

## SLUTTRAPPORT

### REHABILITERINGSPROSJEKT 2008/3/0151 GRØNKJÆR HELSESPORTSENTER

#### SØKERORGANISASJON: LHL

#### Forord

Vi er nå i mål med arbeidet for dette prosjektet og vil gjerne rette en hjertelig takk til ExtraStiftelsen Helse og Rehabilitering for bevilgningen på 385 000 kroner. Vi har også tidligere mottatt Extra-midler. Med to bevilgninger på til sammen 885 000 kroner har Extraspillerne hovedæren for at vi nå kan presentere et gjeldfritt anlegg på Grønkjær, tilpasset rullestolbrukere og andre funksjonshemmede brukere. Mellom bevilgningene har foreninger og lokalt næringsliv hjulpet oss med å holde kontinuiteten i arbeidet. Vi takker alle som har støttet oss fra lokalt hold og bidratt til at prosjektet kunne fullføres på så kort tid.



Grønkjær Helseportsenter

Foto: Trond Kaasa, Telen

## Sammendrag

Initiativtakere til Grønkjær Helsesportsenter var LHL Notodden, Handicappede Barns Foreldreforening og Grønkjær Skisenter. Målsettingen var å tilpasse bygg og anlegg for rullestolbrukere og andre funksjonshemmede og anskaffe nødvendig utstyr for utlån til aktiviteter, og å sørge for et oppvarmet garderobebygg for handicappedes behov før og etter treningen.

Garderobebygget ble realisert med en tidligere bevilgning fra Extrastiftelsen. Med bevilgningen fra Extrastiftelsen i 2008 kunne vi gjøre det siste bygget tilgjengelig for rullestoler. Gulvet i tidtagerbua lå 80 cm over bakkehøyde. Ved å fylle fjellmasse utenfor inngangen hevet vi bakkehøyden slik at rullestoler kan kjøres rett inn. Vi utvidet tre døråpninger og satte inn tre nye dører. Dessuten støpte vi en plate utenfor inngangen.

Vi ville sette opp en lavo og fant en plass til den ved inngangen til skogsområdet. Lavoen ble kledd innvendig og beiset utvendig. På grunn av brannfaren brukte vi fjellmasse på gulvplan og monterte ildsted med hette i stedet for ovn.

Vi kjøpte inn en piggekjelke med staver og fikk også kjelker i gave fra Lions. Dessuten kjøpte vi hjertestarter og hadde kurs i bruken av den. Sittelapper i reinsdyrskinn, oppbevaringskoffert til småutstyr og speil til garderoberne ble også skaffet. Vi anskaffet også to geværssystemer til bruk for synshemmede.

Funksjonshemmede og funksjonsfriske barn med familier var målgruppen på våre to skidager, kalt skifester, på Grønkjær. Innsparing på budsjettet ga oss grunnlag for å søke om innkjøp av tandemcykler. Vi har også trykket informasjonsbrosjyrer og plakater.

Vår viktigste oppgave nå blir å skape aktiviteter og få brukere av det utstyret vi har anskaffet. Foreløpig har vi hatt best respons hos handicappede barn og synshemmede. For det nærmeste året planlegger vi en ny skifest med hovedvekt på barnefamilier. Vi har bestemt oss for at dette blir et fast arrangement i årene framover. I styret har vi nå med oss en deltaker fra Lars Monsens TV-sendte strabasiøse kraftprøve, Uten Grenser. Vi håper å komme i kontakt med flere funksjonshemmede når hun forteller om turen på et åpent møte tidlig i mars. Vi støtter årlige arrangement for eldre, i regi av vårt lokale edresenter, der skyting med våre elektroniske gevær har blitt et populært innslag. Det blir flere skytearrangement for synshemmede, og vi jobber for å få åpen kafé enkelte helger. Dessuten vet vi at noen synshemmede venter på våren og tandemcykling.

## 1 Bakgrunn

Grønkjær Helsesportsenter ble satt i gang etter initiativ fra LHL Notodden, Handicappede Barns Foreldreforening og Grønkjær Skisenter. Skisenteret ble opparbeidet i 90-årene og var kommet godt i gang som arena for langrenn og skiskyting, og var godt besøkt som rekreasjonsområde for skiaktiviteter der det lå sentralt til mellom Notodden og Bø. Her må det ligge godt til rette for å skape et helsesportsenter, mente initiativtakerne og satte i gang. Målsettingen var å videreutvikle det eksisterende skianlegget med løypemaskin slik at rullestolbrukere med tilstrekkelig førlighet i overkropp og armer kunne ha mulighet til å pigge seg innover i terrenget på kjelker. Som en følge av dette opplegget måtte også alle bygg gjøres tilgjengelig for rullestol. Det var også viktig å ha et oppvarmet bygg for handicappedes behov før og etter treningsøkten.

Denne planen ble virkeliggjort med den første bevilgningen fra Helse og Rehabilitering. Arbeidet med reising av garderobebygg ble satt i gang og ble langt på vei finansiert av Extrabevilgningen. Men det var et stykke igjen til fullfinansiering. LHL Notodden bidro med 105 000 kroner, og noen mindre bidrag fra foreninger kom godt med. Men styret ville gjerne fullføre bygget og tok opp banklån med ett av styremedlemmene som kausjonist. Deretter gikk Grønkjær Skisenter inn og dekket restgjelden, utenom banklånet. Bygget kunne ferdigstilles. Nå sto det igjen å slette banklånet. Med samlet innsats fra styret ble lånebeløpet skaffet til veie med velvillig innstilling fra lokale foreninger og firmaer. Et gjeldfritt garderobebygg, med to garderober og handicaptaoletter og med lagerrom for utstyr sto ferdig. Gulvet var i plan med bakkehøyden, og dermed var det klar vei for rullestolbrukere.

Neste trinn var å gjøre resten av anlegget tilgjengelig for rullestolbrukere og skaffe utstyr til aktiviteter til funksjonshemmede og synshemmede. I 2008 sendte vi en ny søknad til HR, og stor var gleden da vi mot slutten av året fikk melding om at vi hadde fått bevilget nye 385 000 kroner til vårt prosjekt.

Mål: Bevegelsehemmede, blinde, svaksynte og kronikere skal få bedre helse og økt livskvalitet.

## 2 Gjennomføring

I vår søknad hadde vi spesifisert behovet i forskjellige grupper, og det var naturlig for oss å fordele bruken av midlene i samsvar med søknaden. Da blir det mest hensiktsmessig å følge samme opplegget i rapporteringen.

**Sosialt møtested:** Vi ville sette opp en lavo og fant en god plass til den ved inngangen til skogsområdet. Den ble satt sammen i seksjoner på Tinnoset, fraktet til Grønkjær og montert. Den er kledd innvendig og beiset utvendig. På grunn av brannfaren har vi sløffet tregulv og brukt fjellmasse på gulvplan. Av samme grunn har vi valgt åre med hette i stedet for ovn. Lavoen ble litt dyrere enn budsjettet. Den er selvsagt også tilpasset rullestoler og er utstyrt med benker og bord. Vi hadde ønsket å bruke vinduer, men fordi vi fryktet hærverk sløffet vi det.

**Tidtagerbu:** Denne lå 80 cm over bakkehøyde, og vi besluttet å heve området utenfor inngangen tilsvarende. Dermed kan rullestoler kjøres rett inn fra bakkehøyde, og vi kunne sløffe rullestolrampe, noe brøytemannskapet satte ekstra stor pris på. For at rullestoler skulle kunne komme gjennom døråpningene, utvidet vi dem og satte inn tre nye dører. Foran inngangsdøren ble det støpt en

betongplate. Dette bygget brukes til dommere, tidtager og speakertjeneste. Her sparte vi mye med den løsningen vi valgte utvendig.

**Utstyr:** Umiddelbart foran tildelingen fra ExtraStiftelsen Helse og Rehabilitering fikk vi beskjed om at Lions Club på eget initiativ ville gi overskuddet av sitt julelotteri til Grønkjær Helsesportsenter. De ville gi det i form av kjelker til bevegelseshemmede. Tidligere hadde vi søkt ExtraStiftelsen om å bruke noe av bevilgningen til utstyr til utendørs aktiviteter. Når da gaven fra Lions kom, ble det bare behov for én kjelke fra prosjektmidlene. I stedet valgte vi å kjøpe inn hjertestarter og et spesialskap til denne. Tre fra styret og skiskyttergruppa deltok i kurset for bruk av hjertestarteren, som ble holdt i november. Det er også kjøpt inn smøreutstyr til skikjelkene, sittelapper i reinsdyrskinn til lavoen, speil til garderobene og oppbevaringskoffert fra denne kontoen.

**Tilrettelegging av skiskytterarena for blinde og svaksynte:** Her er det kjøpt inn to komplette elektroniske geværsett, som vi fikk for nøyaktig det beløpet vi søkte om. Vi er nå i gang med å lære opp flere instruktører i tillegg til de to vi har i styret.



Testing av geværer for svaksynte Foto: Trond Kaasa

**Administrasjon og prosjektledelse:** Det er brukt lite til rene administrasjonsutgifter fra denne kontoen fordi styremedlemmer og prosjektleder har sponset disse utgiftene privat. I samråd med prosjektkoordinator har vi derfor brukt av disse midlene til aktiviteter, blant annet skytecup. Overskuddet på denne posten og tidtagerbua ga oss mulighet til å søke om innkjøp av tandemsykler.

**Skifest:** Midlene fra denne kontoen er fordelt på to skifester, en i 2009 og en i 2010. Skifestene er lagt opp som familiehygge med innlagte konkurranser med rundløype, der funksjonsfriske og

funksjonshemmede hadde en trivelig tur og alle fikk en fin premie. I 2010 sto også skyting med elektroniske gevær på programmet. Det var bra frammøte i 2009 med over 70 deltakere. I 2010 var vi uheldige med dagen. Det regnet på morgenen og det var en interessant sportsdel på TV. Likevel møtte over 20 deltakere.

**Informasjon:** Vi hadde budsjettert med midler til skilting og merking. Mens søknaden var til behandling, tilbød turlaget å utføre noe av dette arbeidet. Det som gjensto måtte utsettes i påvente av nye bestemmelser vedrørende skilting mot offentlig vei. Vi takker for at vi, etter søknad, kunne bruke noe av beløpet til informasjonsbrosjyrer og plakater. Resten fant vi var riktig å tilbakebetale i samsvar med kontraktbestemmelsene.

### 3 Resultatvurdering

Vi er godt fornøyd med at alle bygg på Grønkjær nå er tilgjengelige for rullestolbrukere. Med fem piggekjelker, to geværssystemer og tre tandemsykler kan vi gi aktivitetstilbud til flere handicapgrupper. Den byggtekniske siden har stort sett gått etter planen. Vi har imidlertid konstatert at røykavsugget i lavoen ikke fungerer helt perfekt, og vi må rette på dette nå.



Lavoen på Grønkjær

Foto: Trond Kaasa, Telen

### 4 Oppsummering og veien videre

Vår viktigste oppgave nå blir å skape aktiviteter og få brukere av det utstyret vi har anskaffet. Foreløpig har vi hatt best respons hos handicappede barn og synshemmede. For det nærmeste året



planlegger vi en ny skifest med hovedvekt på barnefamilier. Dette blir den tredje skifesten hittil, og vi har bestemt oss for at dette blir et fast arrangement i årene framover. I styret har vi nå med oss en deltaker fra Lars Monsens TV-sendte strabasiøse kraftprøve, Uten Grenser. Vi håper å komme i kontakt med flere funksjonshemmede når hun forteller om turen på et åpent møte tidlig i mars. Vi støtter årvisse arrangement for eldre, i regi av vårt lokale edresenter, der skyting med våre elektroniske gevær har blitt et populært innslag. Det blir flere skytearrangement for synshemmede, og vi jobber for å få åpen kafé enkelte helger. Dessuten vet vi at noen synshemmede venter på våren og tandemsykling.