



Socialstyrelsen

Nye veje

– til aktiviteter og ledsagelse
for personer med handicap

Viden til gavn

Indhold

Nye veje til aktiviteter og ledsagelse for personer med handicap	3
Gode eksempler	
Ønsketure for mennesker med handicap	4
Cykelordning for mennesker med handicap	5
Med på holdet – foreningsliv for mennesker med handicap	6
Ferie-boligbyt for mennesker med handicap	7
Fra jord og fjord til kultur og samvær	8
Vi hjælper hinanden – på tværs af handicap	9
Tværgående erfaringer	10
Brug af frivillige	10
Fereture	10
Idræt, sundhed og friluftsliv	10
Mere viden	11


Publikationen er udgivet af:

Socialstyrelsen
Edisonsvej 1
5000 Odense C
Tlf: 72 42 37 00
E-mail: info@socialstyrelsen.dk
www.socialstyrelsen.dk

Tryk: Rosendahls
1. oplag: 600 stk
Udgivet december 2017

Layout: 4PLUS4

Download eller se publikationen på www.socialstyrelsen.dk.
Der kan frit citeres fra publikationen med angivelse af kilde.



Vil du vide mere eller kontakte de forskellige initiativer, kan du læse mere på:

www.socialstyrelsen.dk/nye-veje

Nye veje til aktiviteter og ledsagelse for personer med handicap

Over 30 initiativer er blevet iværksat og afprøvet i næsten lige så mange kommuner i perioden 2015-2017. De har alle været rettet mod samvær og aktiviteter for mennesker med handicap. Initiativerne har været meget alsidige, men de har haft det tilfælles, at voksne mennesker med handicap, der ikke kan færdes alene på grund af betydelig og varig nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne, er blevet tilbudt bedre mulighed for et aktivt og selvstændigt liv med øget inklusion i samfundet som mål.

Socialstyrelsen har opsamlet erfaringerne og giver med denne pjece kommuner og frivillige organisationer inspiration til initiativer, der styrker personer med handicaps mulighed for at deltage aktivt i det omgivende samfund. Pjecen giver en kort introduktion til seks udvalgte initiativer, der er gode eksempler på, hvordan man kan styrke personer med handicaps mulighed for samvær og aktiviteter.

Pjecen præsenterer samtidig nogle af de tværgående temaer og centrale erfaringer, som kommunerne har gjort sig.

Der er blandt andet fokus på brugen af frivillige, både med og uden handicap, personer med handicap som aktive deltagere og medspillere i lokalsamfundet og fællesskaber på tværs af støttetilbud, kommuner og frivillige. Initiativerne er alle en del af satspuljeprojektet *Nye veje til aktiviteter og ledsagelse for personer med handicap*.

Ønsketure for mennesker med handicap

Læs mere her



”Vi tager på tur uden alle begrænsningerne og forbeholdene, og vi bliver trukket ud af hverdagen og møder nye perspektiver og nye mennesker”. Sådan lyder beskrivelsen af det samarbejde om *Ønsketure*, som fire kommuner har haft med ULF Ferie. Resultatet har været nye typer af ferieture og dagsudflugter for personer med udviklingshæmning.

En ballonfestival, kirkekoncert, bowling, en tøjseften og tur til Ree Park med overnatning i telt. Det er nogle af de ture, som ULF Ferie og kommunerne har arrangeret gennem samarbejdet om *Ønsketure*.

Samarbejdet har givet nye muligheder for at lave gode ture på tværs, hvor borgere fra forskellige kommuner og frivillige med og uden udviklingshæmning kan danne positive relationer, møde nye og gamle bekendte og få gode oplevelser i selskab med andre.

”...man kører hjem med et smil, som man ikke rigtigt kan skrue af.”

Som frivillig kan man tale ligefremt og hjælpe til efter behov. Det er også de frivillige, der har muligheden for at gøre tingene mere hyggelige, så det hele ikke skal handle om det praktiske – og måske tænker de frivillige nogle gange lidt anderledes end personalet.

Ønsketure har været et ligeværdigt samarbejde, hvor borgerne har udviklet sig i nye fællesskaber og i nye rammer.

Frivillige med og uden udviklingshæmning

I ULF Ferie har man haft frivillige personer med og uden udviklingshæmning til at hjælpe på de forskellige *Ønsketure*. De frivillige fra ULF fortæller, at ”alle kommer glade hjem fra turene”, og

FORLØB

Hovedelementerne i *Ønsketure* består af at:

- Udvikle ferie- og udflugtskatalog i samarbejde med borgere og frivillige med og uden udviklingshæmning
- Formidle ferie- og udflugtskataloget til borgerne
- Rekruttere frivillige til turene gennem ULF Ferie
- Planlægge turene, herunder møde med frivillige
- Afholde turene.



Cykelordning for mennesker med handicap

Læs mere her



Bo- og dagtilbuddet Musvågevej i København har startet et cykelprojekt, hvor de har anskaffet egnede ladcykler til borgerne. Samtidig har de fundet frivillige cykelpiloter, som har lyst til at cykle med borgerne. Det giver både frisk luft og nye oplevelser til borgere og frivillige.

Borgerne på Musvågevej oplever, at de kommer langt omkring på de nye cykler. Samtidig er cykelturene med de frivillige cykelpiloter en mulighed for, at borgerne kan få relationer til andre mennesker, end dem, de kender fra dagligdagen.

Bostedet oplever, at mange af borgerne er rigtig glade for cykelturene. Der er mulighed for at cykle steder hen, som passer den enkelte godt. Borgerne får nye gode sanseoplevelser, får hilst og vinket til folk på vejen, kommer ud og får oplevelser med cykelpiloten. Derudover oplever borgerne, at det er væsentlig rarere at cykle end at køre i kørestol, hvor det bumper hele tiden.

Både frivillige og personalet cykler med borgerne

Også personalet cykler med borgerne. De bruger blandt andet cyklerne som transport til dagcenteret. Før tog det lang tid at få alle borgerne ind og ud af bussen. Med cyklerne oplever personalet nu, at det er nemmere at komme omkring. Samtidig får borgerne frisk luft på den daglige cykeltur. Også fysioterapeuterne på Musvågevej er begejstrede for det nye cykelprojekt og de sanseoplevelser, cykelturene giver borgerne.



FORLØB

Hovedelementerne i *Cykelordningen* består af at:

- Introducere borgere, personale og pårørende til projektet
- Afholde et praktisk teammøde for hver personalegruppe, hvor de får mulighed for at afprøve cyklerne
- Oprette et bookingsystem til koordinering af frivillige og cykler
- Rekruttere frivillige cykelpiloter
- Introducere frivillige til opgaven.

Med på holdet – foreningsliv for mennesker med handicap

Læs mere her



Med på holdet bygger bro mellem borgere, foreninger og kommunen i Sønderborg. På baggrund af gode erfaringer er der etableret nye hold for personer med handicap i flere af de lokale foreninger – med stor deltagertilslutning.

Over 100 borgere fra bosteder og støttetilbud har prøvet nye fritidsaktiviteter, og flere af byens foreninger og borgere har fået lyst til at bygge videre på de gode oplevelser fra dagen, efter at Sønderborg Kommune afholdte en idrætsdag i 2016 sammen med lokale idræts- og kulturelle foreninger.

Efter at både borgere og foreninger havde mulighed for at se hinanden an på idrætsdagen, er der blevet oprettet nye hold som linedance, fodbold, hockey og korsang for personer med udviklingshæmning. Projekt *Med på holdet* har således skabt forbindelse mellem borgere og lokale foreninger, der gerne vil åbne op for nye medlemmer.

Borgerne er glade for at deltage i foreningslivet

”Prøv at komme med – prøv det af. Selvom man har udfordringer, så kan man godt være med.” Det er rådet fra nogle deltagere

til andre, der tænker på, om de skal starte i en forening. De synes alle, at det er sjovt. Det er godt at være sammen med andre og ikke bare sidde hjemme.

En frivillig foreningsinstruktør fortæller, at hun også har fået meget ud af at oprette et linedancehold for personer med handicap. Det vigtigste har været at gå ind i det uden fordomme. Og ville hun gøre det igen? Absolut! Andre foreninger har også oprettet nye hold, og der var positive tilkendegivelser om at deltage på idrætsfestivalen fra foreningerne.

40 borgere er kommet i gang med at dyrke fritidsaktiviteter i forbindelse med *Med på holdet*. En sidegevinst har desuden været, at initiativet også haft betydning i forhold til netværk og sociale aktiviteter. Anstrengelserne på dansegulvet eller hockeybanen giver nemlig anledning til samtale og samvær ved siden af den ugentlige træning.

FORLØB

Hovedelementerne i *Med på holdet* består af at:

- Inspirere borgerne om mulighederne for at dyrke idræt
- Planlægge og afholde en idrætsdag, hvor borgere og foreninger kan afprøve aktiviteter
- Opstarte og støtte nye aktiviteter i foreninger, hvor borgere med handicap kan deltage.



Ferie-boligbyt for mennesker med handicap

Læs mere her



Bostederne Lynghuset og Skansebakken har byttet boliger i en ferie. Det har givet en gruppe borgere med handicap mulighed for at holde ferie et nyt og spændende sted.

Bostederne Lynghuset i København og Skansebakken i Vejle har valgt at bytte boliger og bruge hinandens bosteder som feriested. På den måde er det blevet muligt for en gruppe voksne borgere med handicap at komme på ferie i egnede rammer, ledet af egen socialpædagogisk støtte.

Borgerne fra Skansebakken i Vejle skiftede naturen ud med strøgbesøg, seværdigheder i storbyen og en særlig forestilling, der var arrangeret af Akademiet for Utæmmet Kreativitet (AFUK). For borgerne fra Lynghuset i København var ferien fyldt med rappelling, kajaksejls og et besøg i Givskud Zoo.

kaste sig ud i nye oplevelser. Også mødet mellem feriegæsterne og værtsstedets faste borgere var en god oplevelse. Pårørende til de borgere, som deltog i ferien, kunne efterfølgende mærke glæden ved ferieopholdet og en fornyet energi.

Personalet beskriver feriebolig-byttet som en stor succes. Vigtigt var det, at alle følte sig meget velkomne på begge værtssteder, og at samarbejdet omkring planlægningen op til ferien foregik i tæt dialog. En sidegevinst for personalet var, at de blev inspireret af at se, hvordan tingene bliver gjort på et andet bosted. I dag er det lettere bare at ringe hinanden op for faglig sparring.

Mod på nye oplevelser og godt samarbejde

Borgerne har alle haft et rigtig godt ophold med nye indtryk og oplevelser. Ferieopholdene var præget af grin, og borgerne udviste stor tryghed og tillid og øget appetit. De var villige til at



FORLØB

Hovedelementerne i *Ferie-boligbyt* består af at:

- Finde et egnet bosted at samarbejde med, og drøft præmisserne for samarbejdet
- Holde et personalemøde med orientering og finde frem til, hvilke borgere der tilbydes at tage med
- Lave et match af borgere, der skal bytte bolig
- Udveksle relevante informationer som værtssted og gæster har brug for at vide i forvejen
- Sørge for indkvartering til personalet.

Fra jord og fjord til kultur og samvær

Læs mere her



Borgere med udviklingshæmning bidrager aktivt til Morsøs kulturliv. Sammen med frivillige og foreninger giver de borgerne kulturelle oplevelser, bl.a. gennem popup-teater og udstillinger. De bidrager også til handelstandens arrangementer med Halloween-stemning og udsmykning.

“Før besøgte vi Kulturmødet Mors, nu spiller vi teater på kulturmødet – det er forskellen... Vi tilbyder os som frivillige i forskellige foreninger eller drager frivilligheden ind i aktiviteterne.” Sådan lyder det fra personale og ledere på dag- og døgntilbud for borgere med udviklingshæmning i Morsø Kommune, der er gået sammen om at skabe nye aktiviteter for borgerne som aktiv del af lokalsamfundet.

I samarbejde med lokale foreninger bidrager borgerne, sammen med andre frivillige, til arrangementer på det årlige kulturmøde i Nykøbing Mors – eller de indgår fx i samarbejde med handelsforeningen om at skabe spændende arrangementer. De har også været på fjordtur i shelter sammen med spejdere fra lokalmiljøet.

Tag selv kontakt til frivillige, foreninger og organisationer

“Folk synes, det er enormt spændende. Man har bare ikke tænkt os ind før”. Sådan siger en medarbejder fra et af tilbuddene om en typisk respons, når hun eller hendes kolleger kontakter foreninger og organisationer og fortæller om, hvad borgere fra klubben kan bidrage med.

Borgerne selv fortæller, at de synes, det har været sjovt. De har lyst til at være med igen. Medarbejdere og ledere fortæller desuden, at det har givet borgerne mange nye oplevelser: “Det her med at kunne formidle sine egne tanker til kulturmødet, den her ligeværdighed og mødet med omgivelserne... Og at deres rolle [i teaterforestillingen] var lige så vigtig, som de andres – det er inklusion, der vil noget.”

FORLØB

Hovedelementerne i *Fra jord og fjord til kultur og samvær* består af at:

- Planlægge aktiviteter og tage kontakt til foreninger og organisationer i lokalsamfundet
- Besøge kulturinstitutioner og deltage i friluftaktiviteter
- Arrangere kreative workshops med lokale kunstnere og foreninger
- Deltage aktivt i og bidrage til lokale arrangementer i lokalsamfundet i samarbejde med foreninger og organisationer.





Vi hjælper hinanden – på tværs af handicap

Frivillige borgere med handicap, der har lyst til at gøre noget for andre, er besøgsvenner/ ledsagere for andre borgere med handicap i Guldborgsund. Projektet hjælper borgere til at danne fællesskaber og til at deltage i flere aktiviteter i det lokale miljø.

”Vi vil gerne have, at projektet kan være med til at løse problematikken omkring ensomhed og isolation i egen bolig, og at projektet fremmer empowerment hos dem, der deltager – følelsen af, at jeg kan være noget for et andet menneske, og at det giver mig glæde.” Det er et af ønskerne for, hvad der skal komme ud af initiativet *Vi hjælper hinanden*. Guldborgsund Kommune arbejder med at bringe borgere med handicap sammen, så de i fællesskab skaber flere sociale aktiviteter.

En succesfuld kick-off dag for de frivillige med rollespil, undervisning og hygge indleder initiativet. Derefter bliver borgere med handicap, som har ressourcer og lyst til at gøre noget for andre, matchet med borgere med et handicap, som gerne vil have en besøgsven/ledsager. På den måde danner borgere med handicap bro ind i lokalsamfundet for borgere med et mere indgribende handicap.

Frivillige besøgsvenner får også stort udbytte af ordningen

De frivillige fortæller, at de har hørt om projektet fra deres kontaktpersoner/pædagoger. Dét, der lød spændende, var især, at man kommer ud og gør noget for andre mennesker.

”Det er nok noget af det bedste, der er sket i mit liv i mange år – altså, arbejdsmæssigt, sådan som frivillig,” siger en af de frivillige borgere med handicap.

De, der har arbejdet med initiativet, håber, at det kan igangsætte en holdnings- og kulturændring, hvor borgerne i højere grad hjælper hinanden. Mange vil gerne gøre en forskel for andre, og det giver projektet rig mulighed for.



FORLØB

Hovedelementerne i *Vi hjælper hinanden – på tværs af handicap* består af at:

- Rekruttere frivillige, bl.a. igennem et godt informationsmateriale
- Lave aftaleskabelon for ledsage- og besøgsordninger
- Afholde informationsaktiviteter, hvor frivillige klædes på til opgaven, fx kick-off med undervisning, rollespil m.m.
- Finde borgere, der gerne vil have en ledsager/besøgsven
- Matche borgeren med en frivillig
- Følge op – tal med den frivillige og borgeren og organiser fx fællesaktiviteter for alle frivillige og borgere.

Tværgående erfaringer

Der er en række tværgående og relevante erfaringer, som er vigtige at være opmærksom på, når initiativer, der skal skabe nye veje til aktiviteter og ledsagelse, bliver startet op. Erfaringerne stammer fra borgere, frivillige og diverse kommunale medarbejdere, som har deltaget i de forskellige initiativer.

Nogle af de gode erfaringer, der går igen, er, at:

- Borgere deltager i nye aktiviteter
- Der skabes relationer og gevinster på tværs af kommunen
- Borgere og frivillige får nye oplevelser og nye fællesskaber
- Borgere inddrages og er med til at sætte dagsorden
- Personale oplever mere trivsel og arbejdsglæde
- Pårørende er glade og positive.

Samtidig er der særlige opmærksomhedspunkter på tværs af initiativerne, som er værd at tænke ind:

- Det er essentielt med nøgleperson(er) (tovholder, projektleder, koordinator)
- Ledelse omkring initiativet skal bakke op og være synlig
- Inddragelse – af borgere, personale, frivillige, pårørende med flere
- Opstart er ressourcekrævende, så sæt god tid af
- Planlægning, samarbejde på tværs og ejerskab er vigtige nøgleord.

Flere af initiativerne under projekt *Nye veje til aktiviteter og ledsagelse for personer med handicap* har erfaringer og temaer, der går på tværs. Det handler især om: brugen af frivillige, ferieture, idræt, sundhed og fritidsliv samt om kultur og lokalmiljø.

Brug af frivillige

Involvering af frivillige kræver tid og skal planlægges nøje. Der skal være fokus på oplæring og information. Udnævn fx en frivilligkoordinator til at styre processen. Til gengæld bidrager de frivillige med gejst, motivation og kendskab til andre områder end personalet. Alle de initiativer, der har gjort brug af frivillige, ønsker at fortsætte og gerne udvide brugen af frivillige fremover. Der er gode erfaringer med brug af frivillige både med og uden udviklingshæmning.

Ferieture

Erfaringen fra flere af projektets ferie-, højskole- og oplevelsesinitiativer viser, at borgerne nyder og har gavn af at være sammen med andre og få nye oplevelser og sanseindtryk.

Når borgere kommer af sted på ferieture, ser personalet en øget lyst hos borgerne til at deltage aktivt. Borgerne er blandt andet blevet i bedre humør, er mere vågne og mere mentalt tilstede. De tager også mere initiativ til at kommunikere med de andre borgere. De, der har været i stand til det, har selv budt ind med forslag til oplevelser og ture.

Idræt, sundhed og friluftsliv

Idræt, sund mad og friluftsliv giver borgere med og uden handicap mulighed for at mødes på tværs om aktiviteter og fælles interesser. Aktiviteterne skaber relationer til andre borgere og instruktører, og borgere får motion, nye sanseoplevelser og kundskaber i alt lige fra håndbold til fiskeri og madlavning. Flere har inddraget lokale foreninger, og hvis forholdene tilpasses, kan borgerne deltage i mange sociale og sportslige tilbud og blive en aktiv del af foreningslivet. Aktiviteter har desuden bidraget til både gode oplevelser i naturen og på fodboldbanen – og til oplevelsen af at kunne mere, end både omgivelser og borgeren selv umiddelbart troede.

Kultur og lokalmiljø

Når borgere inddrages i det lokale kultur- og samfundsliv, tilegner de sig nye sociale og praktiske kompetencer og får gode og sjove oplevelser. De deltager i stigende grad i lokale arrangementer og det lokale foreningsliv. En stor del af initiativerne har valgt at bruge lokalmiljøets muligheder for aktiviteter og kulturtilbud, både som deltagere og som medspillere sammen med andre frivillige til lokale arrangementer.



Mere viden

Du kan læse mere om de tværgående erfaringer, de seks udvalgte initiativer og se en samlet oversigt over alle initiativer på

www.socialstyrelsen.dk/nye-veje



Socialstyrelsen

Socialstyrelsen
Edisonsvej 1
5000 Odense C
Tlf.: 72 42 37 00

www.socialstyrelsen.dk



December 2017