

Fra: 1699@hfk.no

Sendt: 15.02.2016 11:19:00

Til: Hordaland Fylkeskommune - Postmottak; Hanne Espe

Kopi:

Emne: 2016/99 Lavterskel tilskot til fysisk aktivitet for barn og ungdom

Vedlegg:

tiltak: Familieretta livsstilskurs

sokjar: Fjell kommune v/frisklivs- og meistringskoordinator

orgnr: 951 996 777

kontakt: Liv Møen eller Irene Kjønerød

epost: Liv.Moen@fjell.kommune.no

tlf: 55096850

konto: 85801408600

kostnad: 60000

soknadssum: 30000

andre: Nei

andre2: Nei

skildring: Fjell kommune ønskjer å lage eit kurstilbod til barn og foreldre med utfordringar knytt til overvekt.

Barnefysioterapeutane i Fjell kommune driv i dag eit gruppetilbod til born med overvekt eller rørsleutfordringar. Ein ser at tilbod bare til borna gir for dårlege resultat over tid og vil derfor utvide tilbodet med å tilby ei kursrekke til familiar slik at dei kan få inspirasjon til god og sunn kvardagsmat og verte introdusert for ulike idrettsaktivitetar som finst i kommunen.

maal: Målsetjing:

Gjere familiare i stand til å ta sunnare val i kvardagen og med det førebyggje livsstilssjukdommar.

Utvide horisonten for aktivitetstilbod og arenaar der borna kan drive fysisk aktivitet på fritida.

Målgruppe:

Barn i alder 6-10 år med overvektsutfordringar og deira familiar.

gjennomføring: Kurset skal gjennomførast 12 gonger på ettermiddag med ei oppfriskingshelg etter jul. Alt utanfor skule- og arbeidstid, med teori og praksis om mat for foreldre og praktisk matlaging og aktivitet for barn. Første kurs heldast i Fjell kommune, med moglegheit for familiar frå Sund og Øygarden til å delta. Verte kurset suksess vil ein utvide til interkommunale kurs for Fjell, Sund og Øygarden.

samarbeid: Frivillige lag og organisasjonar vert inviterte til å gjennomføre enkelte aktivitetsbolker i kurset slik at dei får presentert seg for familiare og familiare får kontaktpersonar i laga.

spesifiser: