Sluttrapport

Prosjekt: Fra sykehus til idrettslag



Prosjektperiode:	1.1.2018 – 30.06.2021
Prosjektnummer:	2018/HE1-212786
Prosjektansvarlig organisasjon:	Norges Håndballforbund Region Vest (NHF RVN)
Søkerorganisasjon:	Norges idrettsforbund olympiske og paralympiske komite
Prosjektleder:	Christian Jensen

Norges Håndballforbund Region Vest

HORDALAND

NORGES IDRETTSFORBUND Vestland idrettskrets

ENERGI-SENTERET for barn og unge

Forord:

Desember 2017 fikk Norges Håndballforbund Region Vest midler fra ExtraStiftelsen (nå Stiftelsen DAM) til prosjektet «Fra sykehus til idrettslag». Prosjektet skulle gå over 3 år og være avsluttet innen 31. desember 2020.

På grunn av Covid-19 pandemien som traff Norge og hele verden, ble prosjektets avslutningsdato flyttet til 30. juni 2021. Dette skyldes i hovedsak at Energisenteret, tilhørende Helse Bergen HF har vært stengt og som sykehus har hatt strengere tiltaksnivå enn kommuner i Norge.

Igjennom prosjektet Fra sykehus til idrettslag, har vi åpnet ny port inn for rekruttering av barn og unge med funksjonsnedsettelse og bidratt til å skape kunnskap på tvers av idretten og helseinstitusjonen om hvilke muligheter som finnes i norsk idrett.

Norges Håndballforbund Region Vest, Vestland idrettskrets og Hordaland Fotballkrets vil takke Helse Bergen HF ved kommunikasjonsavdelingen, ledelsen ved Energisenteret, samt alle idrettslag som har bidratt inn i prosjektet for det engasjementet de har vist.

Vi ønsker også å rette en stor takk til Stiftelsen DAM som har gitt oss midler og forutsigbarhet til prosjektet, som har bidratt til å gjennomføre idrettsdagene.

Sammendrag:

Norges Håndballforbund Region Vest søkte midler fra Stiftelsen Dam til prosjektet «Fra sykehus til idrettslag» i samarbeid med Vestland idrettskrets, Norges Fotballforbund Hordaland og Energisenteret for barn og unge ved Haukeland universitetssykehus.

Målgruppen for prosjektet har vært barn og unge med funksjonsnedsettelse som er i kontakt med spesialisthelsetjenesten og målet har vært å arrangere idrettsdager med formål om å rekruttere flere til organisert ukentlig idrettstilbud der de bor. Totalt er det gjennomført 7 idrettsdager i prosjektperioden med til sammen 81 deltagere.

Deltagerne har fått prøve seg i mange forskjellige idretter på dagene, i alt fra fotball, håndball, turn, svømming, el innebandy, dans m. flere.

Vi har opplevd rekruttering som en utfordring igjennom prosjektet. Selv om det ikke har møtt opp veldig mange, og vi svært gjerne skulle hatt med flere på dagene og rekruttert ut flere i fast aktivitet, føler vi at de som har deltatt har fått godt utbytte fra dagene. Selv om prosjektet ikke har rekruttert så mange som ønsket, har mange fått forsøke en idrett de gjerne ikke har prøvd, og flere har deltatt på idrettsdagene flere ganger, for å prøve ut noe nytt.

Innhold

Forord: 2
Sammendrag: 2
Bakgrunn 4
Målsetting 4
Prosjektgjennomføring og metode: 4
Delmål 1: Arrangere paraidrettsdager på Energisenteret: 5
Idrettslagenes bidrag på idrettsdagene: 5
Samarbeid med interesseorganisasjoner: 6
Delmål 2: Etablere gode strukturer og møteplasser mellom idretten og ansatte hos spesialisthelsetjenstesten på Haukeland universitetssykehus 6
Resultater 7
Informasjonshefte 7
Omskruing av klatreveggen på Energisenteret 8
Bacheloroppgave «Veien til idrett – Funksjonsnedsatte barn og unge» 8
Modell som resultat for videre arrangementer og arbeid 8
Veien videre 9

Bakgrunn

Norsk idrett har en visjon om idrett for alle. Dette betyr at alle som har lyst skal få muligheten til å drive med idrett. Dette gjelder også for barn og unge med funksjonsnedsettelse. Det er veldokumenterte fordeler ved å delta i organiserte fritidsaktiviteter som mestring, bedre selvbilde og utvikling av vennskap (Løvgren, 2009). Undersøkelser viser at barn og unge med funksjonsnedsettelse deltar i mindre grad enn jevnaldrende i fritidsaktiviteter (Nyquist, 2012; Kunnskapsdepartementet, 2008).

Idretten har etablert flere velfungerende, ukentlige idrettstilbud til barn og unge med funksjonsnedsettelse. Idrettslagene opplever imidlertid det som utfordrende å komme i kontakt med (rekruttere) barn og unge til idrettstilbudene. En studie peker på at mangel på informasjon er en faktor som gjør mennesker med funksjonsnedsettelse lite aktive. Det oppleves som tidkrevende å få tak i informasjon for foreldrene da flere instanser har å gjøre med fritidstilbudet til barn og unge (Kunnskapsdepartementet, 2008). Videre er det for idrettslagene utfordrende å finne gode møteplasser for å treffe de barn og unge de ønsker å nå ut til. Det er heller ikke en automatikk i at barn og unge med funksjonsnedsettelse får informasjon om idrettstilbud fra ulike instanser de er i kontakt med i løpet av livet.

Det er altfor mange barn og unge med funksjonsnedsettelse som sitter hjemme og ønsker å delta på fritidsaktivitet og være sammen med andre. På fotballbanen eller i idrettshallen er det trenere og utøvere som trener hver uke og har det gøy sammen. De ønsker seg flere utøvere, men når ikke ut til barna. Linken mellom barn og unge med funksjonsnedsettelse og idrettstilbudene kan bli enda bedre, og det er noe vi ønsker å få til i dette prosjektet. Ved å benytte eksisterende strukturer i idretten og helsevesenet skal prosjektet; 1) arrangere idrettsdager (rekrutteringsdager) på sykehuset (Energisenter for barn og unge) og 2) etablere møteplasser for kompetanseutvikling og – formidling mellom idretten og sykehuset (spesialisthelsetjenesten

Målsetting

Hovedmålsettingen og formålet til prosjektet har vært at barn og unge med funksjonsnedsettelse har en tilhørighet i en gruppe i sitt nærmiljø, og deltar ukentlig på et idrettstilbud.

Delmål:
Målsettingen i prosjektet har vært å gjennomføre idrettsdager for barn- og unge mellom 6-25 år med funksjonsnedsettelse, samt å bidra til gode strukturer og møteplasser mellom idretten og Energisenteret for barn og unge.

Prosjektgjennomføring og metode:

Prosjektleder i prosjektet kalte inn til prosjektmøte i starten av prosjektperioden, hvor det ble gjennomgått rolleavklaringer, hvem gjør hva i prosjektet, slik at man hadde en god forståelse for det. Det ble der og bestemt at prosjektleder, fagkonsulent paraidrett og klubbutvikler i Norges Håndballforbund/Hordaland fotballkrets, skulle planlegge idrettsdagene, og ta med inn ressurser for idrettsdager hvor det ble aktuelt.

Delmål 1: Arrangere paraidrettsdager på Energisenteret:

Det ble totalt gjennomført 7 idrettsdager på Energisenteret i perioden, hvor den siste ble arrangert 25. mars 2021. På grunn av Covid-19, ble det ikke arrangert paraidrettsdager på Energisenteret i perioden 12.mars 2020 – 25. mars 2021.

Generelt:

Til alle idrettsdagene, ble det utarbeidet flyer, som ble sendt ut til Helse Bergen, vi la igjen og en del flyers på Energisenteret, som ble distribuert rundt på avdelingene fortrinnsvis til avdelingsledere og seksjonsledere, slik at det treffer øverste nivå i avdelingen.

For å nå enda flere, ble det markedsført igjennom utsending til interesseorganisasjoner, SAPT (Syns- og audiopedagogisk tjeneste i Hordaland), publisert lokalaviser som Bergensavisen og Bergens Tidende. Den har i tillegg blitt publisert på Helse Bergen HF sitt intranett for å nå enda flere i spesialisthelsetjenesten. Det ble også sendt ut invitasjoner i idrettens nettverk og i idrettens sosiale medier samt til foreldre av barn med funksjonsnedsettelse og til skoler.

I forbindelse med idrettsdagene har prosjektet benyttet kompetansen til kommunikasjonsavdelingen i Helse Bergen HF, for å utarbeide flyer for idrettsdagene, slik at budskapet og informasjon ble målrettet og tydeliggjort utad.



Paraidrettsdag på Energisenteret for elever fra 1-10 klasse torsdag 25. mars 2021

NORGES IDRETTSFORBUND
Vestland idrettskrets

Barn og ungdom fra 1-10 klasse med **synsnedsettelse** og **fysisk funksjonsnedsettelse** er velkommen til paraidrettsdag i Energisenteret for barn og unge, **torsdag 25. mars 2020** kl 10:00 og 13:00 (Bassengmulighet fra 13-14).

Ta med drikkeflaske og matpakke.

Program for dagen:

Kl 10:00-10:15: Velkommen, praktisk informasjon
Kl 10:15-11:15: Aktivitet i hall med blant annet: El-innebandy, klatring, dansing, turn
Kl 11:15-11:45: Pause
KL 11:45-12:45: Aktivitet fortsetter
KL 13:00-14:00: Bassengmulighet

Lurer du på noe?

Ta kontakt med prosjektleder Christian Jensen på telefon: 414 60 184 eller e-post: Christian.Jensen@idrettsforbundet.no

Energisenteret er en del av barne- og ungdomssykehuset, Haukeland universitetssykehus
Adressen er: Haukelandsbakken 15, 5021 Bergen
OBS! Parkering i sentralblokken, deretter undergang mot Glasblokkene

Påmelding:

Bruk lenken: http://bit.ly/3r25UkW eller ta kontakt med Christian Jensen så hjelper vi deg med påmeldingen. Deltakelse er gratis. Transport må ordnes selv.

Koronasituasjonen i Bergen og Norge:
Vi tilpasser arrangementet i forhold til koronasituasjonen i Bergen og Norge. Mer informasjon vil bli sendt ut til deltagerne i forkant av aktivitetsdagen.

Norges Håndballforbund Region Vest
NIF Hordaland
Energisenteret for barn og unge







Idrettslagenes bidrag på idrettsdagene:

Igjennom prosjektet har målet vært å bruke eksisterende idretter som allerede har tilbud til barn og unge med funksjonsnedsettelser, slik at man kommer til et velfungerende og trygt tilbud. Instruktørene på dagene har vært trenere og ledere i klubber man møter i det lokale idrettstilbudet. Dette har vært avgjørende for å få en trygg og god kunnskapsoverføring og en inngang til idretten.

Igjennom de idrettsdagene som har vært arrangert, har mange idrettslag vært innom. Av erfaring vet vi at det er noen idretter som er mer populære enn andre, og derfor har vi valgt å ta disse inn ved flere anledninger.

Følgende idrettslag har bidratt inn i prosjektet:

- Åstveit svømmeklubb
- Bergen Klatreklubb
- Bergen Freestyle Danseklubb

- Laksevåg Turn- og Idrettsforening
- Fjellkameratene IL (el-innebandy)
- Bergen Håndballklubb
- Smørås Fotball
- Norges Friidrettsforbund
- Åsane Turn
- Stord Bordtennisklubb
- Bergen Taekwondo Klubb
- Årstad Idrettslag

I planleggingen av idrettsdagene har vi hatt tett og god dialog med idrettslagene Vi har ikke opplevd det som komplisert å få med idretter på idrettsdagene. Tvert imot, har flere andre idrettslag tatt kontakt med oss for å høre om muligheten til å være til stede på dagen. Dette viser at det er stor iver og ønske blant idrettslagene om å få med nye i sitt idrettstilbud.

Samarbeid med interesseorganisasjoner:

Prosjektet ønsket å nå ut til enda flere deltagere slik at flere fikk muligheten til å prøve ut idretter og se om noe av dette kunne være aktuelt å starte opp med. Derfor valgte vi å gå i dialog og samarbeid med tre interesseorganisasjoner med målgrupper innenfor prosjektet, hvor vi igjennom samarbeidet skreddersydde idrettsdager sammen med dem.

Følgende organisasjoner har vi samarbeidet med:

- Autismeforeningen i Hordaland
- Ups & Downs Hordaland
- Cerebral Parese foreningen i Hordaland

Prosjektleder og fagkonsulent i Vestland idrettskrets, har deltatt på møter med interesseorganisasjonene for å informere om tilbudene og hvilke muligheter som finnes, samt høre fra foreldre/ledere i organisasjonen om hvilke ønsker de har for en slik idrettsdag.

Representanter fra interesseorganisasjoner har vært med på å forme idrettsdagene og bidra inn i arbeidet for idrettsdagene. Her har de hatt mulighet til å komme med innspill på hvilke idretter man skulle velge til de ulike dagene. I tillegg til dette skulle interesseorganisasjonene rekruttere deltagere til dagen innad i sin egen organisasjon.

Delmål 2: Etablere gode strukturer og møteplasser mellom idretten og ansatte hos spesialisthelsetjenstesten på Haukeland universitetssykehus

I løpet av prosjektet er det etablert faste møtepunkter med ledelsen ved Energisenteret for barn og unge. Prosjektet har i tillegg deltatt på avdelingsledermøter ved habiliterings- og rehabiliteringstjenesten ved Helse Bergen HF, personalmøter, ungdomsrådet for helseforetaket. Prosjektet er også blitt presentert på møte for ledende fysioterapeuter, samt deltatt på Aktiv ung konferansen.

Resultater

Totalt fikk vi gjennomført 7 idrettsdager på Energisenteret med totalt 81 utøvere totalt som deltok på dagene. Under følger en oversikt over idrettsdagene samt antall utøvere pr. dag.

Gjennomførte idrettsdager	Antall:
20.-21. oktober 2018 for utviklingshemmede	20
16.-17. november 2018 for bevegelseshemmede	7
6. mai 2019 i samarbeid med Ups & Downs Hordaland	17
25. april 2019 i samarbeid med CP foreningen i Hordaland	7
21. september 2021	6
17. november 2021	6
06. mars 2020	12
25. mars 2021	6*

*Opprinnelig var det 10 utøvere meldt på til denne dagen. Grunnet restriksjoner om å delta på arrangementer på tvers av kommunegrensene, samt forfall på grunn av koronasymptomer, ble tallet redusert.

Til hver idrettsdag har det vært innhentet samtykke til oppbevaring av informasjonen om utøverne, samt sendt ut evalueringsskjema i etterkant av hver idrettsdag. På grunn av lav respons fra utøvere/foresatte på evalueringsskjemaene er det vanskelig å tallfeste akkurat hvor mange som har startet med idrett eller ikke.

I mangel på svar på evalueringsskjemaene har vi erfart igjennom idrettsdagene at den fysiske dialogen og samtalen med foresatte, fysioterapeut, utøver har gitt oss innsikt i barn og unges behov og ønsker. Prosjektgruppen har derfor vært svært aktiv tilstedeværende og hatt samtaler med de som har deltatt på dagene.

I oppfølgingen av idrettsdagene har noen idrettslag rapportert om at det har kommet utøvere til dem som følge av idrettsdagene. Dette gleder oss. Det har også vært kontakt med foresatte om idrettstilbud i etterkant av at de har deltatt.

Prosjektleder har i tillegg deltatt på trening/samtale med svømmeklubben for å møte klubb og utøvere for å høre hvordan det har gått i oppstarten og, om det har vært behov for bistand fra prosjektet. I møte med svømmeklubben har vi opplevd at klubb og utøver har satt pris på at vi følger opp for å se hvordan det har gått i startfasen.

Selv om vi ikke klarer å tallfeste antall som vi har fått rekruttert inn i eksisterende tilbud, har vi registrert igjennom prosjektet at flere av utøverne som har deltatt, har kommet tilbake for å forsøke en ny idrett. Dette mener vi har gjort prosjektets betydning enda sterkere, og viser at man kanskje ikke alltid treffer på første forsøk.

Informasjonshefte

I dag er det mange velfungerende tilbud som eksisterer i Vestland. En studie peker på at mangel på informasjon kan være en faktor som gjør personer med funksjonsnedsettelse inaktive. Som en del av prosjektet har prosjektgruppen brukt mye tid og ressurser på å innhente, sortere og kategorisere de tilbudene som allerede eksisterer i et informasjonshefte som har blitt oppdatert hvert år igjennom prosjektet. Informasjonsheftet har fungert som et oppslagsverk for foreldre, helsetjenesten og andre aktører hvor man lett kan finne informasjon med kontaktinformasjon på de tilbudene som eksisterer.

Heftet har blitt distribuert på sykehusets mange avdelinger, fysioterapeuter samt til alle kommuner i Vestland m. flere. I 2020 ble informasjonsheftet også distribuert elektronisk, og blir pr. i dag oppdatert på nettsiden til Vestland idrettskrets. (Klikk her for å se web versjonen av informasjonsheftet)

Omskruing av klatreveggen på Energisenteret

Igjennom idrettsdagene har vi hatt ulike idretter til stede. Dette har blant annet bidratt til at idrettslag med kunnskap om paraklatring har skrudd om klatreveggen på Energisenteret, slik at det er bedre tilpasset målgruppen.

Bacheloroppgave «Veien til idrett – Funksjonsnedsatte barn og unge»

Som et ledd i prosjektets gjennomføring har en student ved Høgskolen på Vestlandet skrevet en bacheloroppgave hvor formålet med oppgaven har vært å evaluere prosjektet. Bacheloroppgaven ble avlevert i mai 2020, og følger som vedlegg til sluttrapporten.

I sin avslutning på oppgaven, klarer hun ikke å gi et entydig svar på hvordan man kan hjelpe barn og unge med funksjonsnedsettelse inn i idrett. Ut fra diskusjoner/samtaler, er det flere punkter man treffe fram for å finne noen av svarene. Funnene gjort fra intervjuene viser at det er vanskelig å inkludere barn og unge med funksjonsnedsettelse inn i idrett.

Les hele bacheloroppgaven her

Modell som resultat for videre arrangementer og arbeid

Prosjektet har hatt som delmål å etablere gode strukturer og møteplasser mellom idretten og ansatte hos spesialisthelsetjenesten på Haukeland Universitetssykehus. Mange av paraidrettsdagene har blitt arrangert på Energisenteret for barn og unge, og vi har samarbeidet tett med ansatte på sykehuset og i spesialisthelsetjenesten for å nå ut til flest mulig. I tillegg har vi benyttet oss av heftene med paraidrettstilbud i Vestland for å nå ut til ansatte i spesialisthelsetjenesten og de har eksemplarer som deles ut på deres arena.

Vi har også samarbeidet tett med spesialisthelsetjenesten i gjennomføring av paraidrettsdagene. Gjennom prosjektperioden har vi arbeidet med å finne en modell for gjennomføring av idrettsdagene som kan brukes både gjennom prosjektet, men også som kan videreføres til andre arrangementer og videre arbeid med rekruttering av parautøvere. Målet med modellen har vært å inkludere flest mulig idretter i løpet av paraidrettsdagene for å ha et allsidig tilbud hvor man kan nå ut til flest mulig deltakere. Samtidig har vi vært opptatt av at deltakerne skal få nok tid til å prøve ut hver idrett. Det har også vært viktig for prosjektgruppen at vi har invitert inn idrettene og å få med utøvere/trenere fra idrettslagene slik at deltakerne får bli kjent med dem. Dette håper vi kan bidra til at deltakerne opplever at det er enklere å bli med på treninger i ettertid om man kjenner noen av utøverne fra før.

Denne modellen for gjennomføring av paraidrettsdagene opplever vi at når ut til flere utøvere, og at det er positivt at de får prøve ut flere idretter. I tillegg gjør modellen at de får prøvd ut idretter de kanskje ikke hadde tenkt seg å prøve ellers. Modellen har også vært brukt under andre tiltenkte arrangementer fra blant annet Vestland Idrettskrets. Den kan også brukes over flere dager, hvor man har 2-3 idretter for dagen, og prøver ulike arenaer over en hel uke.

Det at vi har hatt en mal å forholde oss til for gjennomføring over flere paraidrettsdager, har også gjort at vi kan gjøre enkle tilpasninger underveis i arrangementene og vi har lært hva som kan gjøres annerledes ved neste arrangement og hvordan det kan tilpasses til ulike målgrupper.

Veien videre

Det er ikke tvil om at dette prosjektet har vært vellykket og på en eller annen måte bør leve videre, enten i samme form eller med noen få endringer. Idretten har igjennom dette prosjektet og på andre prosjekter siden etableringen av Energisenteret, løftet samarbeidet på tvers av enhetene. Prosjektet blir avsluttet nå, men erfaringene/kunnskapen man tar med seg blir benyttet til å gi barn og unge med funksjonsnedsettelse en inngangsport for idretten i fremtiden. Dette vil blant skje igjennom samarbeid og tilbud som etableres mellom idretten og Energisenteret for barn og unge.

På idrettsdagene har vi sett glade barn som tør utfordre seg selv i diverse idretter.

Flere av utøverne har vegret seg på begynnelsen av dagen, med ved hjelp av oppmuntrende ord og gode veiledere har de overvunnen frykten. Denne mestringen er en følelse ALLE mennesker må få lov å kjenne på. Idrett skal være for ALLE!

Selv om vi har en følelse av at prosjektet har vært vellykket, sitter vi likevel igjen med noen spørsmål, som kan være relevante å løfte opp:

- Hva er årsaken til at det er så vanskelig å nå ut til barn og unge? Hvor er flaskehalsen?

Ut ifra hvor mange e-poster vi sender ut til brukerorganisasjoner, kommuner, helsestasjoner, Helse Bergen, skoler, skoler med forsterket av osv så er det veldig få som velger å være med på disse tiltakene. Hvorfor? Vi vet at ønsket om å være med på idrett er til stede. Vi vet at potensielle utøvere er der, men likevel er det ikke mange som kommer på idrettsdagene.

Blir ikke informasjonen som vi sender ut gitt til brukerne?

Hvordan kan man få til et best mulig samarbeid med ergo- fysioterapitjenesten, slik at man ser fordeler framfor konkurranser mellom ulike instanser?

Er foreldrene for slitne til å la barna sine være med på slike opplegg? Bør man ha mer fokus på foreldregruppen når man lager idrettsdager?

Håper at vi med disse refleksjonene kan være med å løfte problemstillingene slik at andre som jobber med samme fagfelt kan være med å ta det videre så vi på den måten kan få flere barn og unge med funksjonsnedsettelse med i idretten.