



# RØMSJINGEN

Oktober 2013

## Utgitt av Rømskog kommune - kjent for liv og vekst

### ÅPNINGSTIDER

#### Trimrommet

1-14.8 Hverdager 8-15.30

15.8-31.8 Hverdager 8-21.00

#### Biblioteket – tlf. 98 26 76 43

Mandag og torsdag 12.00-18.00

#### Fysioterapi – 98 26 76 28

Alle hverdager: 09.00-15.30

#### Helsesøster:

Onsdag 09.00-15.30

Mandager 09.00-15.30 (oddtall)

#### Barnevernsvakt i Indre Østfold

(utenom kontortid) 91 38 92 93

#### Lege - tlf. 69 85 90 85

Mandager 12.00-17.00

Onsdager 09.00-12.30

Åpen time onsdager 10-11

#### Gjensidige:

1. og 3. onsdag 14.30 – 17.00

#### Marker Sparebank – 46 91 83 89

Mandag og torsdag 09.00–15.30

#### Spilhaug Tlf. 67 20 59 73

Kommunen: 69859177

Fax : 69859284

Barnehagen: 98267642

Skatteetaten: 80080000

NAV-kontoret: 55553333

Vaktsentralen: 116117



En er en, og to er to-  
vi hopper i vann,  
vi triller i sand.  
Sikk, sakk,  
vi drypper på tak,  
tikk, takk,  
det regner i dag.  
Regn, regn, regn, regn,  
øsende regn,  
pøsende regn,  
regn, regn, regn, regn,  
deilig og vått,  
deilig og rått!  
En er en, og to er to-  
vi hopper i vann,  
vi triller i sand.  
Sikke, sakk,  
vi drypper på tak,  
tikk, takk,  
det regner i dag.

Sigbjørn Obstfelder

## Ordføreren har ordet

Nå er valget over for denne gangen!

Vi hadde en frammøteprosent på 84,2, og det er best i Østfold. Landsgjennomsnittet var 77,9. Vi var ikke først ute med valgresultatet i år, Vevelstad kommune i Nordland slo oss med noen minutter, men vi ble en god nummer to!



Det er mye fokus på kommunestruktur og kommunesammenslåing i disse dager.

Tidene forandrer seg og vi må hele tiden følge med og ta gode valg for kommunen vår. Det lover jeg at vi skal gjøre!

### **TV-aksjonen 2013 “Ingen tid å miste”!**

**Søndag 20. oktober er den store aksjonsdagen.**

TV-aksjonen NRK går i år til Nasjonalforeningen for folkehelsen og deres arbeid med å bedre livskvaliteten for de som er rammet av demens.

Pengene skal gå til forskning, informasjon og opplæring.

Gjennom TV-aksjonen skal tilbudet til mennesker med demens og deres nærmeste styrkes. Det er en nådeløs sykdom, men med hjelp og aktivitet kan de gode dagene blir flere og bedre.

Gjennom TV-aksjonen skal det gis et løft til forskningen så demensgåten kan bli løst. Målet er å utvikle vaksiner og medisiner slik at det blir mulig å leve bedre med demens og hindre utvikling av sykdommen.

Gjennom TV-aksjonen skal det bidras til at så mange som mulig får informasjon om sykdommen, slik at tabuene mister sin kraft og myter blir knust. Åpenhet og økt kunnskap vil gjøre det lettere for demenssyke og deres pårørende å være aktive og sosiale.

Gjennom TV-aksjonen skal vi sammen legge grunnlaget for å løse demensgåten og gi personer med demens et verdig liv og en bedre hverdag.

I år er det Støtteforeningen ved Eldresenteret som skal være bøssebærere.

Bøssebærerne møtes på Eldresenteret kl. 15 for felles informasjon og utlevering av bøssene. Mellom kl. 16 – 17.30 vil alle husstander få besøk.

Kommunen har bevilget 6 900 kroner til aksjonen.

Det er 10 kroner pr. innbygger.

Herved oppfordres vi til å støtte dette viktige arbeidet.

Fusjon

skaper fisjon

en illusjon

med en visjon

å rykke opp kommuner

med barduner

det blir et rotløst samfunn

uten bunn

i grunn

(skrev Jon Riiser oktober 2010)

Jeg ønsker alle en fin høst med gode relasjoner til familie, venner og naboer – og god jakt!

Kari P



*vis MOT - ta egne valg!*

## Kommunale møter:

Heldagsmøte Formannskapet 14.10.13 kl. 08.00 på  
Kommunehuset.

Informasjon: Formannskapet 30.09.13 flyttes til 14.10.13  
Kommunestyret 17.10.13 utgår.



## Ledig bolig i Rømskog?

Har du bolig til utleie?

Vennligst kontakt Kari Pettersen mobil 92235756

e-post [kari.pettersen@romskog.kommune.no](mailto:kari.pettersen@romskog.kommune.no)

eller Bjørnar Storeheier mobil 93206789

e-post [Bjornar.Storeheier@marker.kommune.no](mailto:Bjornar.Storeheier@marker.kommune.no)

## Rømskog næringsfond

Du finner informasjon på vår hjemmeside

[www.romskog.kommune.no](http://www.romskog.kommune.no)

## Bolig til utleie

Hus ved Rømsjøen ca. 90 kvm i grunnflate, 1 ½ etasje, 3 soverom. Fyring med ved og strøm. Har restaurert (nye vinduer, isolasjon og ny panel utvendig) mot øst og syd i år. De to andre sidene skal tas neste år.

Ønsker ikke husdyr og ikke røyking inne.

Ledig fra 1.oktober 2013. Måned sleie: 6000kr.

Depositum: En måned sleie.

Kontakt Liv Heyerdahl tlf. 950 31 592

## **Til alle med interesse for klima- og energiarbeid!**

Nå er den nye nettsiden til Klima Østfold oppe og går. Her vil du kunne finne dokumenter, rapporter og nyheter fra arbeidet til Klima Østfold. Følg linken under for å oppdatere deg

[www.klimaostfold.no](http://www.klimaostfold.no)

Jeg vil også anbefale alle om å melde seg på nyhetsbrevet vårt. Da vil du få korte oversikter med aktuelle nyheter fra arbeidet vårt noen ganger i året. Du melder deg på ved å trykke på knappen omtrent midt på siden.

Spre gjerne informasjon om nettsiden vår til andre du tror kan være interesserte!

**Vennlig hilsen**

**Tyra Risnes**

Koordinator

ET SAMARBEID MELLOM KOMMUNER, FYLKESMANNEN OG  
FYLKESKOMMUNEN.



## **TIL LAG OG FORRENINGER I RØMSKOG KOMMUNE SØK OM STØTTE TIL TILTAK, INVESTERINGER, ARRANGEMENTER o.l.**

I Kommunestyremøtet juni 2013 ble det vedtatt en tilleggsbevilgning på kr 100.000 til lag og foreninger. Hvordan disse skulle fordeles ble tatt opp i OPPOMs møte 5.9.2013.

Der ble det besluttet at lag og foreninger kan søke om støtte til spesielle tiltak, investeringer, arrangement o.l. Søknaden bør inneholde kostnadsoverslag

(De lag og foreninger som glemte å søke om kulturstøtte for 2013, kan ta kontakt med Elizabeth Wirsching)

Fristen for søknaden er satt til 30.10.13

Sluttbehandles 14.11.13

Sendes til:

[elizabeth.wirsching@romskog.kommune.no](mailto:elizabeth.wirsching@romskog.kommune.no)

## Folkehelse:

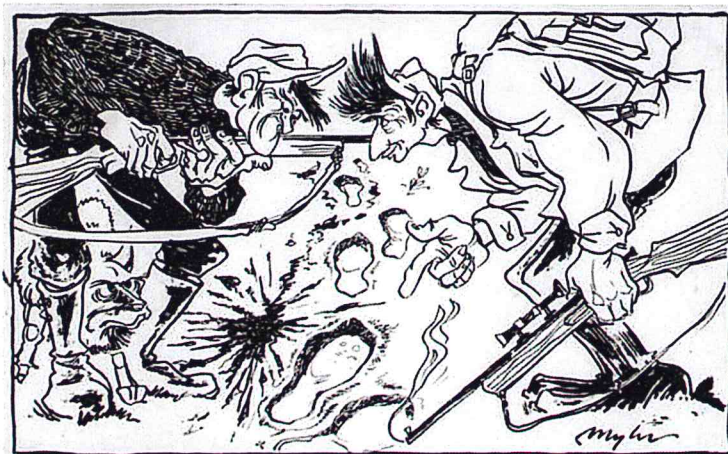
Ingen sak å møte høsten, med en så lang og lys sommer å se tilbake på, tenker vel de fleste av oss. Ingen dårlig start på høsten heller; den ene goværsdagen har avløst den andre og gult lauv skinner om kapp med sola. Gubbene gleder seg kanskje litt ekstra; for mange er høstjakta et høydepunkt. Fellesskap og samhold er vel noe av det som kjennetegner elgjakta mest – her ligger det mye helsebot for både kropp og sjel. Jeg tror det er viktig å unne gubbene dette avbrekket fra hverdagen; mannfolk er kanskje ikke så gode på å ta vare på slike ting ellers...



Oktober er og den tida da influensavaksinen kommer. Mange har kanskje lest dagspressens oppslag om skumle bivirkninger. Viktig er det da å minne om at disse er sjeldne; ved vanlig influensavaksinering er bivirkningene som regel både milde og forbigående. Og husk: hensikten med vaksine er ikke bare å beskytte seg selv mot sykdom. Det viktigste er at du derved unngår å smitte andre. Om du kaller dette solidaritet eller praktisk nestekjærlighet – dette er noe du gjør for dine sambygdinger!

God Høst!

Lasse



— Æ må no ha træfft — du sjer no blodspora.  
— Ja, men ælgen reinne no itt ti støvli læll!

## DUGNAD PÅ KØRREN

Kørrestyret inviterer til dugnad på Kørren **lørdag 12.oktober 2013 fra klokken 10.00.**

Vi vil rydde ut alt fra låven, både oppe og fra rommene på begge sider av låvebrua. Rydde, ordne, vaske og sette ting på plass igjen. Det står en del gammelt "skrot" i rommene på låven: kjøleskap, bøker, stoler o.l. som vi vil vurdere kastes.

Vi ønsker å få satt de gamle redskapene på plass inne på låven slik at vi kan få en oversikt over deres tilstand og eventuelle plassering.

Vel møtt til dugnad – ta med mat, kaffe blir servert!!!!

Hilsen Kørrestyret

Kolbjørn Høilund, Kerstin Gløtta, Karoline Dedorsson, Ola Bakker og Elizabeth Wirsching



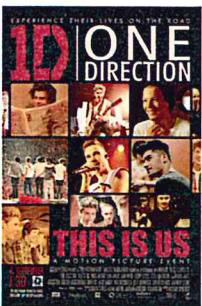
## Torsdag 03.10.2013



**Kl. 18:00, Mormor og de åtte ungene**

**Aldersgrense: Alle**

Mormor og de åtte ungene er historien om Mona på 7 år og familien hennes som får overraskelsesbesøk av Mormor som i all hemmelighet har reist fra gamlehjemmet. Så blir familiens lastebil borte - og sammen legger Mona og Mormor ut på tur i byen, på jakt etter tyven.



**Kl. 20:00, One Direction (2D)**

**Aldersgrense: Alle**

An all-access pass to the British pop sensation One Direction live in concert.

## Kommunedelplan for idrettsliv, friluftsliv og kulturbygg 2014-2017, Rømskog kommune - Offentlig ettersyn / Høringsutkast

**Høringsfrist: torsdag 10.oktober 2013**

I henhold til plan- og bygningslovens §11-14 kunngjøres forslag til ovennevnte plan vedtatt utlagt til offentlig ettersyn av Utvalg for oppvekst og omsorg 05.09.2013. Planutkastet setter opp mål og handlingsplan for kulturbygg, idrettsanlegg og områder for friluftsliv i Rømskog kommune.

Forslaget er lagt ut til offentlig ettersyn i servicetorget og på kommunens hjemmeside. Ev. uttalelser/merknader må fremsettes skriftlig innen torsdag 10. oktober 2013 til Rømskog kommune, 1950 Rømskog eller [postmottak@rømskog.kommune.no](mailto:postmottak@rømskog.kommune.no)

Dokumenter: Høringsutkast delplan for idrett 2014-17



**Til alle elever på ungdomsskoletrinnet som bor i Rømskog Kommune.**

## **VALG AV 1 REPRESENTANT TIL UNGDOMSRÅDET.**

Alle som går på ungdomsskolen er mulige kandidater til å bli representant i ungdomsrådet.

Har du forslag? Ønsker du å være med?

Møt opp: TORSDAG 24.10 på Kommunehuset klokken 18.00, da blir det arrangert valg.

Barneskolen vil gjennomføre valg av en representant i elevrådet.

### *Ungdomsrådet*

- *består av ungdommer i aldersgruppen 11 – 18 år.*
- *skal ivareta ungdommens interesser i forhold til kommunen*
- *skal være rådsorgan for kommunen i saker som gjelder ungdom i kommunen*
- *skal være høringsorgan i kommunale saker som gjelder ungdom*

### Hilsen Ungdomsrådet

Truls Magnus Dahlum Nilsen, Pauline Tørnby og Hans Vebjørn Taraldrud.

Andreas Lejon fra Utvalg for Oppvekst og omsorg, Elizabeth Wirsching, rådets sekretær.



## **SENIORKLÆR**

kommer til Rømskog eldrecenter

**Fredag 4.oktober kl. 10.30**

Trenger du nye høst og vinterklær besøk stua på eldrecenteret.

Kaffe og vaffel selges.

Alle velkommen innom.

# MAMMOGRAFIUNDERSØKELSEN

Det er nå tid for en ny runde med mammografiundersøkelse for dere som tilhører Rømskog kommune. Undersøkelsen foregår i Helsebygget, adresse Dampsagveien 4, Lillestrøm.

Mammografiprogrammet inviterer alle kvinner i alderen 50-69 år til mammografi (røntgenbilder av brystene). Etter anbefalinger fra internasjonale helsemyndigheter vil dette bli gjort annethvert år. Deltakelse er i dag den beste metoden for å oppdage svulster i et tidlig stadium. Mammografiprogrammet sikrer optimal oppfølging, diagnostisering og eventuell behandling.

Et invitasjonsbrev kommer i posten, med angitt tid og sted. Timen kan byttes ved behov. Tidligere reservasjon kan oppheves ved å ta kontakt. Har du glemt timen kan du ringe for å få ny time. Det holdes åpent kvelder i uken for kvinner som ikke kan møte på dagtid. Deltagelse koster 224 kroner dette dekker også eventuelle ekstra undersøkelser. Velkommen.

Med vennlig hilsen screening-radiografene.



## TV-AKSJONEN 20. OKTOBER 2013

Det er Nasjonalforeningen for folkehelsen som har fått innsamlingen i år, pengene skal brukes til forskning og til å gjøre livet bedre for mennesker med demens og deres nærmeste.

**Men vi er avhengig av hjelp! Vi trenger både sjåførere og bøssebærere og ber om at medlemmene og andre frivillige melder seg til Berit Fagermoen (leder Støtteforeningen) tlf. 92822552 eller mail: [bfagerm@broadpark.no](mailto:bfagerm@broadpark.no) innen 10. sept. 2013.**

## Lønnberg hår og hud

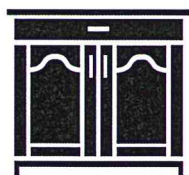
Tlf.: 45 43 05 52

Onsdag, torsdag og lørdag og åpningstider etter avtale



## Hos Aileen, café & gaver

Åpent torsdager og  
fredager  
fra kl. 10.00-18.00.



*Marco Verkooijen*  
Allround snekker

### Allround snekker:

- Alt av snekring innvendig i hus
- Oppussing/ restaurering
- Garderobe og oppbevaring
- Montering av kjøkken
- Restaurering av møbler
- Møbelsnekring
- Terrasse

Jeg tar i mot forslag på løsninger etter ditt ønske. Ta gjerne kontakt for en uforpliktende prat!

### E-post:

[marco.snekker@gmail.com](mailto:marco.snekker@gmail.com)

Mobil: 958 41 883

### Åpningstider:

Mandag til torsdag kl. 15:30 - 21:00

fredag kl. 13:00 - 21:00

lørdag kl. 10:00 - 17:00

Besøksadresse: Nordklubben,  
1950 Rømskog

## Lag og foreninger

### **Aerobic i gymsalen, torsdag 10. oktober fra 20.00-21.00**



(ikke 3.10 pga. høstferie) 10.10, 17.10, 24.10, 31.10, 7.11, (ikke 14.11 da er det bygdekino) 21.11, 28.11 og 5.12.

Lavterskeltilbud med høy puls. Oppvarming, step og styrke. Velkommen!

### **Etablererkurs**

Etablererservice Østfold starter opp et nytt etablererkurs 22.oktober med avslutning 26.november.

Følg lenken til kommunens næringslivsside for mer informasjon, program og påmelding.

Arrangør: [Etablererservice Østfold](#)

Sted: Gamle Tune rådhus, Sarpsborg

Tid: tirsdag 22. oktober 17:30 - 21:00

<http://www.romskog.kommune.no/naeringsliv....>

### **Årsmøte i Rømskog Skytterlag**

Årsmøte i skytterlaget med vanlige årsmøtesaker på Rømskog skytterhus lørdag 19. oktober kl. 16.00.

### **Ut på tur med Stemningen turlag**

Vi møtes på kommunehuset tirsdag 22. oktober kl. 18.30.

Velkommen med på månedens tur. Hodelykt, litt ved, mat og drikke er godt å ha med. Hvor turen går bestemmes etter vær og føreforhold.

## Fritidsklubben på Rømskog

Ungdomslokalet ved industriområdet.

### Åpningstider høsten 2013

Etter skoletid: hver torsdag 5 -7 klasse fra kl. 13:30 -17:00.

Juniorklubb 1-7 klasse: En fredag i måneden, lapp deles ut på skolen i forkant kl. 18:00 - 20:00

Ungdomsklubb: 13 -18 år siste fredag i måneden kl. 20:00 -23:00

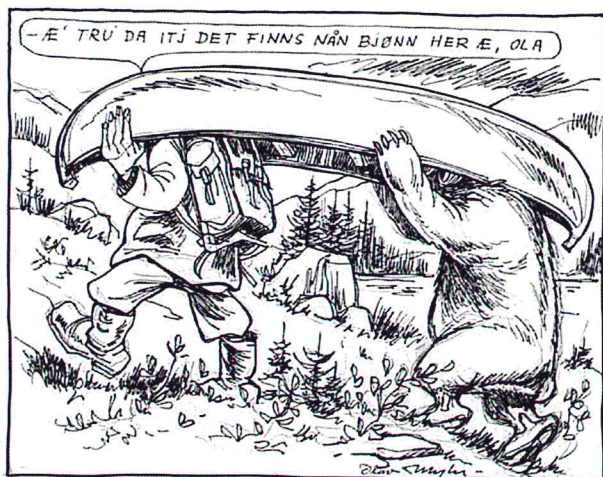
Det er gratis inngang og det blir servert enkel mat. På fritidsklubben er det blant annet biljard, bordtennis og kiosksalg. Fritidsklubben arrangerer også Lan, Rømskog barne- og ungdomsfestival og ungdommens kultur mønstring.

Marianne Heen er fritidsklubbleder, hun kan kontaktes på 40 88 22 44 og [marianne.heen@romskog.kommune.no](mailto:marianne.heen@romskog.kommune.no)

## ÅRSMØTE I RØMSKOG SKYTTERLAG



Lørdag 19. oktober kl. 16.00. på Rømskog Skytterhus.



## Gudstjenester i Rømskog kirke



Søndag 29. september kl. 11.00. Gudstjeneste.  
Prest: Runo Lilleaasen.

Søndag 13. oktober kl. 11.00. Gudstjeneste.  
Prest: Runo Lilleaasen.

Søndag 3. november kl. 18.00. Allehelgensgudstjeneste.  
Prest: Runo Lilleaasen.



## Bedehuset

Ettermiddagssamling søndag 6. oktober kl. 17.00 på Rømskog bedehus.

Opptreden av " Barnas Superkørreshow"

Konsert med Jon Lotterud, lørdag 12. oktober kl. 20.00,  
Rømskog bedehus.

Søndagsskole for barn i alle aldre, Rømskog bedehus søndag  
13. oktober og søndag 27. oktober kl. 11.00.

Møte med Andreas Hegertun på Rømskog bedehus  
lørdag 19. oktober kl. 19.30. Nattverd. Barnemøte under preken.

## STØTTEFORENINGEN

### Eldredagen 1. oktober 2013

Pensjonistforeningen og Støtteforeningen markerer eldredagen 2013 i felles arrangement **tirsdag 1. oktober kl. 18.30** på Eldresenteret. **Støtteforeningens tradisjonelle første mandag i måneden utgår.** Det blir servering av kaffe, snitter, vaffel og kaker. Det blir underholdning av Anne Marie Kvien. Dersom du ønsker skyss, ta kontakt med Synnøve Melby tlf. 45460620. Vi håper at mange møter opp for å markere dagen.



### Rømskog Pensjonistforening

Vi markerer eldredagen sammen med Støtteforeningen på Eldresenteret tirsdag 1. oktober kl. 18.30.

Vi møtes på caféen torsdag 31. oktober (11.00-13.00)



## Aktivitetskalender oktober 2013

Ukedag	Dato	Kl.	Hvor	Hva
Tirsdag	01.10	18.30	Rømskog Eldresenter	Markering av Eldredagen
Torsdag	03.10	18.00	Gymsalen	Kino Mormor og de åtte ungene
Torsdag	03.10	20.00	Gymsalen	"One direction: This is us"
Søndag	06.10	17.00	Rømskog Bedehus	"Barnas super kørreshow"
Torsdag	10.10	20.00	Gymsalen	Aerobic
Lørdag	12.10	20.00	Rømskog Bedehus	Konsert med Jon Lotterud
Søndag	13.10	11.00	Rømskog Bedehus	Søndagsskole
Søndag	13.10	11.00	Rømskog kirke	Gudstjeneste, Runo Lilleaasen
Torsdag	17.10	20.00	Gymsalen	Aerobic
Lørdag	19.10	16.00	Rømskog skytterhus	Årsmøte i Rømskog Skytterlag
Lørdag	19.10	19.30	Rømskog Bedehus	Møte med Andreas Hegertun
Tirsdag	22.10	18.30	Kommunehuset	Ut på tur med Stemningen turlag
Torsdag	24.10	20.00	Gymsalen	Aerobic
Søndag	27.10	11.00	Rømskog bedehus	Søndagsskole
Torsdag	31.10	20.00	Gymsalen	Aerobic
Søndag	03.11	18.00	Rømskog kirke	Allehelgensgudstjeneste, Runo Lilleaasen
Tirsdag	05.11	09.30	Kommunehuset	Møte i Kontrollutvalget
Torsdag	07.11	20.00	Gymsalen	Aerobic

### Rømsjingen

Innlegg til Rømsjingen legges inn på kommunens hjemmeside [www.romskog.kommune.no](http://www.romskog.kommune.no)

Fristen er den 20. hver måned.