

SVØMNING OG RIDNING

Kompenserende undervisning for voksne med bevægehandicap



**FOF
AA
RHUS**



FOF Aarhus • tlf. 86 12 29 55 • mail@fof-aarhus.dk • www.fof-aarhus.dk

I samarbejde med Aarhus Kommune tilbyder FOF Aarhus kompenserende specialundervisning i **SVØMNING OG RIDNING** for voksne med bevægehandicap.

MÅLGRUPPE

Deltagere der har et bevægehandicap, hvis virkninger kan afhjælpes eller begrænses ved undervisning. Har du således et fysisk handicap, er du muligvis berettiget til at få et tilbud om kompenserende specialundervisning.

MÅL

Målet er at kompensere, udvikle og forbedre deltagerens fysiske, psykiske og sociale handlemuligheder, således at vedkommende sikres mulighed for en aktiv deltagelse i samfundslivet.

INDHOLD

Der udarbejdes en individuel undervisningsplan, som tilpasses den enkeltes forudsætninger, færdigheder og behov.

PRAKTISK

Undervisningen foregår i perioden august/september til december og fra januar til april/maj. Hver undervisningsgang er på én lektion. Undervisningen er gratis.

UNDERVISERE

Alle undervisere ved den kompenserende specialundervisning er godkendt til denne undervisning.



Kompenserende svømmeundervisning

Svømning for bevægelseshæmmede. På små hold i varmt vand undervises der i svømning, hvor der kompenseres for dit bevægehandicap.

Undervisningen foregår på Lokalcenter Møllestien i Aarhus C.



Kompenserende rideundervisning

Handicapridning for bevægelseshæmmede som følge af muskellidelser, knogledidelser, hjerne-skader, ulykker, sygdom, medfødte syndromer eller fødselsskader.

I undervisningen er der tilknyttet en handicap rideinstruktør og medhjælper.

Undervisningen foregår på Åstrup Sportsrideklub ved Skødstrup.

Ansøgning

Hver deltager skal visiteres, hvilket foregår på baggrund af ansøgningsskema, som deltageren skal udfylde og indsende til FOF Aarhus.

Ansøgningsskemaet kan hentes på www.fof-aarhus.dk/download

Kontakt FOF Aarhus for yderligere information. **Tlf. 8612 2955**



SELVTRÆNING PÅ DIT LOKALCENTER

Dit lokalcenter i Aarhus Kommune og FOF Aarhus har indgået en samarbejdsaftale, der giver dig unikke selvtræningsmuligheder.

Medlemskabet giver dig

- adgang til lokalcenterets træningslokaler i deres åbningstid
- introduktion til fitnessmaskinerne så du undgår skader
- vejledning tilpasset dine træningsbehov
- mulighed for opfølgning på dit træningsprogram.

FOF Aarhus har aftale med de fleste lokalcentre i Aarhus.

Folder kan hentes på: www.fof-aarhus.dk/download.

For tilmelding skal du ringe på tlf. 8612 2955.



SUNDHED OG OMSORG
Aarhus Kommune



FOF Aarhus • tlf. 86 12 29 55 • mail@fof-aarhus.dk • www.fof-aarhus.dk