



## Mandag 12. september

### **11:00-12:00 – Webinar: «Hvordan styrke friluftstilbudet til barn og unge i Nordland?» v/daglig leder Morten Dåsnes og rådgiver Jenny Regine Gulliksen, Friluftsrådnes landsforbund.**

Friluftsrådnes Landsforbund deler kunnskap og erfaringer fra prosjektet «Friluftslivsaktivitet for barn og unge i ferie og fritid» som bakgrunn for en drøfting av hvordan friluftslivstilbudet i Nordland kan styrkes

[Påmelding her](#)

Påmeldingsfrist: 11. september. Foredraget tas opp og vil være tilgjengelig for de påmeldte i 1 uke etter direktesendingen.

Gratis

Arrangør: Nordland Fylkeskommune



### **18:00-19:00 – Fotballtrening med jentelaget på Nygårdsjøen (2013-2015 kull)**

Jentelaget inviterer alle jenter født 2013-2015 til å bli med på fotballtrening på Nygårdsjøen mandag 12. september! Treningen fokuserer på ballkontroll, pasninger og spill! Fotballaget håper at jenter fra andre steder i kommunen vil bli med på trening på Nygårdsjøen. Oppmøte kl. 18.00 på gressbanen ved Nygårdsjøen oppvekstsenter. Håper vi ses!



Arrangør: Nordfjorden IL v/Martin Tømmerberg Gåsland

### **17:30-18.30 – Dametrim på Nygårdsjøen**

Savner du noen å trene sammen med? Bli med dametrimmen på Nygårdsjøen oppvekstsenter! Denne gjengen møtes hver mandag for enkle styrke – og balanseøvelser, bevegelse til musikk og hyggelig sosialt samvær. Oppmøte Nygårdsjøen oppvekstsenter klokken 17.30.

Arrangør: Frisklivsentralen v/Merethe Andersen 992 50 567



### **19:00-20:30 – Bygdefotball kvinner på Inndyr**

Har du en fotballspiller i deg? Bli med på bygdefotball! På Inndyr ble det nylig etablert et bygdefotballag til bygdeserien for kvinner. Bli med på trening å se om dette er noe for deg! Bygdeserien er lavterskel og du trenger ikke ha spesielle fotballferdigheter for å delta. Møt opp med treningstøy på gressbanen på Inndyr kl. 19:00! (alder 8. klasse og oppover).

Arrangør: Wato Inndyr damelag v/Stine Johansen 952 10 913

# FOLKE HELSE UKA 2022

12. - 18. SEPTEMBER



## **19:30-21.00 – Lavterskel fotballtrening i gymsalen på Nygårdsjøen (8. klasse og oppover)**

Hver mandag og torsdag er det lavterskel fotballtrening i gymsalen på Nygårdsjøen oppvekstsenter. Her er alle fra 8. klasse og oppover velkommen til å delta!  
Ta kontakt med Eirik Anrei 906 29 413 hvis du ønsker å være med på trening.

*Arrangør: Herrene på Nygårdsjøen v/Eirik Anrei 906 29 413*

## Tirsdag 13. september

### **10:00-11:00 – Styrketrening med LHL**

Enkel styrketrening med LHL på Fresksenteret. Passer for voksne over 65.  
Gratis

*Arrangør LHL v/Rolf Hessvik 415 59 98*



### **12:00-13:00 – Webinar: «Engasjerte seniorer i lokal frivillighet» v/ seniorrådgiver Ingrid Køhler Knutsen, Helsedirektoratet**

InSeniorer vil bidra med sin kunnskap og erfaring, men hvordan lykkes kommunene med å engasjere seniorene i lokalmiljøet, og skape løsninger med mennesker, ikke for dem? 12 kommuner har utforsket nye metoder og modeller for å engasjere sine seniorer. Erfaringene er samlet i en egen digital veileder proppet med inspirasjon og konkrete verktøy som vil bli presentert på webinar.

[Påmelding her](#): Påmeldingsfrist: 12. september

Foredraget tas opp og vil være tilgjengelig for de påmeldte i 1 uke etter direktesendingen.

*Arrangør: Nordland Fylkeskommune*

### **12:00-14:00 – Kaffe- te, vafler og kakekos i idylliske Eddastua på Inndyr**

Eddastua inviterer til omvisning og salg av kaffe-, te-, vafler-, og kake i idylliske Eddastua! Ta turen for sosialt samvær og masse kos! Du finner Eddastua bak Rødgården 11.

*Arrangør: Eddastua v/Cecilia Lundbakk 976 40 245*



# FOLKE HELSE U K A 2022

12. - 18. SEPTEMBER



## 17:00-19:00 – BUA Gildeskål

Velkommen til BUA Gildeskål! På BUA kan du låne sport – og fritidsutstyr HELT GRATIS! Vi har utstyr til alle årstider. Hos oss kan du blant annet låne SUP-brett, sykkel, sparkesykkel, skateboard, rulleskøyter, telt, sovepose, klatreutstyr, hengekøyer og mye mer! Kom innom å se hva vi har – kanskje du finner en ny aktivitet du vil teste?

Arrangør: Gildeskål Frivilligsentral og BUA v/daglig leder Vilde Stangeland 415 46 904



## 17:00-18:30 – Babysvømming i svømmehallen (barn og foresatte)

IL Splint svømmegruppa inviterer til babysvømming for barn og foresatte, tirsdag kl. 17.00 i svømmehallen på Inndyr skole.

Gratis inngang for barn  
Inngang voksne kr. 50,-

Arrangør: IL Splint svømmegruppa v/Randi Busch Bøkestad 907 66 588



## 18:00 – Lerdueskyting med Gildeskål Jeger og Fiskerforening

Har du prøvd å skyte på lerdue før? Nå har du sjansen! Gildeskål Jeger og Fiskerforening inviterer alle til lerdueskyting på Dal ved Skaugvoll. Barn kan være med i følge med foresatte.

Arrangør: Gildeskål Jeger og Fiskerforening v/Eirik Ågnes 480 28 411, Lasse Willumsen 971 57 477

## 18:30-20:00 – Familiebad i svømmehallen

IL Splint svømmegruppa inviterer til familiebad i svømmehallen på Inndyr skole.

Gratis inngang for barn og unge under 18 år  
Inngang voksne kr. 50,-

Arrangør: IL Splint svømmegruppa v/Randi Busch Bøkestad 907 66 588



# FOLKE HELSE U K A 2022

12. - 18. SEPTEMBER



FRESKSENTERET  
Gildeskål  
kommune

## 19:00-21:00 – Åpen kveld på Fresksenteret – gratis prøvetime og veiledning

Vi har fått mange nye ungdommer (elever meløy vgs) til Gildeskål, men det er også mange som ønsker å trene eller allerede trener på Fresksenteret som ønsker veiledning. Vår kommunale fysioterapeut, Amalie, inviterer alle som vil til åpen kveld på Fresksenteret hvor man kan få omvisning, mulighet til å trene, stille spørsmål og få veiledning helt gratis! Er du ny elev på Meløy videregående avdeling Inndyr eller ønsker du en gratis prøvetime kan du melde deg på denne kvelden. Du trenger ikke ha medlemskap fra før av.

Påmelding til fysioterapeut Amalie 902 10 060, innen samme dag klokken 17:00.

Aldersgrense 16 år uten foresatt, 13 år med foresatt.

Gratis

Arrangør: Kommunal fysioterapeut v/Amalie Karlsen 902 10 060

## 20:00 – Bading og bålkos i Nordvågen

Gildeskål turlag og folkehelsekoordinator inviterer til bading, grilling og bålkos i naustet i Nordvågen! Bading er frivillig – men vi utfordrer deg til et forfriskende høstbad -følelsen etterpå er magisk! Ta med badetøy, håndkle og varme klær. Vi fyrer i bålpanna, du tar med det du måtte ønske å grille og drikke selv. Vi sitter inne i naustet og spiser og koser oss, så regn er ingen hindring! Naustet finner du i Nordvågen, inn veien til høyre for Gifas. Vi gleder oss!

Arrangør: Turlaget v/Cecilia Lundbakk 976 40 245  
og folkehelsekoordinator v/Vilde 415 46 904



## 20:00-21:30 – Volleyballtrening med IL Splint

Har du lyst til å være med på volleyballtrening? Da er det bare å møte opp i hallen på kulturhuset på Inndyr tirsdag klokken 20:00! Et lavterskeltilbud for personer fra 8.klasse og oppover.

Gratis

Arrangør: IL Splint v/Kristian Klaussen 473 87 998



# FOLKE HELSE UKA 2022

12. - 18. SEPTEMBER



## Onsdag 14. september

### **09.00 – Fellestur og grilling med barnehagen i Storvika**

Barnehagen i Storvika inviterer alle som ønsker til å bli med på tur! Tone Mentzoni lærer oss lokale stedsnavn og plantearter vi møter underveis på turen. Tilbake i barnehagen byr barnehagen på nygrillede fiskekaker og sosialt samvær. Turen passer for alle! Oppmøte ved barnehagen i Storvika 09.00.

Gratis

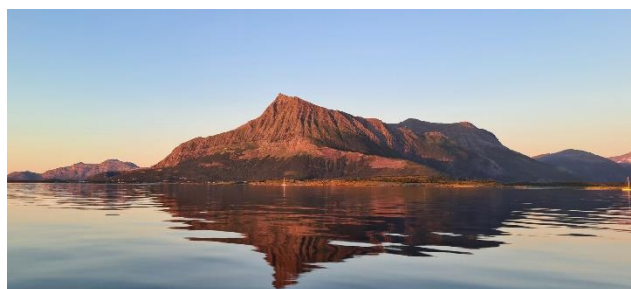
*Arrangør Storvik barnehage v/Anita Iversen 411 26 937*

### **09:00-18:00 – Topptur til Sandhornet 994 moh. (dagstur)**

Har du drømt om å komme deg opp på Sandhornet, men ikke tatt steget ennå? Denne turen vil passe for de som ikke har vært på topptur før eller ikke ønsker å gå alene. Vi skal bruke god tid til toppen! Turen starter på fergekaia på Horsdal der vi følger sti langs fjæra og opp langs Stjernåga. Det er god stigning og enkelte plasser er det tau å holde i. Når vi kommer opp til Stjerdalen flater det litt ut før vi stiger opp. Det er stort sett steinur de siste hundre metrene opp til toppen som selvfølgelig gir lønn for strevet med en fantastisk utsikt over skjærgården i Gildeskål og Bodø.

Turen er krevende, men vi vil beregne god tid med mange stopp underveis. Turen tar ca. 8-9 timer og er 12 km t/r. Oppmøte Horsdal fergekai kl. 09.15. Påmelding til Cecilia Lundbakk 976 40 245.

*Arrangør: Gildeskål Turlag v/Cecilia Lundbakk 976 40 245 og folkehelsekoordinator Vilde Stangeland 415 46 904*



### **11:00 – Tur med Kakaodamene til Kvanskarhola på Nygårdsjøen**

I år som i fjor inviterer Kakaodamene til tur på den flotte folkestien på Nygårdsjøen! Turen går til Kvanskarhola og de som vil kan gå hele veien opp til Kjerktøfta. Ta med matpakke og drikke, turen avsluttes med pause i den eventyrlige gapahuken! Turen passer for alle og er særlig egnet for seniorer. Oppmøte ved «gammelskola» på Nygårdsjøen kl. 11:00.



*Arrangør: Kakaodamene v/Lillian Angelsen 976 09 89*



**11:00-12:00 – Webinar: «Det gode liv i nord» - ny nettside hos Nordland fylkeskommune v/ folkehelsekoordinator Kristine Engan, Bodø kommune og rådgiver Gøran Raade-Andersen, Nordland fylkeskommune**

Det gode liv er en satsning med mål om økt samarbeid for en miljø- og helsefremmende samfunnsutvikling. Gjennom ny nettside inviteres alle kommuner og resten av samfunnet til deltakelse og samarbeid. På denne måten ønsker vi å skape en felles forståelse for hvordan det står til i fylket vårt, og gi konkrete verktøy for hva som kan gjøres for å bidra til en positiv samfunnsutvikling i hver enkelt kommune. I webinaret presenteres satsningen og hvordan du kan bruke den nye nettsiden.

[Påmelding her](#)

Påmeldingsfrist: 13. september

Foredraget tas opp og vil være tilgjengelig for de påmeldte i 1 uke etter direktesendingen.

Arrangør: Nordland Fylkeskommune

**18:00-22:00 – Ungdomsklubb på Inndyr**

Ungdomsklubben på Inndyr ønsker alle ungdommer velkommen til klubb klokken 18.00!

Arrangør: Ungdomsklubben v/Anette Holand Nilsen 900 26 052



**18:00-21:00 – Strikkecafé på Elias Blix Cafeen**

Velkommen til Blixtunet og Elias Blix Cafeen på Våg på Sandhornøya! Har du lyst til å sitte i finstua eller i museet med strikkesøyet, en god prat, fersk bakst og bare nyte en deilig stund? Da bør du ta turen hit! Det blir fyr i gammelovnen, tente stearinlys og mulighet for å kjøpe varm sjokolade, kaffe/te og fersk bakst med mer. På grunn av begrenset plass ber vi om at du melder deg på med sms til 924 66 670



Arrangør Elias Blix Cafeen v/Mona Myrvang 958 65 261

**18:30-19:30 – Fotballtrening med guttelaget (8 år) på Nygårdsjøen (2012-2015 kull)**

Guttelaget på Nygårdsjøen inviterer alle gutter født 2013-2015 til å bli med på fotballtrening på Nygårdsjøen onsdag 14. september! Treningen fokuserer på ballkontroll, pasninger og spill! Fotballaget håper at gutter fra andre steder i kommunen vil bli med på trening på Nygårdsjøen. Oppmøte kl. 18.30 på gressbanen ved Nygårdsjøen oppvekstsenter. Håper vi ses!



Arrangør Nordfjorden IL v/Elin Rønnåbakk 901 38 645

# FOLKE HELSE UKA 2022

12. - 18. SEPTEMBER



## **19:00 – Brettspillkveld i forpakterboligen på Kirkestedet**

Bli med på en sosial og avslappende kveld i forpakterboligen på Gildeskål Kirkested! Denne kvelden kan du velge og vrake i ulike brettspill! Du kan komme alene eller sammen med noen, vi sørger for at du har noen å spille med. Det blir enkel servering. Påmelding til Vilde 415 46 904 innen samme dag kl. 14.00.

*Arrangør: Gildeskål Kirkestedprosjekt v/Elisabeth Dreyer 911 63 231 og folkehelsekoordinator Vilde Stangeland 415 46 904*

## **20:00-21:00 – Styrketrening med IL Splint skigruppa**

Skigruppa har styrketrening/sirkeltrening hver onsdag i kulturhuset på Inndyr! Et lavterskel tilbud for folk i alder 8. klasse og oppover. Hvis du synes det er utfordrende å trene styrke på egenhånd, kan dette være den perfekte gruppa for ny motivasjon og treningsglede!

*Arrangør: IL Splint skigruppa v/Lisa Fredriksen 970 88 946*

## **20:00-21:30 – Badminton**

IL Splint har lavterskel badmintontrening hver onsdag og søndag! Nå har du anledning til å være med å se om dette er noe for deg! Møt opp i hallen på kulturhuset kl. 20.00.

*Arrangør: IL Splint v/Marconeio Dionaldo 971 17 424*

## **Torsdag 15. september**

### **10:00-11:00 – Styrketrening med LHL**

Enkel styrketrening med LHL på Fresksenteret. Passer for voksne over 65.  
Gratis

*Arrangør LHL v/Arne Sklett Larsen 959 28 289*

### **11:00-12:00 – Webinar: «Skeiv i Nordland» v/ Aasta Karlsen, rådgiver Arkiv i Nordland**

Skeivt kulturår 2022 markerer at det er 50 år siden homofili ble avkriminalisert i Norge. Dette har inspirert Arkiv i Nordland til å starte prosjektet Skeiv i Nordland. Prosjektet skal intervju og dokumentere skeives historie fra hele fylket i ulike aldre, for å fylle store hull i Nordlands historie. Webinaret forteller om prosjektet Skeiv i Nordland.

#### **Påmelding her**

Påmeldingsfrist: 14. september

Foredraget tas opp og vil være tilgjengelig for de påmeldte i 1 uke etter direktesendingen.

*Arrangør: Nordland Fylkeskommune*

# FOLKE HELSE UKA 2022

12. - 18. SEPTEMBER



## 17:00-19:00 – BUA Gildeskål

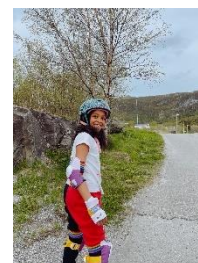
Velkommen til BUA Gildeskål! På BUA kan du låne sport – og fritidsutstyr HELT GRATIS! Vi har utstyr til alle årstider. Hos oss kan du blant annet låne SUP-brett, sykkel, sparkesykkel, skateboard, rullestøtter, telt, sovepose, klatrestyr, hengekøyer og mye mer! Kom innom å se hva vi har – kanskje du finner en ny aktivitet du vil teste?



Arrangør: Gildeskål Frivilligsentral og BUA v/daglig leder Vilde Stangeland 415 46 904

## 18:00-19:00 – Vannsport/lek for alle i svømmehallen

IL Splint svømmegruppa inviterer til vannsport/lek for alle i svømmehallen på Inndyr skole. Gratis inngang for barn og unge under 18 år. Inngang voksne kr. 50,-



Arrangør: IL Splint svømmegruppa v/Randi Busch Bøkestad 907 66 588

## 18:30-19:45 – Mindful Yoga i Naturhuset på Sandhornøya

Senk skuldrene, pust med magen og ro helt ned i det unike Naturhuset på Sandhornøya. Med vakre omgivelser og i en atmosfære fylt av trygg, god og forfriskende energi, leder Ingrid deg gjennom en time med Mindful Yoga. Kom som du er i behagelige klær og ta gjerne med en vannflaske. Yoga-timen passer for alle og du trenger ikke å ha erfaring med yoga fra tidligere. Dette blir en opplevelse for kropp og sinn som du ikke vil gå glipp av!  
Gratis



Arrangør:

Psykisk helse v/Ingrid Marie Hjertefølger 412 49 370



## 19:00-20:30 – Svømming for alle

IL Splint svømmegruppa inviterer til svømming for alle i svømmehallen på Inndyr skole. Gratis inngang for barn og unge under 18 år. Inngang voksne kr. 50,-

Arrangør: IL Splint svømmegruppa v/Randi Busch Bøkestad 907 66 588



# FOLKE HELSE U K A 2022

12. - 18. SEPTEMBER



## **19:30-21.00 – Lavterskel fotballtrening i gymsalen på Nygårdsjøen (8. klasse og oppover)**

Hver mandag og torsdag er det lavterskel fotballtrening i gymsalen på Nygårdsjøen oppvekstsenter. Her er alle fra 8. klasse og oppover velkommen til å delta!  
Ta kontakt med Eirik Anrei 906 29 413 hvis du ønsker å være med på trening.

*Arrangør: Herrene på Nygårdsjøen v/Eirik Anrei 906 29 413*

## **20:00-21:30 – Volleyballtrening med IL Splint**

Har du lyst til å være med på volleyballtrening? Da er det bare å møte opp i hallen på kulturhuset på Inndyr torsdag klokken 20:00! Et lavterskeltilbud.  
For personer fra 8.klasse og oppover.  
Gratis

*Arrangør: IL Splint v/Kristian Klaussen 473 87 998*

## Fredag 16. september

### **10:00-10:45 – Trim på Gibos**

Trim for alle beboere på Gibos. Møt opp i kantinen og bli med på trim sammen med fysioterapeut. Enkle øvelser som passer for alle og kan gjennomføres både sittende og stående.

*Arrangør: Kommunal fysioterapeut/frisklivsentral v/Amalie karlsen 902 10 060*

### **10:00-13:00 - Fredagstur med LHL langs kirkestien**

Har du gått kirkestien fra Inndyr til Nordvågen? LHL inviterer til fredagstur langs kirkestien fra Inndyr til Nordvågen. De som ønsker kan gå stien hele veien til Kirkestedet. Ta med drikke og matpakke som nytes i vakre omgivelser. Oppmøte ved Kirkestua klokken 11:00. LHL ønsker alle velkommen!  
Trenger du skyss? Kontakt Frivilligsentralen 415 46 904

*Arrangør: LHL v/Rolf Hessvik 415 59 989*





**11:00-12:00 – Webinar: «Hjernen er stjernen - Hvordan oppfatter verden deg og hvordan oppfatter du verden?» v/ lege og hjerneforsker Kaja Nordengen**

Kaja Nordengen er hjerneforsker, lege og kjent for de bestselgende bøkene «Hjernen er stjernen» og «Hjernetrening», der hun forteller om den fantastiske hjernen vår på en forståelig og underholdende måte.

[Påmelding her](#)

Påmeldingsfrist: 15. september

Foredraget er i opptak og vil være tilgjengelig i perioden 16. – 20. september.

Arrangør: Nordland Fylkeskommune



**18:00 – Fisketur til Storvikskaret**

Vil du bli med på fisketur? Sørfjorden og Forstranda lokalutvalg sammen med Storvikbukta lokalutvalg inviterer til tur til Storvikskaret! Det blir grilling, fiske og sosialt samvær. Turen passer for alle og er perfekt for barnefamilier. Møt opp ved Storvikskarret klokken 18.00 og ta med nær og kjær! Trenger du fiskestang kan du låne det gratis på BUA Gildeskål.

Arrangør: Sørfjorden og Forstranda lokalutvalg og Storvikbukta lokalutvalg v/Ragnhild Gjelseth 480 98 072

**Lørdag 17. september**

**12:00-16:00 - Elias Blix Cafeen**

Elias Blix Cafeen på Våg på Sandhornøya ønsker velkommen til HØSTCAFÉ på hjemgården til Elias Blix. Når du kommer inn her, er det som å bli dratt tilbake til begynnelsen av 1900-tallet! -Og, har du smakt Saltens beste kanelnurrer *Elias snurrer*? Nyt en deilig og fersk *Elias snurr* i herlige omgivelser og god atmosfære! Elias Blix cafeen har åpent hver helg i hele september.



**12:00-15:00 – Seniortur over Inndyrsfjellet**

Seniorgruppa i Gildeskål turlag inviterer til tur over Inndyrsfjellet! Ingenting er som å dele naturopplevelser sammen med andre. Ta med nistepakke og noe å drikke, vi tar oss god tid. Turen starter ved Vollan, der går vi via Lauvvatnet over Inndyrsfjellet og kommer ned igjen i lysløypa før vi avslutter turen tilbake på Vollan. Oppmøte på Vollan kl. 12.00. Turen er for alle og egner seg godt for seniorer.

Påmelding til Vilde 415 46 904 innen fredag 16. september kl. 20.00.

Arrangør: Gildeskål turlag seniorgruppa v/Turi Grytvik 992 67 543

# FOLKE HELSE UKA 2022

12. - 18. SEPTEMBER



## Søndag 18. september

### **12:00-16:00 Blix Cafe**

Elias Blix Cafeen på Våg på Sandhornøya ønsker velkommen til HØSTCAFÉ på hjemgården til Elias Blix. Når du kommer inn her, er det som å bli dratt tilbake til begynnelsen av 1900-tallet! Og har du smakt Saltens beste kanelsnurrer *Elias snurrer*? Nyt en deilig og fersk *Elias snurr* i herlige omgivelser og god atmosfære! Elias Blix cafeen har åpent hver helg i hele september.



### **14:00-16:00 – IL Splint Mini**

Har du barn i barnehagealder? IL Splint Mini ønsker velkommen til barneidrett fra kl. 14.00-16.00 for alle barn 0-6 år med foreldre, i hallen på kulturhuset på Inndyr. IL Splint Mini møtes fast hver søndag.

*Arrangør: IL Splint Mini v/Inger-lise Aunan Pedersen 936 35 380*

### **18:00-20:00 – Bygdefotball herrer «Gubbetrim»**

Har du en fotballspiller i deg? Bli med på bygdefotball! På Inndyr ble det nylig etablert et bygdefotballag for herrer, laget spiller i bygdeserien! Bli med på trening å se om dette er noe for deg! Bygdeserien er lavterskel og du trenger ikke ha spesielle fotballferdigheter for å delta. Møt opp med treningstøy på gressbanen på Inndyr kl. 18:00! (alder 8. klasse og oppover).



*Arrangør: IL Splint v/ Eirik Ågnes 480 28 411*

### **20:00-21:30 – Badminton**

IL Splint har lavterskel badmintontrening hver onsdag og søndag! Nå har du anledning til å være med å se om dette er noe for deg! Møt opp i hallen på kulturuset kl. 20.00.

*Arrangør: IL Splint v/Marconeio Dionaldo 971 17 424*



# FOLKE HELSE U K A 2022

12. - 18. SEPTEMBER



## Mandag 19. september

### **17:00-20:00 - Sopptur med soppakkyndig**

Sopptur for alle som vil gå i skog og mark, sammen med to soppakkyndige som villig deler med deg av sin kunnskap. Vi leter etter sopp du kjenner, men også ukjente sopper som du dermed kan øke ditt sortiment. Ta med kurv/luftig nett, en god kniv til å reinskjøre med og en plastkurv/kopp for å legge ukjente sopper i. Ta gjerne med sitteunderlag, kopp, bestikk og fat. Vi fyrer bål/primus å lager noe godt av soppen vi finner. Det serveres kaffe og en matbit. Elisabeth Bråten og Rolf Hessvik er de soppakkyndige! Oppmøte i Skauvollalen kl. 17.00 på den store parkeringsplassen.



Turavgift kr 250,- pr pers. som inkluderer kaffe og en matbit. Du får selvfølgelig ta med deg soppen du sanker.

Påmelding til Cecilia Lundbakk innen 18. sep. 976 40245

Arrangør: Eddastua v/Cecilia Lundbakk 976 40245

## Biblioteket

Biblioteket vil gjennom hele Folkehelseuka ha utstilling av bøker og informasjonsmateriell relatert til folkehelse! Her vil du blant annet finne bøker om bærplukking, soppanking og friluftsliv. Kom innom biblioteket for å nyte stillhet, slappe av med en bok og kanskje du møter noen kjente du kan slå av en prat med? Biblioteket ønsker alle varmt velkommen!



## Nygårdsjøen oppvekstsenter

Tirsdag 13. september i folkehelseuka skal 5. - 10. trinn delta i et prosjekt som gjennomføres av Kigok og Fred Ove Nordhaug. Prosjektet har fokus på teamwork, ledelse og egenmestring - "Treasure X". Elevene skal oppdage muligheter rundt seg selv, bli bevisst sine egne valg og at deres stemme har påvirkningskraft i forhold til bl.a. samfunnet. Dagen blir lagt opp med poster rundt i nærområdet, som elevene skal løse i fellesskap (gruppevis).

Fred Ove Nordhaug jobber til daglig i forsvarrets operative hovedkvarter, og har et prosjekt "Finn din vei" som brukes på fem skoler i Norge.

# FOLKE HELSE U K A 2022

12. - 18. SEPTEMBER



## Alle skolene

Torsdag 15. september arrangerer Inndyr skole felles idrettsdag for alle skolene i Gildeskål! Det blir 165 elever totalt, som deles inn i 6 grupper etter alder. De skal rotere mellom 6 ulike stasjoner i løpet av dagen. Noe er rene idrettsaktiviteter, andre er mer lekbetont aktivitet. En felles grillpause på dagen gir rom for frilek, trivsel og sosialisering. Vi fyrer opp bålpanner, så tar ungene med egen grillmat og drikke. Det blir fint for ungene å få møte jevnaldrende fra andre skoler!



## Gildeskål Vekst

Gildeskål Vekst AS arrangerer en tur til Sundsvatnet i løpet av folkehelseuka. Hvilken dag, blir bestemt mandag 12 sept. sett ift. været. Gildeskål Vekst åpner for at alle som vil kan henge seg på! Turen går til Sundsvatnet hvor vi vil ha med pølser og grille og ha det sosialt i sammen. Tidspunkt for turen kunngjøres mandag 12. på Gildeskål Vekst og Gildeskål kommune sine Facebooksider.

*Arrangør: Gildeskål Vekst AS v/Thrond Gjelseth 975 79 400*