

Simon og Specialsport.dk

Forleden blev jeg ringet op. Det var en mor, der spurgte: "Kan I også hjælpe med at finde en sport, hvor der kun er én udgang?" Og præcis dén sætning kunne have været min for snart 8 år siden.

*Trine Marie Gulstad Ravn
Mor til Simon Gulstad Ravn*

Dengang var vores Downs-dreng Simon 11 år gammel. Vores hus var stadig vores 'safe haven' som det eneste sted, hvor vi virkelig kunne slappe af bag låste døre og udbrudssikker have. Simons søskende gik til sport, og tanken om fritidsliv også for Simon var kommet og gået, men nok mest som en erkendelse af, at 'det jo er en umulighed'.

Begyndelsen

Simon selv begyndte at udtrykke ulyst mod at bevæge sig selv og sin krop. Og med tiltagende vægt og fortsat motoriske udfordringer blev det tydeligt for mig, at det kunne gå hen og blive ganske alvorligt for ham som ung og voksen, hvis den vej fortsatte. Så noget måtte gøres. Vi var derfor en lille gruppe forældre på den lokale specialskole Skovmoseskolen i Rødovre, som gik sammen om at starte et dansehold og et karatehold, og Simon blev selvfølgelig tilmeldt. Han nægtede dog at danse, så det blev kun til karateholdet i første omgang.

Derfra startede vi foreningen, der senere udviklede sig til brobyggerforeningen Specialsport.dk, som nu er repræsenteret i 3 regioner i Danmark.

Specialsport.dks mission

Vores mission er at skabe adgang til foreningsliv og fællesskaber for børn og unge med særlige behov og handicap i Danmark. Underfor-

stået for dem der står udenfor eller for dem, der synes det er svært at finde en plads, hvor man kan være med.

Måden vi gør det på er ved at skabe en tryk og praktisk overgang i mellemrummet mellem familien og foreningslivet. Vi arbejder meget ud fra, hvad forskningen fortæller, og hvad vores erfaring efterhånden viser os, der virker, og det er helt entydigt, at det, der er mest effektivt, er at 'nedsætte barriererne omkring børnene og familierne'.

Sagt på en anden måde: Hjælp familierne med de problemer, der forhindrer, at børnene kan blive meldt ind i foreningen. Som for eksempel at der er for mange udgange i den hal, man træner i.

Der er mange andre eksempler på barrierer. Som at det er svært eller konfliktfyldt at være med. Eller at det er svært at finde tid og overskud i familien. Eller at ens øvrige funktionsnedsættelser gør det svært at finde den rigtige sport. Det er alt dét, vi hjælper med.

For gennem årene har vi udviklet en række forskellige måder at hjælpe både familier og foreningslivet på. Vores erfaring er, at vi skal kunne støtte og hjælpe på begge sider, for at kunne lave de perfekte match mellem vores børn og foreningerne.

Familieindsatser

Vi arbejder meget med specialskolerne og andre specialundervisningsområder med at vise vej til sporten gennem billeder og visuel vejledning direkte til børnene selv og gennem uddeling af vores specialsport-guider (specialsport.dk/guider). Guiderne er af samme årsag godkendt som et hjælpemiddel af Kulturstyrelsen og optaget som årspublikation af Det Kgl. Bibliotek.

Vi taler rigtig meget i telefon med forældre og finder gode løsninger på det, der er svært.



Ofte ringer vi efterfølgende rundt på vegne af forældre og finder frem til netop dén forening, hvor løsningen kan komme bedst i spil.

Vi har også et frivilligkorps, som vi engagerer som følgevener, når der er brug for det, eller måske som ekstra hjælp og støtte under træningen.

Nogle gange finder vi også på strategier og løsninger for at motivere børnene selv. Måske er det en bestemt måde at introducere sporten på. Eller også virker det bedst, hvis alle tre søskende er med den første gang. Eller hvis der er en indpakket gave klar, når barnet kommer til træningen.

Sammen finder vi de løsninger, der virker og motiverer til sport og foreningsliv. Og hvis ikke vi kan finde den rigtig løsning – ja så laver vi måske et nyt tilbud sammen i stedet.

Vi laver også små events for familier. Sommer

Camps og som noget nyt i 2021 har vi afprøvet at lave 'sportspraktik for specialskolebørn'.

Foreningslivet

Gennem årene har specialsport.dk oprettet foreløbig 30 nye specialhold sammen med forskellige foreninger. Vi har også udviklet en specialsport-model, hvor vi inddeler foreningslivet i 4 typer foreningsliv. Hvis alle disse muligheder fandtes i et hvilket som helst geografisk område i Danmark, ja – så vil der rent faktisk være en plads i foreningslivet til hvert eneste barn der modtager specialundervisning.

Politisk mission

For det virkelige problem er: Vores børn har en deltagelsesgrad i foreningslivet på helt ned til 10%. Det har store konsekvenser for vores børns sundhed, selvværd, sociale netværk, senere ➤

selvstændighed i boform og arbejdsliv (ja, dét siger forskningen). Samfundsmæssigt blev vi dybt bekymret, da almen-børnegruppens for-
engingsengagement faldt fra 83% til 80% under corona-nedlukningen i 2020. Men vi er som samfund åbenbart ikke bekymrede over vores specialbørnegruppe.

Vi er selvfølgelig som forældre. Men som forældre er vi også en del af problemstillingen. Det er reelle barrierer vi står med. Og vi har ofte brug for hjælp til at finde de rigtige løsninger, der kan fungere for netop vores familie.

Netop dette enormt ulige forhold i adgang til sport er Specialsport.dk's politiske mission, selv om vi ikke har fundet så mange bjergtoppe at stå og råbe ud fra endnu.

Simon i dag

Og på det helt nære plan – hvordan gik det så med Simon og hans sport?

Siden det første år med karate kastede Simon sig ud i rigtig mange forskellige sportsgrene og har siden konsekvent gået til 2 og 3 gange sport ugentligt.

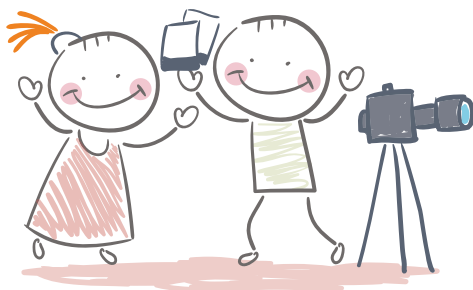
I dag er Simon en ung mand på 19 år, der er på sit 2. år på Idrætsefterskolen i Ulbølle. Han er vild med sin krop og især sine muskler, som han med stor fornøjelse viser til hvem som helst, hvor og når som helst – og gerne med en demonstration af 25 efterfølgende armbøjninger også, så man lige kan se, hvad sådan nogle muskler kan bruges til.

Jeg er ikke i tvivl om at en barndom og ungdom fyldt med sport og foreningsliv, har ændret grundlæggende ved Simon og den måde, han går til sit liv på. Det har ikke ændret på hans store glæde ved mad og for at spise rigeligt. Men til gengæld nyder han i dag at træne og dyrke sport, og hans store drøm er en dag at komme til at arbejde i et fitnesscenter.

Men den største gevinst er fællesskaberne, som han har fået med sig. Især basketball- og håndbold-fællesskaberne har holdt ved igennem årene og nu også efterskoleophold.

Som Simon siger: "Mor, jeg er jo nødt til at tage i klubben, for de savner mig jo."

**VI VIL MEGET
GERNE HAVE
GODE BILLEDER
TIL BLADET**



Brug dit kamera eller kameraet i din telefon, og sørg for, at det er indstillet til at tage billeder i høj opløsning (maksimum kvalitet).

Send billederne i jpg-format til redaktøren. Undlad at komprimere dem eller sætte dem ind i et tekstdokument.