



Sunde skole

## Sunde teknolab er stiftet

Sunde teknolab er stiftet etter initiativ fra Sunde skoles FAU.

Formålet med foreningen er å tilby elevene lokaler og utstyr med problemløsende og utforskende tilnærming til mekanikk, energi, automa-

sjon eller robotisering.

I tillegg er ønsket at en teknolab skal være med på å utvikle elevenes sosiale ferdigheter som evne til samarbeid, respekt, omsorg og oppriktighet.

# m aldri før



**ELDRETRIM:** Aina Fuglesten (64) og Kari Berg (80) (foran) synes det er viktig å holde seg i form. Mandag morgen var de på plass på gruppetreningstimen «Flat mage, sterk rygg» på Skipper Worse Ledaal. – Jeg synes det er viktig å trene og å være i bevegelse. Ingen av oss er her for å bli fine og slanke, men vi forebygger jo, forklarer Fuglesten.

## Utvider treningstilbudet

**Trimtilbudet ved Skipper Worse holder sommeråpent for første gang. I tillegg starter de opp med joggegrupper i juni.**

– Hver ferie er det noen som er innom og fortviler over at de ikke får trene. Derfor har vi laget en plan for sommeren også i år, forklarer daglig leder på Skipper Worse, Lisbeth Vikse.

Sommerplanen gjelder fra 6. juni til 26. august, og det er første gang de har et treningstilbud i juli.

– Så jeg er spent på å se om det virkelig er noen som kommer og vil trene da, sier Vikse.

I juni starter de dessuten opp et nytt tilbud – en joggegruppe.

– Dette er helt nytt. Vi prøver tilbudet ut to dager i uken, også får vi se hvordan det går. Planen er at det skal kunne tilpasses litt etter hvor god form de er i, forklarer Vikse.

I tillegg håper hun å få utvide det ordinære treningstilbudet med enda flere gruppetimer.

– Og vi vil gjerne spre oss enda mer rundt i bydelene, for eksempel til Hinna. Det er kjekt når vi ser at så mange benytter seg av tilbudet. Målet er jo at det skal føre til et mindre behov for helsetjenester, påpeker Vikse.

## HVEM FORTJENER BYGGESKIKKPRISEN?

Nå kan du nominere kandidater til kommunens hederspris for byggverk.

Årets tema for byggeskikkprisen er fornyelse i den utbygde byen, og juryen ønsker forslag på kandidater som represente-

rer byfornyelse gjennom gjenbruk, fortetting, ombygging eller påbygging.

Bygningene må være ferdigstilt i 2003 eller senere, og frist for innsending av forslag er 10. juni.



**MÅLER TRYKKET:** Ved hjelp av den blå mansjetten rundt overarmen og et blodtrykksapparat kan leder for Krokeidesenteret avdeling Nærland, Eva Fagerheim (til høyre), lese av blodtrykket til Hennie Olsen (75).

## Hjertelig måling

**Tekst og foto:** Ina Steen Andersen

**Hennie Olsen (75) fikk målt blodtrykket på Skipper Worse. Det var ett av flere forebyggende tiltak under «Hjerteuken».**

Nasjonalforeningen for folkehelsen arrangerer denne uken «Hjerteuken» over hele landet. Målet er å spre informasjon om hjerte- og karsykdom.

Lokallaget i Stavanger, ved Skipper Worse, har stands, hjertemarsj og foredrag ved alle de fire sentrene i byen, i tillegg til blodtrykkmåling på Ledaal.

### Måler trykket

Hennie Olsen (75) synes det er kjekt å vite hvordan det ligger an med blodtrykket, og benyttet anledningen på Ledaal i går.

Eva Fagerheim, leder for Krokeidesenteret avdeling Nærland, fester den blå mansjetten på overarmen til Olsen. Så kan hun lese av blodtrykket på det lille apparatet koblet til mansjetten.

– Du har jo et helt fint blodtrykk, som en ungdom. Trener du? spør Fagerheim.

Olsen svarer at hun har trent i turnen i 40 år.

– Også trener jeg linedance her på Skipper Worse en gang i uken, og jeg er med i turgruppen, forklarer 75-åringen.

Det får hun ros for av Fagerheim, som forklarer at aktivitet og kosthold er det viktigste du selv kan gjøre for å holde kroppen din og hjertet ditt i form, i tillegg til å ikke røyke.

– Så du gjør alt det du kan gjøre for blodtrykket ditt, sier hun til Olsen.



**HJERTELIG:** Rigmor Haave i Nasjonalforeningen for folkehelsen i Stavanger.

– Ja, jeg må holde meg i aktivitet. Vi kan jo ikke bare sette oss ned. Da stivner vi helt, understreker Olsen.

### Én uke til hjertet

Rigmor Haave sitter i styret til Folkehelsen i Stavanger. Hun forklarer at «Hjerteuken» handler om å forebygge.

– Hjerte- og karsykdommer er ett av de store satsingsområdene til Folkehelsen. Og derfor har vi denne uken hvor vi tar for oss hjertet, informerer om temaet og samler inn penger til forskning på området, sier Haave.

Hun forklarer at det viktigste er å informere om hva du kan gjøre for å holde kroppen og hjertet i sving.

– Dette er viktig forebyggende arbeid. Dersom flere unngår å bli syke kan vi få en mindre belastning på de sosiale tjenestene, påpeker Haave.

I år har de utvidet programmet i «Hjerteuken», som varer til og med lørdag.

– Vi har involvert Skipper Worse-sentrene og grepet tak i turgruppene her, slik at vi har fått arrangert «hjertemarsjene». I tillegg har vi program gjennom hele uken. Slik får vi også spredt budskapet vårt bedre, sier hun.

isa@rogalandsavis.no



### HJERTEMARSJ:

Turgruppen ved Skipper Worse Ledaal gikk fra Eiganes og rundt Lille Stokkavatn i anledning «Hjerteuken».