SAMTAKA- Hópurinn

Samtakahópurinn, haldinn í fjarfundi á TEAMS 20.janúar 2022 kl. 10.00

Mætt: Svava Ósk Stefánsdóttir, Davíð Már Gunnarsson, María Guðmunda Pálsdóttir, Kolbrún Skagfjörð Sigurðardóttir, Hildur Björg Vilhjálmsdóttir, Guðfinna Eðvarðsdóttir, Fríða Guðlaugsdóttir, Ásdís Ragna Einarsdóttir, Linda Sif Leifsdóttir, Kristján Freyr Geirsson, Elísabet Kolbrún Eckhard, Heiða Ingimundardóttir, og Hafþór Birgisson sem jafnframt ritaði fundargerð.

***

Fundargerð

1. ***Kynning á komandi lýðheilsuverkefnum og helstu áherslum lýðheilsufulltrúa.***

   Ásdís Ragna Einarsdóttir kynnti helstu áherslur í lýðheilsunni í Reykjanesbæ fyrir árið 2022.
   Samtakahópurinn þakkar fyrir greinargóða kynningu.

2. ***Kynning á íþróttum- og tómstundum í Reykjanesbæ***

   Hafþór Birgisson íþrótta- og tómstundafulltrúi kynnti þær íþróttir og tómstundir sem eru í boði í Reykjanesbæ.
   Samtakahópurinn þakkar fyrir góða kynningu.

3. ***Hvatagreiðslur í Reykjanesbæ hækka í 45.000 kr.***

Íþrótta- og tómstundafulltrúi fór yfir hækkun Reykjanesbæjar á hvatagreiðslum sveitarfélagsins og minnti á mikilvægi þess að hvetja sem flest börn til þátttöku í skipulögðu íþrótta- og tómstundastarfi. Að auki minnti ÍT fulltrúi á þá sjóði sem eru fyrir utan sjóði sveitarfélagsins sem geta verið afar mikilvægir þar sem að þröngt er í búi.

Ráðhús Reykjanesbæjar
Tjarnargata 12
230 Reykjanesbær
Sími 421 6700
reykjanesbaer@reykjanesbaer.is
reykjanesbaer.is

4. ***Ofbeldismál ungmenna***

Samtakahópurinn stefnir á foreldrafund í samstarfi við FFGÍR og valda grunnskóla um ofbeldismál ungmenna. Fræðslan mun fara fram um leið og tækifæri gefst.

5. ***Lífshlaupið***

Samtakahópurinn skorar á einstaklinga og vinnustaði í Reykjanesbæ að taka þátt í Lífshlaupinu sem hefst 2.febrúar en mikilvægi hreyfingar er gríðarleg og hættan af kyrrsetu hefur aukist á undanförnum árum og áratugum. Nánari upplýsingar um Lífshlaupið má finna á vefsíðunni lifshlaupid.is

6. ***1717 hjálparsíminn***

Samtakahópurinn minnir á hjálparsímann 1717.
Í kjölfar fundar Samtakahópsins munu fulltrúar hópsins hengja upp auglýsingar í grunnskólunum og víðar sem minnir á símann og mikilvægi hans. Að auki er vefsíðan 1717.is mjög áhugaverð og eru námsráðgjafar beðnir um að minna á 1717 verkefnið.

7. ***Verkefnið stelpur filma.***

Stelpur Filma! er vikulangt námskeið þar sem stelpur í 8-9. bekk læra undirstöðuatriði í kvikmyndagerð. Vegna samverkandi þátta eru stelpur ólíklegri til að prófa sig áfram í kvikmyndagerð og láta rödd sína heyrast. Námskeiðið hefur það að markmiði að leiðrétta þennan kynjahalla með því að bjóða upp á rými þar sem stelpur eru hvattar til kvikmyndagerðar. Einnig fá þær hvatningu til að rækta innri sköpunargáfu og að mynda tengsl við kvenkyns fyrirmyndir. Námskeiðið er haldið í Fjörheimum & 88 Húsinu og er samstarfsverkefni RIFF – alþjóðlegrar kvikmyndahátíðar og Reykjanesbæjar.

Samtakahópurinn lýsir yfir miklu hrósi til allra sem koma að þessu mikilvæga verkefni.

Fleira ekki gert og fundi slitið 11.20 – næsti fundur verður um miðjan febrúar og þá mun Ólafur Bergur Ólafsson kynna ungmennaráð Reykjanesbæjar og helstu áherslur þess ásamt öðrum málum.

Lífshlaupið hefst 2.febrúar – nú verða
Allir með!
Nánar á lifshlaupid.is

HEILSUEFLANDI SAMFÉLAG
Reykjanesbær
velliðan fyrir alla

SAMTAKA- Hópurinn

Landskeppni í hreyfingu Lífshlaupið

Ágæti viðtakandi

Okkur langar að benda á að skráning er hafin í Lífshlaupið 2022 en keppnin hefst svo 2. febrúar. Endilega hjálpið okkur við að breiða út boðskapinn. Hér í viðhengi eru myndir fyrir samfélagsmiðla. Allar nánari upplýsingar um Lífshlaupið er að finna á vefsíðu verkefnisins www.lifshlaupid.is

Lífshlaupið er heilsu- og hvatningarverkefni Íþrótta- og Ólympíusambands Íslands sem höfðar til allra landsmanna. Markmið þess er að hvetja landsmenn til þess að fara eftir ráðleggingum Embættis landlæknis um hreyfingu hvort sem er í frítíma, vinnu, skóla eða við val á ferðamáta. Í ráðleggingunum segir að börn og unglingar ættu að hreyfa sig í minnst 60 mínútur daglega og fullorðnir ættu að stunda miðlungserfiða hreyfingu í minnst 30 mínútur daglega.

Eins og ávallt hvetjum við alla landsmenn til þess að taka þátt í Lífshlaupinu og skapa skemmtilega stemningu og auka félagsandann á vinnustaðnum/í skólanum. Það er gaman að geta fylgst með sinni hreyfingu og jafnframt tekið þátt í þessari skemmtilegu landskeppni.

Nú sem aldrei fyrr er mikilvægt að huga vel að bæði andlegri og líkamlegri heilsu. Hugum að heilsunni og verum dugleg að hreyfa okkur reglulega, munum að allt telur. Við óskum því eftir liðsinni ykkar að hvetja landsmenn til að taka þátt í Lífshlaupinu 2022!

Lífshlaupið skiptist í fjóra keppnisflokka:

- *Vinnustaðakeppni frá 2. febrúar – 22. febrúar, fyrir 16 ára og eldri*
- *Framhaldsskólakeppni frá 2. febrúar – 15. febrúar, fyrir 16 ára og eldri*
- *Grunnskólakeppni frá 2. febrúar– 15. febrúar, fyrir 15 ára og yngri*
- *Einstaklingskeppni þar sem hver og einn getur skráð inn sína hreyfingu allt árið*

SKRÁÐU ÞIG TIL LEIKS Á www.lifshlaupid.is/innskraning. Skráningarferlið er einfalt og þægilegt en fínar leiðbeiningar má finna hér og svo hér á ensku.

Við minnum á LífshlaupsAPP-ið þar sem mun einfaldara er að skrá alla hreyfinguna sína þegar maður er komin í lið. Hér má finna upplýsingar um LífshlaupsAPP-ið.

Nánari upplýsingar um Lífshlaupið og skráningu gefur Linda Laufdal, verkefnastjóri Almenningsíþróttasviðs ÍSÍ á linda@isi.is. Einnig er hægt að hringja í síma 514-4000 eða senda fyrirspurnir á netfangið lifshlaupid@isi.is.

Samstarfsaðilar ÍSÍ vegna Lífshlaupsins eru: Advania, Rgás 2 og MS. Á meðan á Lífshlaupinu stendur eru bæði úrdráttarverðlaun alla virka daga sem og myndaleikur á samfélagsmiðlum. Það eru veglegir vinningar í boði frá eftirfarandi fyrirtækjum: Mjólkursamsölunni, Ávaxtabílnum, Skautahöllinni, Klifurhúsinu, World Class, Primal Iceland, Lemon og Granólabarnum.

Með Lífshlaupskveðju
Hrönn og Linda

Kær kveðja
Hrönn Guðmundsdóttir
Íþrótta- og Ólympíusamband Íslands / The National Olympic and Sports Association of Iceland
Sviðsstjóri Almenningsíþróttasviðs
(+354) 514 4000 / (+354) 692 9025
www.isi.is

HJÁLPARSÍMI OG NETSPJALL RAUÐA KROSSINS
.is
1717
Ókeypis • Trúnaður • Alltaf opinn

REYKJANESBÆR

SAMTAKA- Hópurinn