

# Idræts- og træningstilbud for det specialiserede område

---

Adam Kristoffersen  
Idrætskoordinator  
Kultur og Fritid, Handicap og Psykiatri



# Idræts- og træningstilbud for det specialiserede område

FREDERIKSSUND  
KOMMUNE

**Adam Kristoffersen**  
**Idrætskoordinator,**  
**Frederikssund**

- Koordinator for IF Vikingerne og  
TEAM2010

# Historik

---

- Frederikssund Kommune har siden 2009 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)

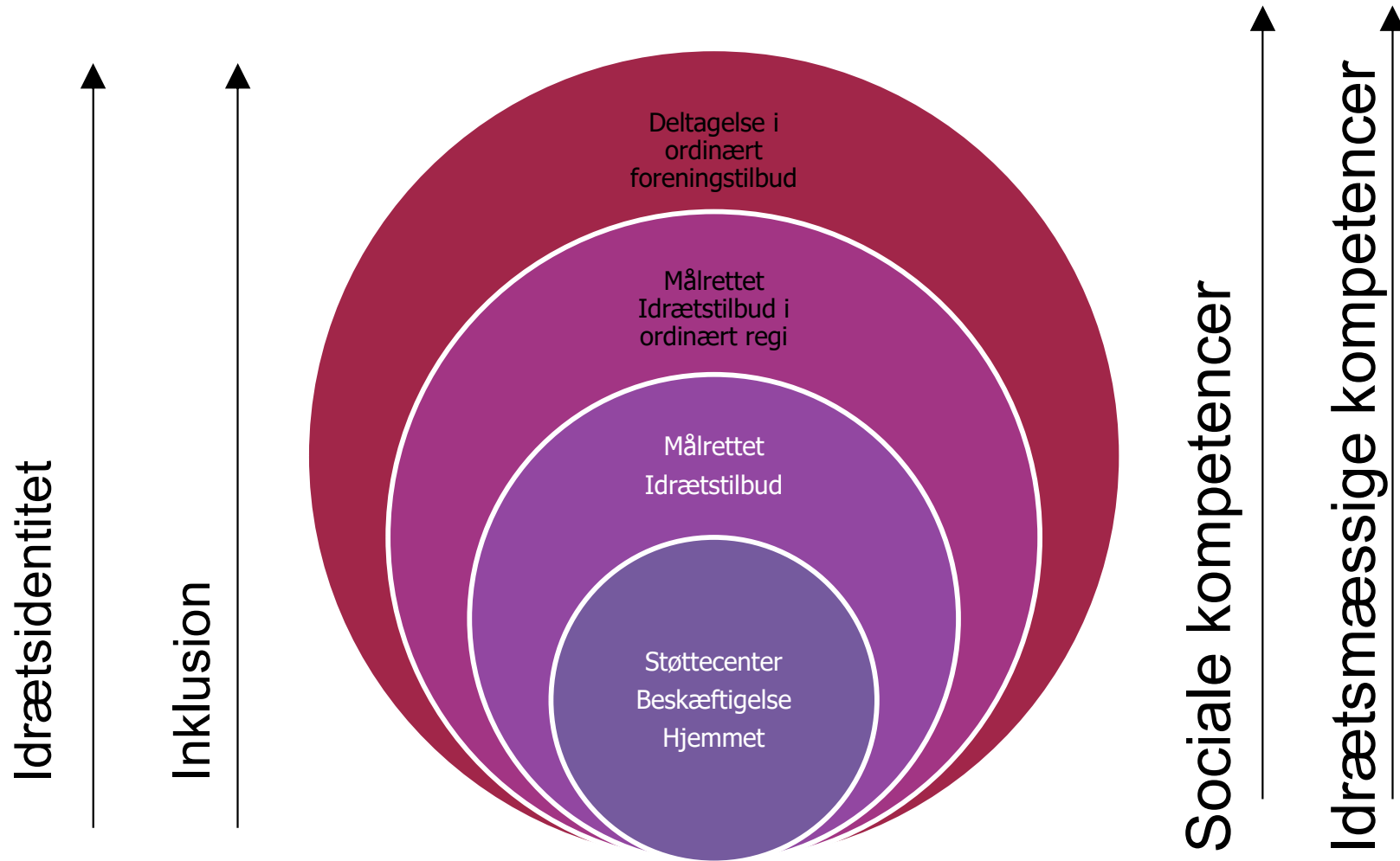
# Partnerskaber

---

- TEAM2010 samarbejder vi med 3 ordinære foreninger (Håndbold, Golf 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/bofælleskaberne



## 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 2023

- 1 målrettet idrætsforeninger
- 3 foreningspartnerskaber
- 85 medlemmer
- 14 ugentlige tilbud

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
<p><b>Vandaktivitet (kajak, kano, paddleboard)</b> 13:00-16:00 Frederikssundhallen (OBS. start 1. maj) <i>Elisabeth og Sarah</i></p> <p><b>Petanque/krolf</b> 16:30-17:30 Rosenfeldthusene <i>Sarah og Adam</i></p> <p><b>Floorball</b> 17:30-18:30 Møllegårdshallen, Jægerspris <i>Søren</i></p>	<p><b>Cykeltur</b> 10:00-11:30 Frederikssundhallen <i>Adam</i></p> <p><b>Svømning</b> 14:00-15:15 (varmtvandsbassinet fra 14:45-15:15) Slangerup Idræts- og Kulturcenter <i>Adam, Elisabeth og Sarah</i></p> <p><b>Håndbold</b> 16:00-17:30 Slangerup Idræts- og Kulturcenter <i>Elisabeth</i></p> <p><b>Dans</b> 16:15-17:00 Klub Stjernesud <i>Aswa</i></p> <p><b>Bordtennis/boccia</b> 18:30-19:45 Slangerup Idræts- og Kulturcenter <i>Elisabeth</i></p>	<p><b>Krolf</b> 10:00-11:00 Frederikssundhallen <i>Adam og Elisabeth</i></p> <p><b>Petanque</b> 11:00-12:00 Frederikssundhallen <i>Elisabeth</i></p> <p><b>Svømning &amp; vandgymnastik</b> 15:00-16:00 Frederikssund Svømmehal <i>Elisabeth/Sarah</i></p> <p><b>Stolegymnastik</b> 16:30-17:30 Rosenfeldthusene <i>Elisabeth</i></p>	<p><b>Gymnastik/Tabatta</b> 13:00-14:00 Frederikssundhallen, dansesalen <i>Elisabeth</i></p>	<p><b>Fjordbad</b> 10:00-10:30 V/ Marbækstrand, Østersvej <i>Adam</i></p> <p><b>Krolf</b> 12:00-13:00 Frederikssundhallen <i>Sarah</i></p> <p><b>Badminton</b> 13:30-14:30 Frederikssundhallen <i>Adam</i></p> <p><b>Udendørsfodbold</b> 14:30-15:30 Frederikssundhallen <i>Sarah og Adam</i></p> <p><b>Linedance</b> 15:30-16:30 Frederikssundhallen, dansesalen <i>Marianne</i></p>
<p><b>Kontaktoplysninger</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adam Kristoffersen, idrætskoordinator, 23 42 72 87, <a href="mailto:amokr@frederikssund.dk">amokr@frederikssund.dk</a></li> <li>• Elisabeth Holmskov, idrætsinstruktør, 21 53 20 50, <a href="mailto:eehol@frederikssund.dk">eehol@frederikssund.dk</a></li> <li>• Sarah Christiansen, idrætsinstruktør, 29 11 80 31, <a href="mailto:samch@frederikssund.dk">samch@frederikssund.dk</a></li> </ul>				





**SPECIAL OLYMPICS**  
IDRÆTSFESTIVAL **TEAM2010**



20. - 22. maj 2022  
Kolding



FREDERIKSSUND  
KOMMUNE

# Idræts- og træningstilbud for det specialiserede område – videoer

Herninglæde:

---



---

# SPØRGSMÅL

