



Kvinnherad kommune

Fellesskap og trivsel - Utvikling og vekst

Kvinnherad eldreråd: 2016 – 2019.

Aktiviteter og tilbud for eldre i Kvinnherad kommune.

Innhald:

- s. 1. Kvinnherad eldreråd sin rolle og mandat, medl. og varamedl.**
- s. 2. Hensikten med dette heftet.**
- s. 3. Lag og org. i Ølve, Hatlestrand, Varaldsøy, Mauranger, Ænes, Lyngstrand, Løfallstrand, Rosendal, Omvikdalen, Matre, Baugstranda , Åkra.**
- s. 4. Lag og org. i Uskedalen, Herøysundet, Husnes og Sunde.**
- s. 5. Lag og org. på Valen, Sandvoll , Utåker , Halsnøy , Fjelberg og Borgundøy.**
- s. 6-7: Kvinnherad Frivilligsentral.**
- s. 8. Frivilligorganisasjonen «Optimisten» , Tilbod frå kyrkja, Tilbod frå idrettslag.**
- s. 9. Kvinnherad sogelag, Kvinnherad senioruniversitet, Kvinnherad Røde Kors Omsorg, Kvinnherad Hørselslag. Kvinnherad LHL, Kvinnherad Revmatikerlag , Astma- og Allergiforeninga,**
- s. 10. Kvinnherad Turlag, Pensjonistforeningar. Kvinnherad kommune sine tilbod. (Kvinnherad Folkebibliotek).**
- s. 11- 14. Varmebassenget Off. bading.**
- s. 15- 16. Kommunal bustad i Spania.**
- s. 16. Demens – team, Treningskontakt/støttekontakt, Den kommunale spaserstokken.**
- s. 17. Kreftsjukepleiarar , Psykisk helsearbeidar.**
- s. 18. Aktiv dagtid . Fatland aktivitetshus, Huset på Bjørke , Møteplassen Aksen, Aktivitet, læring og meistring, Frisklivssentralen.**
- s. 19. Treningskontakt/støttekontakt for vaksne.**
- s. 20. Hjelpemiddel-sentralen.**
- s. 21. Hørselshjelpemiddel , Tannhelsetenesta.**

Kvinnherad eldreråd sitt mandat og rolle:

Lov om kommunale og fylkeskommunale eldreråd vart vedteke av Stortinget 11/8 1976 og sett i verk frå 1/1 – 1992 med endringar frå 10/9 – 2007.

Dei viktigaste lovparagrafane:

§ 1. Skiping av kommunale eldreråd: I kvar kommune skal det vere eit eldreråd som skal veljast av kommunestyret for valperioden.

§ 2. Val og samansetjing av kommunale eldreråd: Kommunestyret avgjer kor mange medl. eldrerådet skal ha. Fleirtalet av medl. skal vere alderspensjonistar i kommunen. Rådet peikar sjølv ut leiar og nestleiar, som skal veljast ut mellom pensjonistane.

§ 3. Oppgåvene for kommunale eldreråd: Eldrerådet er eit rådgjevande organ for kommunen. Alle saksdokumenta skal leggjast fram for rådet i god tid før kommunestyret handsamar sakene. Eldrerådet skal ha til handsaming alle saker som gjeld levekåra for eldre. Eldrerådet kan sjølv ta opp saker som vedkjem eldre i kommunen. Protokollen frå rådsmøta skal følgje saksdokumenta til dei kommunale organ som tek endeleg avgjerd i saka.

§4. Andre føresegner for kommunale eldreråd: Kommunen skal skipa høveleg sekretariathjelp for rådet. Eldrerådet har rett til å uttala seg før kommunestyret skipar sekretariat, vedtek budsjett for rådet, og gjev utfyllande reglar for saksførehaving i rådet. Eldrerådet skal kvart år utarbeide ei melding om verksemda si. Meldinga skal leggjast fram for kommunestyret.

Rundskriv A – 32/2007 frå Arbeids- og sosialdepartementet gjev nærare presisering til Lov om kommunale og fylkeskommunale eldreråd.

Vi syner elles til brosjyren « Eldrerådet sine oppgåver og funksjon – ein vegleiar i eldrerådsarbeid », utgjeven av Statens seniorråd.

I det politiske reglement for Kvinnherad kommune under pkt. G finn ein det kommunale reglementet for eldrerådet.

Eldrerådet 2015 – 2019:

Namn:	Adresse:	Postnr./stad	Telefonnr.:	E-post adr.:
Sverre Vevelstad	Holmedalsvegen 243	5453 Utåker	98835928	sverrevevelstad@hotmail.com
Malena Aasen	Ølvesvegen 350	5637 Ølve	90556525	Malena.aasen@knett.no Malena.aasen@icloud.com
Vidar Ask	Netlandsvegen 283	5635 Hatlestrand	41563635	vidarask@gmail.com
Øyvind Skogseth	Onarheimslio 83	5460 Husnes	91735877	Oyvind.skogseth@yahoo.no
Bodil Våge	Kyrkjebygdsvegen 215	5636 Varaldsøy	95816232	Bodil.vaage@knett.no

Personlege vararepr.:				
Svein I. Opdal	Seimshamrane 16	5472 Seimsfoss	92856237	siopdal@gmail.com
Otto Blokhus	Røsslandslia 52	5460 Husnes	92889743	ottoblokhus@live.no
Sigmund Nordfonn	Jensavegen 14	5450 Sunde	98409868	Sigmnor@motordeler.com
Arny Vårdal	Furuvegen 11	5460 Husnes	534 73295	a-vaarda@online.no
Oddbjørg Heimark	Skeishagen 41 A	5470 Rosendal	41553041	Oddbjorg.heimark@ kvinnherad.kommune.no

Leiar (2 + 2 år): Sverre Vevelstad.

Nestleiar (4 år): Malena Aasen.

Hensikten med dette heftet/informasjonen:

Oversikt over tilbud og tiltak for eldre i kommunen i dag finst på mange forskjellige nettsider. Dette gjer det vanskeleg for mange å halde seg oppdaterte over kva hjelp ein kan få i sitt daglege strev.

Kvinnherad eldreråd har derfor prøvd å lage ei mest mogleg samla oversikt over dei tiltak, tenester og aktivitetar som finst for eldre i kommunen på ein stad, slik at det kan verte enklare for deg som ev. brukar å få oversikt over kva tilbud og hjelpemiddel/tiltak som finst.

Dette gjeld både kommunale tenester og kva private organisasjonar/lag kan bidra med. Og for betre å få oversyn over kvar tenestene finst, er lista sett opp etter geografisk område.

Du som brukar kan sjølv sagt oppsøke dei offentlege tilboda der dei finst, sjølv om dei ikkje er i bumiljøet ditt.

Det kan elles vere greitt for dei dette gjeld (dei eldre i Kvinnherad) å få ei kort oversikt over kva mandat og ordningar som gjeld for eldrerådet, slik at de kan melde attende til medl. om de har saker de ønskjer rådet skal arbeide med.

Berre ta kontakt med oss om de lurar på noko eller har idear om saker vi bør fokusere på.

Om noko her er direkte feil eller andre ting manglar, venleg ta kontakt med leiar som vil sørge for at denne kalendaren er oppdatert til eikvar tid.

Ferdigstilla mai 2016.

Revidert sept. 2016.

Revidert juni 2017.

Revidert okt. 2018.

Ølve / Hatlestrand / Varaldsøy . Tlf.nr og kontaktperson .

Lag	Tlf.	Kontaktperson
Ølve Bygdalag	98285917	Bjørn Henning Nepstad.
Ølve Mållag	99261856	Tone Birkeland
Ølve og Hatlestrand Hagelag	48188684	Gro Berhovde
Ølve Alderspensj.Frivilliggruppe	93296515	Eva Vikane Eide
Hatlestrand Bygdalag	40215152	Hans Olav Femsteinevik
Hatlestrand Helselag	45038550	Alice Tuften
Hatlestrand Kyrkjeforening	95167952	Ingrid Netland
Hatlestrand Misjonslag	45038550	Alice Tuften
Hatlestrand og Ølve Turlag	41620990	Reidun Grønevik
Varaldsøy Bygdalag	95220221	Laila Merete Haukenes
Varaldsøy Sanitetsforening	40478132 / 53488226	Ingunn Enæs Gjuvsland
Varaldsøy Misjonsforening	47643094 / 53487959	Hilmar Øvsthus
Varaldsøy Songkor	53488166	Haktor P. Aakre
Koi i Ølve	95118345	Grethe Revne
Aktiv i 100 Hatlestrand/Ølve	90187045	Rita Martens Meyer/Marit Berge

Mauranger / Ænes.

Lag	Tlf.	Kontaktperson
Ænes og Mauranger Bygdalag	92261578	Inger Grethe Skeide
Ænes Sokneråd	95883537	Aud Irene Flatabø
Ænes Grendalag	99512599	Terje Enes

Lyngstrand / Løfallstrand / Rosendal / Omvikedal:

Lyngstrandlaget	41570852	Toralv Bjørke
Løfallstrand Bygdalag	53473612	Stine Brattetveit
Løfallstrand Helselag	99249581 / 53480267	Odny Leganger
Rosendal Helselag	53481640	Anne Lise Bringedal
Rosendal Indremisjon	99518578	Øystein Hellesøy
Seimsfoss Grendalag	41416169	Leiv Guddal
Seimsfoss Misjonslag NLM	95284097	Astrid Naterstad
Guddalsdalen Indremisjon	53481879	Erling Guddal
Omvikedalen Bygdekvinnelag	91850257	Grethe Brundtland
Kvinnherad hagelag	96046246	Irene Nilsen Sjø
Seimsfoss helselag	99042342	Åse Rusten Guddal

Matre / Baugstranda / Åkra:

Matre Bygdalag	53477310 / 91712501	Børge Tveit
Matre Indremisjon	53479138	Ragnar Kåre Tveit
Fatland Krins Indremisjon NLM	53479138	Ragnar Kåre Tveit

Baugstranda Bygdalag	53479554	Erik Johan Furdal
Åkra kvinneforum strikkekafe	41521752	Signe Norheim Tjeldflåt
Åkra Indremisjon	91745272	Åse Farestveit
Åkra og Baugstranda Bygdalag	46907286	Tormod Øverland.
Åkra Sjømannsforeining NLM	53479915	Gyda Tungesvik

Uskedalen / Herøysundet:

Lag	Tlf.	Kontaktperson
Uskedalen helselag	90209174	Berit Helen Myklebust
Uskedalen indremisjon	53 48 65 95	Jan Tvedt
Uskedalen kvinnelag	48147078	Mari-Ann Myklebust
Herøysund Bygdalag	90216081	Linda Eikenes
Bringedalsbygda indremisjon	53 48 65 95	Jan Tvedt
Herøysund menighet av Jehovas Vitner	90133015	Torbjørn Flodsand
Haugland og Musland kvinneforening/Det norske Misjonsselakap	53 48 62 89	Signe Kjærland
Kafe Tiaren	91307384	Berit Harriet Døssland
Kvinnherad Mållag	91531487	Kristian Olav Bringedal

Husnes / Sunde:

Lag	Tlf.	Kontaktperson
Husnes helselag	47895597	Anne Karin Fjellandsbø.
Kvinnherad hagelag	96046246	Irene Nilsen Sjø
Husnes Blandakor	90067154	Sveinung Grønstøl
Husnes Røde Kors besøksteneste	93065368	Jorunn Mikkelsen
Husnes seniordans	91644217	Asta Gunnvor Hersvik
Husnes indremisjonsforening	95121300	Arne Lindekleiv
Pensjonisten Bridgeklubb	97621185	Olav Johnsen
Kvinnherad Myntklubb	53 47 20 51	Kåre Nedrevåg
Kvinnherad Undervannsklubb	41767935	Robert Tungesvik
Stiftinga Bergslagen	53 48 76 55	Lars Amund Vaage
Sunde Grendalag	95744144	Heidi Lee
Sunde Kyst- og litteratursenter	53 47 11 30	Kjell Magne Stråbø
Sunde indremisjon	99360859	Dagrun Kjerpeseth
Santalgruppe , Sunde	48110558	Toril Tjelle Sortland
Aktiv i 100 Husnes / Sunde	95090166 / 95768199	Jan Helge Opsanger/Steinar Kleven

Valen / Sandvoll / Utåker:

Lag	Telefon	Kontaktperson
Valen helselag	41122993	Hildegunn Eik.
Valen Kyrkjelydslag	90011265	Ove Tvedt
Valen Misjonsforening	53 47 14 17	Inger Marie Saltnes
Valestiftinga	90086073	Reidar Handeland
Sandvoll Ordsiftelag	97556052	Kjetil Heimvik
Dugnadskoret , Sandvoll	90893068	Trygve Fonn
Utåker Bygdalag	97122254	Terje Eikemo
Holmedal helselag	90622669	Ingrid E. Holmedal
Utåker Kvinne- og familielag	90622669	Ingrid E. Holmedal
Utåker Same- og Santalmisjonsforening	48268958	Torunn Holmedal
Holmedal inderemisjonsforening	99081648	Magnhild Alfarnes
Aktiv i 100	97691370 / 95281359	Toril Tjelmeland / Elin H. Lien

Halsnøy / Fjelberg / Borgundøy:

Lag	Telefon	Kontaktperson
Halsnøy misjonslag for NLM	48038628	Grete Svalland
Halsnøy Misjonsmenighet	53 47 72 15	Bjarne Røen
Fjelberg Bygdalag	53 47 81 17 / 90945701	Rolf Arne Birkeland
Eid misjonsforening for DNM	53 48 76 49	Edit og Pål Dahle.
Borgundøy indremisjon	97610810	Johannes Solheim.
Halsnøy indremisjon	95072112	Kjartan Mehammer.
Den indre sjømannsmisjonen , Sæbøvik	53 47 40 97	Synneva Thormodsæter
Kvinneforeninga i Zoar bedehus , DNM	90027830	Astrid Synnøve Tofte Eide
Høylandsbygd Bygdalag	90968782	Johannes Malvin Eide
Høylandsbygd Kvinne- og familielag	41697504	Irene Halland Bjørgen
Halsnøy Røystene	95118769	Gudmund Harketstad
Grendalaget Samhald	90052224	Roger Arnevik

Når det gjeld konkrete aktiviteter/turar m.m. som dei einskilde lag/foreiningar arrangerer, får de nærare oversikt over dette ved å følgje med på lysingar i lokalavisene.

Kvinnherad Frivilligsentral:



Dette er ein kommunal møteplass som formidlar kontakt mellom menneske i lokalmiljøet – der nokon treng hjelp og andre ønskjer å hjelpa.

Kontaktperson: Veronika Thorsen. (tlf. 900 76543).

Faste aktiviteter: (Hausten 2018).

Måndagar: kl. 11.00 : Småbarnstreff , på Frivilligsentralen.

Måndagar kl. 19.00: Kvinnherad Fotoklubb , på Frivilligsentralen. (Annakvar veke – partalsveker, oppstart etter ferien 27/8).

Tysdagar kl. 11.30 – 13.30: Kulturkafe , i Kulturhuset Husnes. Open møteplass med høve til å kjøpe kaker, rundstk, og anna godt. Byr dessutan ofte på kulturinnslag og/eller føredrag. (Kvar veke). Oppstart etter ferien 28/8.

Tysdagar kl. 11.00: Turgruppe , med start frå Kulturhuset. (oppstart 28/8).

Kontaktperson: Liv Santiago (tlf. 911 47912).

Tysdagar kl. 11.00: Styrketrening for eldre, i Kulturskulebygget. (oppstart 4/9).

Kontaktperson: Aud Fausk (tlf. 918 86679).

Tysdagar kl. 18.00: Bingo, på Frivilligsentralen.

Onsdagar, kl. 18.00: Ope treff i Bipolarforeininga. Frivilligsentralen. Oppstart 6/9

Torsdagar kl. 11.00: Senior strikkeklubb , på Frivilligsentralen. Oppstart 6/9.

Kontaktperson: Ruth Henriksen (tlf. 959 29740).

- Torsdagar kl. 11.00: Torsdagsklubben på Husnestunet. (Prosjekt der foreldre tar med babyar over 3 månader til samling på avdelingane ved Husnes sjukeheim).
- Torsdagar kl. 16.30: Seniordans, på Frivilligsentralen. Oppstart 7/9.
(annakvar torsdag).
Kontaktperson: Asta Hersvik (tlf. 916 44217).
- Torsdagar kl. 17.00: Strikkeklubben «Rekk opp», på møteplassen Aksen.
Kontaktperson: Ellinor Hasle (tlf. 90737712).
- Fredagar kl. 10.00: Seniorgruppa, på frivilligsentralen.
Kontaktperson: Roald Teigen (tlf. 90296022).
- Dette er ei samling samfunnsengasjerte seniorar som arbeider for og med førebyggjande aktivitetar for folkehelsa. Dei har ein særleg tanke for einsemd blant eldre og trong og praktisk hjelp og støtte til eldre.
- Aktuelle prosjekt: Utdeling av strøsand til eldre over 70 år, instruksjon i bruk av PC , nettbrett og mobiltlf. ,utkøyring av matvarer frå butikk i Husnesomr., hjelp med snøfresing.
- (Førespurnad om strøsand eller snøfresing: (Tlf. 488 67095 – på dagtid).
- Middagskøyring frå Dill: Ei gruppe med frivillige køyrer ut middag frå Dill til eldre i ytre luten. (Treng fleire frivillige, kontaktperson Otto Blokhus, tlf. 92889743).
- Fredagar kl. 21.00: Natteramnar , frivilligsentralen.
- Søndagar kl. 13.00: Middag for eldre og einslege. (Ein søndag i månaden, oppstart 26/8).

Eldrefest i nær tilknytning til eldredagen 1. okt. (kan verte endringar her).

Eldrefesten 2018: Torsdag 4. okt.

Frivilligorganisasjonen «Optimisten».

Dette er ein frivillig gjeng på 50 – 60 personar som med utgangspunkt i Halsnøytunet og Dill gjer kvardagen rikare for dei som bur på Halsnøytunet og andre heimebuande eldre på Halsnøy.

«Karaklubben» møtest kvar måndag på Dill, tirs dagar er det «Tysdagsklubb» same stad.

Annakvar tysdag køyrer salstralla rundt på alle avd. og kvar torsdag er det lesestund.

Dei har bygd ein paviljong og er no i ferd med å lage ein sansehage utafor Halsnøytunet.

Vidare organiserer dei utkøyring av middag frå Dill til heimebuande eldre på Halsnøy og er engasjert i besøksteneste ved tunet, m.m. Det er kjøpt inn hjartestartar som er montert på Dill, og kurs i førstehjelp og bruk av hjartestartaren er avvikla med 20 delt.

Kontaktperson: Otto Magne Johnsen (Tlf. 97002565,
e-post adr: ottomagne.johnsen@knett.no)

Tilbod frå kyrkja:

Kontakt tlf. Kyrkjekontoret på Valen. 905 31910).

Opningstid: Måndag - torsdag kl. 9 – 15 .

Sjå meir infoirmasjon om tenester m.m. under e-postadr. kvinnherad.kyrkja.no

Tilbod frå idrettslag:

IL Strandulv. (Kontaktperson: Britt Elin Nordtveit , 996 05784).

Varaldsøy idrettslag. (Kontaktperson: Nina Skjelnes , 976 24055).

Rosendal Turnlag. (Kontaktperson: Jostein Hatteberg, 489 94213).

Omvikdalen idrettslag: (Kontaktperson: Jeanette Rangsæther , 938 61421).

Matre idrettslag. (Kontaktperson: Amund Furdal , 957 68192).

Uskedalen idrettslag: (Kontaktperson: Christoffer Fossli, 995 00117) .

Herøysund idrettslag: (Kontaktperson: Kjetil Aasgard , 911 89492).

IL Trio: (Kontaktperson: Knut Prestnes, 917 30107).

IL Ternen: (Kontaktperson: Gro Rusten Saghaug , 908 75737).

Halsnøy idrettslag; (Kontaktperson: Richard Erlandsen , 975 70204).

Kvinnherad sogelag:

Laget vart skipa i 1983 og har til føremål å skapa interesse for lokalsoge og folkeminne, og finna fram det som kastar lys over forne tider. Laget gjev ut Kvinnherdsminne og arrangerer turar til ymse reisemål.

Kontaktperson (leiar): Anny Nygaard Mehl (970 32462).

Kvinnherad senioruniversitet:

Kontaktperson : Kjell Borge Olsen (tlf. 900 52274).

Kvinnherad Røde Kors omsorg:

Kontaktperson: Jorunn Mikkelsen (tlf. 930 65368).

Utdrag frå handlingsplanen for 2016: Ca. 16 Syng med oss – samkomer for bebuarar på Husnestunet m/pårørande og andre eldre frå Husnes og omegn. Påske- og jule-fest på Husnestunet. Besøk i heimen/sjukeheimen eller andre aktivitetar etter nærare avtale. Blømingstur til Holland for bygdefolk og medl. Dagstur for bebuarar på alders- / sjukeheimane og eldre elles i kommunen.

Kvinnherad høyrslagslag:

Kontaktperson (leiar): Otto Blokhus (tlf. 928 89743).

Landsforeininga for Hjarte- og lungesjuka (LHL):

Kontaktperson (leiar): Lene Vaulen (tlf. 951 19694).

Laget ønskjer å gi eit godt og variert tilbod til hjarte- og lungesjuka og deira pårørande. Alle som støttar LHL kan verte medlem, og lokallaget sine aktivitetar er opne for alle interesserte – uavhengig av helsesituasjon og medlemsskap i LHL.

Aktivitetane er: Dansetrim (måndag) , turgruppe (tirsdag), trimgruppe TrimX (onsdag), vasstrim i varmebassenget (torsdag), lagsmøte og arbeidsstove (1 gong i mnd.) , tur til Bokkotunet (juni mnd.).

Kvinnherad Revmatikarlag.

Kontaktperson (leiar): ???

Astma- og Allergi-foreininga:

Kontaktperson: Aud Berit Bauge Eide, (tlf. 91612109).

Kvinnherad Turlag:

Kontaktperson: Kjell Yri . Tlf. 488 93150.

Turlaget har eiga turgruppe for seniorar som arrangerer turar i inn- og utland.

Aktiv i 100: Hatlestrand/Ølve. Turleiarar: Marit Berge og Rita Martens Meyer (90187045)

Aktiv i 100: Valen – Utåker. Turleiarar: Toril Tjelmeland og Elin Lien (976 91370/952 81359).

Aktiv i 100: Husnes – Sunde. Turleiarar: Steinar Kleven og Jan Helge Opsanger. 957 68199/
950 90166).

Aktiv i 100: Heile kommunen. Denne gruppa føl turprogrammet til Seniorgruppa i

Kvinnherad Turlag. Kontaktperson: Jan Martin Skaaluren (tlf. 917 26614).

Pensjonistforeiningar:

Sørøal Pensjonistforeining:

Kontaktperson (leiar): Magnar Sundsteigen. (916 28948).

Valen vaskeri og sjukehus pensjonistforeining:

Kontaktperson: Sigrun Elin Brede (90795258).

Hatlestrand / Varaldsøy og Ølve pensjonistlag.

Kontaktperson (leiar) : Rita Martens Meyer (901 87046).

Kvinnherad kommune sine tilbod:

Kvinnherad folkebibliotek , Husnes (+ bokbussen):

Opningstider: Måndag, onsdag og fredag: 10.00 – 16.00.

1.sept.- 30.mai: Tysdag og torsdag: 10.00 – 18.00.

Laurdag: 10.00 – 14.00.

Tlf. 53 48 27 70. E-post: bibliotek@kvinnherad.kommune.no

[Heimesida: kvinnheradbibliotek.no](http://kvinnheradbibliotek.no)

Trening i oppvarma basseng:

VARMEBASSENGET

Velkommen til trening og rekreasjon i varme og trivelige omgivelser! I varmebassenget er det sommar heile året, med 34 grader både i vatnet og på land. Vi har eit allsidig program med treningsgrupper, eigentrening og familiebadning. Grupper, lag og organisasjonar kan leige timar i bassenget. Anlegget er tilrettelagt for røyslehemma. Fysioterapitenesta på Husnes har ansvar for dagleg drift.



Opningstider i Varmebassenget 2018

Bassenget er ope for offentleg bading.

2017-04-26 [Anne-Grethe Høisæther](#)

Offentleg bading

Kvar vaksen kan ha med 2 barn under 12 år. Barn kan gå åleine frå fylte 12 år. Vi tek 15 stk i bassenget, og vi må vere 3 funksjonsfriske vaksne over 16 år for å starte bading. Dette er inkludert badevakten. Alle skal dusje utan badetøy og langt hår skal i strikk. Dette er viktig for å halda godt vasskvalitet, med minst muleg bruk av kjemikalier. Du må enten vaske håret eller bruke badehette. Vi har eingangsbadehetter som du kan få. Handikappgarderoben kan tingast om du treng den, dette bør gjerast i godt tid. Vi har rullestol/seng sånn at dei med nedsatt funksjon kan nytta bassenget på best mulig måte. Vi ynskjer alle hjarteleg velkommen.

Opningstider

Mandag	08.50 - 09.45	12.50 - 13.45			
Tysdag	12.50 - 13.45				
Onsdag	12.50 - 13.45	15.50 - 16.45*	16.50 - 17.45*	17.50 - 18.45*	
Torsdag	08.50 - 09.45	12.50 - 13.45			
Fredag	08.50 - 09.45	09.50 - 10.45	10.50 - 11.45		
Laurdag	08.50 - 09.45*	09.50 - 10.45*	10.50 - 11.45*	12.50 - 13.45	13.50 - 14.45

* Kun ope mellom 1. september og 1. mai.

Prisar

	Vaksen	Barn inntil 16 år
Timepris	kr 120,-	kr 60,-
Halvårskort	kr 1200,-	kr 600,-
Årskort	kr 2000,-	kr 1600,-



Treningsgrupper med fysioterapeut

Treningsgrupper med fysioterapeut

For å delta i treningsgrupper med fysioterapeut må du ha henvisning frå lege til gruppebehandling i basseng. Eigenandel som ved fysioterapi. Vi har røyrslégrupper med ulik intensitet.

Bevegelsesgruppe

Lett/moderat gruppe

Gjennomrøyrslø av ledd, balanse og koordinasjon. Roleg tempo.

Aktiv gruppe

Røyrslø, styrke og kondisjon. Her kan du ta deg ut!

Vi har òg grupper for barn/unge.

Dersom du ikkje kan symja eller treng hjelp i garderoben, må du ha med eigen ledsager.

For meir informasjon, kontakt [ergo- og fysioterapitenesta](#).

Informasjon om leigeavtalar

Vi leiger ut timar til lag, organisasjonar, bedrifter og private grupper. Helserelaterte organisasjonar vert prioritert. De leiger då ein fast time i veka, og har sjølv ansvar for både tryggleik og det praktiske. Ein leiger bassenget 1 klokke time inkludert garderobetid.

Prisar

Pr time: kr 700,-

Pr time med badevakt: kr 1000,-

Max 15 personar.

Ledige leigetimar haust 2018

Mandag	15 - 16 (alle veker)	19 - 21 (alle veker)		
Tysdag	18 - 19 (oddetalsveker)	19 - 21 (alle veker)		
Torsdag	17 - 18 (partalsveker)	19 - 21 (alle veker)		
Fredag	14 - 15 (alle veker)	18 - 21 (alle veker)		
Laurdag	16 - 21 (alle veker)			
Søndag	09 - 14 (alle veker - opptatt partalsveker 10 -11)	14 - 15 (oddetalsveker)	15 - 16 (alle veker)	16 - 17 (oddetalsveker)

For nærare informasjon kontakt badevakten i varmebassenget tlf 53 46 16 57, eller Ergo og fysioterapitenesta v/ Miann Eylegar miann.eylegar@kvinnherad.kommune.no

Kontaktinformasjon :

Varmebassenget: 53 46 16 57.

Ergo og fysioterapiavd.: 53 46 16 50.

Offentleg bading:

Opningstidene for bassenget følgjer skuleruta. Stengt i feriar.

Hatlestrand - tlf.nr.: 53 48 82 59

Tysdag

17.00 – 18.00

Familiebading

18.00 - 19.00

Familiebading

19.00 - 20.00

Damer og jenter over 12 år

20.00 - 21.00

Menn

Torsdag

17.00-18.00

Familiebading

18.00 - 19.00

Familiebading

19.00 - 20.00

Menn og gutar over 12 år

20.00 - 21.00

Damer

Husnes - tlf.nr.: 53 46 14 71

Tysdag

19.00 - 21.00

Ope for alle vaksne over 16 år (menn har badstove)

Torsdag

17.00 - 18.00

Familiebad. Billettsal startar 16.50

18.00 - 19.00

Familiebad. Billettsal startar 17.50

19.00 - 21.00

Ope for vaksne over 16 år (damer har badstove)

Laurdag

10.45 - 11.45

Familiebad

11.45 - 12.45

Familiebad

12.45 - 13.45

Ope for alle.

Rosendal - tlf.nr.: 53 48 14 77

Måndag

17.00 - 18.00

Familiebading

18.00 - 19.00

Familiebading

19.00 - 20.00

Kvinner over 16 år

Tysdag

18.00 - 19.00

Familiebading

19.00 - 20.00

Ope for alle.

20.00 - 21.00

Menn over 16 år

Onsdag

18.00 - 19.00

Familiebading

19.00 - 20.00

Jenter/kvinner.

20.00 - 21.00

Kvinner og menn over 16 år

Øyatun - tlf.nr.: 53 46 13 79

Måndag

16.30 - 18.00

Familiebading 0-7 år

19.00 - 20.00

Kvinner over 16 år

20.00 - 21.00

Vaksne over 16 år

Onsdag

18.00 - 19.00

Familiebading

19.00 - 20.00

Ope for alle

20.00 - 21.00

Vaksne over 16 år

Laurdag

14.00 - 16.00

Familiebading

16.00 - 17.00

Ope for alle

Prisar: Born: Kr. 36,- Vaksne: Kr. 71,- Familie: Kr. 165,- Årskort: 410,- (B) 880,-(V).

Kommunal bustad i Spania

Kommunen har ein bustad i Spania som kan leigast til opptrening/behandling/rekonvalesens, men også av kommunalt tilsette dersom bustaden ikkje er i bruk.

2015-11-25 [Mette Cecilie Sandvik](#)

Bustaden er tilknytt Pleie, omsorg, helse og rehabiliteringstenestene.

Om bustaden:



Bustaden ligg på solkysten like nord for Alicante, - Jardin Foya Blanca, like ved Reuma Sol og ca. 15 min. kjøring frå Solgården. Bustaden ligg i eit bustadsenter med 65 andre bustader. Bustaden og heile området rundt er tilrettelagt for rullestol.

Storleik: ca. 70m² med 3 soverom, og 3 toalett m/dusj, samt kjøkken, stove og uteplass.

Tilbod:

Senteret har basseng ute, resepsjon og restaurant.

Tilbod på Reuma Sol kan og nyttast og ligg berre 3 min. gange frå bustaden. Der er det ein liten matvarebutikk, dei har varmebasseng og ein kan få fysioterapiteneste dersom dei har kapasitet. Fysioterapi må betalast når de er der. Har de godkjent rekvisisjon frå Nav, krev de kostnaden refundert når de er komen heim

Kommunen har kontakt med CostaBlanca nursing, som yter teneste som heimesjukepleie og transport om det er trong for dette. Dei er norske.

Det er 10 min. kjøring med bil til strand, Albir eller Altea, 5 min. kjøring/20 min. gange til butikk.

Målgruppene for bustaden er:

1. Innbyggjarar i Kvinnherad kommune som er brukarar/søkjarar til kommunale pleie- og omsorgstenester, helse- og rehabiliteringstenester.
2. Kommunalt tilsette som er sjukemelde, eller tilsette som vil ha nytte av eit rekonvalesens-/rehabiliteringstilbod.
3. Kommunalt tilsette, tidlegare tilsette(pensjonistar), som ynskjer å nytta bustaden til ferie, rekonvalesens.

Lengda på opphald:

For gr. I og II, kan eit opphald vare frå 3-4 og opp til 6-8 veker. Lengda vert vurdert ut frå nytte og framgong i høve til trening/rekonvalesens.

For ferieopphald er opphaldet avgrensa til maks. 2 veker.

Økonomiske vilkår:

Utleiepris for ei veke kr. 2500,- for gruppe 1 og kr. 3000,- for gruppe 2 og 3 i målgruppa for bustaden.

I tillegg kjem reise tur/retur og kost og losji.

Søknad om å få nytta bustad vert å senda til :

Rosendalsona, Nesvegen 51, 5470 Rosendal

Epost: ellen.korsvold@kvinnherad,kommune,no

Søknadar vert vurdert fortløpande. Brukarar i gruppe 1 må kunne reservera leilegheita inntil eitt år før utleigedato. For kommunalt tilsette som ynskjer å søkja på ferieopphald bør søknaden vera inne til 01.03. Etter det vert det vurdert fortløpande. Dersom fleire søker om opphald i same tidsrom, vert bustaden fordelt etter loddtrekning. For nærare informasjon ta kontakt med **Rosendalsona v/ Ellen Korsvold, tlf. 53475933 eller Leif Kongestøl, tlf./53475938.**

Demens – team:

Demenskontakt: Aslaug Hellesøy (53 47 59 42 eller 41 45 60 92).

Samtalegrupper for pårørande til personar med demenssjukdom vert arrangert i gamleskulen i Uskedalen ein onsdag i mnd. (sjå lysing i lokalavisene). Inga påmelding.

Andre kontaktpersonar:

Husnessona (53 46 17 00), Rosendalsona (53 47 59 20),

Halsnøysona (53 46 15 00), Hatlestrand/Ølve/Varaldsøy (53 46 14 40).

Den kommunale spaserstokken.

Kontaktperson: Anita Lykkja. Tlf. ????

Den kulturelle spaserstokken er eit kulturtilbod for seniorar , dvs. alle over 60 år.

Det skal vere ei rekkje kulturaktivitetar med høg kvalitet, og arenaene er institusjonane og dei andre møteplassane i kommunen.

Tilstelningane er gratis for alle brukarar, besøksvener, pårørande og seniorar.

Den kommunale spaserstokken - program hausten 2018:

Dato Klokkeslett Program/tittel Arena Ansvar for tilrettelegging og mottak

25.08 16.00 Leif Inge Tormodseter Ølve alderspensjonat Ellen Korsvold

11.09 11.00 Leif Inge Tormodseter Halsnøytunet? Tove Omdal

11.09 12.30 Leif Inge Tormodseter Kulturkafe Veronica T. Thorsen

11.09 16.30 Leif Inge Tormodseter Rosendalstunet Leif Kongestøl

12.09 11.00 Leif Inge Tormodseter Husnes avdeling? Anne T. Rørdal

12.09 11.45 Leif Inge Tormodseter Husnes avdeling? Anne T. Rørdal

31.08 11.30 Hallgjerd Hegland Rosendalstunet Leif Kongestøl

05.09 10.30 Hallgjerd Hegland Ølve alderspensjonat Ellen Korsvold

07.12 11.00 Hallgjerd Hegland Husnestunet Anne T. Rørdal

13.11 12.30 Hallgjerd Hegland Kulturkafeen Veronica T. Thorsen

14.12 11.00 Hallgjerd Hegland Halsnøytunet Tove Omdal

Konsertane vert annonsert i lokalavisa og lagt ut på Kvinnherad kommune sin kulturkalender.

Kreft-sjukepleiarar:

Kontaktperson: Wanda Eliassen Medhus (95 24 75 06)

Marit Sjøvangen. (948 46123)

Eit tilbod til deg som har fått ein kreftdiagnose og til pårørande. Ein treng ikkje søknad eller tilvising for å nytta tilbodet.

Skal hjelpa med å koordinera og tilretteleggja kvardagen for kreftsjuke og pårørande på best mogleg måte.

Informera om ulike tenester , rettar og tilbod innan kreftomsorg.

Heimebesøk til pasient og pårørande , eller vera tilgjengeleg på kontoret for samtale,råd og vegleiing.

Psykisk helsearbeidar:

Kontaktperson: Einingsleiar: Linn Stene Hellås. (Tlf. : 959 60651)

Kontor i 2. høgda på Senteret , over Møbelringen , inngong ved biblioteket.

Psykiske helsetenester er eit gratis kommunalt tenestetilbod til alle som bur i kommunen.

Den rettar seg mot menneske med ulike psykiske vanskar, pårørande og menneske i livskrise.

Dette er eit tilbod som ein inntil vidare skal søkje til Tildelingskontoret om.

Aktiv dagtid.

Dagaktivitetstilboda har som målsetnad å vere sosiale møteplasser med fokus på fysisk aktivitet, friluftsliv, kultur og hobby aktivitetar for vaksne personar som treng eit sosialt fellesskap. Dette er folk flest med utfordringar som til dømes lite sosialt nettverk, somatisk sjukdom som gjer at ein isolerer seg, personar som treng eit trygt og stabilt miljø, personar med endring i livssituasjon eller helse, arbeidsledige og sjukemelde, for å nemne noko. Her er vi alle ilag utan å ha fokus på diagnosar eller utfordringar. Det fins ingen klare kriteriar for å kunne nytte møteplassane, men ein må vere i stand til å klare seg sjølv med daglege gjeremål.

Dersom nokon har lyst å nytte seg av eit dagaktivitetstilbod, kan ein ta kontakt direkte, eller ein kan be nokon i hjelpeapparatet om å ta kontakt for seg. Dei ulike møteplassene våre er:

Huset på Bjørke

Huset på Bjørke ligg i naturskjöne og friske omgjevnader i Rosendal, opp bakken forbi Kvinnherad kyrkje. Her har vi fokus på sosialt samvere, fysisk aktivitet, hobbyaktivitetar og anna som den enkelte ynskjer å drive med. Huset er ope tysdag til fredag kl 0900-1430.

Kontakt Tlf. 534 81 650 / 468 09 158 Bjørkesvegen 75 5470 Rosendal

Fatland aktivitetshus

Fatland aktivitetshus er ein sosial møteplass i kvardagen der vi samlast til aktivitetar, felles måltid og sosialt samvere. Det er eit tilbod til vaksne personar i alle aldrar som av ulike årsakar ynskjer å delta i fellesskapet vårt. Vi har alle noko å bidra med. Av aktivitetar har vi mellom anna turgruppe med ulik lågterskel friluftaktivitet, snekkarverkstad, handarbeid og hobbyaktivitet. Opningstid onsdag og torsdag kl 9 - 15.

Kontakt Tlf. 416 87 590 Strondavegen 722 5458 Arnavik

Møteplassen Aksen

Møteplassen Aksen er ein uhøgtideleg treffstad der vi bryr oss om kvarandre. Lokalet ligg i Aksen midt i Husnes sentrum. Vårt mål er å kome saman og gjere kvardagen lysare for kvarandre. Vi har aktivitetar som morgontrim, strikking, maling, småsnekring og turar. Torsdagar har vi samarbeid med bruktbutikken Retro for å gje arbeidstrening til dei som ynskjer. Som deltakar hjå oss får du ta del i drifta og vera med å planleggje kvardagen med aktivitetar du er interessert i. Opningstider er kl 0930 - 1500 måndag til fredag.

Kontakt Tlf. 53 47 12 64 / 489 57 666 Sentrumsvegen 27 5460 Husnes

Aktivitet, læring og meistring:

Einingsleiar: Geir Ove Fosse (99 16 99 50).

Ny eining som skal ta opp i seg mange av dagens aktivitetar, m.a. frisklivssentralen, Aktiv fritid og ulike dagsentertilbod som Inn på tunet og aktivitetshuset på Fatland.

Frisklivssentralen er eit kompetansesenter for fysisk aktivitet, kosthald og røykeslutt.

Fastlegen kan tilvisa deltakarar gjennom ein frisklivsresept. Dei mest vanlege årsakene til tilvising er inaktivitet, overvekt, muskel- og skjelettlidingar, psykiske lidingar (lettare depresjon og angst), samt andre utfordringar som er knytt opp mot levevanane våre. Det er i dag deltakarar frå byrjinga av 20-åra til i byrjinga av 70-åra.

Eininga har 2 utedagar i veka på Hatlestrand skule: Knut Alvheim (tirsdagar)

Geir Ove Fosse (fredagar).

Frisklivssentralen.

Frisklivssentralen i Kvinnherad kommune er eit kommunalt kompetansesenter for fysisk aktivitet, kosthald og røykeslutt. Tilbodet består av individuelle helsesamtalar, fysisk aktivitet i grupper, samt ulike tema og diagnosespesifikke lærings- og meistringkurs. Målgruppa er vaksne som treng rettleiing og oppfølging med tanke på endring av levevanar. Du treng ikkje vera sjuk eller å ha ein diagnose for å delta på ein frisklivssentral. Dersom du ynskjer kontakt kan du gjere dette sjølv eller be om hjelp av helsepersonell.

Kontaktperson: Martha Teigen Varanes Tlf. 992 02 347

Treningskontakt / støttekontakt for vaksne:

Aktiv Fritid: Kontaktperson: Ingvild Marie Hilde (953 01132) (adr. 2. høgda på Senteret, over Møbelringen, inngang ved Biblioteket, Husnes).

Aktiv Fritid

Aktiv fritid er eit tilbod til personar over 18 år som av ulike grunnar treng hjelp for å oppleve ei meningsfull fritid og samver med andre. Tenesta vert organisert som individuell støtte-/treningskontakt, deltaking i aktivitetsgruppe eller individuelt tilbod i samarbeid med frivillig lag/organisasjon. Søknadsskjema er å finne på heimesida til Kvinnherad kommune.

Viss du sjølv kan tenkje deg å vere støttekontakt har Kvinnherad kommune til ei kvar tid behov for støttekontaktar i alle aldrar og over heile kommunen. Dersom du kan tenkje deg å bidra til å skape ei meningsfull fritid for andre kan du søkje om å bli støttekontakt.

Kontakt Ingvild Marie Hilde Tlf. 953 01 132 Monica Svellingen Hammer Tlf. 959 67 624

Hjelpemiddelsentralen:

Kva gjer du når du treng eit hjelpemiddel?

Dersom du har varig (over 2 år) og vesentleg innskrenka funksjonsevne på grunn av sjukdom, skade eller lyte, kan du få stønad til hjelpemiddel frå folketrygda. Har du kortvarig trong for hjelpemiddel, kan du låna det frå kommunen sitt korttidslager.

Kommunen sitt korttidslager - ved akutt og kortvarig trong for hjelpemiddel:

Her kan du låna **rollator, toalettforhøyar, ganghjelpemiddel, sjukeseng, transportrullestol, arbeidsstol o.l.** for kortare periodar. Du kan kontakta pleie og omsorgstjenesten, eller ergoterapeut i den sona du bur.

Rosendal: 53 47 59 20 . Husnes: 53 46 17 00. Ølve/Hatlestrand/Varaldsøy: 53 46 14 44.

Halsnøy: 53 46 14 44.

Krykker får du låna mot eit depositum, på helsesentera og hos fysioterapiavdelingane.

Varig behov (dvs meir enn 2 år) for hjelpemiddel.

Dersom du har varig behov for hjelpemiddel, kan du få støtte til dette gjennom NAV hjelpemiddelsentral. Du kan få hjelp til å setja fram krav om hjelpemiddel frå tilsette i helse og omsorgstjenesten i kommunen. Kommunen har ansvar for utgreiing av trongen for hjelpemiddel og for oppæring i bruk. Ved søknad treng du sakkyndig uttale frå t.d. ergoterapeut, fysioterapeut, sjukepleiar eller fastlegen.

Tryggleiksalarm.

Søknadskjema og bistand til utfylling av skjema får du ved å venda deg til pleie og omsorgstjenesten i den sona du bur.

Reparasjon av hjelpemiddel.

Meld frå til pleie og omsorgstjenesten, eller ergo/fysioterapitenesten i den sona du bur.

Reparasjon av hjelpemiddel (kveld/helg).

Hjelpemiddelsentralen har akuttberedskap for reparasjon av hjelpemiddel som brukar er heilt avhengig av for å fungere.

[Kontakt NAV Hjelpemiddelsentral sin akuttberedskap 99202355](tel:99202355) (ettermiddager og helger)

Tilbakelevering av hjelpemiddel.

Meld frå til pleie og omsorgstjenesten, eller ergo/fysioterapitenesten i den sona du bur.

Høyrshjelpemiddel.

For å få høyrshjelpemiddel treng du utgreiing hos spesialist. Fastlegen din kan ved behov, henvise deg til spesialist.

Du kan og kontakte "høyrshjelpemiddel" for råd og praktisk hjelp.

Rosendal: Annbjørg Enæs , Rosendalstunet , tirsdager (91667075)

Husnes: Else Helland, Husnes sjukeheim,tirsdager (48892476).

Halsnøy: Else Helland.(48892476).

Varaldsøy: Henny Skjelnes, Varaldsøy aldersheim (53461453).

Hatlestrand: Åshild Revne, Ølve alderspensjonat (53461440).

Synshjelpemiddel.

Du treng utgreiing frå augelege for å få synstekniske hjelpemiddel.

Regionalt syns og audiopedagogisk senter på Stord kan kontakast for utprøving og opplæring av synshjelpemiddel. **Sigurd Rise** (Tlf.: 53 40 11 16).

Tannhelsetenesta:

Tannbehandling for vaksne:

Dei fleste må betale utgiftene til tannbehandling sjølv, men det finst unntak dersom du har visse sjukdommar, tilstandar og skader. Tannlækjaren vurderer dine rettar.

Personar som bur på institusjon eller tek mot heimesjukepleie i meir enn tre mnd., får gratis behandling av Den offentlege tannhelsetenesta.

Har du dårleg råd, kan du søke NAV om støtte til tannbehandling (etter Sosialtenestelova).

Tannklinikkar finst på Husnes (tlf. 534 61630) og Rosendal (Tlf. 534 81084).