

**FOLKE
HELSE
UKA
2016**

9. – 18. SEPTEMBER

Hele uken

Meløy utstyrssentral

Meløy utstyrssentral gir deg **gratis** leie av utstyr i perioden. Her kan du bl.a. låne bæremeis, sykkelvogn, kajakk, turwok-panner, telt, stormkjøkken mm. (gjelder ikke bilstoler).

Kantina, Glomfjord industripark

Kantina har fokus på sunn mat og tilbyr rikholdig salatbar, grovt hjemmebakt brød, grove knekkebrød, oppskåret frukt og smoothie.

Kantina, Meløy rådhus

Gratis frukt/grønt for ansatte.

Reipå barnehage

Barna er ute hele uka «puinn Tuven». Barnehagen ønsker besøk av andre barnehager (kontakt styrer), foreldre, besteforeldre m.m.

Glomfjord barnehage

Friluftstuke med diverse aktiviteter og turer. De største barna besøker poster i Barnehagetrimmen.

Ørnes skole (uke 36)

Alle klassene har friluftstur med overnatting og fokus på fysisk aktivitet.

Glomfjord skole

Aktivitetsdag for ungdomstrinnet på Glomfjellet i samarbeid med Statskog.



Foto: Connie Slettan Olsen

Helga 9.-11. september

Basecamp Salten.

Sted: Engenbreen, Svartisen. **Arr. Meløy kommune, kulturkontoret.**

Aktiviteter for ungdom 13-19 år fra hele Salten. Foto, brevandring, fiske- og opplevelsesturer, bueskyting, hundesledekjøring, ribtur, skattejakt med gps, brevandring, grottetur m.m.

Krever påmelding. Kontakt: kulturkontoret, Meløy kommune.



Lørdag 10. september

Kl. 10.00-15.00: Markedsdag.

Sted: Felleskjøpet, Ørnes. **Arr. Felleskjøpet.**

Markedsboder og gode tilbud i butikken. Kafé ved Nordre Meløy husflidslag.

Kl. 12.30: Storøymila.

Sted: Engavågen. **Arr. SMIL**

Landeveisløpet starter ved Enga skole.

Følgende distanser: 2,5 km, 5 km, 10 km og 21 km.

Påmeldingsfrist: 8. sept. Spørsmål: tlf 94 89 20 71.



Kl. 14.00-17.00: Åpent treningsstudio.

Sted: Meløy Sol og Trening, Neverdal.

Treningsstudioet inviterer folk til å komme innom og slå av en prat.

Det gis gratis prøvetime med veiledning, og det serveres frukt, kaffe og te.

Kl. 22.00-02.00: Pubaften.

Sted: Råkk Huset, Ågskardet.

Musikk ved trubadur Kjetil Tjelnes.

Søndag 11. september

Kl. 12.00-14.00: Andeslippet 2016.

Sted: Skihytta, Spilderdalen. **Arr. Ørnes Lions Club.**

Diverse aktiviteter ved Skihytta fra kl. 12.00. Salg av kaffe, vafler m.m.

Andeslippet foregår nøyaktig kl. 14.00.

Kl. 18.00: «2 for 1» på filmen

«Kubo og Det Magiske Instrument 3D». **Sted:** Glomfjord kino.

To billetter for prisen av én. Animasjonsfilm i 3D.

Aldersgrense: 9 år.



Mandag 12. september

Kl. 11.00-13.00: Dansekafé.

Sted: Skihytta, Spilderdalen. Arr. Gode Øyeblikk.

Allsang, dans og salg av vafler og kaffe.

GODEØYEBLIKK



Kl. 11.00: Gågruppe.

Sted: Halsa. Arr. Meløy frisklivsentrall.

Oppmøte ved Joker. Savner du noen å gå sammen med, eller har du lyst til å bli kjent med noen nye? Bli med på en frisk gåtur sammen med andre!

Kl. 18.00: Gågruppe.

Sted: Ørnes. Arr. Meløy frisklivsentrall.

Oppmøte ved Meløy bibliotek. Savner du noen å gå sammen med, eller har du lyst til å bli kjent med noen nye? Bli med på en frisk gåtur sammen med andre!

Kl. 19.00: «Litterære smakebiter for å skjerpe appetitten».

Sted: Meløy bibliotek. Arr. Meløy bibliotek.

Sissel Holtet fra Nordland fylkesbibliotek presenterer litterære smakebiter - ca. 25 bøker på én time. Kom og bli inspirert!



Kl. 19.30-20.30: Sirkeltrening.

Sted: Halsa skole. Arr. Meløy frisklivsentrall.

Variert trening for styrke og kondisjon. Åpent for alle. Kom innom for en gratis prøvetime.

Tirsdag 13. september

Hele arbeidsdagen: Vandremøter. Arr. Nordtun HelseRehab.

Kl. 10.00: Fukt og grønt til alle i lobbyen ved Nordtun HelseRehab.

Arr. Nordtun HelseRehab.

Kl. 11.00: Åpning av utstillingen Nordiske øyeblikk - Nordic Wild Wonders.

Oppmøte: hovedinngang, Nordtun HelseRehab.

Arr. Nordtun HelseRehab og Meløy kommune.

De fantastiske bildene til naturfotograf Ola Arnfinn Loe fra prosjektet Nordic Wild Wonders kan nå nytes langs turveien til «Verdens ende». Bildet *Hostile Environment* fikk første plass i kategorien Truet Nordisk natur i 2014. Etter åpningen går vi sammen utover Dyrneset til «Verdens ende». Enkel servering.



Tirsdag 13. september

Kl. 11.00-12.00: Litterær lunsjpause.

Sted: Meløy bibliotek. Arr. Meløy bibliotek.

Ta lunsjpausen på biblioteket og få litterært påfyll i form av høytlesning for voksne ved leseombud Finn-Ove Johansen.

Kl. 14.00: Høytlesning for barn.

Sted: Meløy bibliotek. Arr. Meløy bibliotek.

Kl. 18.30: Ungdomskafé.

Sted: Pytons lokaler, Meløy kulturhus. Arr. Kirkene i Meløy.



Kl. 20.00: Strikkekafé.

Sted: Idrettsbrakka, Engavågen.

Onsdag 14. september

Kl. 10.30: Sentrumstog med rullator og hatt.

Oppmøte: Ørnes sykehjem. Arr. Meløy kommune.

Opptog langs den nye Sentrumsrunden i Ørnes sammen med beboerne fra Ørnes sykehjem og Fjøshaugen barnehage.

Offisiell åpning av Sentrumsrunden v/ordfører.

Kle deg gjerne ut med hatt, parykk etc. Servering av vafler og kaffe.

Underholdning. Alle er hjertelig velkommen!



Kl. 11.00: Gågruppe.

Sted: Halså. Arr. Meløy frisklivssentral.

Oppmøte ved Joker. Savner du noen å gå sammen med, eller har du

lyst å bli kjent med noen nye? Bli med på en frisk gåtur sammen med andre!

Kl. 11.00: Bli med på Barnehagetrimmen.

Oppmøte: Glomfjord barnehage. Arr. Glomfjord barnehage.

Tur til barnehagens turkasse. Grilling ved gapahuken ved

Sollivannet. Ta med grillmat og drikke. Alle er velkommen.



Kl. 11.00-12.00: Litterær lunsjpause.

Sted: Meløy bibliotek. Arr. Meløy bibliotek.

Ta lunsjpausen på biblioteket og få litterært påfyll i form av høytlesning for voksne ved leseombud Finn-Ove Johansen.

Onsdag 14. september

Kl. 11.00-13.00: Onsdagskafé.

Sted: Husflidsloftet, Halså. **Arr.** Søndre Meløy husflidslag.

Kl. 11.00-13.00: Seniordans.

Sted: Joker'n ungdomsklubb, Ørnes. **Arr.** Meløy seniordans.

Dans er en fin og sosial trim som passer for alle!

Kontaktperson: Edith Birkelund/Arnhild Svendsgård.

Kl. 13.30: Den lille muldvarpen.

Sted: Meløy kulturhus. **Arr.** Nordland teater.

Historien om den lille muldvarpen som ville vite hvem som hadde bæsjet på hodet hans. Gratis inngang.



Kl. 14.00: Høytlesning for barn.

Sted: Meløy bibliotek. **Arr.** Meløy bibliotek

Kl. 18.00-19.00: Trening 60+.

Sted: Nordtun HelseRehab. **Arr.** Meløy frisklivssentral.

Åpent for alle over 60 år. Kom innom for en gratis prøvetime.

Kl. 18.45-20.30: Damebading.

Sted: Meløy fritidsbad, Glomfjord. **Arr.** Meløy kommune.

Gratis inngang i Meløy fritidsbad for jenter og damer i alderen 0-100 år. Kvinnelig badevakt.



Kl. 19: Kunsten å vekke døde fluer til live.

Sted: Meløy kulturhus. **Arr.** Nordland teater.

Om kjærlighet, fluefiske og besettelse. Inngang kr. 250/200.

Kl. 20.00-21.00: Sirkeltrening.

Sted: Ørneshallen. **Arr.** Meløy frisklivssentral.

Variert trening for styrke og kondisjon. Åpent for alle.

Kom innom for en gratis prøvetime.



Torsdag 15. september

Kl. 10.00: Bli med barnehagen og skolen på tur.

Oppmøte: parkeringsplassen, Halså skole. Arr. Halså barnehage og Halså skole.
Barnehagen og skolen (1-4. trinn) inviterer bygda med på tur til Tjellbærskogen. Her vil det bli fokus på uteliv og sunn bålmat.

Kl. 10.00-14.30: Mat i Meløy - helt naturlig.

Sted: Neverdal barnehage. Arr. Neverdal barnehage og Salten friluftsråd.

Ansatte i barnehagene og SFO inviteres til kurs i «utemat» basert på boka «Mat i Salten - helt naturlig».



Kl. 10.30: Seniortrim.

Sted: Ørneshallen. Arr. Meløy frisklivssentral.

Enkel og variert trim som passer for alle. Kom og prøv!

Kl. 11.00: Gågruppe.

Sted: Halså. Arr. Meløy frisklivssentral.

Oppmøte ved Joker. Savner du noen å gå sammen med, eller har du lyst å bli kjent med noen nye? Bli med på en frisk gåtur sammen med andre!

Kl. 13.00-15.00: Pensjonistkafé.

Sted: Råkk Huset, Ågskardet.

Kl. 14.00: Sirkeltrening.

Sted: Halså skole. Arr. Meløy frisklivssentral.

Variert trening for styrke og kondisjon. Åpent for alle. Kom innom for en gratis prøvetime.

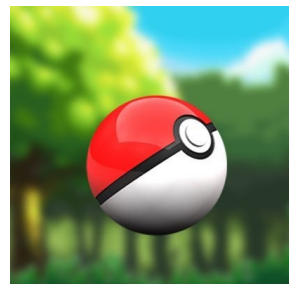
Kl. 14.00: Høytlesning for barn.

Sted: Meløy bibliotek.

Kl. 17.00: Pokémon Go-møteplass.

Sted: Meløy bibliotek.

Er du «enkeltkjemper» i Pokemon Go? Møt opp, og finn ut om det finnes flere enkeltkjempere i ditt team som du kan kjempe og planlegge strategi i lag med.



Kl. 19.00-21.00: Håndarbeidskveld.

Sted: Husflidsloftet, Halså. Arr. Søndre Meløy husflidslag.

Fredag 16. september

Kl. 11.00-12.00: Litterær lunsjpause.

Sted: Meløy bibliotek. **Arr.** Meløy bibliotek.

Ta lunsjpausen på biblioteket og få litterært påfyll i form av høytlesning for voksne ved leseombud Finn-Ove Johansen.

Kl. 18.00: Åpning av Glomfjord torg.

Sted: Glomfjord. **Arr.** Meløy kommune.

Åpning ved ordfører. Underholdning og musikk for store og små. Gratis kake, kaffe m.m. Velkommen!

Kl. 20.30: «2 for 1» på filmen «Bridget Jones's baby».

Sted: Glomfjord kino.

To billetter for prisen av én.

Norgespremiere. Komedie. Tillatt for alle.



Lørdag 17. september

Kl. 08.30: Tur til Tåkeheimen/Helgelandsbukken.

Oppmøte: kai, Holandsvik. **Arr.** Meløy turlag.

Guidet tur til Helgelandsbukken (1454 moh) med overnatting i Norges mest utilgjengelige turistforeningshytte (1078 moh). Krever påmelding. Kontakt: 93 43 96 63.



Kl. 11.00-15.00: Diplomfest for deltakerne i Aksjon Sommerles.

Sted: Meløy bibliotek. **Arr.** Meløy bibliotek.

Kl. 12.00-16.00: Åpent hus på trimrommet.

Sted: Klubbhuset, Engavågen. **Arr.** SMIL.

Gratis trening. Alle er hjertelig velkommen.

Kl. 12.00-15.00: Grønøymartnaden 2016.

Sted: Grønøy samfunnshus. **Arr.** Grønøy velforening.

Salg av hjemmelagde produkter av alle slag. Kafé med lapskaus og grillmat.

Kl. 12.00-15.30: Folkebad.

Sted: Meløy fritidsbad, Glomfjord. **Arr.** Meløy kommune.

Bassenget er åpent for alle. Inngang kr. 60/30.



Søndag 18. september

Kl. 10-12: Peak Meløy 3-7 toppstur.

Sted: Mosvoldalen.

Arr. Ørnes IL og Meløy kommune, kulturkontoret.

- Familievennlig tur med mulighet for ekstra utfordring for de som ønsker det.
- Registrering i Ørnes IL's klubbhus i Mosvoldalen mellom kl. 10-12 samme dag.
- Deltakeravgift: voksne kr. 100, barn kr. 50 og familie kr. 200.
- Salg av mat, frukt og drikke ved klubbhuset og ved Knutbu (Mosvollskardet).
- Premier til alle.
- Det trekkes en ekstra fin premie til ungdom som deltar på 3- eller 7-toppsturen.



For utfyllende informasjon:

www.meloy.kommune.no/folkehelseuka

Kontaktinformasjon:

Folkehelserådgiver Marlene Blomstereng Karlsen
marlene.blomstereng.karlsen@meloy.kommune.no
telefon 75 71 07 98 mobil 99 52 66 07

