



En gruppe ældre brugere af dagtilbuddet ved Filadelfia i Dianalund tester deres egne personlige grænser en gang om ugen, når der er Handileg på programmet

Leg bryder barrierer ned...



Et par ældre brugere tripper forbi med små, forsigtige smil. En kvinde med et smittende humør og en stor, lyserød hat parkerer sin kørestol i rundkredsen og kan tydeligt næsten ikke vente. Der er en summende forventningsfuldhed i luften. Der skal ske noget udover det sædvanlige. Der er tyve minutter til, at Handileg begynder.

Handileg er en blanding af sangleg og lettere fysisk aktivitet, som mange af tilbuddets brugere er blevet meget glade for at deltage i.

- Vi forsøger at inkorporere fysisk aktivitet og sang i et vist omfang i hverdagen, og der er leg et vigtigt element, forklarer Daggi Mortensen, der er tovholder for projekt Handileg på dagtilbuddet.

PARAPLYEN GÅR RUNDT

Lars Hazelton fra Gerlev Legepark er manden, der styrer løjerne. Han er selv manden bag det halvandet år lange projekt, som startede interessen for at lege i dagtilbuddet.

Projektet, der sluttede i september i år, viste, at leg kan bruges som indgangsvinkel til et sundere liv for mennesker med udviklingshæmning – både unge og gamle.

Så Lars er faktisk bare på "kontrolbesøg" denne onsdag formiddag, hvor der er leg på programmet i dagtilbuddet. Han indtager rollen som stand in for Daggi og indleder seancen med at hive en stor paraply frem. Nu skal de ældre synge Paraplyens sangen.

Linda er modig – hun er den første, der træder ind på gulvet i rundkredsen, og hun modtager paraplyen fra Lars. Linda skal vandre rundt imellem de andre brugere med paraplyen, imens sangen går om en tyv, som har stjålet Lindas ven.

Linda udnævner efter første vers en anden deltager som "tyv", og modtageren skal være den nye ude i kredsen.

Berit med den lyserøde hat insisterer højtlydt på at blive den næste, der skal i felten. Hun nyder sin lille optræden, og paraplyen går derefter videre til Charlotte, som overgiver den til Carsten, der tager den – efter lidt betænkningstid.

OVERTALELSENS KUNST

Nogle af de ældre er mere modvillige end andre, og det kræver lidt ekstra, intensiv overtalelse, før de vil deltage aktivt i legen.

Lars Hazeltons store indlevelse og medrivende engagement, parret med en behørig respekt for de ældres grænser, får mange af de tvivlrådige ældre til at lade sig føre blidt ind i rundkredsen.

Der er stadig en del, der nægter at tage en fysisk rolle under sangen, men næsten alle følger meget ivrigt med i legen, mange smiler, flere synger med, og stemningen er rar.

JEG SÆTTER MIN HAT

Til næste sang på programmet skal alle deltagere vælge en hat fra to slidte kufferter, Lars Hazelton har slæbt med.

Lars klikker kufferterne op, og en mængde spøjse hovedbeklædninger åbenbares. En tyrkisk fez, en slidt tropehjelme, en imponerende pelshue, en beskyttelseshjelm og et beduintørklæde a la Arafat er blandt udvalget.

Deltagerne tager en hat på og fortæller, hvilket land, hatten antyder, at de netop har besøgt. En kvinde har været i Grønland, en mand i Australien, en har besøgt Marokko, og Berit har smidt den lyserøde hat til fordel for beduintørklædet, for hun er lige vendt hjem fra Arabien. To har valgt ikke helt så fjerne feriemål. Charlotte fortæller med fast stemme, at hun kommer fra Bornholm. Og en anden kvinde har lige været en tur i Slagelse.

Som afslutning går deltagerne en lille march med hinanden i hænderne og hattene på.

ET AFBRÆK I HVERDAGEN

De brugere, som kunne deltage aktivt i legen, er begejstrede. For nogle var det første gang, de prøvede det, men de vil helt sikkert gerne med igen næste gang.

Linda, som var den første ude på gulvet, fortæller, at det er meget sjovt at være med til at lege – men at Paraplyens sang i hvert fald var det allersjoveste.

Eva deltog meget levende under hele seancen, men nægtede dog at tage en hat på under Hattens sangen. Det har sin årsag.

- Handileg er dejligt og pragtfuldt, fordi det er en omvæltning fra hverdagen. Men jeg vil ikke have hat på, for det ødelægger mit pæne hår, siger Eva bestemt.

UDVIKLING I MUSESKRIDT

- Det er dejligt og livsbekræftende, og det at lege får folks barrierer ned. De ældre er glade for at være sammen. For nogle har det krævet en lang tilpasningstid. Nogle ville i begyndelsen slet ikke sidde i rundkredsen, så bare det, at de overhovedet vil være med i kredsen nu, er stort, forklarer Daggi Mortensen og fortsætter:

- Man oplever måske ikke umiddelbart en ændring lige under eller lige efter en omgang leg. Men der sker en udvikling hos de ældre – den foregår bare i muse-skriddet. Man ser måske reaktionen senere på dagen. Ofte har de ældre været lukket inde i deres egen verden. Nu har de accepteret at være med i noget med de andre. Fra at være fuldstændig tilbageslænet og nægte at deltage, lader beboerne sig nu inkludere om noget fælles. Handileg rykker ved personlige grænser, og de ældre ser, at det ikke er farligt at være med, siger Daggi Mortensen.

- Det er dejligt og livsbekræftende, og det at lege får folks barrierer ned.

Væk fra væggen og ud i kredsen...

En række unge med udviklingshæmning fra aktivitetscenteret Korshus på Filadelfia har overrasket mange i deres omkreds med det, de kaster sig ud i under legen. Men ikke manden, som driver dem rundt i manegen

- Jeg ved godt, at nogle vil sige, at ifølge lærebogen vil en med svær udviklingshæmning ikke kunne deltage på det niveau, som vi ser dem i her, under legen. Men jeg er ikke overrasket over de unges engagement, for jeg har arbejdet med leg som redskab for handicappede i mange år, forklarer Lars Hazelton, der er instruktør for holdet.

Holdet, der er samlet her i en kold gymnastiksal, er en gruppe unge imellem 20 og 40 år. Deltagerne er blandt andre mennesker med udviklingshæmning. Og de har alle udviklet sig igennem legen, fortæller Lars.

Nogle af de unge, som i dag grinende løber rundt for at fange hinanden, krøb sammen op af væggen, da holdet startede med at mødes. En af dem, der løber forbi med et stort smil, er en pige med Downs. Før stod hun altid i et hjørne for sig selv. Nu kan hun godt selv finde på at starte en leg og bede om hjælp, når der er noget, hun går i stå i.

VI ER ENS I LEGENS UNIVERS

- I legens rum kommer vi alle fra det samme sted, om vi er handicappede, skoleelever eller it-direktører. Leg kan overvinde frygt og forløse tryghed, sprede livsglæde og varme, og instinktivt reagerer vi alle ens på et almenmenneskeligt plan, mener Lars Hazelton.

- Vi taler i de samme billeder og har de samme følelser. På tværs af brugergrupper og pårørende. Der er motoriske forskelle, men gennemgående griner vi af det samme. Leg er noget fællesmenneskeligt, siger Lars Hazelton.

De unge har alle udviklet sig fra deres forskellige begyndelsespunkt. De snakker, griner og dasker hinanden på skuldrene, selv om flere af dem normalt har det meget vanskeligt i sociale sammenhænge.

AT MÆRKE SIN KROP

De unge udvikler sig på mange planer. Både psykisk, men også fysisk.

- I begyndelsen er det svært for mange af dem at være fysiske, men de udvikler sig. Jeg bruger stærkt strukturerede, overskuelige fælles lege. Det er lege, hvor de blandt andet skal løbe efter hinanden, fange hinanden, røre ved hinanden, og hvor de får testet deres krop og styrke.

- De får pludselig et forhold til deres krop. I øvelser skal de spænde og afspænde deres muskler. Mange af dem har været vant til at gå og spænde op i kroppen uden at føle noget. Det er meget overvældende for en del af dem pludselig at "mærke" sin krop, siger Lars Hazelton.

EN SPIRE KAN NEMT SLÅS NED

Lene Nielsen, pædagog på aktivitetscenteret, er tovholder for de unges legeaktivitet.

- Jeg er selv idrætsinteresseret og med inspiration fra Lars (Hazelton, red.) fik jeg etableret holdet med støtte fra TrykFonden. Vi kan se, at det er godt for de unge. Jeg kan se det i hverdagen. De tør stå mere frem, tør flere ting, og deres personlighed kan udvikle sig. De bliver mere åbne, og nogle bliver også mere fysisk aktive.

- Men sådan en spire, som det her projekt har sået, kan hurtigt slås ned, hvis nøglepersonen bag projektet forsvinder. Vi har været udsat for mange besparelser, og det påvirker medarbejderne i høj grad. Hvis man er utryk, har man ikke overskud til at engagere sig i projekter ud over sine sædvanlige arbejdsopgaver. Det er trist, men sådan er virkeligheden, siger Lene Nielsen.

- Det handler meget om, at dem, der skal beskæftige sig med at lege med de unge, brænder for det – og det har mange af os også gjort, lige fra begyndelsen. Men hvis der er uro på en arbejdsplads, smitter det af, og det kan slå sådan et projekt som dette ned, siger Lene Nielsen.

KÆMPER FOR AT FORTSÆTTE LEGEN

Lars Hazelton hanker op i alt sit grej og lægger det ind i sin i forvejen fuldstændig overbelastet kassevogn, hvor hatte, støvler, paraplyen og andre rekvisitter kæmper om pladsen. Han suser videre til næste aftale i København.

Men Lene Nielsen og hendes kolleger ved Filadelfia ønsker ikke at stoppe legen og slippe den gode udvikling, de har set spire i de unge.

Lene Nielsen satser meget på at kunne arbejde selvstændigt videre med legeaktiviteter for de unge, nu hvor projekt Handileg officielt er afsluttet.

GERLEV LEGEPARK

Gerlev Legepark blev i sin tid etableret under navnet Idrætshistorisk Værksted (IHV). Organisationen har eksisteret siden 1983, de første ti år fortrinsvis som forsknings- og udviklingsmiljø.

Gerlev Legepark har siden 1983 indsamlet, registreret og systematiseret gamle idrætslege og etableret en national legesamling i en database, som rummer over 1000 forskellige lege.

Gerlev Legepark samarbejder om projektforbøb med handicappede, skoleelever, SFO'er og daginstitutioner, private og virksomheder.

Læs mere på www.gerlevlegepark.dk.



HANDILEG

Handileg, som det udøves på dagtilbuddet og i aktivitetsscenteret ved Filadelfia, er udviklet i samarbejde med Gerlev Legepark. Her er Lars Hazelton instruktør og pædagogisk leder.

Gerlev Legepark har erfaring for, at fysisk aktiv leg og bevægelse kan være et meget effektivt redskab i mange udviklingssammenhænge, som for eksempel ved arbejde med sundhed, motorisk udvikling, integration, teamudvikling og sociale problemer.

Gerlev Legepark udvikler legearrangementer for mennesker med forskellige typer af handicaps. Legeparken har dannet rammen om legeoplevelser for både fysisk og psykisk handicappede, deriblandt mennesker med udviklingshæmning, autister, hørehæmmede og muskelsvindramte.

Lars Hazelton mener, at mange med udviklingshæmning kan åbne sig meget mere op og være meget mere aktive deltagende i fysisk udadvendt leg og spil, end mange, også fagfolk, forestiller sig. En aktivitet som Handileg kræver ikke, at deltageren kan yde på et bestemt niveau. Målet er, at deltageren skal få en masse ud af at være med i det omfang og tempo, han formår. Om det så er som ivrig tilskuer.

Projekt Handileg er finansieret med tilskud fra TrykFonden.

