

# Har du barn i alderen 6 – 19 år eller er du en ungdom under 19 år som ikke er med på en idrettsaktivitet, men som ønsker et fritidstilbud og fysisk aktivitet?

## Da kan vi hjelpe deg!

- Hvordan begynner jeg?
- Hvem skal jeg kontakte?
- Hvilke plikter gjelder for å være med i en aktivitet?

**Aktivitetsguiden** hjelper deg med å finne svar på disse og andre spørsmål. En aktivitetsguide er en person som kan språket ditt og arbeider for å få barn og ungdom inn i en aktivitet. En meningsfull og aktiv fritid er viktig for alle, og har stor verdi for både voksne og barn.

Tilbudet er ment for barn og ungdom som ikke deltar i en fritidsaktivitet i dag. Det kan være familier med lav inntekt eller andre som av ulike grunner føler at de trenger en aktivitetsguide for å komme i gang.

Asker idrettsråd, Asker kommune og Nav Asker har etablert **Aktivitetsguide ordningen** i Asker med støtte fra BUFDIR og Lions.

### Hva skal du gjøre for å delta?

- Fyll ut søknadsskjemaet på baksiden. Skjemaet sendes til Asker Idrettsråd på e-post [post@askeridrettsrad.no](mailto:post@askeridrettsrad.no) eller leveres til din koordinator i NAV.

### Hva skjer videre?

- Koordinator finner en passende aktivitetsguide.
- Aktivitetsguiden tar kontakt med deg.
- Asker idrettsråd avtaler et møte med dere for å finne ut hva barnet ønsker og gir informasjon om deltakelse i norsk idrett. De sjekker aktuelle idrettslag, treningstider og kontaktpersoner.
- Aktivitetsguiden følger dere inn i ønsket idrett/klubb, og møter på trening sammen med barnet og foresatte i starten og bistår med å finne riktig utstyr.
- Utgifter til utstyr som er nødvendig for å delta kan dekkes av midler i prosjektet dersom det ikke er økonomi til dette selv.
- Dersom du/dere har behov for å få dekket medlemskontingent som kreves for å delta, kan dere søke NAV, idrettslaget eller Asker idrettsråd om dette.

**Er det noe mere å lure på? Fyll ut skjema og bli med - nå!**



Asker  
kommune



Asker idrettsråd

Organisasjonsledd i  
NORGES  
IDRETTSFORBUND

# Aktivitetsguideordningen

Barnets navn: \_\_\_\_\_

Fødselsdato: \_\_\_\_\_

Kjønn (sett X)

Gutt

Jente

Hvilken idrett ønsker du å delta i? \_\_\_\_\_

Tidligere erfaring med idrett generelt? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Tidligere erfaring med din ønskede idrett? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Foreldre /Foresatte: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Språk: \_\_\_\_\_

Epost: \_\_\_\_\_

Andre opplysninger: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



Asker  
kommune



Asker idrettsråd

Organisasjonsledd i  
NORGES  
IDRETTSFORBUND