



Saltdal kommune
Virksomhetsområde Helse

Alle interesserte
Bofellesskap
Tilrettelagte arbeidsplasser
Videregående skoler
Nordland Idrettskrets

Deres ref:

Vår ref
2019/37

Saksbehandler
Randi Taarneby, tlf.:

Dato
21.01.2019

POLARLEKENE - VINTERAKTIVITETSUKE - 2019
FOR UTVIKLINGSHEMMEDE/FUNKSJONSHEMMEDE I NORDLAND
PÅ LØNSDAL/SALTFJELLET 1. - 5. APRIL 2019.

Aktivitetssenteret Knaggen i Saltdal Kommune, har i samarbeid med Nordland fylke, gleden av å invitere til årets Polarleker, som igjen skal arrangeres ved Saltfjellet Hotell Polarsirkelen på Lønsdal i uke 14.

Hotellet er forholdsvis godt tilrettelagt for funksjonshemmede med store rom i 1. etg. Det er ikke heis imellom etasjene. Terrenget rundt hotellet er lett tilgjengelig for alle, uansett funksjonsnivå.

Polarlekene har de siste tre årene blitt arrangert på Lønsdal, etter flere års fravær. Det frister også i år til gjentakelse, da vi har hatt flotte uker med god service og god mat. Vertskapet ønsker oss velkommen tilbake i år igjen!

OPPHOLDSUTGIFTER

Prisen for en uke ved Saltfjellet Hotell Polarsirkelen er kr. 3.000,- inkl. kost og losji pr. deltaker og kr. 3.000,- pr. leder.

DELTAKERAVGIFT

Kr. 500,- pr. person for deltaker og kr. 500,- for leder. Innbetalingskonto sendes ved tilbakemelding.

PRAKTISKE OPPLYSNINGER

For deltakere/ledere som benytter tog til Lønsdal, kan nevnes at tog fra Trondheim ankommer Lønsdal kl. 0923, 1543 og 1912
Tog fra Bodø ankommer Lønsdal kl. 0920, 1411 og 1912.
De som kommer med tog, vil bli hentet på stasjonen.

Postadresse
Kirkegt. 23, 8250 Rognan

Besøksadresse

E-post: postmottak@saltdal.kommune.no

www.saltdal.kommune.no

Telefon
75 68 20 00

Kontonr.
46280700495

Org.nr
972 417734

Alle påmeldte får en tilbakemelding med bekreftelse på deltakelse, og innbetalingskonto for deltakeravgift og oppholdsutgifter, etter påmeldingsfristen. Vi gjør oppmerksom på at vi har hjelpemidler med bl.a. kjelker, skigåstativ, skirullator og akesekker.

Minner om **kulturkvelden** som står på programmet torsdag kveld. Vi håper både deltakere og ledere har noe å bidra med.

PÅMELDINGSFRIST 1. MARS 2019 , sendes til:

Knaggen v/Randi
Polarlekene 2019
Furufleta 39
8255 RØKLAND

Påmelding kan også senders på email til randi.taarneby@saltdal.kommune.no

P.S. Prøv å ta hensyn til kjønn på deltaker/leder ved påmelding. Det er få enkeltrom, så de fleste blir lagt på dobbeltrom for å få plass til alle.

Vi håper på god oppslutning om årets arrangement, og ser frem til en hyggelig uke på Lønsdal. Se ellers vedlagte program. Har dere noen spørsmål, så ta kontakt på telefon med Randi på telfnr. 97122445.

Vi ber om at innbydelsen distribueres til de utviklingshemmede som bor i kommunen. Dette gjelder både personer i egne boliger og personer som bor hjemme. I tillegg ber vi om at innbydelsen distribueres til dagsentere, skoler og vernede bedrifter som arbeider med tiltak for utviklingshemmede.

Med vennlig hilsen

Randi Taarneby
aktivitetsleder

Mads Myrland Erland
Leder for Knaggen

Vedlegg: Program for uken
 Påmeldingsskjema

PROGRAM POLARLEKENE 2019

MANDAG:

Ankomst og innsjekking i løpet av dagen

- kl. 1830 Middag
- Kl. 2000 Ledermøte
- Kl. 2000 Sosialt samvær og dans

TIRSDAG:

- kl. 0800 Frokost
- Kl. 1030 Langrenn lang og kort løype, skigåstativ
- Kl. 1300 Lunch
- Kl. 1430 Aktivitetsløype
- Kl. 1830 Middag
- Kl. 2000 Sosialt samvær og dans etter levende musikk

ONSDAG:

- kl. 0800 Frokost
- Kl. 1000 Stafett kombinasjon ski/aking - hundekjøring
- Kl. 1330 Lunch
- Kl. 1500 Aktivitet i området - hundekjøring
- Kl. 1830 Middag
- Kl. 2000 Sosialt samvær og dans etter levende musikk

TORS DAG:

- kl. 0800 Frokost
- Kl. 1015 Tur til "gammelhuset" for alle. Aktivitet og sosialt samvær
- Kl. 1300 Lunch
- Friøkt
- Kl. 1630 Øving til kulturaften
- Kl. 1730 Visning av video fra uka
- Kl. 1830 Festmiddag med avslutning -premieutdeling
- Kl. 2015 Kulturaften
- Kl. 2200 Sosialt samvær og dans

FREDAG:

- kl. 0700 - 1000 Frokost/avreise
- De som ønsker det, kan smøre matpakke.

Vi tar forbehold om endringer i programmet.

Føreforbehold ang. hundekjøring.

PÅMELDINGSSKJEMA - POLARLEKENE 2019

NAVN PÅ DELTAKER:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

NAVN PÅ LEDER:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

INFORMASJON OM FUNKSJONSHEMMING/SYKDOM SOM VI BØR TA
SPESIELLE HENSYN TIL:

Diabetes

Cøliaki

Laktose

Rullestolbruker

Eventuelt annet:.....
.....

REISEMÅTE: Egen bil/buss: Tog:

ANDRE OPPLYSNINGER:.....
.....

NAVN PÅ KONTAKTPERSON - TELEFONNUMMER:

.....
.....

TILBAKEMELDING SENDES TIL:

.....
.....
.....

.....
sted/dato underskrift