

# Idrett for FUNKSJONS- HEMMEDE

NYHETSBREV  
NR. 5 - 2009



**ANSVARLIG UTGIVER:**  
Norges idrettsforbund og olympiske  
og paralympiske komité

**INTERNETT:** [www.idrett.no](http://www.idrett.no)  
E-mail:  
[funksjh@idrettsforbundet.no](mailto:funksjh@idrettsforbundet.no)

**TELEFON:** 21 02 90 00

**REDAKTØR:** Per-Einar Johannessen,  
e-mail: [per-einar.johannessen@idrettsforbundet.no](mailto:per-einar.johannessen@idrettsforbundet.no)  
telefon 924 02 803

## Nominert til inkluderingspris

Blant 15 sterke kandidater, er det Agder og Rogaland Skikrets, Aurskog og Finstadbru Golfklubb og IL Kråkene som er nominert til inkluderingsprisen som deles ut under Idrettsgallaen 9. januar i Håkons Hall på Lillehammer. Prisen er på hele 100.000 kroner.

Kort om de nominerte til inkluderingsprisen:

### Agder og Rogaland Skikrets

- En særkrets som har tatt skikkelig tak i feltet.
- Engasjert kretsleder og forankret arbeidet administrativt.
- Både langrenn- og alpinkomiteen har oppnevnt ansvarlige.
- Integrasjon har vært tema på møter i alle seks sonene av kretsen.
- Har hatt tre miljøsamlinger i kretsen for funksjonshemmede.
- Funksjonshemmede med på ordinære langrennsamlinger.
- Utviklet kurset "Skiaktivitet for funksjonshemmede i teori og praksis".
- Gjennom kurset fått multifunksjonshemmede inn i klubbaktivitet.

### Aurskog Finstadbru Golfklubb

- En av 27 Golf-Grønn-Glede klubber i 2009.
- Var en av fire pilotklubber som deltok fra oppstarten i 2005.



*Idrettslaget Kråkene (gul drakt) har hatt suksess med kjelkehockey. Nå kan laget få tildelt inkluderingsprisen i januar. (Foto: I.L. Kråkene)*

- Har en gruppe funksjonshemmede med 10-20 faste deltakere.
- Tett samarbeid med kommunefysioterapeut.
- Samarbeid med lokalt idrettslag om inneaktiviteter utenfor golfsesongen.
- Trener som selv var deltaker, og som stiller villig opp også utenfor treningstiden.
- Har etablert et solid miljø, og fått frem klassifiserte utøvere.

### Idrettslaget Kråkene

- Startet kjelkehockey høsten 2008.
- Tilbud for hele Østfold, gutter og jenter fra 8-42 år.
- Gode på markedsføring gjennom aviser og radio. Hadde 18 utøvere med fra første dag.
- Vært med i utviklingsprosessen av den nye ishallen i Moss.
- Rekruttert tidenes yngste spiller til landslaget som debuterte med scoring i 2009.

[Les mer om Idrettsgallaen 2010.](#)

I DETTE NUMMERET:

• [Imponerende VM-innsats](#) • [Nytt Hødd-tilbud](#) • [Mot nye høyder](#) • [Idrettsglede på Ippon Cup](#) • [Seminar fikk ros](#) • [Vil fjerne aldersgrense](#) • [Presseklipp](#)

# Idretten aktiv på messe

Idretten var godt representert da **Hjelpemiddelmesse Øst** ble arrangert for første gang 21.-22. oktober i Ekeberghallen med over 70 utstillere og rundt 1500 besøkende.

Messen kom i stand etter et samarbeid mellom **Norges Handikapforbund (NHF)** og **Leverandørforeningen for helsesektoren (LFH)**.

**Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF)** hadde egen stand med informasjon fra særforbund og visning av ulike idretter på aktivitetstorget.

- Vi presenterte turn med to flotte ungdommer fra Asker Turn. I tillegg ble det vist casting, bocia, teppecurling, el-innebandy, blindefotball og badminton. To av spillerne på kjelkehockeylandslaget slo pucker på en målvakt. De spilte på utlagt plastis, og dette ble en flott demonstrasjon som trakk mange tilskuere, sier fagkonsulent Vigdis Mørdre i NIF.

Hun sier at idretten fikk meget god respons og møtte mange som hadde spørsmål om ulike idretter.

- Det er også viktig med dialog med fagansatte i bydeler og kommuner som kommer på en slik messe og som vi nå knytter nærmere kontakt med. Vi er glade for at vi fikk delta på messen, sier Mørdre.



Over: Gro Drage Evjen i Norges Fotballforbund viser blindefotball.

Til høyre: Idretten hadde både stand og visning av idretter under Hjelpemiddelmesse Øst. På bildet ser vi fra venstre: Mads Andreassen (NIF), Bjørn Ruud (Norges Ishockeyforbund) og Vigdis Mørdre (NIF).



Øverst: Kjelkehockey på kunstis under hjelpemiddelmesse i Ekeberghallen.

Over: Sterk duo fra Norges Fotballforbund på stand; Gro Drage Evjen (t.v.) og Stig Martin Sandvik.

Over til venstre: El-innebandy har etablert seg i Norge med stor aktivitet.



# I toppen i svømme-EM på Island

De norske svømmerne forsynte seg godt av medaljefatet under EM på Island i 18.-24. oktober.

Cecilie Drabsch Norland fra Stavanger Haik tok sølv på 50 meter fri i klasse S8 etter tiden 32,18. Cecilie hadde rekorden på distansen (31,51) som hun satte i gulløpet sitt i Paralympics i Athen i 2004. Men britiske Heather Frederiksen vant EM-finalen suverent med 31,21 og forbedret dermed verdensrekorden med tre tideler.

Cecilie Drabsch Norland og Mariann Vestbøstad Marthinsen tok også sølv på hen-

holdsvis 100 meter fri og 100 meter rygg i klasse S8 etter tidene 1.12,27 og 1.22,63. 20 år gamle Sarah Louise Rung fra Team Stavanger tok først bronse på 100 meter bryst, men ble senere disket for å ha tatt for mange tak under vann. Hun slo imidlertid hardt tilbake på 100 meter fri der det ble bronse med 1.24,86. Hun forbedret samtidig den norske rekorden med hele sju sekunder.

18 år gamle Ingvill Hilleren fra Vestkantsvømmerne tok sin første internasjonale medalje da hun svømte inn til bronse på 100 meter rygg i klasse S7 under EMs siste dag i Reykjavik.

Les mer på nettsidene til [Norges Svømmeforbund](#).

Alle resultater fra mesterskapet finner du på [arrangørens nettsider](#).



Den første internasjonale medaljen smakte ekstra godt for Ingvill Hilleren. (Foto: Morten Eklund, Norges Svømmeforbund)

# Imponerende VM-innsats

VM i svømming for funksjonshemmede i Rio de Janeiro i Brasil ble avsluttet 5. desember, og mesterskapet ble en stor suksess for de norske deltakerne.

De norske svømmerne tok totalt to gull-, en sølv- og fire bronsemedaljer, og de satte sju norske rekorder og en verdensrekord.

Mariann Vestbøstad Marthinsen tok gull på 100 meter rygg med tiden 1.20,09. Det var over fem sekunder foran australske Jacqueline Rose Freney.

På 200 meter medley ble det bronse og norsk rekord på Marthinsen etter tiden 3.06.84.

Cecilie Drabsch Norland, som i en alder av 31 år er bedre enn noen gang, sikret seg gullet på yndlingsdistansen 50 meter fri.

Cecilie tok også bronse på 100 meter fri etter den gode tiden 1.11.45. Det var en forbedring av hennes norske rekord med 1.4 sekunder. Regnet høljert ned under denne øvelsen, det var liten storm i kastene og tiden må derfor sies å være veldig imponerende.

[Forts. neste side](#)



Cecilie Drabsch Norland med VM-gullet på 50 meter fri. (Foto: Morten Eklund, Norges Svømmeforbund)

Sarah Louise Rung tok to medaljer i mesterskapet. Første ble det sølv på 400 fri etter tiden 5.53.68. Det var norsk rekord, og to sekunder bak langbanetiden fra EM i oktober.

Rung tok senere bronse på 100 meter bryst etter å ha slått inn på tiden 2.00.54. Her forbedret hun sin egen norske rekord fra Nordsjøstevnet i midten av november.

Marianne Mæland var den siste norske utøveren som tok medalje i VM etter bronzen på 100 meter bryst. Med tiden 1.53.46 var hun bare fire hundredeler bak sølvplassen.

Les mer om prestasjonene til de norske utøvere på de fyldige nettsidene til [Norges Svømmeforbund](#).

Alle resultater fra mesterskapet finner du på [arrangørenes nettsider](#).



*Over:  
Sarah Louise Rung har all grunn til å være fornøyd med VM etter sølv og bronse. (Foto: Morten Eklund, Norges Svømmeforbund)*

*Til høyre:  
Marianne Mæland jublet etter bronzen på 100 meter bryst. (Foto: Morten Eklund, Norges Svømmeforbund)*



*Mariann Vestbøstad Marthinsen var best på 100 meter rygg i klassen S8 i VM. (Foto: Morten Eklund, Norges Svømmeforbund)*



*Ridderuka og Ridderrennet samlet hvert år hundrevis av deltakere. I 2010 går arrangementet 11.-18. april.*

## Nærmer seg Ridderuka

11.-18. april i 2010 arrangeres Ridderuka igjen på Beitostølen. I slutten av uka, nærmere bestemt 17. april, er det klart for det 47. Ridderrennet.

I mars i år stilte 387 deltakere til start i det populære rennet. I tillegg var det 240 ledsagere, blant annet 125 fra Norges idrettshøgskole (NIH), 57 fra Høgskolen i Bergen (HiB) og 22 fra Høgskolen i Telemark (HiT).

Påmeldingsfristen for å delta i Ridderuka 2010 er 20. februar. Les mer om Ridderuka på [www.ridderrennet.no](http://www.ridderrennet.no)



# Nytt fotballtilbud i Hødd

- Nå er vi endelig i gang, dette blir spennende, sier Torger Mjønes, initiativtaker og ildsjelen bak det nystartede fotballaget for utviklingshemmede i Hødd.

Hødd holder til i Ulstein kommune i Møre og Romsdal, men klubben tror det er mulig å rekruttere funksjonshemmede fra flere nabo-kommuner.

Hødd ønsker også alle som har lyst til å prøve fotball, hjertelig velkommen.

- Vi har hatt noen treninger allerede, og

oppmøtet i startfasen har vært bra. Men vi har plass til langt flere, så det er bare å ta kontakt, sier Mjønes.

Les mer om fotballtilbudet i Hødd: [Vikebladet](#) og [Regionsavisa](#) (side 16 og 17)

Kontaktperson Hødd:  
Torger Mjønes, e-post; [tm@argon.as](mailto:tm@argon.as)  
Mobil: 922 57 922

Initiativtaker Torger Mjønes (bak t.v.) og styreleder Bård Dalen (bak t.h.) er glad for at det er etablert et fotballag for utviklingshemmede i Hødd. Her er de sammen med Tom Vågen. (Foto: [Vikebladet](#))

# Ny idrettsgruppe i Rustad IL



Rustad idrettslag starter fra nyttår en ny idrettsgruppe for funksjonshemmede barn i alderen 6-12 år. Hvis man ønsker mer informa-

sjon om tilbudet, ta kontakt med Vidar Larsen på e-post: [v.larsen@signex.no](mailto:v.larsen@signex.no) eller på mobil/SMS 9956 4724.

Rustad IL ble stiftet 8. november 1967 og har i dag rundt 1000 medlemmer. Klubben ligger sydøst i Oslo og dekker områdene Bogerud, Rustad og Skullerud. Klubben har eget baneanlegg med klubbhus på Bogerudmyra. Dette ligger ved siden av Rustad skole som også benyttes av idrettslaget.

Rustad IL har i tillegg Rustad Skistadion som er en del av Skullerud Idrettsanlegg, med beliggenhet i Østmarka ved Skullerudstua.

# Monsiaden på film



## Monsiaden er blitt kalt «Vanylvens vakreste eventyr», og er et årlig idrettsarrangement for funksjonshemmede i månedsskiftet mai/juni.

Nå er det laget film av Monsiaden med tittelen «Monsiaden - Idrett for alle». Den inneholder alle aspekt som hører med i en dokumentarfilm; kjærlighet, entusiasme, lengsel og håp, men framfor alt får seerne et inntrykk av hva ekte idrettsglede er. Du kan kjøpe filmen ved å kontakte Mons Sandnes direkte på telefon 7002 0092 eller sende en e-post til: [jermund.rekkedal@vanylven.kommune.no](mailto:jermund.rekkedal@vanylven.kommune.no) (kulturkontoret i Vanylven kommune) Prisen for filmen er 149 kroner + frakt. [Se en teaser av filmen.](#)

*Monsiaden samler årlig mange entusiastiske deltakere i Vanylven kommune i Møre og Romsdal. Nå er idrettsarrangementet også festet til filmen slik at andre potensielle arrangører kan lære av den.*

# El-innebandy mot nye høyder

Norges Bandyforbund samlet lørdag 31. oktober el-innebandyklubbene for å få tilbakemeldinger på arbeidet som hittil er gjort og for å stake ut kursen videre.

- Ved å ha en slik samling, er det mye vi kan løse, mye vi kan få svar på, og ikke minst kan vi i fellesskap legge en plan videre. Jeg synes det ble et svært nyttig og konstruktivt møte, og jeg er optimist med tanke på framtida. Målet er å stabilisere eksisterende miljøer og få opp en del nye klubber, sier Alexander L. Bjørnerud, prosjektkonsulent for el-innebandy i Norges Bandyforbund.

*Prosjektleder Alexander L. Bjørnerud i Norges Bandyforbund håper el-innebandyen vil vokse ytterligere.*



## Vokser

El-innebandy er en forholdsvis ny idrett i Norge. Bandyforbundet har jobbet med idretten i bare tre år, men på denne tiden er en rekke klubber blitt etablert.

- Vi er glad for at flere klubber er oppe og går, men det gjenstår en del arbeid framover for at det skal bli en stabil og stor aktivitet. Vi har savnet en del tiltak rundt informasjon, kompetanse for dommere og trenere samt koordinering av turneringer. Etter fellesmøtet tror jeg bandyforbundet vil ta mer tak der vi har de største utfordringene, sier Stig Andreassen, leder for El-innebandygruppa i Levanger Helse- og idrettslag.

## Møter

Han er glad for at det regionale leddet i bandyforbundet også er kommet mer på banen.

- Levanger Helse- og idrettslag og Nyborg IL, som er de to eneste klubbene i Midt-Norge med el-innebandyaktivitet, hadde i slutten av november et møte med Midt-Norge Bandyregion, Norges Bandyforbund og representant fra Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komite, og det ble et konstruktivt og godt møte. Vi er nå blitt enige om en arbeidsplan som omfatter etablering av en regional serie, større trykk på informasjon og tiltak i forhold til å få opp flere klubber, sier Stig Andreassen.



Jan Arne Pedersen, leder for el-innebandy i Nyborg IL (f.v.), Jonas Espeseth, utviklingskonsulent i Norges Bandyforbund og Stig Andreassen (t.h.), leder for el-innebandy i Levanger Helse- og idrettslag, ser fram til et tettere samarbeid for å utvikle idretten videre i Midt-Norge.

## Dommerkurs i el-innebandy

Norges Bandyforbund inviterer til dommerkurs i el-innebandy lørdag 9. januar 2010 kl. 0900-1600 på Norges idrettshøgskole i Oslo.

### Kursprogram:

0900-1200:	Teoriundervisning.
1200-1300:	Lunsj.
1315-1600:	Praktisk økt.

Påmelding innen 2. januar 2010 på e-post til: [alexander.bjornerud@nif.idrett.no](mailto:alexander.bjornerud@nif.idrett.no)  
Norges Bandyforbund dekker reisen for en person per klubb.





Bilder fra el-innebandy-  
turneringen i Skognhallen  
i Nord-Trøndelag



## Endelig kamper igjen

El-innebandylag fra Bærum, Lillestrøm, Levanger og Trondheim møttes 23. november til turnering i Skognhallen i Nord-Trøndelag.

- Det er jo dette som motiverer spillerne til å trene. Turneringene er høydepunktene i året, og det er viktig at de kommer rimelig jevnlig for å holde motivasjonen oppe. I tillegg er turneringene lærerike for spillerne, sier Levanger-leder Stig Andreassen.

På denne siden er det noen bilder fra turneringen. Det er tydeligvis ikke noe i veien med innsatsen og engasjementet til spillerne.

# Idrettsglede på Ippon Cup

Ippon judoklubb arrangerte norgescupstevne (NC) 7. november i Nadderudhallen. Dette var det første NC-stevne i Norge der funksjonshemmede gikk i egen klasse.

- Ippon judoklubb var ikke vanskelige å be da vi spurte dem å lage en klasse for også utviklingshemmede. Det ble tatt kontakt med både Sverige og Italia for å sjekke hvilke regler som gjaldt for denne klassen. Det viste seg at forskjellen ikke var så stor i forhold til andre klasser, men det kan blant annet ikke utføres arm- og halslås. Dommeren skal også vise skjønn og tre minutters kamper er vanlige, sier leder Wibecke Holm Jøsang i Nesodden judoklubb.

## Sportsånd

Nesodden judoklubb hadde med Lotte Tvedt, Andrea Flognfeltdt, Vidar Johansen og Vegar Krange som alle gikk i klasse 3 for funksjonshemmede.

- Våre deltakere fikk gått to kamper hver, og det var innsatsvilje og idrettsglede hele veien. Selv om det ble litt skremmende da lyset gikk, og det ble helt mørkt under den andre kampen mellom Vidar og Vegar, var sportsånden stor og de bestemte seg for å ta hele kampen på nytt da lyset endelig kom tilbake etter en times tid, sier Jøsang.

## Applaus

Hun sier at det ble meget jevne kamper. - Det ble gull til alle, og da Vegar strakte

begge hendene over hodet i ren glede over både å ha vunnet en kamp og fått medalje, var det til stående applaus fra en nesten fullsatt Nadderudhall. Judo og idrett blir ikke bedre enn det, sier Jøsang.

## Andre klubber

Hun sier at utøverne har lært mye den tiden de har holdt på:

- Det var mange som fikk hakeslepp da de så hva de funksjonshemmede utøverne fikk til på NC-stevnet. Idrettsgleden de viste ble også lagt merke til, sier Jøsang, som nå håper at det er flere judoklubber i Norge som får lyst til å gjøre noe for funksjonshemmede.

- Kanskje utøvere fra vår klubb neste gang får treffe konkurrenter fra andre klubber, sier Jøsang.

Les mer på nettsidene til [Norges Judoforbund](#).

*På denne siden er det bilder av utøverne Lotte Tvedt, Andrea Flognfeltdt, Vidar Johansen og Vegar Krange fra Nesodden judoklubb i aksjon under norgescupstevnet i Nadderudhallen.*

*(Alle foto: Christian Wolff, [www.judobilder.org](http://www.judobilder.org))*



## 125 på Telemark-seminar

Telemark Idrettskrets i samarbeid med Norges idrettsforbund og olympiske komité (NIF) arrangerte 30. september inkluderingsseminar med søkelys på idrett for funksjonshemmede.

Idrettslag, særkretser/regioner, idrettsråd, funksjonshemmede som ikke er kommet med i en idrettslagsaktivitet, de som daglig arbeider med funksjonshemmede og fritidsaktivitet og andre interesserte var invitert til seminaret.

Målet med seminaret var å skape en arena der man en gang i året kan møtes og sette søkelys på idrett for funksjonshemmede, og på den måten stimulere til at flere funksjonshemmede barn og unge kan rekrutteres og inkluderes i idretten lokalt.

Organisasjonssjef Sondre Fjellidalen i Telemark Idrettskrets ønsket velkommen til seminaret, og deretter var det innlegg fra både NIF, særforbund og idrettslag om temaet "Hvilket ansvar har og hva kan idretten i dag gi av tilbud til personer med ulike funksjonshemminger?"

Senere fortalte Stig Martin Sandvik, spillende lagleder på LSKs Unifiedlag, om hva idretten hadde gitt ham, mens Skien Ishockeyklubb hadde innlegg om



Stig Martin Sandvik var en av foredragsholderne under seminaret i Telemark.

"Hva skal til for at vi som klubb skal kunne gi et idrettstilbud til funksjonshemmede?"

I tillegg ble det orientert om *retningslinjer* og *søkemuligheter for aktivitetsutstyr*.

I den siste delen av seminaret fikk deltakerne sett og prøvd aktivitetshjelpemidler samt deltatt på aktiviteter tilrettelagt for funksjonshemmede som sittende volleyball, rullestolbasket, teppecurling og goalball.

Rundt 50 personer deltok på seminaret, mens 75 hadde funnet veien til aktivitedelen.

## Utllysning av midler

Norges Funksjonshemmedes Idrettsforbund (NFI) ble oppløst 31.12.2007. Egenkapitalen ble da overført Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF), med et ønske om at disse ble øremerket til å fremme idrett for funksjonshemmede.

Støtteordningene er ment å være stimulerende i en overgangsfase etter at NFI er oppløst og særforbundene har tatt ansvar for funksjonshemmede

utøvere innen sin idrett. Formålene vil derfor lyses ut for årene 2008-2011.

For 2010 lyses det ut midler til følgende formål:

1. Lag som tidligere har vært medlem i NFI - totalt 100.000 kroner for 2010
2. Støtteordning for særskilte grupper - totalt 350.000 kroner for 2010

Søknadsfristen er 1. februar 2010.

[Les mer på nettsidene til NIF.](#)

## Fleridrett.no

På nettsidene [www.fleridrett.no](http://www.fleridrett.no) får du fylldig informasjon om boccia, teppecurling, petanque og Friskis og Svettis. Disse idrettene er tilsluttet Norges Fleridrettsforbund som ble stiftet i 2008.

## Vant DM i fotball

Oslo (herrer) og Trondheim (damer) vant døvemesterskapet i fotball utendørs i Bergen 3.-4. oktober. Les mer om mesterskapet på nettsidene til [Bergen Døvesenter](#).

## Bowlingrekorder

Ine Lorentzen (bildet) satte ny norsk og nordisk rekord i bowling for døve på 4 serier med 871 poeng. Den gamle rekorden var på 845 poeng. Les mer på [www.deafbowlingnorway.com](http://www.deafbowlingnorway.com).



## Friidrettsstipend

Hørselshemmede Trude Raad (bildet), Gløppen Friidrettslag, fikk seint i høst stipend for sin innsats i slegge og diskos. Les mer på nettsidene til [Norges Friidrettsforbund](#).



# Kurs- og arrangementsguide

Under finnes en knippe kurs, konferanser, seminarer, temadager og arrangementer innen idrett for funksjonshemmede i Norge. Følg ellers med på [særforbundenes nettsider](#) hvis det ønskes informasjon innen en spesifikk idrett.

## 2010:

- JANUAR:** 9. januar: Dommerkurs i el-innebandy (Oslo).  
17.-23. januar: Barnas Ridderuke 2010 (Beitostølen).  
18. januar-6. feb: Ung 2010 (Beitostølen).  
22.-24. januar: Kurslærerkurs i boccia og teppecurling (Haraldvangen).  
29.-31. januar: Miljøsamling på ski for syns- og bevegelseshemmede (Mo i Rana).
- MARS:** 9.-27. mars: Vinteraktivitetskurs for synshemmede barn (Beitostølen).
- APRIL:** 6.-24. april: Ung 2010 (Beitostølen).  
11.-18. april: Ridderuken (Beitostølen).  
17. april: Det 47. Ridderrennet (Beitostølen).
- MAI:** 18. mai-5. juni: Ung og aktiv i rullestol (Beitostølen).  
28.-30. mai: Juniorlekene (Oslo).
- JUNI:** 5. juni: Gjøvik-Totenlekene i friidrett (Gjøvik).  
14. juni-3. juli: Ung 2010 (Beitostølen).  
18.-20. juni: Aktivitetsleir i kickboxing (Stavern).
- AUGUST:** 11.-21. august: Sophie-dagene (Beitostølen).  
23. august-1. sep.: Aktiv i rullestol (Beitostølen).

## Fullførte strabasiøse ekspedisjon

20. august dro 11 funksjonshemmede på ekspedisjon på Nordkalotten med Lars Monsen og to filmteam. Ni av dem kom seg til mål etter 50 mil med flotte men også svært strabasiøse opplevelser.

Rundt 400 kandidater ønsket å være med villmarkskongen Lars Monsen, men bare 11 personer mellom 19 og 54 år ble valgt etter flere runder med fysiske og psykiske tester.

Resultatet av turen blir TV-serien "Ingen grenser" som vises på NRK i 2010. 527 kilo mat var med på turen, derav 200 kilo sjokolade. Les mer om turen på [www.nrk.no/ingengrenser](http://www.nrk.no/ingengrenser)

## Informasjon om idrett for funksjonshemmede

På nettsidene [www.idrett.no](http://www.idrett.no) (klikk på linken «Funksjonshemmede») er det mulig å laste ned mye nyttig informasjon om idrett for funksjonshemmede. Her er en oversikt over temaene på disse nettsidene:

- Arrangementsguide, kurs, temakvelder, konferanser
- Materiell
- Idébank
- Aktivitetshjelpemidler
- Kontakter i særforbund og Idrettsforbundet
- Nettsider til alle særforbund
- Klassifisering
- Hvordan komme i gang med idrett
- Nyttige linker
- Søke midler
- Medaljeoversikt i Paralympics og Deaflympics
- Nyhetsbrev
- Historikk
- Presseklipp

## Tommy best igjen

**Bordtennisspilleren Tommy Urhaug viste under ei turnering i Brasil i slutten av november at han er verdens beste spiller i klasse 5.**

På vei til finalen slo han i tur og orden Oka (Japan), Rosec (Frankrike), Djurasinovic (Serbia) og paralympisk mester Durand (Frankrike). I selve finalen slo han Tysklands beste

spiller Cetin.

Tommy er dermed ubeseiret i klasse 5 i 2009 etter å ha spilt fire turneringer. Planen var å spille ni turneringer, men skader har satt han ut av fem.



Tommy Urhaug er ubeseiret i klasse 5 i 2009.

Flere norske deltakere var i aksjon i Brasil og gjorde en god figur. Les mer om innsatsen på nettsidene til [Norges Bordtennisforbund](#).



*Helge Gudmundsen (f.v.) hadde som vanlig ingen problemer med å engasjere seminardeltakerne.*

*Tidlige landslagstrener Marit Breivik, var en av flere inspirerende foredragsholdere under håndballforbundets inkluderingsseminar i Trondheim.*

*Håvard B. Øvregård i NIF med foredrag om "Alle skal inkluderes – hva betyr det?"*

*Eva Skei i håndballforbundet fikk etter gruppediskusjonene mange nye ideer ned på papiret.*

## Mye ros etter inkluderingsseminar

**21.-22. november inviterte Norges Håndballforbund (NHF) til inkluderingsseminar i Trondheim. Og NHF hadde snekret sammen et veldig variert og godt program som fikk mye ros fra deltakerne.**

Eva Skei, som var ansvarlig for gjennomføringen av arrangementet, åpnet med å orientere om håndballforbundets ansvar og prioriteringer innen inkluderingsarbeidet. Hun fortsatte med å presentere gode prosjekter innen rekruttering, kosthold og trening.

Deretter holdt den tidligere og suksessrike landslagstreneren, nå ansatt i Olympiatoppen, Marit Breivik, et interessant innlegg om trening av lag og utøvere med ulike forutsetninger. Seminarets andre dag startet tidlig med et vekkende og inspirerende

innlegg av Helge Gudmundsen. Gudmundsen trener Flatås Lions, et lag for utviklingshemmede fotballspillere, og han er mannen bak boka "Gull verdt – en fortelling om livsglede og menneskeverd".

Deretter ble det ble det lange og gode gruppediskusjoner før seminaret ble avsluttet av et foredrag fra Håvard B. Øvregård i Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF) med temaet "Alle skal inkluderes – hva betyr det?"

## Rekrutt- og landsstevne i svømming

Rekrutt- og landsstevnet i svømming for utviklingshemmede ble arrangert på Gjøvik 2.-4. oktober med over 100 utøvere og ledere fra 15 klubber.

Ekte idrettsglede, jevne dueller, gode debutanter og gjensyn med gode venner og konkurrenter satte preg på stevnet.

Takket være arrangøren Gjøvik Svømmeklubb, var det mange som reiste fra Gjøvik med mange flotte minner, både sportslig og sosialt.

Les mer på nettsidene til [Norges Svømmeforbund](#).

I dag har få råd til å skaffe seg aktivitetshjelpemidler etter fylte 26 år. (Illustrasjonsfoto)

# Til kamp for å få fjernet aldersgrense for utstyr

Mange organisasjoner og personer har engasjert seg i arbeidet med å få opphevet dagens aldersgrense på 26 år for tildeling utstyr til trening, stimulering og aktivisering.

Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon (FFO), Unge funksjonshemmede, Friluftslivets Fellesorganisasjon (Frifo) og Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske (NIF) sendte tidligere i år brev til statsråd i Arbeids- og inkluderingsdepartementet (AID), Arbeids- og sosialkomiteen og NAVs hjelpemiddelutvalg der det ble påpekt at en oppheving av aldersgrensen vil senke barrierene og få flere funksjonshemmede i aktivitet.

Her er noen andre punkter som kom fram i brevet:

- Foruten den forskjellsbehandling dagens ordning innebærer, går samfunnet glipp av de forebyggende og rehabiliterende effekter økt fysisk aktivitet blant personer med funksjonshemming kan ha.

- Integreringsprosessen i norsk idrett har gledelig nok ført et mye bredere tilbud av aktiviteter for funksjonshemmede. Allikevel opplever mange at de nye mulighetene ikke er tilgjengelige fordi de har behov for kostnadskreven utstyr. NIF er opp-tatt av at livet i idretten ikke skal stoppe ved dagens aldersgrense. I tillegg er det store utfordringer i forhold til rekruttering av nyskadede over 26 år, en gruppe som har særlige behov i en rehabiliteringsfase og for å kunne leve et aktivt liv etter skaden. En fjerning av aldersgrensen er derfor den eneste muligheten til å oppnå like muligheter for alle til en livslang deltagelse i norsk idrett.

I tillegg har organisasjonene hatt et felles møte med tidligere statssekretær Laila Gustavsen i AID.



Integreringsutvalget i NIF har også flagget dette som sin viktigste politiske sak.

Men det er ikke bare FFO, Frifo, NIF og Unge funksjonshemmede som er på banen for å få fjernet aldersgrensen.

Drammens Tidende skrev tidligere høst at **Hurum-kvinnen Ann-Katrin Kristiansen (38) overleverte mer enn 2.700 underskrifter** og brev til statssekretæren i AID. I brevet krever hun og **Norges Handikapforbund** at departementet fjerner aldersgrensen.

## Døveidrettsseminar uten tolk

Årets døveidrettsseminar ble arrangert 3. desember på Ullevål stadion i Oslo. Både idrettspresident Tove Paule og flere sentrale personer i særforbund hadde sagt ja til å delta, men Tolketjenesten klarte ikke å skaffe tolker til seminaret som samlet 20 døveidrettsledere fra Trondheim, Ålesund, Bergen, Stavanger, Hamar, Porsgrunn og Oslo. Les mer på [www.doveidrett.no](http://www.doveidrett.no)



**Frikjøpt for å satse:** Roger Johansen, keeper på det norske kjekehockeylandslaget, er for tiden heltidsutøver. Han er frikjøpt for å forberede seg til Paralympics i Vancouver. – Vi satser hardt, og det blir mye reising. Hadde jeg vært i jobb nå ville det blitt lite tid til å forberede seg, så det er perfekt å være frikjøpt, sier Roger til [Helgeland Arbeiderblad](#).

**Blind og sterk på matta:** Noah Arnøy (7) fra Nærøy kan ikke se sine motstandere, men det stopper ikke ham fra å delta aktivt i judo.

– Jeg har holdt på med judo i et halvt år, og vil fortsette med det. Mine kamrater driver også med sporten. En gang i uka trener jeg på kampsporten. Jeg driver også med svømming, som er en fin idrett, sier andreklassingen til [Trønder-Avisa](#).

Trener i Nærøy Judoklubb, Joar Pettersen, er full av lovord om Noah. – Noah er et talent, og etter svært kort tid har han lært utrolig mye. Han er en utøver som er tett og

sterk og behersker sporten, absolutt et talent. Motorikken hans er utmerket. Han hopper bukk og lander stående uten å se. Imponerende, sier Pettersen til avisa.

**Vestkantsvømmere i front:** Svømming ligger i front når det gjelder integrering i idretten. I Vestkantsvømmerne drar OL-sølvvinner Alexander Dale Oen på treningsleir med funksjonshemmede. – Det er alltid viktig å se hvordan andre har det, og det gir også et personlig utbytte for meg. Du innser at andre, som kanskje ikke har samme utgangspunkt som deg selv fysisk sett, likevel er oppe og går. Og ikke bare det, men ekstremt flinke til å pushe hverandre og deg, sier Dale Oen til [Dagbladet](#).

**Stortrives på trening:** Hver tirsdag arrangerer fire av elevene ved idrettslinja på Fauske videregående skole en times trening for utviklingshemmede. Disse treningene kom i gang som en vennligsinnnet byttehandel mellom idrettslinja på Fauske videregående skole og Fauske Helsesportslag. Da

idrettslinja arrangerte Barnas idrettsdag tidligere i år, stilte helsesportslaget opp for å drive kafeen.

– Vi sa at vi gjerne kunne gjøre det hvis idrettslinja ville være med på å starte en ukentlig aktivitetstime for denne gruppa, sier Karstein Olsen i helsesportslaget til [Saltenposten](#).

**Biljardspiller fornøyd:** Den talentfulle rullestolbiljardspilleren, Kenneth Bendiksen fra Fauske, sitter igjen med en grei følelse etter ei turnering i England.

– Det ble en femteplass på meg. Jeg må si meg veldig fornøyd siden jeg vant to kamper soleklart, og de jeg tapte var med minst mulig margin, sier Bendiksen til [Saltenposten](#).

**Svaksynt og aktiv:** – Hege er nesten blind, men hun dykker, klatrer og står slalåm likevel, skriver [Alt om syn](#). (pdf).

[Se flere presseklipp og artikler om idrett for funksjonshemmede i Norge.](#)



*Norge kunne juble for seier mot USA i Paralympics i Torino i 2006. I ei turnering i Canada for en måneds tid siden ble det imidlertid 3-0-tap.*

## Bronse i Canada

### Norge tok i november bronse i ei firenasjoners turnering i Canada som samlet verdens beste kjekehockeylandslag.

Norge tapte først 1-0 mot Japan, deretter ble det tap mot også Canada (1-0) og USA (3-0). I kampen om bronsemedaljen møtte Norge Japan igjen. Denne gangen ble det imidlertid en klar 4-0-seier.

Norge spilte i oktober også tre privatlandskamper mot Italia. Det endte med to seirer (5-0 og 6-0) og en uavgjort (2-2). Etter jul skal Norge være med i ei turnering i Japan, og det blir siste oppkjøring til Paralympics i Vancouver i mars 2010.

## Curlingsølv i Tsjekia

Etter en fjerdeplass i ei turnering i sveitiske Bern, tok det norske landslaget i rullestolcurling en sterk sølvmedalje i ei internasjonal turnering i Praha i slutten av november.

Samtlige medaljelag fra VM i Vancouver var til stede i Praha. Norge vant sin pulje og slo deretter Sverige 8-6 i semifinalen. I finalen ble det imidlertid 7-1-tap for Sveits.

*Jostein Stordahl (bildet), Geir Arne Skogstad og resten av det norske landslaget i rullestolcurling er i fin formutvikling før Paralympics i Vancouver i 2010.*

