



Li-Nytt



Lierne
nasjonalpark-
kommune

Utgiver: Lierne kommune, 7882 Nordli
Tlf.: 74 34 34 00 Fax: 74 34 34 90

E-post: postmottak@lierne.kommune.no

Hjemmeside: www.lierne.kommune.no

Dagens redaktør: Jorunn Margrete Granheim

Ansvarlig redaktør: Rådmann Karl Audun Fagerli

Dato: 31. mars 2020

Uke 14

KOMMUNAL / STATLIG INFORMASJON



UTGIVELSE AV LI-NYTT PÅSKEN 2020

Siste Li-Nytt før påska er uke 14 (onsdag 1. april 2020)

Første Li-Nytt etter påsken er uke 16, onsdag 15. april
med manusstopp tirsdag 14. april kl 12.00



Lierne Servicetorg / bibliotek er **STENGT**
p.g.a. Koronatiltak

Åpningstider uke 15

Telefon til Lierne kommune, 74 34 34 00 er bemannet;

Mandag 6. april kl 08.00 – 15.30

Tirsdag 7. april kl 08.00 – 15.30

Onsdag 8. april kl 08.00 – 12.00

Publikum henstilles om å gjøre avtale før de kommer.
Dette gjelder ALLE kommunale kontorer, NAV og private kontorer.

Med ønske om en god Påske til ALLE ☺

Lierne - Det gode vertskap



LIERNE KOMMUNE PÅ FACEBOOK

Li-Nytt: Manusstopp tirsdager kl 12:00 - på nett tirsdag ettermiddag - utgis onsdager

PÅSKEN 2020 - KAN VI REISE PÅ PÅSKEFERIE TIL FAMILIE OG VENNER I ÅR?

Det kommer mange spørsmål om det å komme til Lierne i påsken da mange har planer om å besøke besteforeldre, foreldre, søsken, venner m.m

Kriseledelsen i Lierne følger de nasjonale bestemmelsene i forhold til smitteverntiltak. Det vises til «Covid- 19- forskriften» hvor formålet er tiltak for å hindre og begrense spredning av smitte.

Det er pr tirsdag 31. mars kl. 14.00 fortsatt ikke registrert noen tilfeller av koronasmitte i Lierne.

Vi henstiller sterkt til å unngå reisevirksomhet som ikke er strengt tatt nødvendig også i påsken. Videre henstilles det på det sterkeste å følge helsemyndighetenes oppfordring om å unngå fritidsreiser.

Vi ber alle merke seg dette:

Mange foreldre og besteforeldre er over 65 år, de er i risikograppa for å bli alvorlig syk hvis de blir smittet av koronaviruset. De bør ikke få besøk av barn og barnebarn fra andre steder i landet, eller fra utlandet nå.

Yngre personer og barn med kroniske sykdommer er også i risikogruppen for å bli alvorlig syk av koronaviruset. Disse må også skjermes fra smitte.

Hvis du bor i en by eller et sted hvor det er registrert smitte bør du ikke reise andre steder nå, da risikerer du å spre smitte.

Selv om du har god helse og ikke merker symptomer, kan du utsette andre sårbare personer for smitte. Det kan skje under reisen, og dit du kommer.

Har du familie og venner som vil besøke deg? Akkurat i år er det helt greit å si nei til besøk.

Vår anbefaling er at du blir hjemme i påsken. Dette gjelder både de som har planer om å komme til Lierne, samt vi som bor her i Lierne.

Kriseledelsen i Lierne kommune, v/ordfører Bente Estil

En riktig god påske ønskes dere alle

Kjære Libygg.

Det blir en påske som blir litt annerledes for mange i år, men det skal vi klare! Ta vare på hverandre i påsken- snakk sammen via telefon, møt hverandre gjennom digitale plattformer og det går fint an å arrangerer sosiale sammenkomster også digitalt.



Ta ansvar for at vi sammen lykkes med dugnaden

Hold hodet kaldt, hjertet varmt og vask hendene ofte.

God påske

Bente Estil
Ordfører



MULIGHETER FOR VIDEOSAMTALER BEBOERE-PÅRØRENDE

Hver torsdag og fredag mellom 09:00 og 15:00 vil pårørende ha mulighet til å ha videosamtaler med beboere på Lierne Helsetun.

Dette vil foregå igjennom Whereby. Kontakt aktivitør Ingrid på tlf 458 43 021 om dette skulle være aktuelt for dere.

Helse- og omsorgsetaten, aktivitør Ingrid Bentzen

**INFO. TIL HYTTEEIERE OG ANDRE BESØKENDE I LIERNE
INKL. EIERE AV CAMPINGVOGNER PLASSERT I LIERNE**

Viser til Forskrift <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2020-03-15-294?q=FORBUD%20MOT%20OPPHOLD%20P%C3%85%20FRITIDSEIENDOMMER>

om karantene, isolasjon og forbud mot opphold på fritidseiendommer mv. i anledning utbrudd av Covid-19

§ 5. Forbud mot opphold på fritidseiendom i annen kommune enn hjemstedskommunen

Personer forbys å overnatte på fritidseiendom i annen kommune enn der vedkommende er folkeregistrert. Strengt nødvendig vedlikehold eller tilsyn som er nødvendig for å avverge store materielle skader tillates.

Personer som er i karantene etter § 2 fordi de deler husstand med en som er bekreftet smittet av SARS CoV-2-virus, kan likevel overnatte i fritidseiendom i annen kommune i perioden den smittede er i isolasjon etter § 4 i forskriften.

Det er p.t. ikke anledning for kommunene å gjøre andre unntak eller behandle søknader om dispensasjon utover dette.

Lierne kommune likestiller campingvogner med eller uten spikertelt på samme måte hytter/fritidseiendom. Gjelder også bobiler.

Fra kommunens side ber vi om at alle deltar i dugnaden med å begrense og stanse spredningen av Korona-viruset. Dette ved å følge myndighetenes råd og regelverk, men også å minimalisere kontakt med andre mennesker.

Vi ønsker at reiser inn og ut av kommunen skal begrenses til kun det som er strengt nødvendig.

Rådmannen

OBS! MELD FRA OM KARANTENE TIL LEGEKONTORET

Det er nå flere som sitter i karantene i Lierne. Smittevernlegen i Lierne skal være orientert for å kunne følge opp, de som er i karantene.

Det skal meldes til legekontolet tlf. 74 34 35 00 hvis man er i hjemmekarantene.

Smittevernlegen

LIERNE HELSESTASJONS- OG SKOLEHELSETJENESTE ER NÅ PÅ FACEBOOK!

Her kommer vi til å legge ut en del informasjon, tips og råd for unge og deres foresatte.

Ikke minst ser vi behovet for det i disse koronatider da de fysiske møteplassene ikke lenger er til stede og det ikke er like enkelt å nå ut med informasjon.

Tips gjerne de som ikke er på Facebook om siden, og så håper vi at dette kan være en kanal både unge og foresatte opplever som nyttig. I tillegg er det en arena der foresatte også kan få informasjon som angår de yngre barna.

Dere når oss som før på helsestasjon ved å ringe 743 43 500/ 743 43 457/ 974 33 362.

Vennlig hilsen Ellen og Olga 😊😊

INFORMASJON FRA LIERNE LEGEKONTOR:

Hvis du har behov for time til lege er du velkommen til å ta kontakt med oss.

Vi har telefontid mellom kl 9-11 og 13-15 alle dager, tlf 74 34 35 00

Du har også mulighet til å bestille time samt bestille videokonsultasjon med lege.

1. Logg inn i PasientSky-appen til iOS eller Android, eller via pasientsky.no
2. Søk opp **LIERNE LEGEKONTOR** for å se når din fastlege tilbyr ledig time til videokonsultasjon
3. Velg ønsket dato og klokkeslett, og reserver din time
4. 10 minutter før din time starter, logger du inn i PasientSky og starter konsultasjon ved å trykke på «Start videokonsultasjon»

Har du spørsmål er det bare å ta kontakt med oss!

Mvh Lierne legekantor

I disse Koronatider oppfordrer vi innbyggere i Lierne om å ringe hverandre, bruk skype /facebook for å komme i kontakt.

Å bry seg om hverandre koster ingen verdens ting!!





LIERNE KOMMUNE
«Lierne – Det gode vertskap»



Lierne
nasjonalparkkommune



NAV Lierne har 4 ansatte, som betjener litt over 1300 innbyggere. Kontoret inngår i tjenesteområdet NAV Indre Namdal, som pr nå består av kommunene Grong, Høylandet, Lierne, Namsskogan og Røyrvik.

Lierne kommune har 40 % ledig stilling ved NAV Lierne 1. juni 2020

Lierne kommune har ledig 40 % stilling som sosionom ved kommunale tjenester ved NAV Lierne fra 1. juni 2020. Sentral arbeidsoppgaver vil være råd- og veiledning og økonomisk sosialhjelp. NAV er en organisasjon i stadig endring. Det må derfor regnes med endringer i oppgaver- og ansvarsområder.

For deg som ikke er kjent med kommunen kan vi fortelle:

Lierne er en kommune på 2961 km² – altså 6 ganger så stor som Oslo eller like stor som Vestfold. Dette gir tilnærmet ubegrensede muligheter for den som liker jakt og friluftsliv.

I kommunen bor det 1355 personer, så det er god plass til flere. Kommer du flyttende med familie garanterer kommunen barnehageplass.

Lierne kjennetegnes ved fremtidsoptimisme, pågangsmot og utvikling – «..Det henne fe me te..»

Ny organisering av de kommunale tjenester i NAV sammen med våre nabo kommuner Grong, Røyrvik og Namsskogan pågår. Det vil si at Lierne kommune vil delta i vertskommuneløsning for de sosiale tjenestene i NAV. Grong kommune vil være vertskommune. Det planlegges virksomhetsoverdragelse 01.06.20.

Når du sender søknaden, kan det være greit å vite:

- Arbeidsoppgavene består av:
 - Saksbehandling og veiledning på området økonomisk stønad, økonomisk rådgivning og gjeldsrådgivning
 - Helhetlig oppfølging og veiledning av brukere som trenger bistand for å komme i arbeid og aktivitet
 - Kartlegging av arbeidsevne og vurdering, iverksetting og oppfølging av tiltak
 - kontakt og samhandling med arbeidsgivere og samarbeidspartnere
- Du må ha:
 - tre-årig sosionomutdanning. Dersom vi ikke får søkere med sosionomutdanning, kan vi vurdere søkere med 3-årig høyere utdanning innenfor sosial- eller helsefag.
 - gode dataferdigheter, gjerne kjennskap til NAV sine datasystemer
 - god muntlig og skriftlig framstillingsevne

- Vi ønsker at du:
 - har erfaring fra veiledningsarbeid og gjeldsrådgivning
 - jobber målrettet, nøyaktig, effektivt og er omstillingsdyktig
 - er selvstendig i planlegging og drift av egen arbeidsdag
 - har gode samarbeidsevner og har evne til å skape tillit, inspirere og motivere
 - er flink til å kommunisere med mennesker i utfordrende livssituasjoner
 - er serviceinnstilt, løsningsorientert og trives med et høyt arbeidstempo
 - har evne til å sette deg inn i nye arbeidsoppgaver, tilegne deg ny kompetanse og bidrar i utviklingen av arbeidsmetodikk i enheten
 - har god kjennskap til NAV
- Personlig egnethet vil bli tillagt stor vekt.
- Vi kan tilby:
 - Varierte, spennende og meningsfylte arbeidsoppgaver innenfor et viktig samfunnsoppdrag
 - Aktive og engasjerte kollegaer
 - Fleksibel arbeidstid
 - Lønn etter tariff
 - God pensjonsordning som trekkes fra lønnen (2 %)
- Andre opplysninger:
 - Det må regnes med noe reisevirksomhet

NAV og Lierne kommune er opptatt av mangfold, og vi oppfordrer alle kvalifiserte kandidater til å søke jobb hos oss uansett alder, kjønn, funksjonshemming og nasjonal eller etnisk bakgrunn. Lierne kommune er IA-virksomhet, og vi vil legge forholdene til rette for søkere med redusert funksjonsevne.

Dersom du har spørsmål som gjelder stillingen kan du gjerne ta kontakt med helse og omsorgssjef, Edith Valfridsson tlf.; 74343453/ 95799475 eller mail; edith.valfridsson@lierne.kommune.no eller avdelingsleder NAV Indre Namdal Wenche Moan Klykken tlf. 40107205 eller mail wenche.moan.klykken@nav.no

Søknad: Du finner elektronisk søknadsskjema på www.lierne.kommune.no (fyll ut fullstendig)

Søknadsfrist: 17.04.20

MØTE FORMANNSKAPET TORSAG 16. APRIL 2020

Sakliste kommer i Li-Nytt uke 16.

Rådmannen



BLIR DET MYE STILLESITTING I DENNE TIDEN?

Vi ønsker å oppfordre alle til å være fysisk aktive hver dag. På den måten kan vi redusere tiden i sittende stilling.

Reis deg opp fra stolen – minst 1 gang hver halvtime.

Helsedirektoratet anbefaler fysisk aktivitet i minst 30 minutter (voksne) eller 60 minutter (barn og unge) hver dag. En kan dele opp tiden som en ønsker.

Gå gjerne en tur ute, men det går fint å gå inne også ☺

Alle som har tilgang til nett, kan søke på enkle og artige øvelser som kan gjøres uten spesielle trenings-utstyr. Det er mye som går å gjøre med «egen vekt».

Viktigst er å trene benstyrke og stabiliseringsmuskler i overkropp (mage/rygg).

Vi har «**Hverdagsøvelser**» som kan leveres/sendes i posten til de av dere som ikke har anledning til å søke øvelser selv på nett. Ring oss gjerne, slik at vi kan gi råd og tips: **74 34 35 41.**

Den aller viktigste øvelsen for å vedlikeholde muskelstyrke i bena er:

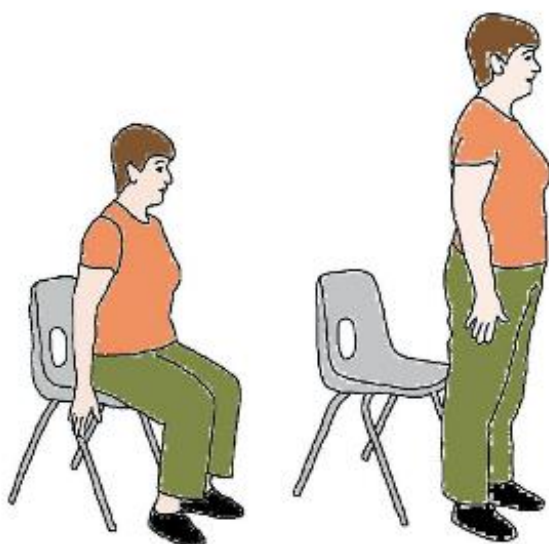
Reise/sette seg

- Sitt oppreist ytterst på stolen
- Plasser føttene litt under deg
- Bøy overkroppen fram, hold ryggen rett
- Reis deg (skyv fra på stolen ved behov)
- Gå bakover slik at du kjenner stolen med baksiden av bena før du setter deg kontrollert ned på stolen igjen
- Gjenta 4 til 8 ganger

Antall repetisjoner er avhengig av i hvor god form du er, men start gjerne med 4-6 reps, pause, og gjenta 3 ganger. Dette gjøres gjerne hver dag i 1 uke. Neste uke kan du øke med 2 reps, osv.

TA KONTAKT – så hjelper vi så godt vi kan!

**Fysio-/ergoterapijenesten;
Anna-Brita, Marika og Turid**



KULTURMØNSTRING I LIERNE (KML)

Vi må se fremover i disse virustider.

Det vil bli greit å møtes igjen 😊

Når alle restriksjoner er opphevet så arrangeres det en Kulturmønstring i Lierne (KML)

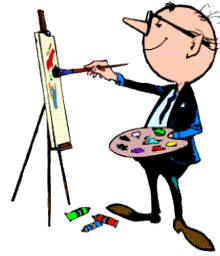
Her skal vi ha utstillinger og sceneinnslag.

Temaet er: Den femte årstiden.

Her er det ingen aldersgrense og heller ingen grenser for hva som kan stilles ut eller fremføres fra scenen under temaet, Den femte årstiden.

BLI ME DA VEL!!!

Har du spørsmål så kontakt kulturkontoret 74 34 34 73/95 02 93 32



KIRKE

GUDESTJENESTE I LIERNE

Alle oppsatte gudstjenester i Lierne er avlyst inntil videre. Innmeldte kirkelige handlinger så som dåp, vielser og gravferd kan gjennomføres men med sterke begrensninger i antall deltakere. Kontakt kirkevergen (90965630) for nærmere opplysninger om hvilke muligheter som finnes. Etter anmodning fra kirkerådet er vårens konfirmasjoner utsatt til etter sommerferien.

Med forbehold om reduserte smittevernsrestriksjoner så gjennomføres **konfirmasjonene i Lierne** på følgende datoer:

Lørdag 19.09	Nordli kirke kl. 11.00
Lørdag 19.09	Tunnsjø kirke kl. 14.00
Søndag 20.09	Sørli Kirke kl. 11.00

LAG OG FORENINGER

GEITSETTERENNET 2020

Som alle andre idrettsarrangement i disse tider, avlyses også årets Geitsetterrenn.

Vi håper å se friske og glade skifolk i løypa i påska 2021. God påske! Tunnsjø il

DIVERSE

Nøstet har åpent torsdag kl. 10 – 16

Fredag kl. 10 – 18

Lørdag kl. 10 – 14.

Påskeuken er det åpent tirsdag 7. april kl. 10 - 16

Onsdag 8. april kl. 10 – 16

Jeg holder stengt Påskeaften!

Lena

ÅPNINGSTIDER I PÅSKA VED MATKROKEN MEBYGDA

Fredag 03.04. 09.00 – 19.00

Lørdag 04.04. 09.00 – 15.00

Mandag 05.04. 09.00 – 17.00

Tirsdag 06.04. 09.00 – 17.00

Onsdag 07.04. 09.00 – 17.00

Skjærtorsdag og langfredag – Stengt

Påskeaften 12.04. 09.00 – 15.00



Minner om muligheten for levering av varer hjem til deg. Ring 74 33 91 50.
(NB! Dessverre ikke mulig på påskeaften)

Takk til alle dere fantastiske kunder! Dere viser hensyn og stor forståelse.
Dåkk e super! ☺

Tusen Takk! Og riktig god påske! Hilsen oss på Matkroken Mebygda.

STRIKKEKISTA

E e nån som ikke hi strikking klar te påskferi'n vil i vårrå på garnbutikken frå 13 – 16 om fredan den 3. april.

Pass itt det e e berre å ring 90577419 fer å gjørrå ænnæ avtale! Velkommin ☺

Ingvill Freland

SØRGÅRDEN FRISØR

I disse Koronatider er jeg pålagt å ikke ta i mot frisørkunder fremover.

De av dere som trenger shampoo/andre hårprodukter kan ta kontakt med meg på 951 35 900.

Elinor

[illegible]

**CHALLENGE
ACCEPTED**

TILBEHØRSSJEKK

FÅ TILBEHØRSSJEKK PÅ POLARISUTSTYR
OG KLÆR TIL EN VERDI AV

6000 KR

VED KJØP AV EN NY SPORTSMAN



Pris inkl. mva. Gjelder alle Polaris Sportsman-modeller (ikke benemaskinled) Gyldig fra og med 17.03.2020 - 30.04.2020

WWW.POLARISINDUSTRIES.NO

POLARIS

NORDLI  **TOTAKTSERVICE AS**

Ågårdsveien 190, 7882 NORDLI
Tlf : 74 33 98 48 / 480 45 003
E-post : mad-ha@frisurf.no www.nordli-totakt.no

LIVERTEN

LIVERTEN følger de råd, anbefalinger og krav som kommer fra lokale og sentrale myndigheter i.f.m korona-pandemien. Vi har satt i gang mange tiltak for å hindre smittespredning: *ikke buffeer, krav om hånddesinfisering, økt/hyppigere renhold, mindre sitteareal, anbefaler take away, hold avstand til andre gjester og betjening, desinfisering av cateringbil, tilbud om hjemkjøring av mat og varer m.m.*

LIVERTEN Servering

har stengt for ordinær kafe/serveringsdrift pga koronakrisen

Men, vi bringer take-away og catering som før, ring 74 34 31 00.

LIVERTEN Servicestasjon

Nye åpningstider 30/3 – 13/4: Hver dag kl 11.00 – 18.00

Hjemkjøring av mat og varer

Vi tilbyr hjemkjøring av mat og alle andre varer/produkter fra LIVERTEN Servicestasjon. Tilbudet kan benyttes av alle, og vi tar gjerne med varer fra andre aktører på samme turen.

Bestilles via nettsiden vår: <https://liverten.no/bestilling/>

Vi har lokalmaten du trenger i påska.

Besøk vårt lokalmatutsalg eller bestill hjemkjøring!

SUSHI-fredag!

Bestill SUSHI-brett fra LIVERTEN fredag 3.april.

Brett med hjemmelaget sushi, 10 biter - Kr 160

Bestill på hjemmesiden vår innen kl 13.00 fredag 3.april.

Hentes på LIVERTEN Servicestasjon kl 14.00 – 18.00, eller bringes hjem til deg fra kl 16.00

LIVERTEN ønsker dere alle en riktig god påske, og husk

HANDLE LOKALT ☺

LIVERTEN – din venn i koronakrisen!

Tlf 74 34 31 00

**Tè tross ferr ei underle ti,
så ønsk Lierne kommune
ALL ei riktig**

