

## **Alpinutstyr for sittende funksjonshemmede**

Det er blitt mange muligheter for funksjonshemmede i slalåmbakken. De siste åra er det blitt mye utstyr å velge mellom. Det er viktig å gjøre seg godt kjent med hva som finnes, slik at man velger det produktet som passer best. Poenget er jo at man skal bli mer aktiv, ikke samle mest mulig utstyr i garasjen. Utstyr som finnes er Biski, sitski, dualski, skicart og cartski. Det utvikles stadig flere varianter, men sitski og biski er det mest brukte utstyret.

## **Hva er riktig utstyr for deg; sitski eller biski?**

Sitski er for mange et endelig mål. Det er flott å kunne ferdes selvstendig i bakken, uten hjelp fra andre. Noen, spesielt unge barn, trenger ledsaging i en periode før de greier seg selv i bakken, men de er avhengig å ha brukbar sitteballanse og god funksjon i armene for å greie seg selv. Aktuelle brukere av sitski er: ryggmargsskadde, paraplegikere, diplegikere, beinamputerte, polio og andre med nedsatt funksjon i beina.

Dersom sannsynligheten er liten for at bruker kan bli selvstendig i slalåmbakken, er biski det riktige alternativet.

Biskien er godt egnet for trygg ledsaging. Bruker sitter stabilt og lavt, og er godt beskyttet. Det finnes mange muligheter for stropping og ekstrautstyr som kan hjelpe ulike brukere og ledsagere. Biski-brukeren kan få skien til å svinge med liten egeninnsats. Det er bare å flytte vekten litt over på siden, så vil skien svinge av seg selv. Det klarer de fleste brukere med litt øving. Slik blir ikke brukeren ”passasjer” i bakken, men fungerer i team med ledsager. Dette er viktig å ta med seg når man velger utstyr, og det er viktig å søke råd og vink for å bli en best mulig ledsager; både når det gjelder tilpasning av utstyret, utvikling av teknikk og samarbeid mellom bruker og ledsager. Biskien har også et større bruksområde både på snø og is. Kontakt meg for å få tips til riktig bruk av biskien, og hvordan du kan bruke hjelpemiddelet i et utvidet perspektiv. Mer aktiv om vinteren; på skolen og i fritiden.

Aktuelle brukere for biski er: quadriplegikere, hemiplegikere, muskelsyke, beinskjøre, utviklingshemmede, multihandikappede og tetraplegikere.

Det er tre varianter av BISKI; Unique, Glide og Dynamique. Kontakt Sitski Norway for anbefaling i forhold til dine behov.