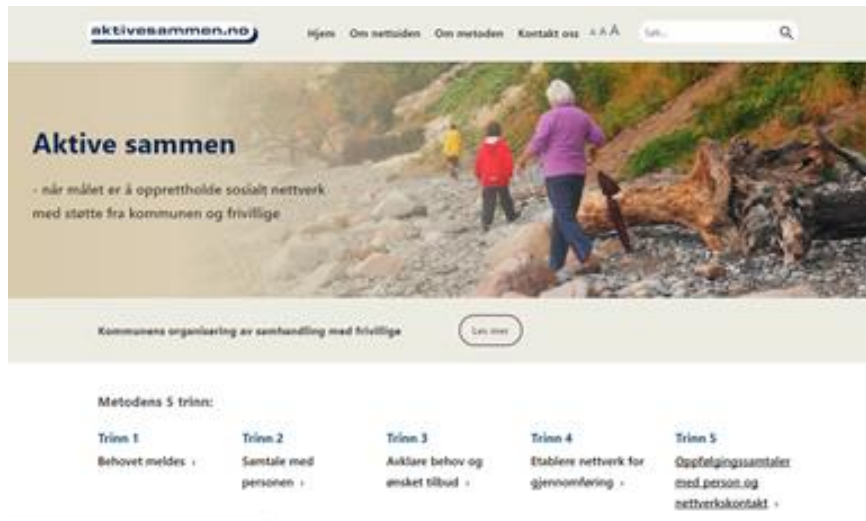


Metoden Aktive Sammen



En metode som brukes når målet er å opprettholde og etablere sosialt nettverk

En metode som:

- tar utgangspunkt i den enkeltes behov for aktivitet og deltagelse
- legger opp til at den enkelte skal delta i utformingen av sitt tilbud
- involverer frivillige i et samarbeid mellom kommunen og frivillige organisasjoner/frivilligsentral

Målgruppe og hensikt

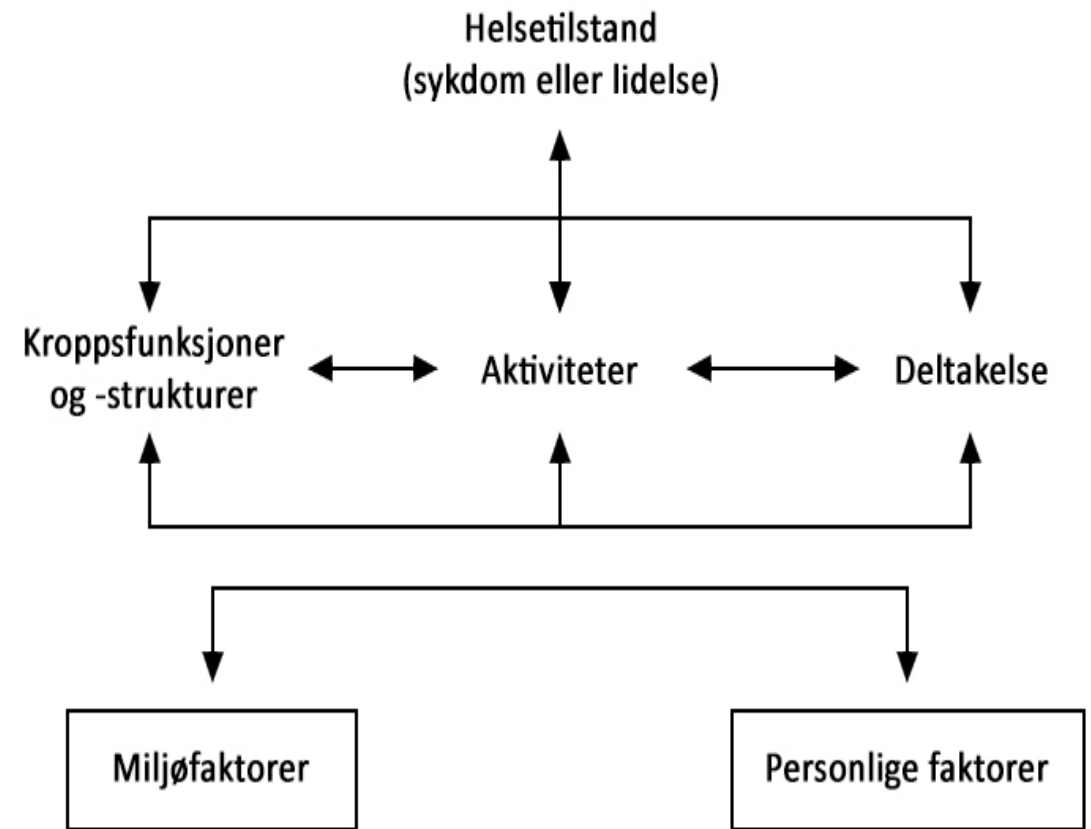
- Hjemmeboende seniorer
- Mennesker med nedsatt funksjonsevne
- Langtidssyke
- Personer i en livssituasjon som hindrer opprettholdelse av nettverk

Hensikten er å:

- Forebygge ensomhet og inaktivitet
- Fokuserer på funksjon og opprettholdelse av funksjon
- Støtte til å opprettholde og etablere sosiale nettverk

Teorigrunnlag

- Personens funksjon er utgangspunktet
 - Hva skal til for at personen kan delta og være aktiv?
 - Personens egne ønsker
- + Tilrettelegging av miljøfaktorer
= Økt aktivitet og deltagelse



Alle mennesker utvikler sine roller
i møte med forventninger

Teorigrunnlag

- Å legge til rette for deltagelse er *inkludering*
- Å være villig til å fortelle om sine egne ønsker og behov, gir muligheter for inkludering og for at den enkelte finner sin plass (J. H. Midtsundstad, 2013).
- Metoden Fritid med Bistand har vist at en kan legge til rette for sosial inkludering i nettverk og organisasjoner (A. Midtsundstad, 2013).
- Metoden Drop-In har vist at det er mulig å veilede til deltagelse og en god rolleutvikling for å få til ønsket forandring (J. H. Midtsundstad, 2017)

Metoden

- Trinn 1: **Behovet meldes**
 - av personen selv, pårørende, fastlege, hjemmetjenesten, omsorgsboligen eller andre
- Trinn 2: **Samtale med personen**
 - Fortell meg om livet ditt!
- Trinn 3. **Avklare behov og ønsket tilbud**
 - Bruke samtalen til å starte prosessen med å velge tilbud
- Trinn 4. **Etablere nettverk for gjennomføring**
 - Eks: eget nettverk, venninner til cafebesøk, kjørevenn, besøksvenn
- Trinn 5. **Oppfølgingsamtaler med personen og nettverkskontakt**
 - Samtaler med personen selv, nettverkskontakt, hjemmetjenesten

Arne

- Datteren tar kontakt med frivilligsentralen
- Møte med Arne – Arne forteller om sitt liv
- Lions og litteraturgruppe
- Besøksvenn til gjensidig nytte – språk og selskap
- Kjørevenner og felleskjøring
- Forandringer i helsa – nye behov

Organisering av samhandling

1. Kartlegging

2. Informasjonsflyt - Koordinering av frivillige

3. Klar ansvarsfordeling og klare kommunikasjonslinjer

4. Samhandling: Balanse mellom kommune og frivillige

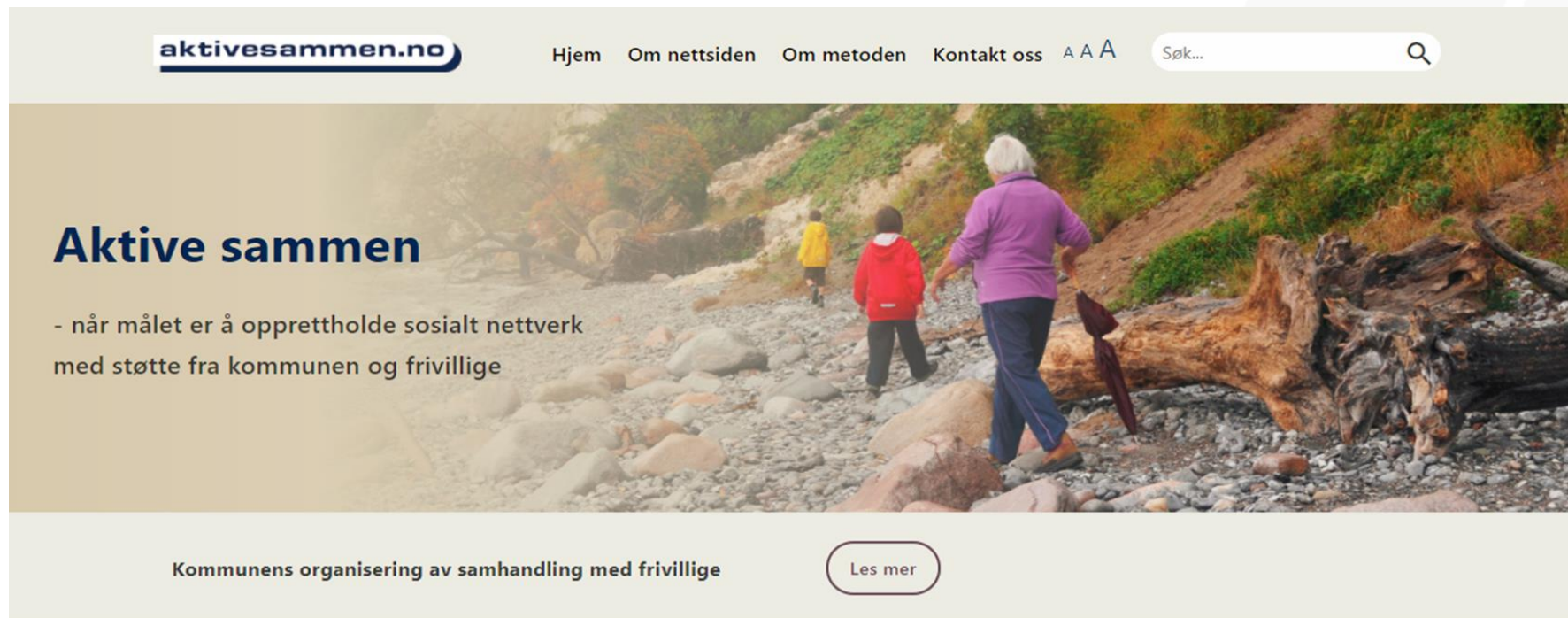
Hvorfor fungerer det godt med frivillige i metoden Aktive sammen?

- Samarbeid og koordinering
- Samskaping: møte hverandre med respekt som likeverdige partnere med ulike roller og ansvar
- utfordringer: frivillige og ikke ansatte
- Løsninger:
 - Skille mellom frivilliges oppgaver og offentlig ansattes oppgaver
 - Frivillige gjør ikke oppgavene til offentlig ansatte
 - Ikke *EN* frivillig - men grupper eller nettverk, - mindre sårbart
 - Koordinator er fast ansatt og tar seg av drift – det er ikke frivilliges oppgave

Ringvirkninger

- Metoden får frem felles behov hos kommunens innbyggere
- Ønskene knytter seg ofte til stedet der de bor og viser seg å være de viktigste miljøfaktorene for deltagelse
- Når miljøfaktorene tilrettelegges for en senior, blir det ofte et tilbud for flere i samme situasjon
- Aktive sammen viser at samarbeidet mellom frivillige og kommunen er mulig og svært viktig for morgendagens omsorg i inkluderende kommuner

Mer informasjon om metoden finner du på aktivesammen.no



The screenshot shows the website header with the logo 'aktivesammen.no' and navigation links: 'Hjem', 'Om nettsiden', 'Om metoden', and 'Kontakt oss'. There are also font size controls and a search bar. The main content area features a large image of three people walking on a rocky path. Below the image is the title 'Aktive sammen' and a subtitle: '- når målet er å opprettholde sosialt nettverk med støtte fra kommunen og frivillige'. At the bottom of this section is a link 'Kommunens organisering av samhandling med frivillige' and a 'Les mer' button.

Metodens 5 trinn:

Trinn 1

Behovet meldes >

Trinn 2

Samtale med personen >

Trinn 3

Avklare behov og ønsket tilbud >

Trinn 4

Etablere nettverk for gjennomføring >

Trinn 5

[Oppfølgingssamtaler med person og nettverkskontakt](#) >