

**FÆLLES —
— OM
FRITIDEN
TIL KOMMUNER**



Dette inspirationskatalog er henvendt til kommuner. Her kan I blive klogere på, hvordan I som kommune kan gøre en indsats for, at flere børn og unge med funktionsnedsættelser og særlige behov får et aktivt fritidsliv – og hvorfor det giver mening at bruge ressourcer på. Der er bl.a. anbefalinger til tiltag internt i kommunen, særligt omkring at styrke det tværfaglige samarbejde. Desuden er der forslag til udadrettede initiativer for foreninger og familier med fokus på fritidsvejledning.

Anbefalingerne bygger på projekt Fælles om Fritiden, der i 2016-2018 blev gennemført af Sammenslutningen af Unge med Handicap (SUMH) i samarbejde med en række kommuner.

**FÆLLES —
— OM
FRITIDEN**

04

FÆLLES OM FRITIDEN

- Den vigtige betydning af et aktivt fritidsliv
- Den blinde spejder
- Ressourcerne er godt givet ud
- Mere om målgruppen
- Fælles om Fritiden - en helhedsorienteret indsats

08

TVÆRFAGLIGT SAMARBEJDE ER NØGLEN

- Fritidsvejledning med henvisninger virker
- Flere gevinster ved tværfagligt samarbejde
- Sæt fokus på fritidsområdet
- Hvordan skabes et godt tværfagligt samarbejde?

12

FRITIDSVEJLEDNING

- Hvad er fritidsvejledning?
- Hvorfor fritidsvejledning?
- Hvad kræver det at fritidsvejlede?
- Synliggørelse af fritidsvejledning

18

FRITIDSVEJLEDNING TRIN-FOR-TRIN

- Etablering af en god kontakt til familien – sæt et møde i stand
- Afhold møde med familien
- Research og kontakt til fritidstilbud
- Opfølgende kontakt til familien
- Følgeskab af barnet?
- Opfølgning og fastholdelse
- Opmærksomhedspunkter

20

FRITIDSLUPPEN

- Brug Fritidsluppen tilpasset din kommune

24

FORENINGSKONTAKT

”I kommunerne er der meget fokus på, hvad der sker i borgerens liv i tidsrummet 8-16, og man kommer let til at overse den vigtige betydning, som vores fritidsliv har for vores trivsel. Fritidslivet betyder noget særligt, og det lokale foreningsliv kan noget helt særligt”.

SIGNE, IDRÆTSKONSULENT, HØJE-TAASTRUP KOMMUNE

26

SAMARBEJDE MED SKOLER

- Brug Fritidsluppen tilpasset din kommune

28

FORÆLDREFORUM

- Hvad er forældreforum?
- Hvorfor forældreforum?
- Hvordan kan kommunen støtte op?

30

MERE OM PROJEKT FÆLLES OM FRITIDEN

- Projektets metoder og aktiviteter
- Materialer til foreninger og forældre

32

KONTAKT SUMH

FÆLLES OM FRITIDEN

DEN VIGTIGE BETYDNING AF ET AKTIVT FRITIDSLIV

De fleste børn i Danmark har mulighed for at deltage i fritidsaktiviteter. Her kan børnene bl.a. udvikle nye relationer og kompetencer, og de kan få gode oplevelser i uformelle rammer. Et aktivt fritidsliv kan have en vigtig positiv betydning for deres trivsel – både i nuet og fremover.

For børn og unge med handicap, diagnoser og kroniske sygdomme er det langt fra en selvfølge at gå til fritidsaktiviteter – en undersøgelse fra SFI (2011) viser, at de er markant dårligere repræsenteret i foreningslivet end børn og unge uden handicap. Undersøgelsen viser også, at ca. 50 % af børn med funktionsnedsættelser oplever, at deres handicap påvirker deres deltagelse i fritidsaktiviteter og har brug for, at der tages særlige hensyn.

Med projekt Fælles om Fritiden har vi ønsket at bidrage til, at flere børn i målgruppen får et aktivt fritidsliv med den rette støtte.

RESSOURCERNE ER GODT GIVET UD

Et aktivt fritidsliv kan have mange positive virkninger for det enkelte barn og deres familie. Men øget trivsel og sundhed i de unge år, en tidlig indsats, betaler sig også på samfundsniveau. Ifølge gældende lovgivning fra Børne- og Socialministeriet omkring tidlig indsats og rådgivning til børn og unge med handicap, er kommuner forpligtet til at tilbyde gratis rådgivning og indsatser for målgruppen og deres familier, herunder på området 'Fritid og venskaber'. Her kan der være god hjælp at hente i erfaringer fra projekt Fælles om Fritiden såsom fritidsvejledning af børn og netværk for forældre, som der er vejledning til i dette katalog

”Dragør Kommune har oplevet mange positive gevinster ved at være med i Fælles om Fritiden. Vi har fundet ud af, hvor vigtigt det er også at lave indsatser for forældre og foreninger, når det kommer til fritidsliv for børn og unge med handicap. Og det er vigtigt at lytte på, hvad de har behov for, da det ofte har vist sig at være andre ting, end vi troede”.

ANNE, INKLUSIONSVEJLEDER, DRAGØR KOMMUNE



DEN BLINDE SPEJDER

Jeg er Sofie på 23 år, og jeg er født blind. Som barn var jeg grøn pigespejder. Det blev afgørende for mit fremtidige livssyn, fordi jeg fik indlæring i færdigheder på lige vilkår med de andre spejdere i min gruppe. Jeg lærte fx at slå et telt op selv, snitte med dolk og tænde bål. Færdigheder, som mange ville mene er umulige, når man er blind. Jeg indrømmer gerne, at det til tider var hårdt at følge med i de andres tempo, men det var det hele værd i sidste ende.

Takket være nogle fantastiske spejderledere har det senere medført, at jeg har været meget bedre rustet til at indgå i samarbejde med alle slags mennesker, samt imødegå de udfordringer, som jeg kommer ud for grundet mit handicap. Det har også medført, at jeg har fået selvsikkerhed og tro på egne evner.

Jeg både kan og vil bidrage til samfundet. Jeg er uddannet socialrådgiver, og jeg er meget engageret i handicappolitisk arbejde, bl.a. som forkvinde i Sammenslutningen af Unge med Handicap.



MERE OM MÅLGRUPPEN

Den primære målgruppe i projekt Fælles om Fritiden og omdrejningspunktet for dette inspirationskatalog er børn og unge med funktionsnedsættelser og særlige behov, men hvem dækker det nærmere bestemt over? Målgruppen inkluderer børn og unge med fysiske, psykiske og kognitive handicaps samt kroniske sygdomme (6-16 år). Det kan være Andreas på 7 år, der har et synligt, fysisk handicap, idet han har muskelsvind og sidder i kørestol. Og det kan være Maja på 11 år, der har 'usynlige' særlige behov, da hun har diagnosen ADHD og lider af diabetes.

FÆLLES OM FRITIDEN – EN HELHEDSORIENTERET INDSATS

I projekt Fælles om Fritiden har vi arbejdet med flere metoder og målgrupper for at lave en helhedsorienteret indsats:

FRITIDSGUIDNING

- ▶ Vejledning og støtte for børn med funktionsnedsættelser og særlige behov i at gå til fritidsaktiviteter.

FORENINGSSUPERVISION

- ▶ Kurser og kompetenceopbygning af foreninger med fokus på handicap og inklusion.

FORÆLDREFORUM

- ▶ Netværksarrangementer for forældre til målgruppen med fokus på fritidsliv.

INKLUSIONSLEGE

- ▶ Lege og øvelser med fokus på inklusion for både børn med og uden handicap i foreninger og på skoler.

I størstedelen af aktiviteterne har unge med handicap deltaget og delt deres egne erfaringer med fritidsliv.

Læs mere om projekt Fælles om Fritiden på s. 30



HVEM ER SAMMENSLUTNINGEN AF UNGE MED HANDICAP (SUMH)?

SUMH er en politisk paraplyorganisation for og af unge med handicap. SUMHs vision er, at alle unge med handicap har mulighed for at leve det ungdomsliv, som de ønsker.

SUMH har ca. 4000 medlemmer i fordelt på 12 medlemsorganisationer. Vores medlemmer er i alderen 16-36 år, og vi repræsenterer alle former for handicap, diagnoser og kroniske sygdomme.

TVÆRFAGLIGT SAMARBEJDE ER NØGLEN

I det følgende er der fokus på tværfagligt samarbejde i kommunen for at sikre, at flere børn og unge med funktionsnedsættelser og særlige behov får et aktivt fritidsliv. Det er vigtigt, at samtlige relevante forvaltninger i kommunen bliver involveret, og at der sikres kommunikation og koordination på tværs. Hver forvaltning kan bidrage med en vigtig del til helheden.

Det er forskelligt, hvordan forvaltningerne er organiseret i de enkelte kommuner, men typisk er særligt disse områder oplagte at inddrage:

▶ KULTUR-OG FRITIDSOMRÅDET

Har bl.a. kendskab til det lokale foreningsliv og fritidsmuligheder.

▶ FAMILIE/HANDICAPOMRÅDET

Har kontakt til relevante familier og kender lovgivning på området. Mange familier med børn med funktionsnedsættelser og særlige behov har en sagsbehandler tilknyttet.

▶ SKOLEOMRÅDET

Har jævnlig kontakt med relevante børn og familier. Kan desuden have samarbejde med lokale foreninger gennem bl.a. indsatsen Åben Skole. Se s. ?? for mere omkring inddragelse af skoler.

FRITIDSVEJLEDNING MED HENVISNINGER VIRKER

En oplagt indsats at samarbejde om er fritidsvejledning. Det er forskelligt, hvad fritidsvejledning består i, men typisk vil det som minimum være en introduktion til lokale fritidsmuligheder og hjælp til at vælge og komme i gang med en egnet fritidsaktivitet - se mere om fritidsvejledning s. 12.

Typisk vil fritidsvejledningen udføres af medarbejdere på kultur-og fritidsområdet, men for at synliggøre indsatsen, er det afgørende, at eksempelvis sagsbehandlere og lærere er med til at motivere børn og familier til et aktivt fritidsliv og at henvise til fritidsvejledning. Desuden kan der i samme ombæring henvises til eventuelle netværksaktiviteter for forældrene – se mere om forældretnetværk på s. 28.

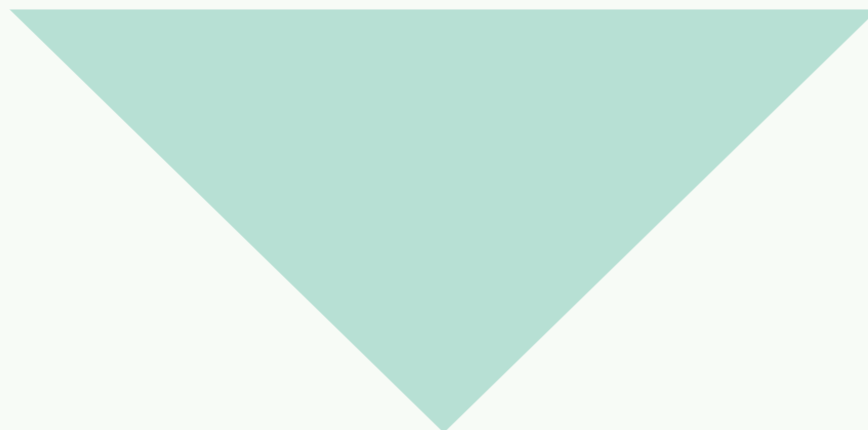


FLERE GEVINSTER VED TVÆRFAGLIGT SAMARBEJDE

Det kan også være en fordel med øvrigt samarbejde mellem områderne. Eksempelvis kan det være værdifuldt, at kultur-og fritidsområdet og sagsbehandlere samarbejder, hvis barnet/familien fx har brug for økonomisk støtte, hjælpemidler eller ledsagerordning for at kunne gå til en fritidsaktivitet, idet der både er brug for viden om fritidsliv og lovgivning på handicapområdet. I forhold til fastholdelse i fritidsaktiviteten er det også en fordel, at flere parter, som barnet/familien er i kontakt med, udviser interesse og opbakning.

”Udfordringen er nok, at vi sidder og ved en masse om foreningslivet, og der sidder nogen et andet sted og ved en masse om børnene, og så skal vi jo finde hinanden og finde ud af at snakke sammen og dele den viden – til gavn for børnene.”

SIGNE, IDRÆTSKONSULENT, HØJE-TAASTRUP KOMMUNE.



SÆT FOKUS PÅ FRITIDSOMRÅDET

Vi anbefaler, at der internt i kommunen er en generel opmærksomhed på fritidsliv for børn med funktionsnedsættelser og særlige behov. Opmærksomheden kan skærpes på mange områder og via forskellige metoder:

- INVOLVÉR LEDELSEN – BÅDE ADMINISTRATIVT OG POLITISK**
Søg at sikre ledelsesmæssig opbakning. På den måde er der større sandsynlighed for, at der bliver rykket på området, og at det bliver legitimt at bruge tid og ressourcer på.
- INDSKRIV I STRATEGIER**
Indskriv fritidsliv for børn med særlige behov som fokusområde i relevante politikker og strategier i kommunen.
- OPLYS OG MOTIVÉR RELEVANTE MEDARBEJDERE**
Medarbejdere, der på den ene eller anden måde er i kontakt med børn med funktionsnedsættelser og særlige behov, bør opfordres til at bringe fokus på området over for børnene og deres familie. Det er også en fordel, at medarbejdere, der er i kontakt med foreningslivet, har øje for målgruppen.

- SKAB OVERBLIK OVER FRITIDSTILBUD**
Udarbejd en oversigt over særligt velegnede lokale fritidsaktiviteter for målgruppen. Det kan fx være foreninger, der har specialhold eller fokus på inklusion. For den optimale effekt bør oversigten løbende opdateres. Der er både mulighed for, at oversigten kan bruges internt i kommunen og uddeles til familier. Desuden kan I gøre brug af Fritidsluppen, der er udviklet af SUMH som en hjælp til at få overblik over muligheder for fritidsliv, når man har særlige behov – se mere om Fritidsluppen s. 22.

- TILBYD FRITIDSVEJLEDNING**
En vigtig opfordring er at tilbyde personlig vejledning og støtte til at komme i gang med et aktivt fritidsliv - se mere om fritidsvejledning s. 12.

HVORDAN SKABES ET GODT TVÆRFAGLIGT SAMARBEJDE?

I Fælles om Fritiden har det været et vigtigt mål at understøtte samarbejde på tværs af forvaltningerne for at styrke fritidslivet for børn med funktionsnedsættelser og særlige behov. I flere af kommunerne eksisterede der ikke på forhånd et sådant tværfagligt samarbejde. Erfaringen er, at det tager tid og ressourcer at bygge bro mellem forvaltningerne, men ifølge de kommunale medarbejdere giver samarbejdet på tværs en bedre og mere effektiv arbejdsgang omkring de målgrupper, der arbejdes med i flere af forvaltningerne. Dette skyldes eksempelvis, at man som medarbejder får større indsigt i, hvad der foregår i andre forvaltninger, og hvem der kan hjælpe med hvad.

”Kendskab giver venskab. For at det tværfaglige samarbejde skal fungere i praksis, er min erfaring, at det forudsætter personlige møder ansigt-til-ansigt og relationer på tværs af forvaltningerne.”

SVEN-ERIK, IDRÆTS- OG MOTIONSKONSULENT,
RUDERSDAL KOMMUNE

Her er en række anbefalinger til at skabe et bæredygtigt samarbejde på tværs af forvaltninger:

- INDFØR REGELMÆSSIGE FYSISKE MØDER MELLEML FORVALTNINGERNE**
Det er vigtigt at få sat ansigt på hinanden og opbygget en relation.
- INVOLVER FLERE MEDARBEJDERE FRA HVER FORVALTNING**
Det anbefales, at der mindst er et par stykker fra hver forvaltning involveret, så samarbejdet ikke står og falder med enkeltpersoner.
- HUSK OVERDRAGELSE VED MEDARBEJDERUDSKIFTNING**
Hvis en involveret medarbejder stopper, skal der overdrages til en anden, der kan bidrage til at bære samarbejdet videre.
- GENTAG JÆVNLIGT**
Det er vigtigt at påminde de involverede forvaltninger om at samarbejde på tværs. Eksempelvis er det oplagt, at kultur- og fritidsområdet tager kontakt til sagsbehandlerne op til sæsonstart efter sommerferien, hvor det er særlig oplagt at have dialog med borgerne omkring fritidsliv.

Kontakt gerne SUMH for yderligere viden og sparring omkring, hvordan I kan organisere det tværfaglige samarbejde og gøre en øget indsats på fritidsområdet for børn og unge med funktionsnedsættelser og særlige behov.

FRITIDSVEJLEDNING

De følgende anbefalinger til etablering og drift af fritidsvejledning består af to dele. I første del gennemgås, hvad der kan forstås ved fritidsvejledning, hvorfor metoden virker, og hvordan I som kommune kan gribe det an, I den anden del fokuseres på kommunens kontakt til foreningslivet, hvilket også er en vigtig del af fritidsvejledningen.

HVAD ER FRITIDSVEJLEDNING?

I projekt Fælles om Fritiden har vi defineret fritidsvejledning som disse tre hoveddiscipliner:

- 1 Vejledning om lokale fritidstilbud til børn og familier
- 2 Kontakt og brobygning til et eller flere relevante fritidstilbud
- 3 Støtte i opstarten samt fastholdelse, herunder evt. følgeordning

Dog kan fritidsvejledning defineres og gøres på mange måder, og vi anbefaler, at I internt i kommunen finder den model, der passer bedst til jer. Fritidsvejledning kan laves som et generelt borgertilbud, men der kan være brug for ekstra støtte og opmærksomhedspunkter, når det eksempelvis er børn med funktionsnedsættelser og særlige behov, der fritidsvejledes. I afsnittet 'Fritidsvejledning trin-for-trin' s. 18 findes en opskrift til fritidsvejledning med fokus på denne målgruppe.

HVORFOR FRITIDSVEJLEDNING?

Ved at tilbyde fritidsvejledning øges sandsynligheden for, at flere af kommunens borgere får et aktivt fritidsliv. I Norge har man så god erfaring med metoden, at man har indført fritidsvejledning under navnet "Fritid med bistand" i alle landets kommuner. Fritidsvejledning giver især god mening for at nå sårbare målgrupper, der eller ikke ville gå til fritidsaktiviteter på grund af manglende overskud. Det kan give den nødvendige motivation og tryghed at få støtte til at finde og komme i gang med en fritidsaktivitet – særligt for dem, der på forhånd ikke har erfaring med foreningslivet. Dertil er fritidsvejledning en generel god service for kommunens borgere, også dem der måske bare har brug for at finde ud af, om der er en sejlklub i nærheden og klarer resten selv.

PETER FANDT DEN RIGTIGE FRITIDSAKTIVITET

15-årige Peter er en af dem, der er blevet hjulpet i gang med en fritidsaktivitet gennem Fælles om Fritiden. Peter har autisme og gik oprindeligt ikke til noget, men kom gennem projektet i kontakt med Inga-Lill, en frivillig fritidsguide i Rudersdal Kommune. Peter ville gerne gå til boksning, og Inga-Lill hjalp med at kontakte en bokseklub og følge ham afsted de første gange. Dog viste boksning sig alligevel ikke at være sagen for Peter. I stedet for at Peter droppede fritidsaktiviteterne helt, hjalp Inga-Lill ham med at undersøge andre fritidsmuligheder. Peter begyndte at gå til skydning i Farum Skytteforening og blev rigtig glad for det. Skydning er ofte en velegnet sport, når man har autisme og er god til at koncentrere sig. Peters mor sætter stor pris på at kunne slippe ansvaret engang imellem, og hun ser flere fordele ved, at Peter er blevet fulgt af en anden end sine forældre. Bl.a. er hendes erfaring, at han ikke giver så hurtigt op, og han udvikler sig positivt ved at få nye relationer i trygge rammer.



HVEM SKAL FORETAGE FRITIDSVEJLEDNINGEN?

Det er ikke alle danske kommuner, der tilbyder fritidsvejledning, og dem, der gør, har flere forskellige løsninger. Nogle kommuner har flere fuldtidsansatte fritidsvejledere, mens det i andre kommuner er én blandt mange opgaver, som medarbejdere inden for kultur-og fritidsområdet varetager. Nogle steder inddrages også frivillige i at udføre fritidsvejledningen.

Mulighederne er mange, men vi anbefaler, at mindst én medarbejder og gerne flere bliver klædt på til at kunne varetage fritidsvejledning af børn med funktionsnedsættelser og særlige behov.

Her en oversigt over en række mulige modeller:

MODEL A

EN ELLER FLERE FULDTIDSFRITIDSVEJLEDERE

Fordele

Her øges mulighederne for at tilbyde fyldestgørende og virkningsfuld fritidsvejledning, og der kan afsættes tid til opsøgende arbejde, som kan have en vigtig betydning.

Opmærksomhedspunkter

Denne model vil især være oplagt i større kommuner og i kommuner, hvor der bor mange i målgruppen. I nogle kommuner, især i de mindre, vil der være få henvendelser. Dog kan man her fokusere på det opsøgende arbejde, der kan generere flere henvendelser.

MODEL B

EN ELLER FLERE DELTIDS-FRITIDSVEJLEDERE eventuelt tilkalde-fritidsvejledere

Fordele

Denne model er mere fleksibel og tager højde for det svingende antal henvendelser - især hvis det er muligt at lægge medarbejdertimerne der, hvor henvendelserne kommer.

Opmærksomhedspunkter

Denne model er særligt passende til mindre kommuner, hvor der ikke er det store antal henvendelser. Dog kan det også være en fordel i en større kommune at have flere fritidsvejledere på deltid, da det giver mulighed for sparring og bedre fleksibilitet.



TILKALDE-FRITIDSVEJLEDERE

I Gentofte Kommune har man organiseret en gruppe tilkalde-fritidsvejledere blandt kommunens medarbejdere, der bliver kontaktet, når der kommer en henvendelse. Flexibiliteten i denne ordning opleves som en fordel, da kan være meget variation i hyppigheden og antallet af henvendelser. Der lægges desuden vægt på sparring mellem tilkalde-fritidsvejlederne, da erfaringen er, at det både højner kvaliteten af fritidsvejledningen og medarbejdernes trivsel med opgaven.

MODEL C

EN ELLER FLERE FRIVILLIGE FRITIDSVEJLEDERE

En mulighed er at engagere frivillige i fritidsvejledningen. Enten til at være ansvarlige for hele processen eller delelementer af den, fx at følges med barnet som støtte i opstarten.

Fordele

Det kan give værdi for børn og familier, at nogen hjælper dem af egen fri vilje, frem for det er en del af ens betalte job. Som kommune kan I være med til at skabe aktive medborgere, og I kan tilbyde de frivillige gode muligheder for givende oplevelser med børnene og personlig udvikling.

Opmærksomhedspunkter

- **Overvej om modellen passer til jeres kommune**
Umiddelbart kan det måske virke som en nem og billig løsning at involvere frivillige, men som de næste punkter viser, kræver det tid og ressourcer, hvis det skal være til glæde for begge parter. Desuden er det værd at overveje kommunens geografi – det kan blive en udfordring, hvis der er store geografiske afstande og dermed øget risiko for, at familie, frivillig og fritidsaktivitet ligger langt fra hinanden. Derfor egner modellen sig især godt til kommuner med mindre geografisk størrelse.
- **Afsæt medarbejdertimer til de frivillige**
Der må påregnes en medarbejdertimer til at rekruttere, koordinere og pleje frivillige. Den frivillige har ikke nødvendigvis viden om målgruppen eller til det lokale foreningsliv og kan have brug for information, uddannelse og sparring.

- **Overvej hvor de frivillige skal rekrutteres fra**
Er I en kommune med ungdoms- og/eller videregående uddannelser, så benyt disse. Særligt oplagt er studier som social- og sundhedsassistent, lærer eller pædagog. Overvej også at lave aftaler med frivillige, der allerede er aktive i en lokal forening, om at tage ekstra godt imod, når en ny starter i deres forening.
- **Overvej hvordan frivilligopgaven bliver attraktiv og meningsfuld**
Mange bliver motiveret af socialt fællesskab med andre frivillige, så tænk i, hvordan det kan skabes. Det kan også være en idé at rekruttere frivillige fra foreninger, hvor der allerede er fællesskab, og hvor de frivillige har tid og overskud, eksempelvis pensionistforeninger.
- **Giv mulighed for at komme i gang med det samme**
Det kan være svært at fastholde og motivere den frivillige, bl.a. pga. uforudsigeligheden i, hvornår et barn har brug for at blive vejledt. Det kan anbefales at have kontakt til en eller flere familier, der har behov for fritidsvejledning, før rekruttering af den frivillige, så vedkommende hurtigt kan komme i gang, mens motivationen er der.
- **Tilbyd relevant viden og uddannelse**
Vær opmærksom på hvad den enkelte frivillige har af ønsker til eventuel opkvalificering for at kunne varetage opgaven. Eksempelvis at komme på kurser eller blive sat ind i det lokale foreningsliv. SUMH tilbyder kurser og supervision med relevant viden om målgruppen, se mere s. 32.



HVAD KRÆVER DET AT FRITIDSVEJLEDE?

Fritidsvejledning er ikke raketvidenskab og kan læres af de fleste. Det kan være en fordel at have følgende kompetencer

- **KENDSKAB TIL DET LOKALE FORENINGSLIV**
Det bliver nemmere at identificere relevante fritidsaktiviteter og tage kontakt til foreningerne.
- **VIDEN OM FUNKTIONSNEDSÆTTELSE OG SÆRLIGE BEHOV**
Man behøver langt fra at være ekspert i handicap og diagnoser, men det er godt at have en forståelse for, hvilke udfordringer der kan være på spil, og hvordan de kan løses.
- **GOD TIL AT OPBYGGE RELATIONER**
Det er en fordel at være empatisk og tålmodig over for andre mennesker, da det er en sårbar målgruppe.
- **MOD PÅ OPSØGENDE ARBEJDE**
Man skal have frimodighed til fx at kontakte foreninger og indgå i en dialog om, hvordan de kan rumme det relevante barn.
- **GOD TIL AT MOTIVERE OG BEVARE EN POSITIV TILGANG**
Der kan være en række barrierer, både fra familiernes og foreningernes side. Det er derfor en fordel, at man kan skabe motivation og er løsningsorienteret for at overkomme udfordringerne.

SYNLIGGØRELSE AF FRITIDSVEJLEDNING

For at fritidsvejledning kan blive en succes i kommunen, er det først og fremmest vigtigt, at målgruppen ved, at tilbuddet eksisterer. Ofte er forældre til børn med funktionsnedsættelser og særlige behov pressede i hverdagen, og fritidsliv ligger typisk ikke først på prioriteringslisten. Behovet er derude, men målgruppen har ikke altid overskud til selv at tage initiativ.

Idéer til synliggørelse af tilbuddet om fritidsvejledning:

- Lad det fremgå på relevante dele af kommunens hjemmeside, at I tilbyder fritidsvejledning (fx inden for kultur og fritid, handicapområdet, mv.)
- Lav opslag om fritidsvejledning på biblioteker, i lokalavisen og andre relevante steder.
- Lav opsøgende arbejde hos eksempelvis (special) skoler og sagsbehandlere. Læs mere om tværfagligt samarbejde på s. 8.

Kontakt gerne SUMH for sparring og kurser omkring fritidsvejledning

FRITIDSVEJLEDNING TRIN-FOR-TRIN

Herunder findes anbefalinger til, hvordan man trin-for-trin kan udføre fritidsvejledning. Det kan både være behjælpeligt, hvis fritidsvejledning indføres som en ny indsats, men kan også bruges til at forfine metoden, hvis fritidsvejledning allerede er et tilbud i kommunen.

1 ETABLERING AF EN GOD KONTAKT TIL FAMILIEN – SÆT ET MØDE I STAND

For at skabe succesfuld fritidsvejledning, er det centralt at skabe en god kontakt til barn og forældre. Den gode kontakt bygger på et tillidsforhold, hvor både barn og forældre har tiltro til, at man vil barnet det bedste og gøre en indsats for at finde den helt rigtige fritidsaktivitet til ham eller hende.

Du har lige fået en henvendelse fra en familie, der ønsker fritidsvejledning. Hvad gør du nu?

- ▶ **INVITER FAMILIEN OG BARNET TIL MØDE.** Overvej hvor det indledende møde holdes. Gerne hos familien selv, hvis de er med på det. Det giver typisk en mere afslappet stemning og sparer familien for unødigt besvær.
 - ▶ Aftal et møde hurtigst muligt, så der handles, mens motivationen er der.
 - ▶ Gør det så nemt som muligt for familien – du kan fx også aftale et møde en dag, hvor familien i forvejen skal møde op på kommunen. I kan også mødes på det lokale bibliotek eller lignende, så længe det er et sted, I kan snakke uforstyrret og fortroligt.
 - ▶ Stræb efter en afslappet og uformel stemning.

2 AFHOLD MØDE MED FAMILIEN

▶ FÅ VIDEN OM BARNETS BEHOV OG ØNSKER.

Vær her opmærksom på, at det kan være svært for forældrene at fortælle om barnets udfordringer, fordi det er et sårbart emne. Her er det vigtigt at veje stemningen. Gør det klart at du spørger ind for bedre at kunne finde en velegnet aktivitet, hvor barnet vil trives. Se på ressourcer og muligheder frem for begrænsninger og udfordringer.

- ▶ *Hvad er barnets historik ift. fritidsaktiviteter?*
- ▶ *Hvad ønsker barnet at gå til? Brug gerne Fritidsluppen til at give overblik over fritidsmuligheder - se mere s. 22.*
- ▶ *Hvad skal den kommende forening vide om barnets behov?*

▶ FÅ VIDEN OM FORÆLDRENS BEHOV OG ØNSKER

Selvom det ikke er forældrene, der skal starte til aktiviteten, er det vigtigt, at alle er ombord.

- ▶ *Hvad er forældrenes behov? Fx økonomi, tidspunkter og sted fritidsaktiviteten foregår, osv.*
- ▶ *Hvis der er behov, undersøg om kommunen kan bevilge eksempelvis et særligt hjælpemiddel for at kunne indgå i fritidsaktiviteten. Hvis familien har en sagsbehandler, er det her oplagt at inddrage vedkommende.*

3 RESEARCH OG KONTAKT TIL FRITIDSTILBUD

Efter dit møde med barn og forældre vil der typisk være en periode med research, og indledende kontakt til relevante fritidstilbud. Se nærmere råd til kontakt med foreninger på s. 24.

4 OPFØLGENDE KONTAKT TIL FAMILIEN

Når du er begyndt at researche og kontakte relevante foreninger, er det vigtigt, at du vender tilbage til familien med brugbare svar.

- ▶ *Hvor og hvornår foregår aktiviteten?*
- ▶ *Hvilke forventninger er der til barnet, eksempelvis ift. adfærd, fremmøde og udstyr?*
- ▶ *Hvordan kommer den første gang til aktiviteten til at foregå?*

5 FØLGESKAB AF BARNET?

Er der ressourcer og mulighed for det, er det oftest at foretrække, at barnet kan blive fulgt til aktiviteten de første par gange. Enten af fritidsvejlederen selv, af en frivillig eller af forældre/pårørende. Spørg familien til deres ønsker – nogle forældre vil måske gerne selv følge, mens andre gerne vil aflastes.

▶ KAN DU STÅ FOR FØLGESKAB?

Hvis ressourcerne er til det, anbefaler vi, at der sættes timer af til følgeskab. Det betyder, at du 'tager barnet i hånden', og følger de første par gange til den fritidsaktivitet, du har sat ham/hende i kontakt med.

- ▶ *Følgeskab giver typisk mere motivation til faktisk at komme afsted de første par gange.*
- ▶ *Følgeskab af andre end mor og far kan hjælpe barnet med at bryde gamle mønstre.*
- ▶ *Følgeskab giver større chancer for en tryk start, og at barnet fastholdes i aktiviteten.*

▶ KAN DU IKKE STÅ FOR FØLGESKAB?

Som nævnt kan andre muligheder være følgeskab en frivillig eller af forældre/pårørende. Se mere om inddragelse af frivillige på s. 16. Det kan også være, at du kan alliere dig med en frivillig, der allerede er i den forening, hvor barnet skal starte til at tage ekstra godt imod og støtte i opstarten. Endeligt kan det i nogle tilfælde også være muligt med en betalt ledsagerordning fra kommunen. Hvis familien er tilknyttet en sagsbehandler, så forhør dig her om muligheden.



6 OPFØLGNING OG FASTHOLDELSE

Der er større risiko for frafald i fritidsaktiviteter for børn med funktionsnedsættelser og særlige behov. Derfor er det vigtigt at fokusere på fastholdelse. Når det er sagt, kan det sagtens være en god løsning, at barnet prøver forskellige aktiviteter af for at finde ud af, hvad der fungerer bedst. At én fritidsaktivitet bliver en fiasko, behøver ikke at betyde, at den næste bliver det.

For at øge chancerne for fastholdelse i fritidslivet anbefaler vi:

- ▶ *Følg op med familien, efter barnet har været til fritidsaktiviteten første gang, eller efter et par gange. Giv mulighed for fritidsvejledning på ny, hvis der er behov og ønske om det.*
- ▶ *Hold kontakten med familien og foreningen så længe som muligt.*
- ▶ *Støt foreningerne i at fastholde – hør hvad foreningsbehov er og forsøg at imødekomme dem ud fra de ressourcer, der er. Det kan fx være kurser for aktivitetsansvarlige. Foreslå evt. foreningerne at benytte sig af SUMHs inklusionslege, der sætter fokus på rummelighed, og hvordan man hjælpe hinanden, så alle kan være med og trives. Se mere om inklusionslege på s. 26.*

RÅD FRA EN UNG MED HANDICAP: LAD IKKE BARNET GIVE OP FOR HURTIGT

Hvis barnet starter til en fritidsaktivitet og ikke er glad for det, så spørg ind til, hvad barnet nærmere bestemt er ked af. Ligesom det kan ske for alle andre børn, kan det være, at barnet ikke bryder sig om selve aktiviteten, og så kan man prøve at finde en anden fritidsbeskæftigelse, der giver mere mening. Hvis de oplevede problemer i stedet er knyttet til barnets særlige behov, så gå langt for at finde en løsning – måske kan barnet få et hjælpemiddel eller anden støtte, der gør oplevelsen bedre? For mig at se er det et misforstået hensyn at lade barnet give hurtigt op med sit handicap som bevæggrund – det kan let blive en vane for resten af livet, som gør, at barnet går glip af en masse læring, relationer og udvikling.

Sofie, blind og forkvinde i SUMH

FRITIDSLUPPEN

Vi anbefaler at benytte Fritidsluppen som et udgangspunkt for at kommunikere med forældre og barn omkring fritidsaktiviteter.

Fritidsluppen er udviklet af SUMH og giver et mangfoldigt overblik over alverdens fritidsaktiviteter - ikke kun idræt, men også kreative muligheder som teater og madlavning. Fritidsluppen er udviklet specifikt til fritidsvejledning af børn med funktionsnedsættelser og særlige behov. Via ikoner kommunikeres det, hvilke kendetegn der er ved fritidsaktiviteten, som er værd at overveje ift. særlige behov. Det kan eksempelvis være omkring støjniveau, bevægelsesgrad og interaktion med andre.

BRUG FRITIDSLUPPEN TILPASSET DIN KOMMUNE

For bedst mulig brug af Fritidsluppen er det en fordel at kende til lokale foreningstilbud. Det er ikke sikkert, at alle fritidsaktiviteter i Fritidsluppen er en mulighed i lokalområdet, og så kan de kort sorteres fra, så man undgår unødigt skuffelse. Vi anbefaler således, at man sorterer i Fritidsluppen efter de tilbud, man aktuelt har i nærområdet.

Du kan finde Fritidsluppen i en gratis digital version eller købe en fysisk version på faellesomfritiden.dk. SUMH tilbyder også kurser i anvendelse af Fritidsluppen.



”Jeg er glad for at bruge Fritidsluppen som redskab. Det virker godt at have noget fysisk og visuelt at tale ud fra. Især har jeg haft gavn af Fritidsluppen, da jeg fritidsvejledte en dreng, som var meget optaget af kortene. Det var det, der gjorde, at jeg fik en god kommunikation med ham. Ved hjælp af Fritidsluppen fandt han en fritidsaktivitet, han aldrig havde overvejet før, men som han startede til og blev glad for.”

EVA, TILKALDE-FRITIDSVEJLEDER, GENTOFTE KOMMUNE



FORENINGSKONTAKT

En af fritidsvejlederens vigtigste roller er at være brobygger mellem familien og foreningslivet. Her er det en fordel at have et godt kendskab til det lokale foreningsliv. I nedenstående findes råd til kontakten med foreninger i forbindelse med fritidsvejledning.

▶ HVAD KAN VI SOM KOMMUNE TILBYDE?

For at hjælpe foreninger på vej til at blive mere rummelige og inkluderende, har kommuner ofte forskellige ressourcer, man som forening kan gøre brug af. Det kan eksempelvis være en pulje med økonomisk støtte til særlige hjælpemidler eller en ekstra træner på holdet. Det kan også være et tilbud til foreningsfrivillige om gratis at komme på relevante kurser.

- ▶ Undersøg hvad mulighederne for foreningerne er i din kommune og tag evt. initiativ til nye støttemuligheder.
- ▶ Gør foreningerne opmærksomme på støttemuligheder.

▶ FÅ VIDEN OM FORENINGERNE I KOMMUNEN

Viden om foreningslivet i kommunen gør det nemmere at lave succesfuld fritidsvejledning. Lav en liste over foreninger og sørg for løbende kontakt og opdatering.

- ▶ Hvilke foreninger tilbyder aktiviteter for børn?
- ▶ Hvilke foreninger har specialhold?

▶ DEN GODE KONTAKT TIL FORENINGERNE

For det gode samarbejdes skyld er det en fordel at få ansigt på de ansvarlige i foreningerne. Derfor er det anbefalelsesværdigt at tage ud og besøge foreningerne så meget, som det er muligt.

- ▶ Få mindst en kontaktperson i hver relevant forening.
- ▶ Husk: Foreninger er typisk drevet af frivillige, og derfor kan kontakt tage tid. Det kan være en fordel med fleksibilitet, så man fx kan ringe uden for normal arbejdstid.



SUMH har udarbejdet et katalog til foreninger med viden og inspiration til at rumme børn og unge med funktionsnedsættelser og særlige behov. Kataloget kan findes på fællesomfritiden.dk

Kontakt gerne SUMH for sparring og opgaver, der knytter sig til foreningslivet.

▶ SMED MENS JERNET ER VARMT

De enkelte familier har ikke altid overskud til at tænke i fritidsaktiviteter, og når de har, bør fritidsvejlederen handle, mens motivationen er der.

- ▶ Vær hurtig med kontakten til foreningerne og få dem til at rykke hurtigst muligt, så barnet kan prøve fritidsaktiviteten af, mens lysten og overskuddet er til det.

▶ BYG BRO MELLEM FORENING OG FAMILIE

Hav god kommunikation med begge parter, vidensdel og sørg for, at kontakten i fremtiden kan ske direkte mellem familie og forening.

- ▶ Hvilke ønsker og behov har barnet, og kan foreningen imødekomme disse?
- ▶ Hvilke informationer skal forældrene og barnet have fra foreningen?
- ▶ Del kontaktoplysninger mellem forening og forældre.

▶ HVAD HVIS FORENINGEN IKKE VIL TAGE IMOD ET BARN?

Snak med foreningen om, hvad de mangler for at kunne tage imod børn med funktionsnedsættelser og særlige behov. Måske kan udfordringen relativt let løses, eksempelvis ved at tilbyde de frivillige viden om emnet, eller at foreningen får en såkaldt trivselsambassadør, der har fokus på trivsel. Læs mere om rollen om trivselsambassadør i Fælles om Fritidens katalog målrettet foreninger.

Det kan også være, at foreningen er inde i en sårbar og hektisk periode, og de har mere overskud på et senere tidspunkt.

SAMARBEJDE MED SKOLER

En oplagt samarbejdspartner i forhold til børnenes fritidsliv er skoler, både specialskoler og almene skoler, der har enkeltintegrerede elever. Skolerne har ofte meget at se til, men det kan have stor positiv effekt, hvis de medtænker fritidsliv som en del af børnenes trivsel. I kan derfor med fordel opfordre skolerne til at:

- ▶ Sætte fokus på fritidsliv og henvise til fritidsvejledning ifm. skole-hjem-samtaler, besøg ved sundhedsplejersken, forældremøder, mv.
- ▶ Udpege en eller flere medarbejdere på skolen, der har ansvar for at sætte fokus på fritidsliv. Her kan sundhedsplejersker og AKT-vejledere være gode kontaktpersoner.
- ▶ Alternativt eller supplerende kan en kommunal medarbejder fra fritidsområdet besøge skolen ved relevante lejligheder og fortælle om mulighederne for fritidstilbud.

Det tager tid og ressourcer at opbygge samarbejder med skoler, men giver rigtig god mening, da de har meget kontakt med børnene og familierne. I flere af kommunerne, som har været en del af Fælles om Fritiden, besøger kommunale fritidsvejledere alle skoler i kommunen 1-2 gange om året. Det kan være særligt relevant op til sæsonstart efter sommeren og efter jul.

INKLUSIONSLEGE

En af måderne at arbejde med trivsel i fritidslivet er ved, at børn både med og uden funktionsnedsættelser og særlige behov får øget forståelse og rummelighed over for hinanden. Det kan derfor være en idé at opfordre skolerne til at gøre brug af inklusionslegene. Inklusionslege er forskellige øvelser og lege, der fokuserer på at skabe forståelse og refleksion blandt både børn med og uden særlige behov. Øvelserne kan udvide perspektiverne hos både børn og voksne, hvad angår handicap, diagnoser og særlige behov. Det er med til at sætte fokus på, hvordan alle kan blive en del af fællesskabet, og hvad den enkelte kan gøre for at få det til at ske. Inklusionslegene er meningsfulde i skolesammenhæng, i foreningslivet og i det hele taget. I projekt Fælles om Fritiden er inklusionslegene blevet faciliteret af unge frivillige med handicap.

EKSEMPEL PÅ INKLUSIONSLEG: TALLEG

Her skal børnene stille sig på rækker i kronologisk rækkefølge, fx ud fra hvilket husnummer de bor i – uden at tale sammen. Bagefter tager man en snak om, hvor vigtigt det er, at alle inddrages for at opnå det bedste mulige resultat, og hvordan man kan hjælpe hinanden. Desuden taler man med børnene om, hvordan det føles at være stum, og hvordan man så kan kommunikere.



”Børnene var meget optaget af det, og de havde masser af spørgsmål. Og det lykkedes virkelig for jeres frivillige at få børnene med. Det er sundt for eleverne at opleve, at man sagtens kan have et super godt liv, selvom man er udfordret med fysiske og psykiske handicaps. Det er rigtig vigtigt, at vi åbner skolen op. En del af det at blive klog på verden er jo også at møde mennesker, der ikke nødvendigvis ligner end selv”.

HELLE, SFO AFDELINGSLEDER, JÆGERSPRIS SKOLE

Instruktioner til inklusionslegene kan findes på fællesomfritiden.dk. De kan med fordel laves ved, at en eller flere af SUMHs unge frivillige med handicap kommer og står for at lave øvelserne samt deler fortæller deres egen historie om at leve med handicap. Kontakt SUMH for nærmere information.

FORÆLDREFORUM

I projekt Fælles om Fritiden har vi under navnet 'forældreforum' afholdt en række forældrearrangementer i de ni samarbejdskommuner. Her har der især været fokus på fritidsliv, men der er også kommet mange andre temaer på bordet. Flere steder er forældreforum fortsat efter projektets afrunding, bl.a. i Dragør Kommune. I nogle kommuner eksisterer allerede et netværk for forældre, der svarer til forældreforum.

I det følgende kan du læse mere om, hvad forældreforum er, hvad det skal gøre godt for, og hvordan kommunen kan støtte op om det.

HVAD ER FORÆLDREFORUM?

Forældreforum handler om at danne netværk mellem forældre til børn med funktionsnedsættelser og særlige behov. Konceptet er, at der med jævne mellemrum er samlinger for forældrene, og derimellem kan der være dialog via en Facebook-gruppe eller lignende. Forældreforum kan også fungere som et sted, hvor man kan få indspark til sin situation som forælder, eksempelvis gennem oplæg fra unge med handicap eller fagfolk på området.

HVORFOR FORÆLDREFORUM?

Et vigtigt formål med forældreforum er, at man som forælder kan dele de ting, man står i – både glæder og sorger - og støtte hinanden. Flere forældre, der er en del af et forældreforum, påpeger, at det er et frirum at kunne tale med andre, der forstår én uden at man behøver at forklare sig særlig meget, som man kan være vant til at skulle overfor sin øvrige omgangskreds.

Forældreforum kan også bygge bro mellem forældre og kommune ved eksempelvis, at kommunale medarbejdere fra tid til anden får taletid til forældreforum og indgår i en uformel dialog omkring emner som fritidsliv og hverdagsmestring. På den måde kan kommunen

også få en større føling med forældrenes situation og behov, hvilket kan forbedre indsatserne på området og måske inspirere til nye indsatser og samarbejder.

”Det, der er rigtig værdifuldt, er at mødes med nogle ligestillede og bare snakke”

CHRISTINA, MOR TIL EN DRENG MED AUTISME, DRAGØR

”I Dragør Kommune er der blevet dannet flere netværksgrupper for forældre til børn og unge med diagnoser. Grupperne er ret selvkørende, men støttet af kommunen. Det har gjort, at kommunen har fået en god kontakt til nogle andre borgere end normalt. Og vi har fundet ud af, hvordan vi relativt let kan hjælpe dem, men gøre en stor forskel, for eksempel ved at udlåne lokaler og udsende invitationer til arrangementer”.

ANNE, INKLUSIONSVEJLEDER, DRAGØR KOMMUNE

HVORDAN KAN KOMMUNEN STØTTE OP?

Ansvar med at starte og drive et netværk for forældre til børn med særlige behov ligger hovedsageligt hos forældrene selv. Når det er sagt, kan det have en afgørende forskel, at kommunen støtter op og hjælper forældrene på vej. Nedenfor følger forslag til, hvad I som kommune konkret kan gøre:

TILBYD RESSOURCER, SOM FORÆLDRENE KAN DRAGE NYTTE AF

Du sidder måske inde med kontaktoplysninger på andre forældre i målgruppen, lokalemuligheder, og interessante fagpersoner – udnyt dette!

- ▶ *Motivér til forældreforum! Langt de fleste forældre er meget glade for at have et forum, hvor de kan snakke med ligesindede.*
- ▶ *Tilbyd din hjælp: Du kan skaffe lokaler. Du kan sende invitationer ud. Du kan kontakte fagpersonale til at holde oplæg, osv. Din hjælp gør det hele mere overskueligt.*
- ▶ *Undersøg evt. hvordan kommunen kan støtte økonomisk til fx foredrag.*

HUSK DET ER FORÆLDRENE FRIRUM

Nok skal du støtte, men pas på ikke at overtage projektet. Nogle familier i målgruppen er i forvejen udfordret i forhold til samarbejde med kommunen, de kan derfor være forbeholdne ved stor indblanding fra kommunal side. Derfor kan det også være en idé at inddrage det lokale frivilligcenter eller lignende, da det er en mere neutral part, der også kan have ressourcer til at støtte med organisering, lokaler, at søge penge, mv.

- ▶ *Dan dig et overblik over, hvilken støtte der ønskes fra forældrene, og husk at det hele ikke behøver dreje sig om faglige oplæg og diverse tilbud fra kommune, og foreninger. Det handler i høj grad om, at forældrene får rum til at tale sammen.*

SUMH har udarbejdet et katalog til forældre, hvor der bl.a. er mere information om forældreforum – kan findes på fællesomfritiden.dk. Kontakt også gerne SUMH for sparring omkring, hvordan forældreforum kan blive en succes i jeres kommune.

MERE OM PROJEKT FÆLLES OM FRITIDEN

I en tre-årig periode fra 2016-2018 har Sammenslutningen af Unge med Handicap (SUMH) i samarbejde med 9 sjællandske kommuner* gennemført projekt Fælles om Fritiden. I projektet har vi målrettet og helhedsorienteret arbejdet på at forbedre mulighederne for, at børn og unge (6-16 år) med handicap, diagnoser og kroniske sygdomme kan få et aktivt fritidsliv. Tak til Socialstyrelsen for at finansiere og muliggøre Fælles om Fritiden.

PROJEKTETS METODER OG AKTIVITETER

Som indledningsvist beskrevet har vi i projekt Fælles om Fritiden arbejdet med flere metoder og målgrupper for at lave en helhedsorienteret indsats. Her kan du læse mere om de forskellige dele af projektet

FRITIDSGUIDNING

Formålet med denne indsats er at vejlede børn med funktionsnedsættelser og særlige behov samt deres forældre til velegnede fritidsaktiviteter, etablere kontakt til fritidstilbud samt at give støtte i opstarten i relevant omfang. I Fælles om Fritiden har vi arbejdet med at engagere frivillige fritids guider, herunder også at følge barnet afsted til aktiviteten. Desuden har vi opfordret og opkvalificeret kommunalt ansatte på kultur- og fritidsområdet til at arbejde med målgruppen. SUMH har udviklet Fritidsluppen, et værktøj til at få overblik over fritidsaktiviteter og kendetegn herved, der kan være relevante, når man har funktionsnedsættelser og særlige behov. Læs mere om Fritidsluppen på s. 22.

FORENINGSKURSER

I Fælles om Fritiden har vi afholdt kurser og givet supervision til en lang række foreninger for at sætte fokus på inklusion og rummelighed. Det har bl.a. resulteret i opstart af en række specialhold. Vi har fokuseret på at give foreninger en basal forståelse af funktionsnedsættelser og særlige behov, eksempelvis skelnen mellem synlige og usynlige handicap. Derudover konkrete værktøjer, såsom brug af fast struktur og piktogrammer, der desuden kan komme alle børnene i foreningen til gavn. Se s. 32. for hvad SUMH kan tilbyde foreninger i jeres kommune.

FORÆLDREFORUM

I Fælles om Fritiden har vi afholdt en lang række netværksarrangementer for forældre til børn og unge i målgruppen. Ønsket har været at skabe et fast netværk mellem forældrene, hvilket er lykkedes i flere kommuner. Til arrangementerne har forældrene kunne dele erfaringer, på godt og ondt, til inspiration og støtte for hinanden. Der har også været oplæg fra bl.a. unge, der selv har et handicap. Læs mere om, hvordan I som kommune kan støtte op omkring et lokalt forældreforum på s. 28.

INKLUSIONSLEGE

Denne indsats har været målrettet børn og unge, både med og uden handicap, i foreninger og skoleklasser. Her har unge frivillige, der selv har forskellige former for handicap, fortalt historier fra deres eget liv og lavet sjove lege og øvelser med børnene. Alt sammen for at give en bedre forståelse for, hvordan det er at leve med et handicap, og hvordan vi kan hjælpe hinanden, så alle bliver inkluderet i fællesskabet. Læs mere om inklusionslege s. 26.

INKLUSIONSAMBASSADØRERNE

I Fælles om Fritiden har vi haft tilknyttet en gruppe af unge frivillige, der selv har forskellige former for handicap. De unge har deres historie og budskaber med både børn og forældre, foreninger, skoler og kommuner. Det har haft en stor positiv effekt, at budskaberne er blevet leveret af de unge selv, som har prøvet på egen krop, hvad de fortæller om – lige fra sejre til nederlag i fritidslivet.

MATERIALER TIL FORENINGER OG FORÆLDRE

Udover dette inspirationskatalog har SUMH på baggrund af projekt Fælles om Fritiden yderligere produceret et katalog målrettet foreninger, der handler om, hvordan de kan arbejde med og få glæde af at rumme børn i målgruppen. Desuden har vi lavet et katalog henvendt til forældre til børn og unge med funktionsnedsættelser med opfordring til et aktivt fritidsliv og at engagere sig i et forældreforum. Begge kataloger kan findes på fællesomfritiden.dk

* De 9 kommuner er Allerød, Dragør, Fredensborg, Frederikssund, Furesø, Gentofte, Høje Taastrup Rudersdal og Slagelse.



KONTAKT SUMH

Eksempler på SUMHs konsulenttydelser:

- ▶ Kurser og supervision om handicap og inklusion for foreninger
- ▶ Rådgivning og kurser om indsatser i kommunen:
 - ▶ Tværfagligt samarbejde på handicap- og fritidsområdet
 - ▶ Fritidsvejledning
 - ▶ Inklusion i skolen
 - ▶ Netværk og arrangementer for forældre til børn med funktionsnedsættelser og særlige behov

Vi kan også tilbyde:

- ▶ Sparring og kurser omkring børn og unge med handicap
- ▶ Tjek af tilgængelighed
- ▶ Udarbejdelse af handicappolitikker og strategier

Du er altid velkommen til at kontakte os med forespørgsler. Vi har et bredt spektrum og kan lave en skræddersyet løsning til netop jeres behov.

KONTAKT SUMH

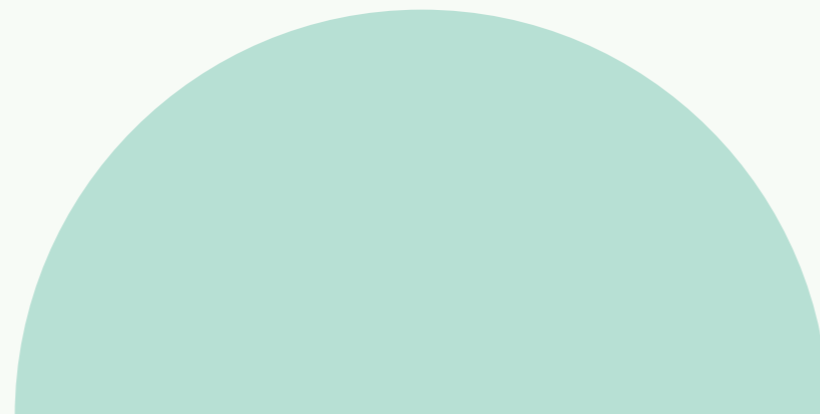
✉ sumh@sumh.dk

☎ tlf. 21 71 61 70

BLIV KLOGERE PÅ SUMH

Få mere viden om SUMH på sumh.dk, hvor du også kan tilmelde dig vores nyhedsbrev.

Du kan også følge SUMH på Facebook, Instagram, Twitter og LinkedIn.



Der er stadig et stykke vej at gå for at sikre, at børn og unge med handicap deltager i foreningslivet på lige fod med andre. SUMH har lavet en undersøgelse i 2018/19 blandt unge i alderen 16-36 år, der har forskellige typer handicap.

Undersøgelsen viser, at

35 %

har som børn været aktive i foreningslivet i meget høj grad eller i høj grad.

40 %

har i gennemsnit fået tætte venskaber gennem deltagelse i spejderforeninger samt sociale, kulturelle og sportslige foreninger.

I dette katalog finder du inspiration til, hvordan flere børn og unge med handicap kan få et aktivt fritidsliv med øget trivsel og gode relationer.

Flere resultater af undersøgelsen kan findes på SUMH.dk



Sammenslutningen af
Unge Med Handicap