



# Bamble Kommune

Kunnngjøring

## ÅPNE MØTER

|                                  |                                    |          |
|----------------------------------|------------------------------------|----------|
| Kommunestyret                    | 04.09                              | kl.17.00 |
|                                  | <i>Kommunestyresalen, Rådhuset</i> |          |
| Vilt og innlandsfiske-<br>nemnda | 08.09                              | kl.18.00 |
|                                  | <i>Bambleåsen, Rådhuset</i>        |          |

## LEGATMIDLER 2008

### Legat til sosiale formål.

Fra dette legatet kan det deles ut kr 38.000,- til vanskeligstilte personer i Bamble.

Søknad skrives på fastsatt skjema som finnes på [www.bamble.kommune.no](http://www.bamble.kommune.no) under selvbetjening, eller det kan fås ved henvendelse til Bamble kommune, servicetorget. Husk å få med «Regler for tildeling av legatmidler».

Søknadene behandles konfidensielt.

### Søknadsfrist: 1. oktober 2008.

Søknader mottatt etter denne dato blir ikke behandlet.

### Søknadene sendes Bamble legatstyre, Rådhuset, Kirkeveien 12, Postboks 80, 3993 Langesund.

Er det spørsmål, ta kontakt med Anne Rigmor Malmhaug, tlf. 35 96 50 48.

## FRISKVERN 2008

### Balansegruppe for eldre: Oppstart 2/9.

**Tirsdager kl: 10.30-11.30** på Bamble sykehjem 1.etg, treningssalen.

Dette er en forebyggende gruppe som egner seg for deg som er gående, evt. gående med ganghjelpemiddel.

### Behandlingsgruppe/tirsdagstrimmen: Oppstart 2/9.

**Tirsdager kl: 11.30-12.30** på Bamble sykehjem 1. etg, treningssalen.

Dette er en behandlingsgruppe for deg som trenger trening etter brudd, sykdom, skade eller lignende. Etter treningen er det mulig å kjøpe middag i kantinen.

### Balansegruppe for eldre: Oppstart 4/9.

**Torsdager kl: 11.30-12.30** på Stathelle servicesenter, fysioterapirommet.

Dette er en forebyggende gruppe til deg som har hatt opphold på geriatrik avdeling ved Sykehuset Telemark. Gruppen er forbeholdt gående, evt. gående med ganghjelpemiddel.

Kafeteriaen ved senteret er åpen i forkant av treningen.

### Generell informasjon som gjelder disse gruppene:

Du må ha rekvisisjon fra lege for å delta.

Transport til/fra treningen dekkes over folketrygden etter grensen for frikort er nådd.

Ta kontakt med: Virksomhet Rehabilitering, fysioterapeut på sengeposten tlf. 35 96 55 15.

## BASSENGGRUPPER VOKSNE:

Trening i basseng for personer med moderate nevrologiske utfall, revmatiske plager og andre muskel- skjellettplager.

*Må ha rekvisisjon fra lege, gjelder alle bassenggrupper.*

### Oppstart Tirsdag 26/8:

**Gr.1:** Kl. 0945-1030. Instruktør: Silje Holkestad Værland

**Gr. 2:** Kl: 1030-1115. Instruktør: Silje Holkestad Værland

Gratis trening, men betaling av inngangsbillett i badeparken. Personer fra andre kommuner må betale 20,- kroner i egenandel pr. gang i tillegg. Kommunens egen innbyggere vil bli prioritert.

Spørsmål rettes til instruktør på tlf: 48 16 49 81.

Bassenggruppe tirsdager kl 13-15, totalt 4 grupper.

Instruktør: Joachim Holand (få ledige plasser).

## RYGGTRENING i gruppe: Oppstart i sept 2008.

Mandager og torsdager kl 15-16. Instruktør: Joachim Holand.

Trening og informasjon for deg med ryggplager eller ønsker å trene. *Rekvisisjon fra lege ikke nødvendig.*

## «GODT FOR HJERTET»

Torsdager kl 10.00. Instruktør: Joachim Holand

Gruppetrening for de som er dårlig trent, høyt blodtrykk, hjerte og lunge pasienter.

*Bør ha rekvisisjon fra lege.*

Ta kontakt med Joachim Holand, PULS 35 96 75 75 eller mobil 916 56 905.