

Åpne tilbud



- Ingen prestasjonskrav
- Ingen oppmøteplikt
- Gratis
- Velg det som passer deg!

Mandag kl. 16.00–16.45
GØY i vann, Furumo svømmehall. (fra 10 år)



Torsdag kl. 18.00–19.00.

Fritid 123: mix. Ulike aktiviteter med ulikt oppmøtested i Modum, Sigdal og Krødsherad Sjekk nettsiden for mer info. (åpent for alle, tilrettelagt)

Torsdag kl. 18.00–19.30.

Aktiv UNG: mix. For ungdom 13 - 18 år. Ulike aktiviteter med ulikt oppmøtested i Modum, Sjekk nettsiden for mer info.

For oppdatert oversikt over aktiviteter, sjekk:

www.fritid123.no

Hva er Fritid 123

Fritid 123 er et samarbeid mellom Modum, Sigdal og Krødsherad kommune hvor målsetningen er at flere skal oppleve en meningsfull og helsefremmende fritid.

Dette handler om å:

- Drive nettstedet www.fritid123.no som skal vise hvilke fritidstilbud som finnes.
- Lage nye aktivitetstilbud med fokus på mestring og bevegelsesglede
- Opprette et gruppebasert fritidskontakttilbud
- Ha kurs for fritidskontaktene



Spørsmål om prosjektet kan sendes til:
fritid123@modum.kommune.no eller tlf.
40907800



Her finner du informasjon om;

Fritidskontaktordningen

Åpne tilbud

Se også nettsiden:

www.fritid123.no



Hvem kan søke om fritidskontakt?

Du kan søke om å få fritidskontakt hvis du trenger hjelp til å få en aktiv og meningsfull fritid eller komme ut av en isolert tilværelse. Før het denne tjenesten støttekontakt. Den heter nå fritidskontakt.

Tilbudet kan gis på ulike måter:

- Deltakelse i en gruppe
- Deltakelse i tilbud i regi av frivillige lag og organisasjoner
- Individuell fritidskontakt

Brobyggeren

Ofte blir fritidskontakten omtalt som "brobyggeren". Brobyggeren kan bygge bro mellom den som har behov for støtte og hjelp og andre mennesker. Målet er at deltakeren skal oppleve en meningsfull fritid og få støtte til å danne eget sosialt nettverk.

Hvordan dannes en gruppe?

Ny gruppe kan etableres når flere personer har liknende interesser eller ønsker for fritiden sin. Det tas hensyn til alder og funksjonsnivå ved sammensetning av grupper. Eksempler på grupper kan være:

- Bowling/kinogruppe
- Friluftsgruppe
- Dansegruppe
- Kulturgruppe
- Teatergruppe
- Klatregruppe
- Turgruppe
- Røde Kors-gruppe
- Svømmegruppe (kan være et samarbeid med en lokal svømmeklubb)
- Mindre grupper som gjør ulike aktiviteter fra gang til gang.

Ta kontakt med saksbehandler i din kommune for å undersøke hvilke muligheter som finnes.

Hvordan søke om å få fritidskontakt?

Søknadsskjema for pleie og omsorgstjenester fylles ut. Det er tilgjengelig på kommunenes hjemmesider.



Saksbehandler tar kontakt og/ evt. avtaler tid for hjemmebesøk. Søknaden blir vurdert i henhold til helse og omsorgstjenesteloven eller barnevernloven.



Det lages et skriftlig vedtak av kommunen i samarbeid med søker.



Ved oppfyllelse av kriteriene, og innvilgelse av søknad tar utøvende tjeneste kontakt og igangsetter tiltak.