



STOL PÅ IDRÆT

NYHEDSMAIL

Nr. 13 / Oktober 2008

Stol på idræt – et godt koncept!

Som man kunne læse i Berlingske Tiende den 10. august holder konceptet vand. I hvert fald når man ser på 88-årige Sylva Taul fra Fredericia. Sylva har gennemgået den intensive træningsperiode på 16 uger med hjemmetræning ved fysioterapeut, og er herefter fortsat på et stolemotionshold med frivillige instruktører. Hendes udvikling er blevet dokumenteret via fysiske tests og spørgeskemaer over 52 uger, og hun udtaler selv om motionen, at "det er helt uundværligt".

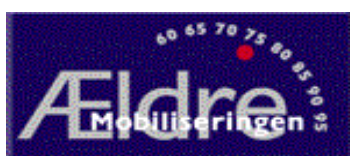
Sylva startede i projekt Stol på idræt for godt 2 år siden, og dengang var hun ikke i stand til selv at gå tur med sin rollator eller tage bad. Træningen af muskler og led har givet hende en frihed og uafhængighed i hverdagen, som hun nu klarer helt uden hjælp.. Siden projektets start har Sylva ikke haft behov for lægehjælp. Hun udtaler videre, at "træningen på holdet er ugens højdepunkt", og at hun "ikke vil undvære det for noget". Hele artiklen findes på www.dai-sport.dk

Resultatformidling

Nina Beyer arbejder på højtryk på at indtaste og bearbejde de mange informationer om forskningsdeltagerne. Der er registreret 125 personer fra projektets start, og 82 personer efter 52 uger. Dvs. et samlet frafald på ca. 35 %, hvilket ikke er overraskende, når målgruppen er 75+ årige med et lavt fysisk funktionsniveau. Nedenstående figur viser antal deltagere samt frafald fordelt på de fire projektkommuner.

	Uge 0	Uge 8	Uge 16	Uge 32	Uge 52	Samlet frafald i %
Esbjerg	40	38	34	34	32	20 %
Fredericia	40	34	30	30	28	30 %
Horsens	16	14	11	11	11	31 %
Vejle	29	24	20	13	11	62 %

Den endelige rapport forventes færdig i februar 2009, men måske vil jeg allerede i næste nyhedsmail kunne løfte sløret for resultaterne af de kvantitative data. I samme nyhedsmail vil I få informationer om den landsdækkende evalueringskonference, som forventes at finde sted kort efter rapportens udgivelse. En stor dag for alle os der har haft projektet tæt inde på kroppen, men forhåbentlig også en god motivation til nye kommuner og andre personer om at tænke i samme eller lignende baner☺



Margit Vestergaard
Telefon: 20 25 93 10
E-mail: margit@dai-sport.dk





STOL PÅ IDRÆT

NYHEDSMAIL

Nr. 13 / Oktober 2008

Motionsvennetræf!

Så er der lagt op til aktiv hygge med motionsvennetræf i Esbjerg og Horsens! Det bliver en festlig formiddag med morgenbrød, fællessange til levende musik, stolemotion og andre sjove aktiviteter for målgruppen, samt en frokost der afrunder nogle dejlige timer.

Det koster kun 50 kr. at deltage, og alle fysisk svage ældre er velkomne uanset tilhørsforhold. Dagen er desuden for alle jer frivillige og ansatte der har været/er involveret i projekt Stol på idræt, som en tak for jeres fantastiske indsats!



I Fredericia mødte over 100 personer op den 25. september i Erritsøhallen.

Motionsvennetræffene afvikles:

På Ceres Centret i Horsens, fredag den 14. november kl. 9.30-12.30.

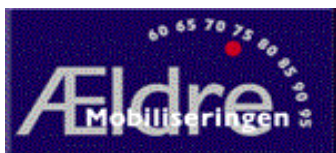
Tilmelding til Margit Vestergaard: 20 25 93 10 senest den 3. november

I Stadionhallen i Esbjerg, tirsdag den 18. november kl. 10.00-13.00.

Tilmelding til Edith Jensen: 60 82 40 16 senest den 3. november

NB! Frivillige instruktører inviteres til at blive yderligere en time til erfaringsudveksling og afslutning på projektforsløbet.

I Vejle afvikles der et tilsvarende træf i februar måned. Nærmere information herom følger senere.



Nyhedsmail og flere informationer
findes på
www.dai-sport.dk

