

# AMATØRKULTUR- & FRIVILLIGHETS- GUIDEN

Inkludering av personer med  
utviklingshemming



# AMATØRKULTUR- & FRIVILLIGHETSGUIDEN

er en serie ulike foldere med tips og råd om temaer og utfordringer innen frivilligheten og det amatørbaserte kulturlivet.

Guidene kan lastes ned som PDF fra:

[www.amatorkultur.no/ressurser/](http://www.amatorkultur.no/ressurser/)

## GUIDEN OM Å INKLUDERE PERSONER MED UTVIKLINGSHEMMING

er utgitt av Amatørkulturrådet i Bergen i samarbeid med Bergen kommune. Teksten er basert på erfaringer og innspill fra medlemsorganisasjoner i Amatørkulturrådet og Bergen kommunes kulturplan for mennesker med utviklingshemming 2023-2027. Det er tidligere utgitt guider med tema:

REKRUTTERING  
SØKNADSSKRIVING  
ARRANGEMENT PLANLEGGING OG  
GJENNOMFØRING  
MANGFOLD

Enkelte av guidene finnes også på engelsk og arabisk.

Tekst av Amatørkulturrådet

Oppsett av Nicole Daae

Illustrasjon av Charlotte Marø



BERGEN  
KOMMUNE



Amatørkulturrådet i Bergen

*- Kan alle personer med utviklingshemming være med i alle kulturorganisasjoner?*

**Nei.**

*- Kan flere personer med utviklingshemming få økt livskvalitet ved å delta i det frivillige og amatørbaserte kulturlivet?*

**Ja!**

Denne guiden handler om hvordan kulturaktører med enkle grep kan invitere personer med ulike behov for tilrettelegging til å delta i kulturaktiviteter. Guiden har et spesielt fokus på inkludering av personer med lett utviklingshemming. Målgruppen er frivillige amatørkulturorganisasjoner og andre som arrangerer og tilrettelegger for deltakelse i kulturaktiviteter i Bergen.



Hvordan samfunnet har arbeidet med å tilrettelegge for personer med utviklingshemming har endret seg over tid. Tilnærmingen i nyere tid har vekslet mellom å inkludere personer med utviklingshemming mest mulig i samfunnet og å tilrettelegge spesielt.

Amatørkulturen i et nærmiljø kan ha stor betydning for enkeltpersoners muligheter til å være en aktiv deltaker i kulturlivet.

Det er mange innbyggere i Bergen som har en utviklingshemming. Det finnes ikke sikre tall, men verdens helseorganisasjon estimerer at omtrent 1-3 prosent av befolkningen har en utviklingshemming. Hvis vi regner med 1,5% vil det si at det er over 4000 innbyggere i Bergen kommune som har en utviklingshemming.

Amatørkulturundersøkelser viser at ca. 10-12% av befolkningen er medlem av en frivillig kulturorganisasjon og driver med amatørkulturaktivitet. Da er potensialet 4-500 nye medlemmer til byens mangfoldige amatørkultuliv.

Personer med utviklingshemming kan ha stor variasjon i funksjonsnivå. Personer med lett grad av utviklingshemming kan på mange måter delta i samfunnet på lik linje med andre. De kan ha stor glede og interesse av å delta i ordinære kulturaktiviteter, fremfor spesielt tilrettelagte aktiviteter.

Det kan være dyrt og ekskluderende for personer som ikke har et vanlig yrkesliv å betale medlemskontingent. Rabattert kontingent vil bidra til å bygge ned økonomiske hindre for deltakelse i aktiviteter. Det offentlige kan også være behjelpelig med å bidra økonomisk.

# VELKOMMEN TIL OSS

De fleste frivillige kulturforeninger i Bergen har ikke medlemmer som har utviklingshemming. De går dermed glipp av å oppleve et spennende samvær med personer som har andre erfaringer og perspektiver. Personer med utviklingshemming kan være en berikelse i et foreningsmiljø. Trivsel og motivasjon øker ofte når en skaper et mer inkluderende fellesskap.

I de aller fleste organisasjoner er alle velkommen som medlemmer. Likevel kan personer med utviklingshemming være usikre på om de er velkomne som medlem i foreninger innen det frivillige og amatørbaserte kulturlivet. De fleste amatørkulturorganisasjoner har nok heller ikke tenkt på hvordan man kan ønske velkommen og eventuelt legge til rette for en person med utviklingshemming.

Det å inkludere personer med lettere utviklingshemming i en organisasjon kan være svært positivt. Ulike medlemmer bringer med seg ulike kvaliteter – alt fra talent, ferdigheter og kunnskap, til hjelpsomhet, humor, ro og nøysomhet. Et fellesskap med bredt spekter av egenskaper kan bidra til å gjøre miljøet i en frivillig organisasjon mer åpent for nye erfaringer. Å være sammen med andre mennesker og gi støtte til andre, skaper en atmosfære av trivsel og velvære.

## Nytte og glede

I Bergen og andre store kommuner er det tilrettelagt flere offentlige og frivillige tilbud med kulturaktivitet for personer med utviklingshemming. Det kan være egne sangkor, orkestre og fritidsklubber. En utfordring er at disse tilbudene på langt nær dekker alle interesser. Personer som har en lettere grad av utviklingshemming kan oppleve at de ikke finner seg til rette i tilrettelagte tilbud og at de mangler et fellesskap.

**De kan ha stor nytte og glede av å delta i en ordinær amatørkulturaktivitet.**

Bergen kommune har flere tilskuddsordninger som kan bidra til inkludering av personer med utviklingshemming. Tilskudd til kultur- og fritidsaktiviteter for mennesker med utviklingshemming er øremerket denne målgruppen, og enkelte andre tilskuddsordninger gir ekstra tilskudd per medlem med funksjonsnedsettelse. Man kan også søke om tilskudd dersom foreningen skal arrangere en enkeltkveld med tilpasset opplegg.

Amatørkulturorganisasjoner har forskjellige krav til medlemmene. Noen er basert på å lære seg en ferdighet, for eksempel synge, spille eller danse. Andre er basert på interesse uten krav om en spesiell ferdighet, som kulturhistoriesjangeren for eksempel.

En person med utviklingshemming som interesserer seg for tangomusikk, bør selvsagt kunne delta i en tangoklubb. Og har man interesse for gamle biler bør det være rom for medlemskap i en veteranbilkubb. Ingen vil kunne vurdere på forhånd hvem som kan, og hvem som *ikke* kan, være med i en amatørkulturaktivitet.

**La personer med utviklingshemming som har interesse for det foreningen driver med få prøve seg!**

## BLI MED!

Mange personer med lettere utviklingshemming kan delta på ulike aktiviteter uten tilrettelegging. Noen kan delta i ordinære aktiviteter, med eller uten ledsager, og mange vil kunne ha glede av å delta i aktiviteter med litt tilrettelegging eller velge å være med på deler av aktivitetene.

I Bergen er det over 500 personer med utviklingshemming som har støttekontakt. En støttekontakt jobber på oppdrag for, eller som ansatt i kommunen. Støttekontaktordningen gir personer med utviklingshemming mulighet til å delta på ulike aktiviteter sammen med støttekontakten. Det kan dreie seg om at de deltar sammen i en aktivitet som personen som har støttekontakt liker. Noen støttekontakter har et engasjement bare noen timer i måneden, mens andre kan bidra mer. Ofte er det også familiemedlemmer som kan følge opp.

Støttekontakter må få informasjon om amatørkulturorganisasjoner, og hvem de kan henvende seg til på vegne av personen de er støttekontakt for.

Uskrevne regler, kultur og forventninger til hvordan vi oppfører oss og omgås hverandre er ikke de samme i alle foreninger. Når man rekrutterer en bredere medlemsmasse kan det noen ganger være nyttig å snakke om forventninger – både med nye medlemmer, eventuelle ledsagere og eksisterende medlemmer i foreningen.

Spørsmålet blir da hvordan aktuelle personer og deres støttekontakter kan få den informasjonen de trenger for å oppsøke en forening som driver med aktiviteter de ønsker å delta på.

### **Amatørkulturorganisasjoner oppfordres til å inkludere flere i sine aktiviteter, for eksempel ved å:**

- Ta kontakt med Kulturetaten, Etat for tjenester til utviklingshemmede eller interesseorganisasjoner som jobber med tilrettelagte fritidstilbud til utviklingshemmede. Her finnes nøkkelpersoner som kan gi råd og veiledning og bidra til å åpne dører inn til et enormt tilbud innen det frivillige og amatørbaserte kulturlivet.
- Presenter foreningens aktivitet på arrangementer som er tilrettelagt for personer med utviklingshemming. Det finnes mange faste klubber og møteplasser hvor man møter et entusiastisk publikum. Søk opp de ulike tilbudene og fortell at dere gjerne kommer og opptre og forteller om deres aktivitet. Oversikt over mange av de tilrettelagte tilbudene publiseres på kommunens nettsider og i magasinet Infoposten i forkant av semesterstart.
- Annonsering i Infoposten er en god måte å nå ut til personer med utviklingshemming, støttekontakter og andre som bistår personer med å delta i kulturaktiviteter. Foreninger kan annonser arrangementer og aktiviteter gratis til over 1500 abonnenter i Bergen.
- Skriv en oppfordring på egen nettside eller i sosiale medier: Vi ønsker nye deltakere og alle er velkommen uansett funksjonsnivå.
- Inviter et kor tilrettelagt for personer med utviklingshemming til felles korkafé eller et tilrettelagt band/orkester til en konsert eller festival.

God dialog om «skikk og bruk» er viktig i alle sammenhenger. Ha likevel stor takhøyde og et åpent sinn – ofte kan det at noen gjør noe som er uventet bidra til morsomme øyeblikk og et mer inkluderende miljø for alle!

# FØRSTE MØTE

En god grunnholdning er å være åpen for å finne nye løsninger og ha god dialog mellom personen og en kontaktperson i kulturorganisasjonen. Kontaktperson i en forening kan gjerne være et medlem som har erfaring med å være ledsager eller støttespiller i andre sammenhenger og som kan følge opp det nye medlemmet.

En forventningsavklaring kan gi god hjelp. Kanskje er det nyttig å invitere til et møte og omvisning før første besøk. Et besøk på klubbkvelden kan gi et innblikk i hva som skjer, hvem som er med og om det kan gjøres enkle former for tilrettelegging før neste besøk.

I noen tilfeller kan det oppstå situasjoner hvor deltakere med utviklingshemming sier eller gjør ting som oppleves uvanlig eller vanskelig. Det kan være greit å ha dialog i forkant av deltakelse, for å avklare hvordan den nye deltakeren kan presenteres og hva som eventuelt må tas hensyn til. Tenk også på at det nye medlemmet er nybegynner.

Det er mange måter å delta i en kulturaktivitet. Det kan være fantastisk å lytte til musikk i et miljø hvor man kan bevege seg til musikk uten formelle krav om å lære en aktuell dans. Noen kan også ha glede av å involveres i klubbens praktiske gjøremål med å forberede møter og arrangementer. Et vellykket arrangement har viktige oppgaver som å tilrettelegge lokalet, ordne med bevertning eller andre praktiske forberedelser.

I mange foreninger kan det være rom for at enkelte medlemmer deltar på noen utvalgte arrangementer. Det kan være greit å snakke sammen på forhånd – for eksempel kan det for noen være aktuelt å delta når foreningen har arrangementer som er åpne for publikum, fremfor å møte opp ukentlig til øvinger eller faste møter.

Sjekk om paraplyorganisasjoner har tips til hvordan man arbeider med mangfold og inkludering av personer med nedsatt funksjonsevne. Delta på møter hos Amatørkulturrådet. Her får man ofte mange gode råd og tips, og kan bygge nettverk og allianser.



Amatørkulturrådet har ved flere anledninger gjennomført spørreundersøkelser som viser at medlemmer i en kulturforening setter det sosiale miljøet like høyt som selve aktiviteten. Ja, faktisk høyere enn selve aktiviteten. Da bør det være rom for at mange lag, foreninger og organisasjoner kan inkludere mennesker uten at det settes krav til å lære seg en ferdighet.

De fleste av oss liker god orden og struktur når vi møtes til en kulturaktivitet. Noen personer med utviklingshemming kan også ha behov for at vi er tydelige på hva som skal skje og har en kjøreplan for kveldens aktiviteter som er lett å følge. Personer som ikke har støttekontakt eller annen ledsager, kan ha behov for en fast kontakt i foreningen som kan hjelpe til med dette.





## GOD DIALOG

Det er ingen oppskrift på hvordan en forening skal ta imot en person med utviklingshemming. Diskuter blant medlemmene hva som er mulig å tilrettelegge med enkle løsninger, men vær bevisst på at det er begrensinger for hva som er rimelig å forvente at en frivillig kulturorganisasjon kan gjøre av tilpasninger. Det finnes en grense – men den er ofte individuell fra person til person og fra forening til forening. Ta en titt på egen forening - hva kan den tilby av ulike aktiviteter og oppgaver? Ikke alle har behov for å være med på alt i løpet av en kveld.

Begynn i det små med å invitere til deltakelse på enkelte aktiviteter. Husk at noen vil komme ofte og andre av og til – eller ved spesielle anledninger. En god og fortløpende dialog med personen og støttekontakten er nyttig. Mange personer med utviklingshemming er bevisst på sin egen situasjon og snakker åpent om eventuelle utfordringer. Andre vil heller snakke om felles interessefelt.

**Møt folk med respekt og likeverd. Bli kjent!**

«Hei, jeg er støttekontakt for en dame på 43 år. Hun er veldig glad i å høre på tangomusikk. Jeg forstår at dere er en tangoklubb i Bergen? Hun har veldig lyst til å besøke et tangoarrangement. Kan det la seg gjøre? Jeg blir gjerne med.»

Slik kan en første telefonsamtale fra støttekontakten til tangoklubben høres ut.

En god holdning i en frivillig kulturorganisasjon er å tenke at dette er vinn-vinn. Det vil gi økt livskvalitet for personen med utviklingshemming å få være med i et miljø med den fantastiske tangomusikken – og en berikelse for tangoklubben med et nytt medlem.



BERGEN  
KOMMUNE



Amatørkulturrådet i Bergen