

Handledda hobbyer

**piggar upp livet
för barn och familjer**





Finns det barn i er familj? Visste du det här om handledda hobbyer för barn?

” Vår Ahmed är en mycket livlig 7-åring. Ibland känns det som att han är i rörelse hela tiden. Han säger flera gånger om dagen att han har tråkigt. Jag har så mycket hushållssysslor, och baby'n behöver mig. Pappa arbetar mycket och storasyster har sina egna intressen. Även morfar blir trött med Ahmed. Jag undrade vad vi kunde hitta på åt honom. ”

Varför har man hobbyer på fritiden? Hurdant ekonomiskt stöd kunde man få för hobbyverksamhet? Bland annat dessa frågor hittar du svar på i denna hobbyguide. Guiden sammanställer observationer, insikter och insamlade erfarenheter som gjorts under Sateenkaari Kotos hobbyprojekt. Den hjälper dig att bekanta dig närmare med det som presenteras i videorna. Syftet med guiden är att berätta varför det är viktigt att ha hobbyer och att hitta nya idéer för i synnerhet handledd hobbyverksamhet!

I Finland har barn och unga ofta fritid efter skoldagen, då läxorna och allt annat viktigt är gjort. Ibland kan det vara svårt att hitta på något meningsfullt att göra. I Finland har nästan alla barn och unga, och ofta även vuxna, en hobby som de utövar regelbundet varje vecka. En hobby är något man gör på fritiden med syftet att må bra. Det hjälper en att slappna av efter skolan eller jobbet när man gör något trevligt. Hobbyer kan

också förebygga dåliga vanor, till exempel rusmedelsanvändning eller brottslighet.

Man väljer vanligtvis en hobby enligt sina intressen. Det finns många slags hobbyer på olika orter som kan vara trevliga för barn och unga. Barn och unga kan till exempel syssla med idrott, dans, musik, bildkonst eller teater. En del av hobbyerna är avgiftsbelagda, men det erbjuds också gratis hobbyverksamhet.

Läs mer om hobbyverksamhet:
infofinland.fi/sv/leisure/hobbies-for-children-and-young-people



Har du redan sett videon om hobbyer för barn?

youtube.com/watch?v=8yFcCHnFYUI



Barn lär sig viktiga färdigheter i en hobbygrupp: till exempel hur man lyssnar på anvisningar, koncentrerar sig på en uppgift och håller sig lugn. Även språkkunskaperna utvecklas.

” Vår Sofia har gått i teaterklubb efter skolan. Jag har varit glad över att Sofia har lärt sig nytt. Hon koncentrerar sig också bättre. Tidigare blev hon snabbt frustrerad hemma när det uppstod ett problem eller saker inte hände genast. Nu orkar hon vänta på sin egen tur. ”

Hobbyer har många olika positiva effekter på barns och ungas samt familjers vardag. I en handledd hobbygrupp kan man utveckla sina färdigheter inom vissa grenar - till exempel när man spelar fotboll övar man sin agilitet och sina sociala färdigheter. Familjer kan också ha gemensamma hobbyer. Ofta önskas det att vårdnadshavarna deltar genom uppmuntran eller konkret hjälp.



Kom ihåg att handledda hobbyer endast är ett sätt att ha en trevlig hobby! Du kan också ha en hobby du utövar hemma, ensam eller tillsammans med vänner. Till exempel läsning, spel, handarbete eller jogging kan vara trevliga sätt att tillbringa sin fritid!



**Dessa färdigheter hjälper i skolgången.
Barnet hålls också friskare och sover bättre.**

”

Ahmed var svår på kvällarna, för han var inte alls trött. Han var alltid klarvaken. På morgonen var det däremot svårt att väcka honom, och han var trött under skoldagarna.

Efter att han började spela fotboll har han somnat mycket fortare och lättare efter träningarna.

Jag tror att motionen tröttar ut honom. Efter kvällstvätten och kvällsmålet är det lättare att varva ner och somna fortare. Morgnarna är också lättare nu, för han vaknar pigg. ”

Färdigheter som man lär sig genom sina hobbyer kan hjälpa en med skolarbetet och att hitta nya intressen. Hobbyn kan till och med bli ens framtida yrke! Meningsfull och utvecklande verksamhet på fritiden hjälper barn att må bra både fysiskt och psykiskt. Att motionera under dagen hjälper en att koncentrera sig på skolan och arbetet. Det hjälper en också att varva ner och somna på kvällen. Olika konsthobbyer håller däremot sinnet energiskt och skapar variation i dagens tankearbete.



I den finländska grundskolan finns olika klasser med betonad undervisning (till exempel klasser med språk-, vetenskaps-, konst-, musik- eller idrottsbetoning). För att komma på klasserna kan det också behövas kompetens som utvecklats tidigare genom fritidsaktiviteter.



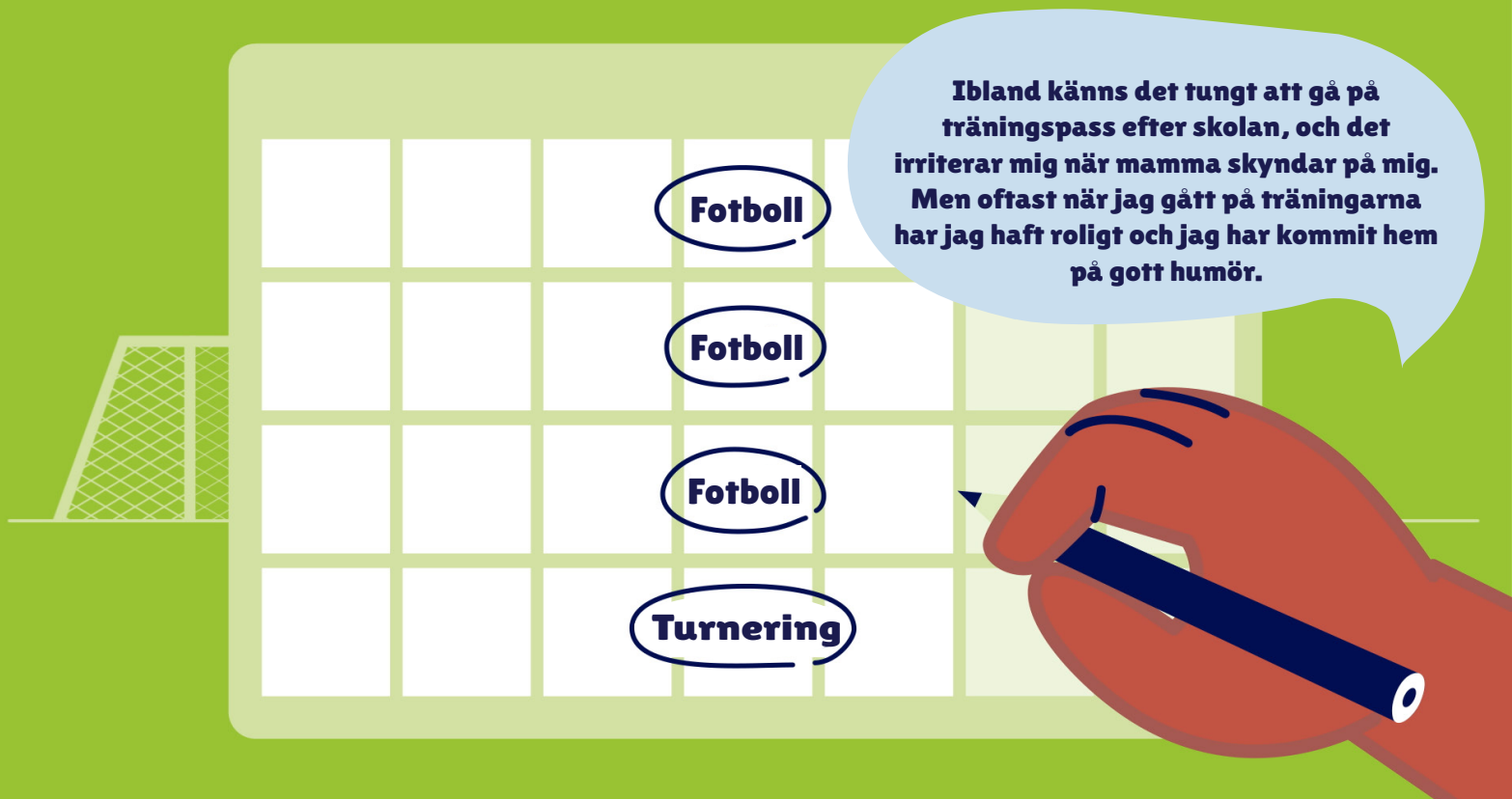
I en hobbygrupp får barn nya vänner och känner samhörighet. Dessa erfarenheter förebygger ensamhet och marginalisering och stöder en vettig användning av fritiden senare.

” Hilma har hittat nya vänner genom fotbollen. Kompisarna kommer och hämta henne bara för att sparka boll ute och leka tillsammans. Det är jättebra att de har hittat varandra. Jag skulle vara orolig om hon bara var ute på gården utan något att göra. Då kunde hon hamna i fel sällskap och lära sig dåliga vanor, som att till exempel mobba andra eller slå sönder saker. ”

Handledda hobbyer kan hjälpa en att hitta vänner och lär en att agera i grupp. Känslan av samhörighet är en viktig del av välmåendet. Meningsfulla aktiviteter och samhörighet förebygger också marginalisering och utveckling av dåliga vanor, såsom rusmedelsanvändning och brottslighet.



En ny hobby kan också hjälpa en att bekanta sig med näromgivningen och att hitta nya kompisgrupper. Ofta kan man också fortsätta med en gammal hobby i en ny omgivning.



När barnet deltar i en regelbunden hobby lär de sig engagemang.

I handledda hobbygrupper lär man sig också repetition och engagemang. Dessa färdigheter behövs såväl i skolan som i arbetslivet. I många handledda hobbyer är det viktigt att man dyker upp vid en bestämd tid på ett visst ställe. Å andra sidan finns det också hobbyer som är mindre bindande och som kan utövas när man själv vill. Det är bra att bekanta sig med olika alternativ och välja en hobby som passar en bäst.

Det är svårt att till exempel spela fotboll i lag om endast tre spelare från ett femton personers lag närvarar på träningspassen. En kommande fotbollsturnering kräver också att man lär sig nya saker och repeterar det man lärt sig varje gång. Annars utvecklas inte ens färdigheter, och barnet hålls inte med i lagets gemensamma utveckling. Vid bildkonstundervisning kan man skapa ett verk, för vilket man måste behärska tekniker som man övat på under tidigare gånger. Utan dessa färdigheter kan man inte få verket färdigt. Därför är det viktigt att delta i handledda hobbyer regelbundet, också när man inte känner för det. Då blir hobbyverksamheten en rutin som skapar kontinuitet och hjälper en att bli bättre på det man gör. Rutiner skapar trygghet hos barn och unga och hjälper dem att lära sig nytt genom repetition.



Det finns många hobbyer som man först kan prova på några gånger, och man kan också gå med i klubbar som ordnas i samband med skoldagen. När dessa försök leder till en meningsfull hobby, är det bra att hemma diskutera vad det betyder att förbinda sig till en hobby - olika hobbyer kräver också olika nivåer av engagemang.



Barn lär sig att modigt göra saker på egen hand genom att själva ta sig till sin hobby. Det är också bra att föräldrarna vet att barnet har en säker fritidsaktivitet.

Många hobbyer kan man bekanta sig med nära hemmet i samband med skoldagen. Ofta betyder dock engagemang i en hobby att man måste ta sig längre bort från sitt bostadsområde, till exempel till simhallen eller till en konstgräsplan. Då är det viktigt att lära sig hur man tar sig till hobbyplatsen. Ofta kan man komma överens om att gå tillsammans med andra barn och familjer.



Man kan bekanta sig med alla hobbyer tillsammans med sina föräldrar, vårdnadshavare eller vänner. Då blir handledarna och miljön också bekanta för föräldrarna. Man kan också öva på att ta sig till hobbyn tillsammans och samtidigt fundera på när barnet skulle vara redo att ta sig dit ensam eller till exempel med en kompis eller ett syskon.

” Sofia är så intresserad av framställningskonst och skådespeleri att handledaren för skolans teaterklubb föreslog att hon skulle gå med i den lokala teaterns pjäsgrupp. Den ordnas på andra sidan stan och man måste ta sig dit med bil eller buss. Jag visste inte hur Sofia skulle klara det. Men nu ska sammanlagt tre barn gå med i pjäsgruppen, så de har tillsammans övat på att ta sig till teatern med buss från vår närhållplats och hem tillbaka. Det har gått bra, tack vare att de övade tillsammans. Mamman till en av kompisarna lovade också att skjutsa dem till klubben med sin bil på vintern. Nu vågar jag låta Sofia delta med gott samvete, fastän jag var nervös i början. Det är viktigt att Sofia får fortsätta med sin hobby. ”

Vilka hobbyer intresserar ditt barn? Prata med ditt barn och utforska möjligheterna tillsammans.

Det finns information om olika hobbyer på många ställen. På stadens eller kommunens webbplats kan man hitta information om evenemang som ordnas av staden, motions- och ungdomslokaler samt klubbverksamhet som ordnas under skoldagen. Hobbyanordnare har ofta också sina egna webbplatser, eller alternativt kan man bekanta sig med deras verksamhet på sociala medier.



Till exempel Åbo stads webbplats har information på åtminstone följande sidor:

På webbplatsen för motionstjänster hittar du heltäckande information om till exempel motionstjänster som ordnas för olika grupper, såsom Barnmotionens underland och Mihi för unga, motionsrådgivning och utlåning av motionsredskap. Webbplatsen innehåller också information om motionsällskap och -föreningar i Åbo: turku.fi/sv/kultur-och-motion/motion/motionera

På kulturtjänsternas webbplats finns bland annat information om bibliotekets och museernas tjänster samt olika förmåner: turku.fi/sv/kultur-och-motion/kultur

På webbplatsen för hobbyverksamhet för barn och unga finns länkar till olika aktiviteter. Du kan bekanta dig med ungdomslokalerna och semestertidernas verksamhet eller till exempel kurserna vid De ungas konst- och aktivitetshus Vimma: turku.fi/sv/hobbyverksamhet-barn-och-ungdomar

I Åboregionens fritidskalender kan du söka hobbyer enligt till exempel område eller typ av hobby: vapaa-aika.turku.fi/sv

Finlandsmodellen för hobbyverksamhet är statsfinansierad hobbyverksamhet för grundskoleelever. Nästan alla kommuner i Finland ordnar avgiftsfria hobbyer enligt barns och ungas önskemål efter skoldagen, där det är möjligt att prova olika grenar och färdigheter samt tillbringa tid efter skoldagen. Fråga din skolas personal om skolans hobbyschema. Det finns också information om dessa grupper på städernas egna webbplatser. Till exempel Åbo stads information finns på webbplatsen turku.fi/sv/abomodellen-hobbyverksamhet



Du kan också söka efter hobbyanordnare på sociala medier eller internet genom att skriva stadens namn och den önskade hobbyverksamheten i sökmotorn. Till exempel "åbo + bildkonst" eller "åbo + teaterhobby". Olika medborgarinstitut erbjuder också många kurser, från språkstudier till hantverk och musik: skriv till exempel "åbo + medborgarinstitut" i sökfältet.

Många hobbyer är gratis och det är också möjligt att få hobbystöd.

Olika organisationer och sällskap erbjuder ekonomiskt stöd för barnens hobbyer. Även städer och kommuner samt FPA kan bevilja stöd för hobbyverksamhet för barn och unga.

Hobbykompis

Hobbyguide



Hobbykort

"SOS-Lapsikylä beviljar Unelmista totta-hobbyunderstöd för barn i åldern 7 - 17 år från donerade pengar, när det finns risk för att de på grund av familjens trängda ekonomiska situation inte kan börja eller fortsätta med en hobby." Läs om stödet och hitta understödda hobbyer på webbplatsen unelmista.fi/ (på finska)

Rädda Barnen rf:s "Hobbystödet främjar barns likvärdighet och delaktighet. Det är ett stöd för barn under 18 år vars möjligheter att delta i hobbyverksamhet hotas på grund av familjens ekonomiska situation." Läs mer och ansök om stöd: pelastakaalapset.fi/sv/om-oss/vagkost-for-livet/hobbystod/

Många idrottssällskap, grenförbund och andra hobbyanordnare har egna stöd-/sponsorverksamhet. Det lönar sig att fråga anordnarna direkt om dessa.

Hope ry:s hobbystöd kan beviljas till barn och unga i åldern 6 - 17 år som omfattas av Finlands sociala trygghet. Stödet är avsett för regelbundna hobbyer och betalas direkt till anordnaren mot faktura. Hobbystöd kan sökas om barnets hobby hotas avbrytas eller om barnet inte har möjlighet att börja med en hobby på grund av medellöshet. Hobbystödet möjliggörs av donationer från privatpersoner och företag." Läs mer (på finska) och ansök: hopeyhdistys.fi/tarvitsen-apua/

Om du inte är säker på om du vill prova en ny hobby ensam, ordnar exempelvis Mannerheims Barnskyddsförening och Finlands Röda Korset kamratverksamhet där du kan hitta en kompis för bland annat hobbyverksamhet.

Från och med den 1 januari 2025 ger Åbo stad alla Åbabor i åldern 7 -19 år en årlig förmån för sportande. Barnet eller den unga kan använda den till avgifter för ledd idrottsverksamhet som ordnas av en förening i Åbo. Du hittar uppdaterad information om Boostii-förmånen på stadens webbplats: turku.fi/sv/boostii



HVALA
MERCI
MAHADSANID

AITÄH
ASANTE
SHUKRAN

KIITOS
SALAMAT
TACK

Sä Osaat-projektet 2022 - 2024. Det STEA-finansierade Sä Osaat-projektet är verksamt i östra Åbo i områden med språklig, kulturell och religiös mångfald. Målet med projektet är att i synnerhet stödja delaktigheten av barn i åldern 5 - 10 år i närområdenas hobbyverksamhet med anknytning till motion, konst och välbefinnande samt att göra det möjligt för barn, unga och familjer att känna sig delaktiga. Under projektet ordnades det olika hobbygrupper och -försök i området tillsammans med fem samarbetspartner.



nouveau
Language

Guiden och videon har illustrerats av Videotiiviste Oy.
Nouveau Language har ansvarat för guidens grafiska design och layout.