



Aktivitetsvenn – dobbel glede

En aktivitetsvenn er en frivillig som, med kurs og veiledning, gjør aktiviteter sammen med en som har demens. Ved å tilby Aktivitetsvenn kan din kommune gi et bedre aktivitetstilbud til personer med demens.

Hvorfor bør din kommune tilby Aktivitetsvenn?

Over 100 000 personer i Norge har demens, og i løpet av de neste tiårene vil andelen trolig dobles. Vi vet at behovet for gode og tilpassede dagtilbud er stort, og at aktivitet har stor betydning for sykdomsutvikling og mestring i egen hverdag. Aktivitetsvenn er et landsdekkende tilbud som drives i over 160 kommuner, utviklet av Nasjonalforeningen for folkehelsen.



Aktivitetsvennen og personen med demens kobles sammen på bakgrunn av felles interesser. I samarbeid med frivillige aktivitetsvenner får demenssyke mulighet til å fortsette med sine interesser. I tillegg til å være en bidragsyter til sosialt samvær og økt livskvalitet, er frivillighet helsefremmende og har stor verdi i seg selv.

Hvordan kan Aktivitetsvenn drives i din kommune?

Nasjonalforeningen for folkehelsen har utarbeidet en verktøykasse for kommuner som ønsker å etablere Aktivitetsvenn. Her finnes blant annet rekrutteringsmaterieell, kursmaterieell, skjemaer og veiledere. Nasjonalforeningen bistår med rådgivning og oppfølging, rekruttering, samlinger og økonomiske bidrag til drift av tilbudet.

Ved å opprette lokale arbeidsgrupper i kommunen, som består av ressurspersoner med kompetanse på demens og frivillighet, drives tilbudet i samarbeid med Nasjonalforeningen for folkehelsen.



Gjennom flere år med utprøving har Aktivitetsvenn kommet frem til en svært kostnadseffektiv og innovativ driftsmodell. Vår erfaring er at Aktivitetsvenn styrker samarbeidet mellom kommunal og lokal frivillig sektor.

—Jeg merker en enorm forskjell på henne når hun har vært sammen med sin aktivitetsvenn. Dette gir henne mye. Jeg er generelt veldig fornøyd med kommunen, og måten de ivaretar moren min på, sier en pårørende.