

Påmelding

- **Påmelding: Ikke vent med å melde deg på – frist 1. september 2003**
- **Noen arrangementer er uten påmelding (se under) - fritt fram - bare møt opp!**
- Påmelding skjer til Kulturavdelingen ved Sidsel Westerås:
e-post sissel.westeras@bergen.kommune.no - faks 5556 7106 - telefon 5556 7115
Oppgi navn og arbeidssted ved påmelding.
- De fleste tilbudene er gratis, resten er råbillige! Betaling skjer før oppstart av aktiviteten!

Torsdag 18. september

- Foredrag om «Helsefremmende arbeidsmiljø» og «Det gode liv». Påmelding!
- «Arbeidsmiljøtorget». Påmelding for bidragsytere direkte til Bjørg Løver; e-post bjorg.lover@bergen.kommune.no - faks 5556 6801 - telefon 5556 6785
- **Utearrangement i Hjortlandsdalen.** Påmelding! Pris: kr. 50.- inkl. enkel servering. Arrangementet går uansett vær, kle deg etter forholdene! Meld fra ved påmelding om du ønsker busstransport, mulighet for parkering av bil.

Fredag 19. september

- Foredrag «Kollegaveiledning», «LØFT-metoden», «Inkluderende arbeidsliv». Påmelding!
- Sangkor – max 100 deltakere. Fritt fram, still opp!
- Linjedans – max 100 deltakere. Fritt fram, still opp!
- Åpen svømmehall. Fritt fram, still opp!
- Vannttrim – max 20 deltakere. Påmelding!
- Urtekurs – Max 20 deltakere. Påmelding. Pris: kr. 100, inklusiv 3 retters middag!
- Møt Åsane treningssenter (www.jegtrener.no). Fritt fram, still opp!
- Kultursafari – Max 50 deltakere. Påmelding. Pris: kr. 50, inklusiv enkel servering.
- Avslutning av Arbeidsmiljødagene. Fritt fram, still opp!

Arrangementskomite

Olav Brakestad, Kalvatræet skole
 Britt V. Danielsen, Åsane bydelsadministrasjon
 Turid Hesjedal, Åstveit sykehjem
 Lise Klokkeide, Åsane bydelsadministrasjon – arrangementsansvarlig
 Katrine Klæboe, Åsane bydelsadministrasjon
 John-Arne Langhelle, Kulturavdelingen
 Bjørg N. Løver, Åsane bydelsadministrasjon
 Bjørg Lise Rasmussen, Ulsetskogen skole
 Dag Sjøvold, Pleie- og omsorgsavdelingen
 Olaug Skulstad, Åstveit sykehjem
 Tore Søvdsnes, Ergo-/fysioterapiavdelingen

Styringsgruppe

Bydelsdirektør Marit Strøm, helse- og sosialsjef Christen Larsen, oppvekstsjef Christian Fotland, kultursjef Jan Reidar Rasmussen, økonomisjef Tor Corneliusen og personalsjef Lise Klokkeide.

*Det gode arbeidsmiljøet
 skaper vi i fellesskap!*



18. og 19. september arrangerer Åsane bydel «Arbeidsmiljødagene 2003». Arrangementet er åpent for alle medarbeidere i Åsane bydel; fast ansatte, vikarer og lærlinger. Tema for Arbeidsmiljødagene 2003 er helsefremmende arbeidsmiljø og formålet er å:

- Informere om det gode arbeidsmiljø og nyttige verktøy
- Tilrettelegge for erfaringsutveksling mellom arbeidsstedene
- Gi tilbud om positive aktiviteter sammen med kolleger

Arbeidsmiljøet er vårt felles ansvar! Vi oppfordrer alle til å bidra og delta! La deg inspirere og engasjere! Bli med på spennende aktiviteter som gir energi og motivasjon! Bla om å se det spennende programmet! **Kom å bli med, dette blir gøy!**



program

Torsdag 18. september

«Det gode, helsefremmende arbeidsmiljøet – Det gode liv!»
Formiddag kl. 11.00 - 16.00

Sted: Rollandshallen, Åslia 13 (Gymsal og ballsal)

- 11.00 – 11.15 Åpning av Arbeidsmiljødagene 2003 i Åsane bydel
- 11.15 – 12.30 **«Helsefremmende arbeidsmiljø»** Foredrag ved Stig Berge Matthesen, førsteamanuensis, Institutt for Samfunnspsykologi, UiB
- 13.00 – 14.30 **«Det gode liv»** Foredrag ved Tor Jacob Moe, avdelingsoverlege/ psykiater ved Olaviken behandlingssenter
- 11.00 – 16.00 **«Arbeidsmiljøtorget»** Utdveksling av ideer om det gode arbeidsmiljøet. Utstilling – Formidling – Speakers corner – Kafé!
ÅPENT FOR ALLE - stikk innom!

«Bli med ut i det fri!»

Ettermiddag kl. 17.00 - 20.30 – busstransport fra kl. 16.00

Sted: Hjortlandsdalen, busser fra Rollandshallen kl. 16.00 - 16.20 - 16.40, retur kl. 20.20 - 20.40 - 21.00

P Rollandshallen: Parkeringsplass ved helsebygg / Rolland barnehage, vis a vis Safari.
 Hjortlandsdalen: Parkering til en del privatbiler, men vurder om du heller kan ta bussen.

Uteaktiviteter for alle: Unge og gamle – menn og kvinner – sprekinger og stuegriser !

- Aktivitetsløype med spennende poster!
- Turløyper av ulik lengde
- Oppstart av bydelens turgruppe! Turledere er Ivar Austrheim og Svein Cato Sverresvold
- Kurs i «Nordic Walking» (bruk av turstaver)
- Konkurranser og underholdning
- Treningsaktivitet på «Sletten»
- Enkel mat og drikke – grilling – lavvoer – stort utebål: Her blir det stemning!

Det gode arbeidsmiljøet skaper vi i fellesskap!

Fredag 19. september

«Arbeidsmiljøverktøy - en introduksjon» Formiddag kl. 12.00 - 16.00

Sted: Rollandshallen, Åslia 13 (Gymsalen)

- 12.00 – 13.00 **«Kollegaveiledning – et nyttig verktøy på arbeidsplassen»**
 Innlegg ved Astrid Ljones Fjærestad, høyskolelektor, NLA
- 13.30 – 14.30 **«LØFT et kommunikasjonsverktøy for din arbeidsplass?»**
 Innlegg ved Britt Toppe Haugsbø, styrer Ulvøyen barnehage
- 14.45 – 15.45 **«Inkluderende arbeidsliv – hva betyr dette for deg?»**
 Innlegg ved Frode Mannsåker, rådgiver Trygdeetatens Arbeidslivssenter

Kafé!

«Positive aktiviteter i fellesskap» Ettermiddag kl. 16.00 - 20.00

- **Allsangskveld!** Instruktør: Dirigent Turid Våge, «Flaktveit Blandakor»
 Tid: Kl. 16.00 – 17.00, Sted: Rollandshallen, ballsalen
- **Linjedans – kom å bli med!** Instruktør: Randi Bomo, Rolland skole.
 Tid: Kl. 16.30 – 18.30, Sted: Rollandshallen, gymsalen
- **Åpen svømmehall!**
 Tid: Kl. 16.00 – 18.00, Sted: Rollandshallen, svømmehallen
- **Vantrim for alle!** Instruktør: Tone Søvdnes, fysio/ergoterapitjenesten.
 Tid: Kl. 18.00 – 18.45, Sted: Rollandshallen, svømmehallen
- **Urtekurs!** Instruktør: Bente Kronhaug, Kyrkjekrinsen skole
 Tid: Kl. 16.00 – 19.00, Sted: Breimyra ungdomsskole, skolekjøkkenet
- **Møt Åsane treningssenter i Rollandshallen!** Bli med på lett trim som passer for alle! Tid: Kl. 17.30 – 18.30, Sted: Rollandshallen, ballsalen
- **Bli med på Kultursafari!** Lær Åsane bydel å kjenne ! Ansvarlig: Velferdsutvalget.
 Tid: 16.30 – 18.45 Sted: Safari i Åsane med buss fra/til Rollandshallen
- **Avslutning av Arbeidsmiljødagene 2003**
 Underholdning, premieutdeling med mer !
 Tid: 19.00 – 20.00 Sted: Rollandshallen