



## Program folkehelseuka 4.- 13. september

- Fredag 4.** DKSS konsert [«SHLAGERMINNER»](#) på Phoenix café i Jektvik klokka 12.00.
- Lørdag 5.** Rødøy helselag, Tjongsfjord husflidlag, Rødøy FriBu, Helgeland museum og Rødøy kommune arrangerer [Familiedag på Storsand «En smak av steinalderen»](#) Påmeldingsfrist 3. september
- Søndag 6.** Rødøy turlag arrangerer [Fellestur via Steintuva til Tølløkka med Arild Lorentzen.](#) Oppmøte i Langåsdalen kl. 11.00. (Værforbehold)
- Søndag 6.** Rødøy jeger- og fiskeforening arrangerer **Andeløp i Liltfjordelva.** Oppmøte på parkeringsplassen ved Gårdsvatnet klokka 14.00. 20,- per and (vipps)
- Mandag 7.** [Gratis webinar](#) klokka 12.00-13.00: "Sterk hjerne med aktiv kropp" v/ Ole Petter Hjelle.  
OBS! Påmelding til Zoom-webinar: Send mail til [bjomel@nfk.no](mailto:bjomel@nfk.no) innen 6. september.
- Tirsdag 8.** [Gratis webinar](#) klokka 12.00-12.30: «Et trygt og godt skole- og oppvekstmiljø krever at alle bidrar» v/ Lasse Knutsen, Mobbeombud, Nordland fylkeskommune
- Tirsdag 8.** **Tjongsfjord barnehage har turdag og serverer sunn varmlunsj!**
- Tirsdag 8.** **Sykkeltur for junior/ungdom til Østerdalen.** Ta med sykkel, hjelm og drikkeflaske og møt opp klokka 18.00 ved skogsveien. (Arr. Værangfjord idrettslag v/Thomas Hoff)
- Tirsdag 8.** **Tirsdagsturen til Staulen.** Ta med kaffe/matpakke og møt opp klokka 18.00. Alle er hjertelig velkommen (Arr. Nina Våtvik)

- Onsdag 9.** [Åpning av Lesekiosken](#) på Jektvik fergekai 18-20. Gratis kaffe og kaker (Arr. Røddøy kommune, Røddøy folkebibliotek)
- Onsdag 9.** Værangfjord idrettslag arrangerer **Bootcamp** på Jektvik fotballbane klokka 20.30. Kom og prøv!
- Onsdag 9.** [Gratis webinar](#) klokka 18.00-19.00: **“Økt deltakelse og inkludering”** v/ Frivillighet Norge  
OBS! Påmelding: Følg linken [http://eepurl.com/g\\_YUe5](http://eepurl.com/g_YUe5)
- Onsdag 9.** **Gruppetrening** ledet av Msc. Fysioterapeut Thomas Hoff. Fokus på balanse, styrke, utholdenhet, bevegelse. Varme basseng når bassenget er åpent. Interessert? Ta kontakt på tlf 40194242
- Torsdag 10.** [Gratis webinar](#) klokka 12-12.30: **«Alkoholbruk blant unge i Nordland – omfang og strategier for forebygging»** v/ Kent Ronny Karoliussen, KoRus-Nord
- Torsdag 10.** **Jektvik barnehage har utedag** med fysisk aktivitet og fiskekaker og klappekaker på bål
- Torsdag 10.** Barneturgruppa i Værangfjord idrettslag arrangerer **Kveldsmattur til Høggvika** m/eventyrstund kl 18.00
- Fredag 11.** [Gratis webinar](#) klokka 12.00-13.00: **«Mat og vekt»** v/ Tine Mejlbo Sundfør, Synergi helse  
OBS! Påmelding til Teams-webinar: Send mail til [bjomel@nfk.no](mailto:bjomel@nfk.no) innen 9. september.
- Lørdag 12.** Sørfjord velforening arrangerer [Frisbeeturnering](#) med enkel premiering v/ Ungdomshuset i Oldervika kl. 11.00.
- Lørdag 12.** Sørfjord Velforening arrangerer [Tur til Strandvatnet](#) kl. 16.00 med innlagt kaffekok. Oppmøte ved kirka eller valgfritt sted.
- Lørdag 12.** Toril Jentoft og Helgeland museum arrangerer [Historiedag på Nesøya](#). Foredrag om Lurøyaffæren v/Ragnar Selnes, middag og kaffe 13.30-17.30. **Påmelding innen 6. september.**
- Søndag 13.** [Påmeldingsfrist til Temakveld om artrose 30. september](#) (slitasjegikt)- Anbefalinger og myter v/ MSc.Fysioterapeut Thomas Hoff

**Søndag 13.** Værangfjord idrettslag arrangerer **Turbingo og bålkos i Strømdalen**. Oppmøte og kjøp av bingoblokker ved fjøset kl. 13.00.

**Hele uka:** **Natt i naturen/Natt i Røddøynaturen**. Lørdag 5. september inviterer [friluftslivets uke](#) til en natt i naturen, vi har utvidet arrangementet til å gjelde hele folkehelseuka. Vi oppfordrer til å sende inn bilder fra Røddøy via emneknaggen #nattirøddøynaturen eller på e-post til [aka@rodoy.kommune.no](mailto:aka@rodoy.kommune.no) og trekker vinner av gavekort på kr 500 på sportsbutikk.

**Hele uka:** **På tur i Røddøy**: I løpet av den utvidede folkehelseuka i Røddøy, oppfordres innbyggerne til å benytte det flotte turområdet vi har i kommunen og registrere turen sin på [telltur](#), eller i lokale turbøker. Vi oppfordrer til å sende inn bilder via emneknaggen #folkehelseukairøddøy20 eller på e-post [aka@rodoy.kommune.no](mailto:aka@rodoy.kommune.no) og trekker en vinner av gavekort på kr. 500 på sportsbutikk.

For mer informasjon se kommunens  
hjemmeside [www.rodoy.kommune.no](http://www.rodoy.kommune.no)

