



INDDRAGELSE AF BORGERE MED SÆRLIGE BEHOV

-til instruktører, undervisere,
aktivitetsansvarlige og andre frivillige



**DISSE TRE TEMAER ER EFTERSPURGTE VISER VORES UNDERSØGELSE.
UDOVER DETTE MATERIALE INVITERER VI TIL 2 EVENTS DER KAN BRINGE
JERES OVERVEJELSER OMKRING INDDRAGELSE TIL ET HELT NYT NIVEAU!**

MÅLGRUPPEKENDSKAB OG TILPASNINGER

MENNESKER MED ÉT ELLER FLERE FYSISKE HANDICAP

Dette afsnit giver viden om de kendetegn for mennesker med ét eller flere fysiske handicap kan have, samt de relevante overvejelser omkring tilpasning man kan gøre sig. Materialet beskrives ligeså i den tilhørende video der er udviklet materiale i et samarbejde mellem Parasport Danmark og Specialsport.dk

KENDETEGN FOR MENNESKER MED ÉT ELLER FLERE FYSISKE HANDICAP

- Nedsat muskelkraft eks. som følge af muskelsvind
- Nedsat led-bevægelighed
- Benlængdeforskal
- Cerebral Parese (spastisk lammelse)
- Børnegigt
- Manglende eller amputerede lemmer
- Arm-ben defekter
- Dværgvækst
- Koordinationsudfordringer eks. som følge af hjerneskade

TILPASNINGER OG BEHOV

- | | | |
|---|---|--|
| • Tilpasninger i udstyr eller rekvisitter der korrigerer for fysisk begrænsninger | → | Anvendelse af udstyr der kompenserer for fysiske begrænsninger som eks. isoleringsrør som 'armforlænger'. |
| • Sikre tilgængelighed til eller ved udførelsen af aktiviteten | → | Adgangsforhold til både indendørs og udendørs aktiviteter. Deltagelse i sociale fællesskaber før, under og efter træning. Kan deltageren komme i omklædningsrum? |
| • Hjælp fra en hjælper/leder | → | Eks. hjælp til at samle ting/rekvisitter op fra gulvet, en hånd til at komme op af en springgrav eller andet. |





MÅLGRUPPEKENDSKAB OG TILPASNINGER

MENNESKER MED NEDSAT ELLER INTET SYN

KENDETEGN FOR MENNESKER MED NEDSAT SYN ELLER INTET SYN

- Svagtseende
- Blinde

TILPASNINGER OG BEHOV

- Tydelige beskrivelser af aktiviteter og øvelser → Vær opmærksom på at deltagere ikke, eller kun dårligt, kan se dine kropsbevægelser. Tydeligt kropssprog, beskrivelse og navngivning af øvelser kan gøre det nemmere at forstå hvad der skal ske. Gentag aktiviteter pr. gang og udbyg aktivitetskataloget langsomt.
- Vis øvelser med personen der har et synshandicap → Om muligt kan du med fordel vise øvelser med personen der har et synshandicap. Så kan personen mærke bevægelser/handlinger fremfor at skal orientere sig ved synet.
- Opmærksom på positioner under træningen → Det kan udfordre personen med synshandicap når de andre deltagere skifter positioner. Dette kræver en opmærksomhed på at orientere og skabe plads til at den synshandicappede kan orientere sig.



MÅLGRUPPEKENDSKAB OG TILPASNINGER

MENNESKER MED UDVIKLINGSHANDICAP SOM AUTISME OG/ ELLER ADHD

KENDETEGN FOR MENNESKER MED UDVIKLINGSHANDICAP

AUTISTISKE SPEKTRUM

Nyder fællesskabet
Udtrykker sig konkret
Fordyber sig
Oplever og registrerer alle detaljer
Tænker over mange ting
Løser gerne opgaver

ADHD

Nyder fællesskabet
Er igangsættende
Er kreativ
Er ærlig og direkte
Gode til omstilling
Elsker planer

ANDEN KOGNITIV FUNKTIONS- NEDSÆTTELSE ELLER FORSTYRRELSE

Nyder fællesskabet
Er vedholdende
Er tydelige i deres følelser
Interagerer ofte med mennesker
omkring sig
Nyder gerne øjeblikkene

UDFORDRINGER FOR DEN ENKELTE

Dette er ikke en udtømmende liste og beskrivelserne kan være gældende for alle med udviklingshandicap. Det er beskrevet i den søjle som overvejende repræsenterer udfordringen.

AUTISTISKE SPEKTRUM

Kan være udfordret på motorikken
og have sværere ved at omsætte
en mundtlig besked til en motorisk
handling

Kan have sværere ved at afholde
kropssprog, mimik og følelser

Kan opleve udfordringer ved
trænerskifte og uforudsete
hændelser

ADHD

Kan have nedsat koncentration
og opmærksomhed samt overblik

Kan være følsomme overfor lyde
og andre sanseindtryk

Kan være hyperaktiv og have
svært ved at vente

Kan opleve udfordringer ved
trænerskifte og uforudsete
hændelser

ANDEN KOGNITIV FUNKTIONS- NEDSÆTTELSE ELLER FORSTYRRELSE

Kan have nedsat
koncentration og
opmærksomhed samt overblik

Kan opleve udfordringer ved
trænerskifte og uforudsete
hændelser

**TAK TIL ALLE FORENINGER OG FRIVILLIGE FOR
DELTAGELSE I VORES FORENINGSUNDERSØGELSE 2025
OG DEN STORE INTERESSE, FOR AT STYRKE
INDDRAGELSEN I KALUNDBORG KOMMUNE.**

**VI HÅBER AT PLATFORMEN OG PROJEKTET
KAN STØTTE JERES FORENINGER PÅ BEDSTE VIS.**

Vi håber at møde så mange af jer som muligt på de
kommende workshops og Paraplay eventen!



MATERIALET ER UDARBEJDET I SAMARBEJDE MED PARASPORT DANMARK
VI ØNSKER STOR TAK FOR RÅDGIVNING OG VEJLEDNING I VORES VIDERE FÆRD FOR STYRKET
INDDRAGELSE I KALUNDBORG KOMMUNE .



Kontaktinformation:

Belinda Buch Andersen

Projektleder

Email: Projekt_Faelleskaber_for_alle@kalundborg.dk

Kultur og Fritid

Holbækvej 141 B

4400 Kalundborg



KALUNDBORG
KOMMUNE