

	RAKKESTAD KOMMUNE	FAKTA ARK ”SUNNE ØSTFOLD” I RAKKESTAD	 FOLKEHELSE- PROGRAMMET
Tiltakets tittel:	<i>GÅ FOR LIVET – MED STAVER</i>		
Målsetting	<ul style="list-style-type: none"> - God fysisk form for flere aldersgrupper. Diagnose ingen hindring. - Forebygge fall og konsekvenser av fall gjennom støtte og bedre form. - Den enkelte opplever glede og tilfredshet gjennom å benytte et tilpasset tilbud om fysisk aktivitet sammen med andre. - Målgruppe er eldre, trygdede og personer med lettere belastningslidelser. 		
Kort beskrivelse	Det ble kjøpt inn 10 par gåstaver og en instruksjonsvideo til Rakkestad helse- og velferdssenter for videre utlån. Østfold idrettskrets deltok under ”innvielsen” med informasjon og instruksjon gjennom en spasertur i nærmiljøet. Utprøving, opplæring og korttidsutlån er ivaretatt av senteret.		
Bilde (demo)			
Bakgrunn	Stavgang var et av temaene ved Folkehelsedagen i Rakkestad 7. juni 2001 i forbindelse med presentasjonen av lokal Folkehelseplan. Bedriftshelsetjenesten hadde tatt initiativ til en stavgang-gruppe. De hadde også et møte på helse- og velferdssenteret for informasjon om stavgang. Stadig flere, spesielt eldre personer, hadde kjøpt seg staver og brukte disse. Idéen var å koble flere sammen, gå i grupper, rekruttere flere og gi opplæring i bruk av staver.		
Organisering, forfatterens rolle relasjoner til nettverk	De ansatte ved helse- og velferdssenteret og folkehelsekoordinator tok initiativet sammen til en søknad om legatmidler. Innkjøp, planlegging og informasjon ble ivaretatt av koordinator, den praktiske delen av arbeidet ble ivaretatt av helse- og velferdssenteret som i oppfølgingen har ansvaret for ordningen med utlån og bruken av stavene som en del av tilbudet for brukerne av senteret/ stavganggruppe.		
Lovverk, politisk vedtak	Arbeidet er hjemlet i Kommunedelplan for folkehelse (2002), kap 6.3.1. ”Alle kropper i bevegelse” og det skadeforebyggende programmet (2003-2014) under tiltaksplanen for voksne/ eldre.		
Evaluering, helsefremmende resultat videreføring	Stavene er utlånt noen dager i uka, gjennom senterets egen trimgruppe, til brukere som er tilknyttet psykisk helsearbeid i kommunen, til medlemmer av reumatikerforeningen i forbindelse med deres møter (de har kjøpt selv etter hvert), til bedriftshelsetjenesten, til enkeltpersoner. Stavene ble brukt på fjellet, da senteret deltok på seniordansarrangement på Beitostølen. Her møtte de Thomas Alsgaard som fullroste tiltaket – og hotellet skulle kjøpe staver !		
Info dokumenter webseite	Infoslipp (grønn) til utdeling på ”helsesteder”, mosjonsklubber, idrettslag, diagnoseforeninger m.v. Søknad om legatmidler fra Legat til beste for eldre datert 07.02.03 - ikke beskrevet		
Finansiering	Legatet til beste for eldre bevilget kr. 4000,- (10 par staver kr.2.750,-). Tiltaket kostet totalt kr. 4.687,- (inkl. staver, video, annonse, honorar).		
Kontaktperson adresse tlf e-mail	Aktivitør Wenche Sørensen, Rakkestad helse- og velferdssenter Postboks 264, 1891 Rakkestad 69 22 55 82 kari.voll@rakkestad.kommune.no		

