



HÆRVA



Utgiver: Høylandet kommune

Utgivelses uke 22

Neste: uke 24

Manusfrist: 8. juni

Ansvarlig: Servicekontoret

E-post: postmottak@hoylandet.kommune.no

Nr. 9/2018

Telefon: 74 32 48 00

KUNNGJØRINGER

Møter:

Formannskap 5. juni kl 09:00

Kommunestyre: 19. juni kl 09:00

Teknisk vakt: 907 78 182

Høylandet kommune 74 32 48 00

Legekontoret 74 32 49 00

Legevakt 116 117

Høylandet kommune har fått nytt telefonsystem fra 29.05.2018.

Hovednummrene til sentralbord, sykeheim, legekantor og skole er som før.

Øvrige nummer er erstattet med mobilnummer.

Det er viktig å merke seg at legevaktnummer nå er 116 117 hele døgnet.

Du finner oversikt over alle nummer her i hærva og på kommunens hjemmeside.

SPRÅKKAFFE

6. juni mellom 17:00 -19:00 inviteres det til språkkaffe ved Høylandet bibliotek.

Målet med kafeen er å skape et møterom mellom nye og gamle hållinger for å bli kjent, knytte kontakter og få brukt muntlig norsk for de som trenger det.

VELKOMMEN TIL EN TRIVELIG KVELD PÅ BIBLIOTEKET

Idemyldringsmøte/grendemøte på Kongsmoen

Høylandet kommune i samarbeid med ungdomslaget Framtidsvon inviterer til et idemyldringsmøte/grendemøte på Kongsmoen mandag 4. juni kl. 19.00, i grendehuset.

Kommunen er i startgropa med å utarbeide en samfunnsplan for utviklinga av hele Høylandet kommune i årene fremover og derfor ønsker vi en dialog rundt muligheter og utfordringer knytta til utviklinga av grenda Kongsmoen.

Tidligere Fylkesmann og god venn av kaffekroken på Kongsmoen – Inge Ryan – vil delta på møtet og gi nyttige innspill til diskusjonen.

Håper du har mulighet til å delta.

Vennlig hilsen

Høylandet kommune og Ungdomslaget
Framtidsvon

Spillemidler for 2018 – med tildeling 2019

Fristen for å søke om spillemidler for 2018 settes til 15. oktober 2018.

Dette gjelder nye søknader, fornyede søknader og friluftsmidler, samt søknad om tilskudd til nærmiljøanlegg.

Trenger du hjelp, ta kontakt med kulturkontoret.
Inger Sofie Aune Johannessen tlf 416 41 229

HøylandetKulturskole

*Det er ennå mulighet til
å melde seg på tilbud
for skoleåret 2018-2019.*



Vi har ledige plasser på enkelt instrumenter, og vi vil ha oppstart av gruppetilbud på Dans, Musikkmore for 1.-4 klasse og Lyd- og sceneproduksjon.

Se Høylandet kommune sin hjemmeside for mer info, og søknadskjema.

Ta gjerne kontakt !

Hilsen Kommunalsjef Kristin Lonmo Almaas,
Tlf 99546051,

e-post kristin.almaas@hoylandet.kommune.no

Ryggkneppa forretningsområde

I henhold til plan og bygningslovens §12-8 varsles med dette om igangsatt detaljregulering for Ryggkneppa – Haugland forretningsområde i Høylandet kommune. Planområdet omfatter eiendommen 100/4 og 100/52 samt en del av 100/7 .

Formålet med planarbeidet å legge til rette for sentrumsutvikling ved å regulere dette til forretningsområde, grøntområde og andre sentrumsfunksjoner.

Forslaget til planprogram ble 15.05 vedtatt lagt ut på høring. Planprogrammet ligger ute på Høylandet kommunes hjemmeside, www.hoylandet.kommune.no, og ligger også tilgjengelig på Høylandet kommunes servicekontor. Berørte parter blir tilskrevet.

Frist for høringsinnspill settes til 12.7.18
Spørsmål eller kommentarer i forbindelse med planarbeidet kan rettes til Inger Hilde Solstad, Høylandet kommune, tlf. 913 71 339, inger.solstad@hoylandet.kommune.no.

Batteri og filter til høreapparat

Selges på frivilligsentralen.

Leie av Høylandet samfunnshus

NB! Vi har fått nytt telefonnummer for leie av huset: 90 09 14 26 Ola Bjørnar Skarland
Tilgjengelig mandag - fredag 08.00 - 15.00

Fritidskontakter søkes

Har du lyst til å gjøre en betydningsfull jobb for andre?

Vi trenger til enhver tid fritidskontakter til barn og ungdom.

Oppgavene kan bestå av å delta på fritidsaktiviteter, være leksehjelp, og ellers gjøre ting sammen, som barnet/ungdommen setter pris på.

Bør være over 18 år og disponere bil, men dette kan vurderes.

Både kvinner/menn ønskes. Personlig egnethet vektlegges.

Ta kontakt hvis du ønsker å høre mer, eller tenker dette kan være noe for deg.

Lønn etter gjeldende satser.



Avlastningshjem

Vi søker familier som ønsker å være avlastningshjem.

Har dere tid og overskudd til å ta imot et barn for en ettermiddag eller ei helg/mnd.?

Dere kan ha egne barn, eller de kan ha flyttet ut. Ta kontakt om dette kan være aktuelt for dere.

Lønn etter gjeldende satser.

Helsestasjonen/skolehelsetjenesten

Lena Almås
74324920/90793183

Ann Jorun Okstad
74324922/99261009

Åpningstider Høylandet Miljøtorg

tirsdager kl 14:00-18:00.



UTFLYTTERSTEVNE

Det vises til tilsendte invitasjon som er sendt til alle utflytta Kongsmobyddji, de som har fritidseiendommer i grenda og innbyggere av Kongsmoen.

Fristen 1. juni nærmer seg for årets

Utflytterstevne som er 27 - 29 juli.

HUSK at påmelding KUN skjer ved innbetaling til ungdomslagets konto. SMS eller mail gjelder ikke.

Merk innbetalingen din med navnet/ene du har betalt for.

Har du noen form for allergi/matintoleranse må du gi oss beskjed om dette.

Fredagskvelden er det åpent for alle (familiekveld). Grillkveld på Øyrkollen, der du har med egen mat. Ungdomslaget ordner griller, bestikk etc.

Lørdagskvelden er det 18 årsgrense og vi har plass for ca 150 stk. i grendehuset. Så det vil være de første 150 som betaler inn beløpet som får delta. Her blir det middag, kaffe og dans.

Beløpet er kr 500,- pr stk.

Viktig å merke seg: innbetalt beløp vil ikke bli tilbakebetalt hvis du ikke deltar.

Bankkontonr er: 4212.34.44374 U.L.

Framtidsvon

Er noe uklart, kan du sende melding til Inger Sofie mob. 41641229

Velkommen!

Hilsen U.L. Framtidsvon

Øverbygda og Kongsmoen pensjonistlag

har medlemsmøte 12. juni 2018 på

Kaffekroken Coop Kongsmoen kl.11.00.

Orintering fra Landsmøte 4 - 7 juni 2018.

Andre saker.

Kaffe åresalg m.v.

Alle velkommen.

Styret.

FOTPLEIE PÅ ØY.

Det blir fotpleie på Øy 6.7. og 8. juni 18.

Alle dager fra kl 10.00.

Påmelding til Tove på mobil.95038716 innen 4. juni.

Husk å ta med håndduk.

Øyvatne sanitetsforening.



DEN NORSKE KIRKE

Velkommen til gudstjeneste

3.juni kl. 11.00 Høylandet kirke

Dåp

1.juli kl. 12.00 Øyrkollen (ved Kongsmoen kirke)

Dåp

Kirkeskyss

Det er mulig å bestille Taxi til våre gudstjenester. Egenandel kr. 50.-.

Åpningstider kirkekontoret:

Tirsdag og torsdag kl. 08.00 – 15.30.

Nytt tlf nr til kirkekontoret: 469 20 142

Tlf liste Høylandet menighet:

Sokneprest Claes B. Mørch 95 49 49 38

Kirkeverge Randi Skarland 97 64 39 25

Organist Asbjørg Sellæg 91 10 16 87

Kirketjener Terje Grønnesby 97 04 77 90

Lornts A. Mørkved-Romstad 90 08 21 28

Høylandet skolekorps avholder

blomsterlotteri på Coop Høylandet 31. mai – 2. juni 2018.

Fagforbundet Høylandet

Har medlemsmøte på spiserom adm.bygget tirsdag 5. juni kl 19:00.

Tema:

- Sparebank1 kommer å orienterer om våre medlemsfordeler i fagforbundet.
- Lønnsoppgjør

Enkel servering.

Velkommen.

Styret



Telefonnummer — Hærva 01.06.2018

Høylandet kommune har fått nytt telefonsystem fra 29.5.18.

Hovednummerene til sentralbord, sykeheim, legekontor og skole er som før. Øvrige nummer er erstattet med mobilnummer. Det er viktig å merke seg at legevaktnummer nå er 116117 hele døgnet.

OVERSIKT:

Høylandet kommune **74 32 48 00**
Hege Nordheim-Viken, ordfører 915 93 320

Administrasjon

Liv Elden Djokoto	rådmann	450 96 975
Mariann L. Røttesmo	personalsjef	920 89 588
Bernt Harald Opdal	kommunalsjef	975 21 096
Kristin Lonmo Almaas	kommunalsjef	995 46 051
Inger Hilde Solstad	kommunalsjef	913 71 339
Eva Janne Falstad	økonomisjef	958 71 407
Ingrid Moen	lønns- og pers.konsulent	977 36 464
Gerd Reidun R. Urstad	flyktningkonsulent	913 25 215
Marit Grannes	servicekontoret	976 75 037
Sissel Almaas	servicekontoret	901 06 542
Anita Færøy	programrådgiver/saksb.	905 93 876
Inger Sofie A. Johannessen	kulturkonsulent	416 41 229
Kjell Øivind Arntzen	prosjekt velferdstekn.	970 59 320

Utviklingsenheten

Teknisk vakt		907 78 182
Arne Jørgen Påsche	teknisk sjef	908 97 435
Ståle Mulstad	avdelingsingeniør	902 92 000
Rolf Årsandøy	fagarbeider teknisk	907 48 836
Per Otto Røtting	fagarbeider teknisk	916 65 741
Gunnar Flått	fagarbeider teknisk	975 46 305
Kenneth Brøndbo Engan	fagarbeider teknisk	474 15 091
Per Ivar Iversen	fagarbeider teknisk	900 29 797
Toril Bråteng	renholdsleder	472 53 590
Eystein Fiskum	jordbrukssjef	902 55 397
Hallstein Tødås	skogbrukssjef	903 65 894

Helse og omsorg

Legekantoret **74 32 49 00**
Legevakt **116 117**
Fax legekantoret *74 32 12 50*

Helsetjenesten:

Anne J. B. Skarland	jordmor	907 98 046
Ann Jorun Okstad	spes. sykepleier	992 61 009
Marianne Amdal Tørring,	fagleder rus/psyk.	916 20 286
Rune Grønbeck	rus-/SLT-koordinator	456 10 088
Psykiatritjenesten		952 83 329
Kristin Jenssen Østerås	kommunefysioterapeut	932 18 640
Margaret Saur Heiland	frisklivskoordinator	916 12 894/ 979 61 088



Telefonnummer – Hæva 01.06.2018

Sykeheimen		74 32 49 30
Ansvarshavende 1		900 96 845
Ansvarshavende 2		468 60 651
Hilde B. Larssen	avd.leder	414 37 872
Wenche Aa. Hammer	saksbehandler	468 81 463
Grethe Årsandøy	sekretær	994 68 854
Kjøkken		907 61 582
Hilde Olsen	kjøkkensjef	907 10 231
«Østre»		469 02 558
Hukommelsesteam		418 61 003
Pasienttelefon		468 81 935

Hjemmetjenesten (sykeheimen)

Hjemmesykepleien sentrum		481 16 633
Hjemmesykepleien Kongsmoen		970 26 943
Hjemmetjenesten - kontor		468 62 520

Miljøtunet

Miljøarbeidertjenesten		970 72 213
Liss Tone Engan	avd.leder	414 73 775
Plassen		900 12 907
		975 87 737

Barnehage

Tove Vang	styrer	473 00 479
Bamsebo		468 04 348
Knert'n		468 01 037
Varghiet		468 10 345
Skogstrolla (Skistu)		908 99 183

Skole, kulturskole og bibliotek

Skole		74 32 48 60
Inger Seem	rektor	948 23 264
Johanne Fosslund,	kontor/bibliotek	971 89 201
Dagrun Fjerdings	inspektør	934 51 456
Heidi Ulvin	rådgiver	902 79 230
Ståle Johansen,	IT	469 19 572
Geir Ove Brøndbo Hammer	ungdomsarbeider	482 62 220
Hillbjørn Dahl	musikkskolerektor	909 11 635
Spes.ped. kontoret		481 30 854
Arbeidsrom		480 93 821
Personalrom/publikumstlf		481 79 033
Skolefritidsordning		481 80 422
Svømmehall		481 33 656

Tannklinikk Høylandet (torsdager)
Ring Grong Tannklinikk andre dager:

743 21 220
741 74 111



Telefonnummer — Hærva 01.06.2018

Høylandet Fysikalske – på Namdal Rehabilitering

Salamon Østerås 906 65 183
Aud Råum 906 64 745

Kirkekontoret	kontor	469 20 142
Randi Skarland	kirkeverge	976 43 925
Claes Blom Mørch	prest	954 94 938
Terje Grønnesby	kirketjener	970 47 790
Lornts Mørkved-Romstad	kirketjener	900 82 128

Fagforbundet	kontor	469 39 958
Ann Mari Antonsen	leder og HTV	971 93 283
Liv Flått	HTV	906 25 070

Andre
Skatteoppkrever (Namsos) 94 17 80 00

Frivilligsentralen 950 19748

Politikontakter:

Tor Flasnes 916 30 865
Bertil Ovesen 955 54 775

Bestille skystasjon:

For bestilling av overnattingsrom samt møterom i 2. etasje:
Kontakt kommunen på..... 74 32 48 00

For bestilling av kaféen og kjøkken:
Kontakt frivilligsentralen..... 950 19 748

KOMHELSE 2018



Har du vært i kontakt med kommunale helsetjenester på grunn av utfordringer knyttet til psykisk helse, rus, vold eller overgrep?

Da ønsker vi å høre dine erfaringer med helsetjenestene på www.sintef.no/komhelse

KOMHELSE 2018 er en nettbasert spørreundersøkelse rettet mot innbyggere i alle landets kommuner som har mottatt kommunale helsetjenester for utfordringer knyttet til psykisk helse, rus, vold eller overgrep. SINTEF gjennomfører undersøkelsen på vegne av Helsedirektoratet, som ønsker tilbakemelding fra innbyggerne på deres erfaringer med tjenestene.



FORMÅL

Helsemyndighetene ønsker tilbakemelding på hvordan innbyggere i alle landets kommuner som har mottatt helsetjenester for utfordringer knyttet til psykisk helse, rus, vold eller overgrep, har opplevd tilbudet de har fått. Det er viktig at så mange som mulig svarer, for å få et reelt bilde av hvordan tjenestene fungerer, og hva som kan forbedres.



HVEM KAN SVARE PÅ UNDERSØKELSEN?

På nettstedet for undersøkelsen, www.sintef.no/komhelse, vil du få to alternativer: Personer over 16 år skal besvare et skjema på vegne av seg selv. For barn og unge under 16 år skal pårørende med foreldreansvar fylle ut et skjema på vegne av barna.



PERSONVERN

Du skal ikke oppgi noen personopplysninger, hvilken kommune du bor i, eller navnet på de som jobber i kommunehelsetjenesten. De ansatte i tjenestene vil ikke få tilgang til svarene dine, det er kun forskerne i SINTEF som skal analysere spørreundersøkelsen og oppsummere resultatene for hele landet. Forskerne har taushetsplikt. Personvernombudet for forskning (NSD) har godkjent at prosjektet kan gjennomføres.



RESULTATER FRA UNDERSØKELSEN

Resultatene vil bli presentert i en forskningsrapport som offentliggjøres på Helsedirektoratets og SINTEFs nettsider senhøsten 2018. Resultatene vil også presenteres i vitenskapelige publikasjoner.



KONTAKT

Har du spørsmål til innholdet i spørreundersøkelsen?

Kontakt forsker **Silje L. Kaspersen**, e-post: silje.l.kaspersen@sintef.no, tlf.: 950 88 303.

Har du tekniske spørsmål, eller ikke får åpnet undersøkelsen?

Kontakt Sentio Research, e-post: post@sentio.no, tlf.: 905 48 892.



GÅ TIL UNDERSØKELSEN (fungerer både på mobil, nettbrett og pc)
www.sintef.no/komhelse

Du kan også laste ned en QR-KODE som fører deg direkte til undersøkelsen:
Undersøkelsen vil være åpen i mai, juni og juli 2018.



TUSEN TAKK FOR AT DU BIDRAR TIL FORSKNING PÅ ET VIKTIG TEMA!

Syng deg friskere

- et kortilbud for de med psykiske helseutfordringer

Korsang virker positivt for psykisk helse, viser forskningsprosjektet "Syng deg friskere". "Man kjenner at man lever, og ikke bare eksisterer", sier kordeltaker.

Å synge i kor gir påfyll av gode øyeblikk og rom for ny selvforståelse for personer med psykiske helseplager. Høgskolen i Nord-Trøndelag står bak forskningsprosjektet om korsang og psykisk helse, som viser at korsang fremmer tilhørighet, overskudd og glede.

Trygghet, aksept og felles forståelse er viktig i prosjektet. Fokus på egne ressurser og et fravær av negative holdninger gjør korøvelsen til et diagnosefritt rom der alle kan være seg selv. Oppvarmings- og avspenningsøvelser er også en del av øvelsen, dette gir økt kroppsbevissthet, og dette lindret også de psykiske helseplagene.

Ingen krav om sangerfaring eller å ha sunget i kor før.

Kan dette være noe for deg?

Psykososialt team Høylandet Kommune og Namdal Rehabilitering har startet et «**Syng deg friskere**» kor her på Høylandet. Vi har hatt flere øvelser, men ønsker oss flere kor deltakere.

De som ønsker er velkommen til å delta på dette. Øvelsene er på møterommet i kjelleren på Namdal Rehabilitering hver tirsdag kl. 12.30 – 14.00.

Tilbudet er gratis

VELKOMMEN



Mvh

Psykososialt Team og Namdal Rehabilitering

Flyktningtjenesten informerer

Denne uka er det Merhawit og Redie som presenterer seg:

Merhawit



Hilsen Merhawit

Jeg heter Merhawit Weldu og kommer fra Eritrea. Jeg ble født i 1990 i Eritrea, og jeg har ganske stor familie i Eritrea.

Jeg kom til Norge i 2015. Jeg er glad i Norge fordi Norge er et trygt land. Nå bor jeg i Høylandet kommune. .Når jeg bodde i Eritrea gjorde jeg ferdig barneskole, grunnskole og videregående skole. Men jeg har ikke erfaring fra jobb. .Når jeg kom til Norge fikk jeg mulighet til å fortsette med skole, og kommunen har gitt meg praksisplass i barnehagen. I fremtiden har jeg lyst til å jobbe i helsefag.

Redie

Mitt navn er Redie Kesete Solomon. Jeg er 19 år og kommer fra Mek'erka, en liten bygd i Eritrea. Der hadde vi en gård med sauer og geiter, der jeg var yngstemann av 6 søsken. Tre av oss var så heldige at vi fikk komme til Norge. Jeg kom til Norge i 2015 og har bodd på Høylandet siden oktober 2016. Mine hobbyer er å trene og spille fotball.

For tiden går jeg på norsk kurs i Grong, og har hatt språkpraksis på SFO på Høylandet barne- og ungdomskole. Nå har jeg arbeidspraksis på Høylandet som ungdomsarbeider sammen med Geir Ove Brøndbo Hammer. Der treffer jeg mange hyggelige og positive folk, og får trent mye på å snakke norsk. Jeg har veldig lyst til å ta utdanning innenfor barne- og ungdomsarbeid, så en slik arbeidspraksis er veldig bra.

Jeg ønsker å finne meg jobb på kveldstid og i helger, fordi jeg synes det er viktig for å lære norsk språk og kultur.

Jeg er takknemlig for å være her, og for å få de mulighetene det gir meg.

Mvh, Redie



HYGGEKVELD



Onsdag 13.juni arrangerer *Høylandet pensjonistlag* og *Frivilligsentralen* hyggekveld på Frivilligsentralen.

Det vil bli allsang, musikk, åresalg, quiz og servering. Er det fint vær blir det uteaktiviteter.

Musikk ved Kari «Trekkspill» fra Stod

De som bor på sykeheimen og rundt den, og som er avhengig av skyss, tilbyr vi henting og bringing. Meld fra til Toril 91602218 eller Turid 99444504

Alle er velkommen, og vi håper på fullt hus. Det starter kl. 1700 og avslutter ca kl.2000.



Sommerleir for barn



på Sømliøya

Tirsdag 26. – fredag 29. juni 2018



Sømliøya



**KFUK
KFUM**

i samarbeid
med
menighetene

Leiren passer bra for barn mellom 3.-6.trinn, men andre kan også delta. Dersom du ønsker å vite mer. Ta kontakt med Randi Skarland tlf. 976 43 925.

Påmeldingsfrist 19.juni 2018.

Det blir festival!



Hållingene har talt: Norsk Revyfestival skal fortsatt arrangeres på Høylandet.

Styret og ansatte i Norsk Revy ønsker å takke alle som har engasjert seg i spørsmålet om videre drift av Norsk Revyfestival. Mange har deltatt på møter og involvert seg i det som har vært en lang, men nyttig, prosess. Det er et godt tegn for Norsk Revyfestival 2019 at så mange er positivt innstilt til å tenke nytt rundt festivalen vi er så glade i.

Mye har skjedd siden 1987 og nå, 30 år senere, kreves det mer og mer av folk å gjennomføre et så stort arrangement i ei lita bygd. Heldigvis finnes det nok pågangsmot blant hållingene til å gå løs på en ny runde. Det er tydelig at mange brenner for Norsk Revyfestival!

Nå er det bestemt at det skal settes ned en arrangementskomité som vil få ansvaret for den praktiske gjennomføringen av festivalen. Komiteen, som består av frivillige, skal samarbeide tett med de ansatte ved Norsk Revyfaglig Senter for å lage en best mulig festival. Senteret vil fortsatt ha ansvaret for NM i revy og det revyfaglige innholdet i festivalen. Komiteen presenteres når alle medlemmene er på plass.

Snart begynner arbeidet med neste festival for fullt. Da trengs det flere gjengsjefer til å gjøre en viktig jobb – ikke bare for arrangementet, men for Høylandet som lokalsamfunn. Det er også flere tusen dugnadstimer som venter. Heldigvis er bygda full av ivrige personer som fortsatt vil at Høylandet skal være hele Norges revyhovedstad!

NORSK ★
REVFESTIVAL

Norsk Revyfestival, Gartlandsveien 12, 7977 Høylandet | Tlf. 74 32 10 50 | Org. nr. 971 388 676 | www.revy.no



PENSJONISTTREFF

Sørli pensjonistlag arr. fest for pensjonistlaga

lørdag den 9. juni kl 1700.



*Alle hjertelig
velkommen*

Det skal være servering,
loddsalg og dans.

Dans v Hasse Tor.

Påmelding 3. juni til

Liv tlf 74339187

97339187

Pris kr 200.-

Aktivitetsskalender



– litt sprekere

Nr 8/18

(info om aktiviteter sendes til postmottak@hovlandet.kommune.no)

	Sted:	Tidspunkt:	Målgruppe:	Krav:	Øvrig info:
Skyting	Skolen	Torsdager kl.18.00	Aspiranter/ rekrutter		Høylandet Skytterlag
Tur-gruppe	Frivilligsentralen	Torsdag kl 11:00 – 14:00	Alle		Marianne, Åse og Reidun
Badminton	Gymsalen	man 19:30 – 21:00			Are Bakkan
Skotthyll	Frivilligsentral	Onsdager kl 10.00-12.00			Olav Viken/ Oddbjørn Bråteng
Høylandet sångkor	Musikkrommet	Mandager 19:30 – 22:00	Fra 8. klasse og oppover		Anne Judith Skarland
Varmbadning	Rehaben	Mandag 14:00 – 15:00			Trond Helge Aarmo
Apparattrim	Rehaben	Onsdag 11:15 – 12:15			Trond Helge Aarmo

Ber om at ansvarlige i oversikten gir beskjed om evt. endringer.

Skotthyllkastinga er no i gang på Frivilligsentralen, onsdager kl.10:00 -12:00.
Velkommen til å kaste på nybanen vår.

Gå- gruppa starter opp.

Lette gåturer på skogs stiene rundt omkring i bygda.

Vi tilpasser aktiviteten etter deltagerne

Vi går på Mandager kl 18 00

Oppmøte på Yx- stasjonen

Møt opp

Frisklivssentralen og LHL

Margaret og Olav



HÅLLINGTOPP og SYKKELSTIER 2018

I regi av I.L. Hållingen startes årets Hållingtopp og sykkelstisesong. **Oppstart 4. juni.**
Fra og med i år er topturen Skarlandsfjellet tatt bort.

I år er følgende **Hållingtopper** merket:

1. Durmålsklompen
2. Gressjøen
3. Slettfjellet
4. Høgaksla
5. Krokvatnet
6. Feskløysvatnet
7. Råmsetran
8. Kjølstadfjellet
9. Aarkveinntjønna



Merketengene finnes midtveis og på enden på alle Hållingtoppene.

Alle **sykkelstier** er også nymerket, nytt av året er Mørkvedrunden er tatt bort, og har blitt erstattet med ny runde Aavatsmarka .

1. Bremburundet
2. Aavatsmarka
3. Orsgrønningsløypa
4. Lille Flakkenrunden
5. Øievatnet Rundt



Nytt av året:

Kortet kan for **denne sesongen inneholde både sykkelstier og Hållingtopper**. Klippekortet er laget for begge aktivitetene.

Premiering:

Det er krav om 10 gjennomførte turer som enten kan bestå av bare Hållingtopper, men kan også kombineres med sykkelstier.

1 gavekort pålydende kr 1000,-

1 gavekort pålydende kr 500,-

Alle som gjennomfører minst 7 topper får et krus med Hållingtoppmotiv og er med i trekkingen av et gavekort på kr 500,- (her kan du også eks. ha 4 Hållingtopper og 3 sykkelstier for å klare kravet på 7 turer).

Oppstart: 4 juni og kjøres fram til 23 september 2018

For å delta i trekkingen av gavekort, **MÅ alle kort være innlevert innen 1. oktober.**
Kortene kjøpes og kan leveres ved **YX** eller **Circle K**.

Pris på kort:

Kr 100 for enkeltperson

Kr 300 for familiekort

God trimsommer ☺

I.L. Hållingen