



Luster kommune

# LUSTRA- *nytt*

Napp-ut bilag  
Beredskap  
startar heime

Side 33-36

Sjå bilete  
og les om  
Nye Hafslo  
barnehage

Side 5, 6 og 7

Les om  
Silje frå  
Veitastrond

som har  
35 mjølkekyr  
Side 38 og 39

*God jul*

# Det går bra!

Det er mykje prat om innsparingar og tilpassing av kommunal drift og tenesteproduksjon for tida. Budsjettarbeidet er i full gong, og politikarane her i kommunen må prioritere i mykje større grad enn me har vore vande med.

Meininga er ikkje å uroa dykk lustringar! Ja, me må drive annleis enn i dag, og me må på sikt klara oss med nokre færre årsverk totalt for at kommunen skal ha ein sunn økonomi. Det er ikkje i seg sjølv dramatisk. Politikarane har vore einige om å skjermje barn og unge, men alle andre tenester vert utfordra på å drifte meir rimeleg.

Midt oppi alt dette pratet om slankare drift så må me ikkje gløyme at me bur i ein svært ressurssterk kommune. Tenestetilbodet i Luster er i nasjonal samanheng heilt i toppsjiktet, så det gode som har kjenneteikna Luster kommune vil framleis vere svært godt, også inn i framtida.

I denne utgåva av Lustranytt får du møte eit par hundreåringar som eg har vore så heldig å få vitje. Det er eit privilegium å få prate med nokon som har levd så lenge – dei er vitne frå ei heilt anna tid og tilvære enn det me har i dag. Og dei vert stadig fleire! Me har mykje å lære av dei som har levd lenge, både hundreåringar og ikkje fullt så gamle eldre.

November kan vere mørk og litt trasig, men me har likevel vore signa med ei mild seinhaust som mange har sett pris på. Vêret er eit evig tema, i Luster og i verda elles. Klimaendringar og oftare varsel om værferenomen med eigne namn har blitt daglegdags. Som leiar i Jostedalsbreen nasjonalpark så vert eg ekstra merksam på kor fort ting skjer. Breane smeltar i rekordfart, og landskapet er i rask endring.

Luster kommune bur seg godt på desse endringane, og det er ikkje grunn til uro her hjå oss. Men me vil



verte utfordra i større grad enn før når det kjem meir vind og nedbør enn det som har vore normalen. Dette kostar pengar men må likevel prioriterast høgt.

Beredskapen i Luster er god, og lustringar flest er vande med å handtere dårleg vær. Me skal difor gå inn i førjulsvinteren med von om ei fin tid med forventningar og trivelege stundar kringom i kommunen.

Frivilligheita her i Luster gjer ein strålende jobb med å skape møteplassar gjennom året, og kanskje spesielt inn mot høgtidene. Eg vil gje ein ekstra takk til alle dykk som står på for at sambygdingar kan møtast og ha ei fin stund i lag.

Kjære lustringar, ta vare på kvarandre og ha ein retteleg god advent og joletid! Takk for året som har gått, og så tek me fatt på det nye året saman!

Helsing frå Andreas

# Gode lustring

Ein bekymra kommunedirektør gjer ikkje så stort inntrykk på sindige lustringar. «Det er jobben din å være bekymra», var det ein som sa til meg, «og så er det politikarane sin jobb å gjere noko med det.» Vel, vel... Eg vil no meine at vi har eit felles ansvar og at det er i dialog vi finn dei beste løysingane.

Medan nokon tel sauene som er henta ned frå frodige fjellbeite, så har leiarane i kommunen rekna og gjort opp status for økonomien vår. Vi skal spare minst 25 millionar kroner for å få neste års budsjett mot nullresultat. Du skjønner at det eigentleg ikkje er nok.

Det er lett å være sjef for gode tider heiter det. Å være leiar eller folkevalt i kommunen er med andre ord både spanande og utfordrande når økonomien vår er verken fri eller frisk. No handlar det om å gjera noko med det. Det komande året trur eg ikkje berre handlar om å forandre det som er, men å skape det som ikkje er.

Natta er større enn dagen, for der vert draumane til. Vi må ta tak i det som ein vanlegvis ikkje snakkar om når ein vandrar over ei hengemyr. Det blir ikkje nødvendigvis beint fram som er det rette. Kanskje blir det som Olav H Hauge skriv i «Eit ord»:

Eit ord  
–ein stein  
i ei kald elv  
Ein stein til –  
Eg må ha mange steinar  
skal eg kome over.

Dette lyder svært kvardagsleg, og mange kjenner seg nok att. Ja, det er nesten slik at du tenkjer at dette kunne du skrive sjølv. Slik er det også med det vi driv med i kommunen. Vi driv stort sett med kvardagslege ting som mange meiner noko om. Eg har t.d. høyrst at dei beste snøbrøytarane finn vi på



Facebook. Vi kan more oss litt over det, men djupast sett er det eit alvor når terskelen for å sparke i alle retningar blir alminneleggjort, og rollemodellane blir mobbe-modellar. Ikkje bra. Diktarane lærer folk å sjå, heitte det. Så kan ein diskutere om det er gyldig no når alle er blitt diktarar.

Det som er sikkert er at høgtid og fest opptek mange på ulikt vis om dagen. Dersom eg skulle kome med noko ønskje for jula og det nye året på vegne av fellesskapet, må det bli at vi vaksne tenkjer nøye gjennom: Treng vi å fylle heimane (og hagane) våre med fleire ting? Eg ser at kjøpesentera, butikkar og nettstader bugnar av skrot som ingen treng. Dette blir søppelberg av tekstilar, metall og plast. Enorme ressursar vert sløst bort i eit forrykande tempo. Nei, gje heller opplevingar og frå hjartet. Dei beste ønskjer for tida som kjem.

Med helsing  
Jon Bolstad,  
kommunedirektør



UTFORSKING AV NÆRMILJØET TIL

# Veitastrond barnehage

Veitastrond oppvekstsenter



I Veitastrond barnehage er nærmiljøet ei rik kjelde til opplevingar, læring og meistring. Barna får utfalde seg i naturen, og gjennom små og større turar blir dei kjende med bygda si.

Turar til utsiktspunkt gir barna høve til å sjå bygda frå nye perspektiv. Dei peikar og undrar seg over husa og gardane sine. Slike augeblikk styrkjer både tilhørslse og forståing for landskapet dei veks opp i. Samstundes gir turane barna høve til å kjenne på meistring – anten det er å gå lengre enn før, klatre opp ein bratt bakke eller å utfalda seg i ulendt terreng. Å gå i skogen og plukke blåbær rett i munnen, er både godt og magisk! Gjennom rørsle og utforsking av naturen rundt oss utviklar barna både fysisk styrke og tru på eigne evner, og dei dei styrkjer samhaldet seg i mellom.

Gardsbesøk er òg ein viktig del av kvardagen og nærmiljøet vårt. Me er heldige som har mange foreldre og andre bønder som gledeleg tek i mot besøk frå barnehagen! Her får barna møte dyr som sauer, geiter, hestar, griser, kyr og høner. Dei får vere med på innhausting av poteter og gulrøter, som gir ei konkret forståing av kvar maten vår kjem frå. Å få klappe ein kalv eller samle egg frå hønehuset er både spennande og lærerikt, og gir rom for fine samtalar.

Gjennom utforsking av nærmiljøet til barnehagen opplever barna meistring, undring og glede. Veitastrond barnehage legg til rette for at kvart barn skal få kjenne på gleda ved å lære gjennom rørsle, natur og fellesskap – med bygda som leikeplass og læringsarena.



## Gamlestova barnehage har flytta til nye lokale



Måndag 20. oktober var ein stor dag for oss som er brukarar av Gamlestova barnehage. Dei nye lokala, som vi har venta på i fleire år, var endeleg klar til å takast i bruk. I forkant hadde barna fått gjort seg kjent på uteområdet. Inne hadde dei berre sett gjennom glasa. Så denne måndagen var det mange spente barn. Dei var ivrige når dei kom inn, og det var mykje som skulle utforskast. Vårt inntrykk er at dei likte det dei såg. Det var



*Ei koseleg nisje som barna trivest i. Kjekt å ta med seg leiker inn her og få leike i fred.*



*Her er eit hus som passar perfekt for 1-2 åringar. Kjekt å leike her.*

mykje aktivitet og lite tid til å ete, og det var godlydar og store smil.

Barna har brukt første veka til å bli kjent med eiga avdeling. Dei er og nysgjerrige på kva anna som finst i bygget, og det skal utforskast etter kvart. Det er stort areal som ein skal gjere seg kjent med.

Utforminga av avdelingane gjer det lettare å samarbeide på tvers og med same aldersgruppe. To småbarnsavdelingar (1-3 år) er plassert nede. Oppe er det to storbarnsavdelingar (3-6 år). Med kun ei dør mellom avdelingane er det gode rammer for samarbeid. Vi har fått ein nærheit til skulen og Hafslo barnehage som gir oss betre moglegheiter i det pedagogiske arbeidet. Flyttinga har letta bruken av gymsal og bibliotek og til å samarbeide med den andre barnehagen.



*Det som kjenneteiknar barnehagen er store og gode rom å leike i, og det ser vi døme på her.*

Personalet er godt nøgde med resultatet på vegne av seg sjølv, barna og føresette. Vi rettar ein stor takk til Eirik Hoem. Eit mangeårig medlem i Fau som engasjerte seg sterkt i arbeidet med å få på plass nye lokale til barnehagen.

Vi nyttar og høve til å takke Audun Torvaldsen som har vore ein inkluderande og brukarretta byggeleiar. Han har lytta og teke innspela våre med seg vidare i prosessen. Noko som har ført til eit godt og funksjonelt bygg.

Barnehagen heiter framleis Gamlestova barnehage. Frå 1. august 2026 blir Gamlestova og det som er Hafslo barnehage i dag slått saman til Hafslo barnehage. Det vil bety at det skal vere felles administrasjon, og alle avdelingar skal vere lokalisert på to bygg slik som i dag.





## Nye Hafslo barnehage

# Ny barnehage i gamle «Husmorskulen»

### Historikk

3. februar 1958 tok Husmorskulen på Hafslo i mot den første elevflokk på 32 elever. Luster vidaregåande skule på Hafslo vart nedlagt av fylkeskommunen i 2014 etter 56 driftsår.

Luster kommune overtok då bygget, og ein lang periode med planlegging av ny bruk tok til. Nytt barnehagebygg til erstatning for Gamlestova vart tidleg vurdert som aktuelt, ikkje minst med tanke på det flotte sørvende utomhusområde mot Hafslovatnet.

Bygget vart oppført midt på 1950-tallet med plasstøpte dekker og berekonstruksjonar. Etter dagens byggemåte er det låge etasjehøgder og svært

utfordrande å tilpassa til dagens tekniske krav. Som følgje av dette vart det fyrst prosjektert ei løysing som såg vekk frå å utnytte underetasjen til barnehageareal. Heile bygget (3000 m<sup>2</sup>) skulle då rehabiliterast. Som følgje av svært høg pris (120 mill.kr.) vart den anbodskonkurransen avlyst. Etter ny politisk handsaming vart det bestemt å gjennomføre full omprosjektering med delvis riving av hovudfløy (1000 m<sup>2</sup>) og full utnytting av underetasje.

### Gjennomført byggetiltak

Den valde entreprisreform er generalentprise. Det vil sei at byggherre leverar alt av produksjonsunderlag (teikningar og beskrivingar)

og generalentreprenøren står for heile utføringa med sine underentreprenørar.

Rådgjevarar som er nytta til prosjektering:  
Arkitekt: Sign AS  
Rådgjevande ingeniør bygg (konstruksjonar):  
Ingeniørkontoret Per Berteig AS  
Rådgjevande ingeniør ventilasjon, røyr og elektro:  
iVest Consult AS  
Rådgjevande ingeniør brann:  
SOS Brannconsult AS  
Miljøkartlegging: Norconsult AS  
Akustikkplan: Sign AS

Generalentreprenør: Hans Nes Bygg AS  
Underentreprenørar:  
EL-installasjon: Holen Installasjon AS  
Målar/golvlegging : Øvrebø fargehandel AS  
Røyr: VB Skår VVS AS  
Ventilasjon: Ingeniørfirmaet R.Torgersen AS/ Walther Sætre & Co AS  
Metallarbeid: Daco AS

Kontraktsfesta byggeperiode: oppstart 04.03.2024 – ferdigstilling 29.8.2025. Bygget vart formelt overteke 09.10.2025 og teke i bruk av barnehagen 20.10.2025. Sett i lys av utføringa med asbestsanering og betongrehabilitering har framdrifta vore god. Prosjekterte løysingar for å ivareta romhøgder er godt følgt opp av utførande. Bygget er fullsprinkla. Læringer i fleire fag har delteke på byggeprosjektet, og det er gjennomført to fagprøvar.

### Tilleggs- og fleirbruksareal i bygget

HBU/ arbeidslivsbygget: Garasjen mot aust vart inkludert i byggeprosjektet og vil fungera som del av undervisningsopplegget for arbeidslivsbygget.

Ungdomsbaser: Gjenverande areal i 3 etasje er ombygd med HCWC, kjøken og heis. Nytt trapperom var også nødvendig for å ivareta rømingssikkerheita.

Hafslo sogelag får fortsatt nytte det gamle arkivrommet til fylkeskommunen.

Fleirbruksareal: Sentralt i bygget er det eit fellesrom som barnehagen nyttar på dagtid. Lag og organisasjonar kan nytte dette på kveldstid/helg etter avtale med barnehagen.

### Universell utforming

Bygget er tilrettelagt for personar med funksjonsnedsetjing med fast dekke og rett stigningstilhøve på vegar/ramper, HCWC` er i alle avdelingar, dørautomatikk, to heisar og kontrastfargar i kommunikasjonsareal/HCWC.

Tilkomst på uteleikområde og gjennom bygget er prøvd ut av rullestolbrukar.

### Ombruksprofil

Bygningsmessig er nært all betong og teglstein gjenbrukt enten i del som er ombygd eller som fyllmasse. Takkonstruksjon i tre og takteking er gjenbrukt i sin heilheit på ombygd del, samt at overskot av betongtakstein er nytta på nytt pumpehus/lager.

30 innerdører, og noko VVS materiell vart teke vare på og ombrukt i bygget.

Ved tømning av bygget vart det arrangert «gje bort» dag. Mykje av inventar/møblar vart då henta av lag/organisasjonar og privatpersonar.

På uteleikområde vart stor sklie, to gapahukar, grillhytte, leikestasjon og nokre mindre leikeapparater gjenbrukt. Det vart også nytta ein del ombruksdekk.

Tiltaket er støtta av Miljødirektoratet gjennom Klimasats-ordninga.

### Tilkomst og parkering

Det er etablert separat tilkomst med rundkøyring og hente/leveringssoner for barnehagen. Det er også asfaltert og merka 21 nye parkeringsplassar på arealet der del av hovudfløyen



vart reve. Hafslo barne- og ungdomsskule har også eit stort behov for parkeringskapasitet på området. Etter to veker med drift av ny barnehage ser det ut til at

dette fungerer tilfredsstillende, men grep for ytterligere auke i parkeringskapasitet kan vera aktuelt.



# Mørkridsdalen

SKJOLDEN  
OPPVEKSTSENTER



I juni måned hadde Skjolden oppvekstsenter ei veke med undervisning i Mørkridsdalen. For oss som jobbar ved oppvekssenteret er det viktig å lære barna om kulturen og naturen som er i vårt nærmiljø, slik at barna vert sterkare tilknytt heimstaden Vi tok utgangspunkt i prosjektet som vi hadde i 2014. Undervisningsopplegget er utarbeida av Statens Naturoppsyn og tilsette ved Skjolden



oppvekstsenter. Da vi i vår skulle ha ei ny veke i Mørkridsdalen var SNO og tradisjonsbærar gode medhjelpare for oss.

Undervisningsopplegget er knytta opp i mot læreplanen. Det er ei tverrfagleg undervisning, som har med seg overordna mål som livsmeistring og berekraftig utvikling.

Heile veka var dei eldste barna og elevane inne i Mørkridsdalen med ulike aktivitetar. Vi starta med ei motivasjonsøkt på skulen, der vi fekk sjå filmen som er laga om Mørkridsdalen. Kjekt å sjå for i filmen var det mange kjende fjes. SNO fortale om si rolle som naturen sitt politi, slik at vi har ein fin natur, også i framtida.



Tysdag blei elevane guide av Kjell Einar Ormberg som fortalde om 25 ulike stadnamn og historia bak namna.

På torsdag var det ulike stasjonar på vegen fram mot Dulseth. Første stasjonen var på Grasøy. På Grasøy måtte elevane samle inn ulike plantar og Aina frå SNO fortalde kva vi kunne bruke plantene til. Kanskje noko av det som kjekkast på Grasøy var nok å få hogge og sage ned tre. Men sjølsagt berre tre som SNO hadde merka først.

På vegen framover blei det eit stopp i Almeskogen, og der var Liv frå SNO som fortalde oss om Alma. Det var nok ingen som viste at almetreet hadde så mange ulike bruksegenskaper.



Den siste stasjonen var Råsamyri og her var Arne Rein frå SNO og Rune, hestehjelpar, med skjellet frå Jerv og Bjørn. Litt skummelt, men også spennende.

Elevane i 5., 6. og 7. klasse overnatta på Dulseth frå torsdag til fredag. Akkurat som før i tida så hadde vi med to hestar som kløyva opp utsyr til overnatting. Det var Vigdis Marita, lærar på skulen, som hadde med to hestar og fekk god hjelp av Nils Arne som er bestefar til fleire av elevane.

Veka vart avslutta med turdag for foreldre og andre som ville bli med på tur. Elevane skulle vere guidar og fortelje det dei hadde lært denne veke. Veka vart avslutta med fellessong frampå Dulseth – Visa av Hans Mørkrid.



## Velkommen til julemarknad på Hafslø!

Første søndag i advent, 30. november, vert det arrangert julemarknad av niande trinn på Hafslø i gymsalen på Hafslø barne- og ungdomsskule. Her vil det vera moglegheit for å kjøpa seg gløgg, julekaker og kaffi, og ulike juleprodukt. Me vil òg tilby lukkehjul, juleverkstad med blant anna fargelegging og «kino» med julefilmar for dei minste.

Elevane jobbar no med entreprenørskap, og har laga seg elevbedrifter der dei produserer julegåver, julepynt, tennbrikettar og anna ein treng til jula. Det vil i tillegg verta moglegheit for lokale seljarar

å leiga ein plass for å selja varene sine. Leigeprisen vert 200,- per stand. Dersom du ynskjer å leiga ein plass kan du senda kontaktinformasjonen din til [johannes.fredheim.finstad@luster.kommune.no](mailto:johannes.fredheim.finstad@luster.kommune.no). Dørane ved hovudingongen på samfunnshuset opnar klokka 13.00 og stenger kring klokka 15.30. Me oppmodar då dei besøkjande til å gå opp utanfor Spar på Hafslø for å få med seg årets julegrantenning her.

Føl oss gjerne på Facebook under arrangementet «Julemarknad på Hafslø», eller under «Julemarknad.Hafslø» på Instagram.



## Kulturkveld i Solvorn

**Solvorn oppvekstsenter fekk for eitt år sidan spørsmål frå prosjektkoordinator i Luster utvandrarrubileum 2025, om skulen ville vera med å markera 200 år sidan den første organiserte utvandringa til USA, den største folkevandringa i Noregs historie.**

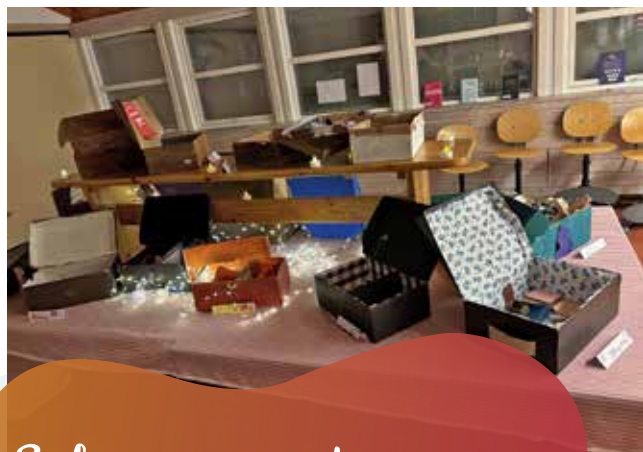
Det kunne skulen tenkja seg å gjera saman med bygdalaget. Det vart såleis eit samarbeid med skulen/FAU og bygdalaget i samband med Strandsitjardagane 2025. Samarbeidet og arbeid med temaet vart avslutta med ein kulturkveld i gymsalen fredag 26. september. Overskotet av kvelden skal gå til Bergenstur for elevane på 4.-7. trinn våren 2026.



På ein av planleggingsdagane i august deltok lærarane på eit webinar i regi av fylkeskommunen der me vart gjort kjende med hjelpemiddel elevane kunne bruka for å utforska den norske utvandringa gjennom interaktive og fysiske opplevingar. Utvandringa til Amerika er ein viktig del av både norsk og vestlandsk historie som det er viktig at komande generasjonar også kjenner til.

Sidan skulestart i haust har utvandringa til Amerika vore tema i ulike fag. Elevane har skrive og øvd inn rollespel, fått utfalda seg kreativt med å laga plakatar, kulissar og Amerikakoffertar. Dei har prøvd å leva seg inn i denne tida, også med utkledding.

Det å vera med på opplegg og samarbeid som skal enda opp i framføring og prestering, skapar engasjement hjå både liten og stor. Humør og motivasjon har jamnt over vore bra. Då programmet var klart, laga elevane plakatar som dei hengde opp rundt om i Solvorn og på Urnes. Programmet inneheldt rollespel, musikk, allsong og film frå ulike aktørar.



Solvorn oppvekstsenter



Då kvelden nærma seg, steig spenninga hjå både elevane og tilsette. Kor mange ville koma? Blir det nok mat til alle? Fungerer teknikken til film i gymsalen? Siste arbeidsoppgåve for elevane etter generalprøve og finpuss, var kutting av grønsaker til betasuppe.

Det kom så mange folk at det måtte setjast fram fleire bord og stolar. Så var det klart og allsongen kunne starta; «Solvornsongen» med Ferme Kvendi som forsangarar. Elevane ønskte velkomen og fortalde om opplegget for kvelden. Det var rollespel av 1.-7. trinn der me fekk sjå nokon som utvandra, både alvor og latter. Rockeverkstadens framførte song/musikk og kva passa ikkje betre enn å avslutta med «Dar kjem dampen». Elevane frå 4. trinn i Gaupne fortalde om filmen dei har laga om utvandringa og som me fekk sjå på vegggen. Så var det tid for mat, og nok mat vart det, før ein heldt fram med allsong og Merethe Offerdal Tveit sitt kåseri om

### Elevsitat om arbeid med temaet:

«Det var morosamt, det var gøy, og det var slitsamt.»

«Det var skikkeleg gøy.»

«Eg kunne ingenting frå før, så eg har lært noko nytt.»

«Eg har lyst til å ta fly til Amerika og vere der nokre veker, men eg har ikkje lyst til å bu der. Eg kan ikkje språket og det blir vanskeleg.»

Amerikabrev. Bygdalaget ved leiar Oddstein Haugen takka for kvelden før det vart runda av med allsong om «Solvornnatt». Ein vellukka kveld og avslutning på eit interessant og omfattande tema.

## Nytt hjelpemiddel i livredningsopplæringa i Lustraskulen

**I mange år har elevane i Lustraskulen trent på livredning med dei såkalla Mini-Anne-dokkene. Med støtte frå Luster Sparebank er no neste generasjon Mini-Anne-dokker kjøpt inn til bruk i opplæringa.**

I over 10 år har elevane på 7. trinn og på ungdomssteg trent livredning på ei lita dokke som av produsenten vart kalla Little Anne – Mini-Anne. Det var lege Morten Larsen som opphavleg tok initiativet til denne systematiske livredningstreninga, og nye dokker er jamleg kjøpt inn med sponsorstøtte frå Luster Sparebank. Elevane kunne også ta med dokkene heim og vise foreldra kva dei hadde lært. Dei opprinnelege dokkene hadde litt avgrensa haldbarheit og var i utgangspunktet ikkje laga for gjenbruk.

No er det komen ein ny generasjon Mini-Anne-dokker på marknaden som er meir robuste og laga for gjenbruk. Desse treningsdokkene har også Bluetooth-tilkopling slik at elevane via nettbrett eller PC kan få umiddelbar tilbakemelding om dei utfører livredninga riktig. Sånn sett gjev dei nye dokkene ein større læringsverdi.

I samarbeid med Røde Kors sendte Luster kommune ved Oppvekst og Mona Bukve, inspektør ved Luster ungdomsskule, søknad til Luster Sparebank om støtte til innkjøp av den nye generasjonen livredningsdokker. Luster Sparebank har velviljug donert 80 000 kr som har gjort det mogleg å kjøpa inn fire stykk Mini-Anne-koffertar med seks dokker i kvar koffert. I tillegg er det kjøpt inn to Mini-Anne-familie-koffertar der det er ei vaksendokke, ei barnedokke og ei spebarn-dokke. Også desse treningsdokkene er kopla til ein eigen app som gjer det mogleg å sjå resultatet av treninga.

Dei nye dokkene vil innebera ei kvalitativ forbetring av opplæring i livreddande førstehjelp, noko som også er eit eige læreplanmål på ungdomssteg tre. Koffertane vil

vera lokaliserte på ungdomsskulane i kommunen. Alle skulane i kommunen kan avtale seg imellom når dei planlegg livredningsøving og ønskjer å nytta dokkene. Dei nye dokkene kan også nyttast av personalet når dei har sine jamlege øvingar i førstehjelp.

Røde Kors har i fleire år hatt samarbeid med Luster ungdomsskule og ser verdien av systematisk opplæring i livredning allereie frå skulealder. At elevane får tidleg kunnskap om og trening i HLR, er eit bra førebyggjande tiltak i seg sjølv som styrkar lokalsamfunna. På sikt kan det også bety at ungdommar får interesse for å bidra i frivillig arbeid i hjelpekorps og hjartestartargrupper, noko som er viktig for framtidig rekruttering. Lege Morten Larsen er også glad for innkjøpet av dei nye Mini-Anne-dokkene: «Den årelange tidlege oppstarten av strukturert trening av gjenoppliving på skulane våre – sjenerøst sponsort av Luster Sparebank – medfører utan tvil lågare terskel for å trø til og setje i gang Hjerte-Lunge-Redning og vil spare liv i kommunen. All ære til både sponsor og kommunen, lærarar og elevane for å halde koken med dette prosjektet.»



Elevane på 9. trinn ved Luster ungdomsskule øver på dei nye livredningsdokkene. Frå venstre Ylva Gabrielsen Urdahl, Olivia Moen og Jens Paulsen.



# Hafslo-elevar fangar oktober sin fargemagi

Hafslo barne- og ungdomsskule



**3. klasse er jamleg på tur, og Trollskogen er ofte turmålet. Fredag før haustferien var klassen igjen på tur, og denne gongen var me så heldige å få med oss Kristine, som er kunst- og handverkslærer. Ho lærte oss om plantetrykkmetoden økoprint. Nedanfor er litt om kva me gjorde og bilete av prosessen.**

Me samla ulike typar blad og strå i ulike fargar. Lærer Kristine fortalte at nokre blad gir frå seg mykje farge og nokre gir lite farge. Denne dagen skulle me utforske kva for blad og strå i nærområdet vårt som gir god farge til slike trykk. Elevane samla ivrig inn blad av bregnar og strå, bjørk og bringebær, gras og rogn. I tillegg hadde me plukka med oss blad av lønn og hestekastanje frå skuleplassen.



For at papiret eller stoffet skal ta opp mest mogleg farge, og fargen bli varig, dyppar me arka i alunvatn eller jarnvatn. Dette kallar me beising, og det er same type førebuing til farging som me ville ha brukt dersom me skulle ha farga ullgarn eller andre tekstilar. Deretter legg me blada på arket slik ein vil ha det før me legg ark nummer to oppå, også det dyppa i alun- eller jarnvatn. Alle fekk laga kvart sitt trykk på papir, og i tillegg laga me eit felles klassebilete på silkestoff.



Me rulla trykka stramt saman rundt ein pinne, og surra hyssing rundt, for at det skulle halde seg på plass. No er det klart til å leggje rullane oppi blågryta og



venta på at magien skal skje. I gryta kokar allereie vatnet, og lagar masse damp. Her skal det liggje og dampe i ein og ein halv time. Dampen og varmen gjer at blada skil ut fargestoffa sine, og fargane blir overførte til papiret og stoffet.



Medan det dampa og putra var det tid for mat og frileik. Innimellom såg me oppi gryta og såg at det var skjedd noko. Dette var veldig spennande og me gledde oss til å opne rullane for å sjå det ferdige resultatet. Det er slett ikkje sikkert at fargane på det ferdige trykket vert dei same som fargane på blada før damping. Så det er alltid ei spennande oppleving å opne rullane med ferdige trykk.



Attende i klasserommet er det tid for å sjå korleis det ferdige resultatet vart. Rullane er ferdig dampa og kjølt ned, og bunkane med trykk har fått tørke flatt, utan å bli opna. I det elevane opnar bunkane, trer det fram fargerike og vakre trykk.





Rett før sommarferien var ungene på Veitastrond oppvekstsenter så heldige at dei fekk eit heilt nytt klatrestativ i skulegarden. Kven var det som hadde ordna med det? Jo, elevrådet!

## Nytt klatrestativ på Veitastrond oppvekstsenter

Nytt klatrestativ kom på plass etter ynskje frå elevrådet på Veitastrond, og saman med rektor Elisabeth Alme har dei fått vore med på heile prosessen. Elevane byrja med å sjå på kva dei ynskja seg av apparat, kva prisar dei låg på og kor mykje midlar det var realistisk å få inn. Når dei såg millionkostnaden det var for store klatreparkar i samband med kva dei kunne venta av midlar, justerte dei krava. Saman vart

elevane og oppvekstsenteret einige i å gå for eit klatrestativ frå Tress, med nokre få justeringar. Vidare var dei med å velja ut kor det nye apparatet skulle stå, og kven av dei gamle apparata me skulle behalda og kva me skulle ta bort.

Når alle avgjersler var tekne og søknadane om midlar var sendt og motteke, var det endeleg klart

for montering. Som vanleg stilte foreldre, ungar og andre folk i bygda opp med både maskiner, verktøy og ikkje minst kunnskap til dugnadsarbeid. Gamle apparat vart tekne bort, og ein del vart satt opp på nytt. Dugnadsgjengen avslutta sjølvstilt med kaffi med noko attåt og ein god prat til slutt.

Etter kvart som alt det gamle hadde fått ny plass eller blitt kassert, kom det folk frå Tress og monterte det nye apparatet. Til slutt kom Luster kommune med bark til fallunderlag og dei planta ny plen rundt apparata. Einaste minuset var at ungene måtte venta ei stund med å bruka området til ny plen fekk veksa opp.

Dette har vore eit spanande og lærerikt prosjekt for elevane på Veitastrond oppvekstsenter. Dei har fått vore med på heile prosessen som starta med sak i elevrådet til me fekk eit heilt nytt uteområde å boltra oss i. Elevane har og lært at ting kostar og ofte tek ting litt lengre tid enn ein ynskjer, men at resultatet blir bra til slutt.

Nytt klatrestativ er ei stor kostnad for eit lite oppvekstsenter, men saman med gode støttespelarar i Luster kommune, Luster Sparebank, Veitastrond bygdelag, Veitastrond Idrettslag og foreldre har det vore mogleg å gje ungene på Strondi dette flotte nye skuleområdet.



## Luster kommune satsar på inkludering i arbeidslivet

Hausten 2024 vedtok kommunestyret i Luster å setja av midlar til inkluderingstiltak slik at flyktingar og andre skulle kunne få prøve seg i arbeidslivet. For 2025 er over 5 millionar kroner sett av til dette føremålet og meir enn 12 personar har hatt eit arbeidsengasjement i kommunen gjennom ordninga dette året.

Bakgrunnen for inkluderingstiltaket er at Luster kommune i 2023 og 2024 mottok langt fleire flyktingar enn tidlegare år. Mange flyktingar var ferdige med introduksjonsprogrammet, og det vart betalt ut vesentlege beløp i sosialhjelp til dei flyktingane som ikkje hadde kome inn i arbeidslivet.

NAV har arbeidd systematisk med å hjelpa flyktingane over til arbeidslivet, men det er utfordrande i ein forholdsvis liten arbeidsmarknad som Luster er. Samtidig har Luster kommune utfordringar knytt til rekruttering i fleire av dei større tenesteområda. Inkluderingstiltaket er ikkje berre retta inn mot flyktingar, men alle som treng litt ekstra hjelp for å komma inn i arbeidslivet. Ønsket har vore å gje fleire arbeidserfaringar som gjev dei betre sjansar til å gå over i ei ordinær stilling på sikt.

### Tett samarbeid med NAV

I denne prosessen har Nav Luster bidrege ved å samarbeida med einingsleiarar og kommunalsjefar for å finne aktuelle kandidatar til inkluderingstillingane. Når Nav fekk tilbakemelding om kva tenester kommunen ønska å tilsetje i, starta ein å finne aktuelle arbeidssøkjjarar i Nav sin portefølje med utgangspunkt i arbeidsgjevar sitt behov og informasjonen Nav har etter kartlegging av arbeidssøkjjarar. Dei første tilsetjingane kom like etter nyttår og var fordelt både innafor helse- og oppvekstsektoren, kommuneadministrasjon, ATS og tekniske tenester. Dei fleste engasjementa var for eit halvt år.

I haust har det vore gjennomført ein ny prosess med tilsetjingar.

Denne gongen vart kandidatar inviterte til eit gruppeintervju. Kandidatane fekk snakka med ulike arbeidsgjevarar innafor opplæringssektoren. Det vart gjort vidare avtalar og i løpet av nokre dagar vart det gjort fem tilsetjingar i inkluderingstillingar. Dette var ein ryddig og effektiv prosess som gjorde at dei første kandidatane var i arbeid innan 14 dagar.

Anne Lene Eggum, fagleiar flykting- og sosialtenesta og arbeidsretta rådgjevar Hilmar Bruheim i Nav seier om tiltaket: «Me er heldige i Luster som har ein kommune som har teke eit større ansvar for inkludering i arbeidsmarknaden. For dei som får stillingane kan dette vera eit viktig skilje i livet. Dei vil få løn og kunne opparbeide seg rettar innafor Nav sitt velferdssystem. I dei fleste tilfella vil dei vera sjølvforsørga og ikkje avhengig av anna stønad frå Nav. Det viktigaste er likevel opplevinga av meistring, det å høyre til og ein auka livskvalitet. Det har positive ringverknader, som smittar om seg i lokalsamfunnet, og særskilt for dei som er foreldre og viktige rollemodellar. Me vil òg nytte høve til å takke einingane som tilset i inkluderingstillingar for å vera gode lagspelarar».

### Flest stillingar i barnehage og skule

Dei fleste inkluderingstillingane har vore i barnehage, og også nokon innan skule og SFO. Abu Johar Nour er nyleg tilsett i inkluderingstilling ved Gaupne skule. Nour seier til Lustranytt at ho er veldig glad for å ha fått moglegheit til å jobbe på Gaupne skule. Ho likar seg svært godt og tykkjer at dei andre som jobbar der er veldig snille. Det er veldig lærerikt å jobbe i eit team med



Lærer Tomas Kjølraug og Abu Johar Nour er begge glade for ordninga med inkluderingstillingar.

andre. Ho lærer veldig mykje språk av å vere i eit miljø der alle snakkar norsk.

Tomas Kjølraug er kontaktlærer i 4. klasse og er glad for ordninga: «Eg tykkjer det er veldig givande og nyttig å bli kjend med Nour som menneske, samstundes som ho er til veldig god hjelp i skulekvardagen».

Rektor Linda Øvregard Røhme følgjer opp med fleire godord om inkluderingstiltaket til kommunen: «Ved Gaupne skule er me alltid positive til å ta i mot personar både i språkpraksis og i inkluderingstillingar. Me ser ein stor verdi i det å kunne bidra til at flyktingar lærer seg det norske språket og såleis bli betre integrert i samfunnet. Skule, spesielt småskulen, er ein god arena for å lære seg språk».

Ein del av dei som har vore hjå oss har eigne barn, og då ser me at dei får ein heilt anna forståing for skulesystemet enn det dei har hatt tidlegare. Då blir det lettare for dei å følgje opp eigne barn, noko som igjen kjem oss til gode».



# Lustraskular

## DELTEK I EUROPEISK KLIMAPROSJEKT

**Veka etter haustferien var sju lærarar og skuleleiarar på oppstartsamling i eit treårig europeisk skuleprosjekt om klima. Oppstartsamlinga var i Ennis på vestkysten av Irland og samla skulefolk frå Irland, Kroatia, Serbia, Portugal og altså Luster.**



Klima var tema på møtet i kommunehuset. Det var veldig kjekt å møte og høyre elevar frå County Clare og ordføreren i Ennis.

Prosjektet er finansiert av EU sitt undervisningsprogram Erasmus+ og har fått innvilga over 4 millionar kroner. Det er Gaupne skule, Luster ungdomsskule og Luster oppvekstsenter som deltek i prosjektet frå Luster. Dette er det tredje store europeiske prosjektet som skular i Luster er med på.

### PROTECT

Prosjektet har fått namnet PROTECT som står for *Pupil-led Response to the Effects of Climate Change on Their Local Communities*

og dreier seg om korleis klimaendringane påverkar kvart enkelt lokalsamfunn og kva skular og elevar kan bidra med.

Partnarane i dette prosjektet er forutan lustraskulane ein barne- og ungdomsskule utanfor Zagreb i Kroatia, ein skule i Nord-Serbia, ei samling av skular utanfor Lisboa i Portugal, lærarskulen i Limerick i Irland og tre skular i County Clare vest i Irland. Koordinator for prosjektet er det pedagogiske senteret i Ennis i County Clare.

I forkant av prosjektet laga kvar partnar ein film der elevar frå skulane fortalde om sine tankar rundt klimautfordringane i deira lokalsamfunn og kva som burde gjerast. Desse filmene vart vist i kommunestyresalen i Ennis for deltakarane på oppstartsamlinga, elevar frå skular i Ennis, ordføreren og klimaavdelinga i County Clare.

### Arrangere eigen klimakonferanse

Gjennom prosjektet skal det haldast fagsamlingar og kurs for lærarar hjå kvar av partnarane, det skal utviklast undervisningsopplegg og kvar partnar skal gjennomføra eit såkalla case-arbeid, ei form for forskingsrapport på klimaprojektet som kvar enkelt skule skal bidra med i det treårige prosjektet. Dette skal dokumenterast både gjennom film og skrift. Sluttproduktet i prosjektet vil vera ein lokal klimakonferanse som partnarane vil arrangera i Lisboa våren 2028 der også elevar frå dei ulike partnarlanda får vera med. Elevens stemme er eit nøkkelord i prosjektet.

Temaet i førre Erasmus+-prosjekt som Luster deltok i var STEAM og denne metodikken er også sentral i det nye prosjektet. STEAM er ei forkorting for Science, Technology, Engineering, Art, Mathematics. Det er gjerne eit tverrfagleg prosjekt der teknologi i ein eller annan form vert nytta saman med andre fag. Som regel dreier det seg om ei praktisk oppgåve som inneber problemløysing og der elevane skal utforska og finna ut av problemet på eiga hand.

På oppstartsamlinga i Ennis deltok rektor og ein lærar frå kvar av dei tre lustraskulane i tillegg til kommunalsjef oppvekt som er lokal koordinator for prosjektet. På programmet for oppstartsamlinga stod fleire fagseminar, erfaringsutvekslingar og presentasjonar, skulebesøk, ekskursjon til nasjonalparken Burren og kulturelle innslag.

Under presentasjonane om klimautfordringar hjå dei ulike partnarane fekk ein høyre om kva

som skjer med Jostedalsbreen, om våtare klima og stormar både i Noreg og i Irland, om skogbrannar og stranderosjon i Portugal, om forureina drikkevatt i Serbia og tørke i Kroatia.

Rektor Eli Merete Hansen Moen ved Luster oppvekstsenter tykkjer det er spennande og viktig at skulen deltek i eit slikt europeisk samarbeidsprosjekt: «Me får oftare og meir krevjande ekstremvêr lokalt og nasjonalt, og i vinter måtte me stenge heile oppvekstsenteret grunna vatn og jordras inn i skulen og på uteområdet vårt.

Det er viktig for oss ved Luster oppvekstsenter å delta i prosjektet om klimaforandringar, både for å lære av kvarandre og å gi elevane verktøy og håp om at det er mogleg å bidra positivt. Det er hektisk program under kvar samling, og det er rikt på både fagleg og kulturelt utbyte. Og det merkelege er å sjå kor like utfordringar me ofte har, til tross for mange breiddegradars skilnad, ulike språk og kulturskilnader. Ingen kan gjere alt når det gjeld klimautfordringane, men alle kan gjere noko!»

Silje Flo Røysten, nyutdanna og nyttilsett lærar ved Luster oppvekstsenter var også begeistra for å delta på prosjektet: «Dette er det første året mitt i jobb som lærar. Det gjer at eg set ekstra pris på og er veldig glad for moglegheiten



På fagseminara måtte også dei vaksne til pers og prøva ut ulike undervisningsopplegg. Her er det rektor Eli og lærar Silje som presenterer.



Skulebesøk høyrer med på Erasmus-samlingar. Frå venstre: Ines Krušelj-Vidas frå Kroatia, Linda Ø. Røhme, Knut Åge Teigen, Mirjam Tverberg, Silje Flo Røsten, Åsmund Øgar og Knut Hauge frå Luster.

til deltaking på Erasmus-samling i Irland. Det er ikkje sjølvstøtt å få oppleve noko slikt gjennom ei heil lærarkarriere ein gong, og no får eg vera med på prosjektet som nyutdanna.

Det var veldig lærerikt. Eg fekk inspirasjon til korleis undervise elevane på kreative måtar om dei globale utfordringane. Det har gjeve meg stor motivasjon for det vidare arbeidet og utforske temaet med elevane mine».



## Velkommen til foreldrekurs

### For føresette med barn i alderen 1 – 10 år

Luster kommune inviterer alle foreldre/føresette med barn i alderen 1–10 år til COS foreldrekurs. **Stad og tid: Hafslø barnehage, tysdag 20. januar 2026 kl. 18:30–20:30**

Kurset er modulbasert og går over 7 kveldar, kl. 18:30–20:30 alle kveldane. Datoar for kurs: 20.01, 27.01, 03.02, 10.02, 03.03, 10.03, 17.03.

**PÅMELDING snarast og innan 9. januar 2026 til: solveig.lokkebo@luster.kommune.no**

Kurset er eit foreldreveiledningskurs som skal hjelpe foreldre og andre omsorgspersonar til å forstå barnet sine behov og styrke tilknytningen til barnet. Kurset blir gjennomført i ei lita gruppe med andre foreldre, og bruker filmklipp av samspel mellom foreldre og barn som utgangspunkt for samtale og refleksjon i gruppa. Samtalane blir leia av to veiledarar som er sertifiserte i å halde slike foreldrekurs. Kurset passar for alle foreldre, og det er fint om begge foreldre stiller. Kurset er gratis! Tilbakemeldinga frå tidlegare kursdeltakarar er at dette er eit svært nyttig kurs.

Sjå filmar om andre foreldre som har gått på kurs her: [www.folkom.no/a-vaere-forelder](http://www.folkom.no/a-vaere-forelder)

Alle vel møtt!



Luster kommune tek samfunnsansvar, tenkjer langsiktig om rekruttering og har lærlingar og lærekandidatar i ulike fag.

## Lærlingar

I 2025 har me lærlingar i følgjande fag:

Helsearbeidarfaget, ernæringskokkfaget, barne- og ungdomsarbeidarfaget. Utover vinteren kan det kome til ein lærling i sørvis- og administrasjonsfaget og ev. ein i data og elektronikkfaget.

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 og to deltakarar i prosjekt Menn i Helse – eit opplegg som fører fram til fagprøve i helsearbeidarfaget.

Me har vore så heldige at alle som har gått opp til fagprøve dei siste åra har klart fagprøven – fleire med beste resultat. Det kan me takke dyktige



Celine Fardal Norheim



Joakim Midtbø



Linnea Bremer



Marie Sofie Thunes



Mathilde Kristine Aspelund



Thea Tuften

instruktørar og faglege leiarar i einingane for.

**Så langt i 2025 har fleire teke og klart fagprøven:**

**Helsearbeidarfaget:**  
*Celine Fardal Norheim.* Ho har hatt base på Gaupne omsorgssenter.  
*Mathilde Kristine Aspelund.* Ho har hatt base på Luster omsorgssenter.  
*Marie Sofie Thunes.* Ho har hatt base på Hafslø omsorgssenter og klarde fagprøven i november 2024.

Alle helsefaglærlingane vår er inno alle omsorgssentra, 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:**

*Linnea Bremer.* Ho har vore i Gaupne barnehage.  
*Thea Tuften.* Ho har vore hjå Jostedal oppvekstsenter og ein periode i Gaupne barnehage.  
*Joakim Midtbø.* Han har vore i Gamlestova barnehage.

**Nye lærlingar frå august 2025:**

**Helsearbeidarfaget:**  
*Stina Bukve Gunnestad,* base hjå Luster omsorgssenter.  
*Diana Røneid,* base hjå Luster omsorgssenter.  
*Iselin Linde Brusegard,* base hjå Hafslø omsorgssenter.  
*Kristine Sætrehaug Høyheim,* base hjå Gaupne omsorgssenter.

**Barne -og ungdomsarbeidarfaget:**

*Leah Walderhaug Nævdal,* er i Gaupne barnehage.

**Ernæringskokkfaget:**

*Raivis Tarts,* Sentralkjøkkenet.

## Turmat frå heile verda



Dersom du liker å møte ulike kulturar, ville fredag 12. september ha vore ein dag som passa for deg. På denne dagen laga me, elevar ved Luster vaksenopplæring, mat frå kulturane våre og serverte den i Parken i Gaupne. Denne aktiviteten var hyggeleg og nyttig for alle som var med. Det var ein måte for nordmenn og utlendingar å få kontakt og bli betre kjende med kvarandre. Det var også ein god moglegheit for elevane til å øve på norsk i ein kvardagsleg kontekst. Mange folk kom for å smake ny mat. Totalt var det ein vellukka aktivitet, og folk kosa seg.

Først blei elevane delte inn i sju grupper. Kvar gruppe hadde tre eller fire elevar, og kvar elev fekk 300 kroner for å kjøpe ingrediensane dei trong for å lage maten sin. Totalt kunne då kvar gruppe handle og lage mat for 900-1200 kroner. Gruppene kom frå ulike land. Me hadde grupper frå Ukraina, Filippinene, Kenya, Tyrkia og Spania. Me møttest fleire dagar før arrangementet, planla mat og snakka om alle detaljar. Kvar av gruppene våre laga også ein plakat som forklarte ingrediensane og oppskriftene.

Me hadde førebudd ei handleliste og gjorde innkjøp i butikken. Me valde matvarer som passa for oss

og våre behov. Det var ikkje alltid like lett, for me er vande med å lage mat med det me har i våre egne land. Mange varer var nye for oss, og me visste ikkje alltid kva me skulle velje. Men me fann mange gode, sunne og smakfulle varer. Me kjøpte grønnsaker, krydder og litt frukt frå andre land. Me fann løysingar og lærte mykje på vegen.

Me fekk bruke dei store og lyse kjøkkene på Gaupne skule og Luster ungdomsskule i Gaupne. Der var alt me trong: mykje kjøkkenutstyr, gryter, panner, store kjøkkenbord, komfyrar og omnar. Det var kjekt å jobbe der! Me hadde mange oppgåver, men tida gjekk fort. Først måtte me ta fram alle varene som me hadde kjøpt. Me vaska og skrelte grønnsaker, kokte dei og skar opp, kokte ris og steikte kjøtt og elta og kjevla deigen. Me prata og lo medan me arbeidde, og fortalde kvarandre om tradisjonar frå landa våre og korleis me laga mat der.

Det vart laga ukrainske rettar – borsj, kholodets, varenyky, Olivjesalat og platsjindar, spanske rettar – paella og churros, tyrkiske rettar – borek og mosaikkake, filippinske rettar – vårrullar og kenyanske rettar – pilau masala. Det var ein fin praksis å øve på norsk, og alle hjelpte kvarandre.



Etterpå flytta me oss til parken, der arrangementet «Turmat frå heile verda» vart halde. Der stod telt og bord for smaking. Folk kunne kome og smake maten heilt gratis. Mange kom, og alle var glade og hyggelege. Det regna litt, men stemninga var god. Det var mykje mat, og den var så god at alt vart ete opp på ein time. Me var glade fordi me kunne dele kulturane våre. Dagen var både smakfull, lærerik og full av glede.

Lama, Olga og Iryna Elevar i C-klassa ved Luster vaksenopplæring



# Markering av Utvandrarjubileum i Kvalen

I samband med Strandsitjardagane i Solvorn helga 26.–28. september vart det planlagt ei markering av 200-årsjubileet for den første utvandringa til Amerika, søndag 28. september.

Hafslo sogelag har sidan 2023 arbeidd med å få restaurert bygningane på den nedlagde husmannsplassen Kvalen, 4 km sør for Kinsedalen.

I 2024 var «naustloftet» ferdig restaurert, og i 2025 er stovehuset restaurert ferdig utvendig. Det

står att å måle stova utvendig (derfor stillaset står) og litt måling og flikking innvendig før stova kan innreiast som ei gammal husmannsstove.

M/S Atløy, M/S Arnafjord, M/B Tya var klar til å frakte dei påmelde – ca 100 i talet – til Kvalen søndag føremiddag. Sola skein og fjorden var blank, men då båtane kom til Kvalen hadde det blåse opp så mykje at dei ikkje våga å gå til lands.

Det gjorde at vi måtte improvisera litt i høve

det planlagde programmet. Planen var at dei påmelde skulle gå på land, og der skulle programmet gå føre seg. Ein viktig del av det planlagde programmet var at ein familie skulle komme frå stova, gå ned til båtstøa og bli rodd ut til «Amerikabåten» (M/S Atløy).

Båtane gjekk så nær land dei kunne og dei to andre båtane la seg inntil M/S Atløy.

Svein Solheim, leiar i Hafslo sogelag orientert om Utvandrar-



Tilbake i Solvorn gjennomførte vi resten av programmet. Asbjørg Ormberg og Marit Elvekrok song gamle songar og salmar med lokal forankring. Til sist kom familien som skulle utvandra for å gå om bord i M/S Atløy og det vart ein «tårevåt» avskjed på kaien.

Trass i at vêrgudane spelte oss eit puss kan vi sei at det vart eit vellukka arrangement.

Alle foto: Heidrun Skjeldestad

jubileet og prosjektet med restaurering av plassen, og Per Jørgen Loen supplerte med meir informasjon om Kvalen og aktiviteten som har vore der.

Heldigvis hadde vi tradisjonsmaten som skulle serverast

med oss på båten: spekemat, heimebakt flatbrød, heimebakte potetkaker, lefsekling og mjød. Vi sakna kaffien, då dei som var på land hadde koka kaffivatn, medan kaffien var om bord. Likevel var det berre smil å sjå på turdeltakarane.







## Er DU kjend i Luster kommune?

### — DENNE GONGEN SNAKKAR ME OM: KINSEDALEN

Kinsedalen er eit dalføre som ligg om lag fem kilometer utanfor Ornes. Om lag to kilometer oppe i det skogkledd dalføret ligg høgdegarden Kinsedal, i daglegtalet kalla Dalen og sidan 1730-åra delt i to bruk. Tuna på Dalen ligg i ei helling om lag 380 meter over havet. Eit gjel innom Børtnes er skilje mellom Ornes og Kinsedalen.

Busetnaden i Kinsedalen ligg delvis etter fjorden og delvis etter dalføret langs Kinsedalselvi (Kinsa) ned til Lustrafjorden. Elva har utspring i Tinghaugvatnet (959 moh.) vest for Ingebjørgsfjellet og renn gjennom Ingebjørgsvatnet (902 moh.). Dei fleste bruka i Kinsedalen er utskilde frå gnr. 183, Ornes, unnateke bruka under gnr. 184, Kinsedal som ligg vest for elva øvst i dalføret og dei to bruka under gnr. 185, Åsen på vestsida av elva.

Dei kyrkjelege og administrative grensene for gardane på Sørsida har ikkje alltid vore dei same. Gardane Kroken, Ornes, Kinsedal (Dalen) og Åsen høyrde under Hafslo prestegjeld i kyrkjelege

saker, men dei var delte i administrative saker. Gardane Ornes, Kinsedal og Åsen høyrde under Årdal skipreide eller tinglag på 1600-talet.

Kinsedalen var ei utkantbygd der det kunne vera vanskeleg å ta seg fram til skulen på Ornes i tillegg til dei vekene dei hadde omgangsskule i grenda. Frå slutten av 1800-talet tok kinsedølene opp arbeidet med å få ein eigen skule, og heradstyret vedtok å byggje ei ny skulestove på Lindabakken mellom Haugen og Botnen i Kinsedalen som vart teken i bruk i 1913.

Våren 1941 kom det to menn frå Norsk Diamantbørselskap, og alt sommaren 1941 var det to lag som dreiv diamantboring. Det djupaste boreholet var 148 m ned gjennom fjellet. Det vart bora åtte hol på forskjellige plassar oppe i lia. Hausten 1941 vart det byrja å tomte for brakker, og det vart sett opp tre brakker på førjulsvinteren. Seinare vart det sett opp fleire brakker slik at det til slutt var åtte brakker med plass til 24 i kvar. Etter

som tida gjekk vart det sett opp ei kontorbrakke og ei stor brakke til kontorpersonele, den vart kalla Messa. Seinare vart det sett opp seks bustader for ingeniørar og funksjonærar. Entreprenør Selmer sette også opp ei brakke for arbeidarane sine.

Nedmed fjorden vart det laga ein kai som er om lag 100 m lang og det er støypt både pelar og dekke på den. På kaien vart det sett opp jernkonstruksjonar som gjekk innover i tunellen. På denne konstruksjonen var det lastebelte slik at steinen gjekk frå tunellen og utover kaien, til eit anna band som gjekk langs kaien, herfrå gjennom eit regulerbart røyr over i lastefartøyet. Det vart levert nokre tusen tonn til Tysedal og Høyanger. Denne steinen inneheldt nokre prosent aluminium og vart brukt som råstoff i produksjonen.

Jernkonstruksjonen på kaien ruva heile 22 m over dekket. På kaiområdet var det sett opp eit hus i betong der det vart montert kompressorstasjon i den eine enden og transformatoriosk i den

andre. Det vart bygd ein skikkeleg verkstad attmed kaia.

I 1947 vart det sett i gang yrkesskule her med tre liner. Det var mekanikarline, elektrikarline og røyrleggjarline. Røyrleggjarlina var berre fyrste året so seinare var det to liner. Yrkesskulen var i drift her til i 1952 då den vart flytta til Sogndal.

*For deg som er interessert i å lesa meir om denne bygda så finn du meir i «Luster lokalhistorisk årbok» nr. 6 og i Bygdeboka, Gards- og ættesoge for Luster kommune, bn. 12.*





## Miljøfyrtårnsertifisering

til GT Bil AS og Josvanger Elektro AS



Anders Josvanger (Josvanger Elektro), Ivar Kvalen og Andreas Wollnick Wiese (Luster kommune). Johannes Josvanger og Frank Neset (Josvanger Elektro)

Torsdag 4. september delte ordfører Andreas Wollnick Wiese ut det synlege beviset på at verksemdene GT Bil AS og Josvanger Elektro AS begge har gjennomført miljøfyrtårnsertifiseringa.

På heimesida til Stiftinga Miljøfyrtårn er det skildra at ei Miljøfyrtårn-sertifisert verksemd har dokumentert at den oppfyller omfattande og relevante krav innan miljø og berekraft, tilpassa bransje, aktivitet og drift. Kriteria dekkjer mellom anna område som arbeidsmiljø, avfall, energi, innkjøp og transport. Verksemda er forplikta til å arbeide kontinuerleg med å forbetre sine miljøprestasjonar. Gjennom årleg rapportering og resertifisering kvart tredje år, sikrar Miljøfyrtårn at arbeidet er oppdatert og i samsvar med gjeldande kriterium og samfunnsforventningar. Verksemdar som viser til strukturert og dokumentert berekraftarbeid, vert oppfatta som meir seriøse og får auka tillit i marknaden.

I samband med utdelinga av det synlege og fysiske beviset på sertifiseringa kom ordfører Andreas Wiese, stabsleiar Ole Gunnar Krakhellen og fagansvarleg nærings- og samfunnsutvikling Ivar Kvalen på bedriftsbesøk hjå begge bedrifter. På GT Bil møtte kommunen Kjell Øystein Ruud og Fredrik Erfjord som gav eit innblikk i det å drive og utvikle verkstad og tilhøyrande aktivitetar. Hjå Josvanger Elektro stod Johannes Josvanger, Frank Neset, Anders Josvanger og Tonje Johnsen klar til å orientere om historikk og framtidutsikter. Både GT Bil og Josvanger Elektro er solide verksemdar som er lokalisert på næringsområdet Galdetoppen på Hafslo. GT Bil vart etablert på Galdetoppen i 2008. Josvanger Elektro vart etablert i 1991, og har hatt base både på Indre Hafslo, Sogndal og frå 2015 på næringsområdet på



Kjell Øystein Ruud (GT Bil), ordfører Andreas Wollnick Wiese og Fredrik Erfjord (GT Bil AS)

Hafslo. Begge verksemdene har læringar og framhevar dette som eit viktig samfunnsoppdrag. Gjennom å ha blitt miljøfyrtårnsertifisert seier verksemdene at mykje var på plass allereie, og at dei i stor grad har fått stadfesta ein god praksis. Å ha sertifiseringa på plass vil vere viktig for å vere kvalifisert for oppdrag frå både det offentlege og ein del private kundar. Frå bedriftsbesøka elles fekk kommunen gode innspel med seg, mellom anna ei oppfordring om å legge til rette for kompetanseutvikling og nettverk lokalt i Luster og Sogn.

- Luster kommune set pris på solide og framoverlente verksemdar som ønskjer å drive godt. Det som er god praksis for miljøet er ofte også god økonomistyring, og eg ser det er nyttig å gå systematisk gjennom sin eigen aktivitet. Eg gratulerer GT Bil og Josvanger Elektro så mykje med gjennomført miljøfyrtårnsertifisering, og ønskjer dei lukke til med vidare drift og utvikling av verksemdar og arbeidsplassar. Eg vil samstundes nytte høvet til å oppmode andre verksemdar i Luster om å sjå på moglegheitene for å følgje i deira gode døme og bli miljøfyrtårnsertifisert, seier ordfører Andreas Wiese.

Du kan lese meir om miljøfyrtårnsertifisering på [miljofyrtarn.no](http://miljofyrtarn.no)

Det tek litt tid og ressursar for ei bedrift å bli sertifisert, og difor har Luster kommune etablert eit tilskot på kr 20 000 til alle verksemdar som vert sertifisert som miljøfyrtårn eller ei av dei andre anerkjende ordningane.



Frank Neset, Anders Josvanger, Tonje Johnsen og Johannes Josvanger (Josvanger Elektro), ordfører Andreas Wollnick Wiese og Kjell Øystein Ruud og Fredrik Erfjord frå GT Bil AS

## Besøk av biskopen



Biskopen tok seg tid til eit besøk på ATS i eit hektisk Lustra-program, noko medarbeidarane og leiinga ved senteret sette stor pris på.

Biskop Ragnhild Jepsen besøkte Luster i perioden 25. – 31. august. Det vart tid til eit besøk på ATS den 26.august, der biskopen fekk sjå noko av alt arbeidet som vert utført på senteret: Vaskeri, kjøkken- og kantinedrift, vedproduksjon, grøntarbeid,



Kjøkkenet ved ATS leverer matvarer ma. til Kafè Kvild. Her er Randi og teamleiar Jane Engjom i arbeid med ei platekake. Latteren sit laust hjå dei som jobbar på kjøkkenet, og møtet med biskopen vart ikkje noko unntak.



Tor Stian helsar på biskopen. Det er stas med besøk på arbeidsplassen, og han viser gjerne fram oppgåvene han jobbar med.



Teamleiar Anita Bøen viste biskopen med følgje rundt i vaskeri-delen av nybygget, der maskinhallen er sjølve kjernen i drifta.

gravstell, transport og mykje meir. Biskopen deltok på ei snøgg omvisning, og det vart også høve til samtalar med nokre av medarbeidarane på turen gjennom avdelingane. Medarbeidarane på ATS er svært glade for at biskopen tok seg tid



Leiar ved ATS Odd Atle Stegegjerdet synte biskopen rundt på senteret, og nytta høvet til å visa fram alle dei gode og samfunnsnyttige oppgåvene som vert utført her

til eit besøk hjå dei i eit travelt program i Luster. Det er godt å registrera at kyrkja forstår kor viktig ein arbeidsplass som ATS er for dei mange som treng eit tilrettelagt arbeid.

Foto: Vadym Chupryna



## Nytt frå ATS

Teamleiar Kjetil Fardal syner fram produksjonlinja for ved, og fortalde biskopen om arbeidet i vedhallen og alt det andre som vert gjort ved avdelinga ute.

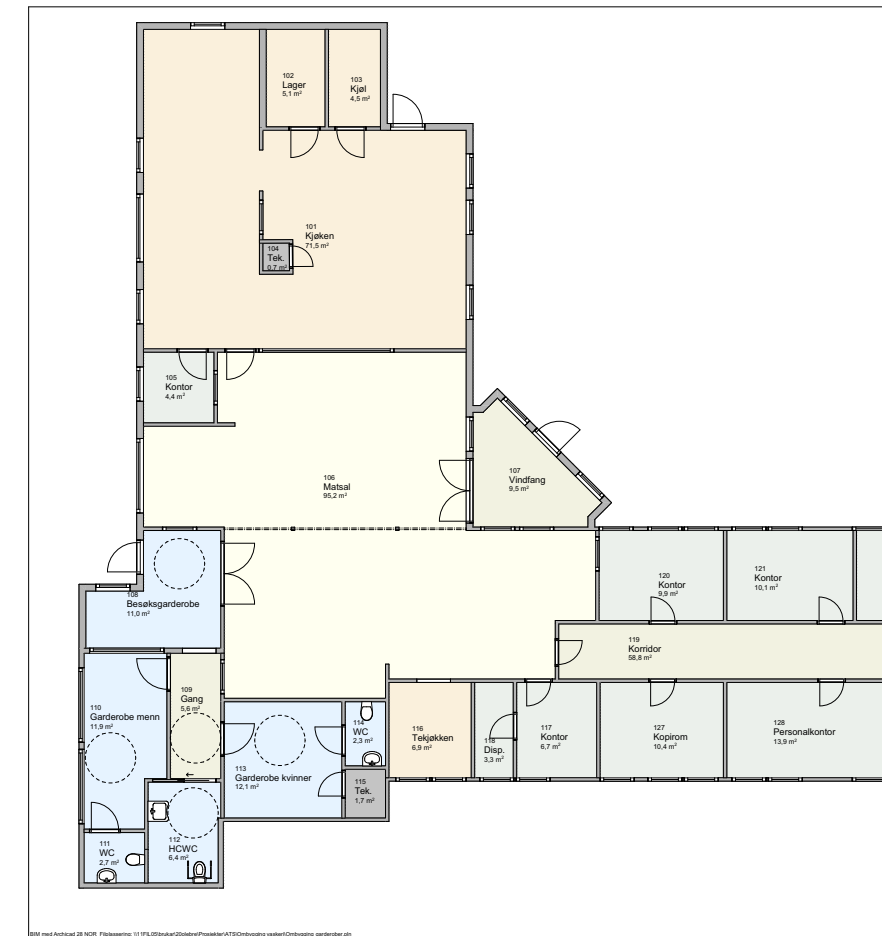


# Nytt kjøkken



Det nye kjøkkenet ved ATS vart teke i bruk 27. oktober. Kjøkkenet er del av ei større utbygging og utvikling ved senteret. Nybygget som bla. husar vaskeri med tilhøyrande arbeidsaeal, møterom, treningsrom og fellesareal er allereie teke i bruk. Det nye kjøkkenet er bygd i arealet som tidlegare var vaskeri, og vil gje romslegare og betre arbeidsforhold for dei mange som har sitt daglege virke her. Arealet er vesentleg større enn i det gamle, arbeidslinjene er godt planlagde, og serveringa til kantina vil gå direkte gjennom store skyvevindauger. Det er kjøpt ein del nytt utstyr og inventar. Det som har vore mogeleg å bruka om att har blitt med på flyttelasset.

# Vidare utbygging og opprusting



ATS held fram med utbygging og opprusting av bygningane. På planen står no å byggja garderobar og HCWC i lokala der det gamle kjøkkenet var, utviding av matsalen, ny carport og oppussing i administrasjonsdelen av den eldste delen i hovudbygget – så langt pengane strekk til.

Prosjekt	Ombygging ATS	Skjema	OMB
Tilskottshaver	Luster kommune	For- eller Prosjekt	88/79
Prosjektleder	Luster kommune		
© Alle rettigheter tilhøyrer utførerne for prosjektering, kopiering eller bruk av disse tegningane er forbeholdt uten skriftleg samtykke			
Tegning	Ny situasjon	Skala	1:100
		Tegningsnr.	ACB-1

# Sommarfest på ATS

I desse mørke og litt hustrige førjulstider varmar det kanskje litt ekstra å sjå attende på ein god sommarfest, og samstundes tenkja på den varmaste sommaren «i manns minne»: På dette biletet er ATS i Marifjøra på sin årlege sommarfest, -sommarhatten er på, dagane er på sitt lengste og sommarferien er nær førestående... herleg!



Marifjøra 26. juni 2025

ATS ein god dag på jobben

## FOLKELIV I LUSTER – EI DYNAMISK FOTOUTSTILLING

**Foto-utstillinga Folkeliv i Luster på Pyramiden**  
Vadym Chupryna har budd i Luster ca. to år. Han er flyktning frå Ukraina og er fotograf av yrke. Vadym og leiar ved ATS Odd Atle Stegegjerdet har fått avtale med Pyramiden om å nytta eit ledig veggområde i første etasje til utstillinga Folkeliv

i Luster. Utstillinga er tenkt dynamisk, slik at den skal kunna utviklast/endrast over tid både med nye tema, og nye bilete innafor eksisterande tema. Denne utstillinga kan seiast å vera Vadym og ATS sitt bidrag til at lustringane får høve til å bli litt betre kjend med ein del av alt som skjer i eigen kommune, og samstundes kan ein kanskje få auga

på seg sjølv i eit av dei fantastiske portrettfotoa Vadym har teke.  
I skrivande stund ( 23.10.25) har utstillingen foto frå følgjande deltema: Besøk av biskopen, valkamp i Luster, opning av nybygg ved ATS, Eldredagen 1. oktober, Seniorliv i Luster.





# Nytt helse- og omsorgssenter

## VIKTIGE AVKLARINGAR OM INNHALD OG TOMT



Foto: Ørjan Talle

### Tomtevurdering

I arbeidet med planlegging av nytt helse- og omsorgssenter har ein støtt på ein større utfordring enn venta knytt til tomta ved Gaupne omsorgssenter. Det var opphavleg tenkt å rive eldre omsorgsbustader for å gi plass til eit nybygg på tomta. Strenge krav til sikkerheit mot flaum for denne typen nybygg gjer det imidlertid sær utfordrande å bygge på denne tomta.

Grunna desse utfordringane vert det gjort vurdering av tomta «Øyrane», aust for Engjadalselva, som alternativ lokasjon for nytt helsebygg. Det er sendt oppstartsvarsel for regulering. Dette er varsla for å innhente og avklare overordna myndigheiter sine merknader til lokalisering av eit helsebygg på tomta. Ei sak om ein skal gå vidare i planlegginga med denne tomta blir handsama politisk i november etter at dette nummeret av Lustranytt har gått i trykken.

### Alternativanalyse for innhald i nybygg

Den utfordrande flaumsituasjonen, og moglegheita for at ein må byte tomt gjer at føresetnadene for prosjektet er noko endra. Det kan bli utfordrande å oppnå den fulle samlokaliseringa av tenestene



Arbeidsverkstad 17. september

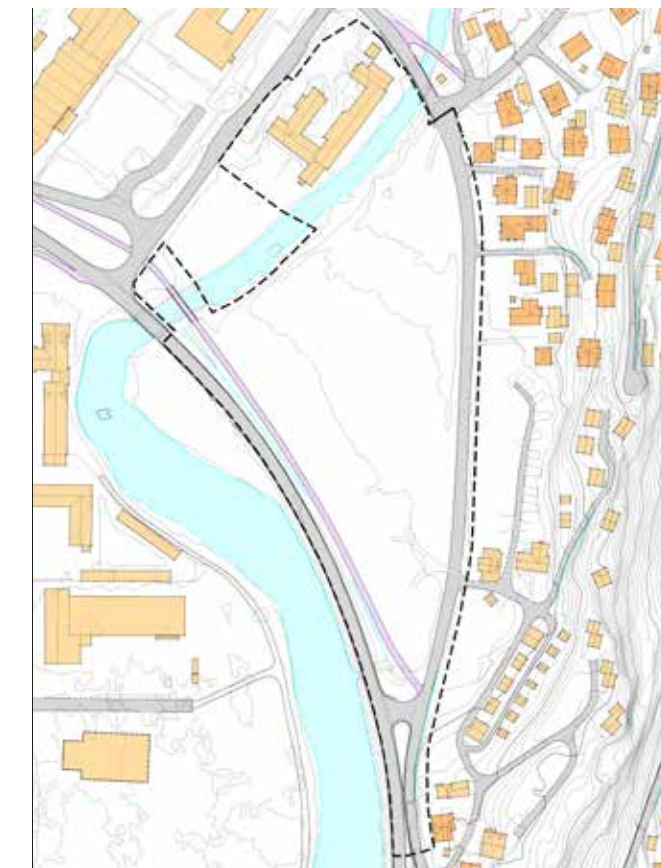
på ei og same tomt som ein opphavleg såg føre seg. På grunn av dette vert det no jobba med alternativanalysar for innhald i nybygget, der ein ser på ulike alternativ for kva funksjonar ein kan behalde i eksisterande helsesenter og Gaupne omsorgssenter. Ei trinnvis utbygging med eit lengre tidsperspektiv kan vere aktuelt. Det er ein ambisjon om at dette skal gå minst mogleg ut over dei måla ein har sett seg for prosjektet med omsyn til mellom anna fagmiljø, driftseffektivitet og tenestekvalitet. Spørsmåla om kva funksjonar som skal etablerast i nybygg og kva som blir vidareført i eksisterande bygg er tenkt avklart i løpet av første kvartal 2026.

Uavhengig av kva konklusjonane blir på desse spørsmåla er det viktig å få kartlagt tenestene sine framtidige behov for rom, organisering av areal og nærleik til andre tenester. Gjennom hausten er det gjort vidare arbeid med dette. Gjennom arbeidsverkstad har tenestene mellom anna arbeid i lag med korleis funksjonar bør plasserast i forhold til kvarande. Studieturar til Øygarden og Knarvik har vore nyttig for å hente erfaringar frå nye helsebygg. Samla gir dette eit godt grunnlag for å utarbeide romprogram og kravspesifikasjonar for bygget, og gjer tenestene meir førebudd til å gi innspel til teikningar og detaljløysingar i seinare fase av prosjektet.

### Kapasitetsvurderingar

Ein viktig dimensjonerande faktor for prosjektet er kor mange personar som vil ha behov for heildøgns omsorgstenester, og kor mange bueiningar kommunen bør ha som er tilrettelagt for å yte slike tenester. I samband med innføring av den nye innsatstrappa blei det vedteke at heildøgnplassane i kommunen vert lokalisert i Gaupne. I innsatstrappa ligg det og ein strategi knytt til å forskyve innsatsen mot dei lågare trinna i trappa. Dette legg føringar for kapasitetsvurderingar for dei øvste trinna. Ved ei satsing på mellom anna meir tilrettelagte bustader for eldre, meir heimebaserte tenester og eit styrka fokus på rehabilitering og helseteknologi, er det vurdert at ein kan redusere dekninga. Det er no avklart at ein skal planlegge for å ha ein kapasitet på 90 heildøgnplassar i 2040. I dette er korttidsplassar, langtidsplassar på institusjon og omsorgsbustader med moglegheit

for heildøgntenester medrekna. I samband med den pågåande alternativanalysen ynskjer ein å få avklara kva av denne kapasiteten ein skal ha i Gaupne omsorgssenter og kva som skal etablerast i eit nybygg.



Oppstartsvarsel reguleringsplan, kart med planavgrønsing

## Ny innsatstrapp skal sikre berekraftige helse- og omsorgstenester



Luster kommune har vedteke ein ny modell for framtidige helse- og omsorgstenester, «Innsatstrappa». Den skal bidra til at innbyggjarane får rett hjelp til rett tid, og at kommunen kan

bruke ressursane på ein berekraftig måte. Innsatstrappa synleggjer det samla tenestetilbodet på tvers av sektorar. Trappa består av **tolv trinn**, frå førebygging til forsterka institusjonsplassar. Dei første trinna

handlar om eigenmeistring, aktivitet, deltaking, å kunne bu godt heime og ha ein meningsfull kvardag. Medan dei øvste trinna omfattar helsetenester og heimetenester i eigen heim, institusjonsplassar og forsterka omsorgstilbod.

Målet er å styrkje dei **førebyggjande tiltaka** slik at fleire kan bu heime lengst mogleg, samtidig som dei som treng meir hjelp får eit trygt og fagleg godt tilbod. Med innsatstrappa vil Luster kommune sikre eit trygt, inkluderande og berekraftig omsorgstilbod for alle, heile livet.



## Luster kommune med ny avtale om velferdsteknologi og responsteneste

Luster kommune har meldt seg ut av Alarmsentralen IKS som har levert tenesta i form av responscenter til kommunen i mange år. Etter å ha gjennomført ein grundig anbudsprosess har me no inngått avtale med Hepro Respons som ny leverandør av velferdsteknologi og responsteneste.

### Om Hepro

Hepro AS er eit norsk firma med lang erfaring innan hjelpemiddel og velferdsteknologi. Selskapet vart etablert i 1987 og har utvikla løysingar som skal bidra til tryggleik og sjølvstende for brukarar i både institusjon og heimebasert omsorg.

Den nye løysinga inneber ei modernisering av tryggleiksalarmar og tilhøyrande teknologi for brukarar av heimetenester. Gjennom Hepro Respons får me tilgang til moderne og brukarvennleg teknologi som blir viktig i utøving av helse- og omsorgstenesta framover. Det nye systemet gjev oss og meir fleksibilitet som er viktig for å gje ei god og individuelt tilpassa teneste. Brukarar og pasientar kjem ikkje til å merka mykje til denne endringa, men ein vil kunne få enda betre tilpassa teknologi som vidare vil auke kvalitet på tenesta og brukaropplevinga. I tillegg kjem alarmane til å bli handtert av personale som jobbar tett på brukaren. Det vil sei at om ein brukar tryggleiksalarmen, er



det tilsette som kjenner brukaren som svarar. Målet er å styrke tryggleiken og betre oppfølginga for innbyggjarar som mottek helse- og omsorgstenester i heimen.

### Implementering

Implementeringa av den nye løysinga startar så snart som råd, og skal vere ferdig i god tid før årsskiftet når den gamle avtalen går ut. Kommunen understrekar at både brukarar og pårørande vil bli godt informerte undervegs, og at det blir lagt stor vekt på god dialog og oppfølging i overgangsfasen. Me har stor tru på at bruk av Hepro Respons vil bidra til å heva kvaliteten på tenestene me gjev.

## Ingrid Røneid 100 år

Eg fekk møte Ingrid Røneid på sjølve 100-årsdagen hennar, rett før ho fekk 51 gjestar til bords på Gaupnetunet. Det blei ei kjekk samtale om mellom anna gardsoppvekst på Sviggaplassadn med gamalostproduksjon på stølen! Ingrid fekk eit langt arbeidsliv i Årdal før ho har hatt ei nesten like lang og kjekk tid som pensjonist her i Luster, krana med 100-årsdagsfeiringa i Gaupne!

Andreas Wollnick Wiese  
ordførar



Marta Synnøve Venjum pakkar ned papirarkivet og gjer det klart for flytting til Leikanger.

Har ikkje Luster kommune elektroniske arkiv? Å jo då! Me er absolutt digitale slik at arkiva er lett tilgjengeleg for deg og sakshandsamarane våre. Men me har framleis att mykje papirarkiv som me må ta hand om på forsvarleg måte. Dei fleste arkiva er me pliktige til å ta vare på til «all æva» og då er det viktig at dei blir lagra slik at dei ikkje blir øydelagde. Me må også lett kunna finna att dokumenta om det er noko du eller kommunen leitar etter.

Og då er det gull verdt å ha god samarbeidspart i Kommunearkivordninga i Vestland (KAV) på Leikanger. I sommar stod det nye arkivdepotet klart, og dei kunne ta imot papirarkiva våre.



Det nye arkivbygget Arkivhagen vart offisielt opna i oktober og skal husa 20 000 hyllemeter papirarkiv frå Sogn og Fjordane og fylkeskommunen.

## DEPONERING ARKIV

### Heile 245 meter med papirarkiv på plass i det nye arkivdepotet på Leikanger



Det var mange øskjer som skulle opp trappa frå det kommunale arkivet, og personar frå dei fleste einingar bidrog. Her Ørjan Talle frå kommunikasjon med ei øskje som var klar til sending.



Espen Sæterbø frå Kommunearkivordninga i Vestland hjalp oss med pakkinga av arkivet til formannskontoret.

det 179 flytteøskjer med totalt 608 arkivboksar. Alt dette utgjer heile 123 hyllemeter med papir. I tillegg har me fått «heimatt» 122 hyllemeter med papirarkiv frå Danmark som har stått der etter digitalisering. Ein viktig merkedag for demokrati og historie!

Du lurer kanskje på kva slags arkiv dette er? Det er alt frå byggesaker, landbruksaker og møteprotokollar, til arkivet til formannskapskontoret for perioden 1978 til 2000. Det er også til dømes elevmapper, legejournalar og klientmapper som kommunane er pliktige å ta vare på for innbyggjarane våre.

Me på arkivet har alt bretta opp ermene og starta ryddinga av nye papirarkiv. Me gir oss ikkje før det er tomt! Og treng du innsyn i arkivet so skal du framleis ta kontakt med kommunen, sjølv om nokre av arkiva våre no er kome på Leikanger.



## Kjenner du deg

trygg  
heime?

Illustrasjonsbilde. Foto: Ørjan Talle

## Treng du nokon å snakke med?

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

## Nasjonale hjelpetelefonar:

Mental Helses hjelpetelefon:	116 123
Alarmtelefon for barn og unge:	116 111
Kors på halsen (for barn og unge):	800 333 21
Vold- og overgrepslinjen (VO):	116 006
Røde Kors-telefonen om tvangsekteskap:	815 55 201
Hjelpetelefon for seksuelt misbrukte:	800 57 000
Alternativ til vold (ATV):	55 60 31 99
Vern for eldre:	800 30 196
Kirkens nødhjelp:	22 40 00 40

## Ved akutt fare, ring politiet 112.

Politiet kan påleggje overgripbar 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>

## 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!

Beredskap startar  
heime

2025

Riv ut  
og heng opp

## VIKTIGE NUMMER

## Lokale vaktnummer

Kommunalteknisk beredskap	48 10 21 20
Vakthavande brannbefal	48 29 69 29
Vetrinærsvakt	97 58 86 29
Vaktnummer ved straumbrot	97 07 09 11

## Nasjonale nødnummer

Legevakt	116 117
Politi	112
Brann	110
Ambulans	113
Viltvakt	90 77 56 56

## Kontaktpunkt ved krise

Oppsøk ditt næraste kontaktpunkt om du ikkje har telefondekning og/eller vegen er stengt.

Gaupne omsorgssenter (kriseleing)	Øyagata 17, 6868 Gaupne
Luster omsorgssenter	Dalsdalen 1, 6872 Luster
Fjordstova på Skjolden	Skjolden 1, 6876 Skjolden
Ornes gard	Ornes 96, 6870 Ornes
Hafslo omsorgssenter	Hafslovegen 122, 6869 Hafslo
Veitastrond oppvekstsenter	Veitastrondsvegen 2252, 6878 Veitastrond
Jostedal hotell	Jostedalsvegen 3055, 6871 Jostedal

[luster.kommune.no](https://luster.kommune.no)



## Beredskapsven

Finn ut kven som kan trenge di hjelp, og kven du kan få hjelp av. Med ulike eigenskapar ogkunnskapar kan familie, vener og naboar utfylle kvarandre.

### Døme på kva beredskapsvenar kan hjelpe kvarandre med:

- Førstehjelp ved skadar
- Omsorg og støtte
- Opphald og overnatting ved evakuering frå eigen bustad
- Omsetjing og forklaring av informasjon frå styresmaktene
- Praktisk hjelp til bruk av utstyr og verktøy
- Innkjøp, bering og transport
- Bytte eller lån av utstyr og varer
- Lån av mobiltelefon som er knytt til eit anna nett enn ditt
- Felles matlaging



## Førstehjelpsutstyr

Nedanfor finn du ei liste over kva slags førstehjelpsutstyr styresmaktene tilrår at du har heime

- Engongshanskar
- Saltvatn til sårvaske og augeskyljing
- Sårvaske og sårvalve
- Sterile dotter til å reinske sår
- Plaster, kompresser, bandasjar og sårtepe
- Branngele
- Steril bandasje med kompress til å leggje på sår (enkeltmannspakkar)
- Pinsett og saks
- Termometer med vern
- Munn-til-munn-maske eller -duk.
- Personleg verneutstyr, som munnbind, handsprit og desinfeksjonsmiddel.
- Reseptfrie legemiddel, som febernedsjende/ smertelindrande (paracetamol) og allergimedisin.

Råda om legemiddel og førstehjelp er gitt av Direktoratet for medisinske produkt og Helsedirektoratet.

Skann qr-kode for å lese meir om eigenberedskap eller sjå [dsb.no/sikkerhverdag/eigenberedskap](https://dsb.no/sikkerhverdag/eigenberedskap)



### Kva gjer du med frysaaren når straumen går?

#### Isolasjon og temperaturkontroll

- Trekk ut stikkkontakten.
- Unngå å opne lokket unødige for å halde kulda inne.
- Pakk frysaaren inn i aviser, ullteppe, dyner eller liknande for å redusere varmetap.

#### Kor raskt stig temperaturen?

- For ein full fryseboks går temperaturen frå -18 °C til -12 °C på 10–30 timar, dersom straumen er vekke.

#### Fryse maten på nytt?

- Dersom matvarene berre er delvis tint, kan dei frysast att.
- Er dei heilt tint, bør du behandle dei som ferskvarer og bruk dei raskt gjennom steiking eller koking før eventuell gjenfrysing.

## Sjekkliste for eigenberedskap

Under finn du døme på ting det er lurt å ha heime. Du bør med jamne mellomrom gå gjennom behova dine og oppdatere lageret ditt. Hugs at det er fint mogleg å samarbeide med familie, vengar og naboar om eigenberedskap.



### Mat og drikke

- Reint drikkevatt lagra på dunkar eller flasker.
- Mat som toler å blir lagra i romtemperatur.
- Grill, kokeapparat eller stormkjøken
- Ekstra gassbeholdar eller brennstoff.
- Mat og drikke til kjæledyr.
- Litt kontantar og fleire betalingskort.

### Informasjon

- DAB-radio som går på batteri, sveiv eller solceller.
- Batteri og opplada batteribank.
- Liste på papir med viktige telefonnummer som til dømes naudnummer og nummera til lege veterinær, familie, vener og naboar.

### Varme og lys

- Varme klede og pledd, dyner eller soveposar.
- Fyrstikker og stearinlys.
- Ved - dersom du har vedovn eller peis.
- Gass- eller parafinovn som er berekna for bruk innandørs.
- Avtale om overnatting.
- Lommelykter eller hovudlykt som går på batteri, sveiv eller solceller.

### Legemiddel og hygiene

- Legemiddel og førstehjelpsutstyr.
- Jodtabletter (gjeld barn og vaksne under 40 år, gravide og ammande)
- Hygieneartiklar i form av våtserviettar, handsprit, bleier, toalettpapir, bind og tampong



# LIVREDDENDE FØRSTEHJELP

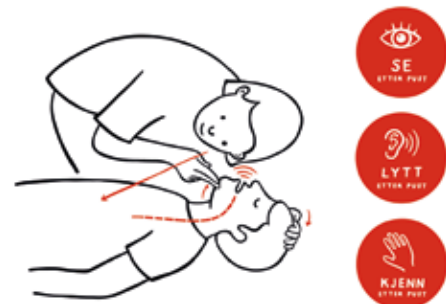
## 1. VURDER SITUASJONEN



## 2. ROP OG RING



## 3. SJEKK OM PERSONEN PUSTER NORMALT



## 4. HVIS BEVISSTLØS MED NORMAL PUST-SIDELEIE



## 5. HVIS BEVISSTLØS OG IKKE PUSTER NORMALT - START HJERTE-LUNGE-REDNING (HLR)



## 6. VÆR TILSTEDE FOR DEN SOM ER SKADD



LÆR MER PÅ RØDEKORS.NO



## Frå båsfjøs til lausdrift

Torsdag 6. november inviterte Storfeprosjektet i Vestland og Luster kommune mjølkeprodusentar med båsfjøs og lausdrift utan robot til fagmøte. Tema var krav om utbygging frå bås til lausdrift av storfe innan 2034. Og ikkje minst kor viktig mjølkeproduksjonen er for Luster.

I Luster har me i dag 40 aktive mjølkeprodusentar på storfe. Av desse driv 23 i lausdriftsfjøs der 15 er nye fjøs med mjølkerobot. Dei resterande driv framleis i båsfjøs. 77% av mjølka levert frå Luster vert produsert i lausdriftsfjøs. Tilsvarande tal frå Vestland er 70%.

Føredragshaldarane var imponerte over frammet - over 40 hadde møtt fram og gjennomsnittsalderen var lågare enn i andre tilsvarande forsamlingar.

Ordførar Andreas Wiese leia møtet og innleia med å snakke om kvifor det er viktig å halda oppe talet på gardsbruk og mjølkeproduksjonen i kommune, og ringverknadane dette gjev. Knut-Olav Øvreide, bygningsrådgjevar i TINE, viste døme på fleksible lausdriftsfjøs for mellom 15 til 30 mjølkekyr. Ein kan velja løysingar der fjøsen kan ominnreast med enkle grep for å tilpassa produksjonen til etterspurnad. Han var svært positiv til å byggja i tre, gjerne frå eigen skog.

Frå Innovasjon Norge stilte Vemund Aartun. Ein kan få tilskot frå Innovasjon Norge på inntil 55% av godkjent kostnadsoverslag og inntil 5 millionar. I 2025 har Innovasjon Norge hatt rekordutbetalingar i Vestland og støtta 30 fjøsprosjekt i fylket.

Luster kommune har gode finansieringsordningar gjennom



Jo Helge Sunde, prosjektleiar Storfeprosjektet i Vestland.



Over 40 mjølkeprodusentar møtte til fagmøte om fjøs.

næringsfondet med rentefritt lån på 20% av godkjent kostnadsoverslag. Fagleiar for landbruk og natur, Åshild Ekrene, fortalde at lånet er avdragsfritt i 2 år og skal nedbetalast over dei neste 13 åra. Den øvre grensa på lån i næringsfondet er 2,5 millionar. Kommunen yter og tilskot til kjøp av mjølkekvotar og planleggingstilskot til driftsbygningar.

Rådgjevar Inge Teigen frå Luster Sparebank orienterte om finansiering gjennom banken. Frå fleire vart det understreka kor viktig det er å ha ein bank som kjenner dei lokale tilhøva og har gode røynsler med å samarbeida med nærings.

Jo Helge Sunde, prosjektleiar for Storfeprosjektet i Vestland, snakka om rammevilkåra og om det er realistisk å byggja slike fjøs i dag. Han viste fleire døme frå prosjekt han har rekna på. Konklusjonen hans var at støtteordningane aldri har vore betre, og han oppfordra dei som har bestemt seg for å byggja om å gjere det no.

Assisterande landbruksdirektør Bjørn-Harald Haugsvær oppsummerte møtet som godt og rosa engasjementet i møtet. Han nemnde og arealtilgangen som ein ressurs og snakka litt om jordvern.



# To unge bønder

## - to vegar inn i landbruket



### Silje Nes (36), Veitastrond

Sambuar med Geir og mamma til Tiril (9), Matheo (5) og Olivia (1). Geir er òg med og hjelper til på garden, men jobbar til dagleg som snekkar og betongarbeidar i full stilling.

#### Frå rådgjevar til heiltidsbonde

Silje driv garden med mjølkeproduksjon og fullt påsett av kviger og oksar til slakt. Totalt har ho kring 35 mjølkekyrer. Ho har mastergrad i husdyrernæring frå NMBU på Ås, og har dei siste åra kombinert gardsdrift med jobb i Tine Rådgiving.  
– Eg jobba 80 % i Tine fram til august, og står no i 20 % stilling fram til jul, deretter blir eg bonde på fulltid. Tida strekk rett og slett ikkje til når ein skal kombinere gard, jobb utanom og familieliv, fortel Silje.

#### Tok over etter far sin

Silje tok over drifta i 2022 etter faren, som framleis er ein viktig ressurs på garden.  
– Me har ikkje planar om store endringar, men skal oppgradere og pusse opp den eldste delen av fjøsen. Me har fått støtte frå Innovasjon Noreg gjennom generasjonsskiftebidrag til nytt fôringsanlegg, fortel ho.

#### Tru på unge bønder

– Me treng unge inn i landbruket! Eg håpar trenden med lågare gjennomsnittsalder blant norske bønder held fram, eller i det minste held seg stabil.

Dei som går inn i landbruket i dag, gjer det oftast fordi dei verkeleg ønskjer det – ikkje berre fordi dei føler seg forplikta til å overta, seier ho.

Ho meiner det er viktig å vise fram dei positive sidene ved bondeyrket:  
– Me må framsnakke landbruket og det å vere bonde, slik at det ikkje berre er utfordringane som får merksemd. Det er eit liv med mykje ansvar, men òg mykje glede, seier Silje.



I Luster finn me både gardar som har gått i arv gjennom generasjonar, og nye bønder som vel å satse på eiga hand. Med engasjement, kunnskap og satsingsvilje byggjer dei vidare på sterke landbrukstradisjonar – samstundes som dei utviklar gardsdrifta for framtida.

Her møter vi Silje frå Veitastrond som har teke over familiegarden, og Rune frå Skjolden som har kjøpt og bygd opp sin eigen gard.

*Begge har det til felles at dei brenn for landbruket, bygda og livet som bonde.*



*Silje og Rune driv kvar sine gardar i kvar sin del av kommunen. Felles for dei begge er engasjementet for landbruket og viljen til å skape ei framtid som bønder i Luster.*



### Rune Fuglesteg (37), Skjolden

Gift med Stine Mari, tre born: Sjur (13), Lydia (9) og Live (4). Jobbar fulltid på garden og som rovviltkontakt i SNO, medan Stine Mari er lærar i Gaupne.

#### Frå draum til realitet

Rune har drøymt om å bli bonde sidan han var liten. I november 2011 kjøpte han garden på Skjolden som hadde lege brakk i over 40 år. Bustadhuset vart jamna med jorda, og fjøsen vart brent ned i ei brannøving. Med eigen innsats og lånt fjøs frå nabogarden starta Rune produksjon av sau hausten 2012. Etter kvart kjøpte familien nabogarden, og i 2018–2019 bygde dei ny fjøs. I dag har dei 250 vinterfôra sauer og 14 dekar eple, alt bygd opp frå botnen av med stor eigeninnsats.

#### Bygd opp med eigen kraft

– Dei siste 13 åra har eg bygd opp garden, og eg ser ikkje føre meg store endringar framover, bortsett frå å renovere den eldste delen av fjøsen, fortel Rune. Han har lagt ned mykje arbeid, og viser at det går an å realisere draumen med tålmod, arbeidsglede og pågangsmot.  
– Eg starta med minus éin million i 2012. No, i 2025, er garden taksert til 11,5 millionar. Det seier litt om kva som er mogleg – med arbeidsglede, pågangsmot og tru på bygda.

#### Tru på unge bønder og bygda

Rune rår unge som har interesse for landbruk til å prøve seg.  
– Du vert ikkje rik på pengar, men rik på opplevingar: å leve tett på dyra, gå turar i fjellet og sjå lamma springe om våren, seier han. Han understrekar også kor viktig det er å halde bygdene i live. På Skjolden har unge bønder fått moglegheit til å kjøpe gardar som elles hadde stått utan drift, noko som skaper ringverknader for heile lokalsamfunnet, frå barnehage til skule.

Rune legg ikkje press på at ungane skal overta garden:  
– Om ingen av dei viser interesse når tida kjem, sel eg heller vidare. Målet mitt er at jorda blir drive, uansett kven som eig den, seier Rune.





Foto: Ørjan Talle

## Aldersfordeling felte hjort i Luster kommune

Luster kommune har ved god hjelp frå hjortejegerane utført aldersanalyse av hjort om lag kvart 4. år i perioden 2006–2024. Tala under viser korleis utviklinga har vore i alder for hjorten. Dette er berre trendar og må sjåast i samanheng over fleire år.

### Alder på bukk



Diagram 1: Oversikt over alder på felte hanndyr 2024

Som du ser av statistikken over blir det felt nokre bukkar over 7,5 år. Og det er fleire av dei enn det er for tidlegare år. Prosenten av felte bukkar av totalen har vore fallande i perioden.

Det siste året har det vore ein skeivheit i uttak. Det blir felt prosentvis litt fleire hanndyr enn hodyr, noko som gir ein skeivheit i bestanden. Dette er noko kommunen og rettshavar må arbeide med for å forhindre ein skeivheit i normtalet sett bukk per kolle.

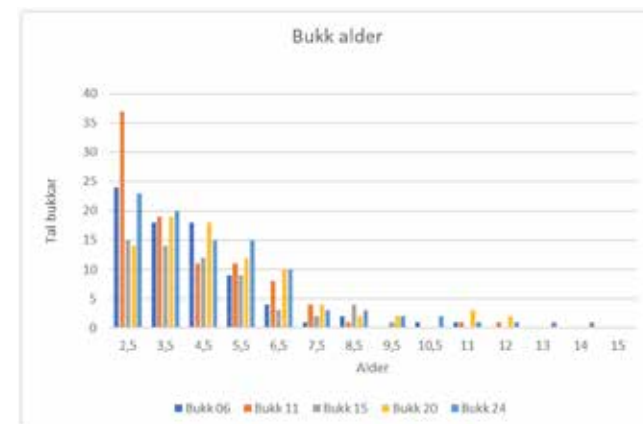


Diagram 2: Alder på felte bukkar felt i Luster kommune 2006-2024.



Diagram 3: Gjennomsnittsalder felte bukk 2006-2024

Ein ser at det blir felt eit større tal eldre bukkar i bestanden. Det tyder på at det er fleire av desse enn det var før. Ein ser også at gjennomsnittsalder på bukken har stege i perioden. Kommunen har hatt eit mål om sparing på eldre dyr og felling på ungdyr. Det ser ut som dette kan ha hatt ein liten effekt.

### Alder på hodyr



Diagram 4: Oversikt over alder på felte hodyr i 2024

Ein ser at for felte hodyr er det jamnare fordeling på alder enn for hanndyra. Det er vanskelegare å skilje alder på dyra ved felling av hodyr. Då ein ikkje ser forskjell på ei kolle som er 3,5 år kontra ei som er 10,5 år. Det er også fleire dyr i talmateriale. Noko som seier oss at hodyra sin gjennomsnittsalder blir meir korrekt enn for hanndyra.

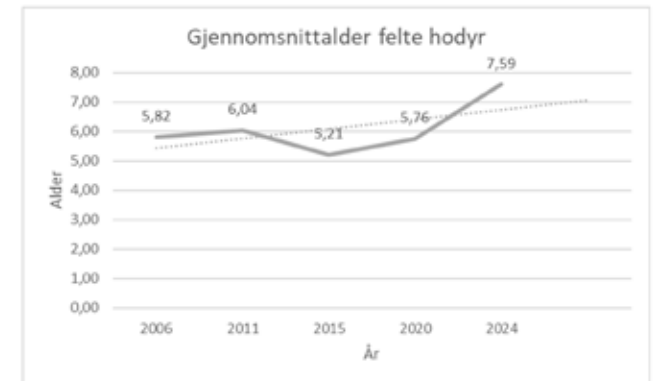


Diagram 5: Gjennomsnittsalder for felte hodyr 2006-2024.

Gjennomsnittsalder for hodyr har ei stigande trend. Ein ser tydeleg dei siste åra at tal eldre felte koller har fallande trend i takt med auken i felling av ungdyr og kalv. Dette ser ut til å gi ein aldersauke i felte eldre hodyr.

Kommunen har hatt som mål å auke alder på hanndyr og hodyr. Utviklinga ser ut til å vera positiv. Men det er framleis ein veg å gå med å få opp bukkeandel i bestanden. Det er for få bukkar som når 7-10 års alder. Fokus på sparing av eldre bukk er viktig i åra framover for å bygge ein robust hjortebestand.

## Veterinær David Rodriguez – frå Spania til Sogn

Frå 01.01.2025 ynskte me velkommen ein ny veterinær i veterinærvaktordninga, David Rodriguez. Han kjem frå Pyreneene i Spania, og har jobba som veterinær i 30 år, både med smådyr og produksjonsdyr. Han har lang erfaring og gode kvalifikasjonar innan veterinæryrket. Han jobbar no i ordninga saman med Oddfrid Vange Bergffjord. David Rodriguez tilbyr dyrlegetenester til smådyr på smådyrklunikken i Gaupne. David oppsummerer 2025 slik:

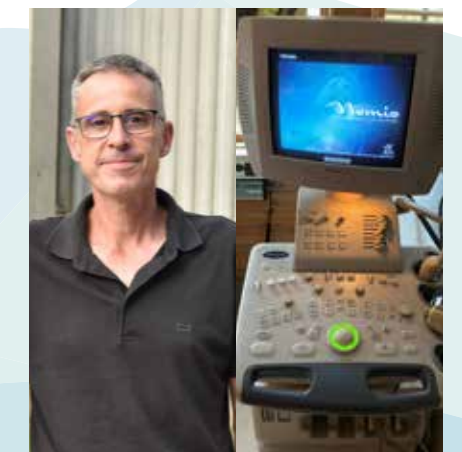
«Ved utgangen av 2025 er det ett år siden jeg begynte å jobbe som veterinærvakt for Luster og Sogndal. Tilpasningen har gått mye raskere enn jeg hadde forventet, for dyrene har tross alt de samme behovene her som i Spania. Jeg må innrømme at jeg ble overrasket over størrelsen på flokkene: her i Norge er de mye mindre, men det

gjør at dyrevelferden er optimal og at de blir tatt hånd om av eierne sine og ikke av lønnet personale.

Det vanskeligste er å uttrykke meg på norsk, selv om jeg hadde studert norsk før jeg kom og fortsatt gjør det takket være Luster kommune si voksenopplæring så jeg håper å bli bedre litt etter litt. Totalt sett har 2025 vært veldig positivt for meg, samhandling med bøndene og dyreeierne har vært utmerket. Naturen her er fantastisk, så jeg prøver å utnytte fridagene til å fortsette å utforske fjellene, breen, fjorden og de mindre trafikkerte veiene.

På smådyrklunikken i Gaupne har jeg prøvd å bidra med det utstyret jeg allerede hadde og annet jeg har anskaffet i løpet av året: Doppler-ultralyd og muligheten til å ta røntgenbilder

i felten med et bærbart apparat som gjør det mulig å se dem i sanntid på en digital plate. Jeg har lært at kjøledyreiere foretrekker fleksible åpningstider som kan tilpasses deres preferanser fremfor faste åpningstider. Husk at det er vanlig å planlegge operasjoner som for eksempel sterilisering av kjøledyr».





# Artsobservasjoner

no! Er du ute i naturen- og interessert i kva artar av planter og dyr som finst rundt oss? Då håpar vi at du kan vere med å registrere artsmangfaldet i Luster!

## Artsmangfald i Luster

Luster har eit stort mangfald av artar, og det er observert og registrert over 2100 artar hjå Artsdatabanken i kommunen! I heile Norge er det påvist om lag 47000 artar, medan ein reknar med at det er 25000 som enno ikkje er funne. Så det finst truleg mange fleire artar også i Luster som enno ikkje er registrert. I kommunen vår er det til dømes funne over 700 ulike insekt, men bere eit par ulike fiskeslag. Difor trur vi at det finst mange fleire artar i kommunen, og på fleire stader enn vi veit om til

## Artsobservasjoner.no

«Artsobservasjoner» er grasrot-forskning på sitt beste! Vanlege naturinteresserte nordmenn har med sine rapporterte funn dei siste åra bidrege mykje til kunnskapen vår om kva artar som finst i Noreg.

Artsobservasjoner.no kan brukast til enkel rapportering. Om du finn ein art ute i naturen, kan du registrere kva art det er, kvar du såg den, og når. I tillegg er det nyttig å dokumentere funnet med gode bilete i tillegg.



Ask

I tenesta er det også mogleg – og svært ofte ønskeleg – å knytte meir informasjon til funnet. Tet kan til dømes vere informasjon om arten sin aktivitet, tal individ, kva kjønn og alder individ hadde og i kva naturtype eller substrat dei var i/på.



Alm

Nokre artsfunn vert kvalitetssikra av ekspertar, til dømes registreringar av raudlista og framande artar, der det er usikkerhet kva art det er, eller der artar er rapportert på uventa stader eller tider på året.

Bli med på å auke kunnskapen om artsmangfald i Luster- lag deg ein brukar på artsobservasjoner.no og kom deg ut i naturen!



Villrein



Storspove



Mnemosynnessommerfugl  
Alle foto: artsbanken.no

The screenshot shows the website's navigation menu with options like 'Rapportere funn', 'Utforsk funn', 'Logg inn', and 'Meny'. Below the search bar, there's a section for 'Siste opplastede bilder' (Latest uploaded images) featuring six different moth species with their names and locations. At the bottom, there's a map of Norway titled 'Dagens observerte funn' (Today's observed findings) with various colored markers indicating where observations were made.

# 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. Enno lenger har det same vore gjort i Danmark, Finland og Sverige. BirdLife Noreg og miljølære.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!



Svarttrost på foringsplass.  
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 unntak i lova, noko det td. gjer for politi, oppsyn og redning, og nokon andre viktige samfunnsoppdrag. Det er og 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 utleigehytter, jakt, fangst, fiske og bærsanking fell ikkje innafør slik næring.
- For uttransport av 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

Vinterstid kan du og tinge leigekøyryr til dei fleste transportoppdrag med snøskutar, utan å søke.

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

- For transport av helsemessig årsak, hugs 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 og 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, terrengmotorsykkel, beltegåande køyretøy, helikopter, ATV, gravemaskin osv.).
  - › Kart som beskriv ruta (kart over trase, landingsplass for helikopter osv.)
  - › Tidspunkt/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!

## Tiltak i verneområde – Luster Allmenning

Luster Almenning er eit av 9 verneområde som Luster kommune har forvaltingsansvar for. Kvart år blir det gjennomført tiltak for å betra naturtilstanden i verneområda som er truga av blant anna framande planteartar, attgroing av kulturlandskap og nokre stader slitasje av folk. Tiltaka blir finansiert av Miljødirektoratet og gjennomført av grunneigarar, lokale entreprenørar eller Statens naturoppsyn.

I Luster Allmenning finst ein av dei få naturlege granskogane på Vestlandet, Skogateigen. Skogateigen var Noregs første naturreservat i 1914, og i 2005 vart verneområdet utvida slik at det no omfattar ei stor, skogkledd fjellsida frå fjorden opp til 1000 moh. Det finst og planta norsk gran i denne fjellsida, ein art som er ein regionalt framand art på vestlandet. Planta gran har ein anna utsjånad enn den naturlege granbestanden i Skogateigen,

og finst i dei lågareliggende delane av naturreservatet. Forvaltingsplan fort Luster Allmenning har som mål å halde bestanden av innført gran nede, og bevare den naturlege granbestanden.

I 2017 vart omfanget av gran i naturreservatet kartlagt frå båt, og granfelt teikna inn på kart med hjelp av god utsikt og kikkert. Sidan 2019 har det vore jobba med å fjerne gran, eit omfattande arbeid som no nærmar seg slutten. Sidan tilkomsten til grana er krevande, vert grana ringbarka slik at den dør. Trea blir ståande, og ettekvart fell dei ned og kan bli verdifull for andre organismar



Foto: Statens Naturoppsyn – Skogateigen. Naturleg gran på Vestlandet og Ringbarka gran i Luster Allmenning



## Almesjuka er påvist i Luster

I sommar kom det melding om ei alm som ikkje var frisk på Hafslo, og fekk brune blader i starten av juni, før den visna heilt. Alma vart saga ned, og delar av greinene vart sendt inn til Norsk Institutt for Bioøkonomi (NIBIO). Her vart greinprøvane analysert, og det vart påvist soppen som forårsaker almesjuka, *Ophiostoma nov-ulmi*.

Almesjuka er ein visnesjukdom der soppen brer seg i karene ytst i veden. Dei første teikna på

sjukdom ser ein ofte i juni-juli, etter at det har vore noko varmt vør. Då byrjar blada å visne i den delen av krona som vart infisert. Eit anna teikn er mørkfarging av vårveden, sidan treet prøver å kjempe mot soppen ved å produsere fenoler.

Vert det gjort observasjonar av nye stadar med almesjuka – ta kontakt med kommunen, og ta bilete av treet. Skaden registrerast og på [www.skogskader.no](http://www.skogskader.no).







Hestnes på Hafslo.  
Foto: Ørjan Talle

## Reguleringsarbeid på Hestnes

I 2024 varsla Luster kommune oppstart av planarbeid på Hestnes. For innbyggerane har det sidan vore stille, men i kulissane har planavdelinga arbeidd med planforslaget. Det overordna målet med reguleringsarbeidet har vore å rydde i eksisterande plansituasjon, samt få eit oppdatert og godt styringsverktøy. Det nye planforslaget har samla seks mindre reguleringsplanar i ein, så det har vore eit stort arbeid. Me er no eit skritt vidare, planen har vore på offentleg ettersyn og høyring frå 08. oktober 2025 til 20. november 2025.

Hestnes består i dag av fleire planar på regulerings- og tomtedelingsnivå. Det eksisterande planverket er ikkje berre fragmentert, men bygger også på tidlegare versjonar av plan- og bygningsloven. I tillegg har det oppstått eit aukande avvik mellom den etablerte situasjonen, og kva som er tillate i planverket. Dette vart avdekket under eit byggetilsyn i 2023.

Hovudtrekka i tilsynsrapporten var at skilje mellom privat og offentleg eigedom ikkje var i tråd med reguleringsplan. Tillaten utnyttingsgrad fleire stadar er overskride, og det har gått føre seg ei privatisering av offentleg strandsona, då det er bygga fleire brygger utan løyve på kommunal grunn.

Hovudtrekka i planforslaget som vart lagt ut til offentleg ettersyn og høyring var formålsendring av mindre nærleikeplassar, felles småbåtområder og turdrag langs vatnet. Det var spesielt behov for å stramme opp i strandsona. Dette er gjort ved å regulere inn turdrag og tilviste småbåtområder. Medan ein på inngjerding og utnyttingsgrad har tilpassa planen til behova. Ein skal framleis skilje mellom offentleg og privat eigedom, men det kan gjerast med gjerder, mur eller planting inntil 1,8 meter,

og ein kan ha ein utnyttingsgrad på eigedommen sin på inntil 45% BYA. Det er ikkje plass til å illustrere alle grepa som er gjort i denne litle artikkelen. Dersom du lurar på kva som gjeld for din eigedom oppmodast du til å sjekke ut [arealplaner.no](http://arealplaner.no). Her finn du også fullstendig planomtale og føresegner.

Målet framover er at ein ved hjelp av merknadane som kom inn til offentleg ettersyn og høyring, får til eit endeleg planforslag alle kan stå inne for og ha eigarskap til. Spesielt må det arbeidast vidare med kva som blir dei beste plasseringane for tilviste småbåtområder, slik at båttradisjonane på Hafslovatnet får bli med inn i framtida på ein god måte.

## Indre Hafslo oppvekstsenter



Indre Hafslo oppvekstsenter. Foto: Ørjan Talle

Det er meldt oppstart på ny reguleringsplan for Indre Hafslo oppvekstsenter. Luster kommune ser eit behov for å utbetre parkeringssituasjonen på skulen og samstundes gjere utearealet meir attraktivt og innbydande til leik.

Trafikkavviklinga spesielt rundt parkering er ikkje bra i dag, og har eit stort forbettringspotensiale med omsyn til trafikktryggleik. Ved levering av barn til skule og barnehage, er dagens «drop-zone» plassert slik at ein må rygge inn på parkeringsplassen. Det er ingen gjerdning eller anna type skjerming mellom uteareal på ballbana og parkering, og det kan lett oppstå uoversiktlige situasjonar.

Utearealet sør for skulen er i dag dårleg utnytta. Det er 5 mål med grusbane som i hovudsak blir brukt til parkering og litt leik/sykkelaktivitet. I utkant av grusbana ligg det ei ballbinge

som er mykje brukt, og dekkar fint behovet for ballsportsareal. Det er gode moglegheiter for betre utnytting av det resterande arealet i dag. Skulen har uttrykt ynskje om å utvida sykkelbana, og er interesserte i å utvikle ein del av grusbana til andre uteaktivitetar retta mot læring og anna aktivitet enn ballspel.

Retta nordvest for ballbinga ligg eit lite lokale som er brukt til lagerplass i dag. Det er ynskje frå skulen om å bruke det til noko anna, og sløydlokale har vore nemnt.

Aust for grusbana, mellom barnehagen og skogen, går den gamle Kongevegen gjennom planområdet. En del av planarbeidet vil ta for seg å greie ut bruk og vern av vegen, og regulere inn omsynssone/buffersone.

Planen skal no utarbeidast i samarbeid med skulen og i

samsvar med dei merknader som er komen etter oppstartsvarelsen. Det vil bli moglegheit for å komme med innspel når reguleringsplanen blir lagt ut på høyring.





# Eldredag

gjensyn med Bruaset og folka  
der ingen skulle tru...



Leiar i eldrerådet, Jan Kåre Norberg.

Eldrerådet og Folkeakademiet arrangerer tradisjonelt eldredag i lag. Det gjorde dei også i år og inviterte til samling på Fjordstova den 1. oktober for lustringar 60+. Det store trekkplasteret var TV-profilen Oddgeir Bruaset, han med den kjende røysta som starta serien «Der ingen skulle tru at nokon kunne bu». Bruaset møtte, det same gjorde nærare 140 lustringar, til ein triveleg ettermiddag i lag.

Leiar i eldrerådet, Jan Kåre Norberg ønska velkommen. Alle song om ho Anne Knutsdotter før Oddgeir Bruaset tok oss med attende til Aldal nord for Bolstadøyri, Skåro og Kjeåsen. Me fekk sjå bilete av staden og folka, og Bruaset fortalde om korleis dei levde og korleis det har gått med dei. Han hadde ikkje manuskript, men fortalde likevel så levande og bergtok oss alle. Språket er godt, orda fell så lett og det er nett som me sit saman med Bruaset og Bjørg Wiik i stovehuset på Kjeåsen. Bruaset har gitt ut boka Gjensyn, der han skriv om nesten alle stadene han besøkte gjennom dei åra han laga TV-serien.

Luster kommune arbeider med utviklingsprosjektet «Helse og omsorg mot 2030», med planlegging av nytt helse- og omsorgssenter og samlokalisering av tenester. Prosjektleiar Ole Martin Brennsæter informerte om vedtak som er gjort om innsatstrappa. Det er vedteke å dimensjonere for 90 plassar med heildøgns pleie. Kommunestyret skal vidare framover gjere tomteval og sjå på ulike utbyggingsalternativ. På luster.kommune.no si framside ligg tidslina for alle vedtak og større hendingar i prosjektet.

Når det er eldredag er det alltid god mat, song og musikk. Helene Myklemyr Bolstad underheldt med trekkspellet sitt, taffelmusikk og spel til allsongar. Fjordstova

v/Turid Øiene diska opp med middagsbuffet, steik, kjøtkake og alt som høyrer til. Kaffi og blautkake til slutt.

Ordførar Andreas Wiese var vert under bordseta. Han minna oss alle på eldrerådet sine innspel om å legge innsats i dei lågaste trinna i innsatstrappa for å lukkast med helse- og omsorgsprosjektet, mellom anna ha gode møteplassar og ha helsefremjande og førebyggjande aktivitetar. Bruaset fortalde mellom anna om einsame Jon i Skåro og gode medmenneske. Ordføraren oppmoda oss alle om å vere aktive, holde oss i form og vere gode medmenneske.

Alle foto: Vadim Chuprina



Oddgeir Bruaset tok oss med attende til «Der ingen skulle tru at noko kunne bu».



Ole Martin Brennsæter er prosjektleiar «Helse og omsorg mot 2030»



Helene Myklemyr Bolstad får alltid god stemning med trekkspellet sitt.







## Slik røysta lustringane ved Stortingsvalet

3926 lustringar hadde røysterett ved Stortingsvalet i haust, og heile 83,8% valde å bruke denne retten. 66,1% av dei som røysta, røysta på førehand.

Ei vesentleg årsak til så stort tal førehandsrøyster er at det blir arrangert førehandsrøysting i bygdene våre: Fortun, Ornes, Luster, Jostedal, Indre Hafslo, Veitastrond og Solvorn. På valdagen har me 3 vallokale; Skjolden, Gaupne og Hafslo.

### Slik røysta lustringane:

Parti	Prosent	Tal røyster
Arbeidarpartiet	39,4	1291
Senterpartiet	20,0	655
Framstegspartiet	14,4	470
Kristeleg Folkeparti	7,2	237
Høgre	6,1	200
Raudt	3,2	104
SV – Sosialistisk Venstreparti	2,9	94
Miljøpartiet dei grønne	2,7	88
Venstre	1,4	46
Norgesdemokratane	0,7	23
Generasjonspartiet	0,5	18
Konservativt	0,4	14
Pensjonistpartiet	0,3	11
Industri- og næringspartiet	0,3	10
Fred og Rettferdigheit (FOR)	0,2	6
Partiet DNI	0,1	2
Partiet Sentrum	0,1	2
Velferd og Innovasjonspartiet	0,1	2

Det er ny vallov som gjeld frå dette Stortingsvalet. Den seier mellom anna at kvart førehandsrøystelokale skal teljast opp for seg dersom det er motteke minst 60 røyster på dette lokalet.

På valgresultat.no kan du sjå resultat av røystegjevinga i heile kommunen, på rådhuset, Indre Hafslo, Luster, Solvorn eller valdagen i Gaupne, Skjolden og Hafslo.

## Nytt ungdommen sitt kommunestyre

– KLARE TIL Å GJE GODE RÅD

Kvart andre år vel kommunestyret nytt UK etter forslag frå skular og organisasjonar i kommunen. Dei vel sjølv leiar, nestleiar og arbeidsutval.

UK 2025–2027 er samansett slik:

Medlemer:	Varamedlemer:
<i>Luster ungdomsskule:</i> Malin Fristad Hop Ellisiv Olsen Sjøthun Trygve Watsend Erichsen	1. Ingrid Hauge Günter 2. Tasnim Ali Almobarak
<i>Hafslo barne- og ungd.sk.:</i> Zahra Almohammad Iver Hofslundsengen Olav Hagelin Moe	1. Ingrid Ulvikbakken Ones 2. Sofie Dyrdal 3. Oliver Andre J Norheim
<i>Sogndal vidareg. skule:</i> Thor Willhelm Fredheim Hans Fredrik Hagelin Moe	
Manglar 2, meld deg gjerne.	
<i>4H:</i> Yngvil Elisabeth Strøm-Sire	
<i>Luster idrettsråd:</i> Tryggve Ås Teigen	
<i>Politiske parti:</i> Krf: Ingrid Johanne Hurthi Sp: Ingrid Johanne Kvalen AP: Sivert Kvam Høyheim Fleire parti kan få medlem.	Sp: Agnes Waagsbø Wiese
<i>Observatør frå kommunest.:</i> Jonatan Hurthi	1. Martha Boksasp Lerum 2. Helene Selland

Heile gjengen var samla til oppstartsmøte for å bli kjende, få informasjon og høyre erfaringar frå dei som har vore med før. Dei jobba i grupper og prioriterte kva saker dei meiner er viktige og drøfta korleis dei kan skape eit trygt og godt miljø i UK der alle torer å sei kva dei meiner. Det var god prat og desse ungdomane er klare til å gje gode råd til tilsette og politikarar i kommunen.



Medlemer og varamedlemer: Framme frå venstre: Sofie Dyrdal, Yngvil Elisabeth Strøm-Sire, Malin Fristad Hop, Martha Boksasp Lerum, Ingrid Ulvikbakken Ones, Ingrid Johanne Hurthi, Ingrid Hauge Günther, Agnes Waagsbø Wiese, Zahra Almohammad, Tasnim Ali Almobarak, Ellisiv Olsen Sjøthun. Bak frå venstre: Helene Selland, Jonatan Hurthi, Oliver Andre Josvanger Norheim, Trygve Watsend Erichsen, Sivert Kvam Høyheim, Tryggve Ås Teigen, Hans Fredrik Hagelin Moe, Iver Hofslundsengen, Olav Hagelin Moe, Ingrid Johanne Kvalen. Foto Ørjan Talle



Medlemer UK: Framme frå venstre: Yngvil Elisabeth Strøm-Sire, Malin Fristad Hop, Ingrid Johanne Hurthi, Zahra Almohammad, Ellisiv Olsen Sjøthun. Bak frå venstre: Observatør Jonatan Hurthi, Trygve Watsend Erichsen, Tryggve Ås Teigen, Hans Fredrik Hagelin Moe, Iver Hofslundsengen, Olav Hagelin Moe, Ingrid Johannes Kvalen. Foto Ørjan Talle



Den nyvalde leiaren i UK Hans Fredrik Hagelin Moe og nestleiar Ingrid Johanne Kvalen. Foto Ørjan Talle



Det nyvalde arbeidsutvalet til UK: Frå venstre Tryggve Ås Teigen, Malin Hop, Hans Fredrik Hagelin Moe, Ingrid Johanne Kvalen, Trygve Watsend Erichsen (vara) og Olav Hagelin Moe (vara). Foto Ørjan Talle



Medlemer og varamedlemer er samla for fyrste gong for å bli kjende og opplæring. Her er det tidlegare UK-medlemer og no kommunestyremedlemer Jonatan Hurthi, Helene Selland og Martha Boksasp Lerum som deler erfaringar og gjev gode råd til dei nye. Foto Anita Bjørk Ruud



# FTU Luster

## – TILRETTELAGT FRILUFTSLIV

Tilrettelagt friluftsliv i Luster var så heldige å bli invitert til Tungestølen 1. september. Her var det stor stas med kongelig besøk av Kronprins Håkon og stor friluftsfesting! Saman med elevar fra Veitastrand og Hafslo og Luster Turlag fekk me vist fram kvifor me er så glade i friluftsliv!

Med kjekke oppgåver i naturen, samling rundt bålpanna og nye bekjentskap skapte me saman fellesskap, mestring og minner for livet. Det å få helse på Kronprins Håkon var stort for mange av oss!



## LUSTER UTSTYRSSENTRAL



Utstyrssentralen held til i Pyramiden senter ved sida av bruktbuikken. Her kan alle innbyggjarar i Luster låne gratis turutstyr, inntil ei veke om gongen. Det er også ei karantene på to veker før du kan låne same

utstyret på nytt. Dette for at flest mogleg får tilgang på å låne utstyr.

Utstyrssentralen er open måndag kl. 08.00 – 15.30 og torsdag kl. 12.00 – 16.30. Utstyrssentralen er ikkje bemanna desse dagane så ein må

avtale eit tidspunkt for lån av utstyr. Dette gjer ein ved å ringe Luster frivilligsentral tlf. 456 65 954 eller ved å sende ein e-post til [post@luster.frivilligsentral.no](mailto:post@luster.frivilligsentral.no). På heimesida til Luster frivilligsentral kan ein sjå kva utstyr som er til utlån.

# Frivilligsentralen



## Bruktbutikken på Pyramiden senter



Bruktbutikken blir drifta av Luster frivilligsentral i samarbeid med 19 frivillige.

Inntektene går til ulike aktivitetar/arrangement i kommunen vår, i regi av Luster frivilligsentral eller gjerne i samarbeid med andre organisasjonar. Ta gjerne kontakt dersom din organisasjon ynskjer å samarbeide med oss.

## Frivilligoppdrag

Bruktbutikken vår har stort behov for frivillige som kan jobbe på torsdag, fredag eller laurdag. Ta kontakt med Cecilie eller Anita på Luster frivilligsentral på tlf. 456 65 954 eller [post@luster.frivilligsentral.no](mailto:post@luster.frivilligsentral.no).

Seniortreff for heimebuande treng frivillige som kan hjelpe ein torsdag pr. mnd. frå ca. kl. 09.00 – 15.00. Ein person er ansvarleg for gjennomføring av seniortreffet, men me treng hjelp frå ein frivillig med ulike arbeidsoppgåver undervegs i arrangementet. Arbeidsoppgåver er å dekke på borda, ta imot dei påmelde, servere, ta av borda og hjelpe til med oppvask når arrangementet er slutt.

Ta kontakt med Anita på Luster frivilligsentral på tlf. 456 65 954 eller [post@luster.frivilligsentral.no](mailto:post@luster.frivilligsentral.no).

## Seniortreff

Seniortreff for deg som bur heime er eit tilbod annakvar torsdag på Gaupne omsorgssenter. På treffa er det sosialt samvær, underhaldning, lett trim og servering av varm mat. Me startar opp att 15. januar 2026. Sjå program for 1. halvår 2026.



Invitasjon til

## Seniortreff 2026

Stad: Aktivitetsstova ved Gaupne omsorgssenter  
Målgruppe: For deg som bur heime

**Tidspunkt:**  
Torsdagar kl 10.00 - 14.00 på desse datoane:

- 15. Januar
- 29. Januar
- 12. Februar
- 26. Februar
- 12. Mars
- 26. Mars
- 09. April
- 23. April
- 07. Mai

Eigenandel kr. 150,- pr. gong

### Transport:

Det blir organisert transport for dei som har behov.

### Program:

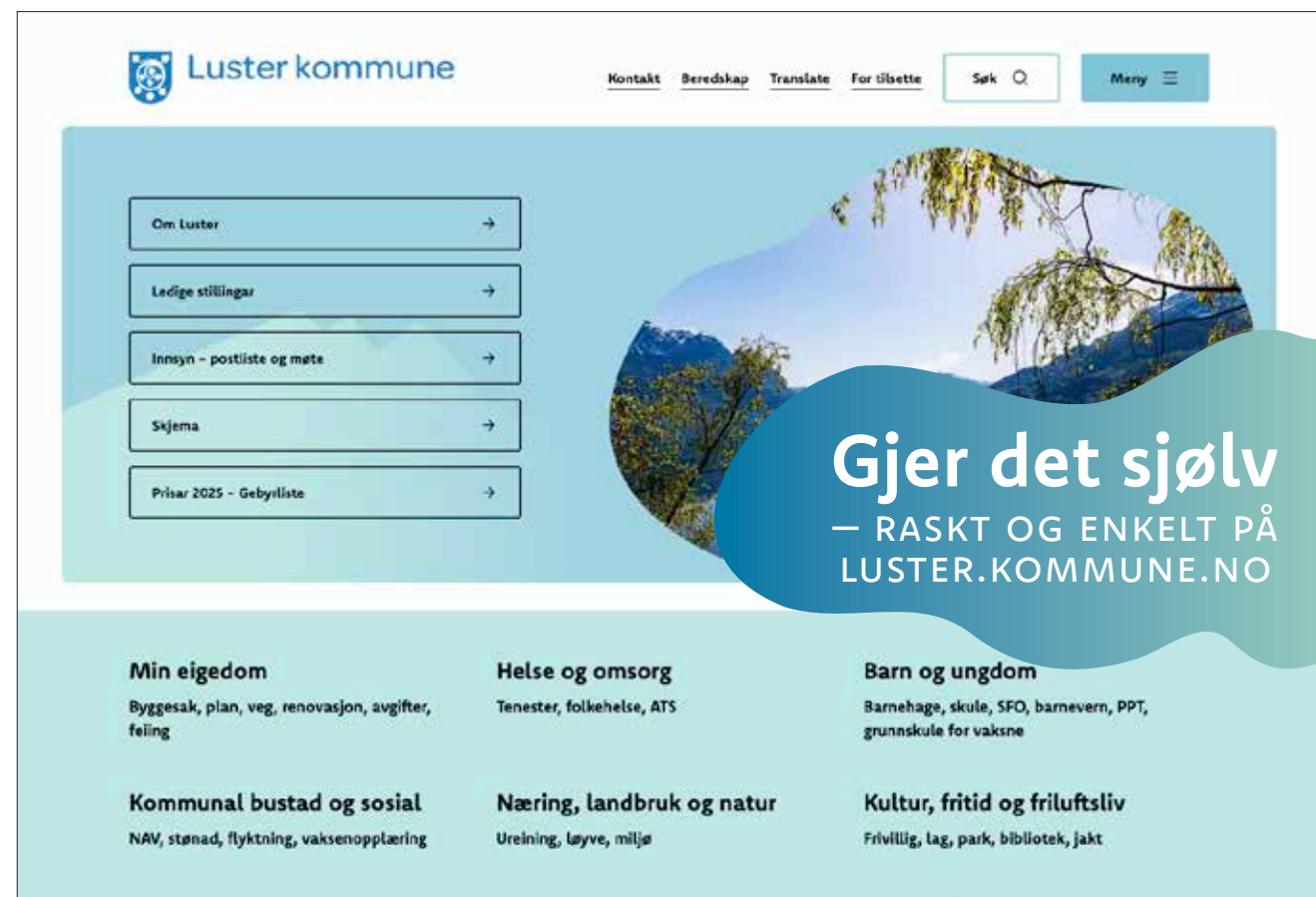
Torsdagane vil innehalde sosialt samvær, underhaldning og balansetrening, samt servering av eit varmt måltid.

### Påmelding:

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

MOTE MELLOM MENNESKE





### Alt du treng – samla på ein stad!

Heimesida til Luster kommune er laga for å gjere kvardagen din enklare. Her kan du ordne mykje sjølv – frå å melde feil og finne kontaktinformasjon, til å bestille møte eller sende inn skjema. Du finn òg gode artiklar, politisk informasjon og oversikt over arrangement gjennom Friskus. Her ligg alt som skjer i kommunen, for både store og små.

### Book tid

Treng du å snakke med ein sakshandsamar? Du kan enkelt bestille tid til møte – anten digitalt, på telefon eller fysisk.

### Finn kontaktinformasjon

Du treng ikkje gå via sentralbordet – på nettsida finn du oversikt, slik at du kan ringe eller sende e-post direkte til den du skal ha tak i.

### Meld frå om feil

Har du oppdaga eit hol i veggen, mørkt gatelys eller anna som treng vedlikehald? Meld det inn direkte via nettsida.

### Skjema og sjølvbetening

Frå søknadar til meldingar – mange skjema kan du fylle ut og sende inn digitalt, utan papir og post.

### Informasjon og artiklar

Les gode artiklar om tenestene våre, aktuelle saker og tips til deg som innbyggjar.

### Arrangement i kommunen

Vil du vite kva som skjer i Luster? På heimesida finn du Friskus, der alle innmelde arrangement blir viste – for både store og små.

### Politikk og møte

Heimesida gir deg full oversikt over det politiske livet i Luster. I møtekalenderen kan du sjå tidspunkt for komité- og kommunestyremøte, lese sakspapir og protokollar, og følgje sendingane direkte eller sjå opptak i Kommunetv.

### Postliste og dokument

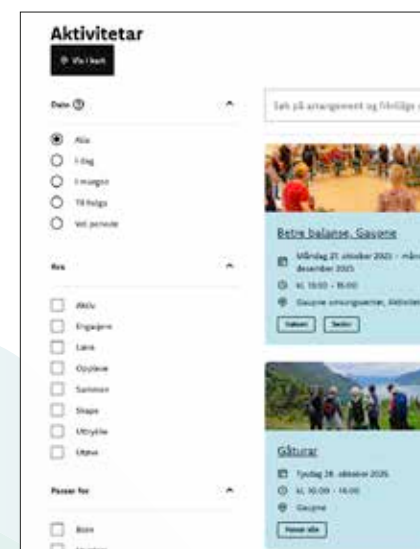
Lurer du på kva som rører seg i kommunen? I postlista finn du inn- og utgåande dokument frå dei siste dagane – og i arkivet kan du søke deg heilt tilbake til

1960-talet. Her ligg eit stort utval av historiske dokument, saker og vedtak.

### Ved kriser og uver

Dersom noko uventa skjer – som ekstremvêr, brot i tenester eller andre hendingar – vert heimesida oppdatert fortløpande med viktig informasjon.

**Besøk oss på luster.kommune.no – og oppdag kor mykje du kan ordne sjølv!**



## Eit nytt psykisk helseteam for barn, unge og familiar

Alle barn og unge skal ha enkel tilgang til psykisk helsehjelp i heimkommunen sin. Kommunen har ansvar for å tilby tidleg hjelp og behandling til innbyggjarar som opplev psykiske utfordringar, byrjande rusproblematikk og reaksjonar på belastande livshendingar.

Luster kommune har fått midlar til å planlegge og etablere eit nytt tverrfagleg psykisk helseteam for barn, unge og familiar. Målet er å etablere eit lågterskeltilbod for barn, unge (0-25 år) og deira familiar. Teamet skal følge opp og behandle milde til moderate psykiske vanskar, reaksjonar på belastande livshendingar og påbyrjande rusproblematikk. Tilbodet skal ha eit familieperspektiv, tilby foreldrestøtte og rettleiing til foreldre. I tillegg vil teamet ha fokus på tverrfagleg samarbeid med både kommunale instansar og spesialisthelsetenesta.

Me er i oppstartsfasen og vil bruke den første tida på å legge til rette for gode medverknadsprosessar slik at me får innspel frå ulike perspektiv. Dette er viktig for å sikre at innbyggjarane sine behov blir møtt på best mogleg måte.



## Nytt frå helse

Miriam Lyamouri starta 1. september 2025 opp som ny fastlegevikar ved Luster Legekontor. Ho bur på Skjolden og kjem frå stilling som LIS 1 lege på Leikanger og i Helse Førde. Miriam er godt i gang og er vikar på fastlegelista som står oppført som «liste utan fastlege».





# Besøk av marsvin

PÅ OMSORGSSENTERET  
I LUSTER



På omsorgssenteret i Luster bur det mange som er glade i dyr. Nokon er oppvaksne på gard eller har drive gard sjølv. Andre har hatt katt eller hund. For mange sit kjærleiken for dyr djupt i dei og då er det ekstra kjekt å få besøk av dyr der dei bur. Sjølv driv eg hobby oppdrett av marsvin og har gjennom mange år sett at det er dyr som eigna seg veldig godt til besøksdyr. Dei er både trøystedyr, selskapsdyr og terapidyrr. For mange på sjukeheimen spelar det lite rolle at dei ikkje er ein katt eller hund. Dei er varme, mjuke og likar å ligge på fanget og kose. Eg har hatt med marsvin inn på sjukeheimen mange gonger no, og det er alltid kjekt å sjå kor godt det blir motteke. Me pleier å samle oss rundt eit bord og sette marsvina på bordet. Så kan dei som vil gje det gulrot med hånda. Nokon vil holde dei på fanget. Me har og vore på eldresenteret



og besøkt nokre av dei som bur der. Marsvina har og kome inn på rommet til folk som har vore så sjuke at dei ikke orkar ut av senga. Då kan marsvina ligge på bringa ei stund. Når ein får besøk av dyr, åpner det for samtalar om dyr ein sjølv har hatt tidlegare i livet. Mange fortel om sine egne dyr og om barndommen med fjøskattar og flaskelam. Det blir både latter og tårer når eg viser fram langhåra marsvin med krøller der ein ikkje veit kva som er framme og bak. «Nei så god og mjuk», seier nokon. Eg har med kam og dei som vil får prøve å gre dei langhåra marsvina. Nokon meiner det eine marsvinet ser ut som ei kjempestor mus. For meg spelar det ingen rolle kva dyr dei trur det er. Når hukommelsen sviktar og ein ikke alltid veit kvar ein er og kva tid det er på dagen, er det fint med ein liten pelsskledd venn ein kan halde og snakke med. Eg veit at for mange var denne timen med marsvina mine dagens høgdepunkt og det følest så meningsfylt å få bidra med dette.



## Minnegåve til Gaupne omsorgssenter

Hjarteleg takk for minnegåve til Gaupne omsorgssenter i høve Odd Steinar Stølen sin bortgang.

Gaupne omsorgssenter

## LUSTRABADET

2025 har så langt vore eit bra år for Lustrabadet. Før sommarferien hadde me allereie hatt 25.000 besøkande, og til tross for strålande vær i juli, så var det bra med besøkande då også. Me syns vel alle at det er godt å kome seg inn i 30+ grader og ha moglegheita til å plaske rundt i gode, varme basseng når det byrjar bli kaldare ute. Me står klare til å ta imot dykk.

### Aktivitetar

Me prøver å skape aktivitet på Lustrabadet. Er det noko du saknar, så ikkje nøl med å ta kontakt med oss! For å nemne noko av det som skjer her:

**Svøm Langt** – Kwart år, januar til og med mars arrangerast det. God motivasjon til å symje, det er god trening, og det er gjerne sosialt. I tillegg kan me lokke med at me framover vil ha endå meir fokus på symjing.

**Hydrohex** – Bli med på det mest spennande innafor trening i vatn! Eit digitalt opplegg med tilpassa musikk og trening er midt i blinken og passar for absolutt alle! Sjekk ut heimesida vår for timar.

**Babysymjing** – Me jobbar iherdig med å få på plass instruktør slik at me kan starte oppatt med babysymjing! Dette er enormt etterspurt, så me kryssar fingrar for å få dette på plass att snart.



### Morgonsymjing

Kvar onsdag og fredag kl. 06:30 – 08:30 er det morgonsymjing. Det er symjing i idrettsbassenget, og i varmebassenget er det treningstime med Hydrohex. Det er plass til fleire, både på symjing og på Hydrohex-trening. Så ta med deg ein venn, nabo, sambuar etc. og bli med. Å starte dagen på Lustrabadet... er ikkje mykje som slår det.

### Julegåve

Lurar du på kva du skal kjøpe til jul? Vel, eit godt tips frå oss er å kjøpe julegåva på Lustrabadet! Her kan du kjøpe både gavekort, fleksibillett, medlemskap og badeklede.

### 2026

Neste år blir eit spennande år for Lustrabadet! Då står renovasjon av idrettsbassenget på agenda. Luster kommune jobbar i desse dagar med anbudsprosessen kring dette, og me håpar på oppstart rett etter påske. Føl med på SoMe og heimesida vår, me informerar så fort me veit kva som skjer.

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

God vinter frå oss på Lustrabadet!





## TV-aksjonen 2025



Skjerm bilde fra Giverstafett.no

TV-aksjonen 2025 gjekk til Atlas-alliansen og funksjonshemma som lever i krig og fattigdom. Pengane skal gje nødhjelp, utdanning og moglegheit for eit betre liv.

Luster har i alle år vore rause gjevarar. I år vart det gjeve kr 452 000,- som er det nest høgaste beløpet som er samla inn, berre slege av fjoråret si innsamling som gjekk til Barnekraft Foreningen. Nytt av året var at Formannskapet

sette av tid i siste møte til ein ringedugnad til næringslivet i kommunen. Samla bidrog næringslivet med kr 150 000,-.

TV-aksjonen har eige undervisningsopplegg for skule og barnehage, her bidrog bla Skjolden Oppvekstsenter og samla inn kr 6 541.

Det viktigaste bidraget for saka er framleis bøsseberarane og dei 11 komiteane rundt i kommunen, som gjer at me møter folk i alle hus og hytter. Sjølv om Vipps og overføringar digitalt er i ferd med å overta for kontantane vart det samla inn kr 120 000,- i bøssene. Men like viktig er den merksemda som alle bøsseberarane skapar for innsamlinga og som gjere at folk «hugsar» å Vipps.

Så tusen takk til alle som bidreg både med innsamling og pengar til ei god sak.

## Formannskapet på dugnad



Ein glad Oddstein Haugen i telefonsamtale med ein representant frå næringslivet.



Leiar for Tv-aksjonen i Luster, varaordførar Geir Arve Sandvik, held kontroll på listene og prosedyrane. Alle foto over: Ørjan Talle



Marianne Bugge og Johnny Gjerde samlast for å diskutere erfaringar. Oddstein Haugen i bakgrunn.

Medlemar i formannskapet avslutta møtet 17. oktober med dugnad for TV-aksjonen. Mange av leiarane i næringslivet i Luster fekk telefon frå ein av representantane i formannskapet då dei hadde ringerunde.

Dette resulterte i at dei åleine samla inn kr 80 000. Næringslivet i Luster ga totalt 150 000 kr til årets TV-aksjon.

## Livsmeistring – robuste barn og unge

**Fleire skular i kommunen er godt i gang med folkehelse og livsmeistring på timeplanen. Målet er at alle elevar i Lustraskulen skal få undervisning kvar veke gjennom heile skuleåret og skuleløpet i ti ulike tema. Kropp, rus, kjensler, mangfald og nettvett er døme på tema elevane har fast undervisning i.**

### Meistrelivet.no

Inne på nettressursen [www.meistrelivet.no](http://www.meistrelivet.no) ligg det 400 undervisningsøktar tilgjengeleg for alle skulane i landet. Undervisningsopplegget består av 10 tema fordelt utover skuleåret. Desse er forankra i læreplanverket og eige kartlegging: Venenskap, nettvett, økonomi og levevanar, takknemleg, relasjonar, kropp, kjensler, rus, verdier og val og mangfald. Fleire av skulane i kommunen har no ei undervisningsøkt fast i veka. I tillegg til å ha ei økt i veka kan skulane nytte undervisninga ved behov, når det til dømes oppstår ulike situasjonar i klassane og på skulen. Det er lagt opp til mykje elevaktivitet med leik, teikning, dilemma som skal løysast og refleksjonsspørsmål som er relevante for kvardagen til barn og unge. Utarbeiding av undervisninga har skjedd i tett samarbeid med lokal ungdom og mange ulike hjelpeinstansar og tenester i kommunen, m.a. helsestasjon, oppvekst, politiet, psykisk helseteam, folkehelse og Frisklivssentralen Sogn. På [meistrelivet.no](http://meistrelivet.no) ligg det ferdig undervisningsøktar for alle tema til alle trinn. Nettressursen er utarbeida i samarbeid med Gasta design og kommunikasjon AS.

### Frå lokal til regional satsing

Satsinga og arbeidet med nettressursen er eit samarbeid mellom kommunane Sogndal og Luster gjennom Helsedirektoratet sitt program for folkehelsearbeid i kommunane. Statistikken vår viser at bruken av ressursen er aukande og me ser at undervisningsopplegget vert spreidd frå skule til skule gjennom m.a. utelukkande positive tilbakemeldingar frå tilsette og gode erfaringar i klasserommet. Praksis vert endra og etter kvart som undervisningsopplegget vert teke i bruk er det fleire og fleire som ynskjer å sette av tid til dette på timeplan. I haust har kommunane i Sognaregionen



blitt med i satsinga og andre kommunar i landet tek kontakt for å få råd til korleis kome i gang med undervisninga på skulane sine.

### Hjartesamling i barnehagane




Ungane som går i barnehage får og opplæring og kunnskap om desse viktige tema gjennom Hjartesamling. I fem samlingsstunder får barna snakke om og gjere ulike aktivitetar knytt til tema: Berøringar, kjensler, venenskap, kroppen og hemmelegheiter. På den måten får barna språk og verktøy til å kunne fortelje om det som er vanskeleg og dei blir i betre stand til å beskytte seg sjølv, seie ifrå og respektere andre sine grenser. Å gje barn kunnskap om kropp og seksualitet er ikkje farleg. Det kan derimot vere farleg å ikkje snakke med barna om det. NOK. Sogn og Fjordane har bidratt med kompetanse og har undervist alle tilsette i barnehagane i Hjartesamling.



### Foreldrenettverk

Inne på [www.meistrelivet.no](http://www.meistrelivet.no) finn de og informasjon om foreldrenettverk. Det er eit uformelt møte for og av foreldre. Det handlar om at foreldre på ei avdeling i barnehagen eller i ein skuleklasse blir kjent med kvarandre gjennom sosiale møtepunkt. Foreldre er barna sine viktigaste støttespelarar og rollemodellar. Det er eit stort ansvar, og det er mykje foreldre skal ta standpunkt til. Då kan det vere godt å ha nokon å dele erfaringar med som har barn på same alder. Foreldre må snakke saman for å bli godt kjent og då kan det og vere enklare å hjelpe og støtte kvarandre i foreldrerolla og kvardagen som familie. Me kan få til utruleg mykje saman, gjennom å prate med kvarandre.

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

-  Livsmeistring – Robuste barn og unge
-  Livsmeistringrobustebarnogunge
-  Livsmeistring – Robuste barn og unge



## Ungdomsklubbane i Luster

I haust har det vore høg aktivitet på Gaupne ungdomsklubb. Her kan ungdommane mellom anna spele bordtennis, biljard, Playstation, dataspel, brettspel, måle, perle eller berre henge med vener. Gaupne ungdomsklubb er i finalen til å vinne prisen «årets ungdomsklubb», etter god innsats og arbeid frå ungdommane sjølv. Klubbstyret har lagt ned mange timar dugnad for å gjere klubben best mogleg for flest mogleg. Hemsens på klubben er pussa opp etter at styret samla inn over 100 000 kroner frå næringslivet i Luster. Styret planlegg

også større arrangement i haust som Halloween, open hall og disco. Dei har også samla inn pengar frå næringslivet til mat på ungdomsklubben, slik at me kan halde fram å servere gratis mat. Klubben har også eit godt samarbeid med skulen, design og redesign og arbeidslivsfag er aktive i å både lage og fikse møblar.

Før jul opnar også Hafslo ungdomsklubb i heilt nye lokale, i etasjen over Hafslo barnehage, men har eigen inngang. Det er etablert eit klubbstyret av lokale ungdom. Og me gler oss til opning. Ungdommar frå Hafslo er også velkommen til klubben i Gaupne, og omvendt. Meir informasjon om kva som skjer på ungdomsklubbane og opningstider finn du nedanfor. Her kan du også ta kontakt om du har ønskje eller idear til andre tilbod og aktivitetar på ungdomsklubben.



Ungdom\_i\_luster



Ungdom i Luster



## BeatBox i Blaoboxen

Måndag 1. september gjekk første utgåve av BeatBox (Beat poengterer musikalsk innhald, Box viser til Blaoboxen) av stabelen i Blaoboxen på Sogndal Kulturhus – ein «pop-up»-møteplass for mat, musikk og mestring.



Kaupanger trakka opp stien som første medarrangør på måndag, og vi ynskjer å invitere med oss eit band eller enkeltungdomar for kvart arrangement. Desse blir løfta fram som medarrangørar i marknadsføringa (dersom dei syns det er greitt). Det er også sett av «open-scene-tid», der dei med noko erfaring kan «spontan-jamme», medan nyfikne nybegynnjarar kanskje vågar å ta ein gitar eller trommestikker i handa, og forhåpentlegvis får si første, musikalske aha-oppleving. Deltaking frå tilsette frå Kulturskulen gjev god rettleiing uavhengig av nivå.

Arrangementet er eit samarbeid mellom Ungdomsavdelinga, Sogn Kulturskule (som delprosjekt i Kulturskulen i Framtidas Kommune) og Kulturhuset. Dette var det første i ein serie på 6, lagt til første måndag i månaden fram mot UKM mars 2026. Vi har søkt midlar til utviding og vidareføring av konseptet i 2026, m.a. til eigen transportordning, slik at vi kan legge til rette for deltaking frå t.d. Luster Kommune.

Ein kan også berre stikke innom for å henge og få eit varmt måltid, det serverast lapskaus frå kl. 16 og vaffeljarnet går jamt heile kvelden. Ungdomskjellaren, med eit breitt utval av aktivitetar, er også open i same tidsrom. Straumen av ungdomar går difor begge vegar mellom dei to møteplassane.

BeatBox er meint å vere ei lågterskel og inkluderande leikegrind for (framtidig) musikkinteresserte mellom 13 og 25 år. Ein uhøgtideleg møteplass for ungdom og unge vaksne, utan krav til musikalske ferdigheiter. Ein stad der vi kan bygge både ungdomskultur, musikkmiljø og mestring, og knyte kontaktar på tvers av bygdene våre.

Med konseptet ynskjer vi

- Å skape ein annleis og leiken møteplass
- Drive ungdomsarbeid/relasjonsarbeid med musikk som metode
- Å legge til rette for nettverksbygging og samspel mellom ungdomar på tvers av alder, kjønn og sosioøkonomisk bakgrunn
- Å eksponere «nye» for musikk og samspel, og gjere musikk meir tilgjengeleg for ungdom med lite kulturell kapital
- Å inspirere «erfarne» unge til å ta eigarskap og ansvar for at tilbodet skal bli fast (ung-til-ung-formidling)
- Å bygge bru mellom musikkmiljøa i bygdene i både Sogndal kommune, og nærliggande kommunar

Her kan allereie etablerte band eller enkeltutøvarar få sceneerfaring framom eit lite og takksamt publikum – eit fint mellomsteg før storsalen på UKM ventar, for dei som er med der. Jentebandet «Tangled Wires» frå

## UKM Sogndal og Luster 2026

Søndag 15. mars i Sogndal Kulturhus. Gratis inngang.



Kom og opplev ungdomane frå kommunane Sogndal og Luster som deler si skaparglede gjennom musikk, kunst, dans og scenekunst! Ein dag full av energi, talent og inspirasjon.

Påmeldingsskjema for våre talentfulle ungdommar: ukm.no.

Frist for påmelding er 6. mars 2026.





# Rocket-Man

med heile Rocket-Man gjengen og individuelle aktivitetar.

Trygge vaksne er frivillige som bidreg med køyring, matlaging, planlegging, livserfaring og som er med og skapar ein trygggleik i gjengen.

Vil du vere med i gjengen?

Me treng deg (i alderen 18-30 år) som kan vera som ein storebror/ ei storesøster for ein ungdom som er med på ulike aktivitetar vekentleg med andre ungdommar. Me har både fellesaktivitetar

Ta kontakt på: helga@rocket-man.no ved spørsmål eller ønske om å bidra!

For meir informasjon sjå Instagram: RocketManluster

Rocket-Man er eit fritidstilbod for ungdom med fokus på meistring, tilhøyrslse og trygggleik. I Rocket-Man får ein moglegheit til å vere med på mange ulike og spennande aktivitetar ilag med andre ungdommar og unge vaksne. No er me blitt ein god gjeng, og me kosar oss ilag. I sommar var me på Ekstremsportveko på Voss saman med dei andre avdelingane til Rocket-Man, Porsgrunn og Modum.



## 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.

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.

Ungdata-undersøkinga frå 2024 viser at om lag 1 av 5 på mellomtrinnet og over halvparten på

Desse tiltakskorta skal hjelpe dei som er i kontakt med barn og unge med å få fleire barn og unge med, og for å hindre at dei sluttar i fritidsaktivitetar.

**For tilsette som arbeider med barn og unge**  
Til dømes lærarar, NAV, helsestasjonsleiarar, flyktningestøtte m.m.

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

**Samtale**  
Til dømes foreldreansvar, utviklingsarbeidarar, aktivitetalar, samstar med helsestasjonsleiar, NAV, fagkompetens m.m.

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

**Informere om oversikt over ulike aktivitetstilbod:**

- **FRISKULS** Informere om ulike ordningar:
  - Luster Fritidsfond - økonomisk støtte til fritidsaktivitetar
  - Luster ungdomsskule - transport til og frå aktivitetar for 10kr (13-18år)
  - Utegrønnestruktur - lån av utstyr

**Samtale med barn**  
Spørsmål som kan nyttje:

- Er du med på fritidsaktivitetar?
- Kvarfor trives du?

Forcing til oppfølgingssamtale:

- Har skole til ber at du kan trive best?
- Kjem du på møte som kunne vere spennende?
- Abbu/er du i prøver ein annan aktivitet?

Viss barnet sjølv er med på fritidsaktivitetar:

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

Informere om fritidsaktivitetar som frisk, og vise lenkje til FRISKULS samt aktuelle lag og organisasjonar

**For lag og organisasjonar, trenarar og frivillige**  
Tips til kva frivillige lag og organisasjonar kan gjere for å få fleire barn og unge med på fritidsaktivitetar:

**Opp informasjon lett tilgjengeleg:**

- Ha god oversikt på heimeside, facebook, evt. anna
- Gjer det enkelt å finne kontakinformasjon til lag/organisasjonen, kven skal ein kontakte for å vere med?
- Leggje ut alle aktivitetar i Friskul Luster. Informasjon og oppskrift på korleis ein brukar det. Luster Friskul.com

**Gjer det praktisk mogleg at flest mogleg kan delte:**

- Leggje til rette for at barn, uavhengig av funksjonsevne og andre særskilde behov, kan delte
- Oppmuntre og bidra til samkyringsordningar
- Tilgang på relevant utstyr som kan lånast ut
- Arrangeringsmøte som inkluderer eller liknande
- Bruke verktøystassen på allemed.no i den organisasjonen for å auke fokus på inkludering

**Ha dialog med dei som er med på aktivitetar:**

- Ta kontakt med dei som ønskjer å slutte. Vær nygjerrig og sei at dei er velkomne å bli.
- Informere om relevante ordningar:
  - Luster Fritidsfond - økonomisk støtte til fritidsaktivitetar
  - Luster ungdomsskule - transport til og frå aktivitetar for 10kr (13-18år)
  - Utegrønnestruktur - lån av utstyr

# Dans Uten Grenser Luster

Instruktørgruppa «Blitz» har sidan våren 2024 dreve danseverkstaden. Dei lagar koreografi, mixar musikk, kostymerer, og organiserer timeplan sjølve.

Instruktørgruppa er i god gong med prosjekt «fylkesturné» - denne gongen fyller Dans Uten Grenser 20 år i gamle Sogn og Fjordane, og feirar dette med eit storslått show med omlag 100 ungdommar frå heile fylket. Dette prosjektet skal «Blitz» delta i, som hadde premiere i oktober 2025. Framsyninga kom til Sogndal 25. oktober.

Sommaren 2026 reiser instruktørgruppa til Italia, med same framsyning og gjeng. I Cesenatico, Nord Italia, skal dei saman med dei andre ungdomane ha workshopar, framsyning, og slappe av i solsteiken. Dette blir ei flott reise og mogleg avslutning for gruppa.

Danseverkstaden har elevframsyning på Hafslø måndag 1. desember kl. 18.00. Her vil elevar og instruktørar vise kva dei har lært og jobba med dette semesteret.

Kommande semesteret har vi i DUG Luster undervisning følgjande plassar:

- Gaupne
- Luster
- Hafslø

Sjå timeplan for tidspunkt og aldersgrupper på Facebook (Dans uten grenser Luster)



## Skattekista – Frå meg til deg

I løpet av hausten opnar Skattekista – Frå meg til deg, ein bruktbuikk der ein kan selje kleda sine vidare. Skattekista ligg i bygget til Ungdomsklubben i Gaupne, og opningstidene er både når ungdomsklubben er open, og nokre andre dagar

i veka. Lokala har blitt til ved god hjelp av elevar ved Luster Ungdomsskule som har laga klestativ, måla og bidrege med gode idear.

For å selje kleda sine, leiger ein plass i butikken for ein månadleg sum. Me tek ein liten prosent provisjon av



salet som går til å drifte butikken – resten går til deg som sel. Eventuelt overskot av sal vil gå til ungdomsklubben. Skattekista er òg meint å vere ein møteplass. Her kan du henga, få deg ein kopp kaffi eller saft, og få prøve deg i rolla som butikkespeditør!

Opningstider og tinge plass Facebook: Skattekista frå meg til deg Instagram: Skattekistaframegtildog eller på kommunen si heimeside.

Me håpar å sjå deg der!







## StikkUT!

I juni opna Stikk Ut! som er ei digital turtrimregistrering for alle, med 27 turar kategorisert frå enkel til krevjande. Stikk Ut! i Luster er i samarbeid mellom Sogn Friluftsråd, Luster IL, IL Fanaråk og IL Bjørn.

I første omgang var det Luster IL, IL Fanaråk og IL Bjørn som vil digitalisera sine lokale turtrimmar inn i Stikk UT! – fleire er velkommen til å bli med! I den fyrste sesongen er nærmare 500 aktive brukare registrert i Luster, med eit spenn i alder frå 0–80 år! Omtrent halvparten av dei frå Luster – så her er det verkeleg plass til fleire!

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

på turar. Stikk UT! er gratis å delta på, og målet er å bidra til folkehelse, trivsel og naturglede. Gå inn på [www.stikkut.no](http://www.stikkut.no) eller last ned appen i App Store eller Google Play. Appen er svært brukarvenleg med gode turskildringar og GPS-spor i kart. Kanskje kan ein til og med utvide sitt repertoar med å få prøvd nokre turar i nabobygda?!



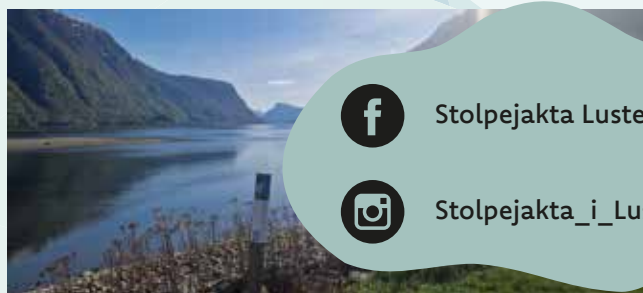
Foto: IL Fanaråk

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

Ønskjer ditt lag eller organisasjon å digitalisere lokale turar og trimpostar i ein felles, gratis plattform? Ta kontakt med folkehelse i Luster kommune eller Sogn Friluftsråd.

## Stolpejakta i Luster 2025

Stolpejakta i Luster har i 2025 vore gjennom sin fjerde sesong – med god suksess og mykje besøk. Stolpejakta er eit gratis lågterskelttilbod 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 bli nådd med rullestol.



Stolpejakta Luster

Stolpejakta\_i\_Luster

Stolpejakta er arrangert i samarbeid mellom IL Bjørn, IL Fanaråk, Hafslo IL, Veitastrond IL, Luster IL, Luster Idrettsråd og Luster kommune. Dei lokale idrettslaga har stått i bresjen for gjennomføringa!

Til saman har det vore 115 stolpar ute – omlag 20 stolpar knytt til kvart idrettslag sitt område på både kjende og heilt nye stader! Det har vore om lag 1.750 stolpejegerar og over 37.000 stolpebesøk totalt i kommunen. Over 30 personar har besøkt alle stolpane. Det er imponerende!

Kjekt å sjå mange registreringar hjå både etablerte og nye stolpejegerar! I november trakk me 10 vinnarar som fekk kvar sitt gavekort på Pyramiden Senter i Gaupne. Tusen takk til årets lokale sponsorar som har vore med å støtte stolpejakta; Røyrleggjarservice AS, Øvrebø Fargehandel, NTP Avery Dennison, Luster Energiverk og Luster Sparebank. Me håpar det har vore mange fine turar og opplevingar i 2025. Takk for engasjement, støtte og vel gjennomført stolpejakt!

## HAUSTFERIEAKTIVITETAR 2025



I haustferien blei det arrangert gratis ferieaktivitetar for 4.–7. trinn i kommunen.

På onsdag var me på ungdomsklubben. Der var det felles leiker og tid for å sjekke ut lokalet, med gaming, brettspel, perling og musikkrommet. Etter lunsj reiste me til idrettshallen og hadde mørkegøymsele og kanonballturnering. Her var det 30 barn som møtte opp.

Torsdag var det aktivitetar ute ved skytebanen som å lage gapahuk, bål,



grønnsakssuppe, tanagram, lasernet, og me lærte om sporlaus ferdsel. Her var det 25 barn som møtte opp.

For 8.–10. trinn blei det arrangert gamingkveld på ungdomsklubben. Her blei klubben forvandla med kult lys og det var ulike konkurransar med flotte premiar. Sjekk ut [ungdom i Luster](#) på Instagram for å sjå video. Tysdag var det open ungdomsklubb med felles mørkegøymsele.

Tusen takk til Luster frivilligsentral, Sogenett, Luster sparebank, Lustrabadet, ViteMeit, Jovsanger,



Luster treningscenter, Lerum, Digital etikett og NTP for spons.

For 12. 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 og vasskrig.

I tillegg til FriMoro blei det også arrangert Sommarlab med ViteMeir, teaterverkstad, to aktivitetsdagar for 4.–7. trinn, rafting og open ungdomsklubb for 7.–10. trinn. Sjå [Frimoro](#) på Facebook for for meir info om ferieaktivitetar.

Takk til Luster Røde Kors, Luster Turlag, Luster Helsestasjon, Luster Sparebank, Luster Frivilligsentral, Nasjonal forening for folkehelse, Gaupne Helselag, Gjensidigestiftelsen, Bufdir, politiet, Frisklivssentralen Sogn, Luster Lions, Parken i Gaupne, og alle frivillige som gjorde dette mogleg. Ikkje minst tusen takk til dei flinke ungdommane som var på jobb og bidrog til at alle barna kosa seg.



FriMoro  
2025



## Luster Fritidsfond



Å høyre til eit fellesskap, ein flokk eller å vere del av eit team er noko av det aller viktigaste for å kunne ha eit godt liv. Utanforskap er like skadeleg som å røyke 15 sigarettar dagleg. Å vere i aktivitet og få anledning til å bruke kroppen er og viktig for barn og unge si utvikling. Forsking viser at fysisk aktivitet fremmer god psykisk helse. Derfor er det viktig at alle barn og unge får moglegheita til å delta i aktivitet saman med andre og som ein del av eit fellesskap.

Luster Fritidsfond er eit tiltak for å hjelpe familiar å betale utgifter i samband med aktivitetar for barna. 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 søke om støtte på vegne av barn og unge som bur i Luster kommune.

### Kva utgifter kan Luster fritidsfond dekke?

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



**Leiar/trenar og laget rundt barn og unge**  
Me oppmodar alle leiarar/trenarar og laget rundt barn og unge til å hjelpe dei som treng økonomisk støtte gjennom å nytte seg av ordninga. Søknadsskjema finn de på heimesida til kommunen under kultur, fritid og friluftsliv - Fritidsfond. 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, fritid og friluftsliv på heimesida til kommunen. Har du spørsmål, ta kontakt med sekretæren for Fritidsfondet:  
Marte Kvisterø Krogstadmo  
E-post: luster.fritidsfond@luster.kommune.no



## Digital opplæring hausten 2025

Digital opplæring er eit samarbeid mellom Luster Pensjonistforening, Luster bibliotek og Luster kommune. På kurset lærer ein grunnleggande ferdigheiter knytt til bruk av nettbrett, smarttelefon og PC. Deltakarane får opplæring i korleis ein lastar ned og brukar ulike appar, kva som er lurt å ha, korleis ein loggar inn med BankID, loggar inn på Helsenorge m.m. Hausten 2025 vart det ein ny runde med fem kurs. Det siste kurset går den første torsdagen i desember. Tilbodet er gratis, og vert halde på Gaupne ungdomsklubb.



## Juleglede 2025



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

Juleglede har som mål å gjere ein forskjell ved å samarbeide om å gje familiar med økonomiske utfordringar moglegheita til å ta imot ei gåve til borna og ei ekstra julehelsing til familien. Me ser ei auke i søkarar kvart år. I 2024 fekk 150 barn i Luster ei juleglede frå oss og over 70 familiar mottok eit matkort på 500 kr.

Årets Juleglede har to gratis kulturarrangement som er open for alle barn, unge og vaksne i Luster. Det vert Juleverkstad på Gaupnetunet Søndag 30. november for å pynte peparkake, lage flettakorg, spela spel og lage julepynt i forkant av gudsteneste, fakkeltog og tenning av julegrana i Rådhusparken. I løpet av våren 2026 set me opp ei kulturforestilling. Meir informasjon kjem etter kvart.

Det finst mange ulike årsaker til at økonomien kan bli utfordrande. Livet er uforutsigbart, og alle kan komme i situasjonar der økonomien vert

pressa. For dei som har ansvar for å forsørge andre, kan det vere ekstra krevjande. Det kan vere vanskeleg å be om hjelp, og mange synest det er tungt å snakke om økonomiske utfordringar. Difor er det viktig å vite at alle som søker om støtte, kan gjere det heilt anonymt ved å fylle ut eit enkelt skjema. Informasjon om korleis du går fram, finn du på Luster kommune sine nettsider.

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)**

**Kontonummer: 3785.12.25871**

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



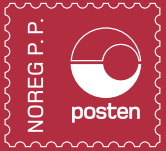
## Friskus – kva skjer i Luster?

Lurar du på kva som skjer i Luster? Friskus er ein digital aktivitetskalender der lag og organisasjonar legg inn aktivitetane sine slik at det blir synleg for alle. Her kan du mellom anna finna konsertar, seniortiltak, 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 dykkar aktivitetar på Friskus slik at flest mogleg kan ha glede av dei fantastiske aktivitetane de har. Ulike institusjonar i kommunen, til dømes NAV og Flyktningtenesta, brukar 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 Ragnhild Mølrvik på tlf. 469 06 768 eller ragnhild.molrvik@luster.kommune.no.





# LUSTRA- nytt

 Nr. 2 – 2025

## 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](http://luster.kommune.no)

### Luster legekontor

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 09.00–16.00  
Torsdag 10.00–18.00

### 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.

Redaksjonen avslutta 11. november 2025  
Ansvarleg redaktør: Kommunedirektør Jon Bolstad.  
Redaksjonen er lagt til Infotorget ved Ørjan Talle. Alle tenesteeiningar har informasjonsansvar, og er bidragsytarar til redaksjonen. Tilbakemeldingar, tips osv. kan gjevast til adressa nedanfor.

Redaksjonen si adresse:  
Luster kommune, Lustranytt,  
Postboks 77, 6866 Gaupne  
Tlf.: 57 68 55 00  
E-post: [post@luster.kommune.no](mailto:post@luster.kommune.no)  
Layout/produksjon: Printfarm | Tlf.: 57 66 23 60

Framsidedfoto: Bonde Silje Nes frå Veitastrond.  
Fotograf: Ørjan Talle

### Viktige telefonnummer

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

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.: 482 96 929  
Politi Tlf.: 112  
Ambulans Tlf.: 113



Få med deg aktuelle saker!

**Følg** Luster kommune på sosiale medium