

Det vises til kunngjøring av spesielle velferdsmidler, på intranett 12.7.2019.

I 2016 ble det bevilget 12 000 kroner til ukentlig treningstilbud i arbeidstida for ansatte ved UiT, på bakgrunn av søknad fra Helsefak v/Torgunn Wærås. Etter søknader fra undertegnede ble tilsvarende bevilgning gitt både for 2017, 2018 og for 2019.

Tilbudet har vært veldig godt mottatt, med stor oppslutning hver gang, til dels med venteliste (max 50 deltakere, påmelding hver gang). Siste trening i vår var 2. juli, da var det 23 påmeldte. Planlagt oppstart høst 2019 er 13. august. Jeg vet positivt at det har vært deltakere fra både Helsefak, UB, HSL og Administrasjonen. Kanskje har det også vært deltakere fra andre enheter.

Instruktør Inger-Heidi Brindley Kjærvik har fått blomster som en ekstra takk etter semesterets treninger, vedlagt følger bilde fra 2016. Og en av deltakerne la følgende melding ut på intranettet:

UiT har gitt oss et fint møtested på tvers av instituttene! Trening i arbeidstiden ved instruktør Inger-Heidi Brindley Kjærvik, som presser oss til det ytterste, men samtidig får fram latteren hos alle. Vi setter pris på mulighet til å trimme i arbeidstiden, samt verdsetter vår entusiastiske trener. UiT har på denne måten bidratt til et positivt arbeidsmiljø.

Som en av de fortsatt meget fornøyde deltakerne, tar jeg igjen initiativ til å få tilbudet videreført. Dette er et sterkt ønske fra alle deltakerne. Helsefak har sagt ja til fortsatt å stille med lokaler (gymsal).

På vegne av alle deltakerne søkes derfor med dette om 12 000 kroner til å kunne videreføre tilbudet i 2020.

Søknadsperiode: Vår og høst 2020

Aktivitet: Ukentlig treningstime som passer for alle, uavhengig av treningsbakgrunn, fysisk form, alder og kjønn. Kombinasjonsøkt med enkle trinn, fokus på bevegelighet, styrke og kondisjon. Allsidig, smart og funksjonell trening med stor vekt på treningsglede.

Hvis søknaden blir innvilget, vil tilbudet bli annonsert for alle ansatte ved UiT (på intranettet).

Varighet: 60 minutter per gang

Forslag dag: Tirsdager kl 15.15

Instruktør: Inger-Heidi Kjærvik, som har lang erfaring som treningsinstruktør. Hun er ansvarlig for treningstimene inneværende år, og vil gjerne fortsette. Kjærvik er sprek, blid og energisk, og egner seg meget godt som treningsinstruktør.

Målsetting: Gi ansatte ved Helsefak, UB og UiT for øvrig et allsidig treningstilbud i arbeidstida, som passer for alle. Bidra til sosial aktivitet på tvers av fakultet, institutt og andre enheter. Bidra til økt trivsel, arbeidsglede og forebygging av sykefravær gjennom fysisk aktivitet.

Kontaktpersoner: Marianne Foss, marianne.foss@uit.no , 776 45721/mobil 41372621
(Inger-Heidi Brindley Kjærvik, hei-kj@hotmail.com , mobil 97619302)

Ca antall brukere: Dette kommer an på valg av treningslokale. Hittil har vi benyttet gymsal i MH-bygget, og vi har fått positiv respons på forespørsel om å bruke den også i 2020. Da er kapasiteten 50 personer per treningsøkt. Det har hittil vært stor oppslutning, ofte med venteliste.

Søknadsbeløp med budsjett:

Aktivitet	Kostnad (kr)	Merknad
22 treningstimer vår 2020 á 250 kr	5 500	Januar-juni
18 treningstimer høst 2020 á 250 kr	4 500	August-desember
Servering av frukt og juice ved avslutning vår og høst	2 000	Avslutningsarrangement
Leie av lokaler	0	Forutsetter at UiT stiller lokaler til disposisjon gratis
Totalbeløp søknad:	12 000	Dersom søknaden innvilges, bes beløpet overført til UB

Vennlig hilsen

Marianne Foss
på vegne av glade og fornøyde trimmere på UB, Helsefak og flere andre enheter ved UiT, som ved hjelp av dette tilbudet blir sprekere og sprekere!

Marianne Foss
Assisterende bibliotekdirektør
Universitetsbiblioteket
Telefon: 776 45721/41372621
e-post: marianne.foss@uit.no

