

Båtsaumen
Kommunalt informasjonsblad for Bindal

Båtsaumen

Kommunalt informasjonsblad for Bindal

Nr 6

november 2016

Årgang 17



Hver nyttårsaften går beboerne i Stokkvikåsen huseierforening på Terråk i fakkeltog ned til Bindal sykehjem, der de synger julesanger og ønsker godt nytt år.



Båtsaumen

Utgiver: Bindal kommune
Bindal Rådhus
7980 Terråk
Tlf 75032500

E-post: postmottak@
bindal.kommune.no

Internett: www.bindal.
kommune.no

Ansvarlig
redaktør: Knut Toresen
Redaksjon: Jens Christian Berg
Bladet legges ut gratis på kom-
munens nettside. Du kan abon-
nere på bladet i papirformat.
Se side 3. Neste nr er planlagt
utgitt i februar 2017.

Kontortiden er kl 0800 til 1545
ved kontorene på Bindal råd-
hus.

Bindal folkebibliotek: er
åpent for utlån i tiden
kl 0800 – kl 1545.

Bibliotekar er tilgjengelig
tirsdag, onsdag og fredag
kl 0830 – kl 1430.

Telefontid på legekantoret
kl 08.30 – 09.00 og 11.30 –
12.00

Legevakt 750 34333.

Nasjonalt legevaktnr:
tlf 116 117.

Øyeblikkelig hjelp tlf 113.

**Kommunelege**

Einar Karl Vegå er vikar mens kom-
munelege Maria Strøm Slyngstad har
fødselspermisjon fram til september
2017. Vegå har vært kommunelege i
Lurøy, og har tidligere arbeidet på sy-
kehuset St.Olav i Trondheim, Nord-
landssykehuset i Bodø,
Rana sykehus og i Bodø kommune.
Han er godkjent spesialist i fysikalsk
medisin og rehabilitering.

Innbyggere i Bindal:

Pr 1. oktober 2016 er vi 1.479.

Politiske møter høsten 2016

Kommunestyret

Torsdag 15. desember

Abonnere på Båtsaumen ?

Bindal kommune gir ut bladet Båtsaumen regelmessig for å informere om kommunal aktivitet og annen lokal aktivitet i Bindal. I 2016 vil det komme seks utgaver. Bladet legges ut i pdf-format på kommunens nettside. Tidligere ble bladet sendt ut gratis til alle husstander, men fra og med 2016 blir det krevd egenbetaling. Vi tilbyr et abonnement der man betaler inn kr 200,- årlig for 5 eller flere utgaver. Formatet er et hefte i A5-størrelse, på 16 til 24 sider. Vi fortsetter samarbeidet med Kirken i Bindal, slik at du får Båtsaumen og Menighetsbladet i samme hefte.



Bestille abonnement

Ring Bindal kommune på telefon 75032500 hvis du vil bestille abonnement. Du kan også sende en epost til postmottak@bindal.kommune.no. Oppgi full postadresse. Vi sender deg faktura i posten.

Den 22. november hadde personalet i Bindal barnehage personalmøte med tema Helsefremmende barnehage, med Karoline Westerberg som foreleser. Vi benyttet samtidig anledningen til å overrekke blomster og applaus til **Hege Skoglund** (avd. Terråk, til høyre på bildet) og **Hilde Horven Wigum** (avd. Kjella), for vel gjennomført fagprøve i april og november. Dette liker vi :). Gratulerer til dem begge to. Hilsen Terråk barnehage





JULEHILSEN TIL BINDALINGENE

Tiden går fort, med en fantastisk fin høst har det vært vanskelig å forestille seg at det snart er jul. Noen er i gang med juleforberedelsene. For mange er dette et fint avbrekk i mørketida med masse lys og koselige tilstelninger. Vi må heller ikke glemme alle de som dessverre ikke har gode minner om jul og juleforberedelser. Jeg håper vi alle er flinke til å ta vare på hverandre, så ingen må sitte ensomme på julekvelden.

Som vanlig har administrasjonen hatt en hektisk høst for å legge fram budsjett og økonomiplan i balanse. Det ble presentert i kommunestyret den 10. november. Utfordringene blir ikke mindre som årene går, med synkende folketall og demografiske utfordringer. Budsjett og økonomiplan behandles i formannskapet 24. november, og i kommunestyret 15. desember.

Også politisk har det vært en travel høst, med alle reformer og alt som er i endring. Jeg håper fylkestinget går inn for forslaget om to ferjer på sambandet Holm – Vennesund. Det vil bli det beste for befolkningen. Det er viktig å holde trykket oppe for at de kommer i gang med utbedringene på Holm, som etter planen skal skje i 2018. Jeg er også svært godt fornøyd med arbeidsgruppens forslag til fylket, om å opprettholde hurtigbåten på dagens nivå i Bindalsfjorden. I forrige forslag var pendlerruta på morgenen fra Bindalseidet ønsket nedlagt. Den er tatt inn igjen etter behovet på Øksningøy, som ikke har andre alternativer. Det er derfor viktig at flest mulig benytter pendlertilbudet fra Bindalseidet, via Øksningøy og Øyen til Terråk på morgenen. Selv om dette medfører at den må starte 10 minutter tidligere ved at Øyen tas inn i vinterruta, er det viktig å legge til rette for alles behov, noe som også vil være med å opprettholde behovet for tilbudet. Forslaget overleveres fylket inneværende år, og vil komme på høring til kommunene vintervåren 2017.

Det jobbes opp mot vegvesenet og besluttende myndigheter for å få opprustet veiene i kommunen og ikke minst asfalt på veien til Røytvoll.

DAB er noe som opptar mange for tiden, alle ønsker å kunne høre radio også i framtida, i tillegg har det en sikkerhets- og beredskapsfunksjon. FM-nettet slukkes 11. januar i Nordland. Vi venter på å få montert siste planlagte sender i Bindal på Bindalseidet. Det er montert på Lysfjord, Åbygda, Helstad/Bangstad og Terråk, i tillegg til at store deler av ytre Bindal nyter godt av senderen på Vega og delvis Sømna. For noen kan det bety at det må investeres i antenne for å få dekning.

Bindal har nettopp gitt sin høringsuttalelse til politireformen, målet er å opprettholde lensmannskontoret i kommunen.

Fredag 11. november kom budskapet vi ikke ønsket oss, da olje- og energidepartementet sa nei til vindkraftutbygging i Kalvvatnan. Selv om vi fryktet dette utfallet, ut fra tidligere signaler om at det var en vanskelig sak, så hadde vi håp. Det er synd at ikke alle grupper i samfunnet kan være med å legge til rette og samarbeide til det beste for alle. All forskning viser at det er forenlig med reindrift og vindkraft på samme sted. Utbygger var villig til å legge til rette, og samordne drift i forhold de mest sårbare årstidene for reindriften.

Selv om ikke kommunen ville få like stort utbytte i dag som da prosjektet startet, så ville det fått stor betydning for våre inntekter. Veien fra vest ville også kunnet bidra til nye muligheter innen mineraler. Vi får ha tro på at når en dør lukkes, så åpnes en ny.

Nå gjenstår det bare å takke for et godt år, med ønske til alle om ei riktig god jul og et spennende nytt år!

Hilsen Britt
ordfører





FOLKEAKADEMIET

Folkeakademiet Bindal er nå stiftet. I november ble et interimstyre dannet. Dette styret vil arbeide fram mot et ordinært årsmøte på nyåret. Lokalavdelingen av Folkeakademiet vil fortsette med å arrangere konserter og møter, men vil i tillegg samarbeide med Bindal frivilligsentral i integreringsarbeidet.



Interimstyret i Bindal folkeakademi består av Jens Christian Berg, Linda Plahte, Kristine Enora Kjeldsand, Tom Antonsen, Trine Vikestad, Andreas Øvergård, Jørund Lillian og Vigdis Gutvik (De tre siste er ikke med på bildet)



Kalender

Bindal museums venner har laget en kalender for 2017, med bilder av gamle skolebygg i Bindal. Den koster kr 120,- og selges på Bindal museum.

Se Vinderland skolekrets: Opå her var det sønighetev om skolested. I 1896 var skolen på Lyfjord ferdig. Ungene fra norddelen av fjorden var internert på gårdsene. Fra 1954 var det slutt. Ungene ble overført til Bindal skole, skolen trevst og satt opp som ungdomsskole på Lyfjord. Der står den den dag i dag.

Bindal helsestasjon informerer

- Gratis HPV-vaksine til kvinner født 1991 og senere



Alle kvinner født 1991 og senere får fra høsten 2016 tilbud om gratis vaksine mot humant papillomavirus (HPV-vaksine) gjennom et to-årig vaksinasjonsprogram. Oppstart av programmet blir i november 2016. Vaksinen anbefales til unge kvinner for å forebygge livmorhalskreft og forstadier til livmorhalskreft forårsaket av HPV-infeksjon.

HPV-infeksjon er den vanligste seksuelt overførbare infeksjonen i verden. De fleste som er seksuelt aktive blir smittet i løpet av livet, de fleste i ung alder. Infeksjonen er som regel ufarlig og går over av seg selv, men noen får en vedvarende infeksjon som på sikt kan føre til livmorhalskreft. Hvert år får om lag 300 kvinner i Norge livmorhalskreft og 65--100 dør av sykdommen. Vaksinen kan gi beskyttelse selv om man har debutert seksuelt.

HPV-vaksine har vært en del av barnevaksinasjonsprogrammet til jenter i 7. klasse siden 2009. Fra høsten 2016 kan uvaksinerte kvinner født 1991 og senere også få tilbud om gratis HPV-vaksine. Tilbudet er midlertidig, og varer i en toårsperiode fra høsten 2016. Vaksinasjonen består av tre vaksinedoser gitt i løpet av 6-12 måneder og må derfor startes opp innen utgangen av 2018.

Ta kontakt med Bindal helsestasjon for å avtale time til vaksinasjon. Ring tlf.nr. 75032567 for timebestilling

For å få vaksine må du være i god almenntilstand, og du må ikke være gravid. Mer informasjon om HPV og HPV-vaksine finner du på Folkehelseinstituttets nettside: www.fhi.no/hpv-vaksine



TV-aksjonen 2016

Søndag 23. oktober var datoen for årets aksjon, og i år var Røde Kors mottaker av midlene. I Bindal var det som vanlig Frivilligsentralen som organiserte innsamlinga i år også. 23 bøssebærere var ute og gikk rundt om i kommunen, og innsamlet beløp på bøssene ble 53.393 kroner. Tusen takk til alle som bidro med både smått og stort!



Noen av bøssebærerne: Simone Plahte, Torhild Aspnes og Nina Kristiansen sammen med Ronja.

Ettermiddagskaffe

14. desember kl 1500—1700 på Doktorgården. Kr 50,- pr person, kafe, te eller saft, vafler. Vi baker pepperkaker. Gratis for barn.



Kontor på Bindalseidet

I 2017 blir Frivilligsentralen også til stede på Bindalseidet, i Lillestua på Bofellesskapet. 23. januar og 20. februar blir det småbarnstreff.

Julestengt: Fra 16. desember til 1. januar

Peder Knophs vei 5, 7980 Terråk
paanlind@online.no / annvikan@online.no

org.nr. 987 753 269
Tlf 95215259 / 94811116

Møte mellom mennesker

Førjulstreff

Onsdag den 14. desember kl 11 får vi besøk av Terråk barnehage og sokneprest Gjøs Kristine Aanderaa på Frivilligsentralen. Da skal vi sammen ha en koselig førjulssamling, med adventsstund og julesang. Alle er hjertelig velkommen.



Strikkeklubben ved frivilligsentralen har strikket vorter og sokker til flykningene.

Ettermiddagskaffe på sykehjemmet

18. oktober hadde Venneforeninga for Bindal sykeheim ettermiddagskaffe med sang og musikk for beboerne på sykeheimen og bofellesskapet. Vassås kirkes barnekor sang kjempefint, en flott gjeng godt ledet av Rakel Helstad og Linda Heimstad. Linda spilte også flere melodier etter kaffen, til stor glede for alle. Mye godt var det å spise til kaffen, blant annet kjempegode kaker bakt av en elevbedrift ved Bindalseidet skole med det treffende navnet "Toppa av kransekaka." En trivelig ettermiddag for alle.



Linda Heimstad



Skogtakst

Det arrangeres et informasjonsmøte om skogtaksten 5. desember kl. 1900 på Ungdomshuset Årsandøy. Plansjef Vegard Aune og prosjektleder Stine Haugen møter for ALLSKOG Plan og vil orientere om prosjektet og svare på spørsmål.

Etter 1. januar 2016 kreves det av den europeiske sertifiseringsordningen PEFC at det er utført miljøregistreringer på eiendommen for å omsette tømmer. Med bakgrunn i dette har skogeierlaget i Bindal kommune fått på plass et tilbud om ny ressursoversikt med MiS til alle skogeiere i kommunen.



Terråk husflidslags julebutikk

Det blir julebutikk i år også. Vi selger alt fra flatbrød til nisser. Vi ta i mot varer og selger for deg, mot 15% provisjon.

Vi holder åpent fra kl 1100 til 1630 på onsdager, torsdager og fredager, fra 23. november og fram til 9. desember.

(Hvis det er varer igjen, holder vi åpent noen dager til.)

Vi holder til på Doktorgården på Terråk. Vi har kaffe og vafler.

Bindals ungdomsråd samles igjen

(Tekst: Even Saltermark, elev på Brønnøysund videregående skole, 2. året media og kommunikasjon)

På Bindalseidet skole, den 14. oktober, møttes Bindals ungdomsråd for første gang i 2016, og forberedte seg på enda et år som ungdommenes stemme. Møtet startet kl. 13:05 og det begynte med en gang med valget om rådsleder og nestleder, som ble veteraner fra fjoråret. Lasse Rene Kolsvik ble valgt som leder og Vilde Busch som nestleder. Ungdommene diskuterte så hva det er et ungdomsråd skal gjøre og hva som er forventet av dem. Bindal ungdomsråd var representert på Ungdommenes fylkesting, som fant sted i Bodø den 28. – 30. oktober, dit ble Jon Espen Stavran og Astrid Margrethe Myrvang sendt som representanter. Det blir også arrangert et førjulstreff for ungdom den 22. desember kl. 18:00 på Medvind innovasjonsloft på Brukstomta, Terråk. Møtet ble avsluttet kl. 14:05 og ble feiret med et gruppebilde!



Fra venstre: Julie Pettersen, Espen Stavran, Lasse Rene Kolsvik, Vilde Busch og Nora Kalvik utgjør, sammen med Astrid Margrethe Myrvang, Bindals ungdomsråd 2016/17.



Terråk pensjonistforening har åpent møte på Bindal museum tirsdag 6. desember kl 1500, med temaet Velferdsteknologi.

Hans Ekornholmen fra Norges pensjonistforbund kommer.





HELGELAND MUSEUM

ÅPNINGSTIDER

Bindal museum:

Mandag	stengt
Tirsdag	kl. 9.00-14.00
Onsdag-fredag	kl. 10.00-15.00
Lørdag-søndag	stengt

Velkommen på museum!

Førjulsdag 4. desember kl. 14.00 til 18.00.
Salg av julegrøt og kaker. Markedsstands.
Juletre. Vassås kirkes barnekor kommer.
Barneleker og kanskje kommer nissen!?



Elg på Helgeland

Utstilling i november og desember. For bare 100 år siden var elgen et sjeldent syn på Helgeland, og for 50 år siden var den fortsatt uvanlig på Ytre Helgeland. Arkeologiske funn viser at den har vært her i flere tusen år.



Det er samlingsstund for pensjonister ved lunsjtid fredag 9. desember.

Topp 10 - oppsummering for 2016

	2015	2016
Heilhornet	1053	1278
Olderbakkfjellet	Ny 2015: 36	21
Åkvikfjellet	Ny trase fra Bøkestad- vannet i 2015: 203	127
Otervikfjellet	218	223
Svartåstjønna	114	127
Skarstadvfjellet	120	109
Kommelåsen	214	224
Mulingen	650	735
Holmshatten	111	73
Tyskenghatten	Kvitnesodden 54	Ny 2016: 279
Totalt besøkende	2773	3196
Kjøpte krus - bilde	11	3
Vær-status	<i>Lite fint vær – få lange perioder med godvær.</i>	<i>Fint tur-vær hele sommeren</i>

Flere og flere får øynene opp for **Otervikfjellet**.

Tyskenghatten er turmål for flere turbøker/turlag.

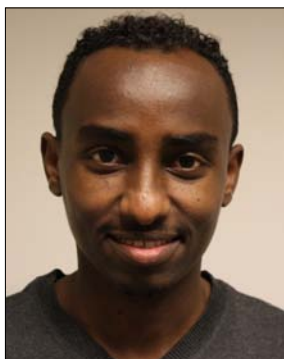
Heilhornet: 14 dager med 20 – 29 besøkende, 3 dager med 30-39 besøkende, 2 dager med 40 – 49 besøkende, 3 dager med 50 -59 besøkende. Flest besøkende 19.7 (75 personer). Det er observert mye biler på parkeringen hele sommeren og utover høsten. Boka ble utskrevet i august, slik at kanskje noen ikke fikk skrevet seg inn.

Vi antar at flere personer ikke skriver navnet sitt i turbøkene, så besøkstillene kan være større.



Nye bindalinger

I Båtsaumen nr 4-2016 presenterte vi noen av de eritreiske flyktingene som har kommet til Bindal. Her er bilder av de andre eritreerne og syrerne som har kommet i år. Fra Syria har det kommet en familie med to voksne og fem barn. Fra Eritrea kom en mann og to unge damer nå i november. Det er nå 18 flyktinger i Bindal. Neste år kommer det trolig 15 til. Alle deltar i et introduksjonsprogram med opplæring i norsk språk og samfunnslære. De får 550 timer norsk og 50 timer samfunnsfag i en grunnpakke. Etter hvert skal de ut i praksisplasser, der de kan få brukt de nye norskkunnskapene sine. Vi trykker bildene med samtykke fra hver enkelt.



Beraki 27 år



Alganesh 18 år



Mariam



Jumah



Fatema 18 år



Ingrid M. Knoph Fuglstad, Oda Myrvang, Håkon Berg Dybvik, Lillian Myrvang, Jens Markus Myrvang, Astrid M. Myrvang, Ingeborg Aune og Iver Aune fikk diplom og roser på Høstfesten. Lillian og Håkon får plaketten til våren.

På årsmøtet den 19. november valgte Hatten 4H nytt styre. På bildet ser du, fra venstre, Jens Markus Myrvang (vara), Sander Vikan (styremedlem), Oda Myrvang (leder), Ingeborg Aune (nestleder) og Iver Aune (kasserer). I tillegg er Ingrid Fuglstad sekretær i styret.



Høstfest Hatten 4H

Lørdag 5. november hadde Hatten 4H høstfest på Åsen ungdomshus i Åbygda. 8 av medlemmene presenterte sine oppgaver. To av dem har vært med så lenge, at de gjorde det for siste gang, og vil få 4H-plaketten utdelt på et eget arrangement for Nord-Trøndelag 4H på Steinkjer i april 2017.

4H Norge er en landsomfattende, ideell barne- og ungdomsorganisasjon som er livssynsnytt og partipolitisk uavhengig. **Formål:** 4H skal utvikle en aktiv og samfunnsengasjert ungdom med ansvarsfølelse og respekt for natur og mennesker.

4H-løftet: Vi lover å arbeide mot det mål å bli en ungdom med klart hode, varmt hjerte, flinke hender og god helse. **4H-programmet:** Programmet er delt inn i områdene: Natur, Kultur, Samfunn, Helse. **Alder:** Aspirant og miniaspirant (10 - 11 år og yngre), Juniorer (12 - 14 år), Seniorer (15 - 18 år), I løpet av året skal medlemmene arbeide med et selvvalgt prosjekt.



I februar 2017 møtes vi i Berg allbrukshus på Sømna til felles UKM for Bindal og Sømna.



Som vanlig møtes vi om kvelden fredag 10. februar for lydprøver og sosialt samvær. Selve mønstringen foregår lørdag 11. februar fra kl 1300, med kafe og åpen kunstutstilling. Forestillingen på scenen starter kl 1400. Påmeldingen starter 1. desember. Du kan melde deg på med musikk, film, dans, kunst eller andre ting. I tillegg trengs det scenearbeidere, arrangører og konferansierer.

I 2016 var UKM for første gang på Bindalseidet. Neste år blir 13. gang vi har UKM for bindalsungdommen, og da møtes vi på Sømna den andre helgen i februar.



Info om DAB

Torsdag 1. desember mellom kl 1130 og 1400 vil **Radio.no** stå i Terråk sentrum, inne på Brukstomta. Her kan du spørre om DAB, og få gode råd om radiomottak i bilen, hjemme eller på hytta. På Facebook-siden "gladiradio" kan du følge norges-turneen til Radio.no, og melde inn hvis du er misfornøyd med dekningen der du bor.

Hva skjer i adventstida og i julehelgen



•Bindalseidet:

Julegrantenning søndag 27. november kl 1500, med underholdning i hallen etterpå. Salg av mat og drikke, åresalg/ loddsalg.

Juleverksted på skolen 5. og 6. desember.

Juleavslutning på skolen onsdag

21. desember kl. 18.00 for alle elever, foreldre og besteforeldre.

Juletrefest 3. juledag kl. 16.00.

•Sør-Horsfjord:

Julerevy på ungdomshuset Vonheim 4. juledag (28. desember).

Fest etterpå, Ul Fønix arrangerer. Juletrefest 6. juledag på Kjella skole.

•Terråk:

Terråk skolemusikk har julebasar på Toppen søndag 27. november fra kl 14.00 -17.00. Loddsalg, julegrøt og tombola. Salg av flatbrød og peppernøtter. Julegrantenning fra 17.30 i sentrum.

Juleverksted på skolen mandag 19. og tirsdag 20. desember.

Juleavslutning på skolen onsdag 21. desember.

•Åbygda:

Familiejulebord lørdag 17. desember på ungdomshuset. Påmelding.

Juletrefest 4. juledag (28. desember) kl 1300 på ungdomshuset. Ta med matfat.

•Helstad:

Juletrefest 3. juledag (27. desember) kl 1500 på ungdomshuset på Helstad. Arrangør UL Fram.

Bindal Utvikling AS

www.bindalutvikling.no


Bindal Utvikling

På **Medvind Innovasjonsloft** er nå **Spiren Inkubator** for gründere og andre som driver sin egen virksomhet tatt i bruk. Her får du en kontor-plass, når du trenger det, på dagtid. Mulighet til å treffe andre gründere og Bindal Utvikling; noen å diskutere med, felles kompetanseløft eller en bare en kopp kaffe. Vi har seks plasser, men de fleste brukerne er der i snitt en gang i uken, så vi har plass til flere. Har du lyst til å være med i fellesskapet? Ta kontakt med Bindal Utvikling.

Pr. i dag har følgende personer avtaler:

Terje Moe	ENK - Ren service
Cathryn Primrose-Mathisen	ENK - Oversettelser m.m.
Catrine Gangstø	Peacepainting
Arne Bangstad	Bangstad Consulting
Carl Simeon Gangstø	Helprivat Fysioterapi
Monika Helgesen	Malekurs i Heilhornets rike



Terje Moe var den første som tok i bruk muligheten med kontorplass, og er godt fornøyd med rask inter-nettløsning.

Treff for gründere og virksomheter

16. desember kl 09:30 – 12:30

Presentasjon av Handlingsplanen til Bindal Utvikling, og de muligheter som ligger i den. Mulighet til å se seg rundt på Medvind Innovasjonsloft. Nettverks-bygging. Servering av vafler, kaffe og te. *Påmelding via bindalutvikling.no*

Spiren inkubator

En liten tyvstart på oppstart av Spiren gründernettverk i 2017, hadde vi allerede i november 2016. På bakgrunn av samtaler med gründerne og andre som driver virksomhet alene, og et stort behov for å være med i et fellesskap for ny kompetanse og samarbeid, så startet vi Spire-nettverket for mennesker som driver virksomhet alene. Det kan være gründerne, bønder og andre, som ønsker et faglig nettverk. På det første treffet var det omvisning på Medvind innovasjonsloft, bli kjent-runde og hva som er viktig for vekst i egen virksomhet. Det kom frem at alle hadde behov for å bli bedre på markedsføring, og da fortrinnsvis gjennom sosiale medier. Derfor ser vi nå på muligheter for kompetanseløft på det i 2017.



Fra venstre: Terje Moe, Cathryn Primrose-Mathisen, Vibeke Sørstad, Carl Simeon Gangstø, Catrine Gangstø og Monika Helgesen.

Lovise Marie Vårhus

er vannområdekoordinator, og jobber med å veilede og koordinere arbeidet med vannforskriften i vannområdene Vefsnfjorden/Leirfjorden og Bindalsfjorden/Velfjorden, blant annet gjennom nettstedet "vannportalen". Hun er tilsatt i Vefsn kommune, men er en av flere som benytter seg av muligheten på Brukstomta til å ha korttidskontor.





PLP-kurs

Medio november var ti personer fra Bindal kommune og tolv personer fra lokalt næringsliv samlet til to dagers prosjektlederkurs. Målet var å lære om hvordan man planlegger både små og større utviklingsprosjekt, for å sikre suksess og gjennomføring. Kursholder var Berit Laastad, leid inn via Innovasjon Norge, som også støttet kurset.



Styremøte

*Fra venstre:
Anja Tjelflaat,
Elling Bøkestad,
Bjørn Gillund,
Olav Nyholmen,
Knut Toresen,
Sigbjørn Bergh
og Britt Helstad.*

Styret for Bindal Utvikling ga den 15. november sin anbefaling til rulle-ring av omstillingsplanen 2017-2020 og handlingsplan 2017. Det er Bindal kommunestyre som eier omstillingsprogrammet, og de vil gjøre sine endelige vedtak i møte den 15. desember.



Anja Tjelflaat har fått med seg Monja Kolberg (*til venstre på bildet*) på laget til å jobbe med omstilling i Bindal. Monja starter 1. februar neste år, og skal i hovedsak jobbe med merkantile oppgaver, prosjektkoordinering og være vertskap på Medvind Innovasjonsloft. Dette vil frigjøre tid for programleder Anja Tjelflaat i 2017 til å jobbe mer med utviklingsorienterte prosjekt.

Fiberfeiring

Den 4. november kl 09.00 var en merkedag. Da ble Brukstomta Næringspark koblet til fiber. Bindal Utvikling inviterte den dagen alle på huset til en liten feiring med vafler og en liten skål, på



Medvind Innovasjonsloft. Vi lever i en digital verden, og arbeidsdagene har nå blitt litt lettere, og verden litt mindre. Hvis flere ønsker seg til brukstomta Næringspark, så er det både ledige kontorer og næringsareal til leie.

Å være god nok

Bindalseidet ungdomsklubb, i samarbeid med Bindalseidet skole, gjennomførte i november en kursdag for 1.-7. klasse der selvfølelse, og det å være god nok, var tema. Samme uke var det foreldremøte der foreldre fikk lære gode og enkle verktøy for å opprettholde og styrke selvfølelse. I en tid der ungdom opplever store forventninger og press, er det viktig å jobbe forebyggende. Når elever, lærere og foreldre får samme kunnskap, har initiativtakerne tro på prosjektet.

Arnhild D. Ludvigsen, som er lærer i grunnskolen gjennom mange år og utdannet coach, hadde ansvaret for opplegget.



Leder av Bindalseidet ungdomsklubb, Else Marie Busch og rektor ved Bindalseidet skole, Olaug Mikalsen, håper denne dagen har bidratt til at elevene har tatt et nytt steg for å bli trygge ungdommer som møter utfordringer på en konstruktiv måte. Dagen ble avsluttet med "Bli med dansen" der alle skolens elever deltok.

Selv sier ungdommene: «Jeg har av og til problem med å få sove. Jeg lærte en metode som jeg tror vil hjelpe meg.» «Jeg blir sur og sint. I dag lærte jeg meg en måte å gjøre det på som ikke går ut over andre.» «Vi har lært å ha fokus på det som er positivt og «henge bort» det som er vanskelig.» «Jeg har lært metoder som gjør at jeg har kontroll når jeg ikke har det så bra.»

- Selvhjelpsteknikker Hvilke verdier har jeg? Litt om kosthold

Barnet/ungdommen din vil få bedre selvfølelse

- Bli tryggere i seg selv
 Mestre forskjellige følelser
 Få motivasjon som gir riktig fokus
 Bli bevisst effekten av positive tanker
 Hvordan ha det bra i livet sitt
 Tenke at jeg er god nok som jeg er

Med hilsen
 Bindalseidet
 ungdomsklubb
 v / Else Marie Busch

Juleball

Lørdag 26. november kl. 2000 – 2400 arrangeres det juleball i gymsalen på Bindalseidet skole. Arrangementet er åpent for alle elever fra 7. klasse - 1. året på videregående, og hjemmehørende i Bindal. Musikk av **Dag Christer med venner**. Det vil bli servert ribbe, pølser og kjøttkaker med tilbehør og dessert. Pris kr 120,- pr. person, inkludert drikke til maten. Pent antrekk!

Velkommen!

Buss begge veier fra bensinstasjonen på Terråk (kl.1900) og Joker i Bogen (kl. 1930) Vi selger brus og litt godteri etter maten.

Arr: Bindalseidet ungdomsklubb

Når du skal prestere noe er det lurt å være fokusert.
Bruk noen av disse verktøyene:

Tankeknaggen

Trekantpusten

Kroppsholdning

Anker

Visualisere (se deg selv og se at du klarer det.

Kjenn den gode følelsen)

Tenk: Dette klarer jeg

-dette går bra!

God kommunikasjon.

Føle mestring
Godta følelser

Takknemlighetsbok

SI FINE TING OM DEG SELV

Tenk flest positive tanker

Har du en dårlig dag, anerkjenn at ok i dag her

jeg en dårlig dag!

Skriv ned dine positive egenskaper

legg uekt mobilen, vær sammen med

familie og venner!

Spis sunn mat

Utfordring? si: Dette

klarer jeg! Dette går bra!

Kulturkalender førjulsvinteren 2016

Terråk skolemusikk arrangerer **julebasar** 27. november på Toppen forsamlingshus fra kl 14.00-17.30. Det blir et hyggelig treff med korpsspilling, loddsalg, lynlotteri, årsalg, og salg av flatbrød og peppernøtter. Det blir også salg av julegrøt, kaffe og kaker. Etter julebasaren skal julegrana i sentrum tennes, og kanskje kommer nissen...

Terråk helselag har **basar** på Toppen søndag 29. januar 2017.

Revy på Toppen

Revygjengen på Toppen forsamlingshus på Terråk planlegger forestilling lørdag 21. januar.

Fest på Toppen 3. juledag

(tirsdag 27. desember) Se oppslag for flere opplysninger.

Bygdekino:

Terråk:

5. desember kl 1800:

Snekker Andersen og Julenissen A Kl 1930 Fabeldyr og hvor de er å finne 12 år

Sørhorsfjord:

7. desember kl 1745:

Snekker Andersen og Julenissen A Kl 1930 Fabeldyr og hvor de er å finne 12 år

Bindalseidet songlag har julekonsert i Vassås kirke søndag 11. desember kl 1800.

B-Gjengen med venner holder **julekonsert** i hallen på Bindalseidet fredag 16. desember.

Vi synger Julen inn i Solstad kirke kl 1600 søndag 18. desember.

Førjulstreff for ungdom på Medvind innovasjonsloft torsdag 22. desember kl 1900.

Bindal ungdomsråd inviterer til førjulstreff og omvisning på innovasjonsloftet på Brukstomta, Terråk. Pizza, brus, quiz. Informasjon/diskusjon v/ Anja Tjelflaat i Bindal utvikling om hvordan vi alle kan bidra til ei god framtid for Bindal. Ordfører Britt Helstad kommer. Målgruppe: Dere som er i alderen 15 til 30 (+) år, som bor/har bodd/kommer til å bo i Bindal kommune.