



# Fosnes kommune

## Informasjonsskriv – september 2009

**Fosnes kommunestyre har møte torsdag den 23. september 2010 kl. 20:30 i Jøa samfunnshus.**

Følgende sakliste foreligger:

Saksnr	Innhold
PS 43/10	Søknad om fritak fra folkevalgt verv - Inger Anita Aune
PS 44/10	Evaluering tilflytterpakke
PS 45/10	Utskifting av gammel brannbil ved Salsnes brannstasjon
PS 46/10	Reguleringsplan Hollonbakken skianlegg. 2. gangs behandling
PS 47/10	Svar på søknad om tilskudd til utgifter i forbindelse med påkobling av kommunal vannforsyning
PS 48/10	Rusmiddelpolitisk handlingsplan 2010 - 2014 Midtre Namdal Samkommune
PS 49/10	Rusmiddelpolitisk handlingsplan 2010 -2014 Fosnes kommune
PS 50/10	Søknad om forskjønnelse av området utenfor sykeheimen.
PS 51/10	Søknad om innkjøp av nytt TV-anlegg/Satelittpakke ved Fosnes sykeheim.
PS 52/10	Modellutprøving - kommunepsykolog for barn og unge
PS 53/10	Økonomirapport 2. kvartal 2010
PS 54/10	Perspektiv mot budsjett 2011
PS 55/10	Referatsaker:
RS 17/10	<i>Status i brusaken</i>
RS 18/10	<i>Orientering fra MN samkommune</i>
RS 19/10	<i>Felles strategi for samhandling mellom kommunene og Nord Trøndelag helse</i>
RS 20/10	<i>Årsmelding 2009 - Marin konsulent i Nord-Trøndelag</i>



### **Stoff til det kommunale informasjonsskrivet**

Hensikten med skrivet er i utgangspunktet å få sendt informasjon fra kommunale etater til kommunens innbyggere. Vi får ofte forespørsel fra private lag og foreninger om å få med innslag i informasjonsskrivet og såfremt vi har plass, så tar vi med dette. Vi må ha stoffet tilsendt elektronisk og det kan være lurt å kontakte oss ( gjerne pr. e-post) for å avtale om vi har plass og tid til å ta med stoffet. Alle innslagene må ha en underskrift (lag/navn). Vi forbeholder oss retten til å redigere det innkomne stoffet. Skrivet blir sendt til alle husstander ca. 10 ganger i året i forkant av møtene i Fosnes kommunestyre. Frist for stoff til neste skriv er 17. oktober 2009

Vi nås på følgende adresse [postmottak@fosnes.kommune.no](mailto:postmottak@fosnes.kommune.no).

mvh  
Ella Skjærvik

# Ordførerens hjørne,

august 2010

## Du slætte tid – fer ein sammar det vart i 2010...



Du slætte tid – fer ein sammar det vart i 2010, som arrangørene av Tranåsmartnan helt sikkert hadde ville sagt det.

I Fosnes – og da først og fremst på Jøa – har det ene arrangementet avløst det andre;

De Gale Damers kompicampfestival, Toillpinnjdagan med de mange arrangement som lå innafor den paraplyen (bygdadag, låvedans, steintoillåttdag på Jernaldergården med mer) og Tranåsmartnan, for å nevne noe. Felles for flere av arrangementene har vært stor dugnadsinnsats og en – unnskyld uttrykket – fandenivoldsk holdning til at her skal det skapes trivsel og sosiale arenaer som skal gi folk positive opplevelser. Alle arrangement passer kanskje ikke for alle. Men de fleste

skulle kunne finne noe som passer for seg.

Vi har ingen tellinger, men jeg ser ikke bort fra at Jøa har hatt besøksrekord i sommer. Og det har kommet svært godt med at Merete og Ann Karin startet sommerkafe og catering, slik at det ble mulig å skaffe seg en matbit på øya.

Det har vært mye ”tull og fanteri”, som gammeltante fra Mysen sa. Arrangementene og aktivitetene har likevel dimensjoner ut over ablegøystadiet. Jøa settes på kartet og blir en positiv snakkis langt utafor Fosnes kommune. Og det er slett ikke umulig at aktivitetene kan resultere i framtidige arbeidsplasser.

Takk for i sommer! Og lykke til med nye sprell framover!

Bjørg Tingstad



Tranåsmartnan 2010 foto Frank Dille

## #VA SKJER I FOSNES?

Faste aktiviteter og endringer i disse bes meldt inn pr e-post

[postmottak@fosnes.kommune.no](mailto:postmottak@fosnes.kommune.no)

**Vi tar forbehold om endringer, for eksempel hvis det er andre arrangement i Jøa samfunnshus som fører til at faste treninger flyttes, avlysning pga skoleferier etc.**

Oppfordrer alle til å melde fra om arrangement via aktivitetskalenderen på

[www.fosnes.kommune.no](http://www.fosnes.kommune.no), slik at vi får en innholdsrik aktivitetskalender.

**Arrangører har ansvar for å melde inn aktiviteter og melde endringer i innmeldte aktiviteter.** Bruk aktivitetskalenderen når dere planlegger aktiviteter, så unngås unødvendige ”kollisjoner”.

### Faste aktiviteter

<b>MANDAG</b> 1200 - 1400 Åpent bibliotek Salsnes 1800 – 1900 Skytetrening barn og unge – skytterbanen Jøa 1900 -> Dugnad ombord i MK Straumingen 2000 - 2130 Felles treningskveld treningsrom fysioterapeut Jøa	<b>TIRSDAG</b> 1000 – 1400 Åpent bibliotek Jøa 18.00 – 19.00 Fotballtrening J10 2015 – 2200 Sangøvelse Jøa blandakor – Fellesrommet – Jøa skole
<b>ONSDAG</b> 18.00 – 19.00 Allaktivitet unger født 2005 – 2000 Jøa samf.hus 19.00 Terrengløp Jøa stadion 19.15 – 20.00 Allaktivitet unger født 2001 – 1998 19.00 – 21.00 Åpent bibliotek Jøa 20.00 – 21.30 Dame / herretrim Jøa samf.hus	<b>TORS DAG</b> 1000 – 1400 Åpent bibliotek Jøa 1830 – 2030 Åpent bibliotek Salsnes 1800 -> Miniatyrskyting Salsnes Forsamlingshus
<b>FREDAG</b> 1715 – 1800 Drill 1830 – 2030 Øvelse skolemusikk Jøa samfunnshus 2030 – 2230 Øvelse Ekko samf.huset	<b>LØRDAG</b>  <b>SØNDAG</b>

# Aktivitetsskalender

**2010**

## SEPTEMBER

<b>FREDAG</b>	<b>17.</b>	<b>Årsmøte i Jøa Skolemusikkorps i fellesrommet kl 19.30</b>
<b>LØRDAG</b>	<b>18.</b>	<b>Fotballkamp G16 på Jøa stadion kl 13.30</b>
<b>ONSDAG</b>	<b>22.</b>	<b>SPLÆSJ! En vannvittig kultur-dusj fra havgapet i Namsos kulturhus kl 19.00. Forestilling av Fosnes kulturskole og Jøa barne- og ungdomsskole.</b>
<b>TORSDAG</b>	<b>23.</b>	<b>Kommunestyremøte i Jøa samfunnshus kl 20.30</b>

## OKTOBER

<b>LØRDAG</b>	<b>2.</b>	<b>Kirkerottene samles – 4-5-6 åringer i Dun kirke kl 11.15</b>
<b>SØNDAG</b>	<b>3.</b>	<b>Familiegudstjeneste i Dun kirke kl 11.15 Familiegudstjeneste i Salen kapell kl 14.00</b>
<b>FREDAG</b>	<b>8.</b>	<b>Basar – Jøa skolemusikkorps – Jøa samfunnshus kl 19.00</b>
<b>LØRDAG</b>	<b>9.</b>	<b>UL Liv – Fest i Jøa samfunnshus</b>
<b>ONSDAG</b>	<b>20.</b>	<b>Søppelplassen på Salsnes åpen kl 16.00 – 18.00</b>
<b>TORSDAG</b>	<b>21.</b>	<b>Søppelplassen på Jøa åpen kl 15.30 – 18.30</b>
<b>LØRDAG</b>	<b>23.</b>	<b>”Godt samliv!” Dagskurs for par arrangert av jordmor og helsesøster – kl 11.00 – 19.00 på helsestasjonen.</b>
<b>SØNDAG</b>	<b>24.</b>	<b>Gudstjeneste i Dun kirke kl 19.30</b>
<b>MANDAG</b>	<b>25.</b>	<b>Fellesmøte Fosnes sanitetsforening fellesrommet kl 19.00</b>
<b>TORSDAG</b>	<b>28.</b>	<b>Menighetsbasar i Dun bedehus kl 19.00</b>

## NOVEMBER

<b>SØNDAG</b>	<b>7.</b>	<b>Gudstjeneste i Dun kirke kl 11.15 Basar i Bergum bedehus kl 13.00 Gudstjeneste i Salen kapell kl 14.00</b>

## DESEMBER

--	--	--

# Ferjeruta

## Jøa – Ølhammeren

Ordfører får relativt ofte henvendelser vedrørende ferjetidene, sjøl om ferjesambandet har flere avganger enn standarden som angis i Nasjonal Transportplan. Henvendelsene går oftest ut på at ferjetidene ikke er godt nok tilpasset brukerne. Det er Nord- Trøndelag fylkeskommune som eier ferjesambandet, og altså de som betaler det ferjedrifta koster (ut over det vi betaler i billetter). Fylkeskommunen har driftsavtale med FosenNamsos Sjø. I avtalen legges rammene for antall avganger med ferja og hvilken åpningstid det skal være (start- og stopptid).

Fosnes kommune har flere ganger gjort henvendelser til fylkeskommunen vedrørende ønskede endringer i ferjeruta.

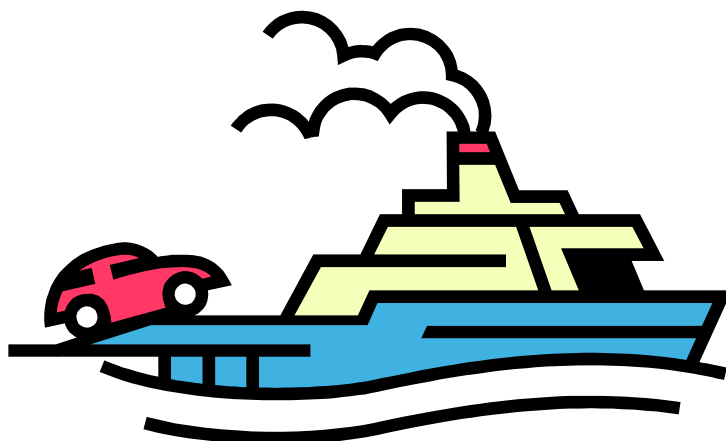
Før vi gjør nye henvendelser, **ber vi om at flest mulig som har synspunkter knyttet til spørsmålet, gir tilbakemelding på punktene nedenfor.**

- Flere uttrykker ønske om at ferja skal gå **fra Jøa kvart på hver hele time** (i stedet for ti minutter på hel time som i dag). Argument: De som begynner på jobb i Namsos på halvtimer, må i dag ta ferje 1 ½ time før jobbtid. Timer hos lege/tannlege osv er ofte på halv-timer og folk må starte 1 ½ time før.
- Det er ønskelig med **bestillingstur fra Jøa kl. 06:00**. Argument: Mulig å rekke morgenflyet fra Namsos.
- Det er ønskelig at ferja går **tidlig-turer på morgenen også helgedager**. Argument: Turnusarbeidende både på Jøa og fastlandet kan komme til/fra jobb.

Dersom du har synspunkt på/ kommentarer til dette, vennligst ta kontakt snarest. Det samme gjelder hvis du har andre kommentarer knyttet til ferjetidene enn de som er nevnt her.

Send gjerne en kort, skriftlig tilbakemelding til Fosnes kommune – enten på papir eller e-post [postmottak@fosnes.kommune.no](mailto:postmottak@fosnes.kommune.no) eller ring ordfører på 74286413/91587451.

Ordføreren



# Info fra helsesøster Isabel:

Fosnes kommune har tilgang på noen overskuddsvaksiner med HPV - Gardasil og disse skal tilbys elever ved ungdomskolen. De foreldrene som ønsker at deres døtre i ungdomsskolentrinn skal få HPV vaksine kan melde sin interesse til helsesøster innen 30/10 da blir det mulig for ungdommen å få vaksine sammen med elevene i 7 klasse som ønsker denne.

HPV-vaksinen beskytter mot de typene av HPV som er årsak til minst 70 prosent av tilfellene av livmorhalskreft

Nærmere info om vaksine kan leses på [folkehelseinstitutt nettsider](#);

\*\*\*\*\*



## **JØA SKOLE har gjennomført sitt første skoleår med MOT arbeid på ungdomstrinnene.**

Informanter Lærer Erling Laugen og Helsesøster Isabel K. Binderø har gjennomført i skoleåret 2009/2010 hele 5 besøk med ungdomstrinnene. Vi har gjennomført to informasjonsmøte med foreldrene og en kort med skolepersonell.

**"Begeistringsdagen"** ble markert i mai 2010, hvor elever ble utfordret til å spre glede på skole og hjemmefronten.

**"Mot til å glede dagen"** ble markert JØA SKOLE sammen med BHG ble avholdt mandag 23. november 2009.

### **Påminnelse av MOTs visjon, grunntanke og verdier:**

#### **MOT visjon**

- Varmere og tryggere oppvekstmiljø

#### **MOT har som grunntanke**

- Bevisstgjøre ungdom til å ta egne valg som gjør at de mestrer livet
- Styrke ungdom mot til å ta være på seg selv og hverandre
- Drive holdningsskapende arbeid med fokus på verdier, valg og tro på egne krefter

#### **MOT GRUNNVERDIER**

- **MOT til å leve**
- **MOT til å bry seg**
- **MOT til å si nei**

Nytt arbeid starter opp til høsten 2010/11 og vi er utfordret til å ha felles info-møte med skole, trenere fra forskjellig lag og andre barn- og ungdomsarbeidere.

Vi planlegger å få hjelp til igangsettelse med "Ungdom med MOT"! Etter skolestart vil det bli tilbudt alle ungdomskoletrinnene sammen med 7 klasse.



**Vi har i juni avsluttet den første gruppesamling med PIS (plan for implementering av gruppesamtaler til elever som har to hjem) elever. Det har vært lærerikt og givende for både små og store! Seks ganger har vi samlet oss på Jøa skole og lest Even boka, tegnet, spilt og lekt. Elevenes evaluering er entydig, dette var nyttig og de vil gjerne fortsette! Vi har planer om å tilby ny gruppe på nyåret 2011.**

*Utdrag fra siste* **Kostråd for å fremme folkehelsen og forebygge kroniske sykdommer i Norge. Nasjonalt råd for ernæring 2010, tatt med de som er mest endret fra tidligere anbefalinger..... se også [helsedir.no](http://helsedir.no)**

#### **Råd 3.**

**Det anbefales fortsatt minst 5 porsjoner grønnsaker, frukt og bær hver dag.**

- Poteter er ikke inkludert i de anbefalte 5 porsjoner med grønnsaker, frukt og bær. Poteter

er imidlertid en viktig basismatvare i norsk kosthold og kan gjerne inngå i et variert kosthold. Potet har et høyere innhold av kostfiber og flere vitaminer og mineralstoffer per energienhet enn vanlig ris og pasta. Velg fortrinnsvis kokte eller bakte poteter fremfor potetprodukter som er tilsatt fett og salt.

#### **Råd 8.**

**Velg matoljer, flytende margarin eller myk margarin.**

- Matoljer og margarin som har et lavt innhold av mettede fettsyrer og et høyt innhold av umettede fettsyrer som planteoljer (for eksempel raps-, oliven- og soyaolje) eller flytende og myk margarin bør foretrekkes fremfor tilsvarende produkter med mye mettede fettsyrer og lite umettede fettsyrer (for eksempel palmeolje).

- Begrens bruken av smør og smørblandet margarin fordi de har et høyt innhold av mettede

fettsyrer og et lavt innhold av flerumettede fettsyrer. Smør og animalsk fett inneholder dessuten transfettsyrer og kolesterol (for eksempel kjeks, kaker som har lang oppbevaringstid!)

- Forbruket av matvarer med høyt energiinnhold bør begrenses. Matoljer, myk og flytende margarin har et høyt energiinnhold, men bidrar også med flerumettede fettsyrer og fettløselige vitaminer og bør derfor inngå i kostholdet.

#### **Råd 13.**

**Det anbefales at alle daglig er i fysisk aktivitet i minst 30 minutter.**

**Er du interessert å vite de andre 9 rådene, sjekk [helsedir.no](http://helsedir.no)**

## GODT SAMLIV er i FOKUS

### *Hva er «Godt samliv»?*

Godt samliv er et gratis samlivskurs for nybakte og andre foreldre. Hensikten med kurset er å gi støtte og inspirasjon til nybakte foreldre i en periode med store forandringer og utfordringer i hverdagen. (les mer: [godtsamliv.no](http://godtsamliv.no))

- Godt samliv! er et gratis parkurs tilpasset både for førstegang og flere foreldre i FOSNES, FLATANGER, OVERHALLA og VERRAN.
- Kurset går over en dag.
- Fokus på ressurser og muligheter i eget parforhold.
- Del erfaringer med andre i samme situasjon.
- Lær kommunikasjonsteknikker og nyttige metoder for konflikthåndtering.
- Få inspirasjon og tips til et godt samliv
- En trenger ikke ha problemer eller kriser for å delta.

**TIDSPUNKT: Lør.23.okt.2010 kl 11-19**

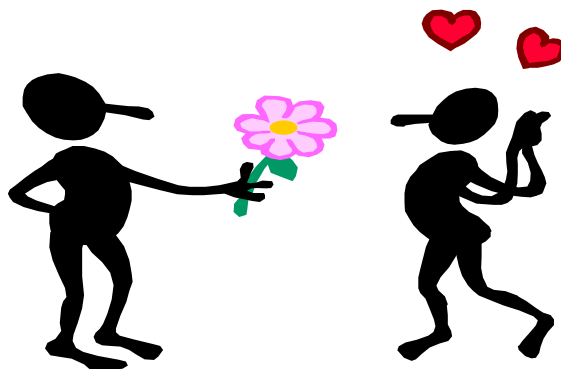
**STED: JØA helsestasjon**

**Påmelding er nødvendig og bindende til helsesøster innen 8.okt.**

Arrangør og foredragsholdere er jordmor og helsesøster.

Stipulert egenandel 250kr/par servering/kursmateriell

**VELKOMMEN!**



## **ALLE kommende og nybakte foreldre tilbys fra høsten 2010 oppfølging med EPDS (*Edinburgh Postnatal Depression Scale*)**

EPDS er et selvrapporteringskjema spesielt rettet mot gravide og kvinner som nylig har født. Skjemaet er ment som et hjelpemiddel for helsepersonell for å avdekke fødselsdepresjoner.

### **Formål:**

Å avdekke depresjon.

### **Målgruppe**

Mødre eller kommende mødre.

### **Antall spørsmål**

10 spørsmål.

### **Tidsbruk**

Ca. 5 minutter.

*se også artikkel*

<http://www.dagensmedisin.no//nyheter/2010/09/07/stottesamtaler-kan-forebyg/index.xml>

I siste trimester av svangerskapet tilbys kartlegging med EPDS og etter seks uker på helsestasjonen fyller kvinnene ut et skjema for depresjonsskåre, *Edinburgh Postnatal Depression Scale*, som jordmor og helsesøster og kvinnen går gjennom i fellesskap. Oppfølgingsamtaler tilbys om nødvendig eventuelt videre henvisning.

## **INFLUENSAVAKSINERING!**

### **DET BLIR INFLUENSAVAKSINERING OG PNEUMOKOKKVAKSINERING PÅ HELSESTASJONEN**

**ONSDAG 20. OKTOBER KL 10-14**

Sammensetning av årets sesonginfluensavaksine:

For sesongen 2010/2011 anbefaler WHO at influensavaksinen for den nordlige halvkule skal inneholde 3 forskjellige virus. I tillegg til det nye H1N1-virus beskytter årets sesonginfluensavaksine mot et H3N2-virus og et B-virus. Sesonginfluensavaksinen er produsert på samme måte som tidligere års vaksiner.



# Hvem bør vaksineres med vaksine mot sesonginfluensa?

Sesonginfluensavaksine anbefales til personer i risikogruppene som er anslått til å utgjøre ca 900 000 personer i Norge og omfatter:

- Personer som er 65 år eller eldre
- Voksne og barn med alvorlige luftveissykdommer, spesielt personer med nedsatt lungekapasitet
- Voksne og barn med kroniske hjerte/karsykdommer, spesielt personer med alvorlig hjertesvikt, lavt minuttvolum eller pulmonal hypertensjon
- Voksne og barn med nedsatt infeksjonsresistens
- Voksne og barn med diabetes mellitus (både type 1 og type 2)
- Voksne og barn med kronisk nyresvikt
- Beboere på alders- og sykehjem

De som ønsker pneumokokkvaksine, må bestille det på helsestasjonen(74 28 65 05) eller legekantoret (74 28 65 00) på forhånd og så snart som mulig.

De som er vaksinert en gang, har god beskyttelse i 5-10år.

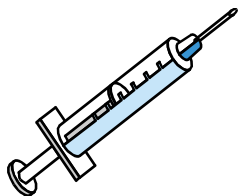
## **VAKSINER KOSTER:**

INFLUENSAAVAKSINE: KR: 100

PNEUMOKOKKVAKSINE KR: 200

NB! KONTANTER MOTTAS IKKE, kommunekassen sender regning hjem.

**Fosnes sanitetsforening stiller som vanlig opp med kaffe!**



**VELKOMMEN** HELSESØSTER ISABEL

Legekantoret melder om følgende **endringer** i bemanningsplanen:

16. september: Legekantoret stengt

27. september: Ikke lege til stede (legesekretær til stede)

**30. september: Lege til stede**

14. oktober: Legekantoret stengt

01. november: Ikke lege til stede (legesekretær til stede)

04. november: Ikke lege til stede.( legesekretær til stede)

UKE 47 og 48: Legen har ferie (legesekretær til stede)

# Ungdomsprofil:

Ingrid Tranaas Vannebo

03.05.2010



Navn og alder:	Ingrid Tranaas Vannebo, født 1986
Gikk ut av ungdomsskolen:	2002
Evt skolegang etter det:	Flyttet til Namsos og gikk tre år på musikklinjen. I 2005 flyttet jeg til Trondheim hvor jeg tok bachelor i Psykologi. I 2008 dro jeg på utveksling til København hvor jeg fortsatte med psykologi ved Københavns universitet. Høsten 2010 flyttet jeg tilbake til Trondheim.
Hvor bor du i dag?	Trondheim
Hva gjør du i dag?	Jeg har praksis ved BUP (barne og ungdomspsykiatrien) Orkdal

\*\*\*\*\*



## Svømmebassenget

Vi får dessverre ikke anledning til å åpne svømmebassenget på Jøa skoleåret 2010/2011. Det tekniske anlegget er i så dårlig forfatning at det ikke vil la seg gjøre å sette det i drift uten betydelig kostnader. En slik investering anses å være uforsvarlig, da mulighetene for en ny svømmehall er under utredning.

Vi håper å kunne ønske velkommen til et helt nytt svømmeanlegg innen overskuelig framtid..

Ubenyttede andeler av klippekort i svømmehallen vil bli refundert.

Plan og Uvikling

# Hvor er dette?

Bildet i juninummeret var fra emissærrommet på Fosnes bygdemuseum og blant de riktige svarene vi fikk inn, ble Magnhild Jekthammer trukket ut til å motta sitatboka „Ord av Olav Duun”. Fotograf var også denne gangen Bjørg Tingstad.

Her kommer høstens første bilde



Dersom du vet hvor dette bildet er tatt kan du sende svaret på e-post til [postmottak@fosnes.kommune.no](mailto:postmottak@fosnes.kommune.no) eller på sms til ordfører Bjørg på tlf. 915 87 451.

Det vil bli foretatt trekning blant innkomne riktige svar. Vinneren vil få tilsendt sitatboka „Ord av Olav Duun“ og vil få navnet sitt offentliggjort i neste skriv.

Dere må gjerne sende oss bilder vi kan bruke i skrevet. Det må selvfølgelig være bilder som dere har rettighetene til. Akkurat her vil dere imidlertid ikke få navnet deres under bildet, men vi skal prøve å huske å offentliggjøre navnet på fotografen påfølgende skriv, samtidig som vi publiserer vinneren av forrige ”Hvor er dette?”

Vi mangler særlig bilder fra Salsnes og Elvalandet.

Hilsen fra Biblioteket.

Høst er boktid og jeg anbefaler alle å ta en tur innom biblioteket. Vi har alltid noe å by på.

Jeg vil minne om at biblioteket på Salsnes har endret litt på åpningstidene. Bibliotekstillingen på Salsnes er økt fra 14 til 20 %. Biblioteket på Salsnes er kombinert med skolen. Økningen går til skolebibliotekdelen av stillingen.

I høst har bibliotekene i samkommunen, inkludert Flatanger, en leseaksjon som heter: Les T-skjorta på deg. Som tittelen antyder, vil alle som deltar vinne ei T-skjorte. Akjonen gjelder alle elever i grunnskolen. Elles, så takker vi alle deltok i sommererens leseaksjonen, sommer+bok. Diplom og bokpremier vil bli delt ut.

Besøk biblioteket på ”internett”, se [www.fosens.kommune.no](http://www.fosens.kommune.no)

Her er våre åpningstider.

	Hovedbiblioteket	Filialen på Salsnes
Mandag		12:00 – 14:00
Tirsdag	10:00 – 14:00	
Onsdag	19:00 – 21:00	
Torsdag	10:00 – 14:00	18:30 – 20:30



Mvh  
Oddvin.

P.S. Har Dere gamle bøker liggende hjemme? Husk å lever dem tilbake. Bøker kan også levers i innleveringskassen foran Samfunnshuset og på servicekontoret i E-verksbygget.

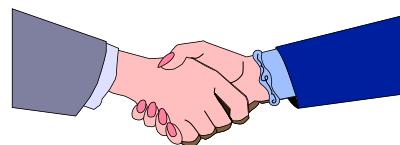


## MARKERING AV ELDRES DAG

**I Jøa samfunnshus torsdag 30. september fra kl 1700.**

**Andreas Lunnan og**

**Kåre Jessen kommer**



**For fullstendig program – se oppslag på butikkene eller på kommunens hjemmeside [www.fosnes.kommune.no](http://www.fosnes.kommune.no)**

**Vi koordinerer gjerne skyss fra Salsnes og Elvalandet – ta kontakt med Bjørg Tingstad, mob. 915 87 451.**

**VELKOMMEN! Markeringen er åpen for alle.**

**Arr: Fosnes eldreråd**



**Den Norske Kirke**  
**Fosnes Kirkekontor**  
**7856 Jøa**

Tlf.: 74 28 64 40

Mobil: 934 65 901

E-post: [gunn-aagot.leite@fosnes.kommune.no](mailto:gunn-aagot.leite@fosnes.kommune.no)

## GUDSTJENESTER HØSTEN 2010

**Søndag 19. sept. kl. 19.30 Dun kirke**

Nattverd, musikkinnslag.

**Søndag 3.okt. kl. 11.15 Dun kirke og kl. 14.00 Salen kapell**

Familiegudstjeneste "Kirkerottene", dåp, utdeling av 4-, 5- og 6-årsbøker. Kirkekaffe

**Søndag 24. okt. kl. 19.30 Dun kirke**

Nattverd. Flere deltar

**Søndag 7. nov. kl. 11.15 Dun kirke og 14.00 Salen kapell**

Allehelgensgudstjeneste. Vi minnes dem som har gått bort siste år.

Musikkinnslag

**Søndag 28.nov. kl. 11.15 Dun kirke**

Adventsgudstjeneste. Presentasjon av konfirmantene.

**Søndag 19. des kl. 16.30 Fosnes sykeheim**

Julegudstjeneste

**Julaften 24. des. kl. 13.30 Dun kirke**

Julaftensgudstjeneste. Mange deltar.

**Andre juledag 26. des. kl. 11.15 Dun kirke og 14.00 Salen kapell**

Høytidsgudstjeneste

## MENIGHETSBASAR

Torsdag 28. okt. arrangerer menighetsrådet basar til inntekt for menighetsarbeidet på Dun bedehus .

Kan du tenke deg å støtte med oss noen **gevinster**, er vi meget takknemlige! Ta kontakt med Toril A Lindseth, tlf.: 911 93 622.

## ETTERMIDDAGSTREFF PÅ SYKEHEIMEN

Fosnes menighet i samarbeid med Saniteten arrangerer treff

Onsdag 29. sept. kl. 15.30

Onsdag 24. nov. kl. 15.30





Føttene  
trenger også fagfolk!

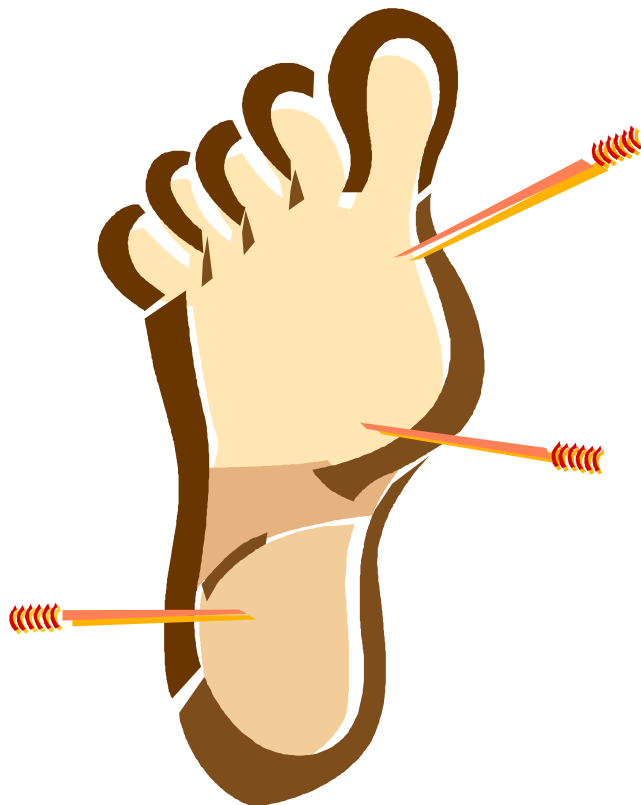


Tre av fire nordmenn vil oppleve fotplager i løpet av livet. Det er kanskje ikke så rart med tanke på belastningene føttene er utsatt for. En person går i gjennomsnitt ca. 9 000 skritt daglig, men føttene er skapt til å klare oppgaven uten smerter.

De fleste fotplager skyldes feil bruk av fottøy. Fottøy som ikke er tilpasset foten og situasjonen kan føre til belastningsskader, hud- og negleskader.

Har du spørsmål eller trenger time til fotterapeuten, ring meg på tlf 92046328.

Hilsen Monica Leithe



**FOSNES KOMMUNALE KULTURSKOLE OG  
JØA BARNE OG UNGDOMSSKOLE  
PRESENTERER:**

# SPLÆSJ!

*En vann-vittig kulturdusj fra havgapet*

Namsos Kulturhus  
onsdag 22. sept. kl. 19.00

Bill: kr 165,-/90,-

Underholdning i Borggården av  
lokale kulturaktører fra kl. 18.00

VEL  MEN!

Billettekspedisjonen (i biblioteket) i Kulturhuset har åpent fra mandag til og med onsdag fra 11:00 til 17:00, torsdager fra 11:00 til 19:00, fredager fra 11:00 til 16:30 og på lørdager fra 11:00 til 14:00. Du kan kjøpe dine billetter direkte over disk, eller du kan ringe på **tlf. 979 79 376** for reservasjon av billetter. Billettsalget er også åpent en time før alle forestillinger.

### **Kjøp av billetter på internett:**

Du kan nå kjøpe billetter til alle forestillinger på kulturhuset fra kulturhusets hjemmesider; [www.namsos.kulturhus.no](http://www.namsos.kulturhus.no)  
Billettene kan du skrive ut selv. Dersom du ikke har mulighet til dette kan betalingskort medbringes for uthenting i billettluke.

Forestillingen er et resultat av Jøa barne- og ungdomsskole og Fosnes Kommunale kulturskole sin deltakelse i norsk kulturskoleråds utviklingsprosjekt *Kreativt Oppvekstmiljø (KOM)*.

Kreativt Oppvekstmiljø (KOM!) er et treårig utviklingsprogram som involverer både kultur- og grunnskoler. KOM! har som hovedmål å øke volumet og sikre kvalitet på kulturelle opplevelser for barn og unge i skole og lokalsamfunn. Prosjektet skal utvikle og utarbeide gode gjennomføringsmodeller for kulturproduksjoner i skolene samt bidra til økt formidlingskompetanse.

Vi gleder oss til å få vise oss fram i kulturhuset i Namsos, og er glade for å ha fått med oss masse flotte kulturaktører som vil underholde i Borggården utenfor kulturhuset fra klokken 18.00. I tillegg har også Jøa Barnehage laget flotte bidrag til utsmykningen av kulturhuset! Vi har allerede solgt ut to fulle hus til skolekonsertene på formiddagen, og **håper mange vil ta turen til Namsos for å oppleve forestillingen vår onsdag 22. September kl. 19.00!**

\*\*\*\*\*

Jøa skolemusikkorps ønsker velkommen til vår årlige

## **HØST-BASAR**

fredag 8. oktober fra kl 19.00

Vi har kaffesalg, tombola, lynlotteri og trekking på boksalget.  
Det blir også underholdning av korpset, drill og aspirantene.

Jøa skolemusikkorps

# Jøa skolemusikkorps på Averøyfestivalen



Rett etter skoleslutt i juni reiste Jøa skolemusikkorps, med drillere, aspiranter og hovedkorps til Averøya utenfor Kristiansund på festival. Her var 35 barn og unge fra 9 – 18 år med, og det er halvparten av elevene på Jøa skole. Været var ikke det aller beste under stevnet, for det regnet og blåste mye av helga, så de fleste ute-konsertene ble flyttet innendørs. Men dette la ikke det noen demper på stemningen blant deltagere og arrangører.

Under festivalen deltok vi på to konkurranser. I den ene måtte korpset plukke ut 4 medlemmer, som fikk i oppgave å stemme glass og spille en sang på dem, mime, råblåse på instrument, sparke ball i mål med svømmeføtter og kaste rått egg mellom seg, med så stor avstand som mulig.

I den andre konkurransen sto MOT i sentrum, da Averøy er en MOT-kommune. Konkurransen startet fra vi ankom festivalområdet, og varte hele helga. Det gikk ut på å være hyggelig, hjelpsom mot sine egne og andre, vise spilleglede, ha en trivelig omgangstone, være høflig og fleksibel, ha orden og ryddighet på rommet samt helhetsinntrykket.

Men det var masse spilling også. Vi deltok på oppmarsj og konsert på lørdag, og konsert og defilering på søndag. Vi bodde på skolen sammen med de andre korpserne, og våre drillere og musikere ble kjent med mange trivelige korpsmusikere fra de andre korpserne.

Før vi dro hjem på søndag, fikk vi vite at vi ble nr 2 i begge konkurransene. Da ble det stor jubel. Den første premien var en Handy Recorder, og premien for å være ryddig, høflig og vise blide fjes ble en Besson kornett, noe som betyr mye for ungene og de voksne, da Jøa skole også er en MOT-skole. Og med disse to premiene i bussen, ble det trivelige timer, før vi kom hjem til Jøa like før midnatt.

# Jøamarsjen 2010

Søndag 19. september

Oppmøte på Leite, mellom kl. 11.00 og 12.00  
Løypa går tur retur Brakstad, ytterleia eller  
Nordveien.

Ved hytta i enden av Nordveien er det  
matstasjon.

Der blir det salg av pølser, saft, kaffe og annet  
godt.

Det blir trekking av premier for Jøamarsjen,  
trimbøkene og blant dem som har levert inn  
turorienteringskortene.

For turorienteringa har vi en superpremie  
på **kr. 5000!!**

Det er frivillig startkontingent.

Kom og bli med på en trivelig søndagstur!!

Arr. Trimgruppa i Jøa i.l.

