



Lekaposten

LEKA 
- vill og vakker

Nr.9/25 9.mai 2025

Utgiver Leka kommune



17.MAI PÅ LEKA 2025

Program for dagen

KL.1030 Bilkortesje m/bilbingo starter på skolen (Kåring av beste pyntet kjøretøy)

KL.1200 Herlaugshallen åpner for kjøp av kaffe, kaker, is, brus, påsmurt og pølse i brød

KL.1230 Koret synger på Leka Sykestue

KL.1245 Toget starter fra sykestuen

Kransenedlegging ved bauten ved 10.klasse

KL.1330 Toget ankommer skolen, korpset spiller marsj

Tale for dagen av ordfører Svein Pettersen

Leka blandakor synger nasjonalsangen

Quiz

Leker for barna og voksne

Premiering av bilbingo og beste pyntet kjøretøy

Alle barn får 1 gratis is og brus



Gratulerer med dagen



Informasjon fra Leka kommune



Leka kommune inviterer til folkemøte om fremtidens eldreomsorg i Leka tirsdag 13.mai kl 19.00 i Herlaugshallen

Etter kommunestyrets vedtak om skrinlegging av nytt helsetun er det behov for å starte videre prosess med å avklare hvordan kommunen skal planlegge for framtida. Det vil være behov for å vurdere behov for rehabilitering av dagens bygg og behov for mer fleksible boalternativer.

Dette vil bli et tema på folkemøtet. Men vi ønsker å ha dialog om også andre tjenester og framtidens behov både knyttet til hjemmebasert omsorg, velferdsteknologi og andre helsetjenester.

Kommunedirektøren vil orientere om status for tjenester i dag og tanker om utfordringer og muligheter, og har med seg representanter fra administrasjonen som kan informere om ulike tjenester. Ordfører vil fortelle om de politiske tankene om hvordan Leka kommune fortsatt skal være en god kommune å bo i for eldre, og hvilke tanker politisk nivå nå har knyttet til bygg og boligmuligheter.

Leka kommune ønsker alle velkommen til å delta og gi innspill!

Lærer – ledig stilling fra august 2025

Søknadsfrist 31.05.2025

Se utlysningen her: [Ledige stillinger](#)

Informasjon

Servicebygget i Våttvika blir åpnet til 15 mai.

Servicebygget på Solsem og Årdalsstrand blir åpnet i juni måned.

Leka kommune, teknisk

Gratis henting av jernskrot!

Jerninnsamling våren 2025 skjer i uke 21, (22. til 23.mai)

Jernskrotet blir hentet på gården/området hvor det er samlet opp. Det er viktig at det ikke legges annet søppel i lag med jernet.

Ønske om henting må meldes innen mandag den 19. mai til

Leka kommune ved Annette T. Pettersen, 46 88 10 79

eller til annette.pettersen@leka.kommune.no

Har du spørsmål?

Ta kontakt med oss – teknisk

Rulle – Mobil gjenvinningsstasjon – Åpningstider

Rulle står ved brannstasjonen.

April t.o.m. oktober: Tirsdag i oddetallsuker –

kl 1500-1730

Januar, februar, mars, november og desember: Andre tirsdag i mnd – kl 1500-1730

MNA – Midtre Namdal Avfallsselskap – Kundesenter tlf. +47 74 28 17 60

Åpent: man-fre 08:00-15:00 firmapost@mna.no

Strandrydding

Ønsker dere å rydde ei strand og trenger sekker til tiltaket, ta kontakt med kommunen. Takk for hjelpen!

Avfallet på stranda skylles i land fra havet. Det er stort sett plastikk – et materiale som ikke forsvinner i naturen, men brytes opp i mindre og mindre biter.

Elever ved Leka skole ønsker å engasjere flere i tiltak mot forsøpling. Dette er ryddeposter som elevene har satt ut i samarbeid med Leka kommune og Trollfjell friluftsråd.

Tiltaket gjennomføres med støtte fra Miljødirektoratet.



Hilsen Leka kommune

Søppel og annet avfall

Vi oppfordrer alle til å hjelpe til med å holde kommunen ryddig og fri for søppel.

Det er mange ordninger som kan brukes for å levere søppel/avfall.

Blant annet er Rulle her hver tirsdag i oddetallsukene nå i sommer. Det er en flott mulighet til å bli kvitt større avfall som fort kan bli liggende.

Har dere spørsmål, ta kontakt med kommunen.

Hei

Har du litt tid til overs og vil gjøre noe meningsfullt for andre?

Vi ønsker noen som kan stikke innom sykestua eller hjemmeboende for en prat med pasienter, drikke kaffe, spille, synge, lese avisa, kanskje gå en tur, sykle, etc.

Ingen forpliktelser.

Det har vært veldig hyggelig med tilbakemelding på dette.



Ta kontakt.

Vennlig hilsen

Beate Johansen

Folkehelsekoordinator

Epost: beate.johansen@leka.kommune.no

Telefon: 40041053

Leka Sanitetsforening – storsymøter 2025

Datoer for symøter på Leknes gamle skole kl 1900.

11/6, 10/9, 15/10, 12/11, 10/12.

Vel møtt !



Leka Sanitetsforening

Stiftet 05.11.1913

Ettermiddagstreff på Leknes gamle skole

Vi arrangerer ettermiddagstreff på Leknes gamle skole

mandager kl 1530-1730.

Følgende datoer: 12/5, 26/5 og 16/6 (sommeravslutning)

Velkommen til gamle og nye!



Leka Taxi informerer

Hei alle sammen. Etter tre uker uten kontrakt på pasienttransport, er vi nå tilbake i kontrakt igjen 😊 gjennom Trøndertaxi.

Gleder oss til å kunne yte transport og service til dere som trenger det som mest!

Takk for all støtte og sympati siden dette ble kjent midt i desember i fjor.

Ser frem til fire nye fine år med masse flotte folk 😊

Årsmøte i Leka bygdemuseum

Onsdag 14. mai kl 19.00 på Leknes gamle skole.

Vanlige årsmøtesaker.

Velkommen!!



Åpningstider på biblioteket:

Mandag : kl. 12.00-14.30

Onsdag: kl. 17.00-20.00

Lørdag: kl. 12.00-14.30



Gudstjenester i Leka sokn for 2025

08.06.2025 med Brit Karin, Krøllegudstjeneste, kl 12.00

27.07.2025 med Brit Karin, Friluftsgudstjeneste Gutvik, kl 15.00

17.08.2025 med Brit Karin, kl 12.00

06.09.2025 med Brit Karin, kl 12.00 Vielse

07.09.2025 med Brit Karin, Konfirmantpresentasjon, kl 12.00

12.10.2025 med Brit Karin, Høsttakkefest, kl 12.00

12.10.2025 med Brit Karin, Gudstjeneste Gutvik bedehus, kl 15.00

02.11.2025 med Brit Karin, Allehelgen, kl 12.00

07.12.2025 med Brit Karin, Lysmesse, kl 16.00

15.12.2025 med Brit Karin, skolegudstjeneste ?

Fem sommertips til deg med demens, familie og venner

For at sommeren skal oppleves bra for alle parter, kan det være lurt å planlegge og gjøre noen tilpasninger. Alle mennesker er forskjellige og har ulike behov. Dette gjelder også de som har demens og deres pårørende.

Demenslinjen har laget fem sommertips til dere som har demens i familien.



- **Meningsfull aktivitet**

Tenk over hvilke aktiviteter som oppleves positive og meningsfulle. Lukten av blomster og nyslått gress, kjenne sola varme på kroppen og smaken av is kan skape gode følelser og frembringe minner.

- **Trygge omgivelser**

For noen kan det å reise bort skape uro og forvirring. Trygge omgivelser kan bidra til mestring, og besøk på kjente plasser kan styrke følelsen av identitet og tilhørighet.

- **Sommervarmen**

Sommeren kan være varm. Husk å dekke kroppens behov for væske, og frist gjerne med noe friskt og leskende drikke.

- **Bruk nettverket**

Er det noen i omgangskretsen som kan bidra i sommer? Konkrete ønsker kan gjøre det enklere for de rundt å være til støtte.

- **Avlastning**

Pårørende kan ha behov for å reise vekk eller ha ferie uten sin partner eller den man har omsorgen for. Avlastningstilbud kan være hjemmesykepleie, dagaktivitetstilbud eller avlastningsopphold på sykehjem. Ta kontakt med kommunen i god tid.

Få råd fra fagfolk om demens På Demenslinjen treffer du spesialsykepleiere som kan svare deg. Demenslinjen er åpen mandag til fredag kl. 09-15. Behov for videosamtale? Ta kontakt på mail.

Ring [23 12 00 40](tel:23120040)

Eller send oss epost: demenslinjen@nasjonalforeningen.no Oppdatert 07.05.2025

SAGALEIR

Leka IL har gleden av å informere om at vi gjennomfører Sagaleir i år også etter stor suksess i fjor! Sagaleiren vil foregå fra tirsdag 24.juni til fredag 27.juni kl. 09-14 og er i år også helt gratis for alle barn i alderen 6-13 år! Påmelding til leiren finner dere på facebook's siden; Aktivitetsleir på Leka.



Sommerjobb for ungdom

I forbindelse med arrangementet søker vi etter ungdommer/unge voksne til aktivitetsledere og energihelter under leiren!

Arbeidsperioden er hovedsakelig i uke 26, men det vil også være planleggingsdager i forkant som aktivitetsledere og energiheltene må være med på; en eller to dager i slutten av uke 25 og mandag 23.juni.

Aktivitetsleder har som oppgave å planlegge, organisere og lede aktivitet for barna.

Energihelt har som oppgave å lage mat til barna, så her ønsker vi at du gjerne har litt erfaring med å lage mat og liker å være på kjøkkenet.

Søknaden må inneholde navn, adresse, fødselsdato, tidligere jobberfaring, t-shorte størrelse, hvilken jobb du har mest lyst til og gjerne litt om hvorfor du har lyst å jobbe på aktivitetsleiren:)

Søknadsfrist lørdag 31.mai 2025

Søknad sendes på mail til Ida Skorstad: i_brandsmo@hotmail.com

Ved spørsmål angående jobben ta kontakt med Hanna Annie Leknes (+47 993 49 666) eller Ida Skorstad (+ 47 995 92 459)

FRILUFTSSKOLEN

på Leka uke 31



Bli med Trollfjell Friluftsråd på friluftsskole i sommerferien!

Når: Tirsdag 29.juli – fredag 1.august 2025

Friluftsskolen er et ferietilbud i nærmiljøet for barn som begynner på 5.-8. trinn. Målet med Friluftsskolen er å gi deltakerne en lystbetont introduksjon til friluftsliv og vi kommer til å være ute hele tiden, det vil også bli én overnatting. Vi lærer og leker oss gjennom en rekke friluft aktiviteter som er tilpasset stedet og været.

I samarbeid med Leka IL har vi i år muligheten til å tilby alle deltakerne gratis friluftsskole på Leka!

Påmelding og mer informasjon finner du på facebook siden: Trollfjell Friluftsråd og Trollfjell UNESCO Global Geopark, eller på letsreg.com under feltet «finn arrangementer» på siden



Invitasjon til

Stiseminar i Trollfjell – Samarbeid for gode stier

Er du opptatt av friluftslivets framtid i din kommune? Ønsker du å bidra til god forvaltning av stier og løyper? Da vil du ikke gå glipp av dette seminaret!

Trollfjell Friluftsråd, Nordland fylkeskommune og Trøndelag fylkeskommune inviterer i samarbeid med miljødirektoratet til et innholdsrikt stiseminar som bygger videre på det viktige arbeidet med friluftslivets ferdselsårer. Dette er en gylden mulighet for både kommuneadministrasjon og frivilligheten til å møtes, dele erfaringer og skape nye samarbeidsplattformer. Det vil bli verdifulle diskusjoner, erfaringsdeling og presentasjoner fra både friluftsrådet, kommunene, fylkeskommunene og frivilligheten.

Første del er rettet mot deg som jobber i kommuneadministrasjonen. Frivilligheten inviteres inn til en felles middag før vi alle fortsetter sammen utover ettermiddagen.



Sted: Hildurs Urterarium, Tilrem 31, 8906 Brønnøysund

Dato: 10. juni, 2025

Pris: Gratis

Påmelding: <https://www.letsreg.com/no/register/stiseminartrollfjellfriluftsråd>

Program

10:00 Del 1: Fra plan til praksis! For kommuneadministrasjon

- Friluftslivets ferdselsårer – Hva nå?
- Suksessoppskriften: Bindal kommunes samarbeid med frivilligheten
- Kommunens superkrefter: Roller og ansvar i stiforvaltningen

12:00 Lunsj

- Besøksforvaltning: Hvem er stien for? Og hvordan balansere bruken?
- Stier for alle: Inkluderende friluftsliv for personer med nedsatt funksjonsevne

16:00 Felles middag For alle deltakere

17:15 Del 2: Sammen om stien! For frivillighet og kommuneadministrasjon

- Friluftslivets helter: Eksempler fra frivilligheten
- Rett sti på rett plass – for hvem?
- Erfaringsutveksling: Hvordan skape varige samarbeid og løsninger
- Tilskuddsordninger: Her søker du, dette skriver du!
- Avslutning: Hvor leder stien videre?

20:00 Vel hjem!

Noe du lurer på? Kontakt Kamilla Pedersen i Trollfjell Friluftsråd



Valg

Gjennom hele livet må vi ta noen valg. Noen store, noen små.

Kanskje også noen valg vi angrep på i ettertid.

Når vi er små tas mange valg for oss, selv om vi ikke selv er enige i dem.

Vi vil bestemme selv, gjøre selv og ikke gjøre det som mamma eller andre sier.

Når de voksne sier "Gjør det" eller "Spis det" vil vi ikke. Vi vil prøve ut viljen vår, vi skriker, tramper eller løper vekk.

Men valget er tatt, det nytter ikke.

Så blir vi større, blir skolebarn. Valgene blir større, de blir hardere og vanskeligere.

"Hvilke venner skal jeg velge?" "Hvordan velger jeg å være?"

Skal jeg være snill og grei og gjøre det jeg blir bedt om eller skal jeg være opprørsk og vill?

Å være ung i dag er ikke lett, det er så mange valg å ta, så mange forventninger å ta hensyn til.

Velger jeg å følge strømmen, der valgene i stor grad er tatt for meg?

Eller skal jeg velge min egen ?

Det er ikke lett å velge, for det er press på alle kanter. Er jeg pen nok, smart nok, har jeg de rette klærne, har jeg de rette sosiale medier?

Det er så mye man må tenke på som ungdom i dag.

Så kommer tiden for å velge yrke, for å velge hva man skal satse på.

Noe som kanskje var enklere før, da kunne man jobbe seg oppover. Det kan man ikke lengre.

Valgene nå er mange. Skal jeg velge etter hjertet, etter hva jeg liker å gjøre?

Eller skal jeg velge et yrke som gir prestisje og status og god lønn?

Noe lettere blir ikke valget av en kjæreste, en partner. Det er ikke som å velge på hyllene i en butikk.

Det sies at man må kysse mange frosker før man finner en prins. Heldig er den som finner den rette frosken.

Og så er det å velge dem som skal styre, enten de som skal styre kommunen, de som skal sitte på Stortinget eller hvem som skal være statsminister. Kort sagt velge dem som skal bestemme for oss alle. Og det er sanneligvis ikke lett.

Hvem kan jeg stole på? Hvem har rett og hvem er det som bare gir løfter som ikke blir fulgt opp.

Skal jeg høre på alle dem rundt meg som har meninger på godt og vondt? Eller skal jeg stole på mine egne meninger?

Vanskelig å velge, men jeg vil og må jo være med.

Ja, det er så mange valg man må ta i livet. Når vi er små, når vi er unge, når vi er voksne og når vi er gamle.

Av og til velger vi feil, men det er lov og det er menneskelig. De fleste valg kan endres og vi kan gjøre ting annerledes. Og blir det for vanskelig å ta valg, kan vi søke hjelp der den finnes.

Det viktigste valget er likevel det å velge seg selv. Å våge å tro på seg selv. Å si til seg selv "Jeg er verdifull, jeg betyr noe" Velge å finne styrken i oss selv i stedet for å tenke "Jeg kan ikke"

Klarer man det, kan man selv bli i stand til å ta de valg som kommer.

Og hele tiden ha i tankene:

"Jeg kan, jeg vil og jeg er god nok"

Ann Kristin på Brennå

AKTIVITETSKALENDER

Mai

Mandag 12.	Kl 1530-1730	Ettermiddagstreff	Leknes gamle skole
Tirsdag 13.	Kl 1045	Formannskapsmøte	Lekatun
Tirsdag 13.	Kl 1900	Folkemøte – Helse	Herlaughallen
Onsdag 14.	Kl 1900	Årsmøte – Leka bygdemuseum	Leknes gamle skole
Lørdag 17.	Fra kl 1030	17.mai program på Leka	Herlaughallen
Tirsdag 20.	Kl 1500-1730	Rulle – mobil gjenvinningsstasjon	Brannstasjon
Torsdag 22.	Kl 1045	Kommunestyremøte	Lekatun
Mandag 26.	Kl 1530-1730	Ettermiddagstreff	Leknes gamle skole

Nyttige telefonnummer

Leka kommune, servicekontoret	74 38 70 00	kl.10.00–14.00	ma.-fr.
Lege/ legesekretær	74 38 70 38	kl.11.00–12.00	ma.-fr.
Legevakt	116117		
Nødnummer legevakt	113		
Politikontakt – Morten S. Halvorsen	40 03 85 35	Hverdager kl 08-15	
Politi	02800		
Nødnummer politi	112		
Brann	110		
Tannlege–Ytre Namdal tannklinikk	74 17 60 20		
Veterinærvakt	74 39 91 66		
Namdal Landbrukstjenester SA	40 00 15 09		
Kontakt ved påkjørsel av dyr	95 82 65 28		

Leka sykestue	47 51 53 91
Hjemmesykepleien	90 11 05 72
Synskontakt Merethe Solsem	90 11 05 72
Hjelpemiddelkontakter	
Merethe Solsem og Silje Hansen	90 11 05 72
Hørselskontakt Sigbjørg Ulriksen	90 11 05 72
Tildelingskoordinator/brukerkontor	
Werna Arntsen	46 91 87 69
Helsesykepleier Maja Furre	97 73 16 78
Fysioterapeut Arnfinn Holand	99 59 39 67

Kirkekontor	74 39 54 00	
Kirkeverge Arild Hestø	90 86 08 14	
Tilbringertjenesten og handlerute	02867	
Leka Taxi AS	40 69 27 00	
Leka vassverk SA, Svein Arve Solli	40 49 66 44	
Anders Larsen	91 59 66 96	
Skatteetaten; ligningskontor	80 08 00 00	
NAV Leka	55 55 33 33	Kl.10.30–14.30 onsdager
Turistinformasjon	74 39 97 70	
Lekaferga	95 73 70 53	
Namdalingen (hurtigbåt)	48 29 45 60	
Metro-Opus (mindre hurtigbåt)	47 75 83 48	
Midtre Namdal Avfallsselskap	74 28 17 60	firmapost@mna.no

Redaksjon: Sissel Haug og Kirsti Hoff, tlf. 74387000 post@leka.kommune.no

Neste utgave av Lekaposten kommer fredag 23.mai.

Frist for innlevering av stoff er mandag 19.mai.

Du finner også Lekaposten på www.leka.kommune.no