



Sammen for et inkluderende og utfordrende idrettsliv, med et økt samfunnsmessig fokus.

”IL ROS -hele livet!”

Bakgrunn: Idrettslaget ønsket å ta større samfunnsansvar i Røyken/Spikkestad.

- Tilføre idrettslaget en ny dimensjon som bidrar til å tilrettelegge for mer egenstyrt/fri aktivitet for barn og unge, innenfor idrettslagets rammer.
- Fokus på bevegelsesglede, uten prestasjonskrav!
- Prosjektet har nå blitt en permanent del av idrettslagets virke. Vedtatt på årsmøtet-15 at ”Hele livet” skal være en egen særgruppe. Fokusområdene er Åpen hall og Aktiv fredag.



Samarbeid:

Spikkestad ungdomsskole:

-FAU.

*Samarbeid i fht Aktiv fredag nedfelt i vedtektene.

*En kontaktperson som følger opp natteravns-vaktene.

-Natteravner.

*Natteravnsleder setter opp vaktliste for hele skoleåret.

-365elever.

*Skoleledelsen og lærere hjelper til med å finne egnede elever.

*Ledelsen frigjør noe tid for elevene slik at de kan delta på planleggingsmøter uten å få fravær.

- **Buskerud idrettskrets:**

*Kurser 365elevene

*Prosjektmidler og veiledning i oppstart. God sparringpartner!

Samarbeid forts.:

-Barne og ungdomskontakten i Røyken kommune:

*Deltar på alle arrangement i fht. Åpen hall og Aktiv fredag. To miljøterapeuter er godt synlig og tilgjengelig for barn og ungdom.



”ÅPEN HALL” i Ros Arena

- Hver onsdag kl 14-16.
- Gratis multisport-tiltak for 5.-7.tr.
- Ca. 120-130 hver gang.
- Aktiv 365elever fra 10.trinn er ledere. Har det som jobb.
- Driftsleder/prosjektleder ha overoppsyn.









”Aktiv fredag” i Ros Arena

- Et gratis aktivitets-tilbud en fredag i mnd. fra kl. 19.30-23.00.
Hver gang introduseres:
 - en idrett som finnes i IL R.O.S. (særlig åpen turngrop er populært)
 - nye ting som f.eks bordtennis, basketball, bumperballs, zumba, hiphop, hoppemadrasser m.m.
- I gjennomsnitt kommer det 170 hver gang.
- Være sosiale og aktive sammen, på egne premisser.
TILHØRIGHET og FELLESSKAP!



Benytter alt arenaen kan tilby:

- *Fri aktivitet på hallflatene
- *Kino i auditoriet
- *Matlaging på kjøkkenet
- *Playstation i klasserom
- *Formingsaktiviteter i kantine
- *Innleide instruktører i speilsalen







- **FRIPLASSEN:**

Skape et utendørsanlegg der alle kan trene gratis. Folkehelse!



Muligheter? - «Aktiv i Røyken»

