Et bedre idrettstilbud til utviklingshemmede i Drammensregionen.

Strømsgodset IF.

Forebygging 2011/0321

Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komite.



Forord.

Strømsgodset IF har i mer enn 20 år hatt et idrettstilbud til unge med utviklingshemning. Tilbudet har i alle år vært håndball for jenter og fotball for gutter. Aktiviteten i denne perioden har variert fra over 80 aktive til vi i 2009 hadde under 20 og tilbudet var i ferd med å stoppe helt opp.

Målsettingen med dette prosjektet var å ta fatt i de underliggende årsakene til den dårlige oppslutningen og over en treårsperiode bygge en organisasjon som kan tilby et bedre idrettstilbud til utviklingshemmede i Drammensregionen på lang sikt.

Denne rapporten beskriver hvilke utfordringer vi sto over for og arbeidet vi har gjort og løsningene vi har valgt for å nå de målene vi hadde satt oss.

Prosjektet har vært et samarbeidsprosjekt med Buskerud Fotballkrets, Norges Håndballforbund region sør og Buskerud Idrettskrets og vi vil takke for aktiv støtte og deltagelse i prosjektet, noe som har vært medvirkende til å nå målene.

Vi vil også takke Extrastiftelsen for økonomisk støtte som har gjort det mulig å gjennomføre dette prosjektet.

Sammendrag.

Bakgrunn.

Idrettstilbudet til utviklingshemmede i Drammensregionen var i 2009 inne i en vanskelig periode og var i ferd med å stoppe helt opp. Strømsgodset IF tok sammen med Buskerud Idrettskrets, Buskerud fotballkrets og Norges Håndballforbund et initiativ til å starte et prosjekt for å bygge dette tilbud opp igjen. Målet var å bygge opp en robust organisasjon i Strømsgodset som kunne tilby et godt idrettstilbud til utviklingshemmede i regionen på lengre sikt. Resultatmålet var å skaffe 60 utøvre i klubben innen utgangen av 2012, samt få i gang seriespill i håndball og fotball med de andre lagene i regionen.

Antall aktive nådd:

Ved utgangen av 2012 hadde vi over 60 aktive utøvere.

Gjennomføring / metode.

Vi startet gjennomføringen av prosjektet med å etablere en prosjektorganisasjon som startet arbeidet 1. januar 2012. Det praktiske arbeidet begynte med å kartlegge de potensielle deltagerne i regionen før vi begynte å promotere tilbudet. Vi oppnådde raskt god respons og innen utgangen av 2012 nådde vi over 60 aktive. Det sportslige tilbudet ble bygd ut i samme periode for å kunne tilby et godt tilrettelagt tilbud til alle. Vi har også i prosjektperioden startet opp med et idrettstilbud til utviklingshemmede barn mellom 7 og 14 år.

Resultatet / vurdering.

Vi kan i dag si oss fornøyd med resultatene, vi har nådd det antall utøvre vi satte som mål og har nok med dette nådd det meste av potensialet i regionen. Vi har samtidig etablert en organisasjon som kan drive dette tilbudet på et høyt nivå over tid. Og vi har i samarbeid med de andre aktørene i regionen etablert seriespill både i fotball og håndball.

Oppsummering/konklusjon

Vi kan i dag konkludere med et vi har nådd hensikten og målet med dette prosjektet, vi har fått en robust organisasjon på plass som er i stand til å drive aktiviteten videre, vi har bygget en økonomisk plattform som gjør det mulig å drive aktivitetene, vi har fått det antall aktive vi ønsket samt sist men ikke minst har vi laget et sportslig opplegg som kan tilby et godt tilrettelagt tilbud til alle grupper. Planen videre blir å bygge organisasjonen videre som en naturlig del av breddeaktiviteten i Strømsgodset, slik at vi sikrer driften på lang sikt.

Innhold :

1. Bakgrunn for prosjektet.

2. Prosjektgjennomføring/metode.

3. Resultatet og resultatvurdering.

4. Oppsummering/Konklusjon/ videre planer.



1. Bakgrunn for prosjektet.

I vår tids velferdssamfunn er inaktivitet en av de store utfordringene noe som har en klar sammenheng med økende livsstilsplager som overvekt og andre fysiske lidelser.

Utviklingshemmede har nøyaktig samme utfordringen og gruppen er overrepresentert i forhold til disse typer plager, noe som i tillegg til helseproblemene også påvirker denne gruppens evne til mestering og inkludering i samfunnet forøvrig.

Strømsgodet IF har i mange år hatt et idrettstilbud til denne gruppen og har i perioder hatt opp til 80 utøvere med på aktivitetene. Denne aktiviteten har i alle år vært drevet av noen få "ildsjeler" som har lagt ned et kjempearbeid over lang tid. På begynnelsen av 2000 tallet begynte antall aktive gå nedover og rundt 2006 sluttet de fleste " ildsjelene " .

Det skulle vise seg svært vanskelig å erstatte de som hadde sluttet og i 2009 var vi nede i under 20 aktive og tilbudet var i ferd med å stoppe helt opp.

Problemet var at denne aktiviteten ble drevet av noen få og var dårlig organisert uten støtte i klubbens øverige organisasjon. Alle roller ble forsøkt rekruttert av foreldre som ofte var eldre og slitne etter å hatt ansvar for et utviklingshemmede barn i 15 til 40 år.

Utviklingshemmede er en sammensatt gruppe både i alder og funksjonsnivå og aktivitetene krever en stor grad av tilrettelegging for å kunne møte de forsjellige brukernes behov.

Dette var utgangspunktet da Strømsgodset IF i 2010 tok kontakt med Buskerud Idrettskrets, Buskerud Fotballkrets og Norges Håndballforbund region sør for å diskutere hva vi kunne gjøre for å sikre et godt idrettstilbud til utviklingshemmede i Drammensregionen.

Resultatet ble dette prosjektet som var et samarbeidsprosjekt med de overnevnte for å bygge opp en organisasjon i SIF som etter prosjektperioden kunne stå på egne ben og tilby et godt idrettstilbud til denne gruppen på lang sikt.

Hovedmål var over en treårsperiode å bygge en robust organisasjon som kunne drifte et godt tilrettelagt idrettstilbud innenfor en trygg økonomisk ramme over tid.

Resultatmål var å øke antall aktive til 60 deltagere innen 1.12.2012 og få i gang idrettstilbud til denne gruppen i tre andre klubber i regionen.

Vi hadde også et mål om å få til et kostholdsprosjekt, for å bedre gruppens matvaner, samt påvirke deltagerne til å delta i andre sosiale aktiviteter i eget nærmiljø.

Prosjektet hadde også et mål om å skape en økonomisk plattform som kan siker midler over til og tilpasse driften av organisasjonen og idrettstilbudet til de økonomiske rammene vi vil ha etter at prosjektperioden er ferdig.

2. Prosjektgjennomføring.

Planleggingen av prosjektet startet opp i 2011 og søknad til NIF / Extrastiftelsen ble sendt dette året og etter tildeling høsten 2011 startet prosjektet opp i januar 2012.

Prosjektet ble organisert med en styringsgruppe bestående av:

Jacob Vik, Buskerud Idrettskrets.

Marit Skretteberg, Norges Håndballforbund Region sør.

Odd Magne Olsen, Buskerud Fotballkrets.

Runar Evjen, Strømsgodset IF (Prosjektleder)

Det dagelige prosjektarbeidet i Strømsgodset IF ble utført av :

Runar Evjen, prosjektleder ansatt i 20 % stilling + frivillig arbeid.

Tore Haugen, prosjektmedarbeider ansatt i 60% stilling.

Innleide tjenester, 20 % (Regnskap, lønn, instruksjon og lignende)

Vi startet prosjektet med å kartlegge det reelle behovet i Drammensregion ved å oppsøke skoler, arbeidsplasser, andre aktiviteter for denne gruppen, samt de utviklingshemmedes organisasjoner. Arbeidet var tidkrevende da det ikke var mulig å få noen opplysninger om gruppen utviklingshemmede fra sentralt hold grunnet taushetsplikt. Etter noen måneder fikk vi ganske god overrikt og startet å informere om tilbudet ved personlige besøk på skoler og arbeidsplasser. Vi lagde også informasjonsmateriell som ble delt ut, samt satte inn annonser i Drammens Tidende. (lokalavis for Drammensregionen).

Senere i prosjektet har vi kommet med i Drammen Kommunes årlige aktivitetskalender og har deltatt på ” Grenseløs idrettsdag ” i Drammenshallen.

Etter ferien sommerferien i 2012 økte antall aktive kraftig, men i tilegg til de tradisjonelle aktivitetens fikk vi fikk også forespørsler fra foreldre med utviklingshemmede barn og høsten 2012 startet vi opp med et prøveprosjekt med en egen barneidrettsgruppe for aldersgruppen 7 til 14 år. Aktiviteten var lagt opp som en allidrettsgruppe med hovedvekt på balløvelser og vi kalte aktiviteten ” ballsidighet ”.

Antall aktive økte utover året og i slutten av 2012 var antall aktive oppe i det vi hadde satt oss som mål.

Med et antall på over 60 aktive fordelt på 4 grupper, med forsjellig krav til tilpassning av aktiviteter / øvelser økte også behovet for instruktører. I samarbeid med Buskerud Idrettskrets tok vi kontakt med Idrettslinja på Sankt Halvard videregående skole og engasjerte fire ungdommer på timebasis som trenere. Til sammen hadde vi da seks trenere fordelt på fire grupper.

Vår prosjektmedarbeider Tore Haugen som har trenerutdannelse fra flere idrettsgrener satte opp en treningsplan til hjelp for elevene fra Sankt Halvard.

Treningen ble gjennomført med en time i uka på 3 håndballbaner i Drammenshallen fra september til og med april og i mai, juni og august trenet vi ute på Gulskogen Idrettspark.

I samarbeid med Buskerud fotballkrets ble det i 2012 startet opp fotballag i Mjøndalen IF og Lier IL og det ble for første gang satt opp en krets serie i fotball for utviklingshemmede i Buskerud. Foruten lagene fra Drammensregionen deltok lag fra Kongsberg, Sande og Åmot.

Håndballaget ble med på Norges Håndballforbunds regionserie i sammen med lag fra Vestfold og Telemark , samt deltok på Landsturneringen og vant sin klasse både i 2012 og 2013.

Med så mange nye med på aktivitetene økte også antall foreldre og foresatte som kunne være mulige ledere for gruppen. Vi avholt foreldremøter for de forsjellige gruppene og vi greide å få med to personer fra hver gruppe, som sammen med prosjektleder utgjorde det nye styret for avdelingen.



Stolte jenter med pokalen.

Et kostholdsprosjekt var også et av målene for prosjektet.

Vi gjennomførte høsten 2012 et kurs i matlaging på Rødskog Skole, med vekt på sunne retter, som alle kunne lage hjemme. Kurset var veldig populært, men da det gjelder å endre denne gruppens kostvaner kreves langt mer enn hva vi kan påvirke på en time i uka. Denne utfordringen må tas videre med boliger og foresatte.



Ivrige deltagere på matkurs på Rødskog skole.

Da det gjelder organisering og drift av gruppen etter prosjektperioden er ferdig ser vi i dag at det vil kreves en ansatt i 20 % stilling samt at trenere må engasjeres på timebasis. I tillegg må tjenester som regnskapsføring, revisjon o.l. kjøpes eksternt.

De aktive må betale en årlig aktivitetskontingent på kr. 1000 og deltagelse i Landsturneringen, Norway Cup og andre ekstra reiseaktiviteter, må finans med en egenandel.

De årlige driftskostnadene med denne modellen vil ligge på i underkant av kr. 400 000 og da vi ser på muligheten for å finansiere dette, kan vi dag løse dette gjennom den støtte vi har fra offentlige midler og sponsorstøtt, sammen med aktivitetskontingenten fra brukerne.

3. Resultater og resultatvurdering.

Hovedmålsettingen med prosjektet var å ta fatt i en aktivitet som hadde stoppet opp i Strømsgodset IF og bygge denne opp igjen og i sammen med andre aktører i regionen tilby et godt tilrettelagt idrettstilbud til alle utviklingshemmede som ønsket å delta.

Vi kan i dag si denne målsettingen er nådd langt på vei og at utfordringen nå ligger i å opprettholde tilbudet på samme nivå over tid.

Vi hadde et resultatmål på 60 aktive innen utgangen av 2012, noe vi nådde med god margin. I perioden etter 2012 har antall aktive ligget mellom 60 og 70, som ser ut til å være det potensialet vi når med dagens tilbud.

Vi hadde også et mål om å aktivisere brukerne i andre lokale aktiviteter. I dag er over 60 % av våre aktive med på andre tilrettelagte aktiviteter for denne gruppen. De fleste deltar i kommunale kulturtilbud, samt speider akt. o.l.

Da det gjelder kostholdsprosjektet nevnt i forrige avsnitt, er dette det området som vi ikke har nådd fram. Det å endre en gruppes livsstil krever mye mer enn vi kan påvirke med en times trening i uka. Det positive er at overvekt i gruppen ser ut til å være langt mindre problem blant de yngre brukerne enn de eldre.

Det er dog en stor utfordring som bør tas opp sammen med de som er ansvarlig for miljøet til denne gruppen til dagelig.



Stolt vinnere av VIVIL lekene i 2013

4. Oppsummering, konklusjon og videre planer.

Prosjektet har vært spennende og utfordrende på mange områder og bidratt til å øke vår kunnskap og forståelse for mange sider rundt det å aktivisere utviklingshemmede.

Da det gjelder å vurdere resultatene vi har oppnådd sammen med de andre medvikende i prosjektet, tror jeg alle er rimelig godt fornøyd og jeg er sikker på at vi sammen skal kunne drive disse aktivitetene videre på det nivå vi har i dag.

Utfordringen ligger selvfølgelig i at dette krever at vi klarer å opprettholde interessen bland foreldre og foresatte og klarer å få folk til å stille opp som frivillige i framtiden.

En av erfaringene i prosjektet viste at for å få med forelder måtte vi dele gruppen og oppgavene opp i små enheter. Det vil si at foreldre bare var interessert i å stille opp hvis de hjalp til med sine barn. Foreldre til jentene som spiller håndball var ikke interessert i å hjelpe til med fotball for gutter. Dette var noe vi tok hensyn til og greide på denne måten å få folk med.

Et annet forhold som kom veldig klart fram i prosjektet var at utviklingshemmede er en svært sammensatt gruppe, fra de svakt fungerende til de svært godt fungerende. Dette krever en nøye oppdeling i grupper for å tilrettelegge tilbudet og kommunikasjonen på rett nivå.

Vi krever ingen diagnose for våre aktive og godtar at hvis de finner seg til rette i dette miljøet, kan de få være med.

Dette har ført til at vi har utøvere som har et adferdsavvik som antagelig ikke går under begrepet utviklingshemming. Dette en gruppe med fysisk godt fungerende gutter som i tillegg har store sosiale utfordringer og er en utsatt gruppe i samfunnet. Denne gruppen har heller ingen foreldre eller foresatte som stiller opp og er følgelig en utfordring å drive.

I 2015 starter vi et eget prosjekt for denne gruppen, der de aktive selv skal drive og være ansvarlige for egne aktiviteter. Hensikten med dette er trening i å mestre og ta ansvar for egen situasjon. Dette er en gruppe godt fungerende som trenger dette også i sin egen livssituasjon.

Hovedkonklusjon er at hensikten og hovedmålene med prosjektet er nådd og at aktiviteten i dag er på planlagt nivå og forutsetningene for å videreføre aktiviteten på dette nivå absolutt er tilstede.

Drammen 13. januar 2015

Strømsgodset IF

Runar Evjen

Prosjektleder.

Aktivitetskalender januar - April 2014

Dato	Dag	Lag	Hva skjer	Sted
07.jan	Tirsdag	Fotball gutter	Bowlingkveld	Bowling 1
07.jan	Tirsdag	Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen
14.jan	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen
21.jan	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen
28.jan	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen
01.feb	Lørdag	Håndball	Serierunde	ROS Hallen
04.feb	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen
11.feb	Tirsdag	Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen
11.feb	Tirsdag	Fotball	Kamp Asker	Drammenshallen
18.feb	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen
25.feb	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen
01.mars	Lørdag	Fotball/Håndball	SIF CUP	Drammenshallen
02.mars	Søndag	Håndball	Serierunde	Gulskogenhallen
04.mars	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen
11.mars	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen
18.mars	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen
25.mars	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen
01.apr	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen
05.apr	Lørdag	Håndball	Serierunde	Tønsberg
08.apr	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen

Aktivitetskalender mai - desember 2014

Dato	Dag	Lag	Hva skjer	Sted	tid
22.apr	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen	1800
29.apr	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen	1800
30.apr	Onsdag	MIF - SIF A	Serieamp	Vassenga	02.juli
06.mai	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Gulskogen	1800
13.mai	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Gulskogen	1800
20.mai	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Gulskogen	1800
21.mai	Onsdag	MIF - SIF B	Seriekamp	Vassenga	1900
21.mai	Onsdag	SIF A - Åmot	Seriekamp	Gulskogen	1900
24.mai	Lørdag	Håndball	VIVIL Lekene	Nadderud	O830
25.mai	Søndag	Håndball	VIVIL Lekene	Nadderud	O800
27.mai	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Gulskogen	1800
03.juni	Onsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Gulskogen	1800
04.juni	Onsdag	Håndball jenter	Jentebølgen	Bragernes torg	1730
05.juni	Onsdag	SIF B - Sande	Seriekamp	Sande	1900
10.juni	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Gulskogen	1800
11.juni	Onsdag	SIF A - MIF	Seriekamp	Gulskogen	1900
17.juni	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Sommeravsluttning	SIF Hytta	1800
25.juni	Onsdag	SIF B - Åmot	Seriekamp	Gulskogen	1900
02.juli	Onsdag	Hønefoss - SIF B	Seriekamp	Hønefoss	1900
Sommerferie					
27.juli	02.aug	SIF A	Norway Cup	Oslo	
06.aug	Onsdag	Åmot - SIF A	Seiekamp	Åmot	1900
12.aug	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Gulskogen	1800
19.aug	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Gulskogen	1800
26.aug	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Gulskogen	1800
27.aug	Onsdag	SIF B - MIF	Seriekamp	Gulskogen	1900
29.aug	31.aug	Håndball	Landsturneringen 2014	Trondheim	
02.sep	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen	1800
03.sep	Onsdag	MIF - SIF A	Seriekamp	Vassenga	1900
09.sep	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen	1800
10.sep	Onsdag	Sande - SIF B	Seriekamp	Sande	1900
16.sep	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen	1800
17.sep	Onsdag	SIF A - Åmot	Seriekamp	Gulskogen	1900
23.sep	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen	1800
24.sep	Onsdag	Åmot - SIF B	Seriekamp	Åmot	1900
30.sep	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen	1800
07.okt	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen	1800
08.okt	Onsdag	SIF B - Hønefoss	Seriekamp	Gulskogen	1900
15.okt	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen	1800
18.okt	Lørdag	Håndball	Serierunde	Skienshallen	1000
21.okt	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen	1800
28.okt	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen	1800
04.nov	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen	1800
09.nov	Søndag	Hånball	Serirunde	Helgerødhallen	1000
11.nov	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen	1800
18.nov	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen	1800
25.nov	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen	1800
02.des	Tirsdag	Fotball/Håndball/Barn	Trening	Drammenshallen	1800
06.des	Lørdag	Fotball	Julecup	Fredrikstad	1000
09.des	Tirsdag	Håndball	Juleavsluttning	Privat/Lier	1800
14.des	Søndag	Håndball	Serierunde	Gulskogenhallen	1000
16.des	Tirsdag	Fotball	Bowlingkveld	Bowling 1	1800
16.des	Tirsdag	Barn	Trening	Drammenshallen	1800

Strømsgodset Inkludering

Et bedre idrettstilbud til Utviklingshemmede i Drammen

Ekte glede



Et godt tilrettelagt idrettstilbud, hvor alle får utvikle seg på sitt nivå og får oppleve mestring og ekte idrettsglede i et godt sosialt miljø.

Ta kontakt på 91160753 eller møt opp i Drammenshallen tirsdag kl. 1800