

Prosjektrapport 2015 Forord

Prosjektet fra 2014 ble utvidet med restmidler fra Extra-stiftelsen, Tromsø kommune og Sparebank1 Nord-Norge.

Evalueringsrapport for prosjektet Vi kan- i vann. - type prosjekt: --

-Fritidsaktivitet med elementer av læring.

-Ett årig prosjekt for barn og ungdom i Troms med synshemmede barn og ungdom i Troms sammen med foreldre/støttekontakter og Rehabiliteringssentret, Nord-Norges Kurbad.

Takk til fysioterapeutene på Kurbadet som har bidratt til at prosjektet er kommet vel i havn.

Sammendrag - Bakgrunn for prosjektet «Vi kan- i vann»:

Norges Blindforbund Troms har en gruppe på om lag 10 medlemmer mellom 6 og 18 år som er aktive i fylkeslaget. Alle disse barna og ungdommene er representert av sine foreldre som har et valgt foreldreutvalg. Dette utvalget tar i samarbeid med fylkeslaget ansvar for å initiere og drifte aktiviteter for denne gruppen synshemmede barn. Mange av disse barna har i tillegg til synshemmingen også andre funksjonsnedsettelse, både fysiske og psykiske. Dette skaper spesielle utfordringer og gjør behovet for ekstra ressurser og tilrettelegging stort. I gjennom dette prosjektet har fylkeslaget, sammen med foreldreutvalget, gitt et organisert tilbud til våre yngste medlemmer, slik at de kan treffes og bli kjent med hverandre, samtidig som de får mulighet til fysisk trening.

Gjennomføring:

Fysisk trening sammen med lek på Rehabiliteringssentret, Nord- Norges Kurbad annenhver søndag. Fagansvarlige er fysioterapeuter.

Oppnådde resultater:

Positiv og lystbetont opplevelse av vanngymnastikk sammen med andre i samme situasjon. Mestringsfølelser hos alle.

Videre planer:

Det er et sterkt ønske om å fortsette med aktiviteten under forutsetning at vi finner en ekstern finansieringskilde. Foreldregruppa jobber aktivt med å finne mulige sponsorer til nytt prosjekt.

Prosjektets tema og problemstilling:

Tema har vært lavterskel tilbud på fysisk aktivitet. Disse barna sitter mye i ro og har stort utbytte av å trene i vann.

Målsetting og spørsmål som ønskes besvart

Målsettingen er å motivere og aktivisere synshemmede barn og unge mellom 6 og 18 år gjennom morsomme og utviklende sosiale og fysiske aktiviteter, i tillegg til å skape en arena for økt motivasjon og mestringsfølelse.

Målgruppe:

Synshemmede barn og unge som er medlem av Norges Blindforbund Troms.

Prosjektets omfang og begrensninger:

Bassengtrening 2 ganger i måneden (søndager) unntatt juni og juli.

Finansieringskilder:

Gjenstående midler fra Ekstrastiftelsen, Tromsø Kommune og Sparebanken Nord Norge og egeninnsats.

Finansieringsplan (budsjett):

Leie av basseng med fysioterapeut – 31900,- Totalt – 31900,-

Prosjektgjennomføring

Metode:

1 time i basseng hver gang hvor halvparten av tiden er lek, mens andre del er organiserte øvelser med fysioterapeut.

Samarbeidspartnere:

Rehabiliteringssentret Nord-Norge Kurbad. - Prosjektet er gjennomført i henhold til opprinnelig plan

Resultater og resultatvurdering:

(Her er rapport fra 2014 tatt med til sammenligning)

2015:

«Vi synes at personalet fra Kurbadet blir flinkere og flinkere. Flere ganger høsten 2015 har vi fått tilbakemelding på at opplegget har vært helt strålende, og noen av instruktørene har gått i vannet og instruert på deltagernes kropper hvordan man skal gjøre det. De elsker disse treningene. De får barna til å være med på alt de foreslår, og det er supert. Opplegget har vært bra, selv om noen av de noen ganger må minnes på at de må beskrive med ord hva ungdommene skal gjøre. Men alt i alt har vi bare fått positive tilbakemeldinger fra alle på opplegget, de gir det terningkast 5! Håper dette blir videreført.»

2014: Det har vært svært variabelt oppmøte på dette tilbudet, noe som skyldes tidspunktet (søndager fra 15-16). Det har vært lagt inn ønske om å endre tid til senere på søndag, noe Kurbadet ikke har kunnet imøtekomme. Det er enighet om at prosjektet er et svært godt tilbud, som ønskes videreført når prosjektperioden er over. - Det er nødvendig at instruktørene får kjennskap til synshemming og får tips om hvilke aktiviteter som egner seg til synshemmede unge. Instruktørene må ut i bassenget og veilede deltagerne fysisk på kroppen. Ungene må vises hva de skal gjøre og det må verbaliseres, det deltagerne skal gjøre. Instruktørene har hittil løst oppgaven forskjellig; Den ene går i vannet og instruerer/viser fysisk, mens den andre står iført treningsklær på kanten og instruerer med anvisninger som "her" og "der borte". Det første alternativet er det vi mener er best og riktig. - Det er ønskelig at hele timen brukes til fysisk trening i vann, ikke 30 minutter slik det var avtalt i forkant. Er det f.eks 4 synshemmede unge i bassenget, kan instruktøren for eksempel starte med å gi en felles øvelse som alle skal gjøre, for så å gå til hver enkelt og instruere dem i hva de bør gjøre ut fra sine behov/ ønsker. Hva de unges behov (og foreldrenes ønsker) er, varierer, så tilbudet må være individuelt tilpasset ut fra hver enkelt. Det bør ikke være noe problem for instruktørene i imøtekomme dette, men det krever at de innhenter kompetanse på hvordan de skal lære synshemmede personer å utføre øvelsene. Det er ønskelig at dette tilbudet fremdeles skal være kun for synshemmede unge (med foreldre/ søsken/ assistenter), da det er vanskelig for de synshemmede å følge et opplegg hvis det blir for mange mennesker og for mye prat i bassengrommet»

Oppsummering/ Konklusjon/ Videre planer

Vi kan-i vann prosjektet ble det vi hadde håpet på. At det måtte jobbes med at gjennomføringen skulle bli optimal, ser vi og våre samarbeidspartnere på som positivt og god læring for både oss og fysioterapeutene. Dessverre er det ikke mulig å ha jevnlig trening på dette nivået uten ekstern støtte, så aktiviteten er innstilt inntil ny finansiering er på plass.