

Idræts- og træningstilbud for det specialiserede voksenområde

Adam Kristoffersen 23 42 72 87 / amokr@frederikssund.dk

Specialkonsulent

Kultur og Fritid, Handicap, botilbud og Psykiatri



Historik

- Frederikssund Kommune har siden 2010 haft et særligt fokus på at understøtte borgere med handicap eller psykiske lidelser, i deres mulighed for et aktivt fritidsliv.
- Indsatsen skulle samle og kvalificere rummelige idrætsilbud, samt sikre en effektiv koordinering mellem idrætten og kommunale tilbud.

Om foreningen – TEAM 2010

- Idrætsforeningen TEAM2010 blev stiftet i 2010. Foreningen blev stiftet som en idrætsforening målrettet mennesker med udviklingshandicap
- I dag rummer foreningen ca. 85 medlemmer med meget forskellig baggrund, alder og idrætslig formåen.
- TEAM2010´s program spænder vidt og byder på mange ugentlige aktiviteter. Medlemmerne bliver på ugentlig basis hørt til, hvad de ønsker sig af aktiviteter.
- Blandt de spændende idrætstilbud kan nævnes blandt andet; *boldspil, dans, svømning, gymnastik, krolf, petanque og meget meget mere.*
- TEAM2010 arrangerer både ture i ind- og udland. Fælles for alle ture er, at de har et bevægelsesmæssigt fokus, krydret med hyggelige sociale oplevelser og aktiviteter.
- TEAM2010 tager blandt andet på skitur, idrætsfestival og friluftsture. Derudover deltager foreningen i forskellige løb/gåture og heldags-stævner i fodbold, volleyball, floorball og badminton.
- Fælles for alle træninger/aktiviteter/turneringer er, at det er bredden, der er i fokus. Det handler IKKE om at komme først, skyde hårdest eller vinde en pokal. Det handler om, at alle kan- og skal kunne være med. Øvelser og spil tilpasses, så alle – uanset niveau og kompetencer kan være deltagende.

Samarbejdet

- Kultur og Fritid stiller administrative og undervisningsmæssige ressourcer til rådighed for foreningen, TEAM2010 (1 koordinator + 2 instruktører)
- Foreningerne er målrettet borgere med udviklingshandicap, men er åbne for alle
- Foreningen modtager ikke særligt tilskud og alle medlemmer betaler kontingent (600 DKK om året)

Partnerskaber

- TEAM2010 samarbejder vi med 4 ordinære foreninger (håndbold, golf, linedance og floorball)
- Disse foreninger har alle oprettet hold målrettet borgere med udviklingshandicap
- Foreningerne kan få et tilskud, til at dække de udgifter de måtte have til trænere, aktiviteter mv. forbundet med disse hold.



Firetrinsmodellen



1. Støttecenter/Hjemmet/Beskæftigelse

- Vække idrætsinteressen – tæt på borgeren
- Blive nysgerrig på idrætsudøvelsen i trygge rammer
- Idrætsaktivitet med kendte ansigter
- "Det mobile idrætstilbud" på bostederne/bofællesskaberne

2. Målrettet idrætstilbud

- Deltagelse i TEAM2010 (hos os eller "dem")
- Udvidelse af det sociale netværk
- Udvidede idrætsmuligheder
- Støtte til deltagelse fra støtte/kontaktperson (transport/motivation)

3. Målrettet idrætstilbud i ordinært regi

- Foreningssamarbejder mellem TEAM2010 og de ordinære foreninger
- Idrætsdeltagelse i et udpræget idrætsmiljø
- Trænere fra den lokale klub
- Socialt netværk
- Støtte fra frivillige samt idrætsmedarbejdere

4. Deltagelse i ordinært foreningstilbud

- Deltagelse på ordinære vilkår.
- Idrætsdeltagelse i udpræget idrætsmiljø.
- Udvidet idrætsidentitet.
- Valg af specifik idrætsgren.
- Trænere fra den lokale klub.
- Udvidet socialt netværk
- Støtte fra frivillige samt idrætsmedarbejdere.

Udvikling

Status 2010

- 1 målrettet idrætsforening
- 20 medlemmer
- 2 ugentlige tilbud

Status 2024

- 1 målrettet idrætsforening
- 3 foreningspartnerskaber
- 85 medlemmer
- 19 ugentlige tilbud

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
--------	---------	--------	---------	--------

<p>Linedance 11:00-11:45 Frederikssundhallen dancesalen (ved aflysning: fitnessrummet) Sanne og Sarah</p> <p>Indendørs kurling 13:30-14:30 Frederikssundhallen Sarah</p> <p>Svømning og vandgymnastik 15:00-16:00 Frederikssund Svømmehal Sarah</p> <p>Floorball 17:30-18:30 Møllegårdshallen Jægerspris Søren</p>	<p>Gåtur 13:00-13:45 Slangerup Idræts- og Kulturcenter Adam</p> <p>Svømning 14:00-15:30 Slangerup Idræts- og Kulturcenter Adam</p> <p>Håndbold 16:00-17:30 Slangerup Idræts- og Kulturcenter Henrik</p> <p>Boccia 16:00-16:45 Slangerup Idræts- og Kulturcenter Anne</p> <p>Dans 16:15-17:00 Klub Stjernesked Aswa</p>	<p>Gåtur 10:00-11:00 Frederikssundhallen Anne</p> <p>Kroif 10:30-11:30 Frederikssundhallen Adam og Sarah</p> <p>Åbent fitnessrum 14:00-15:00 Frederikssundhallen Adam</p> <p>Svømning og vandgymnastik 15:00-16:00 Frederikssund Svømmehal Anne og Sarah</p> <p>Diverse aktiviteter 16:00-16:30 Rosenfeldthusene Sarah</p>		<p>Fjordbad 10:00-10:30 V/Marbæk Strand, Østersvej Sarah</p> <p>Kroif 10:30-11:30 Frederikssundhallen Adam og Anne</p> <p>Badminton 12:00-13:30 Frederikssundhallen Adam, Sarah og Anne</p> <p>Fodbold 14:30-15:30 Frederikssundhallen Adam og Sarah</p> <p>Styrk din krop 14:45-15:30 Frederikssundhallen, brydesalen Anne</p>
--	--	--	---	---

Kontaktoplysninger

- Adam Kristoffersen, idrætskoordinator, 23 42 72 87, amokr@frederikssund.dk
- Anne Friis, idrætsinstruktør, 21 53 20 50, an348@frederikssund.dk
- Sarah Christiansen, idrætsinstruktør, 29 11 80 31, samch@frederikssund.dk