



Luster kommune

LUSTRA- *nytt*



Informasjonsmagasin

God jul

Nr. 2/2024 – 29. årgang



Ordførar
Andreas
Wollnick Wiese.
Foto:
Ørjan Talle

Tid for budsjett!

No har det nye kommunestyret vore i sving i vel eit år, og me er klare for å gjere ein god jobb med budsjetten fram mot eit endeleg vedtak i kommunestyret tett oppunder jul.

Me lustringar har ikkje vore vande med store utfordringar i budsjettarbeidet, og det vert det heller ikkje i år. Kommunen er vel driven, men me ser at det i åra framfor oss vil vere naudsynt å stramme inn noko, slik at ein ikkje må nytte oppsparte midlar til å finansiere drifta. Det vil vere behov for større låneopptak til investeringar i helse og omsorgstenesta som lyt prioriterast framover.

Luster kommune har store oppgåver knytt til den framtidige løysinga for helse- og omsorgstenesta. Dei som følg med i den politiske debatten har nok oppdaga at det er planar om å samle helsesenteret og institusjonsplassane i eit nytt bygg i Gaupne.

Det er stor semje om at ei samling av desse tenestene i Gaupne vil vere framtidsretta med tanke på tenestekvalitet og bemanning. Samstundes er det nokre spørsmålsteikn knytt til om demensomsorga på Hafslo også bør flyttast. Desse vurderingane vil me handsame politisk før jul når me skal peike ut ei overordna retning for det vidare prosjektet.

Det er ikkje alltid like stor politisk semje i alle saker i vår kommune, men me vil kvarandre vel! Ei sak der det er tverrpolitisk semje i Luster har vore debatten kring ein mobilfri skulekvardag. Politikarane er samrøystes når me seier at skjermbruken må ned, og skulen skal no vere mobilfri.

Me treng hjelp av de som er foreldre og besteforeldre til å vere med på å setje gode grenser for mobilbruken også på skulevegen og i heimane. Oftast er ikkje me som er vaksne mykje betre, men det er vår oppgåve å ramme inn mobilbruken hjå dei unge. Mykje tyder på at ettertida vil gje oss ros viss me lukkast med å ta attende noko av det me mister når me sit med nasen tett på den vesle skjermen.

I skrivande stund kan me puste letta ut etter at ekstremvêret «Jakob» gjorde det naudsynt å aktivere kriseleiinga i kommunen. Marginane er små, og denne gongen slapp me i Luster relativt lett i frå det, medan naboane i til dømes Årdal fekk eit dramatisk døger. Ei stor takk til kraftselskapa våre som sytte for tidleg nok tapping av magasina og elles god førebuing.

Luster kommune er godt budd ved slike høve, og hendinga blei lukkelegvis berre ei nyttig øving for oss i kriseleiinga.

Med førjulsvinteren kjem ei fin og tradisjonsrik tid for oss alle, forhåpentleg utan ekstremvêr! Eg har alltid von om kvit snø som lyser opp i vintermørkeret, sjølv om nokre kanskje ikkje er like glad i snøen som eg! I alle høve ynskjer eg dykk alle ei lys og fin advent og julefeiring i hus, leilegheiter og tun.

Takk til alle lustringar for året som snart har gått!

Helsing Andreas

Plan- og økonomiarbeid

Ja, det er dei store sakene på eit overordna kommunenivå hausten 2024. Innan årsskifte kvart år så skal budsjett og økonomiplan vera vedteken av kommunestyret og kommunen er pliktig å ha ein rullerande kommuneplan både for samfunnsutvikling (KPS) og arealbruk (KPA). Ein oppdatert kommuneplan er viktig, lovverk plan- og bygningslov og krev det. Kravet om det planmessige vert sterkare og sterkare og det er utfordrande, og skal vera unnataka, å nå fram dispensasjonsvegen. Me har i 2024 hatt ein omfattande prosess på kommuneplanen sin arealdel(KPA). Formannskapet er kommuneplanutval og før dei tok sommarferie så vedtok dei eit framlegg som har vore på høyring, der alle har høve til å sende inn merknader. Me har motteke mange innspel som vert handsama vidare. Mykje er greitt og kjem på plass medan andre tiltak er meir krevjande. Overordna organ, fylke og statlege organ, har mange innspel og har i tillegg høve til å gå imot framlegg med sokalla motsegn. Den må vekk før plan kan godkjennast. Då trengs det ein ekstraomgang; nye vurderingar, dialog og tilpassingar ev endra framlegg, mekling eller i verste fall nytt framlegg og ny høyring.

Sjølv om det er gjort eit grundig og godt arbeid så er det innvendingar til noverande framlegg både i merknads og motsegn form. Det er ulike vurderingar for dette; innstrammingar grunna i klima og miljøomsyn, farevurderingar – flaum, skred, kvikkleire, sterkare vern av dyrka og dyrkbar jord og vern av kulturminne og strandlinje. Og til dette kjem at det vert sett krav til høgare utnytting av areal som vert nedbygt for å verna om natur. I arbeidet har kommunen planlagt for behov for areal til nærings-, sentrums- og bustadutvikling for det neste tiåret. Anlegg for idrett og friluftsliv samt tomteområde for fritidshus/hytter er og viktig å få på plass planmessig i dette arbeidet. I lag med kommuneplanutvalet er det no starta ein runde med vurderingar, ev tilpassingar og dialog med dei som har kome med innspel til planen. Lukkast ein med dette arbeidet så vil kommunestyret på våren 2025 vedta KPA.

Planarbeid er det og i høve økonomi og det store byggeprosjektet, nytt helse- og omsorgssenter. Kommuneøkonomien er vanskeleg i kommunane for tida og det har spissa seg til og i Luster. Me har bak oss ein periode med høge straumprisar, det har gitt kommunen nokre gode år med opparbeiding av litt reservar. Når no kraftinntektene er meir på det ein kan kalla eit normalt nivå så er det krevjande å greie å balansere drifta med dei inntektene som me rår over med noverande opplegg. Dette syner kor følsom kommuneøkonomien er for svingingar i kraftinntektene.

Rådmann
Jarle Skartun.



Me når ikkje balanse i 2024, det vert underskot og me treng gjennomføre tiltak for å nå balanse i 2025. Kommunen bur seg og for å byggja nytt helse- og omsorgssenter som vert ei svært stor investering som skal innpassast. Her er me godt i gang med eit stort plan- og utgreiingsarbeid. I tillegg må ein planleggja for at kommunen kan vidareføra aktivt utviklingsarbeid for samfunns- og næringstiltak. Kursen i høve driftsøkonomien må i lys av dette justerast og strammast litt.

Det er ein god regel å ikkje bruke meir enn me tenar. Reservane som er opparbeidde bør brukast som eigendel i investeringar, utviklingsarbeid og buffer til ekstraordinære føremål. Det er fleire ynskjer og behov me ikkje klarer dekkja opp og tiltak vil måtte vente lenger enn forventningane har vore. Tålegrense er eit begrep som kan nyttast, og i denne samanheng handlar det om kva ein sunn og god kommuneøkonomi tåler – Luster har eit godt utgangspunkt, men nokre krevjande øvingar og prioriteringar for å sikra dette vidare

Jarle Skartun
Jarle Skartun, rådmann

Ein annleis

skuledag

Eit etterlengta tilbod er på plass for Hafslo barne- og ungdomsskule. Marta Hatlevoll, lærar ved skulen, har fått garden sin sertifisert for «Inn på tunet» som alternativ opplæringsarena.



Nedste Reppen gard ligg i Sogndalsdalen, omlag 8 minutt frå Sogndal sentrum. På garden bur Marta, mannen Roger og tre born i alderen 14, 8 og 1 år. Her på garden driv dei med ammekyr av rasen Hereford. Dei har 12 vaksne kyr som får gå saman med kalven sin heile sommaren og fire kviger som skal få kalv til våren igjen. Om vinteren står kyrne inne i fjøset på bås. Kalving skjer på vårparten frå mars til mai, då spring kalvane fritt i fjøset. På garden bur også hunden Lasse på 5 år, som er av typen Border Collie.

Kvar torsdag er garden arena for undervisning for elevar frå Hafslo barne- og ungdomsskule. Elevane skal få vere med på pedagogiske opplegg knytt til årshjulet på garden som er tilpassa læringsmåla og meistringsnivået til eleven. Lærar Marta Hatlevoll og miljørettleiar Ingrid Ødegård Bremer, skreddarsyr



læringsopplegg som gir elevane utfordringar og meistring.

Etter berre nokre få veker ut i skuleåret har dei drive på med alt frå å ta opp poteter, ordna straumgjerde, sett etter kyrne på stølen, ordna klart i fjøset til dei skal inn, stabla ved og mykje meir. Før elevane reiser heim, skal dei skrive ein liten logg for dagen i Book creator. Denne loggen skal føresette kunne lese saman med eleven heime. På slutten av året



Lærer Marta Hatlevoll

skriv dei den ut og lagar ei bok som eleven får med heim.

Inn på tunet er eit godt alternativ til klasserom-undervisning. Det pedagogiske opplegget er lagt opp ut i frå Kunnskapsløftet 2020 og dekkjer samtidig behovet for individuelt tilpassa opplæring. Kvar torsdag gler elevane seg til ein skuledag med nye utfordringar i flotte omgjevnader.



Fakta om «Inn på Tunet»:

- **Inn på tunet** er tilrettelagde og kvalitetssikra velferdstilbod på gardsbruk.

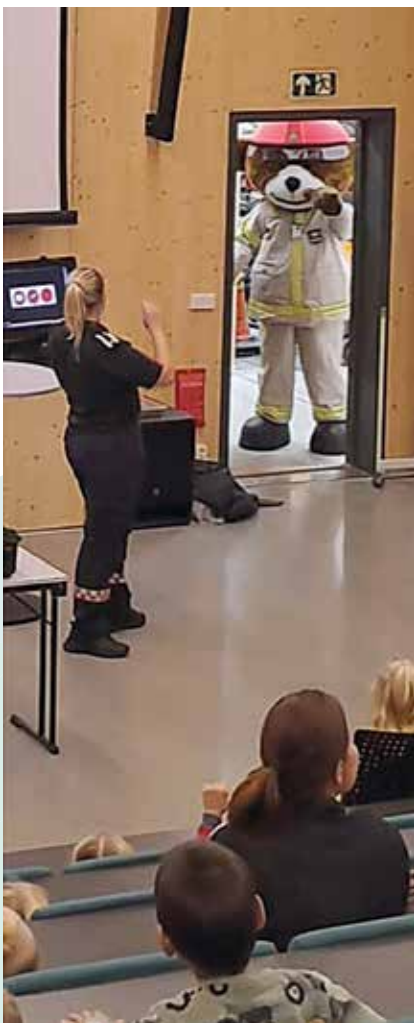
Tilbodet skal gje meistring, utvikling og trivsel. Gardsbruk er ein eigedom som blir brukt til jord-, skog- eller hagebruk. Aktiviteten i tenestetilbodet er knytt opp til garden, livet og arbeidet der.

Det er Stiftinga Norsk Mat som godkjenner gardar til **Inn på Tunet**-ordninga (inn-pa-tunet.no)

- Landbruksdirektoratet har ansvaret for rettleiarar for **Inn på Tunet**. Dei har òg informasjon retta mot både kjøparar og tilbydarar. (landbruksdirektoratet.no)

Brann-tryggleik

i Gamlestova barnehage



Den nasjonale brannvernveka vert markert over heile landet i veke 38, og barnehagen er ikkje noko unntak. I Gamlestova barnehage har me sporty foreldre som stiller opp på fritida si, og kjem med brannbil i barnehagen, slik at barna får eit innblikk i yrket. Me har samlingar der me snakkar om branntryggleik, og gjennomfører både varsla- og uvarsla brannøvingar. Målet for denne veka er å gjere barna trygge på kva rutinar som gjeld, og korleis ein opptre dersom brannalarmen vert utløyst.

Dei eldste barna vart invitert til brann dag på ViteMeir, der dei var innom ulike stasjonar med fokus på branntryggleik, i samarbeid med Sogn brann og

redning. Det var ein innhaldsrik dag med ulike forsøk, lærdom om kva ein skal gjere dersom det byrjar å brenne, og korleis ein kan førebyggje brann. Eit høgdepunkt var at brannbamsen Bjørnis også hadde tatt turen til ViteMeir denne dagen.

Leikemiljøet i Gamlestova barnehage vert også klargjort til denne veka både inne og ute. Med kreative tilsette vert det laga brannbil og «brann» i grillhytta, kubene inne vert gjort om til brannstasjon og dei «grøne kassane» vert til brannbil. Nødnummer-songen «ein brann er ikkje tull, du må ringe 1-1-0» syng barna lenge etter denne veka, og har med dette lært seg nummeret til brannstasjonen!



Hafslo barnehage

35 år!

Hafslo barnehage feira dobbelt jubileum i juni 2024. Det er 35 år sidan barnehagen blei bygd, og 10 år sidan nyopning etter påbygget var ferdigstilt.

Den 12. juni var barnehagen pynta med plakater og ballongar. Me inviterte små og store frå fjern og nær til å komma og sjå barnehagen vår. På førehand hadde personalet ordna utstillingar rundt om i barnehagen. Det var gruppebileter frå fyrste start og fram til i dag, bilete og dokument som syner tradisjonane våre, «bøker», permar, eventyr og forteljingar laga av barn og vaksne i barnehagen gjennom åra. Det var og ein utstilling med «Historia vår» med ymse avisutklipp og plakar med bilete gjennom tidene. Den gamle 17. mai fana som blei laga til mai 1989 var og stilt ut, saman med den nye som blei laga til 17. mai i år.

Inne på Turkis avdeling var det duka opp med ei stor

og flott marsipankake, frukt og sjokoladecake som var laga av barn i barnehagen.

Det var ein spent gjeng som gjorde klart og opna dørane klokka 17.00. Kor mange kom det til å komme? 10, 30, kanskje 60? Overraskinga var både stor og gledeleg over antallet. Fyrst kom det nokon, så litt fleir, og endå nokon til. Det var små som går i barnehagen og små som har leika på uteområdet, men aldri fått sett inne. Vaksne som gjeikk i barnehagen som små, og vaksne som har jobba i barnehagen



Den flotte kaka vår, frå SPAR Gaupne.



Ein krok synte ulikt temaarbeid og tradisjonar frå barnehagen.



I langgangen var både ny og gamal historie, i form av bilete, tekst og avisutklypp. Samt gamal og ny 17. fane.



Det blei trengt om plassane på Turkis avdeling, der kakene var.



Barna derimot flokka seg i bingen inne på Gul avdeling.

tidlegare. Små som skal byrje i barnehagen, og besteforeldre, tanter og onklar som lurar på korleis sine kjære har det i barnehagen.

Ekstra moro var det at to av dei aller fyrste barna som gjeikk i Hafslo barnehage, var tilstades. Ei jobbar der i dag, den andre har barn som går i barnehagen no. Ikkje berre det, men og to av dei fyrste som jobba i Hafslo barnehage var der. Ei jobbar der i dag, og ei var på besøk. Om lag 100 gjester tråkka inn døra denne dagen! Eit fantastisk oppmøte, gode ord og kjekke samtalar.

Hafslo barnehage vil takka kvar einaste ein som tok seg tid til å komma innom denne dagen. De var alle med på å gjera dagen spesiell!



Bygdakafé

i Solvorn 18. oktober

I samband med innsamlingsaksjonen til barnekreftforeninga inviterte elevane, med innspel frå lærarar, til å stella i stand ein bygdakafé. Dekorative plakatar vart laga og hengt opp i Solvorn og på Urnes. «Det var gøy å få bruka kreativiteten sin», seier Lukas.

Engasjementet har vore storveges. Me laga til ein spleis, der dei som vil kan kjøpa det elevane tilbydde.

Nokon steikte vafler og kokte kaffi. Det vart baka bollar i forkant, plukka eple, laga eplemos, samla fine steinar i

strondi, skrive dikt og montert på kartong. Alt dette kunne kjøpast på kaféen. Bollane var forma som sløyfer, slik at dei såg

ut som gule sløyfer, symbolet til barnekreftforeninga.

Elevane likar å kunna bidra til ei så viktig sak.



Dikt av 1.-4. som vart laga på ein tur i strondi. Elevane valde noko dei kunne sjå, så brukte dei sansane sine til å skriva dikta. Dikta handla m.a. om ein skummel hund, vassflaska mi, fuglar, ranselen min.



Eple frå eigen hage, Gravenstein.



Kom og kjøp, bollar og eple/pæremos!



Steinar til sals.

Jostedal oppvekstsenter:

Naturen vår

For barn som veks opp i Luster, er noko av det mest særprega ved barndommen at dei lever så tett på naturen. Utan at me treng å planlegge ein stor ekspedisjon for å komme frå byen til naturen, er me omgitt av fjell og skog og bre og fjord frå me sler opp augene om morgonen. Her vil me vise litt av korleis dette òg pregar kvardagen til barna i skulen og barnehagen, kor heldige me er som bur her.

"Naturopdraget" i

Jostedal barnehage

Besøkssentra (for nasjonalparkane og andre verneområde) står bak dette opplegget der barnehagar følgjer eit tre gjennom året, i lag med maskoten Kåre Kråke som kjem med ulike oppdrag til barna.

I år har me valt eit tre i skogen nedanfor barnehagen som me skal besøke gjennom dei ulike årstidene. Me blir godt kjende med treet, skal måle høgda og omkrinsen, studere barken, sjå etter småkryp og dyr som lagar spor i skogen rundt. Målet er å oppleve naturglede i nærmiljøet gjennom å gå på tur og utforske i lag.

"Uteplassen i skogen" – småskuletrinnet

1.-4. klasse leiker og lærer i skogen i lag med dei eldste i barnehagen. Når ein startar på skulen, skal ein plutselig ha eit FAG som heiter naturfag. Då må me sjølvstøtt òg ut i naturen for å lære! Onsdagane denne hausten har 1.-4. klasse reist ut i skogen med dei eldste i barnehagen for å lære gjennom lek



og aktivitet. Sidan me ikkje er på skulen og ikkje i barnehagen, blir skogen ein ny arena for alle barna, og leikemateriellet blir alt ein finn i naturen. Frileiken som oppstår i skogen er heilt unik!



"På tur i nærområdet" – mellomtrinnet på overnattingstur til Styggevasshytta

I Jostedalen er det eit vell av turar til flotte plassar, og nokre av plassane er det til og med hytter der ein kan overnatte midt i audemarka.

Ei av hyttene med kortast tilkomst og flest sengeplassar, er Styggevasshytta heilt øvst i Jostedalen. Gjengen i 5.-7. klasse brukte ein times tid frå demningen og inn til hytta ein dag etter skuletid, med tre vaksne på slep.

Utan vatn, straum og internett koste me oss ekstra med maten, kortspel, lesing og ikkje minst marshmallows på

bål. Det var litt av ei oppleving at alt vatnet måtte hentast i bekken 20 minutt frå hytta, og mobiltelefonar hadde me gløymt alt om i løpet av det første kvarteret på turen!



Skjerm barna

30. oktober arrangerte Luster bibliotek foredrag med forfatter Maja Lunde der ho fortalde frå den aktuelle boka si «Skjerm barna». Om lag 50 menneske hadde funne vegen til samfunnsbygget på Hafslo for å høyra Lunde fortelja om sine synspunkt på barn, oppvekst og skjermbruk. Lunde er oppteken av at barn (og vaksne) mister mykje ved å sitja stille og sjå på ein skjerm. For å ha det bra og utvikle seg sunt, treng barn søvn, fysisk samvær med andre, fysisk aktivitet, berøring, blikkontakt og å dagdrøyme. I boka si viser Lunde både til undersøkingar og forskning og til erfaringar frå eigen familie og kvardag.

«Medisinen» til Lunde er mellom anna:

- Normene må endrast, ingen smarttelefon til barn før ungdomsskulen
- Betre sosiale medium og minimum 16 års aldersgrense



Forfatter Maja Lunde i samtale med politikontakt i Luster kommune, Stein Helge Selland, etter foredraget. Selland har vore pådrivar for foreldrenettverk i skulane i Luster, der skjermbruk er eit av fleire relevante tema å diskutera.

- Teknologi bør bli eige fag på skulen
- Lystlesing bør også bli eige fag på skulen, og det bør setjast av ein time kvar dag
- Påbod om foreldreinnstillingar på alle mobilar selt frå butikk, slik dei har i Frankrike
- Filter på PC'ar og iPad'ar i skulen – og alle digitale distraksjonar ut av skulen
- Alle foreldre bør få kurs i trygg bruk av internett for barn og ungdom og bli oppfordra til å bruke skjermtidsappar og filter

Skjermvettreglane

1. Mat er best utan skjerm. Legg bort skjermen når du et.
2. Prioriter søvn. Skru av mobilen minst ein time før du legg deg, og ikkje ha mobilen med inn på soverommet.
3. Lesing er mest morosamt utan skjerm. Legg mobilen i eit anna rom når du les.
4. Flymodus og lyddlaus er din ven, bruk desse funksjonane flittig.
5. Hovudet treng pausar. Øv deg på å sjå tomt ut i lufta.
6. Pushvarsel er laga for å gjera deg avhengig. Skru dei av.
7. Bruk berre éin skjerm om gongen, då presterer du best og får med deg mest.
8. Ta teknologien i bruk for å hjelpa deg med regulering, bruk skjermtidsappane og skru av fargane på skjermen.
9. Ute av syne, ute av sinn. Legg mobilen slik at du ikkje kan sjå og kjenna han.
10. Lag lommer av skjermfri tid. Gå tur utan mobilen og les på papir.
11. Skjermbruk smittar. Ikkje ver den fyrste til å ta opp mobilen.
12. Meldingar og internett kan alltid venta. Det er dei menneska som du er saman med, som er viktige.

Henta frå boka «Skjerm barna» av Maja Lunde.

Ny biblioteksjef frå 1. oktober

Den nye biblioteksjefen i Luster heiter Heidi Heløy og byrja i stillinga 1. oktober. Heløy kjem frå stilling som barnehagelærer ved Jostedal oppvekstsenter. Om oppstarten i den nye stillinga, seier Heløy: «Den første tida i biblioteket har vore veldig lærerik og inspirerende. Kvardagen er variert, og det er kjekt å møte dei som nyttar seg av biblioteket til dagleg. Eg har fått god opplæring og støtte frå kjekke kollegaer på biblioteket og i kommunen. Gler meg til å forsetje å vere med på å utvikle bibliotektilbodet for barn og vaksne i Luster kommune.»





Sjørøvarar og bladgull

på Sommarles-avslutninga i Luster

Årets Sommarles-kampanje i Luster blei avrunda med stor lesefest laurdag 7. september. Om lag 145 store og små fann vegen til aulaen på Gaupne skule denne fine, varme haustdagen.

Sommarles har vore ein nasjonal lesekampanje sidan 2018. I år deltok heile 327 elevar på 1.-7. trinn i Lustraskulen, noko som er litt fleire elevar enn i fjor.

Det blei lese – eller høyrte som lydbok – totalt 5765 bøker i perioden 1. juni – 31. august. Dette utgjør over ein halv million boksider. Ganske imponerende!

Luster ligg saman med Vik heilt i lesetoppen i Sogn når det gjeld deltaking på Sommarles.

Den store leseinnsatsen blei feira med morosam teaterframsyning med Askeladden Friteater. Det var stor stemning og mykje latter undervegs når sjørøvaren og kongen var på skattejakt.

Etter framsyninga var det tid for premietrekking. Hovudpremiene var tre gavekort á kr 1 000, kr 500 og kr 300 på Pyramiden. Det vart også trekt fleire bokpremiar og ekstrapremiar der ein kunne vinna ekte bladgull.

Gratulerer til alle vinnarane og velkomen attende alle Sommarles-deltakarar neste år!



Kommunalsjef oppvekst Knut Åge Teigen fortel om den store leseinnsatsen blant Lustraelevane. Skulebibliotekar Maja Engelke viser at det er lese heile 5772 bøker i sommar.

Morosame tal

- Sommarles har i år hatt 172.000 deltakarar frå heile landet. Til saman er det lese over 2,5 millionar bøker!
- Biblioteka har delt ut over 250.000 Sommarles-premiar!
- Dei mest lesne bøkene på Sommarles i år var Nordlys-serien av Malin Falch, Edelmot av Victor Sotberg og Odin Helgheim, Bukkene Bruse på badeland av Bjørn Rørvik, Hundemannen-serien av Dav Pilkey, Amuletten-serien av Kazu Kibuishi, Krypto-serien av Hans Jørgen Sandnes og Kokkosbananas-lydbøkene.

Nedst: Eit utval glade premievinnarar på Sommarles.





Kva var årsakane til terroren 22. juli og korleis kan ein hindre at det skjer igjen? Kva betyr eigentleg demokrati for oss, og korleis kan me verne om det? I veka før haustferien reiste 9. trinn på Luster ungdomsskule på ein fire dagar lang skuletur til Oslo der elevane fekk dukke ned i historia om 22.juli og noko av krigshistoria som har vore med å forme Noreg. Gjennom sterke og lærerike opplevingar på Utøya, 22. juli-senteret og Grinimuseet blei elevane utfordra til å tenkje over rolla si i felleskapet – og korleis dei kan ta aktivt del i samfunnet rundt seg.

Reisebrev

frå Oslo

frå 9. trinn Luster ungdomsskule

Ankomst Oslo

Det var ein trøyt, men spent gjeng som var på plass då bussen rulla ut frå busshaldeplassen i Gaupne kl. 08.00 måndag morgon. Me hadde ei lang reise framfor oss og stemninga i bussen bar preg av at skuledagen starta noko tidlegare enn den pleier å gjere. Etter nokre timar i bussen stoppa me på Gol der det var tid

for ein lunsjpause og møte med reiseleiaren vår dei neste dagane, Jørn Henriksen, frå Hvite Busser.

Etter nokre timar til i bussen nådde me endeleg hovudstaden. Sidan det enno var ei god stund til innsjekk på Haraldsheimen tok me oss tid til ei lita byvandring. I løpet av denne rusleturen var me innom både Forsvarsmuseet og Akershus festning – eit imponerende byggverk som har vakta hovudstaden i fleire hundre år. Turen blei avslutta langs restaurantane og uteplassane på Aker Brygge før me setje kursen mot vandrarheimen for middag og litt aktivitet før me tok kvelden.

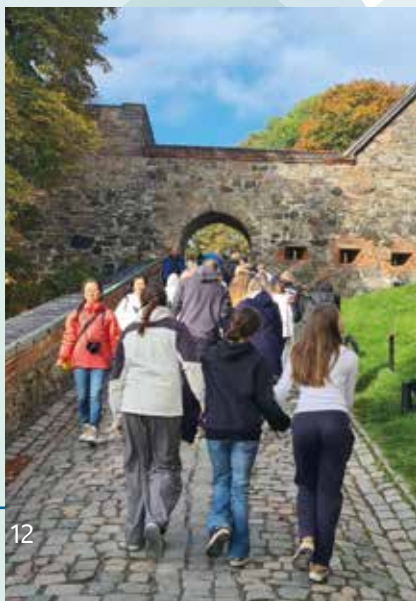
Besøk på Utøya

Besøket på Utøya var nok det som gjorde sterkast inntrykk på elevane i løpet av reisa. I forkant av klasseturen hadde me brukt mykje tid på terroren 22. juli og årsakane til hendingane og i følgje elevane sjølve var det ei



spesiell kjensle å vere til stades på plassen der terroren utspelte seg.

Me starta besøket med å følgje MS Thorbjørn, båten som går i skytteltrafikk for å frakte ungdomar til dei årlege sommarleirane, over Tyrifjorden til Utøya. Etter landgang blei elevane delt inn i grupper og teke med i kvart sitt klasserom der me hadde gode samtalar og



diskusjonar om hatefulle ytringar, haldningar og om demokratiet, leia av dyktige formidlarar.

Deretter tok guidane oss med rundt på ulike stadar på Utøya som er blitt sentrale i øya si historie, som «Kjærlighetsstien» og Hegnhuset, der deler av kafébygget er teke vare på som eit minne om dei som mista livet. Synet av blomar, kort og bilete av ungdomane som blei råka av terroren gjorde uslettelege inntrykk på både lærarar og elevar. Me avslutta omvisinga på minnestaden ved Lysningen på øya, der elevane las opp dikt dei hadde laga i forkant av turen, noko som blei ei spesiell og verdig avslutning på besøket på Utøya.

Gjennom heile opplegget på Utøya bidrog elevane med svært gode refleksjonar og sette ord på tankar og kjensler knytt til tema me var inno. Formidlarane på øya skrytte av kor engasjerte og interesserte elevane var og for oss lærarar som sat og observerte blei me både imponert og rørt over forståinga og engasjementet elevane viste i løpet av besøket.

Etter ei slik oppleving gjorde det godt å få tankane over på noko anna, så etter ein kort busstur tilbake til sentrum av Oslo hadde me to timar med på «Fangene på fortet». Her fekk elevane bryne seg på 48 ulike celler med teambuildingsoppgåver, der samarbeid- og problemløysingsevner verkeleg fekk køyrt seg.

Grinimuseet – og opning av det 169. storting

Onsdagen starta med eit besøk på Grini, der nesten 20.000 fangar sat under 2. verdskrig. Elevane fekk høyre historia om to av desse fangane, Mathilde Reichelt Knutsen og Gunnar Bratlie, formidla gjennom ei levande forteljarforestilling, Fortellinger frå Grini. Etter å ha lært om korleis det var å vere fange på Grini, fekk elevane sjølv merke det på kroppen då dei blei plasserte eit brakkerom, iført fangenummer, og måtte innrette seg etter strenge beskjedar frå vakthaldet i leiren. Etter dette fekk elevane tid til å utforske museet på eiga hand og dukke djupare inn i historia om 2. verdskrig i Noreg.

Etter besøket på Grinimuseet gjekk turen til sentrum att, der me samlast på Egon for pizzabuffet. Denne lunsjpausen blei for nokre eit høgdepunkt på turen, ikkje nødvendigvis på grunn av den gode pizzaen, men at me fekk helse på sjølvaste kongen og dronninga, i anledning opninga av det 169. storting. Elevane stod lenge ute og venta, men fekk til slutt oppleve at kongeparet køyrte forbi i open bil til stor jubel og applaus blant elevane.

Me avslutta dagen med besøk på 22. julisenteret og litt eigentid for elevane på Karl Johan. På 22. julisenteret gjennomførte elevane opplegget «Årsaker til terroren 22. juli», der dei fekk lære meir om kva som



låg bak radikaliseringsprosessen til Anders Behring Breivik. Elevane viste stor interesse for å forstå korleis desse hendingane kunne skje, og diskusjonane kring radikalisering og terrorhandlingane var både gode og tankevekkande.

Torsdag var det tid for heimreise. Etter tre innholdsrike dagar i hovudstaden sette me kursen heimover att, fulle av nye inntrykk og tankar. Turen ga elevane viktig lærdom om viktige og vonde kapitel i norsk historie, samstundes som dei fekk sjå korleis demokratiet vårt er bygd opp og kva for verdiar som held det saman. I forkant av turen blei elevane oppfordra til å vere gode ambassadørar for Luster kommune og Lustraskulen, og det klarte dei til gagns. Me lærarar er stolte over kor reflekterte og omsorgsfulle elevar me har og me takkar for ein kjempefin tur saman!



Luster oppvekstsenter, avd. barnehage:

FORUT:

«Hampless og de ville sjiraffene»

I fjor vart me kjent med Hampless frå Malawi i Afrika. No er Hampless blitt seks år. Gjennom ulike aktivitetar, song og musikk, film, matlaging og forteljingar i haust fekk me bli endå betre kjent med Hampless, familien hans, kvardagen, sjiraffen Suala og det flotte landet dei bur i, Malawi.

Dette er noko av dei me har opplevd:

- Flytur: Me startar temaet med å leika at me flyr til Malawi. Me ser på kor langt me skal, kor er Norge og kor er Malawi. Ungane får boardingpass og har med seg bagasje som dei sjekkar inn på flyet. Me set opp stolar og leikar at me er på eit fly. Flyturen er lang (12 timar), så me ser FORUT-film, et lunsj og kviler ombord.
- Høyrer på musikken
- Sjå filmane
- Lesa forteljingar (4 ulike frå FORUT)
- Villedyr: sjå film, sjå på bilete, fargelegga, laga sjiraffar og kikkertar. Likt/ulikt, kva ville dyr er det i Malawi, finst dei i Noreg, kva ville dyr har me i Noreg.
- Vatn: Kva treng me vatn til (drikka, mat, vaska hender, vaska, bada/dusja)? Dyra treng vatn, planter treng vatn. Kor finn Hampless vatn (i brønn), kor finn me vatn? Han må bære vatn på hovudet. Me øver på å bære noko på hovudet.
- Hjelpa andre: fokus på at ikkje alle har det som oss i Noreg. At det er fint å hjelpa.
- Mat: Nsima og tomatsuppe, sitte på golvet, eta med hendene, kva er likt/ulikt Noreg/Malawi. Peanøttkuler.
- Natursti: Barna er med og heng ut naturstien i nærområdet til barnehagen. Familiane kan gå, levera inn svarark og vera med i trekning av premiar.
- Heimekino: foreldra kan kjøpa popcorn og få kode til filmane i forkant av naturstien.
- FORUT avslutning: Utekafé for foreldra ved henting. Sal av grove pizzabollar som ungene har baka og kaffi. Trekning av premiar blant dei som har gått natursti kl. 15.



FORUT – kva er det?

FORUT sin barneaksjon er eit pedagogisk opplegg der barn i Noreg blir kjent med andre kulturar og dagleglivet til barn i andre land. Dei formidlar likskap og ulikskap, men også barnas felles behov for vennskap, leik, omsorg og tryggleik.

Gå gjerne inn på www.forut.no for meir informasjon.

Samlingar for nyutdanna lærarar

Nyutdanna lærarar i Luster får tilbod om å delta i kommunalt fagnettverk for å få fagleg påfyll, for å utveksla erfaringar og diskutera ulike sider ved læraryrket. I Lustraskulen går tilbodet til lærarar som var ferdig utdanna våren 2022, 2023 eller 2024. Hovudtema på første kommunale samling hausten 2024 var klasseleiing. Fagsamlingane i Luster vert organisert av kommunal ressurslærar Edwin Hjelmhaug. Samlingane for nyutdanna barnehagelærarar vert organisert av rådgjevar Oddbjørg Ese.

I tillegg til kommunale samlingar får dei nyutdanna lærarane også tilbod om å delta på regionale samlingar



Nyutdanna lærarar i grunnskulen. Frå venstre: Andreas Røvang (Indre Hafslo), Ole Alexander Kemkers (Skjolden), Susanne Stormo (Solvorn), Håkon Schaug Tuftene (Jostedal), Daniel Fossøy Sandbakk (Gaupne), Petter Sundaker Nordberg (Hafslo), Jenni Ruud (Gaupne), Erik Bratland (Indre Hafslo), Aurora Lund Iversen (Hafslo), Edwin Hjelmhaug – kommunal ressurslærar.

arrangert av Høgskulen på Vestlandet i samarbeid med kompetanseregion Sogn. På nyåret 2025 vert det også halde ein nyutdanna dag på

Høgskulen for sisteårsstudentar i lærarutdanninga og nyutdanna lærarar i barnehage og skule.

TV-aksjonen 2024



Årets TV-aksjon gjekk til Barnekreftforeningen, som skal etablere familiehus ved universitets sjukehusa i Tromsø, Trondheim, Bergen og Oslo. Her kan barn med alvorleg sjukdom og familien deira bu

saman medan barnet får behandling. Innsamlinga i år har slege alle rekordar, også i Luster! Det er samla inn kr 568.000,-, siste åra her beløpet lege på ca kr 400.000,-. Det er kr 105,78 pr innbyggjar i kommunen,

landssnittet er kr 66,63. Næringsliv, organisasjonar, oppvekstsenter og kommunen har saman med innbyggjarane bidrege til dette fantastiske resultatet.

Som leiar i kommunekomiteén vil eg takke alle som har støtta aksjonen og ikkje minst alle dei som har stilt opp og gått med bøsse. Det er eit viktig og avgjerande bidrag sjølv om det meste kjem inn digitalt. Då blir me alle minna på aksjonen og får høve til å legge i kontantar eller Vipps'e eit bidrag. Komite-medlemmane rundt i kommunen har berre gode tilbakemeldingar.

Geir Arve Sandvik



Overrekking av sjekk frå Hydro til TV-aksjonen i Luster.



Luster- og Sogndal kommune sitt folkehelseprosjekt «Livsmeistring – robuste barn og unge» er no i gang med utprøving av tiltak. Ei arbeidsgruppe bestående av helsesjukepleiar, pedagogar, rektorar, politi og rådgjevar folkehelse og oppvekst er i gang med arbeidet.

Livsmeistring på timeplan

For at alle elevane i Lustrasskulen skal få eit mest mogleg likt tilbod prøver nokon skular ei time i veka med tema innan folkehelse og livsmeistring dette skuleåret. Tema og undervisningsopplegg er forankra i læreplanverket. Undervisningsopplegget er delt inn i 10 tema: Vennskap, nettvert, økonomi og levevanar, takknemleg, relasjonar, kropp, kjensler, rus, verdiar og val og mangfald. Fleire tenester bidreg inn i utarbeiding av undervisningsmateriell, til dømes lager Frisklivssentralen Sogn undervisningsøktar for tema levevanar for ungdomssteget. Lærarstudentar ved Høgskulen på Vestlandet hjelper til med evaluering og skal observere fleire undervisningsøktar og gjennomføre intervju med lærarar om korleis opplegget fungerer i praksis.

Tilbakemeldingar frå lærarar om undervisningsopplegget:

- Enkelt å ta i bruk
- Positivt at det er lek/aktivitetar i kvar økt
- Skaper gode samtalar med elevane
- Forståeleg for elevane og undervisningsopplegget er tilpassa alderstrinn
- Elevane er engasjerte og har ofte mykje på hjartet
- Lokalt forankra
- Forankra i læreplan

Hjartesamling

Fleire av barnehagane er i gang med «Hjartesamling». Det er ein metode for å kunne gje barn eit språk og verktøy til å kunne fortelje om det som er vanskeleg. Sentrale tema er berøringar, kjensler, vennskap, hemmelegheiter og kroppen. Barnehagane bruker metoden i

samtalar med barna for å gje dei kunnskap om desse viktige tema. «Hjartesamling» gir barnehagane eit godt system på korleis dei kan jobbe med dette slik at barn blir i betre stand til å beskytte seg sjølv, seie ifrå og respektere andre sine grenser.

Systematisk foreldresamarbeid

Foreldrerolla og samarbeidet med barnehage/skule har mykje å seie for at barn skal bli robuste. Eit av tiltaka er å lage ein felles mal for organisering og innhald til foreldremøte. Dette vil gjere at møta ikkje berre er informasjonsmøte, men inneheld aktivitet og dialog slik at foreldre blir kjende med kvarandre. Det er fleire klassar som er i gang med foreldrenettverk. Det er eit uformelt møte for og av foreldre. Foreldre må snakke saman for å bli godt kjent og på den måten vere ei god støtte for kvarandre i foreldrerolla.

Meistrelivet.no

I samarbeid med Gasta design & kommunikasjon AS har prosjektet utarbeida ein nettstad:

www.meistrelivet.no

Alt av materiell som vert laga og prøvd ut i prosjektet ligg fritt tilgjengeleg her. Er du nysgjerrig på kva prosjektet jobbar med kan du sjekke ut nettstaden.



Følg oss gjerne på:



Livsmeistringrobustebarnogunge



Livsmeistring – Robuste barn og unge



YouTube Livsmeistring – Robuste barn og unge

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

Leiar/trenar

Me oppmodar alle leiarar/trenarar til å nytte seg av ordninga. Søknadsskjema finn de på heimesida til kommunen under kultur, idrett og fritid – Luster fritidsfond. Dei ulike lag/organisasjonane må sjølve 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, idrett og fritid på heimesida til kommunen. Har du spørsmål, ta kontakt med sekretæren for Fritidsfondet:

Marte Kvisterø Krogstadmo

E-post:

luster.fritidsfond@luster.kommune.no

S STOLPEJAKTEN

– en jakt for alle

Stolpejakta i Luster har i 2024 vore arrangert for tredje gong. Det er eit samarbeid mellom IL Bjørn, IL Fanaråk, Hafslo IL, Veitastrand IL og Luster IL, Idrettsrådet og Luster kommune.

Dei lokale idrettslaga har stått i bresjen for gjennomføringa! Til saman har det vore 120 stolpar ute – omlag 20 stolpar knytt til kvar idrettslag sitt område på både kjende og heilt nye stader!

Stolpejakta er eit gratis lågterskeltilbod for alle innbyggjarar. Her jaktar du stolpar i ditt nærmiljø – og du kan sjølv velje om du vil gå, sykle eller springe for å finne stolpane. Mange av stolpane kan også nås med rullestol.

Det har vore om lag 1.600 stolpejagarar og over 30.000

stolpebesøk totalt i kommunen. Kjekt å sjå mange registreringar hjå både etablerte og nye stolpejagarar! I november trakk me 10 vinnarar som fekk kvar sitt gavekort på Pyramiden.

Tusen takk til årets lokale sponsorar som har vore med å støtte stolpejakta: Joker Luster, Røyrleggjarservice AS, Fuhr Bygg, Gaupnetunet AS, Luster Energiverk og Luster Sparebank.

Me håpar det har vore mange fine turar og opplevingar i 2024. Takk for engasjement, støtte og vel gjennomført stolpejakt!

Følg oss på:



Stolpejakta_i_Luster



Stolpejakta Luster



FriMoro

og ferieaktivitetar



FriMoro

For 11. gong blei det arrangert FriMoro i Parken i Gaupne for 4.-7. trinn. Det var to fantastiske dagar med aktivitetar som kano, kajakk, SUP, pinnebrødlaging, rebus m.m.

Takk til Luster

Frivilligsentral, Luster Røde Kors, Nasjonalforeningen for folkehelsen, Gaupne Helselag, Frisklivs-sentralen Sogn, Gjensidigestiftelsenm, Bufdir, Dans Uten Grenser Luster, Luster Sparebank Politiet, Kommunale einingar v/ Psykisk helseteam, Luster flyktingteneste og vaksenopplæring, Luster Helsestasjon og alle frivillige som gjorde dette mogleg.

I sommar vart det også arrangert «Sommar-vitemeir» og teaterverkstad for 1.-7. trinn.

Hautferieaktivitetar 2024

I haustferien vart det arrangert gratis aktivitetar for 4.-7. trinn



i kommunen. Tysdagen var det 30 stk som møttest i Idrettshallen i Gaupne. Her hadde me varierte aktivitetar før turen gjekk vidare til Lustrabadet. Her var det fribading – til stor glede for ungane.

For 8.-VG3 var ungdomsklubben open, ein dag for vanleg klubb og ein dag med filmvisning. Det var også gratis inngang på Lustrabadet ein dag.

Arrangørar: Luster kommune og Luster Frivillighetssentral. Støtta økonomisk av Vestland Fylkeskommune.





Rocket-Man

ungdom vekentleg – både fellesaktivitetar og individuelle aktivitetar. *Trygge vaksne:* Frivillige som vil bidra med det dei ønskjer – køyre til aktivitetar, lage mat, bidra i planlegging m.m.

Hausten 2023 starta ein avdeling av konseptet Rocket-Man i Luster. Dette er eit fritidstilbod for ungdom med fokus på meistring, tilhøyrslø og tryggleik. I Rocket-Man får ein moglegheit til å vere med på mange ulike spennande aktivitetar ilag med andre ungdommar og unge vaksne. No er me blitt ein god gjeng, og me kosar oss ilag. I haustferien hadde me vår alle første overnattingstur, og me var alle eining om at det må bli fleire. Elles har me har vore å klatra, grilla, vore på skyting med Luster jakt- og fiskelag, vore i lag på ungdomsklubben, og Førdetur med trampolinepark og bowling. No håpar fleire ungdommar, aktivitetsguidar og at trygge vaksne ønskjer å vere med og ha det kjekt ilag med oss.

Ønskjer du å bidra eller vere med i Rocket-Man Luster? *Aktivitetsguidar:* Unge vaksne (ca. 18–30 år) som vil vere med på ulike aktivitetar saman med

Ta kontakt på

luster@rocket-man.no ved spørsmål eller ønskje om å bidra!

For meir informasjon sjå: rocket-man.no



Rocketmanluster



Rocket-Man Luster



Ungdomsklubbane i Luster

I haust har det vore høg aktivitet på ungdomsklubbane i Luster. Her kan ungdommane kome for å mellom anna spele bordtennis, biljard, Playstation, dataspel, brettspel, måle, perle eller berre henge med vener. Begge ungdomsklubbane har eit ungdomsstyre som er med på å avgjere kva som skjer på klubbane og korleis dei skal vere. På Ungdata-seminar i haust fekk me sjå positive tal knytt til ungdomsklubben, og ungdomsklubben blei trekt fram som eit positivt tilbod for ungdomsmiljøet i Luster.

I Gaupne er klubben open som vanleg ein gong i veka i dei faste lokala. Mat er viktig for

ungdommane og derfor er det mat kvar gong slik at dei kan kome rett frå skulen. I haust har me hatt rekord oppmøte på ungdomsklubben i Gaupne, det kom 81 ungdommar når det blei servert taco. Ungdomsstyre i Gaupne har også ei viktig rolle i å søke om midler, slik at me kan pusse opp hemsan på ungdomsklubben i Gaupne, og på den måten utvide tilbodet. Fleire ungdom har også bidrege godt i å lage klestativ og gjere klart til at bruktbutikken «Skattekista» kan opne opp i lokalet.

Ungdomsklubben på Hafslo har ikkje eit fast lokale pga. byggeprosess. Me jobbar for å oppretthalde eit tilbod i denne

perioden fram til me har eit nytt lokale. Det vert no arrangert pop-up klubb, det er igjen to før jul. Ungdommar frå Hafslo er også velkommen til klubben i Gaupne.

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



Ungdom_i_luster



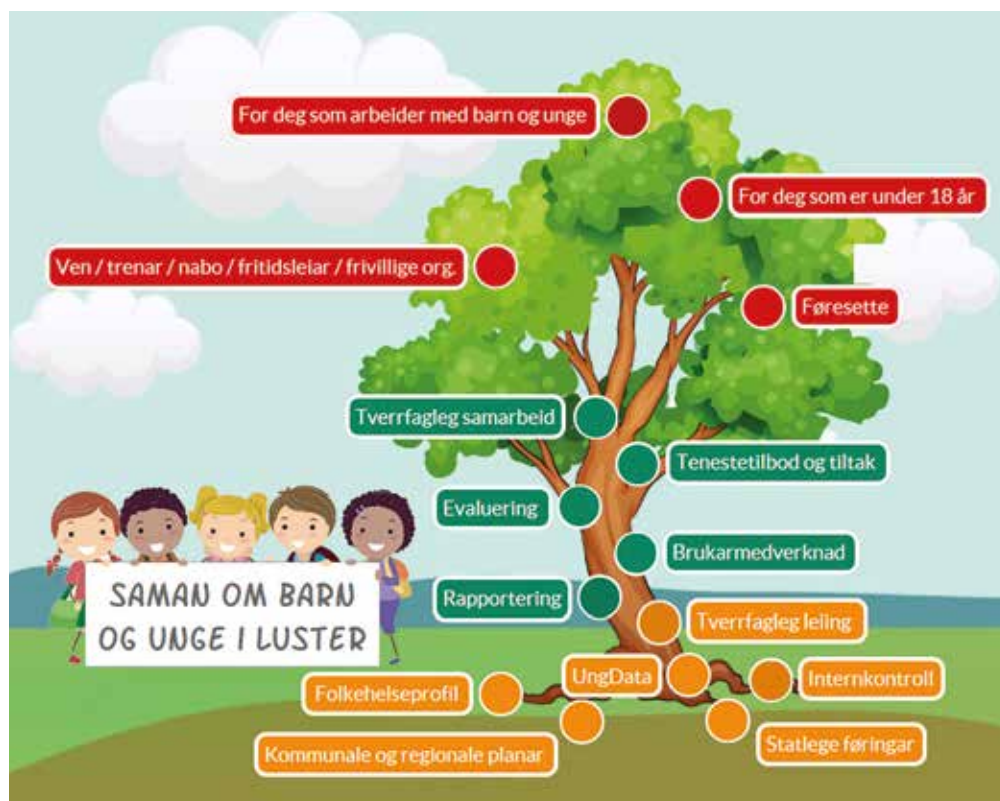
Ungdomsklubbane i Luster



Ungdom i Luster



QR-kode
Sabu-treet



Er du uroleg for eit barn

eller treng du nokon å snakke med?

Kven kan hjelpe meg? Kva finst av hjelp? Kva gjer eg om eg vert bekymra for ein elev på skulen min? Kva gjer eg om eg ser at naboenta har det vanskeleg? Dette er spørsmål du finn svar på i Sabu-treet, eit oppslagsverk som ligg på heimesida til kommunen.

Det handlar om å sjå, bry seg, vere rause mot kvarandre og våge å spørje naboguten eller jenta korleis han/ho har det. Men då må me tole å høyre svaret. Kanskje er det nettopp deg, spørsmålet eller smilet ditt som skulle til for å gjere dagen betre. Det skal ikkje så mykje til.

Kva finn du i Sabu-treet?

I Luster kommune er det mange som kan og vil hjelpe, og det finst gode tenester for barn og unge.



I Sabu-treet er alt samla på ein plass. Innhaldet er delt inn i område tilrettelagt for dei ulike målgruppene:

- For deg som er under 18 år
- For deg som er føresett
- For deg som er ven/trenar/nabo/fritidsleiar eller er frivillig
- For deg som arbeider med barn og unge
- Barn som pårørande

Barneansvarleg i kommunen

Mange barn og unge opplever å vere pårørande i løpet av sin oppvekst. Når noko skjer med foreldre eller sysken vert barna sin kvardag påverka. Det er mange årsaker til at barn er pårørande eller at kvardagen vert vanskeleg. Me oppmodar alle som er uroleg for eit barn eller ungdom som er pårørande til å ta kontakt med kommunen sin barneansvarleg:

Barneansvarleg ved helsestasjon:

Telefon: 57 68 56 05

E-post:

barneansvarleg@luster.kommune.no

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.

Ungdata-undersøkinga 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 tiltaks-kortane skal hjelpa 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, helsesjukepleiarar, flyktningtenesta 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. Under finn du tips til kva tilsette i kommunen kan gjere for å få fleire barn og unge med på fritidsaktivitetar.

Samtale
Til dømes: foreldremøte, utviklingssamtalar, elevsamtalar, samtalar med; helsesjukepleiar, Nav, flyktningtenesta m.m.
Informere om viktigheita av at barn og unge deltek på fritidsaktivitetar (sjå over)
Informere om oversikt over ulike aktivitetstilbod:
FRISKUS
Informere om ulike ordningar:

- **Luster Fritidsfond** - økonomisk støtte til fritidsaktivitetar.
- **Luster ungdomstaxi** - transport til og frå aktivitetar for 50kr (13-19år).
- **Utstyrssentralen** - lån av utstyr.

Spørsmål ein kan nytte i samtale
Med barnet:

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

Forslag til oppfølgingsspørsmål:

- Kva skal til for at du kan trivst betre?
- Kjem du på noko som kunne vore annleis?
- Ønskjer du å prøve ein anna aktivitet?

Viss barnet ikkje er med på fritidsaktivitetar:

- Har du tenkt på ein fritidsaktivitet du har lyst til å prøve?
- Er nokon du kjenner med på ein fritidsaktivitet du kunne tenkje deg å prøve?

Informere om fritidsaktivitetar som finst, og vise lenkje til friskus, samt aktuelle lag og organisasjonar: **FRISKUS**

Med foreldre:
Samtale om viktigheita av deltaking på fritidsaktivitetar for barn og unges utvikling.

- Kva tenker du skal til for at barnet ditt vil bli med?

Informere om ordningane under og korleis ein kan nytte seg av dei.
Luster Fritidsfond
Luster ungdomstaxi
Utstyrssentralen



For lag og organisasjonar, trenarar og frivillige

Under finn du tips til kva frivillige lag og organisasjonar kan gjere for å få fleire barn og unge med på fritidsaktivitetar:

Det er viktig at frivillige lag og organisasjonar har god informasjon om deira aktivitetstilbod. Her er forslag til kva ein kan gjere:

- Ha god oversikt på heimeside, Facebook, evt. anna
- Gjer det enkelt å finne kontaktinformasjon til laget/organisasjonen; kven skal ein kontakte for å vere med?
- Leggje ut alle aktivitetar i Friskus. Meir info om Friskus i Luster og oppskrift korleis ein brukar det: **Friskus Luster**.
- Leggje til rette for at barn, uavhengig av funksjonsevne og andre særskilde behov, kan delta.
- Oppmode og bidra til samkjøringsordningar
- Tilgang på relevant utstyr som kan lånast ut
- Arrangere/oppmoda om bytekveldar eller liknande
- Ha dialog med dei som er med på aktivitetane - og ta kontakt med dei som ønskjer å slutte. Vær nysgjerrig og sei at dei er sakna o.l.
- Informere om relevante ordningar
- **Luster Fritidsfond** - økonomisk støtte til fritidsaktivitetar.
- **Luster ungdomstaxi** - transport til og frå aktivitetar for 50kr (13-19år).
- **Utstyrssentralen** - lån av utstyr.
- Bruke verktøykassen på allemed.no i din organisasjon for å auke fokus på inkludering: verktoykasse.paaallemed.no



Folkehelse- konferansen 2024

– Vi mobiliserer for framtida!

Luster og Sogndal sitt folkehelseprosjekt med på konferanseprogrammet.

Den nasjonale Folkehelsekonferansen er den største av sitt slag i Norge og vart i år halde i Tønsberg 24.–25. oktober og samla over 600 deltakarar totalt. Det er ein viktig arena for alle personar og faggrupper som er opptekne av helse, trivsel og levekår. Her møtest representantar for stat, fylke, kommune, forskingsmiljø, politiske parti, friviljuge organisasjonar og næringslivet.

I år fekk konferansekomiteen inn rekordmange forslag til innlegg og foredrag. Luster og Sogndal kommune sitt folkehelseprosjekt *Livsmeistring: Robuste barn og unge* var blant dei utvalde som slapp gjennom nålauget og fekk presentera prosjektet under temaet *Unge livskvalitet og helse*. I denne sesjonen var det fokus på kva som skal til for å fremja trivselen og den psykiske helsa hjå ungdom gjennom ulike tilnærmingar og perspektiv.

Livsmeistring: robuste barn og unge er eit samarbeidsprosjekt mellom Luster og Sogndal kommune. Det er finansiert av Helsedirektoratet sitt program for folkehelsearbeid i kommunane der hovudmålet er å fremje befolkninga si psykiske helse og livskvalitet, og eit godt rusførebyggjande arbeid med barn og unge som prioritert målgruppe.

Hovudfokuset i Luster har vore å prøve ut livsmeistring som eige fag på timeplanen i grunnskulen medan Sogndal har fokusert mest på foreldremedverknad og foreldremøte i barnehage og skule i tiltaksfasen av prosjektet. Det er laga ei eiga nettside for prosjektet der ressursar, idear og forslag ligg lett tilgjengeleg: www.meistrelivet.no

Det var prosjektleiar Marte Kvisterø Krogstadmo som presenterte prosjektet på folkehelsekonferansen, og presentasjonen av *Livsmeistring: robuste barn og unge* skapte eit stort engasjement i salen. Det kom mange gode tilbakemeldingar og spørsmål om prosjektet. Fleire gav tilbakemelding om at dei ynskte å testa ut undervisningsøktene frå ressursbanken på heimesida og tykte Luster og Sogndal hadde gjort ein grundig og god jobb. Tilhøyrarane var også nysgjerrige på korleis det hadde vore jobba for å kome dit prosjektet er i dag. Det korte svaret på det spørsmålet er tolmodigheit, systematisk arbeid, medverknad frå involverte tenester, barn, unge og foreldre og ikkje minst: stor tru på prosjektet.



Prosjektleiar Marte Kvisterø Krogstadmo presenterer prosjektet «Livsmeistring: robuste barn og unge» for ein fullsett sal i Tønsberg.

Læringar

Luster kommune tek samfunnsansvar og har læringar og lære kandidat i ulike fag.

I 2024 har me læringar i følgjande fag:

Helsearbeidarfaget, sørvis- og administrasjonsfaget og barne- og ungdomsarbeidarfaget.

Me skulle og gjerne hatt lærling i institusjonskokkfaget og i dataelektronikk faget (i samarbeid med SYS IKT). Me fekk ikkje søkjarar i desse to faga.

Læretida er frå 1,5 år til 2,5 år – av og til lenger med særlege vilkår.

I tillegg har me vaksne, fast tilsette som har teke fagprøve via jobb gjennom ulike ordningar.

Me har vore så heldige at alle som har gått opp til fagprøve dei siste åra har klart fagprøven –



Amalie Råum.



Martine Goldmann Kvamme.

fleire med beste resultat. Det kan me takke dyktige instruktørar og faglege leiarar for lærlingane for.

I vinter/vår 2024 har fleire teke fagprøve:

Helsearbeidarfaget:

- Nahom Weleab Tekleab. Han har hatt base på Luster omsorgssenter.
- Amalie Råum. Ho har hatt base på Gaupne omsorgssenter
- Astrid Beddari Ørbeck. Ho har hatt base på Luster omsorgssenter.
- Martine Goldmann Kvamme. Ho har hatt base på Luster omsorgssenter.

Alle helsefaglærningane vår er innom alle omsorgs sentra, heimesjukepleie og Grandmo i løpet av læretida.

Me har og eit samarbeid med Helse Førde slik at dei aller fleste og er 6 veker på Lærdal sjukehus.

Barne- og ungdomsarbeidar faget:

- Hilde Joranger. Ho har hatt base på Gaupne skule, men og vore ein periode i Gaupne barnehage.
- Martine Skjerven. Ho har hatt base i Hafslo barnehage, men og vore ein periode på Hafslo barne- og ungdomsskule.

Me har to læringar som skal ta fagprøve haust 24/vinter 25 – og fleire våren 2025.

Nye læringar frå august 2024: Helsearbeidarfaget:

- Oda Skildheim Otterhjell med base på Luster omsorgssenter.
- Christina Haugen Ruud med base på Gaupne omsorgssenter.
- Leni Ruud med base på Hafslo omsorgssenter.

Barne -og ungdomsarbeidarfaget:

- Hanna søvde Bolstad, base på Gaupne skule
- Mari Lerum, base i Hafslo barnehage.



Astrid Beddari Ørbeck.



Hilde Joranger



Martine Skjerven.



Nahom Weleab Tekleab.

Luster legekantor

hausten 2024

Anja Blakar er tilsett som ny fastlege ved Luster legekantor frå 19.08.24. Anja har brei erfaring frå både sjukehus og fastlegepraksis. Ho er ei positiv dame som er busett på Leikanger med mann og barn.

2 av fastlegane våre har vore ute i permisjonar, men er no tilbake som fastlegar i Luster kommune.

Lars Håkon Mo har hatt eit års i permisjon der han har jobba som fastlege nordpå og kom tilbake 14.08.24.

Lena Bergesen Nordskar har vore vekke frå kontoret nokre år i samband med svangerskapspermisjonar og utdanningspermisjon. Ho starta igjen før

sommaren og frå 19.08.24 er ho fullt tilbake som fastlege.

Sindre Kjebekk Gilje som tidlegare har vore LIS 1 lege hos oss, er frå 01.04.24 vikar for Andreas Kisch Dyrkjær og kjem til å halde fram som fastlege på denne lista.

Me ønskjer dei alle varmt velkomne og velkomne tilbake!



F.v. Sindre, Lena, Anja og Lars Håkon.

Meistringskurs: Tankens kraft

Vi starter opp igjen med meistringskurset vårt «Tankens Kraft» i januar 2025.

Dette kurset er for deg som har utfordringar med og/eller ønsker å lære meir om temaene:

- Innføring i kognitiv metode (samanhengen mellom tankar, følelser, kropp og handling)
- Meistring av depresjon og angst
- Meistring av søvnproblem
- Meistring av stress og belastning



Kurset er eit innføringskurs basert på kognitiv teori med mål om å gje auka kunnskap om tematikken og fleire redskap til å meistre eigen kvardag.

Det blir 4 kurssamlingar (20.01, 27.01, 03.02 og 10.02 kl 13.00-15.00).

Informasjon om kurset finn du på Luster kommune sin heimeside eller Luster.friskus.com.

Påmelding og spørsmål:
rask.psykisk.helsehjelp@luster.kommune.no eller tlf. 57685634



Omsorgstenesta i Luster satsar på kunstig intelligens

Kunstig Intelligens, eller KI, er enkelt forklart digitale system som utfører oppgaver som vanlegvis krev menneskeleg intelligens. Det gjer at oppgaver kan automatiserast og at menneske kan få støtte til å ta gode avgjersler (*Sintef*).

Målet til regjeringa er at 80% av offentleg verksemd skal ha teke i bruk KI innan 2025, og vidare 100% innan 2030 (*regjeringa.no*).

Kunstig intelligens høyrer kanskje skummelt og farleg ut, men er eigentleg ei datamaskin som kan læra av egne erfaringar, og dermed framstå som intelligent. Dette gjer den ved å nytte meir eller mindre avanserte algoritmar. Ein algoritme kan forklarast som ei oppskrift som steg for steg syner kva som skal gjerast for å løyse eit problem eller oppnå eit bestemt resultat. Kunstig intelligens nyttar slike algoritmar for å utføre dei oppgåvene den blir sett til.

Omsorgstenesta i Luster har no starta to ulike innføringar av teknologi der KI er ein viktig komponent.

Somnofy

Somnofy er ein søvnmonitor som også kan nyttast til digitale tilsyn. Gaupne omsorgssenter har no installert Somnofy på alle omsorgsplassar, 28 stykker. Målet er at me skal ta desse i bruk i løpet av året. Installasjonen består av ein liten boks som heng på veggen ved senga til brukarane. Somnofy har ikkje kamera eller mikrofon, men nyttar radar for å registrere rørslar. Informasjon om rørslar blir ved hjelp av KI omsett til

søvnmonitorering som gjev ein god oversikt over korleis brukarane har sove gjennom natta. Dette er eit viktig hjelpemiddel som dei tilsette kan nytte for å best mogleg legge til rette til at brukarane kan få den søvna dei treng for god

helse og livskvalitet. Ved hjelp av eit oversiktleg dashboard vil og nattevaktene få god oversikt over kven av brukarane som søv, er vakne eller har stått opp til ei kvar tid. Denne oversikta er vesentleg for at nattevaktene kan gje naudsynt bistand til dei som treng det, samstundes som dei som søv får nattero. Det er og mogleg å sette opp varslar, individuelt tilpassa kvar brukar, som kan gå til nattevaktene. På denne måten sikrar ein at brukarane kan få hjelp når dei treng det. Erfaringar frå andre kommunar viser at Somnofy gjev betre livskvalitet blant brukarar og redusert stress blant dei tilsette. Me har stor tru på at me vil oppnå dei same effektane her i Luster. Det er og spennande at Luster, saman med Stad kommune, har inngått eit samarbeid med Folkehelseinstituttet om å gjennomføre eit forskingsprosjekt på innføring og bruk av Somnofy.

Dynamon

Omsorgstenesta brukar mykje tid på å utarbeide gode turnusar for dei tilsette. For å forenkle dette arbeidet har me teke i bruk Dynamon, som er ein turnusplanleggjar som nyttar KI. Systemet er utarbeidd for å forenkle og effektivisere prosessen

med å lage turnus. Ved å legge inn bemanningsbehovet til avdelinga, dei tilsette sin profesjon og stillingsstorleik samt individuelle ynskjer, utarbeider Dynamon fleire hundre turnusar og kjem opp med den beste. Dynamon sine turnusar er alltid i tråd med sentrale lovverk og lokale avtalar, og den sikrar mest mogleg rettferdig fordeling av vakter. Erfaringa vår så langt er at Dynamon vil spare oss for mykje arbeid samstundes som me får betre fordeling av fagpersonell på turnus, noko som er vesentleg for forsvarleg drift.

Innføringa av Somnofy og Dynamon er nok berre starten på bruk av KI i Luster omsorgsteneste. Me veit me står overfor store utfordringar framover med tanke på tilgang på personell og pressa driftsbudsjett. Det blir difor viktig å sjå på moglegheiter der me kan nytte KI og anna teknologi for å effektivisere ulike arbeidsprosessar, samt overlate visse oppgaver til teknologi og kunstig intelligens. Kva framtida bringer veit me ikkje, men at KI i aukande grad vil bli ein viktig del av helse og omsorgstenester er sikkert. I Luster kommune er me allereie godt i gang.

Og for ordens skuld, denne artikkelen er ikkje forfatta av KI.



Sterk Mamma

Luster Trening har i mange år hatt tilbud om gruppetrening til gravide og mødre i permisjon, men i haust er det ei endring i dette tilbudet. Då deltakinga har variert mykje gjennom åra, har Luster kommune v/Helsestasjonen og Luster Trening hatt dialog om korleis vi kan få fleire med på desse treningane.

«Sterk Mamma» er eit godt tiltak for å betre folkehelsa, og Luster kommune ynskjer å legge til rette for at alle i målgruppa kan delta. Kommunen sponsar derfor kvar deltakar med eit klippekort på 10 klipp. I tillegg til desse 10 treningane får ein også ein time med instruktør som kan legge opp eit personleg treningsprogram. Trivsel og sosiale treff er også viktig for helsa vår, og for å støtte opp under det er det mogleg å kjøpe ein enkel lunsj i kantina på treningssenteret etter gruppetimen.

Sterk Mamma passar for dei som er gravide, eller er heime i permisjon og ynskjer å kome i gang med trening etter fødsel. Treninga er i gruppe med både mor og barn, og er leia av instruktør. I løpet av timane jobbar ein med øvingar som styrkar heile kroppen. Samstundes er det ekstra fokus på mage, rygg og bekkenbotn.

Påmelding for målgruppa til: post@lustertrening.no. Du får hjelp til å aktivere klippekortet første gong du deltek.

**Velkommen på Sterk Mamma
torsdagar kl 10!**

Denne hausten har foreldre heime i permisjon fått tilbud om COS kurs på helsestasjonen. COS – Circle of Security (trygghetssirkelen) – er eit foreldrekurs som passar for alle foreldre. Målgruppa for kurset i haust har vore dei som har fått barn i første halvår av 2024. Vi håpar at det vert liknande tilbod etter jul og at dei som har fått barn i andre halvdel av dette året då vil melde seg på.

COS kurset gir verktøy til å sjå kva behov barnet har, korleis vi møter desse behova og korleis vi kan vera saman på ein måte som fremjar trygg tilknytning.

Denne hausten har gruppa vore samla kvar fredag i ein periode på to månadar og gruppa har vore leia av to helsesjokeleiarar.

Foreldrekurs på helsestasjonen



Henny Haugane og Eli Ruud.

Jonsok- feiring

på Luster
omsorgssenter

Luster omsorgssenter feira jonsok i hagen med stor glede og entusiasme. Arrangementet samla bebuarar, pårørande, pleiarar og born frå den lokale barnehagen, som alle koste seg saman i det vakre sommervêret. Det blei servert pølser i brød og forfriskande is.

Barna frå barnehagen var spesielt glade for å være saman

med bebuarane, og det var ein fryd å sjå korleis de interagerte og delte smil og latter. Ein av de mest minneverdige opplevingane var når borna tok seg ein forfriskande dukkert i fontena i hagen. Dette skapte ein livleg atmosfære og minna oss alle om kor viktig det er å ha glede og fellesskap, spesielt i slike feiringar.



Jonsokfeiringa ved Luster omsorgssenter var ikkje berre ein fest, men også ein påminning om verdien av samfunnsengasjement og samarbeid mellom generasjonar. Arrangementet styrka bånd mellom bebuarane og barnehagen, og skapte minner som vil bli hugsa lenge!

Har ditt lag eller organisasjon
lagt ut aktivitetane de har
på friskus?



Friskus – kva skjer i Luster?

Lurer du på kva som skjer i Luster? Friskus er ein digital aktivetskalendar der lag og organisasjonar legg inn aktivitetane sine slik at det blir synleg for alle. Her kan du mellom anna finna konsertar, seniortrim, ulike idrettar og mykje meir. Gå inn på: friskus.com og vel Luster kommune for å sjå kva som skjer!

Er du ein del av eit lag eller ein organisasjon? Då er det viktig at de legg ut aktivitetane deira på friskus slik at flest mogleg kan ha glede av dei fantastiske aktivitetane dei har. Ulike institusjonar i kommunen, til dømes NAV og Flyktningtenesta, bruker Friskus aktivt for å informera om fritidsaktivitetar og liknande.

Du finn god informasjon om Friskus på heimesida til kommunen. Om du treng hjelp eller har spørsmål kring dette, ta kontakt med Thomas Haugen på tlf. 41393210 eller thomas.haugen@luster.kommune.no



Frivilligsentralen



Kari Bjørg
styrer
bingohjulet
med stødig
hånd.

Seniortreff våren 2025

Seniortreff er eit tilbod for deg som bur heime.

Stad: **Aktivitetsstova på Gaupne omsorgssenter.**

På treffa er det sosialt samvær, underhaldning, lett trim og servering av varm mat.

Tidspunkt:

Torsdagar kl. 10.00 – 14.00 på desse datoane:

- 16. januar
- 30. januar
- 13. februar
- 27. februar
- 13. mars
- 27. mars
- 10. april
- 24. april
- 8. mai

Eigenandel kr. 150,- pr. gong.

Transport:

Det blir organisert transport for dei som har behov.

Påmelding:

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



Mykje god underholdning på seniortreffet, her: Helene M. Bolstad.

Frivillig- oppdrag

Seniortreffet for heimebuande treng frivillig/frivillige som kan hjelpe annakvar torsdag frå ca. kl. 09.00 – 15.00.

Ein person er ansvarleg for gjennomføring av seniortreffet, men 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.

Oppdraget kan delast på 2 frivillige, dvs. 1 torsdag pr. mnd.

Ta kontakt med Anita på Luster Frivilligsentral på tlf. 456 65 954 eller post@luster.frivilligsentral.no





Anita Kjørlaug
(Luster Frivilligsentral) og
Linda Goldmann (Luster Røde Kors).

Familiedag

i regi av Luster Røde Kors og
Luster Frivilligsentral

Luster Røde Kors og Luster Frivilligsentral samarbeider om ulike aktivitetar/arrangement.

Ein laurdag i oktober vart det arrangert familiedag for innbyggjarar i Luster kommune.

Familiedagen var lagt til ViteMeir på Kaupanger med transport og servering av mat inkludert.

Det var stor påmelding, noko som medførte venteliste for å delta.

Det var heile 50 personar som deltok på familiedagen som vart økonomisk støtta av Luster Sparebank og Luster Frivilligsentral.



Mykje spennande å
prøve ut på ViteMeir.

Eksperimentshow
med mykje flamar.



Luster Frivilligsentral

20 år!

Luster Frivilligsentral vart stifta 25. september 2004. I haust har dette blitt markert på ulike måtar med stand på Pyramiden senter for å vise kva Luster Frivilligsentral jobbar med.

Det har vore arrangert jubileumsfest for våre frivillige. Våre frivillige er drivkrafta i sentralen. Utan frivillige ingen Frivilligsentral!

Me har markert jubileumet saman med senioretrevet for heimebuande.



Luster Frivilligsentral har gitt ei pengegåve på kr. 20.000 til Luster Fritidsfond for å støtte opp om at alle barn og unge i Luster kommune skal kunne vere med på fritidsaktivitetar.

I samarbeid med ungdomane i kommunen vil det bli arrangert ungdomskveld/discokveld i november.

Luster Frivilligsentral støttar opp om ulike aktivitetar/arrangement i kommunen og samarbeider med mange lag/organisasjonar.

Det blir ungdomskveld/discokveld i desember.

Utdeling av jubileums-
kake på
Pyramiden
senter.



Visuell identitet

-ny og spanande grafisk profil

Våren 2024 har Luster kommune utvikling ein heilt ny visuell profil, utarbeidd i samarbeid med Gasta design & kommunikasjon AS.

I den visuelle identiteten er det også utarbeida ei profilhandbok som skal vere ein rettleiar; eit verktøy som gir tydelege retningslinjer for korleis kommunen sin visuelle identitet skal framstå i all kommunikasjon. Her finn ein detaljar om korrekt bruk av logo, fargar, typografi, designelement m.m.

Profilen skal følge all kommunikasjon, både internt og eksternt, når det gjeld utlysingar, merking av kle og bilar, presentasjonar, nettsider m.m.

Overgang til ny profil pågår.

Ny logo

I samband med den nye profilen har også kommunen sin logo blitt oppdatert. Kommunevåpenet er uendra, men fonten er blitt ny. Fonten som er valgt er ein meir tidsrett og korrekt versjon.



Luster kommune



Luster
kommune

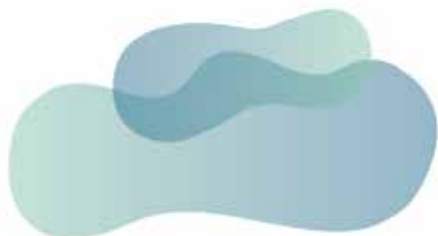
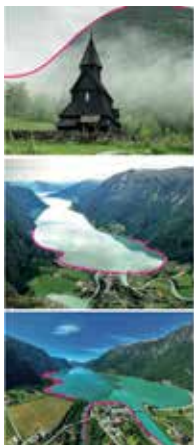
Dette er første
av Lustranytt
den nye visuelle
til komm

Denne
innblikk
ser u

Grafiske former

Dei grafiske formene er element ein finn i naturen, ein bue kan vere henta frå ein fjord eller skarpe linjer frå ein fjelltopp – heile den visuelle profilen er bygga opp med inspirasjon frå heile kommunen.

Desse elementa dannar saman eit bilete som både i form og farge gir klare assosiasjonar til Luster kommune sin særegne natur.



Fargar

Fargepaletten speglar dei særegne trekka ved naturen i Luster kommune og årstidene som fargelegg den.

Med kjølige nyansar i blått frå snøkledd vinterlandskap og brearmane, til dei blågrøne tonane du finn i Lustrafjorden på våren, varme hausttonar frå lyng og modning av frukt og bær.



te utgåva
laga etter
e identiteten
munen.

reportasjen gir eit
x i korleis profilen
t og blir brukt.

Utlysingar

Me har brukt den nye identiteten på utlysingar, både med statiske og levande bilde. Desse har blitt lagt merke til også utanom kommunegrensene, noko som er viktig med rekruttering av nye medarbeidarar.



Musikk

Som ein del av fornyinga har me også fått komponert ein eigen låt som skal brukast i videoar og reels. Dette for at gjenkjenning skal bli komplett. Tor Talle har laga ein låt som har eit moderne uttrykk med innspel av folketonar.

Tradisjon og innovasjon

Den nye identiteten til Luster kommune, er ei satsing som kombinerer tradisjon med innovasjon, og som me håpar skal gi oss eit visuelle uttrykk som gjer Luster kommune meir spanande og moderne, som igjen vil gjere til at fleire ynskjer å jobbe og busette seg i kommunen.

Den nye visuelle identiteten til Luster kommune vart godkjent av formannskapet 12. juni 2024.



Luster
kommune



Steinar Engelbrektson og Sissel Lunde Sundby spelte og song kjende melodiar. Fin konsert finansiert av Folkeakademiet Luster. Takk til Folkeakademiet for at dei også engasjerte Engelbrektson til konsert på dei tre omsorgssentera dagen før eldredagen.

Fullt hus på eldredagen

Nærare 140 seniorar strøymde til Eikum hotell den flotte, klåre haustdagen, 1. oktober, då Luster kommune v/eldrerådet i samarbeid med Folkeakademiet Luster inviterte til markering av eldredagen.

FN sin internasjonale eldredag har fokus på eldre menneske sin rett på god helse og livskvalitet. Då høvde det godt med kulturinnslag, sosialt fellesskap, god mat, oppmoding om å vere i aktivitet og informasjon om planar for framtidig helse- og omsorgstilbod i kommunen.

Ordførar Andreas Wollnick Wiese visste at mange av dei eldre ikkje kjenner han så godt,

og fortalde om bergensaren som etter studiar flytta til Finnmark med familien, dreiv med tørrfisk på eige fiskebruk, fekk interesse for sau, kjøpte gardsbruk i Skjolden gjennom prosjektet «lys i alle hus». Han fortalde om kor godt familien er blitt mottekne i kommunen og kva gode kvalitetar Luster har i natur, folk og gode lokalmiljø.

Han var ekstra begeistra denne dagen og kunne fortelje om statsrådsbesøk og løyving på 53 millionar til verdsarvsenter på Ornes. Elles ynskjer han at dei eldre i kommunen gjerne må dele sin kunnskap og bidra til at yngre generasjonar blir tryggare i seg sjølv og sine rollar.



Leiar i Luster eldreråd, Jan Kåre Norberg, ønskte velkomen og presenterte dei andre medlemene i eldrerådet: Alf Henning Evjestad (nestleiar), Inger Beate Dalheim, Liv Helen Nystuen, Marta Marie Bukve, Arne Midtun og Sigfred Haugen.

Kommunalsjef for helse og omsorg – John Olaf Røhme – informerte om at kommunen driv med planlegging av helse og omsorg mot 2030, og gjer retningsval i november/ desember 24 etter høringsprosess. Kommunen er råda til å ha all heildøgnspleie, helsesenter-funksjonar og ambulanseteneste i nytt helse- og omsorgssenter syd for dagens Gaupne omsorgssenter. Rådet er vidare å ha omsorgsbustader og base for heimetenester på Hafslo, i Luster og i Gaupne.



Viktige argument:

- Ein treng ikkje flytte bebuarar/pasientar mellom tre omsorgssenter slik det er i dag
- I ei framtid med større press på helse- og omsorgstenestene, og knappheit på helsepersonell, vil ein ikkje klare å drifte meir enn ein bemanningstung lokasjon
- Det kan etablerast sterke-/attraktive fagmiljø, med større- og meir robuste turnusar
- Samlokalisering av ulike fagmiljø vil gje mange viktige synergjar
- Eit nytt helse- og omsorgsbygg vil leggje til rette for nye måtar å jobbe på og rasjonell drift. Det kan bli ein god sosial møteplass – open mot samfunnet



Fullt hus på Eikum! Mange møtte på eldredag for fyrste gong: «Dette var skikkeleg kjekt», «For ei triveleg stund». Foto: Bjørg Kjos-Wenjum

Sterk og stødig er eit treningskonsept utvikla for heimebuande seniorar som opplever endringar i styrke og balanse. Målet med treningsgruppene er å bli sterkare og stødigare gjennom regelmessig balanse- og styrketrening. Treninga er gruppebasert og vert leia av frivillige instruktørar som har fått opplæring og sertifisering.

Sterk og stødig



Me har no grupper i Skjolden, Jostedalen, Solvorn og Hafslo. Desse gruppene møtast ein gong i veka for ei 60-minutts økt som inkluderer oppvarming, kondisjonsdel, styrkeøvingar, balanseøvingar og nedtrapping. Etter treninga er det ei sosial stund med kaffi. Om du er nysgjerrig og ynskjer delta er du velkomen til å delta i ei av våre treningsgrupper for å styrke kroppen og auke balansen i eit sosialt og støttande miljø!

Ta kontakt med fysioterapitenesta i kommunen eller Frisklivssentralen Sogn på tlf: 47808961 / 95893641.



Nytt frå ATS

Plantebui



Inger Johanne, Kjell og Paul.

Grøntansvarleg Inger Johanne Yttri har mellom anna ansvar for å halda dei kommunale uteområda fine og i god stand. Ein viktig del av dette arbeidet er å planta og passa på alle blomsterbede. I dei seinare åra har ho i eiga leilighet planta frø for å driva fram blomsterplantene. Dette er «kortreiste» planter som er meir hardføre og som ein har betre kontroll over kvaliteten på enn dei ein kjøper inn som ferdig framdrivne blomster.

Inger Johanne har eit stort hjarta for miljøvenleg og berekraftig drift av grøntanlegga, og i det siste har ho starta arbeidet med blomster midtvinters. No skal dette arbeidet bli lettare og meir føreseieleg ved at det vert bygd ei eiga «plantebui» til framdriving av frø til blomster. ATS og Teknisk Drift som er arbeidsplassen til Inger Johanne ligg vegg i vegg på Gaupnegrandane, og Plantebui vert bygd som eit isolert lite rom, like ved sida av drivhuset som ATS har hatt der i mange år.

Strøsand

ATS leverer strøsand/grus av god kvalitet. Nytt av året er at sanden vert levert i kraftige bøtter gjenbrukt frå produksjonen hjå Lerum på Kaupanger, og at grusen

er grovkorna og spesielt godt tilpassa bruken som «strøsand».

På biletet er Tor Stian England i ferd med å pakka bøtter med strøsand, samstundes som

Arne Neset fraktar vedpallar til tørk og vedleverandør Kåre Reidar Åsen er i ferd med å lossa bjørkeved på lunnearealet til ATS.





T.v.: Lefser er visst eit godt og internasjonalt kommunikasjonsmiddel. Teamleiar Jane Engjom serverer nysteikte lefser til studentane Zaburon Samuel Buyoya, Gadiely Joseph og Flavian Frank.

Utvekslingsstudentar frå Tanzania

For andre året på rad har ATS hatt besøk av studentar frå Tanzania. Dei er utvekslingsstudentar ved Høgskulen på Vestlandet avd. vernepleie i Sogndal. Dei jobbar som lærarar og sosialarbeidarar i heimlandet. Målet er at studentane skal få betre innsikt i tilhøva for personar med nedsett funksjonsevne sine livsvilkår og setja dei i stand til å yta betre tenester i sine respektive heimland.

Høgskulelektor HVL Agnes Merete Fotland seier følgjande om utvekslingsprogrammet: «Gjensidig utveksling og deling av kunnskap er metoden NOREC gir tilskudd til. For oss i vårt prosjekt innebærer dette at studenter ved vernepleieutdanningene reiser på utveksling til Tanzania og studenter fra Open University of Tanzania (social work) og studenter fra Patandi Teacher College (special needs teachers) reiser på utveksling til Norge. I tillegg reiser ansatte fra samarbeidsorganisasjonene på utveksling.»

Årets studentar besøkte ATS 3. og 4. oktober i år i grupper på tre kvar dag. I tillegg til omvising og deltaking på dei ulike



arbeidsstasjonane ved senteret fekk begge studentgruppene ei omvising i Gaupne sentrum leia av John Havellen, postmann og transportmedarbeidar ved ATS. Det er få bygdesamfunn som kan visa fram ei så tett og rikholdig blanding av offentlege tenester, butikkar og næringsliv som Gaupne anno 2024. Dette fekk John formidla på ein god og forståeleg måte til tross for at studentane snakka swahili og engelsk, medan John må klara seg med norsk og det han er i stand til å formidla via teiknspråk og kroppsspråk.





Nybygget til ATS tek form

Kontrakten på nybygget ved ATS vart tildelt Hans Nes Bygg AS 1.juli. Arbeidet på tomta starta opp 20. september. Grunnarbeidet med graving av tomt, grøfter for VA og EL, inn-fylling av massar, grunnmur og plate er for det meste fullført. Nivået på ferdig golv er løfta til 2,6 meter, og det står att noko oppfylling av masse rundt bygget.

I skrivande stund (1. november) er ytterveggene reist og bygget sperra. Planen er å ha tett bygg i god tid før nyttår, og ferdigstilling innan 1. juli 2025.

*Kranselag:
Handverkargruppa saman med leiinga frå Hans Nes Bygg AS og byggleiarane frå Luster kommune.*



3 generasjonar: F.v.: Markus Nes, Johannes Nes og Hans Harald Nes.

Tre generasjonar bygningsmenn

Det var Hans Nes Bygg AS som fekk kontrakten på det nye bygget til ATS. Dette er ei ekte familiebedrift med lange tradisjonar i Luster. På dette prosjektet jobbar Hans Harald Nes (47) som dagleg leiar for verksemda og prosjekteringsleiar for bygget, Johannes Nes (71) som anleggsleiar og Markus Nes (21) som maskinførar.



Luster vaksenopplæring

Luster vaksenopplæring (LVO) ligg plassert ved idrettshallen i Gaupne. I skrivande stund går det elevar frå åtte ulike nasjonar ved skulen, mellom anna Syria, Ukraina, Eritrea, Iran, Kongo og Tanzania m.m. Det er 75 elevar på skulen. I tillegg har 6 elevar heildigital opplæring, då dei er i arbeid på dagtid, men lærer norsk på kveld/helg. Skuledagane er ein variasjon av opplæring i norsk, samfunnskunnskap, opplæring i digitale ferdigheiter, munnlege språkgrupper og arbeidsretta norskopplæring. Skulen gjennomfører eksamen i norsk, samfunnskunnskap og statsborgarskap. LVO har eksistert i 7 år, før den tid måtte elevane til Sogndal for å lære norsk.

På skulen er elevane delt inn i læringsgrupper etter kva

utdanningsbakgrunn dei har, og såleis kor rask progresjon ein kan forvente at elevane vil ha. Det er fire klassegrupper ved skulen no. Spor 1 gruppe har elevar som har ingen eller lite skulebakgrunn med seg, spor 2 gruppe har vidaregåande opplæring med seg, medan spor 3 gruppe har høgare utdanning frå heimlandet sitt. Skilnaden på gruppene er at i spor 3 gruppene kan ein forvente at elevane har tileigna seg ulike læringsteknikkar, og såleis veit sjølve korleis dei lærer best. I ei spor 1 gruppe vil elevane ha behov for også å lære korleis dei skal lære. Me har til dømes elevar ved skulen vår som aldri har halde ein blyant før. Då er det eit høvesvis stort lerret å bleike. Vidare er ikkje skulebenken rette læringsarenaen for alle. Då



må ein prøve å ha mest muleg praktisk tilnærming, gjerne med ein kombinasjon av munnleg språk på skulen og språkopplæring i bedrift.

Å setje seg på skulebenken og lære eit nytt språk i vaksen alder kan for mange vera ei utfordring i seg sjølv. Dersom ein i tillegg har måtta flykte frå røtene sine og gjerne har tankane aller mest på sine næraste og det ein har flykta frå kan det å lære seg eit nytt språk vera særskilt utfordrande.

For at alle skal kunne ha utbytte av opplæringa er det viktig at undervisninga er variert, slik at den på nokre punkt treff alle. Her er nokre glimt frå ulike arenaer me nyttar til å lære norsk språk, om norsk kultur, bli kjent med lokalmiljøet og å lære om norsk arbeidsliv.



Ny stortingsmelding:

Meir praktisk og variert opplæring på 5.-10. trinn

Dei siste åra har det vore ei negativ utvikling i Skule-Noreg med svakare læringsresultat, synkende motivasjon, mindre trivsel og meir mobbing og fråvær. I september la regjeringa fram ei ny stortingsmelding, Meld. St. 34 (2023–2024) En mer praktisk skole – Bedre læring, motivasjon og trivsel på 5.–10. trinn, som skal motverka denne utviklinga. Regjeringa vil med den nye meldinga bidra til å utvikla ein meir praktisk skule kor elevane lærar meir, blir meir motivert og trivest betre.

Kunnskapsminister Kari Nessa Nordtun uttalar i samband med stortingsmeldinga: «Elevene har gitt oss klar beskjed om at de ønsker en skole der de er mer i aktivitet og der det de lærer oppleves mer forståelig og relevant for deres hverdag. Praktisk læring handler også om å gjøre opplæringen i fag som matematikk, norsk og naturfag mer praktisk, relevant og utforskende.»

Nokre tiltak regjeringa føresler for å få til meir praktisk læring, auka motivasjon og trivsel:

- ein idébank med praktiske undervisningsopplegg og ordning med pilotskular som skal inspirera andre skular til meir praktisk læring eller meir fysisk aktiv læring
- innføring av valfag for elevar på 5. til 7. trinn, i første omgang forslag om to timar i veka på eitt årsteg
- tilskot til egne skulemiljøteam
- eigen tiltakspakke for å førebyggja bekymringsfullt fråvær
- innføring av eit nasjonalt system for å få oversikt over fråvær på alle trinn i grunnskulen

Øymerka midlar til lærebøker og tilskot til utstyr

Tiltaka som er føreslege i stortingsmeldinga kjem i tillegg til ein del andre tiltak som allereie er innført, til dømes:

- øymerka midlar til lærebøker (Om lag 330 000 kr for Lustraskulen i 2024)
- tilskot til utstyr og læringsarenaer som fremjar praktisk og variert læring (Om lag 130 000 kr for Lustraskulen i 2024)
- rettleiing frå Utdanningsdirektoratet om mobilbruk i skulen; følgt opp i lokal forskrift om skulereglar og skuledemokrati vedteke i kommunestyret i juni
- endringar i opplæringslova som definerer kva som skal reknast for ei krenking og markerer retten lærarane har til å rettesetja elevar og gripa inn fysisk om det er naudsynt
- moglegheiten skular og kommunen har til å omdisponera inntil 10 prosent av timane i fag i grunnskulen. Det betyr at skulane – etter kommunalt vedtak – kan ta timar frå eitt fag og prioritera å bruka dei på eit anna fag.

Ein meir praktisk Lustraskule

For nokre år attende deltok ungdomsskulane i Luster i den nasjonale satsinga Ungdomstrinn i utvikling. Der var hovudbudskapet litt i same gate

som den nye stortingsmeldinga; meir variert, meir relevant og meir praktisk undervisning. I tillegg vart det satsa på tverrfagleg arbeid.

«Den nye stortingsmeldinga syner ei erkjenning av at utfordringane me ser i ungdomsskulen nasjonalt også kan gjelda mellomsteget og at dei to hovudtrinna må sjåast meir i

samanheng.», seier kommunalsjef oppvekst, Knut Åge Teigen, og fortset «Det vert gjort mykje godt arbeid i Lustraskulen med tanke på praktisk undervisning, særleg knytt til nærmiljøet som læringsarena, men også i praktisk-estetiske fag åleine eller knytt til prosjektarbeid. Fysisk aktiv læring – populært kalla fysak – er også mykje i bruk i skulane våre. Lustraskulen var også ganske tidleg ute med både programmering og arbeidslivsfag på ungdomssteget.

Skulen vert av mange elevar opplevd som for teoritung og med mykje stillesitjing, så hovudmålet om meir praktisk læring er det lett å støtta og stilla seg bak. Den nasjonale satsinga på leselyst har også ein naturleg plass i Luster som tidlegare språkkommune. Men det er viktig at rammefaktorar som utstyr, kompetanse, timeplan og læreplanforankring er på plass. Her får me no meir drahjelp nasjonalt og

handlingsrommet vert såleis utvida. Som alltid må den konkrete jobben gjerast lokalt i kommunen og ute i skulane. Lustraskulen skal vera med der det skjer».

Her følgjer døme på ulike praktiske læringsopplegg i Lustraskulen:

Læringslab ved Luster ungdomsskule

Den gamle språklaben, som ein del kjenner att frå skulekvardagen heilt tilbake på 80-talet, er no gjort om til ein moderne læringslab. Læringslaben er ein stad der elevar og tilsette både ved Luster ungdomsskule og dei andre skulane i Luster kan utforske, samhandle og skape, med fokus på teknologi.

På læringslaben finn ein utstyr som gjer at elevane kan prøve ut og lære om 3D-printing, koding og programmering, VR-briller, videoproduksjon og eit splitter



Elevane på Luster ungdomsskule, her representert ved Sofia Rebni Bjørk, Malin Fristad Hop, Sigve Leirdal Solheim og Tryggve Ås Teigen, gler seg over moglegheitene læringslab'en gir i undervisninga; «Det er kjekt å kunne vise kva me kan på andre måtar. Det vil gjere læringa kjekkare, det legg til rette for fleire gruppearbeid og me har allereie fleire idear til podkastar me vil laga».

nytt podkaststudio. Nokre av målsetningane med læringslab'en er å fremje elevane sin digitale kompetanse, styrke tverrfagleg læring og inspirere elevane til å utforske kreative løysingar gjennom praktisk bruk av teknologi.



Jostedal skule- og bygdeavis – elevane er journalistar

Jostedal skule- og bygdeavis (JSA) er ein fast tradisjon sidan 1978 der skulen i lag med resten av bygda har laga eit magasin som skal gje eit tidsbilete av livet i bygda Jostedalen. Magasinet er på om lag 100 sider og har dei siste åra hatt eit opplag på 500 eksemplar med utgjevsdato i slutten av november. Alle elevane skriv og teiknar, og særleg mellomtrinnet leverer mykje tekst. Det er ein strålende måte å gje elevane skriveglede ved å ha ekte lesarar som betalar pengar for å få lese tekstane deira.



Elevane syner fram fjorårets JSA der dei som alltid var viktige bidragsytarar.



T.v.: Lokal birøktar Sebastian Lundin tok med seg ei bikube på skulen, og elevane fekk sjå på voksmønsteret biene lagar, smake på honning-vokstyggis, sjå på drakta til birøktaren og gjere intervju til JSA.

Blomstereng i Solvorn

Elevane ved Solvorn oppvekstsenter lagar ei eiga blomstereng i samarbeid med skjøtselansvarleg i Verdsarven Urnes og botanisk foreining. Blomsterenger er viktige for biomangfaldet. Dei skiftar gjerne farge gjennom sesongen. Slik vert det mat til insekta gjennom heile sommaren. Det er òg kjekt å lære seg namna på mange av dei fine blomane. Dette er eit prosjekt som krev tid og tolmod, då det tek nokre år før blomsterenga er skikkeleg etablert.



Oppgåva for elevane denne gongen var å få pluggplanter i jorda. Blomsterenga med villblomster vert eit fargerikt matfat for insekta.

På glattisen

rundt omkring
i Luster

Dette biletet vart brukt som
framside på julenummeret til
Lustranytt 2023.

Det inspirerte meg til å
skrive litt om kva for lett
tilgjengelege skeise-
moglegheiter
me har her
i Luster.



Nigardsbrevatnet.

Fleire gonger dei
siste åra har me hatt
det ein kan kalle
gode gamaldagse
vintrar. Då er det
nokre fantastiske
omgjevnader og
naturforhold me kan
gjere oss nytte av. Er
me heldige så kan
me gå på skeiser på
Nigardsbrevatnet
allereide i slutten av
oktober.



Både lustringer og sogndøler nyttar
seg av Hafsloisen.



Jostedølane og
andre er flinke til å
bruke nærområdet,
men det er absolutt
plass til mange
fleire der. Dei fyrste
dagane er det som
regel fantastisk
stålis. Er me heldige
kan dette vare ei
stund.

Foto: Lisbeth
Frantzen.



Før eller sidan kjem
imidlertid snøen
og/eller mildver
og «øydelegg»
forholda.
Neste «stopp»
blir då som regel
Hafslovatnet.
Ofte får me ein
barfrostperiode siste
månaden før jul.
Om isen då legg seg,
kan me igjen få like
flotte forhold som i
Jostedalen.

Hafslo skule nyttar òg nærområdet.
Foto: Lustranytt julenummer 2023.



På Hafslo er det òg ofte snøen som
etterkvart «øydelegg». Om det ikkje
kjem for mykje snø på ein gong, er
det mogleg å brøyte seg ei bane. Det
er noko me ofte gjer.



Då kan me få oss nokre fine dagar ekstra.



Frå Lustrakalenderen 2023 – Lustrabygdi. Foto: Øystein Nondal.

Når jula nærmer seg får snøen og nokre mildversperiodar (kakelinna) som oftast overtaket. Er me heldige, og om vergudane er med oss, finn me oss nye «jaktmarker» – på Lustrafjorden.



Stundom i Høyheimsvik,

Sjekk alltid at isen er tjukk nok og sikker. Ha gjerne med ei lita øks, ein drill eller noko anna for å sjekke det. Prat med lokale kjentfolk.

Slike ispiggar må du alltid ha med deg, eller ha tilgjengeleg, når du ferdast på vatn- eller fjordisen!



I Skjolden må det og jobbast litt av og til – men tilslutt vert resultatet bra...



kanskje rundt Flahammer....



kanskje i Lustrabygdi,



– eller kanskje heilt inne i Skjolden.



KOS DEG PÅ ISEN!

Jan Bjørn Sørensen 2024

Jostedalsbreen nasjonalparkstyre

– første møte
og synfaring



T.v.: Ordfører Andreas Wollnick Wiese er også styreleiar i Jostedalsbreen nasjonalparkstyre, og han let seg fascinera av isfjella framføre Austerdalsbreen!

Styret som er samansett av ein politikar frå kvar av kommunane som Jostedalsbreen nasjonalpark ligg i, i tillegg representant frå fylkeskommunen, var samla i to dagar på Tungestølen 2–3. september.

Det vart to synfaringar på måndag, litt inn i Langedalen og heilt inn i Austerdalen, til Austerdalsbreen. I Langedalen møtte styret to lokale personar frå Veitastrond som fortalte om utfordringar med sideelv som

stadig lager nye løp som fører til utfordringar for dei som går på tur innover dalen, både turgåarar og beitebrukarar. I tillegg såg styret på tilrettelegging som er laga mellom Tungestølen og Nyestølen og dei fekk informasjon om innhaldet i skjutselsplanen som er laga for området.

I Austerdalen var også fokuset på stien med sårbare morenelandskap med dømme og diskusjon korleis ein kan styre ferdsla vekk frå desse områda. Og ikkje minst få oppleve det spektakulære utsynet mot breane Tor og Odin og Austerdalsbreen. "Nærkontakt" med levande is vart det også!

Møte vart halde på Austerdalshytta (som er ein del av Tungestølen turisthytte).

Forvaltarane for Jostedalsbreen nasjonalpark er Tor Arne Hauge og Trygve Snøtun. Anne Rudsengen har oppsynsansvaret for denne nasjonalparken.

Under: Nasjonalparkstyret heldt møte i Austerdalshytta som er ein del av Tungestølen Turisthytte. Denne hytta kan ein bruke som ubetent hytte når det ikkje er ope på hovudhytta.



ALLE FOTO: Anne Rudsengen (Statens naturoppsyn, SNO).



Jostedalsbreen nasjonalparkstyre i Langedalen på Veitastrond. Frå venstre: Stine Fjellkårsstad (styrerepr. frå Stryn kommune), Oddmund Klakegg (styrerepr. frå Sunnfjord kommune), Tor Arne Hauge (nasjonalparkforvaltar), Andreas Wollnick Wiese (styreleiar og repr. frå Luster kommune), Arild Svandal (mjølkebonde på Veitastrond), Johan Hilleren (pensjonist og dugnadsmann på Veitastrond), Trygve Snøtun (nasjonalparkforvaltar), Stig Ove Ølmheim (styrerepr. frå Sogndal) og Hege Lothe (styrerepr. frå Vestland fylket). Styrerepresentant Mariel Eikeset Koren frå Gloppen var ikkje til stades.

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 misbrakte:	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!



Kulturutveksling

– Luster / Vernon County

Luster og venskapskommunen Vernon Co, Wisconsin har ei kulturutvekslingsordning for ungdomar i alderen 14–17 år. Dette området i USA er kjent for å ha mange norsk-amerikanarar med røter frå Sogn. Byen Viroqua med ca. 4.500 innbyggjarar er senteret i Vernon Co. og næraste større by er La Crosse som ligg ca. 40 min. lenger vest ved elva Mississipp.



Ein ny ven!

2 ungdomar frå Hafslo – Thor Willhelm Wangenstein Fredheim og Ingrid Elisabeth Tangerud – har delteke i kulturutvekslinga i 2023 og 2024.

Sommaren 23 fekk dei og familien besøk av Damien og Elyse og synte dei området her og var med på aktivitetar saman med andre ungdomar her i kommunen. Fleire lustringar fekk møte dei to amerikanske ungdomane. Det har vore reportasje om dei i Lustranytt tidlegare.

I sommar var Thor Willhelm og Ingrid Elisabeth på besøk i USA, og har i ettertid møtt UK og informert om opphaldet sitt.

UK hadde fleire spørsmål om USA-turen:

Korleis fungerer skulesystemet i USA?

– Ganske likt system som vårt. I USA går dei 13 år på skule, grunnskule og highschool, der highschool er meir som studiespesialiserande.

Er det ungdomsmedverknad i USA?

– Dei har ikkje medverknad gjennom kommunen, men gjennom skulane – student council – type elevråd.

Kva er den største kultur forskjellen mellom Norge og USA?

– Folk er meir utadvendte i USA. Det er meir forskjellige fritidsaktivitetar. Kva du driv med på fritida har og betydning for inntak på skular/universitet.

Kva er forskjellen på lokalmiljø her og i USA?

– Det er mykje synleg politi i USA. Mange har våpen.

Korleis er livssituasjonane forskjellig frå Norge og USA?

– Der me budde var det ganske likt som heime. Alle var respekterte, me merka ikkje segregering. Det hadde vore anleis tidlegare.

I dei større byane var det fleire som ikkje har gått på skule, eller ikkje hadde ein stad å bu.

I Lacrosse såg me mange som rusa seg. Store måltid. Når du bestilte ein meny, fekk du ekstra mat til maten. Me såg nokon ekstra store personar, elles som oss.

Kva fritidstilbod kan de delta på/deltek de på?

– Amerikansk fotball, baseball, volleyball var hovudaktivitetane til Damien og Elyse som me besøkte.

Bur det mange folk med norsk bakgrunn i USA?

– I dette området var det mange med norsk bakgrunn, det var butikkar med norske namn, stader med norske bygg med gjenstandar nordmenn hadde med seg til USA.

I kva grad får de hjelp frå staten når det gjeld skule, helse osv?

– Det er ikkje gratis helsehjelp slik som i Noreg, ein må forsikre seg. Det var gunstigare forsikringsordning når foreldra jobba i stat eller kommune.

Thor Willhelm og Ingrid Elisabeth fortalde elles at dei var på hyttetur, dei fekk vere med og feire nasjonaldagen 4. juli med stort fyrverkeri. Dei syntte bilete av rådhuset i Madison der noko av steinen kom frå Noreg.

Det var flatt landskap med store eigedomar. Dei opplevde ein dag med 40 varmegrader, og ein dag med ekstremt regn.

I Westby, der Thor Willhelm var, er det republikansk område, og demokratisk der Ingrid Elisabeth var. I sport var dei rivalar, og det var lite respekt for ulike politiske syn. Dei var også meir opptekne av våpen der Thor Willhelm var.

Ungdomar i USA kan ta lappen når dei er 16 år.

Begge vil anbefale andre å reise på kulturutveksling til USA. Dei opplevde hyggelege folk, og fekk sjå og oppleve mykje, særleg hovudstaden. Dei ynskjer ikkje å bu i USA, men studiar kan vere aktuelt.



Inni rådhuset i Madison, Wisconsin

Felles forliksråd for kommunane Luster, Sogndal og Vik:

Forliksrådet i Sogn

Forliksrådet er den lågaste rettsinstansen for sivile saker og er eit meklingsorgan med avgrensa domsmyndigheit. Forliksrådet skal legge til rette for at partane får løyst ein tvist ved mekling og dom. Dei aller fleste sakene i forliksrådet gjeld pengekrav. Politiet er sekretariat for forliksråda.

I sommar har kommunestyra i Luster, Sogndal og Vik fyrst vedteke å etablere eit felles forliksråd som får namnet Forliksrådet i Sogn. Ordninga tek til å gjelde frå 1.1.2025.

I haust har det vore valprosess i kvart kommunestyre i dei tre kommunane og desse er valde:

1. Ole Martin Bakken, Luster – leiar
2. Ida Loftesnes Kvåle, Sogndal – nestleiar
3. Brita Helleland, Vik – medlem

Varamedlemer:

1. Aud Fossøy, Luster
2. Borgtor Bøyum, Sogndal
3. Bjarne Larsen, Vik



Ole Martin Bakken er vald som leiar i Forliksrådet i Sogn. Dei trer i funksjon frå 2025. Bakken har vore leiar i Luster forliksråd i 8 år.

5 kjappe med UK-medlemmar

Kva er det beste med å vere med i UK?

Kvifor er det viktig for deg å engasjere deg som ung?

Er det nokre tiltak du meiner kan gjere kommunen til ein betre stad å vekse opp for ungdom?

Kva erfaringar sit du att med etter din periode i UK?

Kvifor anbefalar du andre å bli med i UK?



Sølve

Pizza og kakao! Det er viktig for meg å engasjere meg fordi eg synest det er ei god erfaring å ha, og som kan hjelpe meg seinare i livet.

Eit tiltak eg meiner kommunen kan gjennomføre, er å arrangere fleire offentlege arrangement som til dømes LustRabalder.

Eg har lært mykje om korleis kommunen fungerer og korleis politiske prosessar går føre seg. Eg har også fått vere med på fleire ungdomsmøte i Vestland fylke, der eg har diskutert relevant politikk for ungdommen. Eg har og vore så heldig å få vere med i arbeidsutvalet i UK og fått erfaringar frå dette.

Eg anbefalar andre å bli med i UK fordi du får ein flott moglegheit til å påverke lokalsamfunnet og jobbe for saker som er viktige for ungdom. Du blir og kjent med mange nye menneske, får nye erfaringar, og utviklar eigenskapar som kjem til nytte seinare i livet.



Aya

Det beste med å vere med i UK er at eg får bruke stemma mi til å påvirke/bidra til eit betre liv for ungdommane i Luster

Det er viktig å engasjere seg som ung for å hjelpe dei vaksne med valga sine sidan vi unge veit meir om kva behovet vårt er.

Tiltak som kan gjere kommunen til ein betre stad å vekse opp for ungdom: er at dei har det dei treng tilgjengelig som for eksempel aktivitetar/gratis aktivitetar, eit godt miljø på skulane, at alle bryr seg om alle og hjelper til når det trengs.

Erfaring eg har tatt med meg frå Uk: korleis me bruke stemma vår til å påvirke og gjere det enklare for ungdom å lika seg i vår kommune

Eg anbefalar andre til å vere med i Uk: viss du ikkje faktisk får fram det du ønskjer når du har rett og moglegheit til det så vil andre bestemme/ tolke kva det er best for deg som ungdom.



Kristian

Det beste ved å vere med i UK er at eg får vere med å bestemme kva som skal vidare i kommunestyret.

Det er viktig at ungdom engasjerer seg slik at me har ein fremtidig generasjon som kan ta over.

Eg kjem ikkje på noko akkurat no, det er allerede veldig bra miljø å vekse opp i tykkjer eg.

Eg sitt att med forståing over Korleis UK virker og kva UK og kommunestyret fokuserer på.

Eg anbefalar at alle som vil vere med prøver å vere med, me treng mange bra politikarar som kan gjere kommune bedre på fleire måtar.

Juleglede 2024



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

«Juleglede» har som mål å gjere ein forskjell ved å samarbeider om å gje familiar med økonomiske utfordringar mogelegheita til å ta imot ei gåve til borna og ei ekstra julehelsing til familien. Me ser ei auke i søkarar kvart år. I 2023 fekk 130 barn i Luster ei juleglede frå oss.

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 sjølvsaugt ekstra vanskeleg.

Årets «Juleglede» har også to gratis arrangement som er open for alle barn, unge og vaksne i Luster. Dette er for å bidra til at alle skal få like moglegheiter til å delta på kulturtilbod i kommunen.

Det vert Juleverkstad på Gaupnetunet 1. desember for å pynte peparkake, lage flettakorg, spille spel og lage julepynt i forkant av gudsteneste, fakkeltog og tenning av julegrana i Rådhusparken.

I januar 2025 set me opp kulturforestillinga «Skinnavotten» – ei lita førestilling om skilnad og det å vere gjestfri. Førestillinga er inspirert av eit ukrainsk eventyr. Det same eventyret var også til inspirasjon for Alf Prøysens da

han gjendikta og omsette historia til norsk i boka, Skinnavotten.

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.

For å søke fylle ein ut eit enkelt skjema der ein er heilt anonym. Informasjon om korleis du skal gå fram dersom du ynskjer å sende inn skjema finn du på Luster Kommune sine heimesider.

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).

Vigslingsgudstenesta for Grethe S. Bondevik

Soknediakon Grethe S. Bondevik i midten framme, omringa av medverkande i vigslingsgudstenesta i Gaupne kyrkje søndag 4.august.

Bak f.v. ordførar Andreas Wiese, leiar i Luster kyrkjelege fellesråd Arvid Heggstad, prost Kjell Olav H. Nordheim, Kjell Olav Bondevik, Åse Edith Snøtun, sokneprest Bård Valle, Audun Moen, organist Roland Johansson. Framme f.v. Oddny Urnes, Olaug Høyheim, nyvigsla diakon Grethe S. Bondevik, biskop Ragnhild Jepsen og Guri Høstaker Nordheim.



Foro: Helene M. Bolstad



Hjarteleg takk for minnegåve til Gaupne omsorgssenter, Korttidsavdelinga, i høve **Ingeborg Forseth Bråten Eikeberg** sin bortgang.

Hjarteleg takk for minnegåve til Gaupne omsorgssenter i høve **Inger Berget** sin bortgang.

Hjarteleg takk for minnegåve til Luster Omsorgssenter, i høve **Kristi Feten** sin bortgang.

Søndagsopne butikkar

i turistsesongen?

Luster kommunestyre har i møte 5. september vedteke å senda søknad om dispensasjon frå lov om heilagdagdar og heilagdagsfred § 5 til Statsforvaltaren. Det er søkt om dispensasjon for heile kommunen i perioden 1. mai til 31. august. Søknaden blir send med base i det sjette leddet i paragrafen, som gjer det klart at det kan givast dispensasjon frå føresegna viss hovuddelen av handelen skjer med turistar i aktuell periode. Viss dispensasjonssøknaden blir godkjent vil det føra til at ordinære butikkar i kommunen kan ha ope på søndagar og andre heilagdagdar i søknadsperioden.

Søknaden er utarbeidd etter arbeid av avdelinga «Nærings- og samfunnsutvikling». Det har i arbeidet med søknaden vore viktig å ha ein god dialog med handelsstanden. Dette for å vurdere om det er noko dei

verkeleg ønskjer og om det er behov for tiltaket.

Handelstanden har for det aller meste vore positiv til tiltaket. Det har ved utarbeidinga av søknaden vore viktig å finna tal som støttar Luster kommune sitt argument om at handelen i denne perioden i hovudsak skjer til turistar. Dette meiner kommunen har kome klart fram i omsetningstal frå bransjen sjølv, og andre tal rundt reiseliv og overnattingsdøgn.

Luster kommune håpar dispesasjonssøknaden blir godkjent. Tiltaket vil auka omsetninga for detaljvarehandelen i kommunen betrakteleg. Dette er derfor eit viktig tiltak for å bevare lokalbutikkane i dei mange grendene til kommunen. Det vil også gi eit betre og breiare tilbod til turistar som kjem på besøk i søknadsperioden.



Foto:
Ørjan Talle



Foto: Håvard Nesbø.

Verdsarvsenter Urnes

Kommunalminister Erling Sande og stortingsrepresentantane Aleksander Øren Heen og Torbjørn Vereide kom til Luster for å markere 53 millionar statlege kronar til verdsarvsenteret på Ornes i samband med statsbudsjettet.

Denne gledelege løyvinga sikrar oppstart av prosjektet og løyser ut vel 20 millionar frå fylkeskommunen, 10 millionar frå



For Luster kommune vil ei slik satsing på Ornes vere med på å gjere kommunen endå meir attraktiv for reiselivsaktørar og turistar som vil leggje att pengar her hjå oss.

Tildelinga blei markert på Pyramiden i Gaupne der kommunalministeren serverte kake til dei handlande.



Luster kommune i tillegg til egne midlar frå Fortidsminneforeninga. Bygginga av verdsarvsenteret er avgjerande for å sikre Urnes stavkyrkje for ettertida, då fleire vil kunne få oppleve den unike historia utan at sjølv kyrkja vert utsett for ei for stor slitasje.



For å verne naturmiljøet og å fremme trivselen i naturen i Noreg, er det eit generelt forbod mot motorferdsel i utmark.
Foto: Ørjan Talle



Treng du løyve til motorferdsel i utmark?

Motorferdsel i utmark (bruk av motorkøyretøy, luftfartøy, båt mm.) kan vere ei påkjenning både for dyr og planter, og ikkje minst for turgåarar. For å verne naturmiljøet og å fremme trivselen i naturen i Noreg, er det eit generelt forbod mot motorferdsel i utmark. Med utmark meinast alt areal som ikkje er definert som innmark, altså det meste av skog, strand, fjell, eng, myr, vann og andre typar landskap.

Føremålet med motorferdselen er avgjerande for om det finst direkte unnatak i lova, noko det td. gjer for politi, oppsyn og redning, og nokon andre viktige samfunnsoppdrag. Det er òg lov med motorferdsel:

- I jord- eller skogbruksnæring, når det produktive arealet er stort nok. Eventuelle medhjelparar må vere i eit arbeidsforhold som kan dokumenterast. Drift av utleiehytter, jakt, fangst, fiske og børsanking fell ikkje innfor slik næring.
- For uttransport felt elg eller hjort med køyretøy

Vinterstid er det lov å nytte snøskuter til:

- transport av material, utstyr og arbeidsfolk med godkjend byggeløyve
- transport av ved frå eigen eigedom til fast bupel

- naudsynt drift av turistanlegg utan brøyta tilkomst

Du kan òg tinge leigekøyraryr til transportoppdrag med snøskuter. Leigekøyraryr har løyve frå kommunen, og kan ta oppdrag med transport av ved, uføre eller til hytte utan søknad.

Om du treng å nytte eit motorfartøy eller motorisert køyretøy til andre føremål, må du søke om unntak frå forbodet. Du kan søke om løyve til motorferdsel i utmark til mellom anna:

- transport av helsemessig årsak, husk helseattest
- For frakt av material og utstyr til reparasjon av hytte/sel i utmark
- For utmarksnæring som ikkje går under landbruk
- For transport av ved i barmarkssesong
- For gruppeturar for eldre eller rørslehemma etter gitte kriterie

Lurar du på om du treng løyve til motorferdsel? Det er kommunen som forvaltar Lov om motorferdsel i utmark, og tilhøyrande forskrift. I tillegg må ein òg ha løyve til motorferdsel frå grunneigar, og om motorferdselen skal skje inni eit verneområde må ein søke til vernestyresmaktene. Er du usikker – sjå kommunen sine nettsider, og ta kontakt med Luster kommune.

Skal du søke om løyve til motorferdsel, er det nokre ting som er viktige å hugse:

- Bruk kommunen sitt skjema for søknad om dispensasjon etter motorferdsel i utmark og vassdrag (nettsida)
- Send søknaden minst 3 veker på førehand
- Sørg for at søknaden inneheld:
 - Søkjars namn, adresse og kontaktinformasjon (e-post og telefonnummer)
 - Opplysningar om køyretøytype (snøskuter, terrengmotorsykel, beltegåande køyretøy, helikopter, ATV, gravemaskin osv.).
 - Kart som beskriv ruta (kart over trase, landingsplass for helikopter osv.)
 - Tidspunkt eller tidsrom for køyring, naudsynt tal turar
 - Skildring av føremålet (kva er det som skal transporterast og kvifor)
 - Legeattest for transport av funksjonshemma skal vedleggast søknaden.

Søknadar som i høve gjeldande lovverk kan behandlast administrativt vil normalt vera behandla innan 14–21 dagar, men det kan og ta lengre tid, så ver tidleg ute med å søke!

Svarttrost på
foringsplass.
Foto: Ørjan Talle.



Hagefugltelling

Vil du vere med å samle viktig informasjon for å få betre kunnskap om naturmangfold?

Hagefugltellinga foregår rundt siste helga i januar – og då kan både du som kan namnet på mange fuglar, og du som vil lære meir, vere med å samle data til forskning! Alt du treng er ein foringsplass for fuglar, ei notatblokk, tid til å sjå etter fulgar som besøker foringsplassen, og til slutt registrere dette på nettsida <https://www.fuglevennen.no/aktiviteter/foringsplassen/>

Målet med hagefugltellinga er å setje søkelys på korleis klimaendringar påverkar førekomsten av artar som

overvintrar i Noreg og i Norden. Kjem dei same fuglane tilbake år etter år, og er det like mange av dei? Sidan 2008 har hagefugltellinga vorte gjennomført årleg i Noreg, og enno lenger har det same vore gjort i Danmark, Finland og Sverige. BirdLife Noreg og miljolare.no er arrangørar – og håpar at enno fleire blir med på denne spanande og viktige kampanjen. Og er det vanskeleg å kjenne igjen artane – så kan du prøve Artsorakel app, eller besøke fuglevennen.no

Luster kommune oppfordrar store og små til å bli med på hagefugltelling i 2025!



UK markerer julesesongen med eit fint bilete av representantar og vararepresentantar i UK.

God jul!



Luster
kommune



Eigenberedskap

Flest mogleg bør klare seg sjølv i ei veke

Vi lever i ei stadig meir uroleg verd, med mellom anna klimaendringar, krig og digitale truslar. Sjølv om det meste fungerer som det skal i Noreg, må vi vere førebudde på at ekstremvêr, pandemiar, ulukker, sabotasje og – i verste fall – krigshandlingar kan ramme oss.

Er du førebudd?

Korleis vil du og dine nærmaste klare dykk dersom straumen blir vekke i ein lengre periode? Kva gjer du dersom vatnet forsvinn? Kva om du ikkje får handla på ei veke?

Straumbrot kan gjere at det ikkje kjem vatn i springen, og føre til at kloakksystem, medisinsk utstyr, lading av elbil, betalingsløyser, internett, mobiltelefon, radio, kjøleskap og utstyr til matlaging ikkje fungerer som normalt.

Eigenberedskap handlar om å vere førebudd på slike situasjonar. Sjå råd på sikkerhverdag.no

Styrk eigenberedskapen din!

God eigenberedskap er ei investering i tryggleik for deg og dine nærmaste. I tillegg bidreg du til at styresmaktene kan prioritere dei som treng mest hjelp.

Ved å vere førebudd for éi veke blir du betre i stand til å handtere alt frå små forstyrringar i kvardagen til større kriser. For ikkje å snakke om at du får betre tid på deg til å planleggje vegen vidare dersom krise skulle bli langvarig.

Hugs: Litt førebuing er mykje betre enn inga!

Eigenberedskap for ei veke

Her finn du døme på ting som er lurt å ha heime. Gå gjennom behova dine, og sjå på kva løyser som er moglege der du bur. Hugs at familie, vennar og naboar kan samarbeide om eigenberedskap. Sjekk lageret ditt med jamne mellomrom.

Les meir på:
sikkerhverdag.no

Sjekkliste for eigenberedskap

- Reint drikkevatt lagra på kannar eller flasker.
- Mat som toler å bli oppbevart ved romtemperatur.
- Grill, kokeapparat eller stormkjøken.
- Varme klede, pledd, dyner og soveposar.
- Fyrstikker og stearinlys.
- Ved, dersom du har vedovn eller peis.
- Gass- eller parafinovn som er berekna på innandørs bruk er eit alternativ til vedfyring.
- Avtale om overnatting dersom du ikkje har alternativ oppvarming.
- Lommelykter eller hovudlykter som går på batteri, sveiv eller solceller.
- DAB-radio som går på batteri, sveiv eller solceller.
- Legemiddel og førstehjelpsutstyr.
- Jodtablettar (gjeld barn og vaksne under 40 år, gravide og ammande).
- Hygieneartiklar som mellom anna våtserviettar, handsprit, bleier, dopapir og menstruasjonsprodukt.
- Batteri og fullada batteribank.
- Litt kontantar og fleire betalingskort.
- Mat og vatn til kjæledyr.
- Liste på papir med viktige telefonnummer som til dømes naudnummer, legevakt, veterinær, familie, vennar og naboar.





Status på revisjon av kommuneplanen sin arealdel

Foto: Ørjan Talle.

Luster kommune jobbar fortsatt med revisjon av kommuneplanen sin arealdel. Dette er den overordna planen for korleis me skal disponere areala i kommunen. Kor ein skal få lov til å bygge hus, hytter, friområde, skytebanar, zip-line og småbåthamnar. Planen kan også sette krav til korleis ein skal bygge. Til dømes om ein skal bygge ein bustader i utkanten av bygdene, eller satse på sentrumsnære leilegheiter, og kva som skal byggast først og sist.

I skrivande stund har planforslaget for arealdelen vert ute til høyring og offentleg ettersyn, og vi har fått dei fyrste tilbakemeldingane. I innspela frå folk i kommunen har det kome mest knytt til småbåthamn i Solvorn, næringsområde og anna på Hillestadmarki, og gangsti langs Hafslovatnet, i tillegg til diverse merknader til handsaminga.

Overordna mynde har påpeikingar til ein del arealføremål som dei meiner kjem i konflikt med deira interesseområde. Dette går mykje på forslag om å ha påverknad på viktige kulturmiljø, bygging på matjord eller i strandsona, eller at vi ikkje har gjort gode nok vurderingar av arealbruken som har blitt vidareført frå tidlegare versjon av planen. Overordna mynde meiner også at vi har vidareført for mange reguleringsplanar uendra, og at kommuneplanen i større grad bør styre over eldre reguleringsplanar med manglande føresegn.

Kommuneplanen sin arealdel vert eit kompromiss mellom kva innbyggjarar og kommunepolitikarane ynskjer å få til, og kva lovverk og overordna føringar tillèt. Vi vil jobbe vidare med tilbakemeldingane.

Meir informasjon og plandokument finn du på kommunen sin heimeside:
www.luster.kommune.no/arealdelen

Skotpremie smårovvilt i Luster kommune



Foto: Ørjan Talle.

Luster Austre Fjellstyre ved Inger Moe tek over kontrollen av felte smårovvilt frå 01.09.2024. Kontrollen vert utført på skytebana i Gaupne. Luster Austre Fjellstyre vil ha kontroll på fylgjande dagar i månaden:

- Kvar tysdag i partalsveke mellom 18.00–19.00
- Det vert ikkje kontroll i mai–juli

Premien for 2024–2025 er:

- Raudrev: kr 600,-
- Mink: kr 70,-

- Mår: kr 200,-
- Kråke: kr 50,-
- Ravn: kr 100,-

Luster kommune vil utføre utbetaling av tilskotet månadleg.

Fylgjande skal takast med til kontroll:

- kråke og ravn: klippe av begge føtn for kontroll
- Rev, mink, mår: alle labbane

Kontaktinformasjon til Luster Austre Fjellstyre v/Inger Moe er:
Tlf: 917 13 559

E-post: fjellstyret@luster austre.no

Innføring av eByggesøk

Frå hausten 2024 tek Luster kommune i bruk ein ny digital søknadsløysing frå Norkart for innsending av byggesøknadar frå privatpersonar kalla eByggesøk. Løysinga er tilgjengeleg på nettsida www.ebyggesok.no

Søknadsløysinga er retta mot deg som skal søkje om byggeløyve for mindre byggeprosjekt, til dømes garasjar og mindre tilbygg. Målet vårt er å gjere byggesøknadsprosessen enklare, raskare og meir effektiv slik at du skal bruke mindre tid på å fylle ut kompliserte papirskjema.

Det vil framleis vere mogleg å kontakte kommunen for rettleiing viss du er usikker eller har spørsmål om din byggesøk.

Kva er eByggesøk?

eByggesøk er eit digitalt verktøy som hjelper privatpersonar med å fylle ut og sende inn elektroniske byggesøknadar. Det er gratis å bruke.

Gjennom dette systemet kan ein sende inn både byggesøknader, teikningar, nabovarsel og annan nødvendig dokumentasjon utan å måtte levere noko på papir i infotorget på rådhuset. Du får rettleiing gjennom søknadsprosessen ved at du får informasjon om kva du skal gjere undervegs.

Med eByggesøk kan du:

- Søkje om byggeløyve digitalt for mindre prosjekt
- Sende inn all nødvendig dokumentasjon elektronisk.
- Sende inn søknad om å opprette ein eigedom eller skille ut ei tomt.

Kvifor innfører Luster kommune eByggesøk?

Vi ønskjer å gjere kvardagen enklare for deg som planlegg mindre byggeprosjekt. Med eByggesøk blir det lettare å sende inn komplette søknader. Innføringa av systemet vil også føre til at byggesøknadar

kan handsamast raskare, sidan både søknad og dokumentasjon blir sendt inn digitalt.

Systemet er utforma for å hjelpe privatpersonar med vanlege byggeprosjekt, som til dømes:

- Bygging av mindre tilbygg, garasjar eller andre små bygg.
- Riving av mindre frittliggjande bygg eller tilbygg
- Endre bruken av rom i bustadar, f. eks. gjere om boden til soverom
- Du kan også kombinere forskjellige alternativ

De fleste byggesøknadar kan leverast elektronisk

Du treng ikkje å levere papirsøknad, noko som sparer både tid og ressursar. Systemet gjer det enkelt å fylle ut skjema, laste opp dokument og få beskjed om kva som manglar i søknaden.

Per i dag stettar ikkje løysinga søknadar om fasadeendring. Desse vil framleis måtte leverast på papir.

Fordelar med eByggesøk:

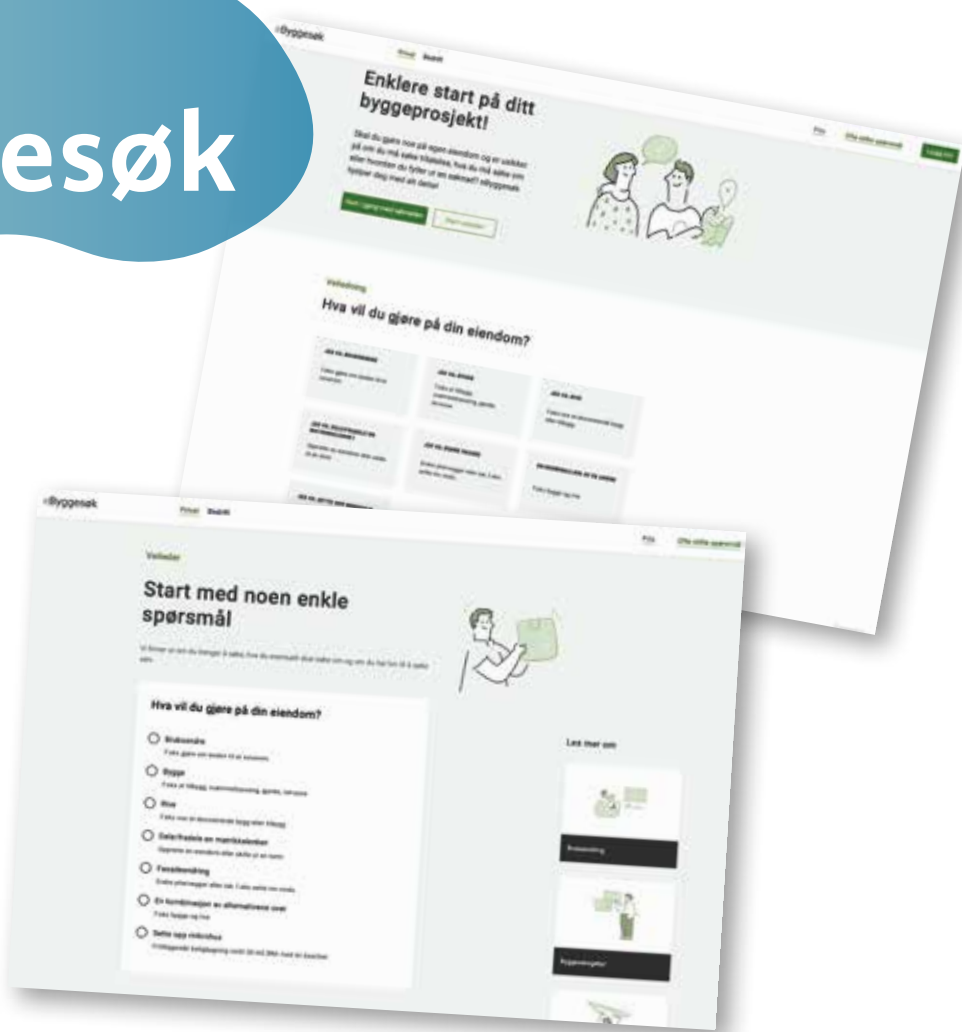
- Enkelt å bruke: Du kan fylle ut og sende inn søknaden heimanfrå,

utan å måtte møte opp fysisk på rådhuset i Gaupne eller sende inn papirdokument i posten.

- Raskare sakshandsaming: Elektronisk innsending og oppfølging gjer at søknadene kan handsamast raskare.
- Mindre papirbruk: Digital innsending bidreg til meir miljøvennleg saksgang og redusert papirforbruk.
- Enklare nabovarsling: Digitalt sending av nabovarsling gjer at du slepp å sende rekommandert brev eller e-post. Naboen får varselet rett i sin digitale postkasse.

Målet er enklare og meir effektiv sakshandsaming

Vårt mål med innføring av eByggesøk er å gjere byggesøknadsprosessen meir brukarvennleg og effektiv, samstundes som det legg til rette for digital kommunikasjon mellom innbyggjarane og kommunen. Vi håpar dette vil føre til betre service og ei smidigare sakshandsaming for alle som planlegg byggeprosjekt.



Frå stien mot Lyngset med utsikt mot
Gaupnefjorden, Nes og Feigumfossen.
Foto: Ørjan Talle

Plan for friluftslivets ferdselsårer

Luster kommune har jobba med plan for friluftslivets ferdsselsårer ein god stund. Planarbeidet har blitt satt litt på vent grunna andre prosjekt, men no har vi fått registrert mange stiar og det begynner å nærme seg eit planforslag.

Arbeidet har to hovudføremål:

- Skaffe oversikt over stiar som er skilta, merka og har vedlikehaldsansvarleg, og melde dei inn til kartverket. Dette vil gjere informasjon om stiane meir tilgjengeleg, og det vil bli lettare å ta omsyn til viktige ferdsselsårer i plan / forvaltning.

- Finne riktige tiltak for å få fleire av dei mest inaktive innbyggjarane i kommunen til å kome seg ut på tur. Vi tenker det viktigaste er å ha eit utval av nærturar i heile kommunen. Nokon stader er det kanskje små tiltak / inngrep som trengs for å gjere eit område tilgjengeleg for ein ny gruppe.

Når planforslaget er klart blir det sendt til ettersyn hos bygdelaga og idrettslag som har arbeid med stiar.

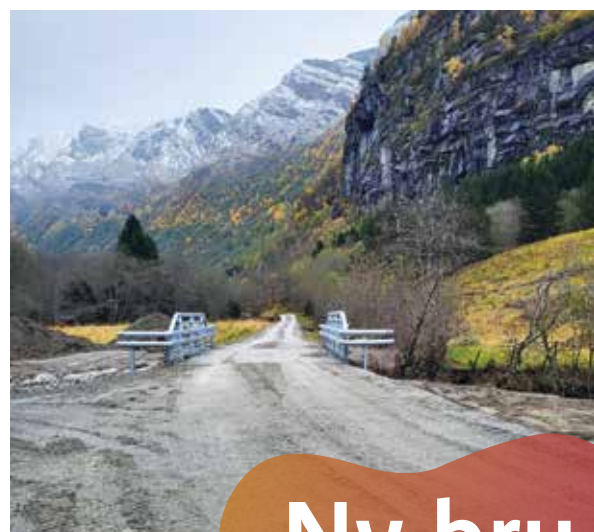


Frå stien mot Nigardsbreen.
Foto: Ørjan Talle

Rassikring

Foto: Ørjan Talle

Vestland Fylkeskommune planlegg arbeid med rassikring av fv. 55 Marifjøra – Røneidsberget. Planen er å sette opp fanggjerd for sikring mot stein langs fylkesvegen. Det er og planlagt støtteforebygning for snø, og etablering av issikringsnett på mindre delar av strekninga. Arbeidet er venta å starte opp i 2025, og vil truleg gå over to sommarsesongar.



Ny bru på plass i Dalsdalen

Bru med rekkverk levert av Førde sementvare as, betongarbeid av Sogn entreprenør as, Grunnarbeid av Kolstad Maskin as og Fuglesteg as.

Nye parkeringsplassar i Luster kommune

Luster kommune har laga to nye etterlengta parkeringsplassar i 2024. Ein parkeringsplass i Solvorn og ein på Gjerde i Jostedal.

Solvorn

Parkeringsplassen ligg ved kyrkja og har plass til 25 bilar, i tillegg to parkeringsplassar reservert for forflyttingshemma.

Det vil bli oppmerka på parkeringsplassen under kyrkja for større bilar, mellom anna for bubilar. Utførande entreprenør var Melheim Entreprenør AS.

Jostedal

Heilt ny parkeringsplass ved butikken/hotellet på Gjerde. Parkeringsplassen har plass til 31 bilar, i tillegg reservert plass for forflyttingshemma og bubil. Utførande entreprenør var FS Anlegg.



Parkeringsplass ved butikken/hotellet på Gjerde.
Foto: Ørjan Talle.



Parkeringsplass ved kyrkja i Solvorn.
Foto: Ørjan Talle.

Områdeplan for Hafslo sentrum

Luster kommune har arbeidd med områdeplan for Hafslo sentrum sidan slutten av 2019 då me mellom anna fekk godkjend økonomisk stønad av Vestland fylkeskommune til eit prosjekt med utarbeiding av områdeplan for Hafslo sentrum. Sentralt i dette arbeidd ligg at kommunen skulle hente ekstern hjelp til vurderingar i form av ei stad- og landskapsanalyse av Hafslo sentrum og konkret ei arkitektfagleg vurdering av den sokalla billagstomta på Hafslo.

Føremålet med planarbeidet vart definert til å leggje til rette for betre utvikling av både næring og bustad i Hafslo sentrum, der også tiltak knytt til etablering av sosiale møteplassar og fysisk aktivitet skulle inngå. Planområdet har endra seg mykje gjennom prosessen, og ein del viktige prosjekt som barnehage og fleirbrukshall har fått utvikle seg parallelt med planarbeidet. Det ligg no føre eit planforslag til høyring og offentleg ettersyn med høyringsfrist fram mot jul.

Av viktige element som kan nemnast:

Billagstomten: Det vert her lagt opp til eit kombinert næringsbygg /leilegheitsbygg sentralt på tomte med meir strukturert bussterminal rundt. Under er vist ein illustrasjon av korleis eit bygg kan utformast.



Nytt bustadfelt på Nyland:

Selskapet Nyland Eigedomsutvikling AS har kjøpt eigdommen 148/13, aust for Hafslo omsorgsenter, og legg opp til utvikling av denne. I planforslaget ligg det inne mulegheit for om lag 50 bueingar, noko som gjev eit godt tilskot til bustadmarknaden på Hafslo.



Foto: Ørjan Talle

Fleirbrukshall (skisse under.): Denne vert det lagt opp til eit hovudalternativ for plassering av fleirbrukshall mellom skulen og vatnet, men med eit alternativ der den rivne delen av husmorskulen er.



Sentrumsområde, området mellom Spar og Bakkingavegen:

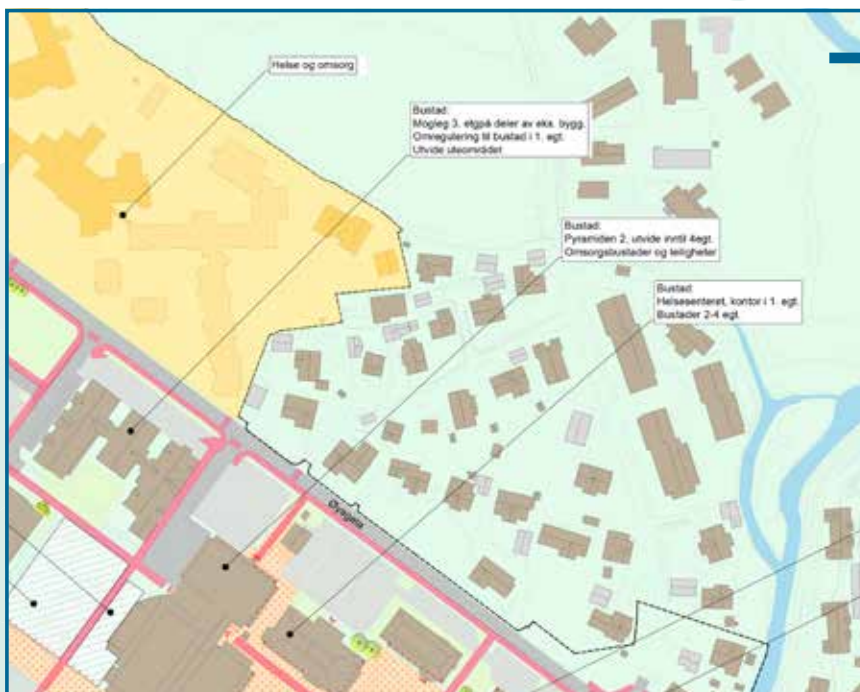
Dette området er det arealet det er størst potensiale for å vidareutvikle sentrum av Hafslo med næringsbygg, bustadar og mindre daglege møteplassar på tvers av generasjonar. Arealet mellom Mobakken og Bakkingavegen er regulert til sentrumsføremål med høg utnytting og mulegheit for ein blanding av næring og leilegheiter. Parkeringsarealet mellom Mobakken og Spar er tenkt omstrukturert med eit torg i bakkant. Dette kan gje mulegheit for møteplass og andre torgfunksjonar.

For meir informasjon både om detaljar og andre element i planen, gå inn på Luster kommune sine heimesider www.luster.kommune.no



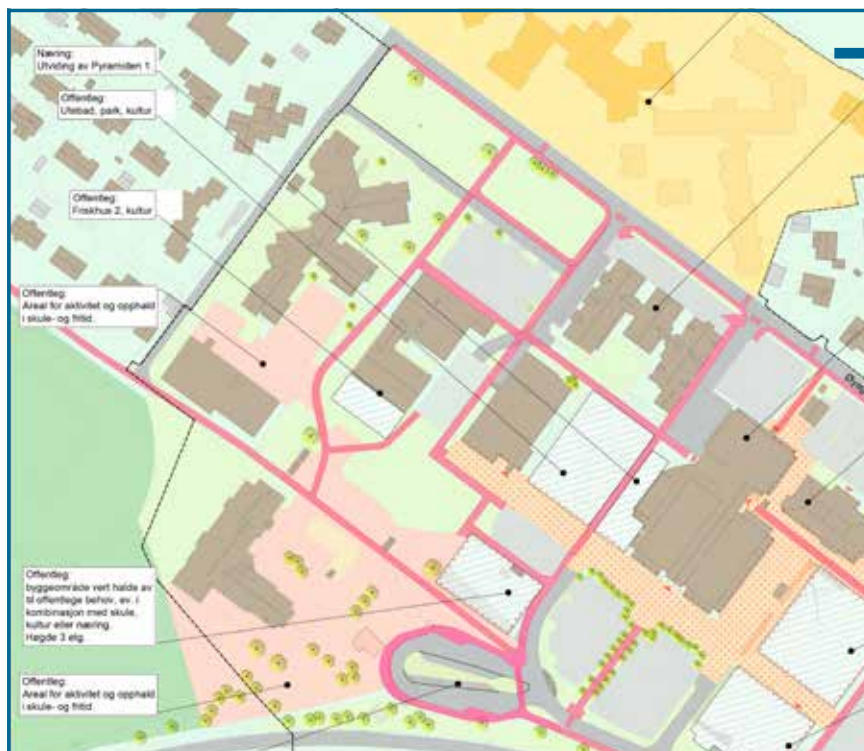
Regulering av Gaupne sentrum

Det er framleis reguleringsarbeid på gong i Gaupne sentrum. Formannskapet har drøfta konseptskissa over frå Norconsult, og eit endeleg planforslag nærmar seg. Skissa er litt vanskeleg å lesa, så den er delt opp i fire delar.



Det vert planlagt nytt helsehus i Gaupne, og planen legg opp til å samle helse- og omsorgstenester innfor 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.

Det er positivt med fleire bustader i sentrum, men viktig å sikra det er tilstrekkeleg parkeringsdekking for både næring og bustader innfor sentrumsområdet.



Innafor den nordvestlege delen av planen, er det lagt opp til utviding av Friskhus 2 med kultursal/-hus. Det skal understrekast at det vert vist alternative lokasjonar for nytt kulturhus.

Løysinga skisserer også utviding av Spar, og det opnast for mogleg framtidig utebad/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 denne løysinga, kor nærerande butikkar er erstatta med ei Coop Extra og eit nytt næringsbygg mellom ny Coop og rådhuset. Denne løysing vil gje eit noko meir opent sentrum med tydelege gangpassasjer og ein meir naturleg samanheng mellom næringsbygg i Gaupne.

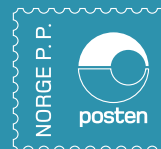


I den sørlege delen av konseptskissa er krysset justert noko. Avkjørsel mot Gaupnegrandene har blitt trekt vekk frå Rådhusvegen, og det vert etablert ei dråpeforma midtrabatt. Rådhusvegen skal og ha midtrabatt, og avkjørsel frå denne mot sentrum er trekt lengre vekk frå fylkesvegen for å gje meir

plass til trafikken. Denne løysinga er vurdert til å være både den billigaste og mest realistiske, og vil forbeta 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.

Det skal understrekast at dette ikkje er ein endeleg plan, så ting kan fort endre seg. Når Norconsult er ferdige med planforslaget deira og det skal på høyring, vil det bli annonsert i blant anna Sogn Avis og på kommunen si heimeside og det vil bli mogleg og komme med innspel til planen. Både kommunen og Norconsult håpar på mange tilbakemeldingar for å kunne sikre gode løysingar som alle er tilfredse med og vil kunne sikre Gaupne inn i framtida.



LUSTRA- nytt Nr. 2 - 2024

Opningstider:

Rådhuset:

Alle dagar (måndag-fredag) 09:00-15:00

Opningsider i jula finn du på våre nettsider

Du finn informasjon og vaktnummer
på luster.kommune.no

Luster legekantor

Måndag - fredag:	
Telefontid	08.00-14.00
Konsultasjon	08.30-14.00
Labratorium	08.30-14.30

Luster bibliotek

Måndag	stengt
Tysdag, onsdag og torsdag	11.00-16.00
Fredag	11.00-15.00
Laurdag	11.00-14.00
(Stengt i veke 52 og nyttårsafta)	

NAV Luster

Tysdag	12.00-14.00
Elles etter avtale.	

Luster miljøpark/Simas

Måndag	09.00-14.00
Onsdag og torsdag	14.00-18.00

Lustrabadet

Måndag, tysdag og torsdag	15.00-20.30
Onsdag og fredag	06.30-08.30/ 12.00-20.30
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 7. november 2024
Ansvarleg redaktør: Rådmann Jarle Skartun.
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: postmottak@luster.kommune.no
Layout/produksjon: sognefjord.net as | Tlf 959 86 632

Framsidedfoto: Vinterlys over Hafslo teke frå Heggmyrane.
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