



Viken idrettskrets inviterer til konferansen

Livsløpet

Det handler om å skape livslang **idretts- og aktivitetsglede**



9. og 10. juni 2022
Quality Hotell Fredrikstad

Vi bryr oss om at flest mulig har en aktiv identitet i Viken!

Vår viktigste metode er **Samarbeid** og med denne konferansen inviterer vi deg som jobber i barnehage og skole, kommune, fylkeskommune, er elev i videregående eller student, er ansatt eller frivillig i idretten og andre organisasjoner, fordi **du er viktig for** at vi alle skal kunne leve **et aktivt liv i Viken**.

Vi har satt sammen et bredt og spennende program. Vi lover at **du vil komme tilbake inspirert og motivert**.

Vi vier torsdagen til den første fasen av **livsløpet**, barnehagealder og de yngre barneårene, før vi gradvis forflytter oss oppover i alder og fokuserer på ungdomsårene fredag.

Velkommen til Viken idrettskrets folkehelsekonferanse Livsløpet!



Påmelding

PROGRAM

Torsdag 9. juni

09:30 Registrering og en liten matbit

10:00 Velkommen

Rune Winum, Viken Fylkeskommune
Roar Bogerud, Viken idrettskrets

10:15 Aktiv i Viken – Felles handlingsprogram for økt fysisk aktivitet for alle

Rune Winum, avdelingsleder for frivillighet, friluftsliv, idrett og integrering, kultur og mangfold
Hva er utfordringen helsemessig sett rundt aktivitet i Viken?

10:30 Helsefremmende praksis i barnehager og skoler i Groruddalen

Prosjektleder Julie Dønnestad
Formålet med prosjektet har vært å bidra til likeverdig og helsefremmende praksis for kosthold og fysisk aktivitet i Groruddalens barnehager og grunnskoler.

11:00 Pause

11:15 Barn i bevegelse – glede og mestring

Lise Juritsen, med mer enn 20 års praksis som leder i barnehage, nå førstelektor på Institutt for pedagogikk ved Universitetet i Sørøst-Norge, Campus Drammen.

11:45 DBK – motorikkrommet

DBK (Drammen ballklubb) aktiviserer ukentlig barn fra en rekke barnehager i sitt motorikkrom på Øren.

12:10 En oppsummering etter å ha hørt om tre innfallsvinkler til aktivisering av barn i førskolealder

Ulikheter, fellesnevnerne og refleksjonstanker.

12:25 Aktive Lokalsamfunn

Idretten selv er kanskje ikke bevisste på å kommunisere det, men mange idrettslag tar i hverdagen et utvidet ansvar for aktiviteter som ikke nødvendigvis tilhører konkurransen. Her vil **DBK** vise hvordan de over tid har tatt, og **Gresvik IF** er i ferd med å ta et utvidet ansvar for å styrke tilhørigheten, felleskapet og aktivitetsnivået blant innbyggerne i lokalsamfunnet.

13:00 – 15:00

Lunsj – Spasertur til Isegran med mulighet for å prøve ut ulike aktiviteter.

15:00 Change the game – Umeå

Niclas Bromark, Länsidrottschef på RF-SISU Västerbotten
Med Rörelsesrikdom I centrum.

16:15 Viken idrettskrets – Idretts- og aktivitetsglede

17:00 Slutt for dagen



PROGRAM

Fredag 10. juni

- 10:00 **Velkommen**
Roar Bogerud, Viken idrettskrets
- 10:10 **Ungdata**
Hvordan har våre ungdommer det, og hva driver de med på fritiden?
- 10:30 **Vi vil Røre Viken**
Røre-prosjektet bygger på kunnskapen om at god helse gir bedre læring
Over 100 skoler har hittil mottatt midler fra dette prosjektet som er drevet av Viken fylkeskommune.
- Helsefremmende videregående skoler i Viken**
En digital veileder for helsefremmende skoler i Viken, hvordan fungerer dette i praksis?
- Rolf Inge Ølberg fagleder idrettsfag og kroppsøving ved Kalnes vgs
- 11:10 **Pause**
- 11:20 **Interessebasert kroppsøving – en ny måte å organisere kroppsøving på for å treffe flere elevers interesse for fysisk aktivitet.**
Birgitte Nordahl Husebye, førstelektor på høgskolen i Østfold
- 11:50 **Global Active Cities (GAC)**
Global Active Cities er et internasjonalt nettverk av byer som jobber med å gjøre innbyggerne mest mulig aktive. Høsten 2020 ble Fredrikstad tatt inn som partner.
– Det er et program som henvender seg til kommuner og byer, og som handler om å jobbe forebyggende med folkehelse i befolkningen gjennom fysisk aktivitet.
- 12:20 **Du och jag, Alfred**
Lærer, miljøarbeider og et langt liv i Rolvsøy IF, Trond «Kurte» Andreassen
- 13:00 – 15:00
Lunsj m/uteaktiviteter
Ungdomsutvalget i Viken idrettskrets står for aktiviteter ute i byen
- 15:00 **ISCA - International sport and culture association**
President i ISCA, Mogens Kirkeby vil presentere - ISCA og NowWeMOVE
- 15:30 **Idrettsråd som tilrettelegger for idretts- og aktivitetsglede i lokalsamfunnet**
Hanne Lyngås, Øvre Eiker idrettsråd
- 16:00 **Pause**
- 16:10 **Kulturinnslag**
- 16:30 **Spiller vi hverandre gode? – En paneldebatt!**
Her vil representanter fra det frivillige, fra idretten, det offentlige og politikere delta.
Debatten ledes av Roar Bogerud.
- 17:30 Enkel bevertning før konferansen avsluttes med inspirasjonsforedraget
«Å være god for noe og noen...»
Kåre Geir Lio, håndballpresident

Påmelding og praktisk informasjon

Pris

En dag, kr 500,- pr person inkludert lunsj og møtemat
To dager, kr 800,- pr person inkludert lunsj og møtemat

Overnatting

Kr 1.520,- pr person inkl frokost (singelrom)
Vi har holdt av et begrenset antall hotellrom

Fakturering

Faktura blir sendt i etterkant av konferansen

Tilgjengelighet

8 minutter gange fra Fredrikstad togstasjon
5 minutters gange fra bussterminalen

Parkering

Lykkeberget Parkeringshus under hotellet eller Apenesfjellet Parkeringshus

Påmelding

Kontakt oss gjerne dersom du har spørsmål

Spørsmål til konferansen

Marit Skretteberg
97 17 42 72
marit.skretteberg@idrettsforbundet.no

Praktiske spørsmål til hotellet og påmelding

Renate Ellingsen
91 35 94 85
renate.ellingsen@idrettsforbundet.no

