



Lekaposten



Nr.2/26 23.januar 2026

Utgiver Leka kommune

I år er det Leknesgrenda som er 17. maikomite på Leka

I desember 2012 vedtok Leka formannskap å oppnevne følgende fem grendvise komiteer som på rundgang fikk i oppdrag å stå for 17. mai-arrangementet i Herlaughallen:

1. Madsøya/Frøvik/Bakkan	2013	2018	2023
2. Solsem/Aune/Stein/Lekneskrysset	2014	2019	2024
3. Haug/Frøvikmyra	2015	2020	2025
4. Leknes	2016	2021	2026
5. Husby/Skei	2017	2022	

I år er det altså grend nr 4 Leknes som er arrangør igjen.

Da vedtaket ble gjort i 2012 ble et utvalg personer av alle som bodde i de 5 grendene listet opp. Siden den gang er det flyttet mange personer til og fra, slik at opprinnelig liste ikke stemmer med virkeligheten lenger.

Men Leknesgrenda dekker området Klokkarmarka – Klokkargåden – Leknessjøveien.

Beboere langs denne traseen vil bli kalt inn til planleggingsmøte litt lengre utpå våren, og i god tid før nasjonaldagen.

Lykke til med arrangementet!
Mvh
Beathe Mårvik



Lørdagskafè på Leknes gamle skole lørdag 24.januar

Velkommen til Leknes gamle skole lørdag 24.januar mellom kl 1200 og 1500 for en hyggelig og sosial formiddag.

Kaffe og noe å bite i og det vil bli gjettekonkurranse og utlodning.

Bygdekvinnelaget i Leka





Røykeforbud på lekeplasser og utendørs idrettsområder

Fra 1. januar 2026 ble det forbudt å røyke, inkludert e-sigaretter og vape, på offentlige lekeplasser og utendørs idrettsområder. Målet er å beskytte barn og unge mot passiv røyking.

Hva omfattes av forbudet?

Lekeplasser:

Alle lekeplasser som er tilgjengelige for allmennheten er røykfrie. Dette gjelder både naturlige og opparbeidede områder tilrettelagt for barns lek. Lekeplasser som kun er tilgjengelige for en avgrenset gruppe, som borettslag eller sameier med tydelig begrenset adgang, omfattes ikke.

Idrettsområder utendørs:

Forbudet gjelder alle områder som er opparbeidet eller tilpasset for idrettsbruk, som fotballbaner, friidrettsbaner, tribuner, garderober og lignende. Områdene skal være røykfrie også under konserter og andre arrangementer som ikke er idrett.

Parker og friluftsområder som brukes til aktiviteter som bordtennis, frisbeegolf eller orientering, omfattes ikke.

Hvem har ansvaret?

Eier, drifter eller annen ansvarlig for området har plikt til å sørge for at forbudet overholdes. Det skal være tydelig skilting der det kan være tvil om røykeforbudet gjelder. Den ansvarlige kan be personer slutte å røyke eller vise dem bort fra området.

Kontroll og sanksjoner

Kommunen skal føre tilsyn med at forbudet følges. Kommunen kan gi pålegg og tvangsmulkt til den ansvarlige for området dersom forbudet brytes. Den enkelte røyker kan ikke ilegges sanksjoner, men kan bli vist bort.

Vedtak kan klages til Statsforvalteren.

Regelverk

Røykeforbudet er forankret i tobakksskadeloven § 28 og ble vedtatt av Stortinget i juni 2025. Samtidig ble det også innført røykeforbud i private kjøretøy med barn under 18 år til stede. Politiet fører tilsyn med dette. Kommunens tilsyn er regulert i folkehelseloven kapittel 3.

Les mer her:

[Røykeloven og røykeforbud - Helsedirektoratet](#)

[Tobakksskadeloven § 28](#)

[Folkehelseloven §§ 14 og 15](#)

Leka legekantor – 743 87 038

Nye telefontider fra 5 januar:

Mandag-torsdag 8:15-8:45 og 11:00-11:45

Fredager 11:00-12:00

Åpningstider på biblioteket:

Mandag kl. 12:00-14:30
Onsdag kl. 17:00-20:00
Lørdag kl. 12:00-14:30



MNA informerer:

Fra nyttår må brukte tekstiler leveres på gjenvinningsstasjoner

Mange har nok fått med seg endringen fra 1.januar 2025 - at tekstiler ikke skal i restavfallet. Nå skjer det en ny endring; tekstiler må leveres på gjenvinningsstasjonen.

Når vi fra nyttår flytter tekstilcontainerne inn på våre gjenvinningsstasjoner, er det fordi vi ikke lenger har noen som kan kjøre rundt å tømme disse containerne.

Det er flere forhold utenfor vår kontroll som fører til dette.

For det første så holder mottakssystemet for tekstiler på å kollapse. De som tar imot tekstiler, får så mye som egentlig er avfall. Dermed må de bruke mye tid på å ta ut avfallet fra de ombrukbare tekstilene.

For det andre, er det ingen ordning på plass for tekstiler (slik vi for eksempel har for kjøleskap). Det innebærer at det egentlig ikke er "noen" som har "ansvaret" for tekstilene som settes ut på markedet.

Da blir den eneste løsningen at vi samler containerne for brukte tekstiler på våre gjenvinningsstasjoner, og våre ansatte kan kvalitetssikre at tekstilene som leveres der ikke er avfall. Vi jobber med å finne løsninger for de som er tilknyttet RULLE, vår mobile gjenvinningsstasjon, da det ikke er kapasitet til å ta imot så store mengder tekstiler der.

Vi ber om at dere fortsetter å legge brukbare/ombrukbare tekstiler i egen pose, og tekstiler som er våte/ødelagte/mugne i en annen pose. Disse blir avfall som ikke kan brukes til noe.

Vi håper at denne situasjonen får en annen løsning snart.

Midtre Namdal Avfallsselskap
Kundesenter telefon 74 28 17 60
firmapost@mna.no



Rulle i Leka kommune:

Leka (Gutvik) kl 1500-1730

Rulle står v/nedlagt butikk

- 21.april 2026
- 22.september 2026

Leka kl 1500-1730

Rulle står ved Brannstasjonen

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

Januar, februar, mars, november og desember: Andre tirsdag i mnd.

Ettermiddagstreff på Leknes gamle skole

Treffene blir på mandager: 19/1, 2/2, 16/2, 2/3, 16/3, 13/4, 27/4, 11/5, 1/6 og 15/6 (sommeravslutning) i tidsrommet 1530 – 1730.

Alle er hjertelig velkommen, damer og herrer. Hvis ikke herrene vil strikke og skravle med damene kan de sitte på andre rommet og spise vafler og drikke kaffe. Velkommen alle sammen!



Selger ris for kvinnehelse så fjæra fyker

I år det 80 år siden Sanitetskvinnene første gang bandt de fargerike fastelavnsrisene og solgte dem til inntekt for gode formål. Tradisjonen holdes i hevd som aldri før, og snart vil du se glade frivillige sanitetskvinner som selger fastelavnsris.

Det mangler fortsatt mye kunnskap om sykdommene som oftest rammer kvinner. Det er også for lite kunnskap om hvordan kvinner får andre symptomer på sykdom som kan ramme alle, for eksempel hjertesykdom. Forskning nytter, og har ført til bedre behandling for flere sykdommer. Sanitetskvinnene deler hvert år ut midler til forskning, og i år ønsker vi å fokusere spesielt på yngre kvinners helse.

Sanitetskvinnene rundt i landet får inn 8 -10 millioner kroner på salget hvert år, som gis til forskning på kvinners helse og til gode tiltak i eget nærmiljø. Mange har et forhold til det tradisjonsrike riset, som nå i 80 år har brakt våren og farger inn i norske hjem.

Takket være deg kan vi fortsette

Du gir forskere mulighet til å finne svar der kunnskapen mangler, og du er med på å flytte kvinnehelse framover, steg for steg, fra forskning til praksis. Takk for at du er med og løfter fram prosjekter som ikke får støtte andre steder ♥

Du kan også kjøpe digitalt fastelavnsris her: [Fastelavn 2026](#)



Årsmøte i Leknes gamle skole onsdag 25.februar kl. 1900.

Vanlig årsmøtesaker

- årsmelding og regnskap for 2025
- budsjett 2026
- årsplan/aktivitetsplan for 2026
- valg

Alle medlemmer som har betalt årsavgiften innen 1. februar har stemmerett på årsmøtet.

Leka sanitetsforenings møteplan 2026:

Onsdag 28.01 kl. 1200 – Leknes gamle skole – binding av fastelavnsris
Onsdag 25.02 kl. 1900 – Leknes gamle skole – årsmøte
Onsdag 18.03 kl.1900 – Leknes gamle skole – storsymøte
Onsdag 15.04 kl. 1900 – Leknes gamle skole – storsymøte
Onsdag 20.05 kl. 1900 – Leknes gamle skole – storsymøte
Onsdag 17.06 kl. 1900 – Leknes gamle skole – storsymøte - sommeravslutning
Onsdag 09.09 kl. 1900 – Leknes gamle skole – storsymøte
Onsdag 07.10 kl. 1900 – Leknes gamle skole – storsymøte
Onsdag 11.11 kl. 1900 – Leknes gamle skole – storsymøte
Onsdag 09.12 kl. 1900 – Leknes gamle skole – storsymøte - juleavslutning

Norske kvinners sanitetsforening sitt motto er viktig å ha med seg i hverdagen:

I de små ting frihet
I de store ting enighet
I alle ting kjærlighet



Bygdekvinnelaget i Leka informerer: Aktiviteter på Leknes gamle skole



Lørdag 24.januar kl 1200 - 1500
Torsdag 29.januar kl 1930 - 2130
Torsdag 12.februar kl 1930 - 2130
Lørdag 28.februar kl 1200 - 1500
Torsdag 5.mars kl 1930 - 2130 - Årsmøte
Torsdag 19.mars kl 1930 - 2130
Lørdag 28.mars kl 1200 - 1500
Torsdag 9.april kl 1930 - 2130
Lørdag 25.april kl 1200 - 1500
Torsdag 7.mai kl 1930 - 2130
Torsdag 21.mai kl 1930 - 2130
Torsdag 4.juni kl 1930 - 2130 - Avslutning før sommeren

Det vil bli hengt opp plakater på butikkene og steder for møtet kan variere noe så følg med på «Hva skjer i Leka».

Alle er velkomne på lørdagens åpne møter. Det vil bli kaffe og noe å bite i til kr 50,-
Det vil bli gjettekonkurranse og utlodning.
Torsdagsmøtene er medlemsmøter. Medlemskap koster kr 200,- og kan betales til:
Kto. 44680524227 Bygdekvinnelaget i Leka. (v/ Gunnhild Haug)
Da vil du bli registrert og får tilgang til medlemssiden.

Velkommen til Leknes gamle skole lørdag 24.januar mellom kl 1200 og 1500 for en hyggelig og sosial formiddag.

Vennlig hilsen Styret i Bygdekvinnelaget i Leka v/Bitte Lerseth

Trenger du fotterapi?



Erfaring og arbeidsområder

+40 års erfaring som fotterapeut med kompetanse innen diabetes og her er noe av det jeg jobber med:

- Nedgrodde og inngrodde negler
- Ortonyxi
- Fotvorter/verrucae vulgares
- Hudsprekker/fissura på foten
- Sopp i hud og negl
- Hyperkeratose
- Liktørner/clavi
- Sår/ulcus under negl
- Veiledning

Og mye mer 😊

Kontaktopplysninger

Inger Bjørnstad
Telefon: 917 61 766

Redaksjon: Sissel Haug og Kirsti Hoff, tlf. 74387000 post@leka.kommune.no
Neste utgave av Lekaposten – fredag 6.februar 2026

Frist for innlevering av stoff er mandag 2.februar.
Du finner også Lekaposten på www.leka.kommune.no

Aktivitetskalender			
Januar			
Lørdag 24.	1200-1500	Åpent møte – Bygdekvinnelaget	Leknes gamle skole
Onsdag 28.	1200	Møte fastelaven – Sanitetsforeningen	Leknes gamle skole
Torsdag 29.	1045	Kommunestyremøte	Lekatun

Februar			
Tirsdag 10.	1500-1730	Rulle – Miljøtorg	Brannstasjonen
Torsdag 12.	1930-2130	Medlemsmøte – Bygdekvinnelaget	Leknes gamle skole
Tirsdag 24.	1045	Formannskapsmøte	Lekatun
Onsdag 25.	1900	Årsmøte – Sanitetsforeningen	Leknes gamle skole
Torsdag 26.	1045	Kommunestyremøte	Lekatun
Lørdag 28.	1200-1500	Åpent møte – Bygdekvinnelaget	Leknes gamle skole
Mars			
Torsdag 5.	1930-2130	Årsmøte – Bygdekvinnelaget	Leknes gamle skole
Tirsdag 10.	1500-1730	Rulle – Miljøtorg	Brannstasjonen
Onsdag 11.	1900	Turneteateret – « Heimert»	Herlaughallen
Tirsdag 17.	1045	Formannskapsmøte	Lekatun
Onsdag 18.	1900	Storsymøte – Sanitetsforeningen	Leknes gamle skole
Torsdag 19.	1930-2130	Medlemsmøte – Bygdekvinnelaget	Leknes gamle skole
Torsdag 26.	1045	Kommunestyremøte	Lekatun
Lørdag 28.	1200-1500	Åpent møte – Bygdekvinnelaget	Leknes gamle skole

Nyttige telefonnummer

Leka kommune, servicekontoret 74 38 70 00 kl. 10:00–14:00 ma.-fr.

Lege/legesekretær - Nye telefontider fra 5.januar 2026:

74 38 70 38

kl 08:15-08:45 ma-to

Kl 11:00-11:45 ma-to

Kl 11:00-12:00 fredag

Legevakt	116117	
Nødnummer legevakt	113	
Politikontakt – Ann-Helen Haugerøy	02800	ann.helen.haugeroy@politiet.no
Politi	02800	
Nødnummer politi	112	
Brann	110	
Tannlege–Ytre Namdal tannklinikk	74 17 60 20	
Veterinærvakt	74 39 91 66	
Kontakt ved påkjørsel av dyr	95 82 65 28	
Leka sykestue	47 51 53 91	
Hjemmesykepleien	90 11 05 72	
Synskontakt	90 11 05 72	Merethe Solsem
Hjelpemiddelkontakt	90 11 05 72	Merethe Solsem og Silje Hansen
Hørselskontakt	90 11 05 72	Sigbjørg Ulriksen
Tildelingskoordinator/brukerkontor	46 91 87 69	Werna Arntsen
Helsesykepleier	97 73 16 78	Maja Furre
Fysioterapeut	99 59 39 67	Arnfinn Holand
Skatteetaten; ligningskontor	80 08 00 00	
NAV	55 55 33 33	NAV-kontoret på Leka er åpent onsdager kl. 10:30–14:30
Kirkekontor	74 39 54 00	
Kirkeverge Arild Hestø	90 86 08 14	
Tilbringertjenesten og handlerute	02867	
Leka Taxi AS	40 69 27 00	
Lekaferga	95 73 70 53	
Namdalingen (hurtigbåt)	48 29 45 60	

Metro-Opus (mindre hurtigbåt)	47 75 83 48
Leka vassverk SA, Svein Arve Solli	40 49 66 44
Anders Larsen	91 59 66 96
Midtre Namdal Avfallsselskap	74 28 17 60
Turistinformasjon	74 39 97 70
Fotterapi - Inger Bjørnstad	91 76 17 66

2T 2026!



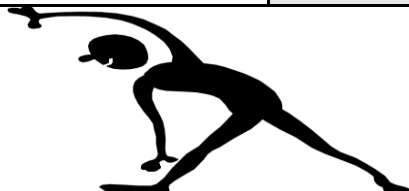
Vi startet opp med trening og spinning igjen
mandag 5 januar.

Har du lyst til å være i lag med oss?

Ta deg en tur, første time er gratis.
Husk, du er mer en god nok som du er-)

Timeplan 2T Leka IL 2026

Kl	Mandag	Tirsdag	Torsdag
19:15	Div. Styrke/kondisjon /step/uttøyning		
19:30		Spinn 45/styrke	Spinn 45/styrke



*Har du spørsmål, lyst på en egen innføring-
Ta kontakt med Annette Pettersen eller Kjell Arve Sønnesyn.*