



**Social- og
Boligstyrelsen**

Fritidsklar

– Guide til individuel
fritidsvejledning

**En indsats til børn og unge
med handicap**

Viden til gavn

Publikationen er udgivet af:

Social- og Boligstyrelsen
Lerchesgade 35, 5
5000 Odense C
Tlf: 72 42 37 00
E-mail: info@sbst.dk
www.sbst.dk

Januar 2026

Layout: 4PLUS4

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

Digital ISBN: 978-87-85236-92-0

Indhold

Introduktion til guiden	5
Den samlede indsats.....	5
Målgruppen for fritidsvejledning.....	6
Din rolle som fritidsvejleder.....	6
 Fritidsvejledning til børn med handicap.....	 7
Tilpasning til den enkelte.....	7
Tryk og tillidsfuld relation.....	8
Inddragelse af barnets perspektiver	9
Inddragelse af forældrenes perspektiver	9
 Fritidsvejledningsforløb	 10
Afdækning	11
Brobygning	15
Afslutning	19
 Skabeloner og redskaber.....	 22
Skabelon: Information om opstartsmøde i fritidsvejledningsforløb.....	23
Skabelon: Barnets fritidsprofil.....	25
Skabelon: Fritidsklar – Registreringsark	27
Redskab: Overblik over fritidstilbud	28
Redskab: Deltagelsesspiralen	29
Redskab: Deltagelsesstjernen	31
Redskab: Fritidsklar – Inspirationsmateriale til fritidstilbud	33

Introduktion til guiden

Denne guide er målrettet dig, som skal fungere som fritidsvejleder i indsatsen *Fritidsklar* og støtte børn og unge med handicap i at blive en del af et fritidsfællesskab gennem et individuelt fritidsvejledningsforløb over en afgrænset periode. Som fritidsvejleder kan du være med til at åbne døren til fællesskaber, udvikling og trivsel – og gøre en afgørende forskel for et barns livskvalitet.

Guiden består af en indledende rammesætning efterfulgt af en beskrivelse af hvilke overvejelser og aktiviteter, der indgår i et vejledningsforløb. For overblikkets skyld er forløbet inddelt i tre dele, som tilsammen udgør et fritidsvejledningsforløb. De tre dele er:

- **Afdækning** – her udforskes barnets interesser, behov og motivation, og dette holdes sammen med mulighederne i familien og i fritidstilbud.
- **Brobygning** – her udføres konkrete aktiviteter, omkring introduktion, følgeskab og samarbejde om deltagelse med barn, forældre og foreningsliv.
- **Afslutning** – her er der fokus på at sikre den fortsatte deltagelse og evt. at støtte alle parter i en konstruktiv erfaringsdannelse ud fra forløbet.

Typisk vil de tre dele udføres i den nævnte rækkefølge, men for nogle forløb vil der kunne opstå behov for at veksle mellem især afdækning og brobygning, efterhånden som du sammen med barnet og fritidstilbuddet bliver klogere.

Hvert afsnit indeholder konkrete forslag til, hvordan du kan tilrettelægge og gennemføre et inkluderende og meningsfuldt forløb for barnet eller den unge med handicap og for familien. Der er også forslag til konkrete redskaber, du kan bruge undervejs. Du finder alle redskaberne sidst i guiden.

Den samlede indsats

Den samlede indsats for at understøtte børn og unge med handicap i at deltage i fritidsfællesskaber er beskrevet i *Fritidsklar – En indsats for børn og unge med handicap*. Her beskrives indsatsens teoretiske grundforståelse og begreber, organisatoriske forudsætninger, kerneelementer mv. Som en del af *Fritidsklar*, skal der også arbejdes med samarbejdet i kommunen, fx mellem socialafdelingen og fritidsafdelingen, og samarbejdet mellem kommunen og de lokale fritidstilbud. Dette samarbejde er fundamentet for din indsats som fritidsvejleder og er beskrevet i *Fritidsklar – Guide til internt og eksternt samarbejde*.



Find alle materialer til *Fritidsklar* på Social- og Boligstyrelsens hjemmeside.

Målgruppen for fritidsvejledning

Denne guide handler om fritidsvejledning, som er rettet mod at støtte børn og unge med alle typer af handicap i alderen 6-16 år i deres deltagelse i almene fritidstilbud. For læsevenlighedens skyld bruges betegnelsen "barn" eller "børn" i resten af guiden som gældende for målgruppen af børn og unge med handicap med mindre andet er angivet.

Afhængig af barnets samlede funktionsniveau og støttebehov kan guiden også anvendes til at understøtte deltagelse i specialhold eller andre målrettede tilbud til målgruppen.

Den individuelle vejledning beskrevet i denne guide er ikke rettet mod børn med handicap, hvor deres samlede funktionsniveau og støttebehov gør, at de kun kan deltage i højt specialiserede og afgrænsede fritidstilbud. Her vil guiden være utilstrækkelig, og særligt tilrettelagte tilbud samt varige støtteordninger med individuel støtte vil skulle overvejes.

Din rolle som fritidsvejleder

Vejledning til børn med handicap kræver både viden om det at leve med et handicap og pædagogiske kompetencer til at støtte barnets udvikling.

Før du går i gang med egentlige vejledningsforløb skal du læse denne guide grundigt igennem og orientere dig i indsatsbeskrivelsen *Fritidsklar – En indsats for børn og unge med handicap*, hvor indsatsens opbygning, samt de centrale begreber og kerneelementer er udfoldet. Du skal også kende din kommunes konkrete rammesætning af tilbuddet om fritidsvejledning til børn med handicap, så du ved, hvad du kan – og ikke kan – tilbyde hjælp til.

Din opgave med fritidsvejledning kan være organiseret forskellige steder. Typisk er du ansat i kommunen, hvor du sammen med nogle kolleger har det som arbejdsopgave. Det kan også være, at kommunen har valgt at indgå aftale med en anden aktør om at varetage opgaven. Det kan fx være en organisation eller forening fra civilsamfundet, som du er tilknyttet.

Denne guide beskriver din fritidsvejlederopgave. Derudover kan der være lokale beslutninger om, at du også skal varetage andre opgaver, som knytter sig til *Fritidsklar*. Din rolle kan således også omfatte opgaver inden for følgende områder:

- **Kommunikation:** Bidrage til at sprede information om indsatsen til målgruppen, til fritidstilbud og på tværs af relevante kommunale aktører.
- **Samarbejde:** Opbygge og vedligeholde relationer på tværs af lokale fritidstilbud, skoler og relevante kommunale aktører, samt sparring om inklusion og handicap for fritidstilbud.
- **Rekruttering:** Sikre en kontinuerlig rekruttering af deltagere til indsatsen gennem opsøgende arbejde og/eller lokale fritidsarrangementer.
- **Koordinering af forløb:** Have overblik over børn i forløb og den ansvarlige fritidsvejleder for forløbene, erfaringsudveksling mellem fritidsvejledere mv.
- **Overblik over fritidstilbud:** Udarbejde og opdatere det lokale overblik over fritidstilbud i kommunen.

Fritidsvejledning til børn med handicap

Når du vejleder børnene og deres familier om fritidsliv, er der nogle faglige opmærksomheder, som du skal forholde dig til og reflektere over undervejs for at sikre en god proces.

Tilpasning til den enkelte

Du skal altid sørge for at tilpasse vejledningsforløbet med afsæt i din viden om det enkelte barns behov. Det vil variere i hvilket omfang, barnet har brug for vejledning, hvordan formen skal være, og hvilket indhold der skal lægges vægt på. Du skal derfor altid anvende guiden og redskaberne fleksibelt og tilpasse din vejledning til barnets støttebehov. Nogle børn vil kun have behov for en let støtte for at komme ind i et fritidsfællesskab, mens andre kan have brug for længere tids vejledning og støtte for at kunne se muligheder, blive motiveret, turde at prøve noget nyt og holde fast i en aktivitet.

Faglige greb, som du kan bruge i tilpasningen af vejledningsforløbet

- **Information:** Forbered barnet og familien bedst muligt ved at sende informationsbrev eller -film om fritidsvejledningen til barn og forældre (se *Information om opstartsmøde i fritidsvejledningsforløb* sidst i den-
ne guide).
- **Tydeligt formål og rollefordeling:** Sørg for, at barnet forstår formålet med jeres samarbejde, hvad en fritidsvejleder er, og hvad rollefordelingen er mellem jer.
- **Form:** Tilpas vejledningsforløbenes varighed, hold pauser eller stop et møde, hvis barnet bliver træt.
- **Struktur:** Anvend tydelig struktur i møderne, og brug evt. visualisering af tid.
- **Tilgang:** Vær åben, nysgerrig og udforskende i samspillet med barnet.
- **Klar kommunikation:** Sørg for at kommunikationen er afstemt efter barnets alder og funktionsniveau. Undgå ironi, dobbelttydighed og abstrakt sprogbrug.
- **Tid og opmærksomhed:** Giv barnet god tid til at svare i dialogen, og vær opmærksom på barnets tegn og signaler undervejs (verbale og nonverbale).

Tryk og tillidsfuld relation

Særligt i starten af et forløb skal du arbejde målrettet på at opbygge en tillidsfuld og tryk relation til barnet og forældrene. En stærk relation skaber grobund for et konstruktivt samarbejde, hvor barnet og forældrene får lyst og mod til at dele deres interesser, ønsker og forudsætninger for forløbet. Kender du barnet i forvejen, kan dette være en værdifuld ressource i relationsarbejdet.

Hvis barnet og forældrene tidligere har haft negative erfaringer med fritidsfællesskaber, er en god relation afgørende for, hvordan du kan understøtte barnets deltagelse. Tidligere oplevelser kan påvirke deres motivation for at deltage, og du må derfor være ekstra opmærksom på at skabe en tryk kontakt som fundament for samarbejdet. Brug evt. redskabet *Deltagelsesspiralen* til også at overveje, hvordan du kan indtage forskellige roller for bedst at understøtte barnet.

Relationsarbejdet er en vedvarende proces, som i nogle tilfælde forløber let, mens det i andre kræver mere af dig. Afhængig af din faglige baggrund og tidligere erfaringer, kan det være relevant at søge inspiration til arbejdet med relationer. Et godt sted at starte er ved fx at bruge ICDP.

ICDP – International Child Development Programme

- ICDP er en metode til relationsarbejde, der styrker samspillet mellem voksne og børn ved at tage udgangspunkt i barnets behov.
- Gennem tre former for dialog – den følelsesmæssige, den meningsskabende samt den guidende og vejledende dialog – arbejder ICDP med konkrete temaer og principper til at støtte barnet både følelsesmæssigt og socialt. Især for børn med handicap kan ICDP bidrage til at skabe en tryk og forudsigelig ramme, hvor barnet får mulighed for at deltage i samspillet på egne præmisser.
- Læs mere om ICDP på hjemmesiden for Dansk Center for ICDP.

Inddragelse af barnets perspektiver

Barnets perspektiv skal inddrages fra start til slut i forløbet. Dette er med til at kvalificere de beslutninger, der skal træffes, og sikre et godt match mellem barn og fritidsaktivitet.

I afdækningen skal barnet inddrages for, at du kan få adgang til viden om barnets ønsker, forudsætninger og motivation for deltagelse, ligesom barnets perspektiv skal vægtes højt i valg af fritidstilbud. I brobygningen spiller barnets perspektiv en central rolle i at sikre, at der laves aftaler om barnets deltagelse, som barnet føler sig tryk ved og engageret i. Og i afslutningen af forløbet vil barnets egne erfaringer og refleksioner være afgørende for, at der skabes bedst mulige betingelser for, at barnet fortsætter i fritidstilbuddet efter din vejledning og støtte er afsluttet.

I arbejdet med at inddrage barnets perspektiv kan du lade dig inspirere af L. Lundys model for inddragelse.

L. Lundys model for inddragelse af barnet i praksis

- Modellen understøtter fagfolk i at inddrage barnet aktivt og reelt.
- Modellen består af fire elementer: rum, stemme, tilhørere og indflydelse. De skal alle i spil for, at barnet får mulighed for at udtrykke sig, bliver lyttet til, og får medbestemmelse i beslutninger. Modellen er særligt relevant i arbejdet med børn med handicap, hvor det kræver ekstra opmærksomhed at sikre at barnets stemme bliver hørt og respekteret. Den kan bruges til alle børn og unge med handicap.
- Læs mere om modellen i Social- og Boligstyrelsens inspirationsmateriale *Inddragelse af børn og unge med autisme i egen sag* (2022), eller på Videnscenter om børneinddragelse og udsatte børns livs platform, begge dele på www.sbst.dk.

Inddragelse af forældrenes perspektiver

Forældrenes perspektiv spiller en central rolle for barnets deltagelse i fritidslivet – både under forløbet med dig og efter din indsats er afsluttet. I afdækningen bidrager forældrene med vigtig viden om familiens ressourcer og eventuelle barrierer for at støtte op om barnets deltagelse. I brobygningen er deres indsigt fundament for, at du kan udarbejde en solid og realistisk plan både for barn og fritidstilbud. Når forløbet afsluttes, er forældrenes input med til at klarlægge, hvordan deltagelsen bedst muligt kan fortsætte.

Forældre vil ofte naturligt være optagede af at beskytte deres barn mod nederlag. Denne beskyttende tilgang kan udgøre en barriere, der begrænser barnets muligheder for deltagelse. Det er derfor vigtigt, at du møder forældrenes bekymringer med forståelse, og at I arbejder sammen om at mindske risici og skabe trygge rammer.

Fritidsvejledningsforløb

Et fritidsvejledningsforløb består af afdækning, brobygning og afslutning. Forløbet er i de nedenstående afsnit beskrevet som lineært, men i virkeligheden vil du opleve at nogle forløb vil have behov for, at du fx veksler mellem afdækning og brobygning efterhånden, som I bliver klogere, og gør jer nogle deltagelserfaringer.

Nedenstående beskrivelser er vejledende og skal ikke nødvendigvis følges trin for trin. Det væsentlige er, at du overvejer alle de beskrevne temaer og ud fra disse overvejelser giver et vejledningsforløb, der er tilpasset det barn, der tager i mod det.

Afdækning

Forløbet startes ved at afdække barnets ønsker, kompetencer og forudsætninger, samt evt. motivation. Også familiens forudsætninger for at støtte op om fritidsdeltagelsen afdækkes.

Fritidsvejlederen hjælper familien med at få overblik over mulighederne for fritidsaktiviteter. Har barnet et specifikt ønske, er det vejlederens opgave at hjælpe med at undersøge mulighederne og afdække både ressourcer og barrierer for barnets deltagelse.

Hvis der er et ønske om at prøve et fritidstilbud, aftales dette. Aftalen er gensidig og frivillig. Det er barnet, der vælger det fritidstilbud, som skal afprøves ud fra de muligheder, som er fundet. Ved behov for yderligere afklaring involveres fritidstilbuddet.

Målet med afdækningen er at give barnet de bedste forudsætninger for at blive en del af et fritidsfællesskab. Det handler om, at du sammen med barnet og forældrene får en fælles forståelse af, hvad barnet har lyst til, og hvad der skal til for, at det bliver muligt.

Du skal derfor lære barnet at kende: Hvad interesserer barnet sig for? Hvad motiverer barnet til at deltage i en aktivitet? Hvad har barnet brug for, for at kunne være med? Hvordan kan forældrene eller andet netværk støtte op? Og hvad findes der af aktiviteter i området? Med den viden kan du hjælpe med at finde en aktivitet, der passer til barnet.

Alt det, man finder ud af i afdækningen, skal også bruges i det efterfølgende forløb. Og du vil nogle gange opleve, at du undervejs i forløbet har brug for at afdække nye spørgsmål efterhånden, som I prøver ting af sammen og gør jer erfaringer.

I den indledende kontakt med barnet og familien er det vigtigt at have en fælles forståelse af, hvad fritidsvejledningen går ud på, hvad du kan (og ikke kan) hjælpe med, og at det er en tidsbegrænset støtte. Dette er med til at sikre at de ting, der sættes i værk, peger hen mod tiden efter din involvering, hvor det er målet, at barnets fritidsdeltagelse fortsætter uden din støtte.

Nedenfor er følgende temaer i afdækningen beskrevet nærmere:

- Barnets ønsker
- Motivation
- Barnets forudsætninger
- Familiens muligheder
- Lokale muligheder og valg af fritidstilbud

Barnets ønsker

Valget af fritidsaktivitet skal som udgangspunkt tage afsæt i barnets ønsker. Hverdagsaktiviteter for et barn med handicap vil ofte være defineret af hvad, der kan gavne barnet, fx træning, der styrker barnets balancesans eller styrker barnets koncentrationsevne. Men i denne indsats handler det først og fremmest om barnets ønsker for en fritidsaktivitet. Dernæst kan man tage højde for økonomi, transport, hvad der passer ind i familiens hverdag osv.

Det er derfor din opgave at være nysgerrig og spørge ind til barnets interesser og ønsker for sit fritidsliv. Spørg også ind til baggrunden for ønskerne, da det fx er væsentligt at vide, om det er aktiviteten, der trækker, eller det faktum at en klassekammerat går til det. Du skal også ved behov hjælpe barnet med at få overblik over udbuddet af lokale fritidstilbud på en måde, der er afstemt til barnets forståelse og erfaringer.

Din opgave er at sikre, at barnet kommer til orde og høres i samtalen. Dette vil kræve, at du tilpasser din kommunikation til barnets alder og forudsætninger. Nogle børn vil også have behov for, at du hjælper med at konkretisere de mulige fritidstilbud gennem besøg eller lokale arrangementer, hvor forskellige tilbud præsenteres. Nogle børn vil have glæde af, at du bruger visuelle redskaber i afdækningen. Det kan fx være, at du har billeder eller tegninger, som I kan tale ud fra, at I kigger på foreningers hjemmesider sammen eller tegner et fælles mindmap af det, I taler om. Der findes en række redskaber, du kan vælge at bruge.



Forslag til redskaber

"Barnets fritidsprofil" kan bruges til at afdække ønsker, motivation, kompetencer, barrierer og muligheder.

"Overblik over fritidstilbud" har inspiration til forskellige redskaber til samtalen med barnet omkring valg af fritidsaktivitet.



OBS

Børnene og familierne vil have varierende erfaringer med deltagelse i fritidsaktiviteter. For nogle vil disse erfaringer være dårlige, og det vil kræve en større indsats fra din side at få parkeret de dårlige erfaringer og få fokus på ønskerne og mulighederne.

Motivation

Afdæk barnets motivation for at blive en del af et fritidsfællesskab. Hvorfor vil de gerne gå til netop denne fritidsaktivitet? Hvad har de af forventninger til aktiviteten? Hvad tænker de om deres egen rolle og andres rolle i aktiviteten?

Motivation er afgørende for, at deltagelse lykkes, da det handler om barnets drivkraft til at handle. Barnets motivation kan være påvirket af indre faktorer, såsom tidligere erfaringer med at deltage og følelser forbundet hermed. Den kan også være påvirket af ydre faktorer, såsom familiens traditioner for fritidsliv, kammeraters interesser, økonomi, osv.

Afdæk, hvilke indre og ydre faktorer, der påvirker barnets motivation. Fokuser på, hvordan tidligere positive eller negative erfaringer fra fritidsdeltagelse påvirker barnets selvopfattelse og motivation. Fx kan de komme til udtryk i barnets selvforståelse, i barnets (manglende) tro på egen evner til at deltage eller i barnets forventninger til, hvad fællesskaber er og kan.

Hvis barnet har svært ved at finde motivation for at skulle prøve fritidsaktiviteter, er det vigtigt, at du fokuser på, hvad der ligger bag eventuel tøven og forbehold. Hvis I sammen er nysgerrige på de bagvedliggende barrierer, så kan I også sammen forsøge at finde veje til at overkomme eller omgå dem.



Forslag til redskaber

"Barnets fritidsprofil" kan bruges til at afdække ønsker, motivation, kompetencer, barrierer og muligheder.

"Deltagelsesspiralen" kan bruges som forståelsesramme til din afdækning af, hvordan erfaringer påvirker motivation mv. hos barnet og til at være bevidst om hvilken rolle, barnet har behov for, at du (og andre omkring barnet) indtager.



OBS

Tag manglende motivation seriøst og mød barnet der, hvor han eller hun er. Start med små skridt, hvor succeskriterier og anerkendelse matcher situationen.

Barnets forudsætninger

Afdæk barnets forudsætninger for at deltage, ved at fokusere på barnets samlede funktionsniveau og kognitive, sproglige, fysiske og sociale forudsætninger samt personlighed. Det er også væsentligt, at du sammen med barnet afdækker forhold, der enten kan fremme eller hæmme barnets deltagelse.

Afdækningen vil i mange samtaler naturligt blive koblet til overvejelser omkring valg af fritidstilbud, da det hænger tæt sammen med, hvilke kompetencer og ressourcer deltagelsen forudsætter og hvilke barrierer, der er for barnets deltagelse i aktiviteter.

Du vil måske skulle styre denne del af afdækningen ret meget, så der sikres et fokus på ressourcer hos barnet og mulighederne for at blive del af et fritidsfællesskab, fremfor alt det, der måske ikke kan lade sig gøre. I afdækningen af de barrierer, der måtte være for deltagelsen, er det vigtigt at italesætte dem som noget, der kan overkommes for, at ressourcerne og mulighederne kan komme i spil. Afdækningen skal være en fælles snak om, hvad der skal til, for at barnet kan deltage.



Forslag til redskaber

"Barnets fritidsprofil" kan bruges til at afdække ønsker, motivation, kompetencer, barrierer og muligheder.

"Deltagelsesstjernen" kan bruges til at afdække, hvad I skal tage højde for og justere på for, at barnet kan deltage i aktiviteten.



OBS

Forældre – og andre voksne omkring barnet – kan have nogle klare forestillinger om både barnets ressourcer og de barrierer, der måtte være for barnet. Du bør derfor have opmærksomhed på at inddrage barnet i at italesætte udfordringer og komme på mulige løsninger.

Familiens muligheder

Afdæk familiens muligheder for at støtte deres barns deltagelse i et fritidstilbud. Det er vigtigt at finde ud af, hvordan familien kan støtte, da tid, økonomi og overskud i hverdagen har stor betydning for, om barnet fortsætter i fritidstilbuddet, særligt når din involvering som fritidsvejleder er afsluttet. Det er også vigtigt, fordi familiens støtte styrker barnets tryghed og motivation, og dermed gør det lettere at fastholde deltagelsen over tid. Denne del af afdækningen skal forsat tage udgangspunkt i barnets konkrete ønsker for fritidsdeltagelse.

Brug gerne *Deltagelsesstjernen* til at sikre, at I kommer omkring alle aspekter, og at alle får et fælles billede af, hvilke faktorer i familien, der kan fremme og hæmme familien i at understøtte barnets deltagelse.

Hvis afdækningen har identificeret barrierer for, at familien kan understøtte barnets deltagelse, skal du så vidt muligt hjælpe med at finde løsninger, der kan overkomme disse. Det kan fx være, at forældrene skal støttes i at få øje på muligheder og ressourcer, at ressourcepersoner i familiens netværk kan involveres eller at forældrene støttes i at søge om aktivitetshjælpemidler til barnet.

Du skal ligeledes overveje, om der er barrierer i familien, som det på den ene eller anden måde er nødvendigt at kompensere for i det videre arbejde. Det kan fx være i relation til transport til og fra fritidstilbuddet.



Forslag til redskaber

"Barnets fritidsprofil" kan bruges til at afdække ønsker, motivation, kompetencer, barrierer og muligheder.

"Deltagelsesspiralen" giver et billede af de forskellige roller, man kan indtage for at støtte barnet bedst muligt.

"Deltagelsesstjernen" kan bruges til at afdække, hvad I skal tage højde for og justere på for, at barnet kan deltage i aktiviteten.



OBS

Forældre kan have svært ved at se mulighederne for deres barn og vil måske forsøge at beskytte deres barn mod potentielle svære situationer og nederlag.

Lokale muligheder og valg af fritidstilbud

Find det bedst mulige match mellem de lokale muligheder for fritidstilbud og barnets ønsker, forudsætninger og motivation under hensyntagen til familiens muligheder.

På baggrund af den viden du har afdækket under de ovennævnte temaer vælges i fællesskab et fritidstilbud, som barnet gerne vil prøve at deltage i. Det kan være relevant at kontakte fritidstilbuddet, inden valget foretages, hvis der er noget, der skal afklares i forhold til konkrete barrierer, eller hvis det er et tilbud, som du ikke allerede har kendskab til og samarbejde med.

Du skal vejlede, støtte og klæde barnet på til at træffe beslutningen med afsæt i den fælles viden fra afdækningen. Hvis barnet eller familien er tøvende i forhold til det videre forløb, kan valget italesættes som et første forsøg, hvor der åbnes for at justere eller omgøre valg, når I har gjort jer nogle erfaringer.

Du skal have kendskab til de lokale fritidstilbud og deres indhold eller alternativt have mulighed for at undersøge nærmere. Hvis barnet har mange ønsker, eller der er mange spørgsmål, som skal undersøges nærmere, kan I evt. lave en top tre. Så er der flere muligheder, hvis den første ikke fungerer, eller hvis barn og familie får mod på at gå til flere aktiviteter.



Forslag til redskaber

"Barnets fritidsprofil" kan bruges til at afdække ønsker, motivation, kompetencer, barrierer og muligheder.

"Overblik over fritidstilbud" har inspiration til forskellige redskaber til samtalen med barnet omkring valg af fritidsaktivitet.



OBS

I nogle tilfælde vil fritidstilbuddets ressourcer ikke kunne matche barnets ønske og behov. Så er det din opgave at vejlede barnet i en anden relevant retning, som barnet vil kunne få succesoplevelse ved.

Brobygning

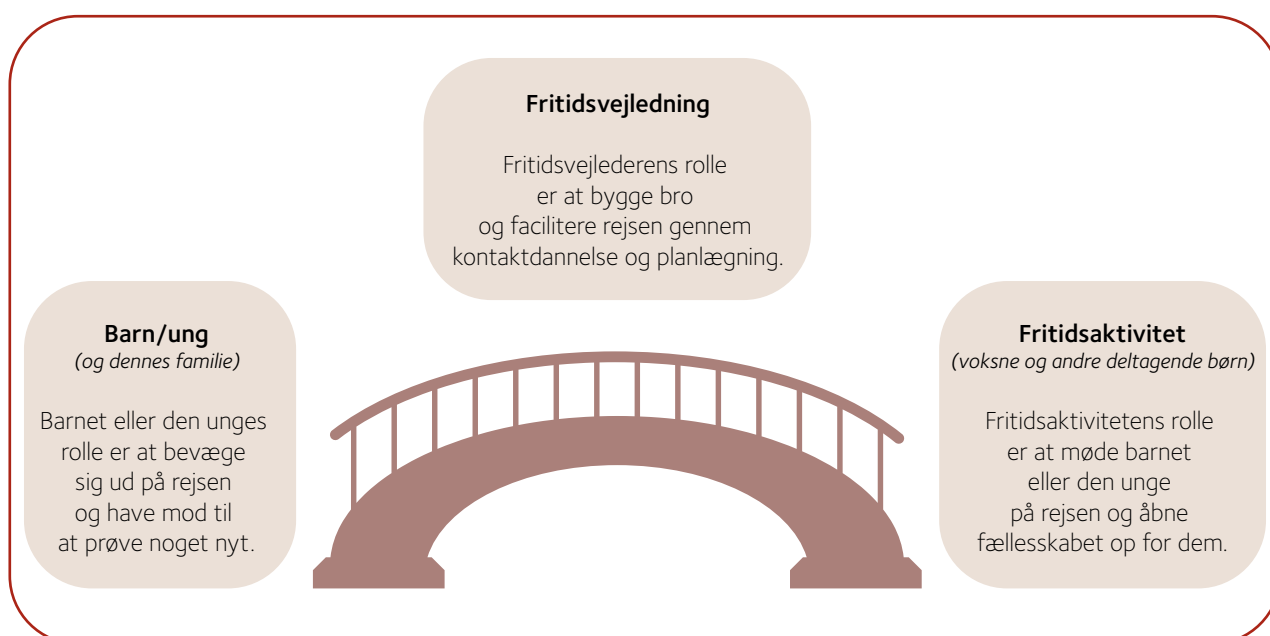
Når barnet har valgt en aktivitet, udarbejder fritidsvejlederen en plan for opstart og brobygning. Aftaler kan være mere eller mindre skriftlige afhængigt af barnets behov, men det er væsentligt, at der er konkrete aftaler, navngivne kontaktpersoner samt opgavefordeling mellem fritidsvejleder, fritidstilbud og familie.

Målet er, at barnets deltagelse i fritidsaktiviteten efter opstarten kan fungere uden fritidsvejlederens støtte. Dette kan kræve tilpasninger i tilbuddet, som kan være af kortere eller længerevarende karakter. Dette aftales med tilbuddet.

Efter opstart følger fritidsvejlederen op regelmæssigt og sikrer, at aftalerne overholdes og laver eventuelle justeringer, hvis der er behov for det. Hvis deltagelsen ikke fungerer – og det ikke kan løses med justeringer – bør deltagelsen afbrydes, og barnet tilbydes støtte til at finde et mere passende fritidstilbud.

Næste skridt i fritidsvejledningen er selve brobygningen mellem barnet og det valgte fritidstilbud. Din rolle er her at planlægge og koordinere en god og realistisk proces omkring opstart i fritidstilbuddet i samarbejde med barnet og forældrene på den ene side og fritidstilbuddet på den anden side.

Derudover skal du støtte barnet i at deltage i det valgte fritidsfællesskab og støtte fritidstilbuddet i at modtage og inkludere barnet. Med afsæt i den indledende afdækning er det hensigten at skabe de bedste betingelser for barnets deltagelse i fritidsfællesskabet.



Nedenfor er følgende temaer i brobygningen beskrevet nærmere:

- Aftaler omkring deltagelse
- Støt barnets deltagelse
- Støt fritidstilbuddet i at modtage barnet
- Vurder match mellem barn og fritidstilbud

Aftaler omkring deltagelse

Lav en fælles plan, der støtter op om barnets deltagelse i det valgte fritidstilbud. Planen skal både tage afsæt i barnets perspektiv og i fritidstilbuddets perspektiv. Aftaler kan evt. skrives ind i din eksisterende registrering omkring forløbet, som derved sikrer, at du har alle oplysninger og aftaler samlet et sted. Se skabelonen *Fritidsklar – Registreringsskema* for et bud på, hvordan din løbende registrering kan se ud.

Planer og aftaler justeres løbende efter behov, hvorefter det er vigtigt, at alle parter kender den nye plan. Afhængig af de involveredes behov og aftalernes kompleksitet kan der være behov for at skrive aftaler ned i et dokument, som kan deles med både familie og fritidstilbud.

Aftalerne i planen skal beskrive, hvordan barnet skal støttes i at deltage i fritidstilbuddet, og hvordan fritidstilbuddet skal støttes i at modtage barnet. En del af dette er også praktiske aftaler omkring fx kontaktpersoner. Særligt fokus er typisk nødvendigt omkring opstart i aktivitetstilbuddet, men også særarrangementer som stævner, lejre eller lignende kan indeholde barrierer, som der skal planlægges omkring og laves aftaler for.

En vigtig del af samarbejdet er også at være tydelig omkring, hvad fritidsvejledningen går ud på, og at det er en tidsbegrænset håndsrækning. Målet er, at deltagelsen på sigt skal kunne fungere uden din støtte. Det kan derfor være en fordel fra start af at aftale en dato for, hvornår forløbet forventes afsluttet eller et estimat af, hvor længe et forløb varer. Kommunen kan også vælge at have et tilbud om, at man som familie eller fritidstilbud kan henvende sig igen ved behov.

Der er typisk behov for at lave aftaler omkring:

- Opstarten – hvad skal på plads inden opstart, og hvordan foregår opstarten trit for trit?
- Målsætning – hvad arbejder I henimod?
- Ansvar og kontakt – hvem tager ansvar for hvad, og hvem er barnet og familiens kontakt i tilbuddet?
- Forventninger til forløb – hvad er fritidsvejlederes rolle, og hvor længe er forløbet med fritidsvejlederen.

Det er dig, som i samarbejde med barnet, forældrene og fritidstilbuddet laver aftalerne og planen. Du kan tage afsæt i *Deltagelsesstjernen* for at sikre, at du kommer omkring alt det, der er relevant at lave aftaler for. Gør det så konkret som muligt. Planen skal være realistisk og tage højde for barnets forudsætninger for deltagelse, som er identificeret i afdækningen. Det er vigtigt, at alle aftaler er forståelige og tydelige for barnet.

Ofte vil det føles mest naturligt at lave mundtlige aftaler, når man mødes eller taler sammen i telefon. Men vær opmærksom på, at barnet kan have behov for at aftaler mv. skrives ned, både for at kunne huske aftaler og for at kunne få overblik over, hvad der skal ske.



Forslag til redskaber

"Fritidsklar - Registreringsskema" er en skabelon, som kan bruges til at holde styr på den administrative del omkring vejledningsforløbene.

"Deltagelsesstjernen" kan bruges til at sikre, at alle aftaler tager højde for og er justeret i forhold til de barrierer, der er for, at barnet kan deltage i aktiviteten.



OBS

Lav tydelige aftaler med familien om, hvilken viden, der må deles med hvem. Dette både for at sikre tilliden i jeres samarbejde og for, at I lever op til gældende lovgivning om GDPR vedr. deling af personfølsomme oplysninger.

Støt barnets deltagelse

Støt barnet i at deltage i det valgte fritidstilbud med afsæt i viden fra afdækningen. Støtten skal tage udgangspunkt i barnets behov og kan omfatte mange ting, som fx at motivere og skabe tryghed, at følge med i en opstartsperiode og/eller at hjælpe med at oversætte de uskrevne regler i fællesskabet. Hensigten er at skabe de bedste betingelser for barnets deltagelse i det valgte fritidsfællesskab.

Hvilke aftaler barnet har brug for, at der er for at kunne deltage, vil variere fra barn til barn og også være afhængigt af, hvilket tilbud barnet skal deltage i. Lav også aftaler om hvornår og hvordan, der skal følges op på samarbejdet. Det er dit ansvar, at der systematisk følges op. Det kan altså ikke blot være formuleret som en aftale om, at parterne må tage kontakt efter behov.

Det er særligt væsentligt at have fokus på forberedelse af opstarten i et nyt fritidsfællesskab. Afhængig af barnets forudsætninger kan der fx være behov for at søge om særlige hjælpemidler eller aktivitetsudstyr. Foreninger kan søge via folkeoplysningsloven, og enkeltpersoner kan søge via serviceloven. Som forberedelse af barnet kan det også være relevant at besøge fritidstilbuddet og møde en aktivitetsansvarlig forud for opstart.

Forholdsvis kort tid efter barnets opstart i fritidstilbuddet vil det være godt at følge op på, om opstarten er gået som planlagt, og om aftalerne fungerer efter hensigten. Ved behov kan eventuelle justeringer i aftalerne foretages med det samme. Derefter vil det variere fra forløb til forløb, hvor ofte og over hvor lang tid, der er behov for opfølgning. Anbefalingen er at et forløb varer i 6-12 mdr., men det vil altid skulle tilpasses ud fra sæsonskift og fritidstilbuddets årshjul af aktiviteter.

Hvis der er behov for justeringer i forløbet og aftalerne, så er det din rolle at være den koordinerende tovholder, der sikrer, at barnet har indflydelse på justeringerne, og at ændringerne formidles til alle parter.

Støt fritidstilbuddet i at modtage barnet

Støt fritidstilbuddet i at modtage barnet med afsæt i viden fra afdækningen. Hensigten er at skabe de bedste betingelser for barnets deltagelse i det valgte fritidsfællesskab.

Aftalerne, der er blevet indgået, er styrende for samarbejdet og vil variere fra barn til barn. Det aftales derfor også hvornår og hvordan, der skal følges op på forløbet. Forholdsvis kort tid efter barnets opstart i fritidstilbuddet vil det være godt at følge op på, om opstarten er forløbet som planlagt, og om aftalerne fungerer efter hensigten. Ved behov kan eventuelle justeringer foretages med det samme. Du skal sikre, at opfølgning og eventuelle justeringer i planen

sker med afsæt i input og erfaringer fra både barnet, familien og fritidstilbuddet, og sikrer fælles konsensus. Du har derefter ansvar for, at alle kender de nye aftaler.

Der kan være særlige aktiviteter i fritidstilbuddet, som kræver specifik opfølgning. Det kan fx være stævner, opvisninger, lejre eller lignende, hvor der kan være øget behov for støtte.

Du skal støtte fritidstilbuddene i deres rolle i aftalerne. Støtten skal tilrettelægges ud fra det enkelte fritidstilbuds muligheder og behov, og kan finde sted både før, i opstarten og under barnets deltagelse i fritidstilbuddet.

Støttebehovet vil naturligt variere i form og indhold, fx kan støtte til, hvordan tilbuddet kan arbejde med at være rummelige og tage imod deltagere med særlige behov, både kunne finde sted i form af sparring med afsæt i det enkelte barn, der skal starte op i tilbuddet, og i vidensformidling og sparring på et mere generelt plan omkring rummelighed og handicapforståelse.

Når du skal planlægge støtten til fritidstilbuddet, kan du bruge *Fritidsklar – Inspirationsmateriale til fritidstilbud*. Her findes viden både om overordnede temaer i relation til rummelighed og mere specifik viden og inspiration i relation til udvalgte handicapmålgrupper. Her er også henvisninger til andre relevante kilder, der kan inspirere dit og fritidstilbudenes arbejde. Andre aktører fra kommunen eller lokale samarbejdspartnere fra civilsamfundet kan også involveres.



Forslag til redskaber

”Fritidsklar – Inspirationsmateriale til fritidstilbud” har inspiration til, hvordan fritidstilbud kan bidrage til at give barnet gode betingelser for at deltage. Det indeholder også inspiration til, hvordan fritidstilbuddet mere generelt kan arbejde med at gøre deres aktivitetstilbud mere rummeligt.



OBS

Du må kun dele den viden om barnet, der er givet lov til af barnet og familien. Dette er både, for at barnet og familien kan være tryk i det, som foregår, men også grundet gældende lovgivning om GDPR vedr. deling af personfølsomme oplysninger.

Vurder match mellem barn og fritidstilbud

Du skal med afsæt i den viden og erfaring fra både barnet, familien og fritidstilbuddet, som kommer frem ved opfølgninger, vurdere matchet mellem barn og fritidsaktivitet. Sørg for at sikre den fortsatte kvalitet af match mellem barn og fritidstilbud i en afvejning mellem på den ene side barnets interesser og forudsætninger og på den anden side det vurderede udbytte i form af barnets deltagelse og tilhørsforhold til fritidsfællesskabet.

Hvis du – sammen med barn og tilbud – vurderer, at der er et godt match, eller det på sigt vurderes at kunne blive det, så fortsætter indsatsen ud fra de eksisterende aftaler eller med justeringer. Hvis der undervejs i forløbet er opstået viden om barrierer for deltagelse, som I ikke var opmærksomme på, da aftalerne blev indgået, kan du sammen med barn, forældre og tilbud genbesøge afdækningen og de dertilhørende redskaber for at foretage justeringer.

Hvis du – sammen med barn og tilbud – vurderer, at der er et mindre hensigtsmæssigt match mellem barn og fritidstilbud, bør barnets deltagelse i fritidsfællesskabet ophøre, og du kan i samarbejde med barnet og dennes forældre vælge at genbesøge afdækningen og arbejde frem mod deltagelse i et andet fritidstilbud. Her vil du have en vigtig rolle i at støtte barnet og familien (og fritidstilbuddet) i omsætning af det dårlige match til en konstruktiv fortælling. Se også afsnittet omkring omsætning af erfaringer i afsnittet om afslutning af forløbet.



Forslag til redskaber

”Deltagelsesspiralen” kan bruges løbende i vejledningen til at vurdere matchet mellem barn og fritidstilbud. Her kan I kigge på, hvad der fungerer godt, og hvor og hvordan, der er brug for at støtte barnet.

Afslutning

Fritidsvejlederen skal i samarbejde med barnet, familien og fritidstilbuddet aftale, hvordan barnets forløb med fritidsvejlederen afsluttes og opstille en plan, som indeholder aftaler om fortsat understøttelse af deltagelsen efter endt vejledningsforløb.

Fritidsvejlederen skal også støtte op om den erfaringsdannelse, som vejledningsforløbet har givet anledning til og derved styrke den konstruktive fortælling om deltagelsen.

Den sidste del i fritidsvejledningen er afslutningen. Din vejledning er en midlertidig støtte, som skal give en hjælpende hånd til at se muligheder, komme i kontakt med fritidstilbud og starte op på en god måde. En klar og konstruktiv afslutning gør det lettere at slippe støtten og styrker sandsynligheden for at du opnår, at barnet, familien og fritidstilbuddet kan forsætte uden din støtte.

I afslutningen skal du i samarbejde med barnet, familien og fritidstilbuddet lave tydelige aftaler for, hvordan barnets deltagelse i aktiviteten kan fortsætte uden din støtte. Derudover skal du hjælpe barnet og familien med at omsætte erfaringerne fra forløbet til læring, så de får mod på og motivation til at opsøge nye fællesskaber fremover. Der kan evt. aftales et tidspunkt for opfølgning efter en periode uden støtte.

Nedenfor er følgende temaer i afslutningen beskrevet nærmere:

- Tilpas aftaler omkring deltagelse
- Omsætning af erfaringer
- Udfasning og afslutning af fritidsvejleders støtte

Tilpas aftaler omkring deltagelse

Når forløbet nærmer sig sin afslutning, er det din opgave at tilpasse de aftaler, der er indgået sammen med barnet og familien og med fritidstilbuddet. Planen skal være realistisk at gennemføre for alle parter, når du er ude af arbejdet. For nogle børn vil deres deltagelse i fritidstilbuddet nu være så etableret, at der ikke er behov for særlige aftaler omkring deres deltagelse. I disse tilfælde kan man gradvis fjerne aftalerne, og barnet kan deltage på samme vilkår som de øvrige deltagende børn.

Vær opmærksom på, at barnets deltagelsesmuligheder kan være tæt knyttet til enkeltpersoner i fritidstilbuddet, hvor en bestemt træner fx har en særlig relation til barnet eller lige gør lidt ekstra for at få barnet med. Her kan det være godt at have en plan, hvor nogle bestemte aftaler eller hensyn er beskrevet, selvom den virker overflødig i øjeblikket. Det vil gøre det lettere for barnet og familien at italesætte behov, hvis der fx er udskiftning i trænergruppen, eller barnet kommer med på et nyt hold. Mange fritidstilbud er eksempelvis aldersinddelt, således at børnegruppen rykker op trinvist, og måske får nye trænere/aktivitetsansvarlige efter noget tid.

Den langsigtede løsning med blivende aftaler skal gerne sættes i gang inden afslutning af forløbet, så du kan nå at sikre, at det fungerer.

Omsætning af erfaringer

I afslutningen sker der en vigtig proces omkring bearbejdning af de erfaringer, barnet har fået med at deltage i fritidsfællesskabet. Undervejs i forløbet har der med al sandsynlighed været både succeser og udfordringer for barnet og for fritidstilbuddet. Det er din opgave at støtte bearbejdningen af erfaringerne, så de bliver konstruktive for alle parter.

I nogle forløb vil succesen og den læring, deltagelsen giver, være lige til at omsætte, og i andre og måske lidt mere komplicerede forløb vil det kræve en bevidst indsats at vende en erfaring om noget, der ikke er lykkedes, til at blive en erfaring om, at "her blev vi klogere".

Deltagelsesspiralen er et centralt værktøj her, hvad enten du bruger figuren eller filmen aktivt sammen med barnet og familien, eller om du bruger den som dit eget redskab til at forberede din vejledning. Deltagelsesspiralen kan bruges til at tale med barnet om, hvad der har været godt, og hvad der har hjulpet i forløbet. På den måde kan barnet og vejlederen sammen finde idéer til, hvordan barnet kan få gode oplevelser og støtte fremover, når forløbet slutter. Mange børn med handicap vil være glade for at have noget visuelt at tale ud fra, og hvis det giver mening, kan figuren udleveres til barnet og familien, så de kan have den hængende som en lille påmindelse også efter, at forløbet er afsluttet.



Forslag til redskaber

"Deltagelsesspiralen" kan bruges til at tale om den proces, barnet har været igennem. Om hvad der har fungeret godt, og hvad der har overrasket, og hvad familien og tilbuddet evt. skal være opmærksomme på eller arbejde mere med, når forløbet med dig slutter.

Udfasning og afslutning af fritidsvejleders støtte

Gennem forløbet har du typisk fået et godt kendskab til barnet. Gennem den relation, der er opbygget, vil du potentielt være blevet en betydelig støtte for barnet. Det er vigtigt at være tydelig over for både barnet, familien og fritidstilbuddet om, at indsatsen er tidsbegrænset samt om udfasning og slutdato for din involvering.

Det kan imidlertid være vanskeligt at vide, hvornår man skal træde tilbage og overlade det til barnet og familien at fortsætte på egen hånd. Her må du forholde dig til den ramme, som kommunen har fastlagt for *Fritidsklar* og evt. bruge dine fritidsvejlederkolleger til at hjælpe med at vurdere, hvornår afslutningen skal være.

Kommunen kan også beslutte, at der som en del af tilbuddet til både familie og fritidstilbud, er mulighed for, at de kan kontakte dig efter forløbet er afsluttet, hvis der er behov for sparring omkring ændringer.

**OBS**

Der er risiko for, at barnet, familien og fritidstilbuddet under forløbet bliver afhængige af din støtte og ikke kan se, hvordan deltagelsen kan fortsætte uden. Hvis dette sker, er det væsentligt at få talt om det og at arbejde på at ændre det, så forløbet ikke bliver til en fastholdelse i støttebehovet, og så afslutning af forløbet ikke giver et nederlag i forhold til deltagelsen.

Skabeloner og redskaber

På de følgende sider finder du de skabeloner og redskaber, som er nævnt i beskrivelsen af fritidsvejledningsforløbet. Det er materialer, som kan understøtte din fritidsvejledning til børn med handicap.

Redskaberne og skabelonerne er udviklet i et samarbejde mellem Social- og Boligstyrelsen og fritidsvejledere i kommunal praksis og kan tilpasses til de lokale forhold, som du arbejder indenfor. I kan også bruge dem som inspiration til at udvikle og arbejde med jeres helt egne skabeloner.

Ikke alle redskaber og skabeloner vil være relevante at bruge i alle vejledningsforløb, og det er din opgave at vælge med udgangspunkt i barnets behov for information, skriftlighed, visualisering mv. Hvis du har andre redskaber, som du vurderer kan bidrage til processen enten som supplement eller erstatning for de nævnte redskaber, kan du også bruge dem.

Skabelonen *Fritidsklar - Registreringsark* samt redskabet *Fritidsklar - Informationsmateriale til fritidstilbud* kan downloades fra udgivelsessiden for *Fritidsklar - Guide til individuel fritidsvejledning* på Social- og Boligstyrelsens hjemmeside, www.sbst.dk. Her finder du også de to film om hhv. *Deltagelsesstjernen* og *Deltagelsesspiralen*.

Skabelon: Information om opstartsmøde i fritidsvejledningsforløb

Når du skal starte et fritidsvejledningsforløb op, er det vigtigt at kommunikere klart og tydeligt til barnet og familien om, hvad der skal ske. Dette er især vigtigt, hvis det er et barn, som du ikke kender i forvejen.

Det er en god ide at have noget på skrift, som kan deles forud eller under første møde, og som kan være med til at tydeliggøre rammen for især det første møde mellem dig og familien. Nedenfor er et par eksempler på materialer, som kan bruges til introduktion af fritidsvejledningen.

Nogle fritidsvejledere laver en kort film i stedet for et brev, hvor de præsenterer sig selv, og hvad der skal ske på mødet eller i forløbet. Filmen kan laves med en smartphone.

Eksempel 1

[Indsæt billede af
fritidsvejleder]

- » Jeg hedder _____ [indsæt navn].
- » Jeg er fritidsvejleder.
- » Jeg kan hjælpe med at finde en fritidsaktivitet, der passer godt til dig.



- » Jeg kommer og besøger dig og din _____ på _____ [dag] [tidspunkt].



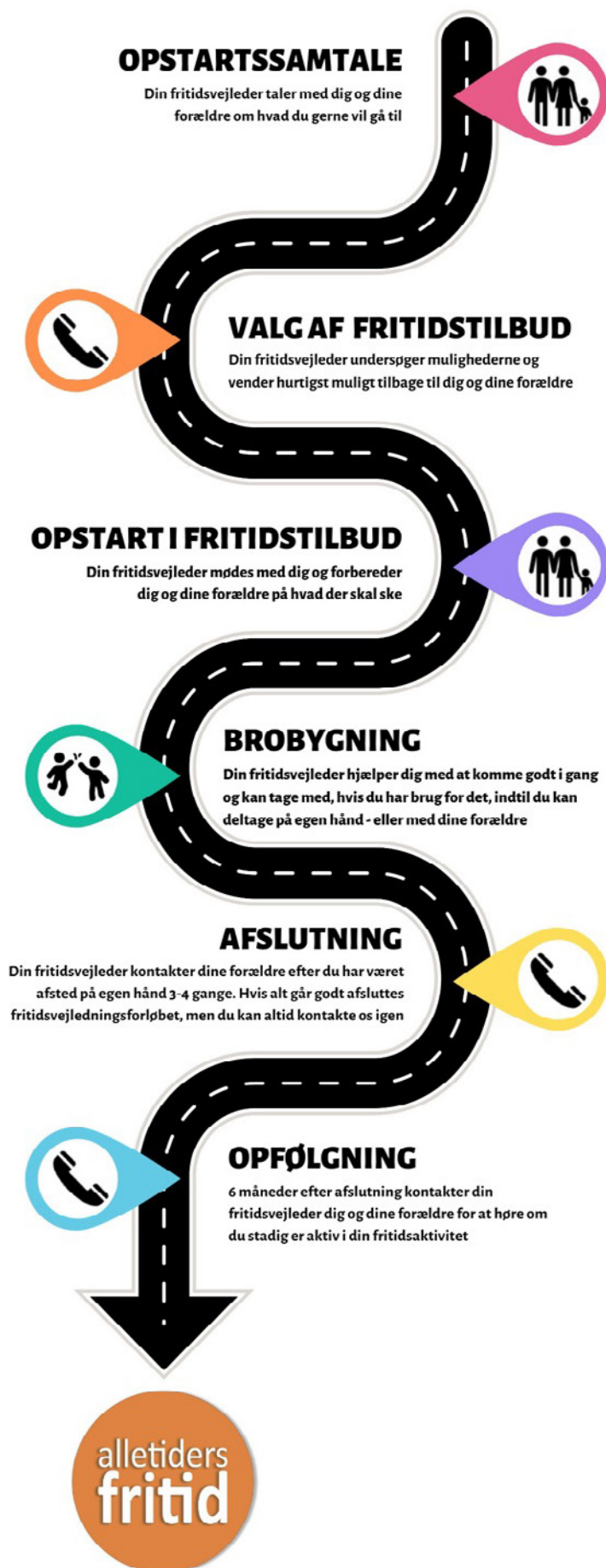
- » Vi skal snakke i _____. Din _____ må gerne være med.
- » Når vi er færdige med at snakke sammen, så har jeg et par ekstra spørgsmål til din _____. Du må stadig gerne være med.



- » Når vi skal snakke sammen, så vil jeg stille dig nogle spørgsmål. Jeg vil spørge dig om:
 - Hvad har du gået til i din fritid før?
 - Går du til noget i din fritid nu?
 - Har du nogle ønsker til en fritidsinteresse?
 - Hvad kan du godt lide at lave, når du ikke er i skole?
 - Hvad synes du selv, du er god til?
 - Er der ting, som er svært for dig i hverdagen?
- » Hvis du synes, spørgsmålene er svære at svare på, så må du gerne sige, at du ikke ved, hvad du skal svare.



- » Når jeg er færdig med at snakke med dig og din _____, så aftaler vi, hvornår vi skal mødes igen.



Skabelon: Barnets fritidsprofil

Når du sammen med barnet og forældre arbejder med afdækningen, kan du bruge denne skabelon. Den kan bruges til inspiration og forberedelse, som spørgeguide i samtalen eller som notatark. Du kan også vælge, at I snakker om barnets fritidsønsker mv. i en anden form, fx som mindmap.

Personoplysninger	
Navn	
Fødselsdato	
Adresse	
Kontakt (fx mobil/mail)	
Forældres navne	
Kontakt (fx mobil/mail)	
Andre relevante oplysninger	
Barnets fritidsinteresser – ønsker og drømme	
• Hvad er dine hobbyer og fritidsinteresser – før og nu? • Venners hobbyer og fritidsinteresser? • Er der noget du kunne tænke dig at blive bedre til?	
Barnets motivation	
• Tror du, dine ønsker er mulige? • Hvad har du tidligere oplevet, når du har gået til noget? • Har du nogle oplevelser som var gode eller mindre gode?	

Barnets kompetencer og barrierer

- Hvad synes du selv, at du er rigtig god til?
- Er der ting, som er svære for dig i hverdagen?
- Kompetencer eller barrierer i fx ift. sociale situationer, sprog/kommunikation, bevægelse og motorik eller følelsesmæssig robusthed

Familiens ressourcer og muligheder

Familien (forældre, søskende, bedsteforældre mv.)

- Hvad tænker I som familie om barnets fritidsliv?
- Kan I stå for transport (hvis relevant)?
- Har I råd til at betale kontingent og anskaffe udstyr til fritidsaktiviteten?
- Er der evt. andre barrierer i familien?

Øvrige ressourcer i barnets netværk

Venner og andre ressourcepersoner

Kan de bidrage til at støtte op om barnets deltagelse og hvordan?

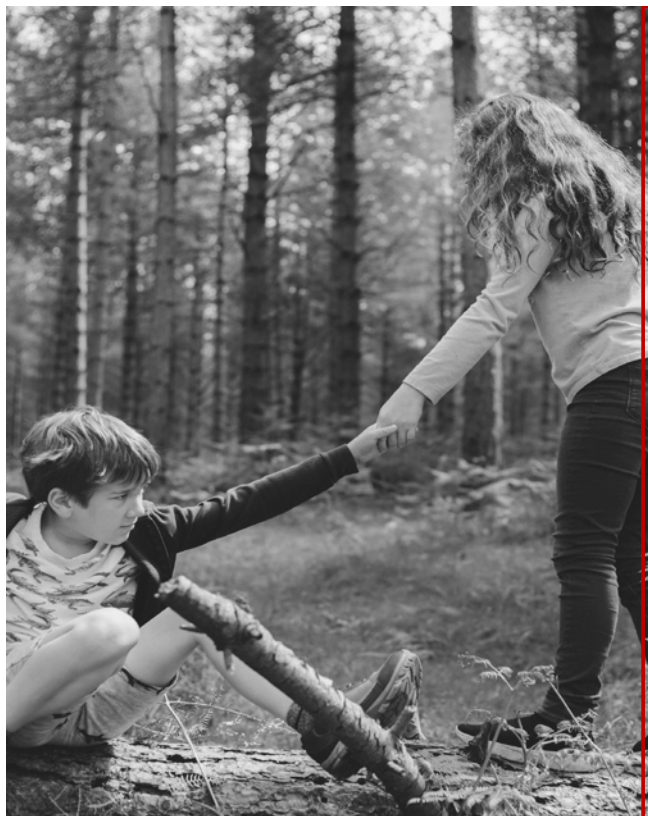
Fritidstilbuddet – barrierer for deltagelsen

- Er der forhold vedr. adgangsforhold, som skal håndteres?
- Er der brug for tilpasninger af aktiviteter?
- Er der særlige opmærksomhedspunkter ift. relationer og barnets deltagelse i det sociale fællesskab i tilbuddet?

Skabelon: Fritidsklar – Registreringsark

Undervejs i et vejledningsforløb har du brug for løbende at registrere relevant information om barnet, om fritidstilbuddet mv. *Fritidsklar – Registreringsark* er en skabelon til, hvordan et registreringsark kan se ud. Arket kan tilpasses til lokale forhold og de informationer, kommunen ønsker at indsamle systematisk på tværs af de individuelle forløb.

Registreringsarket er således både en støtte til dit arbejde med at holde styr på informationer i flere samtidige individuelle forløb og et redskab til at sikre systematisk registrering af ledelsesinformation på tværs af kommunens arbejde med *Fritidsklar*.



Fritidsklar

– En indsats for børn og unge med handicap

Dette Excelark er udviklet som et værktøj til at understøtte indsatsen *Fritidsklar*. Excelarket giver overblik over fritidsvejledernes forløb og samler data til brug i ledelsesmæssige sammenhænge.

Arket indeholder mange kolonner, men det er ikke nødvendigt at bruge dem alle. I vælger selv, hvilke kolonner der er relevante for jeres arbejde – og hvor mange I vil anvende. Brug arket som det passer bedst til jeres lokale behov og praksis.

Sådan bruger du arket:

Fanen "Inden du går i gang": Her står du nu. Her kan du læse om formål med Excelarket og indholdet på de 5 faner.

Fanen "Jeres kommune": På denne fane indsættes det indhold, der skal fremgå af rulleisterne i de øvrige faner: Indsæt skoler, henvendelsesaktører, navnene på de fritidsvejledere, der skal udføre indsatsen i jeres kommune.

Fanen "Registreringsark": Registreringsarket.

Fanen "Fritidsvejledere – oversigt": Oversigt over de fritidsvejledere, der udfører indsatsen, samt hvilke børn, der er tilknyttet hver fritidsvejleder.

Fanen "Grafer og visualisering": Her vises automatisk genererede diagrammer og tabeller baseret på data fra fanen "Registrering". Visualiseringerne giver et overblik over indsatsens status og udvikling, og kan med fordel bruges i formidling til både ledelse og politisk niveau. Tilføj selv øvrige grafer, hvis I ønsker dette.

Formlerne i arket er som udgangspunkt låst/beskyttet, men I kan selv låse det op, hvis I vil lave ændringer. Koden er: Fritidsklar

Du finder alle materialer og redskaber til *Fritidsklar* på www.sbst.dk.

Redskab: Overblik over fritidstilbud

For at kunne finde frem til de rette fritidstilbud til barnet, må du have et overblik over, hvad der findes af fritidstilbud i området. Overblikket kan også støtte de børn, som har svært ved at forestille sig mulighederne. Det er en fordel, at I som kommune samler dette overblik enten som et printet katalog, en hjemmeside eller lignende. Læs mere om dette og find et redskab til at udarbejde overblikket i *Fritidsklar – Guide til opbygning af internt og eksternt samarbejde*.

Der findes eksisterende materialer, som du kan bruge, eller som I kan lade jer inspirere af:



Sammenslutningen for Unge Med Handicap (SUMH) har udviklet et redskabet Fritidsluppen. **Fritidsluppen** består af en stak samtalekort, som kan hjælpe med at få øje på fritidsmuligheder og blive klogere på, hvad de forskellige aktiviteter indeholder og kræver af deltagerne.

- Download Fritidsluppen fra SUMHs hjemmeside www.sumh.dk under temaet 'Fritid og fællesskab'.



For mange børn og unge med handicap kan et fritidstilbud inden for handicapidrætten være et godt sted at blive en del af et fritidsfællesskab. **Parasport Danmark** er en paraplyorganisation for aktiviteter inden for flere end 30 idrætsgrene, og der er muligheder for alle alders- og handicapgrupper og på alle niveauer.

- Læs mere om de forskellige idrætsgrene og find klubberne gennem Parasport Danmarks hjemmeside www.parasport.dk



Specialsport.dk arbejder for at give børn og unge med særlige behov og handicap adgang til foreningsliv og sport. På hjemmesiden findes en digital guide med over 900 aktiviteter. Derudover yder foreningen rådgivning om foreningsmatch og følgeskab og hjælp til økonomiske og praktiske barrierer.

- Gå til guiden via www.specialsport.dk



Socialkompasset er en hjemmeside, hvor man kan finde alle mulige slags fritidsfællesskaber m.m. i ens egen kommune. Nogle kommuner har et lokalt socialkompas, som også findes via hjemmesiden. Man kan på socialkompasset ikke søge handicapspecifikt, men man kan søge på en række andre parametre.

- Søg i socialkompasset eller se, om der findes et lokalt socialkompas for jeres kommune på www.socialkompas.dk

Redskab: Deltagelsesspiralen

Deltagelsesspiralen kan bruges som et samtaleredskab undervejs i vejledningsprocessen. Den er udviklet af Videnscenter om handicap, som også har lavet en lille film, der gennemgår redskabet. Filmen ligger på Social- og Boligstyrelsens hjemmeside under udgivelsen af *Fritidsklar – En indsats til børn og unge med handicap*.

Deltagelse handler om mere end at være til stede. At deltage i et fritidsfællesskab er en positiv erfaring, som kan lede til deltagelse i andre fællesskaber også. Når vi får en positiv oplevelse med at deltage, bliver det en del af vores erfaringer og påvirker vores selvopfattelse. Og så får vi lyst til at opsøge og deltage i andre aktiviteter og fællesskaber. Vi deltager aldrig alene i fællesskaber, det giver sig selv. De mennesker, der står rundt om spiralen, er familie, trænere og holdkammerater m.fl. De betyder alle meget for den enkeltes oplevelse af deltagelsen og for bevægelsen rundt mellem *Deltagelsesspiralens* temaer.

Deltagelse

For at støtte og muliggøre barnets deltagelse, kan man indtage en af følgende roller:

- **Tryghedsskaber:** En urokkelig klippe, der udstråler ro og tillid og således er med til at tæmme det bekymringsmonster, der kan blive bygget op inde i barnet.
- **Guidende beslutningstager:** Sætter retningen, viser vej og giver et kærligt lille skub, og siger 'så er det nu'.
- **Kreativ tilpasser:** Fleksibel og omstillingsparat med fokus på at se og skabe muligheder frem for begrænsninger.

Erfaring

For at støtte barnets erfaringsdannelse under og efter deltagelsen, kan man indtage følgende roller:

- **Lytteren:** Lyt til hvad det er barnet tager med sig fra den konkrete oplevelse. Er det udelukkende gode oplevelser og erfaringer, så bak erfaringen op. Er det derimod negative oplevelser, så kan det være vigtigt at påtage sig rollen som en transformer.
- **Transformer:** Transformerer det negative til noget mere optimistisk. Det kan være at anerkende, at det var svært at klatre i træer til spejder, men at det var sejt at barnet prøvede og gjorde sig umage.

Selvopfattelse

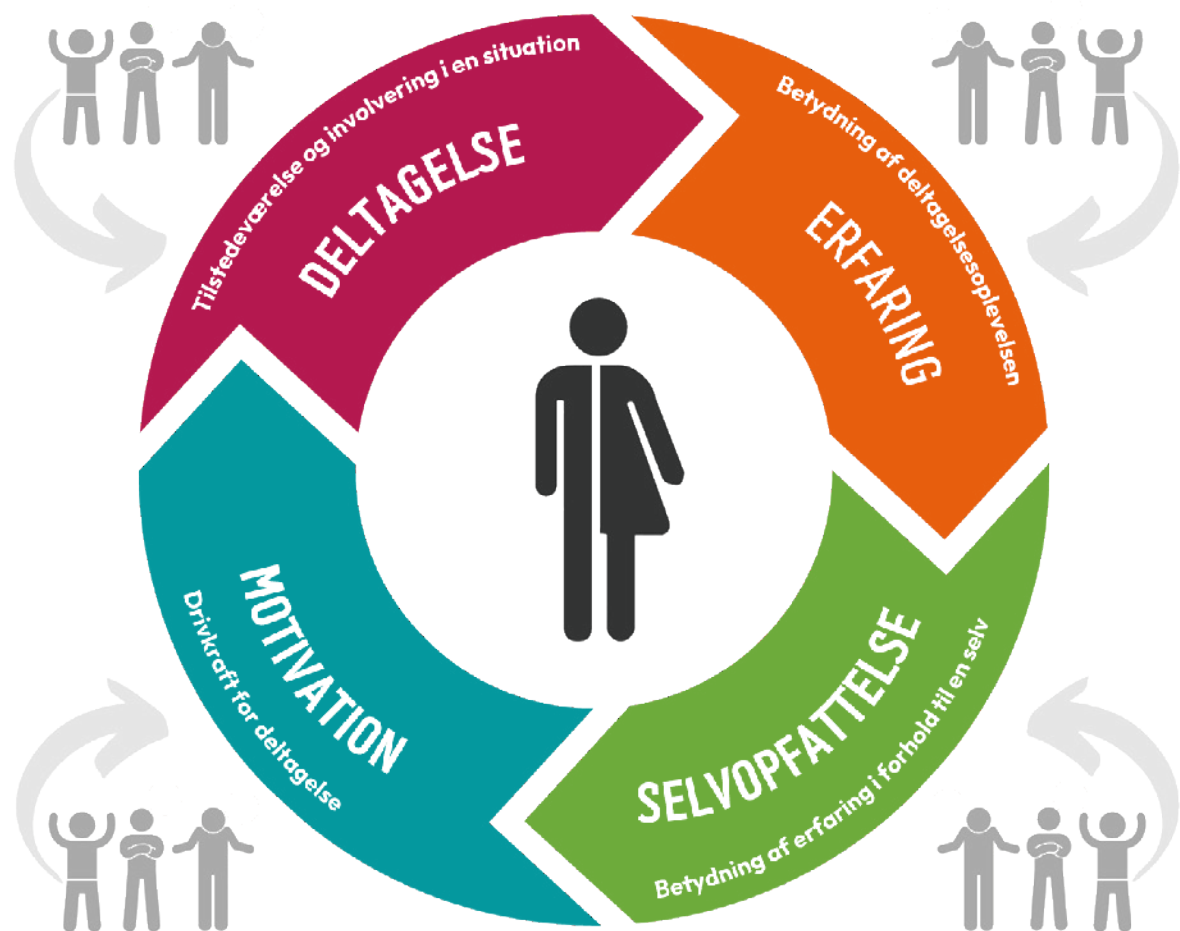
For at støtte barnets konstruktive selvopfattelse ud fra erfaringerne, kan man indtage rollen som:

- **Historieskaber:** Korrigerer eller vender barnets historie om, hvis barnet er ved at få skabt en historie om at være en, der ikke kan klatre og er dårlig til spejder. Det kan være ved at udfordre barnets konklusioner eller ved at lave en alternativ fortælling, der handler om at være vedholden, modig og ikke giver op, når noget er svært.

Motivation

For at understøtte barnets motivation til deltagelse, kan man fx indtage en af følgende roller:

- **Optimist:** Tror på barnet og den unge og er god til at fremstille optimistiske scenarier. Fx en der siger 'det kan du godt, og det skal nok blive vildt sjovt at møde alle de andre til spejder'.
- **Nysgerrig udforsker:** Anerkender, at betingelserne kan synes svære, men at man til trods lægger op til, at det alligevel skal afprøves. Fx en der siger 'jeg ved heller ikke, om det kommer til at gå godt til spejder, du har jo aldrig prøvet det. Men skal vi ikke gøre det alligevel?'.



Redskabet er en del af indsatsen *Fritidsklar*.

Redskaber og materialer til indsatsen kan downloades på www.sbst.dk ved at søge på *Fritidsklar*.

Redskab: Deltagelsesstjernen

Deltagelsesstjernen kan bruges som et samtaleredskab undervejs i vejledningsprocessen. Den er udviklet af Videnscenter om handicap, som også har lavet en lille film, der gennemgår redskabet. Filmen ligger på Social- og Boligstyrelsens hjemmeside under udgivelsen af *Fritidsklar – En indsats til børn og unge med handicap*.

Deltagelse er påvirket af en række ydre faktorer, som enten kan fremme eller hæmme deltagelsen. Det kan være alt fra at have tydelig struktur på aktiviteterne, til hvorvidt der er tilgængelige toiletforhold. *Deltagelsesstjernen* viser fem typer af faktorer, som kan påvirke deltagelsen. Hvilke temaer, der er vigtige at arbejde med, afhænger af barnet, af familiens muligheder, af fritidstilbuddets indhold og fysiske rammer og af eventuelle muligheder for fx handicap-kørsel. Arbejdet med de fem temaer i stjernen er en fælles opgave, der skal løftes i et samarbejde mellem fritidstilbud, familie og kommune.



Synlighed

- Det skal være synligt og tydeligt, at det er en reel mulighed at deltage i et fritidsfællesskab.
- Der skal findes et tilbud, enten et fritidstilbud tilrettelagt for børn med handicap eller et alment hold, hvor børn og unge med handicap kan deltage.
- Tilbuddet skal kunne findes. Der skal derfor være en tydelig information om, at man kan deltage på holdet, hvis man har et handicap.



Tilpasninger

- Den konkrete fritidsaktivitet skal kunne tilpasses, så barnet med handicap har mulighed for at deltage.
- Kreativitet og fleksibilitet i at justere aktivitetens sværhedsgrad og regler.
- Rammer, rum eller baneforhold kan justeres og rykkes rundt på ved behov.
- Tydelig kommunikation om hvad der skal ske, på en let og overskuelig måde, så alle forstår det.
- Evt. mulighed for at låne eller leje relevante aktivitetshjælpemidler.



Adgangsforhold

- Barnet med handicap skal kunne komme hen til aktiviteten, ind til aktiviteten og komme rundt inde til selve aktiviteten.
- Fysiske forhold som transportmuligheder, parkeringsforhold, gangstier og striber, ramper, overskuelig skiltning og handicaptoiletter.
- Kognitive adgangsforhold, som skaber tydelige og trygge rammer. Fx at have et roligt indgangsparti, eller blive en del af solsikkeprogrammet kan være måder at skabe bedre adgang på.



Ressourcer

- De praktiske omstændigheder, der gør deltagelsen overkommelig for den enkelte og familien skal være til stede.
- Tid til og praktisk mulighed for fx at køre til aktiviteten.
- Økonomi til fx kontingent og eventuelt udstyr.
- Administrativt overkommeligt for familien, fx i forhold til struktur og kommunikation om aktiviteten.



Relationer

- Barnet med handicap skal være parat til at indgå i et fritidsfællesskab, og det samme skal alle de andre i og omkring fritidstilbuddet. Det gælder de andre deltagende børn, forældre og de aktivitetsansvarlige.
- Rummelige fællesskaber, hvor der er plads til forskellighed, og hvor alle er accepterede og med til at definere fællesskabet. Et fællesskab, hvor alle bliver mødt åbent, hvor alle har lyst til at bidrage, og hvor alle har lyst til komme igen.



Redskabet er en del af indsatsen *Fritidsklar*.

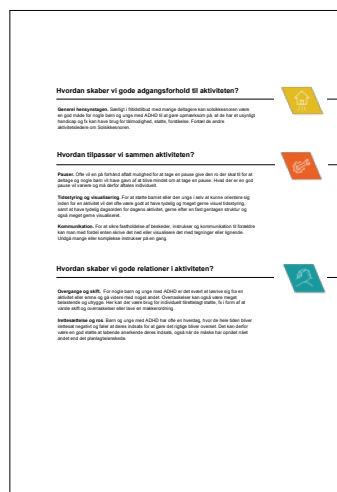
Redskaber og materialer til indsatsen kan downloades på www.sbst.dk ved at søge på *Fritidsklar*.

Redskab: Fritidsklar – Inspirationsmateriale til fritidstilbud

Social- og Boligstyrelsen har udarbejdet et materiale, som kan støtte fritidstilbuddene i at styrke inklusion i deres aktiviteter. Det hedder *Fritidsklar – Inspirationsmateriale til fritidstilbud* og indeholder.

- **Inspiration** til hvordan fritidstilbuddet kan arbejde generelt med at skabe rummelighed, så alle kan deltage – handicappede eller ej.
- **Konkrete forslag** til hvordan man som fritidstilbud kan tilpasse aktiviteten i forhold til 10 specifikke funktionsnedsættelser: ADHD, autisme, bevægelseshandicap, cerebral parese (CP), epilepsi, erhvervet hjerneskade, hørehandicap, synshandicap, tale- og sprogsvækheder samt udviklingshæmning.
- **Henvisninger** til hjemmesider, hvor man kan finde mere viden og inspiration.

Du kan også bruge materialet i afdækningen som samtaleværktøj med barnet og forældrene. Hvis barnet fx har en ADHD-diagnose, og du har begrænset generel viden om, hvad det vil sige, kan arket om ADHD give et udgangspunkt for at tale om, hvad det betyder for barnets hverdag og pege dig i retning af hvilke temaer og tilpasningsbehov, som kan være relevante at arbejde videre med.





Social- og Boligstyrelsen
Lerchesgade 35, 5
5000 Odense C
Tlf: 72 42 37 00

www.sbst.dk

Januar 2026