

Prosjektnr. 2008.3.0121

Prosjektnavn: Flerkulturelt nettverk og trim

Prosjektleder: May Torild Karikoski

Søkerorganisasjon: LHL

Sluttrapport

Sanmmendrag

Bakgrunn:

Sør-Varanger har en nokså sammensatt befolkning, med samisk, finsk og norsk bakgrunn. I senere tid har det også kommet mange russeere. Det var bakgrunnen for LHL Sør-Varangers søknad om midler til Flerkulturelt nettverk og trim. Vi ønsket å gi befolkningen i Sør-Varanger et godt tilbud innenfor fysisk aktivitet, samtidig som vi ville legge til rette for å inkludere ved å henvende oss spesielt til fremmedspråklige i kommunen. Vi ønsket oss et rom med apparater og matter. Og vi ville få trykket opp brosjyrer på flere språk, slik at vi også kunne få gjort tilbudet bredt kjent

Prosjektgjennomføring:

Lokale fikk vi på Eldresenteret i Kirkenes. Det ble også innhentet tilbud på trimapparater og brosjyrer. Flere medlemmer i laget har gjennomgått intern opplæring som triminstruktører i LHL. Brosjyrene ble trykket på norsk, finsk, samisk og russisk. De er delt ut på offentlige plasser i kommunen.

Resultat:

LHL Trimsenter er blitt et populært sted spesielt for unge og gamle. Vi har fått et bedre tilbud til mennesker med forskjellig bakgrunn og språk. LHL Trimsenter skal fortsette i den form den har nu. Vi har også samarbeid med andre lag og foreninger i Sør Varanger som er tilsluttet Kirkenes sykehus som er en paraply for lag og foreninger i Sør Varanger. Det var offisiell åpning av LHL- trimsenter i november 2009 med lokalavisen, kaker, kaffe. Det var mange som besøkte oss og god reklame for aktivitetene.

Bakgrunn

Sør-Varanger har en nokså sammensatt befolkning, en del har samisk bakgrunn, en del har finsk, en del har norsk bakgrunn. I senere tid har det også kommet mange med russisk bakgrunn. Det var bakgrunnen for LHL Sør-Varangers søknad om midler til Flerkulturelt nettverk og trim. Vi ønsket å gi befolkningen i Sør-Varanger et godt tilbud innenfor fysisk aktivitet, samtidig som vi ville legge til rette for å inkludere ved å henvende oss spesielt til fremmedspråklige i kommunen. Laget har i 16 år drevet med ulike trimaktiviteter, men vi registrerer at det er en del grupper vi ikke når, kanskje spesielt de som ikke makter fellestrening og trenger litt mer individuelt tilpasset opplegg. Vi ønsket oss et rom med apparater og matter. Og vi ville få trykket opp brosjyrer på flere språk, slik at vi også kunne få gjort tilbudet bredt kjent

Prosjektgjennomføring

Vi var så heldig å få tildelt Extra-midler, og da satte vi gang med å lete etter lokale. Det fikk vi på Eldresenteret i Kirkenes. Det ble også innhentet tilbud på trimapparater og brosjyrer. Prosjektleder hadde møter med styret en gang mnd. hvor jeg la frem hvor langt og hva som var skjedd i prosessen. Jeg hadde også i tillegg ofte telefonsamtaler med lederen i laget for å

holde henne oppdatert. Flere medlemmer i laget har gjennomgått intern opplæring som triminstruktører i LHL. Brosjyrene ble trykket på norsk, finsk, samisk og russisk. De er delt ut på offentlige plasser i kommunen.

Resultat

Vi har satt flerkulturelt nettverk og trim i fokus og synes vi har klart det meget bra. Resultatet er at LHL Trimsenter er blitt et populært sted spesielt for unge og gamle. Det har også gjort til at de øvrige tilbudene vi har er blitt ennå mer populære. De fleste nye som er begynt å trimme hos oss har meldt seg inn som medlemmer i laget etter hvert. Vi har fått et bedre tilbud til mennesker med forskjellig bakgrunn og språk. LHL Trimsenter skal fortsette i den form den har nu. Vi har også samarbeid med andre lag og foreninger i Sør Varanger som er tilsluttet Kirkenes sykehus som er en paraply for lag og foreninger i Sør Varanger. Vi har vært omtalt i lokalavisen. Prosjektleder hadde også informasjon på auditoriet på Kirkenes sykehus. Det var offisiell åpning av LHL- trimsenter 19.11 2009 med lokalavisen, kaker, kaffe. Det var mange som besøkte oss og god reklame for aktivitetene.

Vedlegg

Bilder og brosjyrer på fire språk

LHLs visjon er:
Livsglede, meningsfylt liv og solidaritet

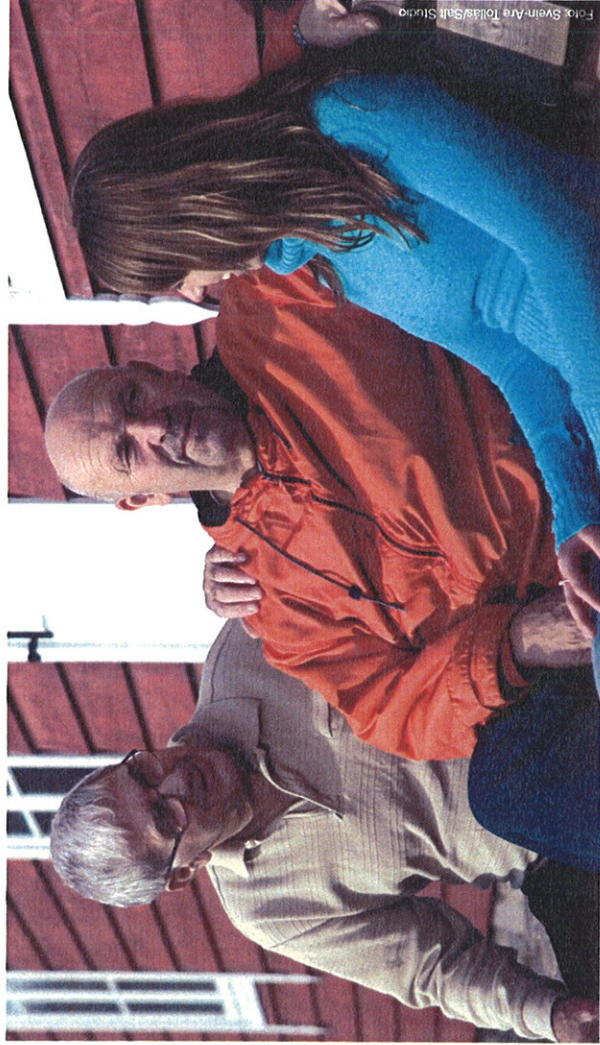


Foto: Svein-Are Tøllås/Salt Studio

Ved LHL-sentrene vil hjerte- og lungesyke, deres pårørende og andre interesserte få kultur-, velferds- og fritidstilbud.

Det drives informasjonsarbeid for at brukerne skal få hjelp til å mestre ny livssituasjon. Tilhørighet og bygging av nettverk står i sentrum for driften. Dette søkes oppnådd gjennom ulike kursarrangement og likemannsaktiviteter som samtalegrupper, tur- og trimgrupper.

www.lhl.no



Velkommen til LHL Sør-Varanger – et tilbud i ditt nærmiljø!

På LHL-senteret kommer folk sammen og medvirker til et aktivt fellesskap, sosialt samvær, kurs og likemannsaktiviteter som blant annet trimdans og samtalegrupper.



Foto: Håkon Mørsvik Larsen

www.lhl.no

Du finner oversikt over åpningstider og annen informasjon på de neste sidene



Девиз LHL:

Радость жизни, насыщенная жизнь и солидарность



Foto: Svein-Are Tolla/Sail Studio

В центре LHL пациентам с сердечно-лёгочными заболеваниями, их близким и другим заинтересованным людям предоставляется возможность участия в культурных мероприятиях и мероприятиях досуга.

Проводится информационная работа с тем, чтобы помочь пользователям справиться с новой жизненной ситуацией. Принадлежность к группе, завязывание новых контактов является основной задачей организации. Это достигается путем организации различных курсов и членских мероприятий, таких как участие в группах бесед, спортивных кружках.

www.lhl.no

Добро пожаловать в объединение LHL Sør-Varanger — недалеко от Вас!

В центре LHL люди встречаются, вносят посильный вклад в активную деятельность группы, вместе проводят время, обучаются на курсах и участвуют в таких общих мероприятиях, как танцевальные занятия и групповые беседы.



Foto: Håkon Mørkved Larsen

www.lhl.no

Далее — время работы центра
и прочая информация

LHL:n mottona on:
Elämäniloa, mielekästä elämää ja solidaarisuutta

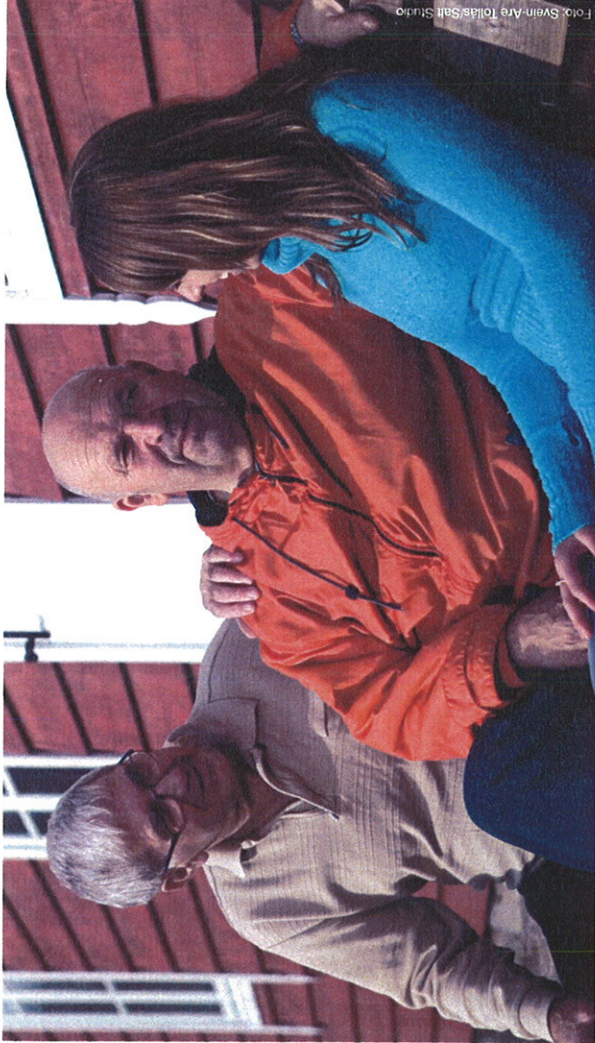


Foto: Svein-Arne Tøllås/Salt Studio

LHL-keskuksissa voivat sydän- ja hengityssairaat, heidän lähiomaisensa ja muut asiasta kiinnostuneet nauttia kulttuuri-, hyvinvointi- ja vapaa-ajan palveluista.

Keskuksissa jaetaan myös tietoa, jotta sairastuneet pärjäisivät paremmin uudessa elämäntilanteessa. Toiminta keskittyy kuuluvuudentunteen ja verkostojen luomiseen. Tähän pyritään kurssien, vertaistoiminnan, keskusteluryhmien sekä retki- ja kuntoryhmien avulla.

www.lhl.no



Tervetuloa Etelä-Varangin LHL:ään – nauttimaan palveluista jotka ovat lähellä sinua!

LHL-keskukseen kokoonnutaan nauttimaan aktiivisesta ja sosiaalisesta yhdessäolosta, kurssista ja vertaistoiminnasta, kuten kuntotanssista ja keskusteluryhmistä.



Foto: Håkon Moberg Larsen

www.lhl.no

Löydät keskuksen aukioloajat
ja lisätietoja seuraavilta sivuilta



LHL' višuvdna lea:
Eallinmokta, gávnnaš eallin ja solidaritehta

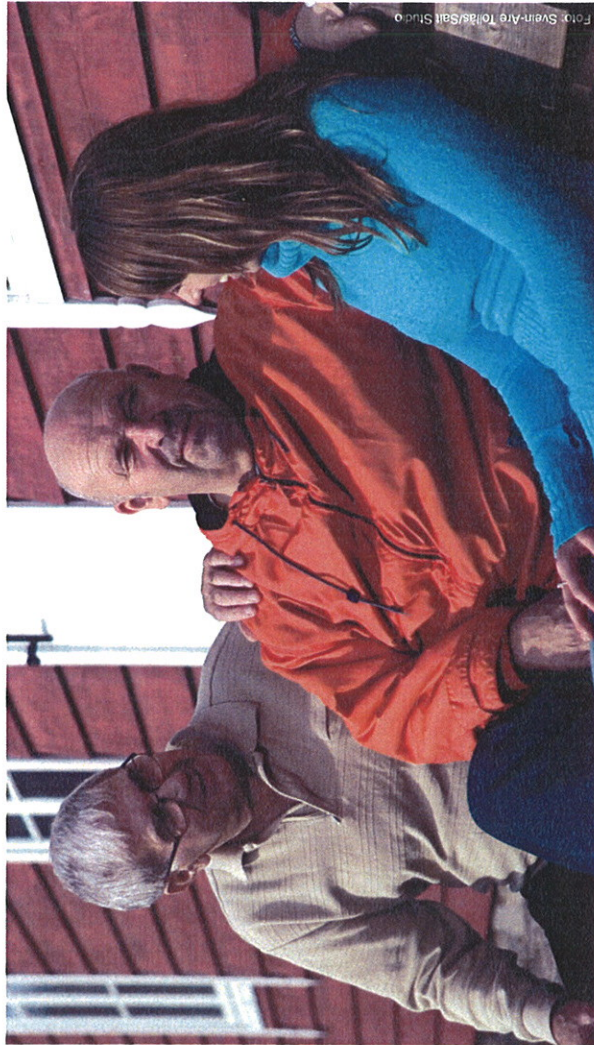


Foto: Svein-Are Tøst/Salt Studio

LHL-guovddážiin ožžot válbmo- ja geahpesbuhccit, sin oapmahaččat ja eará berošteaddjit kultur-, čálgo- ja astoáiggefálaldaga.

Geavaheddjiid váras dahkkojuvvo diehtjuohkinbargu vai nagodit hálldašit ođđa eallindili. Gullevašvuohta ja fierpmádatráhkadeapmi lea doaimma guovddáš. Dát ollašuvvo ieš guđet lágan kurssaid ja veardásašdoaimmaid bokte nugo ságastallanjoavkkut, tuvra- ja lášmmohallanjoavkkut

www.lhl.no

Bures boahtin Máttá-Várjjat LHL:i – okta fálaldat du lagašbirrasis!

LHL-guovddážiis deaivvadit olbmot ja oassálastet aktiivvalaš birrasii, sosiálalaš ovtastallan, kurssat ja iežas veardedážoaimmat mat leat earret eará lášmmohallandánsa ja háleštanjoavkkut.



Foto: Håkon Mørstøl Larsen

www.lhl.no

Dás gávnnaš rahpanáigelisttu ja eará dieđuid daid čuovvovaš siidduin



