

Varde Kommune
Center for Sundhedsfremme
Ringkøbingvej 32
6800 Varde
Att.: Margit Vest Thomsen

Esbjerg, den 17. november 2016

DGI Sundhedsidræt

Ifølge aftale er her et ideoplæg til samarbejdsprojekt omkring DGI Sundhedsidræt mellem Varde Kommune og DGI Sydvest. I første omgang vil der primært være fokus på implementering af rygtræningskonceptet, som et led i at styrke samarbejdsrelationerne mellem det frivillige idrætsforeningsliv og kommunen i forhold til at igangsætte rehabiliterende og forebyggende rygtræningstilbud til borgerne i de lokale idrætsforeninger.

DGI Sundhedsidræt Rygtræning

Giver deltagerne kendskab til mange dimensioner af træning af ryggen. Ud over arbejdet med de forskellige øvelser, får deltagerne forståelse for kroppen og ryggen og lærer at forholde sig til at træne med kroniske smerter.

Uddannelsen består af

- 40 timers basisuddannelse
- 20 timers specialiseringsuddannelse (ryg-, senior- eller kredsløbstræning)
- Supervision og fastholdelse af instruktører
- Kursus- og deltagermanualer

Varde Kommune

Stiller lokaler til rådighed i forhold til uddannelsen af instruktørerne.

Herudover sørger kommunen for, at lokale fagpersoner og det kommunale sundhedspersonale henviser borgere til holdene.

Foreningen

Foreningerne står selv for at finde lokaler og instruktører, opkrævning af medlemskontingent og evt. etablering af vedligeholdelseshold. Foreningen betaler selv for uddannelse af instruktørerne og sørger efterfølgende refusion hos Varde Kommune på normal vis.

DGI Sydvest

Tager kontakt til foreningerne og er med til at sikre, at der er foreninger fordelt i hele kommunen.

Opretter og afholder uddannelserne lokalt. Foranlediger supervision af instruktørerne, ligesom der afholdes netværksmøder for instruktørerne 1-2 årligt.

DGI Sydvest hjælper med markedsføringsmateriale til foreningerne i form af plakater og folder, ligesom der laves folder til kommunen, som de kan udlevere til interesserede borgere.

Varde Kommunes pris for samarbejdsprojektet vil være et årligt beløb på kr. 20.000,-.

Venlig hilsen

Gitte Søndergård
Idrætskonsulent