

MG:NYTT

NO 02 DESEMBER 2018 | INFORMASJONSAVIS FOR MIDTRE GAULDAL KOMMUNE



KOM PÅ SPRÅK-KAFÉ!

HELSEFOKUS PÅ GRAVIDE OG
SMÅBARNSTORELDRE

FÅ HJELP MED VOND RYGG

MIDTRE
GAULDAL
KOMMUNE

God Jul!



Ordfører Sivert Moen

Nå er det et nytt år igjen og tid til å skue litt bakover og kanskje også framover. Året som gikk var stabilt i forhold til innbyggertallet når vi sammenligner med 2017, hvor vi hadde en nedgang tett på 90 innbyggere. For en kommune er antall innbyggere av stor betydning for inntektene

i form av rammeoverføringer fra staten og skatteinnngang. I snitt får vi til sammen vel 55000 pr. innbygger. Dette er mye av grunnlaget for å produsere de tjenestene som kommunen gir i form av barnehager, skoler, vann, avløp, veier, plan og næringsarbeid samt helse og omsorg til alle.

Opgavene er mange, store, ganske forskjellige og helt nødvendige for at vi skal ha et velfungerende samfunn. Om folketallet endrer seg betyr det fort millioner og da er det viktig at denne endringen er i positiv retning. Det er det vi vil når vi sier vi skal være først til framtida. Vi har en sentral beliggenhet med E6 og jernbane. Dette er to vekstbrytere som vi nå ser konturene av å bli aktivert eller skal vi si slått på. Innen 2027 vil vi ha 4 felts motorveg til Trondheim og 40 % redusert kjøretid. Trønderbanens avganger til Steinkjer må starte på Støren for de 14 nye togsettene som kan komme allerede i 2022. Halvtimes avganger fra og til Støren på morgen og ettermiddag vil gi oss kollektivløsninger som en forstad til Trondheim har behov for.

Veksten vi opplevde fra 2000 til 2014 var i meget stor grad knytt til utviklingen hos Norsk Kylling som ga stor arbeidsinnvandring. Når Norsk Kylling nå snart flytter til en ny og moderne fabrikk på Orkanger, må vi søke å beholde flest mulig av de som ikke følger med på flyttelasset. Trondheimsregionen som sådan utgjør et stort og attraktivt arbeidsmarked som gjør det mulig å bo sentralt i Midtre Gauldal og arbeide i en annen kommune. Vi må derfor alltid ha minst 100 tilgjengelige tomter og 200 planlagte leiligheter for å sikre at det er mulig å finne en god plass å bo her. For virkelig å bli et

godt boalternativ må vi ha på plass nye og gode kollektive løsninger innen jernbane og buss. Alt dette vil skape vekst og muligheter til å utvikle og sikre bosettingen i hele kommunen.

Vi er kjent med at sysselsettingen innen landbruket avtar med vel 20 sysselsatte i året. I løpet av de siste 10 årene har det vært en nedgang fra vel 450 til 250 sysselsatte i landbruket. Det er dramatisk for sysselsettinga på bygdene. Midt oppe i dette så er det likevel gledelig at produksjonsvolumet ser ut til å opprettholde seg. For bygd og grend kan dette likevel være uheldig dersom det ikke er alternativt arbeid å få innen rimelig reiseavstand. Vi må ha nye arbeidsplasser i kommunen skal vi opprettholde bosetting og antall innbyggere i bygd og grend. Lykkes vi med å legge til rette for å skape vekst og utvikling i næringslivet på Støren vil det være innen rimelig reiseavstand. Støren sin beliggenhet og avstand til Trondheim er avgjørende for at utviklingen først vil starte der. Vi må legge til rette for og gjøre det attraktivt og lett å utvikle dagens bedrifter. Vi må alltid ha minst 400 daa ferdig regulert næringsareal slik at eksisterende og nye bedrifter kan utvikles og etterspørre arbeidskraft. Vi vet at det bidrar til å opprettholde og utvikle folketallet.

Så over til det som er dagens Midtre Gauldal kommune. Vi er kommunens største arbeidsplass med en omsetning tett på 570 millioner. Det er godt og vel 470 årsverk som utføres av vel 570 ansatte i hel og deltidstillinger. Dette er lokale arbeidsplasser med sysselsatte fra Midtre Gauldal og nabokommuner som gjennom egen kompetanse og motivasjon bidrar til å levere de tjenester vi har behov for. Det er mange ulike oppgaver som utføres og utfordringene står ofte i kø. Effektiviseringskrav, stadig ny teknologi og nye kompetansekrav må svares ut. En honnør til dere alle som bidrar. Til de som også må stille opp på kveld og natt, i turnus gjerne alene med ansvaret, må vi rette en spesiell takk. Dere bidrar til at vi kan levere gode tjenester til det beste for innbyggerne.

Og en ting til. Ta godt vare på deg selv, slekt, venner, arbeidskolleger naboer og de som ellers er en del av din kvardag.

Godt nyttår ønskes alle sammen i bygda vår!



Rådmann Knut Dukane

Utenfor vinduet er mark og skog dekket av hvit snø – julestemningen kom i år også. Viktigere er kanskje at snøen gjør sikten langs veier bedre slik at risikoen for påkjørsler av fotgjengere, vilt og andre ulykker reduseres. Dessverre er det alt for mange oppslag om større og mindre

alvorlige trafikkuhell langs høstmørke veier, og langt flere, særlig voksne, kan bli bedre til å bruke refleks.

Nyhetsbildet preges og av at nytt kommunevalg nærmer seg med stormskritt. Partiene gjennomfører nå nominasjonsprosesser. Jeg håper på en ryddig og engasjerende valgkamp i tiden fremover, og ikke minst at mange bruker stemmeretten til høsten.

Endringer skjer raskere og raskere, og kommuneplaner må revideres langt oftere enn tidligere.

Vi gjennomfører nå en revisjon av kommunedelplan Støren, og kommunestyret har og vedtatt at kommunens arealplan må

gjennomgås. Dette er planer som vil være vesentlige i forhold til å få god samfunnsutvikling i kommende år. Vi legger til rette for medvirkning i planprosessene, og jeg oppfordrer alle som har en mening til å komme med innspill slik at vi kan utarbeide og vedta så gode planer som mulig.

Når en snakker om endringer kommer en ikke utenom temaet digitalisering. Leste i dag at førerkort skal bli digitale, og flere og flere tjenester er og blir digitalisert. Dette gir muligheter for kommunen til å bedre tjenestetilbudet, men det ligger og en del «feller» eller utfordringer ift å digitalisere tjenester og prosesser. Vi har påbegynt arbeidet med å utvikle en digitaliseringsstrategi, og vi tenker at brukerperspektivet blir vesentlig å få frem og dekket på en best mulig måte. Alle er ikke like fortrolige og kjent i eller med «IT - verdenen.»

Jeg takker folkevalgte og alle ansatte for samarbeid og vel utført arbeid i året som gikk, samt innspill som er kommet fra innbyggere på ulike samlinger som er gjennomført.

Til slutt vil jeg ønske hver især Godt nyttår!

MG:NYTT Informasjonsavis for Midtre Gauldal kommune
Nr 2 desember 2018 • 14. årgang

Utgiver: Midtre Gauldal kommune • **Adresse:** 7290 Støren

Nettadresse: www.mgk.no

E-post: postmottak@mgk.no

Telefon: 72 40 30 00 • **Telefaks:** 72 40 30 01

Ansvarlig redaksjon: Knut Dukane, Sivert Moen og Tore Wolden

Forsidefoto: Tore Wolden

Opplag: 2500

Grafisk produksjon: Skipnes Kommunikasjon AS

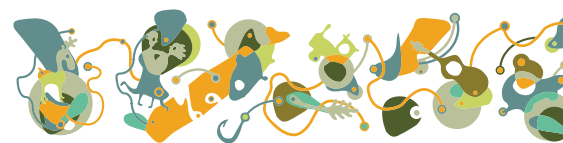


INNHold:

Støren barneskole 20 år	3	- Snakk til meg. Jeg lærer norsk!	11
Lysgården verksted feiret 30 år	4	Kom på Språk-kafe!	12
Oppslagstavla	5	Slik takler du en vilt-påkjørsel	12
Skole for egenmestring av rygg- og nakkesmerter	7	Barnehagen på Soknes tar form	13
Prosjekt for gravide og nybakte foreldre i frisklivssentralen	8	KORK kommer til Støren!	14
Unge birøktere ved Budal skole	10	3. runde med innsamling av veinavn	15

STØREN BARNESKOLE 20 ÅR

2018 var det 20 år siden Støren barneskole flyttet til nye lokaler i Soknesøra. Det markerte elever og lærere med en storslagen forestilling rundt temaet «Trønder».



Arenaen var kulturhuset på Støren, og i salen satt foreldre og en og annen bestemor og bestefar. Med stort engasjement og umiskjennelig glede, tok elevene dem med på en musikalsk reise i den trønderiske folkesjela, slik vi trøndere ser oss selv.



PUPPAN TE PAPPA. «Puppan te pappa e stor og slapp, stør enn vannmelona.» Forestillingen hadde noe for alle aldre.



RBK. Du kommer ikke utenom RBK i en trønderforestilling!



IKKE ENGLEKOR. De mannlige lærerne fikk også komme ut på scenen.



SKI. Norge er en stor skinsjøn, mest på grunn av Trøndelag. Ikke sant?



HELE SKOLEN PÅ SCENEN De øvde, og de øvde hardt, alle de 244 elevene ved Støren barneskole. Da dagen kom, var de alle med på scenen og alle sang de av full hals.

LYSGÅRDEN VERKSTED

FEIRET 30 ÅR

Ut over 1980-tallet vokste det frem flere tilbud i heimene og aktivitets-tilbud ulike steder i kommunen. Støren dagsenter var et eksempel på dette. Men 1988 regnes som året der den arbeidsrettede virksomheten som skulle utvikle seg til å bli Lysgården, startet.

AV SIV SINGSÅS, LEDER LYSGÅRDEN VERKSTED

Lysgården verksted gir arbeidsplasser for mennesker med bistandsbehov i tråd med Lov om kommunale helse- og omsorgstjenester. Målet er å gi muligheter til samfunnsdeltakelse og meningsfull aktivitet i fellesskap med andre, til å bruke arbeidsevnene sine, styrke selvstendighet og oppleve mestring. Hovedoppgaven er arbeidsaktivitet, men det legges også vekt på fellesskap, turer og opplevelser sammen.

Den 6. januar 1988 startet «Støren treningsverksted» opp, på 60 m² i 2. etasje ved Fredheim skole. 5 voksne kvinner sammen med 2 arbeidsledere og en voksenopplæringslærer fikk tilbud om yrkesrettede kurs i blant annet silketrykk og stolfletting. Fra høsten 1988 startet produksjonsrettet virksomhet opp, på halve dager noen dager i uka. Blant de aller første jobbene var å montere reflekstape på brøytestikker for Statens vegvesen. Det første halvåret med produksjon ble det montert og levert over 19 000 brøytestikker. I tillegg ble 2600 fotopermer og -mapper montert for

fotograf Eidsmo, og 610 bestikkposer ble vasket og pakket for Engan leir. Videre ble det produsert stoler med flettede seter, hånddyppede lys og julepynt. Det ble skaffet en del inventar og utstyr, som symaskiner, vevstoler, båndsg og bormaskin. Mye ble kjøpt brukt, eller gitt av andre. Frivillige lag og organisasjoner har bidratt oppgjennom historien, med kunnskap og materiell. I tillegg til arbeidsaktiviteten ble det også organisert turer, blant annet til Romerikslekene og Fjellheimen.

I august 1990 flyttet treningsverkstedet fra Fredheim til Staurvin 1, og endret navnet til Lysgården Verksted. Der ble det mulighet for nye produksjoner, som blomsterdyrking til tørking, ulike servicetjenester og ved- og snekkerarbeid. Tørkede blomster og ved ble to store produksjoner. 28. november 1990 åpnet Lysgården sin egen butikk. Åpningstid og antallet brukere og arbeidsledere økte etter hvert.

I 1994 startet et samarbeid med Norservice, der Lysgården fikk oppgaver



KILKAPPING. I dag leverer Lysgården ca 120 000 kiler i året til faste kunder. Ingeborg Marie Hermo har ikke mistet en eneste finger.

med pakking og utpakking av deler for dem. I 1996 bygde automasjonslinja ved Gauldal Videregående om en vedklyver slik at den kunne betjenes av folk i rullestol. Arealet ved Lysgården ble utvidet etter hvert, men det var trapper og trange ganger og derfor ikke tilrettelagt for tilgjengelighet for funksjonshemmede.

Fra 1998 startet produksjon av kiler til byggebransjen. Idag leveres ca 120 000 kiler i året til faste kunder, og produksjon og etterspørsel balanserer bra. Samme året startet også keramikkproduksjonen, og sammen med kiler utgjør det en stor andel av varene fortsatt i dag, med både service og kunsthåndverk.



HUSBANDET.

De glade trubadurer bidro selvsagt på sedvanlig vis, med sang og massevis av godt humør.

Utover på 2000-tallet ble huset i gradvis dårligere i stand, og for dårlig tilpasset og tilgjengelig for den gruppen som hadde virket sitt der. Det ble etter hvert et spørsmål om forsvarligheten av å være i huset, og i januar 2017 startet driften opp i leide lokaler i Bygget 5 i Engan, i påvente planlegging og bygging av nytt bygg.

På grunn av tilgjengelig plass er det en redusert drift i Engan. Lysgården har keramikkavdeling, tekstilverksted og kileverksted, mens vedarbeid, snekkerarbeid og veving er lagt på is til man igjen kommer i et større lokale. I tillegg finnes samarbeidsavtaler med noen bedrifter om tilrettelagt utplassering, slik at enkelte har sitt arbeid utenfor huset.

I dag er vi 27 kolleger som arbeider sammen på Lysgården. I tillegg er det fortsatt et nært samarbeid med voksenopplæringen og kulturskolen. Alle varene i butikken produseres på huset av 22 brukere, med 4,4 årsverk arbeidsledere som tilretteleggere. Ett produkt består av en kjede med operasjoner, og alle kan bidra med sine ferdigheter i en eller flere deler av produksjonen. Det siste året har flere søkt på plass ved Lysgården, og det tyder på at behovet har vokst med nærmere 30 %.

Jubileet ble feiret med festmiddag i kulturhuset på mai. I tillegg til taler, jubileumsberetning og underholdning fra «De glade trubadurer» og husets folk, deltok også Jan Borseth og Ronny Kjosen og gjorde kvelden til en festkveld for 85 deltakere.



SPENNENDE PRODUKTER. Lysgården er kjent for sine håndarbeids- og kunsthåndverksprodukter. Disse selger de fra egen butikk i Engan.



LYSGÅRDEN 30 ÅR. De har kommet langt siden den beskjedne oppstarten i 1988. Da de feiret seg selv i kulturhuset tidligere i år, var de i alt 85 deltagere.

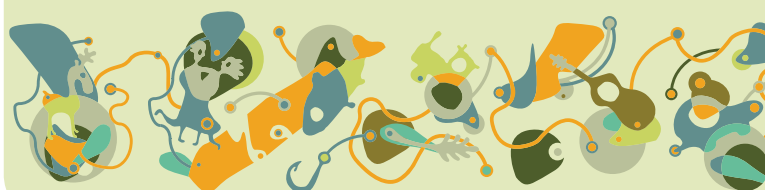
OPPSLAGS-TAVLA



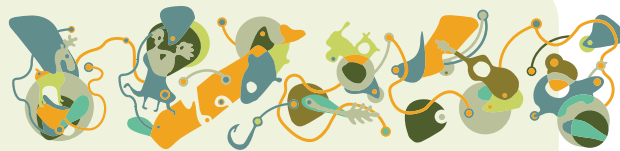
JULESTEMNING PÅ SYKEHJEMMET

Jul er mørketid. Men, når det er som mørkest, da lager vi mennesker lys selv.

De ansatte ved sykehjemmet på Støren, med Vibeke Wæraas og Mari Lise Vongraven i spissen, sørget for å lage denne varme velkomsten ved hovedinngangen. Gjennom desember var det et flott bidrag til å skape den gode julestemningen for pårørende og ansatte som gikk inn og ut dørene der.



OPPSLAGSTAVLA



ØKONOMISK STØTTE TIL KULTURAKTIVITETER OG -PROSJEKT

Midtre Gauldal kommune er så absolutt en levende kulturkommune. Da tenker vi ikke først på det kommunen selv står for gjennom kulturskole og kulturhus, men på idrett, alle kor og korps og revylag og museer og artister, som i band eller som enkeltutøvere, gir sambygdingene sine flotte opplevelser av kultur.

Denne aktiviteten setter kommunen stor pris på og vil bidra til fordi den er viktig på så mange plan. Derfor er det opprettet flere tilskuddsordninger som lag og foreninger og enkeltpersoner kan søke på.

Tilskuddsordninger i Midtre Gauldal kommune:

Støtte til enkeltstående kulturarrangement
Lag og organisasjoner og andre kan etter søknad og budsjett få tilskudd til planlegging eller gjennomføring av enkeltstående kulturarrangement/kulturarbeid.

Ingen søknadsfrist.

Enkel prosjektbeskrivelse og budsjett sendes:
Midtre Gauldal kommune,
kulturkontoret v/Arnfinn Solem,
7290 Støren.
E-post: aso@mgk.no

Kulturstipend 2019

Kulturstipend til barn og unge
Gjelder lag/foreninger/org. for barn og unge innen sang, musikk og andre kulturelle uttrykk.

Søknadsfrist 1. april

Kulturmidler 2019

Kulturmidler gjelder lag og organisasjoner innen idrett, musikk og andre kulturelle uttrykk, historie- og museums lag.

Søknadsfrist 1. april

Vi vil oppfordre alle som driver med kulturaktiviteter til å søke!

Ved spørsmål kontakt kulturkontoret
tlf. **72 40 30 00**.

NYTT FORFALL FOR EIENDOMSSKATTEN

Fra 2019 endrer vi på forfallsdato for eiendomsskatten. Forfallsdatoen blir den samme som for kommunale avgifter – 20. april og 20. oktober.

Bakgrunnen for endringen er at vi ønsker å samkjøre til en og samme programvare, slik at vi på sikt får samlet alt i en faktura. Det er tidkrevende og dyrt å sende i flere forsendelser, men ennå i 2019 rekker vi ikke å samkjøre selve fakturaen – det vil komme en faktura for eiendomsskatt og en faktura for kommunale avgifter som tidligere. Det kan nevnes at vi har hatt litt problemer med våre avtalegiro/efaktura-kunder. Ved å samkjøre programmene ser vi for oss at dette løser seg.

Det hender vi mottar doble innbetalinger – disse refunderes selvsagt!

På sikt ønsker Midtre Gauldal kommune at enda flere etablerer avtalegiro/efaktura. Denne opprettes via nettbank. Fakturaen kommer deretter direkte i nettbank når vi produserer fakturaen og det eneste du trenger å gjøre er å bekrefte beløpet før forfallsdato.



SKOLE FOR EGENMESTRING AV RYGG- OG NAKKESMERTER

Muskel- og skjelettplager er som kjent den hyppigste årsaken til sykmelding og uføretrygd i Norge. Ryggplager utgjør den største undergruppen.

Med bakgrunn i dette ønsket Støren Fysioterapi og kommunen å få i stand et kurs for pasienter som i lang tid har vært plaget med smertetilstander i rygg og nakke.

Etter søknad våren 2017 fikk kommunen innvilget midler fra Fylkesmannen i Sør-Trøndelag for å starte opp et tilbud. Prosjektet er et samarbeid mellom Midtre Gauldal kommune, Skogstad Spesialistlegetjeneste, Bjørgen Treningssenter og Støren Fysioterapi.

Det er et gruppebasert rehabiliterings-tilbud som går over 10 uker. Det inneholder to samlinger hver uke fordelt på fire timer og inkluderer undervisning, gruppesamtaler og minimum to timer trening i uke. Etter de 10 ukene er tanken at gruppedeltakerne skal prøve ut det de har lært hjemme med egentrening og arbeids- og hverdagsrettede tiltak. Etter omlag 3 og 6 måneder får alle deltagerne en kontrolltime for å høre hvordan det går.

- Vi jobber ut fra en helhetlig tankegang hvor fysiske, psykiske og sosiale faktorer tas hensyn til. Gjennom undervisningen er målet at deltakerne får en bedre forståelse av årsakene til nakke- og ryggsmertene og hvordan de selv kan medvirke til bedring.



NYTTIGE ØVELSER. En viktig del av tilbudet er trening, og det er stor variasjon i ulike øvelsene. Alle deltagerne får individuelt tilrettelagte øvelser og eget treningsopplegg de kan følge hjemme.

Målet er å gi den tryggheten og kunnskapen de trenger for å kunne ta ansvar for sin egen helse og livssituasjon.

Medisinsk ansvarlig for prosjektet er Bjørn Skogstad, overlege og spesialist i fysikalsk

medisin og rehabilitering. Til daglig er han klinikkjef ved St Olavs hospital, og har også vært leder for Tverrfaglig poliklinikk for rygg/ nakke/skulder i 11 år.

- Med et desentralisert tilbud blir det enklere for pasientene å kombinere et behandlingsopplegg med jobb, i tillegg til at det blir enklere å ha et lengre behandlingsspektiv med god effekt. Dette er den fjerde gruppen vi har kjørt opplegget for.

13 deltakere fulgte kurset som avsluttet før jul. Eva hadde vært med hele veien, og hadde gode erfaringer etter ti uker:

- Jeg merker jo at det har hjulpet. Det gjør mindre vondt, og jeg føler at jeg har blitt sterkere. Det er stor forskjell på hverdagen nå mot det var før, sa hun. Hun hadde vært i arbeid hele tiden mens hun var med på kurset.

NYTT KURS STARTER OPP TIRSDAG 8. JANUAR

Tirsdager og torsdager kl. 13.30-15.30.
Du trenger ikke henvisning fra lege.

INTERESSERT? Ta kontakt:

Fysioterapeut Siri Mette Gynnild
959 31 200

Fysioterapeut Mari Sundstrøm
976 62 502



PROSJEKT FOR GRAVIDE OG NYBAKTE FORELDRE I FRISKLIVSSENTRALEN

Midtre Gauldal kommune jobber aktivt med helsefremming på ulike områder. Helsefremming for det ufødte barnet, spedbarnet og det lille barnet er noe vi legger stor vekt på. Og vi vet at dersom mor og far har oppmerksomheten rettet mot det som skaper god helse, blir barnets helse også påvirket. Og motsatt, dessverre.

Omsorgspersoners valg på ulike områder viser seg å ha stor betydning for barns helse senere i livet. Dette er bakgrunnen for at vi søkte og fikk tilskudd fra Fylkesmannen i Trøndelag for å opprette tilbud til gravide og nybakte foreldre i frisklivs-sentralen. Tilbudene startet i høst, men vil fortsette også etter nyttår.

Trening under graviditet og etter fødsel

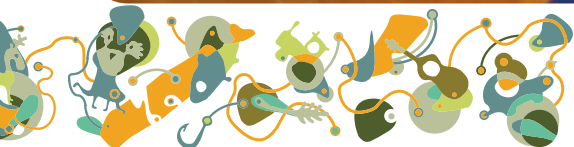
Helsedirektoratet anbefaler 30 minutter med moderat fysisk aktivitet daglig under svangerskapet. Trening under normal graviditet er risikofritt og gir store helsegevinster for mor og den lille i magen. I tillegg kan en unngå en rekke plager relatert til svangerskapet.

Fordelene ved trening under svangerskapet er mange:

- Enklere graviditet med færre komplikasjoner, redusert risiko for typiske gravidplager, redusert sannsynlighet for mer alvorlige svangerskapsrelaterte sykdommer som f.eks. svangerskapsdiabetes.
- Bedre kondisjon og styrke som igjen gir bedre vektkontroll, bedre søvn, økt velvære og energi, redusert risiko for stress, angst og mindre sannsynlighet for fødselsdepresjon, enklere fødsel og kortere restitusjonstid etter fødsel, i alt en sterk kropp som er klar for barseltiden og alt det innebærer.



BARN INGEN HINDRING. Alle antagelser til tross – det er ingen barnegråt når mor og barn trener. Tvert i mot. Barna kravler glade rundt etter egen evne mens mor trener og lærer øvelser som har god effekt for dem i deres tilstand. Javisst er det sosialt også. Også for barna, som sosialisere med hverandre.



Fordelene ved trening etter fødsel er mye av det samme som under svangerskapet. Allerede fra dag 1 etter fødsel bør en begynne å trene bekkenbunnen. Det er godt dokumentert at styrketrening av bekkenbunnsmuskulaturen kan forebygge og behandle urinlekkasje (inkontinens). Det er viktig både under graviditet og etter fødsel. Studier viser også at fødekvinne som har trent bekkenbunnen i svangerskapet er mindre utsatt for underlivsskader under fødsel. Fra fire til seks uker etter fødsel kan en gradvis begynne å øke mengde og intensitet av fysisk aktivitet. Dette vil variere alt etter hvor aktiv man har vært under svangerskapet.

På bakgrunn av dette fikk vi stand flere tilbud rettet mot gruppen:

Mor og barn-trening

Mor og barn trener hver onsdag mellom 10.30 og 11.30 i gruppesalen på Bjørgen Treningssenter.

Treningen ledes av fysioterapeut Mari Sundstrøm fra Støren Fysioterapi.

Alle er velkomne, også gravide!

INTERESSERT?

Ta kontakt med Mari på 976 62 502

TRENING FOR GRAVIDE OG DE SOM NYLIG HAR FØDT

På kveldstid på torsdager veileder fysioterapeut Vilde Ottestad trening for gravide og de som nylig har født (trening uten barn) på treningssenteret frisklivssentralen har i sokkelen på helsesenteret.



INTERESSERT?

Ta kontakt på 72 40 31 63

VEILEDER. Fysioterapeut Vilde Ottestad gir råd om hvordan du kan trene mens du er gravid og like etter du har født.

BRAMAT

Kosthold er viktig under og etter svangerskapet. Sunne matvaner er i det hele tatt viktig. Men det er ikke alltid enkelt å vite hvordan gripe seg an: Hva er egentlig sunn mat? Derfor arrangerer frisklivssentralen inspirasjonskurs for matlaging med kokk og pedagog Rune Sandø spesielt rettet mot gravide og småbarnsforeldre.



KURS. Skolekjøkkenet på GSK i november 2018. Gravide og småbarnsforeldre i Midtre Gauldal møttes til en inspirasjonskveld med kokk og pedagog Rune Sandø. De lærte å lage enkle, sunne og rimelige middagsretter.

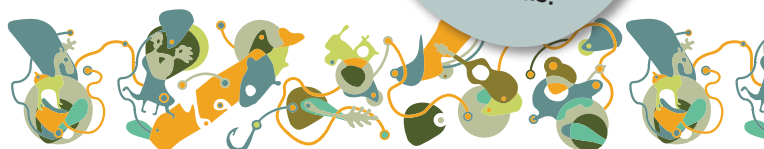
INTERESSERT?

BraMat-kurs for gravide og småbarnsforeldre starter på nytt i februar 2019. Kurset avsluttes med en inspirasjonskveld med Rune Sandø, der tema er enkle, rimelige og sunne middagsretter.

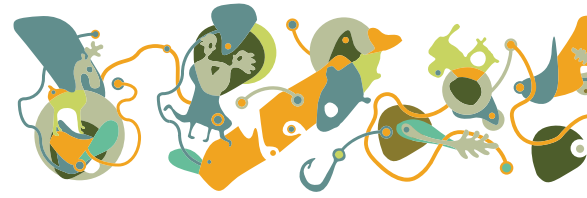
For påmelding: frisklivssentralen@mgk.no eller Kristin Myklevoll, 991 57 992.

Generell informasjon
frisklivssentralen@mgk.no
eller Kristin Myklevoll,
991 57 992.

Alle tilbud er gratis.



UNGE BIRØKTERE VED BUDAL SKOLE



Vi har alle hørt om den mystiske biedøden som rammer biekolonier på verdensbasis. Nå har de ikke satt seg fore å løse et globalt problem, elevene ved Budal skole, men at faunaen i Budalen har fått god hjelp med pollineringa i sommer, det er sikkert.

Budal skole har nemlig kjøpt bier. I sommer har om lag 100 000 bier summet ut og inn av to kuber plassert i nærheten av skolen. Der har elevene kontrollert og fulgt med på utviklingen i kubene regelmessig. Og det har gått godt. De har hatt flittige bier som har produsert mye honning og enda flere bier. Rapporten fra skolen konkluderer med at honningprosjektet har vært meget spennende og lærerikt.

Utover høsten hentet elevene ut i alt 45 kg honning. I prosjektet har de hatt god hjelp av bie-nestorene Asbjørn Furunes og Erling Lenvik. Lenvik stilte utstyr og kompetanse til rådighet da de skulle slynge honningen (skille honningen fra platene). Den ferdige honningen ble blant annet solgt på bygdakaffeen som skolen arrangerte før jul.



Nå har bikubene blitt klargjort for vinteren og biene gått i vinterdvale.

Elevene gleder seg til å vekke dem til våren og på nytt sende dem ut utover budalske blomsterenger og lyngheier. Og gjøre sitt for å motvirke den globale biedøden.

UNGE BIRØKTERE. Elevene ved Budal skole har lært mye om biehold det siste året. Blant annet at det er lurt med beskyttelsesdrakt når du skal stjele honning fra 100 000 bier.



BIEDØDEN

Biedøden, tilbakegangen i bestanden av bier og humler i store deler av verden, er et sammensatt problem.

Bidøden skyldes (bl.a.):

Færre birøktere og færre kuber – delvis pga. forgubbing blant birøkterne, og urbanisering. På ti år er antall bifolk i Norge redusert med 30 %, til ca. 50 000, Europa er nå bare ca. 50 % selvforsynt med honning.



Kilde:
Wikipedia

- SNAKK TIL MEG. JEG LÆRER NORSK!



JAKKEMERKER SOM VIRKEMIDDEL FOR Å LÆRE SPRÅK

Det er ikke greit å komme til et nytt land. Det er mye nytt du må lære deg, om kultur og samfunn, og ikke minst må du lære deg språket. Skal du lære språk, må bruke det. Og hva gir bedre læring enn å snakke med noen som kan språket godt?

TOVE RISETH, REKTOR VED VOKSENOPPLÆRINGEN

En typisk utfordring for elever ved en voksenopplæring, er at de har dårlig selvtillit når det gjelder å snakke norsk utenfor klasserommet. Da er det vanskelig å ta kontakt med nordmenn. De vet også at det omvendt er vanskelig for nordmenn å ta kontakt med dem, fordi de ikke vet om innvandreren snakker norsk. Men det finnes en løsning, og som de fleste gode løsninger, er den ganske enkel.

På nyåret går voksenopplæringa i Midtre Gauldal i gang med en kampanje der jakkemerker skal bidra til å senke terskelen mellom den som lærer norsk og den som snakker norsk. Jakkemerkene har påskriften "Snakk norsk med meg, jeg lærer norsk" og "Snakk til meg, jeg kan norsk". Merkene blir på den måten et signal som gjør det enklere for språkopplæringsdeltakere og lokalbefolkningen å komme i kontakt.

Kampanjen er utprøvd i flere kommuner, og tilbakemeldingene har vært entydige: Det å bruke jakkemerket har gitt deltagerne verdifull språktrening. Barrieren for å ta kontakt forsvinner, og folk snakker tydeligere og ikke så fort når de er klar over språktreningsfaktoren i dialogen.



PÅ NORSK Laila Buseth snakker norsk. Deysem Omar Omar vil lære norsk. De gule og grønne jakkemerkene de har på seg er et tydelig signal om at de begge setter pris på en samtale. På norsk.

En annen veldig positiv effekt ved jakkemerkene er økt inkludering i lokalsamfunnet. Gjennom dialog blir vi kjent med hverandre og bygger sosiale nettverk og får tilhørighet. Det er verdifullt for alle mennesker.

Vil du ha et slikt jakkemerke, er det bare å ta kontakt med Tove Riseth på Voksenopplæringen i Midtre Gauldal, på telefon 72 40 30 71 eller e-post tove.riseth@mgk.no

Skaffer du deg jakkemerket, er det selvsagt frivillig når og hvor ofte du vil ha det på deg.



KOM PÅ SPRÅK-KAFE!



Når du skal skape deg et nytt liv i et nytt land, er språket ofte den første, og største, barrieren du møter. Den beste måten å lære språk på, er å praktisere det.

Språk-kafeen skaper møtepunkt mellom mennesker på tvers av kulturer og språk, og her skal all kommunikasjon foregå på norsk. Den arrangeres fire ganger i året

og er samarbeid mellom frivilligsentralen, voksenopplæringen og biblioteket. Språk-kafe er et åpent arrangement, så det er bare å komme.

Her er alle hjertelig velkomne!



LURER DU PÅ når det arrangeres neste gang? Følg Midtre Gauldal frivilligsentral på Facebook, så spres det glade budskap der når datoen er klar. Det blir også annonsert i avisene samt at det blir hengt opp plakater rundt omkring.

JULETRADISJONER. Før jul bruker vi å ha norske juletradisjoner som tema, med bordaktiviteter og steking av julekaker. Her er læringskurven bratt, og det er ikke bare norsk språk, men også en god porsjon norsk bakekunst som finner veien til andre kulturer.

SLIK TAKLER DU EN VILTPÅKJØRSEL

Dette er de viktigste stikkordene hvis du havner i en viltrelatert trafikulykke:

- 1 Ta på deg markeringsvest** og sikre ulykkesstedet med nødblink og varseltrekant.
- 2 Skaff oversikt** over eventuelle skadede personer, og gi førstehjelp. Kontakt 113 dersom akutt hjelp er nødvendig.
- 3 Ring politiet på 02800** og meld fra om påkjørselen. Kommunen kan også varsles.
- 4 Merk påkjørselssted** – dette for å kunne spore skadede dyr senere.

Ring politiet

Noe av det første du må gjøre er å ringe politiet på **02800**. Da blir du satt videre til kommunens ettersøkingssmannskap. Det skal du gjøre hvis dyret er dødt eller skadet, men også dersom du er usikker på om du traff noe.

Merk åstedet

Viltneemdene får ofte diffuse meldinger om hvor dyr blir påkjørt. Dermed er det ofte vanskelig å finne de påkjørte dyra. Det gjelder særlig når dyr har fått skader, men stikker fra skadestedet og blir liggende et annet sted og lide.

Har du ikke anledning til å vente på åstedet til ettersøkingssmannskapet dukker opp, er det viktig at du merker en busk på stedet med en plastpose eller et gult bånd.



Et slikt gult bånd, med nødvendig informasjon om hva du gjør ved en ulykke, får du i Servicetorget på rådhuset.

BARNEHAGEN PÅ SOKNES TAR FORM

Støren har i lengre tid hatt flere barn enn det egentlig har vært barnehageplass til. Den nye barnehagen på Soknes leir er derfor et etterlenget bygg.

Det midlertidige svaret på det sterkt økende behovet for barnehageplasser på Støren var å bygge på den eksisterende med brakker. I dag drives tre hele avdelinger i disse brakkenes.

Ide og skisseprosjekt for barnehagen er utarbeidet av Norconsult A/S i Trondheim. LHBygg Entreprenør A/S på Berkåk er totalentreprenør og har blant annet med seg flere lokale underentreprenører. Barnehagen har en kostnadsramme på 33,1 mill. kroner. Går alt etter planen, ferdigstilles bygget rundt 1. august 2019, og vi kan flytte barna ut av brakkenes i løpet av høsten.

Barnehagen i Soknes blir i to etasjer, der 1. etasje er på ca. 700 m² og 2. etasje på ca. 200 m². Det blir en 5-avdelings barnehage med tre avdelinger med 18 barn i hver for storbarn, barn over tre år, og to avdelinger med ni barn for småbarn, barn under tre år. I alt blir det altså plass til 72 barn.

Odd Arne Haugen, for øyeblikket enhetsleder ved Budal oppvekst, er ansatt som leder ved den nye barnehagen.

SPENNENDE UTEOMRÅDE. I en barnehage er uteområdet minst like viktig som rommene inne.

BARNEHAGEN TAR FORM. Barnehagen på Soknes på Støren skal få plass til 72 barn. Den skal etter planen stå ferdig 1. august 2019.



KORK

- HELE LANDETS ORKESTER



KOMMER TIL STØREN!

Nrk
KRINGKASTINGS-
ORKESTRET

SETT AV UKE 36
DATO ANNONSERES SENERE

3. RUNDE MED INNSAMLING AV VEINAVN

Kommunen har nå delt inn 70 nye adresseparseller som navnekomiteen ønsker innspill på navn til.

Hensikten med adressetildeling er å gjøre det enkelt å finne frem for den som ikke er lokalkjent. En ting er når vi ønsker å finne fram til hytta til naboen hjemme som har invitert til grilling – når nødetatene har behov for å finne fram til rett sted, da kan i verste fall være et spørsmål om liv eller død.

Du må på nett

For å se veiene som er aktuelle i denne omgang, må du gå inn på nettsida vår, www.mgk.no og søk på «veinavn».

Adresseparsellene er spredt over hele kommunen, men du kan se på kart-lenka på nettsida hvor de befinner seg. I denne omgang ønsker vi innspill på veier både for helårsboliger og næring og i hytteområder.

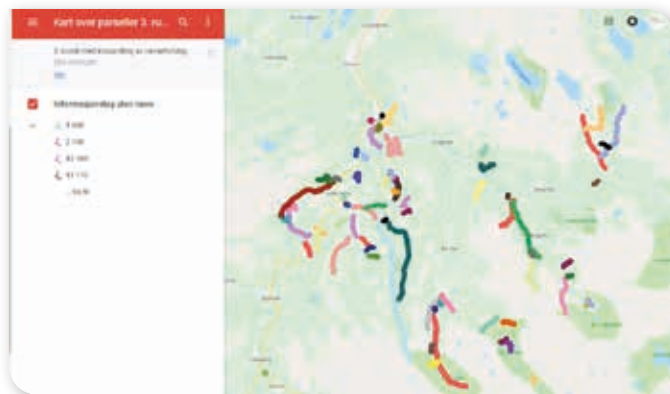
Navn finnes allerede

De fleste veier i kommunen, store som små, har allerede lokalt kjente navn, navn som brukes i dagligtale og som ofte har et historisk opphav. Disse navna er vi interesserte i å få innspill på, for å få dem formalisert og på den måten bevare dem. Både privatpersoner og lag og foreninger er velkomne til å komme med forslag til navn på veier.

Kriterier

Alle innspill blir vurdert, men det er noen kriterier: Veinavnet skal være lett å skrive, lese og uttale, og være entydig. Navn som staves ulikt, men uttales likt bør unngås. Et navn skal heller ikke gå igjen andre steder i kommunen. Navnet bør som sagt bygge på lokale navnetradisjoner, og stavemåten «vei» skal brukes fremfor «veg». Det er lov å være kreativ – navnet må ikke alltid ende med ordet «veien». Det er vanlig å navngi veien etter hvor den ender opp heller enn etter hvor den starter.

Oppkalling av nålevende personer er ikke ønskelig. Skrivemåte reguleres av stedsnavnloven.



Hvordan gi innspill

Du kan kontakte navnekomiteens medlemmer som tilhører ditt nærmiljø for dine innspill. Den opprinnelige fristen var 1. januar 2019, men vi mottar innspill i rimelig tid etter da. Denne gangen er det også mulig å registrere forslaget sitt via kartet over parsellene. Det ligger som sagt på nettsidene våre.

Navnekomiteen ved ett av medlemmene fra hvert område:

- Singsås: John Birger Krokan, leder,
Tlf: 928 23 350, e-post: j.b.krokan@gmail.com
- Soknedal: Sidsel Hanshus
Tlf: 995 09 330, e-post: bakersidsel@gmail.com
- Budal: Sigmund Storlimo
Tlf: 950 37 168, e-post: sigmund.storlimo@gmail.com
- Støren: Hans Erik Gynnild
Tlf: 481 32 882, e-post: hans.gynnild@stfk.no

For spørsmål om adressetildeling generelt, eller ved tekniske problemer i forbindelse med registrering av navneforslag, ta kontakt med prosjektleder Berit Wolden, tlf: **72 40 30 99**, e-post: berwol@mgk.no



ALLE VEIER SKAL HA NAVN. Det gjelder også skogsveien til hytta di. De fleste veier har allerede lokalt kjente navn. Disse er vi interesserte i å fange opp, og da trenger vi din hjelp.

RETURADRESSE:

Midtre Gauldal Kommune
7290 Støren

Trønderbladet og Støren kulturhus presenterer:

Årets Julegave!
Gauldalens
Nyttårskonsert
Fredag 11. januar 2019 - klokken 19.00

Luftforsvarets musikkorps

Vi går for full marsj inn i det nye året! Marsjer er en viktig del av tradisjonen til norske militærkorps og i år har vårt eget forsvarskorps valgt å starte året i to fjerdedels takt. Med feiende flotte marsjer og folkelige melodier feires det nye året med pågangsmot og framtidstro. Velkommen til et taktfullt nytt år! Dirigent: Morten Wensberg



Emilie Ravn Jensen

Emilie er 19 år og går første klasse bachelor på Norges Musikkhøgskole i Oslo. Hun har spilt solohorn med Ung filharmoni, med profesjonelle musikere ved sin side, og imponerte stort med alle soloene hun hadde i Sjostakovotisj' 10. symfoni. Emilie ble i vinter også tildelt den internasjonale prisen EMCY Prize for sitt imponerende spill under årets UMM. Denne prisen har til hensikt å promotere unge europeiske solister.



Flere artister kommer etterhvert!



Trønderbladet

Støren kulturhus - Billettpris 380,-
Kjøp billetter på: www.storenkulturhus.no
Forhånds salg: Støren kulturhus og ved inngang

Foto: Luftforsvarets musikkorps - Foto: Emilie Ravn Jensen - Privat