

# Barnas Ridderuke

15. - 21. januar 2017



Barnas Ridderuke arrangeres av foreningen  
Ridderrennet i samarbeid med  
Beitostølen Helseportsenter

[WWW.BHSS.NO](http://WWW.BHSS.NO)

[WWW.RIDDERRENNET.NO](http://WWW.RIDDERRENNET.NO)

# BARNAS RIDDERUKE 2017

Hensikten med Barnas Ridderuke er å gi et tilbud om skiløping til barn og unge med funksjonsnedsettelse, særlig de som tidligere ikke har hatt så store muligheter til å gå på ski.

Det blir lagt vekt på grunnleggende skiteknikk, tilpasning av riktig utstyr og evt. hjelpemidler. Vi erfarer at man gjennom et slikt arrangement kan bidra til økt aktivitet gjennom vinteren.

## HVEM KAN SØKE

Uka er åpen for både nybegynnere og viderekommende. Vi tar først og fremst sikte på barn med funksjonsnedsettelse, mellom 10-16 år, fra hele landet. Det er en forutsetning at deltakerne kan nyttiggjøre seg skigåing (løype) som aktivitet, og har muligheter til å følge opp aktiviteten siden.

## TID OG STED

Uka arrangeres på Beitostølen 15.01-21.01 2017 (uke 3). Deltakerne ankommer Beitostølen søndag 15.01 før kl.1800. Avreise blir lørdag morgen den 21.01, senest kl. 1200



## Barnas Ridderuke:

Vi mottar hvert år verdifull støtte fra Lions, Blindemisjonen IL samt det lokale næringslivet på Beitostølen.



## PROGRAM

Deltakerne får skiinstruksjon gjennom hele uka (mandag-torsdag). Instruksjonen foregår gjennom lek og turgåing, på flatmark og i bakker.

På kveldstid blir det arrangert underholdning og sammenkomster.

Fredag avsluttes uka med det 35.

Barnas Ridderrenn, et skirenn med distanser fra 2 km til 8 km.

Deltakere og instruktører bor i hytter på Beitostølen. De vil i fellesskap lage mat, vaske opp etc.

## ØKONOMI

Kursavgiften er kr 1.200,-. Deltakerne får gratis innkvartering, bespising etc. Reisen til og fra Beitostølen må den enkelte dekke og ordne selv. Deltakerne kan søke lokale instanser, organisasjoner, kommune, fylke etc. om økonomisk støtte.

Blindemisjonen "IL" støtter Barnas Ridderuke med reisekostnader, kursavgift og startkontingent for inntil 10 synshemmede/blinde etter søknad til Barnas Ridderuke.



## ANSVARSFORHOLD

Uka er ikke en del av Beitostølen Helse- og sportsenters ordinære tilbud. Det vil ikke bli krevet legeattest av deltakerne. Arrangøren gjør oppmerksom på at de foresatte er ansvarlig for at deltakernes helsetilstand er tilfredsstillende i forhold til aktivitetsuka. Vi må derfor ha foresattes underskrift ved påmelding. Deltakerne må selv kunne administrere sine evt medisiner, og ta forholdsregler i forhold til sin funksjonsnedsettelse. Medisinsk personell ved Beitostølen Helse- og sportsenter vil være tilgjengelig i forbindelse med sin vaktordning, hvis det skulle bli behov for spesiell hjelp i løpet av uka.

## SKIUTSTYR

Alle som har eget utstyr, tar dette med. Det brukes "vanlig løypeutstyr". I samarbeid med den lokale sportsforretningen vil deltakerne kunne prøve ulikt skiutstyr. Det blir også mulighet til å kjøpe skiutstyr til ca. halv pris under uka. Hver deltaker tar med eller kjøper skismøring til eget bruk.

## INSTRUKTØRER

Det blir 1-2 deltakere pr instruktør. Led-sagere/instruktører rekrutteres fra ulike høyskoler i Norge og Sverige. Dette er voksne som har god kjennskap til arbeid med barn og unge med funksjonsnedsettelse dels via relevante studier og praksis (bl.a. ved Beitostølen Helse- og sportsenter). Den enkelte deltaker vil få hjelp hele døgnet under uka.



## FORESATTE

Barna skal klare seg helt, eller mest mulig, uten pårørende. Foreldre/søsken/lærere/støttekontakter er velkommen til å være til stede under uka. De må selv ordne med innkvartering m.v. i forbindelse med oppholdet. Arrangøren kan gi råd om alternative innkvarteringssteder. Evt. medvirkning som ledsager skal avtales med arrangøren i hvert enkelt tilfelle.

Søknadsfrist: 25. nov 2016 (For mer info om søknad, se baksiden)



## SØKNAD

Deltakerantallet på uka er begrenset til ca 50 deltakere. Alle som søker får skriftlig svar innen 11.12.16. De som blir tatt med på uka, må betale kursavgiften på kr. 1.200,- før de får sitt opptak godkjent

Websøknad finnes på: [www.ridderrennet.no](http://www.ridderrennet.no)  
og [www.bhss.no/om-senteret/barnas-ridderuke/](http://www.bhss.no/om-senteret/barnas-ridderuke/)

### ØNSKER DU MER INFORMASJON?

Nærmere opplysninger kan fås ved henvendelse til Beitostølen Helse- og sportsenter, tlf. 61 34 08 00 eller mail [post@bhss.no](mailto:post@bhss.no)  
Spør etter Tone-Lill

### Elektronisk søknad:

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

eller

[www.bhss.no/om-senteret-barnas-ridderuke/](http://www.bhss.no/om-senteret-barnas-ridderuke/)

