



Jacob Tøibner er konsulent i Odense Kommune og hjælper med at sparke Bolbro IFS i gang. Han er instruktør i starten og guider og vejleder de frivillige, der med tiden vil overtage træningen. Foto: Frederik Steen Nordhagen

## ODENSE

# Psykisk sårbare får plads i stor idrætsforening i Odense

Da idrætsforeningen Bolbro GIF fik tilbuddet om at lave en underafdeling for psykisk sårbare under navnet IFS - Idræt for Sindet - var der intet at betænke sig på for hovedbestyrelsen. I disse uger er opstarten af afdelingen så småt i gang med hjælp fra Odense Kommune og Dansk Arbejder Idrætsforbund.

22 feb. 2020 kl. 15:00

---

Stine Jessen Jensen [sjj@fyens.dk](mailto:sjj@fyens.dk)

---

Alle skal være så hjertelig velkomne i Bolbro GIF, og i hovedbestyrelsen havde medlemmerne netop talt om, hvordan sloganet "Plads til Alle," fik mere luft under vingerne, da de fik en henvendelse fra Odense Kommune, om foreningen ville være med til at starte en underafdeling for sindslidende og psykisk sårbare.

- Vi havde talt om paraidræt, men også om afdelinger for ældre og andet, så da vi fik henvendelsen fra Odense Kommune, var vi ikke i tvivl. Det passer godt med vores formålsparagraffer, fortæller Per Mortensen.

Han er medlem af Bolbro GIF's hovedbestyrelse og glæder sig over, at foreningen nu har fået en syvende underafdeling. Foruden afdelinger for håndbold, fodbold og badminton har foreningen amerikansk - og australsk fodbold og yoga for børn.

Bolbro IFS har stiftende generalforsamling den 5. marts, men motionstilbuddet til psykisk sårbare er allerede så småt i gang med hjælp fra Odense Kommunes Center for Sundhed og Forebyggelse. Jacob Tøibner fra kommunen er med i den første tid blandt andet for at hjælpe frivillige instruktører i den nye forening.

Han har for nyligt afsluttet sit speciale på idrætsstudiet, der netop handlede om idræt og psykisk sårbare og forklarer, at tiltaget handler om at fastholde psykisk sårbare og sindslidende i et idrætstilbud.

Sindslidende med type 2-diabetes bliver i Odense Kommune tilbudt et 12 ugers uddannelsesforløb i kommunen med fokus på sygdomsmestring, kost og motion, og når det uddannelsesforløb udløber, kan det være svært at fastholde de gode vaner og livsstilsændringer, er erfaringen.

- Fællesskab og relationer fastholder. I en idrætsforening for psykisk sårbare handler det primært om at skabe tryghed og fællesskab. Det handler om at møde ligesindede, og konkurrenceelementet er nedtonet. Det er ikke vigtigt, hvem der vinder, eller om man overhovedet kan ramme bolden, siger Jacob Tøibner

## **Bolbro IFS**

Bolbro IFS (Idræt for Sindet) er blevet til i et samarbejde mellem Odense Kommunes Center for Sundhed, Bolbro GIF og Dansk Arbejder Idrætsforbund.

Underafdelingen af Bolbro GIF er målrettet psykisk sårbare. Mange har været i kortere eller længere forløb for eksempel i at mestre sygdommen Type 2-diabetes, og håbet er de vil holde fast i livsstilsændringer og forbedrede motionsvaner.

Center for Sundhed og Forebyggelse har fået tildelt midler fra Sundhedsstyrelsen til projektet "Udvikling af patientuddannelsesforløb målrettet borgere med sindslidelse og type 2-diabetes.

Bolbro IFS får ingen økonomiske støtte, men Jacob Tøibner fra Odense Kommune hjælper med at løbe det i gang indtil udgangen af 2020.

## **Idrætsdag til marts**

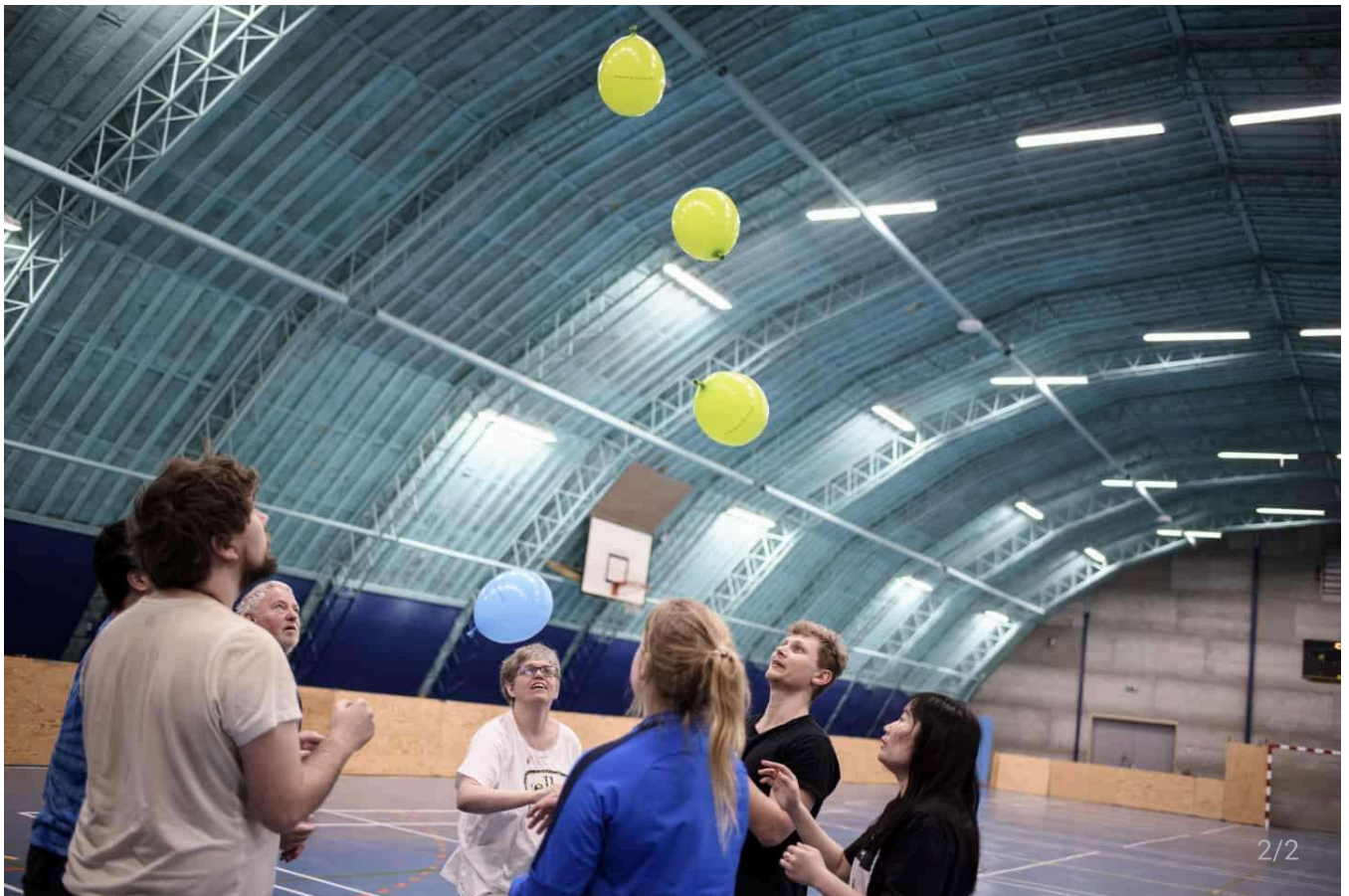
Odense Kommune har allerede motionstilbud til psykisk sårbare - blandt andet motionstilbuddet "Optur," men Bolbro IFS bliver anderledes, fordi aktiviteterne foregår i en helt almindelig forening, og dermed ikke er et kommunalt tilbud, forklarer Lisa Holm Rasmussen, der er sundhedskonsulent i Center for Sundhed og Forebyggelse i Odense Kommune.

- Foreningen skal være for psykisk sårbare og ikke kun for sindslidende med type 2-diabetes. Ved at udvide målgruppen håber vi at kunne tiltrække personer med psykisk sårbarhed med lidt flere ressourcer. Vi håber, at foreningen kan blive både en indslusning til og fastholdelse efter endt patientuddannelsesforløb hos os. Vi vil gerne bidrage til og sikre os, at borgerne bliver mere aktive i deres hverdag og være med til at reducere ulighed i sundhed. Det bliver også interessant at se, hvor meget vi som kommune kan trække os. Nogle vil måske endda få lyst til at være med i de almindelige idrætstilbud, siger hun.

Når der er stiftende generalforsamling den 5. marts, bliver det fejret med en idrætsdag med masser af aktiviteter, kaffe, te, frugt og kage. Det er fra klokken 14 til 17 og alle med tilknytning til psykiatrien, psykisk sårbare eller folk med generel interesse i idræt for sårbare er velkomne.

Det bliver rådmand Søren Windell (K), der helt officielt indvier Bolbro IFS den dag, og han glæder sig allerede siger han:

- Jeg synes det er et rigtig dejligt projekt med gevinst på så mange områder. Det her med at komme ud og bevæge sig og få frigivet nogle endorfiner i kroppen - det giver noget glæde til nogle personer, der i den grad har brug for det. Det er godt, at en lokal idrætsforening i et udsat boligområde påtager sig et socialt ansvar. Det er et eksempel til efterfølgelse.



Der er meget at holde styr på, når der er fire balloner i luften og en bold ved fødderne, men det skaber mange sjove situationer og grin. Foto: Frederik Steen Nordhagen