

VHSS

Rapport nr. 6/ 2010

# Tilpasning og opplæring i bruk av aktivitetshjelpemidler der hvor folk bor

Sluttrapport fra utviklingsprosjekt

Svein Bergem  
&  
Lina Godal



Tittel: **Tilpasning og opplæring i bruk av aktivitetshjelpemidler der hvor folk bor**  
Undertittel: Sluttrapport fra utviklingsprosjekt  
Forfatter: Svein Bergem, prosjektleder og Lina Godal, ergoterapeut  
VHSS-rapport: 6/ 2010  
ISSN: 1891-5248 (trykt utgave)  
ISBN: 978-82-93056-06-5

Sammendrag: Prosjektet ”Tilpasning og opplæring i bruk av aktivitetshjelpemidler der hvor folk bor” er basert på tidligere erfaringer gjort ved Valnesfjord Helseportssenter (VHSS). Her mente man at det å komme ut i regionene og kommunene hvor folk bor, og kompetansen i forhold til tilpasning og opplæring i bruk av aktivitetshjelpemidler trengs, ville være viktig for overføring av kompetanse, samt initiere til økt aktivitet. Denne rapporten oppsummerer organiseringen og erfaringene fra prosjektet.

Vinteren 2010 ble ett fylkesvis kurs gjennomført i Nord- Trøndelag, Nordland, Troms og Finnmark. Hvert kurs bestod av en kursdag for fagpersoner og to-dagers samling for brukere og deres ledsagere. Totalt har 84 deltakere deltatt på kursene.

Hovedfunnene er at flere av de lokale fagpersonene mente kurset hadde gitt de økt kunnskap om aktivitetshjelpemidler, større trygghet i forhold til å følge opp brukere og ledsagere, større forståelse for hvordan aktivitetshjelpemidlene fungerer og bedre oversikt over hvilke aktivitetshjelpemidler som finnes. Brukerne mente samlingen ga økt kunnskap om kjøreteknikk, mestringsfølelse og de lærte å stole på seg selv når de brukte aktivitetshjelpemidlet. Ledsagerne vektla betydningen av å få veiledning som ledsagere som viktig. De fleste mente likevel at aktiviteten ikke hadde forandret seg betydelig sammenliknet med før samlingen. De som hadde brukt utstyret hadde brukt det sammen med familien på ferie, på fritiden eller på skolen. Flere forventet at aktiviteten kom til å øke på kort eller lang sikt. I tillegg opplevde brukere og ledsagere samlingen som en viktig sosial møteplass der man kunne dele erfaringer.

Utgiver: Valnesfjord Helseportssenter (VHSS)  
Østerkløft  
8215 VALNESFJORD  
Telefon: 75 60 21 00  
Telefaks: 75 60 25 55  
Internett: [www.vhss.no](http://www.vhss.no)



# Innhold

<b>Forord</b>	<b>1</b>
<b>1 Innledning</b>	<b>3</b>
1.1 Valnesfjord Helseportssenter	4
1.2 Bakgrunn for prosjektet	5
1.3 Samarbeid NAV Hjelpemiddelsentral Nordland og Norges Idrettsforbund (NIF)	7
1.4 Finansiering	8
1.5 Organisering	9
1.5.1 Intern arbeidsgruppe ved Valnesfjord Helseportssenter (VHSS)	9
1.5.2 Referansegruppe	9
1.6 Målsetting	10
1.7 Målgruppe	10
<b>2 Metode</b>	<b>12</b>
2.1 Evalueringsskjema	12
2.2 Intervju	13
2.3 Gruppediskusjon	15
<b>3 Prosjektgjennomføring</b>	<b>16</b>
3.1 Prosjektets avgrensninger	16
3.2 Ambulante kurs	18
3.3 Rekruttering av fagpersoner, brukere og ledsagere	20
3.4 Gjennomføring av fagdag for fagpersoner	20
3.5 Gjennomføring av miljøsamling for brukere og ledsagere	21
<b>4 Resultat</b>	<b>25</b>
4.1 Forventninger til og innhold i fagdag	26
4.2 Kompetansenettverk og hjelpeapparatet i et forebyggende arbeid/rekruttering (gruppediskusjon)	28
4.3 Brukernes forventninger til og innhold i miljøsamling	29
4.4 Ledsagernes forventninger til og innhold i miljøsamling	32
4.5 Intervju	34
4.5.1 Betydningen av fysisk aktivitet og aktivitetshjelpemidler vinter	34
4.5.2 Fagdagen	38
4.5.3 Miljøsamlingen	41
<b>5 Oppsummering og anbefalinger</b>	<b>51</b>
5.1 Valg av kurssted	52
5.2 Valg av aktivitetshjelpemidler	52
5.3 Aktivitetsnivå	52
5.4 Prosjektets målgrupper: Brukere og ressurspersoner	55
5.5 Prosjektets målgrupper: Fagpersoner	57

5.6	Frivillige	57
5.7	Samarbeid mellom det frivillige og offentlige	58
5.8	Regionalt samarbeid	58
5.9	Prosjektets overføringsverdi	59
5.10	Tilrettelegging for aktivitet i anlegg	60
<b>6</b>	<b>Litteratur</b>	<b>62</b>
	<b>Vedlegg</b>	<b>65</b>

## **Forord**

Denne rapporten har kommet i stand på bakgrunn av de erfaringene og betraktningene som er gjort gjennom prosjektet ”Tilpasning og opplæring i bruk av aktivitetshjelpemidler der hvor folk bor”. Hensikten med prosjektet har vært å undersøke om det å holde kurs og samlinger i regionene og kommunene hvor fagpersoner, brukere og ledsagere holder til, kan bidra til økt kompetanse og aktivitet ved bruk av aktivitetshjelpemidler. Prosjektet har blitt finansiert av Helsedirektoratet og Stiftelsen Sophies Minde.

Flere personer og instanser har bidratt både i planleggingen og gjennomføringen av prosjektet. Stor takk til de fagpersoner, brukere og ledsagere som har deltatt på kurs og samlinger, og velvillig har delt sine erfaringer og tanker i intervju i ettertid. Takk til Norges Skiforbund og skikretsene i Nord-Trøndelag, Nordland, Troms og Finnmark for bidrag i utvelgelse og tilrettelegging av kurs- og samlingssteder. Hjelpemiddelfirmaene som har stilt opp med aktivitetshjelpemidler, transport og instruktører under kurs og samlinger fortjener også en takk.

Vi vil spesielt takke den interne arbeidsgruppa ved Valnesfjord Helseportssenter og referansegruppa i prosjektet, for konstruktive og gode innspill underveis i prosjektet. Vil også rette en spesiell takk til Lina Godal som har intervjuet fagpersoner, brukere og ledsagere, samt transkribert og analysert intervjuene i ettertid. Godal er også medforfatter av resultatkapitlet i rapporten.

Valnesfjord, november 2010

Svein Bergem  
Prosjektleder





# 1 Innledning

Tidligere undersøkelser (Grue, 1998, Lindkjølen, 2004, Saebu & Sørensen, 2010) har kommet frem til ulike slutninger blant personer som har medfødt eller ervervet funksjonsnedsettelse. Grue (1998) hevder de med medfødt funksjonsnedsettelse kan bli overbeskyttet av sine foreldre, noe som fører til mindre aktivitet. Lindkjølen (2004) fant i sin undersøkelse at personer med ervervet funksjonsnedsettelse, og som før dette drev organisert aktivitet ikke deltar i organisert aktivitet etter at de fikk funksjonsnedsettelse. Mens Saebu og Sørensen (2010) fant at personer med ervervet funksjonsnedsettelse er mer aktive enn personer med medfødt funksjonsnedsettelse. Flere undersøkelser viser at personer med funksjonsnedsettelse har et lavt aktivitetsnivå på fritiden (Solheim, 2005, Hansen et al., 2003, Grue, 1998). Grue (1998) viser at bevegelseshemmet ungdom har det laveste aktivitetsnivået på fritiden blant jevnaldrende. Flere studier (Grue, 1998, Solheim, 2000, Stevens et al., 1996, Solheim, 2005) viser at fritiden til barn og ungdom med funksjonsnedsettelse er mye preget av stillesittende og ensomme aktiviteter som data og tv. Dette kan få konsekvenser for den enkeltes psykososiale utvikling og livskvalitet.

Fritid er en del av livet til personer med funksjonsnedsettelse det er viktig å gripe fatt i, slik at også denne gruppen kan være en likeverdig og naturlig deltaker på ulike arenaer enten det er i den organiserte eller uorganiserte fritiden. I St.meld. nr. 40 (2002-2003): "Nedbygging av funksjonshemmende barrierer" står det at regjeringens mål er at alle personer med nedsatt funksjonsevne som ønsker det, skal gis mulighet til å drive idrett og fysisk aktivitet i sitt lokalmiljø.

Fritidsaktivitet, inkludert fysisk aktivitet, er på bakgrunn av den generelle samfunnsutviklingen, en stadig viktigere arena for realisering av individers ferdigheter, muligheter og evner i fritid og arbeid. Det er erfart og erkjent, at det hittil har vært begrensede muligheter for anskaffelse og effektiv bruk av

funksjonelle aktivitetshjelpemidler (Anmarkrud et al., 2006). Et aktivitetshjelpemiddel er et teknologisk hjelpemiddel som gir mulighet til utfoldelse, utvikling og bedring av funksjonsevnen til personer med funksjonsnedsettelse. Et aktivitetshjelpemiddel skal bidra til å opprettholde og/eller bedre motorisk og kognitiv funksjonsevne gjennom trening og stimulering.

I Soria Moria-erklæringen står det at regjeringen vil at tilgangen til idrettsanlegg og aktiviteter tilrettelagt for personer med funksjonsnedsettelser skal øke (Soria Moria-erklæringen, 2005). Skal aktiviteten i disse anleggene øke blant personer med funksjonsnedsettelser må flere få tilgang og mulighet for opplæring av aktivitetshjelpemidler som gjør at de kan benytte anleggene.

Valnesfjord Helsesportssenter ønsker å bidra til økt aktivitet blant de som får tildelt aktivitetshjelpemidler, og å øke kompetansen om aktivitetshjelpemidler i lokalmiljøet. Gjennom prosjektet ”Tilpasning og opplæring i bruk av aktivitetshjelpemidler der hvor folk bor” ønsker man å bidra til dette ved å kurse brukere, ledsagere og ulike fagmiljøer lokalt.

## **1.1 Valnesfjord Helsesportssenter**

Valnesfjord Helsesportssenter (VHSS) er en institusjon innen spesialisthelsetjenesten som gir behandling innen fagområdene habilitering, rehabilitering og arbeidsrettet rehabilitering. VHSS sitt tilbud ivaretar en helhetlig tilnærming til rehabiliteringsprosessen både fysisk, psykisk og sosialt. Det legges spesielt vekt på aktivitets- og deltakelsesaspektet som er av vesentlig betydning for alle menneskers fysiske, psykiske, mentale og sosiale utvikling. Tilbudet skal bidra til å sikre levekår og livskvalitet på mange av samfunnsarenaene tilsvarende det mennesker uten funksjonsnedsettelse har.

VHSS har tilpasset fysisk aktivitet som sitt hovedvirkemiddel<sup>1</sup>. Det handler om aktivitet uavhengig av funksjonsnedsettelse, og er et viktig element i en rehabiliteringskjede. Læring av aktiviteter kan være et mål i seg selv, men samtidig vil behandlings- og helsegevinsten være positive bivirkninger av økt fysisk aktivitet.

Institusjonen vektlegger betydningen av individets funksjonsevne og mulighetsperspektivet i rehabiliteringsprosesser, og har mindre fokus på selve diagnosen eller sykdommen og det denne medfører av redusert funksjonsevne. Erfaringer med å lykkes og egen følelse av mestring, er avgjørende for videre motivasjon og engasjement.

## **1.2 Bakgrunn for prosjektet**

Tilpasning og utprøving av aktivitetshjelpemidler har vært og er en del av tilbudet til pasienter ved VHSS. I løpet av opphold på 2-3 uker for barn og ungdom, og 3-4 uker for voksne, blir de introdusert for allsidige aktiviteter. De pasienter som ikke kan bruke ordinært aktivitetsutstyr i aktivitet og trening, blir introdusert for aktivitetshjelpemidler.

Siden 2007 har VHSS hatt egne opphold for utprøving og tilpasning av aktivitetshjelpemidler for barn og unge: - Et opphold på vinteren i forhold til aktivitetshjelpemidler vinter, og et opphold på forsommeren i forhold til aktivitetshjelpemidler sommer. De to siste årene har institusjonen også hatt opphold for voksne i forhold til utprøving og tilpasning av aktivitetshjelpemidler. Brukerne er ikke ferdig utlært når de har vært på et opphold ved VHSS, de trenger assistanse og videre oppfølging for å kunne nyttiggjøre seg av aktiviteten de har blitt introdusert for.

---

<sup>1</sup> [http://www.vhss.no/?a\\_id=1024&ac\\_parent=116&PHPSESSID=ea6d3c38a9a37a393310d777be39344c](http://www.vhss.no/?a_id=1024&ac_parent=116&PHPSESSID=ea6d3c38a9a37a393310d777be39344c)

I forkant av disse oppholdene har VHSS i samarbeid med NAV Hjelpemiddelsentral Nordland (NAV HMS Nordland) hatt egne kursdager ved VHSS.

Til disse kursdagene har man invitert:

- Fagpersoner fra de fire nordligste hjelpemiddelsentralene (Nord-Trøndelag, Nordland, Troms og Finnmark)
- Fagpersoner fra Habiliteringstjenesten
- Ergo- og fysioterapeuter i kommunehelsetjenesten
- Fagpersoner og andre i kommunene som f.eks. gjennom skole eller idrett arbeider med barn og unge som kan ha bruk for denne type hjelpemidler

Formålet med disse kursdagene har vært å:

- Gi økt kunnskap om aktivitetshjelpemidler
- Gi informasjon om tilsagnsordninga på området aktivitetshjelpemidler<sup>2</sup>
- Gi teknisk gjennomgang av de ulike aktivitetshjelpemidlene
- Gi mulighet til å prøve ut de forskjellige aktivitetene og kjenne hvilke ferdigheter som kreves for å utføre dem

Med modellen der man har invitert de ovenfor nevnte fagpersoner til kursdager ved VHSS, har man kun nådd et begrenset utvalg. De man har nådd har i stor grad kommet fra Nordland fylke. I tillegg til fagpersonene er det frivillige lag og foreninger i kommunene, støttekontakter/treningskontakter, venner og familie som gir mulighet for aktivitet gjennom å være ledsager på ulike måter. Dette er de viktigste aktørene for å få til aktivitet på fritida. Disse personene når man i svært begrenset omfang gjennom modellen man har drevet etter til nå. Det er både tids- og ressurskrevende og komme til VHSS fra Nord-Trøndelag, Troms og Finnmark.

---

<sup>2</sup> Omtalt i rapporten "Prosjekt aktivitetshjelpemidler" (Anmarksrud et al. 2006)

### **1.3 Samarbeid NAV Hjelpemiddelsentral Nordland og Norges Idrettsforbund (NIF)**

VHSS og NAV HMS Nordland har siden 2007 hatt en skriftlig avtale når det gjelder utprøving av aktivitetshjelpemidler. Avtalen kom i stand på bakgrunn av samarbeidsprosjektet ”Prosjekt aktivitetshjelpemidler” (Anmarksrud et al., 2006). Et samarbeidsprosjekt mellom Beitostølen Helsesportsenter og NAV Hjelpemiddelsentral Oppland i 2005-2006. Avtalen innebærer at NAV HMS Nordland har et eksternt lager av aktivitetshjelpemidler ved VHSS. Disse aktivitetshjelpemidlene benyttes i utprøvingssammenheng ved VHSS, og kan benyttes uavhengig av om bruker fyller vilkårene etter folketrygdloven for å få dette som varig utlån<sup>3</sup>. Utprøvingen gjelder også brukere fra andre fylker enn Nordland. I forbindelse med prosjektet ”Tilpasning og opplæring i bruk av aktivitetshjelpemidler der hvor folk bor” har man fått med et vedlegg i avtalen. Vedlegget gir kvalifiserte fagpersoner ved VHSS mulighet til å ta med aktivitetshjelpemidler ut på ambulante utprøvinger.

Som følge av avtalen har enkelte fagpersoner ved VHSS mulighet for å søke om forhåndstilsagn på et utvalg aktivitetshjelpemidler. Disse aktivitetshjelpemidlene er: Sittende alpint (sitski/biski), langrennspigging (sommer/vinter), ispigging, rullestolpigging, håndsykler og akeutstyr. Det at fagpersoner ved VHSS har mulighet for å søke om forhåndstilsagn på disse aktivitetshjelpemidlene innebærer at man har en grundig kartlegging av brukerens muligheter og behov for aktivitetshjelpemiddel. Fagpersonen som søker gjør alltid dette i samråd med brukerens ledsager og lokale terapeut. Dette gjøres for å ivareta oppfølgingen av aktivitetshjelpemidlet. Deretter blir NAV HMS Nordland informert om saken. NAV HMS Nordland fatter så vedtak, og ved positivt vedtak sendes formelt

---

<sup>3</sup> [http://www.nav.no/rettskildene/lov/L19970228-19\\_P10-7](http://www.nav.no/rettskildene/lov/L19970228-19_P10-7)

søknadsskjema til brukerens lokale hjemmemiddelsentral og bestilling av aktivitetshjelpemidlet sendes til hjelpemiddelfirma.

Siden oppstarten i 2007 med egne opphold for utprøving og tilpasning av aktivitetshjelpemidler, har VHSS hatt et nært samarbeid med Norges Skiforbund (i forbindelse med utprøving og tilpasning av aktivitetshjelpemidler vinter). Norges Skiforbund har bidratt med personlige ressurser i forbindelse med oppholdene både i langrenn og alpint, samt kursing (trener 1 kurs) av idrettspedagoger i sittende alpint. Dette er et samarbeid man ønsket å opprettholde og videreutvikle i prosjektet.

Utover dette har VHSS og NIF ved fagkonsulent Idrett for funksjonshemmede for Nordland, Troms og Finnmark, siden 2009 hatt et samarbeid, der fagkonsulent kommer til VHSS og informerer om NIF sine tilbud lokalt. NIF har vedtatt ”Idrett for alle” der man har mål om at *”alle mennesker skal ut ifra sine forutsetninger og behov, gis anledning til å drive fysisk aktivitet på allment tilgjengelig område, eller i tilrettelagt idrettsanlegg i rimelig geografisk nærhet til stedet de bor.”* (NOU, 2001: 22). Dette vil være et viktig bidrag i forhold til at brukere skal kunne videreføre og ha et aktivitetstilbud i nærmiljøet etter endt opphold ved VHSS. Hovedmålet med samarbeidet er å øke funksjonshemmedes mulighet til idrettsdeltagelse. For å oppnå dette skal samarbeidet ta sikte på å øke rekrutteringen til idretten i tillegg til gjensidig styrking av kompetanse. Fagkonsulent Idrett for funksjonshemmede vil være en viktig samarbeidspart i prosjektet, for å legge til rette for fremtidige lokale og regionale aktivitetstilbud for personer som har eller får tildelt aktivitetshjelpemidler.

#### **1.4 Finansiering**

Prosjektet mottok 14.11.2008 delvis finansiering fra Helsedirektoratet.

Tilskuddet som ble gitt for 2008/2009, er gitt ut fra en søknad som skisserte et 3-årig prosjekt. Det innvilgede beløp var såpass mye lavere enn det ble søkt om, at

man ikke så det som realistisk å gjennomføre prosjektet med et omfang og kvalitet som var skissert for det 3-årige prosjektet. Søknaden skulle dekke prosjektleder i 80 % stilling over 3 år, samt ett fylkesvis kurs per sesong (vinter og sommer) i Finnmark, Troms, Nordland og Nord-Trøndelag, i to år, totalt 16 kurs.

I tillegg til tilskuddet fra Helsedirektoratet mottok prosjektet 29.06.2009 tilleggsfinansiering fra Stiftelsen Sophies Minde.

Tilskuddet fra Helsedirektoratet var ment å dekke gjennomføring i 2008/2009, men på grunn av sen oppstart, ble midler som ikke ble brukt i 2009, søkt overført til 2010. Tilleggsfinansieringen fra Stiftelsen Sophies Minde ville dekke utgifter til prosjektleder i 100 % stilling, samt utgifter til gjennomføring av ambulante kurs og evalueringsarbeid. Ettersom rammene ble mindre enn det opprinnelig ble søkt om, måtte man gjøre enkelte endringer på innhold og omfang i prosjektet, nærmere beskrevet i avsnitt 3.1, side 15.

## **1.5 Organisering**

Prosjektet er gjennomført med en intern arbeidsgruppe ved Valnesfjord Helsesportssenter og en referansegruppe. Gruppene er sammensatt av medlemmer med bred faglig kompetanse og erfaring i forhold til aktivitetshjelpemidler, aktivitet og deltakelse.

### **1.5.1 Intern arbeidsgruppe ved Valnesfjord Helsesportssenter (VHSS)**

Jonny Jakobsen – Idrettspedagog

Line M. Bergli – Prosjektleder, prosjekt STØFRI

### **1.5.2 Referansegruppe**

Tove Pedersen Bergkvist – Teamsjef Habiliteringsteamet, VHSS

Trond Bliksvær – Forskning og utviklingssjef, VHSS

Mona Pedersen – Rådgiver/Ergoterapeut, NAV HMS Nordland

Arnfinn Nilsskog – Brukerrepresentant/Hjelpemiddeltekniker, NAV HMS  
Nordland

Tone Solbakk – Ergoterapeut, Bodø kommune

Robert Olsvik/Torben Simonsen – Fagkonsulent Idrett for funksjonshemmede,  
Norges Idrettsforbund (NIF)

## **1.6 Målsetting**

I lys av de erfaringer og betraktningene som er gjort ved VHSS, så man at det å komme ut i regionene og kommunene hvor folk bor og kompetansen trengs, ville være et bedre alternativ for overføring av kompetanse, og dermed mer aktivitet.

Målsettingen med dette prosjektet er derfor:

1. Mer og bedre aktivitet på fritida for personer som får tildelt aktivitetshjelpemidler.
2. Økt kompetanse om aktivitetshjelpemidler lokalt, og i miljø som har å gjøre med aktivitetshjelpemidler og aktivitet på fritida for personer med funksjonsnedsettelse.

## **1.7 Målgruppe**

Vi bor i en langstrakt landsdel, og det er ressurskrevende for mange å komme til VHSS på kurs. Gjennom å reise ut til regionene og kommunene håpet, man å nå flere brukere, fagpersoner, støttekontakter, treningskontakter, familie, venner og frivillige i lag og foreninger som kan bidra til aktivitet lokalt.

Prosjektet hadde to målgrupper:

1. 1.linjetjenesten i kommunene som har oppfølgingsansvar for aktivitetshjelpemidler (eks ergoterapeuter og fysioterapeuter), skole som har et ansvar for individuell opplæring også i forhold til fysisk aktivitet, idretten, samt ansatte ved NAV Hjelpemiddelsentral i respektive fylker.
2. Brukere og ressurspersoner som er nødvendige for å få til aktivitet lokalt. Kursene arrangeres som en forlengelse av kurs for målgruppe 1.



Da det viste seg at kursene var av interesse for andre faggrupper enn de nevnt i målgruppe 1, ble alle fagpersoner inkludert. Gruppen som i det følgende blir omtalt som fagpersoner, inneholdt ergo- og fysioterapeuter, ergo- og fysioterapistudenter, aktivitører, hjelpemiddelteknikere og synspedagoger.



**Bilde: Opplæring i heisprosedyrer og ledsagerkjøring i heis.**

## 2 Metode

Evalueringen av prosjektet ”Tilpasning av og opplæring i bruk av aktivitetshjelpemidler der hvor folk bor” er basert på et evalueringsskjema og en intervjuundersøkelse blant deltakerne, samt gruppeoppgaver til de deltakende fagpersoner.

Evalueringsskjemaet skulle si noe om hvilke forventninger deltakerne hadde og hvordan de vurderte innholdet i kursene. Intervjuundersøkelsen skulle være med å gi svar på i hvilken grad man hadde nådd målsettingen med prosjektet, se avsnitt 1.6, og evt. andre viktige faktorer som deltakerne har lagt vekt på ved denne type ambulante kurs. Gruppeoppgavene omhandlet faggruppers kompetanseoverføring til brukere og andre personer rundt brukere lokalt. Evalueringen vil også si om dette er en arbeidsmodell det er verdt å bygge videre på.

Prosjektet er registrert hos Personvernombudet for forskning ved Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste<sup>4</sup>.

### 2.1 Evalueringsskjema

Evalueringsskjemaet ble fylt ut og levert inn på slutten av hvert kurs. Det var et evalueringsskjema for fagpersonene som deltok, og et for brukere og ledsagere (se vedlegg). Evalueringsskjemaet til fagpersonene, og evalueringsskjemaet til brukere og ledsagere etterspurte ulik informasjon i forhold til hvordan de vurderte forventninger til og innholdet i kursene. Det var ingen forskjell på evalueringsskjemaet som brukere og ledsagere fylte ut. Skjemaene bestod av 10 spørsmål, og var en kombinasjon av åpne (6 spørsmål) og lukkede (4 spørsmål) spørsmål. De 4 lukkede spørsmålene hadde svaralternativene meget bra, bra,

---

<sup>4</sup> <http://pvo.nsd.no/meldingsarkiv/prosjektdetaljer/?iid=2133&pnr=22138>

mindre bra og dårlig. På 3 av de lukkede spørsmålene hadde deltakerne anledning til å komme med utfyllende kommentarer. Fordelen med lukkede spørsmål er at deltakerne kan bruke kort tid på å fylle ut skjemaet, mens ulempen er at deltakerne kan tvinges inn i svaralternativer de ikke kjenner seg igjen i. I åpne spørsmål får deltakerne muligheten til å formulere svarene selv (Ringdal, 2001). I resultatkapitlet i denne rapporten er de åpne spørsmålene kategorisert ut i fra hva brukere, ledsagere og fagpersoner svarte på spørsmålene.

Brukere som trengte hjelp med å fylle ut skjemaet fikk bistand fra sin ledsager. Det kunne være fordi de var synshemmet, ikke kunne lese, eller hadde andre fysiske funksjonsnedsettelse som gjorde at de ikke var i stand til å skrive.

Til sammen har 24 av 29 brukere, 22 av 33 ledsagere og 18 av 22 fagpersoner besvart evalueringsskjemaet. Samlet sett tilsvarer dette en svarprosent på 76,2 %.

## **2.2 Intervju**

Av de totalt 84 deltakerne (brukere, ledsagere og fagpersoner) som deltok var det 16 som ga samtykke til å delta i intervjuundersøkelsen. Intervjuformen som ble brukt, er det Kvale (1997) kaller halvstrukturert intervju. Dette er en intervjuform som omhandler flere temaer og forslag til spørsmål. *"Samtidig er det åpent for forandringer, både i rekkefølge og spørsmålsform, slik at intervjueren kan følge opp svarene og historiene han eller hun får av intervjupersonen"* (Kvale, 1997). Ved denne type metode vil man ha mulighet til å spørre om detaljer ved interessante opplysninger og tilpasse intervjuene best mulig.

Informantene ble rekruttert gjennom muntlig informasjon og forespørsel om deltakelse under de ambulante kursene. Under de ambulante kursene ble deltakerlisten sendt rundt til deltakerne. De som ikke ønsket å bli kontaktet senere mht. deltakelse i intervjuundersøkelsen, hadde muntlighet til å reservere seg mot dette ved å sette et kryss bak navnet sitt på deltakerlisten.

Det er kun brukere og ledsagere til brukere under 18 år, og som hadde eller søkte om et aktivitetshjelpemiddel i forbindelse med kursene, samt fagpersoner, som ble inkludert i intervjuundersøkelsen. De som sa seg villig til å bli kontaktet for å delta i intervjuundersøkelsen fikk tilsendt et informasjonsskriv med svarslipp i posten (se vedlegg). Fristen for å returnere svarslippen ble satt til 8 uker etter avsluttet kurs. Intervjuene skulle gjennomføres som telefonintervju 8-10 uker etter endt kurs. Dette lot seg av ulike årsaker ikke gjøre, så telefonintervjuene ble i stedet gjennomført 10-12 uker etter endt kurs. Intervjuene ble tatt opp på lydband og hadde en varighet på mellom 15 og 85 minutter. I etterkant er intervjuene transkribert ordrett. For å øke lesbarheten er sitatene som er gjengitt i rapporten presentert i bearbeidet form, dvs, uten gjentakelser, ufullstendige setninger og lignende. For å sikre informantenes anonymitet er alle sitater presentert uten informantenes bosted, type funksjonsnedsettelse, profesjon og andre variabler som kan gjøre det mulig å gjenkjenne informantene.

Det at gjennomføringen av telefonintervjuene ble forskjøvet, gjorde at de som evt. søkte på aktivitetshjelpemidler i forbindelse med de ambulante kursene fikk større mulighet til både å få aktivitetshjelpemidlet og prøve det ut i aktivitet. I følge NAV skal 80-85 % av de søknader de får inn, behandles innen 1 måned. De som får innvilget søknaden kan regne med å få sitt aktivitetshjelpemiddel i løpet av 4 uker hvis det er på lager. Bestillingsvarer har 4 ukers leveringstid. Samtidig fikk fagpersoner større mulighet til å nyttiggjøre seg den kunnskapen de evt. hadde tilegnet seg under kursene.

Intervjuundersøkelsen har ulike vinklinger ut i fra om man er bruker, ledsager til bruker under 18 år eller fagperson fra de ulike faggruppene (omtalt i avsnitt 1.7). Det var ingen deltakere fra målgruppen idrett, skole, støttekontakt og treningskontakt.

I utgangspunktet ønsket man å intervju 1-2 personer fra hver gruppe (bruker, ledsager og fagperson), men siden det ble flere faggrupper med forskjellig bakgrunn valgte man å øke antall informanter i de tre gruppene, så alle de 16 som ga samtykke til å delta er inkludert i intervjuundersøkelsen. Dette for å få fyldigere data.

Intervjuene er gjennomført, transkribert og analysert av en ekstern intervjuer (ergoterapeut). En ekstern intervjuer kan være hensiktsmessig for å få mest mulig reell informasjon fra informantene, spesielt med tanke på kritikk. Det kan være vanskelig å kritisere et tilbud overfor den som f.eks er kursansvarlig.

En intervjuguide er utarbeidet som utgangspunkt for intervjuene med hver av gruppene, men spørsmålsstilling, tematisering og rekkefølge kan variere fra intervju til intervju (se vedlegg).

### **2.3 Gruppediskusjon**

Gruppediskusjonene tok utgangspunkt i to oppgaver som skulle belyse hvordan fagpersoner kan bidra til å øke aktiviteten blant personer med funksjonsnedsettelse, og overføring av kompetanse fra fagpersoner til andre viktige personer og miljø lokalt (se vedlegg). De to gruppeoppgavene ble besvart i gruppediskusjoner med 3-4 fagpersoner på hver gruppe. Gruppene ble tilfeldig satt sammen på tvers av faglig bakgrunn og erfaring. En person på hver gruppe fikk ansvaret for å skrive ned de ”svarene” gruppen diskuterte seg frem til. Alle gruppene fikk de samme oppgavene.

### **3 Prosjektgjennomføring**

I dette kapitlet vil gjennomføringen av selve prosjektet, fra planleggings- til gjennomføringsfase, bli beskrevet mer inngående. Mens det neste kapitlet tar for seg resultatene av prosjektet, med utgangspunkt i målsettingen for prosjektet. Man vil også belyse andre tydelige faktorer som har kommet frem gjennom evalueringsarbeidet.

Ettersom man ikke fikk fullfinansiert dette prosjektet, etter opprinnelige søknader til Helsedirektoratet og Stiftelsen Sophies Minde, ble det gjort enkelte avgrensninger i forhold til opprinnelige prosjektskisser.

#### **3.1 Prosjektets avgrensninger**

Med de innvilgede beløp ble prosjektleder tilsatt i 50 % stilling i planleggings- og evalueringsfasen, mens stillingsprosenten i gjennomføringsfasen (februar og mars 2010) ble økt til 100 %.

Etter Lov om Folketrygd § 10.7 3 ledd<sup>5</sup> innvilges i utgangspunktet ikke søknader om aktivitetshjelpemidler til personer etter fylte 26 år. I dette prosjektet valgte man å se bort i fra denne aldersgrensen for kostnadsfri tildeling av aktivitetshjelpemidler. Alle som var interessert og ønsket å prøve ut aktuelle aktivitetshjelpemidler skulle ha mulighet til å delta på kursene. For de som har passert 26 år finnes det andre muligheter for å søke om dekning av utgifter til innkjøp av aktivitetshjelpemidler. I tillegg til at man kan kjøpe aktivitetshjelpemidler selv, finnes det forskjellige legater som deler ut penger til ulike formål<sup>6</sup>. Lokale lag og foreninger kan søke om støtte til aktivitetshjelpemidler for deltakelse i aktivitet, bl.a. gjennom Norges

---

<sup>5</sup> [http://www.nav.no/rettskildene/lov/L19970228-19\\_P10-7](http://www.nav.no/rettskildene/lov/L19970228-19_P10-7)

<sup>6</sup> <http://www.legathandboken.no/>

Idrettsforbund<sup>7</sup>. Utover dette har enkelte skikretser enkelte aktivitetshjelpemidler vinter til utlån. Andre gode grunner for å se bort i fra 26 års regelen, var for å få flest mulig til å delta på kursene, overføre kompetanse til de over 26 år og som kan ta med seg denne kompetansen inn i aktiviteter i lokalmiljøet.

Med de midlene som var til rådighet så man for seg at man ville klare å gjennomføre ett fylkesvis kurs (Nord-Trøndelag, Nordland, Troms og Finnmark), totalt 4 kurs. For VHSS og NAV HMS Nordland var det spesielt viktig å få til kurs i Nord-Trøndelag og Troms, da man opplever å få lite søknader og henvendelser om aktivitetshjelpemidler fra disse fylkene.

Siden det ville bli gjennomført få kurs mente man at det var hensiktsmessig å konsentrere seg om et utvalg aktivitetshjelpemidler. Dette for å ivareta kvaliteten på det som skulle gjennomgås på en best mulig måte, samt at det etter hvert finnes mange ulike aktivitetshjelpemidler på markedet. Vinteren i nord kan være lang, noe som gjør at aktivitetshjelpemidler vinter ville være viktig med tanke på å øke aktiviteten vinterstid blant personer med funksjonsnedsettelse. De utvalgte aktivitetshjelpemidlene var: sittende alpinutstyr (sitski og biski/dualski), piggekjelker, skilator og akeutstyr. En del aktivitetshjelpemidler vinter krever mer opplæring, spesielt med tanke på sikkerhet, ferdigheter og ledsagerfunksjonen. Samtidig vet man fra før at aktivitetsnivået blant personer med funksjonsnedsettelse er lavere om vinteren enn om sommeren (Bliksvær, 2010). Undersøkelsen til Bliksvær (2010) viser også at forskjellene i aktivitetsnivå mellom personer med og uten funksjonsnedsettelse, er spesielt store for utstyrskrevede aktiviteter (alpint, skitur og sykkelstur).

---

<sup>7</sup> <http://www.nif.no/tema/funksjonshemmede/Sider/sokemidler.aspx>

Videre ønsket man ikke å tenke kun kommunale kurs, men også tenke regionale kurs. Begrunnelsen for det var at man da forhåpentligvis ville nå flere brukere, ledsagere og fagpersoner. I Nord-Norge er bosetningen spredt, noe som gjør at enkelt kommuner og lokalmiljøer ofte har et lite antall personer med funksjonsnedsettelse og fagpersoner som ville kunne nyttiggjøre seg av aktivitetshjelpemidlene og kunnskapen om dette utstyret. Aktivitetshjelpemidler vil i så måte kunne være et individuelt tiltak som kan gjøre at personer med funksjonsnedsettelse får økte muligheter for å delta i aktiviteter på skolen, hjemme på fritiden og i idretten (NOU, 2010:5).

### **3.2 Ambulante kurs**

Ved å gjennomføre ambulante aktivitetshjelpemiddelkurs ønsket man å prøve ut en annen modell enn modellen med at fagpersoner og brukere kommer på kursdager eller tilpasning og utprøvingsopphold ved VHSS. De ambulante kursene skulle ha liknende fokus, bare at VHSS gjennomførte kursene i målgruppene sitt lokalmiljø.

For å gjennomføre de ambulante kursene anså man det som viktig å involvere ulike samarbeidspartnere. Disse ble kontaktet tidlig i planleggingsfasen. Norges Idrettsforbund og Norges Skiforbund, som VHSS har et nært samarbeid med, ble tidlig viktige og sentrale samarbeidspartnere. De ble viktige både i forhold til å opprette kontakt og involvere de lokale skikretsene. Skikretsene ble igjen viktige med tanke på kartlegging av egnede kurssteder og lokaler, samt gjøre tilbudet kjent i frivillige lag og foreninger.

NAV HMS Nordland ble viktig i forhold til å involvere hjelpemiddelsentralene i Nord-Trøndelag, Troms og Finnmark, samt stille nødvendige aktivitetshjelpemidler til disposisjon.



Hjelpemiddelfirmaer som leverer aktivitetshjelpemidler vinter ble viktige i forhold å presentere aktivitetshjelpemidler, være behjelpelige med transport, samt bidra med instruktører. Tre aktivitetshjelpemiddelfirma har bidratt i prosjektet.

I tillegg har referansegruppen og den interne arbeidsgruppen ved VHSS vært viktige bidragsytere.

Sommeren og høsten 2009 besøkte prosjektleder sammen med konsulent for funksjonshemmede i Norges Skiforbund skikretsene i Nord-Trøndelag, Nordland, Troms og Finnmark. Under besøkene ble det fordelt ansvar, bestemt kurssted og tidspunkt for kurs.

Etter ønske fra Skiforbundet og skikretsene ble også synshemmede brukere inkludert i målgruppen. De ambulante kursene for brukere og deres ledsagere fikk navnet ”Miljøsamling i alpint og langrenn for syns- og bevegelseshemmede med tilpasning og opplæring i bruk av aktivitetshjelpemidler/utstyr”. Kursene for fagpersoner gikk under navnet ”Fagdag i tilpasning og opplæring i bruk av aktivitetshjelpemidler”. I det følgende vil de ambulante kursene for brukere og ledsagere bli omtalt som *miljøsamling* og de ambulante kursene for fagpersoner som *fagdag*. Kursene ble avviklet med en fagdag først, med en påfølgende to-dagers miljøsamling for brukere og ledsagere.

Gjennomføringen av de fire fagdage og miljøsamlingene (Nord-Trøndelag, Nordland, Troms og Finnmark) ble gjennomført vinteren 2010.

Ved følgende steder ble fagdag og miljøsamling gjennomført:

- Mo i Rana (Nordland), 29-31. januar 2010
- Grong (Nord-Trøndelag), 26-28. februar 2010
- Alta (Finnmark), 4-6. mars
- Bardufoss (Troms), 12-14. mars

### **3.3 Rekruttering av fagpersoner, brukere og ledsagere**

Deltakerne i prosjektet er rekruttert gjennom VHSS, Norges Idrettsforbund, Norges Skiforbund, de involverte skikretsene, NAV HMS Nordland, brukerorganisasjoner, hjelpemiddelfirmaer og referansegruppen sitt nettverk. Valnesfjord Helsesportssenter sendte ut invitasjoner (se vedlegg) til tidligere brukere man mente kunne være aktuelle deltakere. I tillegg ble det sendt ut invitasjoner til kommuner, skoler og 1. linjetjenesten i kommunene. Alle invitasjoner er sendt ut pr post eller e-post med påminnelse pr e-post i forkant av påmeldingsfristens utløp. Informasjon om prosjektet med invitasjoner ble lagt ut på hjemmesidene til Valnesfjord Helsesportssenter, Norges Idrettsforbund, Norges Skiforbund og de involverte skikretsene. I tillegg til dette ble det utarbeidet en informasjonsbrosjyre om prosjektet (se vedlegg). Denne ble delt ut i forbindelse med andre kurs, konferanser, etc. hvor Valnesfjord Helsesportssenter var representert, samt sendt ut til kommuner og skoler med forespørsel om videreformidling.

I forkant av hver miljøsamling ble det sendt ut pressemedling til lokale media, noe som førte til omtale og informasjon om prosjektet i forkant av miljøsamlingene i en del lokalaviser.

### **3.4 Gjennomføring av fagdag for fagpersoner**

Fagdagene ble avholdt på fredager (torsdag ved et tilfelle), i arbeidstiden til fagpersonene. Deltakerne hadde meldt seg på fagdagen på forhånd via påmeldingsskjema. Påmeldingsskjema ble brukt for å innhente opplysninger om stilling/funksjon, om de i tillegg til fagdagen ønsket å delta på miljøsamlingen sammen med brukerne og om det var spesielle tema de ønsket å ta opp. Ved å innhente opplysninger i forhold til spesielle tema kunne man ta dette med i betraktningen når programmet for fagdagen ble laget. Det var ingen fagpersoner som hadde noen ønsker om å ta opp spesielle tema, og bare to som ønsket å delta på miljøsamling sammen med brukerne. Det ble derfor laget et program med

tema man mente ville gi økt kunnskap om aktivitetshjelpemidler generelt, og økt innsikt i aktivitetshjelpemidler vinter spesielt. Det var ingen kursavgift for å delta på fagdagen.

Følgende tema ble gjennomgått:

- Informasjon om Valnesfjord Helsesportssenter som kompetansesenter og NAV Hjelpemiddelsentral Nordland som ressurscenter for aktivitetshjelpemidler i de fire nordligste fylkene
- Informasjon om prosjektet ”Tilpasning av og opplæring i bruk av aktivitetshjelpemidler der hvor folk bor”
- Tilsagnsordningen som finnes i forhold til hvordan man søker på aktivitetshjelpemidler
- Kompetansenettverk og hjelpeapparatet i et forebyggende arbeid/rekruttering (gruppediskusjon)
- Teknisk gjennomgang og praktisk utprøving av aktivitetshjelpemidler vinter
- Oppsummering av fagdagen med utfylling av evalueringsskjema og utdeling av deltakerbevis (se vedlegg)

Det man satte av og brukte mest tid på var teknisk gjennomgang og praktisk utprøving av aktivitetshjelpemidler vinter, ca. 3 timer. Her startet de forskjellige hjelpemiddelfirmaene med en teknisk visning av aktivitetshjelpemidlene, før fagpersonene selv fikk prøve dem i alpinbakker og langrennsløyper.

Skiinstruktører fra de forskjellige hjelpemiddelfirmaene og fagpersoner fra VHSS bisto fagpersonene under selve utprøvingen. De andre temaene i programmet var kortere innlegg på 20-30 minutter hver.

### **3.5 Gjennomføring av miljøsamling for brukere og ledsagere**

De fire miljøsamlingene ble holdt i forlengelsen av fagdagen for fagpersoner. Brukere og ledsagere møtte til miljøsamling fredag ettermiddag/-kveld (torsdag

ved den ene miljøsamlingen). I likhet med fagpersonene hadde brukerne og ledsagerne meldt seg på miljøsamlingen via påmeldingsskjema på forhånd. Dette for å få kartlagt antall deltakere, type funksjonsnedsettelse, eget utstyr eller ikke, tilhørighet til lokalt lag eller forening, om de hadde behov for spesiell tilrettelegging (ADL) etc. Ved å kartlegge dette på forhånd kunne man bl.a. danne seg et inntrykk av hvilke aktivitetshjelpemidler de forskjellige kunne ha behov for å prøve ut og hvor mange instruktører man ville ha behov for.

Miljøsamlingene varte frem til søndag ettermiddag (lørdag ettermiddag ved én miljøsamling). Hver miljøsamling hadde fokus på tilpasning og opplæring i bruk av aktivitetshjelpemidler vinter.

Ettermiddagen og kvelden på oppmøtedagen ble brukt til å finne og tilpasse aktivitetshjelper til hver enkelt bruker. I de tilfeller der flere brukere hadde behov for samme aktivitetshjelpemiddel måtte man ha en rullering hvis man ikke hadde to aktivitetshjelpemidler av samme type. De brukerne som hadde egne aktivitetshjelper fra før, fikk mulighet til å oppgradere og utbedre eventuelle feil og mangler.

Ledsagerne som ikke hadde eget utstyr til bruk i langrennsløypene og alpinbakkene, fikk låne dette utstyret i skianleggene eller medbrakt utstyr fra VHSS. Dette gjaldt også for brukerne som var stående og synshemmet. De synshemmede med sine ledsagere fikk i tillegg til å trene på skiferdigheter prøvd ut elektronisk kommunikasjonsutstyr.

Lørdag og søndag (fredag og lørdag ved den ene miljøsamlingen) ble brukt til utprøving og opplæring i bruken av aktivitetshjelpemidlene som ble valgt ut og tilpasset på oppmøtedagen. De som hadde egne aktivitetshjelpemidler fra før fikk veiledning i teknisk og fysisk trening. Begge dagene bestod av to økter.

Lørdagen (fredagen ved den ene miljøsamlingen) skulle alle ha ei økt i

langrennsløypene og ei økt i alpinbakken. Den andre dagen ble det opp til hver enkelt bruker om man ville ha ei økt på hver arena eller om man kun ville være på den ene. Dette for å ha fokus på bruken av den aktiviteten man likte best, og som man så for seg var mulig å fortsette med i fremtiden.

I langrennsløypene bidro ledsagerne som støtte, gjennom dra- og dyttehjelp der brukerne hadde behov for det, samt at de fikk prøvd aktivitetshjelpemidlene selv. Ledsagerne til de synshemmede fikk opplæring i hvordan man bør opptre som ledsager for synshemmede. Dette hadde de fokus på i alpinbakken også.



**Bilde: Utprøving av piggekjelker og opplæring i piggeteknikk.**

I de skianleggene som ble benyttet var løypene relativt godt egnet for både nybegynnere og mer viderekommende. Den største utfordringen kunne være det å komme seg i løypa fra parkeringsplass etc. på grunn av bratte bakker eller store snøskavler.

I alpinbakkene fikk brukerne som kjørte sitski uten ledsager opplæring i forhold til:

- sittestilling
- hvordan holde skien mot snøen for å ha best mulig balanse

- svingteknikk, både ved bruk av tyngdeoverføring og krykkeski
- sikker heiskjøring

Brukere som kjørte biski, dualski og akebrett ble ledsagerkjørt av instruktør eller av ledsagere som mestret ledsagerkjøring. I disse tilfellene var kommunikasjon mellom bruker og ledsager viktig, og at bruker fikk instruksjon i hvordan de i størst mulig grad kunne påvirke kjøringen selv.



**Bilde: Opplæring i alpint, på henholdsvis sitski og dualski.**

På avslutningsdagen ønsket de fleste av brukerne å bruke mest tid på videre opplæring og trening i alpinbakken. Dette var noe som gjaldt for alle fire miljøsamlingene.

De brukere og ledsagere (ved ledsagerkjøring) som ble vurdert (subjektiv vurdering) til å mestre et aktivitetshjelpemiddel de prøvde ut under miljøsamlingen, og som hadde mulighet for å bruke et slikt aktivitetshjelpemiddel i sitt lokalmiljø, fikk mulighet til å søke om aktivitetshjelpemidlet ved endt miljøsamling. I løpet av de fire miljøsamlingene ble det totalt skrevet seks søknader enten på nye aktivitetshjelpemidler eller utstyr til oppgradering av aktivitetshjelpemidler.

## 4 Resultat

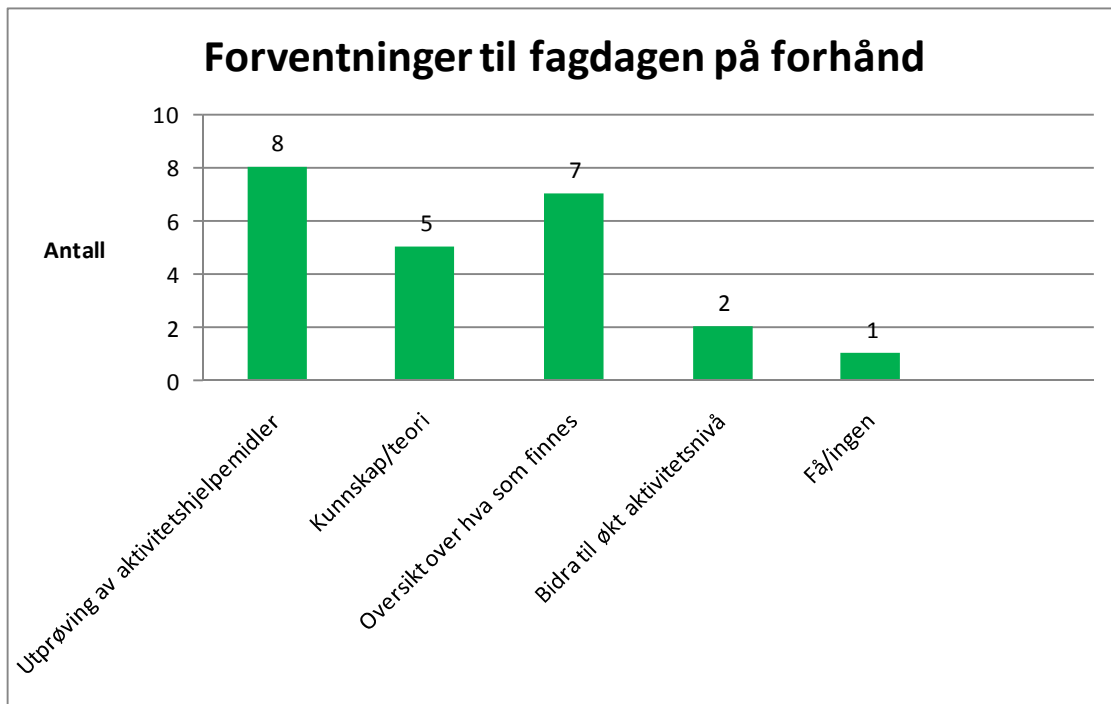
Resultatene vil si noe om forventninger til og innhold i fagdag for fagpersoner og miljøsamling for brukere og ledsagere, med utgangspunkt i evalueringsskjemaene og gruppeoppgavene til fagpersonene. I denne rapporten har man kun valgt å konsentrere seg om de spørsmålene i evalueringsskjemaene man mener kan være med på å belyse målsettingen for prosjektet.

Data fra intervjuundersøkelsen vil være med på å gi svar på i hvilken grad man har nådd målsettingen med prosjektet, samt belyse andre viktige faktorer ved prosjektet.

Det er kun resultatene samlet for de fire kursene som presenteres i denne rapporten. Rapporten sier ikke noe om resultatene for hver enkelt fagdag eller miljøsamling, dette for å ivareta anonymiteten til deltakerne best mulig, samt at det var relativt stort sprik i deltakelse for hver enkelt fagdag og miljøsamling.

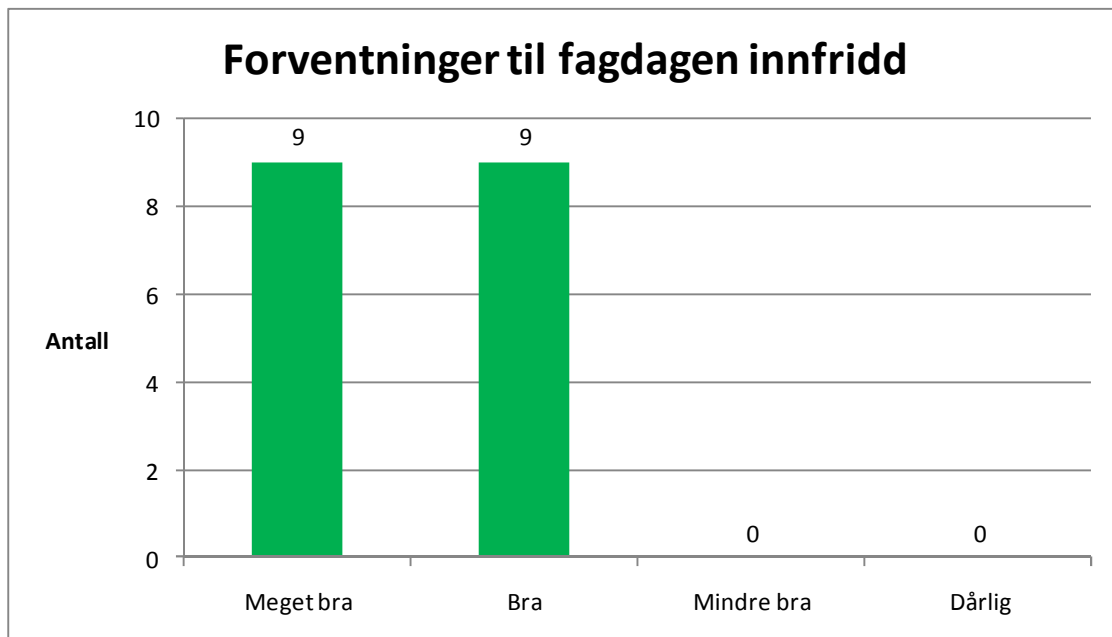
#### 4.1 Forventninger til og innhold i fagdag

Dette avsnittet tar for seg hvilke forventninger fagpersonene hadde til fagdagen og i hvilken grad forventningene ble innfridd, samt om fagdagen hadde gitt de økt kunnskap om aktivitetshjelpemidler.

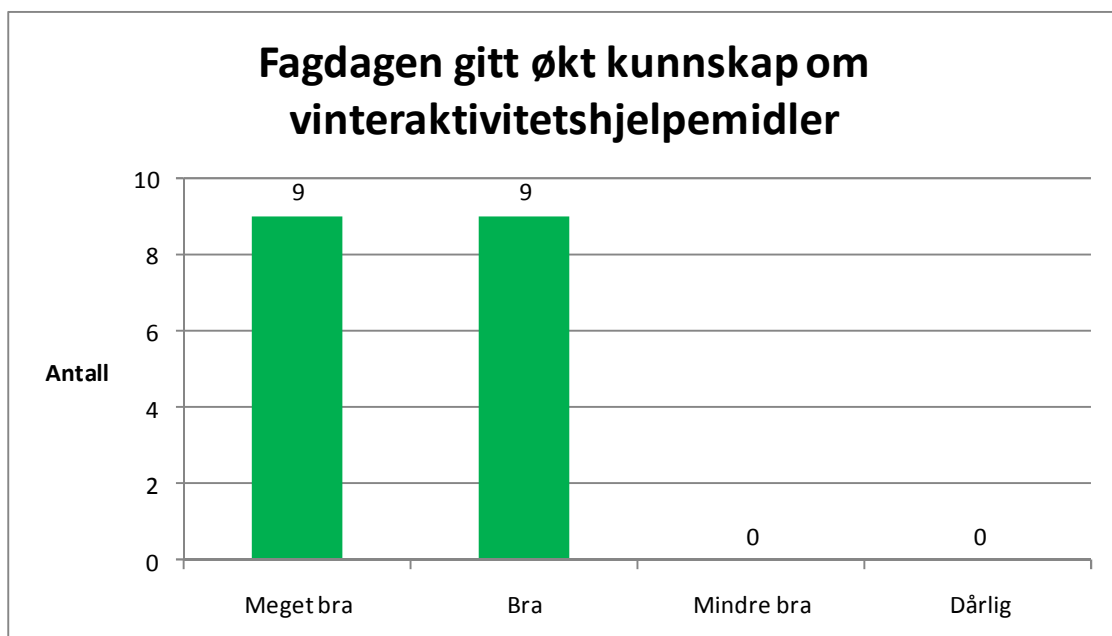


Fordelingen i figuren viser at fagpersonene (N = 22) som deltok på fagdagen hadde forventninger som samsvarer med målsettingen om økt kompetanse om aktivitetshjelpemidler lokalt, og i miljø som har å gjøre med aktivitetshjelpemidler og aktivitet på fritida for personer med funksjonsnedsettelse. Som man ser av fordelingen var utprøving av aktivitetshjelpemidler og oversikt over hva som finnes det de fleste fagpersonene hadde forventninger om å oppnå med fagdagen.



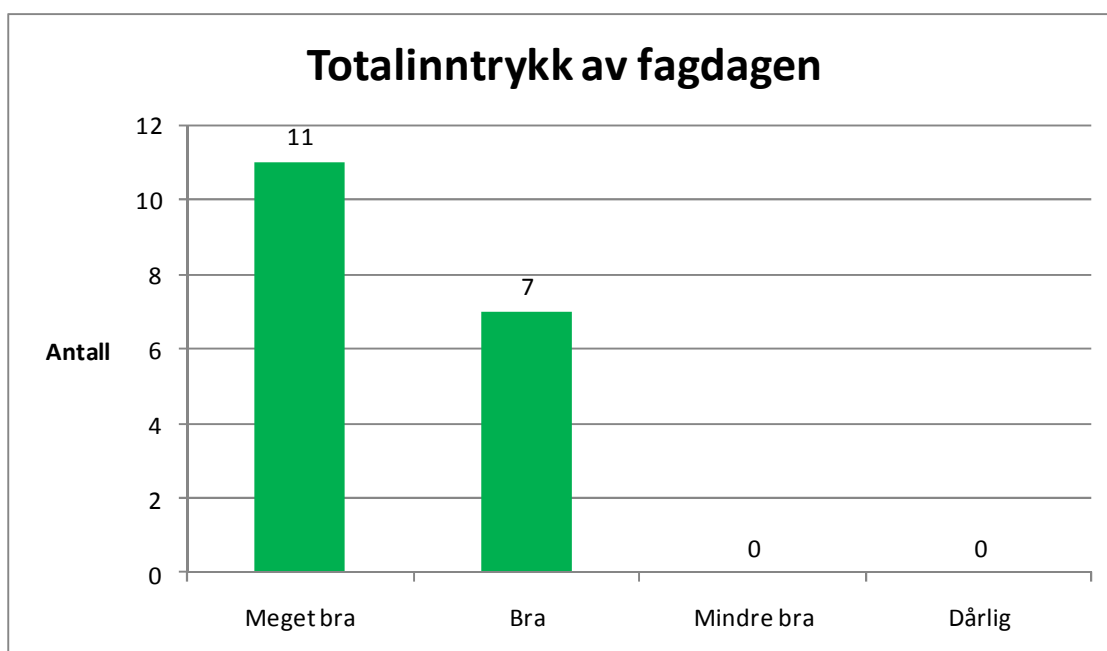


Av figuren ser man at forventningene som fagpersonene hadde til fagdagen i stor grad er innfridd. Dette kan tyde på at fagdagen var et positivt bidrag med tanke på å nå målsettingen med prosjektet. En av fagpersonene kommenterte at det hadde vært ønskelig med litt mer tid til utprøving av aktivitetshjelpemidlene.



Fordelingen i figuren viser at fagpersonene som deltok på fagdagen gir uttrykk for at de fikk økt kunnskap om aktivitetshjelpemidler vinter. De kommentarene

som ble gitt på dette spørsmålet viste at kunnskapen fagpersonene hadde før fagdagen varierte noe. Enkelte visste en del, mens andre hadde liten kunnskap om aktivitetshjelpemidler fra før. Det var også ønskelig med mer utprøving av ledsagerkjøring.



Figuren viser at fagpersonene gir uttrykk for at fagdagen har vært bra eller meget bra. Av kommentarer som ble gitt på dette spørsmålet, trekker flere av fagpersonene frem den praktiske utprøvingen av aktivitetshjelpemidlene som spesielt bra. Enkelte hadde sett at det ble satt av enda mer tid til utprøvingen.

#### **4.2 Kompetansenettverk og hjelpeapparatet i et forebyggende arbeid/rekruttering (gruppediskusjon)**

Gruppediskusjonene brakte frem flere nyttige innspill på hvordan fagpersoner kan bidra til å øke aktiviteten blant unge med funksjonsnedsettelse, samt overføre kompetanse til andre viktige personer og miljø lokalt. I det følgende presenteres innspillene i tolket og sammenfattet form. Oversikt over alle innspillene finnes i vedlegg.

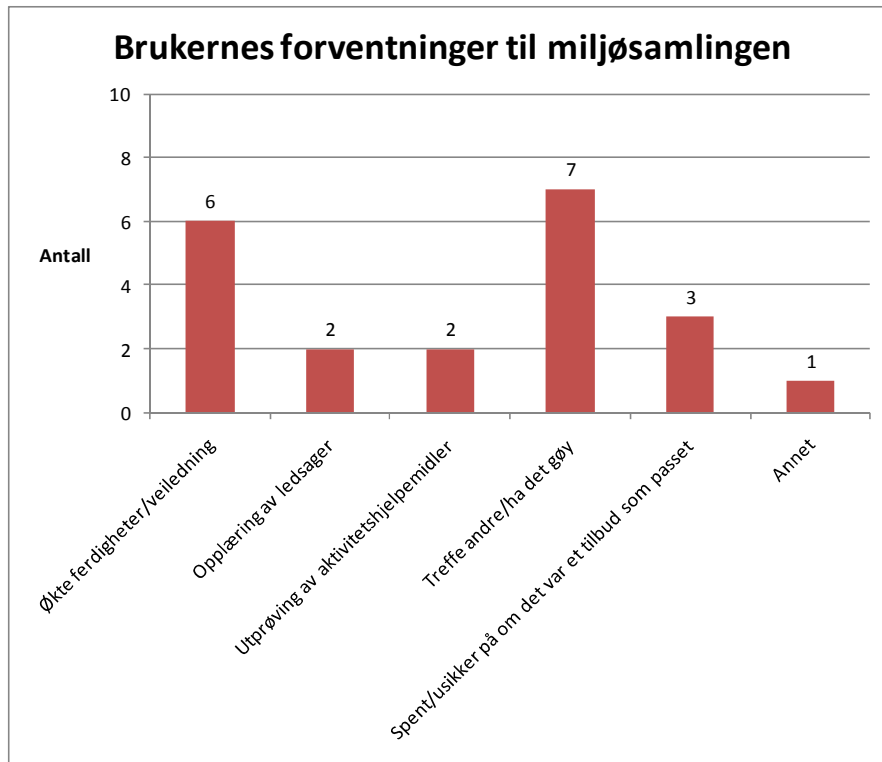
Flere av innspillene gikk ut på å motivere og stimulere foreldre, søsken og familie til å fokusere på den fysiske aktiviteten til brukerne. Det å danne aktivitetsgrupper og nye miljøer, samt holde kurs og aktivitetsdager for brukere og nettverk med fokus på mestring, trygghet, muligheter, holdning, glede og sosialt samvær var det flere av fagpersonene som mente de kunne bidra til.

Videre kom det innspill på at de kunne bidra til å utvide støttekontakttilbudet. Enkelte mente de kunne bidra gjennom å komme inn i skolen til brukerne, og tilegne seg kunnskap og holde seg oppdatert på aktiviteter og aktivitetshjelpemidler.

Noen fagpersoner mente de kunne overføre kompetanse gjennom å spre kunnskap om tilrettelagte aktiviteter og muligheter til skole, idrettslag, organisasjoner etc., men at det ikke finnes en arena på tvers av disse gruppene der de kan utveksle denne kompetansen. utfordringen er å skape disse arenaene for fagpersoner, og miljøer for brukere med fagpersoner tilstede. I tillegg er det ønskelig at tilrettelagt aktivitet og aktivitetshjelpemidler blir mer vektlagt i enkelte videregående- og høyskoleutdanninger.

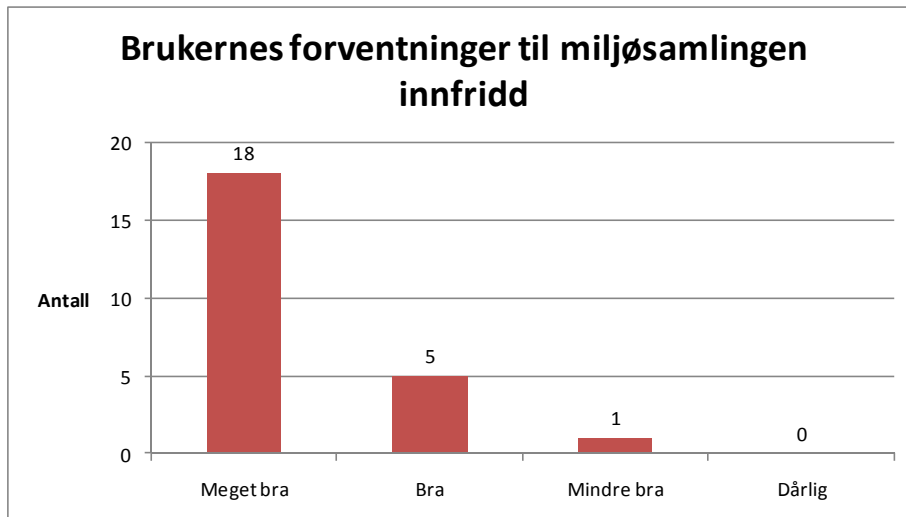
### **4.3 Brukernes forventninger til og innhold i miljøsamling**

Dette avsnittet tar for seg hvilke forventninger brukerne hadde til miljøsamlingen og i hvilken grad forventningene ble innfridd.

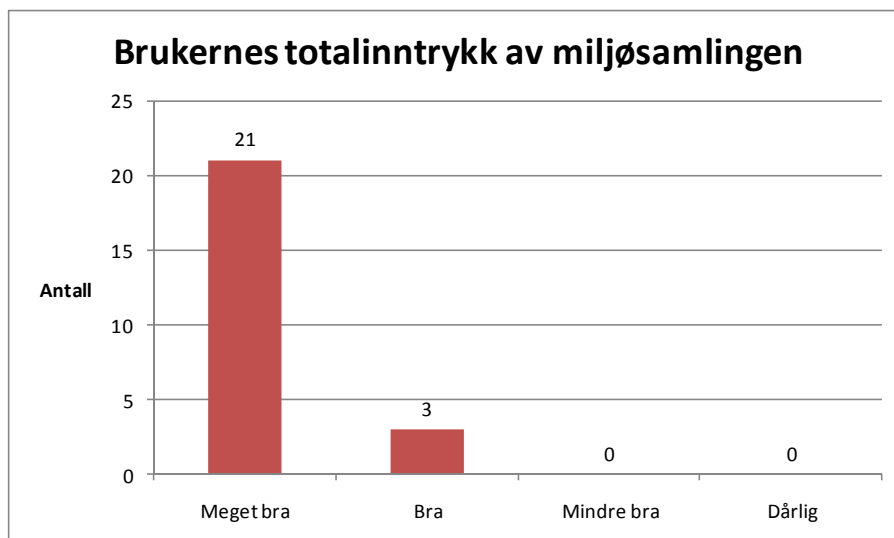


Figuren viser hvilke forventninger brukerne (N = 29) hadde til miljøsamlingen. Av de 24 som svarte på evalueringsskjemaet, og av de som hadde svart på spørsmålet om hvilke forventninger de hadde til miljøsamlingen kom det frem 21 forventninger fordelt på de ulike kategoriene i figuren.

Flere av brukerne hadde forventninger som samsvarer med målsettingen om mer og bedre aktivitet på fritida for personer som får tildelt aktivitetshjelpemidler. Samtidig hadde brukerne flere andre forventninger utover det som var en del av målsettingen med prosjektet. Her skiller den sosiale faktoren seg ut, ved at sju brukere oppga at de hadde forventninger om å treffe andre og å ha det gøy.



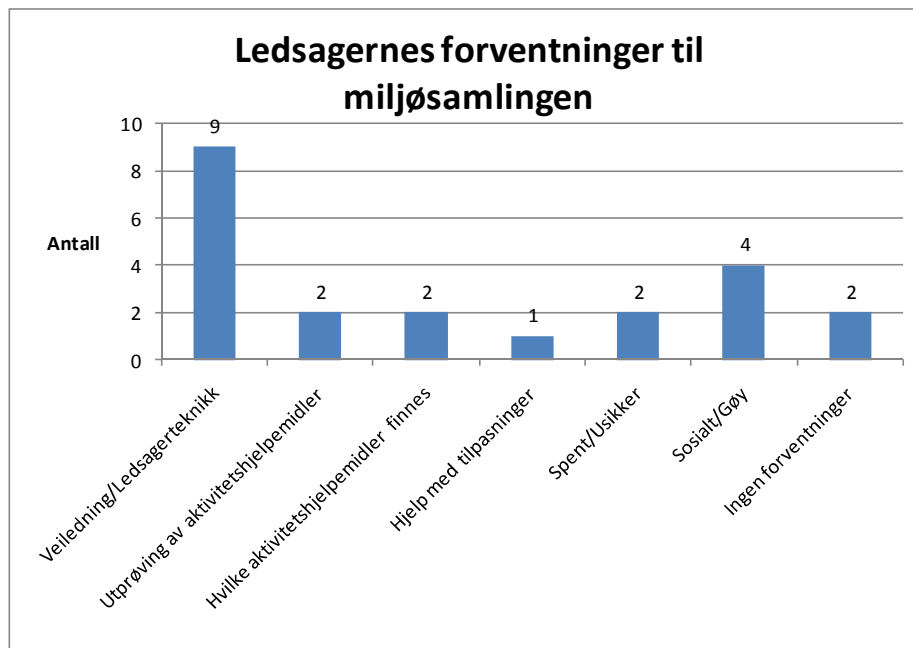
Fordelingen i figuren viser at av de 24 brukerne som besvarte evalueringsskjemaet oppga hele 18 brukere at miljøsamlingen hadde innfridd deres forventninger meget bra. Mens fem mente de var innfridd bra og bare en mindre bra. Av de få brukerne som hadde skrevet kommentarer på dette spørsmålet, gikk hovedkommentarene ut på at de hadde hatt det gøy, økt sitt ferdighetsnivå og at de var fornøyde med å få prøve ut aktivitetshjelpemidler.



Figuren viser brukernes totalinntrykk av miljøsamlingen. Totalt sett har 21 brukere et meget bra og tre brukere et bra totalinntrykk av miljøsamlingen. De svært få som har lagt til kommentarer på dette spørsmålet, kommenterer at de hadde fått god opplæring, fått prøvd aktivitetshjelpemidler, og at miljøsamlingen har vært bra og seriøst gjennomført.

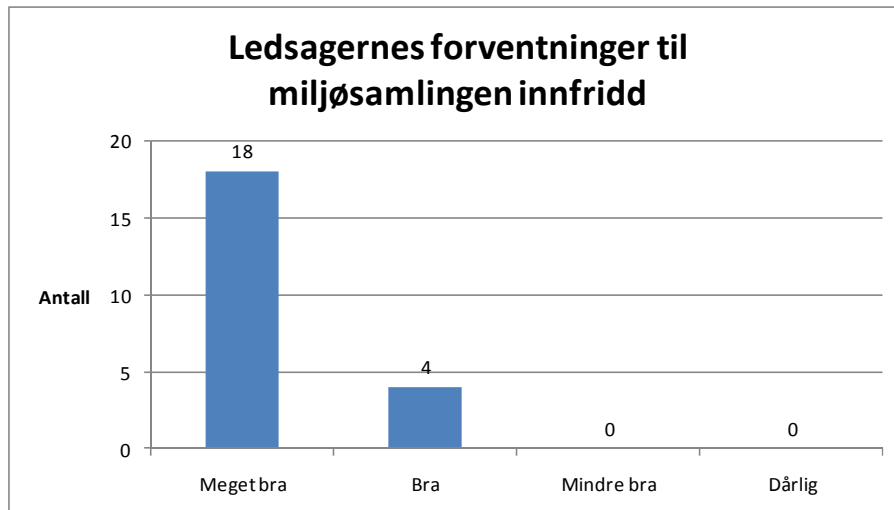
#### 4.4 Ledsagernes forventninger til og innhold i miljøsamling

Dette avsnittet tar for seg hvilke forventninger ledsagerne hadde til miljøsamlingen og i hvilken grad forventningene ble innfridd.

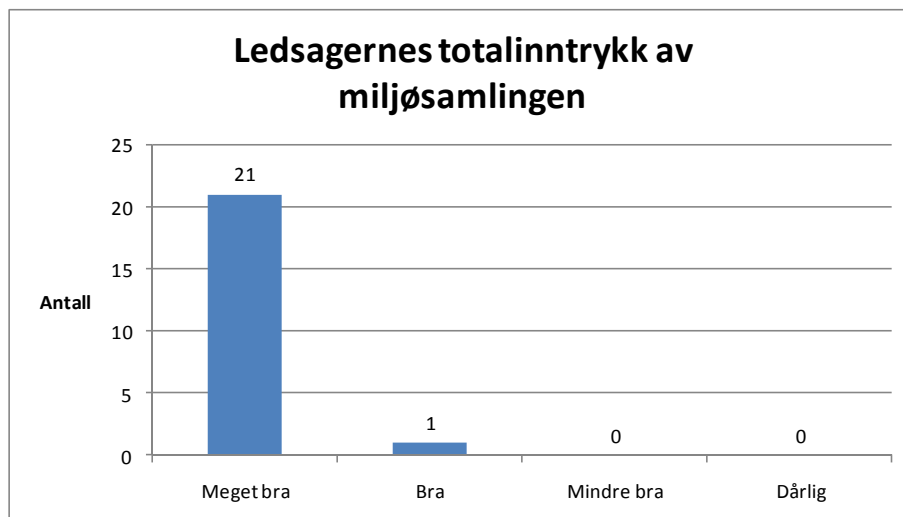


Figuren viser hvilke forventninger ledsagerne (N = 33) hadde til miljøsamlingen. Av de 22 som fylte ut evalueringsskjemaet og som hadde svart på spørsmålet om hvilke forventninger de hadde til miljøsamlingen, kategoriserte forventningene seg som vist i figuren.

Flere av ledsagerne hadde forventninger som samsvarer med målsettingen til prosjektet. Samtidig hadde enkelte ledsagere andre forventninger utover det som var en del av målsettingen til prosjektet. Den sosiale faktoren skiller seg ut ved at fire ledsagere trakk frem denne faktoren, mens det var to som var spente og/eller usikre og to hadde ingen forventninger.



Fordelingen i figuren viser at av de 22 ledsagerne som besvarte evalueringsskjemaet oppga hele 18 ledsagere at miljøsamlingen hadde innfridd deres forventninger meget bra. Mens fire mente forventningene var bra innfridd. Av de ledsagerne som hadde skrevet kommentarer på dette spørsmålet, gikk de fleste kommentarene ut på at de hadde hatt et større utbytte enn forventet, hatt det gøy, økt sitt ferdighetsnivå og at de var fornøyde med å få prøve ut aktivitetshjelpemidler.



Figuren viser ledsagernes totalinntrykk av miljøsamlingen. Totalt sett har 21 ledsagere et meget bra og en et bra totalinntrykk av miljøsamlingen. De få som har lagt til kommentarer på dette spørsmålet, kommenterer at miljøsamlingen har

vært godt lagt opp, humøret har vært godt og man har sett framgang blant deltakerne.

## 4.5 Intervju

I det følgende presenteres resultatene av intervjuundersøkelsen. Spørsmålene i intervjuundersøkelsen tok utgangspunkt i målsettingen til prosjektet. Oversikt over spørsmålene finnes i vedlagte intervjuguide. Dataene som kom frem vil være med på å gi svar på i hvilken grad man har nådd målsettingen med prosjektet, samt belyse andre viktige faktorer.

### 4.5.1 Betydningen av fysisk aktivitet og aktivitetshjelpemidler vinter

Alle brukerne mente det var viktig for dem å være fysisk aktive. Den fysiske aktiviteten bidro både til fysisk styrke og til det sosiale liv. En av brukerne beskrev betydningen av den fysiske aktiviteten på følgende måte:

*”den betyr veldig, veldig mye... jeg har mye mindre vondt... og jeg har mye mere overskudd... ja det gir meg overskudd sånn at jeg kan ha et normalt liv”*

Også ledsagerne mente det var av vesentlig betydning at barna og ungdommene fikk mulighet til å være fysisk aktive. Fysisk styrke, muligheten til å føle mestring, glede og følelsen av å være inkludert var faktorer som ble trukket fram:

*”han har jo det at han kan føle at han kan gjøre noe han også, på sin måte... ja det er det jeg tror, og å se den gleden han har, han har det morsomt som alle andre og, ja... føler at han blir inkludert, rett og slett inkludert, i fysisk aktivitet, være med å delta, ha noe å prate om han og ... ja, og det er veldig viktig”*



Betydningen av den fysiske aktiviteten var uavhengig av i hvor stor grad man var aktiv. Det kunne være vel så viktig for den som bare kunne gjøre litt å få muligheten til å bruke den funksjonen man faktisk hadde.

Både brukerne og ledsagerne mente vinteraktivitetshjelpemidlene hadde stor betydning for muligheten til å være fysisk aktiv, ikke minst i en årstid da det ellers var begrensede muligheter til fysisk aktivitet. Faktorer som ble trukket fram var bl.a. muligheten til å få brukt kroppen og de funksjonene man hadde, og med noe som samtidig ga glede:

*”jo det tror jeg det har jo veldig mye å si... at det er noe som er artig å gjøre, at det ikke blir bare en trening... at det er en aktivitet som andre og gjør, altså funksjonsfriske går jo og på ski og på skøyter, og så kan hun være i lag med... hun er jo på trening hos fysioterapeuten, men det blir jo helt noe annet, det her blir jo en lek, og det tror jeg har veldig mye å si for, ja, lysten til å holde på med det”*

Det var imidlertid også mange andre positive faktorer knyttet til vinteraktivitetshjelpemidlene. Muligheten til å være med familien på tur, delta på lik linje med andre, komme seg ut i frisk luft og å få en positiv opplevelse var faktorer som flere poengter. En av brukerne svarte følgende:

*”jo, det vil jo bety flere ting, det første er at man kan være mer aktiv og komme seg ut på vinteren, at man ikke blir så innesittende, men også det at du kan være med på tur, ikke sant, når venner og familie skal gå på skitur så kan du være med... og det er jo hyggelig... så det blir jo på en måte en ny verden sånn sett”*

Et av barna måtte tidligere på avlastningsopphold for at resten av familien skulle få muligheten til å reise på tur. Aktivitetshjelpemidlet gjorde det nå mulig for hele familien å reise på tur sammen.

### ***Erfaringer med å søke om utstyr***

Brukere og ledsagere som hadde søkt om aktivitetshjelpemidler på ordinær måte hadde litt blandede erfaringer i forbindelse med dette. For noen hadde det gått svært greit, andre hadde bl.a. opplevd problemer med at saksbehandler ikke forsto behovet for det ønskede utstyret:

*”det er ikke alle som har kunnskapen... om det er nødvendig eller hensiktsmessig eller om det er noen aktivitet... det er forskjellige typer saksbehandlere som er flinke på sitt område... og som ikke egentlig ser den store nytten av det hjelpemidlet”*

Flere av de som hadde søkt om aktivitetshjelpemidler vinter hadde byttet utstyr etter at de hadde fått det innvilget. De hadde ved kontakt med hjelpemiddelfirma oppdaget utstyr som de mente passet bedre for brukerens behov. En av ledsagerne uttrykte det slik:

*”ja, for det er jo det man erfarer altså, uansett hvilken type utstyr det er... om det er den her typen hjelpemidler eller andre typer hjelpemidler, det er jo... det å på en måte lage en bestilling, ut ifra en katalog eller sånn, det er ikke bestandig at det treffer helt”*

### ***Tilpasning og opplæring***

De fleste brukerne og ledsagerne var godt fornøyde med vinteraktivitetshjelpemidlet de hadde fått. Det var likevel i flere tilfeller behov for tilpasninger etter at de hadde mottatt hjelpemidlet. Ved innvilget utstyr hadde hjelpemiddelfirmaet i visse tilfeller selv levert aktivitetshjelpemidlet hjemme hos brukeren. Brukeren hadde da prøvesittet utstyret hjemme, og hjelpemiddelfirmaet

hadde gjort nødvendige tilpasninger. I andre tilfeller ble utstyret sendt i posten eller via kommunalt hjelpemiddellager. En familie hadde opplevd at utstyret ikke passet selv om hjelpemiddelfirmaet hadde gjort utprøving og tilpasninger av aktivitetshjelpemidlet når det ble levert. De oppdaget fordelene med å prøve ut hjelpemidlet i praktisk bruk i forbindelse med tilpasningen:

*”og når vi kom til Beitostølen så ble den kjelken parkert vekk for det at den var jo alt for stor, den var jo alt for bred, vet du, så armene tok jo i ryggen hver gang han tok et tak ... ja, så vi fikk låne en kjelke på Beitostølen... han pigga jo to kilometer, han glisa jo når han kom i mål”*

I forbindelse med nytt alpinutstyr uttrykte mange brukere og ledsagere spesielt behov for opplæring. En ledsager hadde opplevd at sitskieren de hadde fått innvilget hadde blitt stående i over 1 år før de fikk tatt den i bruk. Dette p.g.a. manglende opplæring:

*”vi fikk jo den sitskieren... vi hadde den jo stående til vi kom til Beitostølen før vi fikk brukt den... for vi trodde det skulle gå... med det samme så hørtes det veldig interessant ut... men når vi så den der sitskieren og det der, tør vi legge utfor noen bakke med det her?”*

Det var generelt ulike erfaringer når det gjaldt opplæring i forbindelse med at de fikk et nytt aktivitetshjelpemiddel. De som hadde fått opplæring hadde enten fått dette på kurs arrangert av VHSS eller Beitostølen Helse- og idrettsenter, eller på en utprøvingsdag hos hjelpemiddelfirma. Tilbudet om opplæring virket bl.a. svært avhengig av hvilket hjelpemiddelfirma det var som leverte utstyret.

Både brukerne og ledsagerne uttrykte ulike behov for oppfølging. Felles for de fleste var imidlertid at de ønsket en eller annen form for oppfølging, enten det var tilpasning av utstyret eller opplæring i bruken av det. En av ledsagerne mente at man automatisk burde få opplæring i bruken av aktivitetshjelpemidlet med en gang man fikk utstyret, eventuelt at man på søknadsskjemaet for utstyret også kunne søke om opplæring.

#### **4.5.2 Fagdagen**

Dette avsnittet tar for seg fagpersonene sine erfaringer med å søke om aktivitetshjelpemidler, opplæring i bruken av aktivitetshjelpemidlene og videreføring av den kunnskap de hadde tilegnet seg det i forbindelse med fagdagen.

Årsaker til at fagpersonene meldte seg på fagdagen var at det virket interessant og at de ønsket å få mer kunnskap om aktivitetshjelpemidler vinter og hvilke muligheter det ga til aktivitet for brukerne. På spørsmål om hvorfor vedkommende hadde meldt seg på fagdagen, svarte en av studentene følgende:

*”jeg syntes det var kjempeinteressant og så var det noe som vi ikke hadde, det er ikke noe som det er så veldig fokus på... for eksempel i kommunene, jeg har hatt praksis i kommunen og da er det mest sånn daglige ting og ikke så mye fokus på fritidshjelpemidler... det var en av grunnene”*

De fleste hadde begrenset kunnskap om aktivitetshjelpemidler vinter fra før. En av de spurte hadde vært med på et arrangement der et hjelpemiddelfirma hadde presentert sine produkter. De andre hadde enten sett utstyret i slalombakken, i brosjyrer eller på TV.

### ***Søke om utstyr***

Få av de intervjuede fra 1.linjetjenesten hadde tidligere søkt om nye eller oppgradert gamle aktivitetshjelpemidler vinter, og i de tilfellene dette var gjort hadde initiativet ofte kommet fra brukeren eller familien selv. Det fagpersonene trakk fram som det viktigste utbyttet av fagdagen var økt kunnskap om hvilke aktivitetshjelpemidler vinter som finnes, og ikke minst muligheten til å ”føle på kroppen” hvordan det var å bruke aktivitetshjelpemidlene. Dette mente de var av vesentlig betydning for å kunne introdusere aktivitetshjelpemidlene for brukerne:

*”for det er mange i kommunen her som kunne hatt nytte av en sånn type for å komme seg mer ut og for å være mer i aktivitet, det tviler jeg ikke på, men det er jo det at hvis man ikke har kunnskapen om hva som finnes der så er det jo ingen som liksom kan introdusere det til dem... så det er viktig at man har fått en kjennskap til at det finnes og hvordan det fungerer”*

Fagpersonene mente at de ikke hadde spesielt stor nytte av informasjonen rundt selve søknadsprosessen, da dette var noe de hadde god nok kunnskap om fra før. Derimot var det positivt å bli kjent med bl.a. hjelpemiddelfirmaene som leverer aktivitetshjelpemidler. Dette ville gjøre det lettere å ta kontakt senere ved behov.

### ***Tilpasning og opplæring***

Flere i 1.linjetjenesten mente at fagdagen hadde gitt større trygghet i forhold til oppfølging av brukere og ledsagere. Det ble også ansett å være en svært viktig del av søknadsprosessen:

*”ja det første, det viktigste er jo at når man først får utlevert et hjelpemiddel at de blir trygg på det i fra starten av... for det er jo bare tull... ja, halve vinteren er gått og så viser det seg at de har ikke brukt det i det hele tatt for de er ikke trygg på det, da er det jo bare tull, det er jo poenget, det er jo i starten du må sette mye*

*ressurser på at det her skal fungere... så får jo heller dem komme etter hvert hvis det er noe annet... jeg tenker det er i starten man må ha fokus på at det skal brukes, hvordan det brukes og sikkerhet og alt”*

Svært få følte seg imidlertid kompetente til selv å gjennomføre opplæringen av brukere og ledsagere innen alpint, dette gjaldt også etter at de hadde deltatt på fagdagen. Her så de fleste for seg et samarbeid med hjelpemiddelfirmaet som leverer utstyret. Dette kunne enten gjøres individuelt eller på felles samlinger. Fordelen med samlinger ansås å være muligheten til å dele erfaringer og å skape et miljø rundt aktiviteten:

*”og det hadde jo kanskje også vært ideelt hvis det var flere brukere sammen, å samle dem og så kjøre det som en gruppe, for da kan man jo dele erfaringer og sånne ting... men også for liksom å skape miljøet, for det er ikke så artig å dra alene å stå på ski, det vet man jo selv også, man vil jo dra sammen med venner eller andre”*

1.linjetjenesten kunne eventuelt være den som organiserte samlingen. For den tekniske utprøvingen av aktivitetshjelpemidlet ble et samarbeid med hjelpemiddelfirmaene eller kommunens teknikere nevnt.

### ***Ledsagere***

Enkelte av fagpersonene mente at de på fagdagen hadde fått nok kunnskap og ferdigheter til å være ledsager innen alpint. Flere mente imidlertid at det var behov for mer opplæring i ledsagerkjøring enn det de hadde fått.

### ***Hadde fagpersonene tatt i bruk kunnskapen fra fagdagen?***

Flere av fagpersonene mente at fagdagen hadde bidratt til å gi dem økt fokus på fritidsaktiviteter generelt. Det ble også nevnt at fagdagen hadde avdekket større muligheter for tilrettelegging av aktiviteten enn forventet, med andre ord at

aktivitetshjelpemidlene også hadde en større aktuell brukergruppe enn forventet. Ved tidspunktet for intervjuene hadde likevel ingen av fagpersonene ennå aktivt brukt kunnskapen fra fagdagen. Alle forventet imidlertid at de kom til å få bruk for den i framtiden. Fagpersonene mente selv at årsakene til at de ikke hadde vært mer aktive var bl.a. at det ikke var sesong for aktivitetshjelpemidler vinter og at de for øyeblikket ikke hadde noen aktuelle brukere.

### ***Ønske om nye fagdager***

Alle fagpersonene kunne tenke seg å delta på en ny fagdag, og noen kunne tenke seg en årlig oppdatering. Ønsket fokus på en ny fagdag var først og fremst presentasjon av nytt utstyr på markedet, deres muligheter og begrensninger. Gjennomgang av nyheter innen regelverket ble også nevnt. De fleste ønsket i tillegg mer praktisk utprøving og opplæring i kjøreteknikk, både som bruker og som ledsager. Noen ønsket også mer kunnskap om praktisk tilpasning av aktivitetshjelpemidlene. En av fagpersonene ønsket å ta med potensielle brukere på fagdagen:

*”at man selv først har prøvd, og så kanskje få inn eventuelle brukere og så... ja, for der, sånn som nå sist, så var det jo erfarne ledsagere som var med... at man faktisk kan få se, og på den måten og introdusere det til potensielle brukere”*

### **4.5.3 Miljøsamlingen**

I dette avsnittet blir det lagt vekt på hvordan brukere og ledsagere opplevde det å kunne søke om aktivitetshjelpemidler, få opplæring i bruken av det i forbindelse med miljøsamlingen, den sosiale betydningen av miljøsamlingen, samt andre betydningsfulle faktorer for deres mulighet til å være aktive.

### ***Søke om utstyr***

Alle som hadde søkt om aktivitetshjelpemidler på miljøsamlingen syntes dette hadde fungert effektivt og greit. En av grunnene til at det opplevdes positivt å

søke i forbindelse med samlingen var muligheten til å få sett flere typer utstyr og til å få prøvd det ut i praksis:

*”det var vel nettopp den muligheten til å få prøvd ut og fått sett noe utstyr, det at flere leverandører er til stede og har med seg ulike typer utstyr... og at han får prøvd det”*

En av ledsagerne mente det også var en fordel at hjelpemiddelfirmaene fikk muligheten til å bli kjent med brukeren:

*”når vi da skal snakke om hvilke utstyr som passer og ikke passer, så er det veldig greit at dem... på en måte kjenner han og vet hva som fungerer og hva som ikke fungerer og hvilke tilpasninger som kreves, hva slags utfordringer er det spesielt”*

De fleste brukerne og ledsagerne var godt fornøyde med aktivitetshjelpemidlet de hadde fått i forbindelse med miljøsamlingen, og ingen hadde foreløpig byttet det med annet utstyr. Ved tidspunktet for intervjuene hadde de imidlertid hatt utstyret i svært kort tid.

### **Opplæring**

Behovet for opplæring var uten tvil størst for aktivitetshjelpemidler innen alpint, dette gjaldt både for brukerne og for ledsagerne. Brukerne mente samlingen bl.a. ga økt kunnskap om kjøreteknikk, mestringsfølelse og at de lærte å stole på seg selv i bakken. Også mange ledsagere vektla betydningen av å få prøve seg som ledsager med veiledning. Å få lære kjøreteknikk og bli tryggere på å være ledsager var viktig. Barnet til en av ledsagerne hadde søkt om alpinutstyr i forkant av samlingen, slik at de fikk utlevert utstyret på samlingen. På spørsmål om hva de hadde gjort dersom de ikke hadde deltatt på samlingen, svarte ledsageren følgende:



*”nei, jeg tror nå jeg hadde dratt i bakken, for det hadde jeg motivasjon til, men jeg tror jeg hadde gitt opp ganske fort... i og med at det var litt tyngre og mer komplisert enn jeg hadde trodd... så jeg er glad jeg fikk hjelp”*

### **Sosialt**

For brukerne var en svært viktig del av miljøsamlingen det sosiale, muligheten til å dele erfaringer med andre og rett og slett å ha det trivelig sammen:

*”men det som kanskje gjorde den største forskjellen, når jeg tenker tilbake på det, det var jo det sosiale... vi ble jo veldig sånn sammensveiset... ja at vi ble samlet flere av oss som har utstyr, som har fått utstyr dette året, noen har kanskje hatt utstyr lenge... og erfaringene er jo så forskjellige... så det var kanskje det, at det var flere i lag som faktisk kjørte... for vanligvis er jeg ofte alene som kjører sånn utstyr”*

Dette var noe også flere av ledsagerne trakk fram, både for sine barn og for sin egen del. Slike samlinger ble oppfattet som en viktig sosial møteplass:

*”og som sagt, vi bor jo på en plass der det ikke er noen andre... det er jo på sånne plasser at vi treffer andre..og for oss er det veldig viktig... sånne opplegg, sånne kurs og sånn for ellers så treffer vi de jo ikke”*

Muligheten til å opparbeide et nettverk ble også nevnt, der nettverket kunne bestå av bl.a. andre ledsagere, fagpersoner, hjelpemiddelfirma og VHSS.

Alle brukerne ønsket at det hadde vært flere likesinnede som kunne trent sammen. Det framkom at det var vanskelig å få dette til på egen hånd siden det var så få i nærmiljøet som f.eks. kjørte alpint. Det var også et generelt ønske om organisert aktivitet, f.eks. gjennom lokalt idrettslag eller fylkesvis Skikrets. Det opplevdes som at det var få organiserte tilbud i lokalmiljøet:

*”men det er jo første gang som den samlingen er da... det har jo ikke vært noen samling før... det er første gang som den har vært arrangert, sånn at det har ikke vært noen generell aktivitet for oss som har alpinutstyr i [fylket] da... som Skikretsen har tatt initiativet til eller... nei, så det har egentlig bare vært kun den aktivitetdagen... som [hjelpemiddelfirma] har hatt”*

Også flere av ledsagerne savnet et tilbud om organisert fysisk aktivitet for barna:

*”nei, det er nå at det er et organisert opplegg, det er jo veldig bra... at det blir noe, altså sånn som mange andre barn kan dra på, at det er en trening i uka eller... at det er regelmessig... det er vel det viktigste egentlig”*

#### ***Hadde aktiviteten økt som følge av miljøsamlingen?***

De som hadde søkt og fått aktivitetshjelpemiddel i forbindelse med miljøsamlingen hadde også brukt utstyret etter at de kom hjem. Utstyret hadde blitt brukt sammen med familien i påsken, på fritiden hjemme eller på skolen. De fleste mente likevel ikke at aktiviteten hadde forandret seg betydelig sammenliknet med før samlingen. En av ledsagerne mente at aktiviteten hadde forandret seg gjennom at barnet hadde blitt mer delaktig ved bruk av aktivitetshjelpemidlet, selv om de kanskje ikke var oftere på tur enn tidligere. Flere forventet seg også at aktiviteten kom til å øke på kort eller lang sikt.

Brukerne og ledsagerne opplevde flere faktorer som begrenset muligheten til å få brukt vinteraktivitetshjelpemidlene. Faktorene var bl.a. knyttet til begrenset tilrettelegging for fysisk aktivitet lokalt og regionalt, se nedenfor. Forholdene hadde så langt ikke bedret seg etter miljøsamlingen, men enkelte ga uttrykk for et håp om at skikretsen nå kunne bli mer aktive.

### ***Ikke fått aktivitetshjelpemiddel***

Noen hadde fått aktivitetshjelpemidlet med seg direkte fra miljøsamlingen eller hadde fått det raskt i etterkant. Da intervjuene ble gjennomført, 10-12 uker etter samlingen, var det imidlertid flere som ennå ikke hadde fått utstyret de hadde bestilt. En annen begrensende faktor var aldersgrensen på 26 år for å få aktivitetshjelpemidler. Dette var noe som både brukerne, ledsagerne og fagpersonene oppga som en viktig begrensende faktor for fysisk aktivitet. Flere av deltakerne på samlingen var over denne aldersgrensen. En av deltakerne hadde ikke hatt mulighet til å søke om aktivitetshjelpemidler, verken nå eller tidligere:

*”men jeg har alltid vært for gammel, fordi at... før når jeg var yngre så var grensen 18 år, sant... og så når jeg liksom var innenfor den her 26-årsgrensen, det var bare noen år, men da var jeg så dårlig sånn at det var liksom ikke aktuelt for meg da”*

### ***Sesongslutt***

For mange var også vintersesongen slutt relativt kort tid etter at de hadde fått aktivitetshjelpemidlet. Dette var en velkjent problemstilling for flere:

*”å søke på vinterhjelpemidler når det begynner å bli januar/februar, da har man det kanskje levert før snøen er borte, selv om vi har snø lenge her... så man må jo, ofte så er det jo sånn at søker man på sommerutstyr så må man gjøre det på høsten og tidlig vinter for å få det levert når sommeren kommer... det er ikke bestandig man tenker sommerutstyr når det er jul”*

### **Skole/barnehage**

Flertallet av ledsagerne mente at barnehagen og skolen ikke var spesielt flinke til å tilrettelegge for fysisk aktivitet:

*”det her med å ha kunnskap og å vite om mulighetene, det er sikkert der det ofte skorter... det der med å vite om mulighetene for hvordan man kan tilrettelegge for aktivitet og deltagelse for barn med fysisk funksjonshemming... så det er en begrensning i seg selv”*

Også en av brukerne opplevde at det var liten kunnskap på skolen om aktivitetshjelpemidler og tilrettelegging av fysisk aktivitet. Dette resulterte i at vedkommende i gymtimene som oftest gjorde aktiviteter på egen hånd og iblant heller ikke kunne være med på klasseturer. Dette opplevdes som en unødvendig begrensning i muligheten til å være fysisk aktiv. Det fantes likevel positive unntak fra dette. En av ledsagerne hadde et svært greit samarbeid med skolens personale:

*”det er bare det at vi har måttet samsnakket i forveien om hvilket utstyr som skal være med på skolen til de rette dagene og sånn... så det har vært greit”*

### **Skianlegg**

Det var ulik oppfatning av hvor godt skiløyper og alpinbakker var tilrettelagt både blant brukerne og ledsagerne. For noen var det lite oppkjørte løyper og for tunge bakker for å drive med langrenn, mens andre hadde relativt bra anlegg i nærheten. Begrensningene var også delvis relatert til egne fysiske forutsetninger:

*”men jeg føler vel at det ikke trenger å være så veldig tilrettelagt, skjønner du... fordi at jeg begynner å bli så pass sterk så jeg klarer å pigge oppover bakker og”*

De fleste hadde lang vei til nærmeste alpinanlegg, og iblant måtte også det nærmeste anlegget velges bort. Dette p.g.a. dårlige forhold for personer med funksjonsnedsettelse i form av vanskelige heiser eller for bratte bakker.

### ***Idrettslag/skikretser***

En av brukerne var passiv medlem i en lokal sportsklubb, de andre var ikke med i noe idrettslag. Årsaken var i hovedsak at de ikke trodde det fantes aktuelle tilbud innen lagene. Noen av ledsagerne hadde likevel tanker om at det kunne bli aktuelt å melde inn barna, bl.a. hadde det vært diskutert mellom deltakerne på en av samlingene. En av brukerne ga følgende svar på hvorfor vedkommende ikke var medlem:

*”Skikretsen har ikke vært så veldig aktiv i forhold til å få med flere som for eksempel har slalomutstyr av forskjellig slag... det kan være mye at de ikke har visst om oss, det kan hende at det blir bedre nå etter den samlingen, håper det... med det er jo ikke noe, jeg ser liksom ikke noe poeng i å være med i en Skikrets hvis ikke det er noen aktivitet for oss der”*

Ingen av verken brukerne eller ledsagerne opplevde at de lokale idrettslagene hadde tatt aktivt initiativ til å inkludere eller starte opp vinteraktiviteter for barn og unge med fysisk funksjonsnedsettelse. Dette ble av mange oppgitt som en begrensende faktor for fysisk aktivitet. Flere av ledsagerne var inne på at foreldrene selv kanskje måtte ta i et tak for at det skulle skje noe:

*”om de her ulike idrettslagene selv på en måte ser det behovet som er rundt omkring, det er jeg litt mer usikker på... jeg tror at noen kanskje må ta kontakt og spørre om de kan ta initiativ til det eller om man må være litt mer aktiv selv for at det skal komme i gang”*

En av deltakerne beskrev at det var vanskelig å ta kontakt med et idrettslag på egen hånd:

*”jeg har alltid følt at det har vært et så... altså, den terskelen, ikke sant, for eksempel, for å gå til et idrettslag eller noe sånn for meg har vært så fryktelig høy, skjønner du... for at jeg har følt, og jeg gjør det kanskje enda, at jeg kanskje ikke har noe der å gjøre”*

Det kunne også være vanskelig å vite hvem man skulle kontakte innen idrettslaget for å få svar på aktuelle spørsmål.

### **Ledsagere**

Andre begrensende faktorer som ble nevnt av brukerne var behovet for ledsager. På spørsmål om de hadde hatt behov for ledsagere utenom familien, svarte en av brukerne følgende:

*”i noen sammenhenger så hadde det vært greit å hatt kanskje en eller to til, for du blir jo litt fastbundet da, når det er bare pappa så blir det liksom litt sånn, ja du blir veldig avhengig av han da...så det hadde kanskje vært en idé å lært opp en person til eller to, men problemet er at det er litt vanskelig å finne dem”*

De fleste ledsagerne syntes det fungerte bra med at det var foreldrene som var ledsagere, spesielt for de minste barna. For enkelte ville det likevel vært bra å hatt andre muligheter i tillegg:

*”det er til å få kabalen til å gå opp, vet du... at han kunne hatt en fritidsassistent, eller noe sånt, som kunne ha steppet inn når man ikke hadde muligheten selv... det er mange ganger han blir lei seg for at vi ikke har muligheten til å følge han på ting”*

For noen av brukerne var muligheten til å kjøre alpint helt avhengig av om de hadde andre enn foreldrene som ledsager, da foreldrene selv ikke hadde mulighet til dette. En av de spurte foreslo at idrettslagene kunne hatt fritidsassistenter som kunne hjulpet til. Flere opplevde at det var vanskelig å få tak i personlige assistenter eller støttekontakter som kunne være ledsagere.

Flere av ledsagerne ga også uttrykk for at de ikke følte seg trygge nok til å være ledsager innen alpint på egen hånd etter miljøsamlingen. Dette gjaldt spesielt de ledsagerne som på forhånd ikke hadde så mye erfaring med alpinkjøring. For disse var opplæringen på miljøsamlingen ikke tilstrekkelig.

### ***Ønske om nye miljøsamlinger***

Alle brukerne kunne tenke seg å delta på flere miljøsamlinger innen aktivitetshjelpemidler vinter. Årsaken var bl.a. muligheten til å få kjøre, og da spesielt alpint, sammen med andre likesinnede, utveksle erfaringer og det sosiale. Ønskede fokusområder på miljøsamlingen var i tillegg til praktisk kjøring og det sosiale, mer informasjon om hvordan man kan fortsette aktiviteten lokalt etter samlingen, bl.a. muligheter for kontakt med lokale idrettsforeninger og hvilke muligheter som finnes innen fylket. Det var også ønskelig med informasjon om hvordan de som har passert 26-årsgrensen kan søke i fond o.l. for å få økonomisk støtte til innkjøp av utstyr. En av deltakerne ønsket at det ble tatt opp ulike tema på samlingene, og at det ble avsatt tid til erfaringsutveksling og diskusjoner rundt disse temaene.

Alle unntatt en av ledsagerne ønsket å delta på en ny miljøsamling. Ønskede fokusområder for en ny samling var i hovedsak de samme som for denne samlingen; praktisk trening, tilpasning av eget utstyr, oppdatering i forhold til hvilket utstyr som finnes på markedet samt nettverksbygging. En av ledsagerne hadde forslag om at også andre barn og unge kjørere kunne fungert som instruktører i tillegg til de mer profesjonelle instruktørene:

*”kanskje at andre, litt større unger kunne ha gitt tips, både direkte til ho og til oss... for det kan jo være ting som instruktørene, de funksjonsfriske instruktørene ikke tenker på... som de som har en funksjonsnedsettelse selv har tips om”*

Ledsageren som ikke ønsket å delta på flere liknende samlinger mente likevel at det var behov for denne typen samlinger:

*”du kan si at når det gjelder vinteraktivitetene, så tror jeg man kan gjerne kjøre samme type kurs igjen, men jeg tror ikke vi blir å delta der, det tror jeg ikke vi har behov for... men jeg tror det er veldig mange som vil ha nytte av det... for mesteparten av de utøverne som er på de der kursene, det er jo den mørke årstiden og det er jo lite som skjer ute, og den eneste måten er jo egentlig å bruke hjelpemidler for å komme seg ut i terrenget eller bakker eller hva det er for noe, skiløyper og sånt... så det er veldig viktig det der”*



## 5 Oppsummering og anbefalinger

På bakgrunn av tidligere erfaringer gjort ved Valnesfjord Helsesportssenter (VHSS) mente man at det å komme ut i regionene og kommunene der brukerne bor, og kompetansen i forhold til tilpasning og opplæring i bruk av aktivitetshjelpemidler trengs ville være viktig for overføring av kompetanse, og initiere til økt aktivitet.

Målsettingen med prosjektet ”Tilpasning og opplæring i bruk av aktivitetshjelpemidler der hvor folk bor” har vært:

1. Mer og bedre aktivitet på fritida for personer som får tildelt aktivitetshjelpemidler.
2. Økt kompetanse om aktivitetshjelpemidler lokalt, og i miljø som har å gjøre med aktivitetshjelpemidler og aktivitet på fritida for personer med funksjonsnedsettelse.

En oppsummering av prosjektets viktigste resultater viser at brukerne og ledsagerne som deltok på miljøsamlingen mente at de hadde fått prøvd ut aktivitetshjelpemidler, økt sitt ferdighetsnivå og hatt det gøy<sup>8</sup>. De mente imidlertid at de ikke hadde blitt mer aktive på fritida som følge av miljøsamlingen. Flere forventet imidlertid at aktiviteten kom til å øke på kort eller lang sikt. De brukerne som hadde søkt og fått sitt aktivitetshjelpemiddel hadde brukt det sammen med familien i påsken, på fritiden eller skolen.

Deltakerne på fagdagen ga uttrykk for at de hadde fått økt kunnskap om aktivitetshjelpemidler, fått bedre oversikt over hvilke aktivitetshjelpemidler som finnes og større forståelse for hvordan aktivitetshjelpemidlene fungerer. Fagdagen avdekket at aktivitetshjelpemidlene hadde en større aktuell brukergruppe, og dermed gir større muligheter for tilrettelegging av aktiviteter

---

<sup>8</sup> En generell erfaringsveileder som kun oppsummerer erfaringene fra prosjektet vil også bli utarbeidet. Denne er tenkt å være til hjelp for det offentlige og frivillige i fremtidens jobb med aktivitetshjelpemidler og aktivitet.

enn det fagpersonene forventet. 10-12 uker etter fagdagen var det likevel ingen av fagpersonene som aktivt hadde brukt kunnskapen de tilegnet seg. Imidlertid forventet alle at de kom til å få bruk for kunnskapen i framtiden.

Man har lykket med å nå brukerne og brukernes aller nærmeste (foreldre og 1. linjetjenesten), men i mindre grad andre nære ressurspersoner som lærere, støttekontakter, treningskontakter, venner etc..

### **5.1 Valg av kurssted**

I dette prosjektet ble større steder valgt som kurs og samlingssteder. I forhold til opplæring i bruk av aktivitetshjelpemidler var det viktig å velge anlegg/arenaer som var tilgjengelige for flest mulig deltakere i en region. At heistrasé, alpinbakker og skiløyper var egnet til formålet, behjelpelig personell i anleggene/arenaene, egnede møtelokaler i nærhet til anleggene/arenaene, samt overnattingsmuligheter ble tatt med i betraktningen når kurssted ble valgt.

### **5.2 Valg av aktivitetshjelpemidler**

Prosjektet valgte å fokusere på aktivitetshjelpemidler vinter. Ved et prosjekt over flere år hadde man kunnet fokusere både på aktivitetshjelpemidler til vinter- og sommerbruk. Ved å fokusere på aktivitetshjelpemidler vinter er det sannsynlig at man i mindre grad klarte å rekruttere de brukerne og ledsagerne som har større interesse og behov for opplæring på aktivitetshjelpemidler for aktivitet sommerstid.

### **5.3 Aktivitetsnivå**

De fleste brukerne som deltok i prosjektet mente ikke at de hadde blitt mer aktive på fritida som følge av miljøsamlingene. Noe av grunnen til det var blant annet at enkelte hadde fått aktivitetshjelpemidlet de søkte om for sent på vinteren og for enkelte var det langt til nærmeste skianlegg. I tillegg var det flere som ikke hadde fått sitt aktivitetshjelpemiddel da de ble intervjuet (10-12 uker etter samling). At leveringstiden var så lang tyder på at hjelpemiddelfirmaene og

hjelpemiddelsentralen har et forbedringspotensial i forhold raskere levering. Hjelpemiddelsentralen sier at bestillingsvarer i 80-85 % av tilfellene skal ha en leveringstid på maksimalt 8 uker. En annen begrensende årsak var at flere av brukerne som deltok på samlingene var over 26 års grensen for kostnadsfri tildeling av til aktivitetshjelpemidler gjennom NAV. En aldersgrense som Holteutvalget anbefaler opphevet (NOU, 2010:5). En oppheving av aldersgrensen på 26 år vil bety at også voksne vil få samme muligheter til å delta i fysisk aktivitet. Noe som vil kunne være et viktig bidrag når man vet at personer med funksjonsnedsettelse har et lavt aktivitetsnivå på fritiden (Solheim, 2005, Hansen et al., 2003, Grue, 1998). Videre vet man at friluftsliv og fysisk aktivitet er et politisk satsningsområde (Stortinget 2010). Ved å gi alle samme mulighet til å delta i fysisk aktivitet vil det kunne ha en positiv effekt med tanke på den enkeltes fysiske og sosiale liv, samt at det vil være samfunnsøkonomisk lønnsomt.

Andre avgjørende grunner for at brukeren ikke hadde blitt mer aktive, var at de siste samlingene ble arrangert mot slutten av vinteren, noe som kunne ha betydning for hvor mye de fikk brukt aktivitetshjelpemidlet etter samlingen.

I forhold til brukergruppen i prosjektet vil klima ha en avgjørende betydning for om de i det hele tatt kan drive denne formen for utendørsaktivitet gjennom hele vinteren. Årsaken til det er at brukere med funksjonsnedsettelse, spesielt i bein og underkropp, ikke er i stand til å kjenne kulde i like stor grad som personer uten funksjonsnedsettelse. På de kaldeste dagene vil personer med funksjonsnedsettelse derfor være mer utsatt for nedkjøling og frostskafer. Tidspunkt på året vil ha betydning for rekruttering av brukere og ledsagere til denne type samlinger. Fagdage og miljøsamlingene ble derfor prøvd lagt til et tidspunkt på vinteren man mente var mest gunstig i forhold til temperatur. Miljøsamlingen i Mo i Rana i slutten av januar var for tidlig med tanke på kulden (15-20 minusgrad).

Brukerne som hadde søkt og fått et aktivitetshjelpemiddel i forbindelse med miljøsamlingen hadde også brukt det etter at de kom hjem. De hadde brukt aktivitetshjelpemidlet sammen med familien i påsken, på fritiden eller skolen. Det at aktivitetshjelpemidlet var blitt brukt i forbindelse med ferie, er nok det mest vanlige blant befolkningen forøvrig også. Spesielt gjelder dette alpint. Flere poengterte dette med at aktivitetshjelpemidlet ga brukerne muligheten til å være med familien på tur, komme seg ut i frisk luft og å få positive opplevelser.

Flere forventet imidlertid at aktiviteten kom til å øke på sikt, da aktivitetshjelpemidler vinter ble oppfattet som en svært viktig mulighet til økt aktivitet. At de fleste brukerne ikke hadde blitt mer aktive på fritida som følge av miljøsamlingen kan ha å gjøre med at det gikk relativt kort tid fra miljøsamlingen til de ble intervjuet. I tillegg er det grunn til å tro at man i løpet av en 3 års periode ville hatt større mulighet til å nå ut til flere regioner, kommuner og aktører. Bakgrunnen for det er at man tidligere har erfart at det tar tid å gjøre tilbud kjent, spesielt for et relativt marginalt og for mange aktører ukjent felt som dette prosjektet omhandler. En oppfølgingsundersøkelse etter 3 år, der man intervjuet de samme brukerne, ledsagerne og fagpersonene kunne være interessant for å se om man i enda større grad klarte å oppfylle eller komme nærmere målsettingen.

Et annet viktig vilkår for at aktivitetshjelpemidlene skal føre til økt aktivitet, er om de er godt nok tilpasset brukeren. Det er derfor viktig at de får prøvd ut og gjort nødvendige tilpasninger før man søker om et aktivitetshjelpemiddel. Brukere som har søkt om aktivitetshjelpemiddel og fått det tilsendt i posten har opplevd at aktivitetshjelpemidlet ikke passet. Det er av avgjørende betydning at tilpasning og opplæring skjer sammen med brukerne. Resultatene viser at de fleste ønsket en eller annen form for oppfølging, enten det var tilpasning av utstyret eller opplæring i bruken av det. Av resultatene fremgår det at tilbudet om

opplæring er svært tilfeldig. På grunn av manglende opplæring var det brukere og ledsagere som hadde opplevd og ikke kunne bruke aktivitetshjelpemidlet de hadde fått på over et år. Opplæring bør være en forutsetning for at brukere skal få innvilget et aktivitetshjelpemiddel. Opplæring i bruken bør følge med som en del av utprøvingen og tilpasningen av utstyret. Et konkret forslag er at man på søknadsskjemaet for aktivitetshjelpemidlet også kan søke om opplæring.



**Bilde: Opplæring i langrennteknikk ved bruk av piggekjelke**

#### **5.4 Prosjektets målgrupper: Brukere og ressurspersoner**

Prosjektet hadde to målgrupper: - Brukere av aktivitetshjelpemidler og deres ledsagere, samt fagpersoner. Man har i målgruppen brukere og ressurspersoner (ledsagere) totalt sett nådd et relativt høyt antall (N=62). Selv om det er rimelig å tro at enda flere brukere og ledsagere kunne vært rekruttert til miljøsamlingene. Svært få brukere var rekruttert gjennom de deltakende fagpersoner. De deltakende fagpersoner hadde sannsynligvis ansvar for eller kjennskap til brukere som var aktuelle for tilpasning og opplæring i bruk av denne type aktivitetshjelpemidler. Hadde dette blitt gjort i større grad ville nok miljøsamlingene kunne hatt flere brukere. Samtidig viser resultatene at fagpersonene hadde relativt begrenset kjennskap til aktivitetshjelpemidler, samt at aktivitetshjelpemidlene hadde en større aktuell brukergruppe enn fagpersonene

forventet. Noe som kan tyde på at fagpersonene hadde relativt begrensede forutsetninger til å vite hvilke brukere de kunne rekruttere til samlingene.

De ledsagerne som i hovedsak deltok var foreldre. Noe de fleste brukerne var fornøyde med. Man har derfor lyktes med å nå brukernes aller nærmeste, men i mindre grad andre viktige nære ressurspersoner som støttekontakter, treningskontakter, venner etc. Det å ha andre ledsagere enn foreldre var for enkelte brukere avgjørende for at de skulle ha mulighet for å kjøre alpint. Årsaker til at man ikke har fått med andre nære ressurspersoner kan være at de ikke ønsket å bruke fritiden sin på dette, ikke ble informert om samlingen, ikke hadde interesse etc.

For å få med støttekontakt, treningskontakt, venner etc. til brukerne, burde man sendt personlige invitasjoner med oppfordring om å delta på miljøsamlingen eller deler av den. Dette for å gjøre dem kjent med utstyret og få opplæring i å være ledsager. Hvis disse ressurspersonene ikke er villige til å tilegne seg denne kompetansen kan man tenke seg andre mulige løsninger. En løsning kan og bør kanskje uansett være at de større skianleggene, og da spesielt alpinanleggene har egne skiinstruktører på lik linje som de har for stående.

Andre løsninger er at skikretsene har informasjon om hvor det finnes utdannede skiinstruktører for personer med funksjonsnedsettelse, både i til forhold langrenn og alpint. Disse skiinstruktørene finnes uten at brukerne vet om det.

I gruppediskusjonene kom det frem at tilrettelagt aktivitet og aktivitetshjelpemidler er lite vektlagt i videregående- og høyskoleutdanninger. Med en innføring i disse temaene i utdanninger som kroppsøving, idrett og fysio- og ergoterapi vil dette kunne bli en naturlig del av deres fagkompetanse når de begynner å jobbe i sine respektive yrker eller blir del av frivillige lag og foreninger.

## **5.5 Prosjektets målgrupper: Fagpersoner**

I målgruppe 1 lyktes man ikke å nå ansatte i skolen. Kroppsøvingslærere burde vært en naturlig del av deltakerne på fagdagen når man vet at skolen har et ansvar for individuell opplæring også i forhold til fysisk aktivitet. Årsaken til at de ikke deltok og hva som må til for at de skal delta er noe man burde ha undersøkt som en del av dette prosjektet eller ved en oppfølgingsundersøkelse. Mangel på tid og ressurser er både et vanlig og relevant argument. I tillegg er det vanskelig å vite om invitasjonen nådde de riktige personene i både skoler og kommuner.

Samtidig er det studier (Solheim, 2000, Dam & Soulie, 2006, Soulie, 2009) som viser at kroppsøvingslæreres manglende kunnskap er av avgjørende betydning for at elever med funksjonsnedsettelse ikke deltar i fag som kroppsøving. At ikke alle elever deltar er bekymringsfullt når man vet at det i læreplanen for kroppsøving blir lagt vekt på gode opplevelser som kan være med og legge grunnlag for en fysisk aktiv og helsefremmende livsstil<sup>9</sup>.

## **5.6 Frivillige**

I forhold til det frivillige, og i dette tilfellet skikretsene spesielt, har det vist seg at der ledere deltok, har man satt seg mål om å følge opp den aktiviteten som kom i gang gjennom prosjektet. To av skikretsene har satt seg som mål å følge opp med nye kurs/samlinger. Det er et steg i riktig retning, da det finnes svært få tilbud til denne brukergruppen, både lokalt og regionalt. Samtidig erfarte man at de frivillige mangler erfaring og kompetanse. Noe som kan være en medvirkende årsak til at det var vanskelig å rekruttere instruktører fra lokale lag og foreninger. Det var ønskelig å ha med instruktører fra lokalmiljøet slik at fagpersonene fra VHSS og instruktører fra hjelpemiddelfirmaene kunne overføre kunnskap om bruk av aktivitetshjelpemidler. De lokale instruktørene fra lag og foreninger kunne da i større grad vært med på å ivareta denne aktiviteten i fremtiden. Behovet for å utdanne flere instruktører lokalt er stort. Mangelen på instruktører

---

<sup>9</sup> <http://www.utdanningsdirektoratet.no/Tema/Lareplaner>

fra lokale lag og foreninger kan få betydning for brukerne med tanke på videre oppfølging på fritida lokalt. Samtidig er det også viktig å trekke frem de tilfellene der lokale instruktører deltok. De bidro med stort engasjement og ønske om å videreføre aktiviteten.

Norges Skiforbund har i løpet av 2010 blant annet utviklet et eget 5 timerskurs ledsagerkurs for å gjøre flere i stand til å gi funksjonshemmede en trygg og positiv opplevelse i alpinbakken. I alpint er kurs i ledsagerteknikk viktig. Ledsagerkurs var noe flere av fagpersonene etterspurte, og ønsket mer trening i under fagdagen.

### **5.7 Samarbeid mellom det frivillige og offentlige**

Ved fremtidige samlinger og aktiviteter lokalt vil det være viktig at det frivillige og offentlige apparatet etablerer et tettere samarbeid i forhold til utveksling av kompetanse, både når det gjelder brukergruppene, rekruttering, oppfølging og aktivitet. Ut i fra det som er kommet frem finnes det ikke arenaer der det frivillige og offentlige apparatet kan møtes. Fagdagene som ble arrangert kunne ha vært starten på etablering av en slik arena og initiert til et tettere samarbeid. Utfordringen med å få til en arena og tettere samarbeid mellom det frivillige og offentlige kan være at det offentlige har sitt virke på dagtid, mens det frivillige oftest har sitt virke på ettermiddag og kveldstid. At fagdagene var lagt på dagtid gjorde muligens at man i stor grad ekskluderte det frivillige apparatet.

### **5.8 Regionalt samarbeid**

Samarbeid over kommune- og fylkesgrenser anbefales ved likende type samlinger og kurs i fremtiden. I de nordligste fylkene kan det være langt mellom brukere og fagpersoner som jobber med aktivitetshjelpemidler. Noe brukerne som deltok i prosjektet bekrefter ved at alle ønsket de hadde flere å trene sammen med. Det framkom at dette var vanskelig å få til da det var så få i nærmiljøet. Det kom også frem et ønske om organisert aktivitet gjennom lokalt idrettslag eller



fylkesvis Skikrets. At to skikretser har satt som mål å holde felles samlinger kommende vinter er derfor positivt. Noe to av skikretsene som har deltatt i prosjektet har satt som mål. Dette vil bidra til å samle mest mulig faglig kompetanse og brukere i et miljø, noe som vil være positivt både i forhold til selve aktiviteten og det sosiale.

Når det gjelder aktiviteten anbefales det at den organiseres som et lavterskeltilbud. Det vil si at brukere med ulik grad av funksjonsnedsettelse og erfaring får mulighet til å delta. I intervjuene kom det frem at aktiviteten bør være artig og lystbetont for at brukerne skal holde motivasjonen for å være aktive oppe. Enkelte vil avstå fra å delta hvis prestasjon er viktigere enn mestring og positive opplevelser med å være i aktivitet sammen med andre. I evalueringen av miljøsamlingen var det enkelte ledsagere som hadde vært usikre på om samlingen var noe som deres bruker var i stand til å delta på.

For brukerne som har deltatt i dette prosjektet har det sosiale aspektet vært like viktig som det fysiske. Det å møte andre som har interesse for samme aktivitet er viktig i forhold til å stimulere til videre aktivitet, dele erfaringer og etablere nye bekjentskap. Fra før vet man at mange personer med funksjonsnedsettelse har en fritid som er preget av stillesittende aktiviteter og ensomhet (Solheim, 2000, Grue, 1998).

## **5.9 Prosjektets overføringsverdi**

Arbeidsmodellen som har vært brukt i dette prosjektet, er en modell det bør vurderes å satse sterkere på i fremtiden. Dette gjelder både kursing i aktivitetshjelpemidler og andre temakurs der VHSS og andre institusjoner innehar spesialkompetanse. Spesielt i forhold til å nå 1.linjetjenesten, skole, barnehage, studenter og frivillige lag og foreninger. Av erfaring har modellen der man har invitert 1. linjetjenesten og andre faggrupper til kursdager ved Valnesfjord Helseportssenter, kun nådd et begrenset utvalg. Deltakerne kommer

i stor grad fra Nordland fylke. Ambulerende kurs vil derfor være viktig for å nå ut til de tidligere nevnte faggruppene i Nord-Trøndelag, Troms og Finnmark. Fagpersonene som deltok ønsket seg årlige kurs, der man fikk gjennomgang av nytt utstyr, endringer i regelverk, opplæring, og praktisk utprøving og tilpasning av aktivitetshjelpemidlene. At ambulerende kurs er positivt med tanke på rekruttering av deltakere har også vist seg i prosjektet STØFRI (Bergli, 2010).

### **5.10 Tilrettelegging for aktivitet i anlegg**

Andre positive forhold ved ambulerende kurs og samlinger er at brukere, ledsagere og fagpersoner får opplæring på aktivitetsarenaer, de har tilgang til i lokalmiljøet/regionen. Aktive brukere i lokalmiljøene er de beste til å rekruttere andre brukere når de er synlige i bakker og skispor.



**Bilde: Aktive brukere i lokalmiljøene er de beste til å rekruttere andre brukere når de er synlige i bakker og skispor.**

Samtidig får de som driver anleggene mulighet til å se hvordan denne type aktivitet utøves, samt erfart hvilke tilrettelegginger de eventuelt må gjøre for at aktiviteten skal kunne utøves på en best mulig måte. Blant brukere og ledsagere var det ulike oppfatninger om hvor godt tilrettelagt skiløypene og alpinbakkene var i deres lokalmiljø eller region. Utfordringene gikk blant annet ut på at heisene var for vanskelige og skiløypene var for dårlig preparert og hadde for bratte

bakker. Bratte bakker kunne også være en utfordring for i det hele tatt å komme seg til aktivitetsarenaene og/eller varmerstuer fra bilen/parkeringsplass. I rapporten "Full deltakelse for alle? Delrapport kultur og fritid" (Grue, 2006) konkluderte man med at tilgjengeligheten til anlegg og uteområder ikke er i overensstemmelse med de politiske mål som er satt og de faglige kvalitetskravene som gjelder. Enkelte eksempler der anlegg og uteområder er meget godt tilrettelagt finnes, men generelt sett er de ikke tilrettelagt (Nasjonalt dokumentasjonssenter, 2007). Det finnes i dag ingen systematisk dokumentasjon over tilgjengelighet til anlegg for langrenn eller alpint.

## 6 Litteratur

**Anmarkrud, H., Øverlid, H. R., Morisbak, I., Håre, A. K., Næss, K. & Rogne, H. K. S. (2006).** *"Prosjekt aktivitetshjelpemidler". Samarbeidsprosjekt mellom: Beitostølen Helsesportsenter og NAV Hjelpemiddelsentral Oppland.*

**Bergli, LM. (2010).** *Sluttrapport fra prosjekt STØFRI. Støtte, kontakt og fritidsaktivitet – støttekontaktens rolle.* Valnesfjord Helsesportssenter.

**Bliksvær, T. (2010).** *Funksjonshemming, fritid, og friluftsliv. Analyse av levekårsundersøkingane 2001 og 2007.* Under utarbeidelse.

**Dam, J. & Soulie, T. (2006).** *Inklusjon & idrætsundervisning. En undersøgelse af elever med funktionsnedsettelsers deltagelse i den danske folkeskole.* Handicapidrættens Videnscenter.

**Grue, L. (1998).** *På terskelen.* Rapport 6/1998. Oslo. NOVA.

**Grue, L. (2006).** *Full deltakelse for alle? Delrapport kultur og fritid.* Oslo. NOVA.

**Hanssen, J.-I., Bliksvær, T. & Berg, E. (2003).** *Funksjonshemmet i Nordland 2001. Lavekår og livskvalitet.* NF-rapport 5/2003. Bodø. Nordlandsforskning.

**Kvale, S. (1997).** *Det kvalitative forskningsintervju.* Gyldendal Norsk Forlag AS.

**Lindkjølen, S. (2004).** *Hjelpemidler til trening, aktivisering og stimulering.* Hovedfagsoppgave. Norges Idrettshøgskole.

**Nasjonalt dokumentasjonssenter** (2007). Statusrapport for personer med nedsatt funksjonsevne. Oslo.

**Norges offentlige utredninger** (2001: 22) *Fra bruker til borger: En strategi for nedbygging av funksjonshemmende barrierer*. Oslo. Statens forvaltningstjeneste.

**Ringdal, K.** (2001). *Enhet og mangfold. Samfunnsvitenskapelig forskning og kvantitativ metode*. Bergen. Fagbokforlaget.

**Saebu, M. & Sørensen, M.** (2010). Factors associated with physical activity among young adults with a disability. *Scand J Med Sci Sports*.

**Solheim, I.** (2000). *Integrering er ikke bare å sitte i samme rom, altså. En studie av lærernes erfaringer med integrering av fysisk funksjonshemmede elever i grunnskolen*. Hovedfagsoppgave.

**Solheim, I.** (2005). *Fritid bare for funksjonsfriske barn?* Paper til 2 nasjonale konferanse om forskning om funksjonshemmede.

**Soria Moria-erklæringen** (2005). Politisk platform for en flertallsregjering utgått av Ap, SV og Sp.

**Soulie, T.** (2009). *Inklusjon i idrøtsundervisningen. Enkelt-integrerede elever i folkeskolen. En feltundersøgelse*. Handicapidrættens Videnscenter.

**Stevens, S. E., Steele, C. A., Jutai, J. W., Kalnins, I. V., Bortolussi, J. A. & Biggar, W. D.** (1996). *Adolescents with physical disabilities: Some psychosocial aspects of health*.

**St,meld. nr. 40** (2002-2003). *Nedbygging av funksjonshemmede barrierer. Strategier, mål og tiltak i politikken for personer med nedsatt funksjonsevne*.

**Stortinget** (2010). *Representantforslag fra stortingsrepresentantene Vigdis Giltun, Robert Eriksson og Laila Reiertsen om fjerning av aldersgrensen på 26 år for dekning til hjelpemidler til trening og aktivisering for funksjonshemmede.*

## **Vedlegg**

1. Informasjonsbrosjyre
2. Invitasjon til miljøsamling og fagdag
3. Deltakerbevis
4. Gruppeoppgaver med ”svar”
5. Evalueringsskjema for miljøsamling og fagdag
6. Informasjonsskriv med svarslipp
7. Intervjuguide