

FOLKE HELSE UKA 2021

13. – 19. SEPTEMBER

Program:



Brønnøy kommune



Nordland
FYLKESKOMMUNE

Tirsdag 14. september



Vil du prøve ei av Frisklivsgruppene våre? Denne uka har vi åpent for drop-in på utegruppene.

Kl 9:00 – 10:00 Sprek ute: Kondisjons- og styrketrening ute. Oppmøte ved Frisklivssentralen (1. etg Helse- og omsorgssenteret, inngang sør).

Torsdag 16. september



Brønnøy frivilligsentral har i samarbeid med lag og foreninger samlet en rekke aktiviteter til en «folkehelsedag». Det kan tilkomme flere aktiviteter, og disse vil i så fall informeres ut gjennom gruppen «Oppslagstavla i Brønnøy» på Facebook. Ta turen ut å se og delta på det som skjer.

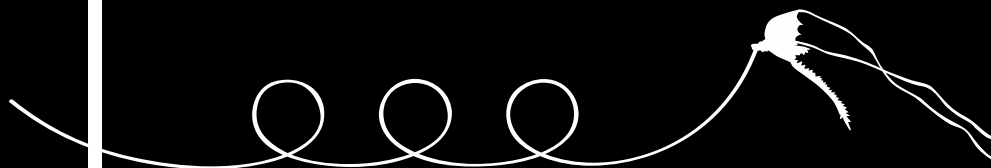
Kl 11:00 «Kvinnehelse». Stand på Havnesenteret v/Brønnøysund sanitetsforening

Kl 13:00 «Historisk vandring rundt Frøkenosen» v/Eva Dahle, Stig Kvalø og Magnar Solbakk. Oppmøte ved Frivillighuset på Innerveien

Kl 14:00 Servering av lapskaus og kaffe/kaker til en rimelig pris på Frivillighetssentralen

FOLKE HELSE UKA 2021

13. – 19. SEPTEMBER



Kl 14:00 Info og utdeling av brosjyrer i Frøkenosen v/Mental helse Brønnøy

Kl 15:00 Markering/åpning ved Frivillighuset i Innerveien

Kl 15:00 – 16:00 Sprek ute 4x4 v/Frisklivssentralen: Kondisjonstrening ute i motbakke etter intervallprinsippet 4x4. Oppmøte ved infotavla/parkeringslomme i Skarsåsen.



Kl 15:00 Tur i Skarsåsen m/historie v/Pensjonistforeningen

Kl 16:00 Seiling/padling i Svarthopen Nord v/Sjøsportklubben

Kl 16:00 Bål-aktiviteter og turbingo i Frøkenosen v/speiderne

Kl 16:30-18:00 «Åpen kirke» og «Evens hage» v/Brønnøy menighet

Kl 17:00-19:00 Diverse aktiviteter i Svarthopen v/BIL

Kl 17:00-19:00 Klatring i klatrevegg i Salhushallen v/Stupbratt

Kl 17:00-19:00 Gapahuken ved Brønnøyhallen v/Barnas turlag DNT

Kl 19:00-21:00 «Kom og dans» på Forsamlingshuset. Påmelding pr sms til 40454796(Siv K. Rødhyll)

Søndag 19. september

Kl 12:00 Offisiell åpning av Gapahuken i Urstabbvika v/Syltern Grendelag

FOLKE HELSE U K A 2021

13. – 19. SEPTEMBER

Webinar:

Nordland Fylkeskommune tilbyr en webinarrekke i anledning folkehelseuken. Webinarene er gratis, men krever påmelding. Linkene finner man også på Nordland fylke sine hjemmesider under [Folkehelseuka 2021](#).

Mandag 13. september kl. 1200 - 1300

"Frivillighet etter korona"

Om hvordan det står til med frivilligheten og hvordan man kan «komme seg på beina igjen».
v/ Vanja Konradsen, Frivillighet Norge



Foto: Birgitte Heneide

- Erfaringer fra pandemien i frivillig sektor.
- Samspill mellom sektorene for økt deltakelse fremover
- Hva trenger organisasjonene nå?
- Videre bruk av verktøy for vekst og mangfold i frivillige organisasjoner i 2022

Påmelding til webinarret.

Webinaret kan også sees i opptak, så lenge man er påmeldt.

Tirsdag 14. september kl. 1200 - 1245

"Hvordan forebygge vold?"

Likestillingssenteret KUN tilbyr lunsjwebinar til kommuner og andre aktører med tema Hva er vold- ulike former og omfang. Avvergingsplikt og meldeplikt.

Påmelding til post@kun.no innen 13.september kl.12.00



Foredragsholder Marianne Gulli er rådgiver ved KUN. Hun har tidligere jobbet med tema som rettsliggjøring av sosial konflikt, transitional justice og rettsikkerhet for kvinner utsatt for vold i Latin-Amerika. På KUN jobber hun med tema som kjønns- og seksualitetsmangfold, kjønnsroller og sosial kontroll. Marianne har en mastergrad i politisk sosiologi fra FLACSO.

Foto: KUN

FOLKE HELSE UKA 2021

13. – 19. SEPTEMBER

Onsdag 15. september kl. 1100 - 1200

"Bodø2024 - et prosjekt for hele Nordland"

v/Henrik Sand Dagfinrud, programsjef Bodø2024

Ingen påmelding, gå direkte inn i møtet: <https://us02web.zoom.us/j/85967842886#success>

Europeisk kulturhovedstad er EUs største og mest ambisiøse program for kultur og samfunnsutvikling. Mer enn 65 byer i Europa har siden 1985 hatt status som kulturhovedstad og oppnådd gode resultater, både for kunst- og kulturlivet og for byen og samfunnet som helhet. I stadig større grad er programmet utviklet for å legge til rette for langsiktig utvikling, med kulturen som mål og middel. Så, hva kan det bety for folk i Nordland?



Foto: Erika Hebbert

Torsdag 16. september kl. 1200 - 1300

"Slik får du kontroll på livet. Om våre holdninger til usikkerhet og risiko, omstillinger og endring, grubling og bekymring".



v/ Ingvar Wilhelmsen, lege og psykiater (for mange kjent som hypokonderlegen)

Foto: Norsk Artist Formidling DA

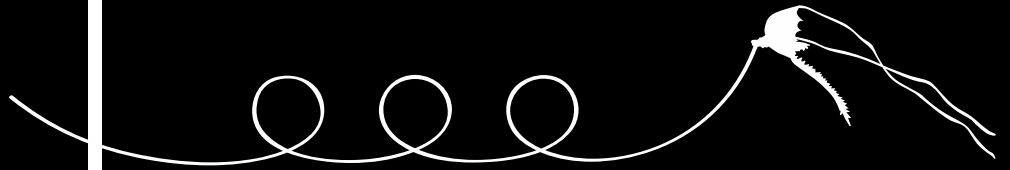
Det meste i livet kan vi ikke gjøre noe med, men hvordan vi forholder oss til alt som skjer bestemmer vi selv. Det er OK at vi vil ha kontroll i livet, men det er lurt å holde seg til faktorer som er kontrollerbare. Det er ikke døden, fremtiden, voksne barn, hva folk tenker om oss osv. Vi har imidlertid full kontroll på våre egne holdninger og handlinger. Ingen kan nekte oss å tenke og gjøre akkurat som vi vil. Wilhelmsen vil i foredraget anbefale folk å velge nyttige holdninger, det vil si holdninger som hjelper dem å nå sine mål.

[Påmelding til webinar.](#)

Webinaret sendes kun direkte og det vil være mulighet for å stille spørsmål.

FOLKE HELSE UKA 2021

13. – 19. SEPTEMBER



Fredag 17. september kl. 1200 - 1300

"Deilig Er Jobben"

v/ Kjetil Hasselberg, komiker og lektor

I foredraget «Deilig Er Jobben» går Kjetil Hasselberg både vitenskapelig og humoristisk til verks når han viser hva som gjør noen arbeidsfellesskap mer harmoniske og produktive enn andre. Underveis tar han også et selvironisk tilbakeblikk på egne kreative innspill og prosjekter. Han gjør komplekse temaer jordnære og enkle å forstå, og blander alltid viktige emner med humor og stor innlevelse. Gled deg til en underholdende opplevelse hvor du vil sitte igjen med ny kunnskap, og ikke minst - verktøyene til å implementere den!

[Påmelding til webinar.](#)

Webinaret vil være tilgjengelig i 14 dager.



Foto: Athenas.no