

- Én venn kan være nok

- 300 STØTTEKONTAKTER - FLERE ENSOMME UNGDOMMER



OPPTATT AV FRITID: Jan-Erik Vik og Tina Bierud Hansen i Aktiv fritid stortrives i jobben. De har ansvar for å hjelpe folk til en mer innholdsrik og verdifull fritid.



Skrevet av: Ole G. Sørensen

Foto: Ole G. Sørensen

Publisert: 14.04.2016. **Sist endret:** 14.04.2016 08:55:10

Aktiv fritid hjelper i dag 500 kristiansandere til en mer meningsfylt fritid.

TANGEN: - Vi kobler sammen både unge og voksne, det gjelder bare å være kreative og finne folk som passer sammen. Det kan være nok å få én venn. Det er mange som får mer meningsfylte liv etter å ha vært med på dette, forteller Jan-Erik Vik i Aktiv fritid.

Aktiv fritid er en kommunal tjeneste som jobber med folk i alle aldre. Om lag 500 kristiansandere har vedtak på at de trenger hjelp.

- Det er nok mange flere som trenger hjelp, og vi føler spesielt ansvar for barn og unge. Er man ensom er det bare å ta en telefon til oss, sier Tina Bierud Hansen, avdelingsleder i Aktiv fritid.

- Det er ingen selvfølge at man har en meningsfylt fritid, og fritiden betyr veldig mye. Det finnes mange som nesten aldri er utenfor døra, sier Bierud Hansen.

Aktiv Fritid har barn helt nede i tiårsalderen og eldre på over 90 år blant sine deltakere. Av de 500 deltakerne er om lag 300 av dem over 25 år, men den siste tiden har antall saker med ungdommer økt.

- Det er bra, for behovet er der. Det er mange ensomme ungdommer, mange sitter bare inne og spiller data. De lever sitt liv der, men sliter med å takle livet utenfor, sier Bierud Hansen.

Skaper nye vennskap

Jan-Erik Vik forteller at det i slike tilfeller handler om å kartlegge ungdommenes interesser og deretter prøve å sette dem i kontakt med andre med samme interesser, enten ved å lage grupper eller ved å få dem inn i klubber eller foreninger. De samarbeider bredt med Fritidsetaten og med frivillige lag og foreninger.

- Ikke alle passer inn i håndball eller fotball, men det finnes uendelig med muligheter. Og treffer de noen de får god kontakt med, kan det gi enorme ringvirkninger, sier Vik og legger til at det langt ifra bare er unge som er ensomme.

300 støttekontakter

Aktiv fritid er en lovpålagt tjeneste som tilbyr støttekontakttjenester i tillegg til råd og veiledning. Dersom man ønsker hjelp må man søke om det. I dag har der rundt 300 støttekontakter som er sammen med deltakerne i snitt tre timer i uka.

- De gjør en fantastisk jobb og heldigvis har vi ikke noe problem med å få tak i støttekontakter, sier Bierud Hansen og legger til at de er seks fulltidsansatte i avdelingen.

En støttekontakt er en person som hjelper personer som av fysiske eller psykiske årsaker trenger hjelp for å kunne delta i ulike aktiviteter eller skaffe seg et nettverk.

- Ofte vil vi først se om aktivitetsgrupper eller Fritid med bistand, der vi hjelper folk inn i aktiviteter i lag og foreninger, er nok. Det er bedre å komme inn i et miljø enn å knytte seg veldig sterkt til en støttekontakt. Men i mange tilfeller er det behov for en støttekontakt, enten det er for å være med på treningsstudio, gå turer, fiske eller hva som helst, sier Vik.

Normalitet som medisin

Vik og Bierud Hansen påpeker at det å være en del av et miljø og føle en identitet er viktig.

- Normalitet kan være den beste behandling, vi er ikke opptatt av sykdom her, selv om mange har tunge diagnoser. Det handler om å hjelpe folk til å kunne delta i aktiviteter på lik linje med alle andre, sier Bierud Hansen, som tror de vil få mer å gjøre i årene som kommer.

- Jeg tror vi vil vokse ganske mye, for forebygging er viktig og denne tjenesten er veldig rimelig. Det handler om å komme inn tidlig og hjelpe folk før de utvikler for eksempel sosial angst.

En gruppe de ønsker å fokusere ekstra på fremover er flyktninger som kommer til Norge.

- Vi har god erfaring med å hjelpe folk som står utenfor til å komme inn i miljøer. Det vi driver med er mye av det samme som er viktig i integrering. Spesielt nå som det har kommet så mange unge, enslige asylsøkere er behovet stort, sier Bierud Hansen.

STARTET I KRISTIANSAND

Fritid med bistand (FmB) ble utviklet i Kristiansand og metoden brukes nå over hele landet.



- Vi utviklet metoden i 1998 da jeg jobbet med utviklingshemmede i Kristiansand kommune. Målet var da å inkludere dem i fritidsaktiviteter. Det ble tatt godt imot og etter hvert fant kommunen ut at de ønsket å tilby det for alle grupper, forteller Anders Midtsundstad, seniorrådgiver i Nasjonal kompetansetjeneste for barn og unge med funksjonsnedsettelse
- Aktiv Ung. Frem til 2013 jobbet han i Kristiansand kommune.

- Kristiansand kommune har gått i bresjen for dette. Gjennom flere prosjekter og med støtte fra Helsedirektoratet utviklet vi denne metoden, som handler om å gjøre folks drømmer mulig,

sier han. Metoden går ut på å hjelpe folk inn i eksisterende miljøer, klubber eller foreninger, slik at de blir del av et fellesskap.

- Mange vil heller ha hjelp til å bli del av en frivillig organisasjon, enn å ha en betalt venn eller støttekontakt. Det å få en person inn i en gruppe eller et fellesskap er også mye mer robust og varig enn å knytte dem opp mot en person.

Midtsundstad forteller at over 30.000 personer i Norge har vedtak på hjelp til fritid i Norge. 70-80 kommuner, som dekker om lag 70 prosent av befolkningen, bruker metoden i dag og den er også tatt i bruk i mange kommuner i Danmark.

- Det å satse på å hjelpe folk til å få en verdifull fritid er på sikt langt rimeligere enn andre tiltak, som for eksempel bruk av individuelle støttekontakter. Mange trenger individuell oppfølging, men for de fleste kan dette gis i en aktivitet hvor en tar hensyn til den enkeltes interesser og ønsker sier han.

- Helsedirektoratet anbefaler kommunene til å tilby dette og den måten å tenke på har blitt mer vanlig.

- FRITID ER VIKTIG DEL AV LIVSKVALITET

May Cecilie Lossius, seniorrådgiver i Helsedirektoratet, forteller at den lovpålagte støttekontaktordningen har utviklet seg mye de siste tiårene.

- Det å knytte den ordningen mer opp mot fritidsaktiviteter kom bla med Anders Midtsundstads prosjekter i Kristiansand kommune. Og i 2007 kom Helsedirektoratet med en publikasjon «Sammen med andre - Nye veier for støttekontakttjenesten som tok utgangspunkt i det, det var et slags vendepunkt, sier Lossius.

Hun forteller at fokuset på at alle skal kunne delta i aktiviteter på lik linje er et utviklingstrekk i samfunnet, spesielt innen habilitering og rehabilitering for barn og unge med funksjonshemninger.

- Fritiden er en viktig del av livskvaliteten til et menneske, og det å kunne ha en meningsfull fritid og delta i samfunnet er viktig for alle. Spørsmålet er hva som er det offentliges ansvar? Et godt samarbeid med frivillige organisasjoner er også et viktig aspekt her.

- Vi hadde støttekontakttjenesten, som kanskje ikke fungerte så bra som den skulle. Så har den blitt utviklet videre og Kristiansand kommune og Anders Midtsundstads arbeid har betydd mye for utviklingen av ordningen på landsbasis.

- Fritid for alle er utviklet til et nasjonalt nettsted knyttet til fagfeltet støttekontakt, kultur og fritidsdeltakelse. Nettstedet driftes av Nasjonal kompetanse for barn og unge med funksjonsnedsettelse - Aktiv Ung, som av Helsedirektoratet har fått oppgaven å være et faglig knutepunkt for dette fagfeltet.