

# Inklusion af fysisk og psykisk Handicappede

Case rapport – Evaluering af Idræt for Alle



## Indhold

1. Introduktion .....	62
2. Projektets aktiviteter .....	63
3. Projektets resultater .....	63
4. Projektets virkning .....	64
5. Læring og inspiration fra projektet .....	65

### 1. Introduktion

Projektet "Inklusion af fysisk og psykisk Handicappede" blev gennemført i Høje-Taastrup Kommune i samarbejde med udvalgte (idræts)foreninger og kommunale institutioner, der i dagligdagen arbejder med målgruppen, med folkeskoler og gymnasium samt med Sammenslutningen af Unge med Handicap.

Baggrunden for projektet var, at mennesker med fysiske og psykiske handicap har den særlige udfordring, at deres handicap kan gøre det svært for dem at indgå i de idrætsaktiviteter, som foreningerne udbyder.

Projektets overordnede formål var at skabe øget bevægelse hos fysisk og psykisk handicappede gennem særlige foreningstilbud og at inkludere dem i kommunens idrætsforeninger.

Projektet havde fire hovedmål:

- At inkludere fysisk og psykisk handicappede i kommunens idrætsforeninger
- At udvikle foreningerne til at kunne håndtere målgruppen
- At fysisk og psykisk handicappede havde mulighed for deltagelse og succesoplevelser i idrætsforeninger, eventuelt på særligt oprettede hold
- At give fysisk og psykisk handicappede de sundhedsmæssige gevinster, der er ved idrætsdeltagelse

På et mere konkret niveau havde projektet seks mål:

1. Oprette målgruppeorienterede hold i idrætsforeninger, der inkluderer målgruppen
2. Etablere samarbejde mellem idrætsforeninger og kommunale centre, der i dagligdagen arbejder med målgruppen
3. Gennemføre faglig kvalificeret supervision til frivillige i idrætsforeninger i forhold til løbende udfordringer med målgruppen og faglig back-up igennem forløbet
4. Introduktion fra det relevante fagpersonale til arbejdet med målgruppen
5. Etablere netværk på tværs af kommunale centre, idrætsforeninger og øvrige relevante samarbejdspartnere
6. Forøge medlemsantallet af fysisk og psykisk handicappede i idrætsforeningerne.

## 2. Projektets aktiviteter

Projektet planlagde at gennemføre en række aktiviteter:

- Markedsføring
- Udvikling af eksisterende idrætsforeninger, så de bedre kan rumme målgruppen
- Etablere og afholde idrætsaktiviteter for målgruppen
- Etablering af særlige hold i eksisterende idrætsforeninger
- Idrætsaktiviteter for udviklingshæmmede, f.eks. et gymnastikhold
- Off-road cykeltræning for unge med psykisk handicap eller sociale vanskeligheder, der har tilknytning til kommunens støttetilbud
- Skydetræning med asperger-gymnasieklasser i et samarbejde mellem Høje-Taastrup Gymnasium og skytteforeninger
- Yoga på et hold med få deltagere i en lokal idrætsforening for brugere af socialpsykiatrien

## 3. Projektets resultater

Projektet har gennemført en række aktiviteter, men aktiviteterne for målgruppen har fundet sted i et meget begrænset omfang i eksisterende idrætsforeninger

- Projektet blev markedsført gennem flere forskellige medier (omtale i lokale aviser, på [www.breddeidraet.nu](http://www.breddeidraet.nu) og kommunens facebookside)
- Der blev etableret en rideaktivitet for socialt udsatte i samarbejde med en rideforening, som er det eneste tilbud i regi af en idrætsforening
- Der blev afholdt ekstra motionstilbud for mellemtrin og udskoling på en folkeskole med en specialklasse. Undervisningen blev varetaget af pædagoger, da der ikke kunne findes en instruktør fra en forening i skoletiden. Tilbuddet blev derfor aldrig overført til foreningsregi
- Der blev gennemført en skydeaktivitet for en aspergerklasse på gymnasiet i samarbejde med Veteranskytteforeningen, der varetog undervisningen. Skydning indgår nu som en fast del af idrætsundervisningen og finansieres af gymnasiet
- Der blev oprettet gå- og spinningshold for beboere på bosteder, hvor hjemmevejlederne gennemgik en spinninginstruktøruddannelse og varetog træningen. På grund af målgruppes handicap vil det være meget svært at inkludere disse i almene foreninger.
- Der blev anlagt en petanquebane og indkøbt materialer til værested for psykisk sårbare og ensomme borgere
- Off-road cykeltræning blev *ikke* gennemført, da den forening, som efter planen skulle varetage træning, ophørte i starten af projektperioden

Projektet havde væsentlige udfordringer med at nå de fastlagte konkrete mål:

- Der blev kun etableret ét særligt tilbud for målgruppen i en rideforening
- Derfor blev der kun i nogen grad etableret samarbejde mellem idrætsforeninger og kommunale centre, der i dagligdagen arbejder med målgruppen.
- Aktiviteten med at gennemføre faglig kvalificeret supervision til frivillige i idrætsforeninger blev også kun gennemført i nogen grad. Skytteforeningen indgik dog et samarbejde med en fagperson, der til dagligt arbejdede med unge med asperger. Han deltog i opstarten og guidede instruktørerne i forhold til den målgruppe, der var på gymnasiet. Desuden var der en kobling mellem en instruktør fra foreningen, der havde et kendskab til målgruppen, og som samtidig var lærer på gymnasiet.
- Introduktion fra det relevante fagpersonale til arbejdet med målgruppen er i høj grad gennemført på de aktiviteter, som blev oprettet uden for idrætsforeningerne.
- Først mod slutningen af projektperioden er der etableret samarbejder om at kompetenceudvikle idrætsforeningerne, så de kan håndtere målgruppen i fremtiden.
- Medlemsantallet af fysisk og psykisk handicappede i idrætsforeningerne er kun blevet øget ganske lidt.

#### **4. Projektets virkning**

Projektet er kun i mindre omfang lykkedes med det overordnede formål om at skabe øget bevægelse hos fysisk og psykisk handicappede gennem særlige foreningstilbud. Tilbuddet om ridning har inkluderet syv personer fra målgruppen i en rideforening, og skytteforeningen har fået et enkelt medlem fra aspergerklassen på gymnasiet.

Projektet er derimod lykkedes med at etablere motionstilbud for personer med handicap i en række forskellige kommunale institutioner som bosteder, væresteder, i specialklasser på skole eller gymnasium mv.

Foreningerne skulle udvikles til at kunne håndtere målgruppen for at give de fysisk og psykisk handicappede de sundhedsmæssige gevinster, der er ved idrætsdeltagelse. Det har dog været en udfordring at indgå samarbejde med idrætsforeninger omkring inklusion af målgruppen. Flere foreninger har været interesseret i at deltage i projektet, men i de fleste tilfælde er det ikke lykkedes at finde instruktører eller trænere, der har haft tid i dagtimerne eller lyst til at varetage træningen. Nogle foreninger var også berøringsangste i forhold til at skulle deltage i et projekt, som havde fokus på at inkludere målgruppen i foreningens dagligdag.

Erfaringerne fra projektet vil blive forankret gennem et samarbejde med den landsdækkende "Sammenslutning af Unge med Handicap" om et projekt med fritidsguidning af unge med handicap, uddannelse til foreningerne og netværk for forældre.

I forhold til det overordnede formål med 'Idræt for Alle' er der følgende virkninger:

#### *Flere aktive borgere*

Projektet fik flere borgere til at udøve idrætsaktiviteter. I specialklasserne har fem til syv børn fået ekstra motion. På et bosted deltager ca. 50 personer på ugentlige gå hold, og ca. 10 personer dyrker regelmæssigt spinning. Aspergerklassen på gymnasiet blev aktiveret med skydning, og i rideprojektet er der syv unge, der ikke har dyrket nogen form for idræt tidligere, som har stifter bekendtskab med en aktivitet, der både rummer bevægelse og fællesskab.

#### *Nytænkning*

Projektet er ifølge kommunen nytænkende i forhold til den måde, som der blev etableret et samarbejde mellem Høje-Taastrup Gymnasium og Veteranskytteforeningen for at skabe et tilbud til gymnasiets aspergerklasser. Selve grundtanken om, at skydning kunne være en velvalgt og nyttig idrætsgren for handicappede med aspergers syndrom er ikke ny, da DGI i 2012 lancerede et projekt rettet mod denne målgruppe<sup>17</sup>.

### **5. Læring og inspiration fra projektet**

Som det er fremgået af de forrige afsnit havde projektet en række udfordringer i forhold til at realisere projektets overordnede formål og de mere konkrete mål. I den forbindelse er der skabt viden og læring om, hvordan lignende projekter kunne gribes an.

Kommunen pegede på, at projektet manglede en grundlæggende afklaring om målgruppens mere specifikke behov, og herunder en afklaring af, hvad der nærmere skulle forstås ved et fysisk og psykisk handicap, ved inklusion i en idrætsforening mv. Projektet kunne også med fordel have været afgrænset til f.eks. beboere på et enkelt eller udvalgte bosteder.

Som et eksempel på behovet for en grundlæggende afklaring om målgruppens mere specifikke behov nævnte kommunen, at det var vanskeligt at få kontakt til den del af målgruppen, som ikke var tilknyttet et kommunalt tilbud (de fysisk handicappede børn og unge). Kommunen bemærkede, at dette kunne skyldes, at disse personers behov for motionstilbud på forhånd er opfyldt, hvis f.eks. forældrene er ressourcestærke og selv har taget initiativ til at få dækket deres børns behov for motion. Desuden bemærkede kommunen, at udfordringen med at få en større del af målgruppen inkluderet i de lokale foreninger er, at mange i målgruppen har bopæl udenfor kommunen. Dette er en hindring for målgruppens deltagelse i træningsaktiviteter i aftentimerne, hvor træningen i foreningerne typisk foregår.

---

<sup>17</sup> [www.dgi.dk/om/samarbejd-med-dgi/projekter/inklusion/saarbare-boern-og-unge/fokus-ro-og-koncentration-gennem-skydeidraet](http://www.dgi.dk/om/samarbejd-med-dgi/projekter/inklusion/saarbare-boern-og-unge/fokus-ro-og-koncentration-gennem-skydeidraet)

Med en mere specifik tilgang kunne projektets indhold og aktiviteter være nøjere afstemt i forhold til målgruppens behov, og herunder om målgruppen havde behov for at blive inkluderet i almene idrætsforeninger. Ressourcerne kunne derved være brugt på at etablere motionstilbud, hvor målgruppen bor/opholder sig, fremfor at forsøge at flytte deltagerne til en forening, som havde svært ved at rumme målgruppen.

Dette er særligt vigtigt, da store dele af målgruppen er svært udfordret og derfor har brug for professionel hjælp for at indgå på et alment hold (eller på et specialhold) i en idrætsforening. Generelt er der behov for et stort kendskab til og viden om målgruppen, og derfor bør et sådant projekt planlægges, gennemføres og løbende evalueres i samarbejde med faglige specialister fra kommunens øvrige forvaltninger - evt. i form af et pilotprojekt med et efterfølgende hovedprojekt.

Kommunen har først i slutningen af projektperioden skabt et sådant netværk med deltagelse af kommunens enhed for ergoterapi, SSP, Børne- og Ungecenteret samt med den landsdækkende 'Sammenslutningen af Unge Med Handicap'.

Kontaktinformation vedr. yderligere information om projektet:

Høje-Taastrup Kommune  
Fritids- og Kulturcenter  
Telefon: 43 59 10 00  
E-mail: [fritidkultur@htk.dk](mailto:fritidkultur@htk.dk)