

Sluttrapport til ExtraStiftelsen

Fra

Vippetangen Dykkerklubb
Organisasjonsledd

Vedr. prosjektet
prosjektnr : 2014/RBM5696

Dykking en opplevelse for hele livet.



**Norges idrettsforbund og olympiske og
paralympiske komité**
Søkerorganisasjon

Innholdsfortegnelse:

- Kap 0 Forord og Sammendrag
- Kap 1 Bakgrunn for prosjektet/Målsetting
- Kap 2 Prosjektgjennomføring/Metode
- Kap 3 Resultater og resultatvurdering
- Kap 4 Oppsummering/Konklusjon/Videre planer

Intro:

Vippetangen Dykkerklubb har blitt over 35 år og merker at mange av medlemmene etter hvert detter fra grunnet sviktende helse. Når Vippetangen ble startet i 1979 var dykking en typisk aktivitet for personer i 20 og 30 årene. I tråd med den generelle økningen i levealder har vi også fått mange medlemmer som forsetter dykkingen opp mot pensjonsalder og dette gir nye utfordringer når det gjelder helse.

Etter lengre diskusjoner i styret lanserte vi derfor i 2014 prosjektet

Dykking en opplevelse for hele livet.

Jeg vil i sluttrapporten belyse de resultater vi har oppnådd i prosjektarbeidet samt hva som ikke har gått helt etter planen. Vippetangen Dykkerklubb er i denne forbindelse utrolig takknemlige for at vi har fått muligheten for gjennomføre prosjektet og ikke minst all den kompetansen EkstraStiftelsen og NIF har tilført oss under arbeidet. Uten støtte fra EkstraStiftelsen ville dette prosjektet ikke fått den størrelse og profesjonalitet det har fått. Vippetangen Dykkerklubb har også videreført sin kompetanse til Oslo og Akershus Dykkekrets og Norges Dykkerforbund. Norges Dykkerforbund har søkt NIF om midler til Undervannsskutere for bruk i klubbene mot funksjonshemmede medlemmer. Søknaden er innvilget og dette utstyret vil være tilgjengelig fra våren 2016.

Sammendrag

Vippetangen Dykkerklubb har blitt over 35 år og merker at mange av medlemmene etter hvert detter fra grunnet sviktende helse. Målsetning er å få medlemmer med kroniske sykdommer eller redusert bevegelse til og forsete å dykke på tross av begrensninger som sette av sviktende helse. Målgruppen er dagens medlemmer med kroniske lidelser samt nye medlemmer med tilsvarende plager. Prosjektet ble innkjøp av undervannskutere til bruk av dykkere som har problemer med eller ikke kan svømme selv i 40 – 60 minutter. Arbeidet begynte med å sette ned en gruppe for å drive frem prosjektet. Det ble deretter valgt hvilken type utstyr som skulle kjøpes inn og leverandør. Etter mottagelsen av utstyret ble det laget et eget rom og krybber til utstyret på hengeren vår slik at dette kan frakters trykt og sikkert med på tur.

Det ble jobbet med å finne gode prosedyrer og rutiner ved bruk av undervannskutere når en dykker med bevegelsehemninger. Det er trent med funksjonsfriske og de med bevegelsehemninger.

Vi har gjennomført to helger spesielt ment for trening med undervannsskuter og hatt de med på alle turer i Norge disse to årene.

Konklusjonen er at dette er et særdeles godt tiltak for å beholde medlemmer som får funksjonshemninger relatert til bevegelse i dykkermiljøet. Det tilfører disse personene økt glede og utøvelse av sin sport samt at de får forsete i sitt sosiale nettverk. Vi har videreformidlet våre erfaringer til Norges Dykkerforbund som nå har fått støtte til å kjøpe tilsvarende utstyr gjennom Tippemidler for funksjonshemmede.

Veien videre vil fortsette i samme mønster vi vil fortsatt øke vår bruk av undervannskutere og se på muligheten for å finne nye medlemmer med behov for ekstra framdrift under vann. Vi vil også søke og dele vår kunnskaper med andre i dykkermiljøet, det være seg Norges Dykkerforbund, kretser eller klubber.



Kap. 1 Bakgrunn for prosjektet/Målsetting.

Bakgrunn.

Vippetangen Dykkerklubb er startet i mai 1979 og er således nå blitt 36 år. Klubben har i alle år arbeidet aktivt for å få nye medlemmer og er i dag en av de største i Oslo. De siste årene har vi jobbet aktivt med å verve unge medlemmer noe som har gitt gode resultater, men vi opplever at mange kun velger dykking for en kortere periode til studier eller arbeid gjør at dykkingen blir valgt bort. Vi tror derfor at det er 10 ganger lettere å få et medlem som har dykket i mange år og forsete dersom det legges til rette for det. Klubben ser derfor på muligheten til å få medlemmene til å bli værende i klubben og forsete med dykking selv etter at helsen er sviktende. Vi har i dag to medlemmer med diagnosen Bekhterevs sykdom og en person med hofteimplantat, og flere med nedsatt bevegelse. Vi ser også store muligheter til å verve nye medlemmer fra en gruppe inaktive dykkere med bevegelses problemer i Oslo og Akershus dykkekrets.

Målsetting.

Målsetning er å få medlemmer med kroniske sykdommer eller redusert bevegelse til og forsete å dykke på tross av begrensninger som sette av sviktende helse. Dykkerforbundet har pr i dag svært få funksjonshemmede medlemmer, da de fleste slutter med dykking når sykdommen melder seg.

Vi tror det vil være godt både for klubben og den enkelte dykker å kunne forsete med sin idrett etter en eventuell sykdom. Mange har dykking som eneste aktivitet og vil oppleve mer inaktivitet dersom dykking legges på hylla.

Vi håper også våre resultater vil påvirke andre dykkerklubber og forbundet sentralt til å satse på aktivitet for kronisk syke og personer med bevegelsehemninger.

Målgruppe.

Målgruppen er dagens medlemmer med kroniske lidelser samt nye medlemmer med tilsvarende plager. En typisk god kandidat er en tidligere dykker med utbyttet led i ben eller armer og derfor nedsatt styrke til å svømme selv i 45- 60 minutter, eller med reumatisk lidelse som setter samme begrensninger. Dette sammenfatter vi med følgende mål for prosjektet.

Forleng dykkeopplevelsen for personer med nedsatt bevegelighet eller har en kronisk sykdom som vil medføre økt velvære og en aktiv fritid..

Kap. 2 Prosjektgjennomføring/Metode

Arbeidet begynte med å sette ned en gruppe for å drive frem prosjektet. Det ble deretter valgt hvilken type utstyr som skulle kjøpes inn og leverandør. Etter mottagelsen av utstyret ble det laget et eget rom og krybber til utstyret på hengeren vår slik at dette kan frakters trykt og sikkert med på tur.

Det ble jobbet med å finne gode prosedyrer og rutiner ved bruk av undervannskutere når en dykker med bevegelseshemninger. Det er trent med funksjonsfriske og de med bevegelseshemninger.

Vi har gjennomført to helger spesielt ment for trening med undervannsskuter og hatt de med på alle turer i Norge disse to årene.

Vippetangen Dykkerklubb har sammen med NDF (Norges Dykkerforbund) og OADK (Oslo og Akershus Dykkekrets) deltatt på Aktiv 2015. Men et relativt svakt oppmøte gjorde at vi ikke fant passende kandidater. Vi planlegger ytterligere messeaktiviteter for å fremme prosjektet.

Det er trent på å få undervannskuter og dykker med bevegelseshemninger opp i båten ved et ulykkestilfelle.

Arbeidet er evaluert og vi har fått bekreftet vår antagelse at det er 10 ganger lettere å få et medlem som har dykket i mange år til og forsete dersom det legges til rette for det.

Klubben ser derfor positivt på mulighetene til å få medlemmene til å bli værende i klubben og forsete med dykking selv etter at helsen er sviktende, samt at undervannskuterne også har medført at mange av disse dykker betydelig mer enn tidligere.

Kap. 3 Resultater og resultatvurdering

Hva har vi oppnådd og hvordan er resultatene.

For de som fortsatt dykker er resultatene gode. Vi har medlemmer med betydelige helseutfordringer som har dykket vesentlig mer etter at tilbudet om bruk av undervannskutere kom. Dette gjelder spesielt lidelser som revmatisme, utskiftede ledd og ryggsmarter. I tillegg til mer dykking har opplevelsen blitt vesentlig bedre. Vi har også en uføretrygdet medlem som igjen dykker regelmessig etter å ha vært i fred med å avslutte dykkingen.

For de som har avsluttet sin dykker karriere eller aldri har begynt har vi ikke de samme gode erfaringer. Det er vanskelig og overtale til ny aktivitet når ikke dykkekyndige leger og familie sterkt fraråder slik aktivitet. For de med unge med store funksjonshemninger som muligens kunne tenke seg og prøve dykking er ofte kravet tilrettelegning betydelig og vesentlig større enn hva vår klubb kan tilby.

Konklusjonen er at dette er et særdeles godt tiltak for å beholde medlemmer som får funksjonshemninger relatert til bevegelse i dykkermiljøet. Det tilfører disse personene økt glede og utøvelse av sin sport samt at de får forsete i sitt sosiale nettverk. Tidligere erfaringer at de som har sluttet har ofte blitt inaktive og ikke finner en ny sport etter at de har forlatt dykkermiljøet.

Kap 4 Oppsummering/Konklusjon/Videre planer.

Kort oppsummert kan vi konkludere med at prosjektet er gjennomført etter gjeldene planer med de endringer som er redegjort for over. Undervannskutere har vist seg å være et godt virkemiddel for å forlenge dykkeropplevelsen til personer som får bevegelseshemninger og bruken har blitt større enn vi forutså.

Vi vil derfor konkludere med at dette har blitt en suksess. Erfaringene er videreført til Oslo og Akershus Dykkekrets og Norges Dykkerforbund. Norges Dykkerforbund har fått tildelt 120 knok av spillemidler øremerket for utstyr til funksjonshemmede for innkjøp av to undervannskutere som skal stilles til disposisjon for klubbene. Vippetangen Dykkerklubb syntes det er inspirerende å kunne bidra til at våre erfaringer funnet igjennom bidraget fra Exstrastiftelsen også kommer andre dykkere og klubber til nytte.

Veien videre vil fortsette i samme mønster vi vil fortsatt øke vår bruk av undervannskutere og se på muligheten for å finne nye medlemmer med behov for ekstra framdrift under vann. Vi vil også søke og dele vår kunnskaper med andre i dykkermiljøet, det være seg Norges Dykkerforbund, kretser eller klubber.

Med vennlig Hilsen
Vippetangen Dykkerklubb

Petter Tennefoss