



Kaffe med udsigt i Ølsted

Årets første Kaffe med udsigt-aftenvandring finder sted torsdag den 27. april 2017 kl. 19, og går fra Ølsted Grusgrav til Rakenhøj. Der bliver fortalt om landskabets udvikling omkring Ølsted, grusgraven, der nu er omdannet til rekreativt område, og turen slutter på toppen af Rakenhøj. Mødested: P-pladsen ved Ølsted Kirke på hjørnet af Hovedgaden og H. J. Henriksens Vej.

Lukket for henvendelser

Rådhuset holder lukket for personlige og telefoniske henvendelser den 1. maj 2017.

Vi henviser i stedet til selvbetjening på halsnaes.dk. Ved akut behov for hjemmesygepleje kan du ringe på telefon 47771111.

Øvrige akutnumre til for eksempel kommunens kloaker og pumpestationer, tandlægevagten Nordsjælland eller lægevagten finder du på halsnaes.dk/Kontakt/Akuttelefonnumre.

KOL-Café – "Livskvalitet – på trods"

Du inviteres til gratis tværsektoriel KOL-café. Kom og hør et spændende foredrag af KOL-patient, præst og forfatter Bjarne Lenau Henriksen. Han har arbejdet med socialt udsatte, undervist og skrevet flere bøger bl.a. bogen "Livskvalitet". Arrangementet er for borgere med KOL og deres pårørende samt andre interesserede. Der vil være gratis kaffe med tilbehør. Tirsdag den. 2. maj 2017 kl. 15.30 til 17.30 i kantinen på Nordsjællands Hospital, Frederikssund, Frederikssundsvej 30, 3600 Frederikssund. Formålet med KOL-caféen er at give dig:

- Mulighed for socialt samvær med andre, som har KOL
- Mere viden om KOL
- Viden om dine muligheder i din kommune, hos din læge og på hospitalet
- Fokus på det væsentlige ved fysisk aktivitet.

Du kan møde ressourcerpersoner inden for KOL-området fra Halsnæs Kommune, Frederikssund Kommune og Nordsjællands Hospital, Frederikssund. Tilmelding af hensyn til traktement på telefon 29161667 eller e-mail kamv@halsnaes.dk

Biblioteket

Middelalderdag ved Asserbo Slotsruin fredag den 28. april 2017

Kom og mød Ridder Rune og hans lystige svende, hør historiefortælleren Steiner fortælle spændende Mikkel Langbue-historier og se flyveopvisning med falkoneren Rasmus fra Discover Nature og hans falk.

Læs nærmere i tidligere annonce eller på bibliotekernes hjemmeside.

Klog er noget man øver sig på - om hvordan børn kan lære at blive dygtige til noget

Onsdag den 3. maj 2017 kl. 19 på Frederiksværk Bibliotek.

Selvkontrol er afgørende for succes. Sofie Münster fortæller, hvordan du kan lære dit barn at mestre det ved hjælp af konkrete og enkle forældreværktøjer. Pris: 75 kr./60 kr. for medlemmer af Biblioteksklubben. Billet bookes via bibliotekernes hjemmeside.

Teater for de 5-6 årige og deres voksne

Der spilles to forestillinger lørdag den 6. maj 2017: kl. 9.30 på Hundested Bibliotek og kl. 13 på Frederiksværk Bibliotek.

I stykket "Verdens Historier" møder vi biblioteksalfen Soleima. Hun har aldrig prøvet at sove, for biblioteksalfer har ikke brug for søvn. Gennem bøgerne tager hun jer med på en rejse rundt i verden. Mon hun

møder nogen, der kan lære hende at sove?

Pris: 40 kr./30 kr. for medlemmer af

Biblioteksklubben.

Billet bookes via Bibliotekernes hjemmeside.

It-hjælp på bibliotekerne mandag den 8. maj 2017

Kl. 10-12 på både Hundested Bibliotek og Frederiksværk Bibliotek.

Book ½ times hjælp, hvis du har spørgsmål om brug af pc og iPad.

Afholdes i samarbejde med Ældre Sagen og er gratis.

Så skal der insekter på menuen!

Lørdag den 13. maj 2017 kl. 11-13 ved Frederiksværk Bibliotek.

Kok og blogger Nina Askov serverer appetitvækkere i form af ristede insekter.

Kom og få en gratis smagsprøve til Sundhedsgugens åbningsfest på torvet i Store Bededagsferien.

Borgerrådgiver for kommunens ældre borgere

Har du brug for hjælp til at gennemskue en afgørelse eller et brev fra kommunen? Er du i tvivl om, hvem i kommunen du skal kontakte, hvis du har spørgsmål eller brug for hjælp? Ved du ikke hvordan og til hvem, du kan klage over en sag? Så kan vores borgerrådgiver Dina Rude hjælpe dig.

Borgerrådgiveren for kommunens ældre borgere kan kontaktes på e-mail borgerraadgiver@halsnaes.dk eller på telefon 47784003 tirsdag kl. 9-13 og torsdag kl. 13-17.

Sundhedstjenesten

Der er Åbent hus på Hundested Bibliotek, "Salen" 1. sal, torsdag den 4. maj 2017 i tidsrummet fra kl. 12 – 14.30. Dagens indslag er: Det lille barns søvn v/Sofie, sundhedsplejerskestuderende.

Åbent hus i Familiehuset, Vognmandsgade 12, onsdag den 10. maj 2017 i tidsrummet fra kl. 12 til 14.30. Dagens indslag er: Førstehjælp til småbørn – med udgangspunkt i sikkerhed i hjemmet v/ sundhedsplejersken.

Ved begge arrangementer kan du få vejledning og selv veje dit barn.

Sidste gratis rygestopkursus inden sommerferien

Læser du denne tekst er du allerede på vej mod dit rygestop. Lad tvivlen komme dig til gode og meld dig til det sidste kursus inden sommerferien.

Kurset holdes i Frederiksværk i 2017 på torsdage undtagen den 24. maj, som er en onsdag.

1. møde: torsdag den 4. maj kl. 18 - 20.30
2. møde: torsdag den 11. maj kl. 18 - 20.30
3. møde: onsdag den 24. maj kl. 18.30 - 20.30
4. møde: torsdag den 1. juni kl. 18.30 - 20.30
5. møde: torsdag den 15. juni kl. 18.30 - 20
6. møde: torsdag den 29. juni kl. 18.30 - 20

Tilmelding og information:

For information og tilmelding venligst kontakt Rygestopkonsulenterne på telefon 70281020 eller send en e-mail til halsnaes@rygestopkonsulenterne.dk Vidste du, at du også kan få hjælp til dit rygestop, ved at ringe gratis til Stoptlinien på 80313131.

Høring

Offentliggørelse af fornyet høring af forslag til reguleringsprojekt for Lisevanggrøften og af VVM-afgørelse for samme projekt.

Halsnæs Kommune har valgt at gennemføre en ny høring af Forslaget til reguleringsprojekt for øvre del

af Lisevanggrøften (spuns). Projektmateriale kan ses under punktet Høring på www.halsnaes.dk. Eventuelle indsigelser skal være modtaget af Halsnæs Kommune senest den 11. maj 2017.

Samtidigt er VVM-afgørelse om, at reguleringsprojektet ikke er VVM-pligtigt, offentliggjort. VVM-afgørelse og VVM-screening kan ses under punktet Høring på www.halsnaes.dk. Der er 4 ugers klagefrist fra offentliggørelse på hjemmesiden.

Nyt Aktivitetshus i Hundested

Indbydelse til alle seniorer.

Kom til borgermøde og vær med til at skabe det nye aktivitetshus i Hundested. Mødet afholdes den 17. maj 2017 kl. 13-15 i Halsnæs Medborgerhus, Nørregade 61. Der bydes på kaffe og kage.

Lær at tackle angst og depression - kursus

Onsdag den 10. maj, onsdag den 17. maj, fredag den 2. juni, onsdag den 7. juni, onsdag den 14. juni, onsdag den 21. juni og onsdag den 28. juni 2017 kl. 12-14.30 på Rådhuset i Frederiksværk.

Halsnæs Kommune tilbyder et gratis 7 ugers kursus "Lær at tackle angst og depression". Kurset er til dig, der oplever symptomer på angst og/eller depression, og som har lyst til at lære nye måder at håndtere hverdagens udfordringer. Hvis du er pårørende, er du også velkommen til at deltage på kurset. På kurset er der fokus på at tackle de problemer og udfordringer, der følger af symptomerne, så det er dig – og ikke dem – der styrer dit liv. Målet er, at du får en bedre hverdag med en højere livskvalitet.

Deltagelse og information: Man skal være tilmeldt for at kunne deltage på kurset. Inden kursusstart vil du blive indkaldt til et formøde med sundhedskonsulenten, som varer 45 minutter. Kontakt sundhedskonsulent Kirsten Müller på telefon 47784358, mobil 20350168, e-mail kimu@halsnaes.dk eller administrativ medarbejder Camilla Døj Jensen telefon 47784310, e-mail cadje@halsnaes.dk

Komiteen for Sundhedsoplysning har en hjemmeside, hvor du kan læse mere om kurset:

<http://www.patientuddannelse.info>

Kursus Lær at tackle job og sygdom

Halsnæs Kommune tilbyder et gratis 6 ugers kursus "Lær at tackle job og sygdom". Kurset kan være noget for dig, der har en langvarig lidelse, er sygemeldt eller i risiko for at blive det, er kontanthjælpsmodtager, i et jobafklaringsforløb eller lignende og lever med frustrationer og bekymringer over dit job og sygdomssituation. Kurset giver dig inspiration og redskaber til at få mere styring over din sygdom og jobsituation. Du vil blive præsenteret for en række redskaber, som har hjulpet andre mennesker med at mestre et arbejdsliv på trods af langvarig sygdom.

Dato og sted for det næste kursus torsdage den 11. maj og 18. maj, tirsdag den 30. maj, torsdage den 8. juni, 15. juni og 22. juni 2017. OBS ingen undervisning i uge 21 grundet helligdag.

Deltagelse og information: Man skal være tilmeldt for at kunne deltage på kurset. Kontakt sundhedskonsulent Kirsten Müller, telefon 47784358, mobil 20350168, e-mail kimu@halsnaes.dk eller administrativ medarbejder Camilla Døj Jensen telefon 47784310. Komiteen for Sundhedsoplysning har en hjemmeside, hvor du kan læse mere om kurset:

<http://www.patientuddannelse.info>