

## SIRI MALMSTRØM - NY PROSJEKTLEDER FOLKEHELSE



Siden 2009 har Rogaland fylkeslag vært i partnerskap folkehelse med Rogaland fylkeskommune, og mottar tilskudd til arbeidet. Nasjonalforeningen sin oppgave i partnerskapet har vært og er å tilrettelegge for et systematisk og langsiktig folkehelse-arbeid i samsvar med foreningens Handlingsprogram – i samarbeid med lokallagene i fylket.

Satsingsområder har vært lavterskel tilbud fysisk aktivitet og gå grupper for voksne/eldre, undervisningsopplegg og Hoppetaukonkurransen.

I 2017 er folkehelsearbeidet konkretisert i Årsplan for Rogaland. Målet er å bidra til at alle befolkningsgrupper i Rogaland skal kunne leve mer hjertevennlig. Tiltakene blir å formidle om «Smart på mat», ha tilbud om fysisk aktivitet og gå grupper.

**Siri som er ny prosjektleder for prosjekt folkehelse vil orientere mer på fylkesårsmøtet.**

### FYLKESKONTORET ER FLYTTET FRA SKIPPER WORSE LEDAAL!

Vi er nå på plass i nye lokaler i Torgveien 15c i Hillevåg. Telefon og e-post fungerer bra. Så ta bare kontakt eller ta en tur innom på besøk!

### JØSNESET HELSELAG

har fått tildelt penger fra Extra Express til å tilrettelegge for nye brukere til helsebadingen. Midlene blir brukt til badevaktkurs for frivillige badevakter, kurs for 2 instruktører og svømmekurs for menn og kvinner som er flyktninger bosatt i Hjelmeland. Bilde er fra svømmekurs for menn.



### FLERE/NYE I STYRET MED E-POSTADRESSER?

Det er fint om dere sender oss epost-adresse til flere enn en i styret. Da sikrer vi at det er flere som kan motta aktuell informasjon, og styret kan motta meldinger selv om leder er borte/på ferie eller av andre grunner ikke kan motta epost. **Takk for hjelpen!**

Fylkeskontoret for Rogaland og Vest-Agder, Torgveien 15C, 4016 Stavanger.  
Tlf: 51 52 43 55, E-post: [rogva@nasjonalforeningen.no](mailto:rogva@nasjonalforeningen.no)



Vi skriver april måned og det er vår i sørvest!

Lokallagene har hatt sine årsmøter og nye styrerepresentanter er ønsket velkommen i mange lag.

Regionmøtene er gjennomført med fokus på Nasjonalforeningssaker generelt og Folkehelse spesielt. Nå håper og tror vi at helselagene setter «alle kluter til» for å markere hjerteuka tidlig i mai. Det er ikke alltid det er så mye som skal til for å vise frem at hjerte har vært og er vår store sak!

Invitere med en barnehage eller skoleklasse for å lage hjertemarsj. Ha en stand der årets kviss som handler om salt vises fram. Salt kviss følger med i årets hjerteuke-pakke.

Vi på fylkeskontoret er kjempeglade for å få tilsendt bilder fra aktivitetene dere har, så bruk mobilen eller fotoapparatet, og send oss bilder fra det som skjer hos dere ☺

I år er det for første gang over 11 000 påmeldte elever til «Hopp for hjertet» i Rogaland! – fra 129 skoler (mot 117 skoler i 2016).

**Og husk: Lokallag som markerer hjerteuka og som gjør stas på skoleelever under hoppetaukonkurransen kan søke tilskudd fra fylkesstyret ☺**

**VI PÅ FYLKESKONTORET ØNSKER DERE ALLE FÅR EN RIKTIG FIN PÅSKE!**



**LEDER I LOKALLAGENE MOTTAR FLERE EKSEMPLARER AV «ROGVA»NYTT, FOR Å DELE UT TIL ALLE MEDLEMMENE I STYRET.**

**HUSK Å TA MED INFORMASJONEN TIL DE ANDRE STYREMEDLEMMENE!**



FØLG OSS PÅ FACEBOOK. BRUK SIDEN AKTIVT! LEGG GJERNE INN AKTUELL INFORMASJON OM NASJONALFORENINGENS SAKER OG KOMMENTARER.  
<https://www.facebook.com/nasjonalforeningenrogaland>



## NASJONALFORENINGENS HJERTEUKE 8.-14. MAI 2017

Vi håper mange har bestilt hjerte-pakke og har planene klar for hjerte-uka. Ta bilder og del med oss på fylkeskontoret og informer oss hva som skjer!

### Nasjonalforeningen Stavanger helselag

slår på stortromma i hjerteuka i år. De har sammen med Maijazz invitert alle barnehagene i Stavanger til en hjertemarsj med «swuung».

### Onsdag 10.mai

er det fremmøte ved Domkirken og nedover mot Kongsgård skole. Etter en runde ned Søregt, Østervåg og sentrum er det avslutning med musikk på Torget. Der blir det utdeling av diplomer til alle barn fra påmeldte barnehager.

### Fredag 12.mai, kl.16.30 – 18.00

blir det åpent møte med foredrag av Stein Ørn, Hjerte-lege og professor ved UiS, som vil snakke om «Hjertet ditt og fysisk aktivitet».



**HELSELAGSKAKE  
ANNO 2017,  
SERVERT PÅ REGIONMØTE  
I HELLVIK**

## **INSPIRASJONSAMLING**

**lørdag 4.november 2017, kl. 10 - 15**

**Bl.a. «Styrearbeid med friske fraspark!»**

**Gå IKKE glipp av dette 😊**

**mer info kommer etter hvert!**

## REGIONMØTER VÅREN 2017



På årets regionmøter var fokus **Folkehelse** og **spørsmål fra folkehelseutvalget** grunnlag for gruppearbeid. Folkehelseutvalget er nedsatt av Nasjonalforeningen og skal bl. a. finne ut: Hvordan kan vi synliggjøre, videreutvikle og fornye vårt lokale folkehelsearbeid og hvordan kan vårt lokale folkehelsearbeid i dag gjøre mest nytte?

**På regionmøtene var tre av spørsmålene det var gruppediskusjon om:**

1. *Hvem er helselagene viktige for i nærmiljøet (nå og i fremtiden)?*
2. *Hva skal til for å gjøre Helselagene mer kjent og synlig?*
3. *Hvis du skulle startet helselaget i dag, hva ville du satset på? (hva er viktige aktiviteter nå og i fremtiden)*

### Noen av svarene fra Rogaland:

- 1) Alle aldersgrupper. Viktig for alle alderstrinn. Samarbeid med skolen. Med røykfriprosjekt. Støtte opp om arrangement i barnehagen. Kan være en viktig ressurs for eldre, flyktninger og innvandrere. Helselagene er viktige for alle mellom 0 – 100 år. Sosialt og helsefremmende tilbud. Viktig for nyinnflyttede. Bedre livskvaliteten til de eldre, men bør satse mer på barnefamilier.
- 2) Fortelle om det vi driver med (stå på stand og vise oss frem, jungeltelegraf) Etermedia, aviser er viktige samarbeidspartnere. Informasjonsfolder til alle husstander i bygda. Annonser ting som skjer. Delta på lokalt «marked». Informasjon NB! Bruke lokalavisen, sosiale medier. Gi informasjonsblad til politikere. Gi årsmelding til politikere. Bruke/ gi innspill til Hjerte og Hjerne.
- 3) Forebygge helse for de eldre. Hjemmelaget og næringsrik mat. Få tak i nye folk. Fysisk aktivitet for alle – for unge og for familien samlet. Kosthold for alle. Skaffe inntekter til forskning – både hjerte og demens. Gå grupper, røykfriprosjekt, sosiale samvær (kafeer, strikkekafe, grilling) for alle lag av familien. Fysisk aktivitet. Viktig med et sosialt samlingssted. Aktivitet for store og små, menn og damer.