



Idrottskompis

Projektet Idrottskompis har uppkommit via Finlands Paralympiska Kommittés - Valtti-program vars syfte är att hitta lämplig idrott – motion- fritidsaktivitet för barn och unga med särskilda behov.

Projektet som startade under hösten 2024 görs i samarbete med Finlands Svenska Idrott och under 2025 med stöd från Stiftelsen Brita Maria Rehnlunds minne

Vad är en Idrottskompis?

Idrotten står för en personlig idrottskompis som tar ansvar över att hitta och stödja barnet/ungdomen i att hitta en fritidsaktivitet.

OBS. Idrottskompisen är i första hand en motionskompis.

På grund av säkerhet- och ansvarsskäl kan inte Idrottskompisen fungera som chaufför eller personlig assistent.

Till vem riktar sig projektet?

Barn och unga med särskilda behov i åldern 6-23 kan söka om en egen Idrottskompis. De barn och unga som inte har en fritidsaktivitet eller inte vet vilken motionsform som skulle passa deras funktionsförmåga har förtur.

Barnet/ungdomen som antas till projektet får en egen Idrottskompis. Vår målsättning är att barnet skall ha en till två idrottskompisar. Under våren deltar barnet/ungdomen tillsammans på 10 tillfällen bestående av en uppstartsträff och avslutningsträff som görs tillsammans med andra barn och ungdomar i projektet. Utöver det får ni delta på åtta träningstillfällen i den/de idrotter som kan erbjudas. Deltagande familjerna förbinder sig att hjälpa till vid uppföljningen (via en deltagarenkät).

Kostnader & Transporter

Det är kostnadsfritt att prova på och vill ni efter projekttiden fortsätta med någon aktivitet betalar ni själva för medlems- och aktivitetsavgifter.

Transporter till och från träning sköts av vårdnadshavare.

Ålands Idrott ansvarar för Idrottskompisens kostnader.



Ansökningsblankett 2025

Jag vill ha en egen Idrottskompis -

Denna ansökningsblankett är avsedd för barn och unga i åldern 6–23-år med en funktionsnedsättning, en kronisk sjukdom eller med annat behov av särskilt stöd och som vill få en egen Idrottskompis. Blanketten kan fyllas i tillsammans med vårdnadshavaren (ifall deltagaren är under 18 år) eller en annan stödperson.

Utgå från barnets eller ungdomens åsikter när ni fyller i blanketten. Blanketten är indelad i fem delar: A. bakgrundsinformation, B. funktionsförmåga, C. den nuvarande mängden motion och D. hobby, E. önskemål och F. ansvar och samtycke t.ex. gällande samlande av information och foton.

Under våren 2025 kommer åtta personer att få en idrottskompis och alla som söker en idrottskompis får besked senast i mars 2025.

Ytterligare information om programmet av Lena Eriksson 0457 342 1974 eller

lena@alandsidrott.ax

A. BAKGRUNDSINFORMATION 1. Sökarens kontaktuppgifter. Förutom den sökandes basinformation (ålder, boende, modersmål) behöver vi personens kontaktuppgifter, så att möten och testgångar kan ordnas tillsammans med Idrottskompisen

1. Barnet/ungdomens namn och adress *

Kan också vara vårdnadshavarens epost. OBS: Bekräftelse av att vi har mottagit anmälning skickas här.

Förnamn *

Efternamn *

Adress *

Postnr *

Postanstalt *

Födelseår *

Sökandes kön* Flicka Pojke Vill ej uppge



2. Vårdnadshavarens/kontaktpersonens kontaktuppgifter

Kontaktpersonens förnamn *

Kontaktpersonens efternamn *

Mobiltelefon *

E-post *

Telefon *

Hur når vi kontaktpersonen bäst?

Vilka tider når kontaktpersonen på?

3. Vi vill att Idrottskompisen främst är i kontakt via *

Telefon

E-post

Annat sätt, hur?

4. Barnets/Ungdomens modersmål *

Svenska

Annat språk, vilket?

5. Har sökanden någon långvarig sjukdom eller skada som läkaren konstaterat? *

Ja, vilken?

Nej



B. BARNETS/UNGDOMENS FUNKTIONSFÖRMÅGA

6. Bedöm barnets/ungdomens funktionsförmåga i jämförelse med jämnåriga utan funktionsnedsättning. Har den sökande svårigheter i vardagen inom följande områden. *

1= inga svårigheter 2= lite svårigheter 3= mycket svårigheter 4= lyckas inte alls

Syn *				
Hörsel *				
Gå 100 meter även med hjälpmedel *				
Ta hand om sig själv (äta och klä på sig) *				
Bli förstådd när hen pratar *				
Lära sig saker *				
Komma ihåg saker *				
Koncentrera sig *				

7. Är det något annat som Idrottskompisen borde känna till angående sökarens funktionsförmåga? Tex. användning av hjälpmedel, medicinering, behov av personlig assistent? *

8. Vilken typ av idrott eller hobby skulle den sökande vilja prova på?



C. NUVARANDE MOTIONSMÄNGD Med motion menar man allt sådant som får pulsen att stiga och gör en lite andfådda, t.ex. när vi idrottar, skolvägen eller skolans idrottslektioner.

9. Fundera på de 7 senaste dagarna. Ringa in under hur många dagar har den sökande rört på sig minst en timme (60min) per dag. *

Dagar

0 1 2 3 4 5 6 7

10. Kryssa för hur mycket den sökande rör på sig under en hel normal vecka? *

- Inte alls
- Ungefär en halvtimme i veckan
- Ungefär en timme i veckan
- 2-3 timmar i veckan
- 4-6 timmar i veckan
- 7 eller fler timmar i veckan

D. NUVARANDE FRITIDSINTRESSSE

Med fritidsintresse menar man allt sådant som händer efter skolan och inom fritid regelbundet t.ex. en gång i veckan (inte terapi).

11. Har den sökande någon idrottslig hobby? *



E. ÖNSKEMÅL OCH SAMTYCKE

12. FÖRSÄKRING *

Barn och ungdomar som väljs till programmet är inte försäkrade via Ålands Idrott. Den sökandes familj har ansvar för försäkring ifall det skulle ske några skador.

Jag har förstått och godkänner att den sökande själv ansvarar för sin försäkring ifall en skada skulle ske.

13. KOSTNADER *

Jag har förstått och godkänner att den sökande själv ansvarar för och resorna dit.

14. SAMLING, SPARANDE OCH REDIGERING AV INFORMATION GÄLLANDE DEN SÖKANDE *

Informationen som samlats av den här ansökningsblanketten utnyttjas för att kunna para ihop en sökande med en Idrottskompis för uppföljning av projektet. Informationen sammanställs och förvaras hos Ålands Idrott som låsta filer i Microsoft Sharepoint under projektets gång. De sökande kan när som helst under projektet be om att få information raderad

Kontaktpersonen binder sig till att vara tillgänglig angående Idrottskompis-programmets ärenden och svara tillsammans med barnet/ungdomen på feedback- och uppföljningsförfrågan efter perioden. Feedbackförfrågan skickas senast i juni 2025 och uppföljningsförfrågan ett år efter provningarna.

Jag har förstått och godkänner sparandet och redigeringen av den här blankettens information som nämnts ovan. Jag godkänner också att min information möjligen kan användas i forskning och man kan möjligen kontakta mig för vidare forskning.

15. FOTOGRAFERINGSTILLSTÅND *

Vi uppmuntrar alla Idrottskompisar att ta bilder och möjligen även filma under träffarna. Materialet kan användas t.ex. under sista träffen som stöd för att komma ihåg vilken av aktiviteterna som var roligast.
Kryssa för en av nedanstående.

- Fotograferingstillstånd. Ålands Idrott får använda sig av möjliga bilder vid information om Idrottskompis programmet (t.ex. tidningar och social media)
- Inga fotograferingstillstånd medges . Familjen och Idrottskompisen kan komma överens om tagandet av foton för familjens eget bruk.



Informationen på blanketten kommer att behandlas konfidentiellt av personal på Ålands Idrott samt delges till den eller de personer som utses till idrottskompis.

Blanketten kan skickas in via mail eller post till Lena Eriksson, idrottskonsulent på Ålands Idrott mailadress: lana@alandsidrott.ax

Adress: Ålands Idrott, Att. Lena Eriksson, Östra Esplanadgatan 7, Ax 22100 Mariehamn

Ort _____

Datum _____

Sökandes underskrift

Vårdnadshavares underskrift