

Folkehelsekoordinator i kommunen, Torill Valderhaug, er ansvarleg for tilbudet.

### Kontaktinformasjon:

Servicekontoret Giske kommune.

Tlf. 70188000

Torill Valderhaug

Tlf: 70188115

e-post: [tval@giske.kommune.no](mailto:tval@giske.kommune.no)

Asbjørn Røsvik

Tlf. 91820804

e-post: [asbr@giske.kommune.no](mailto:asbr@giske.kommune.no)

[www.giske.kommune.no](http://www.giske.kommune.no)

Aktiv på dagtid er eit samarbeid mellom God Helse, Giske kommune, Aktiv Trening Gjøvsund, Legetenesta og NAV.



Giske kommune

# AKTIV PÅ DAGTID I GISKE

Eit lavterskel tilbud til deg i Giske kommune som står heilt eller delvis utanfor arbeidslivet.



## Kva er aktiv på dagtid?

Aktiv på dagtid er eit tilrettelagt aktivitetstilbod for menneskjer som ønskjer å komme i gang med trening/fysisk aktivitet. Aktiv på dagtid legg opp til aktivitetar som passar for alle. Aktiv på dagtid er eit treningstilbod og ikkje eit behandlingstilbod.

## Kven kan delta?

Alle over 18 år som er busett i Giske kommune, som står heilt eller delvis utanfor arbeidslivet og som treng å kome i aktivitet eller som mottek ein av følgjande ytingar.

- Sjukepengar
- Uførepensjon
- Overgangsstønad
- Arbeidsavklaringspengar
- Kvalifiseringsstønad
- Registrerte arbeidssøkjande

## Timeplan

Tilbodet følgjer skuleruta.

### **Turgruppe:**

Oppmøte tysdagar\_klokka 11. Varigheit ca. 60 min.

Turleiar: sjå turplan

Kontaktperson: Asbjørn Røsvik.

### **Treningsstudio:**

Oppmøte Sprek 365 på Gjørund torsdagar\_kl. 11. Varigheit ca. 60 min.

Instruktør: Asbjørn Røsvik.

## Kva kostar det:

kr. 330,- i halvåret.

## Korleis delta?

Meld deg på til Folkehelsekoordinator, kommunefysioterapeut eller på servisekontoret på kommunehuset (sjå baksida for kontaktinformasjon)