



Idrett for mennesker med funksjonsnedsettelse

Aktivitetsoversikt Hordaland og Sogn og Fjordane

Nr 1 i 2017

Åpen dag Funkis svømming lørdag 14.januar, Åstveithallen i Bergen

Åstveit svømmeklubb ønsker å starte en treningsgruppe med tilrettelagt trening for ungdom. De holder åpen dag lørdag 14.januar fra klokken 16.00-17.30 i Åstveithallen. Målet er å få i gang en ny og aktiv gruppe som har trening hver uke. [Les mer her.](#)



Vinteraktivetsdag i Myrkdalen torsdag 19.januar 2017

Vi inviterer nybegynnere og erfarne til utprøving av vinteraktivitetsutstyr og/eller opplæring i bruk av utlevert utstyr. Dagen er et samarbeid mellom Hordaland Skikrets, leverandører av hjelpemiddel, og NAV Hjelpemiddelsentral Hordaland. Vinteraktivetsdagen er fra klokken 10.00-15.00. Mer informasjon og påmelding [klikk her](#)

Extrastiftelsen søkerkurs idrettens hus Bergen onsdag 18.januar klokken 17.00-20.00

Idrettslaget ditt kan søke midler fra ExtraStiftelsen via Norges idrettsforbund (NIF) til prosjekter rettet mot utsatte grupper. En av disse gruppene er prosjekter som har som mål å inkludere mennesker med funksjonsnedsettelse.

Line Hurrød i idrettsforbundet gjennomfører søkerkurs på Idrettens Hus, Brann Stadion onsdag 18. januar 2017. [Les mer her](#)





Kurs «Tilrettelagt fysisk aktivitet og idrett for mennesker med funksjonsnedsettelse» i Bergen lørdag 4.februar 2017

Norges idrettsforbund inviterer til 4-timers kurs i tilrettelagt aktivitet for funksjonshemmede lørdag 4.februar på Idrettens Hus (Brann stadion) og Haukelandshallen (praktisk del). Tidspunktet er fra 10.00-14.00. Målgruppen for kurset er trenere, ledere, treningskontakter, lærere, SFO ansatte og andre interesserte i alle ledd i idretten i Hordaland som ønsker å lære mer om hvordan du kan legge til rette for idrett for mennesker med funksjonsnedsettelse. For invitasjon [klikk her](#)



Vinteraktivitetsdag Sogn Skisenter tirsdag 14.februar

Nav hjelpemiddelsentral Sogn og Fjordane inviterer til vinteraktivitetsdag i Sogn skisenter, Heggmyrane/Hafslo tirsdag 14.februar klokka 11.00-15.00. Målgruppa for dagen er brukere som ønsker økt kunnskap og utprøving av vinteraktivitetshjelpemidler (sitski, piggekjelke, akeutstyr m.m). Påmelding og mer informasjon finner du ved å [klikke her](#).



Vinteraktivitetsdag Sunnfjord skisenter i Førde onsdag 15.februar

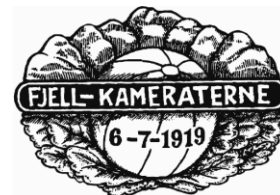
Nav hjelpemiddelsentral Sogn og Fjordane inviterer til vinteraktivitetsdag i Sunnfjord skisenter, Blomlia, Førde onsdag 15.februar klokken 11.00-15.00. Målgruppa for dagen er alle som ønsker økt kunnskap og utprøving av vinteraktivitetshjelpemidler (sitski, piggekjelke, akeutstyr m.m). Mer informasjon og påmelding finner du ved å [klikke her](#).



Fjell-kameraterne fortsetter med det nye tilbudet; innebandy for ungdom med utviklingshemming og vil gjerne ha flere spillere!

Fjell-kameraterne fortsetter med tilbud om innebandy for ungdom med utviklingshemming fra 13 år og oppover. Treningene vil være i Slåtthaughallen på Nesttun torsdager fra 17.30-18.30 (Opstart igjen 9.februar 2017). Kom og bli med!

Meld din interesse til Torgeir Ådland. E-post: torgeir.adland@nbfutvikling.no



Norges rytterforbund arrangerer seminar i Alvøen, ridning for mennesker med utviklingshemming

Norges Rytterforbund er i gang med å opprette et nytt aktivitetstilbud, spesielt rettet mot for mennesker med utviklingshemming.

Dette er et gratis seminar rettet mot trenere, ridefysioterapeuter, ridelærer, miljøterapeuter etc, som er i kontakt med ryttere med utviklingshemming eller spesifikke lærevansker.

Seminaret arrangeres i Alvøen, Bergen, fredag 10. februar.

Temaet for seminaret er Special Olympics – ridning for utviklingshemmede, med presentasjon av et nytt aktivitets-/konkurransetilbud i NRYFs regi, for denne målgruppen.

Påmeldingsfristen 01.februar 2017.

Se her for [invitasjon og påmelding](#).



Nytt tilbud! Bli med på enkeljympa hos Friskis & Svettis i Bergen.

Enkeljympa er en real og morsom treningsøkt til musikk tilrettelagt for ungdom og unge voksne med utviklingshemming. Tirsdag 7. mars kl. 18-19 starter Friskis & Svettis opp det populære tilbudet i Bergen. Treningene vil være på Energisenteret, Haukelandsbakken 15 1.etasje. [Les mer her](#)





Ridderuka 2017

Ridderuka er verdens største årlige vintersportsuke for synshemmede og bevegelseshemmede og arrangeres for 54. gang 26. mars-2. april 2017. Ridderuka arrangeres på Beitostølen i Oppland. Uken avsluttes med Ridderrennet.

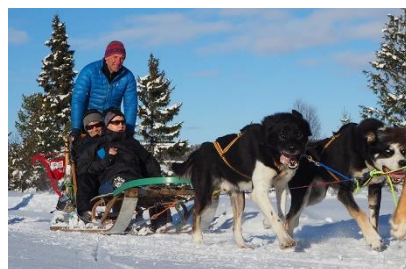
Du kan lese mer på <http://www.ridderrennet.no/>

Vinteraktivitetsuke på Golsfjellet for mennesker med utviklingshemming 27-31 mars 2017

Hordaland idrettskrets i samarbeid med Hordaland fylkeskommune inviterer til Vinteraktivitetsuke for mennesker med psykisk utviklingshemming på Oset høyfjellshotell på Golsfjellet. **Dato: 27.-31. mars 2017**

Aktivitetsuken er tilpasset alle funksjonsnivåer og har en deltakerkapasitet på rundt 140 personer inkl. ledsagere. Det er et krav at deltakere har med seg ledsager.

[Her kan du lese mer](#)



Kurs «Tilrettelagt fysisk aktivitet og idrett for mennesker med funksjonsnedsettelse» i Sandane, Gloppen mandag 4.april 2017

Det blir tilbud om 4-timers kurs i Sandane, Gloppen mandag 4.april. Kurset vil være på ettermiddag/kveldstid og vil ha teori og en praktisk del. Invitasjon og påmeldingsinformasjon kommer. Følg med på Sogn og Fjordane idrettskrins sin [nettside](#).

Bergen kommune sin oversikt over idrettstilbud for utviklingshemmede

Bergen kommune har laget en oversikt over alle idrettstilbudene som finnes for utviklingshemmede i Bergen kommune samt når tilbudene starter opp igjen i 2017. [Klikk her for denne oversikten](#). Oversikten er et vedlegg i infoposten. Infoposten kommer ut hver måned og omtaler faste tilbud og arrangementer tilrettelagt for utviklingshemmede. Avisen sendes til utviklingshemmede, støttekontakter, bofellesskap, arbeidsplasser, samarbeidsparter og nærkommuner. Ønsker du å motta infoposten send en e-post til frank.iversen@bergen.kommune.no



Oversikt over tilrettelagte håndball- og fotballtilbud

Norges fotballforbund Hordaland har laget en oversikt over tilrettelagte fotballtilbud i Hordaland. Stjerneserien er et tilbud for spillere med funksjonsnedsettelse eller for de som ikke finner seg til rette på et aldersbestemt lag. Kontaktinformasjon til de ulike klubbene kan du se ved å [klikke her](#)

Håndball region vest har laget en oversikt over tilrettelagte håndballtilbud som finnes i Hordaland og Sogn og Fjordane. Gullserien er Region Vest sitt serietilbud for spillere med funksjonsnedsettelse eller som ønsker et tilrettelagt håndballtilbud. [Klikk her](#) for å finne mer informasjon om dette. Ved spørsmål eller behov for ytterligere informasjon kontakt gjerne klubbutvikler inkludering funksjonshemmede fotball og håndball, Tove Iren Vindenes: E-post: ToveIren.Vindenes@handball.no Mobil: 934 19 733



Informasjon om tilrettelagte tilbud for mennesker med funksjonsnedsettelse

Ønsker du å få oversikt over idrettstilbud for mennesker med funksjonshemmede?

Oversikten for tilbud i Hordaland finner du [her](#)

Oversikten for tilbud i Sogn og Fjordane finner du [her](#)

Trenger du hjelp til å starte et tilbud i ditt idrettslag?

Ønsker du informasjon om kurs eller annet?

Trenger dere hjelp til å annonsere for et tilbud/arrangement for målgruppen?

Ta kontakt med fagkonsulent Thea Lunde Christiansen i Norges idrettsforbund. E-post: thea.christiansen@idrettsforbundet.no , mobil 977 76 911

Informasjon på nett- Idrett for mennesker med funksjonsnedsettelse

Gå inn på facebook og lik siden

www.facebook.com/idrettfunksjonshemmede .



Gå inn på www.idrettsforbundet.no/funksjonshemmede I kalenderen finner du oversikt over arrangement, aktiviteter, kurs, tilbud m.m. Videre kan du finne aktivitetsmateriell, kontaktpersoner informasjon om hvor man kan søke midler m.m.