

# Aktivitetsguiden – Rapport 2025



En aktivitetsguide er en person som snakker flere språk og arbeider for å få flere barn og ungdom inn i en fritidsaktivitet i Lillestrøm kommune. Aktivitetsguiden bistår med å finne en fritidsaktivitet man ønsker å drive med, hvordan man begynner, finne egnet utstyr for aktiviteten, utstyr som er nødvendig for å kunne delta i aktiviteten. Aktivitetsguiden være behjelpelig med å finne løsninger på dette. Etter skolen er fritidsaktiviteter den viktigste sosiale møteplassen for barn og ungdom. Forskning viser at deltakelse i idrett og annen fritidsaktivitet er viktig for den psykiske og fysiske helse, integrering og skoleresultater.

I en tid med økte kostnader, økte levekårsutfordringer og flere som lever i utenforskap er inkludering og tilhørighet i et felleskap viktig. Tidlig innsats som sikrer en meningsfylt hverdag med bevegelsesglede, trygge omgivelser og en mestringsarena kan gi barn og unge en bedre oppvekst, og legger et viktig grunnlag for verdier, sosiale ferdigheter og medborgerskap.

## ORGANISERING og HISTORIE

Aktivitetsguiden ble opprettet i samarbeid med AIL Skjetten SK, og den daglige driften var satt til idrettslaget i 2021-2022. Denne perioden anses som en pilot, og prosjektet etablerte seg i

Strømmen/Skjetten-området. Fra og med 2023 har idrettsrådet overtatt den daglige driften med bakgrunn i utvidelse av det geografiske nedslagsfeltet som aktivitetsguiden opererer i. Det er også mest vanlig at organiseringen av Aktivitetsguiden ligger under idrettsrådet i en kommune.

Juni 2024 ble en ny inkluderingsansvarlig tilsatt, og arbeid knyttet til Aktivitetsguiden faller under deres ansvarsoppgaver. Inkluderingsansvarlig arbeider med videreutviklingen av ordningen, oppfølging av og kursing av aktivitetsguidene, samt arbeide med å styrke inkluderingsarbeidet blant idrettslagene i kommunen.

Ved utgangen av 2025 har vi femten guider som dekker følgende språk:

- Arabisk
- Engelsk
- Norsk
- Ukrainsk
- Russisk
- Tamil
- Serbisk
- Vietnamesisk
- Persisk
- Kurdisk
- Tigrinja

I 2025 utvidet vi antall aktivitetsguider fra 4 i 2024 til 15 i 2025. Vi utførte vi rekrutteringen gjennom annonse på Finn.no, med stor respons. Vi fikk inn litt under hundre søknader. Det viktigste i arbeidet som aktivitetsguide er et brennende engasjement for å inkludere flest mulig i en fritidsaktivitet, men vi ønsker også å bidra til at barn og unge eller andre kan få en nyttig arbeidserfaring ved siden av relevante studier eller ha dette som arbeid ved siden av andre aktiviteter. Vi rekrutterer først guider når vi ser et større behov for et aktuelt språk – og låner guider fra nærliggende kommuner ved behov for enkelte språkgrupper.

## ERFARINGER/RESULTATER

I løpet av 2025 har idrettsrådet mottatt 114 henvendelser, som er en økning på 21 % fra 2024.

98 av disse 114 henvendelsene av disse ble ferdig behandlet i 2025, hvorav:

- 76 er guidet inn i en fritidsaktivitet
- 16 kom vi i kontakt med, men trengte ikke hjelpen vår likevel
- 6 har vi ikke lyktes å komme i kontakt med

**Hvilke behov har familiene fra aktivitetsguidene:**

- 76/76 hadde behov for informasjon om aktivitetstilbud
- 60/76 hadde behov for bistand til påmelding av aktiviteten
- 6/76 hadde behov for bistand til å skaffe nødvendig utstyr til aktiviteten
- 53/76 hadde behov for bistand til betalingsløsninger
- 50/76 hadde behov for bistand med å komme i kontakt med idrettslaget
- 18/76 hadde behov for å følges på trening
  - 58 barn kom seg på trening alene.
  - 11 barn hadde med aktivitetsguiden på én aktivitet
  - 7 barn hadde med seg aktivitetsguiden på 2-3 aktiviteter

I rapporteringsskjemaet blir guidene spurt om de måtte på noen utfordringer eller problemstillinger og dette er hovedutfordringene som går igjen:

**Språklige barrierer:**

Vi rekrutterer guider basert på de henvendelsene vi får. Når vi ser at et språk gjentar seg, rekrutterer vi guider med den språkkompetansen er det behov for. Samtidig ser vi flere tilfeller at barnet eller foresatt snakker ikke norsk, eller begge snakker ikke norsk. Det er en utfordring å ha språkkompetanse for å imøtekomme de familiene som snakker språk som ikke går igjen ofte.

**Tidsperspektiv:**

Det er mange ulike faktorer når vi skal veilede familier med å finne et ønsket aktivitetstilbud. Enkelte har klare ønsker om hva de kan tenke seg, enkelte er mer fleksible og ønsker informasjon om hva som finnes i nærområdet. Når den ønskede aktiviteten ikke har ledig kapasitet og det må ventes med oppstart til nytt semester/kurs – kan interessen hos familien eller barnet falle bort. Da guidene gjenopptar kontakten når oppstarten nærmer seg, merker vi at lysten er borte. **Tid er avgjørende.**

**Reisevei/transport:**

Dersom den ønskede aktiviteten i nærområdet eller i det alderssegmentet ikke tilbys, **blir reisevei til den ønskede aktiviteten en barriere.** Av ulike årsaker har ikke foreldre anledning til å følge på aktiviteten hver gang. Aktivitetsguiden er et tidsbegrenset tilbud, og har ikke anledning til å følge barnet til trening hver uke.

**Økonomi:**

Vi ser at økonomi er en stadig økende barriere for deltagelse. Guidene gjør sitt beste for å informere om støtteordninger og andre løsninger, men det er fortsatt en utfordring å sikre at alle har like muligheter for å delta i idrett. Aktivitetsguiden ser derfor et behov for å styrke alternative løsninger, som Solidaritetsfond i idrettslag og økonomisk støtte fra Lillestrøm kommune.



## AKTIVITETER

### Presentasjoner av Aktivitetsguiden for følgende:

- Idrettens Dag 2025 i regi av Lillestrøm idrettsråd
- KulturMix 2025 i regi av Lillestrøm kommune
- Flere workshops om aktivitetskortet i regi av Lillestrøm kommune
- Volla barneskole, alle lærere
- Sørumsnes barneskole, alle lærere
- Lillestrøm voksenopplæring, alle lærere
- Træruddalen skole, alle lærere
- Blaker skole, alle lærere
- Østersund ungdomskole, alle lærere
- Oppsøkende Ungdomsteam, alle ansatte
- Helsestasjon-, jordmor- og skolehelsetjenesten i Lillestrøm kommune, alle nyansatte
- BTI-nettverket i Lillestrøm kommune
- Fellesmøte for alle rektorer i Lillestrøm kommune

### Kompetansehevende tiltak:

- Felles fagsamling og erfaringsutveksling med Oslo idrettskrets, Asker idrettsråd, Nordre Follo idrettsråd og Ullensaker idrettsråd
- Seminar om Inkludering i idrettslag med idrettsråd og idrettskretser i regi av Norges Idrettsforbund
- Felles fagsamling med aktivitetsguideledere i hele Norge

- Digital erfaringsutveksling for aktivitetsguideledere
- Jevnlige fellesmøter for erfaringsutveksling og diskusjon med aktivitetsguidene i Lillestrøm
- Kurs om tilrettelagt idrett for aktivitetsguidene

## SAMARBEID MED LILLESTRØM KOMMUNE

Det er en god dialog og kommunikasjon mellom idrettsrådet og Lillestrøm kommune. Det har blitt avholdt flere samarbeidsmøter i løpet av 2025. I samarbeidsmøtene orienterer idrettsrådet om status for ordningen, og det diskuteres løsninger på utfordringer som aktivitetsguidene eller organisasjonene rapporterer om i det daglige. Kommunen er en viktig sparringspartner og samarbeidspartner.

## AKTIVITETSKORTET I LILLESTRØM KOMMUNE

I Lillestrøm kommune lever 1599 barn og unge i vedvarende lavinntekt (Tall fra 2023), eller 12,3 % av barn i Lillestrøm lever i lavinntektshusholdninger.

Lillestrøm kommune har en økonomisk støtteordning for barn i vedvarende lavinntekt som sikrer at barn og ungdom mellom 6-19 år får anledning til å delta i en fritidsaktivitet pr år. Denne ordningen kalles aktivitetskortet, men i flere år har vi sett at ikke alle som får et aktivitetskort innvilget, bruker denne muligheten. Det kan være flere årsaker til at aktivitetskortet ikke er benyttet, blant annet vanskeligheter med å finne frem til ønskede aktiviteter eller manglende kjennskaper til hvordan man navigerer seg i aktivitetstilbudene som finnes. I 2025 ble 1184 aktivitetskort utdelt, og 53,5% av disse ble tatt i bruk. Dette er en økning fra 46% av utdelte kort tatt i bruk i 2024. Det er grunnlag for å tro at mangel på kunnskap om fritidsaktiviteter og norsk kultur for organiserte fritidsaktiviteter er grunnen til at så mange ikke tar i bruk aktivitetskortet de får utdelt. Aktivitetsguiden er derfor en viktig nøkkel til å sikre lik tilgang til organiserte fritidsaktiviteter for alle.

I 2025 ble det knyttet et tettere samarbeid mellom aktivitetsguiden og aktivitetskortet. Aktivitetsguiden ble også gjort til saksbehandler for aktivitetskortet, og kan nå søke om aktivitetskort på vegne av familiene som får hjelp av aktivitetsguiden.

## ØKONOMI

Som en frivillig organisasjon uten inntekter er vi avhengige av prosjektstøtte for å opprettholde driften av aktivitetsguiden. I 2025 har vi drevet aktivitetsguiden med tilskudd fra Bufdir, IMDi via Norges idrettsforbund, Lillestrøm kommune og Viken idrettskrets.

## KONKLUSJONER/ANBEFALINGER

- Det er et økende behov for bistand når det gjelder å finne frem til aktiviteter
- Det er et økende behov for økonomisk støtte til å kunne delta i fritidsaktiviteter
- Aktivitetsguiden er et viktig supplement for å øke andelen brukte aktivitetskort

- Lillestrøm kommune må øke rammen for tilskuddsrammen for aktivitetskortet

