

# JÄMTLAND-HÄRJEDALENS HANDIKAPPIDROTTSFÖRBUND

## Fonden

### ***AKTIV FRITID*** ***för unga med funktionshinder***



## **HANDIKAPPIDROTT - kan det va´ nå´t ?**

### **Mål och inriktning**

Målet är att erbjuda unga med funktionshinder samma möjlighet som icke funktionshindrade att välja idrott som hobby eller fritidssysselsättning. Idrott skall inriktas på att utveckla individen positivt, fysiskt och psykiskt, likväl socialt och kulturellt.

### **Vad, varför och hur ?**

Vad är handikappidrott egentligen? Oftast är det de vanliga idrotterna som icke handikappade utövar, men skillnaden är den att aktiviteten anpassas till det handikapp man har och inte tvärtom. D v s, ena dan fräscha ben, då spelar man basket som vanligt, andra dan i rullstol, då heter det rullstolsbasket. Visst kan synskadade skjuta luftgevär och visst kan funktionshindrade åka skidor och skridskor och visst kan ...

Varför idrott? Jo, det är så roligt, men ordet är känsloladdat och förknippas med prestation, svett och tidtagning. Alla gillar inte idrott och man får inte tro, att bara för att man är handikappad ska man hålla på med idrott. Den sociala gemenskapen betyder dock mycket. Att träffa andra och byta erfarenhet, kan vara mera guld värt än medaljen! Föreningen och medlemmarna utgör kärnan i handikappidrotten. Föreningen ombesörjer träningstider, ledare och att aktiviteterna blir anpassade. I föreningen träffar man kompisar och här trivs man.

### **Fritidshjälpmedel att hyra**

Jämtl-Härjed Handikappidrottsförbund har genom projektmedel skapat en "bank" med fritidshjälpmedel. Här finns det möjligheter för funktionshindrade att hyra fritidshjälpmedel som man inte har råd att skaffa själv, eller rent av inte visste att det fanns. Även skolan, föreningen kan låna grejor när man arrangerar friluftsdagar, läger etc. Hyreskostnaden är ringa.

Ditt stöd till fonden betyder mycket och ger i förlängningen unga med funktionshinder större möjlighet att berika sin fritid.

## ***Till minne av***

---

har

### **Jämtland-Härjedalens Handikappidrottsförbund**

**tacksamt emottagit en gåva till förmån för  
unga med funktionshinder,  
att kunna delta i en AKTIV FRITID.**

**Bankgiro 5728-1248**

Fonden redovisas årligen i Jämtland-Härjedalens  
Handikappidrottsförbunds  
verksamhetsberättelse. Fondmedlen är öronmärkta och ingår i  
förbundets ekonomiska redovisning  
och därtill revision.

#### JÄMTLAND-HÄRJEDALENS HANDIKAPPIDROTTSFÖRBUND

POSTADRESS	TELEFON	BANKGIRO	HEMSIDA
Box 384	063-13 30 80	5728-1248	<a href="http://www.handikappidrott.se/jamtland-harjedalen">www.handikappidrott.se/jamtland-harjedalen</a>
831 25 Östersund	FAX	ORG NUMMER	
BESÖKSADRESS	063-51 17 05	892600-9732	

Idrottens Hus  
Sollidenvägen 62, Östersund

## **R E D S K A P S B A N K E N**

### ***Aktiv fritid för funktionshindrade***

Exempel på hjälpmedel att hyra:

**Ispiggningskälkar** ("långfärdsskridskor")

**Hockeykäkar** (kälkhockey)

**Sitski-alpint** (junior o senior)

**Skicart** (alpin skidåkning för gravare handikapp)

**Fjällpulka** (dragele, skaklar)

**Sporttrullstolar** (friidrott, rugby, tennis)

**m.m.**

J-H HIF svarar för uthyrningen, tel 063 - 13 30 80

---