



Luster kommune

LUSTRA-*nytt*



Arealplanar

I skrivande stund har regnet endeleg dukka opp etter ein solfylt og kanskje rekordtidleg vår her hjå oss. Landbruket er ei stor næring i kommunen, så eg er trygg på at det er mange med meg som ynskjer vatnet velkomen, sjølv om det er godt å vere menneske i sol og turrvêr!

Det som kjem frå ovan rår me ikkje over, men eige arealbruk er me i høgste grad herre over. Nokon vil meine at dette berre er ei halv sanning, all den tid storsamfunnet gjennom statsforvaltar og fylkeskommune set premissar for kva vi faktisk kan gjere i kommunal regi.

Me lokalpolitikarar vert fort frustrerte når øvrigheita grip inn i lokale forhold, men me er også medvitne om at nasjonal og regional politikk ikkje er uvesentleg når me skal gjere tiltak lokalt.

Mange lustringar følgjer spente med på arbeidet med kommuneplanen sin arealdel og reguleringsplanane for Gaupne og Hafslo. Dette har vore ein raud tråd i helsingane frå ordføraren her i Lustranytt. I kommunesenteret er det spennstige planar om å skape eit meir levande sentrum mellom anna gjennom å auke utnyttinga av allereie nedbygde areal. På Hafslo ynskjer me også sentrumsfortetting og tilrettelegging for fleire buformer. Elles i kommunen handlar det om båthamner, skulevegar og tomter til bustadforemål og næring.

Utfordringa vår er at sjølv om kommunen har ei stor utstrekning, så er det forsvinnande lite som er tenleg areal anna enn der me allereie bur. Nye skred- og flaumkart bandlegg store areal i kommunen, og skjerpa fokus på vern av dyrka mark og lokale økosystem set oss nesten sjakk matt. Men berre nesten.

Me tykkjer me vassar i natur, men sanninga er at mykje er relativt utilgjengeleg høg fjell og bre. Kommunestyret hadde ein opplyssande temadag



kor dei små lommene med nærnatur og kulturlandskap blei løfta fram som viktige, ikkje berre for truga artar, men òg for folkehelsa.

Kva gjer Luster attraktiv for dei som vurderer å slå seg ned her? Me har ikkje bystruktur eller urbane tilbod som lokkar, men tettstadene våre er prega av samspelet mellom bustadareal, kulturlandskap, småindustri, tenesteyting og nærnatur. Dette gjev gode landskap å leve i!

Men dette landskapet er altså under press fordi me ynskjer og treng utvikling. Ordføraren vil hevde at svaret ligg i den fortettinga me legg opp til: Me må utnytte dei areala me rår over mykje betre. Ein får ikkje i pose og sekk, og nokre kompromiss lyt me tole.

No vil eg få ynskje alle lustringar ein retteleg god sommar – kanskje vil de finne tid til å kjenne på kva som gjer at nett di heimbygd er god å leve i, og bidra til korleis me kan ta vare på det me har og samstundes utvikle den vakre kommunen vår vidare!

Sommarhelsing frå
Andreas Wollnick Wiese, ordførar



Takk til rådmann Jarle Skartun

Kommunestyret tilsette i januar kommunedirektør Jon Bolstad som etterfølgjar for rådmann Jarle Skartun. I det påfølgjande kommunestyremøtet i februar vart Skartun takka for den mangeårige innsatsen som øvste leiar av kommunadministrasjonen, og den siste med tittelen rådmann både i Luster og i Sogn.

Jarle Skartun fekk overreikt bilete av båten på Nigardsbrevatnet, og stor takk og applaus for at han har losa oss over.

Kjære Lustring

Den 8. mai var eg i Solvorn og markerte frigjeringsdagen og at det var 80-år sidan det vart fred i Noreg og slutt på 2. verdskrig. Bautaen ved Solvorn kyrkje var rak i ryggen denne lyse kvelden. Ordføraren tala.

Det er umogeleg i dag å leve seg inn i kva kjensle det må ha vore å få att sjølvbestemningsretten, fridomen og alle dei ideala folket var oppdregne til å leve etter. Jens Bjørneboe skreiv: «Jeg tar meg den frihet. Der ligger hemmeligheten med frihetens vesen. Man tar seg den. Ingen gir oss frihet, vi må ta den selv.» Kanskje er dette så grunnleggande at det er vanskeleg å sjå det. Før det blir borte.

Eg føler at vi lever i skråsikkerheita si tid. Mogeleggjer sosiale medium tankefridom, politisk fridom, religionsfridom og fridom til å ikkje tru på noko om du vil? Eg er redd mange kunnskapsrike folk held seg vekke frå viktige ordskifte dersom vi dyrkar forakt for tvil og vitskap. «Feilen med verden er at de dumme er så skrāsikre på alt – og de kloke så fulle av tvil», sa filosofen Bertrand Russell ein gong.

Ytringsfridomen er viktig i søken etter sanning, men den skal vel ha grenser? Argument, motseiingar og tvil føler eg har trongare og trongare kår. Vi blir påverka og forma av ansiktslause skjermar. Tvil vert skapt for å brukast. Føreseielege pingpong debattar. Sluttar orda, byrjar valden. Lykke er salsvare i samanlikninga sitt tyranni.

Dei fleste likar klarheit, tryggleik og konklusjonar i viktige saker. I kommunen har vi av og til vanskelege saker. Vi som stiller med sakene er heilt vanlege folk som fyller ulike roller i eit sinnrikt system. Eg er privilegert som får vere ein del av dette. Er du valt, utpeika eller har tillitsverv så er du i teneste for samfunnet vårt. Dei og alle andre som arbeider for vårt fellesskap må vi ikkje berre gje ein tanke-takk, men også bidra ved å bere vekk stein for at felles-åkeren skal bli rein.



Skal vi ta mål av framtida? Folk i dag blir meir enn nokon gong påverka av kva som skjer ute i verda. Eg tenkjer at vi ikkje må tape oss sjølve oppe i dette. Difor har eg sterk tru på krafta som ligg i å løfte fram kulturarven. Det gjer noko med vår identitet og det betyr noko å forstå kva ein er ein del av. I Luster har vi 11 kyrkjer, 360 stølar, fleire strandsitjarstadar, 71 registrerte husmannsplassar, 13 høgdegardar, spor etter gamal jakt og veidekultur, spor av stordomstid og småkårsfolk, turisme og fleire tusen meter frå topp til botn. Opp i alt dette lever vi våre liv. I dette nummeret av Lustranytt kan du lese om «Kulturen i Naturen». Eg har latt meg begeistre og det trur eg jammen du vil også. Sjå filmane og lær meir om kulturarven vår med rot i Lustranaturen!

Er du stolt av å vere «Lustring»? Kva kan gjere deg endå stoltare? Eg såg ei T-skjorte nyleg med påskrifta: «Eg treng ikkje terapi, eg treng berre å reise til LUSTER».

Jammen er me heldige.
God sommar frå
Jon Bolstad, kommunedirektør

Takkehelsing frå ordførar Andreas Wiese:

- Eg vil takke deg, Jarle, for den solide jobben du har gjort gjennom 21 år i kommunen og om lag 13 år som rådmann. Det står stor respekt av alt du har gjort for fellesskapet og Luster kommune gjennom ei årrekke. Du har meisterleg sjonglert balansen mellom administrasjon og politikk, og det skal du ha all ære for.

Med eit strategisk overblikk, gedigent engasjement og skummelt god hukommelse har du hatt det som krevst i jobben som rådmann i ein kommune. Nokon vil seie at du utstrålar ein sterk naturleg autoritet, men du er eit mildt menneske som har vist stor omsorg for dei tilsette i organisasjonen.

Valet 2025



VAL

Valdagen for Stortingsvalet er den 8. september

Luster høyrer til Sogn og Fjordane valdistrikt der det skal veljast 4 representantar til Stortinget. Sjå eigen artikkel om kva parti som stiller liste til valet.

Stemmerett

Du har stemmerett dersom du oppfyller desse vilkåra:

- Norsk statsborgar
- Har fylt 18 år innan utgangen av 2025
- Er, eller har vore, registrert i folkeregisteret som busett i Noreg

Tilsette i diplomatiet eller konsulatvesenet og medlemmer av deira husstand har stemmerett sjølv om dei ikkje oppfyller busettingskriteriet.

Står du i manntalet?

Manntallet er ei oversikt over alle som har stemmerett i ein kommune. For å kunne stemme må du stå innført i manntalet.

Veljarar busett i Norge blir automatisk innført i manntalet i den kommunen der dei er registrert i folkeregisteret som busett pr. 30. juni i valåret.

Flyttar du til en annan kommune etter 30. juni, har du stemmerett i den kommunen du flyttar frå.

Er du ny statsborgar?

Som ny statsborgar med

stemmerett, blir du ført inn i manntalet i kommunen der du er folkeregistrert som busett i.

Bur du i utlandet?

Er du busett i utlandet, men har vore registrert i folkeregisteret som busett i Norge tidlegare, skal du først inn i manntalet i den norske kommunen du sist var registrert busett i:

- Har du vore busett i Noreg i løpet av dei siste 10 åra, blir du automatisk ført inn i manntalet i den kommunen der du sist var registrert som busett.
- Har du budd meir enn 10 år i utlandet blir du ført inn i manntalet i kommunen du sist var registrert som busett i når du stemmer.

Tilsette i diplomatiet eller konsulatvesenet og deira husstandsmedlemmer, som aldri har vært registrert som busett i Norge, blir ført inn i manntalet i Oslo kommune.

Du får ikkje valkort

Nytt frå dette valåret er at det ikkje blir sendt ut valkort, men dei som har stemmerett vil få informasjon om kva kommune dei kan stemme i på valdagen.

Du kan sjekke manntalet?

Frå ca. 25. juli kan du sjekke om du står i manntalet. Manntalet blir lagt ut på

infotorget på rådhuset. Du kan også ringe rådhuset, 57 68 55 00 og spørje om du står i manntalet.

Klage på manntalet

Dersom du meiner at du sjølv eller nokon annan urett er blitt innført eller utelatt frå manntalet i kommunen, kan du krevje at feilen blir retta opp.

Kravet skal vere skriftleg og grunngjeve, og sendast til: Luster kommune, valstyret, Postboks 77, 6866 Gaupne.

Legitimasjon

Vallova seier at ein veljar som er ukjend for stemmemottakar skal legitimere seg. Ta difor med legitimasjon når du skal stemme. Det er eit minstekrav at legitimasjonen har eit visst offisielt preg, og inneheld veljaren sitt namn, fødselsdato og bilete. Legitimasjon kan vere pass, bankkort med bilete og førarkort – også digitalt førarkort. Anna legitimasjon med bilete vil og bli godkjent.

Informasjon:

På www.luster.kommune.no vil det bli lagt ut relevant valinformasjon fram mot valdagen.

Du finn og mykje god sentral informasjon på www.valg.no

Førehandsstemming

STORTINGS- OG SAMETINGSVALET

Ver merksam på at på valdagen den 8. september kan du stemme til Stortingsvalet på Fjordstova i Skjolden, idrettshallen i Gaupne eller i samfunnssalen på Hafslo.

Om du vil stemme på sametingsvalet, må du stemme på førehand.

Du kan førehandsstemme til Stortings- og sametingsvalet på rådhuset i Gaupne alle kvardagar i tida 11. august til 3. september kl. 9–15.

Torsdag 4. september kl. 9–18.

Fredag 5. september kl. 9–20.

Du kan stemme i heile landet

Du kan førehandsstemme her i kommunen hjå oss på rådhuset, og ute i bygdene. Om det passar betre for deg, kan du førehandsstemme i ein

anna kommune. Om du eksempelvis studerer i Bergen, kan du førehandsstemme der. Då vil Bergen kommune sende stemma di til Luster. Om du førehandsstemmer i eigen kommune, er prosessen om lag som på valdagen. Du blir kryssa i manntalet og får legge stemma di rett i urna. Om du stemmer i anna kommune, legg du stemma di i to konvoluttar og den blir sendt til kommunen der du er manntalsførd. Ta kontakt på rådhuset i den kommunen der du vil førehandsstemme, eller sjekk www.valglokaler.no

Tidlegstemming

Har du problem med å førehandsstemme etter 11. august, kan du «tidlegstemme» frå 1. juli til 8. august. Du kan avtale tidspunkt for å tidlegstemme på rådhuset ved å ringe 90815945 eller sende epost til post@luster.kommune.no

Førehandsstemming ute i bygdene:

Fortun grendahus	tysdag 26. august	kl. 15.00 – 18.00
Ornes bedehus	onsdag 27. august	kl. 16.30 – 18.00
Indre Hafslo oppvekstsenter	torsdag 28. august	kl. 15.00 – 19.00
Veitastrond samfunnshus	måndag 1. sept.	kl. 15.00 – 19.00
Jostedal samfunnshus	tysdag 2. sept.	kl. 15.00 – 19.00
Luster samfunnshus	onsdag 3. sept.	kl. 15.00 – 19.00
Solvorn oppvekstsenter	torsdag 4. sept.	kl. 15.00 – 18.00

Førehandsstemming på institusjonar:

Gaupne omsorgssenter	tysdag 2. sept.	kl. 11.00 – 14.00
Luster omsorgssenter	onsdag 3. sept.	kl. 11.00 – 13.00
Hafslo omsorgssenter	torsdag 4. sept.	kl. 11.00 – 13.00

Det vert også gjeve tilbod om førehandsstemming på Ecura, Hafslotun. Sjå eige oppslag på Ecura.

Stemme heime?

Veljarar som på grunn av sjukdom eller uførleik ikkje kan stemme der det blir halde førehandsstemming, kan søke om å få førehandsstemme der dei held til.

Søknadsfrist er torsdag 4. september kl. 12.00.

Du treng ikkje søke skriftleg. Kontakt Luster kommune, tlf. 57 68 55 00. Me vil då gjere avtale slik at du får besøk av to valmedarbeidarar, og får stemme heime seinast fredag 5. september.

Ta med legitimasjon når du vil stemme. På institusjonar er det ikkje eit krav om legitimasjon for pasientar.

Her kan du stemme på valdagen 8. september

På valdagen for stortingsvalet 2025, måndag 8 september er det 3 opne vallokale i Luster kommune. Du vel sjølv kva for eit vallokale du vil stemme i. Hugs å ta med legitimasjon.

NB! På valdagen kan du ikkje stemme i andre kommunar enn der du er manntalsførd.

Vallokale:	Opningstid:	Merk deg
Skjolden, Fjordstova.	Kl. 9-19	Inngang nedste parkering
Gaupne, Idrettshallen	Kl. 9-20	
Hafslo, samfunnssalen	Kl. 9-19	Inngang ved ballbana

Siste dag for førehandsstemming er fredag 5. september.
Informasjon om førehandsstemming i anna artikkel her i Lustranytt.

Sametingsvalet, berre førehandsstemming i Luster

I Luster er det ikkje val til sametinget på sjølve valdagen 8. september. Dei som står i sametinget sitt valmanntal kan førehandsstemme på rådhuset i Gaupne kvardagar i perioden 11. august – 5. september, og ute i bygdene, sjå anna artikkel om førehandsstemming.

Frist for å bli innført i sametinget sitt valmanntal er 30. juni.
Innmelding skjer via Sametinget, sametinget.no

Sametinget sitt valmanntal blir utlagt på rådhuset i slutten av juli månad. Ev. klage på innføring eller uriktige opplysningar i samemanntalet skal sendast til Sametinget.

Luster høyrer til Sør-Norge valkrins og stemmer som Luster tek imot blir sendt til Oslo som oppteljingskommune.

Vallister til Stortingsvalet i Sogn og Fjordane

Distriktsvalstyret i Vestland har godkjent desse listene til Stortingsvalet i Sogn og Fjordane valdistrikt: (NB må kontrollereast når Vestland har godkjent, sjekk heimeside: <https://www.vestlandfylke.no/politikk/stortingsval-i-vestland/>)

- Arbeidarpartiet
- Framstegspartiet
- Fred og Rettferdighet (FOR)
- Generasjonspartiet
- Høgre
- Industri- og næringspartiet
- Konservativt
- Kristeleg Folkeparti
- Miljøpartiet Dei Grøne
- Norgesdemokratene
- Partiet DNI
- Partiet Sentrum
- Pensjonistpartiet
- Raudt
- Senterpartiet
- SV – Sosialistisk venstreparti
- Velferd- og Innovasjonspartiet
- Venstre

Vallova er ny, og me som veljarar kan ikkje gjere endringar på stemmesetelen ved Stortingsval.

5 kjappe med UK

1. Kva er bra med å bu i Luster?
2. Kva trivst du med på fritida?
3. Kvifor vil du engasjera deg i UK?
4. Kva meiner du Luster må gjere betre for ungdommar?
5. Kva skal du finne på i sommar?

VITALII HUZ



1. I Luster er det mange aktivitetar, som skikøyring, Lustrabadet, turar, nærværet av den gode urbaniseringa si, god plassering og god utsikt.
2. På fritida liker eg å sjå på seriar eller dra på turar.
3. Eg ser på det som ei god erfaring, og ei betre forståing

av strukturen til staten, eller å komma med nokre idear for å forbetra livet i Luster.

4. Eg trur det er mange aktivitetar for unge menneske i Luster, så det er mykje å gjera og det nok.

5. Eg vil kanskje sjå ulike byar i Noreg om sommaren.

IDA STAI BOLSTAD



1. Det er trygt, fin natur, mange fine møteplassar og aktivitetar å driva med for alle
2. Finna på forskjellig med venner, og spela volleyball
3. Det er viktig for oss unge å engasjera oss, for mykje i kommunen omgår oss unge, og for å gjere kvardagen best mogleg for alle.

4. Betre kollektivtilbod, sørge for at alle trivast på skulen, og aktivitetar som passar for alle

5. I sommar skal eg på tur til Kroatia og Kreta, vera heima på Skjolden og jobba, og reisa på hytta.

ALEKSANDER SOGNES HELTNE



1. Luster er ein veldig flott kommune, med vakker natur, og eit sterkt lokalsamfunn. Innbyggjarane våre er hyggelege, og det er god dugnadsånd. Det er oppskrifta på ein bra plass å bu.

2. På fritida likar eg å drive med musikk, og politikk. Eg spelar i fleire korps, og som leiar for UK blir det sjølvsagt ein del politikk på fritida mi også.

3. Eg engasjerer meg i UK fordi eg ønskjer at alle skal ha ei stemme. Eg vil lytte til dei eg møter rundt meg, og sørge for at alle blir høyrte, spesielt ungdom. UK sitt perspektiv på kva som er viktig for oss ungdom er ei svært god rettesnor for kommunestyret, spesielt når dei fleste som er med ikkje kan stemme.

4. Eg meiner me må styrke kollektivtilbodet, psykisk

helsehjelp, og utvikla ungdomsklubbane enda meir. I ein vidstrakt kommune som Luster må ungdom ha gode moglegheiter for å komme seg fram og tilbake, og me treng samlingsplassar der ungdommar kan bli betre kjent på ein anna arena.

5. I sommar skal eg for det meste jobbe inne på Dalsøren Camping i Luster. Der er det veldig hyggeleg å vere, og ein fin plass å ta med familien på is og pizza. Elles skal eg til Utøya i slutten av juli på AUF sin sommarleir.

Bli med i Ungdommen sitt kommunestyre (UK) i Luster

Vil du vere med og gje råd til kommunen om korleis Luster bør utviklast til det beste for ungdomen i kommunen?

UK er eit rådgjevande organ for kommunen i saker som gjeld barn og ungdom i alderen 13–19 år. Det er til dømes skule, kultur og fritidstilbod, helse- og omsorgstilbod, samferdsle, trafikktryggleik, folkehelse, kommuneplan, reguleringsplanar og budsjettarbeid.

UK i Luster har 3 medlemmer frå Hafslo barne- og ungdomsskule, 3 medlemmer frå Luster ungdomsskule, 4 medlemmer frå Sogndal vidaregåande skule, 1 medlem frå 4H, og 1 medlem frå idrettsrådet. Kwart politiske parti har rett til 1 medlem. Kommunestyret har ein observatør med tale og forslagsrett. I tillegg er det varamedlemmer frå alle. UK har rett til møtegodtgjersle etter satsar vedteke av kommunestyret. Dei har møta sine på rådhuset.

Skulane og organisasjonane skal nominere sine kandidatar innan 10. september. Kommunestyret gjer det formelle valet av UK i oktober/november 2025. Då blir medlemmer og varamedlemmer valde for 2 år. Representantane kan veljast frå 8. klasse til og med siste året som lærling/vidaregåande. Medlemmane



kan ikkje ha fylt 19 år på valtidspunktet. Etter at medlemmane er valde, blir dei innkalla til møte der dei sjølve vel leiar, nestleiar og eit arbeidsutval.

Viss du er interessert i å vere med i UK, er i alderen 13–19 år, meld di interesse på skulen/organisasjonen som har rett til å kome med forslag på kandidatar. Du kan også kontakte kommunen v/Anita Bjørk Ruud som kan formidle interessa di vidare.

Foreldrekveld – ein viktig tradisjon

SKJOLDEN OPPVEKSTSENTER

19. mars vart det arrangert foreldrekveld ved Skjolden oppvekstsenter. Dette er ein gamal tradisjon som heng igjen frå den tid me hadde grunnskuleveke. Målet med slike kveldar er å skape eit godt samarbeid med heimen i lag med elevane. Foreldra kjem til skulen og får oppleve kjekke aktivitetar i lag med ungane.

I år var tema for kvelden relasjonar og samarbeid. Tidlegare år har det vore fokus på alt ifrå dikt og dans til mat. Kvelden tok til med betasuppe for alle, som Ellen hadde stelt i stand.

Etter mat blei alle delt inn i grupper som var sett saman på førehand, der me la vekt på at dei som ikkje kjenner kvarandre så godt frå før skulle få vere saman. I dei ulike gruppene jobba vaksne og born med alt frå IKT, brettspel, papirflykonkurranse og med bygging av det høgaste slottet.

På slike kveldar er det alltid ein god stemning og innsatsen frå små og store var på topp. Vi har alltid hatt papirflykonkurranse på kulturøkta før vinterferien, men i år flytta me konkuransen til foreldrekvelden. For då fekk også foreldra bli med å konkurrere.



Nytt frå

LUSTER BIBLIOTEK

Sidan februar har me jobba med fornying på folkebiblioteket. Det innte rommet som før var lese krok og lokalavdeling er no den nye barneavdelinga. Her inne er det biletbøker, barnebøker, og to teiknebord som har vore nytta godt på laurdagane.

Der barneavdelinga var før har det blitt ein ny koseleg lese krok. Teikneseriar, fagbøker til barn og unge, og ungdomsbøker står i

hyllane rundt. Me på biblioteket håpar det er mange som kjem for ei roleg lesestund i sommarferien.

Lokalavdelinga er flytt ut til inngangspartiet framfor skranken vår. Den er flittig brukt, så det var kjekt å ha den lettare tilgjengeleg for lånarane. Det er fleire sitjeplassar der ein kan studere bygdebøkene ved eit bord, eller berre treffast for ein hyggjeleg prat. Engelske og andre

framandspråklege bøker er òg flytt til denne avdelinga, og me har ei ny samling bøker til born og vaksne på m.a. ukrainsk og arabisk.

Sommarles går frå 1. juni til 31. august slik som i fjor. Me har mange nye spennande bøker, flotte sommarles premiar og skal ha ope heile sommarferien.

God sommar, og me treffast på biblioteket!



MINIBIBLIOTEK

Som ein del av lese lyst-prosjektet 'Aktiv formidling' har me laga minibibliotek som er plassert ut på venteromma på Legekontoret, Helsestasjon og Tannklinikken. Bøkene er vald ut etter tema som kan passe på dei ulike plassane. Slik kan foreldre og barn få ei fin stund saman medan dei ventar på å komme inn til avtalen sin.



EIN FLYTANDE OVERGANG FRÅ barnehagebarn til skuleelever

Veitastrond oppvekstsenter

Overgangen frå barnehage til skule er ei stor hending i eit barn sitt liv, og ved Veitastrond oppvekstsenter arbeider me for at denne overgangen skal kjennast trygg og naturleg. Det skal vere ei vidareføring av det kjende, meir enn eit brot. Når barnehage og skule er samla under same tak, opnar det for ein kvardag der grensene mellom dei to verdene blir mjuke og barnet får tid til å veksa inn i den nye rolla som elev.

I alt me gjer ligg eit ønske om å skapa ein samanhengande oppvekst, der barna får utvikla seg i sitt eige tempo – i kjende omgjevnadar. På Veitastrond oppvekstsenter handlar det ikkje om å ta eit steg inn i det ukjende – men om å ta eitt steg i noko dei allereie er ein del av. Me som jobbar her veit kor viktig det er med samhald og tryggleik. På Veitastrond er det nettopp dette ungane lærer frå første dag: at dei er del av noko større. Ein oppvekst i fellesskap – der det er plass til både leik, læring og varme relasjonar, på tvers av alder.

Allereie som førskulebarn får dei ta del i livet på skulen – ikkje som gjestar, men som ein naturleg del av fellesskapet. Dei går på tur saman med dei yngste skuleborna, leikar saman på uteområdet, deler mat og samtalar rundt bordet under skulemåltida, og finn ro når dei største elevane les høgt for dei. Det er nettopp dette som gjer oppvekstsenteret vårt så

unikt: at barna ikkje berre går frå eit trinn til eit anna, men veks inn i ei større verd, saman med dei rundt seg. Det er ikkje noko

nytt og skummelt som ventar bak døra til 1. klasse, men ein stad dei alt kjenner – med kjente elevar, lærarar, rom og rammer. Dette gjer at dei får ein styrka start på skulelivet.

Å leggja til rette for ein god overgang mellom barnehage og skule er ikkje eit tiltak – det er ein tankegang som ligg i botnen av alt vi gjer. Desse små, men viktige, møteplassane. I ei lita bygd som Veitastrond kjenner me kvarandre godt. Det er ein styrke – og det er denne styrken me byggjer vidare på når me rustar ungane for neste steg i livet. Skulen er ikkje ei ukjend verd – men ein naturleg del av barnehagekvardagen.



Med fokus på praktisk opplæring for å skape variasjon og auka motivasjon

Nasjonale føringar peikar mot meir praktisk retta opplæring. For å nå dagens barn og unge er det viktig å tenkje varierte metodar for å oppnå læring. Ved Skjolden oppvekstsenter gjev aldersblanda undervisning og grupper godt grunnlag for å jobbe variert og praktisk.

Eit døme på dette er 5.–7. trinn som dette skuleåret har fått undervisning i skyting, gardsarbeid på garden til Vigdis Marita og arbeid i barnehage. Alle elevane har fått økter på dei ulike praktiske aktivitetane. Skulen sin erfaring er at denne undervisningsforma skapar auka motivasjon hjå elevane, òg med tanke på innsats i andre fag.

Den praktiske undervisninga blir knytta til fag som matematikk, norsk, kunst- og håndverk og fysik. «Det handlar ikkje minst om å ta ansvar for andre, gjennom å løyse oppgåver i fellesskap», seier rektor.

Elevane må sjølve lage aktivitetsbeskrivelse og lærarane opplever at det er kjekt å oppleve elevane i ei anna setting enn i klasserommet. «Det blir ei motvekt til alt det digitale og me ser at det gjev ei meistringskjensle».

Med lærar Svein Bjarne Steig, så får elevane lære å skyte ved å handtere våpen på riktig måte. Erfaringane med denne øvinga er at elevane får øving i å ta imot

instruks og halde fokus. «På skytebana er det alvor, då kan ein ikkje tulle. Og det er viktig å gjere det ein får beskjed om. Ein må vere sterk både psykisk og fysisk. Om elevane greier å ta med dette med å halde fokus inn i undervisningssamanheng, er det bra».

Rektor legg til at konkurranselementet og spenninga gjer at denne undervisningsaktiviteten gjer det tøft og litt ekstra populært. Med desse varierte erfaringane i undervisninga ser skulen at det tverrfaglege emnet, livsmeistring, òg får eit særleg fokus.



Skjolden oppvekstsenter



Trivselsprogrammet

— AKTIVE OG INKLUDERANDE FRIMINUTT

Hafslo barne- og ungdomsskule

Som eit viktig bidrag for å skapa eit trygt og inkluderande skulemiljø, har Hafslo barne- og ungdomsskule tatt i bruk Trivselsprogrammet. Dette er Skandinavia sitt største program for aktivitet og inkludering i barne- og ungdomsskulen, brukt av over 1400 skular i Skandinavia og Island.

Onsdag 8. januar var det presentasjon om trivselsprogrammet for elevane i 4.–7. klasse i auditoriet. Etter presentasjonen kunne elevane skrive søknad om å bli trivselsleiar. 13. januar var det planlagt KickOff for dei tilsette, og 24. januar var det leikekurs på Leikanger for dei 16 utvalde trivselsleiarane frå 4.–7. trinn. Rektor Hilde og kontaktlærar for elevrådet Ivar deltok også på kurset saman med elevane. Elevane som skulle bli trivselsleiarar fekk opplæring i lek, leiarskap og kva som var viktig for å vere ein god trivselsleiar. Dei lærte òg om viktige verdiar som inkludering, venleik og respekt. På skulen har

dei ansvar for igangsetjing og leing av lek i nokre av friminutta i løpet av veka.

Trivselsprogrammet har som mål å

- gi auka trivsel
- gi meir og meir variert aktivitet i friminutta og undervisninga
- byggje venskap
- førebyggje konflikhtar og mobbing
- fremje inkluderande, venlege og respektfulle elevar

No har trivselsleiarane vore i gang med å gjennomføre oppdraget sitt i snart fire månader.

Med egne vestar er dei godt synlege på skuleplassen. Dei er kjempeflinke og har skapt mange gode friminutt for elevane. Det er frivillig for elevane å gå til aktivitetane som blir arrangert, men det viser seg at svært mange elevar vil delta på dette. Skulen har tilgang til aktivitetsbanken på trivselsleder.no. Der ligg det massevis av leikar og aktivitetar som trivselsleiar-gjengen oppdaterer seg på i lag med Ivar som er skulen sin koordinator for Trivselsprogrammet.



I tillegg til lek i friminutta har Trivselsprogrammet også ein bank med aktivitetar retta mot fysisk aktiv læring. Dette er eitt av satsingsområda til Hafslo barne- og ungdomsskule. Skulen får kontinuitet i arbeidet med fysisk aktivitet, samt erfaringsutveksling, motivasjon og oppfølging gjennom TL og nettverk. Me får òg auka aktivitet, struktur og tryggleik i friminutta. Trivselsprogrammet bidreg til høg grad av elevmedverknad, og gjer det mogleg for skulen å jobbe førebyggjande med skulemiljøet.

Alle trivselsleiarar blir løna med eit kulturkort og eit diplom. Kulturkortet fungerer som eit bevis på rolla deira. I tillegg gir kortet rabattert inngang på ulike kulturelle tilbod, som til dømes kino, teater, museum, Lustrabadet og ViteMeir. Me håpar det blir like mange søkarar til “stillingane” ved neste utlysing. Elevane gjer ein flott innsats for skulemiljøet!



MARKERING AV UTVANDRAR –JUBILEET VED *Gaupne skule*

Gaupne skule har teke aktiv del i å markere at det er 200 år sidan den organiserte utvandringa til Amerika byrja. Noverande Luster kommune var ein stor utvandrarkommune, og det var på sin plass at me underviste ekstra om dette i år.

Me fekk med oss Erling Bjørnetun til å ha ein pangstart om dette emnet. Det var ei kort fellesøkt for alle elevane på skulen, med generell førelesing av kvifor utvandring vart aktuelt for sogningar på



1800- og tidleg 1900 talet. Nokre klassar ønskte å dukke meir ned i emnet, og 3. klasse valde mellom anna å lage ein film om utvandringa.

Her tok me utgangspunkt i familien til læraren Tomas Kjølraug. Tippoldeforeldra hans, Ole og Brita Røneid, i frå Monsagarden på Røneid, hadde 12 barn. Eldsteguten Mons overtok garden på Røneid, ei søster; Anna Kristine vart gift på Råum, elles reiste alle dei 10 andre søskena frå bygda. Fire av dei for til Midtvesten i USA, og rydda seg gardsbruk eller tok seg anna arbeid der.

Dette syner kor varierte vaksenliv dei fekk, og det var eit fint utgangspunkt for å lage ein film. Filmredigerar Merethe Offerdal var ei god støtte i arbeidet med å gjere filmen ferdig.

Scener me nytta var tunet i Monsagarden på Røneid, der huset dei vaks opp i står framleis. I tillegg fekk me med oss hestekaren Johannes Opheim til å spele inn scener med skogsarbeid og hest, saman med gutane i søskenflokk. Jentene var med på fjøsarbeid og matlaging på garden til læraren Tomas for å dokumenter kva som var vanleg jentearbeid på den tida.

Kjetil og Stine på Alsmo tok i mot oss, for å kunne spele inn når amerika-fararane frå Røneid kom fram til Minnesota. På Alsmo er det fine Amerika-kulisser.

Med både vanleg undervisning om utvandring og filmskaping, får elevane ta aktiv del i undervisninga, og får truleg ei betre forståing av kor viktig del av historia vår dette faktisk er. Nordmenn tek ikkje berre i mot innvandrarar, Noreg er eit land der mange, for 200 år sidan og framover, sjølve har vore innvandrarar i andre land.

Onsdag 11. juni klokka 18.00, vart filmen presentert i Parken i Gaupne. 3. klasse song «Då Daniel drog», av Jakob Sande, og 5. klasse dramatisere teksten. Dette var ein del av markeringa av utvandrarjubileet og at Gaupne skule er 30 år i år. Her var heile bygda hjarteleg velkomne!

Gaupne skule 30 år



Gaupne gamle skule låg der Gaupne barnehage ligg i dag. Den var bygd i ei tid då skulen var fådelt, og utvida i 1973 for å sette rombehova til ein 4-delt skule. Allereie i 1977

var ein oppe i eit elevtal på 92, og det var grunnlag for ein fulldelt skule.

Det var ein lang prosess å avgjere om ein skulle utvide skulen ytterlegare, byggje ein heilt ny barneskule på ein annan tomt eller etablere ein kombinert barne- og ungdomsskule med ny barneskuleavdeling i tilknytning til Luster ungdomsskule. Det siste alternativet vakte stor motstand i bygda. Ein landa til slutt på at det skulle byggjast ein ny skule på ei ny tomt, og det vart vurdert fleire ulike tomtealternativ. I kommunestyremøte i juni 1989 vart det samrøystes vedteke at skulen skulle byggjast der den står no.

Det var arkitektkontoret ARKITRE som fekk i oppdrag å teikne den nye skulen. Oppdraget dei fekk frå byggherren var å teikne ein framtidsretta skule som hadde rom for 6-åringane, skulefritidsordning, kontorarbeidsplassar for lærarane og frie aktivitetar. Gjennom heile byggeperioden hadde arkitektane tett dialog med dei tilsette på skulen. Dei kom gjerne til bygda kvelden før det skulle vere byggemøte, og hadde møte med lærarane og rektor for å involvere dei i prosessen og ta i mot innspel.

Lærarane var svært opptekne av at det måtte byggast garderobar, slik at elevane kunne setje frå seg sko og klede før dei gjekk inn i klasseromma.

Dei hadde ikkje garderobar på gamleskulen, så elevane gjekk inn med sko og hadde med seg ytterklede. Midtvinters når elevane hadde basa i snøen og kom inn med blaute sko og dressar, var ikkje inneklimaet så mykje å rope hurra

for. Politikerane tykte det var frykteleg dyrt med desse garderobane, men gjekk heldigvis med på det til slutt. For dagens elevar er det heilt utenkjeleg å ikkje skifte til innesko når dei kjem inn frå friminutt.

Byggearbeidet starta opp 25. oktober 1993, og skulen vart teken i bruk 4. januar i 1995. Det er ikkje så ofte at elevar gler seg til at juleferien er over, men slik var det nok dette året. Før elevane tok juleferie, hjelpte dei til med å pakke ned alt som var i klasseromma sine. Kassane vart merkte med romnummer slik at det skulle vere lett å få dei på rett plass på den nye skulen. Foreldra bidrog med ein storstilt flyttedugnad i romjula og stilte opp med både traktorar og lastebilar for å få frakta alt på plass. Sidan det var midtvinters og mykje snø, var dette litt strabasiosst. Dei hjelpte også til med å skru opp hyller og skåp i dei ulike romma. Dugnaden var heilt naudsynt, for det var ikkje løyvd pengar til sjølve flyttinga i budsjettet. Fyrste skuledag etter ferien møtte dei nitti elevane opp på gamleskulen og bar med seg kvar si bok ned til den nye skulen sin.

Både elevar, foreldre og tilsette var svært stolte over den nye skulen. Her var det lyst, fint og mykje plass til å boltre seg på. Hjartet i bygget var den flotte aulaen. Dette skulle bli skulen si storstove, med ei scene som kunne brukast til rollespel, song og andre aktivitetar. Ein såg fram til å kunne invitere til skuleavslutningar i dette rommet. Dåverande rektor, Marie Kristine (Mia) Alme, sa i talen sin på opningsfesten at ho håpa at skulen skulle bli teken i bruk, ikkje berre i skuletida, men og av lag og organisasjonar elles i bygda, slik at det verkeleg kunne verte heile bygda sitt hus. Det må ein kunne seie vart ein realitet, då skulen no er full av liv og røre både på kveld og helg. Her er det korps- og aspirantøvingar, danseverkstad, 4H, seniordans, sykkeldar, yoga, Roseklubb, basarar mm. Dei siste åra har det også vorte vanleg å leige skulen til bursdagsfeiringar.

Mykje har skjedd på desse tretti åra. Skulen er framleis funksjonell og stettar dagens krav, sjølv om det er trøgt om plassen. I jubileumsåret har skulen 142 elevar, og absolutt alle rom er i dagleg bruk. Det gjennomsnittlege elevtalet er 20 elevar pr. klasse, og for desse klassane er romma passe store. Utfordringa dukkar opp når ein år om anna får klassar som har langt fleire elevar. I perioden mellom 2002 og 2008, då dei store elevkulla frå 1994, 1996 og 2000 gjekk på skulen samstundes, var det trøgt om plassen hjå oss. Løysinga vart å gjere det store musikkrommet om til permanent klasserom for dei 28 elevane i 96-kullet i medan dei gjekk i småskulen, og flytte dei over til det doble klasserommet med foldedører dei tre åra dei gjekk på mellomsteget. Sidan den tid har alle romma i musikkavdelinga vorte nytta i ordinær drift, og dei største klassane våre har ikkje kunna byte rom kvart år slik dei andre kan gjere.

Det var eit stort sakn å miste musikkavdelinga, spesielt sidan musikk alltid har vore eit viktig fag hjå oss.



No er musikkutstyret vårt spreidd rundt om kring, og ein av dei tilsette har omgjort eit klesstativ til eit gitarstativ så ein kan trille med seg dei åtte gitarane til klasserommet ein skal øve i.

Elevtalet ved skulen har alltid vorte høgare enn det prognosane har spådd. Dette skuldast i stor grad auka tilflytting og i dei seinare åra mottak av flyktningar. I 1997 byrja 6. åringane på skulen, og ein var oppe i sju klassar. Då var det til saman 116 elevar. Skuleåret 2006–2007 toppar førebels statistikken med heile 148 elevar ved skulestart. Då var skulen så sprengd at ein måtte sjå etter alternativ plassering av skulefritidsordninga. Løysinga vart å bygge inn scena i gymsalen til Luster ungdomsskule og ta i bruk den. Dette var noko som fungerte relativt greitt, men Miljøretta helsevern gav berre ei mellombels godkjenning for bruk av lokala. Det var difor naudsynt å sjå på ei meir langsiktig løysing, og både tilsette og føresette byrja å jobbe for ei utviding av skulen.

Ved skulestart 2010 var tilbygget klart til å takast i bruk. Det hadde eigen inngang og garderobe, kjøken, eit stort opphaldsrom, grupperom og egne toalett. Lokala kunne nyttast til klassedeling i skuletida og SFO før og etter skuletid. Dei tilsette var svært nøgde med å få egne SFO-lokale som kunne innreist med tanke på deira behov.

Skulen har hatt skulefritidsordning sidan 1999. Det fyrste året var det 27 barn som hadde behov for plass, medan ein i 2016–2017 var oppe i heile 63 barn. Talet duppa ned att til mellom 30 og 40 i fleire år, før det i inneverande år er oppe att i 63. Dette er mange barn å ha i ei gruppe, så i år har me har valt å dele dei inn i tre. Elevar frå 3. og 4. klasse har på ny teke i bruk scena i gymsalen til LUS som SFO-lokale.

Det er ikkje berre elevtalet som har vakse på dei tretti åra som



har gått. I januar 1995 var det rektor og åtte lærarar som var med på flyttelasset, medan me i dag er til saman tretti tilsette. Personalrommet er dimensjonert for eit mykje mindre kollegium, og ei utviding av dette står svært høgt oppe på ynskelista vår. Me har eit fagleg kompetent og stabilt kollegium med god kjønnsbalanse, og ynskjer å ta vare på dei ved å leggje til rette for gode arbeidstilhøve.

Aulaen har i alle desse tretti åra vore ein viktig del av skulen si sjel. Her har det sidan byrjinga vore gjennomført morgonsamlingar kvar veke der ein klasse opptre på scena medan dei andre sit på golvet og er publikum. Denne jamlege øvinga gjer elevane trygge på å opptre for andre. Song og musikk er viktig for oss, og elevane våre er kjende for å vere glade i å synge. Elevane i småskulen har i mange år hatt felles musikkundervisning før lunsj på fredagar, og somme tider er det mest som om taket lettar når dei syng. I skrivande stund har bygda nett feira 17. mai, og publikum vart underheldt av flott song av alle dei 142 elevane våre.

Aulaen vert også nytta til å samle alle elevane til felles måltid, både ved skulelunsjen som 6. klassingane steller i stand om hausten og ved julegrauten i desember. Skulelunsj i aulaen har vore fast tradisjon sidan matpakkeveka i 1995. Det å kunne samlast på denne måten er ein flott tradisjon som skapar samhold og tilhøyrighet.

Me opplever at både elevar og tilsette er glade i skulen og har vore flinke til å ta vare på den i desse tretti åra. Dette er noko me vil halde fram med i åra som kjem.



10-ÅR MED UTEVEKER I

Gaupne barnehage

Kvar vår sidan i 2016 har alle avdelingane i Gaupne barnehage flytta aktiviteten ut på uteleikeplassen i Grindane i ei veke. Avdelingane har kvar si uteveke og me startar i Mai. Då pakkar avdelingane ned det dei treng av utstyr og mat og tek med seg ut. Foreldra må levere og henta barna i Grindane den veka.

Grindane uteleikeplass vart opprusta for 2 år sidan i samband med at uteleikeplassen vår i barnehagen var for liten til antal barn. Grindane uteleikeplass ligg fint til i skogkanten og det er eit godt utgangspunkt for turar og aktivitetar i naturen. Det er både

hestar og sauer i nærområdet som det er kjekt å fylgje med på. På uteleikeplassen leikar barna med trær, steinar, mold, kongler osv.

Leiken blir ein heilt anna enn i barnehagen og barna får brukt kreativiteten sin for å finne på noko og gjera. Målet med denne veka er at barna skal få komma nærmare naturen og få gode friluftsupplevingar. Rammeplan for barnehagen seier at barnehagen skal legge til rette for mangfaldige naturopplevingar og bruke naturen som arena for leik, undring, utforsking og læring. I Gaupne barnehage er mottoet vårt: «ME VIL ME KAN!»



Regnvêret flytte ein del masser natt til onsdag 5. mars, og så auka det på om ettermiddagen/kvelden og natt til torsdag 6. mars. Vatnet vårt forsvann, og både skule og barnehage måtte stengast torsdag 6.mars. Det kom vatn og slam inn i den lågaste etasjen av skulebygget.

Fredag 7. mars klarte me å halde to avdelingar i barnehagen open (der var det vatn), medan skulen måtte vere stengt. Sidan måndag 10.mars har me hatt tilnærma vanleg drift ved oppvekstsenteret, men skuleplassen har vore stengt heilt og delvis heilt fram til dd.

Intervju

Jordraset ved Luster oppvekstsenter 5. mars 2025

Namn: Intervjuet er gjort av 4. klasse; Trym Saur Bukve, Felix Åsebø og Samson Kalstad saman med Siri Ann Skagen.

1. Kva klasse er du i? (elev, lærar, forelder, nabo eller liknande)

Renate Feigum: Eg går i 2. klasse.

Ole Eivind Ødegård: Eg går i 1. klasse.

Oliver Heggstad: Eg går i 6. klasse.

Arianne Åsebø: Eg går i 6. klasse.

2. Når oppdaga du at det hadde gått eit ras ved oppvekstsenteret?

Renate: Eg kom på morgon SFO onsdag og då såg me at det var masse vatn og gjørme på skuleplassen.

Ole Eivind: Framme i Dalsdalen hadde det og gått eit ras. På kvelden før eg skulle eg leggja meg så køyrde me oss ein tur og såg at heile skuleplassen var i flaum.

Oliver: Eg går vanlegvis ned skulebakken bak skulen sidan eg bur i Bringebakkane. Og der fossa det vatn når eg gjekk ned onsdag morgon.

Arianne: Eg såg det når eg kom på skulen onsdagen.

3. Kva tenkte du då?

R: Eg lurde på om dei skulle få klara å ordna skulpassen igjen. Eg tykte det var litt skummelt. Eg var redd for at heile skulen skulle rasa.

OE: Det var kjedeleg når skuleplassen var stengt. Eg tykte det var litt skummelt og.

Oliver: Eg veit ikkje heilt kva eg tenkte.

Arianne: Eg tykte det såg veldig gale ut.

4. Har du opplevd noko liknande tidlegare?

Renate: eg har sett det på tv.

Ole Eivind: Nei, men pappa har fortalt når det skjedde for lenge sidan.

Oliver: Nei ikkje på så nært hold.

Arianne: Ikkje eg heller.

5. Fekk raset nokon konsekvensar for deg? (stengt skule/bhg, mista vatnet eller liknande)

R: Skulen vart stengt så eg måtte vera heima. Så skuleplassen har vore stengt lenge og det har vore kjedeleg.

OE: Eg måtte vera heima frå skulen.

Oliver: Me måtte koka vatnet vårt heima. Og skulevegen eg går måtte ordnast. No har eg måtta gått ein omveg ned ei mark for å komma på skulen. Så måtte me jo ha heimaskule i to dagar.

Arianne: Det vart ikkje så mange andre konsekvensar for meg enn at me ikkje fekk vera på skulen torsdag og fredag.

6. Kva tenkjer du om framtidig regnver/uver?

R: Håpar ikkje det skjer igjen.

OE: Pappa har fortalt at ein gong dette skjedde for mange år sidan så var det masse vatn inne på skulen. Det fossa ned trappa.

Oliver: Eg trur det kan skje igjen.

Arianne: Det kan sikker skje fleire gonger.

7. Føler du deg trygg?

OE: Eg er ikkje redd for at det skal skje igjen.

R: Nei eg er ikkje redd.

Oliver: Ja eg føler meg trygg, eg var eigentleg ikkje redd når det skjedde heller.

Arianne: Ja eg føler meg trygg, det var ikkje så skummelt.



Sigrid Nedrelid 100 år



Ordføraren besøkte Sigrid på hundreårsdagen og ein reportar frå Lustranytt har også vore innom til Sigrid i den trivelege leilegheita hennar på Gaupne omsorgssenter. Me ville gjerne høyre korleis det var å vekse opp for hundre år sidan, og Sigrid hugsar godt og fortel om oppveksten i Sperløyane i Jostedal, der familien dreiv gard, skysstasjon og telefon. Foreldra hadde budd åtte år i Amerika, og to av brørne var fødte medan dei budde der.

Sigrid bidrog med husstell, gardsarbeid og lærde tidleg telefonarbeidet. Sidan dei hadde skysstasjon hadde dei overnattingsgjester, matgjester og gjester som skulle køyrast i dalen.

Ho gjekk på Sperle skule og likte best lesing. Det har ho alltid likt og har lese uttallige

bøker. Boksamlinga på Gaupne omsorgssenter har kome godt med. Me fortel at det er filminnspeiling på Markens grøde i Luster i sommar og den boka har Sigrid lese mange gonger: «den kan eg nesten utta», kjem det spøkefullt frå Sigrid.

Me var 23 konfirmantar, og alle gjekk til kommunehuset, ei liti stove i Sagerøyane. Då gjekk nokon frå Myklemyr og nokon frå Fåberg. No er Sigrid den siste att av desse 23.

17-18 år gamal var ho budeie på Sperlestølen med ansvar for 9 kyr og 40 geiter som ho mjølkta kveld og morgon, kokte ost og laga smør. Me spør om det berre var hardt arbeid, eller om det vart litt dans og moro også. Då fortel Sigrid at dei dansa i alle ungdomshusa i dalen, i Knippeneset, Sperløyane,

Dølaheimen og på flaken på Gjerde øg. Under krigen var det ikkje tillate med offentleg dans, så då dansa dei i stovehusi.

På stoveveggen er det staseleg brudebilete av Sigrid og Ragnvald, ho i flott sognebunad som ho sydde sjølv på syskulen. Dei dreiv gard på øvste Sperla, med tre generasjonar i det raude stovehuset, som vanleg var på den tida. Dei fekk dottera Kari som bur på Halveg. Sigrid har 2 barnebarn og 4 oldebarn, ein fin liten flokk som prydar vegen i leilegheita hennar. I 14 år har Sigrid budd på Gaupne omsorgssenter, i eiga leilegheit. I glaskarmen er det mange flotte blomar ho fekk på hundreårsdagen sin, og ho likar utsikten mot Prestgarden, Tandla og Engadalsvegen. Takk for ei triveleg stund, Sigrid og hjarteleg til lukke med hundre år!

Psykososialt kriseteam

Luster kommune sitt psykososiale kriseteam tilbyr hjelp til enkeltpersonar eller grupper som har vore utsatt for, eller vitne til særleg alvorlege og potensielt traumatiserende hendingar.

Om kriseteamet

Kriseteamet er eit tverrfagleg team med kommunalt tilsette fagpersonar frå ulike instansar i kommunen, i tillegg til prest, diakon og politikontakt. Alle har kunnskap og erfaring med å hjelpe kriseutsette. Teamet har ikkje vaktberedskap og er ikkje

ein blålysetat med umiddelbar utrykning, men blir varsla av legevakt eller kriseleining. Leiar av psykososialt kriseteam vurderer om teamet skal aktiverast.

Hendingar som ofte aktiverer kriseteam kan vere dødsulykker, drap, sjølv mord, uventa barnedød og store katastrofar.

Hendingar der ein kan vurdere å aktivere kriseteam kan vere vald i nære relasjonar, seksuelle overgrep, alvorlege og uventa hendingar, særleg dei som

rammer barn og unge, og situasjonar med sakna.

Hendingar som ikkje aktiverer kriseteamet er vurdering av sjølv mordstrua, rusa personar eller pårørende, psykisk sjukdom og alvorleg sjukdom. Slike hendingar bør ivaretakast av det ordinære hjelpeapparatet.

Vårt tilbod

Tilbodet kan iverksettast via legevakt når eige nettverk eller det ordinære hjelpeapparatet ikkje er tilstrekkeleg eller treng bistand. Kriseteamet er tilstades og trygger, støtter og ivaretek dei kriseramma etter behov. Dette kan vere både psykososial og praktisk støtte. Når dei som er ramma er ivaretekne av eige nettverk eller det ordinære hjelpeapparatet i kommunen, trekk kriseteamet seg tilbake.

Råd i ei krise

- Snakk med andre! Del tankar, kjensler og opplevingar med andre
- For dei fleste er det ein fordel å kome seg så tidleg som mogeleg tilbake i arbeid, skule eller andre faste daglege gjeremål
- Fysisk aktivitet er viktig for å avreagere. Driv med noko du trivast med
- Ver forsiktig med bruk av alkohol eller andre rusmiddel, bruk berre medisinar etter råd fra lege
- Søk hjelp om reaksjonane og plagene dine ikkje forsvinn etter nokre veker



Frå venstre bak: Stein Helge Selland (politikontakt i Luster), Randi Kalstad (psykiatrisk vernepleiar), Ingunn Watsend Erichsen (kommuneoverlege og leiar av kriseteamet), Berit Skjerdal (leiande helsesjukepleiar), Grethe S. Bondevik (diakon), Bård Valle (sokneprest Hafslo).

Frå venstre framme: Linda Kristin Brunborg (rektor for vaksenopplæringa), Silje Systad Moen (fagleiar psykisk helseteam og koordinator for kriseteamet), Anne Solberg Verlo (miljøterapeut og vernepleiar).

Ikkje tilstades på bilete: Mali Strand (kommunepsykolog) og Anniken Meisterplass (ruskonsulent).

Nytt frå ATS

Gravstell

ATS tilbyr stell av graver på kyrkjegardane i Luster. Gravstellgruppa plantar stemor/fiolar frå om lag midten til slutten av mai (avhengig av temperatur og snøforhold), sommarblomar frå om lag midten av juni fram til månadsskiftet juni-juli, og lyng i løpet av september.

Dei har tilsyn med alle gravene jamleg; vatnar, klipper gras og lukar etter behov, frå planting av vårblomar i mai til lyngen er planta i september. I 2025 har dei ansvar for omlag 75 graver på 10 av kyrkjegardane kommunen.

Du kan finna meir informasjon frå ATS og arbeidet dei utfører på Luster kommune si heimeside: www.luster.kommune.no/ats

Bilete frå arbeidet på kyrkjegardane



Opning av nybygget ved ATS

12. juni var det invitert til opning av nybygget ved ATS. Dette bygget er steg 1 i ein større utviklings- og utbyggingsplan, og inneheld nye lokale til vaskeri og tekstilarbeidsrom, møterom, treningsrom, fellesareal, garderober og lager. Flytting av vaskeriet til det nye bygget opnar opp for å flytta og utvida kjøkkenet, opna opp og utvida kantina, samt byggja garderober i dei tidlegare kjøkkenlokala.



Ordføraren opna nybygget med eit velretta sløyfekutt, og fekk hjelp av Eva Stein og Pål Sletten til å gjennomføra dette viktige innslaget.

Veret viste seg frå si beste side, og opninga starta med eit hyggeleg gjestebod i tunet og deretter følgde den høgtidlege offisielle opning ved inngangen til det nye vaskeriet. Ordførar Andreas Wollnick Wiese opna nybygget med eit velretta sløyfekutt, og erklærte bygget for offisielt opna.



ATS fekk to flotte måleri ved opninga. Desse kjem nok til å pryda veggene i nybygget. Alle foto: Vadym Chupryna



Odd Atle Stegegjerdet, leiar ved ATS ønskte velkomen til opninga og losa arrangementet trygt gjennom dagen.



Den offisielle opninga var open for alle. Etter at ordføraren hadde kuttat sløyfa var det tid for å ta det nye, flotte bygget i augnesyn.



Kommunalsjef John Olaf Røhme ønskte til lukka med nybygget og rosa innsatsen som var lagt ned i planlegging og gjennomføring.



Om lag 50 personar, inviterte gjester og husets folk, hygga seg med god mat og underhaldning i det fine sommarveret.



Roland Schwarz, tidlegare leiar av Habiliteringstenesta ved Helse Førde helsa til forsamlinga og ønskte til lukka med nybygget og utviklinga forøvrig ved senteret.



Marin Stallemo Bakke avslutta samlinga saman med Arve B Røneid og Asbjørn Røneid med fengande flott dansespel. Dessverre innbyr ikkje nylagt asfalten til noko særleg dansegledde.



Prosjektleder Ole Martin Brennseter framførte si sjølvkomponerte vise til tonefølgje av Marin Stallemo Bakke på fiolin. Denne visa meir enn antyda at det har kravd innsats utanom det vanlege å få prosjektet på plass.



Arne Øyen har følgd utviklinga ved ATS gjennom ein mannsalder som konsulent og planleggjar. Han hadde både artige og tankevekkjande refleksjonar å dela med forsamlinga.



Prosjektleder Audun Torvaldsen ønskte lukka til med det nye bygget.



Anne Karin Kvamsdal og Tor Stian England helsa til forsamlinga med godord om eigen arbeidsplass. «Ein god dag på jobben» er mottoet deira!



Somnofy

Dette gjer at nattevaktene lett kan få oversikt over kva brukar som søv, og dermed ikkje treng fysisk tilsyn. Informasjon om, mellom anna, pustefrekvens kan nyttast til å tidleg detektera endringar i helsetilstand. Det

Vinteren 2024 gjennomførte omsorgstenesta i Luster eit prosjekt der ein såg på oppgåvedeling og bruk av kompetanse på rett tid. Sjølv om me ikkje deltok i KS Tørn, eit program KS køyre for dette føremålet, brukte me mange av dei same mekanismene i prosjektet.

Ein av aktivitetane i prosessen var å gå gjennom og analysa arbeidsdagen på alle dei tre omsorgssentera. Ut frå dette kom me fram til mange ulike tiltak, eit av desse var å ta i bruk digitalt tilsyn ved Gaupne omsorgssenter. Målet var å redusera talet på fysiske tilsyn på natta. Dette for å redusera arbeidsmengda til nattevakta, men for å gje brukarane betre nattero. For å dekkja dette behovet valde me å ta i bruk Somnofy på alle dei 28 omsorgsplassane ved Gaupne omsorgssenter.

Somnofy nyttar radar for å detektere rørsle til brukaren. Ved å bruke kunstig intelligens kan dette gje informasjon om brukar er i senga, er våken eller søv. Ein får òg meir detaljert informasjon som pustefrekvens og søvnfasar.

har vore fleire tilfelle der ein har oppdaga infeksjonar tidlegare enn ein hadde gjort utan Somnofy. Dette er til stor fordel for brukarane og tenesta.

I samband med innføringa av Somnofy deltek me i fleire forskning og utviklingsprosjekt. Saman med Stad og Stryn kommune gjennomfører Folkehelseinstituttet følgjeforskning på prosjektet, der ein ser på erfaringane nattevakter har både før og etter innføringa. Det er òg blitt gjort ein mini metodevurdering som ligg publisert på FHI sine nettsider. I tillegg til dette fekk me, i samarbeid med Stad og Stryn, tilskot frå Helseteknologiordninga til å jobbe med erfaringsdeling og kunnskapsauke på søvnmonitorering.

Erfaringa så langt viser at både brukarar og tilsette er svært nøgd med å ta i bruk Somnofy. *Somnofy er blitt eit viktig verktøy, og er med på å letta arbeidet til helsefagarbeidarane hjå oss. Det gjev nattevaktene god oversikt og pasientane betre nattero fortel fagleiar Henriette Lillesvangstu Sandvik.*



Fleire einingar i kommunen ynskjer no å nytte seg av denne teknologien framover. Dette underbyggast av både egne erfaringar frå kommunen, men og dokumenterte gevinstar frå mini metode vurderinga. Vidare blir det spennande å sjå kva resultat følgjeforskninga kjem fram til.

Luster kommune skal satse på velferdsteknologi og anna digitaliseringstiltak som gjev positiv effekt både for brukarar, tenesta og kommunen. Innføring av Somnofy støttar absolutt opp under desse kriteria.

Kjell Olav Bondevik
Rådgjevar fagutvikling Helse- og omsorgstenesta



Hjarteleg takk for minnegåve til Gaupne omsorgssenter, Korttidsavdelinga, i høve Aud Molland Sørensen og Per Atle Fredheim sin bortgang.



Hjarteleg takk for minnegåve til Gaupne omsorgssenter i høve Magnar Anfinn Moene, Kåre Øvregard, Anders Havellen, Alvild Hovland, Kari Marie Lad og Kirsten Fossøy sin bortgang.

Luster legekantor

Alle nyttilsette fastlegar er no på plass og frå mai har kommunen ledig listekapasitet.

Anja Blakar starta i ei ny oppretta fastlegeliste for å utvide kapasiteten. Ho har tidlegare jobba i Sogndal og har brei erfaring med akuttmedisin.

Sindre Gilje Kjebekk har teke over lista til Andreas Dyrkjær. Han har tidlegare vore turnuslege i Luster og vikar på legekantoret.

Andreas Franck har teke over lista til Bård Flattun Lilleeng. Han er spesialist i allmennmedisin og har jobba som fastlege i Sogndal og i bedriftshelsetenesta.



Fire nye legar. F.v. Andreas Franck, Anja Blakar, Ida Fromreide og Sindre Kjebekk

Ida Fromreide har teke over lista til Annika Dyrkjær. Ho har tidlegare jobba i Sogndal og på Leikanger.

Nina Eriksen Bennike vil vere vikar til over sommaren grunna avvikling av permisjon.

Nasjonal dag for fallforebygging, 29. april

Fall er den vanlegaste type ulykke som rammar eldre menneske, og risikoen for å falle aukar med alderen.

Den Nasjonale dagen for fallforebygging for eldre, vart for første gong markert i år. Helsedirektoratet oppmoda tenestene rundt om i Norge til å markere dagen med mål om å *auke bevisstheit og kompetanse om at fall kan forebyggjast med enkle tiltak*. Gaupne omsorgssenter markerte dagen med trim for både dei som bur på omsorgssenteret og dei som jobbar her. Fysioterapeutar, ergoterapeut og aktivitetar vart utfordra, og dei samla bebuarar og tilsette i gangen for trim med øvelsar for alle, til festleg musikk. Dette vart ein suksess og no vil me prøve å klare å få til 15 minuttar trim for alle ein gong i veka.

Alle kan falle, det er spesielt viktig at eldre er merksame på korleis ein kan forebyggje fall.

Kvifor? Fordi det handlar om det som betyr mest: *Sjølvestendigheit – Livsglede – Å bu heime så lenge som mogleg*

Fall kan føra til meir enn blåmerker, som alvorlege skader som brot eller hodeskade. Eit fall kan påverke tryggleiksfølelsen. Det er viktig å vite at fall kan forebyggjast og mykje kan ein gjera sjølv!

FALLVETTREGLANE

10 ting du kan gjera for å forebyggje fall:

1. Hold deg i bevegelse! Styrke og balansetrening to gonger i veka reduserer fallrisikoen betydeleg.
2. Legemiddelbruk. Snakk med legen din om medisinane du brukar, særleg om du føler deg ustø.
3. Kosthald. Eit variert kosthald rikt på kalsium

og vitamin D er viktig for sterke bein. Unngå dehydrering.

4. Rusmidlar. Alkohol og andre rusmidlar aukar risiko for fall. Ver spesielt forsiktig i samband med legemidlar.
5. Sjekk syn og høyrsel jamnleg. Bruk briller med rett styrke.
6. Vel rett fottøy. Bruk av sko med sklisikre sålar og god støtte. Unngå tøfler eller sko som sklir lett av.
7. Vinterføre. Hugs broddar eller piggsko på glatte vinterdagar. Ha strøsand tilgjengeleg ved utgangsdøra.
8. Beinskjørheit. Tidlegare brot, bruk av steroidar, røyking, alkoholbruk og leddgikt er blant risikofaktorane for beinskjørheit. Er du bekymra? Snakk med fastlegen din!
9. Ganghjelpemiddel. Har du bruk for ganghjelpemiddel som krykker eller rullator, ta kontakt med kommunen.
10. Sørg for å ha ein trygg heim. Ha godt lys i alle rom, spesielt viktig mellom seng og bad. Fjern snublefeller som lause ledningar. Fest lause teppekantar eller fjern tepper. Bruk sklisikre matter på badeteller, set opp handtak på badet. Gode rekkverk i trapp. Hugs også inngangsparti og utetripp.



GAUPNE
OMSORGSSENTER

Dagsenteret på Hafslo

Å LEVE BETRE MED DEMENSSJUKDOM!



I underetasjen på Hafslo omsorgssenter held dagsenteret til. Her har me ei romsleg leilegheit, med ei koseleg stove, velutstyrt kjøkken og eit aktivitetsrom. Utanfor inngangen vår, med utsikt over Hafslovatnet, ligg hagen med både grillhytte og eigen hønsegard. Fire dagar i veka er det full aktivitet hjå oss.

Eit tilbod med dagaktivitetar for heimebuande personar med demens

Alle kommunar skal ha eit dagaktivitetstilbod tilrettelagt for heimebuande personar med demens, og i Luster kommune finn ein dette tilbodet på Hafslo. Hensikta er at personar med demens skal få moglegheit til å møtast sosialt og gjere noko dei likar. Dei ulike aktivitetane vert tilpassa den einskilde sine ynskje, behov og ressursar. Vidare ynskjer me at tilbodet skal bidra til å ivareta deltakarane sine funksjonar i dagleglivet, fremje livskvalitet og redusere isolasjon – altså skape meningsfulle dagar.



På godværsdagar er det fint å sitje ute i hagen å nyte ein kaffikopp.

Dagsenteret på Hafslo er ope fire dagar i veka, med om lag seks timar per dag. Me held også ope alle feriar. Dagane er strukturerte, med regelmessige måltid, som frukost og varm lunsj, trim, sosial kontakt, tilpassa aktivitetar, utflukter og gode samtalar. Dagsenteret disponera bilar, som ein nyttar til henting og heimkøyring, samt utflukter. Me ynskjer at aktivitetstilbodet representera noko trygt og regelmessig for personar med demenssjukdom.

Kvifor delta på dagaktivitetstilbod?

Ved å delta på ulike aktivitetar blir personar med demenssjukdom stimulert og utfordra både mentalt og kropsleg. Å halde seg i aktivitet er helsefremjande i seg sjølv, og kan virke positivt på livskvaliteten. Dersom ein legg til rette for gode dagaktivitetar med fokus på brukarane sine interesser og ressursar, kan ein oppretthalde sjølvstende så lenge som mogleg.



Det bur 5 sjarmerande høner i «Hønsevillaen» som me plukkar egg hjå kvar dag.

Auka tilbod frå hausten 2025

Frå hausten 2025 ynskjer me å auke opp tilbodet med ein ekstra dag i veka. Denne dagen held med særskilt ope for personar med lettare grad av demens, eller som er tidleg i sjukdomsforløpet. Då vil ein kunne møte personar i same fase som ein sjølv, og ein kan blir godt kjend med andre brukara og personalet i ein tidleg fase.

Ta gjerne kontakt om du eller nokon du kjenner kunne nytta seg av dagsentertilbod.

Demenskoordinator: 404 06 803

Fagleiar: 482 53 698

Nytilsette på Luster helsestasjon

I vår har vi fått to nye medarbeidarar på helsestasjonen. Laila Årøy (til venstre i bilete) og Ellen Kynningsrud bur begge i Luster og vi er svært glade for at vi har fått dei med på laget. Laila er helse-sjukepleiar og vil ha oppgåver knytt til både helsestasjon og skulehelsetenesta. Ellen er jordmor og tek over etter Kine Vigdal som vart pensjonist i vår. Ellen er tilgjengeleg på helsestasjonen på dagtid og har i tillegg jordmorvakter i vaksamarbeidet vi har med Sogndal kommune.

Velkomne til oss, Laila og Ellen!



Bygdebok-prosjektet



Utarbeiding av ferdig manuskript til bind 12 Solvorn 2 har teke lang tid. Forfattaren er Terje Mikael Hasle Jordanger, og han tok på seg oppgåva å ferdigstille etter at Lars E Øyane døde i 2022.

Bind 12 dekker den delen av Solvorn sokn som ligg på sørsida av fjorden og omfattar gardane Kroken (ytre), Urnes, Kinsedal og Åsen.

Redaksjonsnemnda er samansett av tillitsvalde i Hafslo sogelag si Bygdeboknemnd: Leif Hamaren og Per Jørgen Loen. Saman med kultursjef Erling Bjørnetun er det dei som først får ferdig manuskript til gjennomlesing, og har fullført sin del av arbeidet i sommar. No startar prosessane og samarbeidet med den typografiske kompetansen i trykkeriverksemnda. Produksjonstida er forventa å vera ferdig slik at boka kan distribuerast frå rådhuset i Gaupne til vinteren.

Salet av bygdebøkene er organisert frå rådhuset i Gaupne. Lageret at bøker fortel oss at det framleis er råd å få kjøpt av banda: Dale sokn, Dale 2 og Nes sokn, Gaupne sokn, Joranger sokn, Fet sokn, Veitastrond, Hafslo 1 (Oklevik-Tang), Hafslo 2 (Mo-Kjos) og Solvorn 1 (Kjelda-Valaker). Derimot er bind 1 Fortun sokn og 5 Jostedal sokn no berre å få lånt på bibliotek.

Frivilligsentralen



Seniortreff

Seniortreff for deg som bur heime er eit tilbod annakvar torsdag på Gaupne omsorgssenter. På treffa er det sosialt samvær, underhaldning, lett trim og servering av varm mat. Me startar opp att 11. september 2025. Sjå program for hausten 2025.



Invitasjon til

Seniortreff 2025

Stad: Aktivitetsstova ved Gaupne omsorgssenter

Målgruppe: For deg som bur heime

Tidspunkt:

Torsdagar kl 10.00 - 14.00
på desse datoane:

- 11. September
- 25. September
- 09. Oktober
- 23. Oktober
- 06. November
- 20. November
- 04. Desember

Eigenandel kr. 150,- pr. gong

Transport:

Det blir organisert
transport for dei som
har behov.

Program:

Torsdagane vil
innehalde sosialt
samvær, underhaldning
og balansetrening,
samt servering av eit
varmt måltid.

Påmelding:

Påmelding pr. telefon til 57 68 55 00
innan onsdagen før kl. 13.00

MØTE MELLOM MENNESKE

Frivilligoppdrag

Bruktbutikken vår trenger frivillige som kan jobbe på torsdag, fredag eller laurdag. Ta kontakt med Cecilie eller Anita på Luster frivilligsentral på tlf. 456 65 954 eller post@luster.frivilligsentral.no.

Seniortreff for heime-buande treng frivillig som kan hjelpe ein torsdag pr.mnd. frå ca. kl. 09.00-15.00.

Ein person er ansvarleg for gjennomføring av seniortreffet, men me treng hjelp frå ein frivillig med ulike arbeidsoppgåver undervegs i arrangementet.

Arbeidsoppgåver er å dekkja på borda, ta imot dei påmelde, servere, ta av borda og hjelpe til med oppvask når arrangementet er slutt. Ta kontakt med Anita på Luster frivilligsentral på tlf. 45665954 eller post@luster.frivilligsentral.no

Luster utstyrssentral



Utstyrssentralen held til i Pyramiden senter ved sida av bruktbutikken. Her kan alle innbyggjarar i Luster låne gratis turutstyr, inntil ei veke om gongen. Det er også ei karantene på to veker før du kan låne same utstyret på nytt. Dette for at flest mogleg får tilgang på å låne utstyr.

Utstyrssentralen er open måndag kl. 08.00–15.30 og torsdag kl. 12.00–16.30. Utstyrssentralen

er ikkje bemanna desse dagane så ein må avtale eit tidspunkt for lån av utstyr. Dette gjer ein ved å ringe Luster frivilligsentral tlf. 456 65 954 eller ved å sende ein e-post til post@lusterfrivilligsentral.no. På heimesida til Luster frivilligsentral kan ein sjå kva utstyr som er til utlån. På sommarhalvåret har me også utleige av Packcraft – 2 oppblåsbare båtar. Her gjeld egne utleigereglar.



Bruktbutikken på Pyramiden senter



Bruktbutikken blir drifta av Luster frivilligsentral i samarbeid med 20 frivillige. Inntektene går til ulike aktivitetar/ arrangement, i kommunen vår, i

regi av Luster frivilligsentral eller gjerne i samarbeid med andre organisasjonar. Ta gjerne kontakt dersom din organisasjon ynskjer å samarbeide med oss.

SOMMARAKTIVITETAR OG SOMMARJOBB FOR BARN OG UNGE

Luster frivilligsentral har søkt Gjensidigestiftelsen om økonomisk støtte til sommaraktivitetar og sommarjobb for ungdom og har fått tildelt kr. 244.300 til dette arbeidet.

Frivilligsentralen i samarbeid med Luster kommune skal gjennomføre fleire dagar med ulike aktivitetar for barn frå 4. klasse–10. klasse.

Sogn Skisenter

+

SPELEMIDDELPROSJEKT 2025



Styreleiar Ivar Kvalen (t.v.) og dagleg leiar Runar Tørvi på Sogn Skisenter.



Sprintløypa blir starta bygging av i dette området syner Runar Tørvi.

Planane for utvikling og bygging av nye anlegg på Sogn Skisenter er spennande. Både fordi dei spenner over nye idrettar, men også fordi dei opnar opp for heilårsaktivitetar innan skihopp og langrenn (rulleski).

Ved søknadsrunden no i 2025 er det godkjente søknadar på sluttfinansiering av rehabiliteringa av Storatrekket (skiheisen) og Hoppanlegga K5, K10 og K20 i regi av Hafslo i.l. Men sist og ikkje minst er no søknaden på 3 tiltak i prosjektet Sprintløype (langrennsløype 1,5 km asfaltert + lysanlegg og snøprod.anl.) godkjent med ei kostnadsramme på ca kr 13 mill.

Luster kommune har i tillegg til søknadene frå Sogn Skisenter også handsama og sendt inn søknadar på:

Tustien Hillestadstølen – Oklevik (fekk 1.eg løyving i 2024), Motorcross C på Leirmøygarden, Servicebygget på Turtagrø, Terrensykkelbana på Luster idrettspark og sanitæranlegg på badeplassen i Luster.

Ventetida på tildeling etter at søknaden er godkjent har i fleire år no vore på fire år, men meldingar tyder på at den vil gå nedover frå 2025.

Korleis kan planar for nye anlegg oppnå ei finansiering som omfattar både statlege «tippemidlar» og kommunal medfinansiering? Nøkkelen ligg delvis i god, men langsiktig planlegging. For prosjekt som vil vera søkegode for statlege spelemidlar kan krava oppsummerast noko forenkla slik: anleggstypen må vera godkjent og tekniske krav er omtala i: Bestemmelser om tilskudd til anlegg for idrett og fysisk aktivitet-2025.

For lokale søkarar er det også krav om formell tilgang til areal for bygging av anlegget, søkar må vera godkjend for å kunne søke (t.d. medl. org. i Noregs Idrettsforbund) og det må vera utarbeida teikningar og kartplassering for det enkelte anlegget. Søkaren må også kunna vise til eigenfinansiering som har eit godkjent årsmøtevedtak.

Luster kommune har utarbeida ei sjekkliste for søkarar: Dokumentasjonar som SKAL fylgje som vedlegg til ein spelemiddelsøknad.



Snøproduksjon er eit stikkord i planlegginga hevdar Runar Tørvi.



Hoppanlegga K5, K10 og K20 tek form og blir lagt til rette for heilårsaktivitet.



Er **DU** kjend i Luster kommune?

— DENNE GONGEN SNAKKAR ME OM: FEIGUM

Som eit levande landskapsmåleri har fossen gjennom historia minna oss på årstidene. Med vekslande vassføring og med ei fallhøgde på 218 meter tronar den på pallen over dei høgste fossane med fritt fall i landet vårt. Mange vil påstå at denne mektige Feigefossen spreier sine djupe tonar vidt omkring og på begge sider i fjordlandskapet inst i Lustrafjorden.

Lokalisert langs den kjende «romantiske vegen», mellom Skjolden og Kinserdal, er Feigum «som plommen i egget» – eit lokalsamfunn, ei lita grend med fleire kulturminne i ein storslegen natur.

Feigum, eller Feigr som namnet var i gammalnorsk/germansk språk, tyder rett og slett at enden er nær... Døden er nær. Dei sa at «nokon er feig», dersom uglene skreik i tuntreet om kveldane. Det tydde at uglene varsla død. Slik var også Feigefossen som med «sitt eige språk» anten den sildra som ein bekk om vinteren, eller

brusa kraftig i vårflaumen og etter store mengder nedbør...

Feigianismen fekk sitt utspring nettopp her – inspirert av den religiøse vekkinga til Hans Nielsen Hauge som i ein periode var sterk i Luster kommune. Rett nok braut den svært pietistiske Feigum med haugianarane, og Feigianismen og rørsle døydd ut etter at Hans Feigum døydd i 1874. Feigum mølle har også si spesiell

historie...: både som motiv for dei kjende kunstmålarane som held til i Ytre Kroken, men også for dei mange unge som søkte til «profetskulen» i Feiga for å bli læresveinar for møllaren Hans Feigum.

Miljøet, som kulturminna våre også er ein del av, er med på å forsterke den opplevinga det er å sjølv vera i «Feigao» som staden vert uttala av lustringar.



Filmserien Kulturen i Naturen

Filmprosjektet Kulturen i Naturen vart til som eit forsøk på å kaste lys over deler av vår lokalhistorie som ikkje er publisert, eller spesielt godt kjent mellom yngre årsklassar (les: skuleelevar) og personar som har flytta til området inst i Sogn. Ideane til dei ulike tema som no er vortne film vart først skisserte i ein søknad til Vestland fylkeskommune på sokalla «prosjektmidlar». Samarbeidet mellom Folkeakademiet i Luster og Hafslo sogelag vart formalisert og etter kvart vart filmmanus, opptaksplanar og regiplan for den enkelte produksjonen presenterte i tur og orden...

Kulturen i Naturen er ideen sin basis, nettopp det å løfta fram eit visuelt Luster, for å tydeleggjera sambandet mellom det naturgjevne og menneskeskapte over tid. Men sist og ikkje minst forsøke å sjå kva og korleis me kan møte dette att ... i framtida. Mange kommunar har som kjent eit «slagord» og slagordet til vennskapskommunen vår i USA: Vernon Co. i Wisconsin har valt: Looking forward into the past. Det å kunne sjå framover og samtidig ha med seg historia til der du kjem i frå skapar identitet.

Til saman er det laga 13 filmar, der lengda er tilpassa ein skuletime, men det vart redigert 36 sokalla «shorts» som gir sjåaren ein smakebit på kva nokre av filmene handlar om. Når denne artikkelen vart skriven hadde me registrert til saman over 58 000 avspelingar. Alle filmene finn du på You Tube, eller via heimesida til Luster kommune.

Engjadalsvegen vart den første publiserte filmen, lagt ut i 2022. I filmen får du møte lokalhistorikaren Svein Nybø som forteljar, og som hadde far sin med på heile byggeprosessen. Engjadalsvegen bind saman bygda Gaupne og den grøderike jordbruksdalen Engjadalen, og du vil få kunnskap om årsaka til at vegen vart bygd, kor lang tid det tok, og på måten dei gjekk frem. Du får også vita kva som ligg bakom namna på alle svingane, men også kva verdi denne vegen har for oss i dag. Korleis har bruken av vegen vorte utvida og endra seg over tid?, og korleis kan me sjå føre oss at den vil bli brukt i framtida med tanke på eit aktivt friluftsliv og ulike former for «besøksnæring»?

Breisete er laga med bakgrunnen i Andrea Ormbergstøl Ringleie sitt dikt, og som handlar om den gamle buforevegen frå garden Ormbergstøl i Jostedalen til stølen Breisete i Vigdalen. Her får me vita meir om kva som er ein støl, kvifor dyra må på stølen og kva som blir produsert på ein støl. Me får vera med på buforinga og høyra om plassar langs reiseruta. I tillegg får me læra meir om lokale tradisjonar som lauving og ysting. Filmene vart laga i 2022 til 100-årsjubileet til Jostedal helselag i samarbeid med prosjektet Kulturen i Naturen.

Stølskultur I denne filmen forklarar Olav Krokilja Stølen, professor i plantekultur, bakgrunnen for at det i landbruket var stølsdrift. Korleis gjekk buforinga føre seg? Kva er ei budeie/budeiedalt? Korleis var arbeidsdagen? Kva vart produsert

på stølen? Vi møter også leiaren i Luster turlag, Oddstein Haugen, som har visjonar for ei utvikling der stølen blir sentral i eit framtidig friluftsliv. Utfordringa er å gje desse bygningane nytt liv og kanskje også nytt innhald, samtidig som me tek vare på den historiske arven og kvaliteten. Stølane er såleis både ein del av landbrukshistoria, kulturhistoria og representerar i dag også ein ressurs som den moderne, allsidige bonden kan utnytte til reiseliv og opplevingar.

Feigum mølle er tileigna kulturminnevernet. Dei aller fleste kulturminna er i privat eige, og både motivasjonen og viljen til å engasjere seg i eit aktivt vern vil variere. Det som svært ofte vil vera spennande for både eigaren og framtida sine brukarar av kulturminna er formidlinga av historia og den aktiviteten som var direkte knytt til kulturminnet. I denne filmen får du også meir kunnskap om dei ungdomane som søkte til «profetskulen» i «Feigao». Først og fremst for å bli læresveinar for møllaren Hans Feigum som var inspirert av den religiøse vekkinga til industri- gründeren Hans Nielsen Hauge. Denne rørsla som fekk namnet «Feigianismen» hadde aktivitet langt utover Luster og Sogn, men døydd ut etter Hans Feigum sin død i 1874.

Bustudl er el samling av ulike leikar som har vorte leikte på 1900-talet i Luster kommune. Leikane er samla inn av personale og foreldre ved Gaupne barnehage våren 1992. Personalet ved Gaupne barnehage arbeidde hausten 1991 med barn og lek/leikeutvikling. Korleis gje rom til lek 1 kvardagen, kontra styrde aktivitetar. Dette utvikla seg sa til innsamling av LEIKAR FØR OG NO.

Wittgenstein var ein austerriksk filosof som delar av livet sitt budde i Norge og i Skjolden der han skreiv på fleire av dei filosofiske verki sine. Tractatus Logico-Philosophicus (Det logisk-filosofiske), var det einaste verket hans som kom ut medan han levde. Wittgenstein var oppteken av tilhøvet mellom utsegn,



mening og røynd – det verkelege og eigentlege på ulike område og plan. Berre med å ha grensene og det utilstrekkelege i språket klart for seg, kan ein håpe på å nærma seg ei meningsfylt erkjenning.

Munthehuset er namnet på det gamle stovehuset på garden ytre Kroken. Staden har utsikt sørover mot Ornes og Urnes stavkyrkje. Huset vart etter kvart kjent som kunstsenteret i det unge Norge på første del av 1800-tallet. Her vanka kunstnarar som Johannes Flintoe, J.C Dahl, Adolp Tiedemand, Thomas Fearnley og også etter kvart Gerhard og Margrete Munthe som då hadde onkelen sin her. Tidemand og Gude teikna mest sannsynleg skisser til Brudeferden i Hardanger medan dei var i Kroken og på Lustrafjorden.

Velkommen til Kulturen i Naturen Ideen er å lære noko om det som er rundt oss i våre nærmiljø, i nabobygda og i heile Luster kommune. I denne videoen kan du sjå klipp frå Enjadalsvegen, Breisete, Munthehuset, Feigum mølle, Bustudl, Brimkjelen og Wittgenstein i Skjolden. Seinare produksjonar er også omtala og enkelte vist klipp frå.

Solvornstrondi voks fram på den gamle allmenningi nede ved fjorden mellom Storagrovi og Vetlagrovi og eit stykke opp på land. Allmenningsretten har røter i frå mellomalderen, og bønder med eigedomar i Solvorn fekk setja opp sjøbuer og naust

nede i strondi. Solvorn var den lasteplassen som låg mest lagleg til også for bøndene på Hafslo, Veitastrand og Mollandsmarki. Dessutan hadde Lysterske Compagnie eksersis-plassen nede i strondi og var eit kompani i den nye hæren som kong Christian IV skipa i 1628. På Skothella, litt nord for allmenningen, vart det rundt 1650 oppretta eit gjestgjeveri med skysstasjon, og med rett til å driva handel. Her var også ei tingstove, og på gjestgjevargarden var det fast anløp av Fylkesbåtane i 1858 og skysstasjon i 1870. Christianeslyst: I 1813 kjøpte eidsvollsmannen og sorenskrivar Irgens den gamle handelsplassen Sanden sør for Storagrovi, og her fekk han og kona Christiane bygt sin private bustad, Christianeslyst.

Samferdsle At me alltid har vore «eit reisande» folk lærte me tidleg, men det har ikkje vore like enkelt å ta seg fram. Også i Norge var hest og vogn nesten einerådande fram til langt inn på 1900-talet. Men omkring 1860 åra starta interessa for dampdrevne køyretøy på vegane. Sjøtransporten har vore ein vesentleg del av livsnerva i våre lokalsamfunn – og den er nesten på umerkeleg vis framleis viktig for oss alle. Jektefarten var lenge livsnerva i kysttrafikken, både for transport av handelsvarer og persontrafikk.

Brimkjelen Jøkulhlaup frå Brimkjelen, eit bredt vatn på vestsida av Tunsbergdals-breen, har tidligare ført til alvorlege

flaumar i Tunsbergdalsvatnet og elva Leirdøla – og vidare nedover mot Leirmo og Gaupne. Store, øydeleggjande flaumar kom i 1900, 1903 – og sist dette skjedde var i 1926.

Lustringar før oss Det er nytt og faktisk litt uvanleg at menneska bur på ein stad... Før flytta me på oss heile tida, og dei tinga me hadde kunne me ta med oss når me flytte til andre stader...Me budde på ulike plassar alt etter årstidene, og akkurat som ville dyr flytte på seg flytte menneska etter dyra for å vera sikra matforsyning. I dag bur me i alt frå telt til hytter, campingvogn og hus som let seg flytta på. Men dei aller fleste er bufaste noko som betyr at me bur i hus, eller husvære som er bygde på ein stad som ikkje let seg flytta på.

Ønskekvesten – magi eller vitenskap? Ønskekvesten si historie er ganske avslørande: kvisten kan ha vorte brukte i fleire tusen år. Men då fysikaren Georg Agricola på 1500-talet skreiv sitt banebrytande verk om gruvedrift, *De re metallica*, vart det for første gong gitt ein detaljert, skriftleg omtale av korleis ønskekvesten vart brukt. Tyske gruvearbeidarar brukte den for å finna malmårar. Men sjølv den gongen var det strid om dette var eit naturfenomen eller noko overnaturlig. Agricola skreiv at nokon var imot denne praksisen fordi «[ønskje]kvistane ikkje vil virke for alle, men berre for dei som brukar trylleformular og har spesielle evne».

Skann qr-koden for å komme til YouTube-kanalen **Kulturen i Naturen** og sjå alle filmene



Tiltakskort for deltaking i fritidsaktivitetar

Fritidsaktivitetar medverkar til barn og unge si heilskaplege utvikling – både fysisk, kognitivt, sosialt og emosjonelt. Det er ein viktig arena for oppleving av meistring og for å forhindre utanforskap. Ungdataundersøkinga frå 2024 viser at om lag 1 av 5 på mellomtrinnet og over halvparten på ungdomskulen ikkje er med på noko organisert fritidsaktivitet. Det er difor viktig at dei vaksne rundt barn og ungdom oppmodar og legg til rette for at flest mogleg kan delta på fritidsaktivitetar. Desse tiltakskorta skal hjelpe dei som er i kontakt med barn og unge med å få fleire barn og unge med, og for å hindre at dei sluttar i fritidsaktivitetar.

For tilsette som arbeider med barn og unge
Til dømes lærarar, NAV, helsesjukesleiarar, flyktningstenesta m.m.

Skule og fritid heng tett saman. Har ein det bra på fritida er det meir sannsynleg at ein har det bra på skulen. Her finn du tips til kva tilsette i kommunen kan gjøre for å få fleire barn og unge med på fritidsaktivitetar.

Samtale
Til dømes foreldremøte, utviklingsmøtar, elevmøtar, samtalar med helsesjukesleiarar, NAV, flyktningstenesta m.m.

- Samtale om viktighetta av at barn og unge deltek på fritidsaktivitetar
- Kva tenker du skal til for at barnet ditt vil bli med?

Informere om oversikt over ulike aktivitetstilbod:

- FRISKULE**
Informere om ulike ordningar:
- Luster Fritidsfond** - økonomisk støtte til fritidsaktivitetar
- Luster ungdomstaski** - transport til og frå aktivitetar for 50kr (13-15kr)
- Utsynsvestulen** - lån av utstyr

Samtale med barn
Spørsmål om kva nytt:

- Er du med på fritidsaktivitetar?
- Korleis trivst du?

Forstå til oppfølgingsoppleving:

- Har skole til for at du kan trivst betre?
- Kjem du på noko som kunne vere spennende?
- Ønsker du å prøve ein annan aktivitet?

Viss barnet ikkje er med på fritidsaktivitetar:

- Har du tenkt på ein fritidsaktivitet du har lyst til å prøve?
- Er nokon du kjemmer med på fritidsaktivitetar du kan tenke deg å prøve?

Informere om fritidsaktivitetar som friskule, og vise lenke til FRISKULE samt aktuelle lag og organisasjonar



For lag og organisasjonar, trenarar og frivillige

Tips til kva frivillige lag og organisasjonar kan gjøre for å få fleire barn og unge med på fritidsaktivitetar:

Gjer informasjon lett tilgjengelig:

- Ha god oversikt på heimeside, facebook, evt. anna
- Gjer det enkelt å finne kontaktinformasjon til lag/organisasjonar, kven skal ein kontakte for å vere med?
- Legge ut alle aktivitetar i Friskule Luster. Informasjon og oppskrift på korleis ein brukar det: Luster.friskule.com

Gjer det praktisk mogleg at flest mogleg kan delta:

- Legge til rette for at barn, uavhengig av funksjonsevne og andre særskilde behov, kan delta
- Oppmøte og bidra til samkjøring/ordningar
- Tilgang på relevant utstyr som kan lånes ut
- Arrangere oppmøte om byttekløddar eller skenande
- Bruke verkøystassen på allemed.no i din organisasjon for å auke fokus på inkludering

Ha dialog med dei som er med på aktivitetar:

- Ta kontakt med dei som ønskjer å slutte. Vær nysgjerrig og sei at dei er sakne o.s.
- Informere om relevante ordningar
- Luster Fritidsfond - økonomisk støtte til fritidsaktivitetar
- Luster ungdomstaski - transport til og frå aktivitetar for 50kr (13-15kr)
- Utsynsvestulen - lån av utstyr



FERIEAKTIVITETAR

Ferieaktivitetar vinter 2025

I vinterferien vart det arrangert gratis vinteraktivitetar for barn og unge. Veka starta med juniorklubb for 4.-7. trinn på ungdomsklubben i Gaupne – suksess! På Fjordstova i Skjolden var det aktivitetsdag for 4.-7. trinn, med klatring, bading, leik og miniatyrskyting med deilig lunsj servert frå Fjordstova. Det var også arrangert 2 dagar Friluftsskule i regi av Sogn Friluftsråd, så mange ungar hadde ei variert veka med både inne- og uteaktivitetar.

For dei eldre ungdomane var det ungdomsklubb og skidag i Sogn skisenter med moglegheit for prøving av hoppbakke med Jon Ove og fartsmåling med lasar av politikontakt Stein Helge Selland. Til lunsj fekk me servert grillmat frå Luster Frivilligsentral. Nokre var også med på lågterskel topptur frå Engjadalen. Der fann me noko u-røyr og fin snø og nøyt ei varmande sol på ein iskald dag.

Arrangørar: Luster kommune og Luster Frivilligsentral i samband med Luster Turlag, Fjordstova og



Sogn skisenter. Støtta økonomisk av Vestland Fylkeskommune.

No gler me oss til sommarferien, sjå bilete for plakart for oversikt.

SOMMARFERIE 2025
AKTIVITETAR FOR BARN OG UNGDOM
I LUSTER KOMMUNE

MÅNDAG 23. JUNI
GAUPNE UNGDOMSKLUBB OPEN FOR 4.-7. TRINN MED LUSTER BIBLIOTEK, BRETTSPEL

TYSDAG 24. JUNI OG ONSDAG 25. JUNI
PRIMOHO I PARKEN GAUPNE FOR 4.-7. TRINN

MÅNDAG 30. JUNI TIL TORSDAG 3. JULI
FRILUFTSSKULE FOR 4.-7. TRINN PÅ HAFSLO MED SOGN FRILUFTSRÅD

MÅNDAG 30. JUNI
GAUPNE UNGDOMSKLUBB OPEN FOR 7.-10. TRINN

TYSDAG 1. JULI
PAINTBALL MOLLANDSMARKI FOR 7.-10. TRINN

ONSDAG 2. JULI
TEATERVERKSTAD 1.-3. TRINN I GAUPNE

TORSDAG 3. JULI
TEATERVERKSTAD 4.-6. TRINN I GAUPNE

MÅNDAG 4. AUGUST TIL 7. AUGUST
FRILUFTSSKULE 4.-7. TRINN I GAUPNE MED SOGN FRILUFTSRÅD

TORSDAG 7. AUGUST
AKTIVITETSDAG FJORDSTOVA 7.-10. TRINN

MÅNDAG 11. AUGUST
SOMMARLAB VITEMEIR, PÅ HAFSLO FOR 4.-7. TRINN

TYSDAG 12. AUGUST
SOMMARLAB VITEMEIR, I GAUPNE FOR 4.-7. TRINN

TYSDAG 12. AUGUST
AKTIVITETSDAG HAFSLO 4.-7. TRINN

ONSDAG 13. AUGUST
AKTIVITETSDAG GAUPNE 4.-7. TRINN

TORSDAG 14. AUGUST
RAFTING 7.-10. TRINN

GRATIS BADING I LUSTRABADET FOR ELEVAR I LUSTRASKULEN.
SOMMARLES FOR 1.-7. TRINN - SJÅ MEIR PÅ SOMMARLES.NO

UNGDOMSKLUBBEN HAR ANDRE OPNINGSTIDER I SOMMAR.
FØLG MED PÅ FACEBOOK, INSTAGRAM OG SNAPCHAT!

DET ER ÅRSTRINNA I SKULEÅRET 24/25 SOM GJELD.

FRILUFTSSKULANE HAR EIGA PÅMELDING, SJÅ SOGNFRILUFTSRAD.NO

QR-kode til påmelding
OPNAR 27.MAI
FRIST 10. JUNI



Yogahelg med Livsmeistring,

ROBUSTE BARN OG UNGE

Helga 17. – 19. januar og 28. februar – 2. mars inviterte prosjektet «Livsmeistring, robuste barn og unge» føresette og tilsette i barnehage og skule i Luster og Sogndal kommune til gratis kurs i barneyoga på Gaupne Ungdomsklubb. I prosjektet sin kartleggingsfase kom det tydeleg fram at tilsette og føresette ønska og etterlyste verktøy for å styrke barn og unge si psykiske helse.



Barneyoga er eit livssynsnøytralt verktøy som kan styrke barn og unge si evne til å bli betre kjend med eigen bevisstheit, handtere tankar og kjensler, bli meir robust, redusere stress, kjend med eigen kropp og finne indre ro i kvardagen – både i barnehage, skule og heim.

Til saman deltok 49 tilsette og føresette på helgekurs og øve 40 vaksne og barn deltok på ein times familieyoga. På kurset lærte deltakarane om lek, song og eventyr som praktiske verktøy for å lede barn til å bli kjend med seg sjølv, pusten sin, tankar, følelsar, bevegelse og avspenning. Sjå tilbakemeldingar frå deltakarane under.

«Er så glad eg meldte meg på og valte å reise. Visste ikkje kva eg gjekk til, men det var heilt fantastisk. Tusen takk!» (tilbakemelding frå føresett)

Vi spurde deltakarane om kva dei vil ta med seg til kvardagen sin?

- Yoga-eventyr er ein leiken og kreativ måte å nå inn til barns verden.
- Inspirasjon til korte drypp med elevane for å lande på same sted før ein går i gong med fellesaktivitetar.
- Pusten som ein pause og verktøy for å finne ro.
- Vere meir bevisst egne reaksjonar og følelsar når borna ikkje høyre etter.
- Stå i følelsane til ungane utan å føle behov for å fikse dei.
- Verdien av pausar og pusteøvingar.
- Å vere til stades og lytte til kroppen.
- Spagettiavslapping for å kjenne når kroppen har slappa av.
- Meditasjon, samarbeidsøvingar, pusteteknikk – det kan eg få til i skulen!



Ungdata-undersøkinga 2024

SEMINAR MED KAFÉDIALOG OG VIDARE ARBEID

Ungdata er ei omfattande nasjonal barne- og ungdomsundersøking der elevar svarar på spørsmål om korleis dei har det og kva dei driv med på fritida. Tal frå Ungdata gir oss eit innblikk i korleis det er å vera ung i Luster og Noreg. For å lære meir om årsakssamanheng og arbeide fram gode tiltak må vi supplere med erfaring frå det levde liv. For å få ei auka forståing må det nøstast internt på kvar skule kva som ligg bak tala.

Ungdata-seminar med kafédialog

Onsdag 3. oktober 2024 arrangerte Ungdommens kommunestyre og Folkehelse-avdelinga i Luster eit Ungdata seminar på Gaupne Ungdomsklubb. På Ungdata seminaret i Luster deltok vel 50 stykk, derav 14 ungdommar, Kristian Hartveit frå Korus, vaksne tilsette og elevråd frå ulike skular samt tenester som arbeide med barn og unge i kommunen; oppvekst, helsestasjon, NAV, Flyktningtenesta, folkehelse, ungdomsklubb, barnevern, psykisk helse, PPT og politi – samt representantar frå FAU. Det var ein engasjert gjeng som etter Korus presentasjon deltok i kafédialog med ungdom som kafévert på fem sentrale tema: rus, ungdomsskule, åtfærd, helse og psykisk helse og fritid. Undervegs delte ungdommen sine tankar og perspektiv.

Tilbakemelding frå ungdom og tilsette etter Ungdata-seminar

- «Politikarar, tilsette og foreldre som påverke korleis det er å vekse opp i Luster må prioritere førebyggjande tiltak. Òg, ikkje gløym å snakke med ungdommen.»

- «Seminaret og dialogen løfta fram ungdommen si stemme. Da får eg mykje meir tru på at me kan finne fram til gode løysningar for førebyggjande tiltak, kanskje kan det vere bra for Lustraidentiteten òg?»

Sentrale punkt og utfordringar ein kan ha med og drøfte med barn og ungdom, føresette, tilsette på skulane og politikarane i høve prioriteringar framover:

ÅTFERD

Ungdom og vaksne erfare ei auke av hendingar med negativ åtfærd knytt til vald, mobbing, uro i klassen og hatefulle ytringar. På sosiale media, på skule og i lokalsamfunnet har barn og ungdom mindre respekt for vaksne, kvarandre og ivaretaking av omgivnaden. Dagens barn og unge oppleve mobbing og utestenging, hard ordbruk, vert kontakta av pedofile og kriminelle, vert eksponert for grov porno og oppleve ufrivillig deling av bilde og video på nett. Negative hendingar på nett er ei stor bekymring nasjonalt og lokalt. Ungdom og vaksne trekk fram foreldrerolla som

sentral for å førebygge og handtere negativ åtfærd og opplevingar. Det er ulike oppfatningar av i kva grad foreldre er for mykje eller for lite på i kvardagen.

HELSE OG PSYKISK HELSE

Kor nøgde barna er med eiga helse, opplevingar av helseplagar og vonde eller vanskelege tankar og kjensler, er viktige indikatorar for fysisk og psykisk helse (Ungdata 2024). I Luster ser me ein negativ trend og auke av ungdomselever som rapportere å ha psykiske plager. Ein stor del unge rapportere om søvnnvanskar. Skjermtid og søvn følger kvarandre; mykje skjermtid = meir søvnproblem. 55 % rapportere at dei har vært så søvnnig/trøtt at det går ut over skule eller fritid. Mange trekk fram at SoMe, skule og stress påverke søvnen, og at det er ein samanheng mellom søvn og deira psykiske helsa. Halvparten av jente på ungdomsskulen rapportere at «alt er eit slit» og 64 % bekymre seg mykje. Korleis kan me hjelpe





ungdom til å bli trygge på at dei er gode nok som dei er? Korleis hjelpe barn og unge til å regulere sin skjermtid og få nok søvn?

UNGDOMSSKULE

Skulen er ein god stad å vere for dei alle fleste – men ikkje for alle» (Ungdata, 2024). I Luster rapportere øve 1/3 at dei guar seg til å gå på skulen. Tendensar frå 2017–2024 visar auke av ungdom som guar seg til skulen, trivsel har gått ned og fleire kjedar seg på skulen. 1/5 jente oppleve å ikkje ha ein ven dei kan stole på og har tiltru til.

RUSMIDDEL

Ungdomstida er ei tid då mange gjer seg sine første erfaringar med ulike rusmiddel (Ungdata 2024). Ein ser ein aukande trend i Luster kommune på at det er fleire som har prøvd eller brukt rusmidlar. Det er høge tal på dei som rapportere å ha vore rusa på alkohol samanlikna med kor mange som får lov. På landsbasis

og i byane ser man ei kraftig auke i bruk av narkotika og illegale rusmiddel blant ungdom. Ein bør jobbe aktivt for å førebygge denne utviklinga lokalt. Ungdom oppgjer at foreldre har mest å sei for deira syn på bruk av rus og at tydlege reglar i heimen er viktig. Foreldre må snakke saman, setje grenser og vere bevisst at dei er viktige førebilde som må begynne med seg sjølv.

ORGANISERT FRITID

Møteplassar, organisasjonar, klubbar, lag og foreiningar er viktige arenaer for samvær med andre unge og gjev andre erfaringar og læringsvilkår enn skulen og meir uformelle situasjonar (Ungdata 2024). I Luster er ungdomsklubb blitt eit positivt, populært og viktig tilbod på ungdom si fritid. Luster skil seg ut med sjeldan høge og positive tal! Ungdom fortel at ein uformell, trygg og gratis møteplass der dei «bare kan vere» har stor verdi i kvardagen. Deltaking på organisert fritidsaktivitet går betydeleg ned i tenåra, frå 86 % på 6. trinn til 40 % på 10. trinn. Luster ligg lågt i tal på ungdom som deltek i kulturaktivitet på fritida og treningssenter er populært hjå dei eldste.

Årsakssamanheng

Det er ikkje ein klar årsakssamanheng til tala som presenterast, men endringar i samfunnet frå 2010 kan sjåast i samband med trendar frå Ungdata. Bruk av smarttelefonar

og skjermaktivitet, nettmobbing og SoMe, økonomi og oppleving av ulikheit, stress, klimaendringar, covid, krig og uro i verda er døme på dette. Mange trekk fram at ei endring i samfunnet og foreldrerolla, med ein meir organisert barndom med mindre tid til leik og fri tid frå barn er små kan vere ein årsak til korleis ungdom rapportere at dei har det no.

Vidare arbeid og tiltak

Presentert og drøfta vidare

- Ungdommens kommunestyre (UK)
- Formannskapet
- Styringsgruppa i folkehelsearbeid med leiarar for helse og oppvekst
- SLT politiråd (Sogndal, Luster og Vik)
- SLT Familieforum drøfting av konkrete tiltak med tenestene

Livsmeistring – robuste barn og unge

Les meir på: <https://www.meistrelivet.no/>

- Folkehelse og livsmeistring på timeplan frå 1. til 10. trinn
- Foreldrenettverk i barnehage, barneskule og ungdomsskulen.
- «Ein god digital barndom» gratis temakveld 7. april
- Samarbeid med UK om temamøte 7. april: skjerm, søvn og fritidsaktivitet.

Folkehelsetiltak

Les meir på: <https://www.luster.kommune.no/tenester/helse-og-omsorg/folkehelse/>

- Få med alle barn på fritidsaktivitetar
- Ferieaktivitetar for barn og unge
- Ungdomsklubb
- Luster Danseverkstad
- Luster Fritidsfond
- Rocket Man Luster
- Ungdomslos

Har du innspel og forslag til korleis me som lokalsamfunn i fellesskap kan arbeide mot ein god kvardag for barn og unge i Luster? Ta kontakt med oss i oppvekst og folkehelse – me vil gjerne høyre frå deg!



Ein god digital barndom

- Temakveld med Ole Petter Hjelle og Stefan N. Halck



Skrollar på telefon tilsvarande høgda til Mount Everest

Første føredragshaldar ut var hjerneforskar og lege Ole Petter Hjelle. Frå forsking kunne han fortelje at me plukkar opp telefonen så mykje som 250 gonger i døgnet. Me skrollar på telefon i gjennomsnitt 35 meter pr. dag og vil då på slutten av året ha skrolla omtrent tilsvarande høgda til Mount Everest. Mange brukar 4-6 timar på telefonen kvar dag – dette på noko ein ikkje brukte tid på i det heile for 15-20 år sida! Så kva gjer me mindre av no? Både søvn, fysisk aktivitet og det å vere sosiale (med fysisk oppmøte) er noko me gjer mindre av i dag. Alt dette har betydning for korleis me har det i liva våre, det er samanheng mellom kor mykje tid me er på sosiale media og den mentale helsa. Hjelle poengter at sjølv om me kan gå lengre utan mat enn utan søvn, behandlar me behova på ulikt

vis; er me svoltne et med mat, er med trøytte drikk me kaffi eller energidrikk i staden for å prioritera søvn.

Me treng hjelp for å stå i mot dei store teknologigigantane

Skjermane er ekstremt tilgjengelege – dei er laga for å gjere oss avhengig og i tillegg treng me dei. For at ungane våre skal kunne få gode skjermvanar er me nøyde til å starte med oss sjølv – dei ser kva me gjer sjølv, ikkje berre kva me seier at me og dei skal gjere! Men me klarer ikkje styre skjermbruken aleine, me treng litt dra-hjelp. Me har reglar for alt som er skadeleg for barn og unge, som aldersgrense for alkohol og tobakk, men innan teknologi er det nærast «fritt vilt». Kanskje treng me noko regulering av skjermbruk og; for eksempel har Australia laga lov med aldersgrense 16 år for SOME.

Hjelle anbefaler å lage reglar saman med barna om bruk av skjerm:

- Lag reglar saman med borna om bruk av skjerm i «fredstid» – ikkje begynn med reglane etter dei har spelt i 5 timar i strekk
- Fokuser gjerne på kva anna ein kan gjere i staden for skjermen – om ungane er ute og driv med aktivitet eller er sosiale (eller søv meir!) er dei og mindre på skjerm!
- Gje dei skryt når dei klarar å regulere bruken.

Måndag 7. april
vart temakvelden
«Ein god digital
barndom» arrangert
på Kulturhuset i
Sogndal. Ungdom frå
ressursgruppa losa ein
godt fylt opp storsal trygt
gjennom kvelden. Korleis
kan me bruke teknologi på
ein best mogleg måte og
korleis skape ein god digital
kvardag for barna våre?

Politikontakt Stein Helge Selland var og på scena og svarte på spørsmål. I politiet ser dei at ungdom har mykje venner på Snap og dei ikkje alltid tenkjer over kva dei deler med kven; kven er dei 1200 Snap-vennane eigentleg? Snakk saman i foreldrenettverk, lag felles køyrereglar – det er eit godt hjelpemiddel.

La barn vere barn litt lenger – utan smarttelefon og sosiale media

Stefan N. Halck var på scena som far og del av nettverk om digital barndom. På førebiletleg vis forklarar han korleis teknologigigantar har fått kome direkte inn i stua, skulen og alle delar av livet – heilt utan redaktørstyring slik alle andre media har! Men han understrekar samstundes at det nyttar å gjere noko lokalt:

- Prat saman! Me treng å bygge fellesskap rundt digital barndom, snu denne «alle andre får lov», til «alle andre får ikkje lov» eller alle andre får lov til å ha den gode digitale kvardagen: Med mindre skjerm eller meir balanse.
- Vi kan få til utruleg mykje – me saman. Begynn med å snakke saman, det kan vere de foreldra.
- Sorter litt, det er lett å bli makteslaus. Fokuser på det me kan gjere noko med. Kva kan eg påverke og kva kan eg ikkje påverke? Det er bruk for alle. Tørr å bruke stemma!



- La barn vere barn litt lenger – utan smarttelefon og sosiale media. Det handlar om det mest dyrebare me har.

Tips til betre søvn

- Sett søvn høgare på prioriteringslista
- Legg deg og stå opp til same tid kvar dag (ulik døgnrytme forstyrrar søvn – ein av dei største grunnene)
- Skru av telefon/skjerm minst ei time før du skal legge deg. Ikkje ha telefon med på soverommet – forstyrrar sjølv om den ligg utan lyd.
- Ha det kjølig og mørkt på soverommet (tre søvnfasar) djup søvn den aller viktigaste, må senke kroppstemperaturen for å kome i djup søvn.
- Koffein før kl. 12 på dagen (det kan ta ca. 10 timar før koffein går heilt ut av blodet).
- Hovudet treng pausar, øv på å sjå tomt ut i lufta.



Takk til Ole Petter Hjelle, Stefan N. Halck, Stein Helge Selland, Sephora Kapia, Jonas A. Engebø, Aleksander S. Heltne, Sunniva Skjeldestad og Ole Sebastian N. Wangsvik.

FRITIDSKLUBBEN SIN DAG

23. april markerte me fritidsklubben sin dag, me serverte kake, frukt, kaffi og brus.

Leiar Johanne Fristad og nestleiar Erik Otterhjell i klubbstyret hadde eit fint innlegg. Dei snakka om kor viktig ungdomsklubben er som sosial møteplass. Det er ein stad der mange ulike ungdom trivst, på tvers av klassetrinn og andre fritidsinteresser. Dei informerte også om oppussingsarbeidet som har blitt gjort på klubben. Minst 300 dugnadstimer har ungdomane lagt ned i oppussing. Dette er verkeleg imponerande! Dei er engasjert og ønsker at ungdomsklubben skal vere best mogleg for flest mogleg.

Mange foreldre og yngre søsken var innom, og politikarar møtte. Det er kutt i prosjektmiddel som har drifta ungdomsklubben. No håpar me at ungdomsklubben blir prioritert i det kommunale budsjettet.

Meir informasjon om kva som skjer på ungdomsklubbane og opningstidar finn du nedanfor. Her kan du også ta kontakt om du har ønsker eller idear til andre tilbod og aktivitetar på ungdomsklubben.



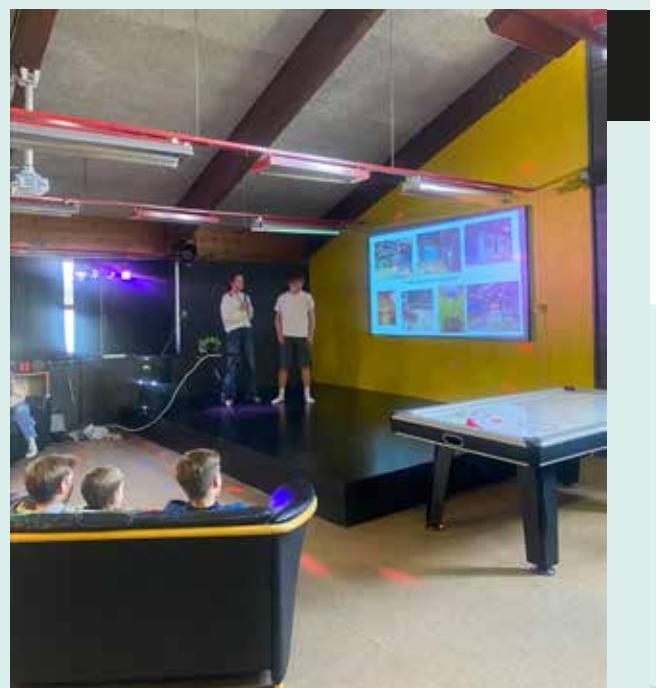
Ungdom_i_luster



Ungdomsklubbane i Luster



Ungdom i Luster





Luster skal bli Stikk UT! kommune



Sogn friluftsråd har frå sommaren 2025 ein turregistreringssatsing gjennom Stikk UT!, og Luster er med!

Stikk UT! er ein populær turregistreringstrim med eit stort spekter av nivå på

turar! Stikk UT! har eit lågterskel fokus og er gratis å delta på. Målet er å bidra til folkehelse, trivsel og naturglede! Appen er svært brukarvenleg med gode turskildringar og GPS-spor i kart.

Sogn Friluftsråd vil samarbeide med bygdelag/idrettslag/turlag eller andre lokale ressursar som vil digitalisera sine trimpostar og turar i sitt nærområde. Ved å samle krefter i bygdene skal vi forsøke å ikkje berre bli endå ein turregistreringstrim oppå alle andre, men heller hjelpe med å samle kreftene på tvers av bygder, lag, organisasjonar og kommunar.

Hovudmålet er å få fleire ut i aktivitet, uavhengig av fysisk form. Difor skal det vera turar i alle vanskegrader, og det skal vera enkelt å finna fram til turar på ditt nivå. Ved at turar blir lagt inn på Stikk UT! appen blir turar nettopp det, enkelt å finna turar tilpassa nivå, og med gode turskildringar. Kanskje kan ein til og med utvide sitt repertoar med å få prøvd nokre turar i nabobygda?!

I første omgang er det Luster IL, IL Fanaråk og IL Bjørn som vil digitalisera sine lokale turtrimmar inn i Stikk UT! og fleire er på trappene til å bli med. Ønskjer ditt lag eller organisasjon og digitalisere lokale turar og trimpostar i ein felles, gratis plattform? Ta kontakt med folkehelse i Luster kommune eller Sogn Friluftsråd.

Oppstart for registrering av turar byrjar frå 1. juni, med fortløpande utlegging av turar etterkvart.

Stikk UT! er gratis og for alle. Last ned appen, finn turbeskrivelser og registrer turene dine.



App Store



Google Play

Stikk UT!

Ungdomsklubb

Først og fremst kan me endeleg dele gladnyheita: Ungdomsklubben på Hafslo opnar i oktober!

I haust og i vår har fleire ungdomar frå Hafslo kome på ungdomsklubben i Gaupne, noko som er veldig kjekt. Me vil fortsetta å samarbeide om

felles aktivitetar og arrangement sjølv om Hafslo får eigen ungdomsklubb.

På Gaupne ungdomsklubb har det vore høg aktivitet. Det kjem mellom 40 og 100 ungdomar kvar gong. Her kan ein komme for å spele bordtennis, biljard, playstation, dataspel, måle og perle, i tillegg har me nettopp fått air-hockey og fusball bord. Det blir også servert eit måltid.

Livsmeistring – robuste barn og unge

Luster- og Sogndal kommune sitt folkehelseprosjekt «Livsmeistring- robuste barn og unge» er inne i siste fase og tiltaka er på god veg til å gi ei varig endring i barnehagane og skulane.

Livsmeistring på timeplan

Dette skuleåret har fleire skular testa ein time i veka med undervisning i folkehelse og livsmeistring. Undervisningsopplegget er forankra i læreplanverket og er delt inn i 10 tema fordelt utover skuleåret: Vennskap, nettvett, økonomi og levevanar, takk-nemleg, relasjonar, kropp, kjensler, rus, verdier og val og mangfald. Mange tenester bidreg inn i arbeidet, m.a. helsestasjon, oppvekst, Frisklivs-sentralen Sogn, psykisk helsesteam, politiet og folkehelse. På nettressursen www.meistrelivet.no ligg det no om lag 4 undervisningsøktar til kvart klassetrinn pr. tema klare til bruk i klasserommet.

Tilbakemeldingar frå lærarar om undervisningsopplegget:

- *Nettsida er brukarvennleg, enkelt å få oversikt og navigere seg fram*
- *Så fine leiker, godt å få meir leik inn i skulen, dei eldre elevane treng det og*
- *Me har ikkje vore med på liknande prosjekt, det er så treffande for kvardagen me står i*
- *Me treng ikkje noko anna, det er så godt å få ferdig opplegg når me uansett skal ha om desse temaa i skulen*
- *Skaper gode samtalar med elevane*
- *Forståeleg for elevane og undervisningsopplegget er tilpassa alderstrinn*
- *Elevane er engasjerte og har ofte mykje på hjartet*
- *Undervisninga er veldig relevant, oppdatert og fagleg solid*
- *Me er begeistra for alle opplegga og det blir SÅ gode timar*

Foreldrenettverk

Foreldrerolla og samarbeidet med barnehage/skule har mykje å seie for at barn skal bli robuste. Eit av tiltaka er å legge til rette for foreldrenettverk. Det er eit uformelt møte for og av foreldre. Det handlar om at foreldre på ei avdeling i barnehagen eller i ein skuleklasse blir kjent med kvarandre gjennom sosiale møtepunkt. Foreldre er barna sine viktigaste støttespelarar og rollemodellar. Det er eit stort ansvar, og det er mykje foreldre skal ta standpunkt til. Då kan det vere godt å ha nokon å dele erfaringar med som har barn på same alder. Foreldre må snakke saman for å bli godt kjent og på den måten vere ei god støtte for kvarandre i foreldrerolla. Me kan få til utruleg mykje, saman, gjennom å prate med kvarandre.

Meistrelivet.no

Hovudproduktet i prosjektet er ressursen [www](http://www.meistrelivet.no).



Foto: Kabbe Media

meistrelivet.no som inneheld både konkrete undervisningsopplegg knytt til relevante tema innan folkehelse og livsmeistring, lærarrettleing til desse, Hjartesamling for barnehagane og elles råd og tips om samarbeidet med heimen og avvikling av foreldremøte om temaa. Statistikken vår viser at bruken av ressursen er aukande, mange skular er godt i gang med undervisning ei time i veka for 1.-10. trinn og barnehagane gjennomfører Hjartesamling. Barnehagar, skular og føresette i begge kommunane vil ha stor nytte av ressursen fleire år fram i tid, den vil ha både regional og nasjonal bruksverdi med tanke på at det ikkje finst ein liknande ressurs av same omfang, innhald og struktur.

Årsrapporten frå NOK. Sogn og Fjordane 2024 trekk nettopp fram folkehelseprosjektet til Luster og Sogndal: «Luster- og Sogndal kommune som føregangsmodell. Eit godt eksempel på førebyggjande arbeid finn vi i Luster- og Sogndal kommune. Dei har ikkje lenger berre fine ord på eit papir – det er konkrete tiltak som vert gjennomført i praksis, og som gjev resultat».

Er du nysgjerrig og vil vite meir, sjekk ut nettressursen og følg oss gjerne på:



Livsmeistringrobustebarnogunge



Livsmeistring – Robuste barn og unge



Livsmeistring – Robuste barn og unge



Rocket-Man er eit fritidstilbod for ungdom med fokus på meistring, tilhøyrslø og tryggleik. Hausten 2023 starta ein avdeling i Luster. I Rocket-Man får ein moglegheit til å vere med på mange ulike spennande aktivitetar ilag med andre ungdommar og unge vaksne, og me har gjort mange kjekke aktivitetar ilag, blant anna overnattingstur, klatra, testa ut golfsimulatoren i Sogndal, vore i saunaen og stampen til Luster Fjordhytter, vore i lag på

Rocket-Man

ungdomsklubben og vore i Førde på bowling.

I sommar reiser me til Ekstremsportveko på Voss i lag med Rocket-Man avdelingane i Porsgrunn og Modum, det er noko vi gleder oss mykje til. Der skal me få prøve vindtunnelen, klatreparken og rafting. Ikkje minst skal me kose oss i lag og sjå på ulike konkurransar.

Det er stadig fleire ungdommar som vil vere med, og me vil gjerne ha fleire med på laget. Me treng flere vaksne med, som kan bidra med køyring, lage mat, bidra i planlegging.

Me legg opp til varierte aktivitetar i Luster og omegn, og kanskje har

du forslag til kva me kan gjere og lyst til å vere med?

Aktivitetsguidar: Unge vaksne (ca. 18–30 år) som vil vere med på å arrangera ulike aktivitetar saman med ungdom vekentleg – både

fellesaktivitetar og individuelle aktivitetar, og som blir som ei storesøster eller storebror for ungdom som er med.

Ta kontakt dersom du vil vere med i gjengen, om det er som ungdom, aktivitetsguide eller vaksen:

Helga Garborg Sie

Tlf: 468 12 453

Mail: luster@rocket-man.no

For meir informasjon sjå:
www.rocket-man.no



Rocket-Man Luster



Rocketmanluster



friskus – felles digital aktivitetskalender for heile kommunen

Friskus er ein digital aktivitetskalender for det som skjer i Luster. Den er gratis å bruke, og alle som tilbyr aktivitetar i Luster kommune kan bruke Friskus. Ein kan og bruke Friskus til å rekruttera frivillige. Ikkje minst kan alle innbyggjarar, anten dei vil delta på aktivitetar eller engasjera seg som frivillig, nytta Friskus.

Eit av måla med å nytta Friskus er at fleire innbyggjarar skal vera aktive og finna ein aktivitet som passar for nettopp dei. Me veit og at mange ynskjer ei god oversikt over alt som skjer av aktivitetar i kommunen vår.

Me oppfordrar alle lag og organisasjonar til å legge

ut sine aktivitetar på FRISKUS. Slik får me ein enkel og oversikt over alt som skjer i kommunen.

Lag og organisasjonar som søker kulturmidlar bør registrere seg i Friskus. Dette på grunn av at vi ønskjer at Friskus skal gje ein god oversikt over alt som skjer i kommunen.

På <https://www.luster.kommune.no/tenester/kultur-fritid-og-friluftsliv/ungdom-fritid-og-friluftsliv/idrett-og-friluftsliv/friskus-aktivitetskalender/> finn du meir informasjon om fordelar og tips til lag og organisasjonar, korleis du lagar deg ein brukar, registrere din organisasjon, opprette ein aktivitet med meir! Har du spørsmål eller behov for hjelp ta kontakt med Folkehelse i Luster kommune.

Kjenner du deg trygg heime?

Treng du nokon å snakke med?

Luster legekantor:	57 68 56 00
Luster helsestasjon:	57 68 56 05
Familievernkontoret:	46 61 92 80
Sogn barnevern (dagtid):	97 50 60 95
Barnevernvakta (kveld/natt/helg):	40 02 29 88
Krisesenteret i Florø:	57 74 36 00
Overgrepsmottaket i Førde:	57 72 37 48
Politi:	112
Legevakt:	116 117

Nasjonale hjelpetelefonar:

Mental Helses hjelpetelefon:	116 123
Alarmtelefon for barn og unge:	116 111
Kors på halsen (for barn og unge):	800 333 21
Vold- og overgrepslinjen (VO):	116 006
Røde Kors-telefonen om tvangsekteskap:	815 55 201
Hjelpetelefon for seksuelt misbrukte:	800 57 000
Alternativ til vold (ATV):	55 60 31 99
Vern for eldre:	800 30 196

Ved akutt fare, ring politiet 112.

Politiet kan påleggje overgrepars besøksforbod og kan hjelpe deg å kome til krisesenteret. Du kan melde valden.

For meir informasjon om kven du kan snakke med, scann QR-koden:



Meir informasjon finn du på:
<https://DinUtvei.no>



Illustrasjonsbilde. Foto: Ørjan Talle

Sjekkliste:

- ☐ Er du usikker på om det du opplever heime er bra for deg?
- ☐ Er du redd for kva som kan kome til å skje med deg?
- ☐ Er barnet ditt trygt?
- ☐ Får du høyre at du ikkje er verdt noko?
- ☐ Vert du tvinga til seksuelle handlingar?
- ☐ Vert ting du er glad i øydelagt?
- ☐ Ynskjer de hjelp til å løyse konflikhtar?
- ☐ Disponerer du eigne pengar?

- På Krisesenteret i Florø kan du kome både dag og natt for å bu trygt. Du treng ikkje å ha synleg skade for å søkje hjelp – trugslar og psykisk vald er like alvorleg.
- Er du blitt seksuelt misbrukt eller voldtatt? Ring overgrepsmottaket i Førde: **57 72 37 48**. Dei tek vare på deg, undersøker deg og hjelper deg å dokumentere overgrepet.
- Er du vitne til vald; som nabo, ven eller kollega? Er du uroleg for at ting ikkje er som det burde vere hjå nokon du kjenner? Ikkje ver redd for å seie ifrå, du kan gjere ein skilnad.

Det er aldri din feil! Det er aldri for seint! Det er alltid hjelp å få!

Luster Fritidsfond



Alle barn har rett til ein god oppvekst, med ei meningsfull fritid der dei kan kjenne på meistring, trivsel og fellesskap. Dessverre er det stadig fleire barn som ikkje deltek på fritidsaktivitetar og vert ståande på sidelinja av ulike årsaker. Økonomi kan vere ei årsak til at nokon ikkje kan delta.

Luster Fritidsfond er eit tiltak for å hjelpe familiar å betale utgifter i samband med aktivitetar for barna. Tal barn som veks opp i låginntektsfamiliar er aukande i Noreg. Slik er det også i kommunen vår. Kjenner du nokon som har lyst til å vere med på ein fritidsaktivitet, men ikkje har økonomi til det, kan Luster

Fritidsfond vere til hjelp. Alle lag og organisasjonar, kommunale tenester og Sogn kulturskule kan søkje om støtte på vegne av barn og unge som bur i Luster kommune.

Kva kan du søkje om støtte til?

- Medlemskontingent
- Lisens

- Trenings- og aktivitetsavgift
- Eigenandel for turar, leiar og cupar
- Inngangsbillett til Lustrabadet
- Klippekort og dagskort i Sogn skisenter
- Klippekort på Luster trening

Leiar/trenar og laget rundt barn og unge

Me oppmodar alle leiarar/trenarar og laget rundt barn og unge til å nytte seg av ordninga. Søknadsskjema finn de på heimesida til kommunen under *kultur, fritid og friluftsliv-Fritidsfond*. Lag/organisasjonane må sjølv informera medlemmane sine om kven dei skal ta kontakt med og korleis dei skal gå fram. Me treng dykkar hjelp til å få alle med.

Meir informasjon om Luster Fritidsfond finn de under *kultur, fritid og friluftsliv* på heimesida til kommunen. Har du spørsmål, ta kontakt med sekretæren for Fritidsfondet:

Marte Kvisterø Krogstadmo
E-post: luster.fritidsfond@luster.kommune.no

Bli tryggare i bruk av smarttelefon, nettbrett og PC

DIGITAL OPPLÆRING

For alle - uansett nivå - med eige utstyr

Du vil lære det du treng for å bruke digitale einingar i kvardagen: å kople deg til internett, laste ned og bruke appar som HelseNorge, nettbank og Facebook, til korleis du kan unngå å bli svindla på nettet.

NESTE MOGLEGHEIT I GAUPNE:

NOVEMBER 2025

Påmelding kjem i september/oktober



Pensjonistforbundet
Luster



Eit samarbeid mellom
Pensjonistforbundet Luster,
Luster Bibliotek og
Luster kommune

Olsokmarknad i Fortun

Laurdag 26. juli kl. 12.00 vil me ynskja alle velkommen til Olsokmarknad i Fortun. Det er salg av grillmat, kaker og kaffi, og du kan få kjøpt lodd på marknadslotteriet. I bodene har me bær og grønsaker, bakverk, ost, mm.

Annemor stiller med Lykkehjulet sitt og alt ligg til rette for ein flott dag med gamle og nye vener.

Me har og invitert journalist Inge Kjell Holme til oss denne kvelden kl 18.00. Han skal ha eit visuelt foredrag som heiter «KVINNEPIONEREN SLINGSBY», der me får eit nytt, spennande perspektiv på den kjende klatraren.





Stolpejakta Luster



Stolpejakta_i_Luster

Stolpejakta i Luster 2025

Luster Idrettsråd, IL Fanaråk, Luster IL, IL Bjørn, Hafslo IL og Veitastrond IL i samarbeid med Luster kommune og sponsorar frå lokalt næringsliv ønskjer deg velkommen til Stolpejakta i Luster 2025.

Stolpejakt er eit gratis lågterskeltilbod for alle! Her jaktar du stolpar i ditt nærmiljø – du kan sjølv velje om du vil gå, sykle eller springe for å finne stolpane. Dei grøne stolpane kan også nås med rullestol. Du kan registrere stolpebesøk digitalt eller ved bruk av fysiske kart og brosjyre som du får gratis på Rådhuset i Gaupne.

Sesongen går frå 1. mai til 1. november og me håpar på minst like mange besøk som i fjor! I 2024 var øve 1600 stolpejegerar ute på meir enn 30 000 stolpebesøk. Til saman er det 115 stolpar ute – nokre av stolpane er i nærleiken eller ganske like som i fjor, mens andre stolpar er på heilt nye stader!

Me ber deltakarar i Stolpejakta om å unngå å køyre bil for å

registrera stolpar. Parker på egna plass og gå til stolpane. Ta også omsyn til privat grunn – gå rundt, ikkje gjennom hagar, gardsrom, private parkeringsplassar og liknande.

Vinn premiar!

Del dine bilde med emneknagg #Stolpejakta_i_Luster og registrerte stolpebesøk i appen! Slik vert du med i trekning av 10 gavekort på Pyramiden kjøpesenter. Ved å registrere stolpane digitalt vert du automatisk med i trekninga (eit lodd per stolpe), hugs å registrer fødselsår i appen. Ved manuell registrering i brosjyre; lever den på Infotorget på Rådhuset i Gaupne eller send til Luster kommune, Pb. 77, 6966 Gaupne før 1. november 2025 – merk med namn, adresse, telefonnummer og fødselsår.



Årets kart og stolpe

1) Bli kjend på Veitastrond med ein rundtur eller opplev vill og vakker natur på Tungestølen. Ta deg ein tur langs Hafslovatnet, søk opp i høgda på Mollandsmarki eller ta deg ned til Lustrafjorden der du finn vakre Solvorn og Marifjøra.

2) I Gaupne kan du ta ein kort eller lang rundtur fram mot Jostedalen. Besøk bygda Luster og nyt den magiske fjordutsikta frå alle stolpebesøk. Reis opp i høgda til historiske Harastølen, opplev den majestetiske omgivnaden i Skjolden og ta turen ut til bringebærgardane på sjarmerande Sørheim.

Arrangørar:



Sponsorar:



Analyseresultata frå vassverka



Vannstandard

ET PRODUKT FRA NORSK VANN

Luster kommune skal ha trygt og godt vatn i springen og me jobbar med å få alle analysresultata frå alle vassverka i kommunen tilgjengeleg på nett. Da kan du gå inn å sjekke kvaliteten av ditt drikkevatt utan å måtte kontakte kommunen.

Tilkopling til kommunalt nett for vatn og avlaup

Søknad om tilkopling kommunalt hovudnett for vatn og avlaup skal sendast Luster kommune. Ev. graveløyve skal vere godkjent før oppstart. Det er veldig viktig å sende kommunen ferdigmelding om tilkopling med ein gong arbeidet er ferdigstilt. Dette har til tider vore noko mangelfullt og kan gjere det vanskeleg å fange opp alle nye abonnentar. Du må og søkje

fråkopling om du ønskjer å kople deg frå nettet.

Feittutskiljarar og oljeutskiljarar på kommunalt nett

Kommunen har mynde til å stille krav til utslepp av olje- og feittaldig avløpsvatn frå verksemdar. Du kan ikkje ha utslepp frå din verksemd utan at du har søkt og fått løyve. Det blir jobba med å få oversikt over omfang og oppfylling av krav i forhold til §15 i ureiningsforskrifta.

Prosjekt:

Eit av dei største prosjekta som er gjennomført er vassforsyning til Fortun frå Hestehagen. Fortun vassverk vart nedlagt og vassverket i Hestehagen gir vatn til alle nye abonnentar. Tilstelling og ferdigstilling våren 2025.

Revidert avløpsdirektiv

Prosesen med revidert avløpsdirektiv er nå ferdig i EU og direktivet tredde i kraft 1.1.2025. EU-sine medlemsland har da frist til 31. juli 2027 for å tilpasse sin nasjonale lovgiving for å ta omsyn til dei nye reglane («transponere direktivet»). Det vil uansett bli sett strengare krav til reinseanlegg enn i dag og får omfattande konsekvensar for avlaupsanlegga både i Solvorn og i Gaupne.

Va-norm og vannstandard

Lokal va-norm for Luster kommune blir erstatta med Vannstandard. Vannstandard er utvikla av Norsk Vann og beskriv dei krava som gjeld når vatn og avlaup skal byggast ut og driftast. Vannstandard erstattar i tillegg tidlegare va-/Miljøblad.

Startlån for FYRSTEGONGSETABLERARAR



Luster kommune tilbyr no startlån til fyrstegongsetablerarar

Luster kommune har fått tilsegn frå Husbanken om å tilby startlån til personar som skal etablere seg for fyrste gong, og som har litt eigenkapital. Du må ikkje ha registrert adresse i Luster for å søkje, men du må kjøpe bustad i Luster kommune.

Målet med ordninga er å gje fleire, og betre økonomisk stilte enn dei som får vanleg startlån, moglegheit til å kjøpe eigen bustad.

Vilkår for å få lån er at:

- du har fem prosent eigenkapital
- du kan dokumentere avslag på lån i privat bank
- du har fast jobb

Som hovudregel kan du ikkje ha eigd bustad før. Det er unntak om du skal etablere deg på nytt etter ei livskrise; som for eksempel etter samlivsbrot, sambuar/ektefelle sitt dødsfall eller tap av arbeidsevne.

Nedbetalingstid er maks 30 år. Etter 10 år skal restlånet refinansierast i privat bank eller med ordinært startlån frå husbanken

Meir informasjon og søknadsskjema finn du på Husbanken sine nettsider.

Har du spørsmål eller vil vite meir om ordninga; ta kontakt med Gunnlaug Saur, tlf. 480 77 547 eller på e-post: gunnlaug.saur@luster.kommune.no

Nytt helse- og omsorgssenter i Gaupne

– planlegging av ei viktig investering for framtida

Luster kommune er, som mange er kjend med, i gang med å planlegge eit nytt helse- og omsorgssenter i Gaupne. Dette blir eit stort og viktig prosjekt i kommunen vår dei komande åra – både økonomisk og samfunnsmessig. Med investeringar for fleire hundre millionar kroner, legg vi no viktige premiss for kommunen sitt framtidige helse- og omsorgstilbod.

Kvifor nytt senter?

Dagens helsesenter frå 1980 stetter ikkje krava til eit moderne helsebygg. Samstundes er behova innan helse og omsorg i rask endring. Vi blir fleire eldre, som vil gi eit auka press mot helse- og omsorgstilbodet. Det er mykje som tilseier at det framover vil bli stadig meir utfordrande å rekruttere helsepersonell, og vi må bruke ressursane våre klokt. Gjennom samlokalisering av tenester vil ein kunne oppnå fleire gode synergjar. Innføring av ny teknologi, automatisering av arbeidsprosessar og betre tilrettelagte bygg vil og gje fleire gevinstar. Helsepersonell kan på den måten få frigjort verdifull tid til pasientar og bebuarar. Sentrale målsettingar med nytt helse- og omsorgssenter er å:

- Tilby eit moderne og framtidsretta helsetilbod med vekt på førebygging og meistring
- Sikre bemanning og rekruttering av helsepersonell
- Ivareta tryggleik og verdige rammer for både brukarar og tilsette
- Involvere frivilligheit og lokalsamfunn i helse- og omsorgstilbodet



KI-generert illustrasjonsbilde

Kva skjer no?

Etter vedtak i kommunestyret i november 2024 er det klart at det øvste omsorgsnivået – altså institusjonsplassane – skal samlast i det nye senteret i Gaupne. Når det nye bygget står klart, vil institusjonsplassane ved Luster omsorgssenter bli flytta dit. Men det vil ta fleire år før flyttinga skjer, og det blir drift i Luster i mellomtida.

Det går no føre seg eit arbeid med å finne ut kor mange bueiningar det skal vere i det nye bygget, og korleis ulike tenester skal organiserast. Samtidig jobbar kommunen med å ta i bruk ei ny såkalla *innsatstrapp*. Det er ein modell som viser heile tenestetilbodet – frå førebygging og heimebaserte tenester til institusjonsplassar. Eit viktig mål er å styrke dei ”nedre trinna” i denne trappa, slik at færre treng dei mest omfattande tenestene. Som ein del av arbeidet med den nye innsatstrappa vert det og arbeidd med organisering av bustadtilbodet under institusjonsnivået. På tidspunktet då denne utgåva av Lustranytt går i trykken har saka om ny innsatstrapp enda ikkje vore til endeleg handsaming i kommunestyret. Denne saka drøfter mellom anna spørsmålet om heildøgns demensomsorgstilbodet ved Hafslo. Tilrådinga er at dette tilbodet og vert lagt til nytt senter i Gaupne.

Det vert og arbeidd meir detaljert med det som vert kalla rom- og

funksjonsprogram for det nye senteret. Problemstillingar som vert jobba med her er; Korleis tenestene skal etablerast i forhold til kvarandre; korleis legge til rette for sambruk og god samhandling mellom tenestene; korleis legge til rette for gode pasientforløp, pasientsikkerheit og effektive tenester.

Tomt og eksisterande bygg

Før vi går vidare til neste steg av planlegginga må vi vere trygge på innhaldet i bygget, men og at vi bygger på rett stad. Planen har vore å nytte tomta ved Gaupne omsorgssenter og bruke vidare mykje av denne bygningsmassen. Undersøkingar viser at området og eksisterande bygg kan vere utsett for flaum. Det skaper nokre utfordringar for vidare bruk av den eksisterande bygningsmassen. Det vert no gjort vurderingar, blant anna knytt til risiko, beredskap og naudsynte sikringstiltak. Dette er avgjerande for at vi skal kunne planleggje eit bygg som er funksjonelt og trygt i mange tiår framover, samstundes som prosjektet skal vere økonomisk forsvarleg. Det vert og arbeidd med planar for etterbruk av bygningsmassen som blir fråflytta.

Tolmod i prosessen

Vi veit at mange er spente og gjerne vil sjå konkrete planar og skisser. Samstundes er det viktig å bruke den tida som trengst for å ta gode og langsiktige val. Vi ser fram til å halde innbyggjarane oppdaterte vidare i prosessen!

Soroka Anna Anatoliivna:

Hun ble introdusert for Taekwondo VT i en alder av 10 år. Denne sporten vant Annas hjerte umiddelbart. Hennes første trener var Oleg Vyacheslavovich Nam, som introduserte henne for denne fantastiske sporten. I løpet av Annas 20 år lange idrettskarriere oppnådde de som duo betydelige resultater og skrev navnene sine i historien til ikke bare ukrainsk, men også verdens taekwondo. Anna er en mester i idrett i internasjonal klasse i Ukraina. Som hun ble tildelt etter å ha vunnet europamesterskapet for voksne i 2006. Hun mottok tittelen Ukrainas ærestrener i 2019 etter at laget hennes vant gull i ungdoms-EM. I 2016 ble hun utnevnt til seniortrener for det nasjonale kadettlaget. Under Annas ledelse vant elevene hennes seire i ukrainske, europeiske og verdensmesterskap, samt i all-ukrainske og internasjonale

konkurranser. Anna har svart belte 3 DAN.

Sportsresultater: Multifold mester i Ukraina – Den første i Ukrainas historie som ble europamester blant voksne i 2006, avholdt i Bonn, Tyskland – Den eneste bronsemedaljevinner i Ukrainas historie vinner av den prestisjetunge Grand Prix-serien, som samler kun de 32 beste utøverne fra hele verden (2014, Kasakhstan, Astana) – Sølvmedaljevinner i europamesterskapet for klubber i 2014 i Tyrkia i Belek – Bronsemedaljevinner i EM for lag (2010, Baku) Flere mester og prisvinner i internasjonale konkurranser: Kroatia Open (Zagreb) – Serbia Open (Beograd) – Slovenia Open (Ljubljana) – Israel Open (Tel Aviv) – Ukraina Open (Kharkiv) – Visemester i Polish Open (Warszawa) – Visemester i Turkish Open

(Ankara) – Bronsemedaljevinner i President Cup (Istanbul) – Bronsemedaljevinner i Egypt Open (Hurghada) – Dette er bare noen få av de internasjonale konkurransene Anna vant i. Hun er vinner av mange hel-ukrainske og internasjonale konkurranser på ulike nivåer!

Anna har startet å trene barn en gang i uken på Hafslø: – Jeg ønsker å trene barn fordi jeg virkelig tror at idrett kan bygge karakter, selvtillit og styrke fra en veldig tidlig alder. Taekwondo har blitt en integrert del av livet mitt, og jeg ønsker å videreføre kjærligheten min for denne sporten til neste generasjon. Gjennom årene innen idrett har jeg samlet uvurderlig erfaring og kunnskap, som jeg nå ønsker å bruke til å trene nye mestere – ikke bare på tatamien, men også i livet. Å se et barns øyne lyse opp når det tar sitt første skritt mot seier er en skikkelig belønning for en trener.

Jeg ønsker å være den personen som inspirerer, støtter og hjelper barn å tro på seg selv. Målet mitt er ikke bare å trene idrettsutøvere, men å oppdra sterke, ærlige og målrettede individer.

Teksten er innsendt av Soroka Anna Anatoliivna



Pårørandekafè

4. mars, den store vaffeldagen, inviterte Grandmo miljøteneste til pårørandekafè på fellestova i bygg B. Bebuarar og tilsette tok ansvaret for kaffikoking og vaffelsteiking. Dette er eit nytt tiltak og vi var alle spente på oppslutning og interesse. Men pårørande, bebuarar og tilsette strøymde på og fellesstova vart meir enn full. Veldig kjekt! Målet vårt er å betre samarbeidet med pårørande, fortelje litt om det som skjer på Grandmo og få nye idear til vegen vidare.

Grandmo miljøteneste har vorte ei stor eining og frå månadsskiftet januar/februar delte vi oss i to grupper. Gruppe 1 har rapportrom i administrasjonsbygget og Ingvild Didriksen er fagleiar. Gruppe 2 held til i 2. etg i bygg B der Gro Kvalsvik er ny fagleiar frå 27. januar. Pårørande fekk høve bli kjende med brukar, pårørande og tilsette-undersøkinga. Gro viste rundt i det nye rapportrommet.

Luster kommune har det siste året delteke i eit nettverk for personar med nedsett funksjonsevne i regi av KS. Vi har hatt omfattande rapportering og alle kommunar «vert sett i korta». Pårørandekafè og brukarundersøking er tiltak i samband med dette prosjektet. Det har vore nyttig og lærerikt,



spesielt å høyre korleis andre kommunar organiserer og yter tenester til personar med psykisk utviklingshemming. Rapport frå nettverket skal leggjast fram for kommunestyret i juni.

Vi har fått positive tilbakemeldingar etter pårørandekafèen, og tenkjer å ha 3-4 kafèar i løpet av året.

Flyktingtenesta i Luster og Sogndal

Flyktingtenesta i Luster og Sogndal fekk invitasjon til å førelese om mottak og busetting av flyktingar i Norge. Bestillinga frå HVL, 1 års studentar i sosialt arbeid, var å få informasjon om ulike integreringsaktivitetar og moglegheiter og avgrensingar ved å gjennomføre desse. Høgskulen ønska å få vite om de viktigaste avgrensingane og korleis studentane som framtidige praktikerar kunne møte disse utfordringane.



Skjeret

I LUSTER

Skjeret (Flahamarskjeret/ Lustra-fjordskjeret) ved garden Myrheim, omlag 5 min frå tettstaden Luster, er det einaste skjeret i Lustrafjorden. Mange raudlista (Norsk rødliste for arter 2021) fugleartar nyttar Skjeret som hekkeområde og raste- og kvileplass. På skjeret er det lite rovdyr, slik at det er tryggare å lage reir på bakken. Det er og mindre forstyrring frå menneske. Både lydar frå menneske og trakk kan forstyrre og stresse fuglane som ligg på reir. Når dei vaksne fuglane blir stressa og redde, og flyg vekk, vert egg og ungar utsette for rovfugl. Også bølger frå båtar kan skylle reir med egg eller ungar på hav, og øydeleggje hekkinga. Å ta vare på leveområda til fuglane, er med på å hjelpe artane til å overleve.

Difor er det no laga ein reguleringsplan som legg ned

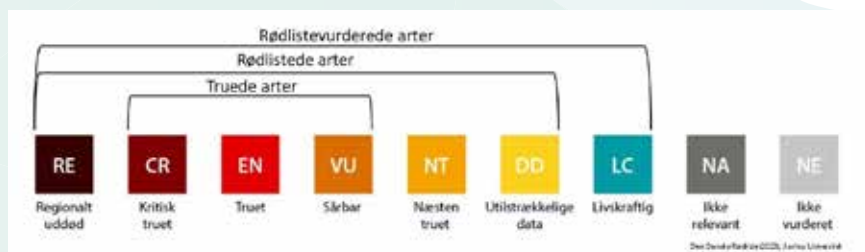
ferdselsforbod på Skjeret, og i ei sone 50 m frå Skjeret mellom 1. april og 1. august. Det er heller ikkje lov å køyre motorbåt mellom Skjeret og badeplassen i denne perioden.

Planen på Skjeret, planID 2022010 har vore ute til offentleg ettersyn, og vart endeleg vedteke i kommunestyret 22. mai. Planen omfattar både fastland, område i sjø og Skjeret i sjøen. Hensikten er å styrke rettsvernet for fuglelivet på Skjeret, samstundes som ein opprettheld gjeldande funksjonar av fastlandsdelen. Skjeret er den einaste holmen i Lustrafjorden, difor vert det særskilt viktig å verna om naturverdiane som finnst der.

Aktuelle føremål i planen etter plan- og bygningsloven § 12-5 er bygg og anlegg, samferdselsanlegg og teknisk infrastruktur, grønstruktur og bruk- og vern av sjø og vassdrag, med tilhøyrande strandsone. Meir informasjon om arealføremål og gjeldande underføremål for den aktuelle planen, finn du på arealplaner.no ved å skrive inn 2022010 i søkefeltet.



Skjer i Lustrafjorden. Alle foto: Ørjan Talle.



Fiskemåke

Arter som hekkar på Skjeret:

Fiskemåke/Larus canus (VU)– liten måkeart som oftast overvintrar ved Nordsjøen. Fiskemåka har svarte vingespisser med ein kvit flekk, og gul/grå/grønne bein.

Makrellterne/Sterna hirundo (EN)– måkefugl som overvintrar i sør- og vest- Afrika, og er kjenneteikna av raudt nebb og svart hette. Makrellterna et gjerne stingsild og sil.

Tjeld/Haematopus ostralegus (NT)– er ein vadefugl som et mykje sneclar, muslingar, børstemark og krepsdyr. Tjelden som hekkar i Noreg, overvintrar oftast langs vestkysten av Europa.

Grågås og svartbak hekkar og på Skjeret, også livskraftige bestandar av fugl skal ha fred i hekketida.

Nokre andre artar som kviler eller et ved Skjeret:

Storspove/ numenius arquata, (EN)
Storskarv/Phalacrocorax carbo (NT)



Tjeld



Makrellterne

Oppdatering frå skogbruket i Luster kommune

Mange grunneigarar med landbrukseigedom i kommunen vår har skog. For tida er prisane på tømmer rekordhøge og mange har nytta høvet til sjølvhogst og sal av tømmeret. I vårt distrikt er At-skog den største aktøren for kjøp av virke, men Nortømmer og Fjordtømmer er og inne i distriktet som Sogn utgjør.

Det er nokre hugsereglar ein må kjenne til ved aktivitet. For å få levert tømmer må ein ha godkjent miljøkurs i PEFC som er namnet på sertifiseringsordninga i skogbruket. Det er Skogkurs som arrangerar dette og ein kan ta det som nettkurs og eigenstudium.

Om ein nyttar seg av entreprenørar med hogstmaskinar gjennom tømmerkjøper, t.d. At-skog, er desse gruppesertifisert og miljødelen i hogsten ivareteke. I Luster er skogbrukplanane med inkludert miljødel over 20 år gamle. Det gjer at dei tømmerkjøparane ikkje vil ta i mot tømmer frå naturskog, t.d. ved furuhogst. Når det gjeld uttak av gran er det ikkje slike strenge reglar for den. Det vil bli oppstart i prosessen med å lage nye skogbruksplanar for Luster i 2027 og når desse planane er klare vil og furua kunne bli omsett.

Det er ikkje støtteordningar til vanleg skogsdrift, men er terrenget bratt kan ein søke om statstilskot for taubanedrift om ein nyttar slikt utstyr.

Om ein må ruste opp eller bygge veg i samband med hogst av skog er dette søknadspliktig. Vi rår til å kontakte skogforvaltninga i kommunen ved tiltak som gjeld skogs- og landbruksveg.

Etter hogst er skogeigar pålagd å forynge arealet med same eller betre produserande treart. Der det er hogd gran skal ein difor plante gran. Der det evt. er hogd furu kan ein plante furu, eller legge til rette for naturleg forynging ved frøtrestillingshogst. Det er både statleg og kommunalt tilskot for slike tiltak.

Stell av skog etter planting er og viktig. Det er tilskotsordningar for ungsogpleie eller avstandsregulering. Føremønen er at det i framtida vert betre kvalitet på skogen, større kubikkmasse, lågare framtidig driftskostnad ved uttak og raskare omløpstad.

Den kommunale skogforvaltninga har fått signal frå Statsforvaltar at statstilskotet til planting må bli justert ned frå 50% som har vore vanleg, til 30%. Om ikkje kommunane tilpassar seg dette vil Statsforvaltar kunne overstyre kommunane. Dette er noko dei med aktivitet med skogplanting inneverande år bør merke seg.



«Hogst og aktivitet i Skårdalen, Hafslo»

Har du hagelupin i hagen, og kanskje litt utanfor?

Visst er det ein fin blomst, men dessverre finn vi hagelupin på mange stader den ikkje skal vere, til dømes i grøftekanter, på jorder, langs vassdrag og andre stader. Her konkurrerer den med ville plantar, og tek etterkvart over området og skaper eit einsarta, artsfattig miljø.



Hagelupin står på framandartslista over artar som er forbode å selje og plante i Noreg. Frøa til hagelupinen kan overleve i jorda i 50 år, og difor er det kjempeviktig at denne planten ikkje spreiar seg ut i naturen.

Vil du hjelpe naturen- og hindre lupin i å spreie seg?

Er det mange planter (>200)? – Slå lupinane FØR dei blomstrar slik at dei ikkje får laga nye frø. Men hugs – om du er seint ute og slår dei etter at dei har begynt å blomstre – så kan dei utvikle frø som kan spire – då må du ta vare på slåttavfallet og levere det i tett plastsekk til avfallstasjonen.

Er det bere nokre få planter? – grav dei opp, og kast dei i tett plastsekk i restavfallet!

Visst er det mange planter – men om alle tek nokre få kvar – så kan det faktisk hjelpe! Kanskje kan det verte ein fin vårtradisjon å rydde hagelupin!

Luster kommune er i gang med tilsyn med og opprydding av private avlaupsanlegg

Som informert om i tidlegare utgåve av Lustranytt og Sogn Avis, samt lokalradio har Luster kommune sett i gang med eit omfattande arbeid med tilsyn med og opprydding av private avløpsanlegg. Dette er ei lovpålagt oppgåve som må gjennomførast av alle kommunar i Noreg.

Bakgrunn for opprydding i spreidte avlaup

I Noreg har vi gjennom vass-forskrifta, som er den norske implementeringa av EUs vass-direktiv, forplikta oss til miljømål om å ha minst god miljøtilstand i alle uregulerte vassførekomster. I Luster kommune er det fleire vassførekomster som ikkje opp-fyller miljømålet grunna tilført næringsstoff som fosfor og nitrogenforbindelsar, i tillegg til at vi no også har dokumentasjon på at tilførsel av desse næringsstoffa påverkar oksygenkonsentrasjonen i Sognefjorden.

Det har over tid blitt registrert redusert oksygenkonsentrasjon i Sognefjorden. I følge NIVA rapport M-2905 (2025) kan omtrent 1/3 av denne oksygen-reduksjonen tilskrивast auka temperatur i vassøyla, medan dei resterande 2/3 kan tilskrивast utslepp av næringsstoff.

Utsleppa stammar hovudsakleg frå oppdrett, landbruk og private avløp. Auka havtemperatur gjer at fjordsystemet toler mindre tilførsel av næringsstoff og det understrekar viktigheita i å redusere desse utsleppa.

Eit av tiltaka for å redusere tilførsel av næringsstoff er opprydding i private avløpsanlegg som ikkje har tilstrekkeleg reinseevne. Avlaupsvatn inneheld organisk materiale og næringsstoff som kan føre til eutrofiering (overgjødsling) av vatnet med påfølgande oksygentap lokalt og regionalt. Avlaupsvatn inneheld også tarm-bakterier (E. coli) og miljøgifter som i hovudsak påverkar lokale vassførekomster.



Ålegras dekkja av Lurv. Ifølge Miljødirektoratet indikera førekomst av lurv overgjødsling og dårleg tilstand/negativ påverking på økosystemet dersom den førekjem i høg tettheit på fjell eller sedimentbunn, på tang, tare og ålegras, eller dersom lurven har overtatt for stadeigne, fleirårige habitatdannande artar. Mengda lurv aukar langs norskekysten.

Kommunen sine plikter

Luster kommune er ureiningsmynde på avløpsområdet og har rett og plikt til å føre tilsyn med spreidde avløp. Det er omtrent 1300 private avløp i kommunen og mange av desse anlegga tilfredsstiller ikkje dagens krav til reinsing.

På grunn av antalet eldre avløpsanlegg i kommunen er difor avløpsvatn ein av hovudkjeldene til næringsstoff i vassførekomstane, og står for ein stor del av overgjødslingspådrivet i lokale vassførekomster og til Sognefjorden.

Kommunen jobbar samstundes med å oppgradere eigne avløps-anlegg for at dei skal tilfredsstille skjerpa krav til reinsing, i tillegg til at det har kome skjerpa krav til spreing av husdyrgjødsling for å redusere utsleppa frå landbruk.

Gjennomføring av tilsyn og opprydding

Tilsyn skjer områdevis, og kommunen har sendt brev til anleggseigarar i fleire område. Miljøkartlegging av vassførekomstane i kommunen over fleire år har danna grunnlaget for områdeinndelinga som er utgangspunktet for prioriteringslista i tilsynsplanen. Me har starta i område der det er registrert forringa miljøtilstand, men det må påpeikast at miljøpåverknaden i desse områda også kan kome frå andre ureiningskjelder enn avløp, som t.d. landbruk.

Tilsyna vil i hovudsak skje i form av dokumenttilsyn og fysisk tilsyn ved behov. Blir det funne feil og manglar ved avløpsanlegget, eller at innsendt informasjon ikkje er tilstrekkeleg til å vurdere reinseevna, vil det i første omgang utløyse krav om undersøking/tilstandsvurdering av avløpsanlegget. Denne undersøkinga skal dokumentere reinseevna og tekniske tilstand til heile avløpsanlegget, og er naudsynt for å avdekke eventuelle behov for oppgraderingar.

Anleggseigar sine plikter

Det er anleggseigar som er pliktig til å skaffe denne dokumentasjonen, men sjølve tilstandsvurderinga skal utførast av fagkyndig føretak. Viss du blir pålagt ei slik undersøking vil di oppgåve som anleggseigar vere å kontakte eit slikt føretak. Liste over føretak som har kompetanse til å utføre ei slik tilstandsvurdering kan sendast ved behov.

Alle eigarar av eit avløpsanlegg er pliktig til å sørge for at



Majoriteten av avløpsanlegga i Luster er infiltrasjonsanlegg. Denne anleggsløysinga består av to reinsettrinn; eit forbehandlingstrinn (septiktank) og eit hovudreinsettrinn, beståande av infiltrasjonsgrøft (bilete), der avløpsvatnet leiest ut i stadeigne massar for vidare reinsing.

avløps-anlegget oppfyller reinsekrava, uavhengig av den lokale miljø-tilstanden.

Viss det kan dokumenterast at avløpsanlegget ikkje fører til unødige ureining vil det bli godkjent fram til neste tilsynsrunde. Tidsspennet mellom kvart tilsyn vil variere avhengig av alder og tilstanden til anlegget.

I område kor det er tilgang til kommunalt VA-nett vil det bli stilt krav til tilknytning. Påslepp til kommunalt VA-nett skal skje der det er mogleg og er eit krav som er heimla

i plan- og bygningslova § 27-2. Om anleggskostnadane ved ei tilknytning vert for høg kan andre løysingar aksepterast.

Rettleiing og informasjon til innbyggjarane

Sidan oppryddinga i avlaupsanlegg kan medføre store kostnader for enkelte, vil kommune legge opp til romslege fristar og god kommunikasjonsflyt. Det vil bli sendt ut informasjonsbrev i starten av større tilsynskampanjer og kommunen vil fortløpande vurdere behovet for informasjonsmøte for anleggsigarar.

Tilsynsplanen med informasjon om tilsynsprosessen, samt heimeside vil bli fortløpande oppdatert med ny informasjon undervegs i prosessen. Informasjon vil også kunne bli annonsert i andre medium som til dømes Facebook-sida til kommunen og lokalavisa.

De finn meir informasjon under «Tilsyn og oppgradering av private avløpsanlegg» på kommunen si heimeside.

Forventa levealder for eit anlegg bygd etter dagens tekniske krav er 25-30 år. Om de allereie no har mistanke om at dykkar avlaupsanlegg ikkje vil oppfylle krava i forureiningsforskrifta kan ein starte prosessen med å søke om nytt utsleppsløyve, eller kontakte kommunen og/eller eit fagkynde føretak som kan kome og vurdere anlegget. Dette vil i hovudsak gjelde anlegg etablert før 2007, og spesielt anlegg eldre enn 25-30 år.

Juleglede 2025

Her kjem ei orientering frå arbeidsgruppa Juleglede i Luster.



«Juleglede» er ei tverrfagleg arbeidsgruppe med representantar frå Luster Frivilligsentral, Kyrkja i Luster, Luster, Røde kors, Gaupne Helselag og Luster Lions og Luster kommune.

«Juleglede» har som mål å gjere ein forskjell ved å samarbeide om å gje familiar med økonomiske utfordringar mogelegheita til å ta imot ei gåve til borna og ei ekstra julehelsing til familien. Dei siste to

åra ser me ei kraftig auke i tal søkarar, både barn og familiar.

I 2024 vart det utdelt 151 gåve til born og 78 familiar fekk ei ekstra julehelsing i form av eit matkort. Ungdom i frå Gaupne ungdomsskule har vært med oss å pakka inn gåve. Vi arrangerte gratis juleverkstad på Gaupnetunet med ca. 150 innom og ei kulturoppleving for alle barnefamiljar i Luster, med ca. 150 frammøte stort og smått.

Det kan vere mange ulike grunnar til at nokon av oss får økonomiske utfordringar. Livet gjev oss ingen garantiar og det kan skje noko som fører til at økonomien blir sett på prøve. Om ein har forsørgjaransvar vert dette sjølvstøtt ekstra vanskeleg. Å ha dårleg økonomi er ofte forbunde med skam, og det kan vere vanskeleg å snakke om. Skilnaden mellom dei av oss som har mykje og dei som har lite er store. Det kan vere vanskeleg å be om hjelp dersom

ein ikkje får midlane til å strekke til.

Arbeidet vert mogeleg gjennom søknad om midlar og lokale sponsorar. Me har oppretta ein Vipps-konto til dette formålet gjennom Luster Røde Kors, og i den samanheng vil me oppfordre både bedrifter og privatpersonar til å gje eit valfritt bidrag til dette formålet.

Vipps # 519965 – Juleglede (Luster Røde Kors) eller Kontonummer: 3785.12.25871

Ved spørsmål, ta gjerne direkte kontakt med oss på telefon 470 13 690 (Luster Røde Kors)

På vegne av alle i arbeidsgruppa Juleglede i Luster ønske me alle ein god sommar! Vi ser fram til hausten og vidare arbeid med juleglede 2025!

Zipline

I JOSTEDALEN



Bilde frå Breheimsenteret og heimover, zipline er planlagt sør om Breheimsenteret. Foto Ørjan Talle

Detaljreguleringsplan for Zipline i Jostedalen er vedteken. Hovudmål for planen er å leggje til rette for etablering av spektakulære naturopplevingar midt i Jostedalen og skape moglegheita for ei kombinasjon av fysisk aktivitet, naturopplevingar og reiseliv. Det er ønskeleg å bygge ut eit Zipline anlegg med tilhøyrande parkeringsareal og eit mindre bygg for oppbevaring av utstyr.

Planområdet er lokalisert i Jostedalen, ca. en kilometer nord for bygda Gjerde og ca. 30 minutt frå Gaupne sentrum i bil. Området ligg på ei flate langs Jostedøla, og er omgjeve av bratte fjellsider og djupe juv og består for det meste av blanda skog, med innslag av myr. Ved oppstart var planområdet på tilnærma 60 daa, men blei utvida til om lag 125 daa i løpet av planprosessen.

Jostedalen byr på fantastisk natur og spennande landskap.

Landskapet er forma av breane over mange tusen år, og ferdast i dette bre og fjellandskapet er ei oppleving av korleis herjingane til isbreen har prega landskapet og levevilkåra gjennom tidene. Jostedalsbreen er lokalisert inst i Jostedalen, og er den største isbreen på den europeiske fastlandet, og den største kvite flekken på Norges kart. Jostedalsbreen nasjonalpark er i tillegg ein av dei største områda med villmark i Sør-Norge. Stor variasjon i temperaturar frå isbreane og ned til dei frodige dalbotnane gjev mange ulike økosystem, som igjen gjev eit rikt og variert dyreliv i området (Jostedalsbreen nasjonalpark, 2024). Breheimsenteret i Jostedalen byr på små og store eventyr, og tilbyr aktivitetar som brevandring, kajakk, grotteturar, fjell og skiturar, juving og rafting (Breheimsenteret, 2024). Her kan ein lære meir om breen og korleis breen har påverka liv og landskap, samt komme tett på Jostedøla.

Eit Zipline-anlegg medfører i utgangspunktet svært små inngrep i naturen. Lina går i hovudsak over sjølve bekkekløfta, utan å vere i konflikt med eksisterande terreng. Fotavtrykket for stasjonen er slik avgrensa til pelane, og terrenginngrepet er lett reversibelt ved ev. avvikling av anlegget.

Utførande og tiltakshavar har gjennomført synfaring, kartlegging og prosjektering for optimal plassering av stasjonar med omsyn til terreng, traséar og å unngå konflikt med straumleidningar og naturfare (flaum og steinsprang). Linja vil potensielt ha ei samla lengde på nesten 1 500 m, fordelt på 7 traséar. Fleire av traséane vil krysse eller henge over elva.

FAKTA OM ZIPLINE:

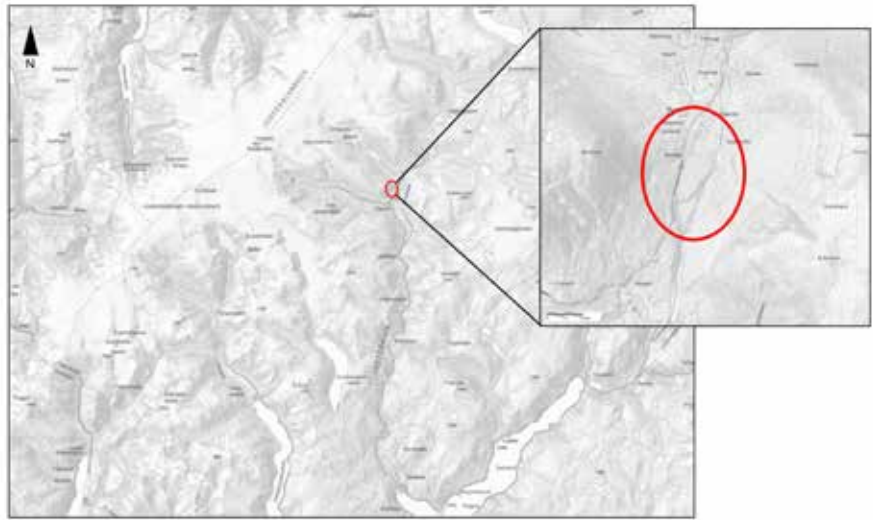
Ein zipline, også kalla løypestreng, er ei kabel festa mellom to punkt. Ein person blir festa til kabelen med ein sele og ei trinse og glir nedover ved hjelp av tyngdekrafta. Aktiviteten er populær som del av naturopplevingar, der du kjenner fart og høgde, samtidig som du ser landskapet frå eit nytt perspektiv og fantastisk utsikt.



KI-generert bilde av ChatGTP

Området er for det meste lite tilrettelagt i dag. Området ligg på ei flate i dalbotn og tilhøva ligg til rette for at delområda kan opparbeidast med omsyn til universell utforming. Sjølve planframlegget legg ikkje til rette for aktivitet som er direkte tilpassa folk med funksjonsnedsetjing. Handikapp parkering, benk og nedsenka fortau er døme på tiltak som vil gjera området meir tilgjengeleg for alle.

Luster kommune har i gjeldande samfunnsdel til kommuneplanen, føresett at reiselivet er ei stor næring i Luster, og at utvikling av reiselivet framover må ha eit berekraftsperspektiv. Luster kommune legg særleg vekt



Kartutsnitt som syner kvar zipline er planlagt plassert.

på at dei må legge til rette for at folk ønskjer å bu i alle delar av kommunen, og eit

mål for å nå dette må være å sjå næringsutvikling og samfunnsbygging i samanheng.

Almesjuka

SPREIER SEG PÅ VESTLANDET

Alm er eit edellauvtre som er veksestad for mange artar – såleis viktig for naturmangfaldet i skogen. Alm var og ein viktig fôrressurs i gamle dagar. Alm er raudlista som sterkt truga (EN) i Noreg, i Sverige er alma

kategorisert som kritisk truga (CR), og dette er primært grunna almesjuka.

I Luster har vi fleire førekomstar av treslaget, nokre av dei er verna etter naturmangfoldlova, og vert

aktivt skjøtta. Til no har den største trusselen mot alm i våre område vore beiting frå hjortedyr, men no er det ein ny trussel mot treslaget – almesjuka – ein av dei verste sjukdommane som har ramma tre i Noreg.

Sjukdommen skuldast ein sopp og spreier seg hovudsakleg ved hjelp av ein bille som heiter almesplintborarar. Billa gnagar seg gjennom barken og overfører soppen til friske tre. Symptoma viser seg ofte som gule og brune blad som visnar, og til slutt dør treet.

Almesjuka vart oppdaga første gong i Noreg 1963, og i 2023 vart sjukdommen påvist på eit tre i Sogn. Sjukdommen kan føra til at tre av alm kan forsvinne frå område der den er påvist, og det er venta ein nedgang i almebestanden dei kommande åra.

Dette er ein alvorleg sjukdom som truleg vil spreie seg ytterlegare med varmare klima. Enno har vi ikkje registrert almesjuka i Luster, men det er interessant å følgje med korleis sjukdommen spreier seg. Vert det gjort observasjonar av nye stader med almesjuka – ta biletet av treet og registrer skaden på www.skogskader.no.



Gaupne sentrum

Reguleringsarbeidet i Gaupne sentrum nærmar seg klar for offentlig ettersyn. Det har vore ein omfattande prosess, men dette er for å sikre ei god, framtidretta løysing som forhåpentleg Luster er tent med. I høve siste utgåve av Lustranytt med informasjon om denne planen, ser planen ganske lik ut, men det er skjedd noko:

- Sparbutikken er utvida noko
- Busslomma er regulert inn på rett plass
- Det er lagt opp til parkering på sørsida av Fv55

Det vert planlagt nytt helsehus i Gaupne, og planen legg opp til å samle helse- og omsorgstenester innafør det gule området.

Ytterlegare opnar planen for vesentleg høgare bygg, med opp til fire etasjar for å gje betre arealutnytting og løyse eit plassbehov. I tillegg visast det til at Nesgarden kan etablere ein tredje etasje, og at Pyramiden 2 kan renoverast/byggjast ut med inntil 4 etasjar. I dagens helsehus ser ein moglegheit for etablering av bustader i 2-4 etasje, og kontor/næring i fyste etasje.

Løysinga skisserer også utviding av Spar, og det opnast for mogleg framtidig park mellom Lustrabadet og Pyramiden. Busshaldeplassen er justert nærer Fv 55 for å minke arealet mellom veg og haldeplass. Dette vil og opne opp for eit mykje større og meir samanhengande uteareal mellom skulane og Lustrabadet, og det kan gje plass til eit bygg til offentlege føremål på inntil 3 etasjar.

Eit større samanhengande park-/uteområde i Gaupne sentrum vil bidra positivt til nærområdet, og gje både skulane og besøkande meir plass til fysisk aktivitet og generelt opphald.

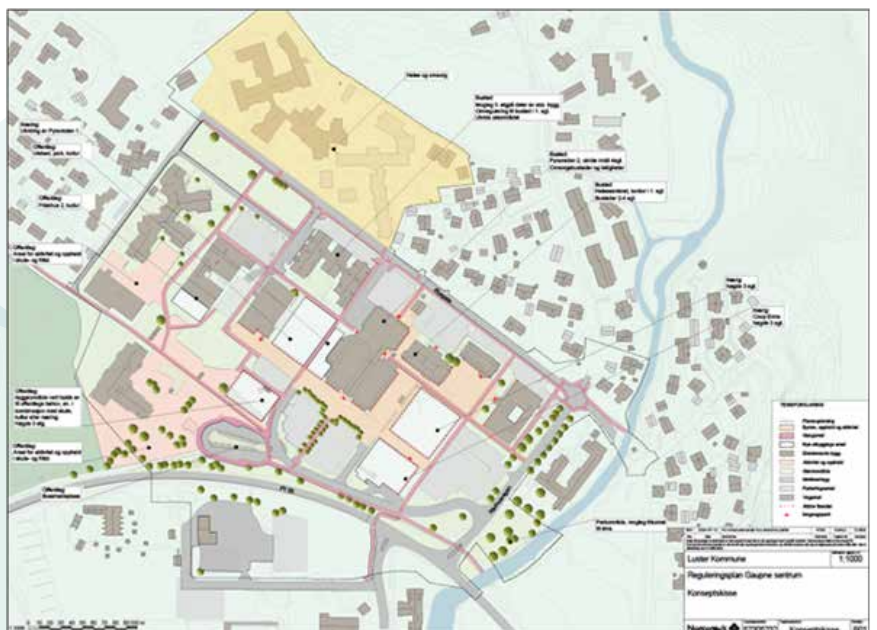
Norconsult har saman med Coop funnet fram til løysinga



Konseptskisse utarbeida av Norconsult



Gaupne sentrum, foto Ørjan Talle



under, kor nåverande butikkar er erstatta med ny butikk og eit nytt næringsbygg mellom ny Coop og rådhuset. Denne løysing vil gje eit noko meir opent sentrum med tydlege gangpassasjer og ein meir naturleg samanheng mellom næringsbygg i Gaupne.

I den sørlege delen av konseptskissa er kryssset

justert noko. Avkøyrse mot Gaupnegrändene har blitt trekt vekk frå Rådhusvegen, og det vert etablert ei dråpeforma midtrabatt. Rådhusvegen skal og ha midtrabatt, og avkøyrse frå denne mot sentrum er trekt lengre vekk frå fylkesvegen for å gje meir plass til trafikken. Denne løysinga er vurdert til å være både den billigaste og mest realistiske,

og vil forbetra trafikkavviklinga betrakteleg.

På sørsida av Fv 55 er det blitt plass til både ladestasjon for tunge køyretøy og langtidsparkering for å avlaste sentrum og gje betre parkeringsdekking når det skal etablerast fleire bustader.

Knut J. Nes 100 år 17. desember 2024

Knut vart fødd på garden Nes i Veitastond. Han var odelsgut og 6. generasjon på familiebruket. Knut hadde tidleg interesse for teknikk og modernisering. Spiren til dette fekk han kanskje som 11-åring hausten 1935 då dei bygde den siste skyssbåten på Veitastond tett ved stova der Knut budde. Han «hang i hælane» på montøren av maskina i båten, Olav Solheim frå Bømlø, så mykje han berre kunne. Under krigen var han dessutan læregut på ein elektroverkstad i Balestrand som hadde samarbeid med ungdomsskulen der. Litt av verksemda der var produksjon av radioar, noko måtte gå føre seg i løynd og var både spennande og risikabelt.

Knut var berre 16 år gammal og framleis skuleelev når faren døydde, og 20 år gammal tok han over gardsbruket. Han var så heldig at han fekk gå eitt år på Mindresunde Jordbruksskule i Stryn, med oppstart i januar 1945. Våronna det året vart «litt problematisk» grunna feiring og glede etter at krigen tok slutt, hugsar Knut.

Ein viktig lærdom frå jordbrukskulen var bruk av kunstgjødsel. I Veitastond, som då var relativt isolert og kanskje fattig på impulsar utanfrå, var dette stort sett ukjend og ny kunnskap for bøndene. Folk hadde derfor

mange teoriar og gjerne kvar sin favoritt om kva type gjødsel som hadde effekt.

Knut kjøpte i 1948 den første traktoren i kommunen, ein Fordson Major på heile 29 hestekrefter. Traktoren kosta over 12.000 kroner, og 20–30 innbyggjarar på Veitastond stod som garantistar for lånet med 300 kroner kvar. Garantien varte i 10 år, etter den tid eigde Knut traktoren. Samtidig med traktoren vart ein 2-skjærs plog med steinutløysar til 2000 kroner kjøpt. Traktoren måtte fraktast i båt til den då veglause bygda, og vart brukt hovudsakeleg til nybrottsarbeid, pløying og harving om sommaren, og til brøyting

om vinteren. Det vart mange timar med leigekøyring på ein heller ukomfortabel og upåliteleg doning.

Knut dreiv garden saman med kona Malla fram til han pensjonerte seg og flytta inn til nybygd kårhus i 1992. I garasjen blei det også plass til eit hobbyrom og han fekk endeleg nytta tida til anna enn gardsarbeid. Naust og grillhytte er bygd med tradisjonell lafteteknikk, og mange har fått glede av diverse små og større trearbeid han har utført.

Knut er no enkjemann og bur framleis i kårhuset. Sonesonen Knut Fredrik har no overteke gardsdrifta og har bygd moderne fjøs med mjølkerobot. Ein kan trygt seie at Knut har opplevd ei svær endring frå dei trange kåra i mellomkrigstida, utrygge krigsår, frå hest til traktor i landbruket og fram til velferdssamfunnet i dag.





Ferja Urnes på veg til kai i Solvorn. Foto Ørjan Talle

BuLust

- eit bustads- og tilflyttingsprosjekt for bulyst i Luster

Kommunestyret vedtok i møte 10. mai å etablere eit treårig bustads- og tilflyttingsprosjekt frå august 2025, prosjektet har fått namnet BuLust, ei kortform av bulyst i Luster. Luster har tidlegare hatt vellukka prosjekt med å få omsett både gardsbruk og tomme hus. Dette er erfaring som ein tek med seg inn i det nye prosjektet, men målet er samstundes å tenke heilskapeleg på heile kommunen.

Gjennom BuLust er målet å få jobba både med:

- Betra tettstadsutvikling.
- Få omsett eksisterande bustadmasse som er lite nytta.
- Få omsett ledige tomter.
- Vurdere om det er marknad for nye bukonsept, eventuelt transformasjon av ledige bygg.

I samband med prosjektet Helse og omsorg 2030 vert det utvikla ei bustadtrapp, som peikar på kva behov innbyggjarane har i ulike fasar av livet. Bustadtrappa til Luster kommune vil danne eit

viktig grunnlag for prosjektet, og prosjektet kan verte eit verkty for å jobbe vidare med fleire av trinna i bustadtrappa. Difor er sentrumsutvikling, bygging av meir leilegheiter ein viktig del av prosjektet.

BuLust skal jobbe vidare med delprosjekt og konsept for ulike behov for ulike grupper. Yngre som skal busetje seg og stifte familie i Luster er på utkikk etter noko anna enn seniorar som skal planlegge for eigen alderdom. For nokon er gardslivet draumen, eller kanskje mikrohus eller mindre leilegheiter med større fellesareal og fellesskap i kvardagen. Det er nokre som ønskjer å busetje seg i ei av bygdene/grendene utan å eige gard, og det er også nokon som ser dei større bygdene med tydelegare sentrumsfunksjonar

innan gangavstand som løysinga på deira bustadbehov.

BuLust vert etablert som eit prosjekt for å fremje busetjing og bulyst i Luster kommune. Gjennom prosjektet er målet å auke busetjinga i heile kommunen, redusere tal tomme hus og marknadsføre bu- og livskvalitetane i Sogn og Luster. Formannskapet vert styringsgruppe for arbeidet, og stillinga som prosjektleiar vil verte utlyst.

Viss du er eigar av ein eigedom som kan vere aktuell å få omsett med støtte frå BuLust, eller har andre idear, så kan du allereie no ta kontakt med ein e-post til post@luster.kommune.no

Ledige tomter i Luster

Luster kommune har ledige tomter fleire stader i kommunen.

I byggefeltet Beheim 2 på Hafslo er det fleire solrike tomter med flott utsikt over Hafslovatnet. Her er kort avstand til butikk, skule og barnehage. Det er også ei ledig tomt i Solvorn, den ligg i byggefeltet og har nydeleg utsikt mot Ornes.

Flytter me oss lengre inn fjorden, er det to tomter på Høyheimsvik og i Luster finst det tolv stykk i det etablerte feltet Bringebakkane. Like ved ligg også det nye feltet Kvitevollen. Frå tomtene i Luster er det kort veg til butikk og oppvekstsenter.

I byggefeltet Haugåsen på Gjerde i Jostedalen er det utarbeidd ny reguleringsplan, der 6 ledige tomter i eksisterande bustadfelt er omgjort til 2 einebustadtomtar og 2 område for høgare utnytting. I tillegg er det regulert eit nytt byggefelt i same området. Her er kort avstand til butikk og hotell.

Les meir på www.luster.kommune.no, eller ta kontakt med oss på post@luster.kommune.no for meir informasjon.



Luster og byggefelta Kvitevollen og Bringebakkane.



Beheim 2 på Hafslo med flott utsikt over Hafslovatnet.

Rekordmange cruiseanløp til Skjolden

Cruisesesongen i Skjolden er no godt i gang. Med 45 planlagde anløp ligg det an til rekordhøg trafikk med cruisebåtar på Lustrafjorden i år. Til saman er det venta over 100 000 passasjerar som vil vitje Skjolden i løpet av sesongen.

Det først skipet i år, var *Balmoral*. Det la til kai 4. april med 1225 passasjerar om bord. Årets sesong blir avslutta når *Spirit of Adventure* kjem 8. september.

Blant dei største skipa som vitjar Skjolden i år, er *Independence of the Seas*. Skipet, som har plass til om lag 4300 passasjerar og ein bruttotonasje på 154 407, kjem inn fjorden 16. juli og 20. august.

Oversikt over skipa ut sesongen:

Dato:	Skip:	Brutto tonn:	Maks passasjerant:
1. juli	Sky Princess	145281	3560
1. juli	Borealis	16849	1404
2. juli	AIDAdiva	69203	2050
10. juli	Arcadia	84342	2388
14. juli	Bolette	61849	1404
15. juli	Sky Princess	145281	3550
16. juli	Independence of the Seas	154407	4300
20. juli	Emerald Princess	113561	3573
21. juli	Spirit of Discovery	58119	999
22. juli	Queen Mary 2	149215	2618
24. juli	Silver Dawn	40855	596
29. juli	Queen Mary 2	149215	2618
30. juli	Queen Anne	113000	3000
2. august	Crown Princess	113561	3599
5. august	Sky Princess	145281	3560
6. august	Europa	28890	408
12. august	Balmoral	43537	1225
17. august	Borealis	61849	1404
19. august	Spirit of Discovery	58250	999
20. august	Independence of the Seas	154407	4370
21. august	Silver Dawn	40855	596
4. september	Rotterdam	99836	3152
8. september	Spirit of Adventure	58199	999



Skjolden med cruiseskipet Disney Dream.

LUSTRABADET

2025 har starta veldig bra med mange besøkande, både lokale og tilreisande.

Me har arrangert Svøm Langt i år som tidlegare, noko me ser engasjera veldig bra! Det er plass til fleire også, og me vil legge meir til rette for symjarar både på Svøm Langt og i kvardagen elles. Så ta med naboen og kom å sym hos oss.

Me har også fått tak i eit heilt nytt produkt som me har STOR tru på. Digital vanngym! Hydrohex heiter selskapet som leverer dette, og pr. 12. mai så har me hatt dette i 4 veker, med godt over **300 deltakar**! Følg med i sosiale medie framover på kva treningstimar me har, og kom bli med! Vatntrening er den beste form for trening!

- Skånsamt mot ledd og musklar (reduserar belastning dermed lågare risiko for skade).
- Betrar kondisjon, uthaldenheit, balanse og koordinasjon.
- Allsidig.

Det skjer også ein del som kundar ikkje ser. I kjellaren har me eit stort teknisk anlegg som driftar alle basseng. Her har det skjedd store utskiftingar, og fleire blir det utover våren. SD-anlegg, ventilasjonssystem, bygging av kontor, byte av klordoseringsanlegg, for å nemne noko.

Personalet på Lustrabadet er veldig opptatt av sikkerheit og at kundane våre har det trygt og kjekt når dei besøker oss. Difor har me 4 gonger i året stengt, for å samle alle og for å trene dersom det skulle oppstå noko. Me ser

at den treninga gjer veldig godt dei gongene det faktisk oppstår noko. Me har ingen å miste, så pass godt på kvarandre.

Me vil til slutt sende ei stor takk til alle som nyttar Lustrabadet! Både store og små! Takka vere dykk, bidreg de til å halde liv i anlegget, skape samhald, aktivitet, samt arbeidsplassar. Me er utruleg stolte over å vere ein del av denne verdikjeda.

«Lustrabadet skal vere ein attraksjon der **opplevingar – trening – helse** står i sentrum»-

GOD SOMMAR alle Lustringar!



LustRabalder 2025

Fredag kveld var det endeleg tid for LustRabalder att, og veret spelte verkeleg på lag! Publikum fekk oppleve energiske underhaldning av DJ Standal, Hauken og Bausa, som sette ein kraftfull start på festivalen.

Laurdag var DJ Standal tilbake på scena, denne gongen med Spelloppmaker og Folk Flest som fekk publikum ut på dansegolvet. Rundt 1000 feststemte deltakarar laga liv i Parken og sørga for god stemning i finveret.



Styret i Parken har eit sterkt fokus på trivsel og tryggleik for alle. Heile 60 frivillige vakter var i sving kvar kveld, i tillegg til vektarar, Røde Kors, Nattugler og politi som var til stades gjennom heile arrangementet. Arrangørane ynskjer å rette ein stor takk til alle som bidrog til å gjere helga så kjekk!

Me vil og gjerne takke alle sponsorar som har støtta oss i år. Bidraga deira har vore avgjerande for å gjere arrangementet vårt mogleg, og me set stor pris på samarbeidet. LustRabalder er utan tvil eit av årets høgdepunkt i bygda, og me gler oss alt til neste år – då håpar me på endå fleire i publikum, og like mykje liv og røre!





Laurdag 7. juni gjekk den 39. Lustramarknaden av stabelen. Tenk det, at neste år feirar me 40 år med Lustramarknaden! Dette året kom marknadshelga på Pinsehelga, difor var det nokre av utstillarane våre som ikkje hadde anledning til å vere med i år, men alikevel havna me tett opp under 60 utstillarar.

Det er så kjekt at så mange utstillarar finn vegen til oss og vil vere med å skape marknaden saman med oss, det samme med alle besøkande. Utan besøkande blir det ikkje mykje til marknad og marknaden var full av folk som koste seg med handling, god prat, testing av ulike konkurransar, prøvesatt i råde traktorar, kosa seg med ulike konsertar, testa styrken hjå Sogndal Handbak, traff kjentsfolk under frukosten, diskuterte blankpolerte MC-ar og smaka på forskjellig god mat.

I år har me hatt fokus på å inkludere endå fleire ungdommar i marknaden, ein av dei tinga var å få Pumptracken i Gaupne med i programmet. Me samarbeida om dette ilag med IL Bjørn og dette vart eit veldig fint arrangement!



Når det strøyma på med folk som ville sjå på og som heia dei besøkande og ungane fram, det betyr veldig mykje for oss som er arrangør. Tusen takk!

Me fekk besøk av Even Næss og Tobias Orrestad Matre frå Kaupanger, to gutar som har vorte gode fordi dei har mange gode sykkelstiar og ein pumptrack nær der dei bur. Dei hadde med seg ulike typar sykklar og sparkesyklar som dei viste imponerende ferdigheiter på! Og ikkje berre dei, men òg lokale ungar og ungdommar viste fram fart og sine triks! So moro!

Me har òg hatt lyst til å gje scena vår til unge artistar, så dei kan få speletid og vise seg fram. Me vart tipsa om Fjørarock:UNG som det viste seg har samme ønskje og me vart raskt enige om å samarbeide. Det er utruleg kjekt når to lokale aktørar kan skape gode ting ilag!

Me hadde med oss tre ulike artistar frå Fjørarock: UNG, blandt dei var Tiril Bolstad frå Skjolden



Lustramarknaden 2025

som framførte to av sine egne singlar, det var heilt nydeleg!

Lustrativoliet var fullt av ungar og vaksne som koste seg med mange forskjellige leiker og me delte ut nesten 300 is frå premieboden vår! Trehjuls-syklane me er so heldige å låne frå Gaupne Barnehage suste rundt på heile området med glade ungar i og Johannes og hesten hadde fulle vogner på rundturen sin.

Og til slutt, til alle dei snille folka og ulike frivillige laga i lokalsamfunnet som har bidrege undervegs, uten dikka hadde dette ikkje vore muleg å få til. Tusen takk for all hjelp og for at de har stilt opp, frå minste sort til største, alle er viktige i dette puslespelet som det å arrangere Lustramarknaden er.

Tusen takk for ein fine marknadsdag!



Alle foto: Richard T Media

Årets bedrift

I LUSTER I 2025



Foto: Ole Gunnar Krakhellen

Utdelinga av prisen «Årets bedrift i Luster» er ei årleg tilskipping på Lustramarknaden. I 2025 er det 35. gongen denne utmerkinga vert delt ut.

Det er formannskapet i Luster kommune som avgjer kven som får prisen. I statuttane for tildelinga står det mellom anna:

«Prisen som årets bedrift er ei honnørutmerking. Prisen vert delt ut til ei bedrift som på ein positiv måte har utmerka seg. Prisen kan gå til etablerte føretak og nyetableringar».

I 2025 går prisen til eit relativt nytt føretak. Verksemda har utvikla seg godt gjennom vel fire åra sidan det vart registrert som aksjeselskap 1.1.2021. Gründeren har vore i bransjen lenger enn dette, og saman med gjengen sin tek dei på seg oppdrag over heile landet, ofte oppdrag som ikkje kven som helst andre vil ta på seg. Årets bedrift i 2025 er Bergum Anleggsteknikk AS. Eg vil be eigar Øystein Bergum og gjengen hans om å komme fram.

Kvifor har så Bergum Anleggsteknikk fått denne utmerkinga:

Øystein Bergum har vore i anleggsbransjen sidan 2011, og har utdanning både som bilmekanikar og teknisk fagskule innan bygg og anlegg. Parallelt med annan jobb byrja han med eit enkeltpersonsføretak i 2015, og dreiv dette på heiltid frå 2020. Dette vart så raskt erstatta med etableringa av Bergum Anleggsteknikk AS.

Verksemda har vakse og dei er no 5 tilsette, har hatt med seg utplasseringselevar i år og ynskjer å få med seg ein lærling til neste år. Førebels har dei base på garden til Øystein på Joranger. Dette er likevel berre mellombels, dei har sikra seg tomt på Røneidsgrandane og planlegg eit nybygg for vel 8 mill. kr.

Det er ikkje alle verksemdar som er klare for slike investeringar nokre få år inn i si levetid, og det er med på å underbygge at Øystein og hans tilsette har treft ei

god nisje, bygt eit godt renommé og får jobbar som skapar verdiar, arbeidsplassar og aktivitet. Eg har til og med forstått at aktiviteten er såpass god at de har vore nøyddde til å skubbe eigne byggjeplanar litt ut i tid for å prioritere kundane.

Og kven er då desse kundane?

Jo, nisjen i anleggsbransjen som Bergum Anleggsteknikk AS siktar seg inn mot er knytt til kraftanlegg, både nybygg, rehabilitering, tilkomst, spesialarbeid i fjelltunnelar og andre tenester som er utanom det vanlege. For meg høyrer det ut til at arbeidsdagen kan vere krevjande, og at det kan bli både mørkt og trangt i arbeidet.

Då Bergum Anleggsteknikk AS i haust vart nominert som årets nykomar, ein næringslivspris som vert delt ut på ein næringskonferanse i Flåm kvart år, så vart Øystein stilt spørsmålet frå Sogn Avis om det stemmer at dei steppar inn der andre må gje opp, og då svara han at i somme tilfelle ja. Døme som då vart nemnt var tilsyn med eit føringsrør i ei sjakt i Sunndal. Det høyrer absolutt ikkje ut som noko som er for kven som helst nei.

Øystein understrekar at det beste med verksemda er at dei er ein kjekk gjeng med gode folk som har det kjekt på arbeid. Som han seier – då er det kjekt å driva selskapet og. Dette understreka han også då eg tok kontakt med han for å fortelje at dei var blitt årets bedrift, og at eg håpa at han kunne vere på Lustramarknaden denne laurdagen. Det kunne han, men han ville også ha flest mogleg av dei tilsette med seg, for det var dei saman som gav grunnlag for at verksemda vart ein suksess.

Bergum Anleggsteknikk AS er altså ei ung verksemd, med ein ung arbeidsstokk som er klar for å utvikle seg vidare. Me ser fram til å sjå verksemda utvikle seg og bygget dykkar på Røneidsgrandane etter kvart røyse seg. Til lukke med utmerkinga som Årets bedrift 2025 og lukke til med arbeidet framover.

Pensjonistforbundet Luster

GAUPNE, 15.05.2025

Pensjonistforbundet Luster har 194 medlemmer, er medlem i Pensjonistforbundet (som omfattar heile landet) og er ein partipolitisk uavhengig livssynsnøytral organisasjon som ivaretek interessene til alderspensjonistar og uføre. Pensjonistforbundet har 255 000 medlemmer.

Pensjonistforbundet har ikkje forhandlingsrett med Regjeringa slik som dei største organisasjonane har, men får leggje fram krava sine til Regjeringa. Dette er Pensjonistforbundet ikkje fornøgd med, og ynskjer å få same rett som dei største organisasjonane. Forbundsleiar Davidsen meiner difor at ved å auke medlemstalet, vil organisasjonen ha håp om få forhandlingsrett, og med det større gjennomslag for krava sine.

Pensjonen har vore ei prioritert sak for Pensjonistforbundet, for pensjonen har gjennom mange år ikkje hatt den auken som utgjør pris- og lønsveksten.

Stortinget skal vedta nytt pensjonisttilbod 22. mai. Forslaget er at minstepensjonistar får eit ekstra tilskot, og dermed eit betre utgangspunkt enn tidlegare. Vidare er det krav om at pensjonsauken kvart år, skal vera i trå med den kalkulererte pris- og lønsveksten.

Pensjonistforbundet (både på fylkesnivå og sentralt) er opptekne av saker som til ei kvar tid er aktuelle for eldre og uføre. På fylkesårsmøtet vart det vedteke fleire resolusjonar, mellom anna om postlevering (forslag om ein gong i veka er ikkje godt nok for eldre), fleire bustader i sentrumsnære tomter, tannhelsetenesta, betre tilbod for høyrselshemma og uføre.



Leiar i pensjonistlaget
Steinar Molland.
Foto: Ørjan Talle.

Pensjonistforbundet har også fått avtale med nokre hotell og reisbyrå om reduksjon på overnatting og reise. I bladet «Pensjonisten» vil slike tilbod bli presenterte.

Pensjonistforbundet Luster har møte kvar månad utanom sommarmånadene, bussturar og nabomøte med pensjonistlaga i Årdal, Sogndal, Leikanger og Balestrand.

Laget har avtale med Sognerett at som medlem i pensjonistlaget, vil du som kunde hjå Sognerett få reduksjon i årsavgifta på 15%. Som medlem vil du og gjennom året få tilsendt 8 nummer av bladet Pensjonisten.

Kollektive medlemmar i organisasjonar som har avtale med Pensjonistforbundet sentralt, kan melde seg inn i lokallaga med ein årskontingent på 200 kr.

Pensjonistforbundet ynskjer fleire medlemmer, så du er velkommen som medlem i Pensjonistforbundet Luster.

Steinar Molland Malvin Moen
Leiar sekr.

Eldreråda i Sogn deler erfaringar

Aurland elderråd arrangerte regionmøte i nye Aurland helsetun i april. Der møttest elderrådsmedlemer frå Vik, Sogndal, Luster, Lærdal og Aurland. Dei informerte kvarandre om kva saker dei ulike råda jobbar med. Ragna Flotve frå Statsforvaltaren snakka om «Frå medverknad til samskaping». Gamlerådmannen i

Luster, Jarle Skartun informerte om korleis møta i råda i Luster blir gjennomførte, der administrasjonen og råda har fellesmøte med informasjon og dialog i forkant av råda sine egne møte. Til slutt fekk deltakarane synfaring i nye Aurland helsetun.



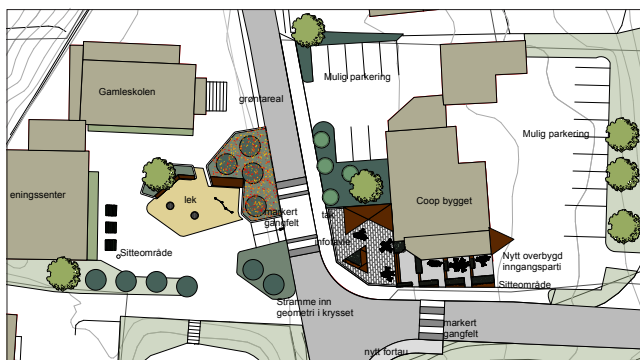
Eldreråda i Sogn



På synfaring i nye Aurland helsetun.

I 2023 valte miljødirektoratet Fortun og Fortun bygdalag som autorisert besøkssenter for Jotunheimen nasjonalpark. Utgangspunktet for senteret er det gamle Coop-bygget i krysset der Sognefjellsvegen begynner, men bygdalaget ønskjer også å bruke både gamleskulen og grendahuset som ein del av senteret, i tillegg til utearealet i Krukla.

Illustrasjonen under viser ein tenkt bruk av coop-bygget og gamleskulen med gangareal til og frå, uteareal og parkering. No skal det understreka at det ikkje er teke stilling til at området vert utforma slik, men det viser ideen bygdalaget arbeider etter.



Illustrasjon frå landskapsarkitekt Hagen landskap

Luster kommune har starta arbeidet med ein reguleringsplan for eit areal i sentrum, der det å etablere betre trafikale løysingar er eit mål, då spesielt med omsyn til mjuke trafikantar i den perioden som det er stor trafikk over Sognefjellet. Dette er naturleg nok også den perioden eit besøkssenter vil ha størst tilgang på besøkande.

FORTUN

Oppstart av detaljreguleringsplan besøkssenter og sentrumsareal,

PLANID 2024003

Arealet kommunen har starta regulering av er vist på kart under. Arealet rundt krysset der vegen delar seg vidare inn Fortunsdalen og opp på Sognefjellet viser tydeleg, og arealet rundt dette krysset er viktig med omsyn til besøkssenteret. Vidare er planområdet trekt ned mot kyrkja og kyrkjegarden, då det er ønskje om eit fortau langs fv 55 eit stykke nedover. Kommunen ser også dette som ei mulegheit for å lage eit informasjonspunkt knytt til tomte for gamle stavkyrkja som stod i Fortun. Kommunen ventar no på at Vestland fylkeskommune skal avklare behovet for kulturminneundersøkingar før arbeidet med planen fortset.



Oddgeir Bruaset kjem til eldredagen på Fjordstova

Eldrerådet i samarbeid med Folkeakademiet Luster arrangerer eldredagen den 1. oktober. Arrangementet blir på Fjordstova i Skjolden frå kl. 14.00. Oddgeir Bruaset viser bilete og fortel med utgangspunkt i siste boka si Gjensyn. Du får sjå og høyre korleis det har gått med dei som budde «der ingen skulle tru at nokon kunne bu».

Du får også høyre om status i helse- og omsorgs-prosjektet og får god servering. Informasjonen blir i salen nede i Fjordstova og serveringa blir i kafeen oppe. Du vel om du vil bruke inngangen nede eller hovudinngangen ved kafeen.

Du som er 60 år og eldre og bur i kommunen, kan melde deg på.

Me tek imot påmelding i perioden frå 1. september til 12. september kl. 12.00, inntil 150 personar. Luster kommune, tlf. 57 68 55 00 eller post@luster.kommune.no

Oddgeir
Bruaset,
foto Aida
Studio.



Årets Lustring 2025

I invitasjonen til å kome med framlegg til årets lustring 2025 stod det:

Årets lustring er ein heiderstittel som skal gå til «ein person, lag eller organisasjon heimehøyrande i Luster kommune som gjennom sitt virke har utgjort ein ekstraordinær positiv skilnad for kommunen».

Årets Lustring er ein pris som går til nokon som har gjort noko ekstraordinært siste året, eller nokon som har gjort seg fortent til prisen gjennom mange års innsats.

For juryen, bestående av underteikna som ordførar, Linda Øvregard Røhme, Jermund Molland og Ole Gunnar Krakhellen har dette ikkje vore

noko enkel jobb. Mange gode innspel kom inn, og det er mange verdige mottakarar av denne prisen.

Når juryen jobba gjennom forslaga vart det eit tema som peika seg ut for årets pris, og det er folkehelse i brei forstand. Vi ønskjer å leve gode, aktive og trygge liv i Luster. Då må vi få gode vanar for aktivitet frå barnsbein av, og det må leggst til rette for at vi kan velje aktivitet framfor sofaen gjennom heile året.

Alle som er samla her veit at det er mange ulike personar som gjer ein slik innsats kvar dag, og ved å løfte fram nokon så er det også å løfte dei fram som døma på det som vert gjort av så mange.

I 2012 kom det ut ei bok frå den svenske forfattaren Fredrik Backman med tittelen «En mann ved navn Ove», og eg kan no avsløre at juryen faktisk landa på namnet Ove ved tildeling av årets Lustring, men i originalitetens namn har vi gått for to menn ved namn Ove, og gjev i år prisen til to Ove som kvar på sin måte har gjort og gjer ein umåteleg stor innsats for folkehelsa, idretten og tryggleiken i Luster.

Eg vil be Ove-ane Ove Midtbø og Ove Fortun om å kome fram på scena, så skal eg lese juryen sine grunngjevingar:

Grunngjeving for Ove Midtbø

I februar 2025 vart Ove æresmedlem i Hafslo Idrettslag, eit lag der han har vore leiar sidan 2017 og han trødde til når det vart vanskeleg å finne nokon som ville ta på seg vervet, og valnemnda var først tilbakehaldne på å spørje Ove, han hadde så mykje anna på seg. Ove er også leiar i Luster Idrettsråd og ein pådrivar for større samarbeid mellom idrettslaga i kommunen. Dette har mellom anna synt seg gjennom

samarbeidslaget Hafslo/Bjørn/Fanaråk.

I Sogn Avis-artikkelen om æresmedlemskapet så kjem det fram at Ove Midtbø er ein mann som helst ikkje vil ha skryt og merksemd på eigen person. Han vil heller løfte fram andre sin innsats. Juryen for Årets Lustring vil gjere det motsette, løfte fram Ove Midtbø som døme på at for å få frivilligheita til å gå rundt så må det vere nokon som tar leiarverva, som dreg i trådane for at alt skal gå rundt, og borna våre skal få gode vanar som dei tek med seg i aktive og gode liv i Luster.

Grunngjeving for Ove Fortun

Også denne Ove er eit kjent namn for dei fleste. Årets Sogning i 2023, og den mannen i Luster som kan seiast, med positivt forteikn å ha flest liv på samvitet. Både gjennom arbeidslivet i ambulansetenesta, men ikkje minst gjennom arbeidet med hjartestartargruppene i Luster, førstehjelp og Luster Røde Kors Hjelpekorps. Denne innsatsen har redda liv, og hjartestartargruppene i Luster vert ofte løfta fram langt utanfor kommunen som døme på at den viktigaste hjelpa i naudstilfelle er den nærmaste, og det er ikkje alltid ambulansen.

Som om ikkje jobben med å halde oss trygge både i heimen og i fjellet har vore nok, så har Ove bidrege med mange timar i trakkemaskina med løypekøyering for at vi lustringar skal kunne kome oss ut og utfalde friluftssinteressene med ski på beina i flotte løyper i lustrafjella. Heller ikkje Ove Fortun gjer jobben aleine, men han går føre med eit smittsamt engasjement som får folk med seg.

Så Årets Lustring 2025 er altså to menn ved namn Ove, som på ulikt vis går føre og legg til rette for folkehelsa i Luster. Dei syner viktigheita av leiarskap, dugnadsånd og engasjement. Då vert det lettare for andre å følgje i deira eksempel. Til lukke med prisen til dykk begge!

Ove Midtbø, ordførar Andreas Wollnick Wiese og Anders Fortun, som tok imot prisen på vegne av sonen Ove Fortun
Foto: Ole Gunnar Krakhellen





LUSTRA- nytt Nr. 1 – 2025

OPNINGSTIDER

Rådhuset

Alle dagar 09.00–15.00,
sentralbord 10.00–14.00.
Veke 29 og 30 ope 10.00–14.00,
sentralbordet stengt.

Du finn informasjon og vaktnummer
på luster.kommune.no

Luster legekantor

Måndag–fredag:

Telefontid	08.00–15.00
Konsultasjon	08.30–14.00
Labratorium	08.30–14.30

Luster bibliotek

20. juni til 1. september

Tysdag–fredag	11.00–15.00
Laurdag	11.00–14.00

NAV Luster

Tysdag	12.00–14.00
--------	-------------

Elles etter avtale.

Luster miljøpark/Simas

Måndag	08.00–16.00
Torsdag	10.00–18.00

Lustrabadet

Frå 23. juni til 18. august

Måndag–fredag	10.00–18.00
Laurdag og søndag	10.00–17.00

Opplag: 4.150. Vert distribuert gratis til alle
husstandar i Luster kommune og til abonnentar
utanfor kommunen. Magasinet vert også sendt til alle
avdelingar på Lærdal sjukehus.

Redaksjonen avslutta 18. juni 2025

Ansvarleg redaktør: Kommunedirektør Jon Bolstad.

Redaksjonen er lagt til Infotorget ved Ørjan Talle.

Alle tenesteeiningar har informasjonsansvar, og er
bidragsytarar til redaksjonen. Tilbakemeldingar, tips
osv. kan gjevast til adressa nedanfor.

Redaksjonen si adresse:

Luster kommune, Lustranytt,

Postboks 77, 6866 Gaupne

Tlf.: 57 68 55 00

E-post: post@luster.kommune.no

Layout/produksjon: Printfarm | Tlf.: 57 66 23 60

Framsidedfoto: Feigefossen med personar frå Follo
byggservice i forgrunn. Fotograf: Ørjan Talle

Viktige telefonnummer

Helsesenteret/lege i kontortida Tlf.: 57 68 56 00

*Sentralbordet på rådhuset er også sentralbord for
kontora på helsesenteret med unnatak for legane, dvs.
for fysioterapi, ergoterapi, jordmor, helsestasjonen og
psykisk helse.*

LEGEVAKT	Tlf.: 116 117
TANNLEGEN i Nesgården	Tlf.: 57 63 68 30
KOMMUNALTEKN. BEREDSKAP	Tlf.: 481 02 120
(Veg/vatn/kloakk)	
NAV Luster	Tlf.: 55 55 33 33

Andre viktige telefonnr.:

Melding om brann	Tlf.: 110
Vakthavande brannbefal	Tlf.: 416 59 440
Politi	Tlf.: 112
Ambulanse	Tlf.: 113



Få med deg aktuelle saker!

Følg

Luster kommune
på sosiale medium