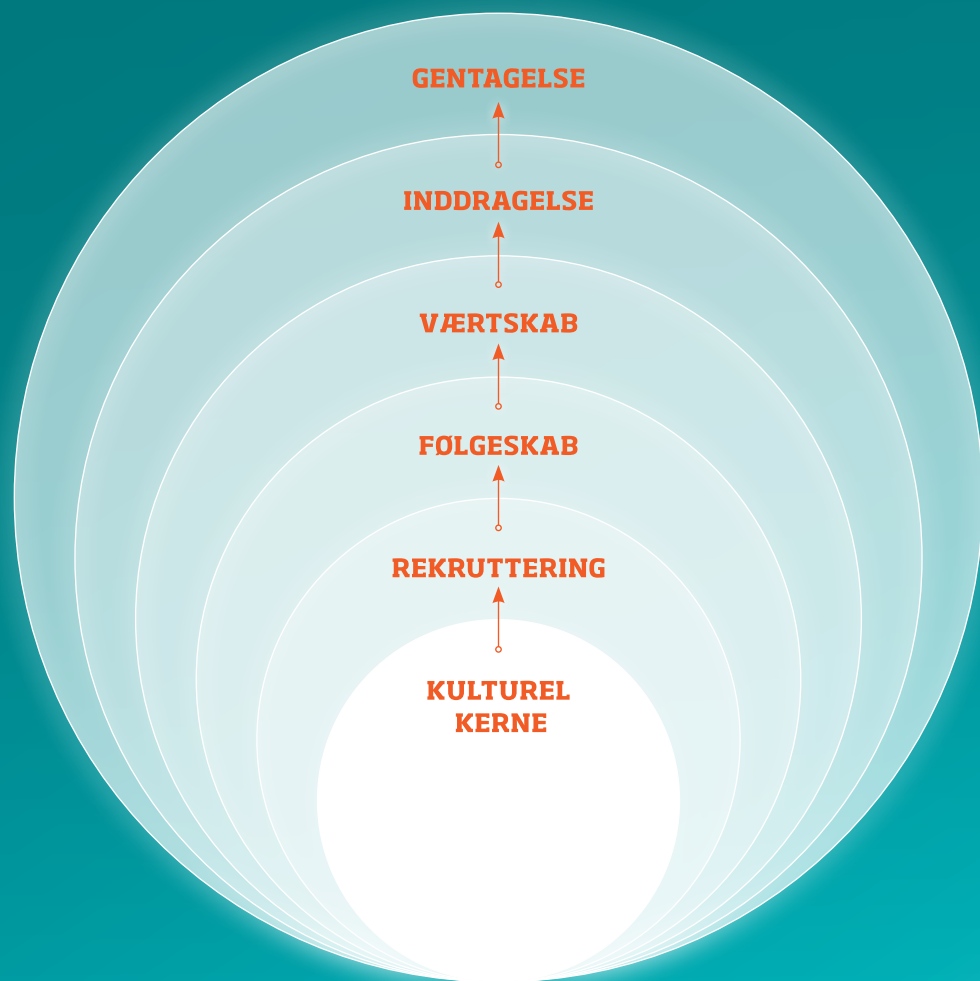
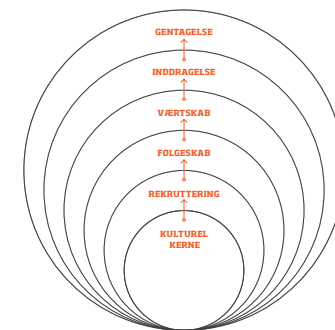


AKTIVITETSSKELETTET



AKTIVITETSSKELETTET

Aktivitetsskelettet er udviklet og tilpasset i løbet af projektet Ældrefællesskaber & Biblioteker. Det er en guide, som kan benyttes i arbejdet med at skabe aktiviteter, der kan afhjælpe ensomhed hos ældre. Skelettet kan bruges til at udvikle og afholde nye aktiviteter eller til at tilpasse eksisterende aktiviteter.



1. Kulturel kerne

Bliv inspireret af bibliotekets mangfoldighed af materialer og tilbud. Vælg indhold, der passer til målgruppen og lokale samarbejdspartnere. Tag udgangspunkt i bibliotekets strategi og styrker, herunder medarbejdernes interesser og specialviden.

2. Rekruttering

Opsøg ensomme ældre personligt eller via lokale aktører. Tag kontakt, der hvor de ældre er: I hjemmet, på væresteder etc. Sig ikke 'ensomhed', men 'nye fællesskaber.' Gør tilmelding obligatorisk. Skab omtale. Gå efter 10-15 ældre deltagere (flest ensomme), som kommer hver gang. Vis interesse og omsorg. Vær ihærdig!

3. Følgeskab

Tag hånd om de ældres bekymringer om transport. Informér om muligheder for transport og for at følges ad med andre deltagere. Ring deltagerne op og påmind dem om aktiviteten. Hav samme mødested hver gang. Fasthold en kerne af ensomme ældre deltagere og ring til deltagerne, hvis de ikke dukker op som planlagt. Afsæt tid til løbende kontakt med dem (det er også en del af følgeskabet).

4. Værtskab

Tag ansvar for det sociale og praktiske værtskab. Hils på deltagerne, lær deres navne at kende og introducer dem til hinanden. Tag hensyn til ældre med funktionsnedsættelse. Gør aktivitetens program og rammer tydelige. Sørg for lidt kaffe og kage. Styr samtalen så alle kommer til orde. Vær ikke hastig med oprydningen.

5. Inddragelse

Få deltagerne til at dele oplevelser, erfaringer og minder. Sørg for fælles oplevelser som fælles-sang og udflugter. Giv god tid til pauser. Udnyt de ældres ressourcer og kompetencer. Inddrag dem aktivt i planlægning og afholdelse af aktiviteten. Selv det mindste bidrag tæller.

6. Gentagelse

Lav en serie af aktivitetsgange. Fx 1 arrangement hver uge i otte uger eller mere, så deltagerne kommer til at kende hinanden. Herefter fx 2 arrangementer hver måned, hvor biblioteket/boligsociale medarbejdere står for det ene, mens deltagergruppen selv står for det andet. Afhold aktivitetsrækker med samme tidspunkt, mødested, varighed og struktur hver mødegang. Skab genkendelighed; det skaber trykthed blandt deltagere.

Læs mere om projektet på www.fremtidensbiblioteker.dk under projekt "Ældrefællesskaber & Biblioteker", hvor der ligger guides, en håndbog, en instruktionsfilm, en rapport m.m.

