

Fritid för alla



Fritid för barn och unga med funktionsnedsättning

Karin Olsson Sandberg, Samordnare Fritid för alla

Fritid för alla – barn och unga med funktionsnedsättning 7-25 år

Kommunfullmäktigebeslut 2007.

Fritid för alla startade 2008.

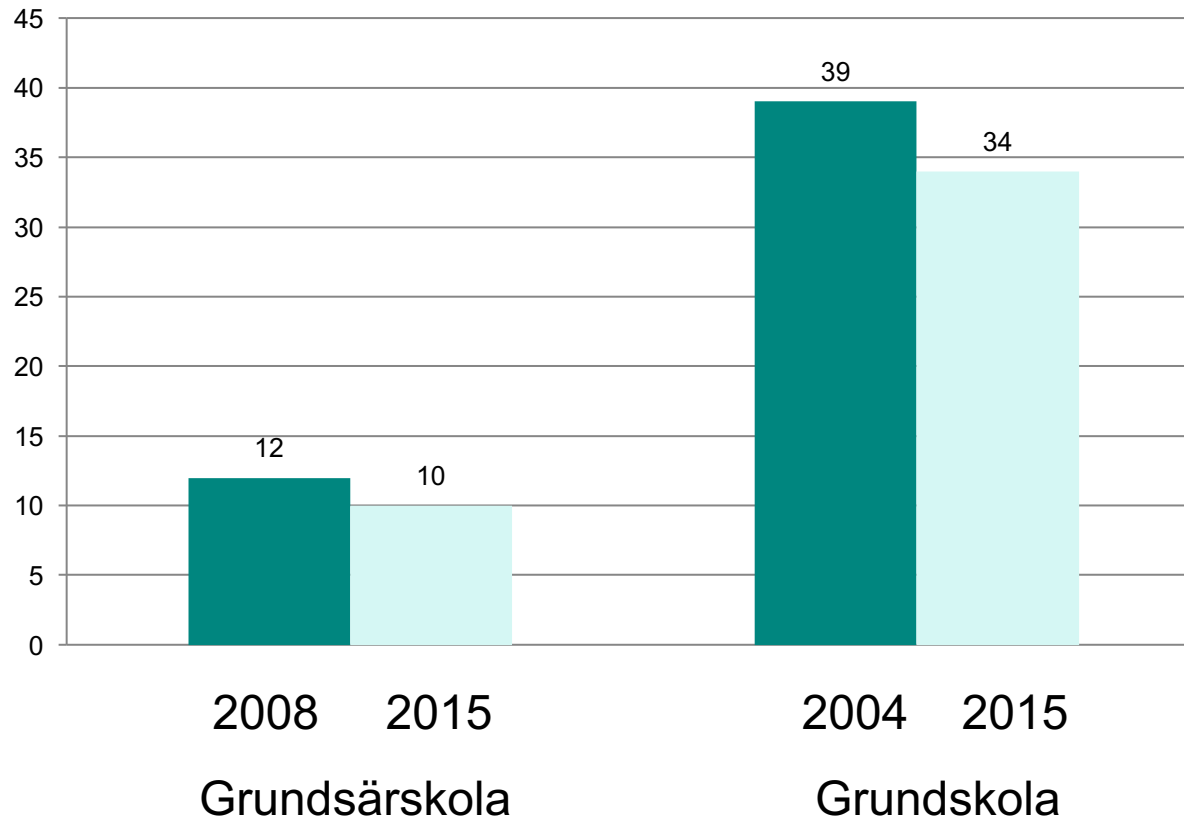
Kontaktpersoner på förvaltningar.

Idrottsförvaltningen samordnar.



Ung livsstil – med i en idrottsförening

Flickor åk 7-9



Hinder

Familjesituation

Politiska prioriteringar

Ledsagning avslås



Individens
förutsättningar

Information når inte fram
Ej passande aktiviteter

Staten

Försäkringskassan
Vårdbidrag
Bilstöd

Specialpedagogiska skolmyndigheten
Resurscenter
Rådgivare
Läromedel

Kommunen

Skola
rektor
specialpedagog
fritidsass
skolsköterska
skolpsykiolog

assistent
skolläkare
kurator
vaktmästare

Förskola
verksamhetschef
pedagoger
barnskötare

Landstinget

Hjälpmiddelscentral
hjälpmedelskonsulent
hjälpmedelstekniker
hjälpmedelsleverantör

Dataresurscenter

Tolkcentral

Logopedmottagning

Barn-, ungdoms- och vuxenhabilitering
habiliteringschef, läkare, kurator,
psykiolog, sjukgymnast, arbetsterapeut,
pedagog, logoped, sjuksköterska,
sekreterare

Regionsjukvård
specialistvård

BUP, psykiatrisk öppenvård

Folktandvård, specialisttandvård
tandläkare, tandsköterska, tandhygienist,
tandtekniker

Länssjukvård
Barn- och ungdomsmott,
rehabenheter, akut, vårdavd, lab,
röntgen mfl

Primärvård
distriktsläkare, distriktsköterska,
MVC, BVC

Hör- och syncentral

Resursenhet

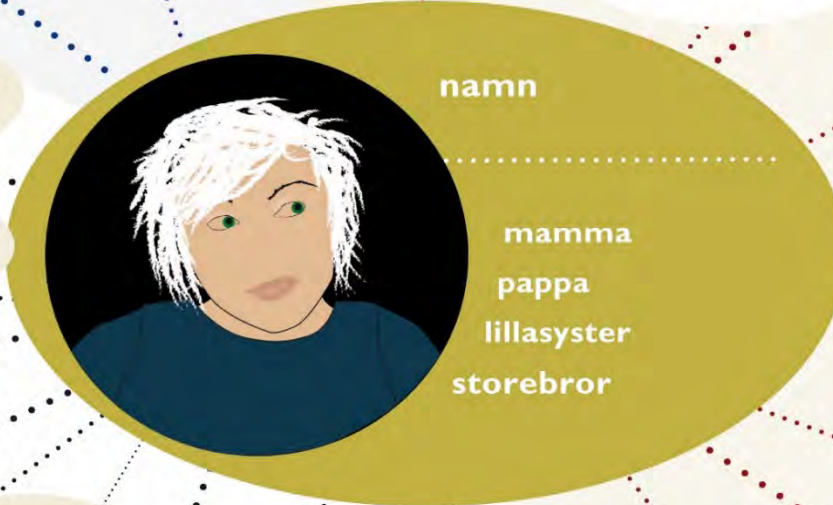
Socialtjänst
socialchef
biståndshandläggare
socialsekreterare
LSS-handläggare
färdtjänsthandläggare

Daglig verksamhet
enhetschef
personal

Bostad med särskild service
enhetschef, personal

Korttidshem
föreståndare
personal

Stödenhet
klientombud
personligt ombud



Goda exempel och resultat av Fritid för alla nätverkets arbete

- Fritidsnätet.
- Fritidsgården Träffstugan, Rinkeby-Kista stadsdelsförvaltning och Södermalm stadsdelsförvaltning.
- Samarbete med skolor och föreningar.
- Idag fler öppna fritidsgårdar där målgruppen är inkluderad.
- Idag fler fritidsgårdar som erbjuder riktade aktiviteter.
- Fler riktade aktiviteter ex föreningsaktiviteter och aktiviteter i staden simhallar.
- Budget 2018: 1,5 miljoner och 2019: 1 miljon

Utmaningar

- Ung Livsstil, deltagande ändrar sig väldigt långsamt trots satsningar.
- Medvetenhet krävs för att göra prioritering.
- Ha tålamod!
- Att barn och ungdomar med funktionsnedsättning är inkluderade i ordinarie planering- inte sidospår!



Meningsfull fritid och uppskattade aktiviteter för personer med funktionsnedsättning

Karin Olsson Sandberg

Mimmi Wingren



Stockholms stad

- 900 000 invånare i Stockholms stad varav 10 % har en funktionsnedsättning.
- 956 elever kommunala grundskolan (vt18)
- Startade 2010 med inventerings- och planeringsarbete
- Idrottspolitiskt program 2013-2017
- 10 simskolegrupper, 12 skolsim per termin
- 16 öppna friskvårdskurser, 6 uppdragskurser och 7 drop in verksamheter.
- 2017: 403 kursplatser (2010 10 platser)
- 2017: 450 simskoleplatser

Förarbete, inventering av nuläget

Personal

- Kunskap
- Erfarenhet av målgrupp
- Behov av fortbildning

Lokal

- Lokaler tillgängliga för vilken/ vilka funktionsnedsättningar?
(gym, bassäng, aktivitetsrum, omklädningsrum)



Personal

- Kunskap och erfarenhet av målgrupp
- Behov av basföreläsningar och inspiration för ledare och simlärare
- Praktik på tillgängliga gym
- Studiebesök på egna befintliga kurser och lära av varandra t.ex. vattengympa



Switch med ledare Erika, Eriksdalsbadet

Lokal

Gym, bassäng, aktivitetsrum och omklädningsrum.

- Tillgängligt gym, lugnare gym och punktskrift.
- Finns lyft, trappor eller stege till bassäng.
- Aktivitetsrum/ bassäng- anpassad för vilken funktionsnedsättning.
- Tillgång till flexomklädningsrum och hjälpmedel dusch.

För att lyckas starta verksamhet är **samverkan** A och O

- Krävs nätverkande insatser för att tillsammans bygga upp verksamhet, friskvård/ sjukvård.
- Samverkanspartners ex. särskola, daglig verksamhet , gruppbostad, Stockholms läns landsting/habiliteringen m.fl.
- Vinst för samarbetspartners - slussa ut till friskvård.
- Vinst för idrottsförvaltningen - nya kunder, nå prioriterad målgrupp.



Samverkan, vad inventeras?



- Aktivitet
- Ålder
- Blandad grupp eller riktad
- Dag, tid, plats som passar grupp
- Ledare
- Antal deltagare
- Undanröjda hinder på väg till aktivitet.

Vad kom vi fram till efter inventeringsarbetet?

- Ansvarig lokal och central samordnare vara steget före och vara lyhörd för behov av inspiration.
- Ha tålamod! Det tar tid att "nätverka" och starta upp kurs.
- Erbjud små grupper: 8 -10 deltagare kurs, 5-8 deltagare simskola och att det finns inplanerat i budget.
- Anpassa aktivitet efter lokal.



Mimmi W vattengympa i Åkeshov simhall

Snabbguide tillgänglighet Stockholm stads simhallar våren 20 18

	Lyft stora bassäng	Duschstol på hjul	Duschstol/ pall utan hjul	Flex omklädningsrum*	Tillgängligt gym***	Förvaring ledarhund
Beckomberga	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja
Eriksdalsbadet**	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja
Farsta	Ja	Ja	Ja	Ja, kontakta receptionen	Ja	Ja
Forsgrénas badet		Anläggning stängd fr.o.m sommaren 20 16- hösten 20 19				
GIH badet		Anläggning stängd t.o.m. hösten 20 18				
Husbybadet	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Nej
Kronobergsbadet	Ja	Ja	Ja	Nej	Inget gym	Nej
Sansborgsbadet	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Nej
Skärholmen	Ja	Ja	Ja	Ja, lyft finns	Ja	Nej
Tensta	Ja	Ja	Ja	Ja	Nej	Nej
Vällingby	Ja	Ja	Nej	Ja, kontakta receptionen	Ja	Nej
Västertorp	Nej	Nej	Nej	Nej	Nej	Nej
Åkeshov	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja

Om du vill bada/träna i ett avskilt rum och få lite lugnare tempo rekommenderas följande simhallar och gym:
Beckomberga sim- och idrottshall och Sandsborgsbadet.

För information om öppettider, vattentemperatur, adress, telefonnummer hänvisar vi till respektive anläggningswebbsida.

För mer detaljerad information om simhallarnas tillgänglighet hänvisar vi till <http://www.stockholm.se/KulturFritid/Smma-och-trana>. Här kan du hitta alla simhallar och jämför tillgängligheten.

* För kund med ledsagare/assistent av motsatt kön.

** Hörselslinga finns i 25:an (bassäng) för tävlingar och i aktivitetssalar.

*** Gymmet har minst tre anpassade träningsmaskiner för personer med rörelsebegränsning

Snabbguide tillgänglighet gym för personer med funktionsnedsättningar Stockholm stads våren 20 18

Definition tillgängligt gym: gymmet har minst tre anpassade träningsmaskiner för personer med rörelsebegränsning

Personer som har rörelsenedsättning

Innebär en fysisk begränsning vilken påverkar en persons förmåga att utföra uppgifter som kräver motorisk samordning och kontroll.

Till rörelsenedsättningar räknas bland annat: gångsvårigheter, svårighet att förflytta sig, använda armar och händer eller ha svårt att hålla en upprätt position.

Rekommenderade gym: Eriksdalsbadet, Farsta- , Beckomberga- ,Skärholmen och Åkeshov sim och idrottshall.

Kommentar: Omklädesrum med lyft, bra yta att röra sig på i gymmet. Taklyft på Beckomberga.

Personer som har synnedsättning

Innebär svårigheter att även med glasögon och god belysning läsa tryckt text, så kallad svartskrift, eller att med synens hjälp orientera och förflytta sig.

Kan bl.a. behöva hjälpmedel såsom punktskrift, ledstråk, kontrastmarkering i trappans början, kontrastfärg på ingång (dörr) m.m

Rekommenderade gym: I första hand Farsta- och Beckomberga sim- och idrottshall

Kommentar: Har punktskriftstavlor, ledstråk och kontrastmarkering i trappor. Erbjud er att visa vägen till gymmet!

Personer som har hörselnedsättning

Innebär att ljuden blir svagare, kan förvrängas eller helt försvinna. Det blir också svårare att höra när det finns störande ljud.

Kan behöva hjälpmedel som exempelvis hörslinga.

Rekommenderade gym: Alla våra gym. Inga hörslingor i gym finns.

Kommentar: Behöver god ljudmiljö (ej hög musik eller buller) för att personen ska kunna orientera sig i rummet.

Personer som har intellektuell funktionsnedsättning

Innebär utvecklingstörning med olika svårighetsgrader.

Rekommenderade gym: Alla våra gym.

Kommentar: Ge extra stöd vid behov, ni kan exempelvis visa gym och omklädningsrum.

Personer som har neuropsykiatrisk funktionsnedsättning

Innebär autism, ADHD, kommunikationsstörningar, aspberger, specifika inlärningssvårigheter etc.

Rekommenderade gym: Alla våra gym.

Kommentar: Ge extra stöd vid behov, ni kan exempelvis visa gym och omklädningsrum.

Att tänka på

- Ta dig tid och stressa inte.
- Prata alltid med personen direkt, inte till medföljande person.
- Tala tydligt och enkelt. Undvik fackspåk.
- Våga fråga, det finns inga dumma frågor.

Med reservation för ändringar. Uppdaterad 20 18-0 1-0 3

Sociala vinster för deltagare

- Bra bemötande gör att kunder bli trygga och kommer tillbaka.
- Sociala sammanhang, omvärldsanalys, pratar med varandra- nya vänner. Ex filmklubb
- Självständighet.



Utmaningar

- Deltagande ökar långsamt trots nätverksinsatser.
- Medvetenhet krävs för att göra prioritering i budget.
- Ha tålamod!
- Att barn, ungdomar och vuxna som har funktionsnedsättning är inkluderade i ordinarie planering- inte sidospår!
- Skapa förtroende!



Tack för din uppmärksamhet!



Karin Olsson Sandberg

Samordnare Fritid för personer som har funktionsnedsättning

karin.olssonsandberg@stockholm.se



Mimmi Wingren

Samordnare simskola

mimmi.wingren@stockholm.se