

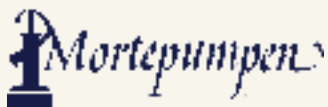
INFORMASJONSBLAD FOR ELDRE I STAVANGER

Mortepumpen

NR. 1/2023

47. ÅRGANG





Informasjonsblad for eldre i Stavanger

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
Kari Bang Jacobsen
kari.bang.jacobsen@stavanger.kommune.no
Tlf. 51 50 72 48

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 07.06.2023
Stoff må være i redaksjonen 27.04.2023

Forside: Vi skal fortsette å bygge fellesskap, sier Kari Nessa Nordtun (AP), ordfører i Stavanger kommune på s. 3.
Foto: Tommy Ellingsen

Opplag: 15.000 eksemplarer

Layout: Eirin Aske

Trykk: Kai Hansen Trykkeri

Internett:

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:

Utfordringer ja, men også mye positivt

I de to første månedene av 2023 har medier pepret oss med katastrofeoppslag om eldre som har det vondt både på sykehjem, helsehus og i eget hjem. Årsaken til elendigheten er mangel på ressurser. Det tror vi på, for gruppen eldre har forandret seg, og mange flere eldre har større behov for omsorg og pleie. For 30 år siden kom ganske mange eldre gående med kofferten i hånden når de skulle få plassen sin på sykehjem. Dagens tilstand kan ikke sammenlignes. I dag kommer de fleste på bære fra sykehuset. Det indikerer at ansvar og arbeidspress på de ansatte er betydelig økt uten at bemanningssituasjonen er styrket i tilsvarende grad. I begynnelsen av februar fikk vi også presentert Helsepersonellkommisjonens utredning, som for helsepersonell vil gi nye utfordringer i jobben, hvis den blir satt ut i livet.

Det er derimot viktig at vi ikke graver oss ned i elendighetene, for det er mye positivt som skjer innenfor eldreomsorgen. I dette nummer av Mortepumpen skisserer ordfører Kari Nessa Nordtun hvordan politikerne i Stavanger vil gi gode og trygge liv til kommunens mange eldre. De er ikke først og fremst en belastning, for eldre innehar også en stor ressurs som et viktig bidrag til fellesskapet. Les mer om dette på s. 3.

Som en motvekt til mye negativitet i eldreomsorgen må nevnes Demenskorset som har engasjert både yngre og eldre denne sesongen. Vi har latt oss berøre, imponere og begeistre. Må denne begeistringens føre til fortsatt innsats og håp for fremtiden.

Nå i første nummer av Mortepumpen i 2023 vil redaksjonen samtidig invitere dere lesere til å komme med innspill til bladet. Det er mange av dere som sitter inne med historier, opplevelser og meninger. Har du for eksempel forslag til noen som kan presenteres i Profilen? Ja, så gi oss i redaksjonen et tips. Vi håper å høre fra deg!

Lykke til!

Vi skal fortsette å bygge fellesskap

Jeg har nå hatt gleden av å være ordfører for dere innbyggere i Stavanger i over tre år. Det har vært tøffe tak underveis, men kommunen har likevel kommet styrket ut de siste årene. Det skyldes først og fremst et lokalsamfunn som vektlegger sterke fellesskapsløsninger og løser utfordringer sammen. Det skal vi fortsette med.

Tekst: Kari Nessa Nordtun (Ap), ordfører Stavanger kommune



Foto: Tommy Ellingsen

Stavanger har opplevd en økning i innbyggertallene de siste årene. Nye verdensborgere kommer til, og flere unge familier har slått seg ned her i Stavanger. Derfor har vi gjort viktige satsinger for barn, unge og barnefamilier. Vi har bygget boliger og barnehager, og gitt flere mulighet til å eie egen bolig. Vi har innført gratis SFO for førsteklassinger, skolemat på flere skoler, fleksibelt barnehageopptak og gratis ferietilbud til alle barn.

Gode og trygge liv

En økende andel av våre innbyggere er også eldre mennesker. Jeg registrerer at det snakkes om «Eldrebølgen» som en slags fare, men for meg er det tvert imot. At eldre lever stadig lengre liv er jo et resultat av at vi lever bedre, sunnere og mer innholdsrike liv. Det er jo utelukkende positivt!

At vi lever lenger betyr at vi har en viktig oppgave med å sikre at eldre som er avhengige av helsetjenester og omsorg skal få leve gode og trygge liv – uavhengig om de bor hjemme eller på sykehjem. Derfor



har vi blant annet fjernet den økonomiske egenandelen på trykghetsalårner. Økonomi skal aldri være avgjørende for retten til å være trygg i hjemmet.

Flere ansatte på sykehjem og i hjemmebaserte tjenester.

Arbeiderpartiet og våre samarbeidspartier har også bevilget mer penger til både sykehjem og hjemmebaserte tjenester. Vi har også ansatt husassistenter på sykehjemmene våre. Husassistenter utfører arbeid som ikke krever helsefaglig kompetanse, som å tilberede mat, følge til tannlegen, og rett og slett bare ha tid til en kaffe og en prat. På denne måten sørger vi for at det viktigste kommer først: Mer tid til mennesker og omsorg - mindre til papirarbeid.

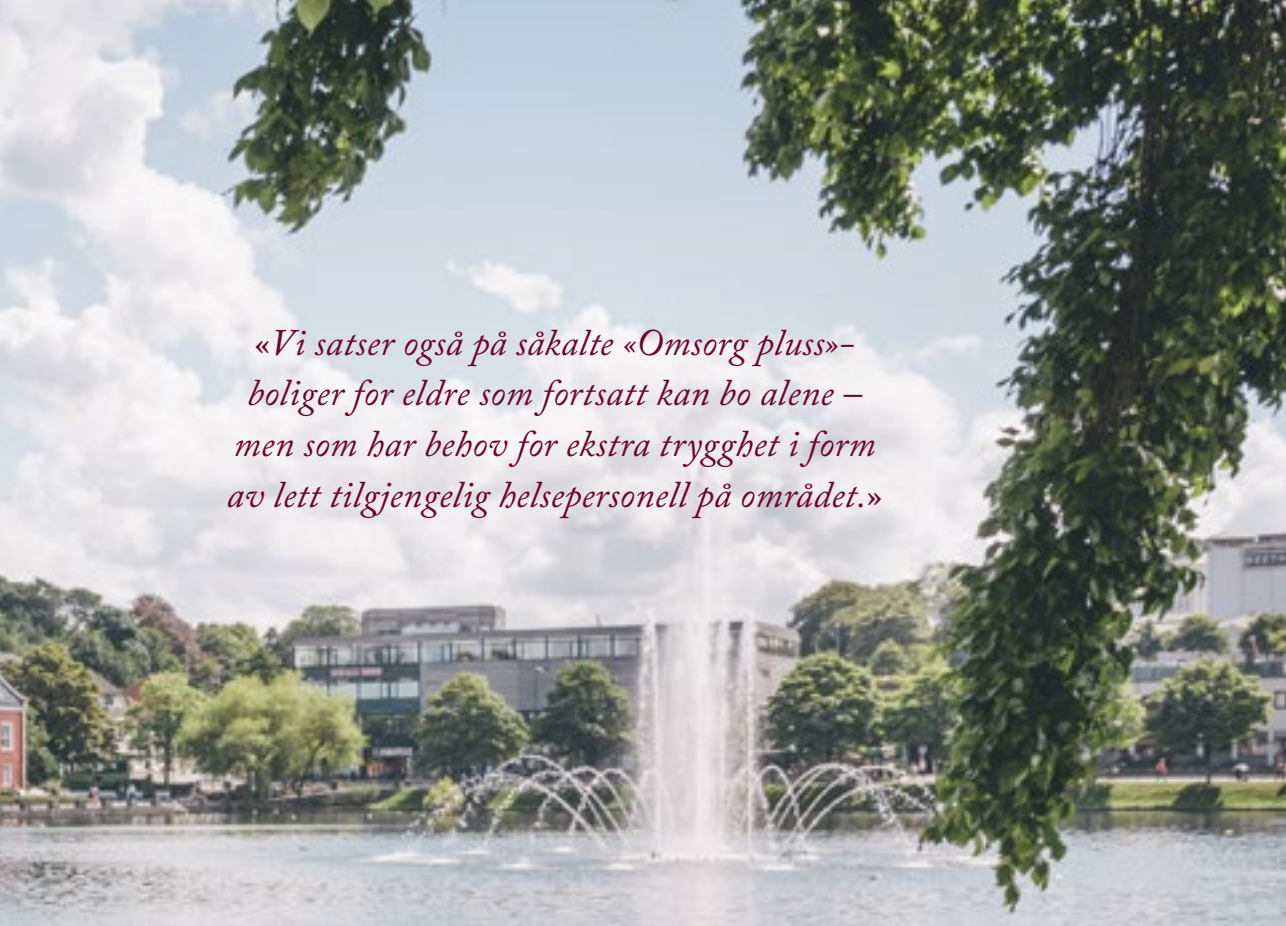
Vi må ha nok sykehjemsplasser

I tidligere budsjetter har våre forgjengere

foreslått å effektivisere driften av sykehjem gjennom reduserte bevilgninger og redusert dekningsgrad. Arbeiderpartiet sier nei til reduserte bevilgninger, og har hatt en garanti for å opprettholde og styrke omsorgstilbudet til eldre som trenger det. Derfor bygger vi flere sykehjemsplasser, men vi satser også på såkalte «Omsorg pluss»-boliger for eldre som fortsatt kan bo alene – men som har behov for ekstra trygghet i form av lett tilgjengelig helsepersonell på området.

Eldre er en stor ressurs

Jeg mener likevel at eldre- og seniorpolitikk ikke bare skal handle om omsorg og pleie. Tvert imot er samfunnets seniorer ressurssterke og kunnskapsrike innbyggere som kan og bør brukes enda bedre, både til glede for fellesskapet og for trivselen til hver enkelt. Derfor er det viktig for oss å styrke frivillig sektor slik at enda flere



«Vi satser også på såkalte «Omsorg pluss»-boliger for eldre som fortsatt kan bo alene – men som har behov for ekstra trygghet i form av lett tilgjengelig helsepersonell på området.»

«godt voksne» kan delta i – og bidra til – fellesskapet.

I vårt siste budsjett la vi derfor inn en storsatsing på organisasjoner som henvender seg mot eldre innbyggere, med kraftig økning i støtten både til Skipper Worse og Hinnasenteret. I tillegg har vi sikret gode lokalteter til frivillige organisasjoner, blant annet ved å bevare sanitetsbygget ved Madlamark skole, for å nevne noe.

Felleskap mot ensomhet

Å være i aktivitet og treffe andre mennesker er viktig for å motvirke ensomhet blant eldre. Gode møteplasser og tilhørende aktivitet er derfor noe av det viktigste vi som politikere kan bidra med for at alle skal ha mulighet til å være en del av fellesskap, og ha innholdsrike, aktive liv.

Kjell Schou Andreassen, den kjente fotballtreneren fra Stavanger som dessverre døde

altfor tidlig, godtok ikke i seg selv at fotballspillere og andre var gode individuelt. Schou-en var en skikkelig lagbygger, og fulgte derfor alltid opp med spørsmålet: «Kem e du god samen med?»

For Schou-en visste at både enkeltspilleren og alle lagkameratene ble enda bedre om de gjorde hverandre gode. Og det er jo det fellesskapet vårt handler om. Gjøre hverandre gode. Enten det er i egen familie, vennekrets eller i det store fellesskapet. Fordi det å gjøre andre gode, også gjør ditt eget liv bedre. Derfor er min fremste oppfordring til deg som leser dette å stille deg selv Schou-ens spørsmål: «Kem e du god samen med?»

Som ordfører skal jeg sammen med våre folkevalgte jobbe for å skape enda flere arenaer hvor vi kan være gode sammen med noen.

Jeg lover.

– Kari.

En av arkitekturens utøvere

Tekst og foto: Anne-Grethe Thesen Godal

Krigen i Europa har fått mange av oss til å tenke grundigere gjennom hva som er viktig i hverdagen, og hva som er viktig å tilrettelegge for med tanke på generasjonene etter oss. Bruk av knappe ressurser er et sentralt tema. Vi forstår at vi alle kan gjøre litt for at utviklingen skal gå i en retning som er god for folk flest.

Vi kan se på ressursbruk fra mange ulike perspektiv. Denne gangen har vi valgt å se framtiden fra et arkitektsynspunkt. Allerede i antikken i det første århundre slo Vitruvius fast at arkitekturen måtte forene verdier som holdbarhet, nytte og skjønnhet. Han brukte ikke ordet bærekraft, men han var så absolutt inne på fenomenet.

Mon tro hva en erfaren sivilarkitekt i vår tid har å si når det gjelder antikkens verdier?

Sivilarkitekten.

Å praktisere som arkitekt har heldigvis ingen aldersgrense, så vi tar kontakt med den snart 80 år gamle sivilarkitekten Jan Aase. Gjennom et langt arkitektliv har han fått impulser fra de mest ulike kulturer og miljøer. Tiden har aldri stått stille, og kreativiteten har fått blomstre. Jannas som de fleste kaller han, pirrer vår nysgjerrighet. Hvordan har veien vært fram til han etablerte Fiuni School of Architecture and Design i Stavanger i 2003. Skolen som startet med de 3 grunnpilarene kreativitet, bærekraftig energi og bruk av avanserte computergrafiske 3D-designprogrammer som arbeidsredskap.

Oppveksten.

TV-serien *Evy & Alltid* minner oss på at svært mange fra Sandnes har en tendens til å «komme hjem» etter en runde rundt i «verden» for å studere og/eller skaffe seg noe arbeidserfaring. Slik ble det ikke for Jannas. Livet startet i Sandnes, og alle på Sandnes den gangen visste om Aase-bygget i Langgadå. Farfaren bygget funkishuset for mange formål. Først og fremst etablerte han forretningen sin Aase&Co (jern- og byggevarer og kjøkkenutstyr). I tillegg ble bygget leid ut til kontorer, restauranten Promenaden og tobakksforretningen Dvergsdal. Det var den gangen Langgadå var selve hjertet i byen med de 4000 innbyggerne.

Og ikke langt unna bygget farfaren funkishuset der faren til Jannas, 3 onkler og en tante vokste opp. For en liten gutt ble farfars bolig på hjørnet mellom Eidsvollsgt. og Kirkegt. en fascinasjon. Hallen var åpen opp til andre etasje, og på taket grodde det gras. Familiesamlingen 17. mai på det grønne graset sitter godt i minnet. Tenk å stå der oppe og se ned på korpset som spilte i musikkpaviljongen i Kirkeparken!



Jannas visste fra han var ganske liten, at det var arkitekt han ville bli.

Med mor fra Stavanger ble Kirkegt. der også viktig for Jannas i oppveksten. Generasjonen før oss husker godt Thorsnæs sin skobutikk i Kirkegt. ned mot havnen. Butikken var på gateplanet, og mormor og bestefar bodde i 2. og 3. etasje. Det beste av alt var bakhagen med epletrær og annet godt. Og ikke å forglemme: Der sto det et 2-etasjes laftet uthus med svalgang. Noe så vakkert, tenkte lille Jannas.

Før det ble etablert gymnas i Sandnes, måtte ungdommene enten reise til Bryne eller Stavanger for å gå på gymnas. For Jannas ble Stavanger et naturlig valg. Etter skoletid på St. Svithun var det kjært å ta turen om mormor og bestefar. Allerede utenfor Rolfsen i Kirkegt. kunne Jannas høre bestefar Osmund sin dype røst med rullende r. Bestefaren var fra Sandeid og sto ofte utenfor butikken og pratet med folk som gikk forbi. Det var gjerne folk som kom fra alle deler av Ryfylke og skulle på handletur i byen. Jannas merket godt bestefarens stolthet når det gjaldt å selge og å ta vare på sko. Skoene skulle alltid være nypusset. Et hvitt lommestørkle måtte være tilgjengelig.

Og nøkternhet var en dyd. Regnskapene ble ført sirlig på opprevne skoer. Sløsing var et ikke-fenomen.

Veien fram til å bli sivilarkitekt.

Jannas visste fra han var ganske liten at det var arkitekt han ville bli. Så snart gymnastiden var over, gjaldt det å skaffe seg praksis. NTH i Trondheim hadde krav om byggpraksis. På Sandnes var det mange trelastfirmaer før gipsens tidsalder. Det ble et halvt års praksis hos Hetland, far til Nonnerten.

Om han ikke kom inn i Trondheim, var det andre muligheter. Han søkte flere steder, til Paris, Zürich, Glasgow og NTH. Det ble 2 måneder i Paris, men så overbeviste onkelen hans i Zürich han om at Zürich var et bedre sted for å utdanne seg som arkitekt. De 2 årene han studerte der,

ble viktige for Jannas. Sveitsisk grundighet og hardt arbeid ble vektlagt, og lærerne var supre. I tillegg var det internasjonale miljøet til stor inspirasjon. Det finske miljøet ble spesielt nært, og Jannas glemmer ikke så lett nachspielet der den kjente arkitekten Alvar Aalto var til stede. Aalto hadde som venn av en av professorene blitt invitert som gjesteforeleser. Og dertil hørte det selvsagt en fest.

Også for Jannas gjelder det at «kjærlighetens veier er uransakelige». Ingeborg studerte i Oslo, og da måtte han dit. Heldigvis fikk han



Som farfar, så barnebarn.
Skoen må alltid være nypusset!

jobb hos arkitektfirmaet Cappelen og Rodahl. Der fikk han mye ansvar og erfaring med å tegne skolebygg. Samtidig visste Jannas at han måtte gjøre seg ferdig som sivilarkitekt. Han og Ingeborg dro til Trondheim og NTH. Eksamenene fra Zürich ble godkjent, og dermed ble det ikke så lang tid på NTH. Tiden i Trondheim kunne blitt kjedelig om det ikke hadde vært for engasjementet Jannas fikk hos arkitektfirmaet Lund og Slåtto i Oslo. Det ble reising mellom Trondheim og Oslo og deltakelse i firmaets mange konkurranseutkast. Chateau Neuf ble ett av resultatene, og ikke minst endelig eksamen i Trondheim.

Sivilarkitekten.

Sandnesekteparet ville gjerne hjem til Rogaland igjen. Det ble jobb i Tjensvollteamet AS, en del av konsulentfirmaet Andersen og Sjønes, senere Asplan. Og svigerfar kunne stille tomt for hus på Lura til disposisjon. Huset Jannas tegnet, så annerledes ut for de

som bodde på Lura fra før. Det ble fortalt at at toget mellom Sandnes og Stavanger senket farten da det skulle passere forbi. Kanskje det var Luras første severdighet?

Etter Tjensvollutbyggingen ble det engasjement av AS Byggfelt. Sandnes ville ha et skisseforslag til bygging av Gann terrasse med 76 boenheter, slik det nå fremstår i dag i enden av Langgadå.

Tiden var inne for å starte egen praksis som sivilarkitekt Jan Aase. Å delta i arkitektkonkurranser er både spennende og energikrevende. Mang en arkitekt kan fortelle om timers arbeid, natt og dag, uten at det blir penger i kassen. Engasjementet er der likevel, det må bare tegnes - og noen ganger lykkes det. Deltakelsen i Sølvberget kulturhus konkurransen var en milepel, likedan premiering i konkurransen om nytt operahus i Oslo.

«Å endre holdninger, stille seg åpen for ny kunnskap og arbeide mer tverrfaglig er krevende, vet Jannas godt. Men han tenker at alle snart tvinges til å tenke nytt i en verden med knappe ressurser.»

Læreren og formidleren.

Med årene hadde Jannas opparbeidet seg så mye erfaring som arkitekt at han ble spurt om han kunne komme til Bergen og undervise på Bergen arkitektskole (fra 2013 Bergen Arkitekthøgskole). Skolen hadde en litt annen profil enn utdanningene i Oslo og Trondheim. Det ble lagt vekt på bærekraft, landskapets innvirkning og klima som grunnlag for arkitekturen. Nytenkingen i Bergen appellerte til Jannas, så pendlingen til Bergen som lærer i 10 år og ett år som rektor, trigget kreativiteten og gleden over å kunne utvikle seg som arkitekt.

Ideen dukket så opp om å starte en arkitektutdanning i Stavanger. Skolen fikk navnet Fiuni school of architecture & design, og inspirasjonen ble hentet fra både inn- og utland. Ideene fra antikken om holdbarhet, nytte og skjønnhet er på ingen måte foreldet. Og Jannas holder fast ved at dagens arkitekter må tegne for gjenbruk, i stedet for med gjenbruk. Byggemetoder som nyskaper lafteteknikk/laftestokker og murverk/murstein må utvikles. Alt som bygges må kunne like godt demonteres som

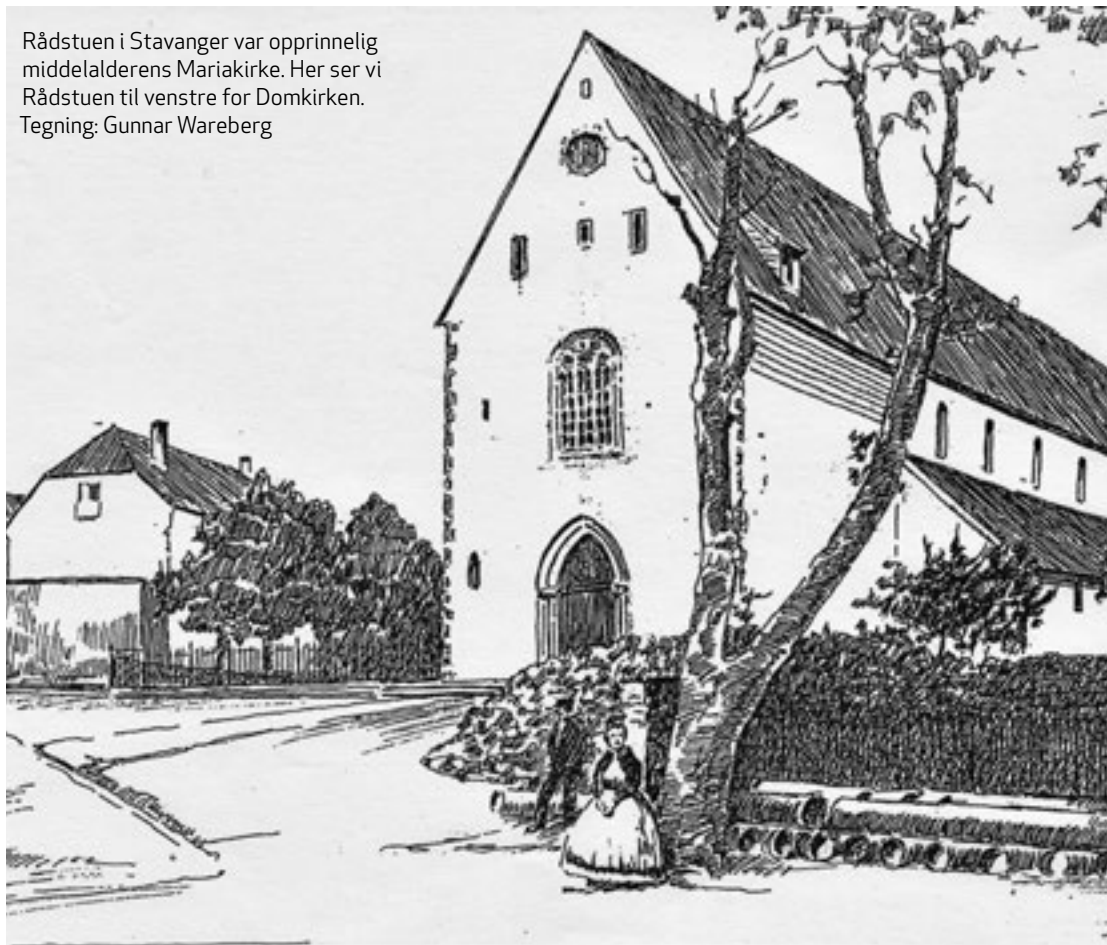
monteres. For eksempel kjenner vi dette fra da ryfylkingene tok med seg husa sine, da de flyttet til mer bynære strøk.

Å tenke annerledes og fremtidsrettet krever omstilling. Men det haster, sier Jannas. Å endre holdninger, stille seg åpen for ny kunnskap og arbeide mer tverrfaglig er krevende, vet Jannas godt. Men han tenker at alle snart tvinges til å tenke nytt i en verden med knappe ressurser. Slik det bygges nå, har byggene en relativt kort levetid, og materialene fra rivingen er ikke designet for gjenbruk. Det sløses i stor stil.

Livets tilfeldigheter.

Jannas reflekterer over alle livets tilfeldigheter nå når han sitter og ser seg tilbake. I mer enn 50 år har guttedrømmen om å bli arkitekt blitt realisert. Veien har vært spennende, med opp og nedturer. Uansett - kreativiteten har fått blomstre takket være alle mulighetene som har gitt seg og alle menneskene han tilfeldigvis har møtt og omgitt seg med. Antikkens ideer er like aktuelle nå som da, slår Jan Aase fast.

Rådstuen i Stavanger var opprinnelig middelalderens Mariakirke. Her ser vi Rådstuen til venstre for Domkirken.
Tegning: Gunnar Wareberg



Gjest Baardsen i Stavanger På rådstuen 1814-1815

Under haustmarken i 1814 dukket den 23 år gamle «mestertyven» Gjest Baardsen (1791-1849) fra Sogndalsfjæren (Sogn og Fjordane) opp i Stavanger. Han hadde da vært i Ryfylke en tur, der han blant annet hadde forsøkt seg på svindel som hestehandler.

Tekst: Gunnar A. Skadberg

*Hovedkilde for denne artikkelen er:
Erling T. Gjelsvik: «Jakten på Gjest Baardsen. En biografi. Forum – Aschehoug. 2000.*



Gjest Baardsen, selvportrett fra fengselet på Akershus.

Det gikk ut over Søren Olsen Få på lensmannsgården på Judaberg i Finnøy. Søren forlangte 5 riksdaler for en hest, noe han mottok av Gjest, men han oppdaget for seint at det var en forfalsket 1-daler seddel han hadde fått. Søren var selv lensmann i Finnøy, så det var vanskelig å anmelde saken til noen. Søren Olsen Få var for øvrig bror til Asgaut Olsen Regelstad som samme år hadde vært med på å utforme den norske grunnloven på Eidsvoll

Under hautmarken i Stavanger prøvde Gjest, med hell, å selge tjuvegodsset han hadde samlet opp, men det kom som en negativ

overraskelse for ham da han ble gjenkjent av en sambygding og jamaldring. Knut Berntsen Fosse (1792-1848) fra Sogndal hadde slått seg ned i Stavanger som lappeskomaker, og da han oppdaget sin nabo fra hjembygden, utbrøt han: "Eg så trudde du sat på tukthuset i Bergen!"

Men Gjest fikk likevel avsetning for sine varer. Skomaker Odmund Bore, og daglønner Ådne Monsson Ølberg fra Blidensolstredet på Stra'en kjøpte to sølvskjeer hver. Ole Ims som var ansatt som tjener hos krigskommissær Paul Terchelsen i Kirkegaten, kjøpte også sølvgienstander, og det samme gjorde Simon Rasmussen, Evert Valberg, Nils Nilsen Sand og matros Ivar Pettersen som losjerte hos smed Johan Eberhard Kleipzig i Østre Bredevandsgade. Men til Ingeborg Rosseland ga "gentleman" Gjest tyverigodsset: en sølvskje og et brunrutet silketørkle for hennes vakre smil.

Om natten hadde Gjest tatt turen ut til Sørnes i Sola, der han ble oppdaget mens han var inne i våningshuset. Det var den 32 år gamle odelsgutten, Rasmus Gabrielsen, som oppdaget synderen og fikk fakkert ham og lagt ham i bakken til bonden på gården, Gabriel Rasmussen (58), kom til og fikk ledsaget Gjest inn i huset. Der fikk Rasmus yngste bror, Jonas på 19 år og drengen Gabriel Gitlesen, i oppdrag å sitte vakt på Gjest til morgenen.

Om morgenen fant husfolket Gjests tjuvegods utenfor vinduet der han hadde krøpet inn i huset. Et par langbukser, to silketørklær, et par støvler, hatt og sko var beholdningen han hadde snappet med seg. Men fra skatollet var det fjernet 70 riksdaler og en gullring som ikke ble funnet, selv om Gjest ble kroppsvistert. Gjest påsto at han hadde vært i følge med en kamerat, og at det var kameraten som hadde stukket av med de savnede verdiene, og det utsagnet hadde nok høy sannhetsgehalt!



«Her é dagens rasjon!»
Tegning: Henry Imsland

Gjest Baardsen ble fraktet til lensmann Iver Svenson Oftedal i Goa skipreide som på denne tiden bodde på Bispeladegård, og derfra var veien kort til Rådstuen ved Domkirken i Stavanger. Der ble Gjest igjen kroppsvistert, og i en lomme ble det funnet en penn i messing.

Først 30. november 1814 ble Gjest Baardsen tatt i forhør av prokurator Thrap. Skysskaffer Elling Olsen Lura (født på Haustveit i Ullensvang i 1781) fortalte da at han var blitt frastjålet 15 sølvskjeer to pælemål sølv, et sølvglass, noen sølv- og kobbermynter, 350 riksdaler og et brunrutet silketørkle. Noe av dette var blitt funnet igjen hos Gjests kunder under haustmarkedet.

Gjest Baardsen, som var utstyrt med rikelig av frekkhetens nådegave, krevde å få igjen den blå trøyen med sølvknapper han hadde på seg da han ble arrestert. Samuel Bore vitnet

da, på vegne av skredder og sogning Halvor Olsen Bøe, at denne trøyen hadde Gjest mottatt av Bøe, men Gjest hadde fortsatt ikke betalt regningen på 70 riksdaler. Bøe hadde fått sitt svennebrev i Bergen i 1806, men han hadde deretter flyttet til Stavanger der han siden ble gift og fikk borgerskap.

For Gjest bar det tilbake til cellen, og der traff han bl.a. Jacob Tengsareid, en rogalending som etter hvert skulle bli tilbuddt rom i fengselet på Rådstuen i flere omganger. Gjest ble lenket fast til veggen på Rådstuen, og dette bidrog til at dette fengselet var et av de få som klarte å holde på ham så lenge fengselsoppholdet varte.

I februar 1815 ble Gjest fraktet til nordfylket der ha skulle stå til rette for sine tidligere bravader i denne delen av amtet. På hjemturen skulle han eskorteres via Rennesøy av husmann Jacob Rasmussen

(59) og strandsitter Henrik Hauskjeneset (54). Mens da arrestfølget fikk mat hos skysskafferen på Gangenes, klarte Gjest å vri seg ut av håndjernene og stikke av. Flukten gikk til gården Austbø der Gjest tok seg inn i våningshuset, og derfra fikk han med seg både klær og verdigjenstander i sølv.

På Sørbø fant han seg ly i fjøset. I matboden fant han mat. Han var våt, trøtt og utmattet og sovnet ved siden av matskålen som han glemte å fjerne etter sin søvn. Da den tomme matskålen og en melkeskvett ble funnet av Jacob Larsen Sørbø neste morgen, skjønte bonden straks at her var det noe muffens, og han brukte ikke lang tid på finne Gjest som han tok tak i og geleidet inn i huset.

Så bar det tilbake til Stavanger i nye håndjern. På Rådstuen ble han framstilt for en ekstrarett ledet av sorenskriver Eiler Hagerup Schiøtz. Gjest, som under hele oppholdet på Stavanger-kanten, hadde operert under navnet Jens Olsen Hyllesgård, ble nå avslørt av sin sambygding, lappeskomaker Knut Berentsen Fosse som med sikkerhet kunne avdekke Gjests identitet.

Schiøtz satte deretter i gang undersøkelser for å få verifisert Fosses uttalelser, og imens ble Gjest Baardsen sittende på Rådstuen like fram til seint på høsten i 1815 da han omsider kunne fraktes til Manufakturhuset eller tukthuset ved Lille Lungegårdsvann i Bergen, der han for øvrig snart kom seg ut igjen!

Gjest Baardsen på rådstuen i 1822

I juli 1822 ble malermester Andreas Cederbergh i Stavanger utsatt for tyveri i sitt hus på Sølvberget (Sølvberggata 2 ved inngangen til dagens Kulturhus). Synderen var den 36 år gamle husmannsgutten Svein Olsen Brekke fra Rennebu i Orkdal i Sør-Trøndelag, forhenværende soldat som hadde måttet "løbe Spidsrot" grunnet desertering. Å løpe spissrot betød at den

dømte måtte løpe mellom to rekker soldater som hadde ordre om å gi synderen enten piskeslag eller et stikk med sabelen. Denne straffemetoden ble for øvrig avskaffet i 1814, så Brekke må ha vært en av de siste som ble straffet på denne måten.

I 1814 ble Brekke dømt til livsvarig festningsarbeid. Men han klarte å rømme fra artillerivakten på Mysen og tok seg deretter nordover. I 1817 ble han tatt i Trondhjem der han ble stilt for krigsrett og dødsdømt.

«I juli 1822 lå sluppen klar for avgang i Stavanger lastet med bl.a. steintøy og ull med adressat: tukthuset i Kristiansand, der tyvene var godt kjent og visste det var behov for slike varer!»

I august 1820 klarte han å rømme fra Trondhjems Slaveri sammen med – blant andre – "Mestertyven" Gjest Baardsen som var hjernen bak den dristige flukten. Etter flukten fra fengselet holdt de to livstidsfangene følge på nye tyveritokter. I Kristiansand klarte de, på uærlig vis, å få tak i en frakteskute som de etter planen ville nytte som ervervskilde ved å frakte folk og varer på strekningen Kristiansand – Stavanger. I juli 1822 lå sluppen klar for avgang i Stavanger lastet med bl.a. steintøy og ull med adressat: tukthuset i Kristiansand, der tyvene var godt kjent og visste det var behov for slike varer!

Den 2. juli 1822 la Gjest Baardsen ut på et avsluttende tyveritokt under oppholdet i Stavanger. Toktet hadde Sandnes som mål. Vel tilbake på sluppen i Østervåg fant han Sven Brekke nedenunder i drikkekalas med to svirebrødre. Gjest gled naturlig inn i festlighetene, så lenge han orket. Omsider la han seg på en brygge like ved båten for å få nattero fra bråket om bord.

Neste morgen gikk Gjest opp i byen for å få seg kaffe og frokost hos en skipperenke som hadde vasket tøy for ham. Der fikk han besøk av byfogd Løwolds fullmektig som forlangte ham til forhør grunnet et tyveri som i løpet av natten var foretatt i malermester Andreas Cederberghs krambod i Sølvberggata 2. Gjest ble ført om bord i sluppen der Sven lå i bakrus, og der fullmektigen foretok en ransaking som avslørte falske dokumenter.

Nye avhør på Rådstuen avdekket identiteten til de to livstidsdømte flyktningene. Sven hadde kommet seg like inn på soveværelset til ekteparet Cederbergh der han hadde knabbet til seg to lommeur før han smøg seg ut igjen. Men den drukne mannen støtte borti

noe som vekket malermesteren. Cederbergh maktet ikke å fakke tjuven, men han kjente ham igjen fra dagen før da han hadde vært innom forretningen hans for å selge et parti ingefær, som egentlig tilhørte Gjest.

Etter et kort opphold på Rådstuen ble Gjest Baardsen overført til "Bergens Tugt og Manufacturhuus" 26. august, og derfra ble han 3. september sendt videre til Sogn for å gjøre opp for forsyndelser han var mistenkt for i sine hjemtrakter. Sven Olsen Brekke ble værende i rådstuearresten i Stavanger i 15 måneder før han ble overført til Bergenshus festning der han ble værende til 1842. Siden havnet både han og Gjest som livstidsfanger på Akershus festning.



Kjøpmann Andreas Cederberghs hus i Sølvberggaten 2, der Gjest Baardsens kamerat Sven Olsen Brekke var på tyveritokt sommeren 1822.. Tegning: Gunnar Wareberg

BYHISTORISK SKILTING

BEKHUSET

Tekst: Gunnar A. Skadberg.



Bekhuset er en steinhytte som ble bygd omkring 1860 på det såkalte Indre steinkar ved Banevigå. Steinkaret ble ifølge et referat fra bystyret i 1859 kalt Nyland (skjæret var gjort landfast) og var et steinsatt skjær der seilskuter ble kjølhalt, og der fortøyningspollerter ble plassert allerede tidlig på 1800-tallet.

Beket ble kokt i store gryter for å få ut tjæren som ble nyttet til å tjærebre seilskuteskrogene. Siden dette var et brannfarlig arbeid, ble det reist egne hus der kokingen av bek foregikk – slik egne ildhus og smier ble satt opp på gårdene et stykke fra gårdens øvrige hus.

Indre steinkar lå som en øy i havnebassenget like til 1974. 31. oktober dette året skrev Johs. Thorsen blant annet følgende i et leserbrev til Stavanger Aftenblad:

”I motsetning til Steinkaret ved Bredalmenningen, som for lengst er forsvunnet og innebygget i kai- og landområde, ligger Nyland-steinkaret fremdeles fritt.

Det meste av den gamle bek-hytten av stein er der også, men neppe lenge, for skjæret inngår i de nye kaiplanene, og gravemaskin og betong nærmer seg. Men før så skjer, bør de som er ansvarlige for bevaring av verneverdige minner, se nærmere på Nyland-steinkaret og vurdere om noe bør gjøres med dette og i tilfelle hva. Det er ikke utenkelig at de gamle detaljene kan føyes både praktisk og naturlig inn i havnen som tenkes lagt her for mindre båter. Den gamle bebyggelsen, både sjøhusene og boligstrøkene ovenfor, innbyr til det.”

I 1975 ble store deler av Banevigen fylt igjen, og Johs. Thorsen ble hørt, for steinkaret ble innlemmet i det nye kaianlegget da Bekhuskaien ble anlagt. Det gamle Bekhuset ble virkelig restaurert og bevart sammen med de gamle steinpollertene, og det gamle steinkaret er nå markert med steinheller omkring Bekhuset.



«Nøk» ved Slakthuskaien

«Nøk» - byens første sjøsprøyte

15. desember 1879 vedtok Stavanger formannskap å anskaffe en sjøsprøyte. Den var tiltenkt for å slukke brann i havneområdet og øyene.

Leverandøren ble det svenske firmaet Ljusne mekaniske verksted like utenfor Stockholm. Båten, som fikk navnet «Nøk» og kostet kr 40.000, var utstyrt med en stempel-pumpe. Den hadde en kapasitet på 4000 liter i minuttet, en anselig mengde etter datidens forhold. «Nøk» var ikke stor, 50 fot lang og 16 fot bred. I tillegg hadde den lite fribord – avstand fra dekket til sjøen. Det var heller ingen bekvemmeligheter for besetningen, så hjemreisen til byen ble en strabasjøs ferd.

Første etappe gikk via kanalene og de store innsjøene til Göteborg. Der måtte den videre ferden utsettes i tre dager på grunn av uvær.

Neste reisemål var Larvik. Fra Larvik

fulgte båten kysten og da den i september 1880 kom mot byen, var det ikke måte på begeistring. Det var brygger og allmenninger som preget havneområdet den gang, og disse var fulle av folk som skuet utover fjorden etter «Nøk» som stevnet innover mot Vågen til en storslagen mottakelse. Ungene skrek hurra, og de voksnes øyne tindret for nå hadde byen fått en sjøsprøyte som skulle bekjempe «Den røde hane» når den gol.

«Nøk» fikk etter hvert en viss posisjon i borgernes bevissthet. Under oppfyring til brannutrykning var båten litt av et syn med kullsvarte røykskyer fra skorsteinen. Da samlet det seg mange tilskuere som med spenning iakttok den febrilske virksomheten.

Det tok sin tid for å få opp damptrykket i kjelen. Dette ble forbedret da byen i 1909 fikk elektrisitet – da ble det installert en



Her ser vi «Nøkk» på beddingen klar for å gli ut i det våte element.

– og dens avløser

Tekst: Owe Østberg

varmekolbe som holdt en viss temperatur på vannet inne i kjelen. Dermed tok det kortere tid før damptrykket var tilstrekkelig. Men det gikk allikevel et kvarTERS tid før sjøsprøyten var klar for innsats.

Det sier seg selv at dette ikke var noen god ordning. Derfor reiste brannsjefen, H. Juell, spørsmålet i 1934 om en ny sjøsprøyte drevet med dieselmotor. Da slapp man å vente på et tilstrekkelig damptrykk som forsinket innsatstiden, og sjøsprøyten kunne gå i aksjon på «røde rappen».

Saken lot imidlertid vente på seg. Først 31. mai 1938 avga formannskapet innstilling til bystyret om å bevilge penger til en sjøsprøyte som ville koste 435.000 kr. Dette ble enstemmig vedtatt i bystyret, og dermed gikk ordren til Rosenberg mekaniske verksted og fikk byggenummer 148.



Tidlig om morgenen 14. juli 1936 brøt det ut brann i hermetikkfabrikken Exelsior Canning som lå i Verksgate 78. Her ser vi «Nøk» i aksjon med slukningsarbeidet. Exelsior Canning som var en stor trebygning, ble totalskadet og kort tid etter ble den revet.

«Nøkk»s ilddåp – Skrettingbrannen.



Båten ble sjøsatt 26. juli 1939 og fikk nesten det samme navnet som sin forgjenger, men med en k mer. Så navnet ble «Nøkk». Den var den gang Norges største og mest moderne i sitt slag. Byens nye sjøsprøyte som hadde en enorm vannleveranse på hele 14.000 liter i minuttet, ble satt i beredskap 20. desember 1939.

Den aldrende «Nøk» hadde nå fått en avløser, og sjøsprøytens siste oppdrag skjedde 13. april 1940 da den ble sendt ut for å lense et tysk marinefartøy.

Etter krigen ble «Nøk» solgt til en privatperson. Han skiftet ut dampmaskinen med en dieselmotor og båten som fikk navnet «Sprøyt» skulle, som da den het «Nøk», levere vann, men nå til skipene som lå til kai i Vågen.

«Sprøyt» var i drift til slutten av 1970-årene. Da var dens dager talte og slutt for båten som hadde vært et kjent trekk på havnen i nesten hundre år.

9. april 1940 var dagen for Nazi-Tysklands felttog mot Norge. Allerede tidlig på krigens første dag ble «Nøkk» beordret til assistanse



for det tyske skipet «Roda» som lå til ankers i Byfjorden. Fartøyet var blitt beskytt av den norske jageren «Æger» og hadde fått en stor lekkasje. Skaden var altfor omfattende til at «Nøkk» kunne bidra, og «Roda» gikk til bunns med sin last av krigsmateriell som var kamuflert av sekker med koks.

«Æger» ble selv et offer for krigshandlingene da den ble truffet av bomber fra tyske fly og sank på grunt vann like utenfor Ulsnes. Av mannskapet omkom 8, mens resten greide å ta seg i land.

Andre verdenskrig hadde ikke vart mange dagene på norsk jord da «Nøkk» måtte i aksjon for første gang ved brann.

Kraftige røykskyer spredte seg over Stavanger torsdag ettermiddag i 18-tiden 18. april 1940. Folk trodde det hadde vært et luftangrep, eller at det på en annen måte var krigssituasjonen som ga utslag.

Men det var det ikke. Røykskyene kom fra Skretting sine sjøhus i Verksgata. I disse sjøhusene var det lagret kunstgjødning og kraftfor som ved brann gir en kraftig røykutvikling. Røykmassene over brannstedet var derfor kolossale.

Den nye sjøsprøyten fikk ved denne brannen sin ilddåp og fullt ut vist sin store vannkapasitet. Til tross for at det gamle sjøhusene lå tett sammenhengende i rekke og rad langs sjøsiden, lyktes brannvesenet etter iherdig innsats å begrense ilden slik at den ikke spredte seg til de nærliggende bygninger. Begge sjøhusene til Skretting ble imidlertid totalskadet, og i tillegg fikk en av nabobygningene som tilhørte trelastfirmaet H. Øgreid & sønner, litt brann- og vannskade.

De fem krigsårene var en meget aktiv periode for «Nøkk». Fra båtens journal kan man se at det omtrent ikke fantes en dag uten oppdrag. Det kunne være assistanse ved brann, lensing eller tauing av skip.

Etter krigen har båten vært med på å slukke en rekke store branner. Uten «Nøkk» kunne utfallet av brannene blitt noe helt annet, så man kan si at den har vært god å ha mer enn en gang. Fra 1983 ble «Nøkk» innlemmet i oljeberedskapsen på havnen.

I 2004 var det imidlertid slutt for «Nøkk» etter 65 år i kampen mot den «Den røde hane». Men dens dager var ikke talte. Båten er vernet av Riksantikvaren og vedlikeholdes i dag av Engøyholmen Kystkultursenter.

Det hører med til historien at «Nøkk»s avløser var en tidligere passasjer – og bilferge som ble ombygd til brannbåt. Den fikk navnet «Vektaren».

Kitty Janzon – minneord

Det var med sorg at Tante Emmas Hus for seniorer 26.november 2022 mottok melding om at Kitty Janzon var gått bort, 96 år gammel.

Tekst: Karl Jan Søyland for Husstyret i Tante Emmas Hus

Hun var siste gang på Tante Emma Hus 1 uke før hun døde. Selv om vi så at alderen preget henne var det ingen ting som tilsa at det skulle gå mot slutten.

Kitty var i alle årene en klar stemme spesielt i forhold til alt som vedgikk eldre. Kitty var i alle år en sentral person i Arbeiderpartiet og hadde i yrkeslivet sin tilknytting til eldreomsorg bl.a. som styrer ved Alders hvile. Vi som lærte Kitty å kjenne gjennom politikken ble kjent med en kamerat som ved første inntrykk kunne virke litt tilbakeholden og beskjeden, men som sørget for at du fikk passet påskrevet dersom det kom noen litt uheldige uttalelser om eldre og eldreomsorg. Dette ble gjort på en slik måte at du umiddelbart skjønnte at du hadde gått over streken.

Som pensjonist brukte Kitty så godt som all ledig tid på eldre. Sammen med Hilmar Egeli var hun med å starte Eldres Hus nå Tante Emmas Hus –for seniorer. Hun var fortsatt med som frivillig i Tante Emmas Hus som vertinne og i Husstyret. Kitty var også med i Arbeiderpartiet og hadde medvirkning i ulike styrever, råd og komiteer. Gjennom et langt liv gjorde Kitty en formidabel innsats for sine hjertesaker. Hun var også i mange år med i Eldrerådet og Fellesutvalget for pensjonistforeninger.



I 2008 ble hun tildelt Kongens fortjenestemedalje i Gull for sitt årelange arbeid for eldre. Selv om mange mener at det fortsatt er store utfordringer i forhold til eldre er det mye som tilsier at utfordringene ville vært enda større uten Kitty sitt livslange engasjement. Hun ble kåret til Årets frivillige for 2022 for sin innsats for eldre. Savnet er stort, men minnene er mange.

Kunstutstillinger i Tante Emmas Hus

Tante Emmas Hus åpnet ny kunstutstilling 4.februar i prosjektet «Visuelt mangfold» «Til Våren» av Yvette Lardinois. Utstillingen varer til og med 17.mars.

Tekst og foto: Brit Bjørkli

Tante Emmas Hus har som formål å være en arena for ulike kulturuttrykk, der eldre er utøvere eller mottagere. Som kjent har det i Kafé Breiavatnet i Tante Emmas Hus i flere år vært holdt jevnlig maleriutstillinger. Utøverne har vært både anerkjente kunstnere og selvlærte. Hensikten med utstillingen har vært både å pynte opp i husets kafé og å vekke nysgjerrighet og interesse for god kunst.

Berit Wathne er frivillige kunstformidler og har det faglige ansvaret for kunstutstillinger i Tante Emmas Hus. Prosjektet er støttet av den kulturelle spaserstokken i Stavanger kommune. I tilknytning til åpning av utstillingen har vi en kulturkveld hvor kunstneren forteller om seg og sin kunst. Utstillingene har vært godt besøkt.

Yvette Lardinois

Yvette Lardinois er kunsthåndverker og kommer fra Nederland. Hun har spesialisert seg på keramikk, bokbinding og lager selv papir. Lardinois bor i Sandnes og har atelieret på Sola, nær havet.

Til Våren

Tittelen *Til Våren* refererer til de nye arbeidene som hun stiller ut i Tante Emmas Hus. Hun er også nylig flyttet til Norge og starter på et nytt kapittel i livet.



Våren

Papir

Lardinois stiller ut eget håndlaget papir. Papiret er resirkulert av gammelt papir og blandet med planter. Å lage papir er en intensiv prosess.

Hun broderer, trykker og maler på papiret og skaper unike kunstverk.

Utdanning:

Yvette Lardinois studerte ved kunstakademiet og er også utdannet formingslærer.

Ved siden av sitt kunstnerskap har hun jobbet i 35 år med undervisning, kommunikasjon og markedsføring ved større museer og kulturinstitusjoner.

Hun underviser i kunst og kunsthåndverk og utvikler kunst-aktiviteter for mennesker med demens og deres pårørende.

Hvert nummer av Mortepumpen fremover vil inneholde én av historiene i Rolf Schreiner sin bok «Der e merr mydlå himmel og jord enn de fleste andre steder» med undertittel «Rariteter fra ein løyen verden». Teksten er på stavangersk – fra Rolf sitt ståsted i oppveksten, og det vil si Våland (nest beste vestkant). Boken er til salgs i bokhandelen.



Jan & Josef

Ein gang midt på 1960-talet leste eg ei bog så gjorde sterkt inntrykk. Den handla om det mest kjende vellykka attentatet onna andre verdenskrig. Siden Claus von Stauffenberg og hans medsammensvorne mislyktes med å dreba Hitler i førerens bunker 20. juli 1944, e likvideringen av Reinhard Heydrich den viktigste aksjonen så blei gjennomført mot nazismens topledere. Historien har ein tragisk slutt i St. Kyrillos og St. Methodios-kjerkå i Reslovagaten i bydelen Novo Mesto i Praha.

Reinhard Tristan Eugen Heydrich, født 7. mars 1904 i den tyske byen Halle, va ein sleip jævel. Allerede på slutten av 1930-talet va han øvebevist om at Europas jøder måtte ryddas av veien. Om de sko sendas te Madagaskar eller Sibir, bli skutt i puljer eller dø i gasskammeret, va mindre viktig.

I januar 1942 presenterte han "Den endelige løsningen" på jødespørsmålet i ein villa i bydelen Wannsee i Berlin. Den såkalte Wannsee-konferansen blei for nazisten Heydrich hans største øyeblikk. Hjemmelekså e gjort – Europas jøder e talt opp, og konsentrasjonsleirene står klar. Jernbanenettet fungere, og Zyklon-B-gassen har vist seg uhyre effektiv. Med godkjenningsstempel fra Hitler og Himmler kan Heydrich iverksetta Holocaust. Samtidig har Heydrich blitt personlig udvalgt av Hitler te å få orden på det urolige området Böhmen og Mähren

(dagens Tsjekkia). Her styrte han med jernhånd og blei kalt "Slakteren fra Praha".

Dermed hadde eksilregjeringen fått et opplagt mål for ein modstandsaksjon. Den 29. desember 1941 blei to tsjekkosllovakere sendt ud i fallskjerm rett ved Pilsen – det va Jan Kubis og Josef Gabcik.

De to registrerte at Heydrich daglig kjørte i ein åben bil fra slottet sitt i Patenske Brezany te Praha – fordi han meinte at folk ville mista någe av frykten for han, hvis han gjemte seg vekk. Jan og Josef registrerte òg at bilen kjørte ein veldig krapp sving i forstaden Lieben, og då måtte farten reduseras kraftig.

27. mai 1942 – i merr enn ein time har den 30 år gamle Gabcik venta utålmodig ved ein trikkeholdeplass i Lieben. Der e så varmt at svetten piple frem på pannen. Alligavel har han tatt med seg ein regnjakke så henge øve armen. Onna jakken skjule Gabcik ein maskinpistol – den engelskproduserte Sten Gun Mk II FF 209.

På fortaket tvers øve gadå står den 28 år gamle Jan Kubis og lene seg mod ein lykestolpe, og han holde på ein koffert med to håndgranater. De to vente på ein svarte Mercedes.

Akkurat nå e Reinhard Heydrich på toppen av nazikarrieren. Som nestkommanderande i SS og øverste sjef for etterretningstjenestene SD og det hemmelige politiet Gestapo, har den 38 år gamle Heydrich fått ein sentral rolle i Det tredje rikets topledelse.

Så får de to partisanene se et lysglimt fra et speil – et signal fra lenger fremme i veien, der Jozef Valciks har tatt oppstilling den siste timen for å speida itte Heydrich. Gabcik springe øve gadå te Kubis, akkurat idet ein trikk stoppe for å slippa av passasjerar.

Klokkå 10.32 komme ein svarte Mercedes Cabriolet 320 med nummerskiltet SS-3 te syne. De e bare to i bilen – sjåføren og Heydrich så sidde roligt i bagsedet.

I den krappe svingen må sjåføren slakke av på farten. Då bilen e få meter fra Gabcik, rive han regnjakken te side, blotte maskingeværet og trykke på avtrekkaren. Men ingenting skjer. Gabcik hadde någen grønnsagsrester i lomma, og de va komt inn i løbet på maskingeværet.

Mens Gabcik fomle febrilsk med våbenet, beordre Heydrich sjåføren te å stoppa. Uredd reise han seg fra bagsedet av den åbne bilen, trekke pistolen og sikte direkte på modstandsmaen. Gestaposjefen trykke på avtrekkaren, men heller ikkje her skjer det någe – det komme bare et hult klikk. Pistolen va ikkje ladd.

Då e det Jan Kubis sin tur. Han kaste ein håndgranat mot Heydrich, men ikkje langt nok – så granaten eksplodere ved bilens

høyre baghjul. Men det vise seg å vær nok. Eksplosjonen får metallsplinter fra bilen og hestehår fra polstringen i bilsedet te å bora seg inn i ryggen te Heydrich.

Heinrich Himmler sendte sine beste leger, men Heydrich døde i store smerter på sygehuset 4. juni 1942. Sårinfeksjon og blodforgiftning blei oppgitt som dødsårsag.

Onna ein storslagen statsbegravele i Berlin la Hitler de høye udmerkelsene Den germanske orden og Blutorden på pudå der Heydrich sine tidligere udmerkelse lå. Og Hitler roste Heydrich som ”mannen med et hjerte av jern”.

Jan Kubis og Josef Gabcik blei forrådt av ein av sine egne – han hette Karel Curda. Han avslørte at de så sto bag attentatet, itte lang forfølgelse, gjemte seg i krypten i kjerka i Reslovagaten. Der va i alt syv personer så holdt stand ein stund, men då tyskerne va på vei inn i krypten om morgningen den 18. juni, gjorde Jan og Josef selvmord. Forræderen Karel Curda blei stilt for ein domstol i Praha i 1946, dødsdømt og hengt.

Dette va bare kortversjonen. Bogå hette Syv menn ved daggry og forfattar e Alan Burgess. Prøv et antikvariat eller på biblioteket.

Kjære pensjonist:

Husk at hjernejogg er sunt!

Det må være lov å si: Ikke glem den delen av kroppen som er ovenfor de spenstige muskler og de seige sener – den delen som styrer alt. Hjernetrim er bra for hodet – og dermed for kroppen som sådan.

Rolf Schreiner, som er fast skribent i Mortepumpen, har gitt ut en bok («Hva koster korken?» – Ajax Forlag) med 222 oppgaver for de små grå.

Viktig: Dette er ikke tradisjonell quiz – dvs. kunnskapsspørsmål innen historie, geografi, sport, politikk, musikk, film etc. For å løse oppgavene gjelder det å bruke hodet på best mulig måte.

Altså – ren balsam for den mentale helse.

Boken kan kjøpes i bokhandelen.



Flytting

Akt 1

Personene i
kronologisk
rekkefølge:
Hans, Jarle,
og Leif Jan.

Tekst: Henrik Paaske

Scene 1

Hans: «Salomonsens leksikon i 12 bind fra 1892! Du har vel ikkje tenkt å ta med det te den nye leiligheden din på 40 m2?»

Jarle: «Jo, eg tenkte det. Oldefaren min kjøpte det for lenge siden. Så det har affeksjonsverdi for meg.»

«Schreiners Norges historie i 16 bind fra 1912 óg?»

«Ja. - Kossen det?»

«Nei, eg tenkte kanskje at du ville kvitta deg med en del bøger nå når du skal flytta te ein mindre leilighed. Det e' jo det folk gjør når de flytte fra någe stort te någe mindre.»

«Javel. - Men ka gjør de me bøgerne de ikkje vil ha med?»

«Enten gjer de de vekk te någen så vil ha de, eller så hive de de.»

«Hive de!! Det går'kje an å hiva bøger!»

«Koffer ikkje det? - Hvis de ikkje e' blitt åbna siden 1814, og det ikkje e' plass te de i den nye leiligheden? Ka e' vitsen med å dra med seg ein bråde med bøger så tar plass, støve ner og aldri blir lest? Kossen e' det med deg? Har du åbna og lest i Salomonsens leksikon og Schreiners Norges historie de siste 30 årå?»

«Nei.»

«Der ser du! - Ka e' då vitsen i å dra på de? Tror du virkelig at du komme te å åbna og lesa i de når du flytte inn i den nye leiligheden?»

«Ja, eg tenkte det. Eg får jo mer tid te å lesa i tida framøve.»

«Ka får deg te å tro det? Du har jo hatt all verdens tid i åravis! Nå må du ta deg ei pylsa, Jarle. Hvis du ikkje har åbna og lest i disse bøgerne på 30 år, så tror du vel ikkje at du komme te å lesa i de nå?»

«Jo.»

«Du vilkje heller gje vekk någen av bøgerne då? Du har jo mange venner du kan spør.»

«Jo, det kan eg jo. Både Leif Jan og Willy studerte jo ein gang. De e' kanskje interesserte?»

«Ja. Ring te de og spør.»

«Nå?»

«Ja, koffer ikkje? Dagen e' onge, og flyttebilen komme jo alt på fredag.»

«Ja, det va sant.»

Jarle tar fram mobiltelefonen og slår nummeret te Leif Jan.

og bøgger

Scene 2

– *Telefondur* –

Leif Jan: «Ja.»

«E det deg Leif Jan?»

«Ja, kem sko det ellers ver?»

«Nei, vett eg det? Det e' Jarle.»

«Ja, eg hørre jo det. Ka e' det du vil?»

«Forstyrre eg deg?»

«Nei, men koffer ringe du akkurat nå? Du har jo aldri ringt så tidligt før? E' det någe så brenne?»

«Nei, det e' ingenting så brenne, men som du vett så holde eg på å ska flytta. Og så lurte eg på om du kanskje var interessert i någen av bogene mine?»

«Ka bøger då?»

«Salomonsens leksikon i 12 bind fra 1892, og Schreiners Norges historie i 16 bind fra 1912.»

«E' du galen? Det e' jo ingen så vil ha någe sånt i dag! Det e' jo haugammalt!»

«Å ja; - så du e' ikkje interessert?»

«Hørres det sånt ud?»

«Nei.»

«Hiv driden, spør du meg. Eller spørr heller ein av de andre kompisane, Willy for eksempel. Han e' kanskje interessert?»

«Javel, eg får ringe opp han då.»

«Ja, gjør det.»

«Snakkes seinere. Ha det.»

«Ha det.»

Jarle ringte Willy. Han ville heller ikkje ha bogene.

Scene 3

Jarle: «Hverken Leif Jan eller Willy ville ha bogene.»

«Nei vel, det va jo ikkje akkurat overraskande, tenke eg. Ka vil du då gjør me de?»

«Eg får vel ta de med.»

«Du kan jo ikkje ta de med, kan du forstå. Det e' ganske enkelt ikkje plass te de i den nye leiligheden din! Har du prøvt å sella de?»

«Ja, han fra antikvariatet va oppom i forrige ugå. Han va ikkje interessert. Og i ugå før det, ringte eg na Gudny på Fretex, og spurte om de va interesserte. De sa at de bare e' interesserte i bøger som ikkje e' mer enn 3 år gamle.»

«Ja, der ser du! Og de du vil sella e' øve 100 år gamle!

«Så ka vil du gjør då?»

«Ta de med.»

«Ska eg sei ka du ska gjør med de?»

«Ja.»

«Hiv driden!»

«E du galen?»

«Ok, eg ska tenka på det te flyttebilen komme på fredag.»



En skipper i strålende form

Alexander Kielland skapte sin Skipper Worse i 1882. Skipperen var lett i sinn – men bare «en liten fortredelighet først fikk trukket ham hen i det gale hjørne, så var alt forkjært»: han maktet ikke å overvinne problemer ved å omstille seg og søke nye løsninger. Desto større er kontrasten i vår Skipper Worse, som ble til i 1973. Ved 50-årsjubileet i år er skipperen i strålende form; en rik ressurs for byens eldre. Et glimt inn i historien viser hvordan bred og bortimot uslitelig entusiasme driver en institusjon som aldri er statisk, men tvert imot alltid i utvikling.

Av Nina Tjomsland



Her handler det om å følge med i skiftende behov for aktiviteter som fremmer gode og meningsfylte liv uansett alder.

Eldregenerasjonene I 1973 sto langt fra oss i dag. De fleste kvinnene hadde levd slitsomme liv som hjemmeværende. Lettvint ferdigmat var ukjent, og hver eneste mandag var tung og lang klesvaskedag før vaskemaskinene kom. For de fleste hadde utdannelsen stoppet etter folkeskolen. Det var bare 13 år siden biler hadde vært strengt rasjonert, og de færreste var særlig reisevant. Mange forbandt pensjonistårene med å synke ned i gyngestolen og hvile ut med håndarbeid. Eldresenter? Ja gjerne det kanskje, for hyggelig samvær med andakter, kaffe og vafler, allsang, håndarbeid.

Eldresentre i bydelene

Bekkefaret Alderssenter i høyblokken var det første, og etter hvert som bydelshusene kom til fikk vi eldresentre i Bekkefaret, Øyane, Bergeland, Midjord, Tasta, Ågesentunet,

Kvernsenteret, Ramsvighagen, Rosenli, Søragadå. I dag er aktiviteter spredd på Hundvåg, Madla, Sunde og Tasta i tillegg til Ledaal. Hovedaktører i utviklingen er Nasjonalforeningen for folkehelsen sammen med Stavanger kommune – raust støttet av et stort korps frivillige pluss bidrag fra foreninger, bedrifter og enkeltmennesker. Muligheter, bruk og behov utløste hyppige endringer; mens mange fant glede i nye tilbud kunne andre beklage når aktiviteter tok slutt fordi interessen var blitt for laber.

Firedelt strategi

Nå blir pensjonister stadig yngre og stadig sprekere. Vi lever lenger, også takket være erkjennelsen av hvor viktig det er for både hode og kropp å holde oss i trim. Skipper Worse-ledernes strategi ved 50-årsjubileet er firedelt. Omsorg omfatter aktivitetene i og rundt Ågesentunet, pluss middag brakt til døren. Kunnskap kan vi søke i kurs og foredrag. Aktiv står for trening og



turgrupper – og spenner fra zumba-dans til latinamerikanske rytmer og linedance via styrke- og balansetrening til «yogalates», og nytt av året er mulighetene til kveldstrening også. Fjerde område er reiser, en videreføring av alt fra dagsreiser til Syden-opphold.

I tillegg har initiativ og tiltak i både forhistorien og selve Skipper Worse fungert som såkorn til mange av tilbudene

vi har kunnet lese om her i Mortepumpen: pensjonistforeninger, utleie av trygghetsalarmer, Frivillighetssentralen, helgeavlastning for aldersdemente, pårørendeskolen, og dataopplæring.

Tuberkulose var den største fienden

Forhistorien går helt tilbake til 1911, da Stavanger Tuberkuloseforening ble stiftet med rundt 1000 medlemmer – høyst tiltrengt for å fremme både behandling, opplysning og støtte. «Lakselordslottet» Lindum i Suldal, kjøpt i 1920, var fra først av hjem og skole for tuberkulosetruede gutter, ble 30 år senere hvilehjem for utslitte kvinner og deretter kurs- og feriesenter. Nasjonalforeningens første helse- og velferdssentral i Brødregaten tilbød middager og hobbygrupper, den neste var helse- og velferdssentralen i Møllegaten; begge ble nedlagt i 1973, da Skipper Worse-Ledaal sto ferdig.



Gjennombrudd for voksenopplæring

Viktige innslag på Ledaal de første årene var pensjonistforening, Hjerteklubben, orkester – pluss alle mulighetene som Lov om voksenopplæring av 1977 åpnet for da den ga rett til støtte for alle kurs når bare et gitt minimum deltakere var sikret. Fra først av sto senteret også for måltidene som frivillige kjørte ut. Allerede i 1984 hadde senteret vist seg så velfungerende og nyttig at grunnflaten i selve huset ble nesten doblet, til 1850 m², og inkluderte et nytt produksjonskjøkken som i 1986 også kunne levere mat til Bjergsted avlastningshjem, Lagård dagsenter og

Rosenli avlastninghjem. I tillegg muliggjorde Skipper Worses Boligspareklubb byggingen av i alt 83 eldreboliger på de 13 årene den besto.

Ha rom til å feile

Altså gjelder det hele tiden å ha alle følere ute: lederne må følge tett med i tiden og skiftende krav og behov og innstillinger til alle aldre mellom 60 og 90. I dette perspektivet er samarbeidet med involverte politikere kjempeviktig: det er jo hevet over enhver tvil at Skipper Worse-tiltak fremmer mental og kroppslig velvære og helse, og derved sparer kommunen virkelig seriøse utgifter.

En av lederne gjennom mange år sier det slik: «Noe av det som inspirerte meg mest med jobben var hvor kort vei det var fra idé til gjennomføring. Vi lyktes ikke alltid, men vi hadde prøvd og lært av resultatet». Her har vi kanskje noe vesentlig å lære, de fleste av oss: det gjelder å ha rom for å prøve og feile. For det å bare følge etablerte rutiner fører aldri til nyvinning.

En minnerik førjulsdag

280 institusjonsbeboere på julekonsert

Tekst og foto: Stein Hugo Kjelby

Sludd og slaps skapte vanskelige forhold for transportørene denne fredagsformiddag i begynnelsen av desember 2022, men vel innenfor dørene i St. Petri kirke fikk imidlertid alle de fremmøtte oppleve en høytidsstund og forsmak på julestemningen.

Tradisjonen tro arrangerte Eldrerådet i Stavanger julekonsert med dyktige musikere og sangere. Eldrerådets formann Rolf M. Amundsen ønsket forsamlingen velkommen og så ble den ene etter den andre av våre vakre og kjente julesanger fremført av blant andre Stavanger Mannskor, Camilla Myrås og Ragnhild Hadland Zetterstrøm. Fellessangene klang godt og fylte det flotte kirkerommet. I sin tale minnet domprost Stefan Emmerhoff publikum om høytidens glade budskap.

Eldrerådet gjør en prisverdig innsats ved å arrangere disse julekonsertene, og institusjonene yter sitt ytterste for å få flest mulig med. Det skal de ha ros for. Av de 280 påmeldte til konserten var det blant annet ca. 60 rullestolbrukere.

Fremmøte er imponerende og viser at de eldre svært gjerne vil ut når anledningen byr seg og forholdene legges til rette. Mange skulle ønske at dette ikke bare ble et «skippertak» en gang i året, men at konserttilbud til denne gruppen, som ellers har få tilbud, kan tilbys jevnlig.



Stavanger Mannskor bidro med flott sang.



St. Petri kirke var nærmest fullsatt.



Domprost Stefan Emmerhoff minnet om høytidens glade budskap.

Bjergsted Symfoniorkester, BSO: En livskraftig 40-åring



Hjernen til en musiker skal visstnok være yngre enn de fleste andre hjerner. Og blant musikere holder amatørernes hjerne seg enda et hakk yngre enn de profesjonelles!

Tekst: Erik Landmark, Styreleder i BSO

Dette kunne vi nylig høre fra noen hjerneforskere, som har sammenlignet musikeres hjerner med et gjennomsnitt av befolkningen. Nå er det nok ikke hjerneforskernes interessante funn som får rundt 40 glade musikanter til å stille opp i Bjergsted hver mandag kveld. Nei, det er heller gleden ved å kunne bruke instrumentet

sitt og få muligheten til spille sammen med andre. Og dessuten å få være med i et trivelig fellesskap, utfordre seg selv og sine ferdigheter, – og på toppen av det hele få presentere god musikk for et variert publikum på konserter. Mest i Stavanger, men av og til i nabokommuner og i blant også i utlandet.

Et tilbud for amatørmusikere

Bjergsted Symfoniorkester er byens orkester for amatørmusikere. Det ble startet i 1980 på initiativ fra daværende kultursjef, Kristoffer Galtung. Byen måtte jo ha noe å tilby de mange tidligere musikk-skole-elevne som ikke satset på en profesjonell karriere, men som ville holde spilleferdighetene ved like og som hadde fått kjenne på gleden ved å spille i et orkester.

Bjergsted Symfoniorkester, BSO:

Et orkester for amatørmusikere.

- Møtes i Bjergsted hver mandag til prøver.
- Arrangerer 4–6 konserter i året.
- Har ca. 40 medlemmer, med god plass til flere
- Finansieres hovedsakelig av medlemskontingent, billettinntekter og tilskudd fra kommunen.



Bjergsted Symfoniorkester fotografert før jubileums-konserten høsten 2020. Foto: Marie von Krogh.

ble ansvaret overtatt av Anders Moberg, også han cellist i SSO. Han dirigerte, instruerte og arrangerte musikk for orkesteret i hele 25 år! I dag er det SSOs alternerende soloslagverker, Bastien Riquebourg, som har det kunstneriske ansvaret for orkesteret. Bastien er også utdannet dirigent fra Norge Musikkhøgskole.

Etter fire tiår med navnet Stavanger Amatorsymfoniorkester, ble orkesteret omdøpt i fjor. Jakten på nye medlemmer er intensivert, det satses enda mer ambisiøst rent kunstnerisk og orkesterets repertoar utvides. Medlemstallet er økt og BSO (som orkesteret kalles internt) består nå av over 40 ungdommelige musikere – i alderen 20 til rundt 75 år! Og det er plass til flere.

BSO har i alle år hatt tette bånd til andre aktører i Bjergsted, spesielt til Stavanger Symfoniorkester, byens profesjonelle stolthet. Nesten gjennom hele BSOs levetid har det vært musikere fra SSO som har dirigert amatør-orkesteret. Petr Cejka, tidligere solocellist i SSO, var den som fikk ansvaret først. Etter noen år med vekslende dirigenter

Solister og konserter

BSO gir solist-oppdrag til både flinke kulturskole-elever, musikere i SSO og artister med internasjonale solistkarrierer. Et eksempel på dette er de 10 unge sang-elevene ved kulturskolene i Hå og Klepp som i juni i fjor fikk synge opera-arianer med orkesteret. Et annet eksempel er fiolinisten Eldbjørg Hemsing, som i 2017 spilte Tsjaikovskijs fiolinkonsert med BSO. Høsten 2023 får vi med oss en annen artist med stor internasjonal karriere, nemlig pianisten Christian Ihle Hadland. Den 22. oktober spiller han Sjostakovitsj' pianokonsert nr. 1 med BSO i Fartein Valen i Konserthuset.

Mange av SSOs musikere har blitt engasjert både som instruktører og som solister med



Orkesteret debuterte i Fartein Valen høsten 2022 der Blyth Press var solist i Max Bruchs fiolinkonsert. Foto: BSO.

BSO. For en profesjonell orkestermusiker kan det være en fin avveksling å få presentere seg som solist. De fortjener å få en anledning litt å skinne litt ekstra, utenfor sin faste orkestergruppe. For amatørerne er det inspirerende å kunne trekke veksler på så mange dyktige musikere fra byens profesjonelle orkester.

Bjergsted Symfoniorkester har også gitt oppdrag til dirigent-studenter ved UiS, som på den måten har fått nyttig erfaring under studiet. BSO er en av mange aktører i Bjergsted og orkesteret samarbeider gjerne med både lærere og elever på kulturskolen og Kongsgårds avdeling for musikk, dans og drama, med lokale kor, med UiS og

Kommende konserter:

18. mars i St. Petri kirke:
Haydn: Symfoni nr. 85
og *Elgar: Enigmavariasjoner*

3. juni: Program under arbeid

22. oktober i Stavanger Konserthus
Sjostakovitsj klaverkonsert nr. 1,
med *Christian Ihle Hadland, klaver,*
Svendsen: Symfoni nr. 2

SSO. Rogaland musikkråd er orkesterets interesseorganisasjon og organisatoriske medspiller. Bjergsted Symfoniorkester er et godt eksempel på hvordan samarbeid i kulturparken kan fungere og gi synergieffekter. BSO satser på å kunne være en god ambassadør både for Bjergsted og byen vår i lang tid framover.

Bli med på lokalhistorie- dugnad

Her er kontaktdetaljer til historielaga

Eiganes-Våland Historielag

Leder: Turid Solheim

Tlf. 971 85 206

turid.solheim@live.no

Finnøy Historielag

Leder: Kåre Vargervik

Tlf. 412 96 255

karev51@hotmail.com

Hillevåg Historielag

Leder: Anne Berit Foldnes

Tlf. 915 96 165

an-fo1@lyse.net

Hundvåg og Øyane Historielag

Leder: Torbjørn Kindingstad

Tlf. 922 29 639

torbjorn.kindingstad@lyse.net

Jåttå og Hinna Historielag

Leder: Petter Urdal

Tlf. 901 69 311

petter.urdal@lyse.net

Madla Historielag

Leder: Tor Egil Knutsen

Tlf. 481 35 492

tor.egil.knutsen@lyse.net

Rennesøy Historielag

Leder: Anny Hatlen

Tlf. 982 86 520

annhatle@online.no

Stokka Kultur- og Historielag

Leder: Else Mathiesen

Tlf. 911 46 261

post@stokka-historielag.no

Storhaug Historielag

Leder: Johnny Emanuelsen

Tlf. 466 19 155

storhaughistorielag@gmail.com

Tasta Historielag

Leder: Ivar Andersen

Tlf. 913 92 462

ivara2@broadpark.no

Jo eldre, jo bedre!

I historielagsbevegelsen gjelder dette også oss mennesker! Så hvorfor ikke bli med i en lokalhistoriske forening? Bare i Stavanger kommune finnes flere, og ellers er det jamt over minst ett lag i hver kommune. (Se oversikt over historielag over)

Rogaland historielag er paraplyorganisasjon for de fleste av disse lagene, og på nettsiden vår, rogaland-historie.no, finner du informasjon om disse. Eller du kan kontakte kontoret vårt i Verksgata 54 i Stavanger.

Mange av lokallagene gir ut årbøker. Det gjør også Rogaland historielag. Vår nyeste årbok spenner over et vidt felt både geografisk og tematisk, men her vil vi spesielt nevne Birger Lindangers artikkel om Stavanger Røde Kors under krigen. Du kan kjøpe boken hos bokhandlerne Norli og Ark i Stavanger, eller du kan stikke innom kontoret vårt i Verksgata. Der selger vi lokalhistorisk litteratur fra hele fylket, og du får en hyggelig prat i tillegg.

Som medlem i et historielag får du medlemsbladet **Sydvesten** fire ganger i året. Her får du, blant mye annet, oversikt over de forskjellige lagenes møter.

Er dette noe for deg? Ikke nøl med å kontakte oss!

Rogaland historielag

Verksgata 54, 4013 Stavanger

Tlf.: 51 89 56 36

e-post: post@rogaland-historie.no

www.rogaland-historie.no

Åpningstider:

man-, tirs- og torsdag
onsdag

kl. 10:00 – 15:00

kl. 10:00 – 18:00





Prosjektgruppen i PROTECT Norge. Fra venstre: Dag Aarsland, forskningsleder, Martha Therese Gjesten, forskningskoordinator, Jon Arild Aakre, PhD stipendiat, Ingelin Testad, senterleder og prosjektleder i PROTECT Norge, Mona Halvorsen, forskningskonsulent, Helen Wigestrånd, administrasjonskonsulent, Nina Ailin Mæland, forskningskonsulent.

Din hjerne er unik – del den med oss

SESAM – Regionalt kompetansesenter for eldremedisin og samhandling ved Stavanger universitetssjukehus – gjennomfører en omfattende forskningsstudie på hvordan hjernen utvikler seg når den eldes. Nå ønsker de deltakere!

Forskningsprosjektet heter PROTECT Norge og baserer seg på en nettbasert forskningsplattform kalt PROTECT, utviklet av Kings College London og Exeter University i Storbritannia hvor det allerede er over 30 000 deltakere. PROTECT Norge ledes av senterleder ved SESAM Prof. Ingelin Testad

En fantastisk mulighet til å bidra

PROTECT Norge er en fantastisk mulighet til å ta del i banebrytende norsk forskning ved å «logge på» hjemmefra! Ved å delta i PROTECT Norge hjelper du forskere til å få bedre og mer inngående kunnskap om demens. I tillegg får du tilgang til hjernetrimspill som

kan hjelpe å opprettholde og forbedre dine hjernebaserte ferdigheter.

PROTECT handler om å beskytte oss i alderdommen

Hjernen holder fremdeles mange hemmeligheter for oss. Blant annet hvorfor og hvordan demens oppstår. Har hjernetrim positivt effekt? Mange svar står ubesvarte, derfor er det viktig at flest mulig blir med i forskningsprosjektet.

Det er lett å delta

Det er faktisk moro, interessant og lærerikt å delta i PROTECT. Dessuten er det viktig for fellesskapet.

Du kan ta del i denne studien dersom:

- Du er over 50 år.
- Du er bosatt i Norge.
- Du har en datamaskin eller et nettbrett med internetttilgang.
- Du ikke har en demensdiagnose.

Hva innebærer deltakelse i studien?

Deltakere i PROTECT vil årlig over en periode på inntil fem år

- gi informasjon om demografi, livsstil, fysisk og psykisk helse og medisinbruk
- gjennomføre nettbaserte tester som måler hjernebaserte ferdigheter, som hukommelse.

Deltakere får også mulighet til å delta i andre studier med lignende formål via PROTECT Norges nettside.

Hva er målet med PROTECT Norge?

Ved å gjenta tester som måler hjernefunksjon en gang i året over en periode på 5 år, vil utviklingen i hjernen følges over tid. Denne utviklingen, koplet sammen med informasjonen om blant annet livsstil og genetikk, vil hjelpe forskere å kunne besvare spørsmål som:

Hvordan påvirker vår livsstil, trening og søvnvaner risikoen for demens?

1. Hva er de tidlige tegnene på demens?
2. Hvordan skiller disse seg fra vanlig aldring?
3. Hvilken rolle spiller gener i den aldrende hjernen?

Svarene gjør oss bedre til å forebygge og behandle demens.

Du kan lese mer om PROTECT Norge studien her: www.sus.no/sesam eller du kan melde deg på her: www.protect-norge.no

Nå er det tid for vårens mannekengoppvisning på Skipper Worse Ledaal, Erling Skjalgssonsallè 10, onsdag 15. mars kl. 19.00

Dørene åpnes klokken 18. De spreke moteløvene i Lions Club Stavanger Gyda er mannekonger, der blir enkel servering, samt utlodning. Inngangsbillett kr. 120,-.

Butikkene som deltar og viser vårens moter er Volonté på Amfi Madla, Karolines -klær- på Randaberg, Taras på Sola og for første gang skal vi ha med oss en sportsbutikk, Sport1 fra Randaberg.

Mortepumpen slo av en prat med Jorunn i Lions Club Stavanger Gyda. Hun forteller at alt er frivillig arbeid, og at innsamlede midler går uavkortet til humanitære prosjekter. I tillegg til å



arbeide for syke og eldre, prioriter Lions Club Stavanger Gyda lokalt arbeid for barn og unge.

Lions har et undervisningsopplegg, et holdningsskapende program som følger barna fra barnehage til videregående skole. Et viktig mål er å gi barn og unge et grunnlag til å kunne ta selvstendige og gode valg når de møter motgang i livet. Det er givende og ikke minst viktig å få være med på å hjelpe der det trengs.

De ivrige damene i Lions Club Stavanger Gyda ønsker alle hjertelig velkommen til mannekengoppvisningen.

Lions Club Stavanger Gyda er en del av Lions Internasjonal, verdens største serviceorganisasjon. Lions er en utadvent og åpen organisasjon som driver humanitært arbeid lokalt, nasjonalt og internasjonalt.

Senior kafe på Gausel bydelshus

Savner dere en hyggelig møteplass for pensjonister på Gausel og Godeset området?

Høst 2022 kom det i gang en Senior kafe på Gausel bydelshus, som samarbeidsprosjekt mellom bydelshuset, Hinna Frivilligsentral og engasjerte frivillige som driver kafeen.

Hver tirsdag fra 10-12 og torsdag fra 12-14:30 serveres det te, kaffe og noe godt å bite i, i kafe området på Gausel bydelshus.

Vi er i gang med å utvikle konseptet og ønsker innspill på hva dere ønsker av aktiviteter i tillegg til brettspill, fellestur og temaer for å skape det beste tilbudet mulig.

Ta med venner og bekjente for en hyggelig prat og kom gjerne med forslag til oss.

Hjertelig velkommen innom!

– Sunniva Roberts (Hinna Frivilligsentral)



Sunniva Roberts, Ingvill Jørgensen, Bertha Veggeberg, Ann Helen Eiane og Edyta Lenarczyk.

Rettelse fra nr. 4/22

Jeg beklager at jeg må bry dere med en meget kort, men nødvendig tilbakevisning av Roald Bergs misvisende kommentar til mitt tidligere innlegg i Mortepumpen, se nå s. 38 i nr. 4, Roald Berg::

“Jeg må med (litt!) skam beklage at Torgrim ser ut til å ha glemt mitt navn på sin liste (over de som grunnla historiefaget på Ullandhaug).”

Nei, jeg glemte selvsagt ikke Roald Berg! Det går klart frem av mitt tidligere innlegg i Mortepumpen (nr 3/2022):

“Først etter fusjonen i 1994 følte jeg at vi (historiefaget) hadde stabilisert vår eksistens.” - og det var først da Roald Berg kom med på laget. Da var “gründerperioden” over, og i den hørte han ikke med. Da begynte en ny epoke som andre får skrive om og hvor Berg selvsagt hører hjemme. Berg kan trygt legge bort sin påståtte skam over ikke å ha blitt nevnt i en tid da han ikke var med her i Rogaland.

- Torgrim Titlestad, professor. dr.philos.

Rettelse fra forrige nummer

I Mortepumpen nr. 4/22 i artikkelen om Den internasjonale Eldredagen og Eldrerådets markering står det at Rolf Amundsen har vært leder av Eldrerådet i 19 år.

Han har vært **medlem** av Eldrerådet i 19 år og **leder** de siste 7 år.

(Da ser vi disputten om historiefaget som avsluttet. Red.)



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.

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



Sammen åpner vi opp for en bedre alderdom

Brukermedvirkning • Forskning • Kunnskapsformidling

SESAM
FESTIVALEN
/ 2023 /

Velkommen til Norges største festival om – og for – eldre!

8.–11. mai 2023 på Radisson Blu Atlantic Hotel, Stavanger

Mer informasjon og program på www.sesamfestivalen.no.

08.05.23	Internasjonal forskningsdag
09.05.23	SESAM fagkonferanse dag 1 Åpen publikumskveld
10.05.23	SESAM fagkonferanse dag 2
11.05.23	WiseAge dag



SESAM
WISEAGE

WISEAGE er SESAM sin plattform for brukermedvirkning og samfunnsengasjement hvor personer over 60 år delta i forskning - som deltaker, brukerrepresentant eller i formidling av kunnskap.

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

Følg oss på Facebook: WiseAgebySESAM

SESAM

Lær å leve godt med demens

Vi søker etter deltakere til et kurs i hvordan man kan leve best mulig med demens. Deltakerne må være over 65 år og ha demens i en tidlig fase.

Bli med på kurs!

Kurset gir råd og tips om hvordan hverdagen kan mestres. Forskningsresultat viser at kurset hjelper – blant annet får deltakere mindre depressive symptomer.

SAMMEN FOR MER KUNNSKAP

Jo flere som er med, desto mer kunnskap får vi om hvordan mennesker med diagnosen kan hjelpes.

GJENNOMFØRING

Kurset varer i 10 uker, og man gjennomfører det hjemme hos seg selv. Alt foregår via et nettbrett som deltakerne får låne i kursperioden. Det er ukentlige nettmøter med tre andre kursdeltakere og to kursledere.

KURSET ER EN DEL AV SHAPE

SHAPE er et omfattende, internasjonalt forskningsprosjekt på demens. For mer informasjon om studien: www.shapeproject.eu

LURER DU PÅ NOE?

Ta kontakt med:

SESAM – Regionalt kompetansesenter for eldremedisin og samhandling

Telefon: 90 79 92 85

E-post: sesamforskning@sus.no

Sammen åpner vi opp for en bedre alderdom!



Kurset har gitt oss rom for å snakke om sykdommen – om framtiden.

Kursdeltager

Bergeland bydelssenter

Jelsagt, 2, 4012 Stavanger. Mobil 948 22 653. E-post: bergeland.bydelssenter@stavanger.kommune.no
Åpent mandag–torsdag kl. 08.30–5.00. **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?

Kurs vår 2023

Mandager

Snekkerverksted kl 08.30 – 15.00
Trim med instruktør kl. 10.30 – 11.30

Tirsdager

Snekkerverksted kl 8.30 – 15.00
Spikkegruppe kl 9 - 13
Bingo kl.12.00 – 14.00 (partallsuke)
Bokprat: Ën tirsdag i måneden kl. 10.30 – 12.00

Onsdager

Snekkerverksted kl. 8.30 – 15.00
Treskjæringsgruppe kl. 08.30 – 13.00 (når ikke kurs)

Torsdager

Snekkerverksted kl. 8.30 – 15.00
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

Alle dager:

Sesongbasert: Aktiviteter i hagen og i drivhuset.

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

Instruktør: Ida Robberstad

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

Bedrer balanse og styrker kjernemuskulaturen.

Bør absolutt prøves! Klippekort à 15 klipp - Kr. 1500,-
Gratis prøvetime. Trening hele året, unntatt ferier.

Treskjæring – onsdager fra kl 9.00 – 13.00

Start 14. september (etternølere er velkomne)

Instruktør: Jostein Tvedt

Gammel teknikk, verdt å ta vare på.

Kursavgift: 8 ganger – Kr. 1900,-

Andre kurs settes i gang ved stor nok interesse:

F.eks Lefsekurs og 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!

NABOLAGSHAGEN!

Høst og høsting er i gang. Vi har kvern og fruktpresse tilgjengelig for de som har hagefrukt, men du må selv gjøre jobben. Ring oss for å bestille tid.

Savner du å stelle med planter, bed og jord? Velkommen til oss!

«Tre-neva» menn og damer, søkes til verkstedet vårt!

Alle som trenger en «Emil i Lønneberget-bod» og ønsker å møtes til hyggelig og sosialt fellesskap, er velkomne til oss! Verkstedet er godt utstyrt!

Åpent mandag til torsdag fra kl. 8.30–15.00 og fredag fra kl. 9.00-14.00.

NY MALEGRUPPE

Etter mange henvendelser om å delta på malergruppe, ønsker vi å få i gang en ny gruppe på mandagsformiddager. Ta kontakt med oss, dersom du kunne tenke deg å være med i gruppa

«Nabolagsmiddag» på en onsdag, Bergeland Bazar og Sanketurer

Følg med på kommunens nettsider, facebook og i lokalaviser for informasjon om det som skjer på huset.

Teater-, revy- og konsertbesøk, kulturkveld, turer og lignende



Følg ellers med på kommunens nettsider, facebook og i lokalaviser, for informasjon om det som skjer på huset.

Kontakt oss på Bergeland Bydelscenter for informasjon/brosjyre.



Stavanger kommune

Disse gruppene bør ta dose 4

En ny koronabølge er ventet i høst eller i vinter. Fordi immuniteten går ned over tid, anbefaler FHI oppfriskningsdose (dose 4) med koronavaksine til deg som er:

- 65 år og eldre
- 18- 64 år med underliggende risiko for alvorlig sykdomsforløp
- 12-17 år med alvorlig grunnsykdom
- gravid i 2. og 3. trimester

Har du nettopp vært syk med korona? Da kan du vente 3-4 måneder før du tar en ny dose koronavaksine.

Sykdommen gir deg god beskyttelse den første tiden.

Er du usikker på om du tilhører en risikogruppe?

Se www.stavanger.kommune.no/vaksine

Vaksinesenteret i Hjalmar Johansens gate 10 har åpent mandag-fredag 08.30-15.00 (stengt for drop in 11.00-12.00). Kom på drop in eller bestill tid på nettet på timebestilling.remin.no/stavanger eller telefon 51 50 7112.

FOTPLEIE – Kr. 600,-

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

KIR 100 - HÅLEPARTEN GÅR TIL SELGER gatemagasinet solt.no

Formiddagstreff i Stokka kirke – Våren 2023 –

Onsdag 8. mars:

Oddbjørg og Olav Keilegavlen:
Mathias Orheim

Onsdag 12. april:

Paul Odland fra NLM kommer til oss

Onsdag 10. mai:

Ståle Ree:

Den som oppkvikker andre,
blir oppkvikket selv

TUR: I juni håper vi at vi kan
dra på dagstur sammen.

Tannlegevakt

Vi hjelper med akutte
problemer, enten det er
smerte, løse fyllinger eller
andre tannproblemer.

Ring: **91785003**

(Ring hvis du ønsker konsultasjon)
Tannlege Follegg AS, Kannikbakken 6
(4.etasje over Vitus vaktapotek)
4005 Stavanger.



Stavanger Sanitetsforening

PROGRAM

Medlemsmøter våren 2023

Mandager - Speiderhuset kl. 19:00

27. mars: Foredrag v/Birger Lindanger:
«Epidemier i Stavanger opp gjennom tidene.»
Fra spanskesyken til korona.
24. april: Mannekengoppvisning.
5. juni: Medlemstur til «Epleriet»,
Helgøybakkane Fruktgard.
28. aug.: Bokprat v/Linn Tønnessen fra
Sølvberget bibliotek og kulturhus.
25. sept.: Trygghetstreff?
30. okt.: «Syng (og le) med oss» v/Kløverdam.
4. des.: Julemøte.

Alle møtene annonseres på foreningens Facebook-side og på nettsiden www.stavanger-sanitetsforening.no.

Husk vårt grasrottnr.: 971 339 853
– Hilsen styret



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

Byggefirma Håland

Vi hjelper med allt av vedlikehold og oppgarderinger på eiendomen din.

- Tømmerarbeid.
- Eletrikerarbeid.
- Rørleggerarbeid.
- Murerarbeid.
- Hagearbeid.

gratis befaring

Ta kontakt på tlf 40168964 for en uforpliktende prat

VELKOMMEN TIL MOSTUN NATURSENTER



FOTO: ESPEN MILLS

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

Kaféen er åpen onsdager 11.00 - 13.30 og 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 hvis du har spørsmål om vårt tilbud.



Naturvernforbundet
Rogaland

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

Besøk oss også på:

www.seniorene.no

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



Senior Norge Rogaland inviter til møte på
Madla Bydelshus, onsdag 22. mars kl. 11.00
og Mossiges Minde Sandnes 22. mars kl. 14.30

Tormod Bjørnstad, pensjonist og arbeider som frivillig i Senior Norge vil på begge møtene ta snakke om DIGITAL UTENFORSKAP - digitaliseringen er nådeløs. Myndighetene setter store krav til oss på område etter område. Nå må vi ha smarttelefon med apper både for å få informasjon og kunne kjøpe varer og tjenester. Hvordan takler vi dette på best mulig måte?

I tillegg kommer styreleder Jon Rogstad og forteller om status i Senior Norge.

Alle hjertelig velkommen

Eldrerådet

Tilskudd fra Eldrerådet

Driftstilskudd kan søkes av lokale, frivillige organisasjoner, lag, foreninger og menigheter som driver sosialt forebyggende arbeid blant eldre.

Søknad stilles til Eldrerådet, og sendes på mail til jorunn.lura.jaasund@stavanger.kommune.no eller pr post til

Stavanger kommune, Eldrerådet,
Postboks 8001, 4068 STAVANGER

Søknadsskjemaet finner du på kommunens hjemmeside. **Søknadsfrist er 31. mars**

Senior Ynglingen

9. mars: Direktør i Næringsforeningen, **Harald Minge:** Næringsvirksomhet i Stavanger. Vi markerer **30 års jubileum** for Senorynglingen

23. mars: Leder av Kirkens SOS i Rogaland, **Eivind Hauglid:** Om virksomheten til Kirkens SOS.

13. april: Statsforvalter **Bent Høie:** Erfaringer som minister og statsforvalter

27. april: Oberstløytnant **Palle Ydstebø:** Om krigen i Ukraina

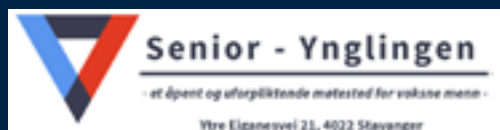
11. mai: Oddbjørg og Olav Keilegavlen: Mathias Orheim – liv og virke

25. mai: Inge Bruland: Mine besøk i det enestående St. Katarinaklosteret i Sinaiørkenen.

På alle møter er det «Drøs og dråpe» og godt fellesskap rundt bordene.

Møtene holdes i Ynglingens lokaler på Lassa, fra kl. 11.00–13.00. Et åpent og uforpliktende møtested for voksne menn. Velkommen!

Du finner oss også på facebook:
Senior Ynglingen Stavanger



Frivillig for kvinner med flerkulturell bakgrunn?

Frivillighetsarbeidet gjør at man får bety noe for andre, og la andre bety noe for seg. KIA har norskopplæring og aktivitet for kvinner med flerkulturell bakgrunn.



Vi arbeider med kvinner som 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, noen de kan snakke norsk sammen med og frivillige til digital leksehjelp. Har du lyst til å bidra?

Vi benytter enkle digitale verktøy som alle får til, og overholder smittevern på tur.

Ta kontakt med oss på tlf: 458 70 329 eller marianne.fjermestad@kianorge.no



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



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 - 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 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 apparat trening 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

Eiganes og Våland frivilligsentral:

Jon Ree Holmøy, mobil: 99263301/
Elizabeth Parra Ganteaume, mobil:
47784171

Madla og Kvernevik frivilligsentral:

Jon Ree Holmøy, mobil: 99263301/
Elizabeth Parra Ganteaume, mobil:
47784171

Finnøy frivilligsentral:

Ragnhild Valand, mobil: 99398595

Rennesøy frivilligsentral:

Björg Vestbø, mobil: 40292381

Hillevåg frivilligsentral:

Nina Tunge- Kvamme, mobil: 92432928

Storhaug frivilligsentral:

Hege Benedicte Blom Stene,
mobil: 90713992

Hinna Frivilligsentral:

Sunniva S. Roberts, mobil: 91842657

Tasta frivilligsentral:

Eva Maria Gärtner, mobil: 46925212

Hundvåg frivilligsentral:

Ann Therese Madland, mobil: 99290718

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!



Formiddagstreffet i Madlamark menighet

Våren 2023 Kl. 11.00 i menighetssalen.

15. Mars	Tarald Aano: «Afrikanske oppturer.» Jostein Byrkjedal: «Blomster på Svalbard.» Andakt.	26. April	Håkon Kessel: «Silkeveien før og nå.» Ole Geir Skjæveland: «Vår i krukkene.» Andakt.
29. Mars	Fastegudstjeneste v/ Turid prest. «Nye og gamle sanger og salmer i fastetiden» v/Odd Jan Hagen.	10. Mai	Ove Jølbo: «Stavanger 2025. Domkirken og byen 900 år, klar for 900 nye?» Billedserie fra Azorene v/S.H.Kjelby. Andakt.
12. April	Ingar Kvía: Forteller om Haydom lutherske sykehus i Tanzania.» Andakt.	24. Mai	Tur til Helgøy, fruktøya i Ryfylke. Bindende påmelding.

Lyst å bli med som frivillig?

Du er en resurs for andre seniorer!
Du er med i et hyggelig fellesskap!

Ta kontakt med Brit hvis du ønsker å være med!
Tante Emmas Hus – for seniorer
Kongsgt. 43, 681, 51507214
tanteEmmas.Hus@stavanger.kommune.no



Gausel bydelshus
ALLTID ÅPENT!



Dette bildet av Ukjent forfatter er lisensiert under [CC BY-ND](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

Velkommen til Senior Kafe på Gausel bydelshus!

Tirsdager Kl 10-12

Torsdager Kl 12-14:30

Kjøp av kaffe, te og noe godt å bite i.

Gode drøps, aktivitet og sosialt samvær.

For informasjon kontakt Hinna Frivilligsentral:

Epost: sunniva.s.roberts@stavanger.kommune.no

Mobil: 918 42 657

VELKOMMEN PÅ TUR MED 60+

Stavanger Turistforening



Du finner alle turer og arrangement på stf.no



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@johannes.no

www.johannes.no

Rådgivningskontor for hørselshemmede og deres nettverk



Stavanger
kommune

Spørsmål som gjelder nedsatt hørsel. Bruk og stell av høreapparater. Informasjon om tilbud og rettigheter. Hjelp med brev, søknader og skjema o.a.

Stavanger kommune har Rådgivningskontor for hørselshemmede over 18 år og deres nettverk. Tjenesten er gratis og gjelder for innbyggere i Stavanger og Randberg. Rådgiverne kan treffes på Johannes læringssenter, Haugesundsgata 27 – etter avtale tirsdag og torsdag.

Eller møt opp på:

Formiddagstreff i Døvekirken

Kl. 11.00-13.00: Hver tirsdag

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. 09.00-11.00: Tredje torsdag i måneden

Judaberg innbyggertorg

Kl. 12.00-14.00: Tredje torsdag i måneden

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. E-post: horsel@johannes.no

Postadresse: Pb 8069 Forus, 4068 Stavanger

www.johannes.no Spesialavdeling Voksne (gult felt) - Meny

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
eller på telefon 51 84 90 00.



Foto: Stein Hugo Kjelby



Stavanger Sanitetsforening

Styreleder Ingrid Bergesen Tlf. 48 14 17 02
Kontor, Madlaveien 13 Tlf. 51 52 67 88
Bo- og aktivitetssenter, Tjensvoll Tlf. 51 87 01 10

Velkommen til: Møter for medlemmer og andre interesserte siste mandag måneden kl. 19.00.

Morgenbading og publikumsbading i varmtvannsbasseng, trening i aktivitetspark,
kafe mv. i bo- og aktivitetssenteret.

Utleie av selskapslokaler og kurs- og møtelokaler.

For mer info: ta kontakt pr. telefon eller sjekk vår nettside:

www.stavanger-sanitetsforening.no.

Vi er også på Facebook: Stavanger Sanitetsforening, frivillig organisasjon.



Stavanger
kommune

Rådgivningskontoret

På rådgivningskontoret får pensjonister bosatt i Stavanger gratis rådgivning innenfor en rekke områder:

- arv og testamente
- overskjøting av fast eiendom
- pensjon og forsikringer
- fremtidsfullmakter
- andre saker som synes det kan være nyttig å snakke med oss om.



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

Du kan ringe og bestille time på tlf 51 50 78 90 mellom kl. 10.00 og 12.00. Vi kan også kontaktes over e-mail til radgivningskontoret@stavanger.kommune.no

HaaTo privat hjemmehjelp

VI TILBYR:

Avlastning og en person å forholde seg til
Brukerstyrte hjemmehjelpstjenester
Frisørtjenester
Tid til din disposisjon
Allsidighet og fleksibilitet
Hjelp til innkjøp
Utvask av bolig



Vi etablerte hjemmehjelpstjenesten HaaTo i september 2005 som et supplement til den offentlige hjemmehjelpen.

KONTAKT OSS:

Mette Thomassen – Tlf.: 959 66 117 • Sissel E. Haarr – Tlf.: 975 64 523
E-post: mette@haato.no – www.haato.no



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/, eller send en e-post til Nasjonalforeningen Stavanger demensforening. demensforeningenistavanger@gmail.com

Tlf.: 938 88 591, leder Lillian Michaelsen

Følg oss på Facebook:

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



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



Kådet for psykisk helse

HELSE STAVANGER
Stavanger universitetssjukehus

**VELGÅ
LEVENO**
selvmordsforebygging

Landsforeningen for hjerte- og lungesyke – LHL Stavanger, Sola og Randaberg

Vi er en lokalforening med ca. 850 medlemmer og har som motto å gjøre livskvaliteten best mulig for våre medlemmer.

Vi har åpne møter den andre onsdagen i hver måned i Bekkefarets bydelshus 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 Tennesand tlf. 90 77 93 66.

Turtrim med innlagt kaffi og drøsepause hver onsdag kl. 11.00, møtested Gamlingen.
Kontaktperson Borghild Thorsen tlf. 51 58 02 31.

Dans 4 ganger årlig, danseaften til levende musikk på Skipper Worse, Ledaal.

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



LHL
Stavanger

I samarbeid med nærliggende lokallag, likemannstjeneste ved hjerte og lungeavdelingene på SUS, hver onsdag fra kl. 15.00–17.00.

Bingo og sosialt samvær i Bekkefarets Bydelshus siste mandag i hver måned kl. 18.00–20.00.

Lørdagstreff i Rosenkrantzgt. 36. første lørdag i hver måned kl. 11.00–13.00.

Hobbyklubb for damer i Rosenkrantzgt. 36. første mandag i hver måned fra kl. 17.30.

Vi arrangerer også årlig 4 kjekke bussturer.

Vårt kontor er i Rosenkrantzgt. 36 og har åpent hver mandag og tirsdag mellom kl. 11.00 og 13.00. Tlf. 51 53 40 51.

Blir du medlem får du tilsendt vårt blad 4 ganger i året. Her formidler vi fortløpende alle nødvendige opplysninger.

HØRSELSHJELPEN

Har du behov for tips eller assistanse
for bruk og stell av høre-apparater og
hørselshjelpemidler?

Erfarne brukere vil hjelpe deg.

Skipper Worse, Ledaal: den 2. torsdagen i måneden fra kl. 11 til kl. 12:30
Skipper Worse, Madla: den 2. tirsdag i måneden fra kl. 10:30 til 11:30
Skipper Worse, Tasta: den 2. tirsdag i måneden fra kl. 12:00 til 13:00

Kommunens Rådgivningskontor for hørselshemmede vil være tilstede på Skipper Worse, Ledaal, den 2. torsdagen i måneden fra klokken 11.00-12.00

Ta kontakt med administrasjonen for mer informasjon

ER DU CI (COCHLEA
IMPLANTAT) BRUKER?

*Velkommen
til CI-klubben*

► På Skipper Worse, Ledaal, har vi etablert en uformell møteplass (CI-klubben) hvor CI-brukere og pårørende/nære familiemedlemmer, samt personer som vurderer CI-operasjon, kan møtes.

► Her treffes vi den 3. onsdagen i måneden fra kl. 11 til kl. 13.

Møtedatoer høsten 2021: 15. sept, 20. okt, 17. nov og 15. des.

Ønsker du mer informasjon, send sms til 91157254



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



Av.og.til



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 eller ring koordinator Birgitte Nordnes på 907 86 958 eller 51 52 38 50. Du kan også registrere seg på www.mittrodekors.no.

 **Røde Kors Stavanger**
Omsorg

TANTE EMMAS HUS – FOR SENIORER



Kongsgata 43, tlf. 51 50 72 71

Kafe Breiavatnet er åpen
Mandag til fredag: kl. 11.00 – 15.00

Kafe hvor byens seniorer kan møtes. Kafeen har byens flotteste utsikt over Breiavatnet.

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. 51 50 78 90, 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: 1. torsdag: i mnd. kl. 11.00 – 12.00
De gir råd og veiledning om tilbud og rettigheter for personer med nedsatt hørsel.
(Rådgivningskontorene følger skolens ferie)

Trenger du hjelp med data? Seniornett

Dataklubb i Tante Emmas Hus – 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?



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

Aktiviteter i Tante Emmas Hus!

Slektsgranskingsgruppe

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 olde-mor 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 Tante Emmas Hus Dataklubb kan du være med på både Dataklubb og Slektsgranskning

Frivillige veiledere i Tante Emmas Hus 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 Brit for å få nærmere opplysninger.

Strikkekafe:

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

Kunstutstilling

Kunstutstilling av Yvette Lardinois varer til og med 17.mars.

Konsert – «Alf Prøysen – et stykke norgeshistorie»

Konsert med Leif Blix og Lars Nygaard fra Den Gode Melodi fredag 24.mars kl. 13.00.

Allsang

Det blir allsang 1.fredag i mnd. Kl. 12.00. Vi har fått sangbøker i gave fra Pensjonistforbundet Stavanger Lokallag og følgende vil lede allsangen:

Fredag 3.mars – Rannveig Skiri Mosbakk, fredag 14.april: Ståle

Strømsvold, fredag 5.mai: Terje Rønnevik. Siste fredag med allsang før sommeren blir fredag 2. juni kl 12.00.

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.

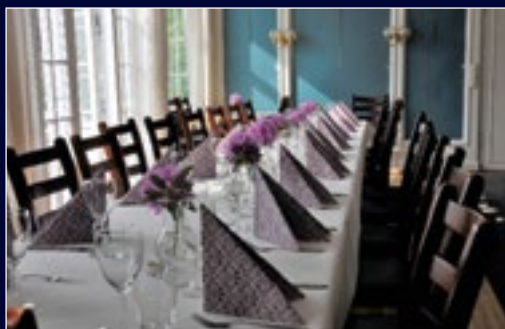
Frivillig til Dataklubb

Dataklubben drives av frivillige pensjonister med gode data-kunnskaper. Kan du tenke deg å være med som frivillig hjelper på vår dataklubb så er du hjertelig velkommen. Kom innom en onsdag og se om dette kan være noe for deg eller ta kontakt med Brit på tlf. 51507214.

Frivillig til Kafe

Tante Emmas Hus har frivillige som er med og driver kafeen. Har du lyst til å være med å jobbe på kafeen, så ta kontakt med Brit på tlf. 51507214

Selskapslokale med byens fineste utsikt over Breiavatnet!



Selskapslokale til leie i anledning fødselsdager, barsedåp, 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

Alle er velkommen til Tante Emmas Hus – for seniorer



UT PÅ (BUSS)TUR MED SKIPPER WORSE

Visste du at vi arrangerer mange kjekke og rimelige dagsturer rundt om i distriktet?

Nå i vår, for eksempel:

16. mars går turen til Håland Kjøtt på Klepp. Der blir det kåseri av «kjødhandlar» Idar Håland om temaet «Håve te hale». Det blir komlemiddag m. dessert i Edeståvå og det kan handles i kjøttdisken.

Neste dagstur blir 4. mai. Da blir første busstopp på Køhlerpaviljongen på Nærbø hvor det blir «Rabarbrasafari». Videre til Hølland Gård og Gartneri på Oгна. Det er tid for å handle inn sommerblomster til krukker og bed. Siste stopp blir Jærgården Kvalbein på Brusand hvor det blir middag, m.m.

Egen reisevert fra oss er med på alle turene.

Ta kontakt direkte til våre senter for snarlig påmelding eller for å høre mer. Vi har felles telefonnr. 51 56 43 30.



«HVERDAGSGLEDE»

Etter vinterens store fokus på den herlige serien om demens-koret på NRK er vi ekstra stolte over Skipper Worsse sitt lavterskeltilbud til hjemmeboende med demensdiagnose på Ågesentunet i Hillevåg. Med fokus på trivsel og en aktiv hverdag, møtes vi til aktiviteter som turgruppe, trim, kafe og allsang.



Hverdagsglede gir sosialt fellesskap med mennesker i samme situasjon. Sammen ønsker vi å skape fine øyeblikk og glede oss over gode opplevelser i hverdagen. Åpent mandag, onsdag og fredag. Tirsdager har vi pårørendetreff.

Ta kontakt med oss på mobil 415 45 781/epost: agesentunet@skipper-worse.no



SYNES DU QUIZ ER GØY?

Da er du hjertelig
velkommen til quizen på
Skipper Worse Ledaal.



Annehver onsdag kl. 13.00 møtes vi
til en kjekk time med spørsmål av
alle slag. Vi deler oss i lag og har det løye. Spørsmål om alt
mellom himmel og jord. Ingen kan alt, alle kan noe! Etterpå
koser vi oss i kafeen! Bli med, du og vel! For mer info, ta
kontakt.



SKIPPER WORSE AKTIV



Trening for alle nivåer. Kom - enten du ikke har trent på minst
20 år, eller allerede er veltrent. Vi har flere ukentlige timer med
instruktør både på Ledaal, Madla, Tasta,
Hundvåg og Sunde.
På Ledaal har vi treningsstudio og åpent både
på dag- og kveldstid.

Du finner treningsplan på hjemmesiden vår
www.skipper-worse.no/Aktiv
For mer informasjon ta kontakt på telefonnr. 51
56 43 30 (innvalg 1), eller

epost: aktiv@skipper-worse.no.

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



Mobil: 459 19 714

St. Olavs gt. 25_ Stavanger



**Bli frivillig på vår
språkopplæring
som lærer eller på
språkkafe**



Vi trenger frivillige, dersom du kan tenke deg å bidra kan du ta kontakt med oss på: office@caritastavanger.com
tlf. **459 19 714** eller besøke oss i St. Olavs gt. 25, 4005 Stavanger.



Caritas er en internasjonal hjelpeorganisasjon. I Norge jobber Caritas hovedsakelig med integrering av innvandrere i det norske samfunnet.

Mange flyktninger har behov for informasjon og kunnskap om lokalsamfunn, kultur og språk. Som frivillig kan du hjelpe dem å finne deres plass i det norske samfunnet!

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





Hinna Sanitetsforening

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

Velkommen til:

Foreningsmøte 1. tirsdag i hver måned
kl. 19.00.

Seniordans hver onsdag kl. 14.30-16.

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



Kirkens SOS trenger *flere* frivillige!



Trenger DU en prat - ring 22 40 00 40

Har DU tid til å lytte til andre og vil bli frivillig - ring 971 70 995

993HJELP™

TIL ALT MULIG

VI ER TOTAL LEVERANDØR
AV ALLE TYPER
HÅNDVERKTJENESTER
OG KAN HJELPE MED

- ♣ TØMMERARBEID
- ♣ MURERARBEID
- ♣ MALERARBEID
- ♣ RØRLEGGERARBEID
- ♣ ELEKTRIKERARBEID
- ♣ FLISELEGGING
- ♣ HAGEARBEID
- ♣ OG MYE MER

VI PÅTAR OSS OGSÅ TOTALRENOVERING AV
BADEROM

Ta kontakt på

Tlf. 993 45 357

www.993hjelp.no

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 distriktkontor Stavanger
Kontakt 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.



FRIMERKESAMLING ER EN HYGGE LIG HOBBY



Har du en frimerke-
eller postkort-samling?
Kanskje tiden er moden
for å gjøre noe med



samlingen, da er du velkommen i
STAVANGER FILATLIST-KLUB



Medlemmene ser fram til å møte deg og samtale om dine samlerinteresser.

Et kåseri om et samleområde holdes ofte på møtene.

Det arrangeres klubbauksjoner, bytteleder har med utvalgshefte, du kan bytte eller selge til hyggelige priser. Du kan få fylt «huller» i samlingen din til gunstige priser.

Du er velkommen som gjest på våre møter,
liker du deg hos oss vil vi gjerne ha deg som medlem.

MØTEDAGER

Mars 14. og 28. April 25. Mai 9. og 23. Juni 13

Vi holder møtene

på Ågesentunet, Ågesenveien 6 i Hillevåg,
dørene åpner klokken 18:30,
andre og fjerde tirsdag i måneden.
På møtene serverer vi kaffe og noe å bite i.

VELKOMMEN!



STAVANGER FILATELIST-KLUB

HELSEHUSET STAVANGER

AVDELING FOR HELSEFREMNING OG MESTRING

Vi støtter dere innbyggere
til å fremme egen helse
for et meningsfylt og aktivt liv.

Nysgjerrig?

Les mer på vår nettside
bit.ly/hhstavanger



Stavanger
kommune



Er måltidsvenn noe for deg?

“Måltidsvenn” er et tilbud til deg som ønsker “en venn” å dele et varmt måltid med en dag i uken. Måltidsvennen er en frivillig som er engasjert ved kommunens frivilligsentral. Maten som kun krever oppvarming, bestilles og leveres fra en lokan leverandør. Måltidsvennen kommer hjem til deg til en avtalt dag, og dere blir sammen enige om detaljene rundt måltidet. Utgifter til et varmt måltid med dessert dekkes av prosjektmidler.

Forskning viser at det å spise sammen og ha et hyggelig måltid kan ha positiv innvirkning både i forhold til matglede og trivsel. Har du sittet mye alene i forbindelse med smittesituasjonen vi har vært igjennom? Strever du og med appetitt og måltidsglede, er gjerne dette noe for deg?

Ta kontakt med Tove Øie på e-post: tove.oie@stavanger.kommune.no eller tlf.: 91878561 dersom du ønsker en måltidsvenn eller om du vil vite litt mer om ordningen.



Scann QR-koden for å lese mer om Helsehuset og hvordan du kommer i kontakt med oss.

Pensjonistuniversitetet



Stavanger

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

Program våren 2023

- Onsdag 19. april** Berge Furre, mannen som både skreiv og skapte norgeshistorie
// Journalist og forfatter Arnhild Skre
- Onsdag 24. mai** Historien om båten – fra skog til hav med farkosten som endret verden
// Forfatter og journalist Torolf Kroglund
- Torsdag 15. juni** Sommertur til IVARs vannkilder og Langevatn vannbehandlingsanlegg
- Onsdag 23. august** Min politiske reise
// Statsforvalter Bent Høie
- Onsdag 13. september** Jens Hunseid - Rogaland eneste statsminister
// Forfatter Thor Geir Harestad
- Onsdag 27. september** Personopplysninger på avveie
// Direktør ved Datatilsynet Veronika J. Buer

Alle foredrag holdes i **Kulturhuset Sølverget kl. 11.**

Medlemskontingent for 2023 er kr. 500. Medlemmene har gratis adgang til foredragene. Inngangspenger for ikke-medlemmer er kr. 100.

Hjemmeside: www.pustavanger.net, e-post: post@pustavanger.net

Sunde Bedehus Sundeveien 29, Telefon: 922 53 496

17. mars kl. 10.30 Formiddagstreff

Besøk av Joleif & Margunn Salte med tale og sang

24. mars kl. 19.00 Fredagskveld på Bedehuset

v/ Svein B. Torsteinsbø. Bedehushistorie 1900-1940. Sang og musikk

11. april kl. 10.30 Formiddagstreff

Besøk av gartner Odd Grude. Sang av Sigrid Bru og Asbjørn Eriksen

9. mai kl. 10.30 Formiddagstreff

Besøk av Per Tjøstheim og Sven Viste

6. juni Fellestur med formiddagstreffene

DU ER VELKOMMEN TIL HYGGESTUNDER I TRIVELIG MILJØ



Landsforbundet for offentlige pensjonister

Rogaland Sør lokallag

Vårprogrammet til LOP Rogaland Sør er godt i gang, men flere tilbud gjenstår:

22. mars: Medlemsmøte i Fredheim Arena, Sandnes. Ernst Baasland holder foredrag med tittelen «Norge er større enn du tror». En elevgruppe med valgfag sal og scene ved Bore ungdomsskole viser utdrag fra forestillingen «Men du syng, Irina» - om den ukrainske poeten Irina Ratushinskaya som ble fengslet i 5 år fordi hun skrev dikt sovjetstaten anså som statsfientlige.



Ernst Baasland
Foto: Privat

Elevgruppe fra valgfag sal og scene
Foto: Privat



23. og/eller 30. mars (avhengig av antall påmeldte): Bedriftsbesøk på IVARs vannbehandlingsanlegg, Langevatn, Ålgård. Vi bestiller bord til dem som etter besøket vil spise lunsj på «Mor sin» i Kongeparken.



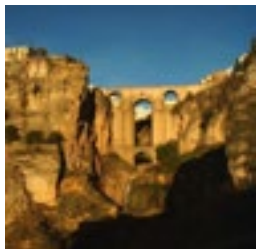
Langevatn. Foto: IVAR

15. – 22. april går turen til Spanias sydligste del, Andalucia, med direktefly fra Sola.

Vi bor på samme hotell hele uken og har dagsutflukter derfra til Ronda, Torremolinos, Gibraltar, Frigiliana, Nerja og Mijas.

På en slik reise med LOP RS er du sikret å være i et godt og inkluderende reisefølge også om du reiser alene.

LOP RS sin kontaktperson, Kirsten Kvalbein Egeland, er med på hele turen.



Ronda-broen Foto: Norsk tur



Gibraltar Foto: Norsk tur



Kirsten K. Egeland
Foto: Privat

03. mai: Medlemsmøte i underetasjen i Frøyland og Orstad kyrkje. Der vil Arvid Mæland som vi ble kjent med gjennom NRK-serien «Cowboyen og kongen», besøke oss med et foredrag vi har gitt tittelen «På min måte». Kulturelt innslag ved visesanger, revyartist og låtskriver Knut Kornelius Gundersen.



Arvid
Mæland
Foto: Privat

Knut
Kornelius
Gundersen
Foto: Privat



06. – 07. juni: Busstur til Dalane og Kvinesdal med overnatting på Hotell Utsikten. På turen har vi lagt inn besøk i Magma geopark, Titania – bergverksdrift med dagbrudd på Tellnes og utskipingshavn i Jøssingfjord, fajansemuseet i Egersund, Sokndal kirke, Sogndalstrand, Feda og treskofabrikken på Eik.



Foto: Hotell Utsikten



Foto: Titania

For mer informasjon, fullstendig program og/eller innmelding i LOP, se hjemmesida vår, www.lop.no/rogaland eller kontakt lokallagsleder Bjørg Brekke Sørskog: E-post: bjorg.brekke.sorskog@kleppnett.no Tlf. 906 69 184



HINNASENTERET

Kurs- og aktivitetssenter

PROGRAM VÅR 2023

Våre tilbud er for seniorer.

Andre kan delta uten tillegg i pris.

Flere av aktivitetene støttes av K-stud.

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

Servering

Under våre aktiviteter tilbys lunsjpakke; to halvpåsmurte rundstykker, en kopp kaffe og vaffel for kr 50,- per pers.

Det er mulig å bestille kaker, bakst og påsmurt mat fra vårt kjøkken. Ta kontakt i god tid på forhånd.

Åpent hverdager 08-14.00

Telefon: 51905790

Gamleveien 30B, 4018 Stavanger

E-post: hinn@hesbynett.no

Du finner mer om oss på:

www.hinnasenteret.no

Det er også VI-TO frisør & fotterapeut på Hinnasenteret. Ta kontakt med Farah H. Razavi, mobil: 41649566.

MANDAG:

Håndarbeidsgruppe kl. 10.00

Veving, toving mm. Oppstart 09. januar.

Datagruppe kl. 10.00

Vi har det sosialt og lærer av hverandre. Ta med PC/nettbrett. Oppstart 09. januar.

Kunst- og kulturgruppe kl. 10.30

Kunst- og kulturforelesninger ved gjester og egne krefter. Oppstart 16. januar.

Fransk konversasjon kl. 11.00

– Viderekomne. Vi kommer sammen og samtaler på fransk. Ingen lærer. Oppstart 09. januar. Semesterkontingent kr 150,-.

TIRSDAG:

Bridge – viderekomne kl. 10.00

Vi samles i stuen for hygge og spill. Kontingent kr 150,- Oppstart 03. januar.

Turgruppe kl. 10.30

Ca. 1 times tur i nærområdet. Oppstart 03. januar. Lunsj etterpå.



ONSDAG:

Bridgekurs for nybegynnere kl. 10.00

Oppstart 15. februar v/min.8stk.
6 samvær, kursavgift kr 700,-.
Lærer Thom Hinna.
Påmeldingsfrist 1. februar.

Spansk dagligtale kl. 10.00

Oppstart 25. januar 10 ganger ved
min. 6 stk.påmeldte.
Påmeldingsfrist 14. januar.
Kursavgift kr 850,-.
Lærer: Odrun Eiken Cruz.

Andakt i kirkerommet kl. 10.15

– Et samarbeid med Hinna Menighet.
Oppstart 11. januar.

Hinnasenterets Pensjonistforening kl. 10.40

Vi møtes i stuen til underholdning,
åresalg, drøs, og fellesskap.
Medlemskontingent kr 250,-.
Nye medlemmer alltid velkomne!
Oppstart 11. januar.

Sterk og stødig kl. 12.45-13.45

Treningsgruppe for seniorer.
– Et samarbeid med fysioterapitjenesten
og frivillige aktører. Ingen påmelding.
Merk: programmet følger skoleruta.

TORSDAG:

Bridgekurs kl. 10.00

For deg som vil friske opp gamle
kunnskaper med lærer Paul A. Hinna.
Oppstart 05. januar.
Kursavgift kr 650,-.
Meld deg sammen med en makker.
Påmeldingsfrist 3.januar.

Sosialt treff for enslige og aleneboende kl. 11.30

-Uforpliktende fellesskap uten fast
program. Selvstyrt gruppe.
Det er mulig å kjøpe lunsj.
Oppstart 05.januar

Yoga kl. 09.30

10 ganger med instruksjon av
Ellen Thomseth.
Kursavgift kr 1100,-.
Oppstart 09.februar.
Matter for utlån. Ta med et godt teppe.
– Mulig å kjøpe lunsj etterpå.
Påmeldingsfrist 01.februar.

FREDAG:

Snekkerbøden kl. 10.00

Treskjæring og annet trearbeid.
Semesterkontingent kr 200,-.
Oppstart 06. januar.

Malegruppe kl. 10.00

– Alle teknikker. Vi inspirerer hverandre.
Semesterkontingent kr 200,-.
Oppstart 06. januar.

Åpen kafe kl. 11-13.00

Ta deg en tur innom for lunsj,
kaffe,drøs og fellesskap.
Oppstart 06 januar.

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 til kl. 11.00 kan du spille badminton. Fra kl. 11.00 til kl. 12.00 er det musikk og gymnastikk.

Vi har god plass og greie garderober med dusj. Vi er nå 135 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

Mobil: 951 12 122

Hei, flotte damer

Vi starter opp med ny gruppe for dere som er blitt alene enten i privatlivet, nettopp blitt ferdig med arbeidslivet eller bare trenger å skifte nettverk.

Vi søker jevnaldrende damer i alder + / - pensjonist som plutselig har fått mye alenetid og som ønsker å ha noen å gå ut med, enten tur i nærområdet, reiser, kino, revy eller bare ta en kaffe sammen.

Søker aktive damer som ikke har for mange baller i lufta og som har tid til å treffes med jevne mellomrom.

Du må være på Facebook.

Ta kontakt med sissel.kvale@lyse.net så snakkes vi.

PROGRAM FOR STAVANGER- LÆRERNES PENSJONISTLAG VÅREN 2023

21.03 Øyvind Norsletten snakker om Ukraina

25.04 Magnhild Meltveit Kleppa:
«Skjemt og alvor fra et politisk liv.»

23.05 Tur

Møtene starter kl. 11 og holdes i Frelsesarmeens lokaler i Kongsgt. 50. I tillegg til foredragene blir det opplesning, sang og matservering. Prisen er 100 kr.

Røde Fjær aksjonen gjennomføres hvert 5. år, og finansierer m.a. Ridderrennet på Beitostølen - verdens største vintersportsuke for syns- og bevegelseshemmede.



Vi er gode venner som hjelper andre. Vil du bli med oss?

Lions er en verdensomspennende, frivillig serviceorganisasjon med 1,4 millioner medlemmer i 210 forskjellige land. I Norge er vi 10 tusen medlemmer i 435 forskjellige klubber. Vi er politisk og religiøst nøytrale, men har felles verdigrunnlag og felles mål. Vi har et stort fokus på klubbenes egne nærområder med tiltak for eldre og for barn og unge - først og fremst i miljøer hvor noen lett faller utenfor.



Det er 9 Lionsklubber i Stavanger, ca 300 kvinner og menn som bruker litt av sin fritid for å hjelpe andre:
LC Stavanger - LC Stavanger/Finnøy - LC Stavanger/Gyda -
LC Stavanger/Hafersfjord - LC Stavanger/Harald Hårfagre -
LC Stavanger/Hinna - LC Stavanger/Jåtten -
LC Stavanger/Tasta - LC Stavanger/Øyane



Kontakt vår soneleder om du ønsker informasjon om medlemskap. Telefon: 977 17 342

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

Datahjelp

Vil du lære å bruke smarttelefon, PC eller nettbrett?
Vil du kjenne deg tryggere på internett? Kom innom
et av våre tilbud, så hjelper vi deg!

Hundvåg

Drop-in hver mandag klokken 12.00–14.00 i kafeen på Øyahuset. Ingen påmelding. Ta kontakt med Ann Therese Madland på Hundvåg frivilligsentral dersom du har spørsmål: ann.therese.madland@stavanger.kommune.no eller ring 992 90 718.

Storhaug

På Storhaug, i Kvitsøygata 3, arrangeres datahjelp som drop-in på tirsdager i oddetallsuker, i forbindelse med at det serveres suppe. Oppstart for 2023 er tirsdag 17. januar, kl. 16.0–18.00.

I sentrum på Sølvberget

Gratis datahjelp i inntil 20 minutter, mandag til torsdag klokken 17.00–21.00 i informasjonsskranken i 1. etasje.

Judaberg

Datahjelp på biblioteket fredag kl. 09.00–11.30 i partallsuker

Vikevåg

Datahjelp med drop-in hver mandag klokken 11.30–13.00 på Rennesøy bibliotek i Vikevågveien 128. For mer informasjon eller dersom du har spørsmål, ta kontakt med Innbyggerservice på tlf. 51 50 70 90.

Hinna

Datagruppe på torsdager kl. 10.00–11.30 på Idunhuset, Gamleveien 53. Ta kontakt med Hinna frivilligsentral 51 50 78 21/918 42 657



Stavanger
kommune