



Lekaposten

LEKA 
- vill og vakker

Nr.20/25 17.oktober 2025

Utgiver Leka kommune

HERLAUGHALLEN ONSDAG 22. OKTOBER KL 1900



I monologforestillinga «Å leve videre» møter vi søstera som var på Utøya sammen med broren sin. Hun var 17 år, han var 23 år. Broren kom aldri hjem igjen. Hun lever videre, men opplevelsene fra terrorangrepet blir til traumer som preger alle deler av livet hennes.

Det kjennes ut som at jeg skal dø. Hver gang.

Hjertet hamrer, får ikke puste, må bare bort.

Bare fordi jeg ser en mann i politiuniform.

Pust inn, pust ut.

Det er ikke farlig. Sånn ja.

Det går bra

Husker du at det var du som lærte meg å puste sånn her?

Samtidig er hun vitne til at det norske samfunnet blir mer polarisert, og at gjerningsmannens ekstreme holdninger får feste i stadig flere. Frustrasjonen i henne vokser og presser frem følelser hun ikke tidligere har klart å møte. Hun står foran et oppgjør.

«Å leve videre» er skrevet og regissert av Nina Wester med utgangspunkt i samtaler med en familie fra Nord-Norge som mistet en av sine på Utøya. Monologen reflekterer erfaringer etter terroren, og opplevelser fra angrepet som skjedde på Utøya. Forestillingen er i hovedsak laget for et ungt publikum uten egne minner fra 22.juli 2011.

«Jeg går igjennom det som skjedde igjen og igjen for at hjernen min skal finne en måte den kan forstå. Hvorfor skjedde det? Hvordan er det mulig? Og hvorfor ble det så stille etterpå når vi lovet hverandre at vi aldri skulle slutte å rope?»

Førsmakk ved Falstadsenteret Kl. 18.00 i Lille Herlaughall

En time før forestillingsstart inviterer vi i samarbeid med Falstadsenteret til førsmakk. (Se baksiden)

Her settes forestillingen inn i en større sammenheng og du som publikummer inviteres til å reflektere over egne og andres minner om terroren. Under førsmakken vil

Falstadsenterets pedagoger og forskere rette søkelys mot hvordan minner om krig og terror kan aktiveres for å forsvare og styrke demokratiske verdier i nåtiden. Samarbeidet med Turneteatret er en del av Falstadsenterets programsatsing "Frihetens pris". En programserie som tar opp hva frihet betyr i dag – og hva det krever å verne om den.

«Å leve videre» er laget av Rimfrost Produksjoner i samarbeid med Kloden teater, på turné med Turneteatret i Trøndelag. Forestillingen hadde premiere under Showboxfestivalen 2023 i Oslo. Forestillingen vant Heddaprisen for «Beste forestilling for ungdom» i 2024.

Støttet av: Norsk Kulturråd Fri Scenekunst Prosjekt, Scenekunstbruket, Fond for lyd og bilde, Tromsø Kommune, Dramatikkens Hus, Fritt Ord, Kloden teater, Statens Kunstnerstipend, Fond for frilansere, Rådstua Teaterhus, Davvi senter for scenekunst v/ Raske Penger og Artlab.

Billetter kjøpes på: turneteateret.no



Informasjon fra Leka kommune



Tusen takk til alle som støttet TV-aksjonen da vi hadde kveldskaffe tirsdag 14. oktober.

Det var ikke veldig mange som kom, men det var en særdeles trivelig gjeng, og vi fikk inn vel 3 500 kroner. Dette går uavkortet til Atlas-alliansen sitt arbeid for funksjonshemmede som lever i krig og fattigdom.

Tusen takk for en overflod av gevinster, og en spesiell takk til Jan Erling som ga oss egg, Joker og Coop som sponset med flotte fruktkorger, Opplevelsesparken som ga gratis inngang for en familie og MOWI for laks.

Ditt bidrag

- **Gi til bøssebæreren søndag 19. oktober (Vipps eller kontanter)- bøssebærerne går rundt til alle husstander i tidsrommet kl. 14-18.**
 - Vipps til 2133
 - Gi på [digitale bøsser](#) på Spleis frem til 1. desember
 - Send SMS med kodeord TVA til 2133 (350 kr)
 - Du kan sette inn ditt bidrag på innsamlingskonto: 8380 08 09005
 - Du kan også gi ditt bidrag via kortbetaling her: [Andre betalingsmåter](#)
- Se også: [Slik kan du gi 2025 | NRK TV-aksjonen 2025](#)

Influensavaksinering høsten 2025

Leka kommune gir tilbud om influensavaksine og koronavirusvaksine UKE 44 og 45

Tidspunkt for vaksinering:

Leka:

Gammelskolen:

Ons. 29.oktober kl. 09.00- 11.30



Fre. 7.november kl. 12.30- 14.30

Gutvik bedehus:

Tirs. 4. nov kl. 1030 – 1230

Målgruppene for vaksinasjon

Folkehelseinstituttets vaksineanbefalinger:

Korona

Folkehelseinstituttet anbefaler at følgende grupper bør vaksineres med en oppfriskningsdose før høst-vintersesongen 25/26:

- Personer i omsorgsboliger og sykehjem
- Aldersgruppen 75 år og eldre
- Aldersgruppen 18–74 år som inngår i en risikogruppe
- Aldersgruppen 12–17 år med alvorlig grunnsykdom
- Aldersgruppen 6 måneder –11 år med alvorlig grunnsykdom etter individuell vurdering

Personer i alderen 65-74 år som ikke tilhører en risikogruppe kan få vaksine gjennom voksenvaksinasjonsprogrammet dersom de ønsker det, selv om denne gruppen ikke er inkludert i FHIs anbefalinger.

Nytt i år er at gravide uten risikosykdommer er ikke lenger anbefalt koronavaksine. Se FHI for ytterligere informasjon om vaksineanbefalinger:

Koronavaksine – håndbok for befolkningen - FHI

Influensa

- personer i aldersgruppen 65 år og eldre, og sykehjemsbeboere
- personer i aldersgruppen 6 mnd-64 år som inngår i en risikogruppe
- gravide i 2. og 3. trimester. Vaksinasjon i 1. trimester kan vurderes dersom den gravide har andre tilleggssykdommer som gir ytterligere økt risiko
- prematurt fødte barn, særlig barn født før uke 32 i svangerskapet, fra 6 måneder (kronologisk alder) til 5 år

Se FHI for ytterligere informasjon om vaksineanbefalinger:

Influensavaksine – håndbok for befolkningen - FHI

Pneumokokk

Alle som er 65 år eller eldre:

Nytt av året er at alle født i 1960 får tilbud om vaksine mot lungebetennelse (pneumokksykdom). Vaksinen som skal benyttes er Prevenar. Denne vil gi livslang immunitet. De som fyller 65 år i år, trenger kun å betale en mindre egenandel.

Pneumokokkvaksinering etter voksenvaksinasjonsprogrammet vil bli gjennomført etter avtale. Dere som fyller 65 år i år, må selv ta kontakt med helsestasjonen eller legekantoret for nærmere avtale.

Vaksinen er også anbefalt til personer med:

- Nedsatt immunforsvar (enten på grunn av sykdom eller bruk av medisiner, for eksempel HIV, immunsvikt, kreftsykdom)
- Kronisk lungesykdom
- Kronisk hjertesykdom
- Kronisk nyresykdom
- Kronisk leversykdom
- Diabetes
- Barrieresvikt (cochleaimplantat eller CSF-lekasje)
- Manglende milt eller miltfunksjon
- Nedsatt lungefunksjon (for eksempel ved slag eller multippel sklerose)
- Andre med økt risiko etter individuell vurdering (for eksempel hjemløse, alkoholikere, personer som injiserer illegal rus, tidligere gjennomgått pneumokokkpneumoni eller invasiv pneumokokksykdom)

Se FHI for ytterligere informasjon om vaksineanbefalinger:

Pneumokokkvaksine – håndbok for befolkningen - FHI

Tilskudd til inkludering av barn og unge



Illustrasjonsfoto: Pexels

Offentlige instanser, frivillige organisasjoner og private aktører kan søke om tilskudd til aktiviteter rettet mot barn og unge som av ulike grunner står i fare for å havne i utenforskap.

Utlysning

Utlysning av midler for 2026:

Buudir lyser ut midler med forbehold om Stortingets endelige budsjettvedtak.

Søknadsfristen er 31. oktober 2025

- Det er viktig at alle som skal søke setter seg godt inn i informasjonen som står i nedtrekksmenyen "Om ordningen" og informasjonen som står under den/de aktivitetstypen(e) man skal søke om tilskudd til.
- Tilgjengelige midler for søknader for 2026 er på omtrent 294 millioner kroner. Dette inkluderer tildeling til de enkeltstående tilskuddene på posten. Tilgjengelige midler for øvrige søknader er derfor på omtrent 150 millioner

kroner. Det er viktig at søkere merker seg at tilgjengelig midler er begrenset for 2026.

Ønsker du å lese mer om støtteordningen, gå inn på linken:

[Tilskudd til inkludering av barn og unge | Bufdir](#)

Teknisk etat informerer:

Vi minner om at det ikke er tillatt og henstille møbler, elektriske varer mm på kommunens eiendom.

Levering av dette skal skje på MNA sin mobile ordning Rulle.

Alle servicebyggene er nå stengt.

Vi minner om **Nye bestemmelser for trafikk ved skolen**

Kommunestyret vedtok trafiksikkerhetsplan i k-sak 17/2025, og i tråd med denne innføres følgende tiltak for å trygge barn og voksne i området rundt skolen:

30 km-sone på strekningen fra fylkesveien og opp til skolen.



Innkjøring på skoleplassen er forbudt

i tidsrommet kl. 07:00-17:00 mandag til fredag. **Dette gjelder også når skolen er stengt.**

(Unntak for varetransport og for personer med nedsatt funksjonsevne.)



Begge tiltak er skiltet, men del gjerne denne informasjonen.

Åpningstider på biblioteket:

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



Minnetale til Frank Jøran Johansen

Kjære Frank. Kjære storebror.

Siste dagen i september ga hjertet ditt opp og du sovnet stille og fredelig inn.

Du var endelig fri for smerter.

Frank Jøran ble født i Namsos 3. desember 1954. Han var eldstemann i en søskenflokk på fire. Tre brødre og en søster. Mesteparten av livet bodde han på Leka. Men han bodde også et år på Sømna og et halvt år i Hårsværet da han var liten.

Han var i militæret og jobbet også en stund på fiskemottak i Nordland.

Frank var alltid en god og snill storebror. Det ble sagt at han ble litt skuffet da jeg ble født og var jente. Men den skuffelsen gikk over etter hvert.

Frank har alltid vært en stille kar, har aldri vært den som ville være midtpunktet.

Heller ikke har han vært av dem som snakket mye. Men han var ganske slagferdig og kom med mange gode og treffende kommentarer.

Han var veldig kunnskapsrik, kunne mye om mange ting og var interessert i ulike emner.

Han var også kunstnerisk, var veldig flink til å tegne. Han var både kreativ og tålmodig.

Det viste han tydelig da han bygde modellbåter. Han kunne sitte i timevis og jobbe med ørsmå detaljer. Han bygde ulike båter, men jeg tror han var aller mest stolt over Colin Archer-båten han bygde. Den hadde han jobbet lenge med.

Men han bygde som sagt også mange andre båter. Det var sånt pirkearbeid han likte.

Også puslespill var noe han likte godt.

Det å gjøre ting ordentlig gjaldt også når han arbeidet. Man kunne stole på Frank. Når han gjorde noe, så gjorde han det skikkelig.

Etterhvert ble han også ganske så god til å lage mat. Etter at pappa døde var det Frank som tok seg mye av middagslagingen for mamma og ham.

Hans kjøttkaker var fantastisk gode. Og han kunne lage den perfekte hvitsausen. Ikke en klump.

Frank hadde ikke fast arbeid, men hjalp til på gårder i Kvaløya, i Skråen og ellers på øya. Han melket, hjalp til å legge silo, plukket potet, malte og gjorde andre ting som måtte gjøres på en gård.

Og om noen trengte det så fileterte han fisk. Der var han suveren. Når han var ferdig med å filetere var det garantert ikke et bein igjen i fisken.

I 2007 overrasket han alle med å reise til Filippinene, han som aldri hadde reist noe særlig. Det skyldtes en dame han hadde fått kontakt med.

Det var Geraldine. De møttes og giftet seg i 2007. Ikke rart det var en smilende og glad Frank som kom heim til Leka.

I 2009 kom nydelige Arianne Marie til verden og de ble en familie på tre.

Frank var utrolig glad i og stolt av Arianne. Jeg husker han ringte meg av og til når han hadde vært til konferansetime på skolen og da sa han::

"Det går bra med Arianne på skolen, hun er flink."

En stolt pappa, det var han. Det var tydelig at han trivdes og hadde det godt sammen med sin kjære Geraldine og Arianne.

Frank ble tidlig interessert i musikk, noe som smittet over på meg og andre. Det var ikke alltid vi likte den samme musikken, men det gjorde ingenting. Han likte å spille plater på vinyl og fikk etter hvert en god platesamling.

Frank var glad i å lese og hadde alltid en bok eller flere han holdt på med. Han leste mye forskjellig. Han likte tegneserier, krim, skjønnlitteratur og bøker på engelsk. Bøker i mange sjangre.

En av favorittene hans var Charles Dickens, han hadde visstnok lest alle av ham.

Fotball likte han også godt. Han snakket av og til om den aller første tippekampen på TV, da laget hans Wolverhampton spilte.

Men som mange andre trøndere fulgte han også med på Rosenborg.

Og så spilte han dart og var med i Leka Dartklubb. Han lagde også dartskap som hang hjemme i Kvaløya og der ble det også spilt.

Frank var en person som aldri snakket stygt om noen. Han var heller ikke den som lyttet til sladder eller bragte sladder videre.

Hvis man betrodde seg til ham så kunne man stole på at han ikke sa det videre. Han var lojal og til å stole på.

En ting vi kan si om Frank er at han kunne kalles " Den glade vandrer". Han likte å gå og han gikk på sin helt spesielle måte, med svikt i knærne.

Og han gikk så stille og lydløst. Plutselig var han der, plutselig var han borte.

Nesten hver dag var han å se på vei til eller fra Joker. Gående på sin måte, med ryggsekken på.

Det blir rart å ikke se ham gå på turer mer.

Vi er mange, både slekt og venner, som kommer til å savne ham.

Han var noe for oss alle.

Han var Ariannes pappa,, han var Geraldines Frankie Boy.

Han var vår storebror.

Han var onkel, søskenbarn og nevø.

Han var gudfar.

Han var nabo, både ny og gammel.

Og han var manges venn.

Det er så mye jeg kunne sagt om deg, kjære Frank.

Jeg kommer til å savne de nesten daglige samtalene våre i telefonen.

Jeg savner det lune smilet ditt og de gode kommentarene dine.
Jeg savner å gi deg en klem.
Jeg savner deg, akkurat slik du var, for jeg var veldig glad i deg akkurat som du var.

Takk for alt kjære storebror
Hvil i fred.
Du vil aldri bli glemt.

Ann Kristin

Takk

Hjertelig takk for all deltagelse, hilsener og gaver i anledning
Frank Jøran Johansen sin bortgang.



Geraldine og Arianne
Werner og Ann Kristin med familier

Pensjonistforbundet Leka

inviterer til møte onsdag 22. oktober 2025, kl. 17.00 (Møtested: Leknes gamle skole)

«Et møte med Karibien - på kryss og tvers»
Et reisebrev presentert ved Helge Thorsen.

Aktuelle saker så som:

- Status etter møter i prosjektkomiteen
- Frivilligsentral - inntrykk etter besøk i Bindal kommune
- Turgruppe Leka - innspill fra kommunen
- Nytt fra styret

Loddsalg, servering, «vaksimannsprat»

Gamle og nye medlemmer hjertelig velkommen!

Gudstjenester i Leka sokn i 2025

02.11.2025: Gudstjeneste i Leka kirke, kl.12.00.
Allehelgen. Medvirkende, Tove Lillian, Fredrik og Mona.

07.12.2025: Gudstjeneste i Leka kirke, kl.16.00.
Lysmesse.
Medvirkende, Tove Lillian, Fredrik og Mona.



Veglys Nord

Det er blitt skiftet ut lys. Men for at det skal være lys i alle stolpene trenger vi at flere betaler inn årsavgiften for 2025. På forhånd takk for at du betaler 😊

Veglys Nord

Telefon:

Bankkonto: 4468.05.24979

Org.nummer:

7994 LEKA

FAKTURA 4

Fakt.dato 25.09.2025

Lev.dato:

Vår ref.:

Ordre: 4

Deres ref.:

Forfall: 16.10.2023

Side: 1 av 1

10000

I

7994 LEKA

Varenr.	Varenavn	Enhet	Pris	Mva	Rabatt	Beløp
1	Årsavgilt 2025	1,00 1	550,00	Fritt (innland)		550,00

For å kunne opprettholde ordningen med veglys er vi helt avhengig av at alle bidrar til fellesskapet.

Benytt meldingsfeltet til å skrive hvem som har betalt, dette for at det skal være mulig å holde oversikt over innbetalingene.

Fritatt mva / unnt. loven:	550,00					
Grunnlag mva lav sats:	0,00	MVA lav sats:	0,00			
Grunnlag mva mid. sats:	0,00	Mva mid. sats:	0,00			
Grunnlag mva høy sats:	0,00	Mva høy sats:	0,00	Avrunding: 0,00	Sum:	550,00

Kvittering

Innbetalt til konto

Beløp

Betalerens kontonummer

Blankettnummer

4468.05.24979

550,00

6066332877

Betalingsinformasjon

GIRO

Betalingsfrist

sa [snart som] mulig

Fakturanr: 4

Kundenr: 10000

Underskrift ved girering

Betalt av

I

7994 LEKA

Betalt til

Veglys Nord

7994 LEKA

Belast
konto

Kvittering
tilbake

Kundeidentifikasjon (KID)

Kroner

Øre

Til konto

Blankettnummer

H

550 00 < >

4468 05 24979

<6066332877>

2T 2025!



Vi starter opp med trening og spinning igjen for fullt mandag 13. oktober
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 2025

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



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

Trimkorts sesongen 2025

Mange har vært på tur, og noen har allerede levert trimkortene.



Dere kan levere trimkortene når dere er ferdige.
Frist 1 desember.

Ønsker dere krus, så legg ved 100 kr og skriv tydelig navn på hvem som skal ha.
Dette leverer dere i den grønne postkassen (inne) på Joker Husby.

Siste året med krus.

Vi vil gjerne ha inn kortene til alle sammen, fordi om dere ikke ønsker krus.

Krusene blir ikke delt ut før ut i 2026.
Det vil bli trekning på kortene!

Hilsen Leka IL Allidrettsgruppa



Redaksjon: Sissel Haug og Kirsti Hoff, tlf. 74387000 post@leka.kommune.no
Neste utgave av Lekaposten kommer om 2 uker – 31.oktober.
Frist for innlevering av stoff er mandag 27.oktober
Du finner også Lekaposten på www.leka.kommune.no

Aktivitetsskalender

Oktober

Søndag 19.

1400-1800

NRK TV-aksjonen - innsamlingstid

Tirsdag 21.	1045	Formannskapsmøte	Lekatun
Tirsdag 21.	1500-1730	Rulle – mobil gjenvinningsstasjon	Brannstasjonen
Onsdag 22.	Kl 1700	Møte i Pensjonistforbundet Leka	Leknes gamle skole
Onsdag 22.	Kl 1800 Kl 1900	Førsmøte ved Falstadsenteret Å leve videre – Turneteateret Tr.lag	Lillehallen Herlaughallen
Mandag 27.	1530-1730	Ettermiddagstreff	Leknes gamle skole
Onsdag 29.	0900-1130	Influensavaksinerings	Leknes gamle skole
Torsdag 30.	1045	Kommunestyremøte	Lekatun
Torsdag 30.	1900-2100	Åpent møte – Bygdekvinnelaget	Leknes gamle skole
November			
Tirsdag 4.	1030-1230	Influensavaksinerings	Gutvik bedehus
Tirsdag 4.	1800-1930	Spillkveld – Folkehelsekoordinator	Leknes gamle skole
Fredag 7.	1045	Formannskap	Lekatun
Fredag 7.	1230-1430	Influensavaksinerings	Leknes gamle skole
Tirsdag 11.	1500-1730	Rulle – mobil gjenvinningsstasjon	Brannstasjonen
Tirsdag 18.	1045	Formannskap	Lekatun
Onsdag 19.	1045	Kommunestyret	Lekatun

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	kl. 08:00-15:00	
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		