

INFORMASJONSBLAD FOR ELDRE I STAVANGER



Mortepumpen

NR. 4/2025

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: 27.02.26.
Stoff må være i redaksjonen: 20.01.26.

Forsidebilde: Lys skaper stemning og forventning i adventstiden.
Foto: Shutterstock.

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:

I forandringens tegn

I skrivende stund er ikke budsjettet for neste år vedtatt. Partiene kjemper om å fordele midlene slik at alle kan få noe. Det ligger mørke skyer over budsjettet for 2026. Vi har vel alle fått med oss at Stavanger må spare tresifrede millionbeløp for at regnskapet skal gå i balanse. «Når krybben er tom, bites hestene» er et gammelt ordtak som kan illustrere dagens situasjon. Hvordan kommunen er kommet opp i et slikt uføre kan nok forklares på mange måter. «Etter den søte kløe, kommer den sure svie» er et annet gammelt ordtak. Har ikke kommunen vært forutseende nok, og har ordningen med for eksempel gratis buss vært med på å tappe de reserver som kunne vært nyttige i dag?

Uansett blir det mange som til neste år vil merke betydelig reduksjon i tilskudd og drift. Mortepumpen går heller ikke klar. Driftsutgiftene må reduseres. Hvordan, vil en nedsatt gruppe gi svar på en gang over nyåret. Foreløpig er ingenting avgjort, unntatt at Mortepumpen fortsatt skal utgis. Utover det er det bare tanker som svirrer i retning av sidetall, sterkere fokus på informasjon og vurdering av format. Vi kan heller ikke se bort fra at beslutningsvedtaket kan få konsekvenser for arbeidet i redaksjonen. Det blir derfor spennende å se utfallet av det endelige budsjettet for 2026.

La oss ikke deppe av den grunn, men se oss tilbake på mange gode år og glede oss over dem. Så ønsker vi hverandre en gledelig jul, og et optimistisk godt nytt år.



Aldri så galt at det ikke er godt for noe

PROFILEN

Tekst og foto: Anne Grethe Thesen Godal.

Ien verden hvor humanismen blir satt på prøve, hører vi stadig om båtflyktninger. Nå gjelder det ikke Sør-Kina havet. Nå gjelder det overfylte båter over Middelhavet og den britiske kanalen.

Likevel er det slik at Mortepumpens lesere vil huske de vietnamesiske båtflyktningene som kom til Norge i perioden 1975 - 1990. De kom 24000 i tallet, og noen kom til Stavanger. De risikerte livet for å rømme fra det forente Vietnam, den sosialistiske republikken som styrte landet med hard hånd etter at amerikanerne trakk seg ut av krigen.

Mortepumpen tok kontakt med en av de mange vietnameserne som nå har bodd lenger i Stavanger enn han har bodd i Vietnam.

Le Van Hung er en stillferdig mann som helst holder seg i bakgrunnen. Han velger likevel å dele sin historie for å uttrykke takknemlighet for livet han og familien har fått bygge i Norge. Han deler også for å gi håp om at nye begynnelse er mulig, når mennesker møtes med omtanke og støtte.

Hvordan har det egentlig gått disse siste 46 årene etter at Le van Hung forlot Vietnam 28 gammel?



Le van Hung. Foto: Anne-Grethe Thesen Godal

Livet i Vietnam og flukten fra et kommunistisk regime

Hungs far som var distriktspolitiker i Nord-Vietnam, opplevde at alt ble annerledes da Vietnam ble splittet med det kommunistiske Nord-Vietnam og det vestligorienterte Sør-Vietnam i 1954. Hung var bare 3 år da familien måtte flytte fra nord til Saigon i sør samme året. Der vokste han opp og stiftet familie. Han var sjåfør på kranbil og konen Ngoan var lærer i Saigon, hovedstaden i sør som etter hvert ble hetende Ho Chi Minh-byen (etter kommunisten Ho Chi Minh).

Omstendighetene rundt flukten med båt er det vanskelig for Hung å sette ord på.

Han husker bølgene som var store og farlige. Båten var liten, de var mange ombord og det var ikke nok mat og vann. Det var ikke alle som overlevde. Det var håpet som holdt han oppe, selv om han var livredd.

Hung forteller videre at hans eldste datter var sammen med han i båten. Hans kone Ngoan reiste på et annet tidspunkt med deres to yngre barn. Resultatet var at de ble hjulpet av FN til flyktningeleirer i henholdsvis Malaysia og Singapore. Etter 2 år i flyktningeleirene ble ekteparet og de tre barna gjenforent i Bangkok, for så å bli sendt til Norge og Stavanger som kvoteflyktninger.

Å starte på nytt i et fremmedartet land

Hung husker godt da flyet landet på Sola 4. juni 1981. Han hadde blitt fortalt at det var sommer i Norge da, men nei, det var så kaldt at han måtte inn i flyet igjen for å få på seg mer klær. Er dette sommer, undret han seg.

Heldigvis var det slik at kommunens ansatte stilte opp fra første dag. Oppreide senger sto klare i mottakssentralen i Jørgen Eriksensgt, og der bodde det andre vietnamesere som kunne fortelle dem om sine erfaringer som nyankomne flyktninger. Alle var de opptatt av hvordan de skulle komme i gang i et nytt



Hung og Ngoan. Foto: Privat.

land. De ville så gjerne klare seg selv, med skole, jobb og bolig. Det som var passert, ønsket de å legge bak seg.

Hung tenker at kommunens boligkontor var effektive når det gjaldt å skaffe boliger til de som bodde i mottakssentralen. Ullandhaug ble deres bydel, et sted det var godt å bo og hvor de ble kjent med nordmenn i nabolaget. Allikevel tenkte Hung at de gjerne ville eie sin egen bolig, der de etter hvert ville kunne få flere barn som kunne vokse opp i et godt og trygt land. Hvordan han fikk kjøpt huset i Hjelmelandsgaten allerede i 1984 har sin egen historie, og den kommer nå.

Å finne et meningsfylt liv

Innvandrerkontoret hadde funnet en oppvaskjobb på tidligere Esso Motor hotell i Tjensvollkrysset. Hung kunne ikke se for seg å jobbe på et hotellkjøkken, han som var vant med en kranbiljobb og sveve høyt oppe. Han måtte finne en annen jobbbløsning. Ganske så tilfeldig da han forlot innvandrerkontoret, nokså lei seg, traff han på en mann høyt oppe i et stillas et stykke bort i Kongsgaten. Har du jobb til meg, ropte han til mannen i stillaset. Ja, kanskje det, svarte Marton Hustvedt, som døde for 4 år siden.

Samtidig hadde Ngoan fått jobb på Victoria hotell. Ikke lenge etter hendelsen i Kongsgaten, dukket Marton opp på Ngoans arbeidsplass og lurte på hvordan han kunne få kontakt med Hung. Jobbtilbudet var klart. Marton skulle rydde et tak for heller, og Hung skulle stå nede og ta i mot hellene. Vedlikeholdsarbeidet på fasader utviklet seg, og etter hvert hjalp Marton Hung til å starte et eget firma. De skulle ta oppdrag sammen. Victoria hotells eier Hodne fikk høre om fasadearbeiderne via Ngoan. Hodne eide et hus i Hjelmelandsgaten som trengte renovering, og Hung fikk oppdraget. Huset var utleid til ansatte på hotellet. Det var et murhus som hadde passet perfekt til familien, tenkte Hung og spurte Hodne om han kunne få kjøpe det. Det syntes Hodne var en god ide og hadde

kjøpekontrakten klar umiddelbart. Etter 3 år i Norge var familien lykkelig eiere av et stort og staselig hus. Et hus Hung og Ngoan har bodd i hele 42 år og vil bo der så lenge de kan.

Medmenneskelighet

Hung og Ngoan kjenner på en dyp takknemlighet overfor Marton. Møtet i Kongsgaten ble et viktig vendepunkt i livet deres. Marton hjalp ikke bare Hung med å starte sitt eget firma. Han åpnet også døren til nye opplevelser. Gjennom ham fikk Hung erfare turen på Hardangervidda fra hytte til hytte, nyte den storslåtte utsikten fra Prekestolen og få et innblikk i det norske hyttelivet i Flekkefjord. Dette var opplevelser han ellers ikke ville ha fått.

Mest av alt ble det likevel jobblivet de hadde sammen. Før Hung ble pensjonist, var det vanlig med 12-13 timers arbeidsdag, Helt til Marton døde, var han en verdsatt mentor og nær venn.

Eiendomsutvikling

Hung forteller om hvordan han gjennom firmaet sitt begynte å interessere seg mer og mer for gamle, verneverdige hus. Som den nevenyttige mannen han er, har han renoveret det fine murhuset i Hjelmelandsgaten, huset han kjøpte i Kongsgaten og huset i St. Svithunsgate kjøpt i år 2000.



Familiebryllup på Jersey. Sønnen Michael giftet seg med japanske Kaori. Foreldrene Hung og Ngoan flankerer brudeparet. Rundt står barn, svigerbarn og barnebarn. Foto: Privat

Huset i St. Svithunsgate har en egen historie, forteller Hung stolt. Eierne av huset bodde i Oslo, noen han aldri har møtt. Det vakre huset sto til forfalls. Beboerne var 20 katter som sprang inn og ut gjennom vinduer og dører. Som 49-åring hadde han mot på å ta fatt på en oppgave få kunne tenke seg. Ngoan ble fortvilet da det ble klart hva de sto over for. Hung trøstet henne med å si at det var hans problem og hans jobb. Med tiden skulle det bli et luktfritt hus, der det kunne bli 3 boenheter til utleie. Og slik ble det etter mange års egeninnsats. Vestre Platå har fått nok en «perle».

Å se seg tilbake

Hung vet at ikke bare sin egen innsats har vært viktig for familien. Takket være sin kjære ektefelle Ngoan har deres 5 barn fått oppleve et godt og trygt hjem.

Han har all grunn til å være stolt av sin kone, barna, deres ektefeller og de 10 barnebarna. De nå godt voksne barna fikk muligheter til utdanninger som lege, tannlege, ingeniører og økonom, så han er trygg på at hele familien fortsatt kommer til å få et godt liv i Norge.

Hung sier han ønsker å sette sin historie i en større sammenheng. Han uttrykker en stille stolthet, ikke fordi hans families historie er unik, men nettopp fordi den ikke er det. Mange vietnamesisk-norske har funnet sin plass i Norge og bidrar hver dag til samfunnet på en verdifull måte.

Som pensjonist er Hung tilfreds. Han og Ngoan har jobbet hardt for å oppnå det de har i dag. Nå fortjener de hvile og ser fram til fire ukers ferie for å besøke sine slektninger i Saigon, Vietnam.

Tanker om året 2025

Så lakker og lir det mot Jul.
Og avslutningen av det
innholdsrike året 2025 i
Stavanger.

Tekst: Else Olsen. Foto: Fredrik Refvem.

Byens 900-årsjubileum, kongebesøk, restaurasjonen, festivaler, og kulturbegivenheter har gitt varige minner, leser vi fra Redaktørkrakken i *Mortepumpen* nr. 3/ 2025 – informasjonsbadet for eldre i Stavanger.

Ja, det har vært et stort og flott arbeid av folk i kommunen, og ikke minst av fagfolk og frivillige som har lagt ned en stor innsats – både store og små. Og oss alle i byen som har støttet opp om arrangementene.

Og så må me ikkje glømma 80-årsmarkeringen av Fredsdagene i 1945.

Jeg var nesten 10 år de dagene, og disse maidagene var helt ubeskrivelige. De sitter i minnene til alle jeg snakker med, og som var omkring 5-10 år den gang. Og så husker vi alle mange av de samme hendelsene.

Jeg har skrevet en bok om barns opplevelser mai 1945. Den kom ut 16. mai i år med tittel: «Lykkeveien – krig og fred – barns opplevelser mai 1945» (Forlagshuset Commentum).

Boka er på Stavanger-dialekt, og det er barna som har ordet i boka.

Den har åtte fortellinger – seks fra fredsdagene, én fra 30. juli 1945, da kronprins Olav kom til byen vår, og ei fortelling om den 98 år gamle Ken Hey.



Else Olsen

Han var med på landgangen i Normandie 6. juni 1944 – D-dagen.

«... Itte krigen har han og andre veteraner besøkt skoler for å dela med barn og unge kor forferdeligt det e med krig, og for å snakka med de om at det må ver andre måder å løysa konflikter på enn å skada og dreba kverandre ...»

«Kossen kan me få slutt på krig?» spurte Joey Howlet på ein skole i aust-London.

Han fekk svar fra Ken Hey.

De andre seks fortellingene er fra maidagenne 1945.

Nå er det bare vi som lever videre, og er fra 80 år og oppover, som kan huske fredsdagene i 1945

Mange av oss leser *Mortepumpen*.

Jeg tror mange ville sette pris på barnestemmer fra den gangen.

Året vi utforsker tradisjonene

Hva er juletradisjoner for deg? Er du fra en familie med juletre av furu eller gran, i tilfelle – edel- eller norsk gran, eller eviggrønt av kunststoff? Hva slags lukter forbinder du med jul? Bestefars sigar eller den tradisjonelle julemiddagen?

Anne Lise Ådnøy, biskop i Stavanger bispedømme. Foto: Den norske kirke



Dette er året der julens tradisjoner og kirkelige røtter bør utforskes. Julia 2025 er nemlig en 900-årsjubileums-jul! Troen på Guds og Marias sønn hadde begynt å slå rot i Rogaland da Stavanger bispedømme ble etablert.

Domkirka dateres til år 1125, og vi er stolte av at den vakre katedralen har vært i sammenhengende kirkelig bruk i 900 år. Utallige julesalmer er «avleiret» i de solide veggene der.

Jul var i utgangspunktet festen for solsnu, en skikk knytta til naturens kretsløp. «Yule-tide» heter det i noen engelske julesanger. Vi har beholdt ordet jul, men innholdet handler mer om «Christmas» eller Kristmesse, på norsk.

Fastetida er dele-tid

Ofte er familietradisjoner knytta til måltidene. Mange uker før julehelga blir vi minnet om at ribbe og pinnekjøtt hører jula til. Før ga juledag den første kjøttmiddagen på flere uker. Advent var fastetid. En tradisjon vi godt kan ta vare på er at adventstida blir dele-tid. I seinere år har det vært flere medieoppslag om folk som trosser sjenanse og norske tradisjoner for å inkludere nye i måltidsfellesskapet akkurat til jul. Kan det bli en ny tradisjon?

Feirer dere jul sammen på tvers av generasjoner? La det bli en tradisjon at noen forteller om sine juleminner, kanskje både på godt og vondt. Forskjellene mellom familiemedlemmer og mellom husholdningene i et nabolag kan være store. Julen tåler at vi snakker ærlig om misunnelse, sår og forskjellsbehandling. Jesus ble menneske nettopp fordi Gud bryr seg om mennesker og hvordan vi har det. Julia



– Solsnu-motivet er fremdeles med oss inn i feiringen av Jesu fødsel, han som kalte seg verden lys, skriver biskop Anne Lise Ådnøy. Foto: Marie von Krogh

minner oss også på Jesu kjærlighetsbud om at vi skal elske hverandre.

Lyset finnes

Solsnu-motivet er fremdeles med oss inn i feiringen av Jesu fødsel, han som kalte seg verden lys. Gjennom førjulstida lyser adventskransen stadig sterkere og til høgtida synger vi «Da tenner moder alle lys».

Lys er ikke bare en flamme eller det vi kan slå på med en bryter. Lys er et bilde på det vi trenger når dagene er tunge. Vi trenger hverandre, et vennlig smil, en hjelpsom nabo, at noen deler med oss og vi trenger håp. Håpssymbolet er et anker. Ankeret har feste i evigheten hos Jesus, som var før alle tider og som ble en av oss.

La tradisjonen om å feire verdens lys fortsette å bringe håp – «midt i den kalde vinter, ved mørke midnatts tid». (*Det hev ei rose sprunge*, nr. 33 i Norsk salmebok.)

God Kristmesse 2025!

«Stavanger i 900 år» – fortellingen

Har du fått med deg podkastserien «Stavanger i 900 år»? Gjennom tre sesonger blir vi kjent med fortellingen om Stavanger fra før vi ble en by og fram til i dag. Lokale historikere, journalister, arkeologer og kunsthistorikere deler sin kunnskap og løfter fram kjente og ukjente fortellinger fra stavangerhistorien.

Tekst: Eirill Iren Vigrestad Nord-Varhaug

Et historisk år

I snart ett år har vi feiret at byen, domkirken og bispedømmet blir 900 år. I anledning jubileet har det blitt laget en egen podkastserie som gjennom tre sesonger oppsummerer fortellingen om Stavanger.

Målet har vært å skape større interesse for lokalhistorien vår, og bidra til en økt forståelse for hva vi har feiret i 2025. Nå kan man lytte seg gjennom historien og bli bedre kjent med mennesker og begivenheter som på ulikt vis har bidratt til å forme byen vår slik den er i dag, sier Stine Honoré, prosjektrådgiver i Stavanger 2025. Alle har godt av å friske opp historiekunnskapene sine, og her er det mange spennende fortellinger om kjente og mer ukjente sider ved byens historie som blir fortalt.

Et bredt lag av historisk ekspertise

Ideen om å fortelle byens historie i podkast-format er det Christian Gilsvik, produsent ved Screen Story, som står for. Han er også kjent som programleder for «Historier som endret Norge». I samarbeid med Stavanger 2025 har han utarbeidet manus og intervjuet flinke



Christian Gilsvik er erfaren podkastprodusent og står bak «Stavanger i 900 år».

Foto: Screen Story

fagfolk som jobber med å forske på og formidle historien vår.

– Det har vært ordentlig spennende å involvere en rekke eksperter når vi nå ser tilbake på de 900 årene som har formet Stavanger. Jeg er stolt over byen min, og det er en glede å feire jubileet med så mange som mulig gjennom denne podkasten, sier Gilsvik.

Sesong 1: Hva kom først, byen eller domkirken?

De åtte første episodene av podkastserien tar utgangspunkt i domkirken, selve kjernen i feiringen. Det var med byggingen

om byen vår



Pedersgata er i dag en urban og internasjonal matgate, men her finner vi også spor av Stavangers industrihistorie. Foto: Eirill V. Nord-Varhaug/ Stavanger 2025

av domkirken at Stavanger fikk både biskop og bystatus. Her presenteres ny kunnskap som er kommet fram i forbindelse med det omfattende restaureringsarbeidet og de arkeologiske undersøkelser som er gjort de siste årene. I tillegg får man høre om heksebrekking på 1600-tallet, den fryktede stavangerske pesten, og hvordan det var her når freden brøt løs i mai 1945.

Jeg synes det er stas at det fantastiske kunstnerskapet til Frida Hansen løftes fram, hun var en pioner innen sitt fag, og hadde et fascinerende liv. Mange har blitt kjent med verkene hennes gjennom Stavanger kunstmuseum sin utstilling «Fra røttene» som trakk mange besøkende denne sommeren. Hun er en kunstner vi kan være skikkelig stolte av, og her er hun viet en hel episode i sesong en, forteller Stine Honoré.

Sesong 2: Pedersgata og fortellingen om østre bydel
Østre bydel, med Pedersgata som

hovedfartsåren inn til sentrum, har gjennomgått store endringer de siste årene. Boligbygging, nye kulturarenaer og møteplasser og ikke minst en rekke nye spisesteder har gjort at bydelen har fått nytt liv. Likevel er historien til stede i trange gater og smug, og i gamle fabrikklokaler som har blitt restaurert og fått ny bruk. I episodene fra Pedersgata møter vi blant annet den skremmende Sara Berge som jobbet på forsorgen, og som var kjent for å holde nøye oppsyn med de som gikk på fattigkassen. Andre temaer er avholdsbevegelsen, barnearbeid og arbeiderkamp i byen vår, og hva og hvordan vi spiste før Gladmatfestivalen og Michelin-stjernene kom til Pedersgata.

Noe av det jeg likte best i sesong to var å få høre det 130 år gamle lydopptaket av Lars Oftedal som taler i Minnesota – det levendegjør fortellingen om Oftedal og gir oss et innblikk i hvor karismatisk han må ha vært som folketaler og

religiøs leder i sin egen samtid. Han var en mektig mann – og skandaler og fortellingen om mektige menns fall er jo noe som alltid får mye oppmerksomhet, enten det er i dag eller i 1891, forteller Honoré.

Sesong 3: Romfart fra Ullandhaug og pøbelmåkene på torget

Sommeren 1965 stod to menn på toppen av Ullandhaug og skuet ut over byen, Ryfylkefjellene og Hafrsfjord. «Dette er så vakkert, jeg håper det aldri blir funnet olje her», sa den ene. Det viste seg jo at oljen fantes i enorme mengder, og amerikansk ekspertise ble hentet inn for å bygge opp den nye industrien i rekordfart. Dette ble starten på oljeeventyret, det største omslaget i Stavanger og Norge i moderne tid.

Det sies at fortid og framtid møtes på Ullandhaug, og i denne siste sesongen blir vi bedre kjent med historien til Ullandhaug, bydelen som skal ta Stavanger inn i framtiden. Her er vi tett på historien vår, samtidig er det her vi finner universitetet, et flunkende nytt sykehus med helseteknologi i verdensklasse og en rekke kunnskaps- og innovasjonsmiljøer.

Produsent Christian Gilsvik har blitt kjent med nye sider ved hjembyen sin under arbeidet med de seks siste episodene.

Det er interessant å se hvordan Ullandhaug har blitt brukt som et symbol for både framtidsvisjoner og forankring. Fra Ullandhaug har man vært vitne til flere historiske omstillinger. Fra jordbruksomstilling, slaget i Hafrsfjord, utvandring vestover til oljeindustrien. Det har vært et

naturlig sted å ta med besøkende for å vise fram natur og tilhørighet, og å søke nye framtidsvisjoner. Alt fra kongelige gjester til amerikanske oljesjefer, sier Gilsvik. I denne sesongen har det også vært spennende å lære mer om hvordan man rigger stavangernaturen for framtiden, og hvordan det vi tar som en selvfølge i dag er en del av en plan for grøntområdene våre som har pågått i flere år. Og det at man enda oppdager dyrearter som er nye for vitenskapen på områder som Forus er jo egentlig helt sprøtt å tenke på!



Pøbelmåkene på Torget er et nyere tilskudd til bybildet, grunnen til det får vi høre mer om i den siste sesongen. Foto: Håvard Husebø/MUST

«Stavanger i 900 år» er laget av Stavanger 2025 i samarbeid med Screen Story. Alle tre sesongene er tilgjengelige på Spotify eller der du vanligvis hører på podkast.

Les mer om hver enkelt episode på nettsiden til Stavanger 2025.



Innbyggerpanel for eldre 2025

Vi blir flere eldre som lever lenger. Et innbyggerpanel har gitt sin anbefaling til Stavanger kommune der de svarer på følgende spørsmål:

Tekst: Mariann Strandvåg.

Hva må til for at eldre skal leve gode selvstendige hverdagsliv i Stavanger?

Anbefalingen ble overlevert varaordfører Henrik Halleland (KrF) og direktør for Helse og velferd Stina Løkke på konferansen Aldring og velferd den 14. oktober 2025.

Innbyggerpanelets anbefaling er et resultat av kunnskap som ble presentert for deltakerne på fem samlinger, diskusjoner og refleksjoner deltakerne imellom, i tillegg til deltakernes egne erfaringer.

Kunnskapsgrunnlaget som er presentert for panelet bygger på nasjonale innsatsområder for et aldersvennlig samfunn:

- Uteområder og universell utforming
- Bolig
- Transport
- Medvirkning og kommunikasjon
- Samfunnsdeltakelse

Hvem er innbyggerpanelet for eldre?

Innbyggerpanelet har bestått av 27 innbyggere mellom 60–80 år, som bor i bydelene Hinna, Hillevåg, Finnøy og Rennesøy. De er trukket ut tilfeldig, til å delta i panelet for å gi innspill til kommunens arbeid med å bli et aldersvennlig Stavanger.

En kort oppsummering av innbyggerpanelets anbefaling:

Panelets anbefaling angående bolig:

- Panelet vil at kommunen skal stille krav til utbyggere om at alle boligkompleks som blir prosjektert og bygget skal være tilrettelagt for eldre og tilrettelagt med fellesområder både innen- og utendørs for å lage sosiale bomiljø.
- Panelet vil at kommunen tar ansvar for at det blir bygget kommunale seniorboliger fordi eldre har ulik økonomisk evne.
- Panelet vil at kommunen tar ansvar for at det bygges kommunale trygghetsboliger fordi eldre kan ha behov for et alternativ til ordinær bolig og sykehjemsplass.
- Mange ønsker å bo hjemme lengst mulig og må derfor selv ta tidlig ansvar for tilrettelegging av egen bolig. Dette må skje mens de fremdeles er i arbeid. Panelet vil at kommunen bidrar økonomisk med tilrettelegging av bolig, slik at eldre kan bo hjemme lengst mulig i stedet for å oppta en sykehjemsplass. Panelet mener at det, åpenbart vil være en fordel for kommunen.

Panelets anbefaling angående transport:

Panelet mener at betalingsordninger på kollektiv transport må legges til rette for å bruke bankkort (teppe).

Panelet vil ha fleksible transportordninger:

- med holdeplasser slik at alle kan benytte kollektive løsninger
- med bydelsbusser i og mellom bydeler som korresponderer med trafikknutepunkt/seniorsenter o.l., ordninger som seniordrosje egen bil, hente/bringe ordning, bidrag fra frivillige/nabolagshjelp, sykkel (evn. tre og fire hjul), tog, buss tilrettelagt for rullator og parkeringsplasser i tilknytning til boligen slik at hjelpere kan komme til med bil.

- Panelet vil at fremkommelighet må fremmes ved at fortau holdes fri for tilfeldig "henslengte" og parkerte sparkesykler, butikkskilt o.l.

Panelets anbefaling angående demokrati og samfunnsdeltakelse:

- Panelet vil at eldre i større grad involveres i demokratiske prosesser i kommunen.
- Panelet foreslår at kommunen oppretter helsestasjon for eldre med forebyggende tjenester som fremmer



Innbyggerpanelet samlet. Foto: Rita Lindås.

fysisk aktivitet, god ernæring, søvn, mental helse og stressmestring.

- Panelet vil ha utvidet oppsøkende hjemmebesøk, ikke bare ved fylte 80 år som i dag og gjerne flere besøk.
- Panelet vil at det etableres en lavterskel kontakttelefon der man kan få relevant informasjon og kan melde inn behov.
- Yngre seniorer med kompetanse og restarbeidskraft skal kunne bidra og hjelpe eldre seniorer (frivillig innsats/ betalt hjelp/småjobber). Dette må koordineres og administreres av en lønnet stilling.

Panelets anbefaling angående kommunikasjon og språk:

Panelet vil ha en digital informasjonskanal i form av en app som er logisk og enkel å navigere i. Panelets forslag til innhold er:

- informasjon om tjenester som kan hjelpe eldre videre med råd og veiledning
- informasjon om bolig og transport
- informasjon om muligheter for samfunnsengasjement
- informasjon om økonomi, livsmestring og helse, demokrati og deltakelse

Videre foreslår Panelet en personlig (ikke-digital) informasjonskanal der samme informasjon skal være tilgjengelig også i personlig veiledningstjeneste. Dette kan for eksempel foregå på seniorsentrene/bydelshus der frivillige eldre kan være med å hjelpe.

Panelet foreslår at bydelshus kan brukes som seniorsenter eller servicesenter. På seniorsentrene/bydelshus skal det

være ulike aktiviteter, for eksempel turgrupper, hvor eldre skal være med å bidra slik at også de som har et annet språk kan være med og på den måten lære seg språk.

Hvis du leser Mortepumpen digitalt, kan du følge lenken under for å se Innbyggerpanelets anbefalingen i sin helhet. Du kan også få en papirutgave ved å kontakte Mariann Strandvåg i avdeling Innbyggerdialog mobilnummer 977 15 449

www.stavanger.kommune.no/siteassets/kultur-og-fritid/senior-i-stavanger/aldersvennlig-samfunn/innbyggerpanel-for-eldre-2025.pdf

Hva er et innbyggerpanel:

Et innbyggerpanel er en form for demokratisk innovasjon som skal gi innbyggere kunnskap og øke mulighetene for engasjement gjennom deltakelse, diskusjon, refleksjon og innflytelse. Et innbyggerpanel er et representativt, tilfeldig utvalg av innbyggere. Denne prosessen skiller seg fra andre involveringsprosesser ved at deltakerne er tilfeldig utvalgt, de er representative ut fra valgte kriterier, de får inngående kunnskap om et aktuelt tema og de blir gitt en oppdragsbeskrivelse. Med dette som bakgrunn diskuterer de og søker enighet seg imellom om det de kommer frem til, som til slutt presenteres i en anbefaling som overleveres oppdragsgiver.

Fest på Pier 16, South Street Seaport

Som del av 200 års jubileet for den første organiserte utvandringen til USA fra Norge, seilte en replika av «Restauration» fra Stavanger 4. juli til New York. Tre måneder senere, 9. oktober, ankom skuta New York.

Teks og foto: Bente Hildeng Næss

Dette var det endelige målet for turen nå som da. Mannskapet ble hyllet og ønsket god tur av et stort antall stavangerborgere inkludert ordfører, andre politikere og representanter fra kirken. Jubileet ble regnet som så betydningsfullt at hele kongefamilien var tilstede og fulgte båtens utreise fra kongeskipet.

Til tross for at utstyr om bord var adskillig bedre og antall deltakere mer tilpasset båtens størrelse enn i 1825, var det en tur med store utfordringer. Mannskapet ønsket derfor å ta med og fremheve de samme verdiene som den opprinnelige skuten bar med seg, håp om et friere liv med like rettigheter og muligheter for alle. Dagens overfart tok derfor med seg «Broken dreams, a light of hope», et samarbeid med SOS barnebyer der de støttet en innsamlingsaksjon. I tillegg støtter de et arbeid for et samarbeid med forskere i USA og Norge innen brystkreftforskning. Her er det også organisert innsamlingsaksjoner. På samme måte som for 200 år siden, reiser «Restauration» mot USA full av håp



om åpne forhold som støtter produktive og tette bånd mellom våre land. Tre måneder senere, 9. oktober, ankom skuta målet for turen, New York. De hadde da tilbaketrukket en lang og til dels strevsom tur, med stopp i England, Madeira, Vest Indiske øyer og steder langs USA's østkyst opp til New York. Det var et helt annet syn som møtte skuta nå enn for 200 år siden. Byen var nok imponerende stor på den tiden, men nå møtes man jo av en av verdens metropoler. En annen stor endring, er at emigrantene ikke kan siles gjennom Ellis Island fordi de fleste offentlige bygg er stengt på grunn av budsjettkonflikter. Men på kaien ble manskapet møtt av en stor og til dels festkledd menneskemengde som ønsket dem velkommen. Det var høy stemning, nesten som 17. mai, markedsdag og festival på en gang. Det var viftende flagg, bunader fra de fleste dalfører og

Museum i New York



kofter i flotte farger, Her viste norsk-amerikanerne at de ikke hadde glemt hvor slekten kom fra. Det var forskjellige boder der norske produkter ble vist frem og Riksarkivet var representert med informasjon om slektsgransking. Det var trekkspill m.m som inviterte til gammeldans, og stemningen var høy. Det var noen nordmenn tilstede, men dette var norskamerikanernes dag. Da båten kom seilende inn var alles oppmerksomhet rettet mot dem, det ble viftet med flagg og applaudert. Ytterst på piren sto kronprinsen sammen med andre prominente gjester og ønsket båt og mannskap velkommen. Så fulgte fin underholdning og taler. Astris S sang stemningsfulle sanger og Ragnhild Hemsings trio som besto av fiolin, bass og trompet, spilte norske komposisjoner i en ny drakt. Innslagene gjorde sterkt inntrykk og begeistring. Det gjorde også

talene. HKH Kronprinsen tok spesielt frem vennskapet og samarbeidet mellom USA og Norge og hvordan det hadde preget Norges utvikling. Han uttrykte et sterkt ønske om at dette måtte fortsette i fremtiden også. Han nevnte også det nære forholdet hans familie hadde hatt til USA under krigen. Den andre talen ble holdt av borgermesterens leder for avdelingen for internasjonalt arbeid. Hun trakk frem mye av det samme håpet om fortsatt tett og godt samarbeid både innen økonomi, utdanning og forskning. Ett av høydepunktene var nok da mannskapet ble presentert. De høstet stor jubel. Etter fellesprogrammet fortsatte «festen» på markedsplassen. Det var et barneopplegg og det var litteraturpresentasjoner.

Det ble en flott fest og en staselig mottakelse for «Restauration», mannskap og de 200 årene.

Kvinnesolidaritet

Alle kjenner vi sanitetskvinnene. De har holdt på siden 1896 og er fortsatt i front for kvinners helse og trygge lokalsamfunn.

Tekst: Anne-Grethe Thesen Godal

Det er imponerende å se hva de får til, ikke minst når det gjelder alle pengene de samler inn til kvinnehelseforskningen ved salget av fastelavnsris.

For sanitetskvinnene handler kvinnesolidaritet også å vende blikket mot kvinner andre steder i verden. De vet at den norske kvinnekampen må fortsette. Samtidig må vi ikke glemme urettferdigheten andre steder.

Turid Solheim tok kontakt med Morte-pumpen for å gjøre kjent et praktisk prosjekt, der Stavangers sanitetskvinner håper at flere vil delta og bidra. En av de andre sanitetskvinnene Rønnaug Moen Pedersen hadde fått kontakt med organisasjonen Sister Solidarity som ble etablert i Asker i 2020. Organisasjonen har kontakt med to norske kvinner, bosatt i henholdsvis Gambia og Senegal. Disse kvinnene forteller den samme fortellingen.



Strikkegjengene. Foto: Ann-Mari Berg-Hagen.

Så snart kvinnene de møter i disse to landene, får menstruasjon, har de lite å hjelpe seg med. Bind har de verken råd til å kjøpe eller er knapt tilgjengelig. Det knyttes skam og redsel til at de ikke lenger er «rene og pene». Følgelig dropper de ut av skolen eller jobb og blir gående hjemme.

Sanitetskvinnene kan slå fast at mangel på utdanning og det å kunne klare seg selv, gir grunnlag for vold i nære relasjoner. Dette er rett og slett et menneskerettighetsproblem.

Sister Solidarity gleder seg over at sanitetskvinnene i Stavanger nå er i gang med å strikke lommer til bind og sy innlegg. Produksjonen er stor, og neste sending skal av gårde til Asker i mars 2026. Dette er noe sanitetskvinnene



Klar for sending til Gambia og Uganda.
Foto: Anne-Grethe Thesen Godal.

ønsker å fortsette med. Behovet for bind er umettelig. Strikkeglade kvinner oppfordres til å stille opp i Sanitetsforeningens lokaler i Madlaveien 13 annen hver onsdag fra kl 11 - 13.30. Bli med på en nyttig og sosial møteplass! Nærmere informasjon kan fås hos Rønnaug Moen Pedersen tlf. 92010815.

Her er menneskerettighets-utfordringer vi som samfunn og kommune kan måle oss mot:

Syv menneskerettighetsutfordringer

Vergemål og rettslig handleevne

Vold og seksuelle overgrep mot eldre

Tvungen helsehjelp

Aldersdiskriminering utenfor arbeidslivet

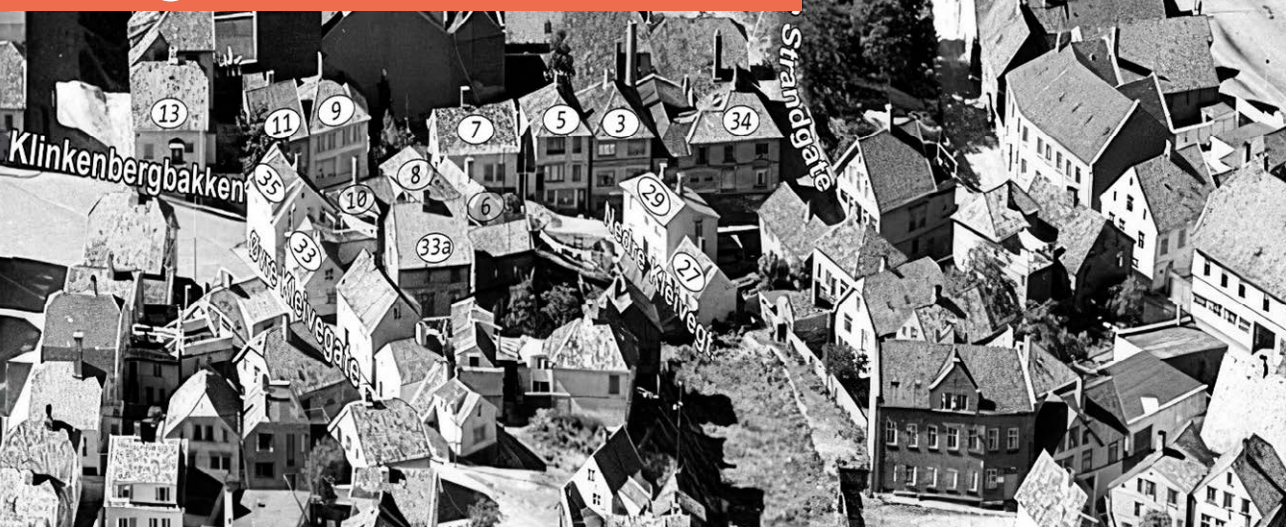
Universell utforming – informasjons-, kommunikasjons-, og tjenestetilgang

Helsehjelp, underernæring og uheldig legemiddelbruk

Eldre LHBTI-personers møte med helse- og omsorgstjenesten

Fra Anna Helle-Valla (phd psykolog) sitt foredrag på konferansen Velferd og Aldring på Sølverget 14.10.25

Klinkenbergbakken – gaten som forsvant



1952 Klinkenbergbakken utsnitt flyfoto med gatenavn og nummer. Illustrasjon: Jan Magne Sviland.

Tekst: Bente Borgen

Fra tidlig 1800-tall og fram til slutten av 1960-årene lå Klinkenbergbakken som en liten, bratt bakke midt i Stavanger sentrum. Den strakte seg fra Øvre Kleivegate – og ned mot Øvre Strandgate. Husene var enkle og lave, og ofte bygget tett inntil hverandre. Men bak de små dørene levde store liv. Her vokste generasjoner av sjøfolk, skomakere, seilmakere, tjenestepiker opp – mennesker som alle satte sitt preg på byen.

Så, i 1969, ble alt borte.

Byutviklingen krevde plass til svømme-

hall, kjøpesenter og modernitet. Klinkenbergbakken ble revet til grunnen. I dag finnes ikke et eneste fysisk spor igjen av gaten – bare minnene hos dem som en gang bodde der, og noen få fotografier i gamle album. Disse minnene har jeg brukt år på å samle. Resultatet er boka *Klinkenbergbakken – et levende miljø i 170 år* (Bookea), utgitt nå i høst.

Et møysommelig detektivarbeid

Å skrive historien om en gate som ikke lenger eksisterer, krever både tålmodighet og utholdenhet. Arbeidet begynte med folketellingen av

Gjennom omfattende research og en lidenskap for byens glemte historier har forfatter Bente Borgen hentet fram minnene fra en gate som for lengst er borte. Nå får menneskene i Klinkenbergbakken nytt liv i boken «Klinkenbergbakken – et levende miljø i 170 år» (Bookea, 2025).



1801, som ble selve utgangspunktet for jakten. Den gang fantes det ingen gater i vår betydning av ordet – bare bratte berg og små hus med registrerte brannnumre. Gjennom disse opplysningene fant jeg ut hvor husene lå og hvem som bodde der. Etter hvert fulgte jeg menneskene videre gjennom branntakster, pantebøker, folketellinger og kirkebøker.

Branntakstene fortalte hvordan husene så ut – fra små, tømrede boliger til større bygninger med to etasjer.

Pantebøkene avslørte hvem som eide hva, og hvilke lån og heftelser som fulgte med.

Folketellingene viste familier som flyttet inn og ut, og andre som ble værende i flere generasjoner. Kirkebøkene fortalte om livets store hendelser – dåp, bryllup og dødsfall. Etter hvert som dokumentene ble flere, begynte menneskene å tre fram. De fikk ansikter, historier og stemmer. Jeg kunne se hvordan de levde, hvordan de strevde – og hvordan livene deres hang sammen.

Stemmer fra fortiden

Jeg tok også kontakt med etterkommere av folk som hadde bodd i bakken. Gjennom intervjuer, bilder og muntlige minner ble historien enda mer levende. Noen hadde gamle album liggende i skuffer og skap. Andre husket fortellinger de selv hadde hørt som barn.

Flere av bildene i boka har aldri vært vist offentlig før. De viser mennesker på trappen foran husene, barn som leker, og hverdagsliv slik det faktisk var – tett, enkelt, men fullt av liv. Gjennom bildene og fortellingene fikk jeg et vindu inn i en hverdag som ellers ville vært glempt.

Et lite samfunn

Klinkenbergbakken var mer enn en gate – det var et eget lite samfunn. Her bodde mennesker fra ulike deler av Rogaland: fra Jæren, Høyland, Ryfylke og Egersund. De kom til Stavanger for arbeid – som sjøfolk, tømrere, skomakere, eller tjenestepiker – og mange ble værende i generasjoner. Familiene bodde i eller ved sine små kramboder og verksteder – ett hjem hadde bare ett rom. Til tross for de trange forholdene forteller kildene om et sterkt fellesskap.

Barna lekte i bakken og i bakhager, og de sprang mellom husene. Lukten av tjære og sjø blandet seg med maten fra små kjøkken. I bakgårdene tørket klærne på snorer mellom vinduene, og i vinduskarmer sto blomster.

Menneskene i bakken

Gjennom arbeidet trer flere tydelige skikkelser fram.

I nummer 5 åpnet **Karl O. Skjæveland** fra Høyland sitt skomakerverksted i 1913. Han spesialiserte seg på ortopediske sko og ble kjent som en mann med både presisjon og hjerte. For mange kunder betød arbeidet hans forskjellen mellom smerte og verdighet – og ikke sjelden unnlot han å ta betalt fra dem som slet økonomisk.



Karl O. Skjæveland
med stokk.

I nummer 3 drev **Knud Jensen Nygaard** butikk fra 1886. Han ble kalt «Pine-Knud» fordi han aldri ga kundene et gram mer enn de betalte for. Barna i gaten kastet gjerne en ett-øring inn i brevsprekken på ytterdøren. Så ropte de «Pine-Knud, Pine-Knud!» Så sprang de alt de kunne, mens den nøye handelsmannen ristet på hodet innenfor disken.

I Nedre Kleivegate 27 finner vi **Olava Monsen**, som begynte som tjenestepike for Alexander Kielland, men senere fikk lederstilling på Stavanger Dampkjøkken. Hennes historie viser hvordan kvinner fra enkle kår kunne klatre sosialt gjennom hardt arbeid og dyktighet. Hun vokste opp i det minste huset i bakken, Nedre Kleivegate 27, som kun var 30 kvm i grunnflate, med én lav etasje. Her bodde hun med sin utvidede familie – mor, besteforeldre og andre slektninger. Hun forteller i intervju til *Stavanger Aftenblad* i 1973 litt om hvordan Alexander Kielland var: «*Han kunne også bli sint, men da ba han om unnskyldning. Det var ganske unødvendig, for den gang var ikke en «tjenestepige» mye verdt sånn sett.*»

Ikke alle historier hadde en lykkelig slutt. I rettsprotokollene dukker **Jens Egenæs** opp – en mann som søkte skilsmisse etter et ulykkelig ekteskap. Dokumentene beskriver hans «uforligerlige samliv» og «tyranniske kone»; små glimt av menneskelige drama, skrevet i datidens saklige språk, men med følelser som fortsatt griper leseren.

Det bodde mange flotte, men i dag glemte mennesker i bakken i disse 170 årene jeg skriver om. **Thore Watne** ble f.eks. Stavanger museums første preparant. Han bodde i nummer 5 i to

tiår, preparerte og stoppet ut mange dyr og fugler. Beklageligvis kjente ikke museet i dag til preparanten; der visste man ikke at det var han som stoppet ut den mye omtalte *Håheller-bjørnen*, som ble steinet i Lysefjorden i 1885. Etter nitid leting fant jeg at det faktisk var Thore Watne som hadde klart å bevare bjørnen – et arbeid så godt utført at den fremdeles står utstilt på museet i dag. Men Thore forsvant i historiens mørke. Gjennom boken får han igjen sitt navn tilbake.

Dramatiserte minner – fortalt på stavangerdialekt

For å levendegjøre historiene har jeg dramatisert enkelte hendelser i boka – men alltid basert på faktiske kilder. Dialogene og scenene er skrevet på stavangerdialekt, noe som gjør minnene nærere. Et lite eksempel er fra 1870 der Stavangers første hermetikkfabrikk, HERMETEN omtales:

Karen Klinkenberg er blitt 62 år gammel, og ennå er det hun som er huseier av Klinkenbergbakken 7. Hun er begynt å se litt dårligere enn før, men følger ennå nøye med på det som skjer rundt seg, både i Klinkenbergbakken og også på den andre siden der hermetikkfabrikken nå er ferdig.

Hun liker det dårlig.

«De' va' møyje ber'e før,» hun setter seg ned ved vinduet og ser ut.

«Då hadde me' mark og berg her og heilt bårt te trykkerie' te' Kielland.»

«Ka' sieie du, mor?» Anders kommer med to kaffekopper i hånden.

«Ka e' de' så' va' bere' før?»

»Dårr komme jo opp hus øve' alt. Eg føle meste at eg komme te' å kveles av denn'her stora hermetiske fabrikken me' di store pibene.»⁵²

«Men de' va' jo du så solgte' markå te

Kiellandfamilien på Bjergene. Huske du ikkje de'? Du dreiv jo ikkje gården lenger, hadde ingen dyr og dyrka ikkje någe, derfor ga du itte når di der bårte ville kjøba mære og legga te eigendommen sin.»

Men Karen vil ikke høre på dette. Hun husker det nok, men har ikke lyst å få det repetert av sin sønn.

Når framskrittet kom

På 1960-tallet sto Stavanger midt i forandringen. Etterkrigstiden bar med seg troen på framskritt, modernitet og utvikling. Nye bygg skulle reise seg, og gamle trehus måtte vike. Klinkenbergbakken ble vurdert som «uhensiktsmessig» – bratt, slitt og upraktisk. Da planene om svømmehallen og kjøpesenteret kom, var det ikke mange som protesterte. Det var tidens ånd. Man trodde på betong og framskritt. Få tenkte på hva man mistet. For beboerne som måtte flytte, var det likevel et tap. Ikke bare mistet de husene sine, men også fellesskapet, tryggheten og minnene. Da gravemaskinene kom, ble en 170 år lang historie visket brått bort.

En bok som gjenreiser gaten

Gjennom boken om Klinkenbergbakken kan leseren gå gjennom gaten igjen – denne gangen i ord og bilder. De detaljerte historiene, illustrasjonene og fotografiene gjør at man nesten kan kjenne lukten av sjø samtidig som man hører barnas latter når de akker nedover bakken. Boken er skrevet i et enkelt, lettlest språk, slik at også de som ikke vanligvis leser lokalhistorie skal kunne glede seg over den. Den kombinerer faktabasert sakprosa med dramatiserte hendelser, alltid forankret i virkelige kilder.

Målet med boken har vært å skape et levende bilde av et miljø som ikke lenger finnes. Historien er ikke bare fortellingen om de store mennene og de viktige hendelsene, men også om dem som bygde byen i det stille – håndverkerne, sjøfolkene og kvinnene som fikk hverdagen til å gå rundt.

Lokalhistorien som spill

Klinkenbergbakken finnes ikke lenger på kartet. Men gjennom boken lever den videre som en del av Stavangers felles hukommelse. Lokalhistorie handler ikke bare om store menn, heller ikke bare om småting – men også om gater, hus og mennesker som for lengst er borte – om selve grunnmuren i samfunnet vårt. Lokalhistorie gir oss røtter. Den forteller oss hvor vi kommer fra, og hvem vi har vært og hvorfor vi ble som vi ble. Den gir perspektiv på hvordan livet har forandret seg – og hva som faktisk betyr noe.
bente.e.borgen@gmail.com
Tlf. 99 29 99 76



Kart over Klinkenbergbakken fra 1957 og 2025

Leie ut egen bolig? Dette må du vite

Det er mange som ser verdien av å leie ut hele eller deler av boligen sin, mens man selv bor i boligen, eller dersom man bor i utlandet eller i en fritidsbolig for en lengre periode.

Advokatfullmektig Oda H. Ramsland og advokat Ine M Bekkeheien

Som pensjonist kan man også oppleve at en enebolig kan bli for stor etter at barna har flyttet ut. Å leie ut egen bolig kan bidra til en kjærkommen ekstrainntekt, og til og med finansiære eksempelvis en ferie eller andre personlige drømmer.

Før man går i gang med utleien, anbefaler vi at man tenker gjennom hvordan skattereglene er for utleie, og sikrer at en leieavtale med leietakeren oppfyller krav i lovverket, og at den regulerer ulike økonomiske og praktiske utfordringer som kan oppstå i leieforholdet.

I denne artikkelen gir vi deg en innføring i hva du bør vite om skatt ved utleie av egen bolig, hvordan du sikrer at leieavtalen er i tråd med lovverket, og hvilke punkter i avtalen, som du bør tenke på før du inngår leieavtalen.

Skatteregler ved utleie av egen bolig

Som hovedregel er leieinntekter fra utleie av egen bolig skattepliktige, men skatteloven inneholder følgende unntak fra skatteplikten:

- Leieinntekten er ikke skattepliktig når leieforholdet varer sammenhengende i minst 30 dager, og eieren benytter minst halvparten av boligen til egen bruk, regnet etter utleieverdien.

- Leieinntekten er ikke skattepliktig når leieforholdet varer sammenhengende i minst 30 dager, og hele eller en større del av boligen leies ut for inntil 20 000 kroner i inntektsåret.

For at unntakene skal gjelde, må boligen være eierens *egen bolig*. Med dette menes at boligen skal være eierens helårsbolig, slik at disse unntakene ikke gjelder eksempelvis fritidsboliger, pendlerboliger og utleieboliger. Hvorvidt en bolig skal anses som skatteyterens *egen bolig* beror på en vurdering av bruken av boligen, og det avgjørende er om boligen i løpet av året kan anses for å ha vært eierens hjem.

Dersom eiendommen består av flere seksjoner, vurderes disse som hovedregel hver for seg med tanke på eierens egen bruk. Hvis eieren bruker to seksjoner som om det skulle vært en seksjon, har imidlertid praksis vært tilbøyelig til å se de to seksjonene under ett. Garasjer, boder og anneks som har en naturlig tilknytning til den utleide delen av boligen, kan også omfattes av unntaket. Dersom en slik bygning endrer karakter, for eksempel ved ombygging til frisørsalong, kan unntaket falle bort.

Det er også viktig å være klar over at dersom man driver en omfattende og hyppig utleie av sin egen bolig som

om skatteregler og leieavtaler



krever et høyt aktivitetsnivå for eieren, eksempelvis via Airbnb, kan denne utleien etter en nærmere vurdering bli ansett som skattepliktig utleie i næringsvirksomhet.

Mange anser en fritidsbolig som hjemmet sitt, men skattemessig er det et skille mellom en bolig og en fritidsbolig. For utleie av fritidsbolig regnes 85 % av leieinntekten som overstiger 15 000 kroner, som skattepliktig inntekt. Det er viktig å merke seg at hvis fritidsboligen brukes utelukkende til utleie, er hele leieinntekten skattepliktig.

For kortidsutleie av egen bolig, dvs. utleie under 30 dager, gjelder samme regel som for fritidsbolig: 85 % av inntektene over 15 000 kroner skattlegges.

Dersom leieinntekten er skattepliktig, har du rett til fradrag for utgifter og kostnader som er pådratt i forbindelse

med utleien. Det betyr at du kan trekke fra utgifter før skatten beregnes. Typisk er vedlikeholdskostnader fradragsberettigede, mens kostnader til påkostninger, er ikke fradragsberettigete. Med påkostninger menes forbedringer som øker boligens standard eller endrer dens funksjon. I tillegg kan du få fradrag for kommunale avgifter, eiendomsskatt, forsikringer, strøm og oppvarming (dersom du betaler dette), samt utgifter til renhold, møbler og innbo som er nødvendige for utleien.

Hva bør inkluderes i en leieavtale?

Når du skal leie ut boligen din, er det viktig å sørge for å ha på plass en god leieavtale med leietaker. En tydelig og gjennomtenkt skriftlig leieavtale gir trygghet for begge parter hvis det senere skulle oppstå uenigheter om leieforholdet.

Ved utarbeidelse av en leieavtale til boligformål er husleieloven ufravikelig. Dette betyr at rettigheter og plikter i leieavtalen må være i tråd med loven, selv om utleier og leietaker skulle ønske å avtale noe annet. Vi anbefaler dere derfor å bruke oppdaterte standardavtaler, og kontakte advokat eller jurist ved behov for bistand.

Innholdet i leieavtalen vil variere avhengig av hvilken bolig som leies ut og hva som er mest hensiktsmessig i den konkrete situasjonen, men det finnes enkelte sentrale punkter som bør vurderes. I det følgende ser vi nærmere på disse, samt gir råd ved avtaleinngåelsen.

Den avtalte leiesummen skal fremgå av leieavtalen. Ved fastsettelsen av leien, må man ta utgangspunkt i markedsleien på lignende boliger, da husleieloven beskytter leietakere mot urimelige leiepriser. Videre bør leieavtalen regulere om leietaker skal dekke kostnader til f.eks. strøm og internett. Det er imidlertid ikke tillatt å pålegge leietaker å betale kommunale avgifter eller lignende, da dette ikke er hjemlet i husleieloven.

Det kan avtales at leietaker stiller sikkerhet i form av depositum, men dette kan ikke overstige seks måneders leie. Det vanligste er et depositum som tilsvarer tre månedsleier. Det er viktig at depositumet plasseres på en særskilt depositumkonto, for å unngå at depositumet blandes med utleiers egne midler. Utleier kan for eksempel ikke sette pengene inn på sin private brukskonto.

Det bør videre tas inn en klausul i leieavtalen som gir utleier rett til å kreve

utkastelse ved manglende betaling av leien.

Leieavtaler kan enten være tidsbestemte eller tidsubestemte. For bolig er det som hovedregel ikke tillatt med tidsbestemte leieavtaler som er kortere enn tre år, med unntak for blant annet lofts- og sokkelleiligheter, hvor ett år kan avtales. En tidsbestemt avtale opphører automatisk ved utløp, uten oppsigelse. Tidsubestemte avtaler kan sies opp av utleier, men krever enten en saklig grunn, at oppsigelse skyldes at man skal bruke boligen selv, mislighold fra leietaker (eks. betalingsmislighold) eller planlagt riving/ombygging. Utleier får større kontroll over leieforholdet ved å velge tidsbestemt avtale.

For å unngå tvister om utleieboligens tilstand ved utflytting, bør man dokumentere tilstanden ved innflytting, for eksempel ved en tilstandsrapport, eller ved en overtakelsesprotokoll som fylles ut sammen med leietaker ved innflytting. Dersom boligen er møblert, kan det også være nyttig med en inventarliste. Vi anbefaler at utleier sørger for at bygningen er forsikret. Det kan også være en ekstra trygghet å undersøke leietakers referanser og betalingsevne før en leieavtale inngås.

Som vi har beskrevet ovenfor, krever utleie av egen bolig oversikt over gjeldende skatteregler og en god leieavtale. Det lønner seg å sette seg inn i både skatteregler og husleieloven før man inngår en leieavtale. Med en godt utformet leieavtale i tråd med regelverket, vil man unngå uforutsette utfordringer etter leieavtalen er inngått, og samtidig sikre en god økonomisk gevinst av utleien.

Pensjonist og pistolskytter – mer vanlig enn du tror?

– Pistolskyting forebygger grevinneheng, påstår Kurt Harald Aase hardnakket. Han har invitert tidligere kolleger i DFØs («Direktoratet for forvaltning og økonomistyring») pensjonistklubb til prøveskyting med luftpistol hos Stavanger Pistolklubb en regnfull tirsdag i oktober.

Tekst: Kurt Harald Aase.

Påstanden møtes med lattermild skepsis rundt bordet, men flere har fått øynene opp for en sport de fra før hadde lite kjennskap til.

– Kjekt å prøve noe nytt, sier Wenche Skjæveland. Hun har ledet pensjonistklubben i DFØs lønnsdivisjon siden starten for et år siden. Klubben er aktiv og samles om ulike arrangementer og turer hver måned. Hun synes det var spennende å prøve pistolskyting, og fint å kjenne på mestringsfølelsen det ga. Johanne Kjelle vold hadde ikke skutt med luftpistol før, men er klar på at dette ga mersmak. Jorunn Finnestad er helt enig. Hun har et barnebarn i Stavanger Pistolklubb, Isabella Finnestad Brandsø, som i vår tok sølv i klassen ungdom 16 på landsstevnet.

Kjelle vold og Finnestad er ikke alene om å finne veien til skytesporten. Både Stavanger Pistolklubb og andre sportsskytterklubber merker økende interesse fra folk i alle aldre. Stavanger Pistolklubb har tatt konsekvensen av dette og, godt hjulpet av sponsormidler fra Gjensidigestiftelsen, har klubben startet en kampanje hvor seniorer er målgruppen. Formålet med kampanjen



Randi Asserson Braaten (nærmest), Johanne Kjelle vold og Jorunn Finnestad har inntatt skytestilling og korrigerer siktebildet før skuddet går. (Foto: Wenche Skjæveland)

er å aktivisere seniorene ved å tilby trening, mestring og felles idrettsglede. I opplegget inngår introduksjonskurs til luftpistol, mulighet for trening med hjelp fra veiledere to ganger i uken, månedlig temakveld med trening og pizza, samt oppfølging av de som etter hvert vil prøve seg i skytekonkurranser. >>>

Interesserte kan kontakte Stavanger Pistolklubb på kurs@stavangerpk.no.

Stavanger Pistolklubb holder til i fjellhallen «Blåsenborg» i Nedre Dalgate 47 på Storhaug. Klubben har åpent hver tirsdag og torsdag i skoleåret kl. 18.00 – 20.30 for alle som ønsker å lære mer om sportsskyting. Klubben ble stiftet i 1932, har i dag 350 medlemmer i alderen 10 – 80 år og driver aktivt på alle nivåer fra nybegynner til nasjonalt toppnivå.



Den gode drøsen er en viktig del av skytesporten. Fra venstre: Jorunn Finnestad, Randi Asserson Braaten, Brit Njå, Wenche Skjæveland, Johanne Kjelle vold og Siri Lima. (Foto: Bodhild Heia)



Pistolskyting er en konsentrasjonssport, noe Bodhild Heia her demonstrerer. (Foto: Kurt Harald Aase)

Johannes Skole

Tekst: Reidar Frafjord

Skolehistorien i Stavanger går tilbake til midten av 1200-tallet da katedralskolen nevnes. Egen bygning fikk denne skolen omkring 1320, i skråningen mellom Domkirkens kor og Skolebekken. Den var bygget av stein og ble brukt i hele 500 år; etter 1682 også som latinskole og fattigskole, som fra 1816 ble kalt for Almueskole. I 1839 ble så den eldgamle steinbygningen revet, og en større, toetasjes bygning av tre ble reist på samme tomt og grunnmur. Den nye bygningen ble innviet som Domkirkens Almueskole den 15. mars i 1843.

Undervisningstiden for guttene i sommerhalvåret var fra kl. 07 – 11, mens de om vinteren gikk på skolen fra kl. 09-12. Pikenes skoledag var fra kl. 13-16, men de måtte ofte slutte tidligere pga. mørket i vinterhalvåret. Hver lærer hadde en pikeklasse og



en gutteklasse på opptil 100 elever og arbeidet på skolen fra kl. 07 – 16. Klasserommene var uten kunstig lys, slik at ungene var avhengige av dagslys for å kunne arbeide.

På 1840 – tallet hadde Almueskolen ca. 400 elever, i 1850 ca. 800 og i 1860 omkring 1.500. Almueskolen kaltes også for religionsskole hvor kristendomspensumet var det viktigste. Nytestamentet ble benyttet som lesebok, og elevene lærte seg også litt grammatikk, Norgeshistorie og koralsang. Når elevene skulle skrive, strødde læreren sand på bordet, og ungene fikk hver sin jerngriffel som de skrev med. Senere fikk de skrivetavle og griffel, og når de etter hvert mestret skrivekunsten, fikk de penn og blekk og skrev på papir.

Almueskolen var først og fremst en skole for det fattiges barn, og det innebar nok en sosial fordømmelse å være elev her. De kom fra Sandvigen, Honnahaugen på nedsiden av Løkkeveien, Strandgatene, Kleivå, Blåsenborg og Lervig. Den sterke befolkningstilveksten i Stavanger, med utvidelser av bygrensen og det forhold at flere og flere skjønnte at kunnskap kunne være nøkkelen til en bedre fremtid, representerte utfordringer i form av økende rombehov.

Elevene måtte derfor fordeles til ulike lokaliteter i tillegg til skolen ved kirken. En gammel tanke om å flytte Domkirkens Almueskole dukket nå opp igjen og ble til sist realisert. I 1879 ble skolen revet og materialene benyttet til den nye Østre skole - i 1890 omdøpt til Johannes skole - på Nymansmarken. I 1893 fikk denne



skolen en særskilt gymnastikkbygning, og ovenpå gymnastikksalen ble det innredet sløydrom. Og året etter fikk skolen et tilbygg som gav fire nye klasserom. På denne tiden hadde Johannes skole et elevtall på 830 !

Som følge av synkende elevtall i den tidligere Johannes krets, ble skolen fra 1970 nedlagt som grunnskole, og elevene overført til Nylund og Storhaug skoler. Men lokalene har helt siden dette året vært benyttet til forskjellige andre skoleformål. Bygget har bl.a. vært brukt av Rogaland Distriktshøgskole. Senere ble det skole og dagsenter for psykisk utviklingshemmede barn til 1986. Da ble det etablert et tilbud for fremmedspråklige elever på Johannes, og siden fikk vi Johannes Voksenopplæringssenter og Stavanger kommunes skole for voksenopplæring, rettet både mot innfødte og tilflyttere.

Sistehjelpskurs – hva er det?

De fleste av oss vet at førstehjelpskurs er viktig å ha. Men hva med sistehjelpskurs; hva er det? Er dette noe som jeg trenger?

Tekst: Ragnhild Valand

«Noen av oss har fått bruk for første-hjelpskurs. Men alle får bruk for siste-hjelpskurs», sier Gro Skartveit, fagleder ved Emmaus frivilligsentral. Hun forteller at Verdighetssenteret i Bergen har startet opp sistehjelpskurs flere steder i landet. De tok kontakt med Stavanger kommune fordi de også ønsket å starte kurs i Stavanger. De hadde behov for noen å samarbeide med, og frivilligsentralene Emmaus og Finnøy tok gladelig imot utfordringen.

Hva er egentlig sistehjelpskurs?

Å møte mennesker i livets siste fase, kan for mange av oss kjennes utfordrende. Tidligere var døden en naturlig del av hverdagen. Dette har gradvis forandret seg og de fleste dør nå på institusjon.

«Ved å tilby Sistehjelpskurs forsøker vi å gjenvinne denne kunnskapen i befolkningen. På sammen måte som du tar et førstehjelpskurs, lærer du her hva du kan bidra med når noen går inn i den siste fasen av livet. Kurset blir formidlet av to kursledere og består av forelesninger, praktiske øvelser og refleksjoner. Kurset er først og fremst for deg som er venn, nabo eller pårørende til en som er i livets siste fase. Men det er mange helsepersonell som også er interessert i, og har tatt, kurset» sier Ragnhild Valand fagleder fra Finnøy frivilligsentral.

Kurset, som er gratis, består av 4 moduler på 45 minutt:

1. Døden – en del av livet
2. Plan for fremtiden
3. Å lindre
4. Å ta farvel

«Selv om møte med døden er et alvorlig tema, så har dette vært veldig fine samlinger med både samtaler og praktiske øvelser. Vi må våge å ta opp tema som gjør at vi kan hjelpe hverandre når livet kan være krevende. Og døden er noe alle skal møte» sier Gro Skartveit og legger til «Jeg har mistet flere nære pårørende, og jeg skulle ønske at jeg hadde denne kunnskapen fra kurset da. Så dette kurset er ikke bare for de som er i en «akutt» fase før døden. Kurset kan være viktig når en er glad i noen som har alvorlig sykdom eller gamle foreldre». Hun understreker at kurset også er for venner av den som skal dø.

«Å få være med og bygge opp dette viktige tilbudet har vært veldig kjekt, særlig siden tilbakemeldingene fra deltakerne har vært så positive» sier Ragnhild Valand. Hun forteller at det har vært tre kurs dette året i tillegg til et kurslederkurs i november. Fra neste år vil det bli flere kurs drevet av frivillige i samarbeid med frivilligsentralene og verdighetssenteret.



Det er to frivillige med på hvert kurs, en av disse er utdannet helsepersonell. Det er ikke satt opp kursdatoer for neste år enda, men en tar sikte på at det blir et kurs i januar/februar.

Hvis du ønsker å være med på et sistehjelpskurs så meld din interesse til gro.skartveit@stavanger.kommune.no Du kan også lese meir om kurset på www.sistehjelp.no

«Mortepumpen» – Utgivelsesdatoer og innleveringsfrister 2026

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



Utgivelsesplan 2026:

	Nr. 1/26	Nr. 2/26	Nr. 3/26	Nr. 4/26
Innleveringsfrist til redaksjonen	20. januar	24. april	21. august	23. oktober
Utgivelsesdato	27. februar	8. juni	25. september	2. desember

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

Forberedelser til Ombofestivalen

Rekogniseringstur te Bandåsen. Tekst: Henrik Paaske. Illustrasjon: Johs Ringås

Personane: Hjalmar Hylen, Karl Ivar, Billy Nessa, Alf (Affen) og Kyden (Kurt)

Scene 1

Ved frokostbordet hos Karl Ivar og Malala

«Ka e den høgaste toppen i byen?»
spør Karl Ivar i det han tørke seg
fornødde ront moen itte å ha svelt ner
den siste skjevå med det hjemmalagte
plommesyltetøyet te Malala.

«Vålandstårnet,» kom det kontant fra
Jarle.

«Feil.»

«Ullandhaug då?»

«Feil igjen.»

«Då må det vera Dalsnuten,» sa Jarle
nokså øvebeviste om at det måtte jo vera
rektigt.

«Dalsnuten ligge jo i Sandnes!» sa
Billien i det han kikte opp å himla med
auene.

«Nei, det e Bandåsen her på Ombo,» sa
Karl Ivar stolte.

«Men Ombo ligge jo ikje i Stavanger,»
sa Jarle.

«Jo, så menn om den gjør,» sa Karl
Ivar. «Finnøy kommune blei slådde
samen med Stavanger for flerne år
siden. Og Ombo hørte te Finnøy
kommune før det.» - «Så Bandåsen på
515 meter øve havet e - tro det eller ei -
den høgaste toppen i Stavanger!»

«Se her,» sa Karl Ivar i det han bretta
ud kartet øve Ombo på spisebordet.

«Der Hjalmar,» sa han og pekte på
Bandåsen og området nerforbi.

«Der e Bandåsen og området for
Ombofestivalen.»



«Ka seie dåkker?» - «Ska me
rekognisera litt og klatra opp på
Bandåsen sånn at dåkker får se
festivalområdet ovanfira?» - «Me tar
me kaffi, någon pylser, sennep, ketchup,
potetiskagar og någon Nero sjokolader.»
- «Når me komme opp på toppen, fyre
me opp et lide bål og steige pylser.» -
«Så sleppe me laus heilt usensurert adle
tankane me har i håvet om koss me vil
at festivalen ska bli,» sa Karl Ivar med
store auer så lyste.»

«Goe idé!» seie Billien og Affen i kor.

Scene 2

«Har du våre på Ombo før Hjalmar?»
spurte Karl Ivar i det di tog seg ein pust

i bakken på vei opp mod toppen av Bandåsen.

«Ja, mange ganger,» svarte Hjalmar i det han retta på hestehalen og kikte udøve heila halla festivalområde nerforbi. - «Eg hadde ei tante som bodde innforbi Skiparvik, ikje så langt fra gården din» - «Som guttunge besøkte me henne kver sommar.» - «Eg huske at me alltid fekk me oss plommer når med besøkte na på seinsommaren.» - «Hu lagte og plommesyltetøy.» - «Det va minst liga godt så Malala sitt.» - «Og vett dokker koffor?» - «Nei!» sa Billien og Affen i kor.

«Jo allså,» sa Hjalmar i det han bøyde seg litt framøve mod di andre. «Tantå mi hadde lert av biologileraren si på Kongsgård, at hu sko blanda litt taremell inn i plommesyltetøiet.» - «Han va svere å laga syltetøi, så derfor hørte hu på han, og gjor så han sa.» - «Så hvis du ser ein mann så går å samle tang og tare på ein av strendene på Jæren, kan det godt vera han.»

«Så eg har sakta våre mange ganger på Ombo.» - «På Bandåsen og.» - «Spesielt i påsken gjekk me titt opp på Bandåsen.» - «Det e ein gammale tradisjon på Ombo blei eg fortalde seinare.» - «Han går tebage te før Svartedauen,» sa Hjalmar. «I Vikingtidå vett dåkker, va Bandåsen ein av vardene langs skipsleiå di brant bål på når kongen ville de sko mobilisera leidangen, den gamle marinenflåden te kongen.» - «Så Bandåsen har våre ein kjende topp lenge.» sa Hjalmar.

«Kor e Kyden henne?» spurte Billien i det han kikte nerøve stien som snodde seg oppigjønå liå .

«Han komme, men han trenge tid, for han har ein del å dra på, vett dåkker,» sa Affen. «Han e jo ikje sønn av morå si for

ingenting.» - «På 50-tallet jobde jo hu som verdens tjokkaste dama på sirkus Arnardo.» - «På det sveraste va hu minst tri ganger større enn E Solberg.» - «Det va såvidt hu klarte å gå.»

«Ja, det må ha våre litt av et syn!» sa Billien - «Verdens tjokkaste dame!»

«Men der komme han,» sa Jarle.

Itte ei liden pause så Kyden fekk pusten igjen, gjekk di vidare oppøve. Itte tjue minutter te va di øve tregrensen. Fra då av va det ikje langt te toppen. Det fysta di gjorde va å skriva seg inn i bogå samen med adle di andre så hadde våre der. Et fjell va det jo ikje akkurat - det var mer som ein graskledde haug med litt lyng her og der. Så sjøl om det ikje va Everest, va det uansett Stavanger sin høgaste topp. Det ska di Ombo ha.

Karl Ivar samla någen kvistar og la innnte ein stein før han tende på. Så drog han opp fra ryggsekken termosene, pylsene, sennepen, ketchupen, potetiskagene og te slutt Nero sjokoladene, og slo seg te i lyngen på sia av bålet.

«Kaffi,» ropte han te di andre som så dilta bort te Karl Ivar og slo seg ner i lyngen di og.

Adle unntagen Hjalmar.

Han kjende eimen av skog og mark og sugde inn den friska loftå. Han kikte udøve. Hjalmar trilta seg ein Tiedemanns Rød Mix, tende på og tog seg et skikkelige drag. Itte et lide bel, strømde røygen ud av både moen og begge naseborene så heile halla håvet blei innhylla i røyg. Der sto han og lod magadraget få virka på heila seg. Onna seg såg han markane der Ombofestivalen

sko ver. Han lyfta blikket og speida udøve. Sjernarøyane og di andre øyane i Ryfylkebassenget låg der grønne og frodige. Og langt udi havet Kvitsøyane. Han snudde seg langsomt og såg litt itte litt heila halle Ryfylke me Foreneset, Skaulen, Snønuten, Dyraheiå, Vormelandsheiå og Reinarnuten. Ittekvart så røygen fekk kroppen te å slappa mer og mer av itte klatringå opp te Bandåsen, såg han for seg då han og Kyden og di andre i 1971 sto på plattingå foran Byhaugkaféen ein seine septemberkveld i det ei ildrøe sol gjekk ner udi havet bag Håsteinen. Der sto di å kikte ner på Little Stokkavatn, for di sko planlegga Woodstokkafestivalen i juli året ittepå.

«Svanene, endene og foglana då?» - «Ka gjørr me med di?» huskte han Kyden hadde spurt om då di hadde bestemt seg for å plankelegga heila vatnet. Seinare då di nesten va ferige med plankeleggingå, minst han tydeligt at Kyden fyrte av någen skudd i loftå med haglå te faren. Adle foglane i vatnet letta og føyg ner te Store Stokkavatn. Der va di så lenge festivalen varte. Då de hadde fjerna plankane på vatnet då festivalen va øve, gjekk Kyden ner med haglå te Store Stokkavatnet, og fyrte av någen salvar. Og vips så føyg svanene, endene og de andre foglane tebage te Litla Stokkavatn. Adle va fornødde - både foglane og Kyden og di.

Hjalmar tog et siste magadrag av røygen og lod røygen strømmen ner i longene før han blåst 'an kraftigt og lenge ud av moen og naseborene. Så stompt 'an røygen i varden, og la stepsen onna ein stein. Han reiste seg opp, retta på hestehalen og såg plutselig for seg då The

Who i 1972 spelte My generation.

Adle damene som va samle foran scenen hadde i kåtheden som rytmen og stemningå skapte, heve av seg behåene. Di danste hallnagne sånn at vokalisten Roger Daltry blei forvirra og mesten kom ud av syngingå. Det e derfor folk hørre på LP'en «The Who live at Woodstocka» at han stamme når han synge My Generation. - «Mai, mai, mai generation,» syng 'an. Og han såg og for seg då Pete Townsend gjekk fram te kanten av scenå då de va ferige å spela, og heiv Gibson gitaren sin te 70 000 kroner te fansen som takk for stemninga og den livgivande dansingå te ungmøyene foran scenå.

«Ví 'kje du og Hjalmar ha kaffi og ei pylsa eller to?» ropte Karl Ivar.

«Jo, eg komme,» svarte Hjalmar, men det tog litt tid for han å komma ud av feelingå då han gjenopplevde Roger Daltry, Pete Townsend og adle de kåde guttane som danste med di halvnagne og livsglade ungmøyene itte rytmen te My Generation på Woodstocka festivalen i 1972.

«For meg holde det med kaffi, ei pylsa med alt, og ein Nero,» sa han.

«Der e 'kje flerne Neroer igjen,» sa Billien, «for me spiste sjokoladane fysts.»

«Jo, der e ein igjen te deg og,» sa Affen, «for eg holdt av ein te deg.»

«Fine!» sa Hjalmar.

Scene 3

«Koss har dåkker tenkt å gjørr det me å få alt klart te festivalen?» spurte Hjalmar.

«Jo, alsså,» sa Karl Ivar. «I år ska me bygga ein scene som kan stå någen år istedenfor di me har lagt te nå.» -

«Eg drive jo som dokker vett, med

kjøb og salg av gamle bildekk, - ja te traktorar, sykklar og mopedar og, - all slags dekk handle eg med.» - «Så her i vår kom eg øve 1000 gamle udsledne dekk som eg fekk krypt for ein slikk og ingenting nerme Egersund. I Tengs for å vera nøyaktige.» - «Dåkker vett at når ein komme ud av svingen der kor Tengselvå renne ud i fjorden ligge der ein nerlagde bensinstasjon.» - «Der på sørsiå av bensinstasjonen ligge dekkå.» - «Eg tenke me kan bruga di dekkå te å bygga opp ei svere scene som gjynge litt når bandå spele.» - «Det komme te å bli heilt konge!»

«Ska di så spele stå på bildekkå?» spurte Billien vanntro.

«Ne-ei,» seie Karl Ivar. «Kan skjynna di ska ´kje stå rett på dekkå,» - «Me legge jo plank oppå sånn at scenå blir i vadder - heilt plane»

«Plankane då?» spurte Affen. «Kor ska me få di ifra?»

«Jo, allså,» sa Karl Ivar i det han strøyk seg øve den itte kvert tynnhåra skallen sin, og lende seg framøve for å leggja tyngde te det han sko sei.

«Onkelen min inne i Vats, øvetog masse plank itte di bygde Condeep plattformane på 80 talet.» - «Han har så møyje plank at han ane ikkje ka han ska gjørr med di.» - «Så hos han kan me få så møyje plank med bare måtte ønska.»

«Men koss ska me få frakta di te Ombo då?» skøyd Affen inn.

«Har du hørt om helikopter?» parerte Karl Ivar i det han kikte domt på han.

«Kjenne du någen så har helikopter då?» spurte Billien.

«Far min har helikopter,» sa Kyden - «Og han vil sikkert syns det ville vera stas å frakta plankane fra Vats te Ombo.»

«Ja vel,» sa Hjalmar i det han strøyk seg øve den skjeggete kjagå si, og kikte konsentrert på adle di andre der di satt i lyngen på toppen av Bandåsen, og tygde i seg pylser med alt.

«Eg hørre at dåkker har kontroll på scenå, bortsett fra koss dekkå fra den nerlagde tappestasjonen ved Tengselvå ska fraktast te Ombo og opp te der dåkker vil ha scenå.» - «Men det orne seg vel det og,» tenke eg.

«Men eg spørr meg koss dåkker tenke logistikken så har med staben, med billettsalget, kor bandå ska innlosjerast, leie av området, kor folk skal telte henne, kor di ska parkera campingvognene og bobilane sine, kor folk ska kunna kjøba og spisa mad, og ka slags mad dåkker vil tilby, kor toalettene ska vera, kem som ska tymma di og kor, ka slags spin off arrangementer dåkker vil legg ´opp te. I det heila tatt.» - «Og ka med pressen og media?» - «Koss har dåkker tenkt å håndtera di?»

«Det va møyje på ein gang,» sa Karl Ivar så hadde fått någen svetteperler onna nasen mens Hjalmar ramste opp alt så må ornast.

«Det må me ta i kveld når me komme ner te gården igjen, for nå begynne det å ble litt hustrigt her opp syns eg,» sa Karl Ivar.

«Enige,» sa Billien og Affen i kor.

«Eg åg e enige,» skjøyd Kyden inn.

«Ja vel,» - sa Karl Ivar. «Då e det bare å pissa på bålet, ta med båset og potla oss nerigjønå liå.»

«Mon tro om me får komler te middag i dag og, - eller någe aent godt?» tenkte Affen med seg sjøl då de snudde ryggen te varden på Bandåsen og la i vei nerigjønå samene med de andre.



Også disse husene i Tårngata ble revet for å gi plass til Høyblokken i Pedersgata. Utenfor billedrammen til v. lå den elektriske forretningen til Ommundsen og Trodal AS i Pedersgata.

Fotograf Olav Johannes Haaland

Av GUNNAR A. SKADBERG

Jeg tror der er få stavangere som i dag kjenner navnet til fotograf Olav Johannes Haaland. Han bodde i Stavanger fra 1917 til 2006, og han var sønn av typograf Mikal Haaland (f. i Sola i 1886) og Signe Marie Våland (f. på Våland i 1889). Olav Johannes var yngst av fire brødre: Karsten Lorentz (1910), Manfred (1912), og Sigurd Oliver (1914). Familien Haaland bodde i Lille Skippergate 8 gjennom guttenes barndom.

Under andre verdenskrig ble Mikal Haaland beordret av «vernemakten» å dra til Finnes helt nord i Finnmark for å

reparere uniformene til tyske soldater. Påkjenningene for Haaland var så stor at han aldri overkom belastningen på psyken, og for resten av livet ble han plassert på ulike gårder på Jæren. Olav Johannes ble da sendt til et opphold på Lindum i Suldal slik at moren ble i stand til å skaffe penger og mat til seg selv og sine tre eldste sønner i Stavanger.

Olav Johannes Haaland fotografert i ungdommen.





Huset til venstre er revet, men hadde på 1950-tallet adresse Øvre Blåsenborg. De to nederste husene har adresse Pedersgata 14 og 16.



Pedersgt. 26, 24, 22, 20.



Til høyre på dette fotoet går Nedre Dalgate og mot venstre Tårngata. I dag ligger Høyhuset i Pedersgate her.



St. Hansgaten mot Verksgaten. Til venstre ligger St. Hansgt. 7, 5, 3 og 1.

Vel hjemme i Stavanger skaffet Olav seg utdannelse som dameskredder med verksted i Biskop Reinalds gate 9 på Våland. Men han var hele tiden også opptatt av å fotografere med sitt kasseapparat. Etter at Olaf Ellingsen (1910-1981) hadde fått overta Fotomagasinet i Stavanger i 1946, fikk Olav Haaland jobb i denne butikken som fotograf.

Men ved siden av jobben tok Haaland flere fotografier fra sitt barndomsland i Østre bydel, fotografier som forteller sin egen historie om hvordan byens hus og bygninger har endret seg i løpet av de siste 75 årene. Fotoene har jeg fått avfotografere hos Olav Haalands datter Berit Sønøve Meihack på Finnøy.

Ut av ekkokammer, inn i fellesskapet

Da jeg ble alene, føltes det som jeg levde i mitt eget ekkokammer, sier en av deltakerne i diskusjonsgruppen som møtes annenhver mandag hos Skipper Worse Ledaal. Slik er det nok for mange av oss eldre: vi savner interessante og lærerike utvekslinger av tanker, ideer, oppfatninger, argumenter.

Av Nina Tjomsland (tekst) og Bente Hildeng Næss (foto)

Men det går an å oppsøke en slik arena. Denne gruppen ble til for mange, mange år siden, og betyr så mye for de 12 medlemmene at de gjerne selv ordner sammenkomster i de få ukene da senteret har mindre aktivitet. Aldersspennet er stort, og nettopp det, sammen med alle forskjellene i bakgrunn, legning, interesser og yrkeserfaring gjør slike utvekslinger så rike: her vil alltid synspunkter og argumenter komme fram som kan være nye for mange, utdype, vekke ettertanke – og kanskje til og med føre til justeringer av egne meninger.

Alle stemmer blir hørt

-Dette er like mye samtaler som debatter, og den enkelte bestemmer emner, presiserer Bente Hildeng Næss. Hun er nå i sitt andre hele år som leder, og etter et langt yrkesliv i skolen håndterer hun dette finslig og ryddig: alle slipper til etter tur, og hun passer vennlig og bestemt på at en replikk holder seg til saken uten å skli ut.

De fleste har vært med lenge, og det er tydelig at de trives sammen. Det innarvede mønsteret er at de er sammen i to timer, og tar en pause etter en time

– kafeen har jo alltid mye godt å by på. Praten går like livlig – og Bente kommer med et lite innspill i et hjørne: gjennom alle årene i skolen følte hun at hun hadde mislyktes hvis de ikke også hadde ledd i timen, og for henne er det slik her også

Valgkamp – på godt og vondt

Under vårt besøk var valgkampen i siste innspurt, og kom selvfølgelig fram på forskjellig vis. Noen hadde med artikler fra Stavanger Aftenblad og gledet seg når de følte at skribenten var flink til å uttrykke seg, mens andre lurte på om vi nå nødvendigvis må mene noe hele tiden. Oppfatningene var godt variert, også her: noen syntes utvekslingene var friskere enn de kunne huske fra tidligere runder, ganske underholdende og spennende, de syntes politikken kom godt fram, mens andre holdt på at debattantene kunne være ganske stygge mot hverandre – «kanskje kan de være litt inspirert av Trump?» En annen deltaker synes valgkampanjen kunne bli for mye underholdning – her er jo mer enn nok å virkelig ta fatt i.

Dagsentre er viktige

Avisen hadde også gjennom flere uker



Fra høyre mot venstre: Marit Rugland, Liv Bodil Kallelid, Else Sofie Olsen, Marit Lund, Per Svanes, Marthe Kolstad.



Fra venstre mot høyre: Kirsten Forfang, Bitten Falch, Svanhild Sommerhaug, Conny Chairman, Bente H Næss, Liv Astrid Mjelde.

trukket fram alvorlige problemer i eldresituasjonen i byen – noe som naturlig nok førte til synspunkter om pengebruken i kommunen. Hva om bruksområder kunne rokkeres når SUS er flyttet ut fra Våland? Antall demente øker raskt – men de fleste av oss har vel lyst til å bli hjemme lengst mulig, tror mange, som også enes om at dagsentrene er en veldig positiv del av systemet. – Vi må ikke glemme at uten alle hjelpearbeiderne som ikke er født i Norge, hadde vi vært virkelig ille ute. Over alt i samfunnet er det altfor få folk. De forskjellige politiske konstellasjonene har styrt etter tur, men ingen har fått dette til.

Skolebarn og boliger og «ikke gi opp»

Samtalen hopper videre, via prøveordninger med at skolebarn skal rydde og eventuelt gjøre rent i

klasserommet, og det mange føler er total svikt i boligpolitikken i dag – «i etterkrigsårene ble det bygget enkle, praktiske boliger som folk hadde råd til, mens nå er det utenkelig for en hjelpearbeider på sykehus å skaffe seg sitt eget.»

Spørsmålene er gitt: «må vi stå opp og protestere? Nytt det å stå på torget med plakater? Vi må ikke bare gi opp! Hvis vi ikke gjør det, er det ikke lenge før demokratiet forsvinner!»

Hva med IT?

En deltaker som er fullstendig hjemme i teknikken, smiler ved tanken på å ha en robot, «en kjekk liten tass til snakke med, og få svar». Det var noe å tygge på... Men akkurat her og nå ville ingen robot kunne måle seg med det denne gruppen har: Et åpent varmt og lyttende fellesskap. Med en herlig sans for humor.

Feiringen av FNs eldredag

1. oktober

Tradisjonen tro hadde kommunens Eldreråd invitert til feiringen av eldredagen på Skipper Wors Ledaal. Vi ble ønsket velkommen av lederen Marianne Kvadsheim. Hun minnet oss om årets tema: **Aldring med verdighet**

Tekst og foto: Anne-Grethe Thesen Godal

Kvelden ble åpnet feiende flott med korsang av koret Korallene. Ekteparet Liv Husmyr Særheim og Kåre Særheim var henholdsvis dirigent og pianist.

Så var det ordfører Tormod Wilson Losnedal som skulle røpe hvem som hadde blitt valgt av Eldrerådet som Årets pensjonist 2024. Begrunnelsen fra Utdanningsforbundet ble lest opp av ordføreren. For de som kjenner Ellinor G. Bryne var nok ikke overraskelsen så stor.



Ellinor Bryne tar i mot prisen fra ordføreren.

Utdanningsforbundet skriver:

«Ellinor har vært aktiv i arbeidet for pensjonerte lærere i årevis. Ellinor er leder av pensjonistrådet i Utdanningsforbundet Stavanger og sitter som pensjonistrepresentant i styret i Utdanningsforbundet Stavanger. Pensjonistrådet vårt arrangerer samlinger og aktiviteter for våre pensjonistmedlemmer ca. 1 gang i mnd. Ellinor leder et viktig arbeid for at lærere i skole og barnehage fortsatt skal ha en mulighet til å treffe kollegaer og forbundsfeller og opprettholde sin profesjonsfaglige interesse også etter at de har gått ut av arbeidslivet.

Ellinor er også aktiv i Stavanger Domkirke og bidrar med følgende: Hun er fast med som frivillig (og primus motor) for julemessen. Der samler hun sammen en gjeng på 10-15 damer til en samling en gang i måneden gjennom hele året, og i november arrangerer de julemesse med alt av arbeid dette arrangementer krever.

Hun er medlem i pilegrimsutvalget og er med i alt av pilegrimsarbeid i Domkirken.

Hun er fast som frivillig medhjelper

på gudstjenestene. (ca 3 søndager i semesteret).

I tillegg er det lett å spørre henne om små og store oppdrag som dukker opp. Blant annet var hun med å sy en dåpskjole som kirken har til utlån. Ellinor bidrar også i Hafrsfjord Rotary klubb og arbeidet deres. Som den spreke damen hun er, stiller hun også opp som frivillig i Stavanger turistforening.»

Seniorrådgiver v/SESAM Arnfinn Fiskå hadde kveldens foredrag om eldre som ressurs og deres psykiske helse. Han viste så godt at det kan knyttes humor til det å bli gammel. Likeså viste han til at det kan være vemodig å bli gammel. Utgangspunktet var at han minnet oss om at vi har det bra som eldre i Norge nå. Historien viser oss at godt politisk arbeid gjennom mange år har gitt oss trygghet og forutsigbarhet. Vi har forlenget sagt farvel til både legdsystem og fattigdom. Fiskå mente at vi har liten grunn for å være lei oss og misfornøyde.

Det politikerne ikke kan gjøre noe med, er at vi eldes og dermed svekkes. Den psykiske helsen vår varierer nok mye. Uansett opplever vi at mange vi kjenner, dør fra oss, og at vi allerede har levd brorparten av tiden vår. Vi kan bli triste av slikt. Å forsone seg med realitetene kan likevel være en god ting. Et viktig budskap kan være at vi må ta vare på de vi har rundt oss, relasjonene våre, vise omsorg og glede oss over alle som har preget og fortsatt preger livene våre. Fiskå minnet oss om at vi kan være en ressurs for hverandre, selv om vi på et vis er «hekta av». Dersom vi skulle bekymre oss for noe, så måtte det være at Norge

kommer til å mangle arbeidskraft. Unge som eldre må ikke ta velferdsstaten for gitt, minnet han oss også om. Fiskå ga oss noe å tenke videre på.

Kvelden ble så fint avsluttet med sang og musikk på tvers av generasjoner. Sara Hodnefjell som går i 10. klasse, sang fine sanger akkompagnert på piano av den pensjonerte organisten Ole Hodnefjell (de er ikke i slekt).



Ole Hodnefjell og Sara Hodnefjell.



Seniorrådgiver Arnfinn Fiskå

Amerikabrevet

Morfar legger brevet fra Amerika oppå kråskapet i stua. Der skal det ligge uåpnet til i kveld, til etter kveldsmaten. Da skal han åpne brevet og lese høyt hva broren omsider skriver.

Av Solveig Helland

Morfar har gitt beskjed til eldste-sønnen og familien hans som bor i nordenden av gardshuset, om at nå er det endelig kommet livstegn fra Amerika. Det siste brevet fra broren Ole, sendt for over et år siden, inneholdt bare én setning. «Hu Anna er fóren te Jesus».

Morfar sendte sporenstreks brev tilbake hvor han uttrykte sorg over tapet av brorens kone Anna, måtte hun hvile i fred. Etter dette hørte han ingenting. Før nå.

– Me kjeme, sier eldstesønnen om den forestående høytlesingen på kvelden.

Morfar gleder seg. Han skriver så godt, broren. Det er nesten som morfar hører stemmen hans og ser ham for seg, når han leser brevene.

Ole er noen år eldre enn morfar. Han husker ham som en modig og sterk mann, alltid optimistisk og smilende. Dette bildet av broren har aldri falmet, aldri endret seg, selv etter alle disse årene.

Både familie, granner og andre bekjente har fått del i Oles reise fra første brev, fra da han som 22-åring ankommer og blir registrert som immigrant på Ellis Island, og om togreisen fra New York til Iowa,

der han treffer slektninger til kjentfolk heimefra som hjelper ham den første tiden. Og senere, da han treffer Anna som arbeider som hushjelp på farmen hvor han selv jobber som snekker og alt-mulig-mann. De gifter seg og slår seg opp med egen grisefarm, og får sin eneste sønn, Adam. Ole, som kalles Ollie i Amerika, tullete navn syns morfar, sender penger heim til foreldrene, slik at de får råd til å kjøpe ting til garden, og til seg selv innimellom.

Morfar har ikke tall på hvor mange ganger han har lest høyt brevene fra broren, til forvetne tilhørere. Han leser om det lille samfunnet de har etablert seg i, om skolen hvor de både snakker og underviser på norsk, og om den lutherske kirka som mannfolka har bygd på dugnad, og at presten er norsk, visstnok fra Vestlandet et sted. De dyrker mat omtrent som her, hvete, poteter, grønnsaker og mais, leser morfar, og en av tilhørerne spør «Ka e mais? E det fór te kretturå?»

Folk er overrasket over at livet der borte høres nesten ut som livet her heime, bortsett fra den økende velstanden og mulighetene for å bli rike.

Det er ikke bare morfar som forteller

nyheter fra dette løfterike landet. Alle som har familie eller slekt som har reist, forteller hva de har lest eller hørt, og har de ikke så mye å fortelle, så lager de seg sine egne historier om hvor bra det står til med slektningene «over there». En mann forteller om dattera, Sigrid, som giftet seg bare kort tid etter ankomst med en ire, en katolikk ... Han kommer ikke lenger i fortellingen før kona dulter ham hardt i siden og fnyser «han e'tsje katolikk, han e ein sjikkelige mann. Han e kristen!» Etter dette lar han kona bestemme hva som er sant eller ikke når de forteller.

Morfar er ikke så interessert i å høre om ekteskap eller hvem som gjør hva. Han vil vite hvordan det er å bo og leve i Amerika. Han vil høre hva han kanskje har gått glipp av i alle disse årene etter at Ole reiste, og som noe senere ønsket at han og mormor skulle komme over. Broren ville sende en «prepaid ticket», skrev han, for nordmenn er ettertraktet arbeidskraft hos både farmere og amerikanske selskaper.

Men mormor blånektet. Aldri om hun ville reise fra bygda, fra foreldre, søsken, ja hele slekta, og grannene og kyrne, hesten og hønene ... Hun hørtes engstelig ut, redd, minnes morfar, som egentlig var lettet over å kunne si til broren at det var kona som ikke ville reise. Han kjente heller ikke på noe stort ønske om å forlate heimlandet til en, tross alt, usikker fremtid. Dessuten, noen måtte ta seg av garden, foreldrene var jo ikke helt unge lenger.

Men av og til tenker han på at han kanskje har gått glipp av noe stort, og av

og til, når vinden uler rundt hushjørnene, og snøslaps-væten presser seg iskaldt inn mellom laftestokkene, og maten rekker så vidt til familien som teller 11, da drømmer han om at de var der, han og mormor, på grisefarmen sammen med broren, uten bekymringer for framtida.

Men morfar husker at Ole hadde fått anfektelser da han sto reiseklar på trammen med amerikakofferten sin og så utover markene. I et av brevene fortalte han at her heime, hvor han tidligere bare hadde sett håpløshet og slitet som aldri tok slutt, med sørpe og veiter som skulle graves for å lede vannet vekk ifra markene, og et hus som knirket og knaket og mest ropte på reparasjoner og vedlikehold, så han plutselig i avreiseøyeblikket hvor grønne engene var, og hvor fredelig hesten gikk og beitet sammen med føllet sitt. Han hørte fuglesangen i trærne rundt om, kuene som rautet ute på enga og bjeffingen fra buhunden som kom logrende mot ham. I et øyeblikks panikk over hva han var i ferd med å gjøre, snudde han seg og så på mora, liten, mager og knoklete og med hodeplagget knyttet stramt under haka. Han så øynene hennes, bedende, engstelige, mens hun formante ham om alle farene, at han måtte passe seg for tjuver og kjeltringer og indianere, og kanskje var de ikke helt trygge disse kobboyene heller. Ole tygget på underleppa og hadde mest lyst til å kaste seg i armene hennes og gråtende fortelle at dette var et mistak, det var feil, at han hørte til her på garden blant familie og kjentfolk. Nå skulle han begi seg ut til et land han ikke kjente og snakke et språk han ikke forsto. Han ristet på hodet, snøt seg, ga mora en lett klem og kløv

oppi hestekjerra. Høpp sa morfar, og sammen dro de ned til kaien og båten til Stavanger hvor den store reisen startet, først til Liverpool, deretter over havet til New York.

Og nå er året 1949, snart et halvt hundreår etter at morfar så broren for siste gang, men han har fått tilsendt et par fotografier i årenes løp, brudebilde av han og Anna, og et familiebilde av han, Anna og Adam utenfor grisefarmen.

Det er kveld og sønnefamilien er på plass rundt stuebordet. Et par sambygdinger har også stukket innom for å låne noen handøvler, men setter seg ned da det er amerikanyheter på gang.

Morfar åpner brevet langsomt og håper på godt nytt, og ikke at Ole er syk eller fremdeles nedbrutt av sorg. Han bretter ut brevet og leser først inni seg.

Plutselig bøyer han seg framover, ser forvirret opp på tilhørerne og stotrer «han kjeme».

«Kin?» spør mormor.

«Han Ole. Han kjeme her, i september.»

«Ja det må eg sei», sier grannen og tenker at nå har han noe å si til folk på bygda, om amerikafareren som kommer heim og som sikkert har masse å fortelle.

Det er ikke så mye annet som står i brevet, bare at vinteren hadde vært hard, at det var kaldt, at han vil selge farmen og at han gleder seg til å «koma heim».

Morfar er øvegidde, han vet ikke hvordan han skal takle dette. Han har ikke hørt slike toner fra Ole tidligere, når Anna

levde, men, joda, det kan være skikkelig gildt å se broren igjen før de begge forlater denne verden.

Morfar er kry over at garden er blitt såpass velstelt. Broren husker sikkert bare hvor utarmet den var, og hvor mye arbeid som skulle til for å få den i stand etter at foreldrene kjøpte den på sine godt voksne dager, for å ha noe å leve av etter at de avviklet sjø- og landhandelen. Nå står det kyr og hest på båsen, høner og en hane i hønsehuset og et par griser i grisehuset.

Og så er dagen kommet. Morfar har heist flagget til ære for broren, som er overvettas fjåg da han ankommer, smiler over hele det rynkete fjeset og tar av seg brillene for å tørke bort noen tårer.

Morfar forventer selvfølgelig en eldre utgave av den flotte broren, men denne knoklete framtoningen som møter ham, har ingenting med minnene hans å gjøre. Morfar står og koper en stund før han tar seg sammen og rister brorens hånd lenge mens han sier «sullande gjildt å sjå deg». Han leter etter trekk i det magre ansiktet som skal kunne si noe om slektskapet, og saumfarer broren med øynene, fra øverst til nederst.

Ole har mer hår enn ham selv, konstaterer han, men det skal ikke mye til. Fjeset fullt av rynker og leverflekker, øynene blasse, men gebisset lyser skinnende hvitt bak de smale leppene. Den magre halsen er tynn og skrukkete som på en fugleunge, brystkassen innhul og hända som knuger stokken med sølvhåndtak skjelver. Med den brunstripete dressen, som er noen

nummer for stor, ser han ut som en påkledd heskjestaur, konstaterer morfar.

Men Ole smiler lykkelig. Å, som han har lengtet tilbake til gode, gamle Norge, sier han da de er ferdige med håndristingen.

Han har lite kontakt med sønnen Adam, forteller Ole. Han bor i staten Washington med sin svenske kone og to barn, og jobber innenfor skogbruk. Han gjør det bra, sønnen. Travel. Jobber mye og har nesten aldri tid til å besøke faren, sier han med beklagelse.

Ole er ensom.

Men nå blomstrer han opp, dag for dag, og etter et par ukers tid har han fått farge i kinnene og har sikkert lagt på seg noen kilo, for gebisset klikker ikke lenger når han snakker, slik det gjorde da det var for romslig for de skrinne gommene hans.

Folk kommer ofte innom heimen for å hilse på amerikafareren, og for å høre om livet “over there”, og Ole prater i vei, synlig glad for oppmerksomheten. Tilhørerne sitter med åpne munnar og sluker historiene som kommer som perler på en snor, og en mann drister seg til å spørre spør om han har sett noe til han Morten, Morten Pedersson, ja han kaller seg Martin Peterson etter at han kom til Amerika, og han bor i Illinois, og det er vel ikke så langt fra Iowa? Han sov visst med en revolver under hodeputa. Kan det være indianere han er så redd for?

Ole skryter av mormors mat mens hun kikker på rasjoneringskortet og tenker at merkene tar snart slutt hvis Ole fortsetter å lange i seg på denne måten. Men de

har nok ikke rasjonering i Amerika, de har ikke opplevd krigen på samme måte som dem, tenker hun og tilgir Ole for grådigheten i matveien.

Ole kjenner at livet er godt. Familien, nevøer og nieser gjør stas på ham. Alle rundt ham gjør stas på ham, og han kjenner livslysten kommer tilbake i store porsjoner. Det er her han hører heime, tenker han lykkelig.

Men altfor snart er det tid for reisen tilbake til Amerika. Ole blir mer tenksom etter hvert som avskjeden nærmer seg. Det ser ut som han går og ruger på noe. Han sitter gjerne på stabbesteinen borte ved svingen ned mot kaien og ser utover fjorden, på fjellet, på markene og engene. Puster inn den gode eimen av ekte norsk bondeland.

En kveld da Ole og morfar sitter i stua mens mormor vasker opp på kjøkkenet, kommer det han har på hjertet: Han kan tenke seg å flytte tilbake til gamlelandet og bo her på garden i sine siste leveår. «Eg har lyst te å døy her heima, og itsje i et framant land» sukker han.

Flytta heim? Døy heima? tenker morfar. Broren har jo heimen sin der borte i «Junaiten». Han har jo valgt dette, reist til Amerika for å få et bedre liv, mens han selv har jobbet og slitt seg nesten fordervet for å få garden til å bli det den er i dag. Ole kunne jo blitt værende her, eldstesønn og odelsgutt som han var, men han valgte å søke lykken andre steder. Og nå ønsker han altså å «koma heim», flytte tilbake og bli stelt av svigerinnen til han la seg ned for godt. Broren kan leve

i mange år, og gjerne lengre enn morfar, eller han kan ramle og brette lårhalsen og bli sengeliggende resten av livet og bli stelt og matet av mormor. Eller morfar dør først og Ole overtar plassen hans. Gyngestolen hans, koppen hans, plassen hans ved bordet, og ... og Nei! Nei nei nei. Aldri i livet! tenkte han panisk. Det kom ikke på tale.

Morfar svelger tungt og venter en stund før han svarer. "Njaaa", sier han og svelger igjen. "Eg trur itsje det." Han har ikke flere ord på lager, ord som kunne formet et mildere svar, så det blir med det, og Ole spør ikke mer.

Ole reiser heim etter en drøy måneds tid. Han ser atskillig yngre ut nå enn da han kom, og noen kilo tyngre. Avreisedagen holder han mormors hånd ekstra lenge og takker og takker for oppholdet, blir blank i øynene, pusser nesen flere ganger og sier "jaja – dokke får ha ein god alderdom", og morfar kjenner umiddelbart et stikk av dårlig samvittighet for at han sa nei til at Ole kunne bo heime de siste årene av livet sitt.

Men mormor er sjeleglad over at han omsider er reist. Han kunne fort spist dem ut av huset slik han han langet inn, mener hun. Skulle ikke tro at det fantes mat der i Amerika. Og så ler hun, og morfar ler, og de er enige i at det hadde vært et gildt besøk, tross alt.

I brevene fra Ole i årene som følger, ligger det alltid ved noen dollar til mormor, og hver gang står det "For at

være så god en kone. Helsing Ole». Da han dør i høy alder, får de brev fra sønnen Adam med et bilde av Ole iført svart dress og hvit skjorte liggende i en skinnende svart kiste drapert med hvit silke. Det følger også med en avskrift av Oles testamente hvor morfar er tilgodesett med en god slump penger. Nederst på arket har han skrevet med krokete skrift der han takker hjerteligst for det gode vennskapet gjennom et langt liv, og at mormor skal ha mesteparten av pengene.

Helsing Ole Larsson.

Variant fra boka «Skumringstimen»
solveig.helland@gmail.com



Iowa minnesmerke over immigranter.



Jubileumsåret avsluttes med å se til framtiden

I et helt år til ende har vi feiret byen, domkirken og bispedømmet sitt 900-årsjubileum. Nå som 2025 går mot slutten løfter vi blikket og ser framover med et spektakulært avslutningsarrangement der hele regionen er med.

Tekst: Stine Honoré, Stavanger 2025

Et begivenhetsrikt år

Jubileumsåret har vært stappfullt av innhold og opplevelser for små og store siddiser, og de aller fleste har nok fått med seg at 2025 var et spesielt år for byen vår. Folk har strømmet til den nyrestaurerte domkirken, museene våre har gitt oss innblikk i byhistorien gjennom nye utstillinger, det stavangerske har vært tema i flere av Rogaland teater sine oppsetninger, og SSO har gitt oss «Essensen av Stavanger» gjennom en rekke bestillingsverk som har blitt framført gjennom året. Tore

Renberg har hyllet byen og menneskene som har bodd her gjennom et nyskrevet oratorium, og nærmere 30 000 barn og unge har så langt opplevd jubileet gjennom ulike skoleprosjekter. Stor stas er det jo selvfølgelig også at byen for første gang i historien var vertskap for tre generasjoner av kongefamilien i juli.

Inn i framtiden – 12 timer, 12 steder, 12 gaver

Hvordan avslutter man så et heidundrende fest-år? Fredag 12. desember går avslutningsarrangementet til Stavanger

2025 av stabelen, og denne dagen skal hele regionen bidra. Ullandhaugtårnet er et kjent landemerke som også kan ses fra flere av våre nabokommuner. I 12 timer forvandles tårnet til et gigantisk lysende solur som gjennom dagen skal peke i retning av 12 ulike steder, der en gave til framtiden skal avdukes. Gavene er skapt av elever og studenter, og kan være alt fra kunstneriske uttrykk til innovative løsninger på samfunnsutfordringer.

Dagen starter ved domkirken klokken ni. Domkirken vår er selve hjertet i jubileet, og på de utvendige veggene av kirkebygget skal det projiseres et stor-slått portrett av Stavanger. Deretter går det slag i slag, hver time vil en ny gave bli presentert. Mot slutten av dagen er det Ullandhaugtårnet som er samlingspunktet. Her blir det storslått dans i mørket ved MOCO Movement Collective, som har laget en forestilling som involverer et bredt lag av profesjonelle dansere og unge lokale talenter.

Hvilke gaver vil unge mennesker i regionen gi til framtiden?

Siden i vår har videregående skoler i hele regionen jobbet med sine gaver til framtiden. Og her er det bare å glede seg! Elevene har blitt utfordret på å bruke sin fagkompetanse til å utforme gaven, og har jobbet sammen med lærere og kunstnere for å komme fram til det endelige resultatet. Gavene varierer i innhold, blant annet veggmaleri fra Strand videregående skole, dans fra Vågen videregående skole og droneshow fra Sola videregående skole står på gavelisten til framtiden.

På St. Svithun videregående skole har elever fra historiefaget jobbet med en gave som er en reise mellom fortid og fremtid. Totalt 300 elever har dokumentert hverdagen sin, byens viktige steder og livets små og store trender. Alt skal samles i et arkiv for framtiden. Elever som utdanner seg innen matfag på Karmsund



Fortid og fremtid møtes på Ullandhaug (foto: Stavanger 2025)



Restaurant- og matfag ved Karmsund videregående skole utforsker hvordan mat kan være mer enn bare næring – et måltid kan også bære historie, tradisjon og identitet (Foto: Karmsund videregående skole)

videregående skole i Haugesund er også med på jubileumsavslutningen, og gaven deres er framtidsmat. Elevene inviterer til en fantasifull festival der gamle mattradisjoner møter astronautmat. De har spekulert rundt hvilke gamle teknikker som bør vekkes til liv igjen, og hvordan vi kan spise i verdensrommet.

De som tar turen til Pedersgata denne dagen vil få oppleve hvordan elevene ved Kunstsolen tolker gatens kontekst, historie og betydning for byen – og hvordan tid, materiale og sted former virkeligheten vår.

Sørmarka skal bevares for framtidige generasjoner

Det er Stavangers ordfører Tormod Wilson Losnedal som står for finalen når vi avslutter Stavanger 2025, og som skal overrekke den siste gaven til framtiden. Denne gaven handler om at også framtidige generasjoner skal kunne benytte Sørmarka som et bynært friområde. I en hel time denne desemberkvelden blir det lysspill på

Ullandhaugtårnet som skal kunne oppleves fra hele regionen, og som skal symbolisere håp for framtiden - at vi i fellesskap må stå sammen for å verne om naturen, og vise vilje og handlekraft for vår felles framtid.

Hele arrangementet «Inn i framtiden» skal direktesendes, slik at alle kan se de ulike gavene når de blir presentert. Det vil også være mulig å møte opp på flere av stedene for å få med seg det som skjer.

På Stavanger 2025 sin nettside finner du mer informasjon om hvor sendingen er tilgjengelig, og hvor og når de ulike arrangementene finner sted. Her finner du også informasjon om billetter til danseforestillingen Resonans av MOCO Movement Collective.





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

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. 817277772



Du får:

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

Jeg tar med meg utstyret og kommer hjem til deg!



GATEMAGASINET
:ASFALT

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



Stavanger
kommune

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

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

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

456 56 457



Stavanger
kommune



Pensjonist-treff for medlemmer i Utdanningsforbundet Stavanger

**Vi arrangerer aktiviteter og samlinger for alle våre medlemmer.
Samlingene våre er til vanlig kl.11.00 på Skipper Worse, og
egenandelen er vanligvis kr.150.- som betales med vipps.**

Program for våren 2026:

- 14.01.26:
Cecilie Hiorth «Sirkulær økonomi - Hvordan bæsj kan bli til Cash og få fart på det grønne skiftet.»
 - 11.02.26:
Vibeke Spødevold Bringsdal, Sparebank 1, Sør-Norge: «Hva kan vi gjøre for å unngå å bli svindlet?»
 - 11.03.26:
Jarle Løno «Et historisk blikk på brennevinsproduksjonen i Stavanger anno 1820».
- ÅRSMØTE
- 13.05.26
Trond Borgen «Hertervig/Kielland», Arkeologisk museum.
 - 10.06.26
Tur til Røvær

Ta kontakt med Gro Ytre-Arne:
gytre-ar@online.no dersom du
ønsker å registrere deg for å motta
mer informasjon om aktivitetene.



*Velkommen til
Tasta kirke*

Formiddagstreff

I PEISESTUEN KL.11
FOR ALLE
FRA 60 ÅR

Program - Våren 2026

- 6.1 Åslaug Ihle Thingnæs.
Sat7 - spennende TV-prosjekt i
dagens midtøsten.
- 3.2 Maggi Hatløy. Stavanger by -
sett med diakonale briller.
- 3.3 Tom Fjermedal.
Å reise seg etter nederlaget.
- 7.4 Syng med oss!
- 5.5 Åsmund Johansen.
På tokt med skoleskipet Gann.
- uke 23 Sommertur!

Mat, prat, åresalg
FORBEHOLD OM ENDRING

Formiddagstreff i Stokka kirke

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



PROGRAM FOR VÅREN 2026

Onsdag 14. januar kl 11
Ragnhild Halle, Sansen for det hellige
– kirkens skatter

Onsdag 11. februar kl 11
Kjetil Aano, Kall og eventyrlyst

Onsdag 11. mars kl 11
Hans Eivind Riise, Stokka sett gjennom
kameralinsen

Onsdag 8. april kl 11
Tove Galta, Stavanger museum
«Riv raben!» Bilder av byens ansikt i
endring

Onsdag 13. mai kl 11
Trond Bø, Om Utstein kloster

I juni inviterer vi til vårtur. Informasjon
kommer senere.

Bergeland bydelssenter

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 2026

Mandager:

Snekkerverksted kl 08.30 – 14.30

Malegruppe kl 10.00 – 13.00

Trim med frivillig instruktør kl 10.30 – 11.30

Tirsdager:

Snekkerverksted kl 8.30 – 14.30

Spikkegruppe kl 9.00 – 13.00

Rank og Glad kl 9.15 – 10.15

Pust og Strekk kl 10.30 – 11.30

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

Porselensmaling kl 15 – 18 annen hver tirsdag
(partallsuke)

Onsdager:

Snekkerverksted kl 8.30 – 14.30

Yoga Styrk og strekk kl 10 - 11

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 2026

Nyhet:

Yoga på en onsdag med styrke- og strekkøvelser.
Camilla Garnes veileder gjennom en timemed god og viktig trening.
Tilbudet er gratis – bare kom og bli med.

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!

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!**

PORSELENSMALINGSGRUPPEN

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

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

BERGELAND BAZAR

Vi arrangerer marked, med jevne mellomrom, på
«Toppen av Storhaug». Vi har 4 markeder i året. 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 2026 er klar!

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

Konsert- og kulturkvelder
annonseres etter hvert.
Følg ellers med på **Facebook**,
Instagram, **FRISKUS** og i
lokalavis for informasjon om det
som skjer på huset.

**Kontakt oss på Bergeland
Bydelssenter hvis du vil vite mer!**



Vil du delta i forskning på hjernesykdommer?

Foto: Shutterstock

PRO-LBD STUDIEN

Hjernesykdommer er økende, men vi har **lite kunnskap om tidlige sykdomstegn**.

Vi ønsker å finne nye og viktige sykdomstegn i tidlig fase ved Lewy-legeme sykdom (Parkinson sykdom og demens med Lewy-legemer). Det er viktig for å kunne gi optimal behandling på et tidlig tidspunkt.

Om studien

Vi vil følge et stort utvalg friske voksne over flere år. Deltagere blir undersøkt ved Stavanger universitetssjukehus.

Forskningsprosjektet ledes av
Jodi Maple-Grødem | dr.phd
(Senter for bevegelsesforstyrrelser)

 **HELSE STAVANGER**
Stavanger universitetssjukehus

FOR Å DELTA I STUDIEN MÅ DU:

- Være over 50 år.
- Ikke være diagnostisert med sykdom som gir kognitiv svikt, bevegelsesforstyrrelser eller alvorlig nedsatt funksjonsnivå.
- Forstå og snakke norsk.

Ta kontakt med oss dersom du har spørsmål eller vil delta i studien.

- tlf: 51 51 52 88
- nkb@sus.no
- www.sus.no/nkb



Pro-LBD



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 Østrådt tlf 45 73 33 05
tone.anita.ostradt@stavanger.kommune.no



Tasta Sykehjem
-trygghet og trivsel for alle



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



NORSK
Sangerforbund

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**

Program for Stavangerlærernes pensjonistlag (SLP) våren 2026

- 27.01 Skuespiller Gretelill Tangen: (Tittel kommer)
- 17.02 Dorrit Kyed: Billedkavalkade om vinter og vår med musikk
Årsmøte
- 17.03 Eileen Choung Haga: Med hjertet i hånden
- 21.04 Aslaug Austbø: Misjonærbarn- debatten fra en internatlærers ståsted
- 19.05 Tur til Garborgsenteret med foredrag og servering (emne for fore-draget kommer)

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.



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

Sunde Bedehus SUNDEVEIEN 29

6. januar 2026 kl. 11,00
Jule-nyttårsfest v Olav Eikeland og Nicol Hjorth- Olsen
Emne ; «Livet har opna seg»

13. februar kl , 19,00 Fredagskveld
Festkveld med Korall konsert
Beverting. Utlodning

24. februar kl. 11.00
Formiddagstreff kl. 11.00
v/ Per Tjøstheim , Sang av Karl Nærland

Du er velkommen til hyggestunder i et trivelig miljø!



**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 15.00 – 16.00: Yoga - påmelding

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

Bokspa/lesegruppe

Tirsdag 09.12 kl 13.00 – 14.30 Bokspa/samlesing

Tirsdag 06.01 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.

Datahjelp for seniorer

I samarbeid med Seniornett og Kakadu tilbyr vi datahjelp 2. hver tirsdag kl 13.30 – 15.00.

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

Konsserter og kulturtilbud

Torsdag 11.12 kl 17.00 Konsert med Frank Eriksen og Kjetil Ottesen

Torsdag 29.01 kl 17.00 Fredrik Fornes forteller om boken «Superoldemor drar til stjernene»

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

Du finner oss i 1. etg. på Tasta sykehjem, Prestveien 14, 4025 Stavanger



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!



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

Leder: Guri Tysse, tlf. 90 75 26 48

Følg oss på facebook:

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



HUKOMMELSES- SKOLEN



Stavanger
kommune

Kurset holdes på Tante Emmas Hus

«Hukommelses skolen» 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.



Fagledere på kompetansesenteret for demens i Stavanger kommune er Jan Erik Fosmark og Ruth Haslerud.

Tlf: 51 91 41 40 / 51 91 27 99 / 51 50 89 25

E-post:

kompetansesenter.demens@stavanger.kommune.no

ruth.karin.haslerud@stavanger.kommune.no

Jan.Erik.Fosmark@stavanger.kommune.no

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.



LAWN BOWLS PÅ LASSA

Er du mellom 19 og 90 år?

Kom og prøvespill "Lawn Bowls" med Stavanger Bowls Club

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

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

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

Se stavangerbc.com



TRADISJONELT BOKHÅNDVERK



ERLAND A/S

Sjøhagen 11 • 4016 Stavanger

bok@bokbinderieterland.no

www.bokbinderieterland.no

Reparasjoner • Nyinnbindinger •

PRIVATKUNDER • BEDRIFTER

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

Et komplett bokverksted siden 1989

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.



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



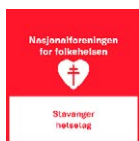
Ut på tur med oss i 2026

Også i 2026 kan du bli med oss på kjekke turer

- I juni går turen til makeløse Skagen i Danmark med utflukter både til Ålborg og til øya Læsø.
- I august tar vi turen til vakre Åsgårdstrand. Her skal vi bo på Grand hotel. Vi besøker Edward Munch sitt hjem og den fantastiske hagen til selveste «blomster Finn», Finn Schøll. Og på hjemturen skal vi innom Stavern og Nerdrum museet.
- Av dagsturer kan nevnes at vi skal til Bømlo, med Moster gamle kyrkje og amfiet, samt en tur nærmere jul vi har kalt «Smaken av jul fra Jæren».

Mer informasjon vil komme etter hvert.

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



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 Kønigsberg, mob.nr. 922 13 321



Bli med og tren i Bekkefaret bydelshus!

Tren med Skipper Worse AKTIV på bydelshuset i
Hjalmar Johansensgate 4 følgende dager:

Mandager kl. 09.00: Styrke og balanse

Torsdager kl. 09.30: Linedans

Fredager kl. 10.00: Pilates

Husk, du kan få 2 gratis prøvetimer før du eventuelt melder deg inn!

For mer info om treningstilbudet vårt gå inn på

www.skipper-worse.no/AKTIV

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 læringssenter** 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 48 89 13 07 (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 universitetssjukehus

**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. Møteplass ved Tjodolfgate 53. Kontaktperson: Brit Kvía. Tlf: 976 07 643

Krakketrím 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.

Laget kan nåes på telefon 51 53 40 51 (10-16 på hverdager), eller på e-post lhl.stavanger@lhl.no

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.

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

Si ja til demensvennlig samfunn

Over 190 kommuner, bydeler og flere servicenæringer deltar i vårt arbeid for et mer demensvennlig samfunn. Med enkle grep kan også din kommune eller bedrift være med. Avtale og kursmateriell er gratis.

Hvorfor bli med?

Et mer demensvennlig samfunn er avgjørende for mange og bra for alle. Personer med demens blir mer selvhjulpne og kan leve aktive liv lengst mulig. Ved å bli møtt med respekt og forståelse, vil personer med demens og deres pårørende oppleve trygghet, frihet og verdighet. Kunnskapen bidrar til at arbeidshverdagen til personer i ulike serviceyrker blir enklere, og kommuner og servicenæringer som deltar får et positivt omdømme.

Kurset inneholder

God informasjon om hva demens er, hvilke utfordringer det gir den som har en demenssykdom og gode tips til kommunikasjon med personer med demens.

Hvem kan melde seg på?

Virksomheter, bedrifter og andre som kommer i kontakt med personer med demens kan melde seg på. Det kan være treningssenter, handlesenter, taxinæring, apotek, fastlegekontorer, kafeer, teater og andre kulturtilbud.

Påmelding til kurs onsdag 04.02.2026 klokken 14-15 på Blidensol sykehjem, Brattåsveien 12: forms.office.com/e/RVLwKe8rvn

Dersom tidspunkt for kurs ikke passer?

Dersom tidspunktene for kurs som er satt opp ikke passer, kan du/dere kontakte Kompetansesenteret for demens direkte ved Ruth Haslerud eller Jan Erik Fosmark kompetansesenter.demens@stavanger.kommune.no eller ringe på telefon 51914140. Arrangører: Stavanger kommune ved Kompetansesenteret for Demens i samarbeide med Nasjonalforeningen for folkehelsen.



Stavanger
kommune



Fagledere på kompetansesenteret for demens i Stavanger kommune er Jan Erik Fosmark og Ruth Haslerud.



ET MER
DEMENSVENNLIG
SAMFUNN

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

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

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

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



 **Røde Kors Stavanger**
Omsorg

Sang og underholdning

Trenger du underholdning til diverse anledninger som for eksempel konsert, bursdag eller minnestund, ta kontakt med Wenche Haugland for nærmere avtale og pris. Hun kan også ta med pianist.

Kontakt Wenche Haugland
Mobil: 45288729. Mail: whaugl@hotmail.com





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.



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!

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».



Onsdagstreff i Hundvåg kirke

Tid: Andre onsdag i mnd. Klokken: 11.00-13.00

PROGRAM

10. desember «Advent i ord og toner» v/Aud Wenche, Ester og Anne Synnøve

14. januar Aslaug Austbø: «Misjonærbarn-debatten fra en internatskolelærers ståsted»

11. februar, 11. mars, 8. april, 13. mai, 10. juni

Mat og prat-dagens ord-dagens gjest-utlodning. Kom gjerne alene, eller inviter med deg noen. Vårens program kommer.

Kontakt: Diakon Anne Synnøve Vegge: av836@kirken.no



Pensjonistuniversitetet Stavanger



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

Program for våren 2026:

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

- 21. januar: «Et år med president Trump» ved rådgiver i Civita Eirik Løkke.
- 18. februar: «Fridtjof Nansen – og jakten på en norsk polarkultur» v/historiker ved Norsk Polarinstitutt, Harald Dag Jølle.
- 18. mars: «Misjonsbyen Stavanger - noen perspektiver på en folkebevegelse med Stavanger i sentrum.» Ved professor i kirkehistorie Torstein Jørgensen
- 15.april: «Hjerneslag forklart: Fra første symptom til morgendagens behandling» ved overlege/nevrolog Soffien Chadli Ajmi
- 27. mai: «Filosofi, livsanskuelse og alderdom» ved professor ved Oslo Met, Ole Martin Moen.

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

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.



Drøsen

kafé - kultur - aktivitet



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.



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

8. januar: Einar Fagerheim:
Livet som blind/svaksynt.

22. januar: Kåre Kristensen:
NMS Gjenbruksbutikker. En ny type
misjonsforening.

5. februar: Øyvind Kvaal:
En annerledes oljehistorie.

19. februar: Aslak Bråtveit:
I kjølvatnet av utvandrarane til
Amerika; 200 år etter.

Minner frå repriseturen 2025 som
mannskap på 'Restauration' på turen
frå Stavanger til New York.

5. mars: Biskop Anne Lise Ådnøy:
Folkekirken framtid.

19. mars: Hjertedoktor Torstein
Gundersen: Bevar ditt hjerte fremfor
alt du bevarer, for livet utgår fra det.

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

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 sårbar. 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.brueland@redcross.no eller ring koordinator Anniken Brueland 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





Caritas
Stavanger



Meld deg frivillig til å delta i norskopplæringen vår,

enten som lærer eller bare for å prate i språkkaféen

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

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

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



tlf. 459 19 714



stavanger@caritas.no



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!

Medlemsmøter hver andre tirsdag i
hver måned kl 18.30

For spørsmål ring:

Margrethe Serigstad 41 67 14 79

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

Formiddagstreffet i Madlamark menighet



Våren 2026 Kl. 11.00 i menighetssalen.

7. januar Juletreffest: Festtaler: Fartein Valen Senstad: «Julesanger og historisk bakgrunn.»
Gang rundt juletreet. Musikalsk innslag v/Jostein Byrkjedal og opplesning v/ Lars Otto Tveit.
- 21 januar: Tove Galta: «Riv raben» Bilder av byens ansikt i endring.
Hans Eivind Riis: «Gleden i naturen rundt oss.» Bilder, sang og andakt.
4. februar: Aslaug Austbø: Varierende erfaringer med å vokse opp som misjonærbarn.
18. februar: Geir Magne Sande: «Seladon – Stavangers Robinson Crusoe historie.»
Terje Tobiassen orienterer om Furutangen leirsted
4. mars: Anniken Brueland, Røde Kors: «Ingen skal dø aleine.»
Jan Steinar Halås: «Hva gjør en daglig leder?»
18. mars: Fastegudstjeneste v/ Turid prest.
Odd Jan Hagen: «Fra vinter til sommer med sang.»

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 lurar 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

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.

Liker du å lære nye funksjoner på telefonen? Kanskje du vil bli med som veileder? Det er alltid mer enn en veileder på undervisningen. Vi trenger flere til å svare på spørsmål fra brukerne.

Vil du vite mer om datahjelp?

Ta kontakt på telefon 45 73 33 05 tone.anita.ostradt@stavanger.kommune.no 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



Drøsen
kafé - kultur - aktivitet

kakadu

Seniornett

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

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 kl12:15-14:00
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, hjemmeværende, 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.

Husk vaksinene!

Du som er over 65 år, er inkludert i voksenvaksinasjonsprogrammet og får tilbud om vaksine mot influensa, korona og pneumokokksykdom (lungebetennelse).

Her kan du ta vaksinene:

- **Influensavaksine:** Kontakt fastlegen, eller bestill vaksinerings på apotek.
Pris: 301 kr hos fastlegen (apotekene har egne priser).
- **Koronavaksine:** Kontakt fastlegen. Har du ikke fastlege, kan du kontakte smittevern- og vaksinasjonstjenesten på 51 91 33 39.
Pris: 110 kr.
- **Pneumokokkvaksine:** Anbefales til alle over 65 år samt risikogrupper.
Kontakt fastlegen. Pris i programmet: 110 kr.

Samvaksinerings blir rimeligere!



Les mer om vaksinene og anbefalinger ved å skanne QR-koden.

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

Ny mobil til jul?

Velkommen til datahjelp! Her får du én-til-én hjelp og veiledning i det du lurer på i den digitale hverdagen. Du kan for eksempel få hjelp til apper, epost, bilder og oppdateringer.

Ta med egen mobil, nettbrett eller datamaskin.



Sølvberget bibliotek, 1. etg

Mandager kl. 12.00 – 14.00

Madla bibliotek

Tirsdager kl. 12.00 – 14.00

Finnøy bibliotek

Fredager kl. 10.00 – 12.00

Rennesøy bibliotek

Drop-in i betjent åpningstid

Tilbudet tar juleferie 18. desember og starter opp igjen mandag 19. januar.

Fra 19. januar vil veiledere fra Seniornett stå for veiledningen på Sølvberget og Madla. Tilbudet er fortsatt gratis og åpent for alle. Påmelding er ikke nødvendig, kom innom i løpet av åpningstidene.