



Aktive

LOKALSAMFUNN

På tvers av
generasjoner



[Aktive Lokalsamfunn - Drammen - YouTube](#)

AKTIVE LOKALSAMFUNN

Styrket samhandling med det offentlige generelt og skoleverket spesielt.

Aktive lokalsamfunn (AL) er idrettens betegnelse på nærmiljøer der idrettslaget har tatt et utvidet ansvar for å styrke tilhørigheten, fellesskapet og aktivitetsnivået blant innbyggerne.

Trygge og aktive oppvekstvillkår for barn og unge i Aktive lokalsamfunn

Livslang idrett- og aktivitetsglede på tvers av generasjoner

Aktive
LOKALSAMFUNN

Aktive

LOKALSAMFUNN

"Å være fysisk aktiv gir glede og mestring for mange, og det handler ofte om å gjøre noe sammen med andre. Fysisk aktivitet er samtidig nødvendig for å utvikle og opprettholde god helse og livskvalitet gjennom hele livet". Regjeringens handlingsplan for fysisk aktivitet-Sammen om aktive liv

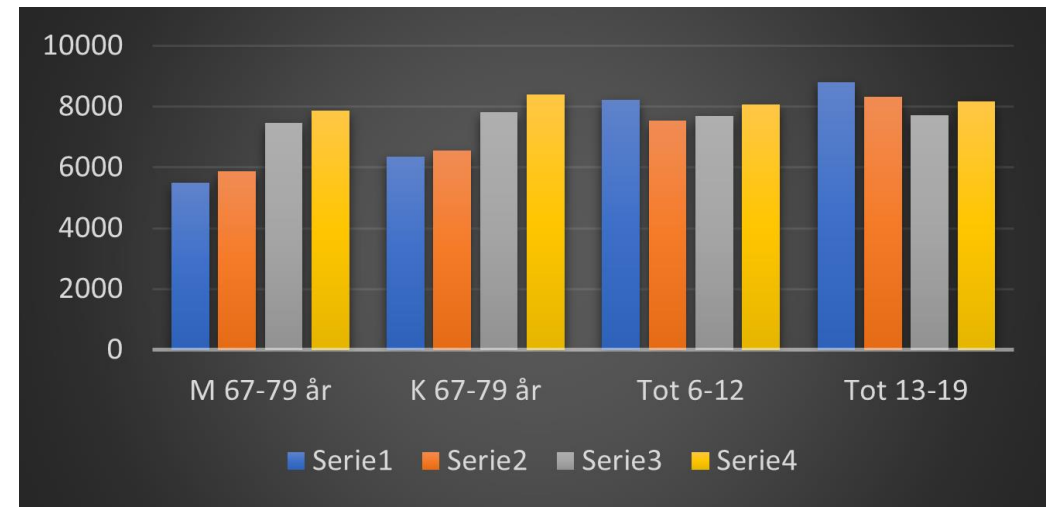
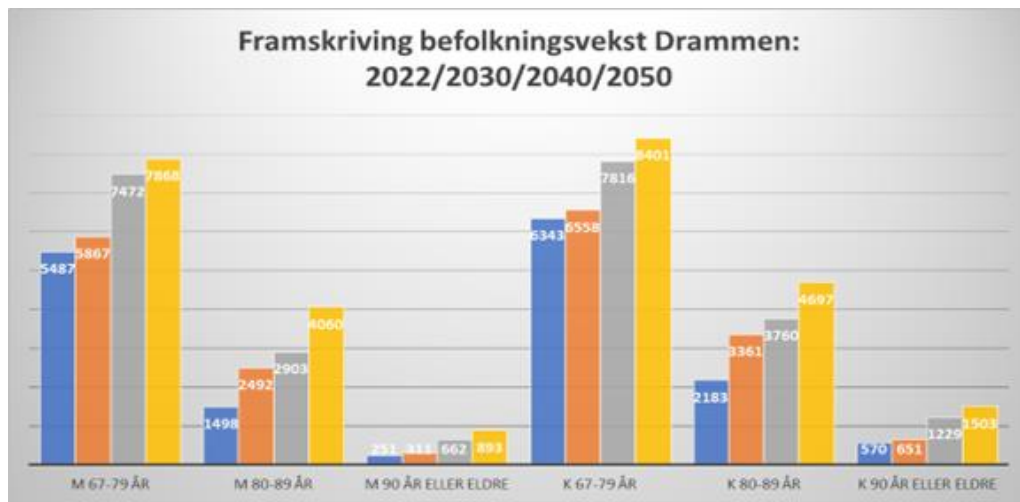
Folkehelsemelding: Tidlig innsats som treffer hele befolkningen.
Mest folkehelse for flest mulig

Samarbeidsavtale med Pensjonistforbundet Buskerud

Samarbeid om prosjektet Aktiv Senior

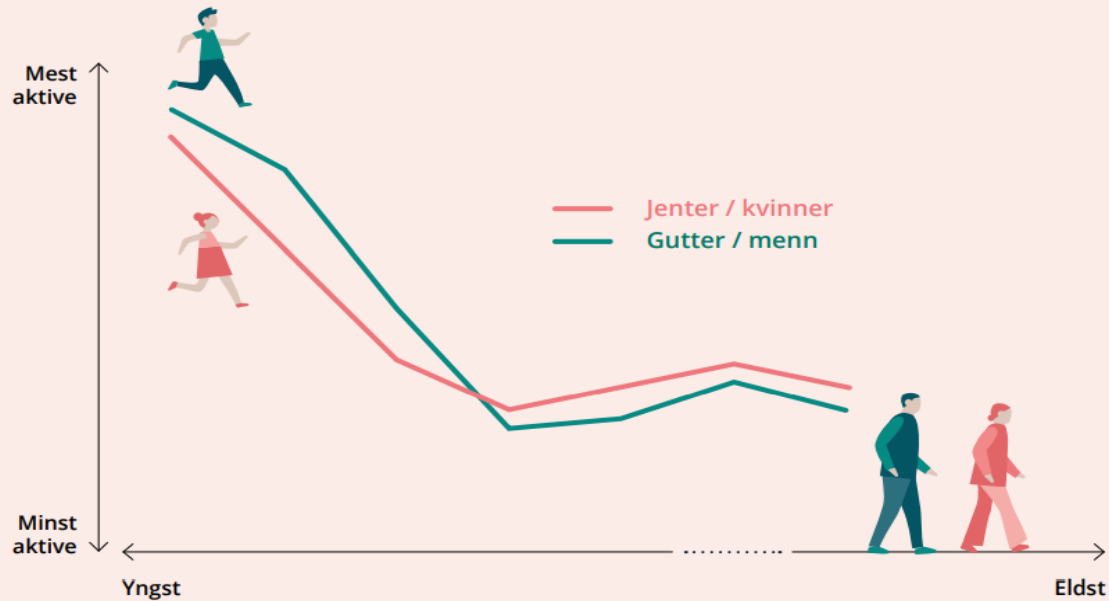


"Å være fysisk aktiv gir glede og mestring for mange, og det handler ofte om å gjøre noe sammen med andre. Fysisk aktivitet er samtidig nødvendig for å utvikle og opprettholde god helse og livskvalitet gjennom hele livet". Regjeringens handlingsplan for fysisk aktivitet-Sammen om aktive liv



Fysisk aktivitet, sosiale møteplasser og folkehelse – hvor trykker skoen nå?

Aktivitetsnivået gjennom livsløpet






Aktivitetsnivået varierer gjennom livsløpet, og det synker betraktelig gjennom barne- og ungdomsårene og videre gjennom voksenlivet. Figuren baserer seg på en modell fra FHI.

Kilde:
Sammen om aktive liv.
Regjeringens Handlingsplan for fysisk aktivitet 2020–2029

Ny forskning på fysisk aktivitet og helse gjennom hele livet viser at fysisk aktive vil ha langt bedre fysisk og psykisk helse enn fysisk inaktive.

De fleste barna er tilstrekkelig aktive, men det er et fall i aktivitetsnivå allerede fra niårsalder sammenlignet med tidligere..... Bare halvparten av 15-åringene er aktive nok . Kun 1/3 av voksne og eldre

Vi vet hva som gir helseeffekt!

- Fysisk aktivitet  Helse
- Sosialt fellesskap  Helse
- Fysisk aktivitet + sosialt fellesskap  Enda mer helse

Senior

Livslang idrett -og
bevegelsesglede
Trygge og aktive oppvekstvillkår for barn og unge

Aktiv senior
Generasjonsaktivitet
Fysisk aktiv senior
Sosiale møteplasser

Aktiv hele livet

Voksen
20-

Trene for å vinne

Trene for å konkurrere

Inkludering/sosiale møteplasser

Fysisk aktiv og aktiv læring i skole og fritid

Ungdom
12-19

Trene for å trene

Lavterskel og gratis tiltak
Generell/særskilte inkluderingstiltak

Lavterskel og gratis tiltak
Generell/særskilte inkluderingstiltak

Fysisk aktiv og aktiv læring i skole og fritid

Barn
0-12

Trene for å lære

Lavterskel og gratis tiltak
Generell/særskilte inkluderingstiltak

Fysisk aktiv og aktiv læring i skole og fritid

AktivitetsFUNdament- barneskole, AKS og allidrett



Aktiv start på livet- Barnehage

Drammen idrettsråd
Organisasjonsledd i
NORGES
IDRETTSFORBUND

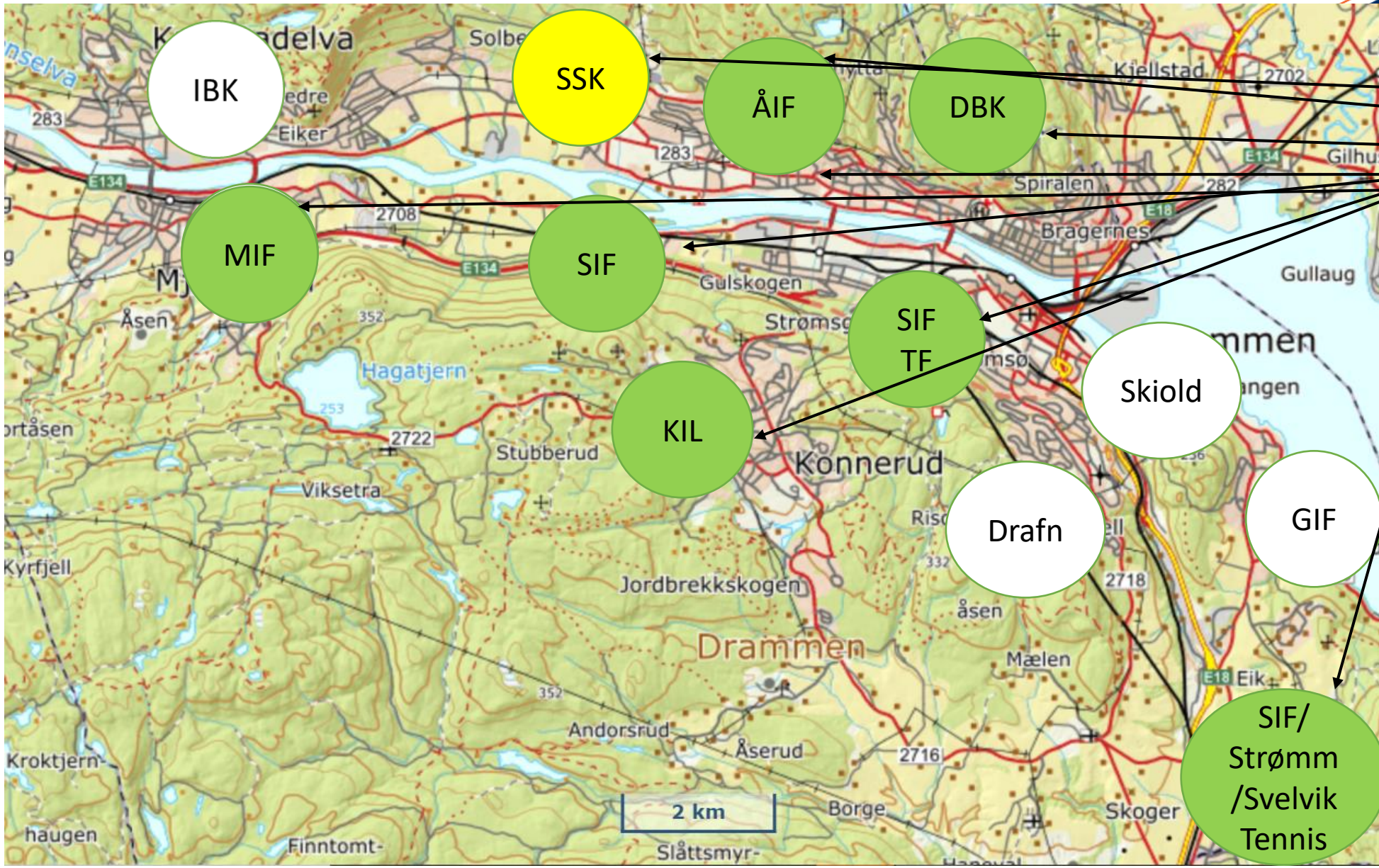
AKTIVE LOKALSAMFUNN / AKTIV I IDRETT

Strømsgodset Toppfotball «BLÅTIMEN» Rollemodellens kraft med

MJØNDALEN MIF «MIF FOR ALLE»	KONNERUD Aktive Konnerud «av ungdom, for ungdom»	ÅSSIDEN Åssiden IF «Aktiv på Åssia»	GULSKOGEN Strømsgodset IF «Ekte kjærlighet på Gulskogen»	BRAGERNES/ ØREN DBK «Den du er, er god nok for oss»	SKOGER OG FJELL DRAFN «Full fart i Strømsåsen»	ÅSKOLLEN Glassverket IF «PULS»	STRØMSØ Skiold «Vi heier på deg»	SVELVIK Svelvik Tennis Svelvik IF Strømm IL	KR.ELVA IBK
---------------------------------------	--	--	--	--	--	--------------------------------------	---	---	----------------

Idrettskontakter

Barnehage	AKS/IFO	Skole	Inkludering	Åpen/aktiv Hall	Ungdom	E-sport	Aktiv senior
-----------	---------	-------	-------------	--------------------	--------	---------	--------------



**AKTIV
SENIOR**

Aktive
LOKALSAMFUNN



Aktive

LOKALSAMFUNN

AKTIV HELE LIVET



PARAIDRETT

Alle drømmer er like mye verdt

2022 lanserte Norges idrettsforbund parastrategien – En idrett, like muligheter. Det innebærer at vi må tilrettelegge for et mangfoldig tilbud der flest mulig finner sin plass og får utvikle seg i tråd med egne ønsker og behov.

19 idrettslag mottok stimuleringsmidler for å tilrettelegge for å integrere parautøvere i ordinær aktivitet. Totalt har disse idrettslagene mottatt kr 349 394,-.

Innspill til temaplan:

- Når det gjelder mennesker med fysisk og psykisk funksjonsnedsettelse forventes det at kommunen legger til rette for at idretten kan bidra til enda bedre tilbud for denne målgruppen
- Må settes retningslinjer for tilrettelegging av idrett, fysisk aktivitet og mulighet for friluftsliv for innbyggere med nedsatt funksjonsevne
- Inntil 10 % av Lokale Aktivtesmidler blir fordelt som støtte til Paraidrett



før



etter

Nippon Karateklubb
Svelvik Idrettsforening- Langrenn, stjernelaget allidrett
Strømsgodset Idrettsforening- Boccia, Fotball, Håndball, Pistol, Teppecurling
Sportskarate Drammen
Skoger & Fjell Karate Klubb
Ski og ballklubben Skiold- Innebandy
Idrettsforeningen Sturla-Friidrett på bane
Gjerpenkollen Hoppklubb-Hopp
Elvebyen Taekwondoklubb
Elvebyen Sportsdanseklubb
Drammen Tigers Bowlingklubb
Drammen Svømmeklubb
Drammen Golfklubb
Drammen Fekteklubb
Aron Skytterklubb
Konnerud IL- Para superheltene
Drammens Ballklubb- Superheltene allidrett
Mjøndalen IF- fotball



Aktive
LOKALSAMFUNN