

För mer information och intresseanmälan,
kontakta projektledare Hanna Isaksson
hanna.isaksson@parasport.se mobil +46 076 495 17 06
<http://www.parasport.nu/forbundsinfo/Projekt/JagkanochJagvet/>

Livsstilslotsarna anställs på timmar inom kommunen och träffar sina adepter regelbundet, både enskilt och i grupp, under minst ett år.

Projektet öppnar upp för ett helt nytt sätt att se på och ge stöd vid en funktionsnedsättning, där vi utgår från barns och ungas egna möjligheter att utforska sin förmåga.

Att kunna vägleda andra kring hur det är att leva med en funktionsnedsättning är en unik kompetens, som ska tas tillvara.

Projektet Jag Vet kommer att genomföras under 2019-2020 i tre samarbetskommuner, Eskilstuna, Malmö och Östersund, med projektmedel från Sveriges innovationsmyndighet Vinnova. Projektet kommer också att genomföras i samarbete med Umeå universitet, Halmstad Högskola, Mittuniversitetet samt Högskolan i Gävle.

Mål för projektet

- Etablera en modell för att öka graden av självständighet hos personer med funktionsnedsättning.
- Identifiera vilka metoder som effektivast arbetar för barn och ungas självständighet och handlingsutrymme.

JAG VET

ETT MENTORSKAPSPROGRAM FÖR PERSONER MED FUNKTIONSNEDSÄTTNING

 **PARASPORT**
/SVERIGE



 **PARASPORT** **VINNOVA**
/SVERIGE



Vad är problemet?

Den som föds med en funktionsnedsättning, eller förvärvar en skada som barn, ges en rad insatser som stöd för att underlätta i vardagen. Det kan till exempel vara stöd i skolan, personella resurser eller särskilda fritidsaktiviteter för barn och skolungdomar. Fokus sätts dock ofta i större utsträckning på det som individen inte kan, istället för att fokusera på det som in-

dividen kan och att stärka det. De stödinsatser som ges verkar därför ofta snarare för att assistera vid hinder eller utmaningar, än att träna på att klara sig själv och stärka individens egenmakt. Individen själv varken ses eller känner sig då som ägare för sin egen situation, och blir oftare tillsagda än tillfrågade om hur de ska leva sina liv eller vad som anses möjligt i deras

livssituation. Många barn och unga med funktionsnedsättning beskriver en fritid utan aktiviteter och utan kamrater. Många barn och unga med funktionsnedsättning får inte ramla och slå sig, inte prova, misslyckas och få prova igen. Detta kan även leda till att man som förälder, eller annan vuxen i barnets närhet, har lägre krav på barnen än till exempel dess syskon, och inte låter dem växa genom utmaningar.

Att tidigt få lära sig vilka förutsättningar man har utifrån sin funktionsnedsättning kommer att underlätta arbetet mot ett självständigt liv. Det är därför oerhört viktigt att få testa nya saker och utmana gränsen för vad man klarar av eller inte, och därtill lära sig göra mer än vad man kunnat tidigare.

Vad är lösningen?

Projektet Jag vet kommer att genomföra något som kan liknas med ett mentorskapsprogram, där individen får lära sig identifiera sina egna behov och förutsättningar under stöttning av en mentor som kallas för Livsstilslots. Dessa livsstilslotar rekryteras efter deras förmåga att vara kreativa problemlösare, och har företrädesvis en funktionsnedsättning själva. Livsstilslotsarna erhåller högkvalitativ, adekvat utbildning med fokus på bl.a. folkhälsa, handikappvetenskap, coachande förhållningssätt och empowerment.

Arbetet som Livsstilslots innebär dels att kunna bidra med egna erfarenheter av de utmaningar man kan stöta på i vardagen, men även att fungera som förebilder för de barn och unga de möter.

