

**Viborg kommune,
Breddeidræt.**

Delprojekt: *Fra idrætssvag – til idræt hver dag.*

Baggrund:

Kulturministeriets breddeidrætsrapport peger på, at idrætsdeltagelsen for mennesker med funktionsnedsættelse og socialt udsatte er væsentligt lavere end for befolkningen generelt. Mange af dem er meget langt fra en idrætsaktiv hverdag. En del deltager i en periode i behandlings-, genoptræningsforløb eller undervisning med fysisk træning og idræt. Når disse tilbud ophører, har mange meget svært ved at opretholde en idrætsaktiv hverdag.

Mål:

At den idrætssvage del af mennesker med funktionsnedsættelse og socialt udsatte får en reel adgang til en idrætsaktiv hverdag. Dette skal sikre:

- at de er fysisk aktive og dermed fremmer deres sundhedstilstand
- at de opnår et bedre psykisk velvære
- at de kommer til at indgå i sociale fællesskaber

Eksempler på nye idrætstilbud til målgruppen:

Håndbold i Viborg HK.

Viborg HK starter håndbold for herrer og damer med et udviklingshandicap.

Så har du tid og lyst til at spille håndbold og kan du:

-Indgå i holdsport

-Lære håndboldreglerne

-Kaste og gribe en bold

-Løbe

-Møde omklædt til træningsstart og selv klare omklædning og bad

...så skal du bare møde op!

For yderligere oplysninger kontakt:

Andreas Kronborg, Ansvarlig træner i Viborg HK, 60 22 61 70 eller andreakronborg@ofir.dk

Lone Bjerre Josefsen, Idrætskoordinator i DHIF, 29 33 20 40 eller lone.bjerre.josefsen@dhif.dk

Svømning i Vandglad.dk

Foreningen Vandglad.dk har sagt ja til at starte et nyt hold – handicapsvømning for børn med svære funktionsnedsættelser.

Holdet bliver et familiehold for max 5 børn + forældre, som skal lege, plaske og svømme 30 min i varmtvandsbassinet på CKU i Viborg.

Forhåbentlig starter tilbuddet i januar måned 2011, dog mangler der de sidste detaljer inden opstart.

For yderligere oplysninger kontakt:

Laila Borresen, Formand i Vandglad.dk, 60 77 47 70 eller på laila@vandglad.dk

Øvrige initiativer:

Udover de nævnte eksempler på træningshold med grupper af deltagere, tilbydes en række individuelle indsatser i forhold til målgruppen. Det kan være borgere henvist fra Jobcenteret, kommunens rehabiliteringsteam, PPR eller lignende. Opgaven er her at tage udgangspunkt i den enkeltes situation, muligheder, begrænsninger, ønsker og behov.

Rent metodisk er der tale om at skabe:

- relation,
- motivation,
- forpligtelse,
- fastholdelse.

Projektet udføres af Dansk Handicap Idræts Forbund, Team Nord for Viborg kommune. I projektet er ansat en fuldtidskonsulent, med en faglig baggrund som fysioterapeut, til at varetage både dele af træningsholdene samt den individuelle rådgivning, motivation samt opfølgning på alle aktiviteterne.

Der er pt. igangsat idrætstilbud for mellem 150 og 200 borgere i målgruppen i Viborg kommune.

Nærmere oplysninger kan fås ved henvendelse til:

Lone Bjerre Josefsen, Idrætskoordinator i DHIF, 29 33 20 40 eller lone.bjerre.josefsen@dhif.dk,

eller forebyggelseskonsulent Anne Trangbæk, Kultur & Service, Viborg kommune på tlf.: 87876081 eller 51270071.