

Nr 3/2014, 8. årgang



Tema

Folkehelse



Informasjonsmagasin
fra Tynset kommune

Sissel er opprinnelig fra Rena og utdannet fysioterapeut. Som en del av folkehelsesatsingen i kommunen har hun i et drøyt år vært ansatt i en liten stilling som koordinator. Hennes oppgave er å utrede frisklivstilbud som en del av kommunens folkehelsearbeid, lage oversikt over tiltak og behov som allerede eksisterer, jobbe sammen med ansvarlige etater med å eksempelvis planlegge nye utarealer ved skolen, skolevei, samt tiltak for å utjevne av sosiale ulikheter.

Til Tynset kom hun i 2000 og driver egen praksis på Tjønnsosenteret. Sjøl liker hun å holde seg i form om det så skjer i form av konkurranseidrett, fjellturer eller tur med kajakken.

– *Hva legger du i begrepet folkehelse?*

– Balanse i livet er folkehelse. Både fysisk og psykisk. Kanskje er vi for lite flinke å ta vare på egen psykisk helse, og det gir seg utslag i fysiske plager. Vi vet at vi skal spise og være i aktivitet, men vi spiser for mye salt og sukker og for lite frukt og grønt i Norge. 80% av den voksne befolkningen er for lite fysisk aktive i forhold til gjeldende anbefaling på 30 minutter fysisk aktivitet hver dag.

– Nordøsterdølene er generelt i god fysisk form og engasjerte i organisasjoner og foreninger. Men samfunnsutviklingen når oss her også. Som fysioterapeut ser jeg en økning av pasienter med type livsstilssykdommer. Min jobb er å være med å forebygge til at folk lager gode vaner i stedet for å endre uvaner, poengterer Bolstad.

– Jeg skal også være pådriver for at kommunen og frivillige kan legge til rette for at vi tar gode og sunne valg for oss sjøl, miljøet og de rundt oss. For den enkelte handler rett og slett om å ta ansvar for eget liv, og med det være forbilde for egne barn slik at de også lærer gode vaner. Det være seg hverdagslige ting som å sykle til jobben, besøke hverandre, eller å ta med bærbøtta å ta en tur i skogen, gjerne sammen med andre.

Folkehelsekoordinatoren råd til tynsetbefolkningen er senk skuldrene, stress ned og kom dere ut på tur! Hun sier som professor Per Fugelli: *Folk må lære seg å gi litt mere faen!*

– Vi stiller generelt for høye krav til oss sjøl. Stopp heller litt opp i hverdagen og tenk hva som er viktig for meg og gjør meg fornøyd? Tenke at ting er godt nok! Det er mye god helse i å føle seg fornøyd.

– Jeg vet det er vanskelig å hoppe av karusellen, endring av livsstil gjør vondt. Det krever at flere tenker samme tanke handler deretter. Våre hverdagsaktiviteter kan med fordel bli mindre prestasjonsstyrt. Den såkalte effektiviteten dreper mye av initiativ og sosialt utbytte. Bare det å la barna gå til skolen, det er sosialt, det skaper bånd, det er en fysisk aktivitet, det gir selvtillit og mestring. Dette tar vi som voksne fra dem når de kjøres i effektivitetens navn. Det er viktig å gi barna gode vaner, en god barndom varer livet ut.

Sissel leder også arbeidet med å etablere en Folkehelsesentral på Tynset. Dette er et lavterskel tilbud, en slags drop-in-sentral for folk som er motiverte til å gjøre en endring i livet sitt.

– Mange trenger et lite dytt for å komme i gang, om det nå gjelder trening, slutte å røyke eller legge om kosthold. Folkehelsesentralen har også tilbud om såkalte motivasjonssamtaler. Det er et gratistilbud, åpent for alle og ment som en liten starthjelp til de som trenger det. Tynset har mange aktivitetstilbud, men et gratis ”komme- i-gang-tilbud” som Folkehelsesentralen skal være har manglet her, påpeker Sissel.

Et av tilbudene Sissel har dratt i gang i høst er den ukentlige Frisktrimmen som har samlet om lag ti trimmere til felles aktivitet en times tid.

– Dette er åpent for alle og man møter opp ved Sparken på torget torsdager klokka 15.15. I denne gruppa er det plass til mange flere, anmoder Sissel.

– Folkehelsesentralen skal jobbe tett opp mot samarbeidspartnere som både Tynset Friskliv, NAV og legesenteret. NAV og helsepersonell kan henvise folk til Folkehelsesentralen. Hvor denne fysisk skal etableres på sikt, er i skrivende stund ikke klarlagt. Poenget er at den skal være lett tilgjengelig og lett å stikke innom, understreker Sissel Bolstad. Per dags dato er den på Tjønnsosenteret.

Oversikten over eksisterende aktivitetstilbud ligger tilgjengelig på nettet, på Servicetorget, venterom hos lege og NAV.

Les også om Folkeresepten og Frisktrimmen under ”Kommunen informerer” (side 10-13).

Folkehelse = Balanse i livet

– Når vi skal gjøre noe for helsa, stresser vi så mye etter det perfekte at vi går glipp av det som gir oss god helse. Min jobb er å være pådriver i å forebygge sykdom. Og som fysioterapeut tenker jeg at å øke hverdagsaktivitetene er et viktig grep som bidrar til bedre helse, sier Tynsets folkehelsekoordinator Sissel Bolstad.

Folkehelselovens §4 skisserer kommunens ansvar for folkehelsearbeid:

”Kommunen skal fremme befolkningens helse, trivsel, gode sosiale og miljømessige forhold og bidra til utjevning av sosiale helseforskjeller og bidra til å beskytte befolkningen mot faktorer som kan ha negativ innvirkning på helsen”.

PORTRETET


Tekst og foto : Ingrid Eide

Nr. 3/2014 02

Nr. 3/2014 03



Magasinet Tynset
Nr. 3/2014, 8. årgang

Utgiver
 Tynset kommune
2500 Tynset

Redaksjonen
Arild Einar Trøen (*rådmann og ansvarlig redaktør*)
Morten Oftan (*ass. rådmann*)
Bersvend Salbu (*ordfører*)
Beate Hjertager (*kultursjef*)
Per John Valle (*teknisk sjef*)
Bent Kvisle (*utdanningsjef*)
Mariann Totlund (*enhetsleder landbruk og miljø*)
Trine Økseter Knudsen
(*leder for plan, bygg og geodata*)
Gosia Kveberg (*Servicetorget*)
Ingrid Eide (*fotograf og journalist*)

Kontakt
Telefon 62 48 50 00
Telefaks 62 48 50 11
Epost postmottak@tynset.kommune.no
Internett www.tynset.kommune.no

Annonsering i informasjonsmagasinet
Organisasjoner og næringsliv kan annonsere i våre spalter. Ta kontakt for ytterligere informasjon og bistand med utforming av annonsemateriell.

Kontakt vedrørende annonsering
INGRAFO, 2540 Tolga

Telefon 62 11 71 99
Epost post@ingrafo.no
Web www.ingrafo.no

Foto 1. omslagsside
"En god barndom varer livet ut"
Elever i 7. trinn ved Tynset barneskole
Foto: © Ingrid Eide / Ingrafo

Grafisk utforming
© 2014 INGRAFO
www.ingrafo.no

Opplag
3.600

Trykk
Flisa Trykkeri AS



Miljøspalten

Transport og mosjon i kombinasjon

Å slå sammen transport og mosjon er tidseffektivt i hverdagen, kanskje særlig for barnefamilier. Hvis du sykler til og fra jobben, står det igjen mer av dagen til andre ting. Transport tar jo tid uansett om du går eller sitter i bil. Å sykle er bra for miljøet. Dette kan være en motivasjon i seg selv. Mange mennesker ønsker å tenke miljø og mener det er lurt å la bilen stå.

Et helsefremmende miljø er en forutsetning for god helse. Gode steder og lokalsamfunn har stor betydning for livskvalitet, trivsel og helse. Negative miljøpåvirkninger som luftforurensning, støy, miljøgifter og stråling vil kunne forårsake og forsterke utviklingen av sykdommer som kreft, luftveissykdommer og allergier.

Helsefremmende miljøer bidrar til å gi overskudd, livskvalitet og forebygger sykdom. Gjennom blant annet å legge til rette for fysisk aktivitet, gjøre sunne valg lettere tilgjengelig og skape gode sosiale møteplasser kan man fremme helsen. Befolkningens helse har en sentral plass i kommunal- og regional utvikling, i næringspolitikken, steds og nærmiljøarbeidet og i samferdselspolitikken. En viktig del av folkehelsepolitikken er å beskytte befolkningen mot miljøfarer slik som støy, luftforurensning, miljøgifter, stråling, dårlig inneluft, risiko for ulykker og skader. Ansvar og myndighet for fagområdet miljørettet helsevern er lagt til kommunen med hjemmel i Folkehelsesloven. Miljørettet helsevern er et tjenesteområde som gir kommunen et helhetlig ansvar for et trygt og helsefremmende miljø.

Alle og enhver av oss bør ta ansvar for helsen og miljøet. Beregninger fra Helsedirektoratet viser at den totale velferdsgevinsten ved sykling og gåing kan omregnes til 52 kr/km for gående og 26 kr/km for syklende. Det inkluderer både reduserte helseutgifter for det offentlige og høyere livskvalitet for den enkelte. Men det beste med fysisk aktivitet er at du umiddelbart kjenner effekten av det.

I Tynset kommune har vi mange gang- og sykkelveier og "trygge veier" som ligger til rette for å velge et miljøvennlig fremkomstmiddel, samtidig som vi slår et slag for helsen med å bevege oss mer. Voksne og eldre bør være i moderat fysisk aktivitet minst 150 minutter i uken. Barn og unge bør ha dobbel dose - minst 60 minutter hver dag. Alle bør redusere stillesittingen i løpet av dagen. Undersøkelser fra Helsedirektoratet viser at vi sitter for mye! Hverdagsaktivitet blir borte.

Hva kan motivere deg til å bevege deg mer?

Den viktigste motivasjonsfaktoren for enkelte er at de sparer tid. Kanskje kan arbeidsplassen, kommunen og næringslivet legge bedre til rette for sykkelparkering? Slik at det blir mer «lettvin» å velge sykkel fremfor bil.

De fleste som begynner å sykle til jobben blir i bedre form uansett intensitet. Det viktigste er å få en bra opplevelse og fortsette med aktiviteten ikke bare i noen uker, men i måneder, og helst år. Og barna gjør det vi gjør, ikke nødvendigvis det vi sier ...

Kanskje kan DU velge å sykle, gå eller sparke fremfor å ta bilen neste gang?



Feiret Mangfoldet

Arrangørene av Mangfolkfestivalen i Museumsparken i september karakteriserer arrangementet som en suksess og ser ikke bort fra at dette kan bli et årlig festival.



Tekst: Ingrid Eide / Ingrafo

Det begynte som et initiativ fra Mahdi Hassan om å markere 20 år som nordøsterdøl. Ideen vokste seg til et regionalt heldagsarrangement i et samarbeid mellom Internasjonalt råd, Regionrådet i Fjellregionen, og Nordøsterdalsmuseet. Folk fra hele Fjellregionen bisto med utstillinger, workshops, musikk, stand-up, håndverk, streetart, klesdrakter, teknologi, mat og kunst. I det hele tatt, et speilbilde på mangfoldet vi har i regionen.

– Vi oppnådde det vi ville, nemlig å lage en møteplass og vise fram det fantastiske mangfoldet vi har her i regionen på så mange områder, forteller primus motor og leder for prosjektet "Kvalifisering og inkludering i Fjellregionen" Dagny Straalberg Mills. Arrangementet er et av mange tiltak i arbeidet med mangfolds- og integreringsarbeidet som pågår i regionen. Det er første gangen en så stor markering av mangfoldet i regionen er blitt arrangert. Folk fra mange kulturer i hele regionen og i alle aldre besøkte festivalen.

– Det summet av samtaler og menneskemøter i parken hele dagen. Olav Viksmo-Slettan som programleder sydde det hele sammen på en utmerket måte, sier Mills.

Nå skal årets festival evalueres, og arrangørene ser på veier videre for festivalen som de håper kan bli et årlig arrangement i museumsparken. Tema for årets festival var Mangfolk 300.

– Vi knyttet det tematisk opp mot 200-årsjubileet, blant annet med jubileumsutstillinger fra barnehager og barns tegninger og funderinger rundt Grunnloven. Men vi ser også fremover, og vil med dette blant annet profilere ungdom i distriktet, forklarer Mills.

– Fire av fjorårets 10. trinnselever viste sin avslutningsoppgave i kunst og håndverk, som er en 30 minutters spillefilm med tema fra 2. verdenskrig, innspilt nettopp i Museumsparken.

Utover ettermiddagen ble det arrangert ulike workshops i teater, musikk og dans for Funky Fjellfolk fra Røros og omegn avsluttet dagen med konsert i parken. Utstillingene "Fotspor Somalia-Norge" og "Hverdagsfortellinger" utlånt fra Glomdalsmuseet ble vist i Kulturhuskantina og biblioteket i forbindelse med festivalen.

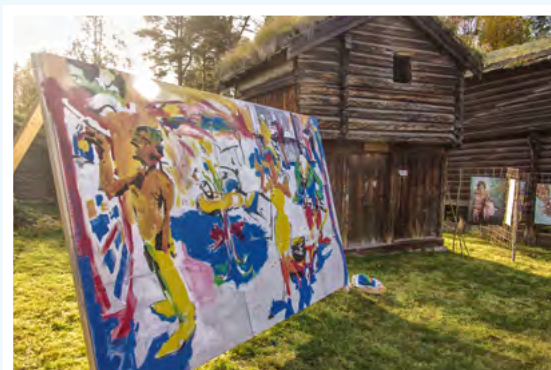


Foto: Øverst: Dagny S. Mills. Øvrige: Ingrid Eide / Ingrafo

Storslagen "Bjørnson-konsert"



 TRONDHEIM
SYMFONIORKESTER

Trondheim symfoniorkester, dir. Terje Boye Hansen

Trondheim Symfoniorkester kommer til Tynset

I forbindelse med grunnlovsjubileet samarbeider Tynset kommune med Kvikne Utvikling om en storslagen "Bjørnson-konsert". Denne konserten er Tynset kommunes offisielle jubileumsmarkering.

**"Vis at du er født høyt oppe,
med vidt utsyn"**

*En hilsen fra Karoline og verdensborgeren Bjørnstjerne
etter et besøk på Kvikne i 1897*

Onsdag 15. oktober kommer Trondheim symfoniorkester sammen med sangsolistene Isa Katharina Gericke og Håvard Stensvold til Tynset. De to solistene skal blant annet framføre to nyskrevne verk til Bjørnson-tekster, med musikk av komponistene Lene Grenager og Ole Karsten Sundlisæter. Utgangspunkt for disse komposisjonene er tekstene "Holder du av meg i høsten" og "Norge, Norge".

Tekstene av Bjørnson har vært og er mye benyttet i musikken; lokalt, nasjonalt og internasjonalt. I forbindelse med markeringen av Bjørnsons død i 2010 ble det skrevet ny musikk til Bjørnsons tekster av komponister og utøvere fra Fjellregionen.

Kunstnerisk leder og kveldens programleder er ingen ringere enn Henning Sommero. Han har plukket ut både komponister og solister som deltar på konserten. Sommero har også skrevet musikk som vil bli framført sammen med orkesteret og kor fra Kvikne skole.

Steinar Brekken poengterer at det er en stor begivenhet å få Trondheim Symfoniorkester til Tynset igjen.

– De har ikke vært på Tynset siden de markerte åpningen av kulturhuset i 1988. Flere av de som spilte i Trondheimsymfonikerne den gang er fortsatt med.

Tynset kommune har fått 100.000 kroner fra Norsk Kulturråd til produksjon av de nye verkene.

– En konsert av en slik størrelse er et stort kulturelt og musikalsk løft, sier kultursjef Beate Hjertager, som spesielt vil fremheve Jan Haugans innsats i dette arbeidet. Haugan i Kvikne Utvikling har vært sentral i forberedelsesarbeidet som nå har pågått i et år.

Ellers nevner vi av programmet:

Henning Sommero, solist: Salme av Bjørnson "Ære det evige forår i livet"
Andre sanger: Sopran- og barytonsolist og barnekor:
"Killebukken", "Lammet mitt", "Aften"

Musikkstykker av: Ole Hjellemo: "Høgsommer i høgfjellet"
Manuel de Falla: "Den tresnutede hatt"
Edvard Grieg: "Ved Rondane"

BILLETTER

Voksne: Kr 300,-

Barn: Kr 150,-

Med kulturkort: Kr150,-

Bli en stifadder!

I 2013 ble det startet en aksjon med "stifaddere" i Tynset. En stifadder tar ansvaret for å holde en sti åpen fra å gro igjen. I alt 60 personer meldte seg og 53 km stier ble ryddet!

Tekst: Tore Stubbe



Helge Haug (t.v.) og Johan Berg har ryddet mange meter sti i Tynset. Foto: Magnar Oftan

Her kan folk selv velge hvor de vil rydde, men det avtales regler for hvordan det skal foregå og holdes en oversikt over hvem som rydder hvor. Ordningen fortsetter. Her er fortsatt alle velkomne med. Du kan gjøre denne jobben når du vil. Meld deg til Kristin Siksjø (41693847) eller Marit Eggen Nyaas (91346881). Det er mange stier som gro igjen - og god plass i skogen!

I kjølvannet av stifadder-arbeidet har det kommet opp både ønsker og tidligere planer om turstier rundt Tynset tettsted. Selv med storslått natur relativt nær er det de korte turene vi vil rekke flest av i en travel hverdag. Forskningen forteller at de fleste vil mosjonere når det passer dem, og at de mange korte turene er best for helsen. Stier i nærrområdene er et ønskemål.

Det arbeides nå med å finne ut om det er mulig å lage turstier nær bebyggelsen og langs elva:

- En runde på Neby med avstikker til badeplassen i Tunna
- Oppgradering og tilrettelegging av Kjærlighetsstien/Gamle Allmannvei i Tjønnområdet
- Tursti langs elva mellom Glåm-brua (Tynset-brua) og Å-brua (i første omgang nordsida)
- Merking av de viktigste stiene oppover - og et system av "ringer" på tvers i Grønfjellia

Disse idéene berører bebyggelse, innmark og andre bruksområder i en helt annen grad

enn stifadder-arbeidet, og krever planlegging, avtaler og økonomi. Så det tar tid å finne ut hva som er mulig og hva vi kan make å gjennomføre - ikke minst økonomisk. Men vi har nå flere arbeidsgrupper i gang - og det går framover.

Vi ønsker å få til noen av disse stiene med universell utforming, bla tilrettelegging for rullestoler, og jobber for det. Her er naturen i utgangspunktet lite samarbeidsvillig med kronglete og bratte kneiker, men vi har håp om å få til noe.

Heller ikke dette er uberørt av den teknologiske utviklingen. Vi har en gruppe i gang som skal gjøre det lettere å få opplysninger over nettet, lage tilgjengelig informasjon osv.

Arbeidet koordineres fra Tynset Turlag. Tynset Rotary har også lagt inn stor innsats i planleggingen med mange andre gode og positive samarbeidspartnere. Det gjør oss optimistiske på at det skal bli mulig å få virkeliggjort disse turstiene i nærrområdet.

Kontaktperson og info om sti-prosjektene:
Tore Stubbe (901 02 884)





Kommunebarometeret 2014

Er du flink?

Hvor god er du egentlig?

Sammenlignet med hvem?

Et raskt søk på nettet gir mange hundre tusen treff for ordet rangering. Det kan se ut som det ligger i tiden å lage lister og rangeringer over det meste. Noen blir best og noen havner sist. Vinnere og tapere får øyeblikkets oppmerksomhet, de andre strever uførtroendet videre i håp om å levere bedre neste gang.

Hvor god er Tynset kommune? Det finnes ikke noen fasit, men i en rapport som kalles Kommunebarometeret 2014 rangeres Tynset kommune som nummer 53 av landets 428 kommuner. Her en tabell som viser plassering på sektornivå:

	Vekt (%)	2010	2011	2012	2013	2014
Grunnskole	20	27	16	18	10	8
Eldreomsorg	20	282	242	245	348	268
Barnevern	10	403	380	372	308	203
Barnehage	10	202	166	243	353	137
Helse	7,5	127	129	100	171	157
Sosial	5	273	179	228	181	119
Kultur	2,5	146	174	122	132	130
Økonomi	10	235	283	268	261	293
Enhetskostnader	5	319	330	339	333	357
Nærmiljø og klima	2,5	222	53	75	128	137
Saksbehandling	2,5	318	310	283	172	290
Vann, avløp og renovasjon	2,5	73	72	158	53	47
Brukerperspektiv	2,5	99	72	34	105	82

Fargekodene gir signal om hvor godt eller dårlig kommunen ligger an i sektoren, målt mot alle kommuner

I tabellene for hver enkelt sektor er plasseringer og karakterer for tidligere år oppdatert for å være mest mulig sammenliknbart med årets utgave. Og husk at dette er en rangering, ikke en kvalitetsvurdering. Ligger kommunen langt nede på et område, er det sannsynlig at det er noe å lære av andre, men det betyr ikke automatisk at kvaliteten i den leverte tjenesten er dårlig.

Tynset havner høyt på årets totaltabell i den endelige utgaven av Kommunebarometeret fra Kommunal Rapport. En viktig årsak er at det er klar framgang innen flere sektorer, særlig barnehage og eldreomsorg. Fra før er det meget gode tall innen grunnskole. Samlet er

det bare delvis økonomi og enhetskostnader som trekker ned av de viktige kategoriene. Dette gir en såpass positiv profil, at det blir en god plassering totalt.

I en middels kommune vil det være like mange gode som dårlige plasseringer. I Tynset er profilen noe bedre enn dette.

KR analyserer også hvordan nøkkeltallene har utviklet seg fra det ene året til det neste. I Tynset er andelen nøkkeltall som er forbedret, klart større enn andelen som er forverret. Nasjonalt er utviklingen på langt nær så god.

Nasjonalt viser tallene at Kommune-Norge også i fjor leverte bedre nøkkeltall enn før. I knapt to av tre kommuner har overvekten av nøkkeltallene blitt bedre det siste året. Det er

tredje året på rad at nøkkeltallene samlet viser en forbedring. Men utviklingen er ikke like god som for ett år siden – i årets barometer er overvekten av gode nøkkeltall mindre enn i fjorårets statistikk.

Kort oppsummert beskriver rapporten Tynset kommune slik:

- Prestasjonene i grunnskolen er nesten helt i norgestoppen – kan andre kommuner lære av Tynset?
- Andelen som har omfattende bistandsbehov er veldig høyt – og har økt kraftig over tid
- Bemanningen i barnehagene ser ut til å ha blitt langt bedre i fjor
- Hva kan andre kommuner lære av resultatene i biblioteket i Tynset?
- Disposisjonsfondet bør bli langt større for å sikre en god buffer mot framtidige utfordringer
- Kostnadene per sykehjemsplass er relativt høye

Høsten er tiden for budsjettarbeid. Vi er midt inne i prosessen med budsjett og ser at vi har noen utfordringer med å videreføre tjenestene på samme nivå som forrige år. Vi får litt mindre statlige overføringer og vi har gjennomført investeringer som nødvendigvis vil bety litt innstramming på driften, men dette løser vi. Og vi er svært heldige som bor i verdens beste kommune i verdens beste land.

Med ønske om en fargesprakende fin høst til alle lesere!

Arild Einar Trøen
Rådmann

MANGELN PÅ RENT VANN KREVER FLERE LIV ENN VÅPEN GJØR I KRIG

Bli med og gi over en million mennesker rent vann. Tilgang til rent vann gjør at mennesker overlever og holder seg friske. Barn og kvinner trenger ikke gå flere timer hver dag for å sikre familien livsviktige dråper. Dermed kan de bruke disse timene på skole og arbeid, som igjen utvikler hele samfunn. Nå er det vår tur til å gå!

BLI BØSSEBÆRER FOR TV-AKSJONEN NRK 19. OKT. RING 02025 BLIMED.NO

VANN FORANDRER ALT
KIRKENS NØDHJELP
TV-AKSJONEN NRK
19. OKTOBER 2014

Vann forandrer alt

TV-aksjonen 2014 – Kirkens Nødhjelp

I år er det 40-årsjubileum for NRK sin TV-aksjon. Mange gode formål har mottatt svimlende beløp, som er blitt brukt til viktig humanitært arbeid både i eget land og i utland gjennom disse 40 åra.

I år er aksjonen søndag 19. oktober og pengene går til Kirkens Nødhjelp sitt arbeid med å skaffe varig tilgang til rent vann for mennesker i utviklingsland. Tilgang til rent vann gjør at mennesker overlever og holder seg friske. Kvinner og barn, kan gå på skole og arbeid, istedenfor å bruke dagene på å hente vann.

Rent vann er blitt en selvfølge for oss. Rennende rent vann fra springen og fra vannautomater omgir oss på alle kanter. Slik er det slettes ikke for alle. Derfor ønsker Tynset kommune også i år å bidra til at det blir samlet inn mest mulig penger til NRK sin TV-aksjon.

Vi har gjennom 40 år hatt god hjelp av mange positive bøssebærere, rodeledere og givere. Vi håper Tynsets innbyggere fortsatt er positive og ønsker å bidra på en eller annen måte. Ønsker du å være bøssebærer? Ta i så fall kontakt med Tone Bergfall i kommunen (tlf 62 48 50 00).

Ellers håper jeg dere tar godt i mot årets bøssebærere den 19. oktober, og at dere gir et bidrag for å hjelpe slik at andre kan få en bedre hverdag.

Husk ordtakene

”Man har aldri så lite at man ikke kan dele med andre”
”Livet gir oss tilbake det vi gir andre”

På forhånd tusen takk for hjelpa!

Med vennlig hilsen
Merete Myhre Moen
Varaordfører og kommunens leder for TV-aksjonen





Folkehelse resepten

Folkehelse resept er tilbud til personer som ut fra en helse- eller sosialfaglig vurdering har behov for hjelp til å endre levevaner.

Folkehelse resept er en henvisning som gir tilgang til et strukturert veilednings- og oppfølgingstilbud primært innen levevaneområdene fysisk aktivitet, kosthold og tobakk. Målgruppen er personer med behov for hjelp til å endre levevaner, og som har økt risiko for, eller begynnende utvikling av sykdom eller lidelser. Både fastlege og annet helsepersonell samt NAV, kan henvisne til frisklivssentraler. Det er også mulig å ta direkte kontakt med Folkehelse sentralen.

Helsesamtale

Reseptperioden har en varighet på tolv uker, og starter og avsluttes med en helsesamtale. I løpet av helsesamtalen utarbeider deltaker, sammen med veileder, sine mål og planer for oppfølgingen. Deltakeren får informasjon om aktuelle tilbud ved folkehelse sentralen og eventuelt andre lokale tilbud.

For personer som oppsøker folkehelse sentralen uten henvisning, kan veileder ved folkehelse sentralen skrive ut folkehelse resept dersom det er behov for det.

Rapport fra helsesamtalen sendes henviser samt fastlege, dersom andre enn fastlegen har henvist. Temabaserte samlinger om levevaner og endring inngår som del av innhold i reseptperioden.

Folkehelse sentralen skal ha oversikt over lokale lavterskeltilbud og lede deltakerne videre til dette. Etter perioden vurderes behov for videre oppfølging. Tilbudet er gratis.



Spørsmål?

Kontakt folkehelsekoordinator Sissel Bolstad
Telefon 62 47 10 80

SMIL-midler til rydding av stier

I retningslinjene for bruk av SMIL-midler i Tynset, er tiltak for å bedre tilgjengelighet og opplevelser i landskapet nå blitt lavere prioritert enn tidligere. Det ble ikke innvilget noe til rydding mv i 2013 og 2014 med unntak av planleggingsprosjektet. Det kan ikke påregnes at søknader som gjelder rydding mv når opp.

I en årrekke fra 2005 til 2009 ble det innvilget tilskudd med kr 165 600 til fem grunneierlag og lignende til rydding, merking og skilting av stier. Disse prosjektene er ferdigstilt. Videre ble det fra 2007 til 2012 innvilget kr 40 400 til tre privatpersoner til samme formål der prosjektene er ferdig. Fra 2010 til 2012 ble det innvilget kr 128 900 til tre grunneierlag og lignende til samme formål der prosjektene ikke er ferdige.

Det er innvilget kr 100 000 til to planleggingsprosjekter. Det gjelder planlegging og forarbeid til to større prosjekter. Et er ferdig og et ble innvilget nå i 2014. En privatperson får kr 4 500 i årlig tilskudd for slått og vedlikehold av turstier nær Tynset sentrum.

Tiltakene det er søkt på gjelder over hele kommunen, og de fleste gjelder rydding, merking og skilting av gamle ferdselsveier, ofte mellom setergrendene og bygda. Noen tiltak gjelder i kulturlandskapet i bygda. Utenom fire privatpersoner har disse søkt og fått tilskudd:

- Glomma-Tunna grunneierlag
- Brydalen Utmarkslag
- Fåset-Fådal grunneierlag
- Tynset Østre grunneierlag
- Kvikne Utmarksråd
- Storbekken senkingslag (Telneset)
- Hesteriket
- Fåset skole



INFLUENSAVAKSINERING 2014

Tynset legekontor:

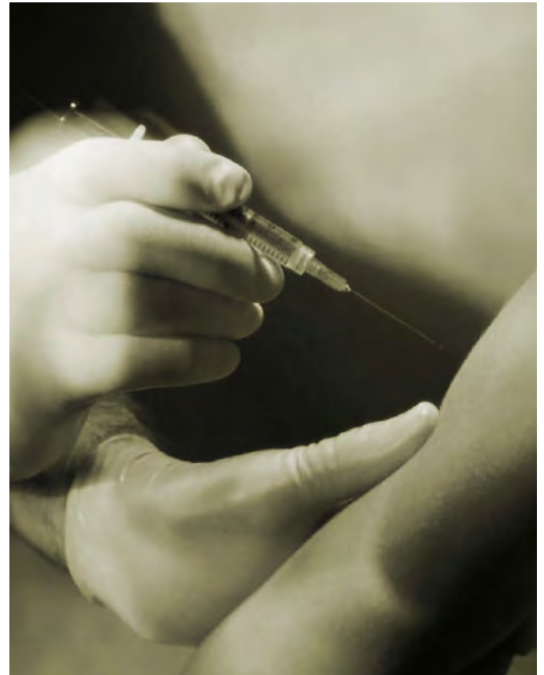
Onsdag 15. oktober kl. 16.30 – 19.00. MERK TIDSPUNKTET.
Ingen timebestilling, det er bare å møte opp.

Tynset helsestasjon:

7. oktober kl. 9-14 og 9. oktober kl. 9-14.
Ingen timebestilling, det er bare å møte opp.

Influensa er en svært smittsom sykdom som skyldes influensa-virus og finnes på slimhinnene i luftveiene hos de som er smittet. Smittefare er størst dersom den syke hoster eller nyser rett på en annen person. Virusene kan leve et par timer utenfor kroppen og kan også overføres indirekte via hender og gjenstander.

Symptomer på influensa er plutselig feber som stiger raskt, muskelsmerter og hodepine, eventuelt også luftveissymptomer, magesmerter, diare og oppkast. For friske er influensa plagsomt og vondt, men ikke farlig. For personer i risikogrupperne, kan imidlertid influensa være en alvorlig sykdom. Man er vanligvis immun mot influensavirus av samme eller liknende type i mange år etter å ha vært syk. Influensavaksine, som er det viktigste forebyggende tiltaket mot influensa, bør tas i perioden september til november. Full beskyttelse oppnås etter én til to uker. Den positive helseeffekten ved å la seg vaksinere mot influensa gjelder særlig for personer i risikogrupperne. Influensa kan blant annet føre til dårlig allmenntilstand, lungebetennelse samt økt risiko for hjerte- karsykdom som vil kreve sykehusinnleggelse. Vaksinen gir ikke full beskyttelse mot smitte hos alle, men forløpet av sykdommen kan bli mer kortvarig og mildere når man er vaksinert.



Risikogrupper som anbefales å vaksinere seg

- Alle fra fylte 65 år
- Beboere i omsorgsbolig og sykehjem
- Gravide etter 12. svangerskapsuke (2. og 3. trimester)
- Barn og voksne med:
 - diabetes mellitus, type 1 og 2
 - kronisk luftveissykdom
 - kronisk hjerte-/karsykdom
 - kronisk leversvikt
 - kronisk nyresvikt
 - kronisk nevrologisk sykdom eller skade
 - nedsatt infeksjonsforsvar
 - betydelig fedme (BMI over 40)

I tillegg anbefales influensavaksine til ...

- Helsepersonell som har pasientkontakt. Disse er i stor grad utsatt for smitte, og kan utgjøre en betydelig smittekilde for sine pasienter
- Svinerøkttere og andre som har regelmessig kontakt med levende griser
- Personer som bor sammen med, eller er i jevnlig kontakt med, svært immunsvekkede pasienter

Vaner som forebygger influensa

- God hånd- og hostehygiene forebygger smitte
- Bruk av papirlommetørkle foran munn/nese beskytter andre når du hoster eller nyser. Kast lommetørkleet etter bruk. Vask så hendene
- Bruk albukroken når du må hoste eller nyse og ikke har papirlommetørkle tilgjengelig
- Vask hendene ofte og grundig, spesielt når du har vært ute blant folk
- Hånddesinfeksjon med alkoholholdige +midler er et alternativ når håndvask ikke er mulig, for eksempel på reise



VIL DU VÆRE "AKTIV I NATUREN"?

Tynset kommune starter opp ei seniorgruppe for dere som vil være "AKTIV I NATUREN" sammen med andre.

Kommunen har mange naturinteresserte voksne mannfolk. Aktiviteten tilpasses årstida, med mest uteliv sommerstid og det motsatt vinterstid. Vi satser på tur hver annen onsdag, oppstart var 1. oktober.

Hva gjør vi?

Veien blir til mens vi går, og vi håper på gode aktivitetsforslag. Det blir noe kjøring til naturperler eller kulturminner, der kokes kaffe og praten går. Alle bidrar med sin kunnskap. De gangbare blir med og går tur, andre holder kaffebålet varmt. Vi håper fagfolk med kunnskap om natur og kultur blir med og forteller om det vi ser.

I kulde og uvær kan vi være på Frivilligsentralen. Der satser vi på foredrag av folk med naturen som arbeidsplass, ser på naturbilder, prøver blant annet gamle håndverksteknikker. Vi ser også for oss ei ved-gruppe som kan hjelpe trengende med noen vedsekker i ny og ne.

Spørsmål kan rettes til Gudrun på telefon 62 48 11 01.

FYSAK Tynset, Tynset Eldreråd, Tynset Lions, Tynset Pensjonistforening, Tynset Rotary, Tynset Jeger og Fisk, Tynset Turlag og Tynset Frivilligsentral ønsker alle velkommen!

Foto: Tynset kommune



HALLO skatere i Tynset!



Dette er en påminnelse om at vi har skatehall på Tynset!

Der finnes mange apparater og romslige forhold, men helt uisolert så man må kle seg som for utendørsidrett.

Bruken var stor tidligere, men har siste året tapt seg betraktelig. Dagens bruk forsvare ikke husleia. Kulturtjenesten i kommunen har to alternativ, øke bruken eller si opp leieavtalen. Dersom DU er skater vil vi gjerne høre fra deg:

Send gjerne epost til FYSAK-KOORDINATOR
stein.kaasin@tynset.kommune.no
og si litt om skateønsker og behov!

Vi hører gjerne også fra "skateforeldre" med gode tanker og meninger.

Med hilsen
Kulturtjenesten

Åpningstider Tynset bibliotek



Hovedbiblioteket har nye åpningstider som en prøveordning ut året:

Mandag, tirsdag og torsdag kl 11:00 -16:00

Onsdag kl 11:00 - 18:00

Fredag kl 11:00 - 13:00

Lørdag kl 11:00 - 14:00

Kvikne bygdebibliotek

Tirsdag kl 11:00 - 13:00

Onsdag kl 16:00 - 19:00

Telefon: 62 48 52 18

E-post: postmottak.biblioteket@tynset.kommune.no

Med hilsen oss på Tynset bibliotek

"FRISKTRIM"

- et gratis
aktivitetstilbud for
alle innbyggerne i
Tynset kommune



Frisktrim foregår hver torsdag kl. 15.15-16.15 med oppmøte ved Sparken. Derfra går vi opp til skolens utearealer hvor vi trener kondisjon, styrke, balanse og bevegelighet. Målet er å ha det gøy med fysisk aktivitet sammen med andre, og aktiviteten er tilrettelagt for alle aldre og nivåer. Ta på deg et par gode sko og klær som er gode å bevege seg i.

Velkommen!

Kontakt folkehelsekoordinator Sissel Bolstad på telefon
62 47 10 80 dersom du har spørsmål.



Foto : Ingrid Eide / Ingrafo

Framtidstro - ja, takk!

” Min framtidstro er ikke basert på bare noe jeg tror og synser ”

Jeg har stor tro på at Tynset vil utvikle seg positivt og vokse i framtida, til det beste for våre egne innbyggere og hele regionen. Hvorfor i alle dager skulle jeg det, når flere mener det er mange piler som peker i negativ retning for oss, og det hevdes at vi sliter på mange områder? Fordi dette handler om hva en ser på av muligheter, og hvilket perspektiv en har på virkeligheten. Vi har så mye positivt og bra hos oss, og det finnes et stort potensiale på mange områder som vi kan få veldig mye ut av i framtida.

Når en går inn i livet eller i hverdagen, så kan en velge to hovedveier. Den ene handler om at det er begrensninger hvor enn man snur seg, og fokuset er på ulike saker en ikke er fornøyd med. Det finnes på denne veien mange årsaker til å unnlate å gjøre noe, og disse ligger alltid utenfor en sjøl. Den andre hovedveien er den hvor en ser muligheter hvor enn man snur seg, og en klarer å glede seg over små og store ting en er fornøyd med. Selv om dette er en karikert virkelighetsforståelse og ingen er fullt og helt det ene eller andre, så er det viktig å fundere litt på hvilken hovedvei vi er på og om det ikke bør satses mer på mulighetsveien. Dette gjelder både som enkeltperson og som samfunn. Tenk hvor mye mer spennende og lystbetont det er å leve en hverdag hvor mulighetene står i kø, enn i en tilværelse fylt med bare begrensninger. Ethvert menneske og samfunn bør bruke sin energi på en positiv måte for seg selv og de rundt en, og for felleskapet vi er en del av. Jeg mener vi har mye av disse holdningene i vår kommune, både blant folk og virksomheter, og

dette må vi bli enda flinkere til å dyrke frem. Med et slikt perspektiv i ryggen kan vi virkelig gå optimistiske inn i fremtida. Dette er ikke det samme som å si at alt er i orden, og at det ikke er noe å kjempe for. Snarere tvert imot gir dette mere styrke og krefter i engasjementet for å forbedre ulike saker og skape et bedre samfunn for flere, både lokalt, regionalt, og langt utover landets grenser.

Min framtidstro er ikke basert på bare noe jeg tror og synser. Det handler mest om fakta om oss selv og perspektiver på oss som kommune og region. For å ta kommunen som organisasjon først, så gir vi meget gode tjenester og tilbud til våre innbyggere. Her kan vi som på alle andre områder i livet bli bedre, men sammenlignet med andre kommuner så gjør vi det godt. Vi vet selvsagt at det er vanskelig å måle kvalitet på tjenester, og mye statistikk kan tolkes vidt, men alt i alt leveres gode tjenester. Om en våger å se ut over landets grenser, til Europa for øvrig og hele verden, så må en være rimelig kunnskapsløs for å hevde at vi får dårlige tjenester i Norge og i Tynset. Våre andre offentlige tjenester vet vi er gode, og et eksempel er sjukehuset vårt, som skårer meget godt på alle statistikker i forhold til behandling og pasienttilfredshet. Vår videregående skole er av høyeste kvalitet, og DPS og politi samt domstoler, er viktige og meget gode.

Når det gjelder næringslivet er det også ei lang liste med gode eksempler på at vi er veldig gode. Nortura leverer skinke i verdensklasse, handels- og servicenæring er i norgestoppen

Politiske møter

Oktober - desember 2014

16.10.	09:00	Formannskapet
30.10.	09:00	Kommunestyret Politikerdag og budsjett- konferanse
13.11.	09:00	Formannskapet
25.11.	18:00	Kommunestyret
27.11.	09:00	Formannskapet Budsjett
04.12.	09:00	Formannskapet
11.12.	09:00	Kommunestyret Politikerdag og budsjett- behandling

Se forøvrig ajourført kalender på
www.tynset.kommune.no

når det gjelder service og omsetning per innbygger, samtidig som vi har et vareutvalg mange misunner oss. Bilbyen Tynset bør nå være kjent for alle. Det er tvilsomt om noen kommuner har så mye bil- og transport-relatert virksomhet per innbygger som Tynset. Entreprenørene, elektrikere, rørleggere og mange flere bransjer vi har her på Tynset, tåler sammenligning med hvem som helst, og Norax konkurrerer med hvem som helst, og vinner. Siste eksempel, og kanskje det viktigste, er landbruket og alle virksomheter knyttet til dette. Dette er helt i landstoppen både når det gjelder omsetning, dyretall, økning av dyrkamark med mere.

Det er veldig mye vi kan være stolte av i kommunen vår, og jeg har ikke vært i nærheten av å nevne alt, og alle vet jo hvor bra kultur og fritidstilbudet, samt naturen vår er. Alt dette gir meg fremtidsro for Tynset og vår region, og kort oppsummert er det rett og slett alle de fantastiske menneskene i kommunen vår og alle de gode virksomhetene, både offentlige og private, som gir meg trua på oss. Vi må bli enda bedre på å heie fram hverandre, og det gjelder alle, og det er jeg sikker på at vi klarer bare vi tar frem det positive engasjementet i felleskap, og ser mulighetene i hverdagen og fremover.

Beste hilsner
Bersvend Salbu
Ordfører

Hederspris til kinosjef Else

Kinosjef Else Nyheim er tildelt Norske kinosjefers forbund sin hederspris Sølvspolen. Det skjedde under Filmfestivalen i Haugesund tidligere i høst.

Tekst og foto: Ingrid Eide / Ingrafo

– Else er en markant kinosjef som har jobbet både opp mot bransjeorganisasjonen Film og Kino og direkte mot de enkelte byråene for å kjempe for bedre kår for de små kinoene, sier kultursjef Beate Hjertager.

– Hun er uredd, har stort pågangsmot og har jobbet hardt for at de små kinoene må stå sammen om felles sak.

Else Nyheim var med i styret i Norske Kinosjefers forbund i mange år, blant annet som kasserer. Hun setter stor pris på denne utmerkelsen som kom meget overraskende.

– Å jobbe som kinosjef er en livsstil, og siden jeg begynte i 1987 har bransjen jeg har

vært så heldig å være en del av gjennomgått en revolusjon. Fra å sitte på kalde stålørstoler i kalde lokaler i Rambu, kunne man i det nye kulturhuset synke ned i gode polstrede seter i to ulike kinosaler. Forskjellen på kinoopplevelsen var enorm. Den neste store revolusjonen skjedde da kinoen for få år siden ble digitalisert. Digitaliseringen har gjort det teknisk mye enklere.

– Vi slipper å bekymre oss om at filmrullen ligger igjen i posten på Rena, eller at den er så slitt at den spjæres på spolen. Kvaliteten er blitt betydelig bedre og vi kan vise helt nye filmer.

Etter digitaliseringen har det etter hvert vist seg vanskelig for små kinoer å få smalere filmer. Det er filmbyråene som definerer hva som er smale filmer, og i det siste har vi opplevd at både "Gubben og katten", "Postmann Pat" og "Emil i Lønneberget" har blitt regnet som smale.

– Dette er bare en av mange kamper Else har engasjert seg i, utdyper Hjertager og forteller videre at Else brenner for kvalitetsfilm og for god film til barn og unge.

– Hun har evne til nytenkning, og står hele tiden på for utvikling av Tynset kino. De siste årene har hun jobbet mye med utvikling av markedsføringssiden. Det vises nå 12-13 forestillinger i uka. I fjor var besøkstallet 15.000.

Fra 1. oktober gikk Nyheim over i 30 prosent stilling. Ørjan Lønningen er ny kinosjef i 50 prosent stilling.



Else Nyheim brenner for kvalitetsfilm og for god film til barn og unge. Her forbereder hun forestillingen Kaptein Sabeltann og skatten i Lama Rama.



Bokbad

i Tynset bibliotek

Torsdag 23. oktober kl. 19.00

Carsten Jensen: **REISER**

Carsten Jensen er dansk forfatter, journalist og samfunnsdebattant. Før sin forfatterkarriere var Jensen både krigskorrespondent og fast kronikør i den danske avisa Politiken. Forfatteren har vunnet en rekke priser og har også blitt nominert til Nordisk Råds litteraturpris. Hans gjennombrudd som forfatter kom med reisebøkene "Jeg har sett verden begynne" og "Jeg har hørt et stjerneskudd".

Forlaget skriver: "Forfatteren reiser gjennom land som har vært skueplass for krig, folkemord og katastrofer. Beretningen om jorden og dens skjebne, refleksjonene over et voldsomt og blodig århundre, og bekjennelsen til de kreftene i mennesket som må seire hvis vi skal ha en fremtid, er blitt en klassiker innen reiselitteraturen".

"Vi, de druknede" er en stor sjøfartsroman som går over fire generasjoner. Stoffet er hentet fra hans oppvekst i Marstal på øya Ærø.

Det blir en kveld preget av Carsten Jensens sterke samfunns-engasjement. Han tar oss med, både til sjøfartsbyen Marstal i Danmark, og ut i verden. Det blir også en mental reise med refleksjon over den tida og verden vi lever i – og hvordan vi lever den!



Mandag 17. november kl. 19.00

Øystein Morten: **JAKTEN PÅ OLAV DEN HELLIGE**

Forfatter og religionshistoriker Øystein Morten har gjennom flere år studert Olav Haraldsson. Han vil fortelle om resultatet av sin gransking av historiske kilder. Portrettet av kongen som kristnet Norge er nemlig fullt av overraskelser. Vi får også høre om relikvier, om tro og håp i middelalderen, om en mektig kirke, forbyttede lik og om hemmeligheter som har ligget gjemt hos domkapitlet i Nidaros.

Hos den katolske kirken i Oslo oppbevares noe som skal være et ben fra kroppen til Olav den hellige. Røntgenfotografi, karbondateringer og DNA-strukturer av benet gir spennende perspektiver på hvem denne Olav var, og hva som kan ha skjedd med kroppen hans etter døden.

Arbeid gir mening og trivsel

Fatima stortrives i jobben på Tjønnsenteret. For henne er jobben viktig både for språkutviklingen og ikke minst trivsel i hverdagen og i lokalsamfunnet.

Tekst og foto: Ingrid Eide / Ingrafo



Fatima er en høyt verdsatt ressurs på avdelinga vår, sier leder Solvår R. Rehder

Fatima er fra Afghanistan og kom til Tynset for tre og et halvt år siden. Det siste året har hun hatt språktreningsplass på Rehab korttid på Tjønnsenteret. Nylig gikk hun inn en ny ettårskontrakt med femdagers uke. Tidligere har hun delt uka mellom skole og språktrening.

– Å gå på jobb er viktig for meg. Jeg føler at jeg er til nytte, sier Fatima. Hun deltar i de daglige rutinene på kjøkkenet, aktiviserer og går turer med beboere.

– Da lærer jeg og får praktisert mye norsk. Jobben er ikke vanskelig. Språk er vanskelig, smiler hun.

Tynset kommune har vedtatt å bosette en kvote på 15 flyktninger per år, hvorav tre enslige mindreårige i årene 2012 til 2015. I henhold til IMDIs anmodning om å øke denne kvoten innebærer dette en økning på fem personer i forhold til gjeldende vedtak. Bosetting av flyktninger er en permanent kommunal oppgave på lik linje med andre kommunale oppgaver.

– Vi har et samfunnsansvar som vi skal være åpne og bevisste på, sier personalsjef Siv Nytrøen Reiten. Det er en humanitær oppgave kommunene er pålagt, men de utgjør også en ressurs og arbeidskraft. I Tynset og regionen for øvrig er det utfordringer med å skaffe nok språktreningsplasser. Tynset kommunen ønsker å gå foran med et godt eksempel, og oppfordrer avdelingene som kan ta imot folk om å gjøre det.

– Det krever noe av organisasjonen i en opplæringsfase, men vi har mange eksempler på at det blir positivt for begge parter over tid. Avdelingene i Tynset kommune er generelt svært positive til å ta imot folk både på språktrening, og praksisplasser for øvrig, understreker Reiten.

– I vår avdeling var det faktisk de ansatte som spurte om vi kunne få flere på språktreningsplass, forteller avdelingsleder ved Rehab på Tjønnsenteret, Solvår R. Rehder.

– Dette er en viktig ressurs for oss, og noe vi har svært god erfaring med. Vedkommende går "utenpå" ordinær betjening, det betyr det alltid er en på avdelingen som kan observere og bidra til med hjelp og aktivisere beboerne når det trengs. Vi kontaktet NAV, og slik kom Fatima hit.

Inga Lill Rønning er leder ved Helse-tjenesten og forteller at de nå har en polsk sykepleier som de først fikk på språktreningsplass fast ansatt.

– I to år bidro vi med å få hennes autorisasjon som norsk sykepleier på plass. Nå jobber hun i 100 prosent stilling som sykepleier her hos oss. Som i Fatimas situasjon ble også dette en vinn-vinn-situasjon for begge parter, påpeker Rønning.

FAKTA

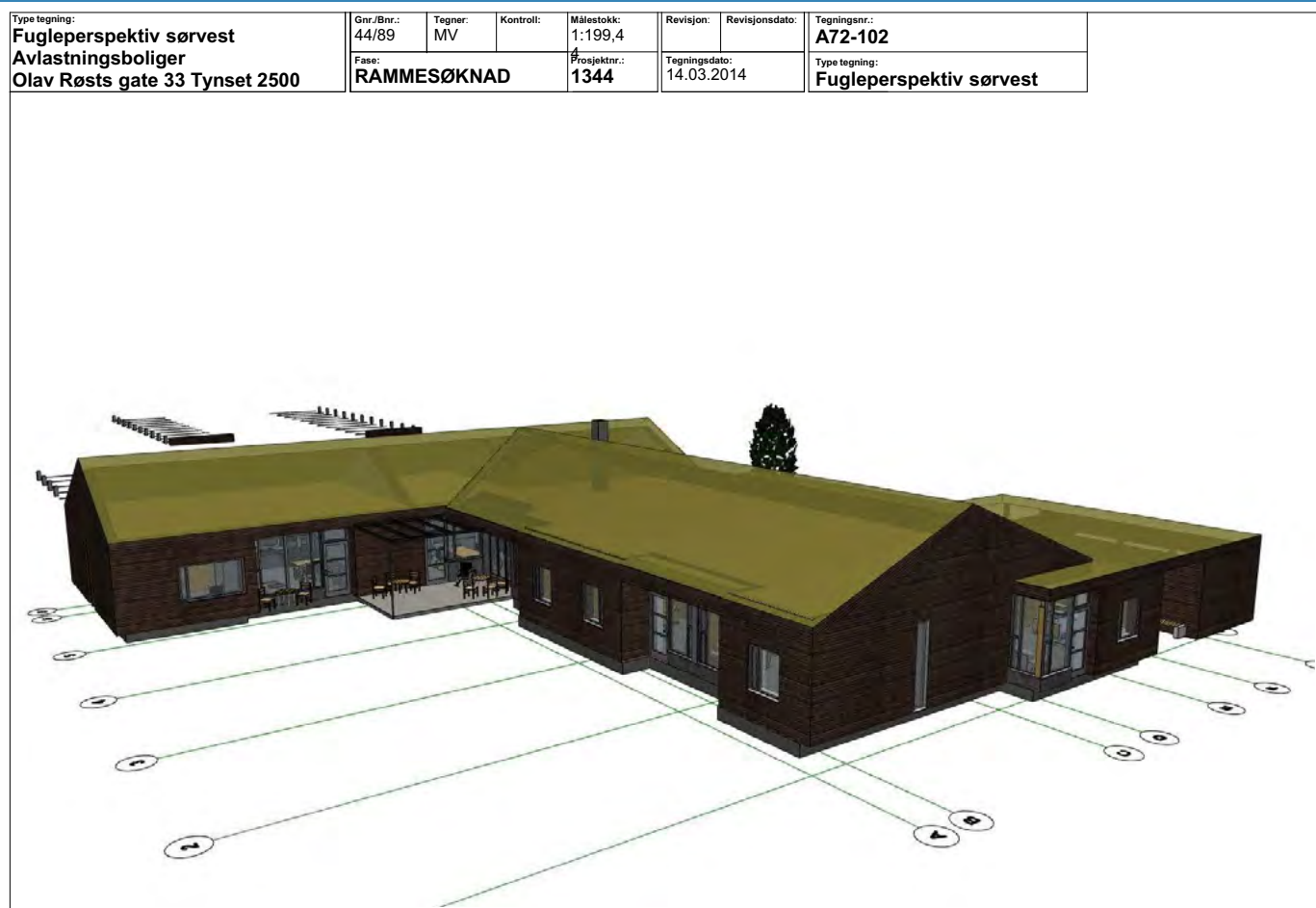
Innvandrere i Tynset

- Per 01.01.14 bor det 5 549 personer i Tynset hvorav 487 er innvandrere. Dette utgjør 8,8% av befolkningen. På landsbasis er det 12,4 %
- 314 av disse er fra Europa unntatt Tyrkia, 94 fra Asia og Tyrkia, 70 fra Afrika
- I perioden 2006-2013 har Tynset kommune bosatt 81 flyktninger
- I perioden 1990-2012 har 398 innvandrere bosatt seg på Tynset.
- 154 kom til Tynset pga arbeid, 156 pga familie, 80 pga flukt og 7 pga utdanning

Kilde:
IMDI (Integrerings- og mangfolddirektoratet)

Nye avlastningsboliger bygges ved Litun

Det skal bygges 4 avlastningsboliger i bokollektiv for barn i alderen 0-18 år med nedsatt funksjonsevne og behov for heldøgns pleie. En treningsleilighet skal også ha plass i boligene.



Boligene er beregnet for personer med ekstra store hjelpebehov, og skal bestå av mindre private enheter, fellesrom med kjøkken, spiseplass og oppholdsareal, aktivitetsrom, vaskerom og lager.

Treningsleiligheten har egen inngang og alle nødvendige bofunksjoner innenfor privat enhet. I tillegg har treningsleiligheten innvendig adkomst via gang til bokollektivets fellesrom. Inngang til treningsleilighet knyttes opp mot eksisterende småveier til nabohus.

Uteareal

Det skal ikke bygges på tomtas sørvestlige deler, som er de fineste delene for å kunne oppholde seg på, og bruke utearealene. Boenheter og fellesrom er orientert mot sør og vest. Birom som garderobe, lager, vaskerom og hvilerom er orientert mot øst, mot vei/adkomstside.

Uteareal er sør- og vestvendt og gir gode solforhold. Det er overdekt felles uteareal/terrasse i direkte tilknytning til felles oppholdsrom. Felles uteplass ligger godt skjermet for vind i vinkelen mellom de to fløyene i bygget. Tomten er tilnærmet flat, og hele utearealet utformes trinnfritt.

Boenhetene

Boenhetene er litt større enn minstekravet til sykehjemsrom slik at det er mulighet for og plass til å trekke seg tilbake til den private boenheten ved behov. Boenheten har egen inngang og eget bad, og ikke blir påtvunget å dele baderom med annen beboer. Det blir da direkte adkomst fra oppholds-/sovesone til bad, og boenhetene kan da også få bedre lydskiller mellom hver enkelt boenhet.

Boenhet skal fungere like godt når beboeren er sengeliggende som oppgående, og med ulike behov for tekniske hjelpemidler og personlig assistanse, og skal passe til en lang skala med ulike brukere innenfor alle ytterligheter innen psykiatri, samt psykiske og fysiske funksjonshemninger.

Da dette er avlastningsboliger for personer med ekstra stort behov må personalet være tilgjengelig hele døgnet. Derfor er det behov for rom til personalet i nær tilknytning til boligene, men som likevel legges atskilt fra boligene og utformes som en boenhet.

Materialer

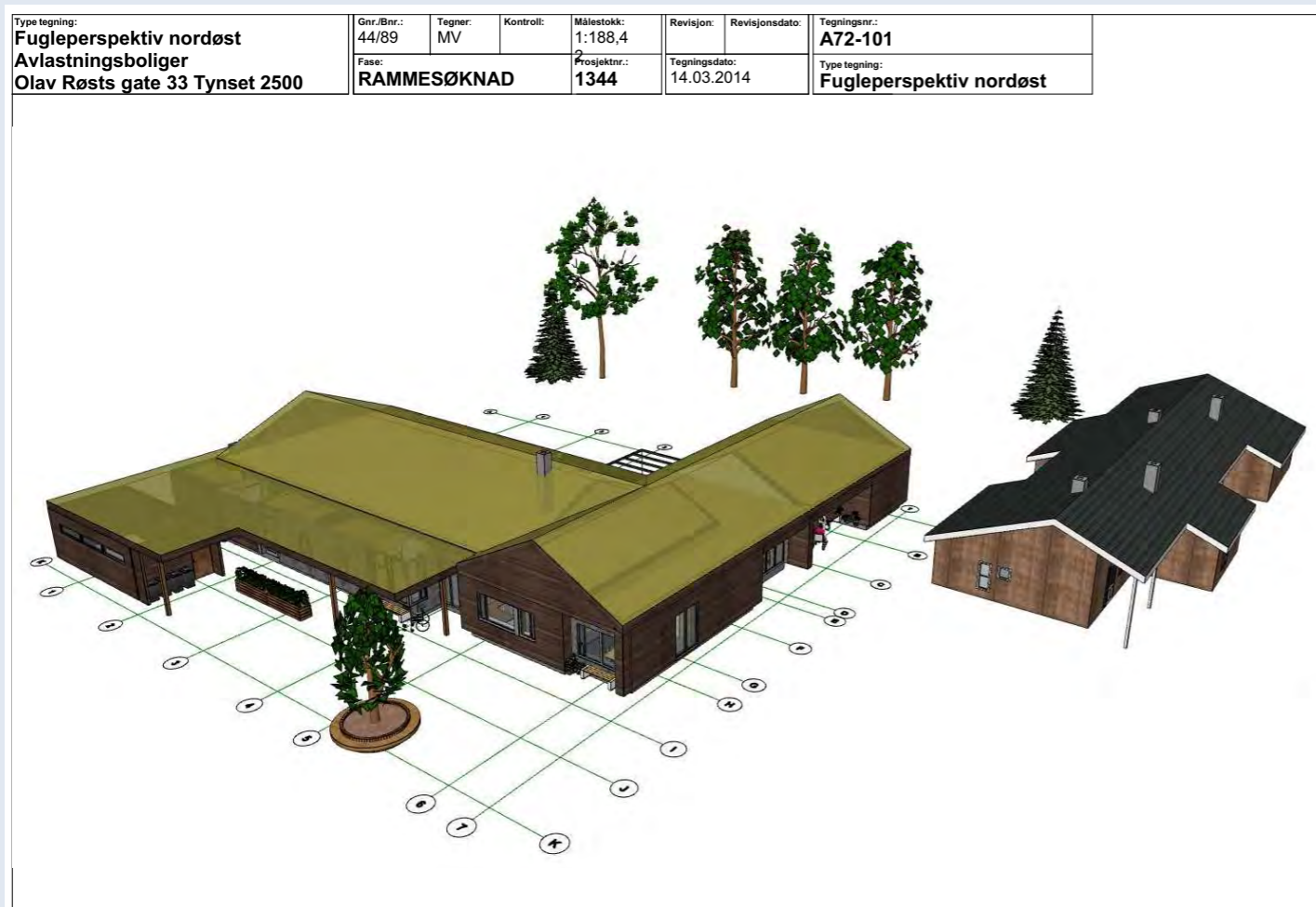
Boligene bygges med massivtreelementer, nåtidens svar på den tradisjonelle tømmerkassen. Det benyttes impregnert brun trepanel som minimerer vedlikeholdsbehovet av utvendig panel. Utstrakt bruk av trevirke gir et gunstig klimagassregnskap for Tynset som er med i ZEB – ZERO emission building-prosjekt.

Farge- og materialbruk bringer helhet med den tradisjonelle stående kledningen, og synliggjør for det trente øye at dette er et bygg fra nåtidens tidsepoke.

Naboskap

Nabohus i sør er litt uhøytidelig, med sitt en- og to-etasjes bygg tilsynelatende litt tilfeldig sammensatt, lekent og rødt, også kalt «Sukker-tøyhuset».

Nabohus i nord og vest er lavmælt, brune, med saltak, og tiltaket legger seg på noenlunde samme linje som disse gjennom beslektet grunnform i sammensetningen, beslektet farge, størrelse, materialbruk og takvinkel. Øvrige kommunale nabohus har dels store pulttak over sammensatte bygningsvolumer, og vurderes som noe som ikke ønskes videreført i dette tiltaket.



Regional miljøfyrtårndag

Tynset kommune er en miljøfyrtårnkommune, og støtter ordningen med miljøfyrtårn som en del av oppfølgingen av kommunens klimaarbeid. Som en del av dette ble det arrangert en regional Miljøfyrtårndag som et miniseminar i september.

Seminalet var et samarbeid mellom Tynset, Alvdal, og Tolga kommuner som "Miljøfyrtårnkommuner", Nord-Østerdal kraftlag (NØK) og Fjellregionen interkommunale avfallsselskap (FIAS). Et tredvetalls personer deltok på samlingen i Veslesalen i Tynset rådhus. Hensikten med dagen var å samle regionens eksisterende Miljøfyrtårn for faglig påfyll og inspirasjon, samtidig med at andre bedrifter som vurderer å sertifisere seg, eller bare er nysgjerrig på ordningen, var oppfordret til å delta.

Fra Stiftelsen Miljøfyrtårn deltok Monika Karlsen, rådgiver og ansvarlig for sertifiserer i stiftelsen. Hun orienterte kort om Miljøfyrtårn som virkemiddel for innføring av gode systemer og rutiner i bedriften, samt om prosessen mot å bli sertifisert. Videre presenterte fire miljøsertifiserte lokale bedrifter sine erfaringer med prosessen mot sertifisering, og ikke minst erfaringene med tiden etter at de hadde fått utdelt beviset på at de oppfylte kravene som var nødvendige for å bli sertifisert. De fire bedriftene var:

- Nord-Østerdal Kraftlag – Miljøfyrtårn, tilleggskrav Entreprenørselskap
- Møller bil Tynset – Miljøfyrtårn, tilleggskrav Bilverksted/-forhandler
- Form til Fjells – Miljøfyrtårn, tilleggskrav Kontor
- FIAS – NS-EN-ISO14001

Det var gjennomgående positive tilbakemeldinger fra de som allerede var sertifisert, og stikkord som ble nevnt var: System, orden, mindre avfall, lavere energiforbruk, økt bevissthet, bedre arbeidsmiljø, lavere sykefravær, større muligheter i arbeidsmarkedet der det stilles krav til miljøsertifisering, mindre utgifter til avfall og energi.

Alle miljøfyrtårnbedriftene har gjennomført en grundig prosess hvor de har dokumentert sitt indre og ytre miljø gjennom HMS-krav, sitt energiforbruk, innkjøp av varer og tjenester som alle bidrar til å påvirke miljøet i den ene eller andre retning. Avfallshåndtering og dokumentasjon av dette er viktig. Transport er et vesentlig område, der de fleste påvirker miljøet. Bedriftene har deretter satt seg mål for å bli stadig bedre innenfor disse områdene.

Det finnes i dag ingen lokale Miljøfyrtårnkonsulenter, som skal lede bedriftene gjennom sertifiseringsprosessen. Dette bør vi ha, så dersom noen går rundt med en konsulent i magen kan de ta kontakt med Tynset kommune for å høre nærmere om hva dette går ut på. Mer om dette finnes på Miljøfyrtårn sine nettsider www.miljofyrtarn.no

Vurderer du å bli et miljøfyrtårn? Ta kontakt med Tynset kommune, og vi vil hjelpe deg videre i prosessen! Det vil gagne både bedriften og miljøet!



Som Miljøfyrtårn vil mange virksomheter få ...

- et bedre arbeidsmiljø
- en mer miljøvennlig drift
- stolte og mer miljøbevisste ansatte
- bedre omdømme
- flere fornøyde kunder
- dokumentasjon til anbuds konkurranser
- verktøy for miljøledelse

Tynsets Turlags jubileumstopper



Utsyn fra Tronfjell. Foto: Thorbjørn Liell

Tynset Turlag feirer i år sitt 30-årsjubileum og har i den forbindelse valgt ut 12 topper som i hovedsak ligger på kommunegrensa til Tynset. Tynset har felles grensetopper med 6 av 8 kommuner.

Registreringskort må leveres innen 1. november på Alvdal Tynset Sport eller på Statoil Tynset. Det kan også sendes direkte til Eldbjørg Kalbækken, Kongsveien 28, 2500 Tynset. Alle som har besøkt 8 topper eller flere blir med på trekning og samler også poeng til Adelskalenderen. Årets topp-liste har vært:

Topp	M.o.h
Skårsjøhøgda, m/fellestur	1 034
Firkanthøgda	1 266
Brennhøgda	1 163
Knausen	1 000
Sætertangen	1 200
Sandfjellet	1 258
Kletten	1 099
Medhøa	1 404
Veslvola, fellestur m/5 på topp	1 050
Tron Ø. topp	1 653
Forollhogna, fellestur	1 332
Stororkelhøa	1 524

Se også turlagets nettsider på www.tynseturlag.org

Annonse



Kildesorterer på hytta

Lever avfallet til FIAS

- Returpunkt
- Gjenvinningsstasjon



ProffBag!

Byggavfall kan samles i storekk. Lever den til gjenvinningsstasjonen, eller bestill henting.

FIAS

Tlf.: 62 49 48 00

www.fias.no

FIASproff

B

NORGE P.P. PORTO BETALT



Returadresse: Tynset kommune, Servicetorget, Rådhuset, 2500 Tynset



Tynset Kino

Utdrag fra høstens program

Fullstendig program finner du på www.tynsetkino.no

MADAGASKAR PINGVINENE

Animasjon / Eventyr / Familiefilm / Komedi

Superspioner blir ikke født... de klekkes! Oppdag hemmelighetene bak de beste og morsomste pingvinene i hele spionbransjen: Skipper, Kowalski, Rico og Menig. Denne elitegruppen slår seg sammen med den hemmelige organisasjonen, Nordavinden, som ledes av Agent Hemmelig. Sammen må de stoppe den skurken Dr. Oktavius Blekk fra å ødelegge verden slik vi kjenner den!



HER ER HAROLD Komedi

En fandanivoldsk roadmovie og flatpakket komedi med Bjørn Sundquist, om den fallerte møbelhandleren Harold Lunde, som kjører til Almhult i Sverige for å kidnappe IKEA-gründer Ingvar Kamrad.



RAKETTEN Eventyr/familiefilm

En hjertevarm og spektakulær fortelling om å overleve i et utbombet land som gjennomgår store forandringer. Eventyrfilmspråket og det gnisterende skuespillet, ikke minst fra barna, har gjort RAKETTEN til en prisbelønt festivalfavoritt verden over.

The Hunger Games MOCKINGJAY PART 1 Action/drama/thriller

I den tredje filmen i serien, finner vi Katniss Everdeen (Jennifer Lawrence) i District 13 etter at hun i Catching Fire ga de årlige lekene det endelige dødsstøtet. Under president Coins (Julianne Moore) lederskap og med sine fortrolige venner som rådgivere, utnytter Katniss sin nyvunne makt og innflytelse når hun må slåss for å redde både Peeta (Josh Hutcherson) og en nasjon som er i ferd med å samle seg i beundring over hennes mot.



Se også programmet på plakater, i kulturfolderen, i aviser og tynsetkino.no
Billettsalget starter en time før forestilling. Telefon billettsalg: 62 48 52 59