



FOR ALLE: All aktivitet blir tilrettelagd slik at bestemor på 70 kan vera med Kåre på 18, seier Gunn Hilde Øymo i Hordaland idrettskrets.

Illustrasjonsfoto

Bli treningskontakt og gjer ein forskjell

I november vert det kurs for treningskontakter.

– Ein treng ikkje vera superspek for å bli treningskontakt, tanken er at ein skal vera ein støt-teperson for brukaren, seier Gunn Hilde Øymo i Hordaland idrettskrets.

MORTEN SÆLE
morten.saele@nordhordland.no

Kurset passar for alle med interesse for idrett, fysisk aktivitet og friluftsliv som gjerne vil arbeida med menneske som treng ekstra tilpassing av aktivitet.

Idrettskontakter vert brukte av mellom anna kommunane og NAV til støtte for brukarar.

– Dette er eit kjempekurs, og verkeleg noko det er stort behov for i regionen vår, seier Charlotte Nielsen i Knarvikmila, som er medarrangør saman med Hordaland idrettskrets, frivilligsentralane og kommunane.

Sjølutviklande

– Mange som har tatt kurset opplever det som sjølutviklande, seier Gunn Hilde Øymo i Hordaland idrettskrets. Du lærer mykje om trening, og vert utfordra på

– Passar for alle mellom 18 og 70 år

haldningar mellom anna rundt rusproblematikk og psykiske lidingar, seier Øymo.

– Ein treng ikkje vera superspek for å bli treningskontakt, tanken er at ein skal vera ein støt-teperson for brukaren, seier ho.

Ikkje forplikta

– Det er eit aktivitetsretta kurs, men all aktivitet blir tilrettelagd så bestemor på 70 kan vera med Kåre på 18, seier Øymo.

Ho fortel at ein ikkje forpliktar seg til å bli treningskontakt sjølv om ein tek kurset.

– Men vi ser helst at dei har ein intensjon om å bruka kunnskapen til å hjelpa andre, det er det eit stort behov for, seier Øymo.

Idrettsråda oppmodar kvart enkelt idrettslag til å senda kandidatlar til kurset.

Meland Golf på bana

– Meland Golf har gitt tilsegn til at inntil seks treningskontakter kan få gratis utdanning frå klubben slik at dei kan ta brukarar med til golfbana, seier Rune Nesse, som er Meland Golf sin representant i Idrettsrådet i Meland.

– Lag og organisasjonar har

garantert folk å plukka av, og vi håpar så mange som mogleg grip denne unike sjansen, seier Charlotte Nielsen.

Til no er 11 personar påmelde frå Bergen, men berre ein frå Nordhordland.

– No må Nordhordland opna

augo og bli med, seier Nielsen.

Påmeldingsfristen for kurset er 24. oktober.

Planar for Kvassnesstemma

KNARVIK: Kvassnesstemma er i ferd med å gro att. Kommunen er i gang med planar om å reinska opp. Arbeidet tek til våren 2013.

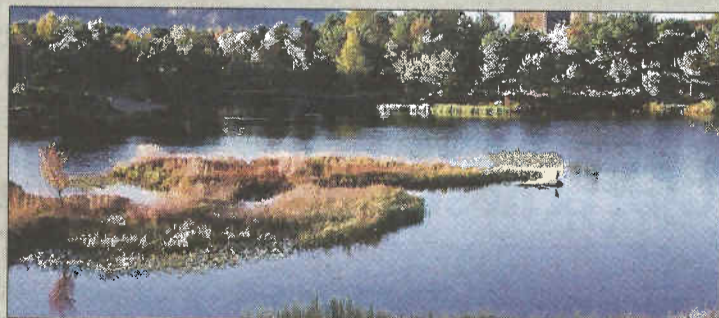
MORTEN SÆLE
morten.saele@nordhordland.no

Observante turgåarar rundt Kvassnesstemma har registrert at vatnet er i ferd med å gro att, og har ytra si bekymring til Nh.

– Vi er klar over problemet, og har store planar om å reinska opp, seier Sverre Magnus Elgsås i Lindås kommune.

Dei har tidlegare i år hatt ei maskin nede for å reinska vekk vegetasjonen langs vasskanten.

– Arbeidet viste seg å vera



GROR ATT: Kommunen skal no i gang med mudring og fjerning av vegetasjon. Foto: Morten Sæle

vanskelegare enn vi hadde trudd, difor planlegg vi no eit større arbeid, fortel han.

Dette inneber mellom anna at maskiner skal ut i vatnet på flåtar for å koma til der det trengst.

– Vi skal mudra opp botnen og fjerna det som er av uønska tilvekst, seier Elgsås.

Han reknar med at arbeidet tek til på våren 2013.