

# Fra Idrætssvag til Idræt hver dag

-et projekt for personer med  
funktionsnedsættelse.

# Dansk Handicap Idræts-Forbund (DHIF)

- Dansk Handicap Idræts-Forbund er stiftet som selvstændig landsorganisation i 1971.
- Dansk Handicap Idræts-Forbund (DHIF) er et specialforbund under Danmarks Idræts-Forbund (DIF).
- DHIF har ca. 420 medlemsklubber med tilsammen ca. 18.000 medlemmer.
- DHIF's klubber har et varieret tilbud af idrætsgrene

# Idrætter

Atletik\*

Badminton

Boccia

Bordtennis\*

Bowling

Bueskydning

Cykelsport\*

Ei-hockey\*

Fodbold

Goalball\*

Golf

Gymnastik

Hockey & Floorball

Håndbold

Judo

Kørestolsbasket\*

Kørestolscurling

Kørestolsdans

Kørestolsfodbold\*

Kørestolsrugby\*

Kørestolstennis

Præcisionsorientering

Rosport

Sejlsport

Showdown\*

Skydning

Snooker

Svømning

Vintersport

# DHIF's medlemmer er:

Mennesker med handicap bl.a.:

- Mennesker med alle former for et fysisk handicap
- Mennesker med synshandicap
- Mennesker med udviklingshandicap
- Mennesker med en hjerneskade
- Mennesker med hørehandicap

# Aktiviteter og idrætter

- DHIF tilbyder aktiviteter inden for mere end 30 forskellige idrætsgrene
- DHIF har eliteidrætsudøvere inden for 11 idrætsgrene:
  - Atletik, boccia, bordtennis, cykling, goalball, kørestolscurling, kørestolsrugby, ridning, sejlads, skydning, svømning og vintersport
- DHIF organiserer:
  - Nationale stævner, turneringer og forbundsmesterskaber
  - Deltagelse i internationale stævner og mesterskaber som NM, EM, VM og PL

# Aktiviteter og idrætter

- Handicapidrætsfestivaler
- Skoleidrætsstævner
- Sportsskoler
- Sommerhøjskoler
- Idrætslejre for nyhandicappede
- X-sport arrangementer
- Rekrutteringsarrangementer
- Børne- og ungdomslejre
- Internationale idrætslejre

# Foreningerne

## Foreningerne er opbygget meget forskelligt

- Flerstrengede handicapidrætsforeninger, som har mange idrætsgrene på programmet
- Enstrengede handicapidrætsforeninger, som kun har en disciplin, f.eks. en rideklub
- Raskidrætsklubber med en handicapidrætsafdeling, f.eks. en gymnastikforening med et gymnastikhold for udviklingshandicappede
- Raskidrætsklubber, som integrerer handicappede på deres normale hold, f.eks. bueskytteklubber, som har et par handicappede medlemmer

# Handicapidrætten lokalt

## Foreningen for bevægelseslære og afspænding i varmt vand

- Svømning

## Gudenådalens Rideklub (GDR), Bjerringbro

- Ridning

## Hærens Operative Kommando IF

- Atletik, Cykelsport - Håndcykling, Orienteringsløb, Præcisionsorientering

## LAVIA-Viborg

- Bowling, El-Hockey, Kørestolsbasketball, Kørestolsrugby, Svømning

## Løgstrup Rideklub, Løgstrup

- Ridning

## Team Nørreå

- Bordtennis

## Viborg Blinde Idræt - V.B.I.

- Elektronskydning, Showdown

## Viborg Handicap IF (V.H.I.F.)

- Bowling, Hockey- & Floorball, Svømning

## Viborg Orienteringsklub

- Præcisionsorientering, Vintersport

## Ørum Idrætsforening

- Gymnastik



# Kontakt til DHIF

DHIF's sekretariat i Idrættens Hus

Team Øst i Idrættens Hus  
(Region Hovedstaden og Region Sjælland)

Team Syd i Lunderskov  
(Region Syddanmark)

Team Nord i Viborg  
(Region Nordjylland og Region Midtjylland)

*Find telefonnumre og mailadresser på [www.dhif.dk](http://www.dhif.dk)*

# Fra Idrætssvag til Idræt hver dag

- Kulturministeriets breddeidrætsrapport peger på lav idrætsdeltagelse for personer med en funktionsnedsættelse. Mange er langt fra en idrætsaktiv hverdag.
- Viborg Kommune er breddeidrætskommune.
- DHIF udfører projektet for Viborg Kommune.
- Projektet er støttet af Kulturministeriet.
- Projektet er ét projekt ud af 6 projekter i alt.

# Formål med projektet

- At den idrætssvage del af personer med funktionsnedsættelse får en reel adgang til en idrætsaktiv hverdag.
- Dette skal sikre:
  - At de er fysisk aktive og dermed fremmer deres sundhedstilstand
  - At de opnår et bedre psykisk velvære
  - At de kommer til at indgå i sociale fællesskaber

# Målgruppen

- Mennesker med funktionsnedsættelse fra 6 år til ca. 40 år, som er langt fra en idrætsaktiv hverdag. Der er særligt fokus på socialt udsatte.

# Succes med projektet

- At alle idræts- og træningstilbud kortlægges og informationer om tilbuddene bliver tilgængelige.
- At der etableres træninghold i løbet af projektet.
- At der etableres nye trænings- og idrætstilbud.
- At der dannes netværk og afholdes møder.
- At der udarbejdes og implementeres procedurer til en mere naturlig overgang fra regionale, private og kommunale trænings- og undervisningstilbud til fysisk aktivitet i den frivillige idræt.

# Projektet fremadrettet!



- Målgruppen skal findes
- Der startes træningshold op - hvad er behovet?
- Tilgængelig information og vidensdeling til borgeren, pårørende, de personer som er involveret i borgerens liv
- Nyhedsbrev
- Netværksdannelse

Hovedsponsor



# Kontakt

- Idrætskoordinator Lone Bjerre Josefsen  
DHIF – Team Nord  
Tingvej 11 3. sal  
8800 Viborg
- Tlf.: 29 33 20 40
- E-mail: [lone.bjerre.josefsen@dhif.dk](mailto:lone.bjerre.josefsen@dhif.dk)

Retur



Hovedsponsorer







# Retur



Hovedsponsorer





Retur



Hovedsponsorer



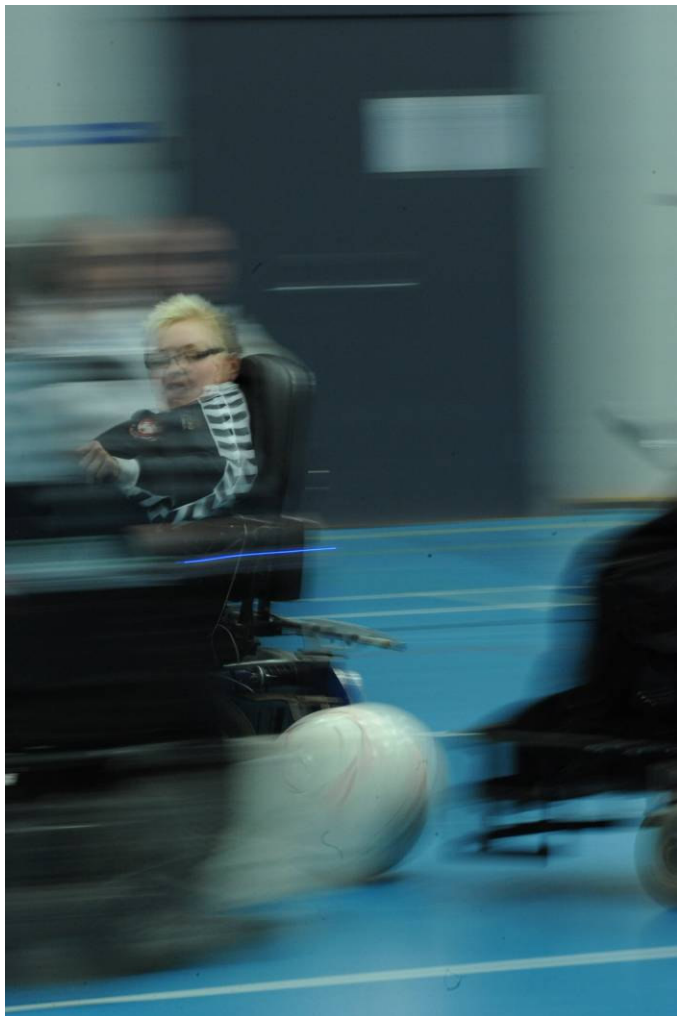




Retur

Hovedsponsorer







Retur



Hovedsponsorer

