

MENIGHETSBLADET

FOR SØNDRE LAND

NR. 1, ÅRG. 85
PÅSKEN 2024



Oppstandelsens glede

Gjennom historien har både monarker, politikere og andre, benyttet valgspråk for å beskrive hva de ønsker for sitt land, og sitt folk. I Norge har monarkene i moderne tid benyttet ordene: «Alt for Norge.» I 2017 benyttet partiet Høyre ordene: «Vi tror på Norge.» Danmarks tidligere dronning, Margrethe, benyttet valgspråket: «Guds hjælp, folkets kjærlighet, Danmarks styrke.»

Når det kommer til store erklæringer for land, og folk, er det en som endret historien på en slik måte at den for evig tid vil overgå dem alle. Erklæringen kom fra en engel ved en tom grav: «Han er ikke her. Han er oppstanden!» (Matt 28,6a).

Oppstandelsen er for meg det sentrale temaet i den kristne forkynnelse. Jeg forkynner selvsagt korsets nåde, men korsets død uten oppstandelsen ville for meg vært tomt. Eller som Paulus sier: «Men er ikke Kristus stått opp, da er vårt budskap tomt.» (1Kor 15,14a).

På korset sonet Jesus for alle verdens synder. Men døden på korset var ikke alene et bevis på at Jesus var Gud. Romerne, og de religiøse lederne trodde de hadde henrettet en opprører, og røveren som var naglet til korset ved siden av Jesus hånet ham ved å be ham få dem ned fra korsene om han var Messias.

På korset gjorde døden en slutt på Jesu liv. Fylt med sorg måtte hans familie og venner bære ham til en grav, og kjenne på den smerte og håpløshet døden gir. Men Jesu død snudde opp ned på alt. For ved å dø knuste Jesus døden, og ved å oppstå vant han livets, det evige livs, seier. Og ved at han døde for oss på korset, stod han også opp og åpnet for at også vi kan gå en ny framtid i møte med døden.

Når verden rystes, og livet kjennes krevende, så finner jeg trøst i tanken om at vi som Jesus må bære våre kors for en tid, men at det etter det tunge vil komme en oppstandelse med evig liv, frihet og fred. Men også når det kommer til livet her og nå tenker jeg at Jesus ønsker oppstandelse også fra alt som tynger. Ønsker at vi skal legge det tunge fra oss og stå opp og omfavne det gode livet har å gi.

Jesu død og oppstandelse for oss forteller oss også hvor høyt elsket vi er. Tenk at hver og en av oss er av så stor verdi at Gud selv valgte å dø, og stå opp for oss.



Min bønn er at påskens evangelium må hjelpe oss alle til å omfavne det gode livet har å gi, og i alle livets tider, både de gode og de krevende, finne trøst, håp og tro i oppstandelsens evige fred og glede.

Vivian Fleischer Nyborg



Kirkekontoret:

Rådhuset (3.etg), 2860 Hov
Tlf: 902 77 164

Kontortid: Man.–tors. kl. 10–14.

Ansatte:

Menighetssekretær:
Belinda Jørandli Rudsengen
E-post: post.søndre-land@kirken.no

Sokneprest Vivian Fleischer Nyborg.
Tlf: 958 16 279. E-post: vn358@kirken.no.
Sokneprest Øystein Wang,
tlf: 95 27 94 98. E-post: ow896@kirken.no

Kirkeverge Hilde Myklebust Lunde
970 27 978
E-post: hl548@kirken.no

Kantor Svetlana Starcheusova,
Tlf: 47848689. svetstar@hotmail.com.
Kantor Gerd Myklebust Wang.
tlf: 41809893. gerd@wango.no

Kirketjenere i Fluberg, Landåsbygda,
Skute, Enger og Hov:
Øistein Sveum, tlf: 920 28 711.
Kenneth Bekkelien tlf: 909 98 147.
Treffes hverdager kl 09-14.

Fluberg menighetsråd:
Elsa Karin Brenden, leder.
Skute menighetsråd:
Merethe Gulbrandsen Struksnes, leder.
Søndre Land menighetsråd:
Bente Skårberg, leder

Søndre Land kirkelige fellesråd
Elsa Karin Brenden, leder. Tlf: 924 60 917

Redaksjonskomité:

Steinar Barstad
Mikal Myrland
Runa Bjone
Øyvind Sporild
Guro N. Blikset
Gunn-Merethe Bergheim Rustøe
Øystein Wang (redaktør og layout)

Forsidebilde: Blomsterkorset
Foto: Øystein Wang
Stoff til neste nummer må være levert
innen 26. mai 2024.

Les bladet digitalt på
kirkenisondreland.no
Menighetsbladet er miljøvennlig trykket hos
Merkur Trykkeri, Oslo.

Bispevisitas i Søndre Land

Det er 16 år siden sist det var bispevisitas i Søndre Land.

En bispevisitas skal foregå hvert 8. år, heter det i visitasreglementet. Vi begynte derfor å bli redd for å ha blitt stedet som Hamar bispedømme glemte...

Men nei da. Ingen fare: For i mai skjer det. Midt i konfirmasjonstiden får vi besøk av vår nye biskop Ole Kristian Bonden og hans følge - og vi gleder oss.

En lokal komité er nå ferd med å utforme programmet for besøket, der mange av arrangementer er åpne for alle, mens andre består av møter med ansatte, menighetsråd, formannskap etc. Det legges også opp til et bedriftsbesøk og besøk i en barnehage.



Foreløpig program Bispevisitas i Søndre Land

**28.-30. mai
og
Søndag 9. juni.**



**Tirsdag 28. mai
Kl 12. Andakt v/ biskop på Hovlitunet.
Kl 17. Kirkefest i Hov kirke (for barn)**

**Onsdag 29. mai
Kl 1930. Eurovision-gudstjeneste i
Skute kirke**

**Torsdag 30. mai
Kl 1730. Konsert
Fluberg forsamlingshus**

**Søndag 9. juni kl 11:
Visitasgudstjeneste i Hov kirke.**

Vi gjør oppmerksom på at det kan komme endringer i programmet.

Hva er en bispevisitas?

Bispevisitas er et institusjonalisert og rettslig ordnet besøk av biskopen i bispedømmets menigheter.

Formålet med bispevisitasen er å støtte, inspirere og veilede menigheter og ansatte, og gjøre kirkens nærvær synlig i lokalsamfunnet. Biskopen skal ved visitasen legge vekt på forkynnelsen i sognet. Ved dette skal biskopen gi støtte til menighetenes virksomhet og styrke menighetene. Sammen med menighetsråd og ansatte skal biskopen gå inn i et felles arbeid for å prøve menighetslivet på Bibelen og kirkens bekjennelse, og inspirere til frimodighet og fornyelse. Menighetens arbeid skal også vurderes opp mot de planer som foreligger fra kirkelige organer.

Konsert med kirkekoret og Jon Lotterud m/band



«Til deg» er tittelen på konserten i Hov kirke - Søndag 28. april kl 18

Det er duket for et spennende samarbeid når Søndre Land kirkekor har invitert Jon Lotterud m band til Hov kirke. I over tredve år har kor vært en viktig del av Lotteruds virke med seminarer i inn og utland. Han har med seg et spennende repertoar, med gospelsanger, poplåter og hans egne komposisjoner som kirkekoret nå er i full gang med å øve inn

Jon Lotterud, piano og sang
Helge Harstad, bass.
Kjell-Håkon Aalvik, slagverk.
Søndre Land kirkekor m/solister
dir. Gerd M Wang
Bill. kr 200,- v/ inng.

Påsketoner i Hov kirke

† Onsdag 20.mars. kl.19

Medvirkende:
Bergegarda Mannskor
Landslaget
Mist
Trevatn Musikkforening
Søndre Land Barnegospel
Søndre Land kirkekor
Dina Snuggerud Solhaug og
Lisbeth Snuggerud

Kaffe og kringle

Gratis entré - kollekt
Velkommen!

Kom og bli med i sangen!

Arr: Søndre Land kirkekor i samarbeid med kirken,

Vil du bli med og synge i kirkekoret?



Kirkekoret tar inn nye korsangere
denne våren...

Kom innom og bli med på korøvelse i Hov kirke
onsdag 3.april kl 19.00,
eller
kontakt dirigent Gerd Myklebust Wang
på telefon 418 09 893.

Klassisk Konsert i Hov kirke



Pianisten Maria Ringvold
Cellisten Lucas Delgado Redolfi

24.mars, kl.18.
Gratis inngang

Beethoven Chopin Rachmaninoff

Dugnad Skute kirke/kirkegård

Tirsdag 14.mai kl.17

ønsker vi vel møtt til dugnad. Vi håper mange blir med slik at vi får gjort det fint både inne og ute.

Fint om de som har kan ta med rive, spade, trillebår, bøtte og klut. Om du ikke liker å rake, men heller foretrekker å bake, sier vi ikke nei takk til noe godt til dugnads-gjengen. Vel møtt!



Menighetens årsmøte i Skute menighet

Søndag 26.mai 2024 etter
gudstjenesten kl. 11

Saksliste : Årsmelding 2023 -Aktuelle saker
i menigheten -Menighetsrådet serverer kaffe
og noe å bite i. Vel møtt!

Menighetens årsmøte i Fluberg menighet



FLUBERG KIRKE
Søndag 28.april 2024 etter
gudstjenesten kl.11
og kirkekaffe.

Saksliste til møtet:
Årsmelding 2023
Aktuelle saker i menigheten

VEL MØTT!

Elsa Karin Brenden
Leder

Vivian F. Nyborg
sokneprest

VÅR-DUGNAD FLUBERG KIRKE/ KIRKEGÅRD.

Menighetsrådet inviterer til
dugnad:

Mandag 13.mai kl.16-kl.20.

Tirsdag 14.mai kl.16.-kl.20.

*Vi håper mange vil være med
og gjøre det fint inne og
ute.*

*Ta med rive og klut/
bøtte.*

*Enkel servering.
Vi sees!*

Menighetsrådet i Fluberg



Barnas sider

Hei igjen alle sammen! Nå er det en god stund siden sist. Da skulle vi snart feire Jul. Nå har vi lagt juletiden bak oss, og ser fremover mot våren. Men før det så kommer en ny høytid for oss, nemlig påsken. På denne siden skal dere bli nærmere kjent med hva påske er og hvorfor vi feirer denne høytiden. Vi har også laget noen påskeoppgaver som jeg håper dere vil kose dere med i påskeferien, enten alene eller sammen med andre.

Ønsker dere alle sammen en god påske!

Hilsen Bjørn
Robert
trosopplærer.



LETEKRYSS

D	S	A	P	P	E	L	S	I	N	L	T
S	A	R	E	S	E	L	K	I	E	G	G
L	A	M	D	B	M	S	Z	K	I	B	R
P	T	S	J	O	K	O	L	A	D	E	S
R	Y	K	L	K	M	N	L	S	T	U	O
Q	E	I	T	D	L	Y	I	W	Å	K	L
Ø	Y	S	A	M	M	E	N	L	I	P	K
T	W	Q	A	S	D	F	G	Y	Æ	Ø	R
R	H	J	E	M	M	E	P	Å	S	K	E
K	B	N	J	E	S	U	S	L	A	T	M

Finn ordene og sett en ring rundt dem.

- Appelsin
- Esel
- Egg
- Sjokolade
- Ski
- Kylling
- Solkrem
- Sammen
- Hjemmepåske
- Jesus

Terningspill i påsken.

Først til 21

Dere trenger: En terning, papir og blyant til hver spiller.

Gjør slik: Deltagerne kaster terningen etter tur. Hver enkelt skriver ned poengsummen for hvert kast slik at de husker hvor langt de er kommet. F.eks. $5 + 4 = 9$, $9 + 3 = 12$ osv. Hvis de passerer 21, må de trekke fra neste gang og slik fortsetter dere en av dere får akkurat 21.

Få det største tallet

Dere trenger: En vanlig terning, eller dere kan bruke en 0-9-terning hvis dere har det.

Gjør slik: Spillerne tegner opp fire ruter, eller så mange dere blir enig om.

--	--	--	--

Bytt på å kaste terningen, og bestem deg for hvilken rute du vil sette tallet på terningen i. Fortsett til alle rutene er fylt. Les sifrene som et helt tall. Den som har det største tallet, vinner.



Sett farge på Palmesøndag



HVORFOR FEIRER VI PÅSKE?

For noen uker siden feiret vi jul fordi Jesus ble født. Han var Guds gave til verden og kom for å lære oss om kjærlighet, fred og vennlighet. Nå skal vi snart feire påske. Det er faktisk en enda større høytid enn julen i kirken. Påsken er ganske vanskelig å forstå. Den er glad, sørgelig, skummel, magisk, utrolig og mye mer. Den har på en måte alt i seg, så mange sier at påsken er hele livet på en uke. Heldigvis slutter historien godt. På den aller beste måten, faktisk.

Etter at Jesus var blitt voksen gikk han rundt sammen med vennene sine. Jesus hadde 12 venner som reiste sammen med han og lærte av han. Disse vennene kalles disipler. Han fortalte om Gud og at vi skulle være snille mot alle mennesker uansett hvor de kom fra eller hvem de var.

Jesus var jøde, og jødene feirer påske fordi de klarte å komme seg ut av Egypt etter å ha vært fanget der i mange år. Derfor reiste Jesus og disiplene til Jerusalem for å feire påsken sammen med mange andre. Du har kanskje hørt at det er mange rare navn på dagene i påsken? Nå skal vi prøve å forklare hvorfor de har fått navnene sine og hva de betyr.

Palmesøndag:

Det var mange som hadde hørt om Jesus og alt det fine han gjorde. De hadde også hørt at han var Guds sønn, - en konge som skulle redde verden og menneskene. Jesus red inn i Jerusalem på et esel og ble tatt imot av folket som nettopp en konge. De vinket med palmeblader og ropte «Hosianna. Vel-signet være han som kommer i Herrens navn.» Derfor kaller vi denne dagen Palmesøndag.

Den stille uke:

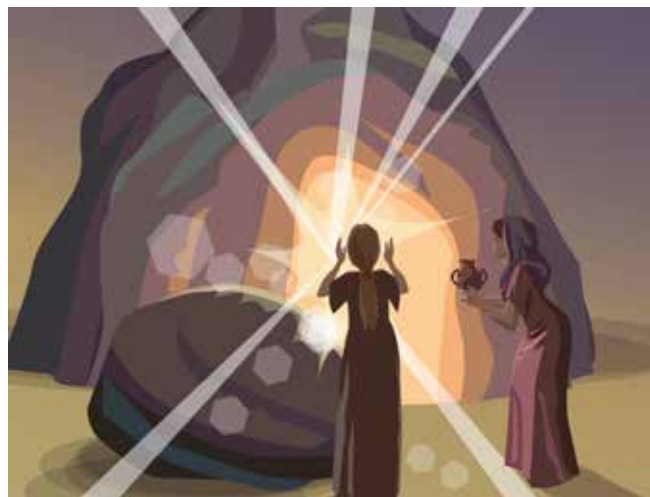
Det er ikke sikkert du har hørt om den stille uke, men det kaller vi dagene fra Palmesøndag til Påskeaften. Jesus og disiplene var i Jerusalem, og i disse dagene snakket Jesus med disiplene sine om viktige ting. De visste at noe skulle skje. Det var nemlig ikke alle som likte Jesus. Noen sa at han ikke var Guds sønn.. Lederne var også redde for at han skulle bli den nye kongen i landet. De forstod ikke at Jesus var konge i himmelen og ikke på jorden. De ville ha ham vekk.

Skjærtorsdag:

På skjærtorsdag samlet Jesus disiplene for at de skulle ha et måltid sammen. På denne tiden var det vanlig å bli vasket på føttene av en tjener. Jesus fylte vann i en bolle og begynte å vaske føttene til disiplene sine. De sa at det ikke var riktig at han skulle vaske dem på føttene, men Jesus sa at det var viktig at han fikk gjøre det for dem. Jesus ville vise dem at ledere også skal tjene andre, være ydmyke og vise omsorg. «Skjær» betyr å rense, og derfor heter denne dagen Skjærtorsdag.

Etterpå satt de alle ved bordet og så gjorde Jesus noe veldig rart. Han tok et brød, brøt biter av det og ga til disiplene og sa: «Dette er mitt legeme.» Legeme er det samme som kropp. Så fylte han vin til dem og sa: «Dette er mitt blod.» Det var jo en rar ting å si egentlig. Dette kaller vi Nattverd. og Det har vi nesten hver søndag i kirken for å huske akkurat det som skjedde denne dagen, og det som skulle skje i de neste dagene i påsken.

Mens de satt rundt bordet sa også Jesus noe annet rart.



Han sa at en av vennene hans kom til å svikte ham og la soldatene ta han til fange. Alle vennene nektet, men Jesus visste hva som skulle skje. Etter måltidet gikk de ut i en stor hage som heter Getsemane. Dit kom soldatene og en av disiplene som het Judas. Judas kysset Jesus på kinnet for å vise soldatene hvem de skulle ta til fange.

Langfredag:

Dette er en dag med en veldig grusom og trist fortelling. Vi kaller dagen Langfredag. Den føles uendelig lang, og den dagen skal vi bruke til å huske på alt det Jesus måtte tåle og hva han gjorde for oss mennesker. Han ble pint og plaget av soldatene. De ler av han, spytter på han og slår han. Så dømmer de han til å dø på et kors. Han må bære det tunge korset hele veien til Golgata. Der blir han spikret fast på korset og dør. Etterpå blir han stelt, vasket og lagt i en grav av noen av kvinnene som fulgte Jesus.

Påskeaften:

Denne dagen er også en litt trist, stille lørdag hvor vi tenker på Jesus som er død og ligger i graven.

Påskedag/ første påskedag:

Nå synes du sikkert at det har vært mer enn nok av triste, alvorlige ting denne uken. Skulle vi ikke feire og være glade også? I dag er det den største festdagen av alle! På denne dagen gikk noen kvinner som var venner av Jesus til graven hans, men der ble de veldig overrasket. Graven var tom! Plutselig var det en engel der som sa: «Jesus er ikke her. Han har stått opp fra de døde, akkurat slik han sa.»

Kvinnene forstod ingenting først, men så ble de veldig glade og løp til disiplene for å fortelle hva som hadde hendt. Dette er veldig vanskelig å forstå for mange av oss voksne også. Noe som er dødt kan vel ikke bli levende igjen? Nei, det kan ikke det vanligvis. Men Jesus var jo ikke en helt vanlig mann. Han var Guds sønn.

Jeg tenker også på det slik naturen vår er gjennom året. På vinteren er alt på en måte dødt, men så kommer våren og alt våkner til liv igjen.

Så hvorfor feirer vi egentlig påsken?

Påsken feirer vi for å huske Jesu lidelse, død og oppstandelse.

Han vant over døden - for å gi oss liv og håp.

Gunn-Merete Bergheim Rustøe

TILLITSVALGT OG KIRKEGJENGER



-Jeg har vært aleine i mange år. Det er snart 20 år siden Julius døde. Da blir tida litt lang. Derfor deltar jeg i det meste som skjer, sier Olaug Lihagen. Hun fylte nettopp 91 år, og fikk fornyet førerkortet sitt i januar.

Etter 20 år har Olaug Lihagen gått av som leder i eldrerådet i Søndre Land kommune. For denne innsatsen ble hun hyllet av eldrerådets nye leder, Odd Kåre Olsby på årsmøtet i Pensjonistforeningen.

Aktiv

Menighetsbladet gjorde avtale med henne om intervju etter en salmekveld i Hov kirke. Det var ikke helt enkelt. Kalenderen var ganske full av arrangementer og avtaler. Vi fant et tidspunkt dagen etter at hun skulle på seniorkino, og hadde dobbelt-booket med både årsmøte i Arbeiderpartiet og samling for medlemmene i Fagforbundet i distriktet.

Olaug er aktiv og engasjert, med medlemskap i mange lag og foreninger. Er du på møte i Pensjonistforeninga, er hun der. Er du på Frivilligsentralen en formiddag, kan du møte henne der. Og går du på gudstjeneste i Hov kirke, er hun av de mest trofaste kirkegjengerne.

-Jeg er ikke av dem som sitter hjemme og strikker. Da må jeg finne på noe annet, og jeg liker å være ute blant folk. -Dessuten sover jeg lite, legger meg seint og står opp tidlig. Jeg lærte av en lege at det er stor forskjell på søvnbehovet hos folk. Han anbefalte å vente med å legge seg til en var ordentlig trøtt. Det rådet har jeg fulgt. Det er gjort kjedelig å ikke få sove.

Før og nå

Nå har Olaug to barn, fire barnebarn og tre oldebarn. Hun

viser meg bildene av de yngste på den nye kalenderen hun fikk til jul, og forteller stolt om alle etterkommerne. Noen bor i Søndre Land, andre nordpå.

Det var annerledes å være ung før. Selv reiste Olaug innover til Oslo allerede da hun var 15 år og nykonfirmert. Hun hadde med seg god karakterbok fra skolen i Ligarda, tok etter hvert kurs og opplæring og fikk seg kontorjobb. Så kom hun seinere tilbake og begynte å arbeide ved sykehuset i Hov.

Ikke lenge etter møtte hun Julius og de giftet seg i 1955.

-På den tida var det vanlig å slutte i jobb og bli hjemmeværende husmor. Det gjorde jeg også. Jeg sa opp jobben. Det angret jeg meg for ganske fort. Heldigvis fikk jeg være vikar og ta vakter, mens eldstebarnet Håkon var liten. Jeg arbeidet både på sykehuset og litt på Engen, der Julius hadde sitt arbeid.

Hjelpepleier og tillitsvalgt

Det var imidlertid ved Statens Klinik for narkomane (SKN) Olaug arbeidet det meste av sitt yrkesliv. Hele 25 år ble det. Hun tok Hjelpepleierskolen i 1976 og videreutdanning i psykiatri på 90-tallet. Her ble hun også leder og tillitsvalgt for Norsk Kommuneforbund, eller Fagforbundet som det heter nå.

-Det var usikre arbeidsforhold, særlig for de som ikke hadde høyere utdanning. Jeg oppdaget at mange bare ble ansatt for et halvår om gangen, og engasjerte meg sterkt for å sikre faste ansettelser. Gjennom Kommuneforbundet sentralt, fikk vi departementet til å gripe inn.

Olaug tok LO-skolen på Sørmarka, både trinn 1,2 og 3 – og er stolt av det. I mange år ble hun hovedtillitsvalgt både for SKN og Søndre Land kommune, og fikk mulighet til å delta i forhandlinger og satt i tilsettingsorganer på arbeidsplassen.

Eldreråd

-Fagforeningsengasjementet og erfaringer som folkevalgt i skolestyre og kommunestyre, var godt å ta med seg inn i eldrerådet. Vi sendte jo uttalelser om mange saker, men fikk større innflytelse da vi fikk talerett i kommunestyre. Kommunepolitikerne får jo så mye papirer, at det er godt å kunne framføre vårt budskap direkte i møtet. De gjør klokt i å lytte på oss som har levd noen år.

I fem perioder var Olaug medlem av eldrerådet, fire av dem som leder. Ikke mange har gjort det i dette landet.

Salem

Når vi spør om forholdet til kirken, forteller Olaug at hun i ungdomstida i Oslo var med i pinsemenigheten Salem.

-Jeg fikk bo i leiligheten til ei tante, mors søster. Hun var pinsevenn. Jeg ble med her, og fortsatte i menigheten Salem. Da jeg kom tilbake til Søndre Land meldte jeg meg inn igjen i den norske kirke, da jeg giftet meg med Julius.

-Nå går jeg på gudstjenester i Hov kirke, og gleder meg over kirkekonserter og sang og musikk.

-Jeg liker meg der, sier Olaug Lihagen.

Steinar Barstad

Tror du på Gud?

En kollega stilte meg spørsmålet. Umiddelbart, og uten betenkningstid, var svaret ja. Spørsmålet fikk meg likevel til å tenke. Hvem er Gud for meg?

Jeg tror Gud er noe større, noe utenfor vårt herredømme og vår forstand. Min tro er at Gud er *noen* vi kan lene oss til. I en annen dimensjon hvor vi kan hente styrke og trøst. Jeg trenger å ha en tro.

Tror du på Gud? Hvem er Gud for deg?

Vi får alle før eller siden vår dose med motgang i livet. Når kriser og vanskelige tider rammer, kan tanker om tro og tvil gjøre seg gjeldende.

- Dersom det finnes en Gud, hvorfor lar han meg oppleve dette? Hva er meningen med at slikt skulle hende meg? Svaret synes kanskje ikke alltid klart med det samme, men

som dine dager er, skal din styrke være.

Dette sitatet fra 5.Mosebok, kunne jeg lese, sirlig brodert og innrammet på veggen, hos en eldre dame jeg besøkte mye i barndommen. Dette har fulgt med meg siden, og gitt meg det jeg har måtte behøve av nødvendig styrke, kraft og mot.

For *min* Gud er med meg overalt. Jeg trenger ikke oppsøke kirken for å vite at han finnes. Min Gud finnes der jeg trenger han til enhver tid. Og kanskje spesielt i de tunge dagene. Vers to av den norske salmen «Jeg er i Herrens hender» beskriver dette så fint;

Jeg er i Herrens hender i alt som med meg skjer
I smil og gråt jeg kjenner at Herren er meg nær
Om jeg i dype daler må gå den tunge vei
Fra himlenes høye saler Hans øye følger meg

Det var først i voksen alder jeg lærte min Gud å kjenne. Tvilens tanker til tross, jeg har aldri vært så nær Gud som i de vanskeligste stundene av livet. Tvert imot tror jeg motgang har gjort meg mer troende. Jeg har forstått at Gud ikke kan hindre vanskelige ting å skje, men han kan gi meg styrke til å komme gjennom de tunge dagene. Det er til stor trøst og en trygghet å vite at ingen er glemt av Gud.

Guro N Blikset



Foto: Per Skjønberg



FRA FUGLEKASSER TIL KONSEKVENsutREDNINGER

-Naturkrisen har kommet i skyggen av klimakrisen lenge, men nå er det heldigvis stadig flere som har fått øynene opp for at de to krisene løses best og raskest sammen, sier naturveileder Elida Sandneseng ved Dokkadeltaet Nasjonale Våtmarkssenter.

21.mars kan du komme på kurs i fuglekassesnekring og fuglesang på Våtmarkssenteret på Odnes. I starten av hekkesesongen, er dette en av vårens vakreste eventyr i fugle verdenen. Det er en av mange aktiviteter de tilbyr oss som innbyggere i sitt nærområde.

På nasjonalt nivå har de imidlertid påtatt seg en rekke oppdrag og tilbyr tjenester på mange områder. Våtmarkssenteret innhenter kunnskap og utarbeider konsekvensutredninger i forbindelse med større planarbeid, kartlegger og overvåker naturtyper og arter, utarbeider skjøtselsplaner og restaurerer natur.

Avinor

-En av de oppgavene vi har tatt på oss, er å levere ornitologiske tjenester til Avinor. På den måten er vi faktisk involvert i arbeidet med flysikkerhet i norske lufthavner, sier Elida Sandneseng ved Våtmarkssenteret, når vi ber om eksempler på hva de driver med.

-Det foregår et kontinuerlig arbeid ved norske lufthavner for å hindre kollisjoner mellom fly og fugler, «birdstrike». Vi kombinerer den kunnskapen vi har om fuglearter og fugleadferd ved Våtmarkssenteret med vår kompetanse innen naturskjøtsel, for å gi Avinor best mulig rådgivning i arbeidet med å redusere risikoen for kollisjoner og alvorlige hendelser mellom fly og fugler.

«Naturlige hverdager»

Våtmarkssenteret har lang erfaring med tilrettelegging og informasjonstiltak i og utenfor verneområder, og blant annet planlagt og bygd natur- og kulturstier, utsiktspunkt,



Elida Sandneseng er naturveileder ved Våtmarkssenteret.
Foto: Taraz Bezpalyi

erfaringsstoler, informasjonspunkt, brosjyrer og verneområdeskilt. Noen av disse tiltakene gjennomføres også lokalt i landkommunene.

-Vårens kurs i fuglesang og snekring av fuglekasser er en liten del av et prosjekt vi har kalt «Naturlige hverdager». I samarbeid med Mental Helse og med støtte fra Stiftelsen DAM, skal vi ha en rekke arrangementer i



Våtmarkssenteret leverer ornitologiske tjenester til Avinor



Dokkadeltaet naturreservat er fredet hovedsakelig på grunn av sin betydning som hekke- og rasteområde for fugl. Vanlige fugler i deltaet er svaner, gjess, ender, måke- og vadefugler.

nærnaturen til Dokkadeltaet, der vi vil dele naturglede og læringsrike naturopplevelser, forteller Elida Sandneseng. -I slutten av januar var det en vellykket kveld med stjernetitting og bålkos. Vinterhimmelen var ekstra klar og ved Våtmarkssenteret er det minimalt med lysforstyrrelser, så stjernehimmelen lyser opp kveldens mørke. Seinere på våren blir det ringmerking av fugl sammen med våre ornitologer.

Miljøfyrtårn

Dokkadeltaet Nasjonale Våtmarkssenter (DNV) arbeider aktivt med å ta miljøansvar i et samfunn med stadig økende utfordringer relatert til miljø og klima. De stiller derfor miljøkrav til sine samarbeidspartnere og leverandører, og har utarbeidet innkjøpsveileder der de tilstreber kjøp av miljøvennlige produkter. I dag er Våtmarkssenteret godkjent som Miljøfyrtårn. Dette innebærer systematisk arbeid med miljøtiltak i hverdagen.

Samarbeidspartnere

Ved siden av eierkommunene Nordre og Søndre Land, er noen av de viktigste samarbeidspartnere Miljødirektoratet, Statsforvalteren Innlandet, Sparebankstiftelsen DNB, Randsfjordmuseene, Dokka Videregående skole og Norges miljø- og biovitenskapelige universitet.

Elida Sandneseng framhever spesielt det lokale samarbeidet både med Odnas Vel som har stilt opp med dugnadsarbeid, og med museet og Dokka videregående, som er involvert i ulike prosjekter. Hun er selv også hovedansvarlig for utvikling og undervisning i det nye programfaget Bioøkonomi på Dokka VGS.

Livsgrunnlaget vårt

Vi spør Elida Sandneseng hva det betyr for henne å ha sitt arbeid ved Våtmarkssenteret?

-Det er det mest givende arbeidsstedet jeg har jobbet på. Jeg har 17 kollegaer som er like engasjert for å ta vare på naturen, som gjennomfører veldig mange praktiske prosjekter hvor vi ser resultater umiddelbart. Enten det er å slå en slåttemyr, rydde avfall eller registrere sårbare arter, så er alle prosjektene med på å ta vare på natur.

Dokkadeltaet Nasjonale Våtmarkssenter

er et nasjonalt naturinformasjons- og kompetansesenter som skal drive undervisnings- og forskningsvirksomhet innen fagområdene miljø og våtmarksrestaurering.

De utfører konsulenttjenester for Miljødirektoratet, Statsforvaltere, Fylkeskommunen, ulike kommuner og det private.

Senteret gjennomfører også en rekke prosjekter og aktiviteter for publikum i sitt nærområde og skal drive en aktiv informasjons- og formidlingsvirksomhet innenfor sine fagområder.

Våtmarkssenteret har i dag 18 ansatte, med høy kompetanse på en rekke fagfelt, og er blitt en viktig arbeidsplass i Landkommunene.

Dokkadeltaet Nasjonale Våtmarkssenter AS ble etablert som et aksjeselskap i 2008 og eies av Nordre Land og Søndre Land kommuner. Våtmarkssenteret har lokaler på Odnas og en besøksseter i Synnfjellet.

-Gjennom formidling håper jeg at flere blir glad i og nysgjerrig på naturen, for da er det også flere som er med på å ta vare på den.

-Naturkrisen har kommet i skyggen av klimakrisen lenge, men nå er det heldigvis stadig flere som har fått øynene opp for at de to krisene løses best og raskest sammen.

Gardssetra

Til slutt inviterer Elida Sandneseng oss til seters. Dokkadeltaet har drevet Gardsetra i Synnfjellet som besøksseter siden 2020. De har åpnet i juli og tilbyr aktiviteter til alle seter- og naturinteresserte, seterkafe og formidling av setertradisjoner:

-Bakgrunnen for vårt engasjement her er et ønske om å bevare seterlandskapet og naturverdiene som opprettholdes når landskapet holdes i hevd. Samtidig er kunnskapen rundt seterdrift og foredling av råvarer sentrale temaer som vi synes er svært viktige å formidle. Vi har kyr, geiter, hester og høns på setra. Melka blir foredlet til rømme, smør og pultost i vår eget micro-ysteri. Alle som kommer innom vil derfor få en autentisk seteropplevelse.

Tekst: Steinar Barstad

Tidligkveld med Pastor Wang og Vivian prest

Fluberg kirke søndag
14.april kl.18

Kveldens gjest:
Ann Karin Børve
fra Dokka MC

Årets første Tidligkveld vil inneholde både musikk, samtale, gratislotteri, alvor, glede, spennende gjester og godt fellesskap.

Denne søndagen vil vi bli bedre kjent med våre venner i Dokka MC, otorsykelklubben som sammen med Fluberg menighet har startet en ny tradisjon med en årlig MC Messe i Fluberg vakre kirke.

Men hvem er disse skinnkledde menneskene på to hjul, og hvilke verdier er det som binder deres MC fellesskap sammen? Det, og mye mer vil klubbens leder Ann Karin Børve, og kanskje et par til, fortelle oss. Og musikken denne

kvelden vil være hentet fra det Ann Karin og andre i Dokka MC liker.

Vi håper mange vil komme denne kvelden, og bli bedre kjent med en super gjeng som positive, uredde og med stort engasjement vil bidra til at vi 12.mai kl.11 igjen kan samles til MC Messe i Fluberg kirke.



Ann Karin Børve (MC Messen 2023)
Foto: Taras Bezpalyi

Strikkegudstjeneste i Landåsbygda kirke søndag 14.april kl.11

For tredje år på rad inviterer Fluberg menighet til strikkegudstjeneste. En litt annerledes gudstjeneste hvor det både er lov å strikke, eller sitte med hendene i fanget om man ønsker det.

Etter gudstjenesten blir det kirkecaffe hvor vi både kan strikke, slappe av og prate.

I år håper vi mange vil være med å strikke dåpskluter som vil benyttes ved dåp. Dåpsbarnet vil få kluten med seg som gave fra menigheten. Vivian og Elsa Karin jobber for tiden iherdig med å nedtegne en mønsterbeskrivelse på kluten de har designet. Så snart beskrivelsen er ferdig vil det bli laget garnpakker som vil gis til de som ønsker å strikke for menigheten. For de som ønsker er det også lov å sponse prosjektet med garn, eller penger til å kjøpe garn. (Til klutene benytter vi bomullsgarn som passer til pinne 3-3,5).

I fjor strikket vi luer, sokker, votter og tepper til fødeavdelingen ved Gjøvik sykehus. De satte stor pris på alt vi leverte, og som det siste året har vært med på å holde mange nyfødte barn varme. Og vi har allerede fått hyggelige tilbakemeldinger fra foreldre som har mottatt et søtt lite plagg da deres barn ble født.

Vi håper mange vil være med på årets prosjekt, både de som strikker, og som støtter de strikkende. Vel møtt!



Min salme

For ganske nøyaktig 4 år siden var jeg med på Vårt Land sin salmedugnad. Salmedugnaden oppstod under korona-nedstengingen og Vårt Land tok kontakt med ulike musikere og artister og spurte om de ville spille inn en video med sin yndlingssalme, en salme som betydde noe for en.

En av mine favorittsalmer som jeg vil dele her i «min salme» og som jeg spilte på salmedugnaden, er «Noen må våke».

Teksten er skrevet av Svein Ellingsen og musikken komponert av Trond H. F. Kverno.

Det er en salme og en sang der tekst og melodi glir sammen. Når du synger melodien husker du teksten, og når du sier teksten så kommer melodien, en slags perfekt formel i musikkens verden. Salmen er sårbar, ærlig, reflekterende og den utfordrer meg. Teksten i salmen er (dessverre) mer relevant en noen gang slik verdensbilde ser ut med krigen i Gaza, Ukraina og Sudan. «Noen må våke i verdens natt, noen må tro i mørke». Teksten indikerer at det ligger et ansvar for medmennesker og for verden rundt oss.

Salmen sier: «Hjelp, noen må gjøre noe her!» Ofte har jeg lurt på hvem noen i teksten er. Er dette noen meg eller er det noen andre? Er noen regjeringen og politiske ledere?

Kanskje er det hele veldig enkelt. Uttrykker salmen at det, er opp til meg selv å definere hvem noen er?

I det tredje siste verset er ordet «noen» byttet om til «Herre». Budskapet blir på den måten mer håpefullt, selv om fortvilelsen fortsatt er til stede. En fortvilelse over at «mørket» ikke er noe Gud tar vekk! Mørket er et sted hvor Gud også bor, og der hvor Gud er, finnes det håp. Det er nettopp her teksten utfordrer meg mest.

Jeg utfordrer Sigrun Skårberg til å skrive «Min salme» i neste nummer.

Ellen Andrea Wang



Ellen Andrea Wang

Noen må våke

Noen må våke i verdens natt

Noen må tro i mørket

Noen må være de svakes bror

Gud, la din vilje skje på jord!

Hjelp oss å følge ditt bud!

Noen må bære en annens nød

Noen må vise mildhet

Noen må kjempe for andres rett

Gud, la ditt rikes tegn bli sett!

Hjelp oss å følge ditt bud!

Herre, du våker i verdens natt

Herre, du bor i mørket

Herre, du viser oss Kristi dag!

Selv under livets tyngste slag

Er vi hos deg, du vår Gud!

Bare sorgen

Livet i møte med døden

Premiere Hov kirke tirsdag 7. mai kl.19

Endelig er jeg klar til å presentere Bare sorgen, hvor jeg deler av mine erfaringer, og opplevelser i møte med døden, fra barnsben til voksen alder.

Døden er noe mange forsøker å skyve vekk ved å tenke: «Den tid, den sorg.» Etter at den tid og sorg ble en stor del av mitt liv, har overraskelsene vært mange. Både de jeg har erfart i møte med andre som er tett på døden, pårørende, og ikke minst fra de døde.

Å formidle alvor og glede, på samme tid, er krevende. Jeg innså raskt behovet for profesjonell hjelp. Jeg kontaktet Embret Nordseth (53), som både er skribent og forfatter av komedier, kåseri, skuespill, revyer og bøker. Han driver sitt eget firma: Teater på landet, og hjelper folk med å skrive morsomme tekster.

Da jeg luftet ideen for Embret ble han først usikker, men etter å ha tenkt litt, tente han på ideen som han som humorist så på som en ny, og virkelig stor utfordring. Valget av en humorist var bevisst da jeg ønsket en som kunne balansere og få fram at der latteren vekkes, så er det livet, og ikke døden som bringer den fram. For døden, den finnes det absolutt ingenting morsomt med. Å jobbe med Bare sorgen har vært krevende, for som Embret sier: «Ingen av oss ønsker å støte noen, og det er sannelig ikke enkelt når man skal skrive om dødsbudskap, begravelser, minneord, syninger og krematorier med mer.»

Tirsdag 7.mai er vi klar for premiere på: Bare sorgen – med Vivian og Svetlana. Vår egen kantor, og min gode kollega Svetlana Starcheusova vil løfte- og binde fortellingene sammen med vakker musikk i dur og moll. Sammen gleder vi oss til å vise kjente, og ukjente sider av oss selv. På premierekvelden vil også Lisbeth Snuggerud delta.

Vi håper mange vil komme til Hov kirke når vi for aller første gang skal presentere Bare sorgen. Og når det kommer til resultat på et spennende, men krevende arbeid, sier Embret: «Jeg tror vi har klart det. Eller...jeg håper vi har klart det». Svaret får vi snart.

For mer informasjon, og billettbestilling kan du følge oss på Facebook: Bare sorgen. Ønsker du å forhåndsbestille billetter kan du gjøre det der, eller sende en SMS til 95816279 Billettpris 200.- (spesialpris for premieren).

Vivian Fleischer Nyborg



Foto Taras Bezpalyi



Embret Nordseth Foto: Privat

Bryllupskveld i Fluberg kirke Torsdag 18.april kl.18

I regi av kirken i Søndre Land inviteres alle som planlegger bryllup til Bryllupskveld i Fluberg kirke.

Kirken vil være pyntet, prestene forteller om seremonien, kantor spiller utdrag fra bryllupsmarsjer og salmer, solist gleder oss med sang, og det blir selvfølgelig servert bryllupskake til kaffen.

Denne kvelden vil vi informere, og svare på spørsmål knyttet til kirkelig vielse, slik at vi sammen kan skape deres drømmedag.

Dette er en kveld for alle som ønsker å gi hverandre sitt ja i kirken, uansett om dere har valgt dato og kirke, eller ikke. Bryllupskvelden er også for dere som tidligere har inngått borgerlig ekteskap, men som ønsker en kirkelig forbønnshandling, for alle som ønsker å fornye sitt ekteskapsløfte, og selvsagt for alle som er nysgjerrig på kirkelig vielse.

Uansett kjønn, legning, om dere er unge eller gamle, nyforelsket eller har vært sammen lenge, er dere hjertelig velkommen til kirken for å gi hverandre deres løfte.

Arrangementet er gratis. Men for å ha en liten formening om hvor mye kake vi skal bestille, og hvor stort bord vi skal dekke, er det fint med en liten påmelding. Det kan dere gjøre ved å sende en SMS til Vivian prest på 95816279. Vel møtt!

Vivian Fleischer Nyborg



SLEKTERS GANG

HOV OG ENGER

Døpte:

Emily Bergli Bickenbach
Frida Aasli
Ada Avlestuen
Nellie Rusti Johannessen-Rostad
Vilde Gjersdal Lyseng
Hannah Lyngstad Skjellerud

Døde:

Roger Solberg
Reidun Brusletto
Tommy Kleven
Anne-Lise Pehrson
Marie Haugen
Ester Marie Rønningen
Inge-Britt Åsheim Karlsen
Magne Fjeldberg
Toril Eid
Unni Olsen
Nils Snipstad
Eva Bjørke
Eva Sætra
Reidar Engelund
Sigrid Margot Martinsen
Bjørge Terpstra Fredheim
Klara Mathilde Houth (gravferd i Vardal)
Johanne Karine Andersen
Grete Lindalen
Eva Haugerud

FLUBERG OG LANDÅSBYGDA

Døpte:

Felix Hänsch Fallingen
Kristian Peter Phillips
Matthew Robert Phillips
Emrik Smestad Hestnes Berghagen

Døde:

Synnøve Stanes
Sigmund Rostad

SKUTE

Døpte:

Gustav Bjørge
Matheo Holt

Påskens beste sjokoladekake?

En stor langpannekake er lett å lage og kjekk å ha dersom man plutselig får gjester. Den kan fryses i biter, men holder seg godt i flere dager om den oppbevares litt kjølig og tildekket.

Men... flere dager? Glem det. Denne blir ikke gammel uansett. Og den bærer navnet sitt med rette. For den får alle forsetter om slanking til å forsvinne ut bakdøra, er smekkfull av kalorier og syndig god...

Oppskriften kommer fra «Tinteguri», Anita Krohn Traaseth, men er også med i boka Det søte liv; Kristines favoritter av Kristine Ilstad. Der er den pyntet med hakket hvit og mørk sjokolade, men det er definitivt lov til å improvisere!

Ondskapsfull sjokoladekake:

- 150 g smør
- 1 liter surmelk
- 7,5 dl sukker
- 6 ts natron
- 5 ss kakao
- 9 dl hvetemel.

Smelt smøret, avkjøl det litt og bland deretter med surmelken. Tilsett først sukker, så natron. Sikt kakaoen med melet og bland alt (Du trenger en nokså stor bolle, det er mye deig).

Kle en stor langpanne (ca 30 x 40 cm) med bakepapir og stek kaken midt i ovnen til den er gjennomstekt, ca 45 minutter. (Kjenn med kakenål.)

Lag imens glasuren:

- 200 g smør
- 10 ss melk
- 8 ss kakao
- 2 ts vaniljesukker
- 2 ts kaffepulver
- 700 g melis

Smelt smøret i en kjele og tilsett resten av ingrediensene. Rør glasuren jevn og blank over svak varme.

Straks kaken er ferdig, helles glasuren over. Det er viktig å ha varm glasur over varm kake, slik at den trekker inn i kaken. Du kan gjerne også prikke kakebunnen med en gaffel først, så glasuren renner enda bedre inn. Pynt med hakket hvit sjokolade og melkesjokolade, eller på den måten du liker selv. La kaken stå i langpannen til glasuren har stivnet – hvis du klarer å vente så lenge...



Tekst Runa Bjone.
Foto: Åshild Sandvik.

DENNE VÅREN

Jeg kjenner denne
isnende frykten
bre seg
fra
venstre side av
tinningen
og fryse tiden
fryse våren
fryse blodet
til tyngdekraften
setter alt i bevegelse
og jeg må gi meg over
akseptere
bare gjøre stupet vakkert
mot den blå
jorden
som akkurat har tint
og hvitveisen
som står i hellinga
ned mot huset
jeg tenker på spaden som
skal stikkes i den grønne
torva
Det er en uendelig
tristhet
ved denne våren
men den vil
ufortrødent
bryte igjennom alle skall
med
intenst nytt liv
i fuglereder
og små byleiligheter
ved elva
Det er slik med vårer

Steinar Barstad
Fra diktsamlingen
«Mens det ennå er tid»

BETRAKTNINGER FRA BUTRÅPPA



av Hans Ludvig
Fredheim

I den smale strima av ljøs

Nett no
fell den smale strima av ljøs på meg,
nokre få minutt.

Sjølv om eg flyttar meg etter ho,
for å prøve å halde ho fast,
når ho meg berre
nokre få minutt.

Er det dette eg kjem til å hugse?
Er det dette eg kjem til å sakne
etter alle desse åri?



Vårstemning fra Kråkvika. Foto Guro N Blikset

Mental helse

Coop prisen 2023 til Mental Helse Land/Etnedal



Mental eller psykisk helse er et stort og viktig tema for mennesker i alle aldre. I vårt velferdssamfunn med økt levestandard, økonomisk vekst og teknologisk utvikling opplever stadig flere av oss utfordringer knyttet til mental helse.

En av aktørene i vårt lokalsamfunn som aktivt arbeider for å forebygge og styrke mental helse er Mental Helse Land/Etnedal. Nylig mottok de Coop-prisen 2023 for sitt viktige arbeid i Land-kommunene og i Etnedal. Vi har sakset fra omtalen de fikk i forbindelse med prisutdelingen på Coop Extra, dokka den 20. desember, der direktør i Coop innlandet, overrakte prisen til lederen.

«Det er mange i lokalsamfunnet som setter stor pris på oss», sa leder i Mental helse, Bjørn Lillian Olaussen Sagmoen, da hun mottok prisen. «Vi merker at mange backer opp

om oss. Jeg vil rose handelsstanden for sin gavmildhet, og vi har godt samarbeid med kommunen. På julekvelden har vi arrangement på Dokka stasjon og gjennom hele året har vi møteplasser hver uke både i Hov og på Dokka.

Coop Innlandet prisen som er på kr. 40 000 vil også gjøre det lettere for oss som forening framover, så det er vi veldig takknemlige for».

På foreningens hjemmeside leser vi følgende:

Mental Helse Land-Etnedal har 149 medlemmer og vi er et aktivt lag. Vi har godt samarbeid med kommunene,

samt andre lag og foreninger. Handelsstanden i de tre kommunene er også viktige samarbeidspartner og bidragsytere. Vi er et lag med mange aktiviteter, store og små turer, sosiale arrangementer, kurs, markering av verdensdagen, julefeiring og middagsservering er eksempler på noen av de tingene vi gjør.

Har du lyst til å bli medlem og/eller frivillig hos oss? Da er du er hjertelig velkommen til å ta kontakt!

Kontakt Mental Helse Land-Etnedal v/ leder Leder:

Bjørn L. Olaussen Sagmoen 930 55 237 eller send mail til Land@mentalhelse.no

Menighetsbladet ønsker å gratulere Mental Helse Land/Etnedal med prisen og takke for det gode arbeidet de driver.

Øystein Wang

Bjørn Hesla presenterer ny terapi-modell

Psykologspesialist Bjørn Hesla har de siste årene markert seg med forskning innen det som på norsk kalles «én-times terapimodell». (på engelsk: «Single-Session therapy - SST» Metoden har han presentert i flere ledende psykologi-tidsskrifter det siste året.

I vår spalte «Tankekors» presenterer han her en kort-versjon av metoden som også kan oppleves kontroversiell i forhold til tradisjonelle psykologiske behandlingsmodeller, der terapi handler om gjentatte terapitimer over et lengre tidsrom. «Stutt-terapien» har ikke bare effektiviserings- og innsparepotensiale, hevder Bjørn, men tilfører også viktige kvaliteter som kan skape forandring for klienten. Han forteller om oppløftende resultater blant de 100 klientene som har prøvd terapimodellen gjennom Heslas prøveprosjekt. Les mer om dette i artikkelen på neste side:

Red.

Fem spørsmål

Uten henvisning vil ventetiden gå ned, og alle som ønsker det vil få psykologhjelp, mener psykologspesialist Bjørn Hesla.

– Én time kan være nok

Tekst og foto: Mari Samnå Aune

Bjørn Hesla

- Psykologspesialist ved familievernkontoret i Innlandet på Gjøvik
- Leder for Single-Session Family Therapy (SSFT) som er en videreutvikling av Single-Session Therapy. Blant annet i Tidsskrift for Norsk psykologiforening.

– En terapitimer kan være nok, hevder du etter å ha prøvd ut og videreutviklet en én-timers modell i et pilotprosjekt på familievernkontoret i Etnedal på Gjøvik. Hvordan kan én time være nok?

– Fordi det er så det gjelder. Det er kan denne ene sesjonen vi har. Det skjerer både klient og terapeut, og man får et raskt uttrykk på situasjonen – her og nå – og hva som skal til for å endre livssituasjonen til det du ønsker. For tiden fyller klientene ut et detaljert kartleggingskjøp som gjør at jeg allerede vet en del om problemene deres og klientens personlige styrker. Jeg har jobbet med rådgivning til par og familier i 13 år som psykologspesialist og ser et behov for en modell som gir raskere hjelp når det trengs og som når ut til flere ulike resultater. Ideen er at alle som ønsker det får én time når de trenger det. På sikt vil det gi oss ut

– Det betyr at det er klienter med lettere problemer du har bygd metoden på?

– Modellen kan brukes til alt, men passer ikke alle. Internasjonal forskning på metoden Single-Session Therapy som jeg har videreutviklet for familievernkontoret, viser at den er mest effektiv på behandlingsmotiverte klienter med god allmenntilstand og lettere helseproblemer. Jeg har også gode erfaringer med behandling av klienter med eksistensiell angst og mildere depressive tilstander hvor det er mulighet for endring ved nye valg.

– God terapi er ofte avhengig av relasjonen mellom terapeut og klient. Det høres krevende ut å vinne dyp tilitt på én time?

– I denne modellen er ikke det så nødvendig som i andre terapimodeller. Vi skal framover, ikke bakover. Klienten møtes med en lytende ikke-forutinntatt

Noen ganger kan en time være nok...

Tankekurs



En terapitime kan være nok, viser resultatene fra en-times terapimodellen Single-Session Family Therapy (SSFT) som jeg har utarbeidet for familierapifeltet. «Stutt-terapi» modellen er publisert i Psykologtidsskriftet, presentert i Magasinet Psykisk helse, og prøvd ut i et pilotprosjekt ved familievernkontoret på Gjøvik.

Hvordan kan én time være nok?

Fordi det er nå det gjelder. Det er kun denne ene samtalen vi har. Det skjerper både klient og terapeut, og man får en fortettet time med større fokus på situasjonen «her og nå» og hva som skal til for å endre livssituasjonen til det du ønsker. Ideen er at alle som ønsker det får én time når de trenger det. På sikt vil det gjøre at behovet for hjelp går ned og flere får hjelp.

Kort fortalt bidrar en-times terapimodellen til bedre bruk av terapiressursen og reduksjon av behovet for flere klienttimer. Modellen har potensiale i seg til å fjerne ventetiden ved korttidsbehandling for psykisk helsehjelp og ved familierapi, ut ifra antagelsen om at «én samtale» kan være nok - noe det også viser seg å være.

Jeg ser for meg at en-times samtaler er et konsept og en måte å tenke på, som har potensiale i seg til å kunne representere et taktskifte, og være en «game-changer» i tilbudet til klienter både individuelt, som par og familier innen både psykisk helsevern, familievern og det kommunale lavterskeltilbudet innen både helsetjenesten, eldreomsorgen og barnevernet.

Mottoet vil være: «Hvis alle får en time, får alle som trenger det, flere timer.»

Gevinsten vil være: «Psykisk helsehjelp til flere og raskere, med mindre ressurser»

Formålet vil være: «Korte og effektive terapier - med økt behandlingskapasitet og stort innsparingspotensiale.»

Utover effektivisering- og innsparingspotensiale som ligger i en-times terapimodellen, sier modellen noe om menneskelig kommunikasjon. Sentralt her er at én time kan være nok til å bli kjent, finne ut av ting og skape forandring. Forutsatt at klienten er motivert til å foreta valg og sette ny kurs, samtidig som psykologen møter godt forberedt, konsentrert og fokusert til samtalen.

Kjennetegn ved modellen

I en-times terapimodellen ser vi framover, ikke bakover.

Klienten møtes med en lyttende ikke-forutinntatt holdning og åpenhet for de muligheter som kommer frem i samtalen, framfor å søke etter symptomer og sette diagnoser.

- Gå til sakens kjerne umiddelbart og prioriter det som er viktigst for klienten først.
- Klienten stilles på valg og det stakes ut en ny kurs.
- Livet skal ikke leves baklengs, men framlengs - ut ifra den situasjonen man faktisk står i her og nå.
- Fokus er å skape ønsket fremtid, framfor å være opptatt av og leve i fortiden og bruke tiden til å forklare det som

har vært.

- Det fokuseres på å ta ansvar og få kontroll over eget liv - bli herre i eget hus.

En-times terapimodellen vil bidra til:

- Økt behandlingskapasitet og bedre disponering av fagkompetansen
- Færre avbestilte og ubrukte timer
- Økt tilgjengelighet
- Hjelp til flere som trenger det, når de trenger det
- Økt ressursutnyttelse og reduksjon av behovet for flere klienttimer
- Kostnadseffektivt og mer effektiv behandling

Hovedbudskapet

Det er mulig å gjøre ting raskere enn man tror. Dette bryter med forestillingen om at god terapi må gå over flere timer, noe forskning viser ikke er påkrevet. *Det er også samfunnsøkonomisk og faglig nyttig å fordele for eksempel 100 behandlingstimer til 100 pasienter. Da har vi et tiltak med rekkevidde. Hvis alle 100 timene bare gis til 1 person, ja da har vi kanskje et tiltak med effekt, men uten rekkevidde.*

Resultater

I mitt prøveprosjekt fikk de som falt utenfor ordinært opptak, tilbud om å prøve en-times terapimodellen. Rundt hundre av mine klienter har prøvd «stutt-terapi». Resultatene er så langt svært oppløftende. På en evalueringsskala om fornøydhet fra null til ti, ligger gjennomsnittsskåren på over ni.

Betingelsene for terapeutisk forandring er best når motivasjonen og viljen til å ta tak i sitt liv er til stede. Da kan selv en liten «dytt» i ønsket retning, være nok til at snakketerapi blir til gjøretapi.

Den metodiske innsikten modellen gir, er en pekepinn på at jo mindre tid man har, jo mer effektiv krever det at man er. Dette kan også ha overføringsverdi til andre livsområder, ift. en mer effektiv bruk av den begrensede tiden vi har til disposisjon.

Konklusjon

Avslutter med en uttalelse fra en familierapeut i barnevernet som jobber ut fra en-times terapimodellen:

«Det burde jo egentlig være så innmari lett å slutte seg til denne modellen: den er evidensbasert, krever færre ressurser og det står folk i kø som vil nyttiggjøre seg den. Håper du vinner frem!»



Bjørn S. Hesla, psykolog
bjorn.s.hesla@outlook.com

Leserne inviteres til å sende synspunkter

J. Karlsens Gartneri AS i Fall

- et møte med Jørgen Karlsen.



Noen dager før 1. Påskedag har jeg, hvert av de siste 30 årene, satt meg i bilen og kjørt til J. Karlsens gartneri i Fall. Målet har vært å få en gave til kirken, i form av tulipaner til blomsterkorset vi alltid pleier å dekorere under påskedagsgudstjenesten i Hov kirke.

Jeg har aldri hatt noen avtale, og turen til gartneriet har derfor alltid vært et «trosprosjekt» for meg. Vil det ordne seg med blomster også i år? Gud – og Karlsens gartneri - har aldri sviktet meg. Hvert år har jeg jublende kunnet kjøre tilbake til kirken med mellom 100 og 200 flotte tulipaner. Den katolske kirke i Polen skal nok også ha noe av æren for den gode mottagelsen jeg alltid har fått, ikledd min presteskjorte. De hyggelige polske lederne og sesongarbeiderne ved gartneriet synes å ha fått med seg nok religiøs ballast fra den katolske kirken i hjemlandet, til å se det helt naturlig å gi en blomstergave til kirken og Gud, når presten spør.

En felles arv

Men enda viktigere: Hov kirke og J Karlsens gartneri har en felles historisk arv som jeg opplever aktiveres hver påske. Gartneriets grunnlegger, Sigvald Karlsen, var nemlig sønn av lærer, kirkesanger og klokker Jørgen Karlsen. Jørgen Karlsen, som først og fremst var en framtrædende og vel ansett lærer i Hov, fra 1919 til han gikk av med pensjon i 1946, var han samtidig aktiv i Hov kirke over 30 år, både som kirkesanger og klokker, men også som en markant personlighet i kirken, medlem av menighetsråd og som engasjert samfunnsdebattant i mange kirkesaker. (Boken «Sjølven», fra 2011, er en velskrevet og nydelig biografi om Jørgen Karlsen som anbefales på det varmeste.)

Norges største tulipan og liljegartneri.

Denne noe omstendelige innledningen måtte på plass før jeg nok en gang kunne ta turen ut til J. Karlsens gartneri. Denne gangen ikke på jakt etter gratis tulipaner,

men for å møte selveste Jørgen Karlsen. Riktignok ikke kirkesangeren, men hans sønnesønn! Denne Jørgen Karlsen er nemlig sønn av gartneriets grunnlegger Sigvald Karlsen, og han er den som har videreutviklet gartneriet til i dag å være Norges største tulipan og liljegartneri.



Sigvald Karlsen i det første drivhuset 1949
Arkivbilde fra gartneriets hjemmeside.

Norges største tulipan-gartneri.



Jørgen Karlsen tok over gartneriet av sin far i 1982, og har drevet det i over 41 år

Jørgen Karlsen møter meg på ett av kontorene i gartneriet. Han bor i Bærum, og vi kan si at han på mange måter har fjern-administrert virksomheten ved gartneriet de siste 30 årene derfra, riktignok med mye kontakt og jevnlig turer oppover. «Jeg har vært helt avhengig av å ha mange dyktige medarbeidere her lokalt, som står for både den daglige driften og mye av utviklingen av gartneriet», forteller han. Han har likevel alltid vært tett på alle store beslutninger i bedriften.

Fra fysikk-studier på NTNU til brevkurs som gartner

- Det var jo ikke helt planlagt at jeg skulle overta gartneriet, forteller Jørgen. - Jeg er den yngste i en søskenflokk på 4, og jeg hadde egentlig andre planer. Jeg var i ferd med å avslutte hovedfagsstudiet i fysikk ved NTNU i Trondheim da far ble syk, og jeg måtte avbryte studiene ved universitetet for å ta over i januar 1982. Foreldrene mine hadde bygget opp et ganske stort og veldrevet gartneri, så jeg hadde et bra utgangspunkt da jeg tok over. Men min utdannelse innen gartnerfaget begrenser seg til tre brevkurs jeg var igjennom, sier Jørgen med et smil.



En eventyrlig ekspansjon

Hvilken rivende utvikling det skulle bli de kommende årene! - Jeg gikk i gang med å utvide gartneriet i 1985. Rådene jeg fikk var at enkeltbygg var å anbefale, men jeg dro til Holland og så hvordan de gjorde det der. Der bygget de stort, med mange bygg ved siden av hverandre, såkalte blokkhus. Veksthuset på Fall har 7 topper som er 13 x 125 m hver pluss 3 topper på 14 x 65 m side om side. Det gir et areal på 14 mål under tak, og i tillegg er det 6 mål med stålhaller, til sammen et småbruk under tak.

Automatisering

Far opplevde å se den store utvidelsen og likte veldig godt at det ble bygget videre på hans livsverk. Men på den tiden var det fortsatt mye manuell drift. Automatiseringen har kommet



Her er Tanya og Klaudia i ferd med å klargjøre bukettene. Et stort antall sesongarbeidere fra Polen, og de senere år også fra Ukraina, har betydd mye for driften av gartneriet. Mange kommer fra landbruksskoler i hjemlandet.



i flere omganger ettersom ny teknologi blir tilgjengelig. Da er det alltid en avveining hvor raskt man skal reagere. Du er utdatert på 5-10 år uten kontinuerlige store forbedringer, men risikerer å kjøpe feil teknologi hvis du er for rask. Gartneriet investerer titalls millioner i løpet av en tiårsperiode.

Plantene opp på roterende bord

Jeg inviteres med på tur rundt i gartneriet for å se de forskjellige prosessene som foregår. Selve løkene dyrkes på jorder i Holland før de kommer hit og plantes.

- En viktig endring var å få all produksjonen opp på roterende bord og det skjedde i 1997, og selve plantingen skjer fortsatt manuelt, selv om plantingsroboter har kommet de siste årene. Vi avventer litt for at teknologien skal bli optimalisert før vi investerer. Men hele prosessen fram til ferdig blomst er nå automatisert og styres av elektronikk og roboter, og all teknologien er hollandsk.

Ikke jord, men vann-kultur

Plantene blir ikke satt i jord, men rotes som vann-kultur i et intrikat vanningsssystem, og gartneriet var det første i verden som implementerte en ny type dreneringssystem i kassene. En kasse med tulipaner inneholder 100 tulipaner, og etter roting setter en robot 30 kasser på et flyttbart bord som 6 x 1,20 meter. Fulle bord går inn i en heis, og har egen bane slik at de sendes lengst bak i gartneriet, der en robot tar imot dem og plasserer dem nederst av 3-etasje. Bordene flyttes automatisk opp en etasje og vannes etter ca. 3 dager.

Automatisk forflytning av 1850 bord

Gartneriet har flere medarbeidere med kompetanse som operatører av den datastyrte forflytningen av bordene, som flyttes i sik-sak fremover i gartneriet, der blomstene også blir vannet hver gang de skifter rekke. Slik flyttes og dreies de 1850 bordene automatisk fra rom til rom gjennom de forskjellige stadier i vekstprosessen, fram til høsteavdelingen der tulipanen kommer når de er modne for høsting. Selve nappingen må fortsatt foretas manuelt, men så tar pakke-roboter over og bunter sammen blomstene til ulike buketter, alt etter hvilken farge eller sammensetning som velges. I sesongen befinner det seg mellom ca. 6 millioner tulipaner i

denne prosessen inni veksthuset og rundt 11 millioner tulipaner i driving om du tar med de som er plantet og står og roter seg på kjølerom på 5 – 9 grader.

40 prosent av Norges produksjon

Hvor stor andel av Norges produksjon står dere for?

- J. Karlsens gartneri står for nærmere 40 % av tulipanproduksjonen i Norge, forteller Jørgen. Morsdagen og påsken er to viktige perioder for oss, og på høsten driver vi med liljeproduksjon. Siden så å si hele roseproduksjonen nå importeres fra utlandet uten norsk produksjon, foregår over 40% av snittblomstproduksjonen i Norge her i Fall. Tulipan er den eneste store norske snittblomstproduksjonen, mens gartneriets liljeproduksjon er den nest største i Norge, og der har de nesten 100% av markedet i sommerhalvåret.

Det å få være med rundt og se de forskjellige områdene i det enorme gartneriet og oppleve hele produksjonen har vært ganske overveldende, med de forskjellige prosessene som akkurat nå foregår på det store arealet foran oss. - I løpet av 5-10 år er du på vei rett mot stupet om du ikke følger med, sjokkerer Jørgen oss med å si.

Mer effektiv drift med mindre svinn

Gartneriet har stadig jobbet med forbedringer, blant annet



Tulipaner så langt øyet kan se. Disse er blant de 6 millionene som akkurat nå er i modningsprosessen.

for å få ned svinnet, og Jørgen forteller at de har halvert svinnet i løpet av de siste 15 årene. Innen varme og belysning er det også skjedd en stor utvikling. Led-lys kan bli dobbelt så effektive når du kan velge ut spesielle bølgelengder, og belysningskostnadene blir nesten halvert. Det er stadig nye planer om endring og automatisering.



Karlsens gartneri by night, med den nye avanserte led-lys-teknologien tatt i bruk

Jørgen Karlsen er en allsidig og kunnskapsrik forretningsmann som hele livet har bygget opp store bedrifter.

Hvor stor andel av din totale forretningsvirksomhet representerer J. Karlsens gartneri?

- Det er nesten halvparten.

Han forteller at han startet bedriften Protomek som holder til på Prøvenfeltet på Raufoss. Han startet også firmaet Bataleon Snowboards, basert på sin egen patenterte Triple Base Teknologi. Denne virksomheten ble solgt til et sveitsisk firma i 2018. Da hadde de en omsetning på 60 mill kr årlig og hadde representanter i alle større markeder i verden. Distribusjon og utviklingskontor i Amsterdam, og heleid amerikansk selskap i Seattle.

En jordnær forretningsmann

Jørgen har en jordnær, imøtekommende og hyggelig måte å være på som står i stor kontrast til det bildet jeg har av vellykkede og ofte litt selvhøytidelige forretningsmenn med dress og slips.

Det er kanskje denne måten å være på - og lede på - som har gjort at han har lyktes med så mye i livet. Og jeg tenker i mitt stille sinn, med historiens briller på: Det er ikke utenkelig at noen av egenskapene også er arvet fra bestefar Jørgen.

Selv om Jørgen Karlsen nå har nådd pensjonsalder, har han fortsatt fulle arbeidsdager og stort engasjement. Han har gitt mye av virksomheten videre til barna sine, men er fortsatt styreformann i flere av selskapene. Han synes ikke å ha planer om å trappe ned med det første, og vi ønsker han vil fortsette å lykkes til med alle spennende prosjekter. Vi takker for det hyggelige besøket og er i ferd med å gå.

- Vent litt, sier han og forsvinner inn igjen på lageret. Et minutt senere kommer han ut med tre buketter med vakre tulipaner og gir noen gode råd om hvordan de bør snittes. Så ble det tulipaner på meg også etter dette interessante og hyggelige besøket.

Tekst: Øystein Wang



Fasteaksjon for Kirkens Nødhjelp Tirsdag 19. mars. Vi kommer kl. 17-19.



Illustrasjonsfoto.

Vipps en gave til 2426



Vel møtt til MC-messe i Fluberg kirke Søndag 12.mai kl.11.

Etter stor suksess i fjor, blir det også i år MC-messe i Fluberg kirke.

Dokka MC kommer, og motorsykelklubben fra Nordre Land gleder seg til å gjenta fjorårets gudstjenestelige høydepunkt, hvor de både bidro med tekstlesning, bønn, lystenning og prosesjon med motorsykler.

I en MC-messe samles vi om evangeliet, og feirer til Guds ære og vår glede, men med litt mer trøkk, og tøffere rytmer enn til vanlig. I år, som i fjor, vil vi be om at alle som ferdes på veien, på hjul eller til fots, vil gjøre det i trygghet. Og at alle, uansett hvor i verden de ferdes, må finne gode fellesskap. Og det, det er noe både Dokka MC og kirken ivrer for.

Etter gudstjenesten «kjører» vi på med en annen kirkekafe enn vi pleier. Da skal vi grille pølser, snakke sammen, og se på motorsykler. Og kanskje får du en liten kjøretur ved kirken. Skulle været bli dårlig så har vi en kriseplan på lur.

Alle er hjertelig vel møtt til å bli med på MC-messen, og vi gleder oss til å feire gudstjeneste med kul musikk, og preken sammen med kule folk både med og uten bikerjakke. Vivian prest og Pastor Wang stiller som vanlig i «kjole», og ønsker sammen med Fluberg menighet og Dokka MC, vel møtt!

Vivian Fleischer Nyborg



Fra fjorårets MC-Messe hvor Dokka MC var med å spre stor glede.
Foto: Taraz Bezpalyi.

Eurovisiongudstjeneste i Skute kirke

Onsdag 29. mai kl.19

Fjorårets Eurovisiongudstjeneste ble meget godt mottatt, og mange var i ettertid lei seg for at de ikke kom. Vi har fått flere spørsmål om en «reprise», og kan nå komme med gladmeldingen om at Skute menighet i mai ønsker vel møtt til en ny Eurovisiongudstjeneste.

Alle vokalist, musikere og lydtekniker har igjen sagt ja til å kostnadsfritt stille opp for kirkens fellesskap. Det er ingen selvfølge, og noe alle menighetene i Søndre Land setter stor pris på.

Denne kvelden vil vi samles i en helt vanlig, og på samme tid uvanlig gudstjeneste. Vanlig da den inneholder både bønn, evangelium, sang, musikk og rikelig med velsignelse. Uvanlig fordi det er toner og tekster hentet fra ESC- sin 68 år lange historie som vil være bærende, både i formidling av ordet, og i bønn.

Vi kan bekrefte at mange av låtene fra forrige gudstjeneste blir med også denne kvelden, mens andre blir erstattet med nye.

Det har kommet oss for øre at vår nye biskop, Ole Kristian Bonden, er over middels interessert i MGP og ESC. Vi gleder oss til at han, i anledning bispevisitasen i Søndre Land, denne kvelden vil feire gudstjeneste sammen med oss.

La oss fylle kirken denne kvelden, og samle oss i ord og toner, i bønn for kjærlighet, frihet og fred. Alt til Guds ære, og vår glede. Og akkurat som nåden, er også gudstjenesten gratis. Med ønske om stor trengsel inn til kirken ønsker vi hver og en vel møtt!

Vivian Fleischer Nyborg



Fra fjorårets ESC gudstjeneste. Dina Snuggerud Solhaug, Lisbeth Snuggerud og Liv Ingund Ødegård.

Foto: Privat fra Lisbeth Snuggerud

Gratis konsert med Younnes Faily

Fluberg forsamlingshus Torsdag 30. mai.

Endelig har vi den glede å ønske vel møtt til en helt unik konsert med Younnes Faily (25).

Han er født i Iran, oppvokst i Norge, og har hatt interesse for elektronisk musikk fra han var liten gutt. Younnes har aldri latt diagnosen cerebral parese definere hvem han er, eller være til hinder for å satse på sine interesser. Det kom klart til uttrykk da Younnes kom til audition på det populære programmet Norske Talenter.

Younnes spiller musikk fra mange ulike sjangre, både pop-musikk fra vesten og persiske toner. Til konserten i Fluberg vil han også spille et par salmer med persiske rytmer. Det gleder vi oss til å høre.

Tidligere har Younnes spilt i flere kirker, samt i bryllup, fødselsdager, dåp, eventer og konserter.

Til daglig jobber Younnes ved Eiker Vekst i Mjøndalen.

Flere vil motta en spesiell invitasjon til konserten, som også er åpen for alle som ønsker å komme. En konsert som både vil glede, og inspirere.

Vivian Fleischer Nyborg



Younnes musikalske glede er stor
Fot: privat

700 ungdommer på konfirmanthelg i Håkonshall, Lillehammer

Helgen 2. – 4. februar var 39 av Søndre Lands konfirmanter samlet i Håkons Hall på Lillehammer, sammen med ca 700 andre konfirmanter og ledere i Hamar bispedømme.

Vi hadde også med hele 5 av våre egne Hektaledere i tillegg til trosopplærer Bjørn Robert Grimsrud og Lasse Madsstuen Sveen fra Fluberg menighetsråd, i tillegg til prestene. Mange foreldre stilte også opp og gjorde en viktig oppgave som nattevakter

Vi opplevde en flott helg på Lillehammer med samlinger og aktiviteter.

Etter frokost, gruppesamling og formiddags-show i hallen, dro konfirmantene ut på ulike på aktiviteter i OL-anleggene, med slalåm i Hafjell, kjelkekjøring og bob og bading. Noen ville være i hallen og spille volleyball eller delta i formingsaktiviteter.

En stor scene i den ene enden av hallen var det faste møtestedet, med band og forsangere som dro opp stemningen, med underholdning, bibelundervisning og gudstjeneste. Overnattingen skjedde også i hallen og matserveringen foregikk på et område på gulvet nede i salen.

Organisasjonen «Hekta» driver et stort leirarbeid for konfirmanter flere steder i landet. Som fellesskap er vi bundet sammen – «hekta» i positiv forstand på hverandre, på Gud og på gode fellesopplevelser. Og slik tror vi de fleste opplevde denne storsamlingen med så mange aktiviteter og et spennende fellesskap. Først kl 18 søndag kveld gikk 25 busser tilbake til ulike steder i Hedmark og Oppland med trette, men fornøyde konfirmanter, -også fra Søndre Land.

Øystein Wang



Alle foto: Lasse Madsstuen Sveen



Konfirmasjon i Søndre Land 2024

Hov kirke Lørdag 25. mai kl. 11

Ida Amlien Rønningen,
Jonathan Bjørnå,
Nora Mjølstad Fossholt,
Emil Bastian Hagenborg,
Jenny Pettersen Hasvold Narmo,
Hedda Kristensen,
Noah Mjøseng,
Victoria Nordsjø,
Noah Andre Voldengen Ruud,
Kristoffer Skjellerud Sveine,
Kasper Tvinnereim Viken,
Mia Skjellerud Walbye.

Hov kirke Lørdag 25. mai kl. 13

Sverre Hagaseth Haug,
William Matias Røhne,
Thea Emilie Slåttsveen,
Celine Løvbrøtte Stensrud,
Rebecca Skrukli Storløkken,
Trym Thygesen.

Hov kirke Søndag 26. mai kl. 11

Adrian Bjørn Bjørneng,
Josefine Flaten Engen,
Philip Martinius Gildset Olsen,
Nora Hansen,
Lars Joakim Ellingsen Nerli,
Amanda Sandsengen Rognerud,
Jens Midteng Vikersveen,

Skute kirke Søndag 26. mai kl. 11

Adrian Noraker Pettersen.

Enger kirke Søndag 2. juni kl. 11

Frida Iren Rolid,
Mathilde Kjølseth Sand,
Olav Gifstad Sagbakken,
Nicholas Storløkken.

Fluberg kirke Søndag 2. juni kl. 11

Christian Meringdal Bull,
Jonas Hovelsrud,
Oliver Hjelle Høgbakken,
Emil Magnor Komperud,
Thea Haug Kristoffersen,
Robin Olsvik,
Matthew Robert Phillips,
Max Ivar Smids,
Markus Nybakke Svenstad,
Helene Haugen Vestrum,
Olav Westrum.



SØLVE AS (DEL 2)

SØLVE LÆRING PLUSS AS – SØNDRE LAND VOKSENOPLÆRING



Sølve er tildelt ansvaret for gjennomføring av voksenopplæring for bosatte flyktninger og innvandrere i Nordre og Søndre Land. I løpet av 2022 vokste elevmengden fra 45 til 90 personer ved årets slutt. Per i dag er det ca 100 elever som får sin opplæring i skole-systemet her. Voksenopplæringa på Sølve styrker på den måten sin mulighet ved å være et kompetansesenter for voksne.

Introduksjonsprogrammet for studentene omfatter norsk og samfunnskunnskap, samt arbeidsrettet jobbing. Det tilbys karriereveiledning og arbeids/språkpraksis internt på Sølve og hos bedrifter og offentlige arbeidsplasser innen kommunen. Arbeidsopplæring og språkopplæring går hånd i hånd. Sølve har mer enn 50 avtaler med næringslivet og offentlig sektor om arbeidspraksis.



To ukrainske elever, Kamila og Dmytrii jobber med brøk i matematikk-timen

100 elever Fra 11 land

Elevgruppa kommer fra 11 land og består av ukrainere, eritreere, kongolesere, syrere, fillipinere, thailandere, australiere, ceylonesere, egyptere, libanesere og somaliere. Flyktningene må gjennom en kartlegging av personlig kompetanse fra heimlandet. Enkelte har vitnemål/papirer med seg, andre har ikke. Gjennom kartlegginga er det mulig for lærerne å få plassert den enkelte inn på en opplæringsgruppe som er mest relevant ut fra kompetanse og utdanningsnivå de har fra tidligere. Alle får opplæring i

norsk og samfunnskunnskap og digitale ferdigheter. De som skal ta grunnskole i Norge, får også opplæring i engelsk, matematikk og naturfag.

Skole og arbeid

Elevene får en velkomstpakke i form av en datamaskin til bruk i skolen. Opplæringa skjer som klasseromsundervisning, men det benyttes også "digitalt klasserom" i tillegg.

Skolens undervisningspersonale består av 7 personer; de har til sammen fag-kompetanse i norsk, matematikk, engelsk, samfunnskunnskap, naturfag og arbeidsnorsk.

Undervisninga i norsk tas i moduler etter vanskegrad. Sølve opererer med grupper på 5 nivå, og 2 – 3 ganger i året foretas det vurdering om passende nivåplassering ut fra en samtale med hver enkelt elev. For å øke elevenes norskkunnskaper og begrepsforståelse øves det i klasserom på lesing, teater, rollespill, sanger, danser, læringsleiker og samtaler om kjente tema.

For de elever som i sitt opplæringsløp er kommet inn i en arbeidssituasjon i en bedrift eller i kommunen, vil en veileder fra Sølve komme til arbeidsplassen minst én gang per uke; dette for å styrke kontakten med arbeidsplassen og følge opp den enkelte.

Sølve samarbeider tett med Flyktningetjenesten i begge Land-kommunene, og det holdes ukentlige møter for å sørge for en helhetlig oppfølging. Det tverrfaglige samarbeidet er avgjørende for god framdrift for den enkelte.

Forsøksvirksomhet

Søndre Land voksenopplæring deltar også i et opplæringsforsøk i regi av Direktoratet for høyere utdanning og kompetanse. Målsettinga med forsøket har vært å bidra til at voksne som trenger opplæring i basisfag for å komme videre med et fagbrev, skal få et raskere opplæringsløp fram til jobb eller videre utdanning. Samarbeidet mellom Voksenopplæringa, Sølve og Karrieresenteret Innlandet gjør dette forsøket mulig. Opplæringa gir elevene tilknytning til næringslivet, og kandidater har fått mulighet til å kvalifisere seg til fagbrev i et praktisk fag innen helse- og omsorg, vaskeri, salg og renhold. De første elevene har allerede oppnådd fagbrev.

Dette er ressurser som samfunnet trenger, og Søndre Land kommune har ønsket å gi dem en mulighet til å komme videre i livet. En av mulighetene finnes i FROG, som SØLVE har hatt stor suksess med. Deltakere her har klart å skaffe seg jobb, utdanning og en karrieremulighet etter kurset.

«FROG»

FROG er et livsmestringskurs som fremmer god selvfølelse, livsglede, mestring og handlekraft. Det skal motivere deltakerne til å finne sine unike styrker og verdier og derved gi dem håp og mot til "å ta tak i egen framtid".

I Søndre Land har vi som ellers i landet hatt ungdommer som lever i utenforskap. De kan ha droppet ut av videregående skole/ annen utdanning FROG livsmestring går over 25 dager i løpet av 7 uker, med til sammen 150 timer "leadership-training" og dagsrytme fra kl 9 – 15. Etter kurset tilbys gruppesamlinger. Målet for oppfølgingen er å støtte deltakerne med å fullføre planen de har lagt for egen framtid. Kurset passer for ungdommer og unge voksne fra 17 år og oppover.

Mikal Myrland

Frog-ledere besøkte Sølve...



INGEBORG OMDAL LYKSETH er administrerende direktør og den som har utviklet hele metoden for FROG-kurset. Sammen med daglig leder, KARL WILLANDER, var hun til stede ved avslutningen av kurset som ble gjennomført høsten 2023. Det er ingeborg og hennes døtre har bygget opp virksomheten som nå finnes i flere europeiske land.

Datteren Annema var også med som coach på kurset som foregikk fram mot desember 2023. Kurset ble avsluttet med utdeling av kursbevis og en digital og verbal presentasjon ved hver av deltagerne.

Frog er et ledertreningsprogram med tillit til at den enkelte har i seg det som skal til for å komme ut i jobb eller skole. I Frog-metoden bevisstgjøres den enkelte sine mål, egenskaper, og verdier, samt hva som må gjøres av aktiviteter for å nå målene man setter seg.

Hamdi tar fagbrev i helse og omsorgsfaget



Hamdi kommer fra Somalia og er 39 år gammel. Hun kom til Søndre Land i 2014 og er mor til seks barn. De to eldste går på skole i Oslo og på Raufoss. Nå bor hun og de fire yngste barna her i Hov. Tre av dem går på Fryal og én er i barnehage.

Hamdi jobber nå mot å få et fagbrev i helse- og omsorgsfaget. Hun har hatt en praksis som lærling på Hovlitunet. I løpet av ei uke jobber hun der tre dager og får grunnskole-opplæring i Søndre Land Voksenopplæringa to dager i uka.

Hamdi gjennomførte førerprøven for to år siden.

Tekst og foto: Mikal Myrland



Toten Treningssenter Hov
Grettegutua 1a, 2860 Hov
61 12 30 77
totentreningssenter.no



Når kvalitet teller!



Telefon : 91 74 58 73 (Døgnvakt)
E-post : post@skeieror.no
Adresse : Granumsenga 4, 2864 Fall

**Varmepumper • Varmeanlegg
Baderom • Tekniske rørinstallasjoner
Vann- og avløpsanlegg**

Din annonse her?

Kun 1000,- + mva per år
(4 utgaver)

SKRIFTHUGGER'N AS

v/Jørn Westby.

Inskripsjoner og oppussing
av navn
utføres på kirkegården.

Tlf. 413 21 075

2350 Nes

post@skrifthuggern.no



Moen gård

OVERNATTING/BRUKTHANDEL

Tlf. 61 12 60 07 / 957 60 234
www.moengard.com

Rør Åpner'n AS

**Lekkasjesøk av vannrør?
Lokalisering av nedgravde rør?**

Ole Kristian Haugom, tlf: 97 03 40 35
Eirik Haugom, tlf. 90 51 37 92

post@rorapner.no

Din annonse her?

Kun 1000,- + mva per år
(4 utgaver)



NORLI DOKKA

BØKER - LEKER - PAPIR - HOBBY

10-18(16)

61 11 19 52



Bank fra A til Å

Tlf: 04 800
www.dnb.no



**El-forsyning og
El-installasjon**

Tlf: 61 11 27 00 Dokka
www.vokks.no



2829 ODNES - Norway

Tlf. 61 12 97 00 - Fax 61 12 97 01

Din lokale tømmerkjøper
Vi utfører leieskur - kort ventetid

OVER 50 NYE STEINER I UTSTILLING PÅ GJØVIK



Vi utfører oppussing
og navntilføyelse.
Pris på ny steiner
fra 6.900,-

RASK LEVERING!

Marcus Thranesgt. 4, 2821 Gjøvik
tel: 61 15 05 80 | www.trostrudbegravelse.no



Landaasen Rehabiliteringssenter

Landåsvegen 747
2861 Landåsbygda
Sentralbord: 61 12 40 00



Granum Gård
Overnatting med frokost
Møter - kurs - selskaper
- grupper - arrangement
Granumsvegen 8, 2862 Fluberg
Hjemmeside: granumgard.com
Kontakt oss for bestilling eller tilbud.
mariannekonow@gmail.com | 93 08 47 02

Menighetsrådene i Søndre Land vil takke alle lesere som har gitt en gave til menighetsbladet. Tusen takk for støtten!

Både redaksjonen og alle som deler ut i bladet gjør en gratis innsats!
Tusen takk for en fantastisk jobb dere gjør!

Det som ikke er gratis er trykking av bladet. Alt blir dyrere, så vi tør å minne om at alle gaver mottas med takk fortsatt. Dere kan bruke Vipps 583367, eller konto 2075 08 21163, og merk gaven med Menighetsbladet.

NB! Til dere som abonnerer på bladet: Kontingenten på kr 300,- for 2024 må betales før de neste numrene sendes ut gjennom posten.

Vi minner også om muligheten til å lese alle nummer av bladet digitalt på kirken i Søndre Land sin hjemmeside. kirkenisondreland.no. Menighetsrådene.

T-Beauty Hov



Timebestilling:
98 80 70 30
www.t-beautyhov.com

- Fotpleie
- Vipper og bryn
- Negler
- Hårfjerning
- Gavekort
- Hjemmebesøk

Ensomheten tar ikke ferie.

GI EN SAMTALE TIL EN SOM TRENGER DET.

Send sms **ALLTID3** til **2160 (150,-)**

Kontonummer: 7011 05 20067



Rør Åpner'n AS

Har du **tette** eller **tela** rør?

Ole Kristian Haugom, tlf: 97 03 40 35
Eirik Haugom, tlf. 90 51 37 92

post@rorapnern.no

Land Begravelsesbyrå

Innehaver Norvald Åbø

Ordner alt ved begravelser og kremasjoner

- Gravmonumenter, skrifthugging,
- Blomster og kranser, bæredekorasjoner

Også utenfor distriktet Døgnvakt: **61 12 60 17**

Vi ønsker å bidra til en verdig gravferd 2864 Fall



HOV Bilverksted



Tlf. 61 12 29 88 / Mob. 977 91 959



Dokka Begravelsesbyrå A/S

Nordre Land, Søndre Land og Etnedal – eller hvor det måtte være bruk for oss. Ordner alt vedrørende begravelser og kremasjoner.

Kranser, blomster og bæredekorasjoner.
Gravmonumenter Skrifthugging

61 11 20 00

Elin og Endre Rudstaden

952 36 954 - 992 92 696



DØGNVAKT
2870 DOKKA

JURIDISK RÅDGIVNING



Jurist Gunnar H. Rudstaden

- Kontraktsrett
- Testamenter, m.m.
- Eiendomsrett, m.m.

Almen praksis

Tlf. 992 29 577 | grudstaden@gmail.com | 2870 Dokka

Du finner oss på Landsbyporten
Dokkas nye samlingssted

SKIN tonic

FRISØR'n
Dame og herrefrisør

SønderbySKO
Landsbyporten – 2870 Dokka – Tlf. 61 11 06 23

 **SØNES A/S** 
GULL – SØLV – GAVER
TLF 61 11 22 16 – 2870 DOKKA

REMA 1000

REMA 1000 HOV
Hovlandsvegen 1, 2860 Hov
Tlf: 61 12 20 12
bare lave priser på varer du kjenner

GUDSTJENESTER

Søndag 17. mars.

Hov kirke kl.11. Familiegudstjeneste. ØW
Barnegospel deltar. Menighetens årsmøte
etter gudstjenesten.

Palmesøndag 24. mars.

Landåsbygda kirke kl.11. VFN Familiegudstjeneste.

Skjærtorsdag 28. mars.

Hovlitunet. Allrommet kl.17. Nattverd gudstjeneste. ØW
Hov kirke kl.19. Skjærtorsdagsgudstjeneste. ØW
Enkel kveldsmat etter gudstjenesten.

Langfredag 29. april

Fluberg kirke kl.11. Gudstjeneste. VFN

1. Påskedag, 31. mars.

Hov kirke kl.11. Høytidsgudstjeneste. ØW
Gruppe fra kirkecoret deltar.

2. Påskedag, 1. april

Skute kirke kl.17. Påskedagsgudstjeneste. VFN
Gruppe fra kirkecoret deltar.

Søndag 7. april

Enger kirke kl 11. Gudstjeneste. ØW

Søndag 14. april

Landåsbygda kirke kl.11. Strikkegudstjeneste. VFN

Søndag 21. april

Hov kirke kl. 11. Gudstjeneste. ØW

Søndag 28. april

Fluberg kirke kl. 11. Gudstjeneste. ØW
Menighetens årsmøte etter gudstjenesten.

Onsdag 1. mai

Hovlitunet. Allrommet Trevatna kl.12.
Solidaritetsgudstjeneste i samarbeid med 1.mai-komiteen.
ØW

Søndag 5. mai

Fluberg kirke kl.11. Samtalegudstjeneste konfirmanter. VFN
Hov kirke kl 18. Samtalegudstjeneste konfirmanter. ØW

Søndag 12. mai

Fluberg kirke kl.11. MC-MESSE. VFN og ØW
Dokka MC deltar.

17. mai

Hov kirke kl. 9. ØW
Skute kirke kl.12. VFN
Fluberg kirke (tidspunkt ikke fastsatt) VFN

Søndag 19. mai - 1. Pinsedag

Hov kirke kl. 11. Høytidsgudstjeneste ØW

Lørdag 25. mai

Hov kirke kl.11. Konfirmasjonsgudstjeneste. ØW
Hov kirke kl.13. Konfirmasjonsgudstjeneste. ØW

Søndag 26. mai

Skute kirke kl.11. Konfirmasjonsgudstjeneste. VFN
Hov kirke kl.11. Konfirmasjonsgudstjeneste. ØW

**Tirsdag 28. - torsdag 30. mai - søndag 9. juni
BISPEVISITAS - SE EGET PROGRAM**

Søndag 2. juni

Fluberg kirke kl.11
Konfirmasjonsgudstjenester. VFN
Enger kirke kl.11. Høytidsgudstjeneste. ØW

Søndag 9. juni

Hov kirke kl.11. Visitasgudstjeneste for alle menighetene.
Biskopen og prestene. Kirkecoret deltar.

Søndag 16. juni - Ingen gudstjeneste

Søndag 23. juni St. Hans-aften.

Landåsbygda kirke kl.13. Gudstjeneste VFN

VFN = Vivian Fleischer Nyborg. ØW= Øystein Wang.

Send SMS til 95 27 94 98 om du ønsker å få informasjon om gudstjeneste-tilbudet på SMS (sendes hver helg - og tjenesten er gratis).

Gi en gave til Menighetsbladet for Søndre Land!

Frivillig årsabonnement for 2024: Kr. 300,- For abonnenter
som får bladet tilsendt via posten,

The logo for v:pps, featuring a stylized orange square with a white smiley face and the text 'v:pps' in white lowercase letters.

må abonnementet betales.

- til nr: 583367 -

eller benytt konto: 2075 08 21163
(merk med: Menighetsbladet).