



Slik kan lokallag bidra til å etablere og drifte Aktivitetsvenn i kommunen

Nasjonalforeningens Aktivitetsvenn

Nasjonalforeningens Aktivitetsvenn er et tilbud hvor frivillige bidrar til at mennesker med demens får flere aktiviteter og gode opplevelser i hverdagen. Den som har fått demens vil kanskje oppleve at enkelte aktiviteter kan bli vanskeligere å gjøre alene. Samtidig vet vi at aktivitet har stor betydning for sykdomsutviklingen og mestring. Den frivillige vil bidra til at personer med demens får flere meningsfulle aktiviteter i hverdagen.

Før den frivillige kan bli aktivitetsvenn, må vedkommende gjennomgå et kurs, og skrive under et etikk- og taushetsløfte. Dette er viktig for at den frivillige skal være trygg i rollen som aktivitetsvenn. Den frivillige og personen med demens kobles deretter sammen på bakgrunn av felles interesser.

Nasjonalforeningens Aktivitetsvenn er et landsdekkende tilbud som i dag driftes i over 140 kommuner. Alle landets kommuner har en plikt til å tilby dagaktivitetstilbud til hjemmeboende personer med demens. Et slikt tilbud bør inneholde både sosiale,

kognitive og fysisk stimulerende aktiviteter, og Nasjonalforeningens Aktivitetsvenn kan være ett av flere tilbud som bidrar til slike meningsfulle aktiviteter.

Vi har utarbeidet en verktøykasse for etablering og drift av Aktivitetsvenn. I verktøykassen finnes:

- Informasjon om hvordan tilbudet driftes
- Hvordan man kan synliggjøre tilbudet i sitt lokalmiljø
- Tips til rekruttering
- Ferdige kursopplegg, både fysisk kurs og e-læringskurs
- Tips og inspirasjon til sosiale sammenkomster for de frivillige
- Tips til ulike aktiviteter den frivillige og personen med demens kan gjøre sammen
- Min Side: siden hvor de frivillige registreres. Denne siden gjør det enkelt å ha oversikt, samt holde kontakt med de frivillige



Nasjonalforeningen
for folkehelsen



Slik kan lokallaget være en pådriver for Nasjonalforeningens Aktivitetsvenn

Er din kommune med?

Se oversikten over kommuner med avtale her: [Nasjonalforeningen.no/kontaktinformasjon-arbeidsgrupper-aktivitetsvenn](https://nasjonalforeningen.no/kontaktinformasjon-arbeidsgrupper-aktivitetsvenn)

Dersom kommunen har Aktivitetsvenntilbudet

Kommunene har egne arbeidsgrupper som jobber med Aktivitetsvenn. I en slik gruppe sitter det ofte representanter fra demensomsorgen og frivilligheten. Tilby dere å bidra inn i arbeidsgruppen. Kanskje kan lokallaget ta ansvar for rekruttering, registrering og sosiale sammenkomster for de frivillige?

Dersom kommunen ikke har Aktivitetsvenntilbud

Be om et møte med kommunen hvor dere inviterer til å høre om hvilke aktivitetstilbud kommunen har for personer med demens, og dere kan fortelle om Nasjonalforeningens Aktivitetsvenn. Fortell hvordan tilbudet kan bidra til at personer med demens får flere meningsfulle aktiviteter i hverdagen, og hvilke fordeler

det innebærer for både kommune, personer med demens, pårørende og den frivillige. I verktøykassen finnes det ferdige PowerPoint-presentasjoner som gir en kort og informativ beskrivelse av tilbudet.

Foreslå at det inngås avtale om Nasjonalforeningens Aktivitetsvenn, og si at dere kan bidra inn i arbeidsgruppen. Arbeidsgruppen kan i tillegg til lokallaget for eksempel bestå av demenskoordinator/demensteam/hukommelsesteam og eventuelt Frivilligsentral/frivilligkoordinator.

Bli med oss i arbeidet for Aktivitetsvenn, og vær med å skape flere meningsfulle aktiviteter i hverdagen til personer med demens.

Er det noe du lurer på? Ta kontakt med oss på aktivitetsvenn@nasjonalforeningen.no.

[Nasjonalforeningen.no/om-aktivitetsvenn](https://nasjonalforeningen.no/om-aktivitetsvenn)