

Fra: Ellen Strøm Synnevåg (esynnevag@hotmail.com)
Sendt: 13.02.2014 09:26:10
Til: Ellen Strøm Synnevåg
Kopi:

Emne: FW: søknad om tilskot til fysisisk aktivitet i eit folkehelseperspektiv
Vedlegg:

Fra: <regional@hfk.no>
Dato: 11. februar 2014 11:11:44 CET
Til: <jonvoll@hfk.no>, <mattorg@hfk.no>
Emne: søknad om tilskot til fysisisk aktivitet i eit folkehelseperspektiv

tiltak: Bare gjør det - du kommer ikke til å angre!
sokjar: Norges Astma og Allergiforbund, region Vest
orgnr: 984555660
kontakt: Hildur Østbø
epost: region.vest@naaf.no
tlf: 99122895
kostnad: 108 000
SUMfinans: 108 000
soknadssum: 73 000
andre: Nei
andre2: Nei
budsjett: Div aktiviteter kr 40 000
Bistand fra regionsekretær kr 25 000
Annonsering/Invitasjoner kr 3000
Div.premier,kjøring,kopi kr 5000
Dugnad kr 35 000

Finansiering: Støtte Hordaland fylkesk. kr 73 000
Dugnad kr 35 000

skildring: Mange med lungelidelser faller utenfor det tradisjonelle idrettslivet. Mange av disse har også falt ut av gymtimene på skolen.

I prosjektet " Bare gjør det - du kommer ikke til å angre" vil regionen i samarbeid med lokalforeningen I Bergen, Voss og på Stord få folk i aktivitet. Her vil en tilrettelegge slik at alle kan bli med. De første turene tilrettelegges med tanke på å komme seg ut av sofaen. En legger tilrette for aktiviteter som f. eks ski, bading, bowling, klatring, og kanopadling.

En vil også tilrettelegge for turer i skog og mark. Vi ønsker å vise at det finnes et bredt spekter av aktiviteter, og at alle kan finne noe som passer for seg.

Med å variere aktivitetene, og la folk prøve ting de kanskje ikke har prøvd før, håper vi å få med

mange deltakere. Vi ønsker spesielt å nå barn og unge.

Det å kunne planlegge sammen med andre, gjør det ofte lettere å komme seg ut av sofaen. På Stord vil vi samarbeide med Frisklivssenralen, her ønsker vi både å få til et familetilbud,og et tilbud for voksne.

maal: Dette er personer som møter mange hindringer og utfordringer i dagliglivet. De har behov for kunnskap og erfaringsoverføring. Mange av dem trenger i utgangspunktet ikke å gå i spesielle treningsgrupper. Men dette kan være et springbrett for senere deltakelse i fysisk aktivitet i sitt nærmiljø. En vil forsøke å få med nydiagnostiserte, da vi har erfaring med at det er denne gruppen har et stort behov for å treffe andre i samme situasjon. Samtidig ønsker vi å få med gamle medlemmer til slik at gruppene blir trygge og erfaring kan utveksles. Lærings og Mestringssentrene ved sykehusene og helsestasjoner vil være en arena hvor vi når dem. Også gjennom det allerede opparbeidede nettverket vil en nå disse gruppene.

Med disse tiltakene er vi som organisasjon med på og "gjøre Norge friskere". Fysisk aktivitet i et fellesskap vil kunne bidra til færre sykemeldinger, mindre medisinerbruk, økt selvbilde osv.

gjennomføring: Prosjektet skal organiseres via regionssekretæren. Lokallagene vil bli inkluderes i prosjektet ved at det forventes at de stiller med folk til dugnadsarbeid i forbindelse med planlegging og avvikling av arrangementene. Ved å skape sosiale nettverk hvor en kan møte andre i samme situasjon håper vi å kunne tilrettelegge for varig aktivitet.

samarbeid: Frisklivssentralen på Stord vil kunne bidra med kompetanse og møtested spesifiser: