

Hva er AlleMed?

AlleMed handler om at alle barn og unge skal ha muligheten til å delta på minst en fritidsaktivitet.

AlleMed er ikke en person eller et sted, men det kan beskrives som en felles tanke som fører til handling. Vi ønsker at alle barn og unge skal ha mulighet til å delta i fritidsaktivitet. Hva gjør vi for å få det til?

ALLEMED I VESTBY

Fritidsaktivitet?

Visste du at det faktisk er forskning som sier at det er en sammenheng mellom skoleprestasjoner og fritidsaktiviteter? Å delta i fritidsaktiviteter er **sunt, bra og gøy!**

Ønsker du å starte på en fritidsaktivitet, men det er noe som gjør at du ikke har mulighet eller får til?

Dette kalles ofte barrierer.



Trenger du hjelp av noen til å finne ut av det, da kan du snakke med en voksen du kjenner, for eksempel lærer, helsesykepleier, trener eller en annen voksen.

I Vestby kommunes ungdoms-app UngApp finner du AlleMed-verktøykassen. Her kan du eller en voksen finne hjelp og fremgangsmåter som kan være med å løse barrierene for at du kan delta på en fritidsaktivitet.



Ung i Vestby



Last ned

UngApp