

Dansk Væresteds Idræt – idræt for alle

Nyt aktivitetstilbud til socialt udsatte mennesker har set dagens lys på initiativ af Landsforeningen af VæreSteder

AF JERONE ENEVOLDSEN

Der blev skrevet historie, da idrætsklubberne på landets væresteder for socialt udsatte i foråret 2006 stiftede deres egen idrætsorganisation Dansk Væresteds Idræt (DVI). Det var Landsforeningen af VæreSteder (LVS), som tog initiativ til at stifte en organisation med det formål, at give 'alle socialt udsatte mennesker (stofmisbrugere, alkoholikere,

tidligere misbrugere, hjemløse og sindslidende) reelle muligheder for at dyrke idræt, motion, konkurrence og samvær med ligestillede under forhold, der sikrer, at yderligere understøttelse undgås'.

Når der nu står 'alle socialt udsatte mennesker', så betyder det, at DVI i fremtiden vil arbejde hen imod, at det ikke kun er folk på værestederne, der skal have gavn af DVI, men at det skal være en idræts-

organisation, der rammer bredt, dvs. væresteder, behandlingshjem, behandlingscentre, aktivitetscentre, i porten, på gaden osv. Ifølge vedtægterne for DVI, så arbejdes der hen imod etableringen af det bredere 'Dansk Udsatte Idræt'.

Udgangspunktet for DVI

Drivkraften og inspirationen til den nye organisation var cykelløbet Tour de Udsat. LVS med sekretariatsle-



Tune Andersen

der Cliff Kaltoft i spidsen fik i 2004 den idé, at gennemføre et cykelløb for socialt udsatte grupper. Planlægningen af Tour de Udsat kom til at strække sig over ca. et års tid. Der skulle bl.a. søges penge og tilladelser, skaffes sponsorer, etableres samarbejdspartnere og laves etapebeskrivelser. Sidst, men ikke mindst skulle der findes nogle cykelryttere og hjælpere, hvilket medførte et positivt problem, da der ville flere deltagere med, end der var plads til.

LVS gav herefter følgende udmelding til de væresteder fra hele landet, der skulle deltage i Tour de Udsat:

’Vi vil stille 5 tandemcykler til rådighed for hvert hold samt sørge for alt udstyr, følgebiler, udgifter og overnatning’.

Værestederne og holdene forpligtede sig til gengæld til at prioritere opgaven, gennemføre motionsprogrammer og træningsforløb og selvfølgelig til at deltage i det endelige løb. Aftalen indebar tillige, at holdene efterfølgende kunne beholde cyklerne og bruge dem i det videre sundhedsfremmende arbejde.

Den 21. august 2005 kl. 12 startede 13 hold, 130 cykelryttere, 20 følgebiler, motorcykler, pressefolk og færdselspoliti fra Rådhuspladsen i København med kurs mod Stændertorvet i Roskilde. Rytterne skulle i løbet af 6 dage cykle 6 etaper i det danske land – fra København til Vejle. Alt i alt knap 350 km. Undervejs var der indlagt forskellige konkurrencer, bl.a. tempokørsel, australsk forfølgelsesløb, sprint, slalom og behændighedskørsel, holdtidskørsel og bjergtidskørsel.

6 dage og masser af blod, sved, tårer og oplevelser senere stod 119 ryttere i Vejle og nød holdenes og deres egne personlige sejre. Tour de Udsat blev en positiv oplevelse for både deltagerne og arrangørerne. Til trods for, at man var amatør/nybegynder inden for cykelløb, så fik man en succesoplevelse i forbindelse med idræt, som de socialt udsatte grupper sjældent oplever.

Tour de Udsat blev en bekræftelse af LVS’s formodning om, at idræt, sport og sundhed kunne give nogle socialt udsatte mennesker en glæde og positiv oplevelse både på det fysiologiske, mentale og sociale plan. Den erfaring havde enkelte væresteder i forvejen gjort sig. Rundt om i landet var der flere lokale idrætsklubber på værestederne, som havde arrangeret flere sportsarrangementer. Men Tour de Udsat var det største og bekæmpede vel også nogle fordomme omkring so-

cialt udsatte menneskers ressourcer både fysisk og psykisk.

Værestedstanken

Den værdimæssige baggrund for DVI finder man i ’Værestedstanken’, som blev vedtaget på LVS’ 7. generalforsamling i 2005. Værestedstanken er et udtryk for et væresteds fælles arbejds- og værdigrundlag, og det er et forsøg på en afklaring af, hvad et værested er. (Hele Værestedstanken kan man finde på www.vaeresteder.dk).



Tune Andersen

Der står i Værestedstanken, at værestedet skal være et fristed, der rummer nye muligheder og veje for det enkelte menneske. Her kan idræt være en del af den proces. Endvidere står der, at man skal drage social, mental og fysisk omsorg for hinanden. Omsorgen skal ikke kun være skadereducerende, men også fremmende for den enkeltes sundhed og mulighed for et bedre liv. Dvs., at idræt på værestedet ikke kun skal bruges som en form for behandling, men som forebyggelse mod dårligt helbred og opbygning af personlige, sociale og fysiske kompetencer for det enkelte menneske.

Kigger vi først på den fysiske del, så kan idræt give det enkelte menneske en fysisk positiv udvikling. Menneskets krop er jo på trods af vores ikke-fysiske hverdag bygget til muskelarbejde. Muskelaktivitet er f.eks. vigtig for kroppens centrale nervesystem og produktionen af proteiner. Fysisk aktivitet og træning kan også spille en rolle, ikke kun i forebyggelse af visse sygdomme, men også i behandlingen af dem. Desuden har fysisk aktivitet en positiv effekt på vores søvnmønstre og vores appetitregulering. Alt i alt vil fysisk træning give de socialt udsatte et bedre helbred og et fysisk overskud i hverdagen.

På det mentale plan vil idræt f.eks. kunne påvirke følgende faktorer: en bedre koncentrationsevne, en bedre indlæringsevne, modvirke stress, virke antidepressivt, aflede tanker fra en trist hverdag, påvirke sindsstemningen positivt, give større selvtillid og virke identitetsdannende.

Socialt vil idrætsaktivitet give de udsatte en større social kontakthænde, et personligt netværk, et ægte socialt fællesskab, der ikke kun er baseret på f.eks. rusmidler. Idræt kan give positive oplevelser i samvær med andre og give de socialt udsatte mennesker et indhold i dagligdagen, som måske kan være grundlaget for en videre personlig udvikling: Idræt

kan skabe et beskyttet vækstmiljø, der også kan fungere som et socialt træningslokale.

Er der brug for DVI?

Men hvorfor nu oprette sin egen idrætsorganisation? Hvorfor ikke bare koble sig på den eksisterende idrætsverden, som både har 100 års erfaring, knowhow, økonomi, gode fysiske rammer og veletablerede idrætsforeninger?

De to største idrætsforbund i Danmark, nemlig DIF (Danmarks Idræts-Forbund) og DGI (Danske Gymnastik- & Idrætsforeninger), har p.t. ikke vist nogen reel interesse for de socialt udsatte mennesker på væresteder eller for et konkret samarbejde med DVI. Det er selvfølgelig ærgerligt, at de to største forbund ikke vil være med på banen for

ind i de eksisterende idrætsforeninger, for det kan de store forbund da ikke forhindre?

Jo, det ville være det nemmeste for de socialt udsatte, hvis det bare var et spørgsmål om en indmeldelse. Men det er desværre ikke bare et spørgsmål om et par formaliteter. For mange udsatte mennesker vil det være meget grænseoverskridende, at træde ind over dørtrinnet til idrætsanlægget eller ringe til en idrætsklubs formand eller kasserer. De ca. 50.000 udsatte mennesker i Danmark befinder sig nederst på den sociale rangstige både økonomisk, socialt og personligt. Det er altså folk, der mangler selvtillid, økonomisk indkomst af betydning (til betaling af kontingent og udstyr), fysisk form og socialt netværk. Og ofte har de også svært ved at



Tune Andersen

de udsatte, da det er en vigtig samfundsopgave at få f.eks. sundhedstilstanden hos de udsatte forbedret. Her kunne de store idrætsforbund være vigtige medspillere, hvis man tænker på deres erfaring, økonomi og kapacitet. Kan man så ikke bare finde en anden løsning? F.eks. kunne de socialt udsatte da bare melde sig

finde sig til rette inden for de rammer, som tilbydes af den etablerede idrætsverden (f.eks. pga. af deres misbrug).

Og hvad med den omvendte situation? Altså, at de etablerede idrætsklubber kommer ud til værestederne og tilbyder et samarbejde? En del idrætsklubber har jo tabt med-



lemmer til den uorganiserede idræt (motionscykling, løb, fitnesscentre, rulleskøjter osv.), så de må da være interesseret i at få nye medlemmer? Nej, og atter nej. Idrætsklubberne står ikke ligefrem med åbne arme og byder velkommen til de 50.000 potentielle medlemmer. NIMBY-fænomenet (not in my backyard) eksisterer desværre også inden for idrætsverdenen. Den lokale idrætsforening kan måske godt synes, at det er en god ide med idræt for socialt udsatte, men bare ikke lige i deres forening. Foreningerne har bekymringer over, at børn og unge færdes sammen med stofmisbrugere i idrætshallen, eller frygter for tyveri og medlemsflugt. Bekymringer, der ofte skyldes den samfundsmæssige afstand, der er mellem misbrugs- og idrætsverdenen.

Til idrætsforeningernes forsvar skal det dog nævnes, at mange klubber og foreninger ikke har det fornødne overskud eller kapacitet til den nye gruppe af idrætsudøvere. Idrætsforeningerne mangler f.eks. penge, frivillige (trænere/ledere), hal-tider og knowhow for at kunne sluse socialt udsatte mennesker ind i idrætsforeningen. Derudover har foreningerne også en række vedtægter og love, som nogle udsatte kan have svært ved at leve op til. Som eksempel kan nævnes, at mange klubber har et forbud mod alkohol, stoffer og rygning. Og hvad med dopingreglementet, som idrætsklubberne er underlagt? Alt i alt kan de udsatte grupper lade sociale status kombineret med idrætsforeningers fordomme, regler og manglende kapacitet være en uoverstigelig barriere for et medlemskab af en idrætsforening.

Dog vil DVI på sigt arbejde hen imod at bygge bro mellem forskellige aktører på idrætsmarkedet og det enkelte menneske på værestedet. I øjeblikket forhandler DVI med Danmarks tredjestørste idrætsforbund, Dansk Firmaidrætsforbund (DFIF), om et fremtidigt samarbejde.

Fremtiden

I 2006 har DVI arrangeret et større idrætsarrangement - et adventurerace med kano, fodbold, bueskydning og krolf (en blanding af krocket og golf) over tre dage i Silkeborg. I løbet af vinterhalvåret vil DVI være medspiller på diverse fodboldstævner, og i foråret 2007 vil der blive lavet en aktivitetsweekend for DVI-klubberne.

Med hensyn til DVI-klubber vil idrætsorganisationen DVI i løbet af de næste par år satse på at få oprettet flere klubber for de socialt udsatte grupper rundt om i landet. Målet er en 30-40 klubber, som dyrker flere former for idræt kombineret med sociale oplevelser. I øjeblikket har DVI 15 medlemsklubber, hvor man i større eller mindre grad er gået i gang med diverse idrætsprojekter. Men det vigtigste for DVI er ikke antallet af klubber, men antallet af aktiviteter i klubberne og opbakningen til disse aktiviteter. Her ligger nok en af de store udfordringer for DVI, nemlig at få vendt brugerne af et værested fra en passiv rolle til en aktiv rolle på værestedet. Det kræver initiativrigdom, hårdt arbejde og tålmodighed at få aktiviteter til at fungere. Og selvom man har et godt projekt, har lagt meget arbejde i det og har givet megen information til målgruppen, så risikerer man, at der kun dukker få eller ingen op til ens projekt. En erfaring, som mange væresteder har gjort sig gennem tiderne. Her kan DVI være en god sparringspartner til ildsjælene på f.eks. værestederne.

DVI ønsker nemlig støtte lokale idræts- og sundhedsprojekter med f.eks. vejledning i at søge midler og lokaler. Og at hjælpe DVI-klubberne med materialer, udstyr, træningsvejledning, information, PR og planlægning af arrangementer. Endvidere vil DVI gerne bidrage til et samarbejde mellem DVI-klubberne og den etablerede idrætsverden.

En drøm for DVI er også at kunne uddanne mennesker fra være-

stederne til at blive idrætsvejledere, som næsten er en nødvendighed for at få skabt en aktivitets- og idrætskultur hos de socialt udsatte mennesker. En idrætskultur, som med små skridt også gerne skulle munde ud i nogle fælles, større idrætsarrangementer for DVI. Gerne et arrangement på linie med Tour de Udsat eller måske et slags OL for socialt udsatte mennesker.

Måske kan Dansk VæreSteds Idræt ikke helt leve op til den velkendte idrætsfloskel: 'En sund sjæl i et sundt legeme', men vores rummelighed skulle gerne sikre, at alle mennesker uanset baggrund har en reel mulighed for at dyrke idræt.

LITTERATUR

Sørensen, Curt: På den skæve klinge. Landsforeningen af VæreSteder. 2006.

Thisgaard, Ole: Mulighedernes værested. Landsforeningen af VæreSteder. 2005.

Sundhedsstyrelsen, Center For Forebyggelse: Fysisk Aktivitet - håndbog om forebyggelse og behandling. 2003.

Bech-Jessen, Freja: Den ukendte nabo er ofte den mest skræmmende. Kristeligt Dagblad. 2006.