

INFORMASJONSBLAD FOR ELDRE I STAVANGER

Mortepumpen

NR. 3/2025

49. ÅRGANG





Informasjonsblad for eldre i Stavanger

Utgitt av:

Stavanger kommune • Helse og velferd

Redaktør:

Stein Hugo Kjølby
sthugokj@online.no

Redaksjonskomité:

Geir Johansen
geir.johansen@stavanger.kommune.no

Bente Hildeng Næss
bentehildengnaess@gmail.com

Anne-Grethe Thesen Godal
aggodal@gmail.com

Hjørdis Smedvig • hs@smedvig.no

Stein Hugo Kjølby • sthugokj@online.no

Redaksjonens adresse:

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

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

Neste nummer postlegges: 02.12.2025
Stoff må være i redaksjonen: 24.10.2025.

Forsidebilde: «Restauration» på vei til sin ferd over Atlanteren etter en kongelig avskjed 4. juni.
Foto: Jarle Aasland, Stavanger Aftenblad

Opplag: 16.200 eksemplarer

Layout og 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:

Gjør deg selv en tjeneste

Høsten har for lengst markert sin ankomst. Vi går inn i en tid med skiftende vær, med kortere dager og mørkere kvelder. Godt da å kunne se tilbake på en god sommer som mer enn tidligere somre har gitt oss store opplevelser. Byens 900-års jubileum, kongebesøk, Restauration, festivaler og kulturbegivenheter har gitt varige minner. Det imponerer at så mye og så stort kan gjennomføres i løpet av noen korte sommermåneder. Hvordan klarer arrangørene dette? Dessverre kommer det ikke alltid klart frem, men uten alle de frivillige hjelperne hadde mye av alt dette ikke kunne blitt gjennomført! Vi ser viktigheten av den frivillige innsatsen i flere sammenhenger, og det er sagt at uten frivillighet stopper Norge.

Et eksempel henter vi fra Tante Emmas Hus for seniorer. I sommer feiret de 20-års jubileum. Fra en meget beskjeden start har Huset blitt fylt med aktiviteter til glede og gagn for byens pensjonister fordi frivillige har engasjert seg i å bygge opp tilbudene. Hadde det ikke vært for de frivillige hadde det blitt stusslig i Kongsgaten 43, ble det sagt flere ganger på jubileumsdagen. Det som også ble tydelig fremhevet fra de frivilliges side, var den glede de opplevde og hvor mye positivt de selv fikk igjen for å engasjere seg. Så parolen fra alle lag og organisasjoner: Gjør deg selv og andre glad, engasjer deg i frivillig arbeid!

Når dette skrives er vi midt i valgkampen, kanskje den kvasseste på mang år. Her på våre kanter har eldreomsorgen vært et hett og yndet tema. Vi har alle våre egne meninger om hvordan vi ønsker å leve på våre eldre dager. Om vi får våre ønsker oppfylt, vil kanskje valgresultatet gi oss en pekepinn på.

Når dette leses er valget over og vi har kanskje fått en ny regjering. Hvorfor det ikke ble som du ønsket deg, må du selv tenke over, og heller komme sterkere tilbake om fire år. I mellomtiden ønsker vi regjeringen lykke til i arbeidet med å gjøre det beste for landet vårt.

Nytt fra eldrerådet

Av: Kjersti Ørvig

I handlingsplanen for Stavanger Eldreråd vises det under punkt 1, til at eldrerådet skal være både aktive og synlige i arbeidet sitt. Dette forplikter oss til å følge opp saker som angår eldre, og bidra til at seniorennes stemme blir hørt - både i politiske prosesser og i det offentlige rom.

Eldrerådet har etablert samhandling med noen institusjoner og i den anledning besøkt et aldershjem og et sykehjem. Dette har gitt oss et godt innblikk i både drift og organisering av den enkelte institusjon vi har besøkt. Eldrerådet tilstreber å avholde annet hvert møte på ulike institusjoner.

I etterkant av Stavanger Aftenblad sin rapportering av avvik ved sykehjem i Stavanger, har eldrerådet hatt møte med direktør for Helse og Velferd. En annen sak eldrerådet har tatt fatt i gjelder forslaget om egenandeler på alarmer i møte med leder av utvalg for Helse og Velferd: Jan Petter Hernes.

Eldrerådet har åpne møter hvor engasjerte medborgere kan ta opp saker med oss. I tillegg har vi hatt en tema halvtime med deltagere som har etterlyst at eldrerådet i større grad arbeider for å få mer aktiviteter for eldre på sykehjem. Dette har vi tatt videre til de alders/sykehjem vi har besøkt.

Andre aktiviteter i henhold til handlingsplan omfatter blant annet deltagelse i koordineringsgruppen for aldersvennlig samfunn i Stavanger Kommune.

Koordineringsgruppen har i løpet av 2024/2025 arbeidet med å lage en tiltaksplan for å gjøre kommunen mer aldersvennlig. Handlingsplanen skal ferdigstilles våren 2026.

Videre har ulike representanter fra Stavanger kommune gjennom foredrag og presentasjoner gitt eldrerådet godt innblikk i både hjemmehjelpstjenesten i kommunen, planer for sykehusområdet, koordinering av frivillighet og livsglede samarbeid.

1. oktober feires den årlige eldredagen på Skipper Worse i regi av eldrerådet.

Som vist til i tidligere nr av Mortepumpen arrangeres det en forskningskonferanse rettet mot Velferd og Aldring den 14. oktober 2025. Denne er nå fulltegnet. Hvis det er noen som fremdeles er interessert i å delta, er det opprettet venteliste. Interesserte kan ta kontakt med Ingunn Ellingsen, ingunn.t.ellingsen@uis.no.

Velkommen til Kvernevik!

Tekst og foto: Anne Grethe Thesen Godal.

Da vi kom flyttende til Stavanger i begynnelsen av 1970-årene, hørte vi om Kvernevik i Madla bydel. Der hadde det vært utbygging av boliger uten at det var tenkt så mye på hvordan nærområdet kunne utvikles. Bydelen hadde fått et dårlig rykte. De som bodde der, forsto egentlig ikke hva som hadde skapt dette ryktet.

Fra slutten av 1950-årene begynte kommunen å tildele tomter blant annet i Kvernevik der nordvest i Stavanger med havet midt i mot. Byggmester Fridtjof Hagen var en av utbyggerne. Han som så mange andre var opptatt av etterkrigstidens boligmangel. Den spennende historien fra vikingtiden og dansketiden var for lengst glemt. Blikket vendte seg ikke mot havet lenger, og veien til Stavanger sentrum føltes lang. Nybyggingsområdet Kvernevik ble noe eget med innflyttere fra de mest ulike steder.

Björg Tysseland, født Tufta kom til Kvernevik for 57 år siden. I 1968 var mye utbygd allerede. Hun og mannen syntes det var flott at de kunne flytte dit i eget hus etter å ha bodd til leie mer sentralt i Stavanger. I og med at de begge var innflyttere til Stavanger, kunne de like godt bo i Kvernevik som i en annen del av byen.



Innflytterne

Björgs mann kom fra Ropeid i Nord-Rogaland. Etter å ha vært til sjøs, fikk han jobb på Rosenberg verft i Stavanger.

Björg kom fra Bolstadøyri, ei lita bygd der Bolstadelvi renner ut i Bolstadfjorden i Voss kommune. Og gjennom bygda går Vossabanen som nå er endel av Bergensbanen.

Tufte var navnet på gården Bjørgs far kjøpte i 1940. Før det hadde han forpaktet en gård i Fana. Å bo på gård under krigen var greit på mange vis, men skoletilbud for barna var det dårlig med. Den første tiden foregikk undervisningen i ei hytte. Bjørg forteller at to av brødrene måtte dra hjemmenfra da de var ferdig med første og andre klasse. Først i 1954 kom skolehuset, og da gikk Bjørg i 4. klasse. For å få håndarbeidsundervisning måtte de gå 7 km i en 2 ukers periode, minnes Bjørg. Så var det over. Skolekjøkken ble det aldri noe av. Det var ganske så forskjellig fra slik barn har det i Norge i dag.

På Voss var det heldigvis både framhaldsskole- og handelsskoletilbud. Da hun gikk der, bodde hun på hybel uten varme. Løsningen på å slippe å fryse, var å melde seg inn i Bondeungdomslaget BUL. Der var det folkedans en gang i uken, i et godt oppvarmet lokale.

Handelsskolen kom godt med da hun fikk jobb i et glassmagasin på Voss. Som tenåringer flest følte Bjørg på utferds-trangen. En av brødrene hennes bodde på Sola, så hvorfor ikke dra til Rogaland like godt. Slik ble det, og som 20-åring fikk hun jobb på Økonomen i Bekkefare. Hybelen på Storhaug hadde heldigvis en varmeovn, så der slapp hun å fryse.

Med folkedansen som Bjørgs store interesse, var det lett å få nye venner, venner for livet, slik Bjørg ser det nå. Bondeungdomslaget har betydd mye for mange, ikke minst for de som har kommet fra landet inn til storbyene. Medlemskapet i BUL var en slags forsikring mot ensomhet.

Sommerdansen i Bjergsted husker hun spesielt godt. Det var der hun og ektefellen møttes, og et skikkelig Vossabryllup ble det.

Livet i Kvernevik

Da Bjørg og mannen kom til Kvernevik, fikk de fort med seg entusiasmen og dugnadsånden blant folk flest. Mange opplevde at de hørte til den «glemte» bydelen. For at skulle det bli et trivelig miljø for barna å vokse opp i, måtte de selv bidra. Med bakgrunnen fra landsbygda og sterke naboskap ble det å brette opp ermene en selvfølgelighet. Som Bjørg sier: «Vi var med og bygde opp alt her ute». Ikke minst var det viktig for barna deres at de var aktive i lokalmiljøet. De to sønnene hadde blant annet stor glede av speideren og idrettsparken som lå like ved.

Alle dugnadene gjorde at Bjørg og mannen ble kjent med mange i et flerkulturelt miljø. Naboskap ble viktig,

ikke minst merket de det godt da den lille datteren deres fikk leukemi og døde bare 5 år gammel. Naboskap og omsorg hører sammen, tenker Bjørg.

Foreningslivet fikk utvikle seg mer og mer. Bjørg valgte blant annet å engasjere i Kvernevik sanitetsforening der hun stadig er aktiv som 82-åring.

Yrkeslivet

Tiden som butikkansatt ble relativt kort. Bjørg ville heller arbeide i helsevesenet. Hun tok kontakt med Sunde sykehjem for å jobbe med pasienter med multiplum sclerose (MS). Der var det en egen MS gruppe. Etter hvert ble dagsenteret for funksjonshemmede flyttet til Lassa, så til Rosendal og dit det er nå på Tjensvoll. Fram til Bjørg ble pensjonist, ble arbeidsplassen hennes på alle disse stedene. Bjørg tenker tilbake på et utrolig fint og meningsfylt yrkesliv.

Pensjonisten

65 år med folkedans gjør at Bjørg er i kjempeform. Dansen er en av aktivitetene. I tillegg benytter hun seg av det fantastiske turområdet i Kvernevik, friområdet mellom Kvernevik Ring og sjøen. I småkupert lyngmark og skog er det laget en 3,5 km lang turvei, som Bjørg har stor glede av. Trimmen på Skipper Worse i bydelshuset benytter hun seg av ukentlig, og ikke minst gir stell av hus og hage masse mosjon. Dermed

er hun fortsatt i så god form at hun kan bruke hytta på «heimagarden» Tufte. Der blir det mange fjellturer, og ikke minst blir man sprek av å hente vann til hytta. Dit drar hun så ofte hun kan.

Da Bjørg ble enke for 14 år siden, oppdaget hun hvor viktig det er å fortsette i foreningslivet og bidra som frivillig.

Folkedansen har ført til opptredener både i Norge og mange andre land. Ikke minst har det norsk-amerikanske miljøet i USA



vært et spennende reisemål. Nå blir det mest dans på Madlavoll der danserne blir eldre og eldre. Noen faller fra, og da er det greit at Bjørg danser både «mann og dame», slik at det alltid er en partner. For en enke er dette et godt og trygt sted å være.

Det frivillige arbeidet i Sanitetsforeningen er like viktig for Bjørg nå som før. Foreningen har mange aktiviteter og arbeider ofte i samarbeid med Frivillighetssentralen i Kvernevik. Bjørg mener at det er viktig å si ja til alt som blir etterspurt av dugnadsarbeid og gjøre det med en gang, ikke en annen dag. Her gjelder det å ikke sette seg ned og bruke alderen som unnskyldning. Moren som ble 98 år, er en god modell å tenke tilbake på: Være i aktivitet, vise omsorg for andre og ikke minst vise gjestfrihet. Bjørg vet hvor heldig hun er som har fått beholde helsa.

Gjennom det frivillige arbeidet møter Bjørg mennesker i alle aldre. Ungdommene på Smiodden skole setter nok stor pris på «kokedama» som stiller opp hver mandag, for at de skal få det ukentlige varme lunsjmåltidet. Og pensjonistene gleder seg nok til det

ukentlige formiddagstreffet på bydels- huset. Ellers gjør «Områdesatsingen 2023 - 2027» i Kvernevik sitt til at det blir engasjement for frivillige som Bjørg. Sanitetsforeningens fokus på «Stopp vold» fører med seg at Bjørg deltar så snart ulike bomiljøtiltak blir satt i gang i bydelen. Dugnadsånden sitter som støpt.

Sanitetsforeningens omsorgsberedskaps- gruppe har Bjørg også blitt engasjert i. Gruppen skal være et supplement til den offentlige beredskapen. For en stund siden fikk Bjørg være med på en øvelse på Kverneland fabrikker. Rollen til Sanitetsforeningens medlemmer er å sørge for trygghet,

varme og omsorg for mennesker i krise. Øvelsen Bjørg var med på, virket realistisk med politi, brannfolk og helsearbeidere til stede. Bjørg understreker hvor viktig det er at vi engasjerer oss i fellesskapet, unge som eldre. I krisesituasjoner trengs vi alle.

Bjørg som folk flest trenger også hvile og ro. Denne sommeren har tiden på Tufte gitt rom for refleksjon og nye krefter til å bidra i Kvernevik, bydelen og menneskene der som hun er så glad i.

Moren som ble 98 år, er en god modell å tenke tilbake på: Være i aktivitet, vise omsorg for andre og ikke minst vise gjestfrihet.

Gavetur til jubileumsbyen

13. juni i år reiste Håkon Eide og en gruppe elever fra Ombo og Sjernarøy til Stavanger i anledning av to jubileer.

Tekst og foto: Bente Hildeng Næss

Domkirken ble påbegynt bygget for ca. 900 år siden og 500 år senere (for 200 år siden) gikk den første organiserte utvandringen til Amerika. Det var stelt i stand en hyggelig mottagelse i Domkirken da gruppen ankom. Margunn Pettersen og Ellinor Bryne møtte på vegne av bispedømmekontoret og det vanket is og hyggelig samvær før overrekkelsene fant sted. Gaven som de hadde med til Domkirken, var en kopi av et maleri som ble funnet ved restaureringen av Sjernarøy kirke på 1950- tallet. Maleriet er et epitafium. Den øvre delen er en kvinne i barokkdrakt. Kvinnen er Anna Johannesdatter Ohre som død i 1695, så bildet er antagelig fra den tiden. Anna var gift med kaptein Jonas Aagaard. De var foreldrene til byskriver i Stavanger, Ulrich Fredrik Aagaard. Han er kjent for å ha tegnet det første bykartet over Stavanger fra 1726. Verket og Verkgaten er også minner om ham fordi han startet et salpeterverk her. Det var da i god avstand fra øvrig bebyggelse. Bildet var overmalt med en gråhvit farge da det ble funnet, men etter rensing og restaurering ved Arkeologisk museum, fikk en fjernet store deler av denne malingen. Da kom kvinnen delvis frem (noe er fortsatt overmalt) og det gjorde også den nedre



Dette er epitafiet til Anna Johannesdatter Ohre, hentet fra kultursoga om Sjernarøy og Ombo.

delen av bildet. Det er en scene av Kristi vandring til Golgata.

Den nedre delen av bildet er så videre bearbeidet ved hjelp av datateknologi for å få det så fullstendig som mulig. Det er denne delen som er kopiert til trykk. Bispedømmekontoret fikk ett eksemplar og kirkevergekontoret fikk det andre. Den andre gaven de hadde med seg, var til 200 års jubileet for den første organiserte utvandringen til Amerika. Elever fra Ombo og Sjernarøy oppvekst-senter hadde arbeidet med en oppgave om den første utvandringen.

Dette har endt opp i et felles brev og



Håkon Eide, Ellinor Bryne, Margunn Pettersen, Hans Eyvind Næss og Rune Skagestad.



Her forteller elevene om sitt arbeid med utvandreroppgaven.

individuelle brev der hver elev forteller litt om seg selv. I fellesbrevet forteller de om den vanskelige bestemmelsen emigrantene måtte ta, før de la ut på en risikofylt tur til New York. De tar også med at emigrantene tok med seg

kultur, skikker og vaner fra Norge, og lurer tilslutt på om en kan finne rester av dette hos dagens amerikanere. Denne mappen skal overrekkes til South Street Seaport museum når Restaurasjonen ankommer New York den 9. Oktober.



Smilende kolonist på vei mot hagens inngang. Kommer det gjester?

Nå har Astrid flyttet hjem fra byens minste kolonihage

Hageinfluensere, pandemi-nedstegningen og krigen i Ukraina har økt interessen for å bli leietakere av kolonihageparseller. Nå står 500 på ventelistene til Stavangers fire kolonihager. Andre Meling, leder av fellesstyret for hagene, håper Stavanger kommune kan finne plass for en femte hage.

Tekst: Hjørdis Smedvig. Foto: Jonas Haarr Friestad

«Det er ingen tvil om at det å bli kolonist er sundt for både sjel og kropp», sier Andre. «Nye tyske studier viser det: Folk holder seg lengre friske. Fysioterapeuter

fremhever viktigheten av den fysiske aktiviteten man får av hagebruk.

Man strekker armene for å beskjære frukttrær, står på tå for å klippe hekken



Mellom gamle greiner satt opp mot hytteveggen skinner blomster i en krukke.



Blomster fra hagen i fargerik krukke.



rundt parsellen, bøyer seg for å luke – bruker fingrene, klipper gress og kanter og for å ikke lage støyende lyd bruker flere og flere ikke-motoriserte redskaper.

Også det setter kroppen i bevegelse. I tillegg er man gjerne ute i all slags vær, noe som er sunt for immunforsvaret». Nei, Andre Meling, er ikke i tvil: «Stavanger kommune må finne tomt for en ny hage. Alle de fire hagene vi har her i byen er anlagt på deler av gamle gårdsbruk. Strømsvik og Egenes er de eldste fra 1916, de to andre ble anlagt året etter, i 1917».

Gammeldags plenklipper

«Jeg hater støy» sier Astrid Lindtner Fosse. «Det er hovedgrunnen til at hun klipper plenen med en god gammeldags gressklipper, i Strømsvik Kolonihage, Stavangers minste hage og kanskje, uten forkleinselse av de andre tre, den koseligste, med 44 parseller.

Ikke langt derfra, også i Storhaug bydel, ligger Rosendal og Ramsvik koloni-

hage. Den har 95 parseller med hytter. Egenes på Stokka er den største med 180, de fleste med hytter. Så kommer Våland kolonihage, i skråningen ned fra Vålandskogen mot sørvest med 127 parseller, også der med hytter, som ikke skal være mer enn 28 kvadratmeter. Parsellene er stort sett på 250 kvadratmetre, noen få litt større.

Flybridge mot fjorden

Astrid Lindtner Fosse har hatt sin parsell i 28 år. Barnevernspedagogen, som lenge arbeidet i Stavanger kommune, men i flere år drev sin private praksis, er nok den eneste som flytter fra sitt hjem på Åsen til hytten og hagen i april og bor der fast gjennom hele våren og sommeren.

«Jeg drar ikke herfra før mot slutten av september, forteller hun. Hennes parsell ligger vendt mot Gannsfjorden. For å kunne nyte utsikten har hun egenhendig snekret seg hva hun stolt kaller en «flybridge», en terrasse i tre som gjør at hun kan følge med på båtlivet i fjorden



Deilig sted å sitte, uteplassen ved drivhuset, er en av flere i Astrids hage.



Fra denne opphøyde terrassen som Astrid kaller sin flybridge er det hyggelig å kunne følge med på båtlivet i Gandsfjorden.

og se over hodene på folk som bruker gangstien fra Hillevåg til Ramsvig og helt fram til Østre bydel.

«Jeg måtte jo lære meg å snekre da jeg kjøpte hytten som bare var halvveis ferdig og fikk leiekontrakt på parsellen. Det var bare å gå i gang. Jeg satte opp drivhuset og ominnredet stuen slik at jeg nå har et separat soverom og i gangen sovealkover på veggen.

Hun nyter roen i hagen om kvelden, har bokhyllen i stuen full av bøker, hygger seg med å lage mat- gjerne med salat og urter fra hagen pluss grønnsaker- gulerøtter og squash, rødbeter og asparges, alt plantet i pallekasser.

«Best liker jeg å gro poteter. Det gleder meg å spise fra egen avl til langt ut over høsten».

Matauk nødvendig

Det var også matauk som var den viktigste grunnen til at Stavanger kommune i sin tid anla kolonihagene. Mange innflyttere var kommet til Stavanger fra Ryfylke, flere fra oppvekst på gårder. Var det noe de kunne så var det å dyrke. Industrialiseringen var i full gang. Folk bodde trangt uten tilgang til hager, utenfor landet raste ennå 1. verdenskrig, så dette var snakk om tilgang til nok mat for mange munnar å mette.

I hagen har Astrid anlagt flere hyggelige plasser å sitte, alt etter vær og solforhold. En gresslagt sti fører frem til hytten og rundt omkring i hagen blomstrer det i bed og potter fra tidlig vår til sent på høsten.



Astrid Lindtner Fosse i den koselige stuen – skulle det regne har hun bokhyllen full av bøker som skal leses.

Siden hun har vært kolonist i så mange år fikk hun selvfølgelig med seg hundre års jubileet til Strømvik kolonihage i 2016.

«17 mai var det mange av oss herfra som stilte i folketøyet. Vi delte ut roser fra trillebårer. Det ble en fin markering!»

Portveien 2

Kolonihagen har et felleshus der kolonistene har jevnlig møter og andre

sosiale arrangementer. I søndagskafeen må alle ta sin tårn og de fordeler også andre oppgaver. De har dugnadsplikt for å holde fellesarealer i stand. Ellers går praten over hagegjerdene når man tar seg den daglige turen på kryss og tvers mellom parsellene. Stiene har alle navn etter planter og trær, bortsett fra Portveien, og i Portveien 2 må det være svært hyggelig å bo.



Alt trenger stell i en kolonihage, i pallekassene dyrkes salat og asparges, rødbeter, gulerøtter, løk og flere urter.



Jubel for Tante Emmas Hus for seniorer

Omtrent førti gjester var invitert til 20 års jubileumsfeiring 16. juni i Kongsgaten 43. I dag skulle det feires at senteret i alle disse årene hadde vært et samlingssted for seniorer. Men for å få helhet i bakgrunnen for jubileet tar vi et blikk tilbake til 16. juni 2005.

Tekst og foto: Stein Hugo Kjelby

2005

Det var høytid og stor stas da daværende ordfører Leif Johan Sevland offisielt åpnet Eldres Hus. Ordføreren orienterte om byggets historie og om bygningsarbeidet som var utført etter at huset ble gitt til Stavanger kommune fra familien Halvor Øgreid for en del år tilbake. Øgreid familien hadde satt som vilkår for gaven at huset skulle brukes til formål for eldre. Ordføreren foretok så den offisielle åpningen ved å overrekke en symbolsk nøkkel til Eldrerådets daværende leder Hilmar Egeli. Eldrerådet hadde i

anledning åpningen også laget en sang som ble godt mottatt av forsamlingen.

2025

Trygve Rødland, formann i hus-styret ønsket forsamlingen velkommen og innledet 20 årsjubileet med et grundig og informativt foredrag om kvinnen som hadde gitt navnet til bygget, Emma Helene Nilsen (Øgreid). I 2015 skiftet bygget navn fra Eldres Hus til Tante Emmas Hus for seniorer. Det var en gjengs oppfatning om at den siste varianten var mer fengende. Sentralt i



Trygve Rødland, formann i husstyret.



Evelyn Johansson sang om Emma.

den daglige driften den gang finner vi Kitty Janzon og Brit Bjørkli som begge hadde vært med fra starten i 2005.

Hvem var Emma

Emma Helene Nilsen kom til Stavanger i 1892. Tanken hennes var å bli misjonær, men i Stavanger fant hun et miljø som hun ble grepet av. Hun engasjerte seg i kristent arbeid og som bibelkvinne drev hun en utstrakt møtevirksomhet i tillegg til sosialt arbeid. Hun giftet seg med Halvor Øgreid som var enkemann, og fikk gjennom han stor støtte og hjelp i sin virksomhet. Kongsgaten 43 ble deres hjem, hvor hun på Arken drev stor møtevirksomhet. Emma er videre kjent for stiftelsen Strømvik kvinne og spedbarns hjem og Soldathjemmet (Heimly) på Madlamoen. Soldathjemmet drev hun like til hun døde i 1947.

Kafeen som samlingssted

Hensikten med huset i Kongsgaten 43 og den daglige drift ble presentert av daglig leder Brit Bjørkli. En viktig målsetning i denne sammenheng er å motvirke ensomhet. Mye av suksessen som Tante Emmas Hus har opplevet

gjennom disse 20 årene tilskrives alle de frivillige som har engasjert seg i driften. Brit gav raus ros til de over 20 frivillige som har opprettholdt driften i disse årene. Tilbudene til seniorene har gjennom disse årene hatt en jevn og variert utvikling. Nevnes kan Rådgivningskontoret, hørsel-hjelp, datakurs og veiledning og mye mer, alt med kafeen som et samlet møtested. Kunstutstillinger har også bidratt til å trekke publikum. Aldersgruppen som benytter husets tilbud har et spenn mellom 60 og 90 år. Kafeen kan også leies til private sammenkomster, forteller Brit Bjørkli, som nå slutter som daglig leder for å gå over i pensjonistenes rekke.

Som seg hør og bør var det hilsener fra kommunen. Leder for Helse og velferd, John Peter Hernes, kom med en inspirert hilsen der han poengterte viktigheten av å være i aktivitet i eldre år, og at nettopp tilbudene til Tante Emma har betydd uendelig mye for mange gjennom disse 20 årene. Han benyttet også anledningen til å takke Brit Bjørkli for hva hun har betydd for senterets positive utvikling i disse årene.

Helge Dragsund, kommunalsjef for Helse og omsorg, var glad for at vi i



Kommunalsjef for Helse og omsorg, Helge Dragsund.



Åge Skogen er frivillig og veileder i data.

dag ser en stadig økende grad av spreke pensjonister. De klarer det meste selv. Likevel er fellesskapet viktig. Dessverre opplever alt for mange ensomhet og utenforskap, og han kom med gode råd: Bli med i frivillig arbeid!

Åge Skogen, en av de mange frivillige med data på Tante Emma, fortalte at han som frivillig får selv et aktiv pensjonistliv. Det gode miljøet på huset og kontakten med brukerne er for ham en positiv bruk av fritiden. Han opplever at noen kommer faktisk bare for å få noen å snakke med! Det er et tankekors!

Leder for fellesgruppen for kreft-rammede som også har sin møteplass på Tante Emma, Evelyn Johansson, bidro med sang der Emma var et sentralt tema.

Veteraner

Som tidligere nevnt har frivillig innsats vært avgjørende for driften av Tante Emma. Blant alle frivillige treffer vi to som har vært med fra starten, Anna Bjørklund (88) og Olaug Ramsfjell (93). Da de begynte var det Kitty Janzon som var «primus motor». Begge ser tilbake på 20 kjekke år, der gleden over å være

til nytte har vært mye av drivkraften, og så får vi jo det sosiale som bonus, sier begge de to veteranene som begge ivrer for at eldre bør engasjere seg i en eller annen form for frivillig arbeid. Et skår i gleden for veteranene er at daglig leder Brit Bjørkli nå slutter etter mer enn 20 år i Tante Emmas Hus. Denne dagen er den siste på jobb og hun vil bli savnet. I skrivende stund er det ikke ansatt ny daglig leder.



De to veteranene Olaug Ramsfjell (93) og Anna Bjørklund (88) sammen med daglig leder Brit Bjørkli.



Hørselsproblemer?

Her er hjelp å få! Når hørselen er dårlig, er det fort gjort å bli isolert og usosial. Men hjelpen er nærmest: her i byen har vi et fabelaktig system for å informere om hva slags hørselsapparater og andre hjelpemidler vi kan få. Har du hørselsproblemer, er Stavanger det beste stedet i Norge å bo!

Tekst: Nina Tjomsland. Foto: Sissel Mæland

Erklæringen kommer fra Egil Hope. Han brenner for saken, og stiller gratis en gang i måneden hos Skipper Worse Ledaal, Madla og Tasta. -Målet er å bidra til at du med hørselsutfordring får en bedre hverdag gjennom skikkelig informasjon og veiledning.

Selv lever han både teori og praksis. Han fikk avansert teknologi operert

inn i begge ørene for ti år siden. -Vi bruker det engelske ordet cochlear implantat, CI, fordi det norske «sneglehusimplantat» høres så teit ut, forteller han.

- Vi har startet en klubb som møtes hos Skipper Worse Ledaal, CI-klubben. Den er egentlig for folk som bruker CI, men også for dem som vurderer om de vil ha implantat, inklusiv pårørende; folk som er usikre og trenger å få full innsikt i fordeler og ulemper. Vi kommer sammen fem-seks ganger i året, er gjerne mellom åtte og 15 personer som treffes hver gang, og det er fullstendig uformelt.

Kommunen har fagkonsulent

- Er det en stor operasjon å få CI?

- Den tar vel vanligvis en to-tre timer, og du er oppe og går rett etter. Men så tror folk gjerne at som med en tryllestav vil alt være som før. Nesten tvert imot: vi må lære å lytte på nytt, fordi lydene blir



annerledes slik at vi bare kan drømme om å være tilbake til det ungdommelige utgangspunktet. Stavanger kommune driver Johannes læresenter, hvor vi får hjelp av høykvalifisert audiopedagog, forteller Egil. Kanskje kan det være nyttig å notere kontaktadressen til fagkonsulent hørsel Elise Kristiansen: sansetap@johannesls.no

Men for det store flertall av oss holder det med høreapparater, som jo blir stadig bedre høyteknologi. Øktene hvor Egil stiller som veileder og rådgiver på Skipper Worse, omfatter gjerne informasjon om tilgjengelige hørselshjelpemidler, og om rettigheter og tilbud fra kommunen.

Enkelt utstyr som lydforsterkere til inngangsdør-klokken, røykvarslere og fasttelefon kan gjøre en vesentlig forskjell, så ved hørehjelpen er det bare å sette seg ned og vente på supernyttig tur. Mye av tiden går til stell og vedlikehold av apparater, og Egil Hope er uendelig tålmodig, også når vi kanskje trenger å lytte og lære om og om og om igjen. -Det er viktig å lære å skifte filter og rense luftkanalen for voks – det kan vi godt gjøre med de små børstene de har på apotek til å rense mellom tennene - og lurt å kjøpe en pakke myke og fine brillerens til proppene/domene, for de er så skånsomme.

Viktig med vedlikehold

Han viser hvor enkelt det er å skifte filter, hvordan vi først trekker av det gamle og så dytter på det nye fra den andre enden av den lille staven. Dette bør vi gjøre hver tredje måned, for å opprettholde lyden. Akkurat hvordan, kan vi også finne på nettstedet som heter Smart Hørsel. Der finner vi linker til de



viktigste leverandørene og kan i tillegg bestille utstyr, som for eksempel pakker med filter. – Det er også viktig å bestille time en gang i året hos audiolog, fordi hørselen forandrer seg hele veien.

En virkelig givende hobby

– Hva fikk deg til å bli høremannen?

– Da jeg ble pensjonist, visste jeg at jeg ville gjøre noe fornuftig, sier Egil. – Jeg er med på kurs som SUS gir, går på trening minst tre ganger i uken, er mye sammen med venner på Skipper Worse – og har stor glede av barnebarn. Og jeg er veldig glad for å være engasjert i dette, det er en virkelig givende hobby og jeg treffer så mange kjekke mennesker!

Her gjelder det altså å følge godt med på SW-oppslagene: når kan jeg få hjelp – og oppmuntring – neste gang?

GUNNAR A. SKADBERG:

BLÅSENBORG

Blåsenborg er navnet på et område av Hetlandsmarken som ligger mellom Hetland kirke og Pedersgata. Den øverste delen av dette området kalles Øvre Blåsenborg, og området på ned-siden av Pedersgata kalles ofte Nedre Blåsenborg. Navnet skyldes trolig værforholdene og særlig nordavindens muligheter til å få tak i dette området. I dag rager "Høyblokken i Pedersgata" over de små trehusene på Blåsenborg.

Det var særlig folk fra Ryfylke som slo seg ned i dette området omkring 1830, og allerede i 1834 ble det oppført en skolebygning på Blåsenborg som et resultat av landsskoleloven av 1827 som bestemte at det skulle ligge en fast skole i hvert prestegjeld. Denne første faste skolen i Hetland fikk plass "på Hetland Prestegaards Grund – like udenfor Bygrensen paa de saakaldte Blaasenborgs Grunde." Før denne tid eksisterte det bare omgangsskole i Hetland. Rasmus

Eeg og Svend Oftedal (far til presten) var de første lærerne ved skolen. Skolebygningen hadde adresse Øvre Blåsenborg 2.

Lærer Thomas Frøcknell

Thomas Frøcknell ble ansatt som konstituert lærer på Blåsenborg i 1854. Han var født i Stavanger 24. mai i 1831 som sønn av hattemaker Markus Frøchenell med borgerskap i Stavanger fra 1815 (f. i Bergen i 1780 og død i

Øvre Blåsenborg der Blåsenborg skole holdt til de to sammenbygde husene før byutvidelsen i 1848. Seinere ble disse husene nyttet som bad av byens feiervesen. Foto: Byarkivet

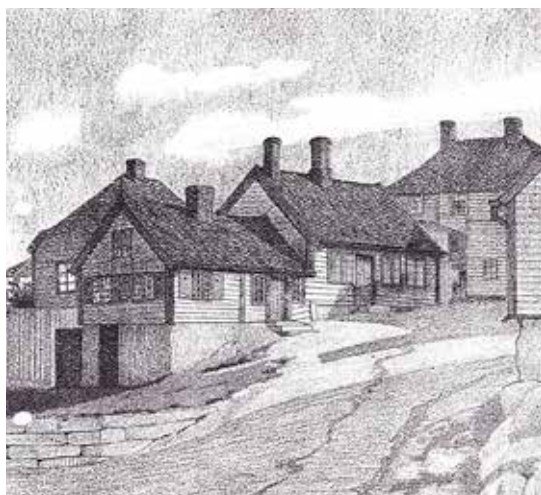


Stavanger 1872) og Anna Tidesdatter (f. på Rennesøy i 1798 og død i Stavanger i 1875).

I 1865 bodde lærer Thomas Frøchnell i Blåsenborg 2 sammen med sine foreldre og søsteren Marie (f. i 1836) som stelte for foreldrene så lenge de levde og deretter for lærerbroren. I 1865 bodde også lærer Knud Mathiassen (f. i Lindås i Hordaland i 1834) i Blåsenborg 2, og i 1875 var Ole Mattingsdal (f. i Egersund i 1848) lærer på Blåsenborg sammen med Thomas Frøchnell.

I 1854 hadde lærer Thomas Frøchnell en årslønn på 100 spesidaler som steg til 175 spd. i 1859 og til 186 spd. i 1860, samt gratis brenne og rengjøring av leiligheten. I 1865 står Thomas' far oppført som «fattiglem», noe som innebar at han fikk litt økonomisk støtte av kommunen.

Blåsenborg skole var altså den første skolebyggingen i Hetland, men ved byutvidelsen i 1848 ble Blåsenborg innlemmet i Stavanger. Det bodde da



Blåsenborg skole. Tegning: Sigurd Bærheim

400 mennesker på Blåsenborg i 40 tettbefolkede småhus. Blåsenborg skole ble da nyttet for barn med atferdsproblemer og de såkalte "efternølerne" som fikk plass på skolen fra 1857 og fram til 1896 da disse barna fikk et annet tilbud etter en lov om "vanvyrde" barn. Skolen ble gjerne kalt "Skrabå" eller "Sinkeskolen", der lusen og loppene, etter sigende, trivdes bedre enn elevene. På grunn av store barnekull i området, måtte det undervises både formiddag og ettermiddag.

Førsteklassingene møtte om ettermiddagen. Undervisningen foregikk i øvre del av bygningen mens pedell Martin Larsen bodde i nedre delen. I 1901 ble Blåsenborg tatt i bruk som vanlig barneskole. Dette varte fram til 1909.

Hvem bosatte seg på Blåsenborg?

Vi lar Ola Olsen Regelstad representere de menneskene som slo seg ned på Blåsenborg på 1840-tallet. Olas far var den første som slo seg ned på husmannsplassen Reilstadbeide under Reilstad i Finnøy i 1818. Ola var sønn av husmannsekteparet Ola Olsen Reilstadbeide (f. 1781) og Berta Jakobsdatter Storevik. Ola seinor drog til Stavanger med familien, og Ola junior skaffet seg arbeid som bøkker i byen. Den 18. mars i 1847 giftet Ola Olsen junior seg med Ingeborg Endresdatter (datter av Endre Salvesen) i Domkirken. De nygifte slo seg ned i et hus som siden fikk adresse Nedre Blåsenborg 16, der de fikk sønnene Endre Olai, som ble født seks uker etter foreldrenes vielse, og Bernt som ble født i 1850. Ofte var det altså småkårsfolk fra Ryfylke som fant seg et

billig husvære øst for byen og som fant arbeid innen Stavangers sildenæring.

Nils Georg Danielsen: "Minner fra blåsenborg og fotballklubben tempo" (Rogaland Avis 19. mai 1988).

Blåsenborg – bare navnet får oss til å tenke på lyngkledde skotske høyvidder. Kanskje har det en gang i tiden vært en borg på steinrabbene opp mot Risbakken. Det er de to små husene på skissen som vi minnes ofte fordi de i sin tid, i vår tidlige barndom, kunne stille med nesten to fulle guttefotballag. Som i Vår Faders Hus må det ha vært mange rom i småhusene på Blåsenborg. Nå troner en høyblokk på samme stedet.

I den senere tid har vi vært "supporter" for et guttelag hvor et av våre barnebarn spiller nesten alt fra målmann til ytre venstre. Fjorårets sommer og høst og denne våren har vi tilbrakt på gratishaugene blant tistler og geiterams for å "hjelpe sparket" når vårt barnebarn hadde ballen. At vår høyre sko minnet litt om haien i Haisommer-filmen, brydde vi oss ikke om når vi

sto bak i rekkene og så på når han fikk tildelt sin medalje. Og en haug med medaljer, statuetter med marmorfot og diplomer har det blitt i hans hittil korte fotballkarriere.

Sjøl har vi låst ned vår ene fingerbølpokal som vi fikk etter 2 års turnering med hundrevis av kamper på Kyviskmarkå og Parra. Det vi ikke har tatt vare på, er alle de utslitte trebunnsskoene, beksønstøvlene og søndagsskoene som vi fikk et rapp for når det gikk på overlæret løs og hel- og halvsålingene kom for titt.

Som nevnt er vi for tiden en ivrig supporter, og i blant sponser vi med en Stavanger-akvarell eller en tegning på bingokvelden. Til sommeren skal vi lage en liten utstilling i klubbhuset, og inntekten skal gå til drakter med nummer bak på ryggen. Vi skal til å vaske draktene når det er vår tur.

Tilbake til Blåsenborg og de dagens guttefotball. Fotballdrakten var poloskjorter med egenbrodert navn i ullgarn – TEMPO – over brystet, buksene var sydd av melsekker, og det hele var farget rødt. Etter en kamp med tårer og svette så du nesten ut som en liten trafikkulykke. Rødfargen var ikke svette- og vaskeekte den gangen.

Tiden har gått, ikke bare er småhusene på Blåsenborg borte, men også den lille kjellerbutikken et steinkast lenger oppe i bakken. Der kostet en spisspose kokosmasse med kamfer-oppsop 5 øre, og man handlet en fjerding kaffe, et pund sukker eller ei mark kjyddeig, for ikke å glemme ein måle med gammelost. Man kunne sågar få et singleband stappet med ferdig kveigeved. Men det var den gang det var 1-øringer, 2-øringer



Bolighus fra "Fattig- Stavanger".
Tegning: Øystein Jørgensen

og 5-øringer til. I dag er det bare kassa-apparatene som regner med disse myntene.

En dag skal vi ta vår egen Maradona med på en rusletur til Blåsenborg og Risbakken og fortelle om de små husene og folkene som bodde der og om fotballkampene hvor frispark bare gjaldt hvis og lå viste tydelig blåfarge. Og ikke å glemme å fortelle om sparegrisene som fikk en brå ende når målmannen ikke spratt høyt nok til å klare å fange ballen før den knuste en vindusrute og la seg i karmen mellom julegleder, prinser og husfred. Du verden hvor mange penger vi kunne spart om vi hadde hatt Bjorheim & Sønn Vindusfabrikk eller Elvigs Glass på brystet.”

Neder Blåsenborg 1
og 3. Foto: Ukjent



Høyblokken på Blåsenborg. Foto: BATE



«En sang for Blåsenborg. Si Straen, "Gamle Stavanger", så velter det ut postkort, og cruise-passasjerer og "Eg e fydde på Straen, eg".

Men hva med Blåsenborg og videre, hele området sør for Langgaten, fra Pedersgaten og opp mot Hetlandskirken. Ta deg en spasertur i Store Skippergate, Risbakken. Levende gater. Med vilje til å overleve.

Lenge kunne du se forfall her. Du ser litt fortsatt. Men det du virkelig merker er fornyelse, utbygging og oppussing som ikke ødelegger strøkets særpreg. Grønt, vakre detaljer. Her bodde nok mang en hermetikkarbeider, ansatte i annen industri i østre bydel og sjøfolk. Mange kom fra Ryfylke. Fra denne bratte skråningen kunne de se hjemover. Nå blomstrer det her. Optimismen er synlig, selv om høyblokken i Pedersgaten tidvis kaster skygge over livet. Hadde du gått rundt i en fiskerlandsby på den spanske Biscaya-kysten og sett noe lignende, ville du sagt: Pittoresk, trivelig, spennende. Nettopp. Et framtidstrøk med fortid.”

Magne Olsens (mano) tekst til tegning (Sommerglimt) av Eikeland (Stavanger aftenblad 23.06- 1997)



Sammen åpner vi dører – Bli bøssebærer

I år går TV-aksjonen til Atlas-alliansen og skal åpne dører for funksjonshemmede som lever i krig og fattigdom.

Aksjonsdagen er søndag 19. oktober.

Tekst: Jorunn B. Eia, fylkeskoordinator NRK TV-aksjonen Rogaland. Foto: TV-aksjonen

1,3 milliarder mennesker i verden har en funksjonsnedsettelse. Mange av disse lever i fattigdom og har ikke samme tilgang til utdanning, helsehjelp og arbeid som andre. I krigs- og konfliktområder er livet ekstra vanskelig for funksjonshemmede, og væpnet konflikt fører til at flere blir skadet.

– Se for deg at du sitter igjen alene i rullestolen din fordi du ikke kommer opp trappen til skolen. Eller at du ikke får vite hva du er god for, fordi fordommer hindrer deg fra å få en jobb. Mange funksjonshemmede møter stengte dører til et bedre liv, sier fylkesleder i NRK TV-aksjonen i Rogaland, Anders Dahle Vedholm. – Pengene fra TV-aksjonen skal gå til skolegang, helsetjenester og nødhjelp, hjelpemidler som skolebøker med punktskrift, rullestoler og proteser.

Atlas-alliansen jobber for like rettigheter og muligheter for personer med funksjonsnedsettelser internasjonalt på vegne av åtte norske organisasjoner: Funksjonshemmedes fellesorganisasjon (FFO), Norges Handikapforbund (NHF), Norges Blindforbund (NBF), Norsk forbund for utviklingshemmede (NFU), Ryggmargsbrokk- og hydrocephalusforeningen (RH-foreningen), Mental Helse Ungdom (MHU), Norges Døveforbund (NDF) og Stiftelsen Signo.

Vanskelig å flykte

– Funksjonshemmede rammes hardest i krig og kriser og havner ofte bakerst i køen for å få hjelp. For personer med funksjonsnedsettelser er det ofte vanskeligere å flykte, og mange steder blir de oversett eller etterlatt i krigssoner, forteller Dahle Vedholm og legger til at krigene i Ukraina og Palestina er eksempler på dette.

– På grunn av krigen i Ukraina får 17.000 mennesker en funksjonsnedsettelse hver måned og i Palestina risikerer en hel generasjon barn å vokse opp med alvorlige funksjonsnedsettelser.



Fylkesleder i NRK TV-aksjonen i Rogaland, Anders Dahle Vedholm.

Vi skal støtte med hjelpemidler, rehabilitering og mental helsehjelp, og bidra til universelt utformede tilfluktsrom.

– Vi skal gi 200.000 mennesker med funksjonsnedsettelse og familiene deres i Palestina, Ukraina, Etiopia, Nepal, Tanzania, Uganda og Zambia et bedre liv, sier Anders Dahle Vedholm og oppfordrer alle til å melde seg som bøssebærere.

Fantastisk innsats i Stavanger i 2024

I Stavanger ble det i fjor totalt samlet inn over 13 millioner kroner til Barnekreftforeningen fra næringsliv, skoler, menigheter og private. Dette er 87,52 kroner per innbygger, og 11,69 kroner over landsgjennomsnittet. Rundt 3,4 millioner kom inn på bøssebærerne. Av bydelene i Stavanger er det finnøybuen som gir mest per innbygger.

NRK TV-AKSJONEN

TV-aksjonen er verdens største innsamlingsaksjon målt i antall frivillige og innsamlede kroner per innbygger. På aksjonsdagen i oktober banker 100.000 bøssebærere på 2,5 millioner dører over hele landet.

TV-aksjonen er en stiftelse som koordinerer frivillige og bøssebærere over hele landet, har ansvar for kampanjen og organiserer innsamlingen gjennom kommune- og bydelskomitéer og frivilligsentraler.

TV-aksjonen har blitt arrangert hvert år siden 1974. Takket være bøssebærerne, ble det samlet inn over 123 millioner kroner i løpet av den to timer lange turen i 2024. Hele 52 millioner kroner var i kontanter, resten kom inn via Vipps.

Bøssebeløpene fordelte seg slik i bydelene med innbyggertall per 1. januar 2024:

Madla/Kvernevik:

Vipps: kr. 389.168
Kontanter: kr. 202.200
Totalt: kr. 591.368
Per innbygger kr. 22,03

Hillevåg:

Vipps: kr. 310.043
Kontanter: kr. 117.050
Totalt: kr. 427.093
Per innbygger kr. 21,44

Hundvåg:

Vipps: kr. 176.873
Kontanter: kr. 90.850
Totalt: kr. 267.723
Per innbygger kr. 19,99

Eiganes/Våland:

Vipps: kr. 382.647
Kontanter: kr. 169.900
Totalt: kr. 552.547
Per innbygger kr. 21,76

Tasta:

Vipps: kr. 247.345
Kontanter: kr. 97.650
Totalt: kr. 344.995
Per innbygger kr. 21,57

Rennesøy:

Vipps: kr. 94.984
Kontanter: kr. 60.350
Totalt: kr. 155.334
Per innbygger kr. 29,53

Hinna:

Vipps: kr. 339.067
Kontanter: kr. 185.350
Totalt: kr. 524.417
Per innbygger kr. 22,03

Storhaug:

Vipps: kr. 208.517
Kontanter: kr. 106.250
Totalt: kr. 314.767
Per innbygger kr. 21,57

Finnøy:

Vipps: kr. 85.752
Kontanter: kr. 63.500
Totalt: kr. 149.252
Per innbygger kr. 43,59

Løpefesten: -Skipper Worse vant på



«Løpefest» var motto da 11.000 deltakere stilte i Energi-stafetten, lørdag 24. mai. Og en skikkelig fest ble det, ikke minst for laget fra Skipper Worse, aktivitetssentre for seniorer i Stavanger. – Jeg tar hatten av for deltakerne våre. De toppa hele greia! erklærer avdelingsleder AKTIV Linda Grundtvig Aase: -De vant ikke på tid, kom på plass 54 i åpen klasse med 1.25.58 – men de vant på innsats og alder!

Tekst: Nina Tjomsland

Ideen kom fra Oddvar Ingebretsen og kona hans, da de traff Linda i resepsjonen på Ledaal: – Dette må vi være med på. Skikkelig kult å bruke en slik anledning til å vise hvor spreke Skipper Worse-medlemmer kan være!

Tanken på ti etapper på til sammen rundt 14 kilometer og en jublende folkemengde kunne nok virke overveldende. Men faktisk viste det seg mulig å rekruttere et lag. Når seks Skipper Worse-medlemmer pluss fire

venner fra Glad-Trimmen fikk trener Lill Knudsen som reserve, kunne Linda sette i gang og ordne opplegget: dagen før dagen ledet hun et raskt og effektivt møte, delte ut t-skjorter, caps og nummere, forklarte om vekslinger, og gjennomgikk hvem som skulle løpe hvor, av Randi Hoff Hope, Per Anda, Kristian Borgersen, Jan Strand, Bjørg Hagen, Oddvar Ingebretsen, Tove Strand, Carl Cato Wadel, Jorunn Barkve Laugaland og Berit Auestad Bjørge.

innsats og alder



– Stafetten er null press

– Det er 15 puljer i alt, og vi er i pulje 8, midt i løpet. Jeg håper jo dette blir tradisjon – og husk at her er null press, stafetten er åpen for alle. Kristian og Bjørg er de sprekeste på laget. Linda viser på kartet: Randi springer første etappe på vestsiden av Mosvatnet; Kristian skal springe den lengste etappen på 2,3 km.

Litt fleip må til. – Jeg håper det ikke står folk langsmed ruten, sier Tove – vel vitende at her blir det trangt med jublende storfamilier og venner. Til fotografering mener én at alle må ha caps på, for ellers risikerer de å bli gjenkjent, mens en annen påpeker at det vil nok være løpere foran som viser vei...

Selv er de ingen dårlige modeller, heller. Bjørg er nesten 83 år, elsker å springe og er ute og løper tre ganger i uken. Berit kom akkurat hjem fra sykkelturn i Toscana dagen før – og når hun forteller at dette faktisk er fødselsdagen hennes, er det godt med spreke hopp og sprett og dans når hele



gjengen setter i gang med hurra-sangen. Her skinner gleden over fellesskapet, tilhørigheten, fra dem alle.

– Vi får kjempefin trening

Dette kommer også frem når de oppsummerer stafetten. -Stafetten var glimrende med det samholdet vi har i Skipper Worse AKTIV, og gir god motivasjon til å trene for å komme i bedre form, sier Oddvar. – Ikke minst at det ikke er noe mål å vinne, det viktigste er å delta og gjennomføre. Jeg har vært medlem i Skipper Worse i nesten 15 år og vi har en fantastisk gjeng på Madla, får kjempefin trening og en god drøs etterpå. Jeg vil gjerne delta stafetten neste år også, og satser på å bli i enda bedre form til da!

– Det var kjekt å delta i en lokal stafett og bli kjent med nye mennesker. Det å gjøre noe sammen, ha en felles interesse, er viktig for meg, sier Berit. -Skipper Worse gir meg gode treningsmuligheter og god sosial kontakt – og vi

har allerede planer for Energistafetten 2026, forteller hun.

Björg bifaller. – Stafett er stafett, og det er rammen rundt engasjementet og alle lagene som er med, som gjør det kjekt. Du skal ikke løpe alene, men være et lag hvor alle vil gi sitt. Hvis kropp og bein er slik som i dag, stiller jeg nok opp neste år også! Skipper Worse er et sted som har noe for alle, og du alltid er velkommen, med kjekke og blide trenere som også ser ut til å trives med oss brukere. Jeg har vært medlem siden 2008, og treningen er det aller viktigste for meg. Men kafeen med god hjemmebakst er også et sosialt møtested hvor vi treffer venner.

Fellesskap og trivsel

Også Randi understreker fellesskapet, det sosiale: – Skipper Worse AKTIV har utrolig mange forskjellige treningsmuligheter. Selv benytter jeg meg av timer med styrketrening – og en kaffekopp etterpå gjør at vi også får nye bekjentskap. Det kjekkeste med stafett er lagfølelsen. Jeg liker godt å delta i andre løp, men når du er én av et stafettlag så løper du for resten av laget også. Dette var et fantastisk arrangement, og slik jeg opplevde det, var det ingen problemer i det hele tatt. Noen av oss fra laget spiste pizza sammen og deltok på Afterrun, treffet etterpå. Jeg kan absolutt tenke meg å delta igjen, og da vil vi prøve å samle hele laget etterpå også.

– Det kjekkeste med stafetten var at Skipper Worse viste at vi kan være med på et løp som er for hele området, sier Per Anda. – Skipper Worse AKTIV betyr

mye for trivsel og sosial kontakt med andre pensjonister som liker trening og trimturer i egen by. Jeg håper jo at formen er så bra at jeg kan stille til start neste år!

– Folkehavet, stemningen, spenningen – dette ga absolutt mersmak, så jeg vil gjerne være med neste år også, sier Carl Wadel, som kom inn fra Glad-Trimmen.

Ingen trenger tvile: dørstokk-stafetten var en knallsuksess for dette laget og arrangementet ligger an til å bli en populær tradisjon, også i Skipper Worse. – Dette er første gang jeg arrangerer noe slikt, forteller Linda Grundtvig Aase: -Og jeg har lært kjempemasse som jeg tar med meg til 2026!



Oddvar Ingebretsen snart i mål på 6. etappe.

Ta vare på smilet – og helsa!

I Tannhelse Rogaland FKF tilbyr vi gratis tannbehandling til barn og unge – og til flere grupper voksne som har rett på dette. Det gjelder blant annet eldre som bor på institusjon, får hjemmesykepleie eller har psykiske helseutfordringer.

Du finner oversikt over hvem som har rett til gratis tannbehandling på nettsiden vår: www.tannhels erogaland.no

I tillegg til behandling kan vi tilby gratis undervisning om tann- og munnhelse, og informasjon om rettigheter knyttet til tannhelsetjenester rettet mot ulike grupper i befolkningen.

Hvorfor er god tannhelse viktig?

God tann- og munnhelse handler om mer enn et pent smil. Det påvirker både livskvalitet og allmenn helse. Smerter og sykdom i munnen kan gjøre det vanskelig å spise, snakke og delta sosialt – og kan også forverre annen sykdom.

Enkle råd for god munnhygiene

- Puss tennene morgen og kveld med fluortannkrem.
- Bruk tanntråd, tannstikker eller mellomromsbørste hver dag – spør tannlegen eller tannpleieren hva som passer best for deg.
- Unngå munntørrehet – det øker risikoen for hull. Mange medisiner gir munntørrehet. Apoteket kan hjelpe deg med sukkerfrie produkter som lindrer.

Har du rett på gratis tannbehandling?

Du kan ha rett på gratis behandling hvis du:

- Bor på sykehjem, aldershjem eller sykehus.

- Får hjemmesykepleie minst én gang i uken over tre måneder eller mer.
- Blir pleiet av pårørende, og dette er dokumentert av lege.
- Har psykiske lidelser og får behandling over tid.
- Er rusmiddelavhengig og mottar kommunale tjenester.

NB! Praktisk hjelp som matlaging eller handling gir ikke rett til gratis tannbehandling – det må være helsehjelp.

Kronisk sykdom?

Har du en kronisk lidelse, kan du ha rett til støtte fra Helfo – både hos offentlige og private tannklinikker. Spør tannlegen eller tannpleieren din.

Har du spørsmål?

Besøk oss på www.tannhels erogaland.no – der finner du informasjon om rettigheter, klinikker og kontaktmuligheter.



Ekteskap eller samboerskap – hva er

Tekst: Advokat Ine M Bekkeheien og advokatfullmektig Oda H. Ramsland

Lik romantikk – men ulike rettigheter

Det forventes ikke lenger giftemål for å bo og leve sammen med den man er glad i. Stadig flere velger å leve sammen uten å gifte seg. Selv om det i praksis kan være lite som skiller et langvarig samboerskap fra et gift samliv, er skillet tydelig fra et juridisk ståsted. Flere har nok hørt at det er juridiske fordeler ved et ekteskap, men hva er egentlig de viktigste juridiske forskjellene mellom ekteskap og samboerskap?

For å kunne ta et informert valg om hvordan man ønsker å leve livet

sammen, er det viktig å forstå at samboere og ektefeller har ulike rettigheter etter arveloven. Det er klare forskjeller mellom samlivsformene, både under samlivet og ved dets opphør, enten dette skjer ved brudd eller død.

Ved valget om man skal gifte seg, må man være klar over at samboere gjennomgående ikke har like gode rettigheter som dem som gifter seg. I denne artikkelen ser vi nærmere på enkelte forskjeller mellom det å være gift og samboer, med fokus på hvilke rettigheter den gjenlevende samboer har etter sin partners død. Vi kommenterer



de viktigste juridiske forskjellene?

også avslutningsvis kort på forslaget til en ny samboerlov.

Hvilke forskjeller er det mellom samboere og ektefellers rett på arv?

Arveloven sikrer at ektefeller arver et minimumsbeløp på 4G (520 640 kr) etter hverandre. Dersom formuen til avdøde overstiger minstebeløpet, må arven fordeles mellom gjenlevende ektefelle og avdødes slektninger. Fordelingen avhenger av hvilke slektninger avdøde etterlater seg. Dersom avdøde har barn, vil arven fordeles med $\frac{1}{4}$ til ektefellen og $\frac{3}{4}$ til avdødes barn. For dem uten barn, vil ektefellen ha krav på halvparten av arven. Den resterende arven går da til avdødes foreldre eller søsken.

Den som var samboer med arvelateren ved dødsfallet, og som har, har hatt eller venter barn med arvelateren, har rett til en arv på fire ganger folketrygdens grunnbeløp (G) ved arvefallet. For at samboere skal ha rett til arv, må samboerskapet har bestått «ved dødsfallet». Det kan her bemerkes at et samboerskap kan bestå selv om partene bor fra hverandre på grunn av utdanning, sykdom, institusjonsopphold eller lignende. Denne retten til arv går foran alle avdødes øvrige slektninger, på lik linje som for ektefeller. Samboere som ikke har, har hatt eller venter barn med arvelateren, har ikke rett til arv etter sin samboer.

Ektefeller kan derfor ha rett til en langt større arv enn samboere etter lovens bestemmelser.

Hvordan kan samboere økonomisk sikre hverandre etter sin død?

For å sikre den gjenlevende samboeren bedre enn arvelovens løsning, er det nødvendig å skrive et testament. Merk at det ikke holder å skrive en samboeravtale.

Arveloven gir samboere som ikke har felles barn, men som har bodd sammen i minst fem år, rett til å testamentere inntil fire ganger folketrygdens grunnbeløp (G) til hverandre på bekostning av eventuelle særkullsbarn. Arvelateren kan i testament bestemme at den han eller hun har vært samboer med i de siste fem årene forut for dødsfallet, har rett til arv opp til 4G ved dødsfallet uten hensyn til livsarvingenes pliktdelsarv.

Hvis samboerne ikke har barn, kan de tilgodese hverandre fullt ut gjennom testament.

Hvilke forskjeller er det mellom samboere og ektefellers rett til å sitte i uskifte?

Alt av avdødes eiendeler, formue og gjeld skal fordeles som arv mellom avdødes ektefelle og øvrige arvinger. Gjenlevende ektefelle har som nevnt krav på minst $\frac{1}{4}$ av arven, mens det resterende går til avdødes barn, eventuelt deres foreldre eller søsken. For flere vil denne umiddelbare fordelingen oppleves som økonomisk belastende og medføre en rekke ulemper som salg av bolig eller nedgang i levestandard. Ektefeller har derfor rett til å sitte i uskiftet bo, som vil innebære at fordelingen av arv utsettes

til etter at gjenlevende ektefelles dør.

Samboere uten felles barn kan ikke sitte i uskifte. Det er heller ikke adgang til å fastsette dette i et testament.

Samboere med felles barn har rett til å sitte i uskifte, men uskifteretten er mer begrenset til felles bolig og innbo, samt bil og fritidsbolig med innbo, så fremt disse eiendelene har vært brukt i fellesskap. Ved samtykke fra samboerparets felles barn kan man også beholde andre eiendeler hvis det er fastsatt i testament eller arvingene samtykker. På den måten kan man i praksis oppnå en ordning som ligner ektefellers rett til å sitte i uskiftet bo.

Til slutt er det viktig å merke seg at verken ektefeller eller samboere har rett til å sitte i uskifte med avdødes barn fra et tidligere forhold, med mindre barnet (særkullsbarnet) samtykker til dette. Videre vil retten til uskifte falle bort hvis gjenlevende ektefelle eller samboer gifter seg eller får en ny samboer innen to år.

Forslag til samboerlov på høring – hva betyr det for arveretten?

I dag finnes det ingen særskilt samboerlov. Justis- og beredskapsdepartementet har imidlertid sendt et forslag til samboerlov på høring. Målet er å gi samboere en mer forutsigbar og rettferdig regulering, tilsvarende det som gjelder for ektefeller. Et sentralt prinsipp i ekteskapsloven er at verdier som skapes under ekteskapet, som hovedregel skal deles likt. Dette gjelder både direkte økonomiske bidrag og indirekte innsats, som oppussing av felles bolig og andre felles forpliktelser. Samboere kan også oppnå sameie gjennom slike bidrag, men

det krever i større grad dokumentasjon, og rettsstillingen er derfor mer usikker.

Utvalget foreslår at samboere med felles barn, nåværende eller tidligere, automatisk skal omfattes av regler om deling av verdier skapt i fellesskap. Samboere uten barn kan avtale at reglene skal gjelde. Delingen skal blant annet omfatte felles bolig, fritidsbolig og kjøretøy. Forslaget vil kunne styrke samboeres økonomiske rettigheter og få betydning for arveretten. Dersom det blir lettere å etablere sameie i eiendeler som bolig og fritidseiendom, vil gjenlevende samboer kunne sitte igjen med mer, på liknende måte som ektefeller. I tillegg foreslås endringer i arveloven, blant annet en utvidet rett for gjenlevende samboer til å overta felles bolig og innbo, selv om dette formelt tilhørte avdøde.

Hva er «riktig» valg – samboerskap eller ekteskap?

Som vi har sett, gir arveloven ektefeller en større rett til arv og til å sitte i uskifte, enn for samboere. Men samboere kan også velge hvordan arven skal fordeles ved bruk av testament. Det finnes ikke noe fasitsvar på hva som er «riktig» mellom samboerskap og ekteskap, fordi valget vil være helt avhengig av den enkeltes situasjon og faktorer som antall livsarvinger, om barna er felles eller fra tidligere forhold og størrelsen på formuen. Vi anbefaler at samboere setter seg godt inn i hvilke rettigheter de har etter arveloven, og vurderer å opprette testament for å sikre at den gjenlevende samboeren får en trygg økonomisk situasjon.

Grunnmuren er nå klar for bygging

Den interaktiva bygdeboka for Hetland, Madla og Riska (les Stavanger), er nå etter eit par års «drift», komen godt i gang, både med den faglege delen som historikerane tar seg av, og den «folkelege» delen, der me som soknar til desse grendene skal skriva vår historie til dei enkelte bruka.

Ivar Andersen

Prosjektet er eit samarbeid mellom historielaga i Stavanger/Rogaland historielag, Universitetet i Stavanger (UiS), og Norsk Lokalhistorisk Institutt (NLI) ved Nasjonalbiblioteket. Kulturkontoret var med i starten, og me fekk oppstartsmidlar til pilotprosjekt for Ullandhaug-området. Det er stoppa nå, men rapport og ny søknad er sendt Stavanger kommune for 2026-2028.

Ei bygdebok for Hetland har vore sakna lenge, og då Hetland og Madla blei innlemma av Stavanger i 1965, og Riskabuen blei Sandneserar, har ulike initiativ vore oppe tid om annan. Men nå går me digitalt. Madla og Riska har sine å bygga vidare på, og dei nye kommunedelane i Stavanger, Rennesøy og Finnøy, har sine bygdabøker (gards og ættesoger, og kultursoga).

Me har sett oss djerve mål, og utan hjelpa frå NLI og deira *Lokalhistoriewiki*, hadde dette mest vore uråd. Denne plattformen, som me kallar beingrind, skal handsama over 35 matriklar/gardsnummer, og omtrent 55000 bruksnummer i Stavanger. Madla_sokn og Riska_sokn har eigne sider.

Det er då dei åtta bydelane Eiganes/Våland, Hillevåg, Hundvåg/Øyane, Jåttå/Hinna, Madla, Stokka, Storhaug og Tasta som skal få si «bygdebok», og laga spelar ei viktig rolle for å bera dette prosjektet fram. Men og fråflytta personar, «emigrantar» frå desse bydelane, kan bidra med sitt. Det same gjeld personar som ikkje er med i rørsle, *Lokalhistoriewiki* er open for alle, det er berre å registrera seg. Me vil ikkje ha grenser for sidetal, og feil kan rettas opp, alltid, så «den nye tid» har og sine gode sider.

For å komma vidare vil me og driva kursing, og 30. september vil me ha eit kurs på Storhaug, som er for alle. Om leserane av «Mortepumpen» skriv om sin eigedom, eller sin barndomsheim, så skal me i laga får lagt artikkane inn i by- og bygde-boka.

Her er linkar som kan vera til nytte:

Ullandhaug (Stavanger gnr. 24) –
lokalhistoriewiki.no

https://lokalhistoriewiki.no/wiki/Gardar_i_Hetland_sokn

https://lokalhistoriewiki.no/wiki/Bygdebok_for_Hetland_og_Madla#Hjelpesider_for_folkeforskere

På Tau ferjå på vei te Ombo

Av Henrik Paaske

Personane

Jarle, Alf, Billy Nessa, Hjalmar Hylen og Kyden

Scene 1

«Kor e Kyden henne?» spurte Billien utålmodigt.

Adle fira - Jarle med den svarte Blues Brothers hatten på snei. Alf med de gamle cowboystyvlane sine. Billy Nessa med kamel vesten han hadde kjypt i Marokko, og som lukta pyton ennå. Og Hjalmar Hylen med langt skjegg, ei lidå hestahale onna den blanke hallmånen og ring i nasen. Det va litt av ein gjeng.

«Det va fint det passte for deg Hjalmar å ble med på planleggingå av Ombofestivalen,» sa Billy begeistra.

«Ja, me må jo ha`me ekspertane når me ska få dreis på`an,» føyde Affen te.

Nå sto de der å drøste og speida itte Kyden på aktardekke te gamle «Jøsenfjord.»

«Kor e de henne?» spurte Billien lettare irriterte.

Kolumbus hadde måtte leia inn «Jøsenfjord,» for den eine av di nye eletriske Tau ferjene så di kjypte i fjor låg på Rosenberg, for å bli reparerte itte han klarte å treffa Bybrunå. Den andre hadde di leid ud te Tørrvikbygd - Jondalen sambandet i Hardanger. Heldigvis fekk di leia gamle «Jøsenfjord» fra 1886.

Ellers sko di fattige hatt wienerbrød!
«Nå må di komma, for ferjå går øyeblikk!»

Der komme Kyden springande nerigjønå Langadå så ein beint fram sko tro han nettopp hadde sitt vonnemaen.

Matrosane hadde alt toge langangen og løsna springen, så Kyden måtte klatra øve ribå i det «Jøsenfjord» la fra kai.

«Du klarte det!» -

«Ja, men d`va me nauå,» kviskra han.

«Men kor e Leffien henne?» - «Han sko jo og ver`me, sko han ikje?» spurte Affen.

«Jo, men han ligge hjemma å spyr,» klarte Kyden såvidt å få fram andpusten så han va itte springingå.

Han va ganske fesen for å sei det rett ud der han satt framøvebøyde på krakken de hadde fonne te han.

«Han hadde visst spist någen blåskjell så va gått øve dato,» sa han.

«For ein tog!» - «Spisa gamle blåskjell!» sa Jarle i det han kikte opp og himla me auene.

«Ja, ja - synd for han, men me klare oss uden Leffien i dag, for me ska jo bare planlegga. Men når me ska rigga te i sommar, då håbe eg både han, Joffen og de andre kompisane så har sagt de kan vera med, stille,» sa Billien.

De hørte donkelyden fra maskinen, stødene fra fløytå og såg dampen stiga te vers i det «Jøsenfjord» pløyde ud av havnebassenget så kjølvatnet rulde kvide. Skrigande og hole måger hang øve i håb om at någe spisanest sko dukka opp fra bølgene.

Der sto de og såg byen passera - Johanneskjerka, Nordkronen og Haggeltårnet - på styrbord sia, og Sølyst på babord.

På andra siå av fjorden såg de Jørpelsalpane, Bjørheimskjeften, Ombo og de andre øyane innigjønå mod Nerstrand og Suldal. Til og me Billien såg fornødde ud der de sto adle samen i aprilsolå onna ein knall blåe himmel. Det va ein fine dag så langt, men han va ennå unge.

Då de hadde stått ude lenge nok, gjekk de inn i salongen og klypte seg kaffi og lappar med rømme og jorbersyltetøy. Det va møje folk og trangt om plassen, men di fant seg te slutt et bord mydlå någon andre, og fekk klemt rauå si nerpå kver sin pinnastol.

Di hadde ikkje mer enn toge et bed av lappå, så va der ei flua så ville smaga syltetøye på lappå te Billien. Han blei irriterte, og prøvte to ganger å ta hu mydlå tommelen og pegefingen. Det gjekk ikje.

Men så langd'an ud, korte lunta så Billien har, med et skikkelig svingslag.

Det måtte jo gå gale!

Istedenfor å få has på fluå, dreiste han te maen på nabobordet.

Han sko akkurat te å ta seg et jafs av ei pylse med alt, men det blei det ingenting av.

«Ka donderen!»

Pylså med sennep, ketchup og løg føyg gjønå loftå samen med ein tånn. Hu landa rett på styrmaen så akkurat passerte, - rett på den skinnande uniformen hans.

«Ka donderen!» Styrmaen forsto ingenting.

Maen på naboborde blei skikkelig forbanna.

«Ka faen!» sa han og føyg på Billien midt i salongen.

Styrmaen og folk ront blei ganske øvegidde for å sei det milt. Styrmaen så ligna på kaptein Haddock i tegneserien Tintin va ein svere graps med never så bananklaser. Han gjekk imydla og skilde de før det gjekk heilt gale.

Han så Billy hadde dreist te va ein liden tass av ein mann, hadde klart å gje Billien ein på venstre aua og ein på den eine lippå så blode rant.

Styrmaen tog kver a slåsskjempene i nakken og drog de med seg opp på te kapteinen på brunå.

Der fekk de snakt ud, men de holdt på te lenge itte «Jøsenfjord» hadde lagt te kai på Tau.

«Ska sei,» sa Affen då Billien kom ner itte de va ferige hos kapteinen.

«Der gjør du det godt, kan ein jo sei,» sa Kyden me eit lide hånflir ront moen.

«Ka skjedde hos kapteinen?»

«Fyst så limte de tånnå te maen på plass med Karlsonslim.» —. «Så teipte de kjeften hans igjen me Gaffa teip så tånnå ikkje sko dettud før han kom seg te tannlegen.»

«Eg hadde tenkt å kjøba ei nye pylsa me alt te an, men det va jo ikkje vits i siden kapteinen hadde teipt igjen kjeften på han.»

Kapteinen meinte at eg måtte ijafall betala tannlegeregningå te maen, og rensingå av uniformen te styrmaen.

Eg sa det va greit, og at han kunne senda regningå te Onna Armen flyttebyrå i byen.

«Ka firma det va?» spurte kapteinen mistroisk.

«Då sa eg te han at han måtte bare ringa te Brønnøysund, så ville han fort få greia på det.»

«Ka elles blei sagt på brunå?»

«Eg måtte jo sei det så det var at eg bare sko dreba ei flua så irriterte meg.» - «Best så det var då eg trodde eg haddan, så bomde eg.»

«Fekk du tog ´an då» spurte kapteinen som gjorde store auer.

«Nei, for han på bordet på siå av oss satt i veien.» - «Så eg traff han rett i fleisen istedenfor så pylså hans og ketchupen skvatt»

«Flotte greier,» sa kapteinen i det han himla me auene.

«Og i tillegg ble den nye uniformen te styrmaen sølt te med sennep, ketchup og løg!»

«Ba du omforladelse te han du dreiste te, og te styrmaen?»

«Nei, koffer sko eg det?» - «Han satt jo i veien!»

Kapteinen og styrmaen kikte på kverandre og trodde ikkje de hørte sant. De meinte at eg burde be om unnskyldning te maen

«Ikkje tal om!» sa eg

«Han satt jo i veien!»

«Og eg kunne ikkje for at styrmaen akkurat kom forbi.»

«Men maen kan få dra te meg om har lyst,» sa eg.

«Så får me skvert opp,» tenkte eg

«Ka sa han då?»

«Det va greit,» sa han i det auene hans lyste av hevnlyst og glede.

«Eg bøyde meg fram og pekte på venstra siå av kjinnet og sa han kunne bare dra te meg der alt han konnne.»

Han lod seg ikkje be to ganger.

«Klask,» sa det.

«Eg kjende ingenting, men han andre fekk grævla vondt i knogane på høyrehåndå,» sa Billien.

«Koffer fekk han vondt, og ikkje du?»

«Eg fekk jo stålimplat på venstra siå itte at et ramla ner fra stien då eg malte huset te naboen i fjor.»

«Men det visste jo ikkje han!» der han satt og vrei seg.

Scene 2

Då de kom på land va det bare varebilen te Onna Armen Flyttebyrå så sto igjen på kaien. De to andre bilane og passasjerane hadde komt seg vidare.

Adle fem kom seg inn i bilen, men både Jarle og Kyden måtte sitte i lasterommet, for det va bare plass te tri i sjåførhuse. Så måtte di bare håba at de ikkje blei stoppte av poltiet.

Alf klarte å ta rette filen då de svingde inn i ferjeleie i Hjelmelandsvågen sånn at de kom seg te Skiparvik på Ombo, og ikkje te Nesvik sånn så forrige gang.

Då de svingte inn på tunet te onkel Ivar på Ombo, kom ein hippa vaggane ner låvabrunå. Han såg ud så han kom rett i frå rockefestivalen på Woodstocka i 1972. Langt hår og skjegg, og me ein grønne berret på håve. I øyreflippene hadde han to skuddhåle så ein sko tro han hadde våre i duell me Clint Eastwood i Tombstone, Arizona. Kvide T-skjorte, rødt-mønstra halstørkle, brune bisonvest, dongribukser og boots.

Då han kom bårt te doninga, såg de at han på den eine onna-armen hadde ein tattovering av et svert hjerte med ein pil igjønå. Onna hjertet sto det skreve med svere bogstavar: LILJAN. På den andre onna-armen sto der LADY JANE onna et hjerte me pil igjønå.

Onkel Ivar hadde våre te sjøs i ungdommen.

«Velkommen te Ombo!» Onkel Ivar ga Billy, Alf og Jarle kver sin bamseklem,

for Billien va jo nevøen hans, Alf va svogeren, og Jarle kjente han og.

«Du må hilse på Kyden og Hjalmar Hylen - arkitekten og organisatoren bag Woodstockfestivalen på Litle Stokkavatn i byen i 1972,» sa Billien.

«Ja, eg husa jo deg fra den gangen,» sa onkel Ivar med respekt. Og i det han såg spørrende på Kyden -

«Og vakje du ein slags høyre hånd for Hjalmar då?» - «Jo du kan gått sei det sjøl om eg e kjeivhente,» sa Kyden og nikte.

«Fint me har me ekspertane når me ska planlegge festivalen i sommar,» sa onkel Ivar.

«Gratla med nytt skilt foresten!»
- «Hekkan!» - «Gullskrift og greier,» seie Billien - «Men koffer står der SKRAPHANDLER KJELL IVAR JOHNSEN OG SØNNER?» - «Eg visste ikkje at du hette Kjell Ivar.» -

- «Kor komme det ifrå?»

«Eg har alltid likt det navnet.» - «Så derfor spurte eg presten på Hjelmeland om han ikkje kunne døyba meg om igjen, så eg kunne hetta Kjell Ivar.»

«Konne han det?»

«Jo, det va greit for han.»

«Så her før jul blei eg døypte på nytt.»

«Eg, og et par babier.» «

«Jasså!»

«Alt du finne på!» seie Billy

«Men kem e Liljan og Lady Jane? - De så du har tattovert navne te på armane dine?» spørr Billy. - «De har eg aldri hørt om!»

«Nei, og du fårkje greia på det nå heller. Du vett, det e jo ikkje akkurat det slugaste eg har gjort her i live.»-

«Alså,» seie Kjell Ivar i det han sko te å fortella.

«Me låg i Rotterdam då eg seilte ude som matros.» - «Så ville guttane på byen,

og eg blei me,» sa Kjell Ivar mens han tvinde den flyssete barten sin.

«Det va visst ikkje fyste gangen han tvinde barten,» tenkte Billy.

«Malala irritere seg øve de teide tattoveringane.»

«Å så to forskjellige navn i tillegg!» sa Affen.

«Men kom nå inn heller, så ede me istedenfor å stå her.» - «Kaldt e d'jo te å frysa rauå av seg nå itte solen e gått ner bag Lauvåsen.» -

«Kånå har lagt komler i dag og.»

«Der e hu foresten!» seie Kjell Ivar.

Igjønå den smale døråbningå te bislage maste ei svere dama seg ud på dørhellå. Hu hadde ei liden onge på den eine armen. Ongen låg på det eina brystet, og kikte forvedent på mennene ude på tunet. Huskatten stakk håve fram mydlå fødene te den digre damå.

«De e kånå mi; - Malala,» sa Kjell for dåkker to så ikje har troffe na før.

Kyden og Hjalmar Hylen hilste ærbødigt på den mektige damå der de sto.

«Ver velkommen og kom innn i ståvå, så ede me.»

«Eg har lagt godt me komler.» - «Der e nok komler, salt lammakjød, Vossakorv og kålrabistappe te adle samen.»

«Heimebrygga øl og dram og.» sa hu.

«Og te dessert får dåkker sviskekompott me hjemmalagte vaniljesaus.»

«Javel.» - «Då e hilsingå øvestådde, og me kan gå inn og benke oss te bords,» sa Kjell Ivar i det han slo ut me høyrearmen for å visa veien inn. -

«Så får me oss ein goe drøs øve komlene, og kan begynne å planlegga Ombofestivalen i juli»

Adam Egede-Nissen

Adam Egede-Nissen ble født 29.06.1868 på gården Øvre-Rinnan i Levanger, Nord-Trøndelag. Faren var distriktslege, en kortvokst, bredbygd mann som var kjent for sitt hissige gemytt, sin faglige dyktighet og sin glede i jakt og friluftsliv. Adam mente selv at hans egen hissighet i ung alder og naturglede var en arv fra faren.

Tekst: Reidar Frafjord Foto: Stein Hugo Kjelby

Etter examen artium ved Trondhjem katedralskole som 18-åring begynte han å studere jus og filologi. Samtidig arbeidet han i postvesenet og ble etter studieturer i en lang rekke land i 1889-90 ansatt som postfunksjonær i Bergen, hvor han var i seks år. Etterpå ble han i 1897 tilsatt som postmester i Vardø, en stilling han hadde i 14 år.

I Finnmark utfoldet han en omfattende politisk og kulturell virksomhet. Fra 1900 var han i to perioder stortingsmann valgt av Venstre og de to siste valgt av Arbeiderpartiet, som han sluttet seg til høsten 1905. Han kjempet for avholdssaken, arbeidet aktivt for

å organisere fiskerne og markerte seg også med radikale forslag om nøytralitet og fullstendig avvæpning av forsvaret. I 1901 var han blitt kjent med russiske revolusjonære. Bekjentskapet bidro til samarbeid om trykking av illegalt propagandamateriale på russisk, som så ble smuglet over grensen.

Adam Egede-Nissen ble i 1911 utnevnt til postmester i Stavanger. I den gamle sild-og hermetikkbyen registrerte han snart sosial nød og urettferdighet, og dermed fortsatte han sin politiske virksomhet. Han var medlem av formannskapet 1914-24, satt i bystyret 1923-25 og 1932-34 (for NKP), og han var byens ordfører for Arbeiderpartiet i årene 1916-19. I denne stillingen kjempet han for husleiereguleringer og sørget for en betydelig kommunal boligbygging.

Utover i 1920-årene spilte han ingen rikspolitisk rolle i partiet selv om han toppet NKPs lokale liste ved stortingsvalgene uten å bli valgt i 1924, 1927 og 1930.

Egede-Nissen hadde ellers sterke kunstneriske interesser som vel var atypisk i et proletært parti som NKP.





Han ble formann for byens første scene (1913-16), senere også for Stavanger Teater (1922-26), Orkesterforeningen (1918-28) og foreningen Kunst for folket (1929-32).

Ordførerperioden var imidlertid ikke problemfri, blant annet ble han bøtelagt for sin ledende rolle i generalstreiken som ble avholdt til støtte for den russiske revolusjonen i 1919. Han stengte postkontoret den 21. juli for å lede demonstrasjonen Arbeiderpartiet hadde utlyst over hele landet for å uttrykke sin sympati for de russiske arbeiderne. Da Arbeiderpartiet brøt med Moskva i 1923, ble Egede-Nissen

stående fast i den kommunistiske tro i en tid da de fleste andre forlot den. Han ble stortingsrepresentant for sitt tredje parti, Norges Kommunistiske Parti, NKP.

Adam Egede-Nissen var gift med Georga "Goggi", f. Eilertsen, de hadde 11 barn. Flere av disse ble kjente og populære skuespillere, blant annet Ada, Gerd, Aud, Lill, Gøril, Stig og Oscar. Etter 47 år i postetaten sluttet han, og flyttet i 1933 til Bærum hvor han slo seg ned. Han ble valgt til formann i partiet i 1934, et verv han hadde til 1946 da han ble gjort til æresmedlem. Han døde i 1953, 85 år gammel.

Skjemt og fleip

Samlet og bearbeidet for Sølvbergjengen av Rolf Rosland. Tegninger: Henry Imsland

Ei kâna fra Fister blei lagt inn på sygehuse' for en større operasjon. Men hu va bedøvde, begynte hu å snakka i ørskå. «Kyss meg Lars!» ba' hu. «Kyss meg!» Ei uga ittepå va hu så og'e at hu kunne skrivas ud. «Ja, ja gamle mor» sa doktoren. «På lørdag skal du få reise hjem til mannen din.» «Ma'en min?» «Ja, han Lars.» «Han Lars? Åhh de'e drengen min!»



Olav og Guri kom ein sommarkveld spaserandes på veien du me' Orre. De va nettopp forlofte, men ligavel va de nokså blyge av seg der di gjekk. Endelig seie han Olav: «Når me bler jifte, så skal eg kjøba mange grisar te deg!» Guri smolka å lo: «Ka ska eg me' griser når eg har deg?»

«Nå, Markus» sa doktor Pettersen. «Eg håbe du har gjort sånn så eg har sagt. Tri piller dagligt og ein liden konjakk før du legge deg.» «Ja, kan sjynna de.» Eg e rektignok komt litt te akters me' pilleraene, men eg er to veger på forskudd me' konjakken,» sa han Markus.



De' va på Petri skole og han Albin sko fortella om ryggraden. Itte mye harking og stamming kom han i vei: «Jo ryggraden går tvers jøna oss. På den øverste enden sidde håve. Og på den nederste enden sidde me.»

To kâner på Syllberge' satt og snakte samén om kor mange di visste om så hadde skilt seg. Så seie den eina: «Eg for min del konne aldri tenka meg å gå fra ma'en min. Han e liksom ein av familien!»



Markus seie te han Nils: Ja, nå har eg fått meg et nytt hørreapparat, så nå kan eg hørre alt som blir sagt.» «Jasså» svare' Nils, kor møje kosta de'? «Kvart på tri!»



INFORMASJONSSIDER

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

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

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



**Sammen åpner vi opp
for en bedre alderdom**

Brukermedvirkning • Forskning • Kunnskapsformidling

SESAM
WISEAGE

Hold av datoen for WiseAge stormøte 16. oktober 2025 kl. 10.00 - 14.30 på Clarion hotel Energy

SESAM forsker på demens; forebygging, behandling og oppfølging, og tester ut om ny teknologi kan bedre livskvaliteten hos de som rammes. Kom og hør om prosjektene våre!

Vi deler ny kunnskap; til folk flest, til studenter og fagfolk i sykehus og kommuner. Målet er å lage et bedre tilbud både til den som er syk og de pårørende.

SESAM - Regionalt kompetansesenter for eldremedisin og samhandling på Stavanger universitetssjukehus arbeider med å holde forskningen vår relevant for den det gjelder, gjennom brukermedvirkning i forskning og kunnskapsformidling.

WiseAge er vårt forum for brukermedvirkning og samfunns-engasjement for personer over 60 år.

Følg oss på Facebook for mer informasjon om program og påmelding.
WiseAge by SESAM



SESAM

HELSE  VEST

 HELSE STAVANGER
Stavanger universitetssjukehus



Forsvarets seniorforbund avdeling Rogaland

Lokallaget, Forsvarets seniorforbund (FSF) avdeling Rogaland jobber for å skape en arena for sosialt samvær sammen med nye og gamle kjente. Vi har aktiviteter som kan variere fra kafebesøk til utflukter, foredrag, omvisninger mv. alt etter hva medlemmene ønsker seg.

For mer informasjon om vår forening og tid og sted for de ulike arrangementene sjekk vår hjemmeside: <https://fsfrogaland.lag247.no/>



Foto: Marie Gjelsvik - Omvisning på Flymuseet

FSF mener pensjonen skal reguleres ut fra lov og forskrift. Med andre ord, vi skal ikke forhandle om opparbeidede rettigheter. Ved de årlige trygdeoppgjørene er derfor FSF tydelig på å ivareta tjenestepensjonistenes økonomiske interesser.

FSF er en landsdekkende partipolitisk uavhengig medlems- og interesseorganisasjon som jobber for å ivareta de eldres levkår blant annet gjennom møter med regjeringen om innholdet i de årlige statsbudsjettene. Lokallaget er representert i eldrerådet både i Sandnes kommune og i Sola kommune.

Alle medlemmer nyter godt av FSFs fagkompetanse, og kan få individuell veiledning i forhold til alders- og tjenstepensjon, fremtidsfullmakt, etterlattepensjon etc.

Vi i FSF avdeling Rogaland ser frem til å få deg som medlem!

Vennlig hilsen

På vegne av FSF avdeling Rogaland

Leder Terje Gjelsvik

E-post: terje.gjelsvik@lyse.net

Mobil: 458 89 054

Drøsen kafé, kultur og aktivitet

Velkommen til å vår hyggelige kafé med god mat og sosialt fellesskap.

I kafeen jobber ansatte og frivillige sammen for å skape en god atmosfære. Hos oss får du kjøpt middag fra eget kjøkken. I tillegg serverer vi smørbrød, kaffe og kaker.

Oppdatert meny legges ut på Facebook ukentlig.

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

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



VELKOMMEN TIL
TASTA KIRKE

Formiddagstreff

i peisestuen kl.11

FOR ALLE
FRA 60 ÅR

PROGRAM -HØSTEN 2025

- 7.10** Arild Vøllestad.
Kameratheimen anno 1949 -
Et eksempel på Stavangersk
diakonalt engasjement
- 4.11** Anne Håkonsholm. Vi er her
alltid - Kirkens SOS
- 2.12** Adventsgudstjeneste
og grøttest

MAT, PRAT, ÅRESALG
Forbehold om endring



Datagruppen på IDUN

Hver torsdag fra 10.00 til 11.30 på IDUN huset.

Trenger hjelp med grunnleggende data?

Da kan kanskje vi på Frivilligsentralen på Hinna hjelpe deg.

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

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

Bare ta med pc, Mac, nettbrett eller smart-

telefon. Ta også med noe å skrive med eller på, som f.eks. notatblokk og kulepenn.

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

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

Program for Stavangerlærernes pensjonistlag (SLP) høsten 2025

21.10 «Produsert i Stavanger» v/ Gunnar Roalkvam

18.11 «Drømmen om Amerika», 800000 utvandret til USA fra Norge, 100000 kom tilbake. v/Hans Eyvind Næss

09.12 Hannes lekestue innleder
«Steinkors i Rogaland» v/ Margunn Pettersen

Alle møtene holdes i Frelsesarmeens lokaler i Kongsgaten 50. Møtene starter kl 11.00. I tillegg til foredrag er det kaffe og mat, musikk, sang og gode historier. Pris for medlemmer er 150 kr, for andre er det 200 kr. Årskontingent er 400 kr.

Vel møtt til hyggelig samvær.

愛

NMS

En kveld med hjerte for
JAPAN
NMS – 75 år i Japan



Shigeo Sueoka
Kirkepresident



Henrik
Syse



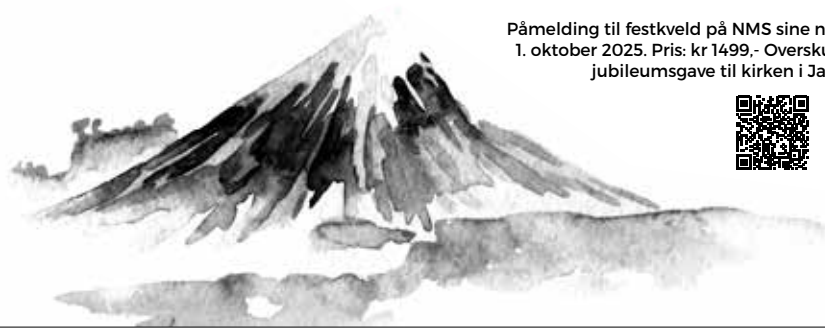
Kristin
Fjelde Tjelle



Maria
Kessel Hynnekleiv

FESTKVELD: Aulaen på VID lørdag 25. oktober kl 18.00

Jubileumsgudstjeneste i Gausel kirke kl 11.00 søndag 26. oktober



Påmelding til festkveld på NMS sine nettsider innen
1. oktober 2025. Pris: kr 1499,- Overskuddet blir vår
jubileumsgave til kirken i Japan



待ってます！

FOTPLEIE – Kr. 700,-

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

Janes Fotpleie Tlf. 95 05 71 76

Org.nr. 81727772



Du får:

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

Jeg tar med meg utstyret og kommer hjem til deg!



GATEMAGASINET
ASFALT
KR 100,- HALVPARTEN GÅR TIL SELGER gatemagasinet.no



Stavanger
kommune

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

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

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

456 56 457



Stavanger
kommune

Bergeland bydelssenter

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

Lyst til å prøve noe nytt?

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

Aktiviteter 2025

Mandager:

Snekkerverksted kl 08.30 – 14.30

Malegruppe kl 10.00 – 13.00

Trim med frivillig instruktør kl 10.30 – 11.30

Tirsdager:

Snekkerverksted kl 8.30 – 14.30

Spikkegruppe kl 9.00 – 13.00

Rank og Glad kl 9.15 – 10.15

Pust og Strekk kl 10.30 – 11.30

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

Porcelensmalning kl 15 – 18 annen hver tirsdag
(partallsuke)

Onsdager:

Snekkerverksted kl 8.30 – 14.30

KREON malegruppe kl 10.00 – 13.00

Torsdager:

Snekkerverksted kl. 8.30 – 14.30

Rank og Glad kl. 9.15 – 10.15

Håndarbeidsgruppe kl. 10.30 – 13.30

Malegruppe kl 9.00 – 13.00.

Bridge kl 14.00 – 18.00

Fredager:

Snekkerverksted kl 8.30-14.00

Kurs 2025

Rank og glad

Tirsdag og torsdag kl. 09.15 – 10.15.

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

Bedrer balanse og styrker kjernemuskulaturen.

PUST og STREKK

Tirsdag kl. 10.30 – 11.30

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

Begge økter med Ida Robberstad

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

Gratis prøvetime. Trening hele året, unntatt ferier.

Andre kurs settes i gang ved stor nok interesse:

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

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

Porcelensmalingsgruppen

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

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

KERAMIKKVERKSTEDET – VÅRT NYESTE AKTIVITETSTILBUD.

Har du grunnleggende kunnskap om leire og keramikk, er selvgående og ønsker å jobbe i fellesskap med andre? Da er du velkommen til å benytte fasilitetene her. Du må ta et introkurs, om bruk av verkstedet, før du får bruke lokalet. Introkurs annonseres på sosiale media og koster kr. 200,-. Keramikkverkstedet har åpent fra kl 10 – 14 hver mandag, tirsdag og torsdag.

BERGELAND BAZAR

Vi arrangerer marked, med jevne mellomrom, på «Toppen av Storhaug». Vi har marked 22. juni, 27. september og 30. november. Her får du oppleve et myldrende folkeliv og det er fullt av fristelser for både øyne og gane. Bondens Marked kommer med sine varer og det er stands i «Stuå» med salg av håndverk, samt kortreiste spiselige varer. Kanskje du har lager fine ting som du ønsker å selge hos oss? Send oss en e-post med bilder av produktene dine.

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

Vi ønsker alle velkommen inn i vår blomstrende hage for en kaffe, litt å bite i og sosialt samvær – Dersom du ønsker å få jord under neglene, er tilbyr vi også hagearbeid. Vi skal, tradisjonen tro, ha sommerfest i juni og så følg med på sosiale medier for å få med deg denne begivenheten på Bergeland Bydelscenter.



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

Foto: Anne Berit Hatlem



Tom Hetland
Konferansier

Foto: Kjartan Bjelland/FVN



Vegard Nilsen
Foredrag: Planlegging
for egen alderdom - hva
betyr det?

Foto: Kirsti Bloom



Kjersti Ericsson
Foredrag: Deltakende
observatør i
aldringsprosessen

Foto: Paul S. Annudsen



Anne Helle-Valla
Foredrag: Hvorfor er
det viktig å satse på
eldrevelferd?



For deg som er opptatt av
god eldrevelferd

Konferanse: **VELFERD OG ALDRING**

14. oktober 2025
kl. 09.30-15.00
Sølvberget

Konferansen tilbyr et spennende og variert program med kunnskapsrike innledere, og arrangeres av Nettverk for velferdsforskning (UiS) i samarbeid med Eldrerådet i Stavanger kommune, Nasjonalforeningen Stavanger og VID vitenskapelige høyskole. Kommunens innbyggerpanel vil overrekke sine anbefalinger for et aldersvennlig samfunn til varaordfører Henrik Halleland.

Påmelding åpner 2. juni 2025.
Billetten koster 150 kr og
dekker enkel lunsj. Skann
QR-koden eller send en e-post
til ingunn.t.ellingsen@uis.no
for å melde deg på.



Pårørendeskolen

Kurs for pårørende til personer med demens.

Kurset gir kunnskap om demenssykdommer og hva det innebærer både for den som har sykdommen og for deg pårørende. Kurset består av 5 samlinger.

Kursdatoer: Tirsdag, kl. 18.00-20.30.

20. januar, 27. januar, 3. februar,

10. februar, 17. februar

Kurssted: Tasta sykehjem

Kursavgift: 400 kr.

Påmeldingsfrist: 12. januar

Arrangør: Tasta sykehjem / Stavanger kommune

For nærmere opplysninger og påmelding, kontakt Tone Anita Østradt tlf 45 73 33 05
tone.anita.ostradt@stavanger.kommune.no



Tasta Sykehjem
-trygghet og trivsel for alle



Kunstig Intelligens i vår hverdag

Dato: Onsdag 29.okt. 2025

Tid: kl. 12.00 - 14.30

Sted: Tante Emmas Hus

Velkommen ved Leder Aud Knudsen, styreleder SN Rogaland
Hovedinnslag: Weding Carlsen fra Senior Nett forteller om de mange utfordringene og mulighetene vi har med KI

Senior Norge - viktig i tiden: v/Helge Gabrielsen, styremedlem

Rolf Schreiner underholder med muntre historier

Servering av kaffe/te og noe å bite i



Gratis inngang, ta med en venn!

Spørsmål? Ring Helge på mob. 922 65 064

Arrangør:

Senior Norge
Rogaland
Dine rettigheter - vår sak!

Formiddagstreffet i Madlamark menighet



Høsten 2025 Kl. 11.00 i menighetssalen.

- | | |
|----------------|---|
| 8. oktober | Aslaug Austbø: «Misjonærbarn debatten sett fra en internatskolelærers ståsted.»
Utlodning. |
| 22. oktober | Eilin Haga: «Med hjertet i hånden.»
«En billedlig reise» v/Dorrit Kyed. |
| 5. november | Trygve Rødland: «Emma Nilsen Øgreid, en markant kvinne i Stavanger.» |
| 19. november | Johannes Kjøde: «Det norske oljeeventyret – flaks og/eller dyktighet?» |
| 3. desember | Adventgudstjeneste v/Turid prest. Program v/barnehagen Himmelblå. |
| 7. januar 2026 | Juletreff: Festtaler: Fartein Valen Senstad: «Julesanger og historisk bakgrunn.»
Gang rundt juletreet.
Musikalsk innslag. |



HØSTENS datoer:

30. september

14. oktober

28. oktober

11. november

25. november

9. desember

Fullt program — se

www.johannes-menighet.no

Annenhver tirsdag (i partallsuker) inviterer vi til «Treffen».

Det er et møtested der du kan møte kjente og du kan bli kjent med nye. Vi holder til i menighetssenteret som ligger i underetasjen til St. Johannes kirke. Vi begynner klokken 11.00 og avslutter kl 13.00.

Opplegget kan variere noe fra gang til gang. Vi kan ha utlodning, sang og musikk, eller vi får besøk av privatpersoner eller representanter fra ulike organisasjoner som har interessante og aktuelle ting å fortelle. **Vi byr alltid på mat og god prat.**

Første tirsdag i måneden har vi utlodning. Vi selger «årer» til kr. 10,- pr stk. og lodder ut gevinster som deltakerne har med seg. Når det ikke er utlodning, betaler hver enkelt kr 20,-

Du er alltid velkommen!

Montasjelaget



phm partner

VI ER TOTALLEVERANDØR
AV ALLE TYPER
HÅNDVERKSTJENESTER OG
KAN HJELPE MED

- ✓ Tømmerarbeid
- ✓ Murerarbeid
- ✓ Malerarbeid
- ✓ Rørleggerarbeid
- ✓ Elektrikerarbeid
- ✓ Fliselegging
- ✓ Hagearbeid
- ✓ Vindusvask / puss
- ✓ Renhold / utvask
- ✓ OG MYE MER

Vi påtar oss også
totalrenovering
av baderom

Ta kontakt på
Tlf. 455 04 050

Montasjelaget AS



Vassbotnen 11b, 4313 Sandnes



kontakt@montasjelaget.no



www.montasjelaget.no

**Sammen åpner vi opp
for en bedre alderdom**

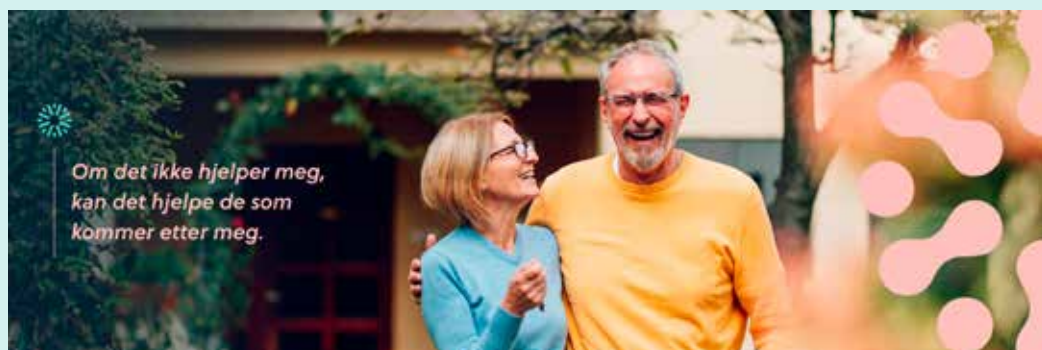
Brukermedvirkning • Forskning • Kunnskapsformidling

SESAM

Regionalt kompetansesenter for
eldremedisin og samhandling

Hvorfor får noen demens, mens andre har frisk hjerne livet ut?

For å svare på det må vi forske, og det kan du hjelpe oss med.



Ny forskning gir oss stadig bedre svar. Bli med og utforsk hva som påvirker hjernens helse – fra gener og livsstil, til nye behandlingsmetoder.

Forskning er helt avgjørende for at vi skal hindre, lindre og mildne følgene av demens. Det er fortsatt mye vi ikke vet, derfor ber vi alle – som kan og har lyst – til å bidra i forskningen.

Vil du vite mer og finne ut hvordan du kan bli med?

Ta kontakt med oss:

E-post: sesamforskning@sus.no

Les mer om SESAM på: www.sus.no/sesam

Følg oss på Facebook - WiseAge by SESAM



BLI MED I FORSKNING

SESAM

51 51 56 19 / sesam@sus.no / www.sus.no/sesam

Postadr.: SESAM, postboks 8100, 4068 Stavanger

Besøksadr.: Jan Johnsens gate 16, 4011 Stavanger

HELSE ● ○ ○ VEST

● ○ ○ HELSE STAVANGER
Stavanger universitetssjukehus



STAVANGER MANNSKOR

Bli med og syng med oss!

Hos oss i Stavanger mannskor har alle stemmerett – lyse som mørke, nye som erfarne og unge som voksne. Vi er stadig på jakt etter nye medlemmer og kan friste deg med et godt miljø, sanger fra pub til kirke og trivelige øvinger hver mandag kl. 19.00. Vårt øvingslokale er i Madla Bydelshus. Kom på neste øvelse – så er du i gang!

For mer informasjon se
www.stavangermannskor.no



Hei alle pensjonister

Vil du øke kapasiteten i gruppen og ta med flere? Er du nylig blitt pensjonist eller lignende? Kanskje du har fått litt god tid nå og søker nytt nettverk?

Er du passert 70 år er kanskje FB gruppa «Vi over 70 rundt Stavanger/Sandnes» gruppa for deg.

Vi er en gjeng med kjekke damer som treffes med jevne mellomrom. Vi har faste kaffè treff, revyer, konserter og andre aktiviteter. Vi har også egen reisegruppe. Tilbudene er mange og vi søker dere som har lyst og tid til å bli kjent med nye. Skriv gjerne litt om deg selv til: sissel.kvale@lyse.net



Landsforbundet for offentlige pensjonister

LOP er organisasjonen for oss som har arbeidet i kommunal-, fylkeskommunal og statlig sektor. Ved trygdeoppgjørene er det LOP som ivaretar tjenstepensjonistenes økonomiske interesser. LOP fremmer i tillegg saker som vil gi oss et mer aldersvennlig samfunn, til Storting, regjering, departement og de ulike politiske partiene. LOP er partipolitisk uavhengig.

LOP Rogaland Sør er et aktivt og vitalt lokallag med et variert medlemstilbud. Fra høstprogrammet 2025 nevner vi: Temamøter med variert innhold og underholdning:

15.10.25 i Frøyland og Orstad kirke

Gunnvor Molaug kåserer om "Erfaringer fra mine nærmere 40 år i politiet"
Kulturelt innslag ved John Josefson, kunstner og musikk-instrumentmaker.

26.11.25 kl. 18.00: Førjulsfest på Ganddal
bydelshus. Birger Lindanger forteller om gamle juleskikker på Jæren. Kulturelt innslag og utlodning.

2026:

18.02.26: Årsmøte med medlemsmøte.

25.03.26: Medlemsmøte

Reiser

Se hjemmesiden, oppdateringer skjer fortløpende og ved melding til medlemmer. 2026 -vårprogram vil bli lagt ut i løpet av desember: www.lop.no/rogaland
Vi ønsker deg velkommen som medlem!

Vennlig hilsen
for LOP Rogaland Sør
lokallagsleder Bjørg Brekke Sørskog
E-post: bjorg.brekke.sorskog@kleppnett.no
Tlf. 906 69 184



Styret i LOP
Rogaland
Sør (Foto: Per
Egeland)



Kreft ... Hva gjør jeg nå?

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

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



Les mer om tilbudene på kreftforeningen.no eller ring 21 49 49 21.

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



KREFTFORENINGEN
TIL FOR DEG



**Datahjelp
Bydelsmiddag
for hele familien
Arrangementer
Håndarbeid**

Til alle i alderen 0-120!
Velkommen til åpen kafe på Gausel bydelshus

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

På Åpen kafe, treffer du ildsjelene Ingvill, Ann Helen og Bertha som tar dere imot med god stemning hver torsdag mellom kl 14-17 med varm middag.

Kontakt:
Gausel bydelshus:
Epost: Edyta.lenarczyk@stavanger.kommune.no
Mobil: 51508661

Heddeveien 141,
4033 Stavanger

GAUSEL
FRIVILLIG

Akkurat nå!



**Stavanger
kommune**

To helse- og velferdskontorer

Stavanger kommune har fra 2025 to helse og velferdskontorer:

Helse- og velferdskontor nord

Besøksadresse Byfjordparken 15.

Telefon 51 91 49 01

helse.velferdskontor.nord@stavanger.kommune.no

Helse- og velferdskontor sør

Besøksadresse Lagårdsveien 80.

Telefon 51 91 49 02

helse.velferdskontor.sor@stavanger.kommune.no

Postadresse for begge kontorer:

Postboks 8095 Forus,

4068 Stavanger

Hvis du lurar på hvilket helse- og velferdskontor du tilhører, sjekk kartet på

www.stavanger.kommune.no/hvk

Et utvalg av høstens tilbud

Mandager kl 14.00 – 15.00: Yoga - påmelding

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

Bokspa/lesegruppe

Tirsdag 09.09 kl 13.00 – 14.30 Bokspa/samlesing

Tirsdag 07.10 kl 13.00 – 14.30 Bokspa/samlesing

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

Konsserter og kulturtilbud

Torsdag 25.09 kl 17.00 Klassisk konsert med duoen Perlekammers

Torsdag 30.10 kl 17.00 Konsert med Dag Sindre Vagle

Vi arrangerer jevnlig konserter og andre kulturtilbud.

Arrangementene annonseres på Facebook, i Mortepumpen og i Tastavis.



Drøsen

kafé - kultur - aktivitet

Vil du vite mer om tilbudene våre?

Ta kontakt på telefon 45 73 33 05 eller se

Facebook: Drøsen kafé, kultur og aktivitet

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

SENIORENE

Vi hjelper deg

...og gjør hverdagen enklere:

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

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

40 00 22 70

Eller e-post:

stavanger@seniorene.no

Besøk oss også på:

www.seniorene.no

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



Stavanger
demensforening

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

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

Meld deg inn i Nasjonalforeningen for folkehelsen på nettsiden

nasjonalforeningen.no/bli-medlem/, eller send en e-post til

Nasjonalforeningen Stavanger demensforening.

demensforeningenistavanger@gmail.com

Guri Tysse, leder. Telefon: 907 52 648. Mail: guri.tysse@gmail.com

Følg oss på Facebook:

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



HUKOMMELSES- SKOLEN

Kurset holdes
på Tante
Emmas Hus

«Hukommelsesskolen» er et 10 ukers kurs, med undervisning to timer en dag i uken, for hjemmeboende personer med demens, eller dem som er under utredning for demens.

De første 45 minuttene har vi hjernetrim. Deretter en god pause med enkel lunsj-servering. Etter lunsj har vi gruppesamtale med ulike tema. Målet for undervisningen er å gi deg kunnskaper om demens, opprettholde god helse så lenge som mulig, at du lærer å bruke egne ressurser og finne måter å få til det som er viktig for deg i hverdagen.

Vi har plass til 8 kursdeltakere og starter opp på Tante Emmas Hus, Kongsgata 43 langs Breiavatnet, midt i Stavanger sentrum.

Kurset er et gratis tilbud til hjemmeboende personer med demens eller de som er under utredning for demens i Stavanger kommune. Du må gjerne ta kontakt om det er noe du lurer på.

Det blir satt opp nytt kurs hvert halvår, så ta kontakt dersom du er interessert.

Hilsen
Ruth Haslerud og Jan Erik Fosmark
Fagledere Kompetansesenteret for demens
Stavanger kommune

Tel. 51 90 59 73 / 51 90 59 74
kompetansesenter.demens@stavanger.kommune.no
ruth.karin.haslerud@stavanger.kommune.no
jan.erik.fosmark@stavanger.kommune.no

Byggefirma Håland

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

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

gratis befaring

Ta kontakt på tlf 40168964 for en uforpliktende prat

Bli med på lokalhistoriedugnad

Her er kontaktdetaljer til historielaga

Eiganes-Våland Historielag

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

Finnøy Historielag

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

Hillevåg Historielag

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

Hundvåg og Øyane Historielag

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

Jåttå og Hinna Historielag

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

Madla historielag

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

Rennesøy historielag

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

Stokka Kultur- og Historielag

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

Storhaug Historielag

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

Tasta Historielag

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

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 450 for enkeltmedlem og kr 600 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.



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

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



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 10 frivilligsentraler i Stavanger?
Ta kontakt med din nærmeste sentral for å få mer informasjon om frivillig aktivitet i ditt nærmiljø.

Eiganes og Våland frivilligsentral

Elizabeth Parra Ganteaume,
47784171

Emmaus frivilligsentral

Gro Skartveit, 48880491

Finnøy frivilligsentral

Ragnhild Valand, 99398595

Hillevåg frivilligsentral

Nina Tunge- Kvamme, 47482281

Hinna frivilligsentral

Sunniva S. Roberts, mobil:
91842657

Hundvåg frivilligsentral

Ann Therese Madland, 99290718

Madla og Kvernevik frivilligsentral

Robert Raustein, 47398900

Rennesøy frivilligsentral

Kim Tysse Ingebrigtsen, 45658570

Storhaug frivilligsentral

Hege Benedicte Blom Stene
90713992

Tasta frivilligsentral

Eva Maria Gärtner, 46925212

Du er også hjertelig velkommen til å ta kontakt med oss
dersom du savner noen aktiviteter i din bydel.

Vi ser frem til å høre fra deg!

Rådgivningskontoret for pensjonister

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

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

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

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



**Fellesutvalget for
pensjonistforeninger
i Stavanger**

Hillevåg historielag

Programmet 2. halvår 2025

06. oktober: Historien om "Sommerlide", Eiganesveien 149, v/ Mauritz Rossavik
03. november: Oppvekst i Hillevåg på 1950-tallet, v/ Harald Sig. Pedersen
01. desember: Julemøte. Trekkspilletts historie, v/ Lars I. Eielsen

Møtene holdes i Hillevågsalen i Frida Hansens Hus kl 1900.
Møtene er åpne for alle, det serveres kaffe/te og kringle.
Entre kr 100.



MIDDAG PÅ DØREN

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

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

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



Smakebiter fra høstens program på Skipper Worse Ledaal

Onsdag 1. oktober kl. 17.00: Den Internasjonale Eldredagen feires med fest i regi av Stavanger kommune.

Fredag 10. oktober kl. 13.00: 200 år med utvandring til Amerika. Tom Hetland om drivkreftene for utvandringen, hvordan utvandrerne etablerte seg i den nye verden og hva som står igjen av norsk språk og kultur i dagens Amerika.

Onsdag 29. oktober kl. 12.30: Morten Sagen fra advokatfirmaet Tingmann om fremtidsfullmakt.

Fredag 31. oktober kl. 13.00: «Svindel kan ramme oss alle» ved Trine H. O. Finnesand fra Sparebank1 Sør-Norge.

Fredag 31. november kl. 13.00: Historien om Aftenbladet ved Sven Egil Omdal

Søndag 30. desember: «Vi synger julen inn» med Korallene, Skipper Worses eget blandakor.

Sjekk hjemmesiden vår www.skipper-worse.no for mer informasjon.



Jøssingfjord Vitenmuseum & Helleren Flekkefjord – sørlandsidyll mellom bratte fjell mandag 13. november 2025



Bli med Skipper Worse på en innholdsrik dagstur med buss sørover. Det blir opplevelser, gode historier, deilig mat med mer.

Se mer på hjemmesiden vår eller stikk innom et av våre sentre og hent program.



Hverdagsglede på Ågesentunet

Skipper Worse Ågesentunet er et aktivitetssenter for hjemmeboende personer som har demenssykdom. Med fokus på trivsel og en aktiv hverdag, møtes vi til aktiviteter som turgruppe, trim, kafe og allsang og musikk.

På Hverdagsglede tilbyr vi et sosialt fellesskap med mennesker i samme situasjon. Sammen ønsker vi å skape fine øyeblikk og glede oss over gode opplevelser i hverdagen.

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

Rådgivningskontor for hørselshemmede og deres nettverk

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

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

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

Treffpunkter:

Tante Emmas Hus
Skipper Worse Ledaal
Rennesøy helse- og omsorgssenter
Judaberg innbyggertorg
Formiddagstreff i Døvekirken
(fortrinnsvis for døde og
tegnspråkbrukere)

Kl. 11.00-12.00: Første torsdag i måneden
Kl. 11.00-12.00: Andre torsdag i måneden
Kl. 09.30-11.30: Tredje torsdag i måneden
Kl. 12.00-14.00: Tredje torsdag i måneden
kl. 11.00-13.00: Hver tirsdag

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

Telefon eller SMS 47 80 35 41 (telefon betjent tirsdager og torsdager)
e-post: horsel@johannesls.no
Postadresse: Pb 8069 Forus, 4068 Stavanger
www.johannes.no
Spesialavdeling Voksne (gult felt på nettside)



**Stavanger
kommune**

SKIPPER WORSE SPORT

Skipper Worse Sport har vært aktiv i 40 år den 12.02.2025. Vi er en uavhengig forening av voksne, glade kvinner og menn fra 60 år, som liker å trimme. Hver tirsdag og torsdag trimmer vi i Stavanger Idrettshall SAL A. Fra kl. 09.00 – kl. 11.00 kan du spille badminton. Det er både for nybegynnere og hagespillere og vi har trener som kan instruere. Fra kl. 11.00 til 12.00 er det musikk og gymnastikk.

Vi søker også instruktør.

Vi har god plass og greie garderober med dusj. Vi er nå 165 medlemmer og betaler kr. 300,00 i årskontingent. medlemmer hjertelig velkommen. For opplysninger: Berit Garvik berit.garvik@wemail.no. Mobil: 951 12 122.



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



Stavanger
kommune

Har du nedsatt syn eller hørsel?

– ta kontakt med fagkonsulentene for syn og hørsel

Vi kan:

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

For å benytte tjenesten må du:

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

Tjenesten er gratis.

Ta kontakt:

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

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

Mail: sansetap@johannesls.no • www.johannes.no

Vi vet at mange eldre sliter alene

Dessverre glemmer
mange at livet kan bli
bedre igjen



Ring oss hvis du sliter eller
kjenner noen du vil hjelpe

TIPS 51 51 59 59

Hverdager 08:00 - 15:00

Kirkens SOS 22 40 00 40

- Vi er der alltid!

Stavanger DPS, AAT, 916 51 005

alle dager 09:00 - 21:00



Rådet for psykisk helse

HELSE STAVANGER
Stavanger universitetssykehus

**VELGÅ
LEVENE**
selvmordsforebygging

LHL Stavanger, Sola og Randaberg



LHL
Stavanger, Sola og Randaberg

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

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

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

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

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

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

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

Strikking og sosialt samvær i Langflåtveien 29, Mariero. Første mandag i hver måned fra kl. 17.30. Vi arrangerer også årlig 4 kjekke turer.

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

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

Formiddagstreff i Stokka kirke

Arrangeres av diakoniutvalget og er i kirkestuen. Bevertning og utlodning er en del av programmet.



PROGRAM FOR HØSTEN 2025

Onsdag 8. oktober kl 11.00
Markus Melke. Etter muren falt.
Markus forteller fra Øst-Tyskland

Onsdag 12. november kl 11.00
Sigmund Sunnanå. Et liv i skolen

Onsdag 10. desember kl 11.00
Signe Brit Roaldkvam Tørring. Ajax

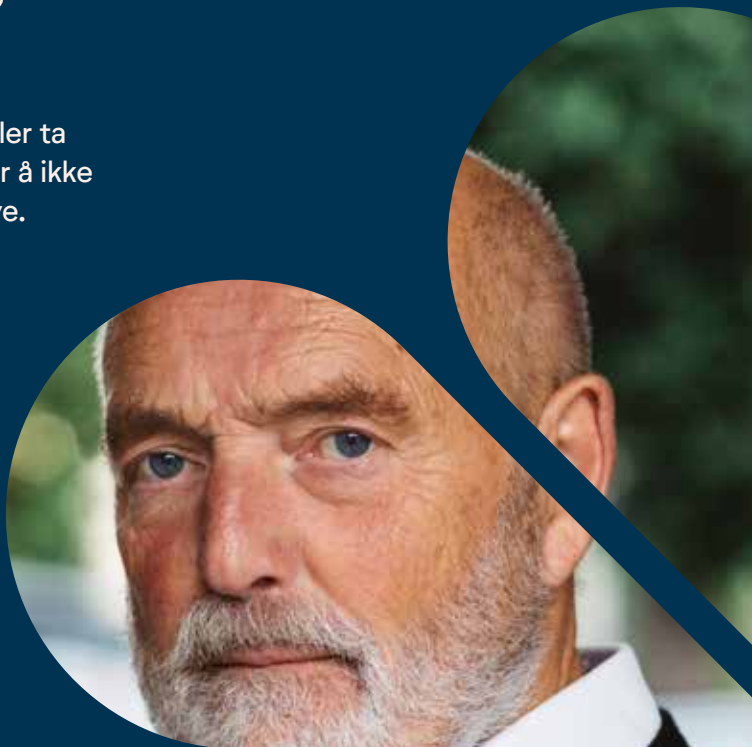
ADVENTSFEST

Fredag 28. november kl 18:00
Middag, sang, utlodning med mer.
Påmelding, se menighetens nettside

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.

TANTE EMMAS HUS – FOR SENIORER



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

Kafe Breiavatnet er åpen

Mandag til fredag: kl. 11.00 – 15.00

Feriestengt i uke: 28, 29, 30 og 31

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

Meny:

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

Vennetreff på Kafe Breiavatnet

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

Ta kontakt for nærmere avtale.

Rådgivningskontoret for pensjonister:

Åpningstider: Mandag – fredag: kl. 10.00–12.00

Tlf. 51507890, epost:

radgivningskontoret@stavanger.kommune.no

Rådgivningskontoret driver gratis rådgivning for pensjonister og hjelper til med utfylling av skjemaer, søknader, testamenter, osv.

Rådgivningskontoret for hørselshemmede:

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



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

Hva er PROTECT Norge?

PROTECT Norge er et internettbasert forskningsprosjekt som tar sikte på å forstå hvordan hjernen eldes, og hvorfor noen utvikler demens.

Registrer deg i studien her: www.protect-norge.no

Hvorfor være med?

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.

Hvem kan være deltaker?

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 internettilgang.
- ☒ Du ikke har en demensdiagnose.

Hva innebærer deltakelse i studien?

Deltakere i PROTECT Norge vil årlig over en periode på opptil 10 år:

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

Deltakerne vil også få mulighet til å avgi DNA gjennom en spyttprøve. Dette gjøres enkelt hjemme en gang.

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 opptil 10 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:

1. Hvordan påvirker vår livsstil, trening og søvnvaner risikoen for demens?
2. Hva er de tidlige tegnene på demens? 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.

Selskapslokale med byens fineste utsikt over Breiavatnet!



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

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

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

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

Se vår hjemmeside: www.stavanger.kommune.no

Alle er velkommen til Tante Emmas Hus – for seniorer

Savner du Bergen? Andre bergensere? Humoren? Skillingsbollene?

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

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

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

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





Senior - Ynglingen

- et åpent og uforpliktende møtested for voksne menn -

Ytre Eiganesvei 21, 4022 Stavanger

Velkommen

til møtene våre i Ynglingen våren 2025

Kl. 1100 –1150: Fleksitid med drøs og dråpe

Kl. 1150 - 1300: Kjernetid med program

9. oktober: Steinar Opheim, leder for Tent: Hvordan teltmakere bringer evangeliet til nye land og folkeslag.

23. oktober: Torstein Jørgensen, professor: Sverd og kors – kristningen av Norge med Rogaland i fokus.

6. november: Jens Olav Mæland: Erfaringer fra den norske feltpresttjenesten ved bataljonen i Sør Libanon.

20. november: Øyvind Dahl: Hvem var Cornelius Cruys? Skreddersønnen fra Stavanger som ble admiral hos Peter den store på 16-1700-tallet.

4. desember: Anne Lise Ådnøy, biskop: Jubileet er over,- «ka nå,-ittepå?» Om folkekirkens framtid.

Sunde Bedehus

SUNDEVEIEN 29

Bibelhelg: 4-5. oktober
v/ Ingunn Elisabeth Holm

Lørdag 4. oktober
Bibeltimer kl. 18.00 og 20.00

Søndag 5. oktober, kl. 19.00.
Festmøte, Sang av Riskakameratene.
Beverting

7. oktober, kl. 11,00
Formiddagstreff v/ Ingunn E. Holm
Sang av Eva Stray og Bjørg Mæland.

4. november kl.11.00
Formiddagstreff v/ Magne Voll
Sang av Judith og Harald Nærland

2. desember kl. 11.00
Formiddagstreff v/ Johan Vistnes
Sang av Martha og Johan Vistnes

6. januar 2026 kl. 11.00
Jule-nyttårsfest v/ Olav Eikeland og
Nicol Hjorth- Olsen «Emne:» Livet har
opna seg»

Formiddagstreffene begynner nå kl 11.00

Du er velkommen til hyggestunder i et
trivelig miljø!

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 arrangement med natur som tema. I vår våtmarksutstilling kan du lære mer om våtmarkene på Jæren. Det er gratis inngang til utstillingen.

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

Lokalet kan også leies til arrangement, merkedager og minnestunder. Kontakt oss på post@mostun.no



Naturvernforbundet
Rogaland

Frivillig i Tante Emmas Hus

Har du litt tid til overs? Kan du tenke deg å være med som frivillig? Flere frivillige seniorer er med og driver aktiviteter i Tante Emmas Hus enten på kafeen eller som dataveiledere. Du er en ressurs for andre seniorer og du er med i et hyggelig fellesskap!

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



Ingen skal måtte dø alene

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



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

Har du tid og lyst til å gjøre en forskjell?

Hos KIA Rogaland skaper vi møteplasser for kvinner med flerkulturell bakgrunn, der de kan lære norsk, bli bedre kjent med samfunnet og bygge vennskap. Nå trenger vi flere frivillige!

Du kan bli med på sy- og strikkegruppe, språkkafé, leksehjelp, turgrupper og jobbsøkerveiledning.

Her får du muligheten til å gi av din tid, dele erfaringer og bli kjent med fantastiske mennesker fra hele verden. Sammen skaper vi fellesskap!

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





**Skal du være i Stavanger
i sommer?**



Og liker du å snakke med folk?

Meld deg frivillig til å delta i norskopplæringen vår,

enten som lærer eller bare for å prate i språkkaféen

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

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

 **tlf. 459 19 714**  **stavanger@caritas.no**

 **St. Olavs Gate 25, 4005 Stavanger**



Caritas er en internasjonal hjelpeorganisasjon.



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



Kvernevik Sanitetsforening

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

Salg av smørbrød og vafler. Bingo.
Velkommen!

For spørsmål ring:

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

Foto: Ole Martin Wold



KREFTFORENINGENS RETTSHJELP

Vil du bli frivillig jurist?

Kreftforeningens rettshjelp trenger frivillige jurister og advokater til vårt rettshjelptilbud i Stavanger. Gjennom rettshjelpen gir vi gratis juridisk veiledning, slik at de som rammes av kreft skal ha en bekymring mindre. Som frivillig får du mulighet til å bruke din fagkompetanse til å hjelpe kreftpasienter og pårørende med å få oppfylt sine rettigheter. Vi ser etter deg som har juridisk bakgrunn og som har lyst til å bidra med din kunnskap og tid.

Vil du vite mer eller melde deg som frivillig? Send en e-post med CV og vitnemål til:
post@kreftforeningens-rettshjelp.no



KREFTFORENINGEN
TIL FOR DEG



HINNASENTERET

Kurs- og aktivitetssenter

PROGRAM HØSTEN 2025

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.

Serivering

Under våre aktiviteter tilbys lunsjpakke; tohalvpåsmurterund- stykker, 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.com



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



MANDAG:

Håndarbeidsgruppe kl. 10.30

Veving, strikking mm. Treff annenhver uke. Oppstart 11. august

Kunst- og kulturgruppe kl. 10.30

Kunst- og kulturforelesninger ved gjester og egne krefter.
Oppstart 15. september.

Fransk konversasjon kl. 11.00

– Viderekomne. Vi kommer sammen og samtaler på fransk. Ingen lærer.
Oppstart 01. september.
Semesterkontingent kr 150,-.

TIRSDAG:

Bridge – viderekomne kl. 10.00

Visamles i stuen for hygge og spill.
Kontingent kr 200,-
Oppstart 19. august.

Turgruppe kl. 11.00

Ca. 1 times tur i nærområdet.
Oppstart 05. august.
Mulig med lunsj etterpå.

Spansk dagligtale kl. 10.00

Videreføring av grunnkurs, der du bør kunne litt fra før.
Oppstart 07. oktober.
10 ganger ved min. 6 stk. påmeldte.
Påmeldingsfrist 30. august.
Kursavgift kr 850,-.
Lærer: Odrun Eiken Cruz.

Nyhetsgruppe kl. 11.30

Vi kommer sammen til et uformelt treff og samtaler om aktuelle nyheter.
Oppstart 19. august

ONSDAG:

Bridgekurs for nybegynnere

kl. 10.00 Oppstart 17. september
v/min.8stk. 6 samvær, kursavg. kr700,-.
Lærer Thom Hinna.
Påmeldingsfrist 11. september.

Andakt i kirkerommet kl. 10.15

– Et samarbeid med Hinna Menighet.
Oppstart 06.august.

Hinnasenterets seniorklubb kl. 10.40

Vi møtes i stuen til underholdning, åresalg,
drøs, og fellesskap.
Medlemskontingent kr 300,-.
Nye medlemmer alltid velkomne!
Oppstart 06. august.

Spansk for nybegynnere kl. 10.00

Påmelding innen 30.september
Oppstart 01.oktober.v/min.6stk.6
ganger
Kursavg.kr850,-. Lærer Odun Eiken Cruz

Sterk og stødig kl. 13.00-14.00

Treningsgruppe for seniorer.
– Et samarbeid med fysioterapijenesten og
frivillige aktører. Påmelding tlf:51508575.
Merk: programmet følger skoleruta.

JULELOTTERI

10. desember kl.11.00

Senterets årlige lotteri og juleavslutning.
Vi serverer grøt, kaffe og julekaker. Alle
er velkomne.

TORSDAG:

Yoga kl. 09.30

10 ganger med instruksjon av Ellen
Thomseth. Kursavgift kr1100,-.
Oppstart 14.aug.
Litt justering på datoer underveis
Matter for utlån. Ta med et godt teppe.
– Mulig å kjøpe lunsj etterpå.
Påmeldingsfrist 04.aug.

Bridgekurs kl. 10.00

For deg som vil friske opp gamle
kunnskaper med lærer Paul A. Hinna.
Oppstart 21.august.
Kursavgift kr650,- og kr.100,-
i materiale. Meld deg sammen med en
makker. Påmeldingsfrist 8. aug.

FREDAG:

Snekkerboden kl. 10.00

Treskjæring og annet trearbeid.
Semesterkontingent kr 200,-.
Oppstart 08. august.

Malegruppe kl. 10.00

– Alle teknikker. Vi inspirerer hverandre.
Semesterkontingent kr 200,-.
Oppstart 08. august.

Åpen kafe kl. 11-13.00

Ta degen tur innom for lunsj, kaffe,
drøs og fellesskap.
Oppstart 08 august.

Pensjonisttreff

Siste Torsdag i måneden inviterer vi til pensjonisttreff i
våre koselige lokaler i Hillevåg, fra kl 10-15
Vi serverer rundstykke med håndpillede reker,
wienerbrød, og kaffe med påfyll
Pris 120,- pr person

TORSDAG 24.10 KL 10.00-15.00

TORSDAG 27.02 KL 10.00-15.00

TORSDAG 28.11 KL 10.00-15.00

TORSDAG 27.03 KL 10.00-15.00

TORSDAG 30.01 KL 10.00-15.00

BESTILLING PÅ TELEFON . 45484526

Velkommen til afternoon tea!

Velkommen til en
klassisk afternoon
tea i Hillevåg

Lørdag 25.10 12-16

Lørdag 22.11 12-16

Lørdag 06.12 12-16

Lørdag 07.02 12-16

Lørdag 14.03 12-16

Lørdag 11.04 12-16

Lørdag 09.05 12-16

Lørdag 12.06 12-16



NORILCO Sør-Rogaland – Sammen for en bedre hverdag!

Har du, eller noen du kjenner, utfordringer med stomi, reservoar eller mage- og tarmkreft? Vi er en aktiv lokalforening med over 420 medlemmer som jobber for bedre livskvalitet og støtte for pasienter og pårørende.

Vi tilbyr:

- Åpne medlemsmøter
- Kafetreff og korte turer
- Tilrettelagt trening
- Likepersonsbesøk på sykehus



Bli med i et inkluderende fellesskap med erfaringsutveksling og støtte!

Les mer: www.norilco.no

Kontakt oss: sor-rogaland@norilco.no

Vennlig hilsen
NORILCO Sør-Rogaland

Cicel T. Aarrestad, styreleder
tlf 905 79 755

Bydelsmiddag og sosial treff på IDUN huset, Hinna.

Hver torsdag kl 12:15-14:00

Servering til 13:30

Gamleveien 53

Bli med å spise deilig mat og kanskje bli kjent med nye ☺

Kr50,- for en tallerken + kaffe m/ påfyll.

Passer godt for pensjonister, foreldre i permisjon, hjemmевærende, barn uten SFO mm.

Åpent for alle!

Welcome to lunch and a social meeting space at IDUN huset ☺

Kr50,- for a food plate + coffee with refill.

Can be a nice activity for pensionists, parents on maternity/paternity leave, kids without SFO etc.

Open for everyone!

Et samarbeid mellom Hinna Sanitetsforening, FLAM og Hinna Frivilligsentral.



Noen trenger deg...



KIRKENS SOS
ROGALAND

Vil
du være
den som lytter?



www.kirkens-sos.no/frivillig

Ta gjerne kontakt for en
uforpliktende prat: 971 70 995

Pensjonistuniversitetet

Stavanger



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

Program for høsten 2025:

Når ikke annet er oppgitt, vil forelesningene foregå på onsdager i Stavanger kulturhus, Sølvberget kl. 11.00.

- | | |
|--------------|---|
| 1. oktober | «Har redaktørstyrte medier en fremtidig plass i konkurranse med sosial medier?» - Redaktør i Stavanger Aftenblad Kjersti Sortland |
| 15. oktober | «Istidsutviklingen og klimaendringer i Norge» - Professor emeritus Atle Nesje |
| 5. november | «Men er det kunst? En vandring i kunsthistorien og samtidskunsten» - Kunstkritiker Trond Bergen |
| 19. november | «Hva gjør en orkesterdirigent?» - Professor i dirigering Bjarte Engeset |
| 10. desember | «Franske tilstander» - Førsteamanuensis Kjerstin Aukrust |

Følg med i annonsene i Stavanger Aftenblad, mandag før forelesningene. Det kan bli skifte av foreleser, sted og tid dersom noe uforutsett skulle skje. Informasjon om foredragene finnes også på Sølvberget sine hjemmesider samt

www.pustavanger.net

Velkommen til Datahjelp for seniorer

I samarbeid med Seniorene AS og Kakadu tilbyr vi datahjelp. Vi får jevnlig besøk av samarbeidspartnere, både fra det private næringsliv og offentlig sektor, som bidrar i undervisningen.



Datahjelp foregår 2. hver tirsdag kl 13.30-15.00. For dato og nøyaktig program, se informasjon på Facebook eller ta kontakt på telefon/e-mail.

I tillegg til temabasert undervisning kan du også få personlig veiledning hver gang. Ta med deg telefon, nettbrett eller pc og kom! Tilbudet er for alle, om du er nybegynner eller har en del datakunnskap, vil du kunne få gode tips til bruk i hverdagen.

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

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



Er PC, nettbrett eller smarttelefon vanskelig å bruke?

I dag må du bruke digitalt utstyr dersom du skal kjøpe billetter, bestille time hos lege, se beskjeder fra kommune og stat, betale regninger og til mange andre oppgaver. Er dette vanskelig?

Seniornett er til for å hjelpe deg. Vi jobber for å lære seniorer å bruke sitt digitale utstyr.

Til høsten skal vi starte kurs for nybegynnere med PC, Mac, nettbrett osv. Meld deg på! Vi holder til på Tante Emmas hus i Kongsgata ved Breiavatnet. Du kan også få gratis veiledning alene sammen med en instruktør hos oss dersom det er noe du lurer på.

Og til deg som kan litt om PC, Mac, nettbrett eller telefon: Lyst til å bli med som veileder? Ingen av oss er eksperter, men vi synes data er gøy, og vi har et godt miljø «på jobb».



Se mer på: www.seniornett.no/stavanger

Kontakt oss på epost: stavanger@seniornett.no

Eller telefon: 48 50 25 60

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

Gratis datahjelp

Datahjelp er én-til-én hjelp og veiledning i det du lur på i den digitale hverdagen. Du kan for eksempel få hjelp til epost, bilder, oppdateringer eller apper.

Ta med egen mobil, nettbrett eller datamaskin.
Velkommen!



Tilbud hver uke:

Sølvberget bibliotek, 3. etg.

Mandager kl. 12.00 – 14.00
Tirsdager kl. 17.00 – 19.00

Madla bibliotek

Tirsdager kl. 12.00 – 14.00
Onsdager kl. 17.00 – 19.00

Rennesøy bibliotek

Mandager kl. 11.00 – 13.00

Finnøy bibliotek

Fredager kl. 10.00 – 12.00

Ingen påmelding er nødvendig, kom innom i åpningstidene.
Du kan også forhåndsbestille tid på tlf. 51 50 70 90
eller via nettsidene:

stavanger.kommune.no/datahjelp



Stavanger kommune