

FOLKE HELSE UKA 2024



LØRDAG 7. SEPTEMBER

Kl. 12.00-15.00: Aktivitetsdag med forskjellige aktiviteter. Grilling og sosialt samvær. Skansenøyra.

Natt i naturen hele uka: overnatt ute i hengekøye, telt ol. Ta bilde og vær med i trekning av premie.

SØNDAG 8. SEPTEMBER

Kl.10-17: Dagstur med Saltdal Turlag til Tjelmagammen i Evenesdal. Turleder er Laila Ingvaldsen

MANDAG 9. SEPTEMBER

Kl. 12:00 – 12:45 Webinar

Hva er viktig for deg i årene som kommer for at du skal ha et godt liv hele livet? v/ Wenche Halsen, leder for Senteret for et aldersvennlig samfunn
Påmelding innen 8.9 kl. 21.00: <https://forms.office.com/e/aRni0mALq3>

Kl. 12-15: BUA er åpen. Prøv friluftsutstyr gratis.

Kl. 13.30-18.00: Frisklivssentralen. Sopptur med Hanne Aaøyen. Påmelding til Birgit, tel: 950 18880.

Kl. 19.00: Bassengtrim/Friskliv. Gratis prøvetime. Røklund svømmehall.

TIRSDAG 10. SEPTEMBER

Kl. 12-18: BUA er åpen.

Kl. 11.00-13.00: Hjelp med digitale utfordringer mm. Møteplassen, Strandgata 24

Kl. 16.00-20.00: Åpen møteplass for ungdom 8. trinn til 25 år. Strandgata 24

kl.16.00- Kløvertur for alle aldre. Oppmøte ved Heimly. Arrangør er Sanitetsforeningen.

Kl. 18.00: Høstbading for damer på Øyra. Info om badstuebygging.

ONSDAG 11. SEPTEMBER

Kl.12-15: Skogsbad ved Sigrid Lium. Oppmøtested Storjord arboret og prisen er kr,- 200. Påmelding via billettsalg på [hoopla.no](https://nnpsazk.hoopla.no/event/skogsbadfolkehelse24):

<https://nnpsazk.hoopla.no/event/skogsbadfolkehelse24>. Kontaktinfo: sigrid@nordlandsnaturen.no/ 48191947.

kl. 12:00 – 13:00 Webinar

«Det digitale dopet - hvordan hjernen vår påvirkes av teknologi»

v/ lege, hjerneforsker og forfatter Ole Petter Hjelle

Påmelding innen 10.9 kl 21.00: <https://forms.office.com/e/Nq6X2P0sWQ>

Kl. 17.00- 20.00: Juniorklubb for 5-7 trinn. Gratis inngang og smoothie. Ved kjeller til Rognan barnehage.

Kl. 18-19: Parselhagen har omvisning. Kaffe og kake, vi tar opp litt nypotet. Velkommen til alle. Parkering nede ved Artic water før prestegården.

TORSDAG 12. SEPTEMBER

Kl. 13.30-15.30: Helsestasjon for ungdom 8.trinn-25 år. Saltdal helsestasjon.

Kl. 17.00-22.00: Åpen «møteplass for ungdom» 8.trinn-25 år. Buss fra Røklundssenteret kl. 17.30. Raymonds pizza.

Kl.17-18: Høstbading for alle på Skansenøyra, ved parkeringsplassen. Info om badstuebygging.

Kl. 19.00-21.00: Saltdal Husflidslag: Åpent hus på Røklund gamle jernbanestasjon: se på mulighetene i lokalene våre, ta en kaffekopp og prøv aktiviteter. Systue, vevstue og snekkerverksted, godt miljø og trivelig samvær. Kaffespleis 30 kr for alle.

Kl. 19.30: «Løpevenner i Saltdal»: bli med og løp intervall langs flyplassen. Oppmøte ved Spar.

Kl. 19.00: Bassengtrim/Friskliv. Gratis prøvetime. Røklund svømmehall.

FREDAG 13. SEPTEMBER

Kl. 12:00 – 12:40: Webinar med Nordlandsruta v/ Den Norske Turistforening og NFK.Påmelding innen 12.9 kl 21: <https://forms.office.com/e/SgFD4NDeA3>

Kl. 09-15. BUA er åpent.

Kl. 18.00- 23.00: Åpen hall 8.trinn-25 år. Saltdalshallen

LØRDAG 14. SEPTEMBER

Kl. 13-16. Internasjonal dag ved Sparebank1 Arena med mat og musikk fra 10 forskjellige land. Gratis.

SØNDAG 15. SEPTEMBER

Telltur/ trimkasser er åpne hele året. Brosjyre er ved Rådhuset eller elektronisk ved hjemmesiden til kommunen.

Kino: se hjemmesiden

Frisbeegolf: prøv det på Skansenøyra eller på Storjord. Utstyr kan lånes på BUA eller Storjord.

Velkommen



Folkehelseuka er på Facebook til NFK

Kontaktperson: Solveig Annie Strøm, Folkehelsekoordinator. Tel: 756 82 000.

**FOLKE
HELSE
U K A
2024**

