



**Ulvik  
herad**

*Perla i Hardanger*

**Fritidskontakt i Ulvik**

# Innhold

|                                                                             |   |
|-----------------------------------------------------------------------------|---|
| Kva er fritidskontakttenesta? .....                                         | 2 |
| Kva er ein fritidskontakt? .....                                            | 2 |
| Ein god rollemodell .....                                                   | 2 |
| Brbyggjar .....                                                             | 2 |
| Ulike former .....                                                          | 2 |
| Kva kan du som fritidskontakt gjera saman med brukaren? .....               | 3 |
| Kven kan bli fritidskontakt? .....                                          | 3 |
| Lover og prinsipp du jobbar etter .....                                     | 3 |
| Brukarmedverknad .....                                                      | 4 |
| Teieplikt: .....                                                            | 4 |
| Politiattest .....                                                          | 4 |
| Omtale av kvarandre .....                                                   | 4 |
| Rettleiing av fritidskontaktane .....                                       | 5 |
| Administrative rutinar og regler: .....                                     | 5 |
| Korleis føra timar? .....                                                   | 5 |
| Kva reknast som utgiftsdekning i samband med fritidskontakttenesta: .....   | 5 |
| Kva reknast som reisegodtgjersle i samband med fritidskontakttenesta: ..... | 5 |
| Lønsutbetaling .....                                                        | 5 |
| Kva betyr det at du er oppdragstakar og ikkje arbeidstakar: .....           | 5 |
| Feriepengar .....                                                           | 5 |
| Vanskar eller spørsmål? .....                                               | 6 |
| Idébank .....                                                               | 6 |
| Fordjuping .....                                                            | 6 |

## Kva er fritidskontakttenesta?

Fritidskontakttenesta er eit fritidstiltak for personar som treng støtte og bistand for ei meningsfull fritid. Desse nemnast heretter som «brukar». Tenesta jobbar ut frå brukar sine ynskje og behov, og skal gje rom for å realisera desse. Til dømes ynskjer brukaren auka aktivitet eller hjelp til samvær med andre. Å leggja til rette for at brukar opplever meistring, er ein av fritidskontakten sine viktigaste oppgåver. Mange ulike menneske kan ha behov for ein fritidskontakt. Det kan til dømes vera menneske med nedsett funksjonsevne, menneske med ulike psykiske lidingar, ungdom med rusproblem, einsame eldre, med meir.

Fritidskontakttenesta er heimla i Lov om kommunale helse- og omsorgstenester og er ein av fleire tenester som heradet kan tilby for dei som treng personleg assistanse. I Ulvik herad må brukar levere eller sende søknad om fritidskontakt til omsorgstunet. Søknaden vert vurdert, og om vedtak vert fatta, vert det gjeve melding til fritidskontaktkoordinator. Koordinator set då i gang eit arbeid med å finna rett fritidskontakt til brukaren.

## Kva er ein fritidskontakt?

Ein fritidskontakt er ein person som er betalt av heradet for å hjelpe ein annan person til sosialt samvær og meningsfull fritid. Tilbodet kan vera individuelt, eller i gruppe. Du som fritidskontakt må klara balansegangen mellom å vera eit menneske som gjer hyggjelege ting saman med deltakaren, som i eit venskapsforhold, og samtidig vita at forholdet er klart avgrensa, betalt og regulert i ei kontrakt.

## Ein god rollemodell

Fritidskontakten må ha overskot å gje av seg sjølv, vera trygg på seg sjølv og kunna samarbeida. Fritidskontakten må kunna halda avtalar, setja grenser og vera profesjonell i rolla si som fritidskontakt. Fritidskontakten må vera ein god rollemodell og overhalda regler og lover. Alkohol og andre rusmiddel skal ikkje nyttast i samvær med brukaren.

## Brubyggjar

Brubyggjar er kanskje det ordet som er mest dekkande for det som vert venta av ein fritidskontakt. Ein brubyggjar kan leggja til rette for samvær mellom menneske eller kopla saman dei som har felles interesser. Uansett er det ingen fasit for korleis ein fritidskontakt skal utføra oppdraget sitt. Det viktigaste er å vera venleg, ha «sunt folkevet», respekt og hjarta på rette staden.

## Ulike former

Brukarar kan ta imot fritidskontakttenester i ulike former:



Ulvik  
herad

*Perla i Hardanger*

- Individuell fritidskontakt: Éin fritidskontakt på éin brukar. Ein kan også vera to fritidskontaktar som begge jobbar med same brukar på ulike tidspunkt.
- Deltaking i aktivitetsgruppe. Nokre fritidskontaktar jobbar som gruppeleiarar/aktivitetsleiarar.
- Eit individuelt tilbod i samarbeid med ein frivillig organisasjon.
- Kursbaserte aktivitetar som malekurs, klatrekurs, sminkekurs, matlagingskurs som krev påmelding, og som går over ei bestemt periode. Deltakarane bruker av fritidskontakttimane dei har fått vedtak på for dette.

## Kva kan du som fritidskontakt gjera saman med brukaren?

Ein fritidskontakt kan til dømes ta med seg brukaren på turar, koma på besøk heime, ta brukaren med på biblioteket, på dans, trening, kulturarrangement, ulike aktivitetar i lag og organisasjonar, kino eller andre arrangement. Det kan også opprettast grupper som gjer desse tinga i ei meir organisert form, eksempelvis måndagsgrupper, jentegrupper, ulike idrettsgrupper, fotogrupper, osv. Samværet kan også ta utgangspunkt i eit mål; at du hjelper brukar med å meistra noko. Døme på dette kan vera å læra å ta buss aleine, å gå i butikken, å ta kontakt med andre, eller å pleia venskap. Det kan vera lurt å nytta seg av tilbod i nærmiljøet, då dette er lettare for brukar å gjenta om han eller ho skulle ha lyst til å prøva på eiga hand. Om du er usikker på kva du kan finna på, sjå kapitlet «Idébank». Ta også kontakt med koordinator for tips. Fritidskontakten skal vera ein sosial ressurs, og skal ikkje - eller eventuelt heilt unntaksvis - nyttast til praktisk arbeid som å gjera ærend, handling, vasking, rydding etc.

## Kven kan bli fritidskontakt?

Alle kan i utgangspunktet bli fritidskontakt, det er ikkje krav om fagleg bakgrunn eller liknande, men følgjande krav stillast:

- Det må ligga føre plettfri vandel, politiattest må visast fram før ein inngår fyrste avtale dersom ein skal jobba med born eller personar med psykisk utviklingshemming.
- Du må vera oppriktig engasjert i tenesta og ha ynskje om å hjelpa andre menneske
- Du må som hovudregel vera over 18 år og ynskja å gå inn i eit oppdrag på over eitt år eller meir
- Du må vera lojal, halda avtalar og overhalda teieplikta. Interesser, kjønn, alder og erfaring vil ha innverknad for kva for fritidskontakt som vert rekruttert til kva for brukar. Dette fordi me ynskjer å oppfylle brukar sine ynskje og behov, og best mogleg leggja til rette for at brukar og fritidskontakt skal få det fint saman. Oppgåva som fritidskontakt dreier seg i stor grad om å gje respekt og støtte, og evna til å setja seg inn i eit anna menneske sin situasjon. Dette stiller krav til fritidskontakten i form av evner som empati, refleksjon og sjølvinnsikt.

## Lover og prinsipp du jobbar etter

Fritidskontakten jobbar etter visse lover og prinsipp. Han eller ho vil derfor alltid måtta underskriva kontrakt og på teieplikt, oppgje referanse og innhenta politiattest.

## Brukarmedverknad

I fritidskontakttenesta jobbar fritidskontakten for ein brukar og vedkomande sine ynskje, behov og draumar. Brukar sin rett til å kunna påverka dei tenester som han eller ho mottek, er lovfesta. Ein bør sjå brukaren som ein ressurs og samarbeidspartner i arbeidet med å nå dei mål som brukaren har for fritidskontaktsamværet. Innhaldet i tenesta skal utformast i samarbeid med brukar så langt det let seg gjera. Ein kan likevel måtta leggja mildt press på brukar og jobba for å gjennomføra ting som brukar der og då ikkje vil. Lite fysisk aktivitet og stillesitjing kan vera ei utfordring for ein del vaksne som har fritidskontakt som hjelpetiltak. Det kan til dømes vere ein del av avtalen at dei det gjeld skal gå tur eller trenar kvar veke. Å motivera til aktivitet, vera ute blant folk og delta i fellesaktiviteter kan bli ein del av jobben som fritidskontakt, sjølv om brukar der og då seier at han eller ho ikkje vil. Usemje mellom fritidskontakt og deltakar om kva ein skal gjera oppstår derfor av og til. Om du står fast og ikkje veit korleis du skal gå fram, tek du kontakt med koordinator. For meir info sjå: <https://helsenorge.no/rettigheter/brukermedvirkning>

## Teieplikt:

Alle fritidskontaktar må skriva under på teieplikt-skjema. I samband med oppdraget vil du få vita mykje om brukaren som er omfatta av teieplikta. Fritidskontakten kan ofte bli ein person som brukaren får tillit til og opnar seg for. Teieplikta inneber at du ikkje skal la andre få kjennskap til personlege forhold kring den du er fritidskontakt for. Teieplikta kan berre opphevast av brukar sjølv eller av deira verge/pårørande. Det er viktig å hugsa at teieplikta gjeld frå fyrste kontaktpunkt / informasjonsutveksling, og også etter at fritidskontaktoppdraget er avslutta. Dette er heimla i forvaltningslova § 13: For meir info sjå forvaltningslova <http://lovdata.no/lov/1967-02-10/%C2%A713> og sosialtenestelova <http://lovdata.no/lov/2009-12-18-131/§8>

## Politiattest

Som fritidskontakt kan du verta pålagt å visa frem politiattest. Det krevst politiattest for personar som skal yta helse- og omsorgstenester til born og personar med psykisk utviklingshemming (jfr. Lov om barnevernstenester § 6 – 10, siste ledd og Lov om kommunale helse og omsorgstenester § 5 -4). Politiattesten skal stadfesta at fritidskontakten ikkje er sikta, tiltalt, ilagt førelegg eller dømd for seksuelle overgrep. Fritidskontakten har sjølv ansvar for å innhenta politiattest. Du kan innhenta politiattest her: <https://www.politi.no/tjenester/politiattest> Du treng då ei stadfesting frå fritidskontaktkoordinator om at du skal jobbe som fritidskontakt (denne heiter «Bekreftelse på formål med politiattest»).

## Omtale av kvarandre

Fritidskontakt og brukar vert samde om kva slags nemning dei vil bruke om seg sjølve og kvarandre. Det kan oppstå situasjonar der fritidskontakten møter menneske som lurar på kven han eller ho er saman med, om det er ein ven eller ein kjening. Ein tilrår å ha snakka med

brukaren på førehand om kva du skal svare i ein slik situasjon. Det enklaste er å bruke namnet hans eller hennar, om brukaren synes det er i orden. Det kan av og til vera passande å sei ”han FOTOGRAF ERIK ØSTLIE som eg er fritidskontakt for”, dersom brukaren syns dette er greit.

## Rettleiing av fritidskontaktane

### Administrative rutinar og regler:

Som oppdragstakar er det noko administrasjon, med både timelister og reiserekning. Nedanfor vil du finne opplysningar om desse rutinane.

#### *Korleis føra timar?*

Fritidskontakt fører timar på eige skjema. Utfylte skjema sendast til kommunalsjef for helse og omsorg og kan leverast på tjenestetorget. Timeliste finner du på heimesida til Ulvik herad under skjema.

#### *Kva reknast som utgiftsdekning i samband med fritidskontakttenesta:*

Det dekkast inntil 400 kr pr måned for utgifter, som diverse inngangsbillettar og mat. Rekninga blir avvist om du fører opp meir enn 400 kr pr måned. Kvittering for utgifta skal leggjast ved. Datoen og tid på kvitteringa må samsvara med oppgitt dato for samvær. Brukar betaler sjølv for eigne utgifter ved ulike aktiviteter. Du kan ikkje kjøpa gåver eller tenester til brukar med desse pengane.

#### *Kva reknast som reisegodtgjersle i samband med fritidskontakttenesta:*

Før opp alle utgifter du har hatt i samband med transport, inkludert til dømes parkering og bompengar. Mange brukarar har TT-kort som betyr at dei får dekkja taxi til/frå fritidsaktivitetar.

#### *Lønsutbetaling*

Timar og køyring/utgifter vert utbetalt den 12. i månaden etter ein leverer timeliste.

#### *Kva betyr det at du er oppdragstakar og ikkje arbeidstakar:*

Fritidskontaktane er oppdragstakarar i Ulvik herad, og ikkje tilsette. Dette betyr at du ikkje har dei same rettane som vanlig tilsette:

Sjukepengar: Som oppdragstakar har du ikkje rett til sjukepengar frå oppdragsgjevar (Ulvik herad). Men dersom ein fritidskontakt vert langtidssjukemeldt, har han eller ho rett til sjukeløn etter sjukedag frå NAV på lik linje med arbeidstakarar, jf folketrygdloven § 8-38. Ta kontakt med NAV for ytterlegare opplysningar om dette.

#### *Feriepengar*

Oppdragstakarar får ikkje utbetalt feriepengar.



Ulvik  
herad

*Perla i Hardanger*

### Vanskar eller spørsmål?

Ta alltid kontakt med koordinator om det er noko du lurar på, eller om det oppstår problem eller utfordringar. Mykje informasjon om tenesta finn du også her:

### Idébank

Fisking, Boccia, Teikning/måling, Skrivegruppe, Sjakk, Kano, Bading, Golf, Klatring, Lokalhistorielag, Baking, Snekring, Kino, Matlaging, Teater, Dyrehald, Bibliotek, Treningssenter, Ski, Handarbeid, Kafé, Foto, Dataspel, Brettspel, Volleyball Gitar Konsertar, Badminton, gå tur, Kan du finna på noko saman med ein annan fritidskontakt og brukar? Me oppmodar til å finna på ting saman med andre om dette let seg gjera. To fritidskontaktar eller fleire, med kvar sin brukar, kan finna på ting i lag. Hugs at teieplikta då og gjeld dei andre brukarane du møter på. Kan du nytta deg av eit lokalt tilbod som til dømes: Verta med i ein organisasjon / eit lag?

### Fordjuping

Ynskjer du å lesa meir om det å vera fritidskontakt, sjå på følgande ressursar:  
<http://www.fritidmedmening.no/> og <http://www.fritidforalle.no/>