

ER DET NOEN SOM HAR LYST Å HA EN BARNEHAGEMARSIJ, MEN ER USIKKER PÅ OM DET ER OVERKOMMELIG?

I Spangereid kontakter de fra styret i helselaget barnehagen på forhånd og sjekker ut hvilken dag og klokkeslett det passer best for barnehagen å være med ut på tur.

På den valgte dagen kommer de fra helselaget som vil være med til barnehagen. Først forteller noen fra styret om hva som er riktig «hjerte»-mat og hvorfor hjertet vårt trenger at vi er i bevegelse. Barnehagebarn er en veldig lydhør forsamling!

Deretter er det hjertemarsj for barn og voksne fra barnehagen, og alle fra helselaget som vil være med. Helselaget ordner ballonger og frukt-pose til alle barna, som de får med seg til barnehagen etter turen. Det hele tar ca. 1 time, og både voksne og barn koser seg sammen!



KANSKJE EN INFORMASJONSSTAND ER TINGEN?

Flere lag melder at vafler på stand tiltrekker seg folk ☺ (hjertesunne vafler er bra!) Kan være en lur måte å få kontakt med mennesker for å informere om helselaget, sakene og aktivitetene våre.

I år er det salt kviss i hjerteuke-pakken. Den er fin å ta med. Her kan vi sjekke kunnskapen om hva vi spiser. – Er det mer salt i peanøtter enn i pizza forresten?

Uansett hva dere gjør – husk å fortelle at alle kan bli medlemmer, om ikke annet så for å støtte en god sak!

FLERE/NYE I STYRET MED E-POSTADRESSER?

Det er fint om dere sender oss epostadresse til flere enn en i styret.

Da sikrer vi at det er flere som kan motta aktuell informasjon, og andre i styret kan få meldinger selv om leder er borte/på ferie eller av andre grunner ikke kan motta epost. **Takk for hjelpen!**

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

– om dere er på disse kanter!

Fylkeskontoret for Rogaland og Vest Agder, Torgveien 15C, 4016 Stavanger.

Tlf: 51 52 43 55, E-post: rogva@nasjonalforeningen.no



Vi skriver april måned og det er vår i sør!

Lokallagene har hatt sine årsmøter og nye styrerepresentanter er ønsket velkommen i mange lag. Regionmøtene ble gjennomført først i mars, med litt lavere oppslutning enn i fjor, mens oppslutningen om fylkesårsmøtet 1.april var omtrent som fjorårets.

Nå håper og tror vi at helselagene setter «alle kluter til» for å markere hjerteuka. 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 eller ha en stand der årets kviss, som handler om salt, vises fram. Salt kviss følger med i hjerteuke-pakken i år.

Vi på fylkeskontoret er kjempeglade for å få tilsendt bilder fra aktivitetene dere har, så bruk mobilen eller fotoapparatet, og send oss bilder ☺ Både fra hjerteuke markeringer og for de av dere som følger opp skoleklasser som deltar i «Hopp for hjertet» eller andre aktiviteter!

Og husk: lokallag kan søke om tilskudd til hjerteuke-markeringer og hoppetau-markering ☺

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/nasjonalforeningenvestagder>

REGIONMØTER

Regionmøtene ble avviklet 7. mars i Søgne og 8. mars på Vigeland.

Det var stort engasjement i felles diskusjoner begge steder



OM FOLKEHELSEUTVALG - SPØRSMÅL OG SVAR

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? Utvalget er sammensatt av medlemmer fra helselag, fylkeslag, sentralstyret med flere.

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)*

Svar fra Vest-Agder:

- 1) Helselagene er viktige for alle aldersgrupper/alle aldersgrupper/ fra vogge til grav
- 2) Fortelle hva Nasjonalforeningen for folkehelsen står for/prate om hva helselaget står for og jobber med /bruke logo/ bruke profiltøy
- 3) Det sosiale, sunn mat, trening/ Kostholdsveiledning, fysisk aktivitet/ Møteplasser /Kost, aktivitet, sosialt samvær/ Samarbeid med andre lag og foreninger/ Rekruttere flere yngre/ Aktivisere ungdommen, få nye tanker og ideer.

HOLD AV LØRDAG 28. OKTOBER!

Da blir det lokallagssamling på Rosfjord Strandhotell (fra kl.10 – 15.30) Mer informasjon kommer senere!

FYLKESÅRSMØTE 1.APRIL 2017 PÅ ROSFJORD STRANDHOTELL

På fylkesårsmøtet var 12 lokallag representert, med til sammen 28 personer fra 9 helselag og 3 demensforeninger. Liv Målfrid hadde en flott orientering om Sørlandets Rehabiliteringssenter Eiken, både om økonomi og ulike rehabiliterings tilbud der. Det var mange spørsmål fra salen om «liv og levnet» til Eiken, som eies med 87 % av aksjene av Nasjonalforeningen i Vest-Agder.



Per Solås er kjent som en trygg og god møteleder, og ble valgt til dette vervet i år også.



Thore Tallaksen og Ruth Lende ble overrakt blomster



Folkehelsekoordinator Gunhild Lislevand fortalte om erfaringer fra Songdalen kommune med Biblioteket som møteplass. Et bibliotek kan brukes til langt mer enn å låne bøker!

Her møtes mennesker på tvers av generasjoner og kultur – for å lese sammen, prate sammen, lære språk, lære å skrive fortellinger, lære å bruke ny teknologi – det er nesten bare fantasien som setter grenser!