

# Sammen med andre

– Nye veier for støttekontakttjenesten



Sammen med andre  
– Nye veier for støttekontakttjenesten

Utgitt: 05/2007

Bestillingsnummer: IS-1451  
ISBN: 978-82-8081-087-8

Utgitt av:  
Sosial- og helsedirektoratet  
Postboks 7000, St. Olavs plass, 0130 Oslo

Heftet kan bestilles hos:  
Sosial- og helsedirektoratet  
v/Trykksakekspedisjonen  
e-post: trykksak@shdir.no  
Tlf.: 24 16 33 68  
Faks.: 24 16 33 69  
Ved bestilling, oppgi bestillingsnummer: IS-1451

Illustrasjonsfoto:  
Anette Strømsbo Gjørsv, Ole Walter Jacobsen, Per-Einar Johannessen,  
Ingvild Moen, Andreas Poppe, Marianne Svendsen,  
Stig Morten Sandvik og Rune Øyen

Produksjon: [www.kursiv.no](http://www.kursiv.no)



# Sammen med andre

## – ut fra den enkeltes ønsker og behov

Sosial- og helsedirektoratet ønsker med denne publikasjonen å styrke arbeidet på feltet "Støttekontakt - kultur og fritidsdeltakelse" i kommunene. Denne satsingen skjer i nært samarbeid med Kristiansand kommune og tjenesten Fritid med Bistand, med utgangspunkt i Stortingsmelding nr 25 (2005-2006) Mestring, muligheter og mening.

De ansvarlige i Kristiansand skal kommunisere med kollegaer rundt om i landet gjennom et eget nettsted og gi råd og veiledning til kommuner som ønsker å videreutvikle arbeidet på dette feltet. Det vil også bli arrangert fagkonferanser.

Støttekontakttjenesten skal gi rom for å realisere idealene om en aktiv og meningsfylt tilværelse sammen med andre.

For mange er dette et tjenestetilbud som er avgjørende for å kunne delta i selvvalgte kultur- og fritidsaktiviteter.

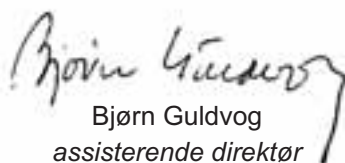
Ufordringen er å utforme et fritidstilbud basert på det enkelte menneskets ønsker, behov, forutsetninger og kanskje drømmer.

Dette kan for eksempel være å gi et tilbud om støttekontakt til barn som trenger assistanse, til voksne med store psykiske utfordringer, til ungdom med rusproblem, eller til eldre mennesker.

Støttekontakttjenesten kan organiseres innenfor tre hovedløsninger:

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

De fleste som har støttekontakt vil ha en av disse tre løsningene. For noen kan det være behov for å kombinere individuell støttekontakt med deltakelse i en aktivitetsgruppe eller en frivillig organisasjon. Uansett løsning bør det fattes vedtak etter Lov om sosialtjenester eller Lov om barnevernstjenester, som beskriver innhold og omfang av tiltaket. Vedtaket skal bygge på den enkeltes ønsker og behov.



Bjørn Guldvog  
assisterende direktør



# ”Aktiv fritid”

## – ut fra den enkeltes interesser

### Asker kommune

Tjenestetilbudet ”Aktiv fritid” i Asker kommune har ansvar for planlegging og tilrettelegging av støttekontakttjenesten for barn, ungdom og voksne. Nettverksbygging står sentralt. Det gjøres derfor mye for å tilby varierte aktivitetsgrupper i tråd med brukernes ønsker og behov. Dette utelukker ikke individuell støttekontakt som den beste løsningen for noen.

Noen av målsetningene i kommunens folkehelseplan står sentralt i ”Aktiv fritid” sitt arbeid. Her er fokus på utfordringer i forhold til bl.a. fysisk aktivitet, psykisk helse og overvekt. Gjennom et interkommunalt samarbeid med Bærum kommune tilbys også tjenestetilbudet ”Treningskontakt” og annen fysisk aktivitet.

”Aktiv fritid” er opptatt av å gi støtte- og fritidskontaktene en god kompetanse for å sikre et godt tilbud til deres brukere. For å motivere og beholde støtte- og fritidskontaktene, gis det tilbud om ulike temakurs.

#### Noen meninger:

*”Gjennom å ta grønt kort for å spille golf, har jeg bestått en eksamen for første gang i mitt liv.”*

Geir, 27 år

*”Friluftsgruppa på lørdagene er ukas høydepunkt.”*

Kari, 35 år

*”Gutten min falt utenfor i vanlig organisert aktivitet. På klatreaktiviteten får han venner og fungerer kjempegodt.”*

Mor



#### Faktatall om ”Aktiv fritid” i Asker:

- 500 brukere
- 350 støtte- og fritidskontakter/ledere
- 30 ulike aktivitetsgrupper
- 30 utdannede treningskontakter

#### Noen gruppeaktiviteter:

- Klatregrupper
- Friluftsgupper
- Svømmegrupper
- Musikkgrupper
- Bowling
- Treskjærerkurs
- Smykkkurs
- Innebandy
- Golfgrupper
- Treningsgrupper i helsestudio



# “Inkludering”

– deltakelse i det vanlige kulturlivet og i tilrettelagte aktiviteter

## Kongsberg kommune

I Kongsberg kommune er det Kulturtjenestens Integreringsseksjon som har ansvar for å tilrettelegge kultur- og fritidsaktiviteter for mennesker som trenger assistanse for å kunne delta. Integreringsseksjonens visjon er:

- «Alle mennesker, uansett funksjonsnivå eller etnisk bakgrunn, skal kunne inkluderes i lokalsamfunnet og ha mulighet til å delta på kulturaktiviteter på lik linje med andre innbyggere. Integreringsaktivitetene skal bidra til at alle gis et rikere liv gjennom egenaktivitet og opplevelser.»



For at dette skal kunne gjennomføres, er støttekontakttjenesten et av virkemidlene. Støttekontakttjenesten tilbyr individuell støttekontakt, eller deltakelse i en gruppe med andre med samme interesser. I tillegg legges det vekt på å bli kjent med nye mennesker og hva Kongsberg som kulturby kan tilby. Tjenesteformen utformes i tett samarbeid med søkerne selv, og vedtak fattes når tjenesteformen er bestemt.

Ett eksempel på dette tjenestetilbudet:

- Mestringsgruppe for barn: Barn i ulike alder prøver ut ulike aktiviteter som klatring, ballspill, skyting og orientering. Barna er selv med på å utarbeide treningsprogram. Her trenes det på mestring av aktivitet og det bygges sosiale relasjoner.



Samarbeid med frivillige organisasjoner er også en viktig nøkkel for å oppnå inkludering. Det utarbeides samarbeidsavtaler med organisasjonene som sikrer at personer med bistandsbehov får tilrettelagte aktiviteter.

Ett eksempel på samarbeid med frivillige organisasjoner:

- KIF-turn drifter en turngruppe for barn med ulike tilpasningsbehov. Aktiviteten foregår samtidig og på samme arena som KIFs ordinære turngruppe.

Det utdeles årlig en inkluderingspris, som skal stimulere lag og foreninger til å tilrettelegge sine aktiviteter for alle.

Hvert halvår utarbeides det kulturkalender for ulike målgrupper. Her tilbys ulike tilrettelagte og varierte kultur- og fritidstilbud, som også kan benyttes av personer som kommer med sin individuelle støttekontakt.

#### **Fakta om støttekontakttjenesten i Kongsberg kommune:**

Over 300 personer har fått støttekontaktvedtak. De fordeler seg slik:

- 0 – 17 år, 95 personer
- 18 – 66 år, 191 personer
- 67 – 79 år, 11 personer
- Over 80 år, 4 personer





# “Treningskontakt”

## – gå en tur eller løpe Holmenkollstafetten

Tjenestetilbudet ”Treningskontakt” ble til gjennom et samarbeid mellom Helse Førde og kommuner i Sogn og Fjordane. ”Treningskontakt” var i utgangspunktet et tilbud til personer med rusproblemer og/eller psykiske utfordringer. Kommunene erfarer at dette er et godt tiltak, både for å forebygge innleggelse i institusjoner, og som et ettervernstiltak etter institusjonsopphold.

”Treningskontakt” er en ny måte å organisere tjenestetilbudet støttekontakt på, når fysisk aktivitet er ønsket. Tilbudet har mange likhetspunkter med arbeidsformene i metoden ”Fritid med bistand”. Dette kan være et tilbud som kan passe flere målgrupper.

Målet er at den enkelte kan overta ansvar for egen trening i selvvalgte aktivitetstilbud. Kommunene har inngått intensjonsavtaler med enkelte idrettslag og organisasjoner for å sikre deltakere som trenger en individuell oppfølging også etter vedtaksperioden. Noen av deltakerne velger ”Aktiv på Dagtid” som i hovedsak er et tilbud for personer som ikke er i et arbeidsforhold.

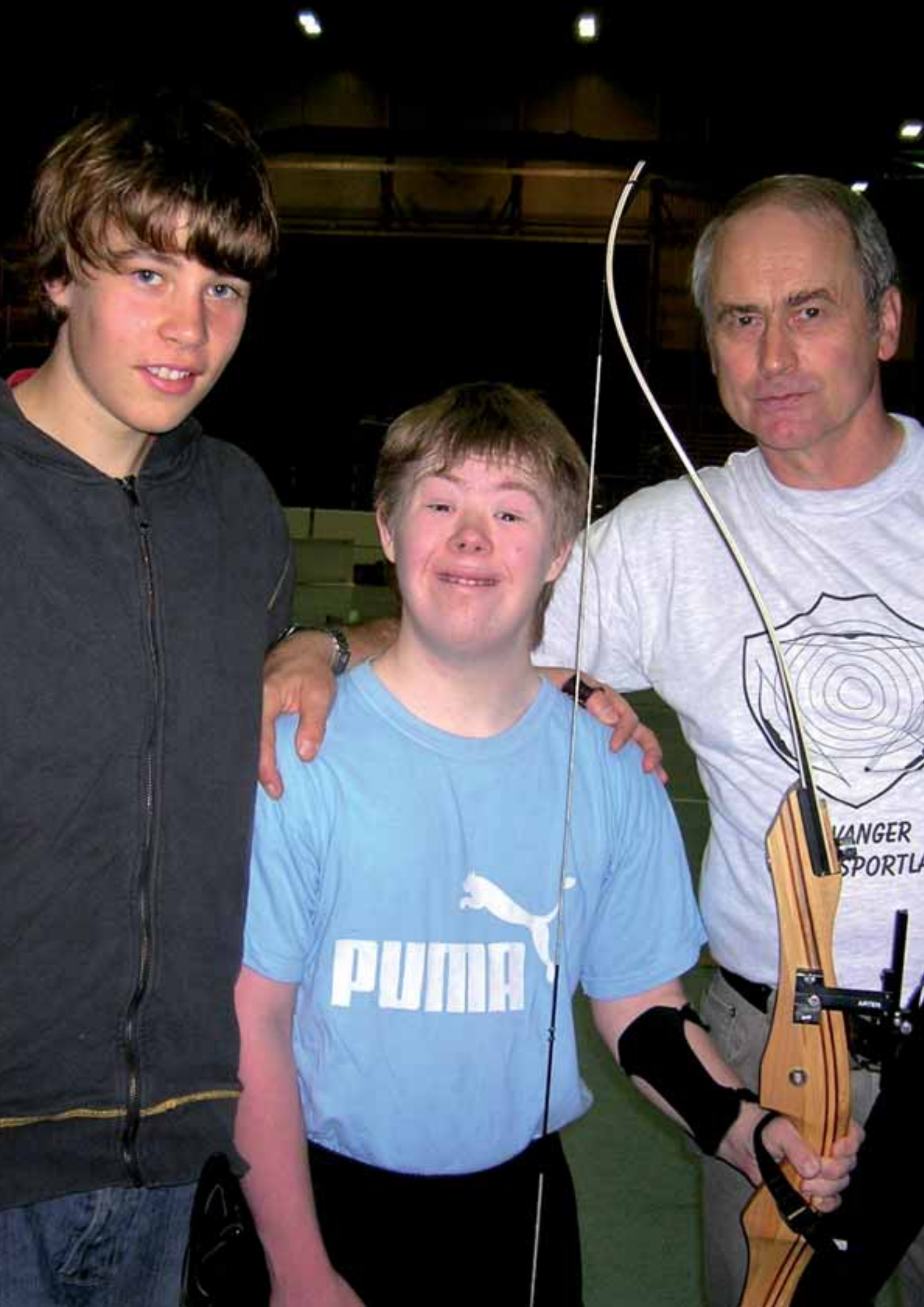
”Treningskontakt” er et tiltak som sprer seg, og det tilbys i dag i flere kommuner.

Mer informasjon [www.treningskontakt.no](http://www.treningskontakt.no)



### Fakta om ”Treningskontakt” i Førde kommune:

- For å bli treningskontakt må en gjennomføre et 40-timers kurs som avsluttes med en eksamen.
- Treningskontaktene følger aktiviteter i tråd med brukerens ønsker og behov.
- Treningskontaktene representerer en vanlig sosial kontakt og kan hjelpe den enkelte med å få innpass i andre miljøer.
- Kommunen gir et tidsbegrenset individuelt vedtak.



# “Fritid med bistand”

## – om å delta i vanlige fritidsorganisasjoner

### Kristiansand kommune

“Fritid med bistand” er en metode som går ut på å hjelpe mennesker med ulike bistandsbehov inn i fritidsaktiviteter. Metoden bygger på et mestringperspektiv, med fokus på den enkeltes ønsker, drømmer og behov. Målsetningen er at deltakeren i løpet av en begrenset tidsperiode, blir inkludert i en aktivitet. Kommunens saksbehandler i tjenestetilbudet Fritid med Bistand følger opp den enkelte deltaker, i samarbeid med tilrettelegger i den organisasjonen som vedkommende har valgt å delta i.

“Fritid med bistand” har sitt teoretiske fundament knyttet til empowerment. Empowerment kan forstås som en prosess hvor mennesker bygger opp evnen til å handle på egne vegne, og på denne måten styrke selvbilde sitt. I tråd med dette legges det vekt på at inkludering bare er meningsfull dersom det er tale om sosial inkludering gjennom samhandling og aksept.

“Fritid med bistand” er videreutviklet og prøvet ut gjennom flere år i Kristiansand kommune. Tjenestetilbudet er her likestilt med bruk av individuelle støttekontakter, og organisert med egne saksbehandlere ansatt i kommunens helse-, rus- og barnvernstjeneste.

#### Noen uttalelser:

*“Fy søren, jeg skal dømmme i NM i judo. Er ikke jeg tøff, det er helt rått, det går riktig vei.”*

Eva, 24 år

*“Vet du, på grunn av at jeg kunne begynne i denne aktiviteten har jeg ikke drukket alkohol eller røyket hasj på over 5 måneder.”*

Siv, 15 år

*“Gjennom Fritid med Bistand kom jeg meg ut av min sosiale isolasjon, noe jeg hadde fått grunnet angst for epilepsianfall ute blant folk.”*

Vidar, 26 år

*“Vi har lært oss en ny måte å jobbe på i sosialt arbeid. Det har blitt en endring fra identifisering av problemer til definerings av muligheter.”*

Saksbehandler i Fritid med Bistand



## Metoden “Fritid med bistand” trinn for trinn:

- Uforpliktende informasjonsmøte.
- Kartlegge interesser, drømmer og ønsker.
- Kartlegge aktuelle fritidsaktiviteters innhold.
- Gjøre et valg av aktivitet.
- Lage en plan for deltakelse i aktiviteten.
- En person i aktiviteten får oppgaven som tilrettelegger/kontaktperson.
- Tiltaket følges opp og evalueres.

Mer informasjon [www.fritidmedbistand.no](http://www.fritidmedbistand.no)



### Faktatall om bruk av “Fritid med bistand” i Kristiansand kommune:

- Totalt har 180 personer fått et tilbud gjennom Fritid med Bistand.
- Over 100 ulike kultur- og fritidsorganisasjoner er involvert.
- Det fattes ca 50 nye vedtak per år.
- Kommunen gir individuelle vedtak på ett år.
- Det settes av midler som benyttes til utlån av utstyr, betaling av kontingenter, godtgjørelse til organisasjoner m.v.

De som arbeider i Fritid med Bistand erfarer at flertallet av deltakerne etter vedtaksperioden, fortsetter i sin selvvalgte fritidsaktivitet som ordinært medlem, uten videre oppfølging fra kommunen. Deltakelse i den selvvalgte aktivitet fører til positiv endret selvoppfatning for mange.

### Andre tilbud i kommunen knyttet til kultur- og fritidsdeltakelse

Kommunen tilbyr individuell støttekontakt til 380 personer, etter Lov om sosiale tjenester. Fritidsetaten har ulike gruppeaktiviteter for deltakere med og uten egen støttekontakt. De tilbyr aktiviteter som; friluftgrupper, vennegrupper, jentegrupper, teatergrupper, bowling, svømming, volleyball, musikk, dans, drama, skrivekurs, fotball, m.m.





# Samarbeid

## – mellom kommuner og bydeler

### Jæren

Interkommunalt samarbeid kan være en nøkkel for å utvikle bedre støttekontaktjenester. Kommunene Gjesdal, Klepp, Time, Hå og Jæren Distriktpsikiatriske senter (DPS) har formalisert et samarbeid gjennom "Støttekontaktforum for Jæren".

Kommunene erfarer at ved å samle ressurser på denne måten, gis det bedre muligheter for å utvikle kvaliteten på tjenestene. Dette er blant annet gjort i forhold til kompetanse- og utviklingsarbeid gjennom:

- Veilederkurs for kommunale saksbehandlere
- Opplæring av støttekontakter (kurs og temasamlinger)
- Rekruttering gjennom felles annonser

Kommunene fremhever at samarbeidet muliggjør et bredere tjenestetilbud. Ansatte kan på den måten i større grad møte den enkelte brukers ønsker og behov. Det interkommunale samarbeidet og den geografiske nærheten mellom kommunene, gjør at innbyggerne i dette området får økte valgmuligheter.

Fysisk aktivitet og psykisk helse er et felles satsningsområde på Jæren. Det er etablert et eget sekretariat med én representant fra DPS Jæren og en fra hver av kommunene. Gruppens mandat er å tildele treningskontakter etter søknad fra en felles ressursbank. Fysisk aktivitet som behandlings- og rehabiliteringstiltak er et uttalt mål. DPS Jæren har tatt ansvar for å legge til rette for et bredspektret fysisk aktivitetstilbud. Det er etablert en intern, tverrfaglig ressursgruppe for dette arbeidet.

På Jæren finnes en forening for støttekontakter. Målgruppen er både støtte-, fritids- og treningskontakter. Foreningen har fokus på å gi sine medlemmer tilhørighet, kunnskap og fellesskap. Støttekontaktforeningen er blitt en reell samarbeidspartner for det offentlige systemet, ikke minst i forbindelse med kompetanseutvikling.



## Bydelene Grorud og Bjerke i Oslo

Bydelene Grorud og Bjerke samarbeider om å videreutvikle sin støttekontakttjeneste. Det er gjennomført kurs om psykisk helse og førstehjelpskurs for støttekontakter. Bydelene samarbeider også om organisering av oppfølgings-/veiledningsgrupper for støttekontakter. Et slikt samarbeid bør være aktuelt for flere nabobydeler i Oslo.

Samarbeidet har også ført til etablering av et felles gruppetiltak for ungdom med bistandsbehov. Her lages aktivitetslister ut i fra brukernes ønsker og forutsetninger. Støttekontaktene får veiledning etter behov, og det blir holdt evalueringsmøter hvert halvår.

## Bergen

Med utgangspunkt i psykisk helse er det i de 8 bydelene i Bergen dannet en nettverksgruppe for de som jobber med støttekontakttiltak. Nettverksgruppen møtes jevnlig for å utveksle erfaringer og for å inspirere hverandre til å utvikle tjenesten videre i nye retninger. Både bruk av "Treningskontakt" og "Fritid med bistand" står på planen. De har samarbeid over bydelsgrensene i forbindelse med kurs og veiledning av støttekontaktene.



### Fakta om ledsagerbevis i Norge

- Over 300 kommuner har en ordning med ledsagerbevis for personer som har behov for følge eller assistanse for å gå på kino, teater, idrettsarrangement, konserter, svømmehall eller for å reise kollektivt.
- Over 8000 personer har ledsagerbevis. Ledsager kan vært en støttekontakt, en venn eller et familiemedlem. Kortinnehaver og ledsager får redusert pris hos arrangører, transportører osv. som aksepterer ordningen.

## Grenland

I Grenlands-området har det i flere år vært et interkommunalt samarbeid. Målsetningen er å utveksle erfaringer knyttet til drift av fritidstilbud for mennesker med bistandsbehov. Flere aktivitetsgrupper tilbys i dag gjennom samarbeid mellom to eller flere kommuner.

Skien kommune har inngått avtale med Telemark Røde Kors om å inkludere flyktninger i lokalsamfunnet ved hjelp av frivillige guider. De samarbeider også i forhold til å bistå tidligere rusmisbrukere, innsatte og mennesker med psykiske lidelser, til å bygge nytt sosialt nettverk gjennom sosiale aktiviteter. Etter initiativ fra Bamble kommune, arbeides det også med å lage et nettverk i regionen som arbeider etter metoden "Fritid med bistand". Det erfares her at samarbeid over kommunegrensene og økt samspill med frivillig sektor, gir nye muligheter.







# Veiledning og nettsted

Kristiansand kommune har fra Sosial- og helsedirektoratet fått i oppgave å være et faglig knutepunkt for fagfeltet "Støttekontakt, kultur- og fritidsdeltakelse".

Fritid med Bistand i Kristiansand kommune har prosjektansvaret for denne satsingen, i nært samarbeid med Sosial- og helsedirektoratet.



**Fritid med Bistand i Kristiansand, fra venstre;** Anders Midtsundstad, Tina Hjelmeland, Arild Strømmen, Hilde Gunn Stangenes, Anne Margrethe Vik og Rune Øyen

Prosjektet skal drive informasjon, veilede og være en diskusjonspartner for andre kommuner.

Nettstedet [www.fritidforalle.no](http://www.fritidforalle.no) blir sentralt i dette arbeidet. Her vil det formidles kunnskap, erfaring og nyhetsstoff knyttet til tjenestetilbudet, gjennom reportasjer, artikler, kurstilbud m.m. På nettsidens diskusjonsforum inviteres det til en kontinuerlig diskusjon knyttet til dette viktige fagfeltet. Her kan det stilles spørsmål, gi råd og tips knyttet til ulike måter å jobbe på. Diskusjonsforumet gir også anledning til å knytte kontakter på tvers av kommune og etatsgrenser.

Ansatte i prosjektet vil også kunne delta på planleggingsmøter og konferanser der for eksempel flere kommuner og bydeler går sammen for å videreutvikle dette tjenestefeltet i sitt område. Videre er det mulig å ta kontakt på følgende adresse og telefonnummer:

## **Kristiansand kommune, Fritid med Bistand**

Anders Midtsundstad

E-post: [anders.midtsundstad@kristiansand.kommune.no](mailto:anders.midtsundstad@kristiansand.kommune.no)

Telefon: 38 07 53 12

Mobil: 90 13 07 97

Postadresse: Serviceboks 417, 4604 Kristiansand

## **Sosial- og helsedirektoratet, Avdeling for rehabilitering og sjeldne funksjonshemninger**

May Cecilie Lossius

E-post: [mcl@shdir.no](mailto:mcl@shdir.no)

Telefon: 24 16 31 38

# Videreutdanning

## – ny kunnskap = endret praksis?

Studiet "Organisering og veiledning av støttekontakter, avlastere og frivillige", tilbys i Bergen, Arendal og Tromsø. Høgskolen i Bergen har det faglige ansvaret. Målsetningen med studiet er å kvalifisere deltakerne til å utvikle fleksible og stabile tiltak og løsninger. Dette på tvers av profesjons- og sektorgrenser for mennesker med behov for bistand.

- Studiet er et 30-studiepoengs deltidsstudium over ett år.
- Det er organisert med 3 samlinger kombinert med IKT-støttet undervisning. Mellom samlingene arbeides det med obligatoriske arbeidsoppgaver.
- Tilbud om å delta på videokonferanser hvor det er mulig å ta med interesserte arbeidskollegaer.
- Erfaringskonferansen Fri tid for alle som arrangeres årlig i tilknytning til studiet har blitt en viktig arena for praksisfeltet.
- Studentene oppfordres til å skrive en eksamensoppgave som kan knyttes direkte til den enkeltes arbeidshverdag.

### Tre studenter om studiet:

*Som fengselsbetjent har jeg i mange år brukt klatring som fritidsaktivitet for innsatte. Gjennom studiet lærte jeg at det finnes mange veier til en positiv fritid for mennesker med spesielle behov. Studiet inspirerte meg til å skrive min eksamensoppgave som en prosjektsøknad. Målet er at prosjektet "klatre mot frihet" kan bli en realitet i løpet av 2007.*

Trond Johannesen, fengselsbetjent i Kriminalomsorgen i Bergen

*Jeg arbeider i en aktivitetsavdeling i en liten kommune. Studiet fikk meg til å tenke alternativt i forhold til min jobb, og min eksamensoppgave vil nå bli brukt som et grunnlag for fremtidig opplæring av støttekontakter.*

Rita Tuften Metveit, aktivitetsleder i Fyresdal kommune

*I hjemmesykepleien legger vi stor vekt på å dekke de grunnleggende fysiske behov til våre brukere. Når det gjelder de sosiale behov knyttet til opplevelser og samvær, ser jeg store utfordringer. Gjennom studiet fattet jeg interesse for hvordan tjenestetilbudet støttekontakt kan brukes for eldre mennesker. I min eksamensoppgave drøftet jeg dette temaet. Jeg håper oppgaven kan danne grunnlag for at flere eldre kan få dekket deres behov for sosial kontakt gjennom tjenestetilbudet støttekontakt.*

Lillemor Huus, sykepleier i Førde kommune



*Målet er ønsket om å være som alle andre ungdommer og å være med i vanlige fritidsmiljøer. FFOU vektlegger opplevelse av at det går an å få til ting sammen. Men noen trenger også individuelle støttekontakter. Opplegget må være mer fleksibelt med enkle og greie løsninger. Det trengs ungdommer som er støttekontakter for ungdommer. Ofte tar det for lang tid å få støttekontakt derfor trengs noen ganger vikarordninger.*

**Thyra Kirknes, leder i Funksjonshemmedes Fellesorganisasjons ungdom (FFOU).**

*Det er viktig å få til en aktivitet som starter et nettverk. I rusfeltet har det tradisjonelt vært snakket til, og ikke med. Det handler om brukermedvirkning.*

**Kjell Skar, nestleder i Rusmisbrukernes interesseorganisasjon (RIO).**

