i ein oppstart vil det vere ein del prøving og feiling. Me skal oppnå den *tryggleik og kontinuitet* som avlastingstiltak skal spegla når aktivitetane tar form jfr. merknader i Rundskriv I -1/93 (Sosialdepartementet 1992 s.108).

## Etablering av eineøving i gitar og trommer.

I kulturskulen er eineundervisning på 20 minutt pr veke. I aktivitetsbasert avlastning ifrå to til tre timar etter skuletid, inkludert matøkt og henting og bringing. Ungdomane treng tid, variasjon og vaksne som både kan eit instrument og som evnar å lære frå seg. Me leikar ikkje gitarundervisning og har vore heldig og fått gode musikarar til gitarundervisninga. Det let seg ikkje gjere på alle instrument og på trommeundervisning har det meir vore slik at lærar og elev har vore jamngode.

## Filmklubben

Fem gitar møtest annakvar veke frå kl. 16-20 i filmklubben. Her har dei sett på film, tatt opp filmsnuttar, redigert filmar og kost seg med pizza. Å reise på kino og sjå filmen "SOS Svartskjær" for sidan å møte ein av dei unge filmheltane frå filmen var stort. Filmen er teken opp på vestlandskysten i kjende omgjevnader. Når filmhelten hadde same diagnose og dialekt som dei var det enno ein ekstra bonus. ADHD ligg ikkje til hinder for filmkarriere så lenge du er ein båt vant vestlending!

## Dansekurs.

Innføringskurs i breakdance vart gjennomført 3 kveldar i vinterferieveka, med ein deltakar frå avlastinga og 4 innleigde jenter med danseinteresse. At så få meldte seg på var overraskande, og foreldra meldte om at frykten for å "skjemme seg ut" var ein av faktorane som gjorde at dei ikkje ville vere med. Dans er i det heile ein aktivitet som krev at ein er uthaldande. Halvannen time er nok kvar kveld, noko som gjer det utfordrande målt opp mot at det skal vere eit avlastingstiltak for foreldra.



Til Nautnes fiskevær 23-25 januar 2009

Nautnes ligg i Oygarden og me satsar på ei helg med spennande aktivitetar:

- Paintball
- Økseasting
- Pil og boge

### Du må ta med :

- Varme kle til utebruk - helst varmedress
- Klebyte , sokkebyte og undertøy for minusgrader
- Toalettsaker, og såpe (hugs tannkost)
- Vottar, hanskar, sjal og hue
- Kr 400,- til å dekkja utgifter til paintball, økseasting, pil og boge og drivstoff om me tek ein 18 fots båt ut på havet ... (båttur med atterhald og ver og vind)
- Eit spel du vil spela med andre

Det er handduk og sengklede i huset me leiger.

Denne gongen vert Synne Holmefjord (student) med i tillegg til Emiel Winkel og Tommy Nilsen.

Oppmøte ved biblioteket i Knarvik kl 17.00 me reknar med å vere attende til same tid sundag.

Tursjefane har med mobiltelefon: 47 46 78 47 om foreldre ynskjer kontakt.

### **Musikkgjengen 5 ungdomar i alder 11 – 16 år**

Musikkgjengen møtes kvar måndag frå 15.30 til 18.00. Deltakarane vert henta heime, på SFO eller på avtalt stad, og køyrt heimatt etter endt undervisningstid. Gitarspel, keyboardspel, dans, rytme og lek er faste aktivitetar i tillegg til matøkt med frukt og kveldsmat.

Musikkgjengen er eit samarbeid med kulturskulen i Lindås der kulturskulen står for musikkundervisninga og miljøarbeidarar står for tilrettelegginga. Dei unge har hatt ei synleg utvikling sosialt og musikalsk og syner stor glede ved å ta del. Det er rørende å sjå den gleda musikken og det sosiale felleskapet gjev den enkelte. Dei som driv musikkgjengen opplever musikkgjengen som meiningsfylt og livgjevande.

### **Fridykkarkurs**

5 ungdomar har fått gjennomført fridykkarkurs i 2008. Kurset vart gjennomført ved å leige inn eit privat firma, i tillegg til to oppdragstakarar på aktivitetsbasert avlastning. Kurset var tilpassa og tilrettelagt for brukarane med færre deltakarar på kurset enn kva vanleg er. I dag har 5 av ungdomane fridykkarsertifikat. Foreldra gav positive tilbakemeldingar på kurset. Ungdomar kommunen ikkje har nådd med ordinære tenester som støttekontakt og avlastning tok del.

### **Gutta på tur- kvar 5. helg – 2-3 ungdomar**

3 ungdomar har fått tilbod, 2 har nytta seg av tilbodet om turhelg kvar 5. helg. 2 vaksne er med. Turar går til ulike hytter, rorbuer, sjøbuer. Ein tur gjekk til Fedje yst i havet med fiske og båtliv. Fokus har vore på fiske, tur, båt og bading. Aktivitetsbasert avlastning har ein eigen lavvo som har vore nytta. Turane går til ulike stader kvar gong slik som Herdla, Feste og Haugastøl. Aktivitetane på turane er basert på ungdomane sine interesser. Det er gildt når ungdomar som til vanleg må dragast opp av senga, set mobiltelefonen sin på vekking og sprett opp av senga kl 7.00 ein sundagsmorgon for å trekke garn. Me tek det som eit teikn på at me har funne ungdomen sitt interesse felt.

### **Hytteturgjengen - kvar 4. helg - 3 unge**

3 ungdomar reiser på hyttetur kvar 4 helg med 3 vaksne. Bading, bowling, tur og fiske har vore aktivitetar. Ungdomane er med og avgjer innhaldet i helgene og lagar t.d. rebusløp for dei andre. Vår erfaring er at sams interesser er viktigare enn alder. Eit aldersprik på 9 år i gruppa har ikkje vore hinder for interessefelleskap eller vennskap.

### **Ut på tur gjengen - kvar 4. helg - 3 unge**

Gjengen vart nyetablert då fleire søkte på avlastinga i hausten 2008. Etter tre dagsturar til Iskanten, i basseng og på Vil Vite Senteret i Bergen, har dei no hatt sin første helgetur på fjellet i januar 2009. Gruppa legg vekt på fysisk aktivitet og friluftsliv.

**8 timars klatrekurs** vart arrangert første helga etter skuleslutt i juni 2008. Ein innleigd klatreinstruktør, ein støttekontakt og ein frå aktivitetsbasert avlastning med Brattkort var med. 3 gutar melde seg på og 2 av dei kom seg heilt til topps i den høge klatreveggen utandørs andre dag av kurset. Klatrekurset gav dei meistringsopplevingar og dei er klar for meir klatring. Me arbeider no med å få til ein klatreklubb i samarbeid med eit lokalt idrettslag, slik at dette kan verte ein fast fritidsaktivitet for våre ungdomar.

### **Brettseglingkurs 4 timar**

3 ungdomar var med og firmaet Frivannsliv fagleg ansvarleg. Kurset var arrangert på dagtid ein planleggingsdag på skulen. Foreldra gav gode tilbakemeldingar og det var imponerende innsats frå ungdomane si side.

### Planar vidare:

Under oppstart no er eit sjarmørkurs. (sjå invitasjon) Der kan ungdomane lære lure triks for å få sjangs hjå jentene og korleis det er lurt å te seg og oppføre seg. Dette er spennande nybrottsarbeid, kurset inneheldt alt det som trengs for å bli ein storsjarmør. Eit dansetilbod for jenter kjem og etter planen i gang våren 2009.

### Kva har aktivitetsfokuset å seie for foreldresamarbeidet?

Som tidlegare tilsett på sosialtenesta med støttekontakt og avlastingsheimar som ein del av arbeidsområdet var det lett eit problemfokus når ein snakka med foreldre med funksjonshemma barn/unge. Diagnose, inkontinens, åtferdsvanskar og medisinbruk vert fokusert på medan ressursane til dei unge kjem i bakgrunnen.

Med eit aktivitetsfokus opplever eg at foreldresamarbeidet vert meir positivt og ressursfokusert. Me som fagfolk ser dei unge med andre briller der ressursar, talent og meistring står i fokus. Å ha ein ungdom med talent for klatring er noko anna enn å ha ein ungdom som er definert som "særleg tyngjande omsorgsarbeid".

### 3 alternative val for avlastning og/eller kombinerte løysingar

I dag har kommunen 3 avlastingstiltak. Kommunal avlastingsbustad, private avlastingsheimar/avlasting på timebasis og aktivitetbasert avlasting. Foreldre og dei unge sjølv har då fire val. Dei kan velje ein av desse tre eller ei kombiløysing. Slik sett har aktivitetbasert avlasting bidratt til større variasjon og minka det Kittelsaa(2003) kallar for kategoritiltak, uavhengig av personlege behov (Kittelsaa 2003 s. 25). Aktivitetbasert avlasting har som formål å gje tilbod til dei unge som ikkje passa inn på avlastingsbustad eller i privat avlastingsheim. Men kan og vere eit supplement til dei to andre avlastingsordningane med vekt på interesser dei unge har.

## Ut på tur gjengen!

9-11 januar går turen til Solhovden på Kvamskogen



Me satsar på snø, ski, aking og andre vinteraktivitetar.



**Ta med:**

- Toalettsaker og handduk
- Badekle og handduk ( i tilfelle me reiser til Øystese i bassenget)
- Dynetrekk/putetrekk og laken eller sovepose
- Varme kle til utebruk - helst varmedress
- Vottar, hanskar, sjal og hue ( gjerne 2 sett om eine blir vått)
- Innesko/tjukke leistar
- Klebyte
- Undertøy for minusgrader ( ull er ikkje tull)
- Skiutstyr, skebrett eller snøbrett
- Eit spel du vil spela med andre
- Kr 100,- til lommepengar

Oppmøte ved biblioteket i Knarvik fredag 9. 1 kl 17.00 - me reknar med å vere attende til same tid søndag 11.1

Ut på tur sjefane Elistabeth Sørheim og Gunnar Bjugn har med mobiltelefon: 47 46 78 47 om foreldre ynskjer kontakt.



### **Utfordringar:**

Å sikre alle ei meningsfull fritid utfrå egne interesser /skiftande interesser er ei utfordring. Når berre ein eller to har ei spesiell interesse, kan det vere vanskeleg å laga til ei gruppe. Me treng fleire ungdomar ! Interkommunalt samarbeid med kjøp/sal av plassar kan vere ein veg å gå. Me erfarer at ungdomar med ADHD har meir skiftande interesser og at det trass interesse kan vere vanskeleg å bli med på aktivitetar dei ynskjer. Motivasjonsarbeid og tett samarbeid med foreldre har vore måtar å freiste løyse utfordringa på. Korte kurs over to dagar har passa for ungdomar med ADHD. Korte kurs gjev dei høve til å kunne slutte utan tap. Ein stab med 18 oppdragstakarar og ein 80 % koordinatorstilling gjev utfordringar. Å få det til å klaffe for 3 oppdragstakarar, finne ledig hytte/sjøbu og kommunal bil, og passe med planar for familane som treng avlastning på bestemte tidspunkt er ei utfordring.

Å gje oppdragstakarar tilstrekkeleg med oppfølging, rettleiing og få til ei kvalitetsikring av arbeidet på aktivitetsbasert avlastning er ei anna utfordring.

Det manglar fagmiljø med berre ein tilsett i 80 % stilling- behovet for fagleg drøfting er eit sakn. Godt samarbeid med koordinator for støttekontakt/privat avlastning kan vege opp for ein del av saknet - men med eit større fagmiljø ville avlastinga kunne tilbydd eit større og betre tenestetilbod for familiane, og eit fagmiljø som sikrar stabilitet. No er avlastinga liten og sårbar.

Aktivitetsbasert avlastning har ikkje eige base eller hus, det er utfordrande. Aktivitetane skjer rundt om kring i dei lokaler kommunen, utleigehytter og sjøbuer og andre måtte ha til disposisjon. Dette er krevjande men samstundes noko som gjer at tiltaket aldri stivnar i eit hus eller eit spor.

### **Avsluttande kommentar:**

Det er spennande og krevjande å driva aktivitetsbasert avlastning. Avlastinga vert forma og utvikla i nært samarbeid med foreldre og utfrå dei unge sine interesser. I oppstartsåret 2008 har me fått til aktivitetar og sett ei utvikling me ikkje trudde var mogeleg hjå fleire av dei unge. Me har nógde foreldre, nógde unge og nógde oppdragstakarar. Vona er at aktivitetsbasert avlastning ikkje skal stivna i eit spor, men utviklar seg i tråd med ynskje frå foreldra og etter aktivitetsinteressene til dei unge som får eit tilbod her. Vona er òg at denne artikkelen kan stimulere andre til å utvikla liknande avlastingstilbod.

### **Referansar**

- Kittelsaa, A. (2005). Når de voksne skal ha litt fri. Embla. Oslo, Fellesorganisasjonen: 16-26.
- Kittelsaa, A. M. (2003). *"Sånn er det bare"* Unge mennesker på avlastning. Trondheim, Trondheim kommune, prosjektrapport.
- Larsen, E. (2008). Forsterket foreldreskap. Utfordrende folredreskap, ulike livsbetingelser og tradisjoner. B. P. Bø and B. C. R. Olsen. Oslo, Gyldendal akademisk.
- Olsen Rappana, B. C. (2006). Avlastning-et tilbud med mange fasetter. Sosiale tjenester for familier som har barn med funksjonsnedsettelse. Lillehammer/Oslo, Gyldendal akademisk: 78-91.
- Sosialdepartementet (1992). Rundskriv I - 1/93, Lov om sosiale tjenester mv. Sosialdepartementet. Oslo, Sosialdepartementet.