

FOLKE
HELSE
UKA
2017

UKE 38
18.-24.SEPTEMBER



DØNNA KOMMUNE

Det skjer mye godt folkehelsearbeid rundt om i kommunen, og dette ønsker vi å markere gjennom Folkehelseuka, ved å synliggjøre aktiviteter og tilbud som allerede eksisterer her.

Velkommen!



Dønna kommune

FOLKE HELSE UKA 2017

Felles program

UKE 38
18.-24.SEPTEMBER



Hver dag hele uke 38 (18.-24.september)

- Fysioform åpner gruppetimene for alle. Påmelding skjer ved oppmøte. I tillegg vil alle som kjøper medlemskap få én mnd. gratis trening. Fysioform arrangerer også gratis utendørs bootcamp v/Linda. Kontakt Fysioform for nærmere info.

Mandag 18.september:

- Frisklivssentralen i Alstahaug inviterer til et foredrag om viljestyrke og motivasjon, med psykolog og programleder Jan-Ole Hesselberg.

Onsdag 20.september:

- **Kl. 10** Åpning av aktivitetsparken ved Dønna barne – og ungdomsskole.
- **Kl. 17-18:30** Dønnaturm inviterer til åpen dag i Dønnahallen. Alle barn opp til 13 år er hjertelig velkommen innom for å prøve turn!
- **Kl. 18-20:** Dønna klatreforening arrangerer åpen klatrekveld. Prøv enkel klatring innendørs i Dønnahallen. Det er ikke nødvendig å ta med eget utstyr, Dønna klatreforening stiller med utlån av utstyr. Kontakt John Arne Kjellevold tlf.: 98071364 vedr. spørsmål og mer info.

Torsdag 21.september:

- **Kl. 18-20** DJFF arrangerer demonstrering og prøveskyting av leirduer. I tillegg blir det bålcaffe og kaker.

Lørdag 23.september:

- **Kl.12:** Dønna Idrettslag arrangerer turmarsj. Oppmøtested: Heimly
- **Kl. 12-16:** Prøv enkel utendørs klatring sammen med Dønna klatreforening, med forbehold om greie værforhold. Eget utstyr er ikke nødvendig. *Sted:* Vestsiden av Skar mot Einvika.
- **Kl. 13-15** DJFF arrangerer roing, padling og sosialt samvær med grilling og bålcaffe. *Sted:* Hilsetvatnet



Dønna kommune

FOLKE
HELSE
UKA
2017

UKE 38
18.-24.SEPTEMBER

DØNNA OMSORGSSENTER

Tirsdag 19.september:

- **Kl. 11:** *Aktivitetsdag* på DOS for pasienter og pårørende, ulike aktiviteter, rullatorløp og pølsegrilling, kaffe på bålpanne og LIVSGLEDEBARNEHAGEN deltar.

Onsdag 20.september:

- **Kl. 12:** Film: *Måltidets muligheter*

En film for pårørende til eldre og ansatte i eldreomsorgen, den gir et innblikk i hvor viktig mat og måltider er for eldre på sykehjem og hvordan man med få ressurser kan bedre måltidene på institusjon.

Torsdag 21.september:

- **Kl. 17:30:** Tur for ansatte på DOS, til «Pængstein» og videre rundt øvre Solfjell. Forfriskninger underveis ☺

FOLKE
HELSE
UKA
2017

UKE 38
18.-24.SEPTEMBER



BARNEHAGE OG SKOLE

Dønna barnehage markerer Folkehelseuka med blant annet:

- Førskolebarna blir med på aktivitetsdag i regi Dønna Omsorgssenter.
- Grønsaksplukking i Skaga
- Lage Grønnsakssuppe
- Turer rundt om i nærmiljøet
- Førstehjelpskurs for ansatte

Dønna barne- og ungdomsskole

Her stiller også Løkta Oppvekstsenter og Nord-Dønna Montessoriskole

- **Tirsdag 19.sept** kommer politiet på besøk. Tema er nettliv og rus.
- **Onsdag 20.sept** kommer brukerorganisasjonen RIO for å holde et undervisningsopplegg for elevene i 7.kl og ungdomstrinnet.
- **Torsdag 21.september** kommer én representant fra Skeiv ungdom som skal holde et undervisningsopplegg om hvordan vi kan skape en trygg og inkluderende skolehverdag.