

INFORMASJONSBLAD FOR ELDRE I STAVANGER

# Mortepumpen

NR. 4/2024  
48. ÅRGANG



**Utgitt av:**

Stavanger kommune • Helse og velferd

**Redaktør:**

Stein Hugo Kjelby  
sthugokj@online.no

**Redaksjonskomité:**

Geir Johansen  
geir.johansen@stavanger.kommune.no

Bente Hildeng Næss  
bentehildengnaess@gmail.com

Anne-Grethe Thesen Godal  
aggodal@gmail.com

Stein Hugo Kjelby • sthugokj@online.no

**Redaksjonens adresse:**

«Mortepumpen»  
Olav Kyrresgt. 23  
Innbyggerservice  
Postboks 8001, 4068 Stavanger  
Rico Enge Renter  
rico.enge.renter@stavanger.kommune.no  
Tlf. 51 50 72 68  
Post til Mortepumpen:  
felles.mortepumpen@stavanger.kommune.no

Bladet kommer ut 4 ganger pr. år og sendes fritt til alle over 67 år i Stavanger kommune. Dersom noen ikke ønsker å få Mortepumpen tilsendt må det meldes til redaksjonen.

Neste nummer postlegges 28.02.2025  
Stoff må være i redaksjonen 20.01.2025

**Forside:** Fra gjenåpningsgudstjenesten av Domkirken 25. august etter mange års restaureringsarbeid.  
Foto: Andreas Borge Håmsø.

**Opplag:** 16.000 eksemplarer

**Layout og Trykk:** Kai Hansen Trykkeri

**Internett:**

[www.stavanger.kommune.no/mortepumpen](http://www.stavanger.kommune.no/mortepumpen)

**Annonsepriser:**

Bakside	kr. 4.500.-
Hel side inni bladet	kr. 2.500.-
Halv side inni bladet	kr. 2.000.-
Mindre	kr. 1.000.-

Gjelder for kommersielle annonsører.

Tidligere utgaver av Mortepumpen blir nå lagret på

<https://issuu.com/search?q=mortepumpen>

PÅ REDAKTØRKRAKKEN:

## Vær beredt!

Et kjent uttrykk fra speiderbevegelsen, og når speiderhilsen ble fremsagt, var svaret: Alltid beredt! En slik beredskapsmodus vil vi pensjonister mer og mer få bruk for fremover. Før var det kommunens oppgave å ta vare på oss i alderdommen. Fra nå av må vi selv planlegge hvordan vi vil ha det i alderdommen. Det vil si at kommunen, vi selv, pårørende og politikere sammen kan skape gode hverdagsliv for den enkelte, skriver direktør for helse og velferd Stina Løkke på s.12. Systemet som nå innføres betegnes som et paradigmeskifte. Det betyr i bunn og grunn nytenkning og betydelig forandring. Aktive innbyggere som klarer seg hjemme skal bo der så lenge de klarer seg selv, eventuelt med hjelp fra kommunens tjenester. De fleste ønsker jo også det, både de pårørende og den enkelte eldre. Bakgrunnen for de nye planene og tankene er en stadig voksende andel innbyggere over 80 år. For eksempel blir det ikke realistisk å bygge sykehjemsplasser i forhold til det økende antall eldre. Stavanger kommune går, med dette for øyet, fra å være en institusjonskommune til en hjemmetjenestekommune. Sykehjemmene skal her etter forbeholdes de sykeste. Flest mulig av oss andre skal bo hjemme og klare oss selv. De som trenger det skal få tjenester fra kommunen.

Dette blir en videreføring av reformen leve HELE LIVET som nå fyller 12 år. Disse årene har vist, at å satse på hjemmetjenesten har gitt gevinst både for oss innbyggere og kommunen. Like vel vil hovedansvaret for vår fremtidige velferd ligge hos oss selv, og vår evne til å planlegge og tilrettelegge vår alderdom. Så: Vær beredt!





JUL 2024

## Syng som aldri før!

Hva gjør julesangene med oss? Vakre ord om lys og glede, fryd og fred. Handler de om andre enn oss, i en annen tid, et annet sted?

Tekst: Biskop Anne Lise Ådnøy

Verdensfreden har ikke vært mer truet siden Cubakrisen i 1962, melder BBC. Kan vi likevel synge «Fred over jorden, menneske, fryd deg!»? Svaret er JA! Vi ikke bare kan, vi MÅ synge og fryde oss og feire og aldri gi opp troen på at Gud har verden i sin hånd. Hans vilje er å skape fred og rettferdighet, og gi alle mennesker glede og tilgivelse i troen på Jesus.

Juleevangeliet forteller oss at når Gud sender sin sønn til oss, åpnes en ny veg for menneskene til å leve livene sine i tillit og tro til Guds nåde, uten krav om høy moral eller plettfri livsførsel.

Det er en enkelhet over evangeliet om Jesusbarnet. «Fra krybben til korset gikk veien for deg, slik åpnet du porten til himlen for meg.» (Salmeboka nr. 56) Salmen fanger juleevangeliet – og kristen tro – i én setning.

Har du ikke en salmebok? Ønsk deg en til jull!

Vi går snart inn i jubileumsåret 2025. I over 900 år har vi sunget julesanger sammen her i Rogaland. For hele 1700 år siden ble troen på Gud formulert i den nikenske trosbekjennelsen: «For oss mennesker og til vår frelse steg han ned fra himmelen». (Salmeboka s. 1144-1145). 800 år seinere ble Domkirke i Stavanger bygd til ære for Gud og glede for mennesker. Vi kan ikke overvurdere



hva det glade budskapet om Jesus har betydd og fortsatt betyr.

Gleden Jesus kommer med står ikke i motsetning til en mørk verdenssituasjon eller sorg. Den bærer gjennom alt, særlig når vi synger sammen.

Julesangene er til for å synges midt i uroen, midt i sorgene. Vi kan synge dem på tross av alt som er mørkt, og på grunn av lyset Jesusbarnet brakte inn i verden. De setter toner til håpet og holder fast freden.

«Verden var aldri helt forlatt! En stjerne skinner i natt.» (Salmeboka nr. 68)

# Kem e Reidar Larsen?

Tekst: Anne-Grethe Thesen Godal. Foto: Marius Vervik

Når vi spør oss rundt om hvem Reidar Larsen er, blir ofte svaret: Er ikke det han lange bluesmusikeren med den grå hestehalen som dunderer i vei på pianoet og synger med dyp stemme? Men så enkelt er det ikke. Det er på tide vi blir bedre kjent med han som ofte dukker opp i de mest ulike sammenhenger, både i et mangfoldig kulturliv i Stavanger-området og på nasjonale og internasjonale klubber og festivaler.

### Oppveksten

Noen tror kanskje at Reidar er en ekte Stavangergutt. Men det er ikke helt slik. Med foreldre fra Oslo-området, bodde han i Oslo fra han ble født i 1955 til han var fire-fem år gammel. Faren bygde pianoer for A/S Forenede pianofabriker, men da fabrikken ble nedlagt, ble det flytting til Stavanger, til Nedstrandgaten på Storhaug, så Sølvberget og til sist på Byåsen på Tasta. Og de hadde ikke bodd lenge i Stavanger før foreldrene ordnet pianotimer for en sjuåring. Oslodialekten hadde da begynt å falme. Her gjaldt det å snakke som de andre.

Tasta var på landet den gangen, og mange av skolekameratene bodde på gårder rundt omkring. Reidar minnes det gode kameratskapet og alle mulighetene som fantes. I landleige omgivelser var det mye å ta seg til. Ikke minst minnes Reidar den fine, smule båthavnen i Dusavika og muligheten for å fiske på bergene fra Vardeneset og innover langs Byfjorden. Kanskje var det



dette miljøet som fikk han til å undres og velge en utdanningsvei preget av filosofi og estetiske fag, vi bare spør uten å få svar.

### Utdanning

Etter ungdomsskolen (Tastaveden), ble det Kongsgård katedralskole med flinke lærere i logikk og filosofi, og videre studier på det som den gangen hette Rogaland distriktshøyskole. Høyskolen som ble etablert i 1969. Universitetet i Bergen sto blant annet ansvarlig for kurs i forberedende som gjorde det mulig å ta Examen Philosophicum der uten å måtte reise til Bergen. Gode resultater fristet Reidar til å studere videre. Samtidig fikk han høre fra sine foreldre, at han ikke ensidig burde satse på musikk som levevei.

Det store spørsmålet var hvordan han skulle kunne klare å være aktiv musiker kombinert med studier. Og det klarte han fint. Han tenker tilbake på de drøyt to årene med estetiske fag på Distriktshøyskolen. Tenk å få bli forelest for av professorene emeritus Arnfinn Bø-Rygg og Hild Sørby! Neste etappe ble mellomfag i filosofi og pendling mellom Stavanger og hybelen i Bergen.

Etter noe studiepause ble religionsvitenskap storfag som deltidsstudium lagt til, et fag han totalt brukte ti år på. Tankevirksomhet og musikerliv lot seg kombinere med familieliv. Hjemme var kone med styring på økonomien, de 2 syngende døtrene og en gullklump av et barnebarn.

Og til sist tok han «pedagogisk seminar» (årsstudium over to år), slik han kunne bli ordentlig lærer.

### **Musikerlivet**

Da Reidar var 15 år og gikk på Tastaveden ungdomsskole, skulle det være en stor ungdomsfest på selveste 17. mai i Atlantic Hall. Bandet Evil Sect stilte opp med Reidar på Philicorda orgelet sitt. Før det var han med i ungdomsskolebandet Fidibus. Det var musikk for «alle pengene».

Og slik ble det. Oversikten over plateutgivelseer viser at det er mange. Den første «I'm A Bluesman» kom i 1982, og den 17. platen, et norskspråklig studioalbum «10

sanger» kom i mars dette året. Et album med «Hjemmelaget» som kjerneband.

Tekstene på engelsk og norsk er alltid skrevet av andre. Reidar reflekterer på dette med språk. Kan det være at Oslo-dialekten ligger der og lurert og skaper språklig usikkerhet, hvem vet.

Å se tilbake på et mer enn et 50 år gammelt musikerliv, er utrolig spennende. En ting er å glede et stort publikum. En annen ting er gleden over å få møte og spille sammen med så mange flotte mennesker som gløder for det samme. Det gjelder både norske, engelske og amerikanske kolleger. Alle møtene har ført ham innom de fleste ulike musikkgenrer. Reidar vil ikke være en «museumsforvalter» av bluesen, han liker ikke at han forbindes med en smal kategori musikk, selv om han ofte omtales som Mr. Blues. Overgangsformer og variasjoner i bluesens lange historie, med elementer av gospel, cajun, country, jazz og rock er det som trigger Reidar når han skal lage musikk til de mange tekstene han har fått gleden av å motta. Grunnmuren for musikken hans er blues i vid forstand, så gis det rom for mange overraskelser. Her gjelder det å forsøke å unngå og stivne, selv om Reidar nærmer seg de 70.

Og Reidar vet at han blir verdsatt. Priser og utmerkelser er mange, og ett av høydepunktene er Spellemannsprisen i blueskategorien i 2009 for platen «Kom inn te oss».

## Medialivet

Reidar har alltid visst at med familie så må man sørge for så nogenlunde stabile inntekter. Det resulterte blant annet i fire år i Radio Vest, der han også var ansvarlig redaktør i en del av tiden.

Og han ble tidlig en del av det stavangerske filmmiljøet. Det var på en tid det ikke var mye støtte å få. Følgelig ble det først og fremst produksjon av kortfilmer.

Ekstra kjekt var det å kunne lage filmer for stiftelsen Psykiatrisk opplysning (PsykOpp) den gangen Gerd-Ragna Bloch Thorsen var overlege på psykiatrisk avdeling og brant for kunnskap og åpenhet innen psykisk helse. Reidar er opptatt av at kunsten blir en viktig del av et samfunnsansvar.

En filmfotografvenn som jobbet på Randaberg videregående skole med yrkesfag innen media, trengte en kollega som kunne undervise i lyd. Derfor ble det åtte gode år for Reidar der. Han gleder seg stort over å være sammen med de unge i en brytningstid.

Læreryrket fikk han virkelig smaken på, og fra år 2000 og fram til han nylig ble pensjonist, har han holdt seg innen de videregående skolene. Fra Randaberg, til Godalen, til Bergeland og til slutt Hetland. Medialinjen på Hetland er studieforberedende, og dermed fikk han også muligheten til å bruke faget sitt religionsvitenskap.

Men Reidar spør seg hvem i all verden har funnet på at i det offentlige, er det over og ut når man blir 70 år. Et merkelig påfunn, rett og slett. At mange må pensjonere seg tidlig er lett å forstå. Mange har svært tunge oppgaver, men slik var det ikke for Reidar. Han gledet seg til å gå på jobb på Hetland, og elevene ga mange ganger uttrykk for at de koste seg med ham som lærer.

## Viktigheten av god helse

I alle disse årene har Reidar hatt et distansert forhold til helsevesenet. Han har likevel fulgt med på kravene som stilles til helsearbeiderne via sin ektefelle og sine to døtre som arbeider i helsevesenet. Noen ganger lurar han på om Public Management passer inn. Det vil si han tror denne type økonomistyring egentlig er feilslått i en velferdsstat.

Sikrere på dette er han etter at han var alvorlig syk vinteren 2022/23. På både SUS og Haukeland sykehus i Bergen ble han i noen uker vitne til den enorme innsatsen til personellet der. Tilfriskningen var mye takket være dem og familien. Nå to år etter merker han godt at sykdommen har tært på kreftene, men det er ikke så ille at han dropper tilværelsen som musiker. Så får det heller være at det offentlige ikke finner plass til han lenger som lærer. Og at motorsykkelen får stå i garasjen.

En haug med både norske og engelske ubrukte tekster ligger og venter på at Reidar skal sette musikk til. Og selvsagt venter publikum fortsatt på at Reidar holder koken med rundt 50 opptredener per år. Det er godt å vite.

# Eldredagen 2024

Stavanger kommune feiret også i år den internasjonale Eldredagen med fest på Skipper Worse Ledaal tirsdag 1. oktober.

Tekst og foto: Anne-Grethe Thesen Godal

Den mangeårige lederen for eldrerådet, Rolf Marton Amundsen ønsket oss velkommen. Som vanlig var langbordene dekket, og herlige smørbrød og marsipankake ble servert.

## Innlegg ved ordfører

Varaordfører og fungerende ordfører Henrik Halleland gjorde rede for kommunens tanker om hvordan vi kan sikre et «Aldersvennlig samfunn». Samtidig minnet han oss om hva som er viktig å tenke på når vi eldes. Det er uten tvil smart å planlegge for sin egen alderdom og ikke bare tenke «den tid, den sorg». Så sant helsen tillater det, må vi vise at vi ønsker å være aktive samfunnsborgere. Vi må ta vare både oss selv og andre. Tanken om fellesskap er sentralt, og vi oppfordres til å tenke nytt sammen som den store aldersgruppen vi er en del av.



Gunnar Roaldkvam og Reidar Larsen.



Lillian Michaelsen mottar prisen som årets pensjonist fra varaordfører Henrik Halleland.

## Underholdning ved Reidar Larsen og Gunnar Roaldkvam.

Som alltid når den årlige eldredagen blir markert, inviteres kulturpersonligheter. Vi gledet oss stort over musikken og sangen til Reidar Larsen. Og tekstene til Gunnar Roaldkvam kunne vi godt ha hørt på mye lenger.

## Utdeling av prisen «ÅretsPensjonist 2023»

Dette året ble det Lillian Michaelsen som ble årets pensjonist. I takketalen minnet hun oss på at vi må ta saken i egne hender. Det nytter ikke å ha en holdning til livet, der vi sier at vi har gjort nok og betalt vår skatt. Se nærmere presentasjon av Lillian Michaelsen i dette nummeret av Mortepumpen.



Solid dokumentasjon på at kirkens søndagsskole virkelig var stor og populær. Her har alle fra søndagsskolen stilt seg opp utenfor Metodistkirken. Vi ser at gatene er overfylt, og det samme er gjerdene og murene like ved. Vi vet ikke helt når bildet er tatt, men antar at det må være på slutten av 1930-tallet. (Foto: Stavanger Byarkiv)

## Byens største søndagsskole

Tenk deg: Langt over 350 innskrevne medlemmer i menighetens søndagsskole. På det meste over 50 voksne søndagsskolelærere i sving, noen hver eneste søndag. Og tenk videre: Veksten i søndagsskoleoppslutningen var en av hovedgrunnene til at det måtte bygges ny kirke. Den gamle var for liten! For liten for alle søndagsskolebarna!

Tekst: Torbjørn Kindingstad

**A**lle de innskrevne medlemmene møtte ikke opp hver søndag, det er så. Men det må i en periode ha vært byens desidert største søndagsskole. Metodistkirkens tilbud til barn og unge fenget helt fra menigheten var ny. Den dag i dag kan vi møte godt voksne

seniorer som ikke har noe spesielt forhold til hverken tro eller menighetsliv. Men som blir våte i øynene og snakker varmt og takknemlig om årene på søndagsskolen i «metodisten».

Og nesten like legendarisk som selve



søndagsskolen var juletreffestene for søndagsskolebarna i det som lenge var byens største forsamlingslokale; Bethania. Også Bethania ble fylt da metodistene inntok både benkene og scenen. Forberedelsene var mange og startet tidlig på høsten. I Wesleyensalen ble det både sydd og snekret for å gjøre alt klart til søndagsskolebarnas planlagte opptreden på juletreffestene.

## Lærerne

Björg Bastiansen var i flere år en av søndagsskolelærerne. Hun sier selv at hun fikk oppleve søndagsskolen i «gullalderen» som elev på tampen av 1930-tallet. Hun startet selv som søndagsskolelærer rundt 1952.

Hun har et spesielt forhold til både menigheten og til Metodistkirkens søndagsskole i Stavanger. Hun var gift med Håkon Bastiansen, mannen som for mange i etterkrigstiden var selve symbolet på søndagsskolearbeidet der han fenget store grupper av barn og unge med sine flanellograf-fortellinger.

## Men hvordan fikk de plass til så mange søndagsskolebarn?

Hele kirken var i bruk. Wesley-salen nede, kirkerommet oppe, sideskipet og til og med galleriet der de eldste holdt til, de som gikk i bibelklassen. For det var orden på skolesystemet: fra første til syvende klasse, akkurat som i barneskolen. Og etter syvende ble de unge flyttet opp på galleriet, til bibelklassen.

Klassene var delte; jentene på venstre siden og guttene på høyre. Klassene hadde sine benker, og lærerne måtte også ta hensyn til den læreren som underviste i benkene like bak. Også bibelklassen på galleriet hadde en jenteside og en gutteside.

Så om du skulle møte på en ekte senior som gikk på søndagsskolen i Metodistkirken i

Stavanger, og vedkommende sier at «jeg har bare søndagsskolen, jeg», så var nok ikke det noen dårlig utdanning. En ting er de rent bibelhistoriske fortellingene og den teologiske kunnskapen. I tillegg kom selvsagt evnen til å lytte, til å være sammen med andre, til å ta hensyn til andre og til å vise respekt for voksne og å være en del av en større sammenheng. Godt voksne søndagsskolelærere stod for mer enn bare bibelfortellingene.

## Flanellografen

### Men hvor kom egentlig ideen til flanellografen?

Like etter krigen i 1947/48 var det et stort, nordisk søndagsskolestevne på Solborg i Stavanger. Der var det en amerikaner som viste flanellograf. Stavangers Paul Olsen dro til USA året etter og kjøpte der noen ferdig tilklippede flanelbiter. Disse la han i fanget på søndagsskolelærer Håkon Bastiansen da han kom hjem, med følgende beskjed: «Dette er noe for deg».

Og sånn ble det. Det gikk altså an å kjøpe ferdige bilder og bygge sine fortellinger ut ifra det. Men Håkon fant snart ut at han kunne lage sine egne biter. Og det var disse som etter hvert ble de aller mest populære. Det gikk også an å male i ulike farger direkte på filten. Håkon Bastiansen var for øvrig virkelig av metodistslekt; hans tippoldemor var blant de 27 kvinner og menn som stiftet Stavanger Metodistmenighet i 1874.

I vår digitale tidsalder kan flanellografen virke kjedelig og gammeldags. Men den fenget, både barn og unge, ja voksne med. Å bygge opp en fortelling med ord og bilder slik han gjorde, skapte tilhørighet og engasjement. Det var ikke uvanlig at Håkon Bastiansen også ble bedt om å komme i voksne forsamlinger med sine flanellografhistorier.

## Tavla til Bastiansen

Leiv Amund Håland, mangeårig journalist i Stavanger Aftenblad, Midjord-gutt og Storhaug-beboer, og med solid erfaring fra søndagsskolen i «metodisten», har gode minner fra søndagsskoletiden. Han minnes tiden blant annet i et Drøs som stod på trykk i avisen 29. november 1989. Han skriver følgende: «Tavla til Bastiansen levde! De tok barn på alvor i Metodistkirken den gang. Ja, du fikk faktisk lov til å bråke også under barnegudstjenestene til jul i Metodistkirken den gang!»

Og videre: «Verken dukketeater, Ibsen-teater, film eller fjernsyn har klart å viske ut minnet om den gleden, fryden og skrekken som

Håkon Bastiansen kunne klare å få ut av små unger ved hjelp av sine utklippede tøybiter, klistret opp på en plate.»

Hoveddelen av barna til metodistkirkens søndagsskole kom fra Storhaug. For dem lå kirken nær. Men også fra andre deler av byen strømmet barna til.

## Søndagsskolebuss

De første årene startet søndagsskolen klokken 14. Paul Olsen, kjent og sentral skikkelse i menigheten, hadde gode kontakter. Han var kjøpmann og en kjent mann i byen, også utenfor kirkens vegger. Han betalte Stavanger Busselskap for å kjøre en søndagsskolerute, blant annet til Våland. Da var søndagsskole-



«Tavla til Bastiansen levde!» Store og små lot seg engasjere av fortellingene og illustrasjonene som Håkon Bastiansen bygde opp, bokstavelig talt bit for bit. Her fra en av julegudstjenestene.

lærerne gjerne med på bussen, og hentet barn som skulle til søndagsskolen. Kl. 14 var gjerne tid for søndagsmiddag og senere hvile for foreldrene, og da passet det godt å sende barna til søndagsskolen. Paul Olsen var søndagskolerektor.

Senere ble tidspunktet for søndagsskolen endret til klokka 12, altså like etter gudstjenesten. Og senere til kirketid der søndagskolebarna hadde sine egne samlinger. For da var elevtallet skrumpet betraktelig, og fikk god plass nede i Wesley-salen.

Metodistmenigheten i Stavanger ble stiftet i november 1874, og året etter kunne den nye menigheten flytte inn i eget bygg. Søndagsskolearbeidet var blant det første den nye menigheten grep tak i. Det ble dannet en kvinneforening og et sangkor, samtidig med søndagsskole og religionsskole. Også søndagsskolen ble satt i gang av menighetens første pastor, Anders Olsen. Søndagsskole, slik vi kjenner den, hadde det da vært i ca. 30 år i Stavanger. Det var Brødremenighetens folk som var først ute, og startet etter modell av Robert Raikes søndagsskolebevegelse i England.

### Starten

Metodistkirkens første søndagsskole i Stavanger talte cirka 60 barn, og det var ni voksne som var engasjert som lærere. Det forteller noe om behovet og interessen allerede på 1870-tallet, og var en viktig del av menighetsarbeidet. Den virkelige storhetstiden for søndagsskolen var likevel etter århundreskiftet. Særlig 1920-årene, 1930-årene og videre.

Også etter krigen, fra 1945 og utover var søndagsskolen stor og viktig, og det er fra disse årene vi i dag kan møte eldre uten noen

tilknytning til menigheten, men som har minner fra søndagsskolen i «metodisten».

Men etterkrigstiden var også begynnelsen på forandringene. Byen ekspanderte, og det trengtes nye og mer moderne boliger. De gamle sentrumshusene var utdaterte, og byens vekst skjedde i stor grad i de nye bydelene, langt utenfor sentrum. I skriftet til 100-årsjubileet i 1974 omtales denne utfordringen. Menigheten krymper heller enn å vokse, og det å ta seg inn til sentrum for å delta på aktiviteter blir mindre naturlig. I tillegg bygges det bydelshus og arbeidskirker i flere av de nye bydelene.

### Ut av byen?

En bydel i vekst som ikke fikk eget kirkebygg, var Kvernevik. Her startet Metodistkirken søndagsskolearbeid i februar 1969. Den spede begynnelse var i hjemmet til Leif og Kari Øgreid Sunde. Da Kvernevik skole ble bygget, flyttet virksomheten over dit. På det meste kunne det komme 300 barn fra den nye bydelen til søndagsskolen. Også speiderarbeid, familiesamlinger og gudstjenester i skolelokalene ble startet, og menighetens ungdomsprester hadde i mange år ansvaret for arbeidet i Kvernevik. Men det viste seg vanskelig å drive arbeidet videre. Det dabbet av, og andre overtok deler av arbeidet.

Søndagsskolearbeidet i kirken i sentrum fortsatte imidlertid, men synkende barnetall har ført til at søndagsskolearbeidet nå er minimalt, sammenlignet med det det var i storhetstiden.

Men søndagsskolearbeidet står fortsatt i en særstilling i menighetens arbeid gjennom 150 år. Et arbeide som trolig har båret langt større frukter enn besøkstallene i dag skulle tilsi.

Omstillingstakten øker:

# Flere må bo hjemme lenger



Med gode tjenester fra kommunen kan mange ha et godt og meningsfylt liv hjemme lenger.

Av Vigdis By. Foto: Solfrid Sande

Direktør for helse og velferd Stina Løkke.

Stavanger kommune har som mål at Sinnbyggerne skal få tjenester og tilbud som støtter dem i å klare seg selv lengst mulig hjemme. Kort sagt, så er Stavanger i ferd med å dreies fra å være en institusjonskommune til en hjemmetjenestekommune. Institusjoner som sykehjem skal forbeholdes de sykeste. Flest mulig skal bo hjemme, klare seg selv og de som trenger det skal få tjenester fra kommunen.

Den demografiske utviklingen, med stadig flere eldre innbyggere over 80 år, er bakgrunnen for dette, sier direktør helse og velferd Stina Løkke.

Prognosene viser at Stavanger vil ha 13.400 innbyggere over 80 år i 2050, mot 5400 i dag. Hvis dagens dekningsgrad på sykehjem skal opprettholdes, må det bygges et stort

sykehjem annethvert år framover. Det er ikke realistisk.

## Leve HELE LIVET-reformen er 12 år

Arbeidet med omstilling i eldreomsorgen har pågått en god stund allerede. Leve HELE LIVET-reformen, det store omstillingsprosjektet innen eldreomsorgen i Stavanger, fyller 12 år i disse dager. Med Leve HELE LIVET utsettes hjelpebehovet. Nå økes takten i omstillingen. Kommunen skal satse enda mer på hjemmetjenestene. Trinnene nederst i innsatstrappen skal utvides, for å hindre at altfor mange trenger innsats på de øverste trinnene, som er heldøgns institusjonsplass.

I Stavanger kommune blir det nå sånn at innbyggerne må ha benyttet seg av tilbudene

på de nederste trinnene i innsatstrappen før de får sykehjemsplass. Som hovedregel skal ingen få sykehjemsplass hvis de ikke har hatt tjenester hjemme først, understreker Stina Løkke.

### **Paradigmeskifte**

På de nederste trinnene i innsatstrappen skal støttende og supplerende tjenester bidra til at de eldre kan klare å bo hjemme lenger. Hjemmetjenestekommunen skal få økt bemanning innen hjemmesykepleien. De som er alvorlig syke og pleietrengende, og det er uforsvarlig at de bor hjemme, skal på sykehjem. Alle andre som har behov for helsehjelp skal få det hjemme.

– Vi er avhengige av et godt samarbeid med både pårørende og frivillige. Vi skal legge til rette med pårørendeskoler, avlastningsplasser, korttidsplasser og dagsenterplasser. Mange pasienter og pårørende gir uttrykk for at de ønsker å ha sine eldre boende hjemme lengst mulig, fremholder Stina Løkke.

– Vi er ved et paradigmeskifte. Vår strategi er aktive innbyggere som klarer seg lengst mulig selv hjemme. Da må vi akseptere at det blir endringer, understreker hun.

Paradigmeskifte betyr «et systematisk skifte i måte å tenke på som er av betydelig størrelse og rekkevidde», ifølge Wikipedia. Stavanger har en høy dekningsgrad når det gjelder sykehjemsplasser. Kommunen skal fortsatt bygge ut sykehjemsplasser, men ikke i samme takt som tidligere. Kriteriene for sykehjemsplass skal også gjennomgås, og nåløyet blir trangere. De som har behov for sykehjemsplass, vil fortsatt få hjelp og pleie på et sykehjem.

Sykehjemmene i dag gir høyt spesialiserte tjenester til alvorlig syke og pleietrengende hvor det er uforsvarlig at de bor hjemme. De som bor i sykehjem, er de som har behov for sykepleiefaglig kompetanse gjennom hele døgnet den siste tiden de lever, sier Løkke.

### **Planlegg alderdommen**

Hun minner også om at det påhviler oss alle et ansvar å planlegge for vår egen alderdom.

– Alle som er 60 pluss i dag må planlegge sin egen alderdom. Hvordan mestre livet både sosialt og på andre måter best mulig som pensjonist. Klarer jeg meg selv hvis jeg skulle få et funksjonsfall? Hva om min ektefelle får et funksjonsfall? Vil vi fortsatt kunne bo hjemme med tjenester fra kommunen, eller må vi flytte til en annen bolig? Det er lurt å ha tenkt gjennom slike ting. Flytt til en mer hensiktsmessig bolig før funksjonstap. Det er helt fantastisk at mange oppnår høy alder. Men jo eldre vi blir, jo større sjanse er det for at vi vil få en svekket helse som gjør at vi trenger tilrettelegginger i hverdagen, understreker hun.

### **Aldersvennlig samfunn handler om samfunnsplanlegging**

Å lage et mer aldersvennlig samfunn er ikke bare helse og velferds oppgave. Det handler om samfunnsplanlegging; om transport, boliger, kollektivtrafikk, å bygge nettverk og at det finnes aktiviteter å delta på og mulighet for eldre til å medvirke. Det handler om at samfunnet må bygge ned hindringer som vanskeliggjør at eldre kan mestre egen hverdag. Vi må planlegge slik at vi kan klare oss mest mulig selvstendig.

Før var det kommunens oppgave å ta vare på oss i alderdommen. Nå må vi rigge oss slik at kommunen, innbyggere, pårørende og politikere sammen kan skape gode hverdagsliv for den enkelte. Det krever en mental endring å innse at vi alle har et selvstendig ansvar for å planlegge alderdommen. Vi er ellers flinke til å planlegge hvilken utdanning vi skal ta, hvor vi skal bo, hvilke barnehager og skoler barna våre skal gå i. Nå må vi også planlegge hvordan vi vil ha det når vi blir gamle, fastslår direktør helse og velferd Stina Løkke.

Les mer om aldersvennlig samfunn på [www.stavanger.kommune.no/aldersvennlig](http://www.stavanger.kommune.no/aldersvennlig)

# Samtalens kraft

Å være frivillig i Kirkens SOS handler ikke om å gi de rette svarene. Det handler mer om å bruke ørene for å ta imot et annet menneskes sitt liv.

Det var covid-19 som sendte henne til Kirkens SOS. Ikke fordi hun selv trengte noen å prate med, men fordi det ble viktig å være noe for andre i en krevende tid.

– Jeg hadde tenkt en stund på å engasjere meg i frivillig arbeid. Nå var tiden der. Vi sto plutselig midt i en pandemi, jeg mistet jobben og nå trengte jeg noe meningsfullt å gjøre i en tid der livet sto på vent og kjentes meningsomt, sier «Lina».

## God opplæring

Hun er i dag en av de nærmere 90 frivillige ved Rogalands-kontoret til Kirkens SOS. Som alle andre frivillige startet hun med et 40-timers innføringskurs. Der lærte hun hvordan man kan lytte, se, støtte og styrke de som tar kontakt. Uansett årsak. Alle skal bli møtt med respekt, som mennesker med iboende verdighet.

– Jeg merket fort at tjenesten ikke bare



handlet om tall, antall samtaler og rett samtaleteknikk. Den handlet om å være noe for andre mennesker – at jeg kunne være medmennesket Lina og nå mennesker på en nærere og mer omsorgsfull måte gjennom «linsen» av frivillig-rollen og ved hjelp av samtale-verktøyene. Og da kjente jeg; «dette vil jeg være med på». Det gav liksom mening fra dag *en*, sier Lina.

### Ta imot

Til tross for god opplæring var den «perfeksjonistiske refleksjonen» noe hun måtte bearbeide den første tiden.

– Det er lett å gå i fellen og tenke man må være gjennomført og flink, og jeg følte stadig på at jeg ikke var flink nok. Etter litt tid og god veiledning ble det klart for meg at de som ringer ikke trenger en som er flink og har alle svarene, men de trenger en som er omsorgsfull, lyttende og som ønsker å snakke med dem. Kirkens SOS er en *medmennesketjeneste* der vi gir innringeren vår tilstedeværelse her-og-nå, sier Lina.

### Værende relasjon

– Tenk å ha et slikt samtalerom som Kirkens SOS tilbyr, der hvem som helst kan ringe og bli møtt av et medmenneske uten at de trenger pakke det inn og pynte på historien sin. Samtalen trenger heller ikke ende opp i noe godt eller avklart. Det er superverdifullt. De som ringer oss, får ringe, og de får ringe igjen. Vi dropper dem ikke selv om samtalen blir mørk og følelsene store. Vi «slår ikke opp» med dem eller overlater dem til seg selv. Vi er en viktig relasjon for mange i sårbare

tider. En relasjon som *er* der. Som *tåler* å være der, sier Lina engasjert.

– Det er enormt verdifullt å kunne bli hørt, sett og tålt på den måten for dem som kanskje ikke har noen andre som kan ta imot, og gjerne føler seg forlatt i livet, sier Lina.

### Gir mye

Slike samtaler kan være krevende, og noen vil kunne tenke at andres mørke kan ta både energi og livsgnist fra oss. Slik er det ikke, ifølge Lina.

– Jeg opplever det motsatte. Ved å tillate oss selv å være der for andre, blir vi gitt tillit som bygger noe sterkt i oss selv, sier hun.

– Du får øvelse i å være stødig og trygg i krevende samtaler, bygger robusthet og øker toleransegrense og forståelse i møte med andre mennesker. Jeg vil påstå at denne typen frivillig arbeid er karakterbyggende og utvider horisonten vår på en måte som også kan gjøre oss romsligere og til bedre mennesker i hverdagen ellers. Slik opplever jeg at tjenesten belønner meg i mitt eget liv.

### Mye varme

For å stå i en slik tjeneste over tid, er det derfor viktig med god oppfølging. Den får de frivillige, forteller Lina.

– Kirkens SOS er en organisasjon som gir tilbake til oss frivillige, og den er like varm og medmenneske-fokusert inni som i arbeidet utad. Vi har gode rutiner for ivaretagelse av hverandre på vakt, vi tilbyr veiledning i grupper eller en-til-en med en ansatt om vi ønsker det. Der kan vi lette hjertet om samtaler som har gjort inntrykk på eller

**Og da kjente jeg; «dette vil jeg være med på».**

**Det gav liksom mening fra dag *en*.**

Lina.

tyngtet oss, og vi kan få hjelp om det er noe i samtalen som er utfordrende eller vanskelig for oss.

Som frivillig bør man også ha et avklart forhold til egen bagasje og ha en trygghet og robusthet i bunn.

– Det betyr ikke at man må være uten livsbagasje. Levd liv gir menneskekompetanse som kan hjelpe oss å være til stede med innringeren og romme det vonde, presiserer Lina.

### **Livet som ressurs**

Selv hadde hun flere vonde livshendelser med i bagasjen. En av dem er at hun mistet søsteren i selvmord for ti år siden.

– Det er en smerte som det har tatt lang tid å bearbeide, og et savn som alltid er der. Men nå har jeg kommet til et sted der tapet også har blitt en verdifull ressurs i samtale med andre. Da jeg begynte i Kirkens SOS kunne jeg bruke denne vonde erfaringen i omsorgsarbeid som frivillig.

– Tapet av søsteren min, som jeg var veldig glad i, har også vært hovedmotivasjonen min i ønsket om å engasjere meg som frivillig. Da var det naturlig at valget falt på akkurat Kirkens SOS som er landets største selvmordsforebyggende krisetjeneste. Jeg er stolt av å være en liten brikke i en tjeneste som alltid er til stede når livet er sårbart og vondt, med en visjon om at samtale og medmenneske-støtte kan lindre og stryke mennesker i krise, og at dette kan redde liv, sier Lina.

### **Litt skepsis**

Da Lina begynte i Kirkens SOS, gikk hun inn i tjenesten med nysgjerrighet, men også en tanke skepsis mot hva det kristne fundamentet i organisasjonen ville bety for henne som frivillig.

– Jeg har ikke selv noe religiøst utgangspunkt, selv om jeg etter hvert tenker at «det kan røre seg mye mellom himmel og jord likevel». Jeg skulle ønske samfunnet

hadde et system for medmenneskelighet og opplever at dette er en mangelvare i et sekulært samfunn der ensomheten er stor og mange faller utenfor. Kirken, og andre religioner, setter dette i system, integrerer det i verdisynet sitt og lar det bli en del av hverdagen på en måte mange mennesker som ikke er religiøse, ikke opplever.

### **Bønn fra dypet**

Samtaletilbudet til Kirkens SOS er livssynsåpent og krever ikke noe bekjennelse verken fra innringer eller de frivillige. Det eneste som kreves er at den frivillige skal kunne be en bønn dersom innringer ber om det. Den delen av troen fascinerer Lina.

– Jeg ber gjerne for innringer og det gjør alltid inntrykk på meg. Bønn setter spotlight på det som beveger seg i kjernen på oss. Når vi øser ut det som ligger på hjertet, sender vi det på en måte fra oss og ut i universet. Bønn hjelper oss å sette ord på det som ligger og verker i hjertet: Det vi trenger, det vi ønsker oss, det vi har tapt, det vi har savnet. Det skjer noe godt når vi anerkjenner det som rører seg i oss, og vi kan få lindring.

PS. Lina heter ikke Lina. Hun har fått et annet navn fordi frivillige også skal få være anonyme på linje med innringer.

### **FAKTA KIRKENS SOS**

- Kirkens SOS er Norges største døgnåpne krisetjeneste på telefon og internett.
- Samtaletjenesten drives av over 1000 frivillige, nærmere 90 av disse er i Rogaland.

Alle henvendelser til Kirkens SOS er anonyme. Les mer på [kirkens-sos.no/frivillig](http://kirkens-sos.no/frivillig)



# Nytt fra Stavanger eldreråd

Eldrerådet er en viktig del av kommunens arbeid med å ivareta eldres interesser, og det er med stor entusiasme vi har tatt fatt på oppgaven i inneværende periode.

Tekst: Kjersti Ørvig

## Medlemmer i eldrerådet for perioden 2023-2024

1. Rolf M Amundsen leder av eldrerådet (Upolitisk)
2. Nestleder: Marit Reiestad (U politisk) ut 2024.
3. Kjell W Carlsen (U politisk)
4. Kjersti Ørvig ( U politisk)
5. Unn Cecilie Omre ( AP)
6. Terje Vevatne (PP)
7. Ottar Sandaker (U politisk)
8. Hard Olav Bastiansen (Høyre)

## Hva jobber vi med? Handlingsplan for eldrerådet i Stavanger 2023-2027

I løpet av den kommende perioden har Eldrerådet en rekke mål og prioriteringer som vi jobber systematisk med for å bedre livskvaliteten til de eldre i Stavanger. Våre hovedområder inkluderer:

### Være et aktivt og synlig eldreråd

Eldrerådet har som mål å ivareta interessene til eldre i kommunen, og bidra til at eldres syn kommer frem. Målgruppen er seniorer over 65 år, både de som bor hjemme og de som bor i institusjon.

Være aktive inn mot kommunens planprosesser – et aldersvennlig samfunn

Eldrerådet er en fast høringsinstans for kommunes planer. Eldrerådet er et formelt organ som kan ta opp saker direkte med kommunestyret.

### Samarbeide med andre

Eldrerådet ønsker å utvikle samarbeid med andre seniorforeninger og institusjoner i kommunen. Vi skal være kommunens «lyttepost» ut mot alle eldre og vil ta initiativ til dialogmøter e.l med frivillige organisasjoner og grupper med eldre for å kunne få innspill og dele informasjon og samhandling.

### Ha god kommunikasjon med kommunens ledelse

Eldrerådet i Stavanger har i utgangspunktet et godt samarbeid med kommunens ledelse. Det ønsker vi å bevare og videreutvikle.

### Arbeide med trygghet for eldre

Eldre føler ofte usikkerhet i dagens samfunn. Dette har mange årsaker bl.a at samfunnet endrer seg stadig raskere, vold blir mer vanlig, og ensomhet kan danne grobunn bruk av rusmidler

### Være aktiv i forhold til velferdsteknologi

Vi ser frem til å samarbeide med både eldre, pårørende, frivillige organisasjoner og kommunen for å skape de beste mulighetene for en verdig, aktiv og meningsfull alderdom for eldre. Eldrerådet er åpne for både deltakelse og innspill.

# Ombo og hjem igjen

## Ombo 4

Tekst: Henrik Paaske

## Akt 4

Itte den seine komlekvelden, blei d` seine frokost neste mårning, men d` gjor kje någe for d` va lørdag og lide å gjørr på. D` einaste Jarle, Billy og Alf sko gjørr va å hjelpa onkel Kjell Ivar å bera bøgene te Jarle opp på låå.

Då de våkna, kjende di loktå av nybakt brød og steikte bacon. Di vakje seine om å få på seg fillene, vaskte seg litt, og benkte seg te bords igjen. Itte di hadde spist ein stond, stoppte Billy opp og spurte:

«Kor e foresten Jarle og Françoise henne?»

«Prøv å gjett,» seie Malala.

«Jarle ligge vel ennå å såve i høye, tenke eg,» sa Billy. - «Men Françoise då?» - «Kor e hu?»

«Prøv å gjett,» seie Malala.

«Hu e vel gjedna inne på kammerset og og tar seg av Carlos og Shirley?»

«Nei.» - «Kjenne eg systerå mi rett, har hu lagt seg i høye samem me Jarle,» seie Malala - «Hu har sikkert våkna ein gang i nått og tenkt at han tynne Jarle, stakkar, frøys, og at hu måtte varm'an.»

Akkurat då hørte di at døren inn te bislage gjekk opp. Inn i ståvå kom Françoise og Jarle. Di såg begge ud te å ha hatt ein heftige nått samem. Jarle såg ijafall ganske kokte ud.

«Der komme di jo,» seie Alf. - «Ska sei!» - «Snakke om solå så skinne!»

Françoise satte den digre rompå si nerpå plassen sin me Jarle på siå av seg. Begge to såg ganske svoltne ud og klare for egg og bacon, nybakt brød med godt smør, og svarte kaffi. De smilte lurt te kverandre.

«Javel, - ka e de dåkker har på lur?» spurte Kjell Ivar.

Jarle sa me et fårete flir rondt moen: «Eg

fridde te na i natt!» - «Og hu sa ja.» - «Me ska gifta oss på 17de mail!» - «Dåkker e adle inviterte i bryllupe!»

Tiå sto plutselig stilt. Så brøyd jubelen laus, og stemningå i ståvå gjekk rett i taget. D` blei gratulering, klemming og tårer. De begynte å synga Congratulations. På kammerset våkna Shirley og Carlos, og begynte å skriga.

«Gratla, Jarle!» - «D`va kjekt,» seie Billy. - «Itte at kreften tog kånå di for nå snart fem år siå, så har du jo heila tiå sagt at du hadde lyst å finna deg ei nye ei.» - «Og nå har du klart del!» - «Live ditt går viare!» - «Ja, eg såg nok at dåkker holdt på me någe onna bordet i går mens me åd.» - «Men at dåkker sko trø te så fort, hadde eg ikkje trodd!»

Roem senkte seg på nytt øve ståvå. Nå hørtes bare svage snakking fra ein radio i naborommet og mennesker som åd frokost samem ein lørdag mårning i januar - på Ombo.

«Me må vel snart komme i gang me bøgene, Kjell Ivar?» sa Billy itte ein stond. - «D` haste ikkje,» svarte han. «Me kan jo ta d` itte frokosten?» -

«Då gjørr me d`,» seie Alf.

«Blir du og med Jarle, eller vil du heller sidda her og hålla Françoise i håndå?»

«Nei, eg bler me eg,» seie Jarle. - «Eg kan holda Françoise i håndå seinare.»

«Kjell Ivar, tror du at du får solgt bøgene mine?» spør Jarle.

«Det komme an på ka bøger me snakke om.» - «Ka e det for bøger dåkker har med?»

«Møje løyte, men det mesta e gamalt så Per Spelemann.» -

«Salomonsens leksikon fra 1892 i 12 bind, og Schreiners verdenshistorie fra 1912 i 16 bind, og i tillegg skreve på gotisk for eksempel.»

«Ja, det va spesielt.» - «Men eg kjenne jo monge både udigjønå på øyane, og innigjønå i Ryfylke. Og någen av dei kan tenkast å vera interesserte.» - «På Fogn for eksempel bor der ein forfattar.» - «Han va forresten på fjernsynet her i høst - hos hu Lindmo damå.» - «Han fortalde at ´an hadde måtte lera seg gotisk då han holdt på med den siste bogå si.» - «Han kan vera interesserte, for han hive seg øve alt han komme øve.»

«Men dåkker såg han gjedna dåkker og?»

«Nei, me serkje på fjernsyn,» svare Affen og Billien i kor.

«Kaffor ikkje det?»

«Du blir domme av å se på fjernsyn,» sa Billy.

«Det einaste me ser på e Med Hjarte på rette plassen,» sa Alf «Kver dag!»

«Ja, ja» sa Kjell Ivar.

«Elles så e eg goe kompis me han Innante, og han kjenne monge. Han drive å reklamere for meg av og te når han e på turné i Ryfylke. Så d` henne at d` komme folk innom så har hørt at eg selle gamle bøger, bildekk og deler te Lada»

«Ein gang kom der ein ml-er udgätte på dato, for å kjøba någen deler til Lada Tarzan bilen sin. Då han såg adle bogene, rist´an på håve og sa:

«Det derre der er bare gammal, reaksjonær litteratur. Åffer hiver du itte dritten?» -

«Han kom ifrå Jessheim så han snakke østlandsk. Onkelen hans, va han kjende møbelhandlaran, du vett. - Han så va kompis me Reiulf Steen og halla partiet.»

«Dåkker ska sjå d` komme någen så e interesserte i monge av bogene dine,» seie Kjell Ivar.

«Men, adle bogene så har stått i åravis innigjønå loå, har du fått solgt di?» spør Alf.

«Nei, ikje ennå, men d` skjer ein dag.» - «D` haste ikkje, for eg har goe tid.» - «Og

dess gamlare di blir - har di fonne ud, dess merr verdt blir di!»

«Ja, ja» seie Billy. - «D` e låv å tro på julanissen.»- «Eg e nå enige me han gamle Lada Tarzan ml-aren.» -

«Hiv driden!» -«H-i-i-i-v dr i-i-i-den!»

«Kaffi?»

«Ja takk, men Billy drikke bare te,» seie Jarle.

«Eg drikke ikkje bare te,» seie Billy lett irriterte. - «Eg drikke kaffi av og te!»

«Og så har Malala nybakte jødekekager.»

«Eg lige ikkje jødekekager,» seie Billy. - «Dåkker harkje Bamsemums?»

«Nei, det har eg ikkje, for di va udselde i kiosken på ferjekaien te Hjelmeland her i forgårs.» sa Kjell Ivar - «Det vil sei di vakje akkurat udselde, men den eine påsen di hadde igjen, sko han så drive sjappå ha sjøl.»

Itte kaffien sa Billy at di måtte komma seg hjem igjen, for nye flyttejobb på Stokka venta på di neste dag.

«Ja, dåkker rekke ferjå frå Skiparvik kl 3. Då e dåkker i byen i 6 tiå hvis dåkker ikkje havne på Nesvik igjen,» sa Kjell Ivar.

«Dåkker får dra uden meg, for eg blir igjen her me Françoise, Malala og Kjell Ivar. »

«De vakje overraskande, men du komme vel te byen igjen øve helgå, for me trenge deg jo,» seie Alf.

«Me får se,» seie Jarle. «Eg ringe dåkker seinare.»

«Javel.» - «Ha de fint då!»

«Og takk for oss!» sa Billy

«Kjekt å ha dåkker,» sa Kjell Ivar.

«Og velkommen igjen,» sa Malala. - «Då bler de komler, salt lammakjød, vossakorv og kårabistappe.»

«Sviskekompott med hjemmalagde vaniljesaus og?» spurte Alf.

«Ja!»

Både Kjell Ivar, Malala, Françoise og Jarle sto på tunet og vinkte te Billy og Alf då de svingde ud av tunet.

«Kjør forsiktig!» ropte Malala.



Folgehuset fra Jåsund

## ... ellers hadde alt havnet på søppelplassen

Vi treffer Malvin Sandanger, den pensjonerte tomatbonden på Fogn. Han sa ja med en gang da vi spurte om vi kunne få komme å se det private museet hans. Han skulle bare sjekke hummerteinene sine først.

Tekst: Anne-Grethe Thesen Godal Foto: Øivind Thesen Godal

**F**or 25 år siden fikk han flyttet et folgehus fra Jåsund i Sola til gården sin på Erås på Fogn. Egenhendig satte han huset opp igjen. I tillegg bygget han en låve, og naustet sto ferdig i 2015. Gammel byggeteknikk ble utprøvd, og det var spennende å se hvordan treverket utgjorde reisverket uten en spiker å se.

Og her samles det gjenstander fra alle tider, både fra Fogn og fra andre steder i landet. Vi kunne ha tilbrakt en hel dag med å lytte til Malvins fortellinger om byggverkene og alt som var i de tre bygningene.

Det skal jamen noe til å kunne knytte historier til alt som var der. Men jeg festet meg med malingen av mer enn to hundre



På sengen hang brudekjolen til Malvins bestemor. Den måtte være svart, slik at den kunne brukes ved alle anledninger senere i livet.

år gamle skatoll og kommoder. Det var ikke rosemaling, men nydelige tulipanmønstre knyttet til historien om sjøfarene fra sør og vest i Europa som valfartet vestlandskysten for flere hundre år siden.

Funn av en 11000 år gammelt skelett fra en grindehval minner oss også om at havet var 40 meter høyere oppe enn det er nå.

I naustet står båten lærer Johan Hovda brukte da han skulle stå for den første motoriserte skoleskyssen mellom Fogn til Talje. Det blir fort en historie om hvordan barn måtte reise for å få en sårt tiltrengt skolegang.

Hvem som helst kan komme å levere gjenstander til museet. Ja, det kan bli overfylt, men Malvin liker ikke tanken på at gjenstander kastes og at vi mister påminning om viktige deler av vår kulturhistorie.

Nå blir det ikke flere bygninger, men trekkspillet er der for å ta opp igjen gamle kunster. Ja, på Fogn er det godt å være. Stavanger har mye å by på.



Dukkevognen, lik den jeg selv hadde for 75 år siden.



Låven og naustet



Trekkspillet er kjekt å ha som pensjonist.

# Brannsikkerhet i hjemmet er spesielt viktig for eldre

Brannsikkerhet er et tema som angår oss alle, men det er spesielt viktig for eldre å være bevisste på farene og tiltakene som kan forebygge brann i hjemmet. Personer over 70 år har fire til fem ganger høyere risiko for å omkomme i brann sammenliknet med resten av befolkningen. God brannberedskap redder liv, og det er ofte ikke så mye som skal til for å bedre sikkerheten.

Tekst: Stian F. Alvestad, Stavanger kommune. Foto: Johnner/NTB

## Hva kan du selv gjøre for å bedre brannsikkerheten?

Det finnes flere enkle tiltak som kan gjøre en stor forskjell når det gjelder brannsikkerhet i hjemmet:

**Installere komfyrvakt på kjøkkenet:** Vurder å installere en komfyrvakt som kutter strømmen til komfyren dersom en plate blir for varm. Komfyrvakten har en sensor som overvåker kokeplatene. Skulle det oppstå fare for brann, utløser den en alarm. Dersom ingen reagerer på alarmen, kutter den strømmen til komfyren. På den måten bidrar den til å hindre farlige situasjoner ved matlaging. Det er også viktig å holde det ryddig rundt komfyren.

**Sjekk elektriske produkter:** Komfyren er en brannversting, men også andre elektriske produkter kan være brannfarlige hvis de brukes feil. Panelovner og stråleovner som dekkes til, av for eksempel gardiner eller møbler som står for nær, kan lett ta fyr. Det samme gjelder om ovnen er dekket av mye støv. Sørg for at apparater som bruker mye strøm ikke kobles til med skjøteledning, som for eksempel panelovner, flyttbare oljeovner, tørketrommel og vaskemaskin. Skjøteledninger er ofte ikke tilpasset mengden

strøm disse apparatene bruker, og man kan risikere at ledningen blir overopphetet og begynner å brenne.

**Lytt etter røykvarsleren:** Det bør være minst én røykvarsler i hver etasje, og den må kunne høres over hele boligen. Tidlig varsling øker sjansen for å redde seg ut i tide. Sørg for at boligen har røykvarslere som fungerer, og test dem jevnlig. Dersom du har varig nedsatt hørsel kan du sjekke med Hjelpemiddelsentralen om muligheter for å låne utstyr som for eksempel røykvarslere med lys eller vibrering.

**Prøveløft slokkeutstyret:** Sørg for at boligen har slokkeutstyr som du klarer å bruke. Alle boliger skal ha slokkeutstyr i form av husbrannslange eller brannslukkeapparat. Hvis brannslukkingsapparatet er for tungt, kan det være lurt å ha et brannteppe eller slokkespray i tillegg.

**Vurder alternativer til åpen flamme:** Levende lys skaper kos og god stemning, men bidrar også til økt brannfare. Åpen ild er en av de vanligste årsakene brann i bolig, og utgjør spesielt en risiko dersom det brukes i nærheten av materiale som lett tar fyr, som for eksempel lettantennelig bordpynt og underlag. Det finnes flere mer brannsikre



alternativer til levende lys, for eksempel batteridrevne bordlys. Unngå bordpynt av mose, kongler og andre tørre naturmaterialer, benytt underlag av metall, porselen eller stein, og ha god avstand mellom lysene.

Sikre rømningsveier: Hovedregelen er at alle boliger skal ha minst én rømningsvei som fører ut i det fri. For de fleste boliger er hovedinngangen den viktigste rømningsveien ved brann. Det er viktig å sørge for at rømningsveiene ikke er blokkert av møbler, løse tepper eller andre hindre som hindrer rask fremgang. Gangen bør heller ikke brukes som midlertidig oppbevaringsplass for esker og andre gjenstander for ofte, eller for lenge.

### **Hvilken hjelp og støtte som finnes?**

Stavanger kommune samarbeider med Rogaland brann og redning IKS (RBR) gjennom avtalen «Trygg hjemme». Denne avtalen fokuserer på brannforebygging for risikoutsatte grupper som bor hjemme, inkludert eldre, pleietrengende, personer

med rus- og/eller psykiatriproblemer og flyktninger.

Er du ekstra utsatt for brann? Ønsker du konkrete råd om brannsikkerhet i hjemmet? Eller kjenner du kanskje noen som har utfordringer knyttet til brannsikkerhet? Kontakt RBR for en uforpliktende prat om brannsikkerhet i hjemmet. RBR gir råd og veiledning om brannvarsling, rømningsveier, slukkeutstyr, hjelpemidler med mer. De har også taushetsplikt. De kan kontaktes på:

Telefon: 51 50 22 00

E-post: [postmottak@rogbr.no](mailto:postmottak@rogbr.no)

Dersom du har nedsatt hørsel og ikke hører røykvarsleren, kan du søke om å få låne utstyr som for eksempel røykvarsler med lys eller vibrering. Ta kontakt med Johannes læringssenter ved å bruke kontaktinformasjonen under. De bistår med søknad til NAV hjelpemiddelsentral ved dokumentert hørselstap.

Telefon: 51 50 88 10

E-post: [post@johannesls.no](mailto:post@johannesls.no)

# Livet er ingen lek, det spørs hvordan man tar det

Tekst og foto: Anne-Grethe Thesen Godal

Kommunens Eldreråd har behandlet forslag om kandidat til «Årets pensjonistpris».

Forslagsstilleren hadde formulert det slik:

«Lillian Michaelsen har i mange år hatt et levende engasjement for eldrepolitikk, eldremedisin og utfordringer i forhold til demenssykdommer. Lillian er aktiv, interessert, pågående og kunnskapsrik. Hun har en god penn og bidrar med leserinnlegg og aktivitet i ulike sammenheng.

Da mannen Lars fikk en demensdiagnose, var det naturlig for Lillian å engasjere seg i Stavanger demensforening. Lillian var leder av foreningen fra 2021 til 2023 og bidrar enda aktivt i foreningen, spesielt i forbindelse med Nasjonalforeningen sin årlige demensaksjon og samarbeidet med ungdomskolene. Lillian kan som få andre fortelle om livet som pårørende til en demenssyk. Hun forteller med engasjement og nordnorsk humor på en måte som engasjerer og berører folk i alle aldre.

Lillian sitt motto er «...den største gleden en kan ha, det er å gjøre andre glad», og det er ikke tull heller!»

Mortepumpen ble selvsagt nysgjerrig på denne damen som i sitt åttifjerde år, fortsatt er full av energi. Å ja, vi måtte endelig komme på besøk, og hun kunne gjerne fortelle litt om det livet hun har levd.

Noen husker kanskje helt tilbake til 1984 da Lillian fikk pris som «Årets forretningskvinne» i Norge. Da hadde hun vært leder for familiebedriften Michaelsen papir og lyskopi i tre år etter at mannen hennes døde i 1981.

Å miste mannen så ung, var litt av et sjokk, og Lillian visste det ville bli krevende å lede en bedrift med mange ansatte kombinert med eneansvar for de tre barna. Men hun gikk på



med krum hals, og hun forsto fort at hun måtte ansette en økonomisjef og ta et ukjent antall kurs i ledelse.

Som oppvokst på et lite sted, på Målsnes i Troms var mulighetene for skolegang få. Det ble med syv års folkeskole, og så lot det seg gjøre å begynne på framhaldskolen over fjorden. Hun fikk bo hos tanten. Heldigvis var det bare skole der annenhver uke, slik at hun kunne tjene penger den andre uken. Far var fisker og mor var hjemmeværende, så det var smått med kontanter. De klarte likevel å gi henne den beste julegaven. Det var at hun skulle få begynne på handelsskolen. Og dermed fikk hun handelsbrev og den første jobben som ansatt i Hypotek- og bustadbanken med en lønn på kr 548 per måned.



# «Mortepumpen» – Utgivelsesdatoer og innleveringsfrister 2025

Stavanger kommune, Helse og velferd vil også i 2025 utgi 4 nummer av Mortepumpen, informasjonsblad for eldre i Stavanger.



## Utgivelsesplan 2025:

	Nr. 1/25	Nr. 2/25	Nr. 3/25	Nr. 4/25
Innleveringsfrist til redaksjonen	20. januar	25. april	22. august	24. oktober
Utgivelsesdato	28. februar	6. juni	26. september	2. desember

Informasjonsbladet sendes til alle over 67 år i Stavanger kommune. Spørsmål som ønskes belyst i senere nummer av «Mortepumpen», sendes til redaksjonen. Redaksjonens adresse finnes på side 2.

Og livet byr ofte på tilfeldigheter. Jeg lurte selvsagt på hvordan Lillian etter hvert fant veien helt til Stavanger. Nå som før drar mange unge til Nord-Norge for å avtjene verneplikten. Lillian hadde flyttet til Tromsø og underviste i maskinskriving. Og dit dro mange fra forsvaret for å lære seg touch-metoden. Og der dukket Einar Michaelsen fra Stavanger opp. Det ble kjærlighet ved første blick, forteller Lillian og smiler. De forlovet seg etter tre måneder, og etter ett og et halvt år giftet de seg i St. Petri kirken.

Da staten overtok spesialisthelsetjenestene fra fylkeskommunene i 2002 (helseforetaksreformen), ble det lovpålagt at alle helseforetakene måtte ha et brukerutvalg. Funksjonshemmedes fellesorganisasjon (FFO) spurte Lillian om hun kunne være deres representant i brukerutvalget på SUS. Dette ble en tid med

lærdom om hvor viktig det er å bli hørt som pasient i et tungrodd system.

Og denne erfaringen kom godt med da samboeren Lars fikk Alzheimer. Hun forsto at hun nok en gang måtte mobilisere. Lars begynte på demensskolen og Lillian på pårørendeskolen. En ny verden med kunnskap åpnet seg. Som pårørende trengte Lillian alt hun hadde lært og erfart som forretningskvinne og som foreningsmenneske. Og nå som Lars er død, har hun krefter til å hjelpe andre i et ofte tungrodd hjelpeapparat.

Drivkraften hennes er å glede seg over det hun klarer som 84-åring. Avtaleboka er stappfull, hun får tilfredsstilt sin nysgjerrighet og har alltid noen hyggelige mennesker å være sammen med. De negative tankene gjør hun så godt hun kan for å holde vekke. Livet er til for å leves, sier «Årets pensjonist» og smiler hjertelig.

# Inger Lise Hope og Torbjørn Berglund Eriksen til Pasjon25 i Stavanger domkirke i april 2025

Pasjon25 har premiere den 5. april 2025 i den nyrenoverte domkirken i Stavanger. Store navn står på plakaten, der manus og regi er ved Svein Tindberg og musikken er skrevet av Ragnar Bjerkreim.

Tekst: Pasjon 2025. Foto: Håvar Goa

Jeg gleder meg veldig! Det blir skikkelig stas å få være en del av et teaterensemble igjen og feire jubileet til domkirken og Stavanger med en slik oppsetning. Å få fremføre musikk og tekst fra Bjerkreim og Tindberg i det fantastiske kirkerommet blir enormt stort, sier Inger Lise Hope.

Hope skal spille Maria Magdalena i Pasjon 2025. Etter at hun vant The Voice på TV2 og tok steget opp på den nasjonale artistscenen har mange nye muligheter åpnet seg for henne.

– Da Hope takket ja til Pasjon25 banket hjertet litt raskere, for å ha hennes stemme



og nærvær i domkirken er mer enn jeg kunne håpe på. Hun ryddet faktisk kalenderen for å være med på dette, sier regissør og manusforfatter Svein Tindberg.

Skuespiller Torbjørn Berglund Eriksen har rollen som Jesus. Han jobber frilans, og har vunnet Heddaprisen for beste skuespill to ganger. (2015 Hamlet Rogaland Teater og 2012 Orin Det Norske Teatret)

- For meg er det en spennende utfordring å få spille Jesus, en skikkelse det er knyttet så mange meninger og følelser rundt. Min tolkning kommer ikke til å være misjonerende, men som skuespiller har jeg naturligvis som mål å utforme en aktuell Jesus det går an å tro på, sier Berglund Eriksen.

Svein Tindberg har skrevet manus og har regi på forestillingen. Musikken er av Ragnar Bjerkreim. De har begge hatt det 900 år gamle kirkerommet med seg i tanker og hjerter når de har jobbet frem musikk og tekst fra Bibelens påskefortelling.

- Vi skal fortelle Bibelens påskefortelling på en ny og tidløs måte som rører ved våre hjerter og som kjennes relevant. I årets forestilling er Jesus, Guds sønn hovedpersonen og vi ser på ham med 2025-brillene. Det gjør hele prosjektet både mer interessant og spennende, sier Tindberg, som selv skal spille en sentral rolle som Pontius Pilatus.

Ordet pasjon bærer i seg en spennende dobbeltbetydning; lidelse og lidenskap.

Pasjon 2025 som markerer byen og katedralens 900 års jubileum bygges rundt denne betydningen.

- Det er en stor og kjekk utfordring å få jobbe med Svein og hele ensemblet. Nå er notene klare og jeg gleder meg over at de løftes ut og opp så folk kan høre og se dette i det vakre kirkerommet i Stavanger, sier Ragnar Bjerkreim som har komponert musikken til Pasjon25.

## Fakta om Pasjon 2025

- Svein Tindberg, manusforfatter og regissør
- Ragnar Bjerkreim, komponist
- Torbjørn Eriksen, spiller Jesus
- Inger Lise Hope, spiller Maria Magdalena
- Markus Tähti Dunseth, dirigent
- Hovedrollene blir besatt av profesjonelle skuespillere og sangere
- En rekke amatørskuespillere bidrar i mindre roller
- Nytt manus og ny musikk
- 90 sangere bidrar ved domkirkens guttekor, jentekor og voksenkor
- Domkirken er pasjons «teaterscene»
- Pasjon 2025 er nummer 6 i rekken, og vil være en juvel i 900-årsmarkeringen av Stavanger by og domkirken (tidligere 2000, 2004, 2008, 2013 og 2019)
- Pasjon 2025 skal spille 10 forestillinger fra 5. til 11. april, herav 2 skoleforestillinger
- Domkirken vil ha plass til vel 300 personer per forestilling
- Premiere 5. april 2025
- Forestillingen varer ca 70 minutter uten pause

Kontakt:

Tine Skjold

Telefon +47 991 09 573

Mail [pasjon2025@gmail.com](mailto:pasjon2025@gmail.com)

Følg Pasjon25 på Instagram og Facebook.

Billetter: <http://melodypipe.com/>

# Ja det kan vi!

Au. Selv om vi synes vi lever fornuftig – sunt kosthold, beskjedent med alkohol, jevnlig skikkelig trim – kan smertene spre seg slik at livet gjør skikkelig vondt. Vi hører ofte ordet artrose. Men hva er det egentlig? Og kan vi gjøre noe for å avhjelpe?

Ja det kan vi.

Av Nina Tjomsland (tekst) og Randi-Tone Overskeid (foto)

Tidligere ble det brukt begreper som slitasjegikt. Kanskje var de litt tåkete for oss legfolk. Nå har mye og intens forskning resultert i en klar definisjon av artrose: artrose er en revmatisk leddsykdom som berører hele leddet (vanligst er artrose i hofte-, kneledd eller tommel). Artrose er svært vanlig, spesielt hos middelaldrende og eldre. Cirka 75 prosent av dem som rammes, er kvinner; det vil si tre av fire. Leddsykdommen påvirker leddhinnen, leddvæsken, leddkapsel, brusken i leddet og benvevet som ligger under brusken. Leddbåndene og muskulaturen påvirkes også. De vanligste symptomene er smerter og nedsatt funksjon.

Emnet blir jo stadig mer aktuelt nå som mange lever lenger – og nå har miljøet i Stavanger fått et vesentlig tilskudd av erfaring og viten: professor og nybakt emerita Inger Holm er flyttet tilbake til hjembyen etter nesten 50 år i Oslo. Som fysioterapeut er hun spesialisert i ortopedi. I 2016 var hun, sammen med professor May Arna Risberg, pådriver for et omfattende prosjekt for å fremme aktivitet som kan bremse utviklingen av artrose, AktivA. –Nå har vi et stort forskningsprosjekt gående hvor vi foreløpig følger opp 12.000–13.000 pasienter, forteller hun.

## Fysisk aktivitet er vesentlig

Mye er skjedd, både innen dokumentasjon og



Balanse er vel så viktig som styrke. Her en balanseball i bruk.

holdninger. Protesetyper blir stadig bedre. Før var ofte operasjon et gitt svar. Selvfølgelig er det stadig vekk tilfeller hvor operasjon må til; man regner med at cirka ti prosent av de med artrose i hofte- eller kneledd til slutt vil ende opp med protese. Men fysisk aktivitet er vesentlig, uansett diagnose, og særlig når det gjelder artrose. Etter hvert erfarer ortopedene at fysioterapi og trim svært ofte kan gi bedring, det vil si redusere smerter og øke funksjonsnivået, slik at operasjoner kan utsettes eller til og med unngås. Forskning,



Fra venstre instruktør Anne Birgitte Balle Tungland, professor emerita Inger Holm, og avdelingsleder Aktiv, Linda Grundtvig Aase.

informasjon og behandling dekker stadig mer.

Veldig mange eldre faller, og får brudd. I Oslo får nå alle over 50 år som får brudd i armer eller ben, kartlegging og oppfølging når det gjelder osteoporose, benskjørhet, forteller Inger.

### **Bremse utviklingen av artrose**

Som alltid gjelder det å få resultatene av forskning tatt i bruk, bredest og raskest mulig -det vi kaller implementering. Inger Holm har gjort sammenstillingen til sin livsgjerning, og forteller gjerne om dette til avdelingsleder Aktiv, Linda Grundtvig Aase, og instruktør Anne Birgitte Balle Tungland på Skipper Worse Ledaal.

Mens de tre sitter og utveksler erfaringer og ideer, går trimmen for fullt i lokalene rundt: eldresenteret har et enestående treningsopplegg med 65 gruppetimer i uken fordelt på fem bydeler. Linda og Anne arbeider jo begge fullt ut for å hjelpe eldre å holde kroppen i best mulig form.

– Litt av poenget er at folk skal klare seg

selv, sier Anne. – Øvelsene må ikke være for vanskelig, og det er viktig at noen følger deg. Her på Skipper Worse har vi engasjerte instruktører – og eldste medlem, på 98 år, går her tre ganger i uken! Det er viktig at vi alle, med råd og hjelp innimellom, tar ansvar for egen helse.

### **Balanse er aller viktigst**

– Balanse er faktisk vel så viktig som styrke, understreker Inger. -Balanse ligger i bånd. Den må vi jobbe med, hele tiden, som for eksempel å stå på ett ben mens vi pusser tennene. Og anskaffe en ruglematte, rimelig og praktisk – og uvurderlig for å trene opp balansen.

Tanken dukker opp: sykeliggjør vi alderdommen? – Nei, jeg tror ikke det, sier Inger. – Det er viktig at problemene får et navn, at vi har et tilbud, og lærer at vi kan bidra med mye selv. Anne nikker: - ja, og at vedkommende får klar beskjed om at her gjelder det å gjøre noe.

– Gruppedynamikken betyr mye: å snakke med folk som sliter med det samme som deg. Og vi kan bekrefte: du er ikke alene, vi skal hjelpe deg.

# Lars Larsen Geilane

Tekst: Reidar Frafjord

Geilane var en husmannsplass på østsiden av Breiavatnet, et område som strakte seg sørover fra nåværende Josefinestiftelsen, Kongsgaten 48, og Kongsgaten 52 hvor skiltet er anbragt, og videre et stykke sørover. Lars Larsen Geilanes far, Lars Svensen Helland fra Gjesdal fikk våren 1772 feste på denne plassen under Kannik og flyttet til Stavanger med konen, Maren Einarsdatter fra Nedrebø, og to barn. Sitt åttende og siste barn fikk Maren da hun var 42 år gammel; ovennevnte Lars Larsen Geilane som ble døpt 24. september 1786.

Da faren døde i 1804, ble moren sittende med Geilane fram til 1807. Lars som var blitt 21 år, fikk nå overta festet som husmann. Han var pålagt å gi moren en tønne korn årlig og pleie og tilsyn i hennes alderdom; videre skulle han gi sin døve søster, Siri, husvære og naturalytelser.

Men kort tid etter at Lars hadde fått festeseddelen, overlot han plassen til moren og søsteren og tok hyre på briggen "Ole Smith Ploug" som skipstømmermann.

Sommeren 1807 var skuta kommet til Alicante på østkysten av Spania, og der ble det tatt om bord en ladning salt til Stavanger. På hjemturen, den 30. august, ble imidlertid briggen anholdt av en britisk korvett ettersom det hersket krigstilstand mellom Danmark-Norge og England. Lars havnet nå i "prisonen" på et fangeskip som lå oppankret i havnen i Plymouth; fra 14. januar 1812 på et nytt skip øst for London.

Under fangenskapet ble Lars Geilane kjent med bl.a. den senere kvekerhøvdingen, Elias Tastad. Lars og Elias kom i kontakt med engelske kvekere, og flere år senere var de begge to, 29. august 1818, med på å skrive



seg inn som medlemmer av den første norske kvekermenigheten under stiftelsesmøtet i våningshuset til Lars på Geilane!

Det har vært hevdet at Lars Larsen Geilane ble igjen i London etter fangeoppholdet for å sette seg bedre inn i kvekernes lære og for å få seg en utdannelse. Men ifølge britiske fangeprotokoller ble han frigitt 24. september 1814 og sendt hjem med en svensk fregatt, sammen med bl.a. Elias Tastad..

Kvekerpionerene Lars Geilane og Elias Tastad måtte begge lide for sin tro, men mens Elias mente kvekerne burde fortsette sin kamp for tros-og ytringsfrihet i Norge, var Lars av den mening at motstanden her ville kvele deres åndelige frihet. Han ville derfor sette seg i spissen for den første organiserte utvandringen fra Norge til Amerika. Før Lars Geilane, som kaptein på sluppen "Restauration" dro fra Stavanger 4. juli med kurs for New York sammen med sin 17 år yngre kone, hadde han sagt opp festet på Geilane.

Under den 14 uker lange overfarten fødte hustruen, Martha Eide fra Fogn, ei datter, slik at følget var på 53 personer da de kom fram. Familien slo seg ned i Rochester, New York, der han fikk arbeid som tømmermann og båtbygger ved Eriekanalene. Hjemmet ble en viktig mellomstasjon for norske emigranter som kom til området. Men bare 59 år, 13. november 1845, druknet han under en båtreise med en kanalbåt. Familien mente han var blitt offer for et rovmord.

# Et givende fellesskap basert på respekt og medmenneskelighet

I år feirer Frimureriet i Norge 275 år. I norsk sammenheng er det ganske unikt at vi kan feire en organisasjon som har bestått i 275 år. I vårt land er det bare institusjoner som kirken, kongehuset og skattevesenet som har lengre historier, men ingen privat organisasjon kan måle seg med Frimureriet.

Gunnar E. Gustavsen, Orførende Mester, Hafrsfjord til de tre Sverd

I Stavanger har Frimureriet vært godt etablert siden 1895. Vi kan spørre oss selv hvordan en organisasjon kan bestå så lenge og enda appellere til nye medlemmer.

Frimureriets byggverk hviler på fire grunnsøyler, dette er det vi kaller frimurerdydene: Taushet, måtehold, forsiktighet og barmhjertighet. Kort sagt, så oppsummerer disse fire ordene frimureriets innhold og formål. Frimureriets grunnsetninger legger til grunn at skaperverket er godt. Frimurerlogen ønsker gjennom det arbeidet som den enkelte frimurer utøver i seg selv og sammen med sine brødre og medmennesker, å øke det rommet som det gode har til å uttrykke seg i samfunnet.

Vi har hvert år gitt et bidrag til en lokal organisasjon som ikke mottar støtte fra det offentlige. Sist år ga vi kr 140 000,- til Fontenehuset i Stavanger. Tidligere har vi ytt bistand til Kirkens Bymisjon PAA HJUL, Ventilene, Varmestuens Venner og Ønsketransporten, for å nevne noen.

Frimureri er et moralsk læresystem, men også et system hvor begrep som mystikk og innvielse står sentralt. Dette er ord som

ofte misforstås i dag, men som betyr noe så grunnleggende som “fokus på det indre” (mystikk) og “begynnelse” (innvielse). Ghandi sa: «Vær den endringen du ønsker å se i verden». Ofte skulle vi ønske at det var mindre konflikt og dissonans i verden, men føler at vi ikke kan gjøre noe med det. Vi glemmer ofte at det eneste stedet hvor vi kan begynne å endre verden til det bedre, er i oss selv. Mystikken og innvielsesaspektet i frimureriet lar de ideelle frimurerdydene slå rot i oss, og gjennom et utrolig rikt og effektivt arbeid innen frimureriet, får individet redskap og rettledning til å foreta endringen mot en personlig tilstand hvor de fire dydene blir en levende del av vår personlighet. Det er dette som ligger i begrepet å være frimurer.

For de som liker musikk og er glade i å synge har Frimurerlogen også et sangkor som holder en høy standard.

Vi er godt etablert i et flott bygg i Løkkeveien 8 i Stavanger sentrum. Her møtes vi hver onsdag til et logemøte og en sosial sammenkomst. Dette er stedet for å møte nye bekjentskaper i et trygt og inkluderende fellesskap. Er du interessert i å vite mer kan du henvende deg til om@hafrsfjord.bp.dnfo.no

# Theobaldi – fiolinvirtuos fra

Tekst: Gunnar Skadberg

## Familiebakgrunn

Sommeren 1859 etablerte østlendingen Carl Pettersen (født i Tønsberg i 1837) seg i Stavanger med en tegneskole og fotografisk atelier der han blant annet kunne lage ”Billeder til Visittkort”. Han installerte seg i første omgang som leieboer hos jomfru Henriche Marie Larsdatter Aske i Øvre Strandgate 32. Trolig var det i dette huset han også hadde sitt atelier og fra 1861 sitt skolelokale der han drev med tegneopplæring.

Carl Pettersen underviste kun seks timer i uken ved sin private tegneskole. I tillegg ga han undervisning i tapetmaling, og han kunne tilby ”Rullegardiner i alle Mønstre, efter Bestilling”. Carl Pettersen foretok ferder som reisende fotograf, og i 1865 kan det dokumenteres at han tok på seg fotooppdrag i Horten, og i 1871 virket Pettersen som fotograf i Farsund, og i 1880 var han igjen tilbake i Horten.

Carl Pettersen ble gift som «Karl Pedersen» i Flekkefjord 3. desember i 1861 med Hanna Dorothea Dahl, født i Flekkefjord i 1836 som datter av los Bernt Dahl og Berthe Hanna Jakobsdatter. Ekteparet Pettersen fikk sine fire sønner under stavangeroppholdet, og disse guttene ble utstyrt med originale navn. Den eldste som ble født i 1862, ble navngitt Palvoth Conrad Bernhard. Nummer to i brødrøflokken ble født i 1865 og kalt Olgar Hartvig Bertinus, nummer tre, født i 1867, som er min hovedperson, fikk navnet Olaf Theobald og nummer fire, født i 1871, het Oskar Ragnvald.

Ekteparet Pettersens eldste sønn ble født i Øvre Strandgate 32 i 1862 mens de tre yngste sønnene kom til verden i Prostebakken 3 i Stavanger der familien Pettersen bodde fra 1864 i leide værelser hos navigasjonslærer Carl William Theodor Dietrichson fra Fredrikstad. Pettersen fikk installere sitt

atelier, kalt ”Glass-salen”, på loftet i huset, men fra 1870 fikk han leie atelier hos apoteker og kristiansander Knud Johan Winther Groth i Kirkegata 21. Carl Pettersen annonserte da at han kunne levere ”store Fotografier med og uden Retouche samt Portrætter paa Lærred, malede i Oljefarve”.

Fra 1877 til 1884 bodde familien Pettersen i eget hus i Nygata 27a (revet) der Pettersen også hadde sitt atelier. Den økonomiske situasjonen i Stavanger tidlig i 1880-årene ble imidlertid så vanskelig at fotograf Pettersen i 1884 flyttet til Farsund med sin familie for permanent opphold først i Store Nordregate 98 og deretter i Strandgaten 100. I 1884 åpnet Carl Pettersen et nytt atelier i sørlandsbyen.

## Olaf Theobald

Carl og Hanna Dorothea Pettersens tredje sønn, Olaf Theobald, ble født i Prostebakken 3 i Stavanger den 21. februar i 1867. Gutten var trolig elev ved Stavanger Lærde og Borgerskole på Kongsgård. Da han var ti år gammel, flyttet familien hans til eget hus i Nygata 27a ved inngangen til Østervåg, og da tenåringsgutten var 16 år, drog han til sjøs.

Olaf Theobald må ha vært skoleflink, for det fortelles at han som ungdom leste teologi, og etter møtet med Ole Bull i hovedstaden, tryglet han om å få spille på fiolin, et ønske foreldrene innvilget. Da Ole Bull fikk høre stavangergutten spille, skal han, ifølge Olaf Theobald, ha utropt ham som sin etterfølger og lovt at han skulle få overta hans de Salo-fiolin. Om dette var korrekt, måtte møte ha funnet sted under niåringens opphold i Kristiania i 1875, fem år før Ole Bull døde. Men denne påstanden er oppspinn og i god stil med mye av det Olaf Theobald Pettersen diktet opp i løpet av sitt liv.



# stavanger



## Sjømann

Olaf Theobald Pettersen må ha hatt en søkende eventyrer i seg, og livet måtte vel inneholde mer enn å øve på fiolinspill? For å tilfredsstille eventyrlysten, hyrte han seg som sjømann i 1884, samme år som hans familie flyttet til Farsund.

Olaf Theobald fikk hyre som dekksgutt, og sjølivet ble snart dramatisk nok for eventyreren. Han overlevde nemlig med nød og neppe et forlis med grimstadbarken "Stanley" som brant opp i sjøen 5. august i 1884. Olaf Theobald, skipper Ellingsen og resten av mannskapet tilbrakte deretter tre døgn i en åpen redningsbåt i Atlanterhavet før båten ble oppdaget av et kanadisk skip som, etter nye 13 døgn i åpen sjø, endelig kunne føre nordmennene inn til Barbados.

## OLE BULLS DE SALO FIOLIN

I løpet av en turné til Europa i 1889, kom Theobaldi også til Norge der 22-åringen, ifølge eget utsagn, fikk overta Ole Bulls de Salos fiolin. Men dette er altså løgn, for denne fiolinen dediserte Ole Bulls enke, Sarah, til kunstindustrimuseet i Bergen med en klausul om at den aldri mer skulle spilles på.

I dag (2024) befinner Gasparo de Salos fiolin seg i «Kode 2», en avdeling under «Permanenten Vestlandske Kunstindustrimuseum» i Bergen. I jubileumsboken for dette museet fra 2012, har Ole Bulls verdifulle fiolin fått en egen omtale. Der lyder fiolinens historie noe annerledes enn den Ole Bull etterlot seg og som Theobaldi bygget videre på.

Fiolinens hode er et utskåret barnehode og ingen keiser Titus, slik Theobaldi påstod om Bulls «Keiserfiolin». Dette hodet ble skåret av den italienske skulptøren og gullsmeden Benvenuto Cellini. Men ifølge jubileumsboken, kalt «Gaver», var fiolinen bestilt av den katolske kardinalen Ippolito Aldobrandini som seinere ble utpekt til pave Clemens 8 (pave 1592-1605), og i flere hundre år ble fiolinen oppbevart i en kunstsamling i slottet Ambras i Tyrol, der den, som Ole Bull fortalte, ble stjålet av Napoleons soldater før den seinere dukket opp hos samleren Rhaczek i Wien. Og det var hos denne samleren Ole Bull fikk kjøpe klenodiet i 1841.



Til tross for denne dramatiske opplevelsen fortsatte Ole Theobald sjølivet i to år til, nå med utgangspunkt fra USA. I 1887 var 20-åringen således med på en reise som gikk like til Hong Kong før den endte i Wilmington i North Carolina.

Etter å ha gjennomført et kurs i navigasjon, ble Olaf Theobald Pettersen tatt opp i den amerikanske marinen der han blant annet underholdt sine kamerater og overordnede med fiolinspill. Den positive tilbakemeldingen han fikk på sitt spill, samt gode råd fra marinesjef Hitchhof, inspirerte ham til å ta opp igjen fiolinøvelser og musikkstudier, og denne gang var det en moden og disiplinert mann som tok fatt ved professor Herberts konservatorium i Wilmington.

Olaf Theobald Pettersen var elev ved dette konservatoriet i 18 måneder, og han avsluttet sin studietid som konservatoriets beste elev, noe som ble markert ved at nordmannen mottok "1ste Pris med Stjerne". Olaf Theobald Pettersen tok deretter kunstnernavnet "Ole Theobaldi", ja, fra tid til annen reklamerte han med å kalle seg "Ole Bull Theobaldi".

Theobaldi likte og var flink til å lage PR-stunt – og i geskjeften med å forme myter omkring seg selv, for faktum er at han muligens fikk et glimt av de Salo-fiolinen ved et høve, og det var da han som niåring var til stede under en konsert Ole Bull holdt på Victoria Hotel i Kristiania høsten 1875. I tillegg til fremragende fiolinspill fikk en lydhør Olaf Theobald høre Bull fortelle historien om sin berømte fiolin. Begge deler gjorde uutslettelig inntrykk på stavangerguttene.

Olaf Theobaldi må ha identifisert seg med Ole Bulls historie om den verdfulle de Salo-fiolinen, og siden gjorde Theobaldi seg selv til hovedperson i denne historien, og han utbroderte den videre. For ifølge Theobaldi hadde Ole Bull lovt at niåringen fra Stavanger skulle få overta fiolinen. I god tid før Bull døde i 1880, testamenterte han, ifølge Theobaldi, de Salo-fiolinen til ham. Forutsetningen for

at Pettersen skulle få overta fiolinen, var at instrumentet aldri skulle selges eller gis vekk til noen annen fiolinist.

Når Pettersen en gang oppga sitt eventuelle konsertliv, skulle fiolinen, ifølge Bulls skriftlige meddelelse, oppbevares på Stavanger Museum til en ny verdensstjerne pekte seg ut som arvtaker. En internasjonal jury, bestående av tolv musikere, skulle få oppdraget med å peke ut en ny verdig innehaver av vidunder-instrumentet. Det var Bulls venn T. Thoresen som fikk i oppgave å ta vare på fiolinen fra Bulls død i 1880 og fram til en voksen Olaf Theobald skulle få overta den, ifølge Theobaldi.

Theobaldi synes å ha vært like kreativ og fantasifull som sitt forbilde, Ole Bull, hva PR-stunt angikk! Dette var noe han tydeligvis fikk fordeler av særlig i USA der han promoterte sin egen karriere med å dele sine overdrevne og oppdiktede historier med sensasjonshungrige journalister og



Illustrasjon av Theobaldi fra University of Iowa Libraries.

publikummere. Han forsøkte tydeligvis å kopiere Ole Bulls grandiositet både som fiolinist og showman.

## **Familie i Norge**

I 1891 var Ole Theobaldi tilbake i Norge der han tilbrakte sommeren i "de norske fjelde og Skove". I juli dette året avholdt han sin første konsert i Kristiania etter et nytt studieopphold i USA. Konserten arrangerte han i samarbeid med billedhogger Mathias Skeibrok (1851-1896). Etter konserten mottok Ole Theobaldi "Talentstjerne" i gull for sitt "eiendommelige fiolinspill", som det heter i en omtale.

I 1892 giftet den 25 år gamle Ole Theobaldi seg i Norge med den 21 år gamle Beate Mjelve som var født i Molde 23. mai i 1870. Hun var datter av skipstømmermann Nils Andersen Mjelva og Gjertrud Marie Arnesdatter, begge født på Bolsøy.

Ekteparet Theobaldi bosatte seg til leie i Schulz gate 12 i Kristiania der datteren Henny ble født i 1893. Året etter kom sønnen Henry, og i 1896 fikk ekteparet Theobaldi datteren Carella. Sammen med familien Theobaldi bodde fruens mor og søster, henholdsvis navngitt som Marie og Anna Mjelve. Ole Theobaldi står oppført som "violin-virtuos" ved folketellingen i 1900.

## **Ikke profet i eget land**

Etter en konsert i Kristiania i januar 1894, skrev Dagbladets signatur "A" for 27. januar at han syntes det var mer enn frekt at Theobaldi reklamerte med at han var "vor Tids Ole Bull". Videre heter det: "Han skryder i sine avertissementer av en 'stor Guldmedalje han har faat af 'Kristianias Damer'. Det skulde være morsomt at vide hvem af Kristianias Damer der har saa daarlig Forstaaelse paa Musik, at de har fundet ham værd en Medalje; ti noget saa umusikalsk, saa mangelfuldt, baade hva Harmoni og Takt angaar, har visst aldrig været budt Publikum paa Konsert." Videre skjønner ikke "A" at det skulle være mulig for

noe menneske å akkompagnere Theobaldis musikk, men så føyer han til at han ikke har hørt et slikt akkompagnement heller. Kritikerens sjikane når et nullpunkt idet han avslutter sitt nedlatende innlegg med å gå løs på måten Theobaldi svinger sitt instrument, at fiolinisten knipser med tommelen på en fiolinstreng og at han flottes seg med langt, flagrende hår og himler med øynene når han spiller. Det virker nesten som om den anonyme kritikusen har et personlig agg til Theobaldi. Et foto av Theobaldis hånd, viser for øvrig at han hadde en unormalt lang tommel, noe som trolig må ha gjort den velegnet til å knipse på fiolinstrenger med. Trolig var "A" en mann, for i motsetning til ham var det mange unge kvinner som lot seg begeistre av "fiolintrollmannen". Den svenske lærerspiren Frideborg Larsson bekjenner i alle fall for sin mor at hun er svært betatt av den norske fiolinisten, men det virker som hans fremtoning betød mer for henne enn fiolinistens spill. I et brev til moren heter det således: "Du forsøkte nok å sette sammen all slags historier om ham, men jeg tror ikke et ord av det. Om du bare hadde sett ham, ville du ikke undret deg over at jeg liker ham svært godt. Hvis du hadde sett hans svarte øyne, hans hår og mustasjer hans staselige figur, ja, hadde du bare fått et glimt av ham, ville du nok ha vært enig med meg i at han er den beste på jord. Da han rørte borti armen min, var det som et elektrisk støt. Å, det er forferdelig ikke å få være i nærheten av den man holder sånn av." Theobaldi beskrives av andre som en fargerik personlighet. Han var 1,90 meter høy, hadde langt, mørkt hår, kraftig bart og sterk utstråling. I et svarbrev til Dagbladets redaksjon klarer en såret og oppbrakt Theobaldi å holde en saklig og høflig tone i møte med medfarten han hadde fått i avisen. Men fiolinisten vil ha seg frabedt å bli kalt løgner, og han hevder å kunne dokumentere at han hadde fått overbrakt en gullmedalje av kristianiakvinner i losjen "Norden" i 1891, noe som for øvrig bekreftes

av andre kilder. Også andre lesere gikk ut og forsvarte Theobaldi, og en av dem kunne fortelle at den norske fiolinisten var blitt æret av Stockholm Musikkforenings Venner med en fiolin laget av gull og med denne foreningens æreskors for sitt følsomme spill bl.a. av Edvard Griegs "Mor Aases død". Kanskje hadde medlemmene av Stockholms Musikkforening like god greie på musikk og musikalitet som signaturen "A"?

### **Konserter i Fødebyen 1894 Og 1896**

Ifølge andre aviser i Kristiania enn Dagbladet, var de konsertene Theobaldi deltok ved under oppholdet i Norges hovedstad på nyåret 1894, av høy kvalitet. Etter det han selv betraktet som en suksess med fullt hus og stort bifall, gikk ferden videre til fødebyen. Theobaldi holdt to konserter i Stavanger i januar i 1894 sammen med sangerinnen Laura Halvorsen og pianisten Oda With, henholdsvis i Sparekassens festlokale ved Torget og i bedehuset Salem på Bergeland.

I denne forbindelse skrev avisen "Stavangeren" at Theobaldi, i likhet med sine forbilder Bull og Paganini, hadde tilegnet seg en frapperende teknikk på sin fiolin, teknikk som en ikke lærte gjennom ordinær fiolinundervisning. "Naturspill" kaller avisen denne teknikken som hadde vært fraværende siden Bulls død i 1880. Men den unge nordmannen har nå gitt naturspillet nytt liv, ifølge journalisten. Videre skrev «Stavangeren»: "Han er ogsaa en stor Komponist. Vi vil nævne den store Violinsolo 'Slaget ved Blevna' med Orchesteraccompaniment samt flere andre indsmigrende Violinsoloer." Slaget ved Blevna (Plevna) hadde sin bakgrunn i en krig som varte fra 1877 til 1878 der en russisk-rumensk hær nedkjempet ottomanene (tyrkerne) og frigjorde Bulgaria.

Sommeren 1896 var igjen Theobaldi tilbake i fødebyen. Denne gang spilte han ved to nye konserter i de samme lokalene som to år tidligere. Etter konserten 26. juni

skrev Stavanger Aftenblads kunstkritiker bl.a.: "Theobaldi kan vi nu si om, hvad vi vil – en mester på violin og cither [strenginstrument som det klimpres på og som har fem melodistrenger og opptil 37 akkompagnementsstrenger] er han, og at bare høre ham er henrivende, betagende. Et saant herredømme over bue og streng er noe rent fænomenalt, og hans zitherspill er noe af det mest velgjørende i al sin enkelhed. Vi gik lang vei bare for at høre det."

### **Internasjonal Virtuos**

Som sine forbilder hadde altså Theobaldi tilegnet seg en fremragende teknikk som gjorde at han våget å gi seg i kast med virtuose fiolinstykker både av Paganini og Bull. I Amerika ble Theobaldi kalt verdens fremste "malende" fiolinist. Han spilte gjerne også musikk av Edvard Grieg og egne komposisjoner på sine turneer over hele verden. Om en konsert i den svenske hovedstaden skrev Stockholm Dagblads anmelder bl.a.: "Hans foredrag er vakkert, mektig som storm og stille, rennende som en bekk og skog. Han er mester i å etterlikne naturen, – gå og hør ham og døm selv".

I 1900 spilte Theobaldi en komposisjon for fiolinens G-streng han hadde kalt "De Wizards Shiloe" ved en konsert i Paris. Etter konserten ble Theobaldi tildelt en "Grand Prix" utmerkelse. I 1909 oppførte han samme komposisjon i Operahuset i Chicago. Avisen Chronicle Times i storbyen skrev i den forbindelse at Theobaldi brakte med seg tre fioliner til en verdi av henholdsvis 25 000, 6000 og 1000 dollar. Alle fiolinene ble nyttet i løpet av konserten. Den påståtte Ole Bull-fiolinen var den mest verdifulle. Penger og store materielle verdier har alltid gjort sterkt inntrykk på amerikanerne!

### **"Hoffmusiker" og verdensstjerne**

I løpet av sin kunstnerkarriere fikk Ole Theobaldi oppleve å spille kammermusikk for tsarfamilien til både Alexander III og

Nikolai II i Russland. Han spilte også ved hoffene i Sverige, Danmark og for kong Edward VII i England, for kong Umberto i Italia og for keiser Wilhelm II i Tyskland. Etter å ha spilt ved en stor kongress i Roma i september 1896, mottok Theobaldi Osiris-ordenen (en minikopi av den italienske kronen dekorert med diamanter) av kong Umberto. Etter spill i St. Annes kloster i Moskva ble Theobaldi tildelt perler og ordensbånd. I alt mottok han 62 internasjonale gullmedaljer for sitt fiolinspill.

Av aviser som ga Theobaldi til dels glitrende omtaler for hans fiolinspill nevner vi *Petit Journal* (Paris), *L'opinion* (Roma), *National Zeitung* (Berlin), *Leipziger Tageblatt* (Leipzig), *Russkia Wyedomost* og *Nowoje Wremje* (St. Petersburg), *Berlingske Tidende* (København), *Politiken* (København), *Dagens Nyheter* (Stockholm), *New York Times*, *The Brooklyn Daily Eagle*, *The Eau Claire Wisconsin* og *Los Angeles Herald*.

Avisen "The Sydney Sun-Telegraph" skrev 15.11-1913: "Ole Theobaldi is conceded to be the greatest violinist living today." (Sydney i dette tilfellet må være byen med dette navn som ligger på nordspissen av Nova Scotia i Canada).

### **Fast opphold i usa**

I 1897 bodde Theobaldi i 1505 Pacific Street i Brooklyn i New York. Den 27. oktober dette året skrev *New York Times* at Theobaldi var blitt frastjålet sin verdifulle fiolinbue da han var på vei til et postkontor på Manhattan. Theobaldi hadde lagt ned sine to fiolinbuer mens han skulle se gjennom posten. Den ene buen var verd 1000 dollar, skrev avisen. Buen var nemlig innsatt med diamanter, og Theobaldi ville gi en eventuell finner av buen en sum av 500 dollar.

Denne fiolinbuen var en gave Theobaldi hadde mottatt etter en konsert i tsarens palass i St. Petersburg i 1893. Da hans bue brakk under en konsert der, mottok han fra den russiske tsaren en vakker ny bue pyntet med diamanter. Gaven ble overrakt Theobaldi

av den forhenværende borgermesteren i den russiske hovedstaden, Koslowsky, og det var altså denne verdifulle fiolinbuen som nå var stjålet.

I sesongen 1899-1900 turnerte Ole Theobaldi med *The Metropolitan Opera Company* under ledelse av Maurice Grau. Turneen omfattet østkyststatene i USA. Fra 1901 til 1907 turnerte Theobaldi i europeiske land, før han igjen returnerte til USA i 1907.

Theobaldis personlighet må ha hatt eruptive trekk, noe vi i alle fall får inntrykk av i 1912 da fiolinisten ble nektet innreise til Mexico City der han hadde avtalt å holde en konsert. Ole Theobaldi sverget da på at selv om alle mexicanere var djevler, skulle intet avholde ham fra å holde konsert i landet, for her gjaldt det en fortjeneste på 500 dollar. Og han forsikret at viss han kom levende fra Mexico, skulle han overholde sin avtale om å spille sammen med *Chicago Singers* den 15. januar 1913. Theobaldi holdt sine konserter både i Mexico og i Chicago!

### **Slutten**

Ole Theobaldi synes å ha slått seg ned for permanent opphold i Chicago etter 1910. Dette året bodde i alle fall fru Beate Theobaldi alene med sine døtre Henny og Corella (Ella) i Pilestrædet 63 i Kristiania. Ole Theobaldi døde i Chicago 21. november 1920 etter et langt sykeleie, bare 53 år gammel. I en nekrolog oppgis hans enke å hete Anna Johnson. Dette må bety at Theobaldi var skilt fra sin første kone.

Når en tenker på det navnet Ole Theobaldi, i sin samtid, opparbeidet seg både i Norge og internasjonalt, synes det underlig han i dag synes å være helt glemt i Stavanger, blant et norsk musikkpublikum og at han nærmest er ukjent i norske musikkleksika.

### **KILDER**

Henriksen, Egil: Fra kuriositet til etablert Håndverk  
Stavanger Museums årbok 1992 >>>

Haakestad, Jorunn (red): Gaver.  
Permanent Vestlandske  
kunstindustrimuseum 1887-2012 125 år

Larsson, Fridborg: Dagbok  
Eau Claire, Wisconsin

Samuelsen, Bjørn: Konsertlivet i Stavanger  
1843-2007. Sandnes 2014

University of Iowa Libraries hjemmesider

[www.rogalyd.no/artist\(ole-theobaldi\)](http://www.rogalyd.no/artist(ole-theobaldi))

[www.suntelegraph.com/story/2013/11/15/  
community](http://www.suntelegraph.com/story/2013/11/15/community)

[sdrldata.lib.uiowa.edu/libsdrc/details.  
jsp?id=//theobaldi/1&page=1-9](http://sdrldata.lib.uiowa.edu/libsdrc/details.jsp?id=//theobaldi/1&page=1-9)

[www.nb.no.nmff/fotograf.php?fotograf\\_  
id=2285&navn=&m\\_saml=&kjonn=&cs..](http://www.nb.no.nmff/fotograf.php?fotograf_id=2285&navn=&m_saml=&kjonn=&cs..)

#### AVISOMTALE

Dagbladet 16.1-1894

Dagbladet 20.1-1894

Dagbladet 27.1-1894

Dagbladet 30.1-1894

Stavangeren 24.1-1894

Stavanger Avis 25.1-1894

Stavanger Aftenblad 27.1-1894

Vestlandsposten 27.1-1894

Stavanger Aftenblad 26.6-1896

The Brooklyn Daily Eagle 10.9-1897

New York Times 27.10-1897

Aftenposten 16.4-1898

The Eau Claire, Wisconsin 15.4-1903

Cherokee Chronicle Times 20.11-1909

Norrköping Tidningen 7.5-1911

Aftenposten 22.9-1912

Lister 29.11-1920

Stavanger Aftenblad 1.12-1920

[digitalarkivet.no](http://digitalarkivet.no): Kirkebøker for Stavanger,  
Farsund, Ramnes og Molde. Folketellinger  
1865, 1875, 1885, 1900 og 1910.

Hjertelig takk til Bjørn Samuelsen  
som stilte alt sitt innsamlede materiale  
vedrørende Ole Theobaldi til min rådighet  
under arbeidet med denne artikkelen.

# Året på Bergeland Bydelssenter

**Nå forsvinner de flotte  
høstfargene fra trærne, i hvert fall  
en stor del av dem. Det rusker og  
blåser godt ute, men vi kan ikke  
klage over temperaturen. Vi  
nærmer oss slutten av oktober  
og kan fortsatt gå i småsko og  
tynt yttertøy.**

Tekst: Marit Torheim.

Foto: Bergeland Bydelssenter.

**T**iden går så veldig fort, men det er vel  
også gjerne et godt tegn? Vi har ikke  
problem med å få tiden til å gå og vi opplever  
mye fint, her på huset.

Det har vært et innholdsrikt og godt år,  
med mye kjekt på programmet. I tillegg  
til at våre gode, gamle, faste aktiviteter  
har fått flere nye deltakere, er det stadig  
nye og spennende aktiviteter som kommer  
til. Her har Glasshuset blitt omgjort  
til Keramikkstue og vi har hatt kurs i  
lefsebaking, poding og ulltoving. Det har  
blitt avholdt Plantebyttedag og vi har  
forsøkt oss på onsdagslunsj i samarbeid med  
FLAM, med spennende mat fra ulike land for  
en veldig billig penge. Flere har gjort bruk  
av snekkerverkstedet og vi har hatt svært  
mange innom med høstens grøde – epler  
som er omgjort til juice i fruktpressen hos  
oss. Det må også nevnes at vi har fått oss en  
stor palme, som vi nå kler for vinteren. Det



måtte til et stort apparat for å få den eksotiske planten i jorden, men det ser heldigvis ut til at den trives i vår lille oase.

Vi har hatt mange flotte musikalske opplevelser i år. Rygir innledet konsert-året med folkemusikk, med støtte fra Storhaug kommunedelsutvalg. Siden har vi hatt besøk av Rita Bøe og maen, med sitt livlige trekkspill og gode humør. Vår store The Voice-stjerne, Inger Lise Hope, fylte stuen til (over) randen – og det var bare vakkert. I høst trollbandt Leif Jone Ølberg oss, med sin mektige tenor og nå gjenstår en danseforestilling med Camilla Apeland. Alt detter er gaver fra Den Kulturelle spaserstokk og gratis for alle tilhørere. Velkommen til neste års konserter, det blir spennende å se hva vi får gleden av å by på. Vi ser fram til nye musikalske møter!

Det må også nevnes at Drollekoret inviterer til konserter 2 ganger i året - en på vårparten og en til å lyse opp en mørk vinterkveld i

november. De fyller stuen med gjester og byr på korsang, allsang og hyggelig samvær. Alltid veldig hyggelig.

Bergeland Bazar har vist seg å være kjekk tilstelning og i år har vi hatt 4 markeder, så langt. Det er så mye spennende som kommer på salgsbordene, både ute og inne, Bondens Marked er alltid på plass og som oftest er værgudene på vår side, også. Glade folk både foran og bak bordene og god stemning, gjør Bergeland Bazar til en fin opplevelse for både utstillere, gjester og oss ansatte.

Nånærmerdet seg advent og juleforberedelser. Aktivitetene sin vante gang og vi håper på både lefse- og kransekurs. Det blir også rolige stunder, med tente lys og fyr i vedovnen, knaske litt julekaker og ellers gjøre klart til julehøytid.

Vi setter stor pris på alle fine møter og besøk, takker for året som snart er historie og ønsker alle alt godt i 2025. Velkommen til Bergeland Bydelscenter!



## Brannen på Grand Hotell

Bygningens opprinnelse går langt tilbake i tid, nærmere bestemt 1865. Da var gjenoppbyggingen i full gang etter den store bybrannen 13. mars i 1860. En brann som la hele 250 hus i aske og gjorde nesten 2000 av byens cirka 14.000 innbyggere hjemløse.

Tekst: Owe Østberg

**S**øren Berners herskapelige hus var i sin tid byens største privatbolig. Den var i skipsrederens eie til 1887 da han solgte boligen sin.

I det samme året ble den om- og påbygd for hoteldrift og fikk navnet Grand Hotell med adresse Nedre Holmegate 10. Hotellet var etablert som førsteklases etter initiativ fra blant andre Stavanger Turistforening.

Noe av det første de tyske okkupasjonsstyrkene gjorde i Norge etter invasjonen 9. april 1940, var å beslaglegge bygninger. Hva eierne mente var uinteressant, de måtte pent flytte ut da nazistene banket på. De trengte lokaler til alt fra losji for soldatene og kontorlokaler til hovedkvarter for sine

krigshandlinger. I Stavanger var Grand Hotell en av de første bygningene som tyskerne rekvirerte. I hotellet hadde de tilholdssted under hele krigen.

9. mai 1945 om ettermiddagen – mens freden ble feiret av byens borgere i sentrum – ble det slått alarm på brannstasjonen klokken 16.25: Det brenner på Grand Hotell!

Brannvesenet rykket ut med alt disponibelt mannskap og i tillegg ble også sjøsprøyten «Nøkk» alarmert.

Ved fremkomst til hotellet slo flammene ut av to vinduer i andre etasje. Brannen forplantet seg med en eksplosiv fart, og da det ikke lyktes å stoppe den i trappeoppgangen var tredje etasje etter en kort tid også i full fyr. (Det må





Bildet som er fra 1865, viser gjenoppbyggingen etter «Storebra'en» som den ble kalt på folkemunne. Det ble gode tider for arbeidsfolk og håndverkere da en hel bydel skulle gjenreises. I hus nummer 3 fra venstre bodde Per Ramsland, Alexander Kjellands svigerfar, og hus nummer 4 fra venstre som enda ikke er fullført, ble boligen til skipsreder Søren Berner.

nevnes at Grand Hotell ikke på langt nær oppfylte kravene som stilles i dag for hoteller når det gjelder brannsikkerhet. Derfor utartet brannen seg til store deler av bygningen.)

At ilden fikk anledning til å gripe om seg, skyldtes sannsynligvis den lange korridoren i andre etasje som virket som rene skorsteinen i det vinduene i enden av korridoren stod vidåpne.

I tillegg til den dramatiske brannen oppstod det rykter om innebrente tyskere, og at ammunisjon var lagret i hotellet – noe som bare var oppspinn – men som allikevel skapte en uhyggestemming.

Selv om det var en heftig brann, greide brannvesenet å hindre spredning til nabohusene, men skadene på hotellet var så omfattende at det ble revet.

Noe sikkert om brannårsaken kunne man ikke finne, men det er vel mest sannsynlig at den skyldtes tyskerne, forsettlig eller ved uforsiktighet. Det var i alle fall en avskjedshilsen fra okkupantene.



Her ser vi Grand Hotell som tok seg staselig ut blant husene i Nedre Holmegate.

# Livet er aldring

30.oktober 2024 var det igjen samling i Tante Emmas Hus arrangert av Senior Norge. Det var godt fremmøte og stor interesse. Emnet for dagen var høyst aktuelt og til dels utfordrende «Livet er aldring».

Tekst: Bente Hildeng Næss Foto: Helge Gabrielsen

**F**oredraget ble holdt av Arnfinn Fiskå. Han er seniorrådgiver ved SESAM (Regionalt kompetansesenter for eldremedisin og samhandling). Senteret ble opprettet i 2010 av Helse Vest og er lagt til SUS. Målet for arbeidet er å styrke samarbeidet mellom forskning på eldremedisin, fagarbeid, fagutvikling og nettverksbygging innen fagfeltet. En ønsker å flytte fokus fra det rent medisinske til mer helhetlig menneskelig utvikling.

## Hvordan vil vi at livet vårt skal være?

Arnfinn Fiskå tok utgangspunkt i eldre sin rolle før og nå. Hvordan blir eldrolleren definert? Tidligere hadde eldre en tydeligere rolle som forteller og hadde mer ansvar for overføring av arbeidsteknikker og rutiner innenfor ulike næringsområder. Barn og unge gikk ofte sammen med de eldre i ulike arbeidsprosesser og lærte etter hvert. Dette ga de eldre en viktig rolle og betydning. Den gamle var på sin side avhengig av de



En lydhør forsamling fikk høre et interessant foredrag om «livet er aldring»



Arnfinn Fiskå.

unge for å ha et godt eldre liv med tanke på bolig og økonomi. Nå henter de unge mye av sine nødvendige kunnskaper fra skole, utdanning og internett. De eldre er ikke lenger nødvendige. De eldre er heller ikke på samme måten så avhengige av de yngre. Vi har offentlige støtteordninger som sørger for god økonomi (for de fleste), vi har et helsevesen som tar hånd om oss ved sykdom og svekket helse. Gjennom slike og lignende eksempler, ser vi at de eldres rolle er endret. Så hvilken rolle har vi nå? Hva kan vi bidra med (utenom barnevakt o.l.). Hvordan vil vi at livet vårt skal være? Vi lever lenger, vi har stort sett god økonomi, mange holder seg unge lenger, vi kler oss mye som de unge, vi velger i større grad hvordan vi vil leve livene våre. Dette er faktorer som vi i stor grad styrer selv. Dette er den delen av aldring som ligger til den kulturelle delen. Men aldring har også en biologisk del. Den er det ikke i samme grad mulig å velge selv. Vi har gode kostholds regler, råd angående nikotin og alkohol, råd om fysisk aktivitet. Ved sykdom støttes vi av helsevesenet slik at vi fortest mulig skal komme i form igjen. Alt dette gjør at vi har et best mulig liv så

lenge som mulig. Men biologien kommer inn i bildet etter hvert for all, riktignok i litt ulik alder. Det kommer et punkt for de fleste der vi kjenner at kreftene avtar, kapasiteten minker og vi må erkjenne at vi ikke er de vi en gang var.

### Viktig med aktiv innsats

Hvilken rolle har vi da? Fiskå påpekte at det fortsatt var viktig å bidra med aktiv innsats etter evne, vende blikket utover mot fellesskapet, ikke så mye innover mot egensituasjon. Etter hans erfaring og læring i arbeidet i SESAM, er det like viktig som i hele livet fra pensjonsalder å ta inn over seg følgende erfaringer og råd for å få mening inn i dagene:

Det nytter lite å hvile seg til bedre form.

Bevegelse er den beste medisin og må brukes.

Det er viktig å høre med i et fellesskap og holde på kontaktnett.

En må holde seg orientert, følge med i nyhetene, prøve å forstå hva som skjer og samtale om det.

Fortsette med ting en var interessert i før (hobbyer o.l)

Gjøre noe som gagnar andre

Ikke konsentrere seg for mye om seg selv.

Glede seg over det en får til

Unngå å bli sure gamle damer og gubber

Vi må ha det morsomt

Vi må ikke glemme at vi har mye å bidra med

Dette er vektige ord fra en seniorrådgiver med erfaring fra forskningsfeltet «Aldring»

Etter tankevekkende ord vanket det kaffe og kake, allsang ved John Gunnar Akerø. Vi fikk også en orientering om Senior Norge fra Siri Marie Joli (leder av organisasjonen i Oslo). En av tilhørerne anbefalte boken «På gravens rand» av Kristian Østgaard. Den tar for seg aldring med et humoristisk skråblikk.



# Hva er en fremtidsfullmakt, og hvorfor er det viktig?

Hvem skal ivareta dine økonomiske og personlige interesser dersom du en dag blir ute av stand til å ivareta dine interesser selv? Hvem skal ta avgjørelsene knyttet til huset ditt, helsen din og bankkontoene dine dersom du blir alvorlig syk eller dement? Ulykker, demens og annen alvorlig sykdom kan medføre at du en dag i fremtiden trenger hjelp.

Av BDO Advokater AS ved advokat Ine M. Bekkeheien og advokatfullmektig Abigail Balfour

**D**et er Statsforvalteren som oppnevner en verge til deg dersom du trenger hjelp til å ivareta dine interesser. Det er da usikkert hvem som blir oppnevnt som din verge, og avgjørelser som blir tatt på dine vegne kan falle utenfor din og dine nærmeste sin kontroll. Dersom du har skrevet en fremtidsfullmakt før den uheldige tilstanden

inntreffer, stiller det seg derimot annerledes. Du kan da bestemme hvem som skal være din verge og hvordan du skal få hjelpen og beskyttelsen du trenger.

## **Hva er vergemål og fremtidsfullmakt?**

Ved offentlig vergemål vil Statsforvalteren oppnevne en voksen person som er i stand til

og villig til å være din verge. Du kan risikere å få oppnevnt en fremmed verge, særlig dersom du ikke har ektefelle, søsken eller barn. Den oppnevnte vergen har også et noe begrenset handlingsrom, og kan for eksempel ikke foreta større økonomiske transaksjoner som å selge fast eiendom eller gi forskudd på arv.

En fremtidsfullmakt vil helt eller delvis erstatte det offentlige vergemålet. Dette er et dokument som beskriver hvem som skal ivareta dine økonomiske og personlige interesser dersom du en gang i fremtiden ikke lenger klarer det selv. En fremtidsfullmakt gir dermed en langt større grad av selvbestemmelse.

I fremtidsfullmakten kan du beskrive for de pårørende hva du ønsker, og gi dem rett til å gjennomføre dine ønsker, uten lengre søknadsprosesser og offentlig inngrep. Du velger selv hva fremtidsfullmakten skal inneholde. Fullmakten kan inneholde dine ønsker rundt økonomiske forhold, som salg og overdragelse av eiendeler dersom du blir alvorlig syk og må på sykehjem, hvor mye dine slektninger skal få i konfirmasjons- og bryllupsgaver, hvorvidt du ønsker å motta alternativ medisinsk behandling og så videre. For aksjeeiere kan det være lurt å opprette et såkalt styringsorgan, slik at fullmektigen og andre som aksjeeieren stoler på kan stemme på deres vegne i generalforsamlinger og forvalte og disponere over aksjene mens aksjeeieren er ute av stand til å ivareta forvaltningen av aksjene sine selv.

Fremtidsfullmakten kan også inneholde personlige ønsker som hvor du ønsker å bo, hvilke fritidstilbud, turer og andre opplevelser du ønsker å delta på, og andre avgjørelser rundt ditt liv som du potensielt i fremtiden ikke lenger er i stand til å ta stilling til. Du kan for eksempel samtykke til GPS-sporing i din fremtidsfullmakt, som vil være særlig relevant dersom du en gang i fremtiden får utfordringer med å orientere deg, slik som ved demens. Samtykke til sporing i en fremtidsfullmakt vil bidra til dine pårørende

kan finne deg igjen dersom du har gått deg bort. En fremtidsfullmakt gir med andre ord gode muligheter til å skreddersy ulike løsninger som passer deg best i fremtiden.

## **Hvem kan være din fullmektig?**

I din fremtidsfullmakt er du «fullmakts giver», og den personen som du velger til å ivareta dine interesser blir din «fullmektig». Du kan velge én fullmektig, eller flere fullmektiger som i fellesskap skal ivareta dine interesser. Fullmektigen må være over 18 år på tidspunktet fremtidsfullmakten skal brukes, og personen kan ikke ha verge selv.

Det er viktig at du velger en fullmektig som du stoler på, for eksempel et familie-medlem eller en god venn. Du kan også velge en profesjonell aktør, men du må da utpeke en navngitt person og ikke et selskap, en institusjon eller lignende. Du kan for eksempel ikke velge et advokat- eller revisjonsfirma som din fullmektig, men du kan velge en navngitt advokat eller revisor.

Fullmektigens livssituasjon kan også endre seg fra du skriver fremtidsfullmakten og får den signert, og frem til den senere skal brukes, for eksempel ved at fullmektigen selv blir alvorlig syk eller utsettes for en ulykke. Det kan derfor være lurt å inkludere en erstatningsfullmektig i fremtidsfullmakten, som kan erstatte den foretrukne fullmektigen i tilfelle den ikke er i stand til eller ønsker å påta seg oppdraget.

## **Hvordan oppretter du en fremtidsfullmakt?**

Fremtidsfullmakten må være skriftlig, samt være tydelig på at den kun gjelder etter at du er blitt så psykisk eller fysisk svekket at du selv ikke greier å ivareta dine interesser. Videre må fullmakten være datert og signert av to vitner samtidig. Vitnene kan ikke ha egeninteresser i at fullmakten opprettes, og ektefeller, foreldre, barn og barnebarn kan da eksempel ikke være vitner til fullmakten.

I fullmakten bør det også presiseres at du

## Alle som ønsker å bestemme selv hvordan sin fremtid og alderdom skal være, bør vurdere å opprette en fremtidsfullmakt.

har opprettet fullmakten av egen fri vilje, og at du forstår innholdet i og betydningen av fullmakten. Det kan være lurt å oppsøke fastlegen og få legeerklæring på at du er i stand til å opprette fremtidsfullmakten før du undertegner fremtidsfullmakten dersom du er tidlig i et sykdomsforløp, for eksempel ved påbegynnende kognitiv svikt, eller har problemer med hukommelse og evnen til å tenke klart. På den måten unngår du at det senere oppstår tvil om du forstod fremtidsfullmaktens innhold og betydning, og risiko for at fremtidsfullmakten anses som ugyldig.

### **Hva gjør du etter at fremtidsfullmakten er opprettet?**

Det finnes per i dag ingen registreringsordning eller annen oppbevaringsløsning for fremtidsfullmakter. Du er derfor selv ansvarlig for å oppbevare fremtidsfullmakten i original form. Det er viktig at dokumentet oppbevares et sted hvor fullmektigen lett kan finne den når fullmakten eventuelt må tas i bruk.

En fremtidsfullmakt er – som ordet tilsier – en fullmakt for fremtiden. Fullmakten trer derfor først i kraft når du ikke lenger er i stand til å ivareta dine egne interesser som følge av sinnslidelse, demens eller alvorlig svekket helbred. Først etter at fremtidsfullmakten er trådt i kraft kan fullmektigen søke om stadfesting av fullmakten ved å sende denne til Statsforvalteren. Statsforvalteren vil da gi en attest som bekrefter at fullmakten har trådt i kraft.

Fremtidsfullmakten er gyldig frem til det øyeblikket fullmaktsgiver dør. Etter det vil

arveloven, og et eventuelt testament, være veiledende for hva som skjer med verdiene til avdøde.

### **Hvorfor bør du opprette eller oppdatere din fremtidsfullmakt?**

Alle som ønsker å bestemme selv hvordan sin fremtid og alderdom skal være, bør vurdere å opprette en fremtidsfullmakt. Sannsynligheten for at man har behov for fremtidsfullmakt er riktignok høyere for eldre, men enhver kan utsettes for sykdom, ulykker og andre skader. En fremtidsfullmakt vil uavhengig av alder gi en trygghet for at du fortsetter å ha en innflytelse over din hverdag, selv etter plutselig sykdom eller uforutsette ulykker.

Dersom du allerede har opprettet en fremtidsfullmakt, bør du vurdere om den fortsatt ivaretar dine ønsker på en god måte. Selv om den opprinnelige fullmakten fylte sin funksjon, passer antageligvis ikke alle bestemmelser like godt nå. Videre krever stadig flere aktører stadfestelse før de godtar en fremtidsfullmakt, og det er da særlig viktig at fremtidsfullmakten er gyldig utformet. Banker og andre finansinstitusjoner kan kreve fremlagt original fremtidsfullmakt, legitimasjon fra fullmektig samt attest fra Statsforvalteren før det foretas økonomiske disposisjoner. Statens Kartverk har også fått strenge interne regler for å tinglyse eiendomsoverdragelser utført av fullmektiger. Vi anbefaler derfor at du reflekterer over om du ønsker å opprette en fremtidsfullmakt eller hvorvidt det er behov for å oppdatere din allerede eksisterende fullmakt.



# INFORMASJONSSIDER

Innenfor de neste sidene har vi samlet det meste av nyttig informasjon og annonser.

**Redaksjonen minner om at alle frivillige lag og organisasjoner, foreninger og menigheter får annonsere gratis i Morteypumpen.**

Kommersielle annonsører står selv ansvarlig for tilbudets innhold, pris og kvalitet

# Drøsen kafé, kultur og aktivitet

Velkommen til å vår hyggelige kafé med god mat og sosialt fellesskap. I kafeen jobber ansatte og frivillige sammen for å skape en god atmosfære. Hos oss får du kjøpt middag fra eget kjøkken. I tillegg serverer vi smørbrød, kaffe og kaker.

Oppdatert meny legges ut på Facebook ukentlig.

Kaféens åpningstider er tirsdag, onsdag og torsdag  
kl 14.30 – 17.00.

Ukens meny i kaféen og andre tilbud legges ut på Facebooksidene til Drøsen kafé, kultur og aktivitet og Tasta sykehjem.





## Pårørendeskolen

**Kurs for pårørende  
til personer med  
demens**  
**Kurssted:  
Tasta sykehjem**



Kurset gir kunnskap om demenssykdommer og hva det innebærer både for den som har sykdommen og for deg pårørende. Kurset består av fem samlinger. For nærmere informasjon om oppstartsdato og tema for samlingene, se [www.tasta-sykehjem.no](http://www.tasta-sykehjem.no) eller følg Tasta sykehjem på Facebook.

For nærmere opplysninger og påmelding,  
kontakt Tasta sykehjem **51 56 85 00**  
(sentralbord)  
e-post: [post@tasta-sykehjem.no](mailto:post@tasta-sykehjem.no)

Arrangør: Tasta sykehjem / Stavanger kommune



**Drøsen**

kafé - kultur - aktivitet

## Sunde Bedehus, SUNDEVEIEN 29

**Tirsdag 28. januar kl. 10.30**  
Formiddagstreff : Marit Rommetveit  
Skavland.  
Emne: Utdrag frå mor sine dagbøker  
under 2. verdenskrigen.  
Andakt. Bevertning.

**Tirsdag 25. februar kl. 10.30**  
Formiddagstreff: Turid Espevik:  
En barndom på Waisenhuset.  
Andakt. Bevertning.

**Tirsdag 25 mars kl. 10.30**  
Formiddagstreff v/ Margunn og Joleiv  
Salte som synger og vitner.  
Bevertning.

Du er velkommen til hyggestunder i  
trivelig miljø!



*Ny blodprøve kan forenkle og forbedre diagnostikken av Alzheimers sykdom*



# Hukommelsesvansker?

- **Glemsomhet**
- **Forvirring om tid eller sted**
- **Vansker med å finne ord**
- **Vansker med å planlegge eller løse vanlige oppgaver**
- **Endring i humør og personlighet**

I Sør-Rogaland pågår forskningsprosjektet

**Blodprøve for tidlig påvisning av Alzheimers sykdom.**

Snakk med fastlegen din om å delta i studien.



## FOTPLEIE – Kr. 700,-

Husk å stelle godt med undersåttene dine, de bærer deg rundt hele dagen...

Janes Fotpleie Tlf. 95 05 71 76

Org.nr. 81727772



Du får:

- mykgjørende fotbad
- filing av hard hud
- fjerning av gamle neglebånd
- filing/stelling av negler
- massasje
- neglelakk (ikke inkludert, kr. 100,-)

Jeg tar med meg utstyret og kommer hjem til deg!



GATEMAGASINET  
**ASFALT**

KR 100,- HALVPARTEN GÅR TIL SELGER gatemagasinet.asfalt.no



Stavanger  
kommune

Hvordan kan Stavanger kommune løse oppgaven med å **ivareta eldre** innbyggere i fremtiden? I 2025 inviterer vi til **innbyggerpanel** der eldre selv kan si sin mening

Er du voksen og utsatt for **vold** eller **overgrep**?

Enten det er deg eller noen du kjenner, kontakt kommunens TryggEst-kordinator på

**456 56 457**



Stavanger  
kommune

# Bergeland bydelssenter

Jelsagt, 2, 4012 Stavanger. Mobil 948 22 653. E-post: bergeland.bydelssenter@stavanger.kommune.no  
Åpent mandag–torsdag kl. 08.30–15.00. **Stikk innom for en kaffekopp og en drøs!**

## Lyst til å prøve noe nytt?

**Kom og se – ka me har fått te! For (kommende) pensjonister – og andre med ønske om en aktiv hverdag. Mange kjekke kurs og aktiviteter og kanskje du har noen nye idèer?**

## Aktiviteter 2025

### Mandager:

Snekkerverksted kl 08.30 – 14.30

Malegruppe kl 10.00 – 13.00

Trim med frivillig instruktør kl 10.30 – 11.30

### Tirsdager:

Snekkerverksted kl 8.30 – 14.30

Spikkegruppe kl 9.00 – 13.00

Rank og Glad kl 9.15 – 10.15

Pust og Strekk kl 10.30 – 11.30

Sosial Bingo kl 12 – 14 annen hver tirsdag  
(partallsuke)

Porselensmaling kl 15 – 18 annen hver tirsdag  
(partallsuke)

### Onsdager:

Snekkerverksted kl 8.30 – 14.30

KREON malegruppe kl 10.00 – 13.00

### Torsdager:

Snekkerverksted kl. 8.30 – 14.30

Rank og Glad kl. 9.15 – 10.15

Håndarbeidsgruppe kl. 10.30 – 13.30

Malegruppe kl 9.00 – 13.00.

Bridge kl 14.00 – 18.00

### Fredager:

Snekkerverksted kl 8.30-14.00

## Kurs 2025

**Rank og glad** - tirsdag og torsdag kl. 09.15 – 10.15.

God styrketrening, med elementer fra yoga, pilates og dans.

Bedrer balanse og styrker kjernemuskulaturen.

**PUST og STREKK** ( Oppstart i januar.)

- tirsdag kl. 10.30 – 11.30

PUST TIL ET BEDRE LIV – så enkelt at alle kan lære  
Fokus på pusteteknikk, avspenning og lett strekk -  
finn ro og trygghet i egen kropp

Begge økter med Ida Robberstad

Klippekort à 15 klipp, kan brukes på begge  
treningene kr. 1200,-

Gratis prøvetime. Trening hele året, unntatt ferier.

Andre kurs settes i gang ved stor nok interesse:

F.eks.: Farg ditt eget garn, lefsekurs eller kortlaging.

Kanskje du har ideer til kurs du ønsker å holde selv eller tanker om andre kurs som kunne vært interessante? Da hører vi gjerne fra deg!

### Porselensmalingsgruppen

Porselensmalingsgruppen på tirsdager fra kl 15 – 18 ønsker flere deltakere.

Har du malt på porselen før? Da kan du nå gjøre dette sammen med andre, hyggelige damer. Du vil bli tatt veldig godt imot. Ta kontakt for mer informasjon.

### **Kunstutstillinger:**

Kunstutstilling med Øystein Jacobsen – med åpning 22. november.  
Utstillingen vil henge ut året.

### **KERAMIKKVERKSTEDET – vårt nyeste aktivitetstilbud.**

Har du grunnleggende kunnskap om leire og keramikk, er selvgående og ønsker å jobbe i fellesskap med andre?

Da er du velkommen til å benytte fasilitetene her. Du må ta et introkurs, om bruk av verkstedet, før du får bruke lokalet.

Introkurs annonseres på sosiale media og koster kr. 200,-

Keramikkverkstedet har åpent fra kl 10 – 14 hver mandag, tirsdag og torsdag.

### **BERGELAND BAZAR**

Vi arrangerer marked, med jevne mellomrom, på «Toppen av Storhaug». Vi har hatt 4 markeder + julemarked i 2024. Her får du oppleve et myldrende folkeliv og det er fullt av fristelser for både øyne og gane. Bondens Marked kommer med sine varer og det er stands i «Stuå» med salg av håndverk, samt kortreiste spiselige varer. Kanskje du har lager fine ting som du ønsker å selge hos oss? Send oss en e-post med bilder av produktene dine.

Det er vel verdt å ta en tur og nye bazarer annonseres når datoer for 2025 er klar!

Det blir hyggelig førjulsstemning i hele desember – så følg med på sosiale medier for å få med deg juleaktiviteter på Bergeland Bydelssenter.



Konsert- og kulturkvelder annonseres etter hvert. Følg ellers med på kommunens nettsider, facebook og i lokalaviser, for informasjon om det som skjer på huset. Kontakt oss på Bergeland Bydelssenter for informasjon/brosjyre.

## Vil du delta i en studie for å se om Omega-3 har effekt på aldringsprosessen?

Vi søker etter deltakere som kan være med og teste ut AvailOm, et omega-3 produkt. Du vil enten få aktivt virkestoff eller placebo over en 6 måneders periode. I studieperioden må du komme til SUS 3 ganger for å blant annet ta kognitive tester og tester av muskelfunksjonen din. Du vil også bli bedt om å avgi biologisk materiale, som blod og spytt.

For å være med må du være over 55 år og ha en BMI mellom 25 og 30. Du kan ikke ha alvorlige sykdommer og du kan ikke ha tatt tran eller andre omega-3 produkter de siste 6 månedene.

Det vil bli gjort forundersøkelser for å se om studien passer for deg. Ta gjerne kontakt med studiesykepleier på telefon 90799285 eller send en epost til [sesamforskning@sus.no](mailto:sesamforskning@sus.no) for mer informasjon.



# Gratis datahjelp

Vil du ha hjelp til å sende vedlegg på epost, søke på internett eller oppdatere apper?

**Velkommen innom datahjelp når som helst i åpningstidene uten avtale.**

**Du kan også forhåndsbestille tid med en veileder. Dette gjør på du telefon 51 50 70 90 eller via nettsidene: [stavanger.kommune.no/datahjelp](http://stavanger.kommune.no/datahjelp)**

## **Finnøy bibliotek**

Fredager kl. 10–12

## **Bekkefaret bydelshus**

Tirsdager kl 14–16

## **Gausel bydelshus**

Onsdager kl 11–13 i kafeen.

## **Hundvåg bydelshus (Øyahuset)**

Mandager kl 11:30–14 i kafeen.

## **Madla bibliotek (Amfi Madla)**

Datahjelp 2 ganger i uken:

- Tirsdager kl 12–14
- Onsdager kl 17–19

## **Rennesøy bibliotek**

Mandager kl 11.30–13

## **Storhaug Frivilligsentral**

Tirsdager kl. 16–18 i  
Kvitsøygata 3.

## **Sølvberget bibliotek**

Hjelp til kortere  
henvendelser i skranken  
i 1. etasje, hver mandag til  
torsdag kl. 17–19 (Her kan du  
ikke forhåndsbestille tid)

## **Tante Emmas hus for seniorer**

Dataklubb og  
dataveiledning flere  
ganger i uken i regi av  
Seniornett. Dette er et  
eget opplegg, med egen  
påmelding: Ta kontakt  
på telefon 48 50 25 60  
eller epost: [seniornett.tanteemma@gmail.com](mailto:seniornett.tanteemma@gmail.com)



Stavanger  
kommune

## Byggefirma Håland

Vi hjelper med allt av vedlikehold og oppgaver på eiendommen din.

- Tømmerarbeid.
- Elektrikerarbeid.
- Rørleggerarbeid.
- Murerarbeid.
- Hagearbeid.

gratis befaring

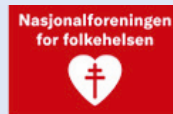
Ta kontakt på tlf 40168964 for en uforpliktende prat

## Program for Stavanger Lærernes Pensjonistlag høsten 2024

10.12 Ernst Båsland tar for seg «Poesi  
og livskunst i julesangene»

Møtene holdes i Frelsesarmeens lokaler i  
Kongsgaten 50, og de starter kl 11.00.  
I tillegg til foredrag, blir det sang,  
opplesning og mat og kaffe. Hvis du er  
medlem, betaler du 150 kr, hvis du ikke er  
medlem, betaler du 200 kr. Påmelding tre  
dager før møtet på SMS telf. 90602848.

\*flere opplysninger kommer



### Slagforeningen i Rogaland.

Vi er et lokallag underlagt  
Nasjonalforeningen for folkehelsen med  
120 medlemmer som møtes på Skipper  
Worse første mandagen i måneden  
kl. 18.30. Sosialt samvær med god  
musikk eller foredrag. Kaffe og utlodning  
hører med.

Det blir arrangert bussturer lokalt og årlig  
tur med reiseleder til Mallorca til  
handicapvennlig hotell.

Hjertelig velkommen til alle som har lyst å  
være med.

Er det noen spørsmål er det bare å ta  
kontakt med  
Reidun Jones - tlf. 93 41 79 71

## Bli med på lokalhistoriedugnad

### Her er kontaktdetaljer til historielaga

#### Eiganes-Våland Historielag

Leiar: Johanne Bernice Skjæveland,  
tlf. 404 85 332, jskj@lyse.net ,

#### Finnøy Historielag

Leiar: Kåre Vargervik, tlf. 412 96 255,  
e-post: karev51@hotmail.com

#### Hillevåg Historielag

Leiar: Sigmund Hatløy, tlf. 475 00 883,  
sigmund.hatløy@hotmail.com

#### Hundvåg og Øyane Historielag

Leiar: Torbjørn Kindingstad, tlf. 922 29 639,  
e-post: torbjorn.kindingstad@lyse.net

#### Jåttå og Hinna Historielag

Leiar: Atle Ellefsen, tlf. 908 93 871,  
atle.ellefsen@gjensidige.no

#### Madla historielag

Leiar: Helge Molaug , 918 35 725,  
helgmo@hotmail.com

#### Rennesøy historielag

Leiar: Anny Hatlen, tlf. 982 86 520,  
e-post: annhatle@online.no

#### Stokka Kultur- og Historielag

Leiar: Kjell M. Søyland, tlf 913 45 460,  
e-post: Kjell.m.soyland@lyse.net

#### Storhaug Historielag

Leiar: Johnny Emanuelsen, tlf. 466 19 155,  
e-post: storhaughistorielag@gmail.com

#### Tasta Historielag

Leiar: Ivar Andersen, tlf. 913 92 462,  
e-post: andersen.ivar@lyse.net





## Kreft ... Hva gjør jeg nå?

**Vi har tilbud og aktiviteter for kreft-rammede, pårørende og etterlatte.**

Å være kreftsyk kan by på mange utfordringer i hverdagen. Kreftforeningen tilbyr praktisk hjelp, rådgivning, kurs og møteplasser rundt omkring i landet. Alle tilbudene er gratis.



Les mer om tilbudene på [kreftforeningen.no](http://kreftforeningen.no) eller ring 21 49 49 21.

**Ingen skal møte kreft alene – snakk med oss i Kreftforeningen.**



**KREFTFORENINGEN**  
TIL FOR DEG



**Datahjelp  
Bydelsmiddag  
for hele familien  
Arrangementer  
Håndarbeid**

## Åpen kafe på Gausel bydelshus Velkommen til åpen kafe på Gausel bydelshus

Tar du en tur rundt den vakre naturen på Gausel, eller vil du bli bedre kjent med folk i nærmiljøet?  
God hjemmelaget og lettvinnt middag til ungene etter skolen?

På Åpen kafe, treffer du ildsjelene Ingvill og Bertha som tar dere imot med god stemning på onsdager med Datahjelp og torsdager med varm middag. **Til alle i alderen 0-120!**



### Kontakt:

Gausel bydelshus:  
Epost:  
[Edyta.lenarczyk@stavanger.kommune.no](mailto:Edyta.lenarczyk@stavanger.kommune.no)  
Mobil: 51508661



Heddeveien 141,  
4033 Stavanger



## Datagruppen på IDUN

Hver torsdag fra 10.00 til 11.30 på IDUN huset.

### Trenger hjelp med grunnleggende data?

Da kan kanskje vi på Frivilligsentralen på Hinna hjelpe deg.

Hva kan vi hjelpe med? Det kan være smart-telefon, pc, Windows bruk av Mac, bruk av Ipad.

Vi kan ikke garantere at vi har svar på alt, men vi vil prøve etter beste evne, og er det spørsmål vi ikke tar på strak arm, kan vi forsøke å finne ut av det.

Bare ta med pc, Mac, nettbrett eller smart-telefon. Ta også med noe å skrive med eller på, som f.eks. notatblokk og kulepenn.

Ofte kan man stå fast og må laste ned program eller oppdatering. Da er det nyttig å ha noe å skrive på eller med.

Toralf Sandø, som i flere år har drevet datakurs på Idun, vil med dette forsøke å hjelpe etter beste evne.

## Et utvalg av vårens tilbud

Mandager kl 14.00 – 15.00: Yoga - påmelding

Onsdager og torsdager kl 14.00 – 15.00: Sterk og stødig – påmelding

## Datahjelp for seniorer

I samarbeid med Seniorene AS og Kakadu tilbyr vi datahjelp 2. hver tirsdag kl 13.30 – 15.00 med oppstart 14. januar.

Undervisningen er temabasert, men du kan også få personlig veiledning hver gang. Ta med deg telefon, nettbrett eller pc og kom! Tilbudet er for alle, om du er nybegynner eller har en del datakunnskap, vil du kunne få gode tips til bruk i hverdagen. Mange deltakere gir uttrykk for at det er en kjekk og sosial samling.

## Bokspa/lesegruppe

Tirsdag 07.01 kl 13.00 – 14.30 Bokspa/samlesing

Tirsdag 04.02 kl 13.00 – 14.30 Bokspa/samlesing

Vi leser en tekst sammen og du kan bare lene deg tilbake og lytte til en ansatt som leser høyt for deg. Du trenger ingen forkunnskap for å delta i lesegruppen og det er heller ingen forberedelser i forkant. Det er frivillig om du vil delta i samtale om teksten eller bare være tilhører. Shared-reading metoden bidrar til en personlig og sosial leseopplevelse uten å stille noen krav til deg som deltaker.

## Konserter og kulturtilbud

Vi arrangerer jevnlig konserter og andre kulturtilbud. Arrangementene annonseres på Facebook, Mortepumpen og i Tastavis.



**Drøsen**  
kafé - kultur - aktivitet

Vil du vite mer om tilbudene våre?  
Ta kontakt på telefon 45 73 33 05 eller se  
Facebook: Drøsen kafé, kultur og aktivitet

Drøsen kafé, kultur og aktivitet finner  
du i første etasje på Tasta sykehjem,  
Prestveien 14, 4025 Stavanger

# SENIORENE

*Vi hjelper deg*

...og gjør hverdagen enklere:

- Hagearbeid
- Vedlikehold og maling
- Enklere flis/murararbeide
- Snekkerarbeide
- Montasjearbeide
- Hjelp i hjemmet
- Montering av møbler
- Tjenester til sameie - borettslag
- Hjelp med IT, data/teknisk
- Hjelp til innkjøp og levering
- Leksehjelp grunnskole - VGS
- Ta kontakt, vi fikser mye annet!

For mer informasjon, vennligst  
kontakt oss i Stavanger og  
omegn på telefon:

**970 57 643**

Eller e-post:

[stavanger@seniorene.no](mailto:stavanger@seniorene.no)

Besøk oss også på:

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

Vi søker også spreke Seniorer  
som ønsker å jobbe med oss!



Stavanger  
demensforening

Bli med på laget for en bedre demensomsorg, støtt forskning på demens  
og den lokale demensforeningen!

**Er du ikke medlem, men har lyst til å bli det?**

Meld deg inn i Nasjonalforeningen for folkehelsen på nettsiden  
[nasjonalforeningen.no/bli-medlem/](http://nasjonalforeningen.no/bli-medlem/), eller send en e-post til  
Nasjonalforeningen Stavanger demensforening.  
[demensforeningenistavanger@gmail.com](mailto:demensforeningenistavanger@gmail.com)

Tlf.: 901 82 272, leder Johanne Vik

Følg oss på Facebook:

<https://www.facebook.com/stavangerdemensforening>





**STAVANGER MANNSKOR**



## Bli med og syng med oss!

Hos oss i Stavanger mannskor har alle stemmerett – lyse som mørke, nye som erfarne og unge som voksne.

Vi er stadig på jakt etter nye medlemmer og kan friste deg med et godt miljø, sanger fra pub til kirke og trivelige øvinger hver mandag kl. 19.00.

Vårt øvingslokale er i Madla Bydelshus.

Kom på neste øvelse – så er du i gang!

**For mer informasjon – se [www.stavangermannskor.no](http://www.stavangermannskor.no)**

## SESAM WISEAGE

**WISEAGE** er SESAM sin plattform for brukermedvirkning og samfunnsengasjement hvor personer over 60 år deler av sin visdom, får ny kunnskap om og mulighet til å delta i forskning ved SESAM.

**Bli med i WISEAGE eller få mer informasjon?**

**SESAM – Regionalt kompetansesenter for eldremedisin og samhandling**

Stavanger Universitetssjukehus, Postboks 8100, 4068 Stavanger

Telefon SESAM +47 51515619 / WISEAGE +47 468 94 609

e-post: [wiseage@sus.no](mailto:wiseage@sus.no).

**Følg oss på Facebook: WiseAgebySESAM**

**SESAM**

HELSE  VEST

 **HELSE STAVANGER**  
Stavanger universitetssjukehus

# Hvor skal du bo når du blir eldre?

Alternativet kan være Solvang Omsorgsboliger som ligger på Eiganes.

En blokk med topp beliggenhet, og 26 moderne leiligheter fra 40 til 70 kvm, stor park ute, og takterrasse. Alle leilighetene har kjøkken/stue, soverom, bad, bod og gang. Nærhet til sentrum og til alle fasiliteter. Her er det ingen innskudd, kun leie og depositum.

Frokost og middag blir servert  
7 dager i uken.

Vi har også frisør og fotpleie på huset,  
og mye sosialt samvær.

Solvang er basert på medlemskap,  
og alle kan bli medlem.  
Medlemskap koster kr. 1500,- for par,  
og kr. 1000,- for enslig.  
I tillegg kommer det en årlig avgift  
på kr. 100,-.

Ta kontakt for tegning av medlemskap  
på [www.solvangomsorgsboliger.no](http://www.solvangomsorgsboliger.no)  
eller på telefon 51 84 90 00.



Foto: Stein Hugo Kjelby

## Formiddagstreff i Stokka kirke

Formiddagstreffene i Stokka menighet  
begynner alltid onsdager klokka 1100.



### Vår 2025

#### 8. januar

Tarald Aano: Stavanger Domkirke

#### 12. februar

Nicol Hjort-Olsen og Olav Eikeland:  
Skatter fra bedehuset

#### 12. mars

Asbjørg Skretting Våland: Legenden om  
St.Svithun.

#### 9. april

Torbjørn Hestnes: Påske

#### 14. mai

Arnhild Aano Høyen: På tur til Tanzania

# TRADISJONELT BOKHÅNDVERK



**ERLAND A/S**

Sjøhagen 11 · 4016 Stavanger

bok@bokbinderieterland.no

www.bokbinderieterland.no

Reparasjoner · Nyinnbindinger ·

PRIVATKUNDER · BEDRIFTER

Ring 51 88 10 04 eller stikk  
innom vårt verksted i Hillevåg

Et komplett bokverksted siden 1989

## Bli medlem i Byhistorisk forening Stavanger!

Dersom du er interessert i Stavangers historie, er vår forening noe for deg. Som medlem får du innbydelse til åtte–ti foredragskvelder/byvandringar årlig samt to nummer av foreningens magasin *Stavangeren*. Magasinet er på ca. 100 sider og inneholder stort sett bare spesialskevne artikler. Alt dette er inkludert i medlemskontingenten som er kr 400 for enkeltmedlem og kr 550 for familiemedlemskap.

På våre nettsider – [www.byhistoriskforening.org](http://www.byhistoriskforening.org) – finner du mengder av historisk stoff om Stavanger og også mer informasjon om foreningen og arrangementene. På nettsiden kan du også sende din innmelding. Du kan også sende e-post til [pedersen@marstad.net](mailto:pedersen@marstad.net) eller ringe/ sende sms til 908 28 467.



## Rosenberg Pensjonistforening

**Rosenberg Pensjonistforening** har sine møter i Rosenberg Idrettshall. Her disponerer vi kontorplass, møtelokale og treningslokale. Fotball, gymnastikk og apparattrening er populært. Vi møtes hver mandag og torsdag fra kl. 07.00–11.00. Treningen starter kl. 08.15. Det er også mulig å møte opp for en kopp kaffe,

og drøs med tidligere kolleger. Første torsdag i måneden, har vi medlemsmøte som begynner kl. 10.00. Her har vi som regel en innleder med populære/viktige emner. Pensjonistforeningen er åpen for pensjonister fra Rosenberg Verft, men tar også imot personer som tidligere har vært ansatt ved verftet, eller som på annen måte har spesiell tilknytning til bedriften. Har du lyst til å være med oss, kan du ta kontakt med oss mandag eller torsdag i Rosenberg Idrettshall mellom kl. 08.30 og 11.00, eller direkte til lederen Karl Børge Larsen, tlf. 452 69115.



Visste du at vi har en frivilligsentral i hver kommunedel i Stavanger? Ta kontakt med din nærmeste sentral for å få mer informasjon om frivillig aktivitet i ditt nærmiljø, eller sjekk ut [stavangers.frivilligsentraler.no](http://stavangers.frivilligsentraler.no)

**Eiganes og Våland frivilligsentral:**

Elizabeth Parra Ganteaume,  
mobil: 47784171

**Finnøy frivilligsentral:**

Ragnhild Valand, mobil: 99398595

**Hillevåg frivilligsentral:**

Nina Tunge- Kvamme, mobil: 47482281

**Hinna Frivilligsentral:**

Sunniva S. Roberts, mobil: 91842657

**Hundvåg frivilligsentral:**

Ann Therese Madland, mobil: 99290718

**Madla og Kvernevik frivilligsentral:**

Robert Raustein, mobil: 47398900

**Rennesøy frivilligsentral:**

Kim Tysse Ingebrigtsen,  
mobil: 45658570

**Storhaug frivilligsentral:**

Hege Benedicte Blom Stene  
mobil: 90713992

**Tasta frivilligsentral:**

Eva Maria Gärtner, mobil: 46925212

Du er også hjertelig velkommen til å ta kontakt med oss dersom du savner noen aktiviteter i din kommunedel. Vi ser frem til å høre fra deg!



# Rådgivningskontoret for pensjonister i Stavanger

Vi gir pensjonister bosatt i Stavanger gratis rådgivning innen en rekke områder:

- Arv og testament
- Overskjøting av fast eiendom
- Pensjon og forsikringer
- Skattespørsmål
- Fremtidsfullmakter
- Andre saker du synes det kan være nyttig å snakke med oss om

Våre rådgivere har bred yrkeserfaring og vi har taushetsplikt. Rådgivningskontoret holder hus i underetasjen i Tante Emmas Hus, Kongsgata 42, med inngang fra Breiavatnet. Kontoret drives av Fellesutvalget for pensjonistforeninger, med verdifull støtte fra Stavanger kommune.

For timebestilling ring **51 50 78 90** mellom kl. 10 og 12. Er vi opptatt, legg igjen beskjed på telefonsvarer så ringer vi tilbake så fort vi kan. Eller send e-post til: [radgivningskontoret@stavanger.kommune.no](mailto:radgivningskontoret@stavanger.kommune.no)



**Fellesutvalget for  
pensjonistforeninger  
i Stavanger**



## Velkommen til Skipper Worse!

På Eiganes, Madla og Tasta har vi sosiale møteplasser med mange kjekke aktivitetsgrupper: Diskusjons- og samtalegrupper, sangkor, quiz, allsang, linedans, snekkerbod, strikkekafe, sjakk og bridge, bokklubb, hageklubb, fiskeklubb, fritidskurs, trening, turgrupper, med mer. Og vi arrangerer også bussturer.

Ta kontakt direkte til våre senter for å høre mer. Vi har felles telefonnr. 51 56 43 30. Du kan også besøke hjemmesiden vår [www.skipper-worse.no](http://www.skipper-worse.no)



## MIDDAG PÅ DØREN

Vi leverer middag og dessert til hjemmeboende som ønsker eller trenger det. Ingen aldersgrense! Dette er næringsrik og variert kost ut fra en valgfri meny.

Middagen leveres vakumpakket i praktisk emballasje, og vi anbefaler oppvarming i mikrobølgeovn.

For mer informasjon og bestilling, kontakt oss på tlf.nr. 51 56 43 30 (tast 5) eller 411 05 703. Se hjemmesiden vår [www.skipper-worse.no](http://www.skipper-worse.no) for ytterligere opplysninger





## BLI MED I «KORALLENE»

Liker du å synge? Skipper Worse har sitt eget blandakor som består av sangglade damer og herrer i sin beste alder. Vår flinke dirigent heter Kiril Kutin, og vi øver sammen på Skipper Worse Ledaal hver torsdag fra kl. 11.00 til 13.00. Vi har det sosialt og kjekt sammen og er av og til ute på sangoppdrag. Hjertelig velkommen innom en torsdag for å prøve!



## Hverdagsglede på Ågesentunet

Skipper Worse Ågesentunet er et aktivitetssenter for hjemmeboende personer som har demenssykdom. Med fokus på trivsel og en aktiv hverdag møtes vi til aktiviteter som turgruppe, trim, kafe og allsang og musikk. På Hverdagsglede tilbyr vi et sosialt fellesskap med mennesker i samme situasjon. Sammen ønsker vi å skape fine øyeblikk og glede oss over gode opplevelser i hverdagen.

**TA GJERNE KONTAKT MED OSS:** Leiv Førland Bru, tlf. 51 56 43 30, tast 4/ mobil 415 45 781 og/eller Marianne Køningsberg, mob.nr. 922 13 321.

# Rådgivningskontor for hørselshemmede og deres nettverk

**Spørsmål om å leve med nedsatt hørsel. Bruk og stell av høreapparater. Informasjon om tilbud og rettigheter. Hjelp med brev, søknader og skjema o.a. Enkel hørselscreening.**

Stavanger kommune har Rådgivningskontor for hørselshemmede over 18 år og deres nettverk. Tjenesten er gratis og gjelder for innbyggere i Stavanger og Randaberg.

Rådgiverne kan treffes på Johannes læringscenter i Haugesundsgata 27 – etter avtale.

## Treffpunkter:

Tante Emmas Hus	Kl. 11.00–12.00: Første torsdag i måneden
Skipper Worse Ledaal	Kl. 11.00–12.00: Andre torsdag i måneden
Rennesøy helse-og omsorgssenter	Kl. 09.30–11.30: Tredje torsdag i måneden
Judaberg innbyggertorg	Kl. 12.00–14.00: Tredje torsdag i måneden
Formiddagstreff i Døvekirken	kl. 11.00–13.00: Hver tirsdag (fortrinnsvis for døve og tegnspråkbrukere)

Dersom du ikke har mulighet til å komme til oss, kan vi også avtale hjemmebesøk. Rådgivningskontoret er stengt i skoleferier.

Telefon eller SMS 47 80 35 41 (telefon betjent tirsdager og torsdager)

e-post: [horsel@johannesls.no](mailto:horsel@johannesls.no)

Postadresse: Pb 8069 Forus, 4068 Stavanger

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

Spesialavdeling Voksne (gult felt på nettside)



Stavanger  
kommune

## SKIPPER WORSE SPORT

Skipper Worse Sport har vært aktiv i 35 år den 12.02.2020. Vi er en uavhengig forening av voksne, glade kvinner og menn fra 60 år, som liker å trimme. Hver tirsdag og torsdag trimmer vi i Stavanger Idrettshall SAL A. Fra kl. 09.00 – kl. 11.00 kan du spille badminton. Det er både for nybegynnere og hagespillere og vi har trener som kan instruere. Fra kl. 11.00 til 12.00 er det musikk og gymnastikk

Vi har god plass og greie garderober med dusj. Vi er nå 165 medlemmer og betaler kr. 300,00 i årskontigent. Vi har plass til flere og ønsker nye medlemmer hjertelig velkommen.

**For opplysninger: Berit Garvik**

**[berit.garvik@wemail.no](mailto:berit.garvik@wemail.no)**

**Mobil: 951 12 122**

## Hei alle pensjonister

**Vi vil øke kapasiteten i gruppen og ta med flere. Er du nylig blitt alene som pensjonist eller lignende? Kanskje du har fått litt god tid nå og søker nytt nettverk?**

Vi er en gjeng med kjekke damer som treffes med jevne mellomrom. Tilbudene er mange og vi søker dere som har lyst og tid til bli kjent med nye. Ta kontakt på mail [sissel.kvale@lyse.net](mailto:sissel.kvale@lyse.net) så snakkes vi.

## LAWN BOWLS PÅ LASSA

Er du mellom 19 og 90 år?

Kom og prøvespill "Lawn Bowls" med Stavanger Bowls Club

Vi har egen bane på Lassa Idrettsanlegg. Hver mandag og fredag kan du få kyndig veiledning mellom klokken 10 og 12, oppmøtet er kl 09.45.

Parkeringen ved Ynglingen. Du får låne utstyr de første gangene du er med.

Du må ha på deg sko med flate såler når du er på banen. Passer både for herrer og damer.

Se [stavangerbc.com](http://stavangerbc.com)



# Vi vet at mange eldre sliter alene

**Dessverre glemmer  
mange at livet kan bli  
bedre igjen**



**Ring oss hvis du sliter eller  
kjenner noen du vil hjelpe**

**TIPS 51 51 59 59**

Hverdager 08:00 - 15:00

**Kirkens SOS 22 40 00 40**

- Vi er der alltid!

**Stavanger DPS, AAT, 916 51 005**

alle dager 09:00 - 21:00



Rådet for psykisk helse

**HELSE STAVANGER**  
Stavanger universitetssjkehus

**VELGÅ  
LEV ENO**  
selvmordsforebygging

## LHL Stavanger, Sola og Randaberg



LHL  
Stavanger, Sola og Randaberg

Vi er en lokalforening med ca. 900 medlemmer og har som motto å gjøre livskvaliteten best mulig for våre medlemmer.

Vi har åpne møter den andre onsdagen i hver måned i LHL SSR kontor, Langflåtveien 29, Mariero kl. 19.00 med underholdning eller interessante temaer, kaffepause med rundstykker og avslutter med utlodning.

**Vanntrim** i oppvarmet basseng i Tastahallen hver torsdag kl. 19.00–21.00.  
Kontaktperson Gry Tinnesand tlf. 90 77 93 66.

**Turtrim** med innlagt kaffi og drøsepause hver onsdag kl. 11.00. Parkering i Tjodolvsgate 48A ved 'Gamle Gamlingen'.  
Kontaktperson Bjørg Thorsen tlf. 480 32 210.

**Krakketrim** hver tirsdag kl. 13.30 på Tasta Bydelshus. Kontaktperson: Gerd Synøve Håversen, tlf. 91 68 56 74.

**Bingo og sosialt samvær** i LHLSSR kontor, Langflåtveien 29, Mariero siste mandagen i hver måned kl. 18.00–20.00.

**Lørdagstreff** i Langflåtveien 29, Mariero. Første lørdag i hver måned kl. 11.00–13.00.

**Strikking og sosialt samvær** i Langflåtveien 29, Mariero. Første mandag i hver måned fra kl. 17.30.

Vi arrangerer også årlig 4 kjekke turer.

Vårt kontor er i Langflåtveien 29, Mariero og har åpent hver tirsdag mellom kl. 17.00 og 19.00.  
Tlf. 51 53 40 51.

Bli du medlem får du tilsendt vårt blad.  
Her formidler vi fortløpende alle nødvendige opplysninger.



Stavanger  
kommune

## Har du nedsatt syn eller hørsel?

– ta kontakt med fagkonsulentene for syn og hørsel

### Vi kan:

- Utrede og kartlegge behov når syns- eller hørselstapet medfører problemer i dagliglivet
- Foreta utprøving og formidling av syns- og hørselshjelpemidler
- Gi deg råd og veiledning vedrørende ditt syn- eller hørselstap

### For å benytte tjenesten må du:

- Være over 18 år
- Være bosatt i Stavanger kommune
- Være diagnostisert som svaksynt eller hørselshemmet av spesialist

Tjenesten er gratis.

### Ta kontakt:

**Syn:** Tlf. 51 50 81 07 eller 95 87 72 58(sms)

**Hørsel:** Tlf. 51 50 76 33 eller 98 82 62 45(sms)

Mail: [sansetap@johannesls.no](mailto:sansetap@johannesls.no)

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

# Det er menneskelig å ha det vanskelig.

Men alkohol løser ingen problemer. Snakk heller med noen du er glad i, eller ta en prat med fastlegen din. Alkovett er å ikke fylle på med mer når det er litt for mye.

Les mer på [avogtil.no](http://avogtil.no)







## Har du litt tid til overs og kan tenke deg å besøke ensomme eldre?

Er du pensjonist og har noen timer ledig på dagtid? Du kan besøke en person som opplever ensomhet og bidra med ditt selskap. Du kan dele dine interesser og erfaringer med andre. Kanskje har dere noe felles å snakke om? Som besøksvenn kan du bidra med en hyggelig stund for en som er mye alene. Er du interessert?

Vi trenger frivillige til å besøke personer som enten bor hjemme eller på sykehjem, for samtaler, et måltid, lesestund, turgåing eller andre sosiale aktiviteter. De frivillige som ønsker å besøke en hjemmeboende, vil alltid få en fast person å besøke. De frivillige på sykehjem kan velge om de vil besøke en fast person eller delta i noen av sykehjemmets aktiviteter. Alle frivillige får opplæring, oppfølging og veiledning.

Ønsker du å bli besøksvenn blir vi glade om du tar kontakt på [stavanger@redcross.no](mailto:stavanger@redcross.no) eller ring koordinator Birgitte Nordnes på 907 86 958 eller 51 52 38 50. Du kan også registrere seg på [www.mittrodekors.no](http://www.mittrodekors.no).

# TANTE EMMAS HUS – FOR SENIORER



Kongsgata 43, tlf. 51 50 79 62/51 50 72 71

## **Kafe Breiavatnet er åpen**

Mandag til fredag: kl. 11.00 – 15.00

Vår flotte kafe med byens fineste utsikt over Breiavatnet. Dette er en sosial møteplass med varierte aktiviteter som en kan delta på: Allsang, konserter, kunstutstillinger og strikkekafeer.

## **Meny:**

Smørbrød, focaccia, salat, kaker, kaffe, cappuccino og sjokolade. Vi har også glutenfritt tilbud! Frokostservering hver første tirsdag i måneden kl. 10.30.

## **Vennetreff på Kafe Breiavatnet**

Kom gjerne innom på besøk på Kafe Breiavatnet. Flere vennegrupper, kolleger, skolevenninner/kamerater eller de som har bodd i samme gate treffes i kafeen. Ta kontakt for nærmere avtale.

## **Rådgivningskontoret for pensjonister:**

Åpningstider: Mandag – fredag: kl. 10.00–12.00  
Tlf. 51507890, epost:  
radgivningskontoret@stavanger.kommune.no  
Rådgivningskontoret driver gratis rådgivning

for pensjonister og hjelper til med utfylling av skjemaer, søknader, testamenter, osv.

## **Rådgivningskontoret for hørselshemmede:**

Åpningstider: første torsdag i måneden kl. 11.00 – 12.00. De gir råd og veiledning om tilbud og rettigheter for personer med nedsatt hørsel.

(Rådgivningskontorene følger skolens ferie)



SR-bank pensjonister som treffes på Kafe Breiavatnet hver andre torsdag.

# Aktiviteter i Tante Emmas Hus!

## Trenger du hjelp med data?

Nytt telefonnr og epost for å kontakte datahjelp i Tante Emmas Hus.  
Seniornett Tante Emma

Hjelp med mac, pc, smart-telefon, ipad eller andre nettbrett  
Trenger du hjelp til å komme i gang med bruk av pc, nettbrett eller smart-telefon?

Frivillige veiledere i Seniornett Tante Emma kan hjelpe deg med å komme i gang.  
Du trenger ikke ha forkunnskaper om data, men vi ønsker også deg velkommen som ønsker å lære litt mer. Du kan få en til en opplæring eller delta i undervisning i mindre grupper. Ingen spørsmål er dumme. Kom innom for en prat, eller ta en telefon til Seniornett Tante Emma tlf. 48502560 eller epost: seniornett.tanteemma@gmail.com for å få nærmere opplysninger.

## Slektsgranskningsgruppe

Ønsker du å vite mer om slekten din? Hver mandag kan du få hjelp til å få lære mer om hvordan du skal gå frem for å finne ut mer om slekten. Vet du hvem din oldemor var, hva het hun og når ble hun født? Hva het din tippoldefar? Hvor bodde han og hva var hans yrke? Dette kan du finne ut dersom du begynner med slektsgranskning. Vi leter i gamle kirkebøker på internett. Vi bruker Gards –og Ættesoger og ikke minst så hjelper vi hverandre med å finne informasjon. Våre kurs er hver mandag kl. 11.00 – kl. 13.00 i Tante Emmas Hus.

Er du medlem i Seniornett Tante Emma kan du delta på datahjelp og Slektsgranskning.

## Strikkekafe:

2.torsdag i mnd. Ta med deg strikketøyet og kom. Åpen kafe!

Strikkekafe – Stavanger Strikk & Drikk  
Stavanger Strikk & Drikk har strikkekafe i Tante Emmas Hus siste fredag i mnd. kl. 11.00 – 15.00.

## Kunstutstilling

Kunstutstilling Ut av skygge av Kristin Velle-George varer til og med fredag 10. januar.

Allsang første fredag i måneden. Også i 2025 blir det allsang første fredag i måneden Kl. 12.00.  
Vi har fått sangbøker i gave fra Pensjonistforbundet

Stavanger Lokallag og prosjektet er støttet av Folkehelsemidler i Stavanger kommune. Allsangen blir ledet av forskjellige forsangere hver gang.  
Fredag 6. desember: Eva og Erik Lindboe

## Syng Julen Inn

Søndag 8. desember kl. 13.00 – 15.30  
Vi synger julen inn i Tante Emmas Hus.  
Arrangement med sang og musikk av Terje Rønnevik, taler og julefortelling. Leder i Husstyret i Tante Emmas Hus leder dagen. Servering av smørbrød, kake og kaffe/te. Billetter kr 250 selges i Tante Emmas Hus.

## Sjakk

Kan du spille sjakk? Tante Emmas Hus har mottatt flere sjakkbrett fra Sjakk & Samfunn. Har du lyst til å spille sjakk eller lære andre å spille sjakk så er det fint om du tar kontakt.

## Frivillig til Kafe eller Dataklubb

Lyst til å bli med som frivillig? Flere frivillige seniorer er med og driver aktiviteter i Tante Emmas Hus enten på kafeen eller som dataveiledere. Du er en ressurs for andre seniorer og du er med i et hyggelig fellesskap!  
Ta kontakt med Brit hvis du ønsker å være med!  
Tante Emmas Hus -for seniorer  
Kongsgt. 43, tlf. 51507962



Unni Rostøl,  
Kirsten M.  
Foss og Inger  
Paulsen frivillig  
på kafeen



Kjell Carlsen  
og Åge Skogen  
frivillig

## Selskapslokale med byens fineste utsikt over Breiavatnet!



**Selskapslokale til leie i anledning fødselsdager, barnedåp, konfirmasjon og selskap.**

Lokalet kan også leies til møter for lag og foreninger. Lokalet har piano, musikkanlegg, prosjektor, teleslynge og internett. Kom gjerne innom for å se lokalet.

Ta kontakt m/daglig leder Brit Bjørkli tlf. **51 50 72 14/ 51 50 72 71**

eller **tanteEmmas.hus@stavanger.kommune.no** for nærmere opplysninger.

Se vår hjemmeside: [www.stavanger.kommune.no](http://www.stavanger.kommune.no)

**Alle er velkommen til Tante Emmas Hus – for seniorer**

## Savner du Bergen? Andre bergensere? Humoren? Skillingsbollene?

Bergensklubben «De 7 fjell» i Rogaland er identitetsstyrkende for alle bergensere i eksil, og vi ønsker nye medlemmer velkommen!

Klubben har over 60 humørfylte medlemmer, de fleste i alderen 40+, og har eksistert i nesten 25 år. Vi treffes 4 ganger i året på kveldstid på Ågesentunet ved Kilden, og runder årlig av med en felles lutefisk/torskemiddag i november/desember.

På programmet har vi hatt flere ordførere, forfattere, skuespillere, artister, historikere mm. De er enten er kjente bergensere eller har belyst ulike tema knyttet til Bergen og bergensere i nåtid og i fortid.

Ta gjerne kontakt på **bergensklubben@gmail.com** for mer informasjon og påmelding, eller søk oss opp på Facebook: «Bergensklubben «De 7 Fjell» i Rogaland».





## Stavanger kommune

### Vaksinering i høst

Du som er 65 og eldre og du som er i risikogruppe anbefales å ta både influensavaksine og en oppfriskningsdose koronavaksine i høst. I Stavanger setter fastlegen begge vaksiner samtidig. De fleste apotek setter influensavaksine. Noen apotek setter også koronavaksine etter avtale med Stavanger kommune. Vaksiner mot korona og influensa vil være tilgjengelige fra uke 42.

Se [www.stavanger.kommune.no/vaksine](http://www.stavanger.kommune.no/vaksine) for mer informasjon.

### Treffen

Annehver tirsdag (i partallsuker) inviterer vi til «Treffen». Vi holder til i menighetssenteret som ligger i underetasjen til St. Johannes kirke. Vi begynner klokken 11.00 og avslutter kl 13.00.

#### Datoer for treffen høsten 2024:

- Desember: 10.



God mat og drøs på hver samling. Første tirsdag i måneden har vi utlodning. Da selger vi årer til kr. 10,- pr stk. og lodder ut gevinster som deltakerne har med seg. Når det ikke er utlodning, betaler hver enkelt kr 20,-!

Velkommen til St. Johannes menighetssenter!



## VELKOMMEN TIL MOSTUN NATURSENTER



Mostun natursenter drives av Naturvernforbundet i Rogaland og ligger sentralt mellom Tjensvollkrysset og Mosvatnet. Her arrangeres det foredrag og arrangement med natur som tema. I vår våtmarksutstilling kan du lære mer om våtmarkene på Jæren. Det er gratis inngang til utstillingen.

Kaféen er åpen søndager 11.00 - 15.30 og er et perfekt stopp for en kaffe og vaffel etter turen rundt Mosvatnet.

Lokalet kan også leies til arrangement, merkedager og minnestunder. Kontakt oss på [post@mostun.no](mailto:post@mostun.no)



**Naturvernforbundet**  
Rogaland

### Frivillig i Tante Emmas Hus

Har du litt tid til overs? Kan du tenke deg å være med som frivillig?

Flere frivillige seniorer er med og driver aktiviteter i Tante Emmas Hus enten på kaféen eller som dataveiledere.

Du er en ressurs for andre seniorer og du er med i et hyggelig fellesskap!

Ta kontakt med Brit Bjørkli hvis du ønsker å høre litt mer.  
Tante Emmas Hus -for seniorer, Kongsgt. 43, tlf. 51507962 eller  
epost: [tanteEmmas.hus@stavanger.kommune.no](mailto:tanteEmmas.hus@stavanger.kommune.no)  
se også vår nettside - [www.stavanger.kommune.no](http://www.stavanger.kommune.no)



# Ingen skal måtte dø alene

En person som ligger på det siste, er på sitt mest sårbare. En hånd å holde i, et lyttende øre og litt oppmerksomhet kan utgjøre stor forskjell for et menneske i den aller siste fasen av livet. I Røde Kors mener vi at ingen skal måtte dø alene, og at ingen skal måtte kjenne på ensomhet i de aller siste dagene av livet. Gjennom Røde Kors Våketjeneste tilbyr vi medmenneskelig nærvær til dødene og deres pårørende. Som frivillig i Våketjenesten blir din oppgave å våke over en person i livet siste fase. Du skal ikke påta deg helsefaglige oppgaver, men være en trygg voksenperson som er stilstedet. Som våker vil du få forespørsler om konkrete vakter når behovet meldes inn.



Ønsker du å bli Våker blir vi glade om du tar kontakt på [anniken.bruealand@redcross.no](mailto:anniken.bruealand@redcross.no) eller ring koordinator Anniken Bruealand på 92 27 10 49 eller 51 52 38 50. Du kan også registrere seg på [www.mittrodekors.no](http://www.mittrodekors.no).

## Frivillig for kvinner med flerkulturell bakgrunn?

Frivillighetsarbeid gjør at man får bety noe for andre og lar andre bety noe for seg! KIA Rogaland har norskopplæring og ulike aktivitetstilbud for kvinner med flerkulturell bakgrunn.

Kvinnene i KIA ønsker å bli bedre i norsk og bedre integrert i det norske samfunnet. Som frivillig i KIA får du anledning til å bli kjent med fantastiske mennesker fra ulike deler av verden. Vi ser etter frivillige som ønsker å gå tur, øve på å snakke norsk sammen, eller kanskje du kan tilby enkel digital leksehjelp?

Ta kontakt med oss på tlf:  
458 70 329 eller  
[marte.aarseth@kianorge.no](mailto:marte.aarseth@kianorge.no)



**Kia**





## Meld deg frivillig til å delta i norskopplæringen vår, enten som lærer eller bare for å prate i språkkaféen

Som frivillig kan du møte mennesker fra ulike kulturer og hjelpe dem med å finne sin plass i det norske samfunnet.

Mange arbeidsinnvandrere og flyktninger har behov for å lære om lokalsamfunnet, kulturen og språket.

Dersom du kan tenke deg å bidra kan du ta kontakt med oss på:

☎ tlf. 459 19 714    ✉ [stavanger@caritas.no](mailto:stavanger@caritas.no)

🏠 St. Olavs Gate 25, 4005 Stavanger

Caritas er en internasjonal hjelpeorganisasjon.

**Med deg på laget kan vi gjøre en viktig innsats for  
integring**







## Hinna Sanitetsforening

Leder Mia Hetland – tlf. 924 18 235  
Utleie av Idun – tlf. 911 41 719

### Velkommen til:

Foreningsmøte første tirsdag i hver måned kl. 19.00.  
Seniordans hver onsdag kl. 14–15.30.  
Torsdagskafé hver torsdag kl. 11–12.  
Dataklubb hver torsdag kl. 10.00.



## Kvernevik Sanitetsforening

Formiddagstreff for pensjonister hver onsdag fra kl. 09.30 til 13.00 i Sunde og Kvernevik bydelshus.

Salg av smørbrød og vafler. Bingo.  
Velkommen!

For spørsmål ring:

Olaug Svendsen 98 88 61 91  
Torhild Warland 99 03 04 93

## Formiddagstreffet i Madlamark menighet



Våren 2025 Kl. 11.00 i menighets salen.

- Januar 8. Juletefest.  
Festtaler: Stig Syvertsen. Opplesning v/Svanhild Hagen.  
Musikalsk innslag v/Jostein Byrkjedal. Gang rundt juletreet.
- Januar 22. Turid Mellomstrand Rabenorolahy: «Misjonærlivet på Madagaskar».  
Therese Kyvik Eggebø: Arbeid blant unge i Madlamark kirke.
- Februar 5. Hildegunn Brune: «Erfaring fra arbeid i sorggrupper».
- Februar 19. Nils Gunnar Aalvik: «Ein verden under havflata.» En av våre egne forteller.
- Mars 5. Erik Chr. Martens: «Jøsenfjord Rutelag, om båtene, rutene, stoppestedene og posten». Utlodning.
- Mars 19. Helge Bjørnestad: «Nokas saken i eit 20 års perspektiv. Kunne dei ha lykkast??» En av våre egne forteller.
- April 9. Fastegudstjeneste. Etter gudstjenesten fortsetter programmet i menighets salen.  
Liv Bodil Kallelid forteller om våre første lesebøker og skolesang.



## HINNASENTERET

Kurs- og aktivitetssenter

### PROGRAM Våren 2025

**Våre tilbud er for seniorer og trygdede.** Flere av aktivitetene støttes av K-stud.

Går du med et ønske om å starte kurs eller en frivillighetsaktivitet, ta kontakt.

#### Servering

Under alle våre aktiviteter tilbys lunsjpakke; to halve påsmurte rundstykker, kaffe og vaffel for kr 50,- per. pers.

Det er mulig å bestille/kjøre kaker fra vårt kjøkken

#### Åpent hverdager 08-14.00

Telefon: 51905790


Gamleveien 30B, 4018 Stavanger

E-post: [hinn@hesbynett.com](mailto:hinn@hesbynett.com)

Du finner mer om oss på:

[www.hinnasenteret.com](http://www.hinnasenteret.com)

VI-TO Frisør & fotterapeuten.

Farah H. Razavi, mobil: 

41649566

Farah tar også imot bestilling på hjemmebesøk



### MANDAG:

#### Håndarbeidsgruppe kl. 10.30

Veving, strikking mm. Treff annenhver uke. Oppstart 06. januar.

#### Kunst- og kulturgruppe kl. 10.30

Kunst- og kultur forelesninger ved gjester og egne krefter. Kontingent kr.250,-  
Oppstart 27. januar.

#### Fransk konversasjon kl. 11.00

– Viderekomne. Vi kommer sammen og samtaler på fransk. Ingen lærer. Oppstart 06. januar.  
Semesterkontingent kr 150,-.

### TIRSDAG:

#### Bridge – viderekomne kl. 10.00

Vi samles i stuen for hygge og spill. Kontingent kr 200,-  
Oppstart 07. januar.

#### Turgruppe kl. 11.00

Ca. 1 times tur i nærområdet. Oppstart 07. januar.  
Mulig med lunsj etterpå

#### Spansk dagligtale kl. 10.00

Videreføring av grunnkurs, bør kunne litt fra før. Oppstart 14. januar. 10 ganger ved min. 6 stk. påmeldte. Påmeldingsfrist 06. januar. Kursavgift kr 850,-.  
Lærer: Odrun Eiken Cruz.

#### **NB! Nyhetsgruppe kl.10.00**

Ca. 1t Oppstart 07. januar  
Vi kommer sammen til et uformelt treff der vi samtaler om aktuelle nyheter.

## ONSDAG:

### Andakt i kirkerommet kl. 10.15

– Etsamarbeid med Hinna Menighet.  
Oppstart 08. januar.

### Hinnasenterets seniorklubb kl. 10.40

Vi møtes i stuen til underholdning,  
åresalg, drøs, og fellesskap.  
Medlemskontingent kr 250,-.  
Nye medlemmer alltid velkomne!  
Oppstart 08. januar.

### Spansk for nybegynnere kl.10.00

Oppstart 15.januar. Påmelding  
06.jan. Kurs for nybegynnere v/min.6  
stk.10 ganger. Kursavg. kr.850,-  
Lærer: Odrun Eiken Cruz

### Bridgekurs for nybegynnere kl. 10.00

Oppstart 05. februar v/min.8stk.  
6samvær, kursavg. kr700,-.  
Lærer Thom Hinna.  
Påmeldingsfrist 31. januar.

### Sterk og stødig kl. 13.00-14.00

Treningsgruppe for seniorer.  
– Et samarbeid med fysioterapijenesten  
og frivillige aktører. Påmelding.  
Merk: programmet følger skoleruta.

## TORSDAG:

### Yoga kl. 09.30

10 ganger med instruksjon av  
Ellen Thomseth.  
Kursavgift kr 1100,-.  
Oppstart 16. januar.  
Matter for utlån. Ta med et godt teppe.  
– Mulig å kjøpe lunsj etterpå.  
Påmeldingsfrist 06.januar.

### Bridgekurs kl. 10.00

For deg som vil friske opp gamle  
kunnskaper med lærer Paul A. Hinna.  
Oppstart 09. januar.  
Kursavgift kr 650,- .+ 100,- i  
materiale. Meld deg sammen med  
en makker.  
Påmeldingsfrist 06. januar.

## FREDAG:

### Snekkerboden kl. 10.00

Treskjæring og annet trearbeid.  
Semesterkontingent kr 200,-.  
Oppstart 10. januar.

### Malegruppe kl. 10.00

Alle teknikker. Vi inspirerer hverandre.  
Semesterkontingent kr 200,-.  
Oppstart 10. januar.

### Åpen kafe kl. 11-13.00

Ta deg en tur innom for lunsj, kaffe,  
drøs og fellesskap.  
Oppstart 10. januar.



Vi vil ønske alle våre brukere en **riktig god jul og et godt nyttår**. Minner om julebasaren den 11. desember kl. 11.00. Da får dere gratis grøt, saft, julekaker og kaffe. Velkommen tilbake til senteret i 2025.

# VIL DU BLI FRIVILLIG I KREFTFORENINGEN ?



**Vi ser etter deg som vil bruke noe av din tid til støtte for kreftpasienter og pårørende. Kreftforeningens frivillige er uunnværlige i driften av våre tilbud.**

Vi trenger flere frivillige både på dagtid og kveld. Ta kontakt med oss for en uforpliktende prat, så finner vi i fellesskap den aktiviteten som passer for deg. Vi tilbyr god opplæring og veiledning og et trivelig fellesskap.

**Kreftforeningens distriktskontor Stavanger**  
Kontakt [anne.sofie.gronn@kreftforeningen.no](mailto:anne.sofie.gronn@kreftforeningen.no) eller  
per telefon 97779029

## Våre tilbud

- Hverdagshjelpen – Enkel hjelp når kreftene ikke trekker til.
- Kjøretjenesten – En trygg og trivelig kjøretur til lege og sykehus.
- Treffpunkt – For barn og unge som er pårørende
- Vardesenteret – Kurs, temamøter og veiledning eller bare en god samtale.



Nytt tilbud fra Helsehuset Stavanger kommune

## Informasjonstorg for seniorer på Sølvberget

- Informasjon, råd og veiledning
- Oversikt over aktuelle tilbud til seniorer i Stavanger kommune

Skranken er betjent hver tirsdag og torsdag mellom kl. 12.00 og 14.00

Velkommen innom for en prat!



## Noen trenger deg...



Vil  
du være  
den som lytter?



[www.kirkens-sos.no/frivillig](http://www.kirkens-sos.no/frivillig)

Ta gjerne kontakt for en uforpliktende prat: 971 70 995

# VELKOMMEN TIL PROGRAM - VÅREN 2025

## TASTA KIRKE

Førmiddagstreff

i peisestuen kl.11

FOR ALLE

FRA 60 ÅR

- 7.1 Lovasoa - den gode arven, Madagaskar  
Turid og Magnar Heigeland
- 4.2 Syng med oss  
Kåre Ekroll
- 4.3 Om livet som sykehusprest  
Leif Lie-Bjelland
- 1.4 Med hjertet i hånden  
Elleen Haga
- 6.5 Tasta sykehjem, en fortelling om diakoni  
Turid Eikeland Tjora
- 3.6 Sommertur!  
Mer informasjon kommer.

MAT, PRAT, ÅRESALG

FORBEHOLD OM ENDRING

# Pensjonistuniversitetet

Stavanger



**Pensjonistuniversitetet Stavanger er en frivillig organisasjon for personer over 60 år. Vi arrangerer hver måned foredrag over aktuelle temaer.**

## Foredrag for våren 2025:

### 2024

11. desember: Inger Sandlie, «Fra grunnforskning til legemiddelutvikling»

### 2025

15. januar: Geir Sverre Braut, «Pasientsikkerhet»

12. februar: Olav Berstad, «Geopolitikk og krigen i Ukraina»

26. februar: Alvaro Fernandez Quilez, «Kunstig intelligens» med etterfølgende årsmøte

19. mars: Jon-Roar Bjørkvold, «Til ungdommen – Musisk mobilisering etter 22. juli»

23. april: Kristine Enger, «Naturens Spiskammer»

# Ingvars Reiser

## inviterer

### *på interessante turer i 2025*

Dere kjenner oss fra dagsturer, innenlands- og utenlandsturer, ikke minst fra turene våre til vår gjestegård i Transilvania



#### **Dagstur med konsert 30.01.25**

Besøk med film, kaffe og noe å bite i på Refve Redningstasjon, besøk hos Smaken av landet, konsert med Trygve Viking, 2 retters middag



**7 dagers Påsketur til Krakow 18.-24.04.25** Vi seiler ut med ColorLine, inkludert buffet. Vi overnatter i Kolding og i Berlin før vi ankommer Krakow med et Påskemarkedsbesøk i Wroclaw. Det blir også en dagstur til Zakopane.



**16 dagers Romaniatur 24.04.- 09.05.25** Flyr til Krakow, bruker egen buss videre, besøker Zakopane, 2 netter i Eger, 7 netter på gården vår i Transilvania med utflukter, 2 netter i Szekesfehervar, 2 netter i Dresden, videre til Kolding og tar Colorline med buffet hjem



#### **8 dagers busstur til Kristiansund 18.-25.05.25**

Interessant rundtur fra Stavanger til Kristiansund med 2 netter i Ålesund. Kjører Atlanterhavsveien



#### **4 dagers busstur 10.-14.06.25**

Sommertur til Tyrifjord, Hadeland Glassverk, Bærums Verk og Nordbysenter



#### **FOR INFORMASJON TA KONTAKT MED:**

Silje Landa



99316879

e-mail: [post@ingvarsreiser.no](mailto:post@ingvarsreiser.no)



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



ALDRI  
*ensom*  
MED OSS !



FLERE  
DAGSTURER  
KOMMER

Returadresse:  
«Mortepumpen»  
Innbyggerservice  
Olav Kyrresgt. 23,  
Postboks 8001  
4068 STAVANGER

Aktiv senior  
i Stavanger



Stavanger  
kommune

## Turgruppe? Trim? Datahjelp? Hobby? Kaffedrøs? Foredrag?

På Stavanger sin aktivitetskalender er det mange slags aktiviteter for alle aldre. Finn noe som passer deg!



Opplev - delta - lev

 [stavanger.friskus.com](https://stavanger.friskus.com)