



## Foreningen for Aktiv Natur Velvære

### *Bildesø Skov og Strand*

Nyhedsbrev nr. 9, december 2008

## Region Sjællands Sundhedspris.

Det er en utrolig stor glæde, her i dag den 15. december 2008, at kunne fortælle vi i dag har modtaget Region Sjællands Sundhedspris. Prisen var i alt på kr. 200.000,- som blev delt i 2 lige store portioner af kr. 100.000,-. Ja i læste rigtigt. Jeg sidder lige i øjeblikket med en check i baglommen hvor der står **"EN-NUL-NUL-NUL-NUL-NUL 00/100"** som i morgen bliver indsat på Aktiv Natur Velværes konto i Sydbank.

Jeg må indrømme jeg fik beskeden sidste onsdag, men fik pålagt absolut tavshed. Ikke engang de øvrige bestyrelsesmedlemmer måtte få beskeden. Jeg må indrømme det har været ganske frustrerende, at være ved at sprænges af glæde og så ikke at kunne dele glæden med sine omgivelser. Dog har jeg brudt mit tavshedslofte overfor én. Nemlig min hund Viggo, som siden han fik det glædelige budskab har rendt rundt sammen med sin far og logrede med halen. Irene og Bettina deltog i seancen i dag på Gerlev Idræts Højskole og blev ellevilde af begejstring over lige pludselig at blive konfronteret med den glædelige besked. Jeg må indrømme det var derfor jeg ikke kom til træningen i søndags, da jeg var bange for at røbe et eller andet. Men nu er det hele overstået og glæden kan få frit løb – og ikke mindst deles med jer andre.

På vegne af foreningen er jeg selvsagt jublende lykkelig, da vi nu kan få indfriet en stor del af de visioner vi har. Blandt andet indløst de 3 "halve" kajaker fra Friluftsrådet. Samt få hyret en professionel instruktør til Fitness pladsen til træningen om søndagen. Indkøb af en kajak trailer, samt indkøb af et par toer kajaker til glæde for vores børnefamilier. – Men inden pengene helt bliver formøblet, skal vi lige sikre os at skattefar ikke forlanger en portion af vores sundhedspris.

Jeg har i en fart indscannet de sider i Regionens sundhedsmagasin som blev omdelt efter seancen, så de kan læses nedenfor. Hold selv øje med medierne de næste par dage. Det kunne tænkes der var nogle der skrev noget pænt om os.

De bedste og varmeste julehilsner fra jeres egen formand

*Sven*



## Foreningen for Aktiv Natur Velvære

### *Bildsø Skov og Strand*

# To vindere deler Sundhedsprisen 2008



**D**EN FØRSTE SUNDHEDSPRIS i Region Sjællands historie får to vindere: Aktiv Natur Velvære, en forening ved Bildsø Skov og Strand, og BEC (Bankernes EDR Central) i Roskilde.

Prisen består af i alt 200.000 kr., som altså deles mellem vinderne, og et specialdesignet glasæble, udført af glaskunstneren Torben Jørgensen fra Fensmark. Netop et æble er vartegnet for Sundhedsprisen.

Vinderne er fundet blandt i alt 73 kandidater, der var foreslået til prisen, som gives for at anerkende et særligt sundhedsfremmende initiativ for borger-

ne i Region Sjælland. Kandidaterne kom fra hele regionen og spændte fra privatpersoner og virksomheder til institutioner og uddannelsessteder.

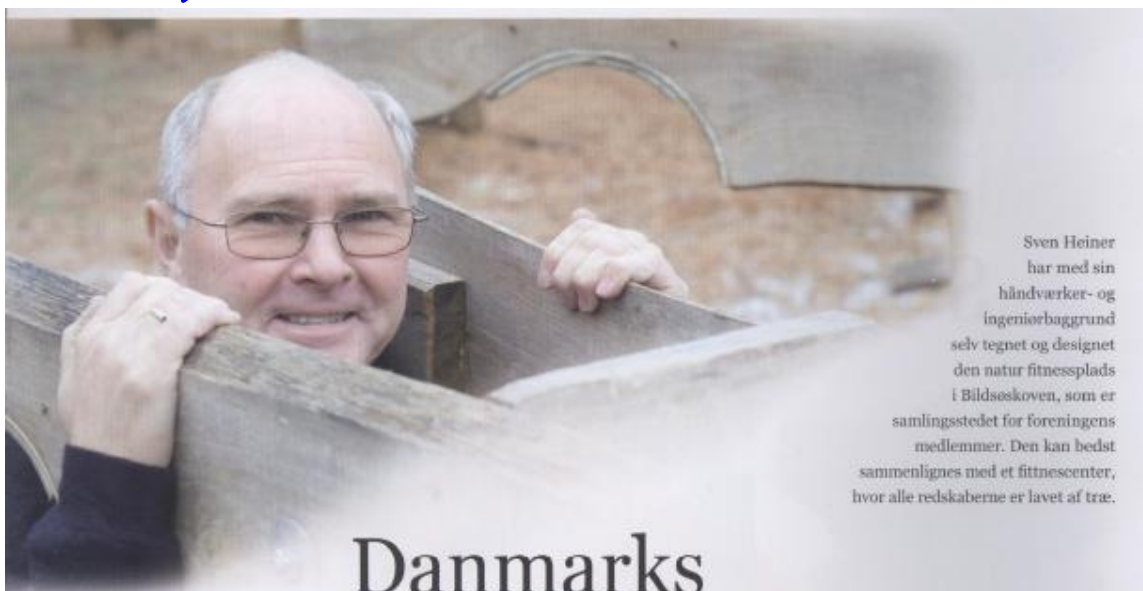
Dommerkomiteen bag Sundhedsprisen har syv medlemmer: Regionsrådsformand Kristian Ebbensgaard, regionsrådsmedlemmerne Vibeke Greve Kristensen og Knud Munksgaard, direktør Flemming Nielsen, Region Sjælland, forstander Finn Berggren, Gerlev Idrætshøjskole, forfatter, coach og foredragsholder Marianne Florman og chefredaktør Bente Johannessen, Dagbladet Sjællandske.

Mød vinderne på de næste sider. ♣



## Foreningen for Aktiv Natur Velvære

### *Bildsø Skov og Strand*



Sven Heiner har med sin håndværker- og ingeniørbaggrund selv tegnet og designet den natur fitnessplads i Bildsøskoven, som er samlingsstedet for foreningens medlemmer. Den kan bedst sammenlignes med et fitnesscenter, hvor alle redskaberne er lavet af træ.

# Danmarks hurtigst voksende forening

Foreningen for Aktiv Natur Velvære ved Bildsø Skov og Strand har femdoblet sit medlemstal siden oprettelsen for halvandet år siden

» JAMEN, DET varer formentlig fjorten dage, før vi kan få sovet ordentligt igen. Så længe går der nok, før vi får armene ned igen, og så er sengene altså for korte til at sove i!«

Sven Heiner, formand for og drivkraften bag Foreningen for Aktiv Natur Velvære, er med egne ord jublende glad over, at foreningen nu får Region Sjællands Sundhedspris.

– Både for anerkendelsen og for det kontante tilskud, som kan bringe os endnu tættere på nogle af de mål, vi har. Pengene skal formentlig bruges på at købe flere kajaker og til at etablere de »sheltere«, vi har planer om at lave langs kysten her. Her kan vores kajakroere søge læ og eventuelt overnatte, men shelterne vil naturligvis også kunne benyttes af alle andre.

Netop den brede appel i aktiviteterne har været nøglen til succes for foreningen, som ved sin stiftende generalforsamling i maj 2007 talte 23 medlemmer og ved udgangen af 2008 var vokset til 122 medlemmer. I alle aldre. Yngste medlem er 4 år, mens alderspræsidenten har rundet 81 somre og er holdleder på et stavgangshold!

#### Fra kajaker til Qi-Gong

Kajakroningen er blot en af aktiviteterne, der blandt andet også omfatter løb, fitness, stavgang, naturvandringer og kinesiske afspændingsøvelser som Tai-Chi og Qi-Gong.

Med hjælp fra kommunen har foreningen fået indrettet en natur fitnessplads i Bildsøskoven, rå i designet, men med masser af aktivitetsmuligheder.

– Vi har haft held til at samle folk her i området på tværs af alder og andre skel, både faste beboere og sommerhusgæsterne, og vi har endda medlemmer andre steder fra også, for foreningen er åben for alle, siger Sven Heiner, der selv siden sine unge dage som eliteroer har formået at holde sig i fin form op til i dag, hvor aldersbarometeret har rundet de 62 streger.

– Det er bare sjovt at se alle de glade mennesker i foreningen, og vi har nok været heldige at ramme et behov i tiden. Med prisen får vi også mulighed for at knytte professionelle instruktører til aktiviteterne, så vi alle sammen får endnu mere fornøjelse og udbytte ud af samværet her ved Bildsø Skov og Strand.

TEKST OG FOTO: GERT ELLEGAARD