



# HÆRVA



**Utgiver: Høylandet kommune**

**Utgivelses uke 42**

**Neste: uke 44**

**Manusfrist: 26. oktober**

**Ansvarlig: Servicekontoret**

**E-post: [postmottak@hoylandet.kommune.no](mailto:postmottak@hoylandet.kommune.no)**

**Nr. 16/2018**

**Telefon: 74 32 48 00**

## KUNNGJØRINGER

### Møter:

Kommunestyre: 25. oktober

Formannskap 22. oktober

**Teknisk vakt: 907 78 182**

**Høylandet kommune 74 32 48 00**

**Legekontoret 74 32 49 00**

**Legevakt 116 117**

**Tannklinikk: Høylandet 74 17 48 55**

**Grong 74 17 41 11,**

**Har du husdyr?** Bli med på HUNT-en helse (tilleggsprosjekt til HUNT)

Hund, hest, sau, storfe eller gris? Da er du spesielt interessert i årets HUNT-undersøkelse. De ønsker å finne ut hvordan husdyra påvirker vår helse. Du får spørsmål om deltakelse i tilleggsprosjektet når du deltar i HUNT.

Landbruksnæringa på Høylandet oppfordrer til å delta.

**Landbrukskontoret og Bondelaga**

### Informasjon fra legekontoret.

Kreftsykepleier Berit Lona har permisjon fra sin stilling fra uke 43-49.

Ved behov for samtale eller oppfølging, ta kontakt med hjemmesykepleieren på telefonnr: 48116633.

Legekontoret



### Velkommen til Høylandet barne- og ungdomsskole sitt arrangement til inntekt for TV-aksjonen 2018.

Vi inviterer alle foreldre/foresatte, søsken, besteforeldre, onkler, tanter, søskenbarn med flere til aksjonsdag på skolen.

Ta med «storpængboka» på skolen

**Fredag 19. oktober**, og bli med oss å støtte Kirkens Bymisjon sitt arbeid.

### PROGRAM FOR DAGEN

09.30– 13.30 Butikk med mye flott i gymsalen

09.30 – 13.30 Kafé i kantina

10.00 – 13.30 Natursti på skoleområdet

Trekking av premie kl 13.30

10.00 – 13.00 Loddsalg

1. trekking kl 11.30

2. trekking kl 13.00

10.00 Kulturtime på musikkrommet

12.30 Kulturtime på musikkrommet

Håper på mange besøkende på aksjonsdagen vår, hjertelig velkommen skal alle være.

Høylandet barne- og ungdomsskole

## Influensavaksiner

### Anbefales spesielt for følgende grupper:

- Alle fra fylte 65
- Beboere i omsorgsboliger og sykehjem
- Gravide etter 12.svangerskapsuke
- Barn og voksne med:
  - Diabetes 1 og 2
  - Kronisk hjerte- og lungesykdom, leversvikt eller nyresvikt
  - Nedsatt immunforsvar
  - Alvorlig fedme (KMI> 40)
- Helsepersonell med pasientkontakt
- Svinerøkttere som er i kontakt med levende gris

### Pneumokokkvaksine anbefales følgende grupper:

- Alle fra fylte 65 år
- Fjernet milten
- Hematologisk kreft (leukemi, lymfom, myelomatose)
- Kronisk hjerte- og lungesykdom
- Andre tilstander: i samråd med lege.

Til friske anbefales kun 1 dose. Andre med sykdom, anbefales revaksine etter ca 5 år

### Vaksinering foregår følgende dager

- Helsestasjonen - Onsdag 31.oktober – kl. 09.00-10.00
- Legekontoret - Alle dager

#### Pris:

Influensavaksine: kr. 150,-

Pneumokokkvaksine: kr. 350,-

Spørsmål om vaksiner kan ellers rettes til Helsestasjon eller Legekontoret.

### Takk til coop marked Høylandet.

Høylandet barnehage ønsker å takke coopen for de flotte handlenettene vi fikk. Alle barn har fått sitt eget nett som skal brukes for å ha med blaute klær hjem. Dette er ett av barnehagens bidrag for å redusere plastbruken.  
hilsen personalet v/ Høylandet barnehage

## Interessert i politikk?

Sakene til politisk behandling i Høylandet kommune finner du på hjemmesiden til kommunen. Velg «Postliste og politiske saker» fra menyen på første side.

Du kan søke på ord, sak, utvalg osv. Eller gå til møtekalender og velg dato for kommunestyret eller formannskap. Vedtakene finner du også der.



Høylandet kommune

Postjournal   Møtekalender   Søk i politiske saker

Søk

Fritekst

Utvalg

Behandlet år / nr   Fra dato   Til dato

/

Søk

[Tilbakestill skjema](#)

Ingen resultat

Oversikt over medlemmer i kommunestyret med kontaktinformasjon finner du også på hjemmesiden: [Administrasjon og politikk > politikk > Kommunestyrets medlemmer 2015-2019.](#)

### INFO FRA FRIVILLIGSENTRALEN.

Skotthyllkastinga er over for denne sesongen. Oppstart av pilkastinga blir onsdag, 31.10.18 mellom kl. 10- 12.

Da er alle som vil vere med velkommen til nye dyster.

### Årsmøte i Øvre Høylandet og

**Kongsmoen Bondelag** 24.oktober på Øie  
Tid: Kl 19.30

Årsmøtesaker med sak om sammenslåing av bondelaga på Høylandet.

Ny-jordbrukssjefen og repr fra fylkesstyret er invitert.

Servering.

Velkommen

Styret

## Øverbygda og Kongsmoen

### pensjonistlag

har medlemsmøte 23. oktober 2018 på  
Kaffekroken Coop Kongsmoen kl.11.00.  
Orintering om sammenslåing  
av fylkesforeningene Nord og Sør Trøndelag.  
Litt fra Statsbudsjettet for 2019.  
Felles julebord.  
Andre saker,bl. anna direktemedlemmer fra  
1.1.2019  
Kaffe åresalg m.v.  
Alle velkommen.  
Styret.

---

**UL. LIDARENDE** har basar i Vassbotn  
forsamlingshus søndag 2. desember. kl. 13.  
Servering av "Adventsgrøt", grøtpinne,kaffe og  
kaker.  
Velkommen til en trivelig start på  
adventstida.Gaver mottas med TAKK !  
kl 10 lørdag 1.desember.  
Hilsen basarkomiteen.

---

### 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

---

**Liv 4H** inviterer til Høstfest på Øie  
ungdomshus, 2. november kl 18.30.  
Prosjektutstilling, underholdning, servering,  
loddsalg, natursti.

---

### Høstfest Hållingen 4H

Sted: Ungdomshuset Vassbotna  
Tid: søndag 28/10 kl 18:00  
Utstilling 4H prosjekt  
Underholdning  
Loddsalg  
Natursti  
Servering  
Alle er velkommen  
Styret Hållingen 4H



### Batteri og filter til høreapparat

Selges på frivilligsentralen.

---

## Bilder til Historiekalender

Bilder som kan være aktuelle i kalenderen for  
2019 både gamle og nye leveres til  
Tove på Frivilligsentralen eller til Marit på  
Servicekontoret.

---

### STIPENDORDNING FOR SYKEPLEIERSTUDENTER FRA HØYLANDET KOMMUNE I TRØNDELAG - STUDIEÅRET 2018/2019

På grunnlag av testamentet fra avdøde Gudmund  
Tyldum, Høylandet, er det opprettet en egen  
stiftelse benevnt "Gudmund Tyldums stiftelse".  
Stiftelsens formål er å **gi stipend til ubemidlede  
studenter fra Høylandet kommune som  
studierer ved landets  
sykepleierhøgskoler/universitet.** Med  
"ubemidlet" menes at vedkommende ikke er ført  
opp i likningen med formue på kr. 100.000,- eller  
mer. Ihht. nevnte testamente forvaltes  
stipendordningen av et eget styre ved Nord  
universitet.

Hvert stipend kan ikke overstige kr. 10.000,-.  
Endelig stipendstørrelse og antall stipend vil bli  
fastsatt når søknadene er kjent.

Aktuelle studenter bes om å sende skriftlig  
søknad som inneholder navn, fødselsnummer,  
adresse, telefonnr, e-postadresse og ligningsattest  
fra siste år. I tillegg til søknaden må det legges  
ved en bekreftelse på at vedkommende er student  
på sykepleierutdanningen ved Deres institusjon.  
Det bes også opplyst hvilket studieår man er inne  
i, og når studiene forventes avsluttet. Samtidig  
ber vi om en dokumentasjon på tilknytning til  
Høylandet kommune.

Nærmere opplysninger kan gis ved henvendelse  
til styremedlem Tomm Sandmoe, telefon  
74112025, e-post [tomm.sandmoe@nord.no](mailto:tomm.sandmoe@nord.no)

Søknad for studieåret 2017/2018 sendes Nord  
universitet v/Stig André Mikalsen, Postboks  
1490, 8049 Bodø, eventuelt via  
[postmottak@nord.no](mailto:postmottak@nord.no) **innen 30. november 2018.**

---

### Tirsdagskaffe

Tirsdagstreffet er blitt til tirsdagskaffe med kaffe,  
vafler. Trim blir det også med Kristin J. Østerås.  
Pris kr 30,-. Vi holder til på fellesstu fra kl 10:30.  
Ta gjerne med strikking.  
Olea

## Lederverv åpner dører

Dagens arbeidsmarked er preget av stadig spissere konkurranse blant kvalifiserte søkere, økende automatisering, og færre åpninger for uerfarne arbeidssøkende. Gårsdagens begynnerposisjoner ungdom kunne søke på for å få erfaring blir stadig sjeldnere. I stadig større grad stiller arbeidsgivere krav om at kandidater som kommer på intervju ikke bare skal ha høy nok grad av relevant utdanning, men også om at de skal ha praktisk erfaring med prosjektarbeid og lederskap. I de fleste jobbintervjuer kommer det spørsmål om tidligere ledererfaring.

Vi i Revyfestivalen kan ikke hjelpe deg med å avgjøre hvilket utdanningsløp du skal ta – det valget må du ta selv. Men det vi *kan* bidra med, er å gi deg verdifull ledererfaring gjennom praktisk prosjektarbeid. Vi søker nå etter ungdom som ønsker å påta seg lederansvar som gjengsjef, nestkommanderende, eller som ansvarsinnhavere på andre områder under Revyfestivalen 2019. Du vil få muligheten til å teste dine lederegenskaper på sentrale områder i gjennomføringen av festivalen, og du vil belønnes med en offisiell attest i etterkant.

Vil en slik attest alene sikre deg drømmejobben? Nei, antageligvis ikke. Men den kan fort utgjøre den lille, store forskjellen. Og erfaringen du tilegner deg i den jobben du da ender opp i, kan være utslagsgivende når du endelig søker på den ovenfor nevnte drømmejobben senere.

Det som også er viktig her, er at Høylandet som lokalsamfunn har valgt å drive revyfestivalen videre inn i fremtiden, og da trenger vi at så mye ungdom som mulig er med og drar lasset for å sikre at vi kan fortsette å sette bygda vår på kartet.

Så om du ønsker å gjøre en innsats for å holde revyfestivalen i gang, samt tilegne deg erfaring med lederskap og praktisk prosjektarbeid – erfaring som gjør deg til en langt mer attraktiv jobbsøker – så er det bare å ta kontakt med oss i Revyfestivalen. Arrangementskoordinator Sigmund Widerberg kan nås på [sigmund@revy.no](mailto:sigmund@revy.no), og han hjelper deg å finne et ansvarsområde du kan trives med.

Sigmund R. Widerberg,  
Arrangementskoordinator.

Severin Aarmo  
Gjengsjef ungdom

## Til alle som har brønn i Høylandet!

Brønner som gir drikkevann til mer enn en enkelt bolig eller fritidsbolig, skal registreres hos Mattilsynet. Dette gjelder også for eksempel tjern og bekker.

Registreringen er gratis og kan gjøres på nettsiden til mattilsynet.no.

Mer informasjon med link til skjema finner du på [www.hoylandet.kommune.no](http://www.hoylandet.kommune.no)

Kontaktpersoner hos Mattilsynet er Erik Wahl tlf 99 45 07 02 eller [erik.wahl@mattilsynet.no](mailto:erik.wahl@mattilsynet.no)

---

**Høylandet pensjonistlag** har medlems-møte den 6. nov

På Frivilligsentralen(skysstasjonen)

Vi starter kl. 10 30 og avslutter kl. 13'

Kl. 11:00 kommer

Tannpleier Anne Grete Aasland og har tema om tenner og tannhygiene.

Asbjørg Sellæg spiller til allsangen.

Kaffe og salg av årer

Quizz

Gamle og nye medlemmer er velkommen!

Styret.

---

## Kurs i praktisk bruk av skogbruksplan

Kursholder er Bjørn Arve Øvereng, instruktør i Aktivt skogbruk. Det blir avholdt to kurs på Høylandet i denne omgang:

Onsdag 31. oktober på Øie forsamlingshus, kl. 19.00 -22.00.

Tirsdag 6. november på Børstad gård, kl. 19.00-22.00

Kurset tar sikte på at skogeier lærer å bruke den nye skogbruksplanen til å planlegge gjøremål og å ta riktige beslutninger ut fra egne og familiens prioriteringer, for en aktiv og bærekraftig utnyttelse av skogen.

Kursdeltagerne må ha med egne resursoversikter som vil bli brukt aktivt under kurset.

Kurset er gratis for skogeierne.

Enkel servering.

Da maksimum deltagere er 10 stk. pr. kurs er det påmelding til kurset og dette kan gjøres til Hallstein Tødås tlf. 903 65 894 eller e-post: [hallstein.todaas@hoylandet.kommune.no](mailto:hallstein.todaas@hoylandet.kommune.no)

---

Arr: Skogbruksplanprosjektet



## MNAs gjenvinningsstasjon på Høylandet

I den siste tiden har det blitt levert mye næringsavfall til gjenvinningsstasjonen.

MNA minner om at stasjonen skal brukes av **private husholdninger**. Det er gratis å levere for private som har betalt renovasjonsgebyr.

**Næringsdrivende** kan også levere avfall på stasjonen mot betaling, såfremt MNA sine retningslinjer blir overholdt. Ta kontakt med de ansatte på gjenvinningsstasjonen, betaling foregår pr. faktura.

Det er ikke anledning til å levere avfall fra kjøretøy med totalvekt over 3,5 tonn inkl. last og evt. henger. Det kan ikke benyttes traktor, firmabil eller lastebil for å levere husholdningsavfall. Slikt avfall klassifiseres som næringsavfall.

NB! Farlig avfall fra næringsdrivende kan **IKKE** leveres på Høylandet gjenvinningsstasjon, for nærmere informasjon ta kontakt med MNA.

Fra og med November er det vinteråpningstider ved gjenvinningsstasjonen. Det betyr at åpningstiden er **tirsdager i partallsuker kl. 14.00-18.00**

Mer informasjon kan du få hos MNA:  
[www.mna.no](http://www.mna.no), tlf. 74 28 17 60.

**MNA**  
MIDTRE NAMDAL AVFALLSSELSSHAP



DEN NORSKE KIRKE

## Velkommen til gudstjeneste

### Kirkeskyss

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

### Velkommen til gudstjenester

Velkommen til åpning av Vrimmeluka på Høylandet 21.oktober.



21.oktober **kl. 14.00** blir det Vrimmelgudstjeneste i og ved Høylandet kirke. Soknepresten og konfirmanterne forbereder en annerledes gudstjeneste der liturgien vil foregå både inne og utendørs. Velkommen til en opplevelse som forhåpentligvis kan gi oss noe å tenke på.  
Offer til TV aksjonen: Kirkens Bymisjon.

**4.november kl. 11.00** Høylandet kirke  
Alle helgens dag.

### Andakter på sykeheimen

Onsdag 7.november kl. 17.00  
Onsdag 5.desember kl. 17.00

Nytt tlf nr til kirkekontoret: 469 20 142

## **Slamgebyr 2018.**

Slamtømmeordningen skal være et selvfinansiert ordning, og vi har de senere årene hatt underskudd som vi nå har sett nærmere på.

Det ble for perioden 2013 –2018, inngått ny avtale med kontraktør om stamtømming, og her skjedde det en endring i fakturaberegning, som vi ikke har fanget opp godt nok i gebyrberegningen.

Når vår kontraktør for slamtømming fakturerer Høylandet kommune for utført tømning, faktureres det et fast beløp pr. tank som er tømt, og det er samme beløp pr. tank for alle tanker mellom 0 og 5 kbm. For større tanker faktureres det for et tillegg pr. kbm tømt utover 5 kbm.

I årets betalingsregulativ som inngår i behandlingen av årsbudsjettet 2018, vedtatt av kommunestyret i møte 17.12.2017 er regulativet slik:

### **SLAMTØMMING - 2018**

#### **Septiktanker:**

0 - 5 m <sup>3</sup> pr. tømning	1 581,00
Over 5 m <sup>3</sup> pr. tømning	1581+ 422 pr m <sup>3</sup>

#### **Slamavskillere på renseanlegg**

Pr. m <sup>3</sup>	422,00
Nødtømming 0 - 5 m <sup>3</sup>	4.222,00
Nødtømming over 5 m <sup>3</sup>	4222+ 422 pr m <sup>3</sup>

#### **Pris for uspesifiserte oppdag**

Timepris hverdag	1 520,00
Timepris helg	2 642,00

En slamavskiller til en ordinær bolig skal være på 4 kbm, og tømmes hvert 2. år. Dvs. vi har fakturert et årlig gebyr på kr 790,50.

Så er det noen som har gamle septiktanker på 2 kbm, som må tømmes hvert år, og det er her vi har gjort en feil. Her er det så langt i år lagt et fakturagrunnlag på kr 790,50, dette må vi korrigere til kr 1.581,00 fordi det er årlig tømning.

***Dette medfører at alle de av dere som har årlig tømning av septiktanker/slamavskillere vil få en korrigerings på slamgebyret for 4. kvartal 2018.***

Økonomisjefen



## Høylandet – er dere klare? No kjæm HUNT4 hit.

**HUNT4 sei:** Vi er forberedt, vi er på plass og vi vil «ætt du ska kom som du e»

**Kommunen sei:** Vi håper du benytter deg av muligheten til å få sjekket din egen helse og vi håper på god oppmøteprosent blant våre innbyggere.

HUNT4 skjer på Høylandet i tidsrommet 29. oktober til 6. desember 2018.

Invitasjon får du i posten. Alle får det to uker før timen sin. Det ligger en spørreundersøkelse ved innkallingen din. Den kan du svare på via internett eller du kan ta den med.

Dette er en dugnad som er viktig for forskning, men også for deg selv. Vi måler høyde, vekt og skanner kroppen din. Vi måler også blodtrykk og tar blodprøver. Du får vite resultat ditt av alle undersøkelsene.

Tenk at også du kan være med å bidra til en av verdens største og mest suksessfulle befolkningsundersøkelser!

- ♥ **Ditt bidrag** kan være med på å endre behandling, utvikle nye medisiner og gi nye svar om sykdommer som hjerte- og karsykdommer, lungesykdommer, demens, diabetes, hodepine, kreft, psykiske plager og mye annet.
- ♥ **Gjøre helsetjenestene bedre.**  
Du og din familie vil trenge god helsehjelp når sykdom rammer. Du vil bidra til bedre behandling av sykdommer ved å delta i HUNT4.
- ♥ **Du får nyttige opplysninger om din egen helse**, kropp og fysisk aktivitet. Det vil hjelpe deg til å ta vare på din egen helse.
- ♥ **Noe å være stolt av!** Er det noe vi nordtrøndere er kjent for over hele verden, så er det HUNT. Vi bidrar til bedre helse lokalt, nasjonalt og globalt. Du kan være stolt av å delta.
- ♥ Hvis ikke du kan møte til oppsatt time, kan du møte på **DROP-IN** alle dager det er åpent.
- ♥ **Det vil bli trukket 2 EL-sykler** til de som deltar på undersøkelsen på Høylandet. En EL-sykkel gitt i gave fra Høylandet kommune og en fra HUNT4
- ♥ Avslutningsvis skal det trekkes ut en vinner av en e-Golf blant alle kommunenes deltakere i slutten av februar 2019!
- ♥ **Åpningstidene er: Mandag, tirsdag og torsdag fra kl. 09:00 – 17:00. Onsdager kl. 11:00 – 18:30. Fredager stengt. I tillegg er det åpent søndag 18. november fra kl. 12:00 – 16:00.**

I HUNT3 deltok 65,4 % av befolkningen på Høylandet. Vi kan ikke være dårligere i HUNT4!

**Velkommen !**

**Hilsen Høylandet kommune og HUNT4**

**HUNT4**  
70+



Til alle som har fylt 70 år

# Informasjon



I HUNT4 inviterer vi deg som har fylt 70 år til en egen undersøkelse som vi har kalt 70+. For deg i denne aldersgruppen som møter på feltstasjonen vil dette bli en tilleggsundersøkelse til grunnundersøkelsen. For alle opplysningene som samles inn i 70+, gjelder de samme forutsetningene som gitt i det generelle informasjonsskrivet for HUNT4. Her beskriver vi det som er spesielt for denne undersøkelsen.

## **HVA ER FORMÅLET MED 70+?**

Formålet er å samle data som kan bidra til forskning på eldres helse i mange år fremover. Hvor mange eldre har god helse? Hvor mange eldre har økt risiko for å utvikle helsesvikt eller har allerede svekket helse? Hvorfor bevarer noen god helse langt opp i årene, mens andre opplever sviktende helse? Gode svar på slike spørsmål er viktig for å kunne planlegge gode helse- og omsorgstjenester og gi flere eldre en sunn og aktiv alderdom.

## **KAN DU DELTA SELV OM DU IKKE KAN MØTE PÅ EN HUNT4 FELTSTASJON?**

Ja! Det er stor variasjon i helsetilstand hos eldre. For å oppnå god forskning er det viktig at alle grupper eldre deltar. Har du vansker med å møte på feltstasjonen, tilbyr vi derfor følgende løsninger:

- Du får undersøkelsen ved hjemmebesøk
- Du får undersøkelsen på institusjon/sykehjem om du bor der

## **HVA INNGÅR I UNDERSØKELSEN? 70+ på feltstasjonen:**

- Vi vil be deg svare på noen spørsmål om din helsetilstand
- Vi måler styrke, balanse og ganghastighet
- Vi undersøker hukommelse, evne til planlegging og oppmerksomhet

Undersøkelsen i 70+ tar omtrent 30 minutter i tillegg til grunnundersøkelsen.





Du kan bli spurt om vi får kontakte en person som kjenner deg godt for å spørre hvordan de opplever din helse. Du står fritt til å takke nei til dette.

#### **70+ som hjemmebesøk/sykehjem:**

Du vil få de samme undersøkelsene hjemme som det deltagere som møter på feltstasjonen får. Dette inkluderer:

- 70+ undersøkelsen som beskrevet over
- Grunnundersøkelsen, som beskrevet i det generelle informasjonsskrivet
- En observasjon av munn- og tannhelse

Undersøkelsen gjøres av helsepersonell som har gjennomført opplæringsprogrammet i HUNT4. Avtale om hjemmebesøk kan skje i samarbeid med hjemmetjenestene, pårørende eller personalet på sykehjem. Undersøkelsen tilpasses din helsetilstand. Du står fritt til å avstå fra hele eller deler av undersøkelsen uten å måtte begrunne dette.

#### **FÅR DU TILBAKEMELDING?**

Du får umiddelbar tilbakemelding på 70+ undersøkelsene, dersom du ønsker dette. Hvis du selv ønsker det, kan resultatene fra undersøkelsen gjøres tilgjengelig for fastlegen din.

#### **HVILKE FORDELER OG ULEMPER ER DET VED Å DELTA?**

En fordel ved å delta er at du får en undersøkelse av din helsetilstand. Undersøkelsen kan gi motivasjon og hjelp til å ta vare på egen helse, eventuelt være en anledning til å

få nødvendig hjelp og støtte fra hjelpeapparatet. Undersøkelsen kan også bidra til å avdekke behov for oppfølging på et tidlig tidspunkt.

Basert på undersøkelsene vil vi kunne gi anbefaling om kontakt med fastlegen din for videre utredning, enkle hjemmeøvelser, råd om ernæring/tannhelse eller hjelp til å etablere kontakt med aktuelle tjenester eller aktivitetstilbud i din kommune.

Imidlertid kan du oppleve at du presterer dårligere enn du hadde forventet på enkelte av undersøkelsene. Dette kan være ubehagelig, gjøre deg bekymret eller avdekke behov for videre oppfølging. Bekymringer rundt resultater vil ofte vise seg å være ubegrunnet og unødig.

#### **KAN PÅRØRENDE SAMTYKKE?**

Tidligere var det vanlig å utelate personer med redusert samtykkekompetanse fra forskning. Konsekvensen er at en i dag har lite kunnskap om denne gruppen. I 70+ vil pårørende kunne samtykke på vegne av deltagere som ikke selv er i stand til å gi informert samtykke. Deltageren har uavhengig av dette en selvstendig rett til å nekte å delta på undersøkelsen.

#### **DET ER FRIVILLIG Å DELTA!**

Det er frivillig å delta i 70+. Som deltaker kan du når som helst trekke tilbake ditt samtykke uten å oppgi noen grunn for dette.

LES MER PÅ [WWW.HUNT4.NO](http://WWW.HUNT4.NO)



# Høylandet ungdomsklubb, Pat's

## Postmann Pat

Pat's er navnet på vår ungdomsklubb, noe som stammer fra da deler av bygget ble brukt som postbygg, og den trivelige figuren Postmann Pat besøkte tv-skjermene våre. Vi omtaler enda klubben vår som Pat's, og spiller bestandig tittelmelodien på slutten av hver kveld, for å markere en avslutning på kvelden. Ungdomsklubben skal være et sted å være for alle, uten behov for forkunnskaper eller spesielle egenskaper. Vi har fokus på trivsel, kultur og gode aktiviteter. Høylandet er en MOT kommune, og Pat's er en MOT klubb. Klubben er et tilbud for ungdommer fra 8. klasse og oppover.

## Klubbtur, temakvelder, konserter, og kurs

En gang i året drar vi på klubbtur til Trondheim. Dette har vært en populær tur, som gjelder eksklusivt våre medlemmer. Jevnt og trutt arrangerer vi temakveld med forskjellige tema. Dette kan være alt fra rus og trafikk til kokkekunst. Vi tilbyr også forskjellig kursing gjennom klubben. Et eksempel på det er et årlig selvforsvarskurs for mor og datter, som har hatt god påmelding. Backstage Live er et konsertprosjekt som har nå gått vårhalvåret 2018. En konsert for å motivere og inspirere ungdommene til å holde på med musikk og scenekunst. Konserten er av og med unge og gamle ungdommer.

## For de "gamle"

Ungdomsklubb senior er en klubb for de i videregående og opp til 25 år. Vi har nå kjørt et år allerede, med gode tilbakemeldinger. Klubben har åpen en gang i uken, men ikke samme kveld som ordinær ungdomsklubb. Med Ungdomsklubb senior vil tilby ungdommer som er litt eldre, en arena der de kan være litt mer for seg selv med sine aktiviteter. Her har vi i tillegg til å kunne tilby åpent hus med mulighet for å lade både seg selv og mobilen, fokus på å være en arena der innflyttet ungdommer og unge voksne kan bli bedre kjent med allerede fastboende, og motvirke utenforskap.

## Det bygges

Det har vært litt omgjøring av klubblokalene, noe som har ført til litt omorganisering av aktiviteter. Det har blitt satt opp en vegg som deler av der vi tidligere hadde kjøkkenområde. Der har Pop-Prosjektet fått plass. Veggene har blitt malt i tavlemaling, så her ligger det an til litt kunstneriske utskjeielser i løpet av året. Klubbens nye kjøkkenområde er inne i hovedrommet, der vi både har mikrobølgeovn og vannkoker tilgjengelig. Fryser er satt dit og kjøleskap er på vei.

## Praktisk info

Klubben holder til ved skolen, under tannlegekontoret, helt ut mot sentrum. Åpningstider tirsdager fra 1800 til 2130 for ordinær klubbkvelder for ungdom fra 8. klasse og oppover. Ungdomsklubb senior åpningstid: kommer! Kontingent er fastsatt til kroner 250,- og blir fakturert årlig fra Høylandet Kommune. Påmelding skjer i klubbregi.

Geir Ove Brøndbo Hammer  
Klubbleder  
48262220



# SELVFORSVAR FOR MOR OG DATTER



**Hei alle klubbjenter og deres mødre 😊**

Tirsdag 23. oktober arrangerer ungdomsklubben **Selvforsvar for mor og datter**.

Vi har valgt å invitere både mor og datter, ikke bare fordi at det er veldig trivelig at foreldre deltar sammen med sine ungdommer, men også for at dette kanskje er like aktuelt for mor. Det er selvsagt også helt greit at bare en av dere kommer.

Høylandet er en liten bygd som har forholdsvis blitt skånet for overgrep og vold sett i forhold til andre større kommuner, men tidene forandrer seg og verden blir mindre og mindre. Vi reiser mere og møter verden utenfor vår trygge havn.

Kurset tar sikte på å lære bort enkle grep innen selvforsvar, som vil gjøre hver enkelt i bedre stand til å flykte fra en eventuell overgriper.

**Hvor: Høylandet Skole(gymsal)**

**Når: Tirsdag 23. oktober klokken 1830-2000**

**Kursholder: Undertegnede +1**

**Kompetanse: 3.dan sort belte Tae Kwon Do**

**Pris: Gratis!**

*Ta gjerne på lett og ledige klær ev. treningstøy.*

Velkommen til en stund med mye latter og litt alvor!

**Påmelding innen 22. oktober til undertegnede.**

Info og påmelding:

Geir Ove Brøndbo Hammer  
48262220

## Du er en del av Norges beredskap!

Undersøkelse viser at innbyggerne er lite forberedt på en krise der mange mister strøm eller vann, eller om det blir vanskeligere å få tak i nødvendige varer.

Det er bakgrunnen for at DSB (Direktoratet for samfunnssikkerhet og beredskap) med denne kampanjen ønsker å øke bevisstheten og kunnskapen om egenberedskap i befolkningen.

Målsettingen med kampanjen er å bedre folks egen beredskap. Kampanjen fokuserer på hva du som enkeltperson bør ha tenkt gjennom hvis for eksempel strømmen skulle bli borte i flere dager, mobilnettet slutter å virke, vannet er avstengt eller det blir vanskelig å få tak i nødvendige varer. I tillegg inneholder kampanjen konkret råd og eksempler på hvordan du kan klare det selv i ditt hjem i minst tre dager.

Tips og råd om hva du kan gjøre for å hjelpe deg selv: [www.sikkerhverdag.no](http://www.sikkerhverdag.no), eller kom innom på servicekontoret på kommunen og få brosjyrer.



Foto: Johner

### BEREDSKAP I HJEMMET

Tenk igjennom hvilke farer og ulykker som kan ramme deg hjemme, og forbered deg best mulig. Hvis strømmen blir borte eller du blir isolert av været i flere dager, bør du være rustet til å klare deg selv noen dager.



Foto: Johner

### SLIK FØREBUR DU DEG PÅ FLAUM

Flaum kan føre til store øydeleggingar. Dersom flaumen er varsla på førehand, kan du førebu...  
avgrense konsekvensane.



Foto: Johner

### SLIK FØREBUR DU DEG PÅ STORM

Følg desse råda for å unngå at hus og hage blir skadd unødvendig av storm.





 **VRIMMEL 90**

*Vrimmelgudstjeneste i  
Høylandet kirke*

VRIMMEL 90 2018

**Søndag 21. oktober kl. 14:00**

**Kollekten går til årets TV-aksjon.**

**Arr: Høylandet Menighetsråd**

**NA**

[vrimmel.trondelagfylke.no](http://vrimmel.trondelagfylke.no)



Trøndelag  
fylkeskommune



# Jubileumskonsert



Under ledelse av dirigent Geir Joar Werstad

**Lørdag 27. oktober 2018**

på Øie ungdomshus

Kl. 13.00: Familiekonsert

Kl. 19.00: Jubileumskonsert

Kaffesalg og loddsalg

**Sang: Rita Rosendal**

**Gratis inngang**

Velkommen



# Aktivitetskalender



– litt sprekere  
Nr 12/18

(info om aktiviteter sendes til [postmottak@hoylandet.kommune.no](mailto:postmottak@hoylandet.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	man19:30 – 21:00			Are Bakkan
Pilkasting	Frivilligsentral	Onsdager kl 10.00-12.00			Olav Viken/ Oddbjørn Bråteng
Gå-gruppa	Oppmøte YX	Mandager kl 18:00			Margaret og Olav
Varmbadning	Rehaben	Fra mandag 17. sept kl 14:00			Trond Helge Aarmo
Apparattrim	Rehaben	Fra onsdag 19. sept kl 11:15			Trond Helge Aarmo
Høylandet sångkor	Musikkrommet	Mandager fra 20/8-18 kl 19:30 – 22:00			Anne Judith Skarland
Seniordans	Møterom helsesenter	Onsdag 18:00 – 20:00 på følgende datoer: 3/10, 17/10, 7/11, 21/11, 5/12			

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

## Høylandet Fysikalske

Trening i varmebasseng starter opp tirsdag 11.09. Tidspunkt for gruppene er 14.45-15.45 og 15.45-16.45 hver tirsdag. Ta kontakt med Salamon for spørsmål/påmelding(90665183). Ønsker nye og tidligere deltagere velkommen.

Salamon Østerås  
-fysioterapeut-

---

## TRENINGSGRUPPA starter

Opp fredag 12/10 kl 08.00

Møt opp på Rehaben.

Fortsatt plasser ledig,

Ta kontakt hvis du  
ønsker å være med

Margaret mob 97961088

---



*Høylandet næringsforening ønsker å fokusere på ungdommen som kommer flyttende til Høylandet, som bidrar til bygdas næringsliv, og som vi er helt avhengige av for at næringslivet vårt skal vokse og utvikle seg videre. Vi presenterer derfor noen av våre unge næringslivsaktører i ukene framover.*

Først ute er Alf Harald Brøndbo, som etter utdanning i Trondheim har flytta heim, og

jobber nå hos vår medlemsbedrift Sørsia service (CircleK), samtidig som han tar en samlingsbasert utdanning gjennom CircleK-systemet.

I tillegg til jobb og utdanning er Alf Harald også en bidragsyter på frivilligfronten; han er fotballtrener for G12, han er nestleder i UL Framhug, og er også å se på revy scenen hver jul.

Friske øyne og nye ideer trengs i alle deler av næringslivet, skal vi utvikle oss videre, så vi heier på Alf Harald som velger Høylandet som arbeidssted og base mens han tar utdanninga si!



I uke 42 er ukas heimflytter Håvard Kjølum.

Håvard har flytta heim til Gartland sammen med sin frue (som forøvrig starter som turnuslege på Høylandet legekontor 1.mars), og sammen har de lille Olav på 7 mnd.

Håvard er utdannet i Stockholm, og har tidligere jobbet som naprapat i Oslo. Nå driver han sin egen praksis på Skysstasjonen på Høylandet, og har også faste dager på Skage og i Skogmo industripark.

Håvard kom ikke heim til en etablert jobb eller et kjent marked, men startet med pågangsmot og kompetanse i et helt nytt marked. Og det har gått bra!

Grunnen til at Håvard kom heim var at han var litt lei av bylivet, og savnet de verdiene bygda står for. Han mener det er flere som ser det som naturlig å trekke heimover når man er i ferd med å etablere seg med familie, og at det er viktig at kommunen legger til rette for å få heim ungdommer som har vært ute.

For andre som ønsker å «ta med seg jobben heim», mener han det er nyttig å sonde markedet, og gjøre litt research før man flytter. Og så er det viktig å ikke fokusere på problemene, men se mulighetene.

Og skal næringslivet vårt utvikle seg videre, er det akkurat slike folk vi trenger, så HURRA! For Håvard og familien som velger Høylandet som arbeidssted!