

Fra: Matti Torgersen (Matti.Torgersen@hfk.no)
Sendt: 16.02.2014 09:08:19
Til: Ellen Strøm Synnevåg
Kopi:

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

Sendt fra min iPad

Videresendt melding:

Fra: <regional@hfk.no>
Dato: 15. februar 2014 14:01:15 CET
Til: <jonvoll@hfk.no>, <mattorg@hfk.no>
Emne: søknad om tilskot til fysisisk aktivitet i eit folkehelseperspektiv

tiltak: Lettare til fots
sokjar: Knarvikmila/aks-77
orgnr: 975674614
kontakt: Helge Brekke
epost: info@knarvikmila.no
tlf: 97145628
kostnad: 100.000
SUMfinans: 100.000
soknadssum: 50.000
andre: Nei
andre2: Nei
budsjett: Administrasjon 20.000
Honorar 35.000
Annonsering 25.000
premiering 20.000
Finansiering: Tilskot 50.000
Eigne midlar 50.000

skildring: Mosjons – og treningstilbod for folk i alle aldrar og på alle nivå, men spesielt tilrettelagt for innaktiv og uorganisert ungdom. Det er eit tilbod for dei som vil gå eller jogga , har lyst til å mosjonera/trena ønsker hjelp/inspirasjon til å koma i gang. Mosjonen/treninga føregår i ei grusløype i flotte omgjevnader. Løypa har lys. Inndeling etter nivå for folk som er heilt utrena, mosjonerar sporadisk ,ønskjer å mosjonera saman med andre ,ønskjer å jogga/springa.Me har instruktørar for dei ulike gruppene. Alle instruktørane er velkvalifiserte og har god røynsle. I opplegget inngår og livstilkurs , lagat opp som temakveldar om kosthald ,styrkeøvingar ein kan gjera ” heime i stova” , generelle livsstilsjukdommar , samanheng mellom fysisk - og psykisk helse. Alle temakveldane blir haldne av fagfolk. I opplegget inngår og testing av eigen form.

maal: Prosjektet skal bli ein viktig faktor i folkehelsearbeidet i regionen. Prosjektet skal vera ein inspirasjon og eit hjelpemiddel for å få folk til å bli meir fysisk aktive – og spesielt dei som er nær 0 - punktet. Ved hjelp av fysisk aktivitet og fagseminar skal me hjelpa folk til ein betre kvardag både fysisk og psykisk.

gjennomføring: Felles samling 2 gonger i veka. Der den eine kvelden er sett av til

intervall trening organisert i "1000m klubben - gå-jogg-spring". I tillegg set ein av tid til temakvelder, ca. ein gang i månaden. Her vil ein ha livstilkurs med ulike fagfolk. Ein vil her også nytta ungdom som vil fortelja om eigen erfaring når det gjeld bytting av livsstil. Rådgjevar for tiltaket er Leif Inge Tjelta, Dosent Dr. philos. ved universitetet i Stavanger.

samarbeid: ingen samarbeidspartnarar

spesifiser: