

**FOLKE
HELSE
U K A
2019**

9. – 15. SEPTEMBER



FOLKE HELSE U K A 2019

9. – 15. SEPTEMBER



Fredag 6.- søndag 8. september

Basecamp Salten på Nordskot. Basecamp Salten er en aktivitetshelg for ungdom fra og med 8. klasse til og med fylte 18 år, med hovedvekt på friluftsliv. Arrangementet er et samarbeid mellom Salten Friluftsråd, kommunene i Salten, Nordland fylkeskommune og Forum for natur og friluftsliv, Nordland. I år er Steigen kommune arrangør. Deltakerne bor i telt/lavvo.

Lørdag 7. september

Åpning av tursti til Kråkmotinden 11:00. Markering og tur til toppen. Kom å bli med! Oppmøte på parkering E6 nord for Kråkmo. Hamarøy kommune, Grendelaget og Nord-Salten turlag.

Søndag 8. september

Gudstjeneste i Hamarøy kirke 11:00.

Tur til Stuollo 11:00. Arrangert av Nord-Salten turlag. Påmelding egen nettside.

"Kvinnene fra Havet" har marked på Hamarøy bygdetun 11:00-15:00. Hamsunsenteret og Hamarøy- og Tysfjord bygdekvinnelag.

Mandag 9. september

Kommune- og fylkestingvalg, samt kirkevalg.

Rusletur. Oppmøte utenfor Hamarøyhallen 12:00. Arrangert av Hamarøy frivilligsentral.

Språkkafè 14:30-15:30 på biblioteket.

Styrke- og kondisjonstrening på Hamarøy kunstgress 17:00. Tilpasset alle nivåer. Kle deg lett etter vær og vind. Arrangert av Frisklivssentralen.

Tirsdag 10. september

BUA Oppeid åpen 18:00-21:00

FOLKE HELSE U K A 2019

9. – 15. SEPTEMBER



Onsdag 11. september

Musikkandakt i trivselstua på Hamarøy bygdeheim 11:00.

Treningsveiledning av fysioterapeut på Frisklivssentralen, 16:00-17:00. Har du lyst å komme i gang med trening, trenger råd, ny inspirasjon, eller ønsker å se hvilke muligheter treningssenteret i Hamarøyhallen har å by på? Møt opp til treningsveiledning da vel!

Bygdekino på Hamsunsenteret 18:00 og 20:00.

Torsdag 12. september

Bålkos ved bålpanna 18:00-21:00 BUA Oppeid.

Yoga på biblioteket 18:00-19:00. Gratis for alle. Ha med egen matte.

Fredag 13. september

"Hest for folk flest" – åpen gård på Stall Eivik 11:00-14:00. Kos og stell med dyrene på gården, med mulighet for ridning, grillmat, kaffe og bålkos. Hest og helse, Knut Hamsun vgs., Hamarøy frivilligsentral og Stall Eivik.

Fototur til Skaftheis 12:00. Oppmøte ved parkeringsautomat ved Halsen. Påmelding og info til turlleder Kjell Fredriksen på epost: kjell@fotonordfra.no



Lørdag 14. september

Markering av Generasjonsparken 12:00. Velkommen til Glimmaveien, Oppeid. Aktiviteter for liten og stor, servering til alle. Østre Herseth Generasjonspark og Mellombygda Lokalutvalg

Søndag 15. september

Molotur i Skutvik 12:00. Arrangert av Skutvik pensjonistforening.