

# Tips til fyrste gong barnet ditt skal på ein aktivitet:

---

- Kom tidsnok
- Ta gjerne kontakt med trenaren eller leiaren i forkant
- Sjekk ut kva utstyr som trengs
- Snakk med barnet om aktiviteten og kva reglar som gjeld
- Om barnet ditt har særskilde behov, vurder om du skal ta dette opp med trenarar/leiarar



## Kontakt

### Telefon

+47 53 42 30 00

### Nettstad

<https://aktivitetforalle.no>

### Email

aktivitetforalle@bomlo.kommune.no



FINN AKTIVITETAR I NÆRLEIKEN

INFORMASJONSBRISJYRE TIL  
FORELDRE/FØRESETTE

**Som forelder/føresett er det viktig at du bidreg til å gi barnet/borna ei god fritid.**

I denne brosjyra finn du informasjon om aktivitetar du finn i ditt nærrområde. Det står også kva som er viktig å tenkja på når barnet ditt skal være med på ein aktivitet.



[www.ressursforalle.no](http://www.ressursforalle.no)



[www.aktivitetforalle.no](http://www.aktivitetforalle.no)

## Tilbodet me har på øya

Det er viktig for oss at Bømlo kommune lukkast i å rekruttera, utvikla og inkludera. Me vil gjere at folk i alle aldrar frå heile øya deltar i dei ulike aktivitetane Bømlo har å by på, anten det er idrett, kultur eller andre frivillige organisasjonar.

## Her finn du fritidsaktivitetar

Gå inn på [www.aktivitetforalle.no](http://www.aktivitetforalle.no). Her finn du oversikt over både fritidsaktivitetar og komande arrangement.



## Kvifor bør born og unge delta i fritidsaktivitetar?

- Sosial arena for å utfordra seg sjølv og samstundes føla meistring og tilhøyrse
- Ansvar og verv i frivillige organisasjonar gir godt innhald til CV-en
- Bli kjent med nye vener
- Læra nye ting
- Få brukt ulike sider av seg sjølv
- Utforska nye situasjonar på ein trygg måte



## Organiserer du, eller vil du organisera ein aktivitet?

Som kommune ynskjer me å fremje det store mangfaldet øya har og rekruttera barn og unge inn i fritidsaktivitetar. Vil du starte ein organisert aktivitet, eller gjer du det frå før? Sjekk ut [ressursforalle.no](http://ressursforalle.no)!

Dette finn du:

-Ein digital rettleiar for å drifta fritidsaktivitetar.

-Tips til å rekruttere frivillige.

-Tips til å møta medlemmar med særskilde behov.



[ressursforalle.no](http://ressursforalle.no)