TRONDHEIM KOMMUNE
Tråanten tjïelte

Hvordan samskaper aktivitetstilbudet for hjemmeboende med frivilligheten

v/ Hildegunn Sletvold, avdelingsleder



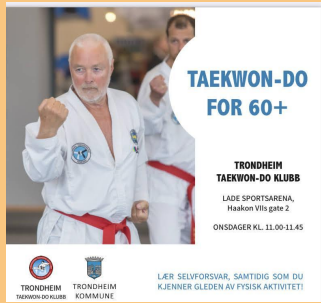












Frivillighet og aktivitet i eldreomsorgen - Verdighetsenteret 5. november 2026



Aktivitetstilbud for hjemmeboende - AKTIV HELE LIVET

- Overordnet mål; alle skal bo hjemme så lenge de kan eller ønsker det
- Målgruppe; hjemmeboende, stort sett eldre
- Jobber for godt varierte aktivitetstilbud og sømløs tilbud
- Byomfattende tjeneste, aktivitetstilbud i nærmiljø
- Styrke samarbeid med frivilligheten
- Drive aktivt informasjonsarbeid for våre tjenester og våre samarbeidspartnere
- 98 årsverk, 109 ansatte







Aktivitetstilbud “trappen”

Aktivitetstilbud i omsorgsboliger - 14 oms.boliger

Ambulerende aktivitetstilbud og pårørendeavlastning
- **60 brukere**

Vedtaksfestet aktivitetstilbud - 14 aktivitetstilbud

Åpne aktivitetstilbud - 17 arenaer

Sosiale møteplasser - 8 tilbud

Samarbeid med frivillighet



TRONDHEIM KOMMUNE
Tråanten tjïelte

SAMARBEIDSAVTALE MELLOM AKTIVITETSTILBUD FOR HJEMMEBOENDE OG NASJONALFORENINGEN GRANÅSEN HELSELAG

Formål/bakgrunn med samarbeidsavtalen
Samarbeidsavtalens formål er å sikre et forutsigbart og forpliktende samarbeid om tilbudet Mainn og mat. Avtalen regulerer partenes ansvarsområder, og er forpliktende for alle parter.

Mainn og mat er et tiltak i regi aktivitetstilbud for hjemmeboende, Trondheim kommune og Nasjonalforeningen Trøndelag v/ Granåsen helselag. Vi har følgende slagord: "Lyst å lære LITT om mat i hyggelig sosialt lag?" En uformell møteplass hvor du i tillegg risikerer å bli litt bedre på kjøkkenet".

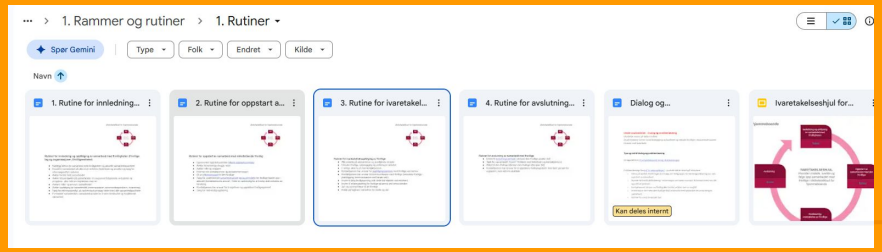
Avtalens parter
- Aktivitetstilbud for hjemmeboende, Trondheim kommune
- Nasjonalforeningen, Granåsen helselag

Varighet av avtalen
Løpende avtale med evaluering en gang i året medio januar/februar.

Forankring, ansvar og roller

Felles ansvar
- Markedsføring: Bidra aktivt i markedsføring av tilbudet
- Informasjonsflyt: Partene skal informere hverandre om endringer som påvirker gjennomføringen av tilbudet
- Strategi: Felles ansvar for planlegging og evaluering av tilbudet (utarbeidelse av tema for kommende halvår og evaluering av foregående periode). Representant fra styret i Granåsen helselag og ansatt fra Aktivitetstilbudet for hjemmeboende møtes 2. ganger i året for planleggingsmøter.
- Ansvar for konseptet og eventuelt videreutvikling
- Holde sosiale medier levende og oppdatert

- Frivillighet som fokusområde på åpne aktivitetstilbud og sosiale møteplasser
- Kurs av ansatte:
  -Frivillighet i eldreomsorg, verdighetsenteret
  -Fagdager med tema; samarbeid med frivillige og frivillighet, samt tema på alle driftsmøter
- Fagteam frivillighet
- Interne rutiner av hele forløpet av oppfølging av frivillige
- Alle nye lavterskeltilbud skal være i samarbeid med frivilligheten
- Oppstartsmøter og forventningsavklaringer med lag og organisasjoner
- Samarbeidsavtaler med tydelig ansvarsområder + egne rutiner i drift



FLEKSIBILITET

mainn og mat

- Samarbeid med Nasjonalforeningen for folkehelsen v/ Granåsen helselag siden 2020
  - Har nå samarbeid om etablering av nytt helselag øst i Trondheim, Mainn og mat er allerede på plass
- Felles mål om å få flere menn i aktivitet + fokus på mat og måltidsfelleskap
- En gang i måneden på sørsiden og en gang i mnd på østsiden
- Lære å lage mat, lage mat og spise mat sammen
- Menn i alle aldre
- Utprøving i 1,5 år før vi fikk rammet inn tydelige ansvarsfordelinger













SPORTSKLUBBEN NATIONALKAMERATENE

- "Tilfeldighet"
- Engasjement
- Ønske og behov
- Informasjonsmøte- stort oppmøte:
  -tydelige ønsker for innhold, noe nytt for oss
  -4 nye seniorer til driftsavdelingen
- En ansatt fra aktivitetstilbudet sammen frivillige pensjonister og ildsjeler - svært engasjerte og driftige
- Åpning i dag!











Ildsjelene ved Tempe borettslag

- Bredt samarbeid mellom ildsjelene, frost eiendom, Nardo og omegn frivilligsentral og aktivitetstilbud for hjemmeboende
- Bakgrunn: områdesatsning - tomme lokaler - ildsjeler som har et ønske om å gjøre en forskjell, men trenger bistand
- God jobb med innbyggerinnvolvering
- Tidlig i gang med god drift, stort engasjement
- Underveis: ulike forventninger og uklar ansvarsfordeling → endring av bistand, oppfølging og avklaringer













Taekwondo 60 +

- Trondheim Taekwondoklubb - tomme lokaler på dagtid, ønske om å gi et tilbud til seniorer
- Oppstart høst 2021 - “vi bare gjør det” - lite avklaringer
- Håpet på 4-6 stk, startet med 28 - nå over 200
- Rammene, rutinene, ansvarsfordelingen kom på plass etterhvert
- Nytt i år - samarbeid med Ressursenteret for demens
- Frivillige trenere, kjøkkenhjelp på omgang, deltakere nå som hjelpetrenere
- Trening og sosialt - likeverdig viktig
- Media
- Nasjonalt og internasjonalt etter Trondheim startet











Suksesskriterier

- Prøve å feile og prøve igjen!
- Utforsk alle mulige samarbeid
- Fleksibilitet
- Kartlegging
- Forventningsavklaring
- Gode rutiner
- Opplæring
- Evaluering
- “Nye kollegaer”









