Sykling for alle









Sluttrapport

Rehabilitering 2013/ 3/138 «Sykling for alle»
Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité,
org.ledd Norges Cykleforbund

EXTRA STIFTELSEN

26-10 N.C.F. 1910

Sluttrapportering Sykling for alle

Innholdsfortegnelse

Sluttrapportering Sykling for alle 1

FORORD 2

SAMMENDRAG 2

1. BAKGRUNN FOR PROSJEKTET OG MÅLSETNING 3

1.1 Bakgrunn 3

1.2 Målsetting 3

1.3 Målgruppe 3

2. PROSJEKTGRENNOMFØRING OG METODE 4

2.1 Metode/ Fremgangsmåte 4

2.2 Gjennomførte aktiviteter 2014/ ÅR 1 5

2.3 Gjennomførte aktiviteter 2015/ ÅR 2 6

2.4 Gjennomførte aktiviteter 2016/ ÅR 3 8

2.5 Gjennomførte aktiviteter 2017/ ÅR 4 9

3. RESULTATER OG RESULTATVURDERING 10

MÅL 1: 10

MÅL 2: 10

4. ERFARING/ OPPSUMMERING / PLANER/ 11

5. VEDLEGG/ LINKER 11

FORORD

Først og fremst ønsker vi å rette en stor takk til Extrastiftelsen for den støtten vi har blitt tildelt. Disse midlene har vært helt avgjørende for oss i arbeidet med å rekruttere flere funksjonshemmede syklister.

Vi ønsker også å takke alle frivillige og alle klubber som har stilt opp for å få på plass samlinger og tilbud for funksjonshemmede syklister. Dette er kun starten på Norges Cykleforbunds (NCF) arbeide med å inkludere funksjonshemmede i sykkelklubbene. Vi øker nå satsningen og tar med oss mye av det som ble testet ut i prosjektet inn i ordinær drift.

SAMMENDRAG

Kort bakgrunn og målsetting for prosjektet
Bakgrunnen for dette prosjektet var at det var veldig få funksjonshemmede i sykkelklubbene. Det var også stort behov for å rekruttere flere tandempiloter til synshemmede syklister. Vi var kjent med at mange funksjonshemmede er inaktive og vi mener at sykling kan være en veldig bra aktivitet for å få flere aktive og samtidig skape et sosialt miljø. Mange har en sykkel de har fått fra f.eks. NAV, men få funksjonshemmede er i et felleskap i klubb for å sykle. Vi ønsket å endre på dette for at flere skal komme ut i aktivitet.

Målet med prosjektet var å få flere funksjonshemmede ut på sykkel, og få de inn i et fellesskap i en sykkelklubb. Samt å skape et varig mosjonstilbud i klubber, for funksjonshemmede som ønsket seg trening og et fellesskap. Hovedmålgruppen var bevegelseshemmede, blinde og svaksynte, samt piloter til tandemsykling.

Antall personer i målgruppen nådd av prosjektet
Vi estimerer at gjennom samlinger, arrangementer og treninger har ca. 400 personer i målgruppen blitt nådd.

Gjennomføring og metode
Prosjektet ble gjennomført av en prosjektleder, integreringsansvarlig i NCF, med ca. 20 % stilling. For å oppnå prosjektets to mål ble det bestemt å gjennomføre følgende:

- Kartlegge status og tilbud i klubb
- Etablere kontakt med samarbeidspartnere
- Arrangere rekrutterings samlinger/aktiviteter
- Gjennomføre møter med klubber og regioner
- Hjelpe klubber starte opp tilbud
- Lansere tandemkampanje og rekruttere piloter
- Forbedre informasjonsarbeidet

Resultater/resultatvurdering
Fra 2014 – 2016 har antall funksjonshemmede i klubb økt fra 20 – 60 medlemmer. Det har blitt startet opp flere faste treningstilbud i klubbene og årlige nasjonale samlinger.

Oppsummering/konklusjon/videre planer.
Prosjektet har bidratt til at NCF nå satser mer på arbeide med tilrettelegging for funksjonshemmede i den varige driften og ansetter ekstra ressurser til å jobbe videre med utvikling av dette i 2018.

1. BAKGRUNN FOR PROSJEKTET OG MÅLSETNING

1.1 Bakgrunn

Før dette prosjektet ble startet opp var det veldig få sykkelklubber som hadde funksjonshemmede som medlemmer i sin klubb og de som hadde det var ikke organisert i trening. Vi vet at mange funksjonshemmede er inaktive og vi mener at sykling kan være en veldig bra aktivitet for å få flere aktive og samtidig skape et sosialt miljø. Mange har en sykkel de har fått fra f.eks. NAV, men få funksjonshemmede er aktive i et felleskap i klubb for å sykle sammen med andre. Vi ønsket å endre på dette for at flere skal komme ut i aktivitet.

Det var en økende interesse for å sykle tandemsykling, men stor mangel på tandempiloter. Piloten på en tandemsykkel er den som styrer, girer og bremser. Takket være frivillige piloter, syklet i 2012 ti blinde og svaksynte «tandemtog» i Styrkeprøven Lillehammer-Oslo rittet. Norges Cykleforbund (NCF) var kjent med at det var mangel på piloter, og på grunn av dette var det mange synshemmede som ikke fikk sjansen til å sykle. Det var mange foreldre, søsken og ektefeller som måtte trå til, og det var ikke alltid gunstig i forhold til å kunne få en treningskamerat på sin egen alder eller sitt eget nivå. Ikke minst behøvde de synshemmede syklistene kontinuerlig aktivitet – og ikke bare noen som kan stille opp i ny og ne.

I 2012 og 2013 ble det gjennomført tre samlinger for funksjonshemmede med syns- og bevegelseshemning. Vi ønsket å ha muligheten til å øke antallet samlinger i flere deler av Norge, fordi vi så at dette er noe flere funksjonshemmede ønsker å være med på. Vi har gjennomført en kampanje mot våre klubber for å få flere piloter til synshemmede og blinde syklister.

1.2 Målsetting

- MÅL1: Få flere funksjonshemmede ut på sykkel, og få de inn i et fellesskap i en sykkelklubb.
- MÅL 2: Skape et varig mosjonstilbud i klubber, for funksjonshemmede som ønsker seg trening og et fellesskap.

1.3 Målgruppe

Målgruppen er alle personer med funksjonsnedsettelser, som ønsker å bruke sykkel for å få mosjon. Hovedmålgruppen er bevegelseshemmede, blinde og svaksynte, samt piloter til tandemsykling.

2. PROSJEKTGRENNOMFØRING OG METODE

2.1 Metode/ Fremgangsmåte

Prosjektet ble gjennomført av en prosjektleder, integreringsansvarlig i NCF, med ca.20 % stilling. For å oppnå prosjektets to mål ble det bestemt å gjennomføre følgende:

- Kartlegge status og tilbud i klubb
- Etablere kontakt med samarbeidspartnere
- Arrangere rekrutterings samlinger/aktiviteter
- Gjennomføre møter med klubber og regioner
- Hjelpe klubber starte opp tilbud
- Lansere tandemkampanje og rekruttere piloter
- Forbedre informasjonsarbeidet

Kartlegge status og tilbud i klubb

Vi ønsket informasjon om hvilke klubber som hadde funksjonshemmede utøvere og hvem som trengte bistand fra NCF. Det ble sendt ut en Questback undersøkelse til all klubber i NCF og vi sjekket drettens medlemsregister/samordnet rapportering (som oppdateres en gang i året). Denne informasjonen dannet grunnlaget til vårt fokus for rekruttering og kontakt med klubber.

Etablere kontakt med samarbeidspartnere

Under prosjektet ble det opprettet et samarbeid med Norges Idrettsforbunds fagkonsulenter, leverandører av hjelpemiddels utstyr, Blindeforbundet, Team RP, CP- foreningen Øst, Parastyrkeprøven, Bergen 2017, Arctivity NAV, Juniorlekene, Ridderrittet (Erling Storedals minneritt), Grenseløseidrettsdager, klubber og NCFs regionale ledd.

Arrangere rekrutterings samlinger/aktiviteter

Det ble arrangert rekrutteringssamlinger over hele landet for å prøve å rekruttere flere funksjonshemmede til sykling. Planlegging og gjennomføring av samlingene ble gjort i samarbeid med frivillige i klubbene, intresseorganisasjoner, leverandører og NIFs fagkonsulenter. Samlingene bestod av trening, utprøving av ulike typer sykler for funksjonshemmede og andre sosiale aktiviteter. Der det var mulig ble det brukt erfarne parsyklister i sykkelklubbene som instruktører og medhjelpere.

Gjennomføre møter med klubber og regioner

Det ble gjennomført møter med klubber som arrangerte samlinger og/eller som var interessert i å starte opp et tilbud for funksjonshemmede. Klubber i nærheten av utøvere som ønsket å sykle ble kontaktet for å undersøke muligheten til å starte opp et tilbud. Prosjektleder jobbet aktivt med å motivere klubber til å starte opp tilbud der det var et behov. Det ble gjennomført møter med regionstyrene for å prøve å opprette en kontakt i hver region som kunne hjelpe til å få på plass et tilbud i klubbene.

Lansere tandemkampanje og rekruttere piloter

Det ble lansert en informasjonskampanje for å prøve å rekruttere flere tandempiloter. Informasjon ble sendt ut til klubber, via våre sosiale medier og webside. Pilotene eller klubbene som stilte med piloter fikk honorar. Det ble også opprettet en liste med de som meldte interesse for å være tandempilot. Det var da mulig å matche piloter med tandemsyklister som var boende i samme området.

Forbedre informasjonsarbeidet

Informasjon på nettsiden til NCF om sykling for funksjonshemmede ble utvidet. I tillegg ble det opprettet en facebookside som heter «Sykling for alle». Her ble det lagt ut informasjon om aktiviteter, samlinger og kampanjer for funksjonshemmede, nyheter og bilder fra samlinger.

2.2 Gjennomførte aktiviteter 2014/ ÅR 1

Rekruttering samlinger/aktiviteter

10. mai	Skogn, åpen samling (4 deltagere)
11. juni	Asker, åpen samling (avlyst grunnet dårlig påmelding)
29. oktober	Bærum, åpen samling i forbindelse med Grenseløsidrettsdag
15. juni	Ottestad, åpen samling (8 deltagere)
6. september	Storedal, Informasjon på Ridderrittet

Det ble arrangert åpne samlinger der målgruppen for samlingene var bevegelseshemmede og synshemmede i alle aldre og alle nivå. Innehold var blant annet utprøving av sykler og sykkelaktivitet.

Den første samlingen samlet mest håndsyklister som allerede sykler og som satser på syklingen. Samlingen i Ottestad samlet ca. 8 barn og ungdommer som fikk teste forskjellige sykler, ingen av dem hadde syklet før. Det ble planlagt en samling i Asker, denne ble dessverre avlyst grunnet dårlig påmelding. Vi valgte da å gå sammen med Asker CK og Norges Idrettsforbund (NIF) for å vise frem sykling å Grenseløse Idrettsdager i Bærum. Det ble også opprettet et tiltak under Ridderrittet på Storedal for å rekruttere flere funksjonshemmede syklister.

Samlingene ble planlagt og gjennomført i samarbeid med Norges Idrettsforbunds fagkonsulenter i de forskjellige regionene, PTØ-sentret i Ottestad, Asker Cykleklubb, Ottestad IL- sykkel, Funkis IL, Levanger HSL, Team RP, hjelpemiddelsentralene og leverandørene Bardum og Quality Care.

Oppstart av aktivitet i klubb/ Informasjon

De lokale klubbene, i området der vi arrangerte samlinger, var veldig engasjerte og åpne for å inkludere funksjonshemmede, men det er fortsatt få klubber som har noen treningstilbud. For å finne ut litt mer om aktivitet for funksjonshemmede i klubbene sendte vi i mai ut en Questback med 11 spørsmål. Undersøkelsen ble sendt ut til alle klubber i NCF, 97 klubber svarte. 17,5 % svarte at de har funksjonshemmede utøvere, totalt 39 funksjonshemmede utøvere. 15,5 % mener de har tilrettelagt aktivitet for funksjonshemmede. På spørsmål om de arrangerer ritt som er tilrettelagt for funksjonshemmede svarte 90 % nei og 7.2 % ja.

For å forberede oss mest mulig på tilrettelegging i klubb, for de som ønsket å starte med sykling etter samlingene, jobbet vi mye med å forbedre informasjonen vi har om parasykling. Det ble lagt ut mer informasjon på www.sykling.no.

Tandemkampanjen og pilotbank

Kampanjen «Bli tandem pilot» ble satt i gang i starten på året i samarbeid med Team RP. Kampanjen oppfordret syklister i sykkelklubbene til å melde sin interesse som tandempilot og informerte om at de som stiller får honorar. Det var stor interesse fra hele landet fra folk som ønsket å stille som piloter. Utfordringen var å finne en pilot og syklist fra samme sted og å matche dem opp på riktig nivå, vekt og alder.

Evaluering av første året

Fordi vi fikk gratis utlån av sykler fra leverandører, gratis annonse i Budstikka og mange frivillige som stilte opp, brukte vi litt mindre penger enn forventet.

Erfaringen fra første året viste at det ikke var tilstrekkelig med kun «åpne» rekrutteringssamlinger for å nå målet om at flere blir aktive med sykling i klubb. Vi opplevde at det var vanskelig å rekruttere deltagere med alle forskjellige typer funksjonshemninger til den samme samlingen. Resultatet ble dårlig påmelding til samlingene. I tillegg fant vi ut at det ikke var noen stabile miljøer eller klubber som kunde ta imot interesserte personer som ønsket å fortsette med sykling etter samlingene.

2.3 Gjennomførte aktiviteter 2015/ ÅR 2

For å skape mer engasjement og planlegge samlingene/ rekrutteringsaktivitetene, og fordele ressurser for 2015, ble det arrangert et planleggingsmøte på Gardermoen den 15. januar. Idrettskretser, NIFs fagkonsulenter, klubber, foreninger og utøvere mm. ble invitert. På våren ble det også avholdt flere nye planleggingsmøter og det ble opprettet nye samarbeid med bl.a. Blindeforbundet, Eidsvoll SK, Ullensaker CK og Juniorlekene.

Forebringer i 2015:

- Det ble arrangert både åpne samlinger og samlinger med fokus på en spesifikk gruppe. De åpne samlingene ble lagt i tilslutning til andre arrangement for funksjonshemmede.
- Vi endret den opprinnelige framdriftsplanen rundt hvor samlinger skulle finne sted. Dette for å sette fokus på utvikling av steder med eksisterende utøvere med funksjonshemning og hvor vi så etterspørsel.
- Vi hadde mer fokus på etablering av tilbud i klubb, som deltakerne på samlingene kunne bli med på i etterkant.

Rekrutteringssamlinger og aktiviteter

10. mars	Ridderuken, sykkelutprøving
24. -26. april	Stavanger, samling i forbindelse med «Aktiv 2015 messen» (Avlyst)
8.-9. mai	Trondheim, håndsykkelsamling (13 håndsyklister deltok).
30. – 31. mai	Hurdal, tandemsamling (25 påmeldte synshemmede, klubbmedlemmer og piloter).
30. mai	Oslo, rekrutteringsaktivitet i forbindelse Juniorlekene.

NCF deltok med sykkelaktivitet under Ridderuken sammen med noen leverandør for å skape en sykkelinteresse og rekruttere flere.

NCF i samarbeid med Extrastiftelsen og Idrettskretsen i Sør Trøndelag gjennomførte en trenings- og inspirasjonssamling for håndsyklister i Trondheim. Samlingen var åpen for både nybegynnere og erfarne. Målet med samlingen var å prøve å få opp ett miljø for håndsyklister i Trondheimsområdet. I tillegg gav den deltakerne mulighet til å utvikle sin egen sykling, og møte andre med samme interesse.

For å prøve å få med flere tandemsyklister og piloter bestemte vi å arrangere en samling kun for denne målgruppen. NCF i samarbeid med Eidsvoll SK, Ullensaker CK og Blindeforbundet arrangerte en tandemsamling for tandemsyklister og piloter på Blindesenteret på Hurdal. Samlingen innehold bl.a. sykkelteknikk trening, grilling og deltakelse i sykkelrittet Eidsvoll rundt (for de som ønsket). Totalt deltok ca. 25 personer på samlingen og det var 10 tandempar med i rittet. Samlingen var en stor suksess, men det manglet et tilbud etter samlingen.

Juniorlekene er et stort arrangement for funksjonshemmede barn og ungdom som arrangeres i Oslo hvert år. Aktivitetene som det konkurreres i er blant annet friidrett, svømming og boccia. Sykling var ikke en del av det vanlige programmet. NCF, som stilte med landslagets parasyklist Glenn Johansen, deltok på Juniorlekene med sykkelaktivitet der alle deltagere fikk teste sykling mellom de andre aktivitetene.

Det ble planlagt en samling i Stavanger, denne ble avlyst fordi det ikke var en helg som passet både for utøvere, klubb og instruktører.

Aktivitet i klubbene og regionene

Det ble gjennomført besøk i flere av NCFs regioner for å opprette en regional kontakt som kunde hjelpe til med etablering av tilbud i klubbene.

Gressvik IF Stisyklister, i samarbeid med Fredrikstad kommune, inviterte til sykkelturer i marka for personer med funksjonshemming. I forbindelse med håndsykkelsamlingen i Trondheim betuttet Nyborg IL å ta opp en håndsykkelgruppe med ukentlige treninger. Sola CK er veldig positive til å starte opp et tilbud, men det er så langt kun én utøver i området som har meldt interesse. Det ble startet opp sykkeltrening for funksjonshemmede i Funkis IL i Ottestad. Eidsvoll sykkelklubb er en av få sykkelklubber i landet som også har et tilbud for funksjonshemmede. Tilbudet er både til dem som ønsker seg en pilot/støttekontakt til å føre sykkelen for seg og for dem som trygt og greit kan sykle på egen hånd. Klubben har lånesykler til disposisjon for nybegynnere.

I tillegg ble vi kjent med at flere ritt åpnet for funksjonshemmede. Austerfjordtreffet arrangerte, i samarbeid med Harstad Cykleklubb, «Austfjordrittet», som er åpent for alle. Den 27. juni ble «Border Crossing Challenge» arrangert med egen klasse for håndsyklister.

Informasjon

Det ble utarbeidet en brosjyre om tandemsykling og mer informasjon på hjemmesiden til NCF. Vi startet opp «Sykling for alle» som informasjonskanal på Facebook.

Tandemkampanje/rekruttering

Tandempilotstøtten ble overført direkte til klubbene (og som lisens) istedenfor direkte til piloten. Dette for å utfordre til mer varige piloter og støtte klubber som bidrar.

Utstyr kjøpt under en annen tilskuddsordning

I 2015 søkte vi Norges Idrettsforbund (NIF) om midler til å kjøpe inn utlånesykler som kan brukes i klubbene for å rekruttere flere, eller starte opp med en aktivitet. NCF mottok 350 000,- i støtte fra Norges Idrettforbund til innkjøp av sykler. Det har blitt kjøpt in 6 tandemsykler, 2 utforsykler og 2 sittesykler. Disse ble lånt ut til klubber som hadde behov for lånesykler i 2016. Disse andre midlene har hjulpet prosjektet «Sykling for alle» i sitt arbeid for å skape et varig tilbud i klubb, i etterkant av samlingene.



Bilde fra samling i Trondheim 2015 FOTO: Sophie Thorell

2.4 Gjennomførte aktiviteter 2016/ ÅR 3

Samlinger

12. mars Trondheim, Nyborg IL arrangerte parasykkelsamling for bevegelse- og synshemmede
28. – 29. mai Hurdal, tandemsamling (40 påmeldte synshemmede, klubbmedlemmer og piloter)

Nyborg IL arrangerte parasykkelsamling for bevegelse- og synshemmede i Ranheimshallen i Trondheim for å prøve å rekruttere flere til sitt treningstilbud.
Etter gjennomført tandemsamling i 2015 var det ingen klubb som hadde startet opp et tilbud med faste treninger for synshemmede syklister. Derfor valgte vi å arrangere en ny samling på Blindesenteret på Hurdal, for å utvikle konseptet og rekruttere engasjerte piloter i klubber på Østlandet. Samlingen ble arrangert i samarbeid med Eidsvoll SK og Blindeforbundet. Det var en miks av nybegynnere og erfarne. Det ble sykkelteknikk, trening, grilling og sykkeltur. Ca. 40 synshemmede og piloter deltok på årets tandemsamling. Det var nå nesten doblet antall deltakere fra fjorårets samling.

Aktiviteter i klubb

Under årets tandemsamling meldte IF Frøy sykkelgruppe at de var interessert i å starte opp et tilbud for synshemmede syklister. Styret i IF Frøy vedtok å starte opp tandemgruppe, og høsten 2016 startet de opp med de første treningene. NCF lånte ut tandemsykler til gruppen og var behjelpelige med å spre informasjon til potensielle syklister.

Nyborg IL startet opp med felles treningsøkter utendørs, og vil fortsette med dette til våren 2017. I tillegg ble det lagt opp til deltakelse på noen ritt for de som ønsket det.

Stisyklistene i Gressvik IF fortsatte med sine aktiviteter og laget et treningstilbud med terrengsykling for alle.

Tandemkampanjen

Det ble gitt støtte til klubber som stilte med piloter, samt dekket lisens for de som stilte som piloter.
En erfaren synshemmet syklist i Oslo stilte opp som «tandemambassadør» for å hjelpe nye piloter komme i gang før, under og etter samlingene. Dette konseptet har fungert veldig bra.

I 2016 laget vi en kort introduksjonsfilm om tandemsykling for å promotere aktiviteten og rekruttere flere piloter. Denne har vi brukt både på bl.a. fellesmøter med sykkelklubbene og på nettsiden/facebook for å informere hele vår organisasjon og alle klubber om å være tandempilot.





Bilder fra tandemsamlingen i 2016, Hurdal FOTO: Sophie Thorell

2.5 Gjennomførte aktiviteter 2017/ ÅR 4

Vi hadde fortsatt midler igjen i slutten av 2016. Derfor fikk vi sluttåret i 2017. Vi valgte å utvikle samlingene vi har startet opp tidligere og fokusere samlingene opp mot tilbud i klubb.

Samlinger/arrangement og aktivitet i klubb

29. – 30. april	Kolbotn, tandemsamling (ca. 40 deltakere)
1. juni	Tromsø, samling for hånd- og sittesyklister (5 deltakere)
9.-14. juli	Bodø, samling i forbindelse med Arctivity (7 deltakere)
17. oktober	Kristiansand, Grenseløse idrettsdager (100 + deltakere). Stand for sykling.
3. september	Storedal, Erling Storedals Minneritt (ca. 50 deltakere)
21. september	Bergen, Race to Celebrate (7 deltakere)

Siden IF Frøy hadde startet opp med en tandemgruppe i Oslo var det naturlig å flytte tandemsamlingen hit. Dette hjalp mye med å styrke treningsmiljøet i Oslo og rekruttere flere til tilbudet. IF Frøy har startet opp et tilbud en gang i uken med faste treninger for tandemsyklister. Gruppen starter sammen med øvrige sykkeltreninger i klubben for å prøve å rekruttere flest mulig nye piloter. Samlingen på Kolbotn og treningene i klubben har også resultert i en tandemcup arrangert av NCF region Øst i samarbeid med NCFs arrangements-avdeling.

En person meldte om interesse for å starte opp med sykling i Tromsø og derfor ble det satt opp en samling der. 7 deltagere deltok på samlingen. Tromsø CK har åpnet for å rekruttere funksjonshemmede og en person har meldt seg inn i klubben. De ønsker å sette mer fokus på tilbudet og oppfølgingssamling vil finne sted i 2018.

Kristiansands CK er positive til å starte opp et tilbud. Derfor var vi tilstede på årets Grenseløse idrettsdag i Kristiansand, sammen med noen sykkelleverandører, for å vise frem sykling. På bakgrunn av sykkelaktivtetene som ble gjennomført i Kristiansand jobber nå klubben med å starte opp et tilbud våren 2018.

I forbindelse med sykkel VM i Bergen ønsket vi å bruke dette til å få flere personer med en funksjonsnedsettelse interessert i sykling. I samarbeid med Bergen 2017, NIFs fagkonsulent i Bergen og Blindeforbundets lokale kontor markedsførte vi at publikumsrittet «Race to Celebrate» var åpent for funksjonshemmede. I Bergen er nå noen lokale personer i gang med å kartlegge, samt finne utøvere, som har lyst til å begynne å sykle. Målsetningen er å få opp et miljø i Bergen til neste år.

Moss Cykleklubb har flere tandemsyklister i klubben og jobber for å starte opp rekrutteringstilbud sammen med foreningen Archilles.

Tandemkampanje

Det ble gitt tilskudd til klubber som stiller med piloter og rekrutteringsaktiviteter. Istedenfor å opprettholde pilotbanken har den meste av fordeling av piloter skjedd i klubb. IF Frøy har bl.a. startet opp facebookgruppe for å organisere treninger, her kan de rekruttere piloter og synshemmede kan melde ifra hvis de skal delta.

Informasjon

En ny Questback på nett «Lyst til å begynne å sykle» ble lagt ut på nett høsten 2017. Denne vil hjelpe oss i videre arbeid med å finne miljøer der vi kan hjelpe klubber å starte opp med nye tilbud.

3. RESULTATER OG RESULTATVURDERING

MÅL 1:

- *Få flere funksjonshemmede ut på sykkel, og få de inn i et fellesskap i en sykkelklubb.*

2014: 20 funksjonshemmede medlemmer
2015: 27 funksjonshemmede medlemmer
2016: 60 funksjonshemmede medlemmer

Tallene tas fra samordnet rapportering (Idrettsregistreringen) der alle idrettslag rapporterer inn antall medlemmer hvert år. Målingen for 2017 gjøres 31.04.2018.

Vi mener vi har klart å få med mange flere funksjonshemmede ut på sykkel og inn i en sykkelklubb. Vi tror at det er et stort potensial for en stor økning av antall medlemmer i fremtidem på grunn av dette prosjektet.

MÅL 2:

- *Skape et varig mosjonstilbud i klubber, for funksjonshemmede som ønsker seg trening og et fellesskap.*

Flere av samlingene vi har startet opp har blitt meget populære og har bidratt til at det blir opprettet tilbud i klubb. IF Frøy, Bodø CK, Gressvik IF og Nyborg IL har nå faste treningstilbud til funksjonshemmede utøvere. Det er pågang og skal startes opp tilbud til våren 2018 i: Kristiansand CK, Tromsø CK, Moss CK, Åsane CK og Bergens området. IF Frøy er nominert til Inkluderingsprisen 2017 på årets Idrettsgalla.

Flere av samlingene blir nå overført til ordinær drift der det vil arrangeres årlige nasjonale tandem- og håndsykkelsamlinger i regi av NCF sentralt.

4. ERFARING/ OPPSUMMERING / PLANER/

Oppsummering/Konklusjon

Prosjektet har resultert i en større satsning i Norges Cykleforbund, med flere ressurser som jobber med funksjonshemmede. Miljøet i klubbene har blitt større og interessen for å starte opp nye tilbud er mye høyere enn for 4 år siden.

Det har blitt mer fokus på inkludering og tilrettelegging av funksjonshemmede i Norges Cykleforbund.
I Sykkelpolitisk dokument (SPD), fra 2016 – 2020, har det blitt lagt til et fokusområde med mål om økt rekruttering av funksjonshemmede og fokus på tilrettelegging i klubb og på arrangement.
Prosjektet har også bidratt til at vi har startet opp gode samarbeid med frivillige organisasjoner, NIFs fagkonsulenter, arrangementet, hjelpemiddelsentralene, leverandører, klubber og utøvere.

Erfaringer

Erfaringen fra første året (2014) viste at det ikke var tilstrekkelig med kun «åpne» rekrutteringssamlinger for å nå målet om at flere blir aktive med sykling i klubb. Vi opplevde at det var vanskelig å rekruttere deltagere med alle forskjellige typer funksjonshemninger til den samme samlingen. Resultatet ble dårlig påmelding til samlingene. I tillegg fant vi ut at det ikke var noen stabile miljøer eller klubber som kunne ta imot interesserte personer som ønsket å fortsette med sykling etter samlingene. Når vi begynte å samarbeide med arrangementene og lage spesifikke samlinger, f.eks. for håndsyklister og tandem, så vi en stor økning av deltakere. Disse samlingene ble et grunnlag for å starte opp med tilbud i klubber.

Under prosjektet så vi at vi trengte mer administrative ressurser til å følge opp det som må til rundt samlingene, med oppstart av tilbud osv. Vi hadde ikke regnet med tidsbruken som måtte til.

Tips til andre: For å få til et slikt prosjekt må det arbeides for å få inn rutiner og tiltak i alle avdelinger i organisasjonen, i plandokumenter og som varig drift etter prosjektet er avsluttet, da har prosjektet en sjanse til å gjøre en reell forskjell.

Planer for fremtiden

Siden det var flere år siden vi laget den første kartleggingen over tilbudet i klubbene så gjennomfører vi nå en ny kartlegging i starten av 2018.

Vi ser at vi må gjøre mer jobb med integrering av funksjonshemmede syklister og vi vil ansette en person i 80% stilling fra januar 2018. Dette vil øke satsningen på arbeidet med sykling for funksjonshemmede vesentlig. Vi vil bl.a. satse på å lage årlige nasjonale tandem- og håndsykkelsamlinger og tilby mer hjelp og støtte til klubber for å starte opp flere tilbud.

5. VEDLEGG/ LINKER

Link til NCF sin side «parasykling»: http://www.sykling.no/funksjonshemmede

Link til «Sykling for alle» på facebook: https://www.facebook.com/syklingforalle/

Link til tandemfilm: https://vimeo.com/171365700

Link til tandembrosjyre: http://www.sykling.no/sites/default/files/media/Funksjonshemmede/Brosjyre%20-%20tandempilot%20-%20Webside.pdf

Link til info om tilbud i klubb: http://www.sykling.no/article/klubbaktiviteter

Link til IF Frøy sin tandemgruppe: http://froy.no/tandem