

Utgave nr. 1 2016

60+

FOLKEHELSE • FRIVILLIGHET • KULTUR

**Nytt
magasin i
Porsgrunn!**

KOMMUNEOVERLEGEN

Vær raus mot andre

BREVIK HISTORIELAG

Ny tid - nye virkemidler

SENIORKONFEKTEN

Noe for enhver smak

**Senior
Ressursen**
Kulturens mulighetsskapere

**Bryns
BlomSter**



*Velkommen til en
blomstrende handel!*



TLF: 35511100 | www.bryns.no

ÅPNINGSTIDER:
mand-fred 8-19 lørdag 9 -17, søndag 13-17.

**LB-TUR
TELEMARK AS**

**LB Tur og Telemark Turbil AS
har slått seg sammen!**

Vi produserer egne turer, men legger også tilrette for turer bestilt av lag og foreninger. I vår katalog finner du alt fra dagsturer til "langtidsferie" i Spania. Ring vårt kontor eller se vår hjemmeside.

Vi har 3 ansatte og 3 busser.

- Ny Setra med plass til 50 passasjerer.
- Mercedes 2012 modell med plass til 56 passasjerer.
- Iveco 2012 mod med plass til 19 passasjerer.

**VELKOMMEN TIL
EN HYGGELIG BUSSREISE!**

Vår nye Setra!



Jostein Gjærum



Lars B. Brekka

www.lbtur.no | Tlf: 35 99 65 55 | lbtur@lbtur.no

LEDER

Eldre over 60 år er like samfunnsengasjerte og interessert i politikk som resten av befolkningen. Likevel er eldre dårlig representert i kommunestyret og demokratiet. Eldrerådsloven som kom i 1992 var et viktig bidrag til å øke de eldres innflytelse fordi alle kommuner og fylkeskommuner måtte opprette eldreråd. Eldrerådet skal gi råd i alle saker som vedrører de eldre i kommunen.

Vi blir eldre, og de eldste eldre blir stadig flere, det må ikke sees på som et problem, men som en ressurs som det blir viktig å benytte. Vi må utnytte de mulighetene dette gir til å skape et samfunn som også er aldersvennlig.

Eldrepolitikk er ikke bare omsorgspolitik. Eldrepolitikk er å legge til rette for at hver enkelt skal kunne bruke sine ressurser. Morgendagens eldre vil være sprekere og friskere enn gårsdagens eldre. De vil sannsynligvis delta mer i samfunnet og ha mer makt over eget liv.

Bruk av moderne velferdsteknologi vil skape trygghet og føre til at du kan bo lenger hjemme, og gi deg mulighet for økt sosial deltakelse. Alle bør få muligheten til å bidra på sine premisser.

Det vil være viktig at pasienter, brukere og deres pårørende får innflytelse over egen hverdag.

60+ magasinet som du nå leser, er utgitt for, av og om seniorer i Porsgrunn kommune. Vi håper at det kan være med på å stimulere til utvikling av et mangfold av tilbud i frivillige lag, privat sektor og kommunens virksomheter.

Målet vårt er å fremme livsglede, folkehelse og stimulerende kulturtilbud. Engasjerte seniorer til lystbetonte aktiviteter, til beste, både for seg selv og Porsgrunnssamfunnet.

Hans Martin Gullhaug
Hans Martin Gullhaug
Leder Eldrerådet



INNHOLD

- 4 **Seniorressursen:** Ønsker velkommen
- 5 **Seniorressursen:** Tor Ærlig spalte
- 6 **Nabolaget:** Boliger for 50+
- 9 **Kommuneoverlegen:** Bjørnar Nyen
- 10 **Brevik Historielag:** Aktiv forening
- 12 **Eldrerådet:** Porsgrunn kommune
- 15 **Leseombud:** Porsgrunn bibliotek
- 16 **Kulturens Venner:** Kulturarrangementer
- 18 **SENIORKONFEKTEN** noe for enhver smak
- 20 **Brevik Seilforening:** Jørn Fougner
- 22 **Porsgrunn Bibliotek:** Bokprat
- 24 **Sandøya:** Et innblikk
- 27 **Frivillig:** Kwangsu Park
- 28 **Ælvespeilets venner:** Kulturhuset
- 32 **Grenland Kunsthall:** Kunstverter
- 33 **Grenland Kunsthall:** Greenlightdistrict
- 34 **Inspirasjonsdag:** For 75-åringer



Ansvarlig utgiver: Skomvær Forlag - www.skomvaerforlag.no

Trykk: Thure Trykk - www.thure-trykk.no

Design: Aneiris Design - www.aneiris.com

Redaksjonskomiteen: Gunnar Thuve, Øystein Halvdan Lie, Hans-Petter Teigen

Forside foto: Dag Jenssen | **Bakside foto:** Karoline Hjorth og Riitta Ikonen

Opplag: 18 500 husstander i Porsgrunn kommune



Senior Ressursen

Kulturens mulighetsskapere

Det er riktig at det blir langt flere eldre, men vi må møte denne utfordringen på en god måte ved å skape et positivt syn på den store "eldrebølgen". Eldrebølgen er ikke en tsunami av omsorgsbehov, men en bølge av seniorer med livslust, erfaring og kompetanse.

Tekst: Gunnar Thuve

I hele den vestlige verden er det enighet om at vi står ovenfor to hovedutfordringer; Klimaendringene, og den økende gruppen eldre i samfunnet.

Media har de siste årene ofte omtalt den demografiske endringen som en «omsorgs-tsunami».

Det er riktig at det blir langt flere eldre, men vi må møte denne utfordringen på en god måte ved å skape et positivt syn på den store "eldrebølgen". Eldrebølgen er ikke en tsunami av omsorgsbehov, men en bølge av seniorer med livslust, erfaring og kompetanse som kan være en ressurs for andre mennesker i lokalt kultur- og samfunnsliv.

Samfunnet må satse mer på helsefremmende og forebyggende arbeid. Fokus må gå fra å reparere til å forebygge.

Kommunen ønsker å være mulighetsskaper, og lete etter og bruke pensjonisters kompetanse i frivillighetsarbeid til glede for andre og dem selv.

Identitet skapes for å styrke og vedlikeholde felleskapet mellom mennesker. Daglig går vi ut og inn av forskjellige identiteter koblet til arbeidsliv, familieliv, fritidsinteresser etc. Ved pensjonsalder opphører identitetspendingen mellom arbeidsliv og privatliv. Du er ikke lenger en del av arbeidslivet, men du kan skape deg nye meningsbærende roller og et innholdsrikt liv som senior gjennom deltakelse i kultur- og fritidsaktiviteter.

Sammenkomster og aktiviteter som kun foregår sammen med andre eldre på eldreinstitusjoner av ulike slag, gir lett en identitets-speiling som forsterker møtet med alderdommen, og fremmer fokus på alder og behov for omsorg – en såridentitet bygges.

Det er viktig å ha fokuset på interesser, evner, engasjement og muligheter innen kultur og på møteplassene der du bor. Skaffe deg nettverk via felles kulturopplevelser, og gjerne yngre venner.

I virksomhet for kultur har vi derfor utviklet Seniorressursen. Seniorressursen består av aktive pensjonister som på frivillig basis bruker sin tid og sine evner til å være en ressurs for andre innen kunst og kultur. Vi har seniorer som er leseombud, kunstverter, og aktive som Ælvespeilets venner og mentorer for kulturbedrifter.

Seniorressursen skal, basert på lyst, livserfaring og kompetanse, sette i gang og medvirke i ulike tiltak som fremmer økt livskvalitet. Vi fokuserer på senioren som lystsøkende aktører og mulighetsskapere for andre.

Måla for den enkelte deltaker skal være at

- det føles meningsfylt å delta og det gir deg "nøe".
- en føler seg inkludert i den eller de aktiviteter en blir med på.
- en føler seg myndiggjort/har innflytelse på det en involveres i.

Vi tror at for å sikre god helse er det viktig å skape tilhørighet og å oppleve seg som en aktør og ikke bare som en tilskuer i samfunnet. Å sikre gode relasjoner, være en bidragsyter og å medvirke er viktig for alle, og ikke minst for dem som ikke lenger skal gå på jobb. Vi tror at å kunne være delaktig i lystbetonte aktiviteter og å være sammen i sosiale relasjoner – gir mening og velvære som bidrar til helsefortrinn i en aldersgruppe som ofte knyttes til uhelse og aldring med negative fortegn.

Ressursmobilisering 60+

Det er på bakgrunn av dette vi har søkt Helsedirektoratet, og fått 550.000 i tilskudd til prosjektet «Ressursmobilisering, 60+»

Prosjektet er et samarbeidsprosjekt mellom ansatte innen folkehelse og kultur i Porsgrunn kommune, der målet er:

- å rekruttere personer over 60 år til frivillig innsats innen ulike aktivitets- og kulturtiltak.
- Stimulere private bedrifter til å ta et økt samfunnsansvar.
- Etablere nettverk i bydelene.

Vi har begynt med følgende to delprosjekter:

1. Inkludering på kulturinstitusjonene, der vi ønsker å videreutvikle større tilbud for og sammen med seniorer. Egne seniorgrupper i tilknytning til Biblioteket, Kulturskolen, Kunsthall Grenland og Ælvespeilet Kulturhus. Se mer om dette i egne omtaler i magasinet.
2. Prosjekt i to bydeler – samhandling lokalt i bydelen Vestsiden og i Brevik og øyene som også inkluderer øyhopping. Det er innledet dialog med foreninger på Sandøya, i Brevik, Brevik sykehjem og aktivitetssenteret i Brevik kulturhus.

Prosjektet har så langt utløst synergi og nye samarbeidsmuligheter. Les mer om dette i magasinet 60+.

Gunnar Thuve
Gunnar Thuve
Avdelingsleder
Idrett og Fritid i
Porsgrunn kommune



Helt Ærlig





NABOLAGET

- boliger for 50+

På Hovet, i Hovholtkroken, har det i løpet av det siste året vokst frem en liten samling hus, to- og firemannsboliger, totalt 14 leiligheter. Dette er en ny tilvekst til kommunen, en ny boform, et bofellesskap for dem som er 50+.

Foto: Matias Amundsen, Graf Entreprenør | Tekst: Merete Solstad

Nabolaget er ikke et kollektiv, det er ikke omsorgsboliger, og heller ikke et helsehus. Nabolaget er et bofellesskap for helt vanlige folk, men der alle som har kjøpt boliger, har sluttet seg til ideen om retten til privatliv, men som også ønsker å bo i et forpliktende fellesskap.

Boformen kan like godt brukes av barnefamilier, par og enslige under 50 år, men vi har valgt å øremerke leilighetene våre for personer over 50. (og par der minst en av dem er over 50).

Hvordan ideen med Nabolaget oppsto?

Vi var fem venner som i februar 2014 tok kontakt med Porsgrunn, Bamble og Borgestad boligbyggelag (Pbbl) med en forespørsel om de ønsket et samarbeid om et bofellesskap 50+. Vi hadde jobbet med ideen i mange år, og det var nå eller aldri for å realisere ideen. Pbbl hoppet på ideen, og i løpet av de neste månedene jobbet vi fem sammen med dem om å utarbeide tegninger, ideer, verdier for fellesskapet og kostnadsoverslag. Navnet Nabolaget oppsto underveis, etter at mange

navneforslag var forkastet. Det var jo et nabolag vi ville bli, et tett og godt nabolag der vi ga trygghet til den enkelte, omtanke for hverandre, og som samtidig var et sted der vi håpet at dugnadsånden ville gi et godt miljø for alle beboerne. Da ble Nabolaget et godt og riktig navn.

Vi fikk tilbud om en god tomt på Hovet. Selv om vi helst ønsket å bo nærmere byen, så vi det fine i å bo nær gode turløyper og natur. Det var god bussforbindelse på Hovet, den gang var ikke nærbutikken langt unna, og vi hadde den flotte Uræddløypa nesten rett utenfor døra. Da ga vi avkall på ønsket om å bo i byen og valgte Hovet.

I april 2015 var prospektet klart, og prosjektet Nabolaget var klart for salg. Det ble invitert til informasjonsmøte 10. april i 2015. Prospektet presenterte ideen med Nabolaget slik:

«Med Nabolaget realiseres en drøm vi har båret på i over 30 år. Vårt ønske er å skape en boform for oss over 50 der et tettere sosialt fellesskap med naboene vil kunne bidra til trygghet, trivsel og tilhørighet. Dette er suksessfaktorer for helse og livskvalitet i alderdommen. Vi og andre godt voksne har kommet i en situasjon hvor barna har flyttet ut, og vi ønsker forandring. Lysten til å drive vedlikeholdsarbeid har sunket, og vi er sikre på at et bofellesskap av godt tilrettelagte boliger vil gjøre hverdagen bedre.

Nabolaget bygger på to grunnideer:

- Retten til privatliv
- Forpliktende fellesskap

Du vil i Nabolaget få muligheten til å aktivt bidra for å skape et godt og spennende fellesskap, samtidig som du også kan skjerme privatlivet. Rundt om i Norge finnes flere suksessrike prosjekter som ligner Nabolaget. Nå er tiden kommet til Hovet og Porsgrunn.»

Før informasjonsmøtet var 3 boliger solgt, og på informasjonsmøtet tegnet fire nye interessenter seg. Derved var det solgt nok boliger til at prosjektet kunne igangsettes. Etter april solgte de resterende boligene nesten seg selv. Megler for prosjektet gjorde en utmerket jobb med å tydeliggjøre Nabolagets grunnideer til alle interesserte. I tillegg snakket vi også med de fleste interesserte før kjøp. I dag er vi 23 naboer, fra rett under 50 til rett over 70, som bor her.

For å bli kjent med hverandre og utvikle fellesskapet har vi som kjøpte boliger i Nabolaget møtt hverandre hver måned, i hele byggeperioden. Disse møtene ble brukt til å følge med på selve byggingen, og prosjektleder fra Pbbl deltok på alle møtene. Møtene ble også brukt til å tydeliggjøre innholdet i bofellesskapet, og hvordan vi skulle videreutvikle, og få en fellesskapsfølelse for

ideen bak Nabolaget.

De månedlige beboermøtene har fortsatt også etter at vi nå har flyttet inn, og er det viktigste beslutningsorganet i Nabolaget.

Alle har nå flyttet inn i Nabolaget, og vårt flotte fellesthus er ferdig og tatt i bruk. Ute har vi en felles uteplass, i tillegg til at alle boligene har egen terrasse eller veranda.

Hva består fellesskapet av i dag?

Fellesthuset er selve hjertet i Nabolaget. Her har vi stue og kjøkken, vi har en liten hybel, og ikke minst en flott badstue. Vi er så fornøyd med huset at vi har hatt to innvielsesfester, offisiell åpning av huset der ordføreren klippet snor, og en der vi har invitert naboene rundt Nabolaget til et møte for å fortelle om hvem, og hva vi er. Halvparten av naboene er pensjonister, og disse møtes til kaffe hver fredag formiddag. Vi har de faste beboermøter hver måned og vi møtes i fellesthuset og tar en kopp kaffe og en prat også utenom de faste avtalene. Snart skal vi i gang med faste trimkvelder, der vi kan avslutte med en tur i badstua for de som ønsker det.

Vi har jobbet mye for å få satt huset i stand slik vi vil ha det. I dag har vi spiseplass til 24, dette kan utvides til rundt 40. Vi har tre salonger, slik at vi har gode muligheter til å sette oss ned for en liten prat.

Vi har dugnadsgjenger for innredning, for uteområdene våre og gruppe for innredning av bryggerhuset vårt. Ansvar for fellesthuset og for rengjøring av dette går på rundgang, slik at alle må ta et tak for dette fellesskapet.

Vi ser at Nabolaget nå begynner å fungere som omtankeboliger, slik at vi stiller opp for hverandre når noen har behov for hjelp til ett eller annet.

Vi tror at bofellesskap som boform er utmerket nå mens vi er «unge seniorer», men også at det vil kunne gi gode år etter hvert som tiden går.

Vil du vite mer om boformen, så ga Norsk institutt for by og regionforskning (NIBR) i 2013 ut rapporten Bolig +, Nye boligløsninger for eldre og folk flest.

I tillegg kan du finne ut mer på Nabolaget sin egen facebookside, som du finner ved å søke på: Nabolaget.





Velkommen til julegavebutikken

Stort utvalg i sengetøy og ullpledd

høie
OF SCANDINAVIA

Rørros
TWEED

KLIPPAN
siden 1879

Myke gaver som varmer

LILAND

Jernbanegata Porsgrunn | www.liland.no
Følg oss på facebook!

TRENINGS SENTER FOR ALLE



Vi har medlemmer fra 15-84 år og vil gjerne imøtekomme alles behov!

VI KAN TILBY:

- ✓ God oppfølging
- ✓ God personlig trener tjeneste
- ✓ Høy kompetanse innen trening og kosthold
- ✓ Høy kompetanse på fett og vektreduksjon

* Særegen avtale for pensjonister kun kr. 200,- pr. mnd, ingen bindingstid.

* Student/familie/offshore kr. 299,- pr. mnd.

Velkommen til oss!

Bryggeveien 2, 3941 Porsgrunn
Tlf: 993 07 466



Velkommen til en hyggelig handel hos ett av våre tre Vitusapotek i Porsgrunn!

Hos oss får du alltid god veiledning i riktig bruk av dine medisiner.

Vitusapotek Porsgrund
Jernbanegata 3, 3916 Porsgrunn
Tlf: 35 51 58 00

Vitusapotek Vestsiden
Vestregate 21, 3919 Porsgrunn
Tlf: 35 56 91 60

Vitusapotek Heistad
Pansvei 2, 3940 Porsgrunn
Tlf: 35 12 28 90



Denne kupongen gir deg

20% i rabatt

Ved kjøp av ett valgfritt produkt.

Verdi-kupong

*Tilbudet gjelder kun Vitusapotek Porsgrund, Vestsiden eller Heistad fram til 31.03.2017 og ikke resepter, legemidler, L'Occitane, Dermalogica, Crescina eller allerede rabatterte produkter.

vitusapotek+



CAFE HAMMOND AS

KAFE OG CATERING

Vi serverer god hjemmelaget mat og har et stort utvalg av påsmurt og kaker.

DAGENS MIDDAG
fra kl. 12.00 - 16.30

Åpningstider: man - fre kl.10.00 - 17.00

Midt i sentrum • Stor parkering • Heis

Tlf: 35 55 15 80 **Velkommen til oss!**
cafehammondas@gmail.com Storgata 125, 3915 Porsgrunn

KOMMUNEOVERLEGEN

Bjørnar Nyen

“Det å gjøre noe positivt for andre, gir deg bedre helse og et rikere liv.”

Tekst: Gunnar Thuve



Vi fikk en prat med Bjørnar Nyen, kommunehelsearbeider i Porsgrunn kommune og faglig rådgiver for folkehelsearbeid.

Bjørnar Nyen, du har som kommunehelsearbeider vært engasjert i folkehelsearbeid i mange år, og ledet nylig arbeidet med den nye handlingsplanen for folkehelsearbeid i kommunen. Folkehelsearbeid er jo meget vidtfaende, og lovgivningen på området gir alle et ansvar for å medvirke. Hvis du skulle gi våre lesere noen gode forslag til et godt liv, hva vil så det være? - Da vil jeg gi tips om følgende, sier Nyen.

Bygg gode relasjoner

Bygg gode relasjoner til andre mennesker, til egen familie, venner og naboer. Du bør oppsøke møteplasser der du kan skape nye nettverk, gjerne også yngre personer som du kan gjøre noe sammen med. Hva som helst, bare det gir deg gode sosiale relasjoner. All forskning viser at manglende sosiale relasjoner og følelse av ensomhet gir dårligere psykisk og fysisk helse.

Fysiske hverdagsaktiviteter.

Bruk alle de anledningene du har til å bevege deg. Gå i trappa, klipp plenen – velg de fysiske løsningene. Og ta minst en tur om dagen. For alle 60+’ere er det særlig viktig å styrke

muskulaturen. Den reduseres hvis ikke du holder deg i aktivitet. Har du sittet i ro en time – beveg deg litt.

Vær raus med andre.

Engasjer deg i frivillig arbeid, innen organisasjoner eller som enkeltfrivillig. Det å gjøre noe positivt for andre, gir deg bedre helse og et rikere liv. Det at vi blir stadig flere seniorer i kommunen, gir muligheter til flere frivillige tilbud.

Det kan være dugnad i nabolaget, foreningen eller en offentlig institusjon. Kanskje kjenner du noen i ditt nabolag som kan ha behov for bistand eller en tjeneste. Det skaper fellesskap og samhørighet, kan gi deg livslyst og er til nytte både for deg selv og de rundt deg.

Vær bevisst din alkoholbruk.

Alkoholbruken blant eldre er stigende, og de siste årene hars økningen vært størst blant kvinner mellom 50 og 70 år. Det vil være svært uheldig om de tar med seg sine drikkevaner inn i alderdommen. Da blir de mer sårbare for de negative effektene av alkoholen som helseskader, økt risiko for fall og sosial isolering. Mindre alkoholbruk reduserer risikoen for demens. Alkohol har vært en underkommunisert folkehelseutfordring.

BREVIK HISTORIELAG

Vi er opptatt av gruppen 60+ som en ressurs for byen, og håper de nye tiltakene vil skape flere møtepunkter og arenaer for deltagelse og engasjement.

Foto: Erik Engnæs | Tekst: Turid Berg



Brevik Historielag ved nestleder Turid Berg ønsker velkommen til Brevik rådhus og bymuseum.

Brevik Historielag er en aktiv forening med mange planer. Formålet er å ivareta og fremme interessen for Breviks historie og kulturminner, ved innsamling, oppbevaring og formidling av historisk materiale. Vårt utgangspunkt og base er Brevik rådhus, hvor også bymuseet holder til.

Utadrettet virksomhet skjer ved utstillinger på Brevik Bymuseum, skriftlig materiale ved årlige årbøker og artikler/kronikker i tillegg til diverse arrangementer. Av aktiviteter kan nevnes historiske kvelder, vekterturer, vårvandring, og skummel vandring for barn og unge i rådhuset i Brevik, som et alternativ til Halloween. I tillegg er Brevik Historielag ansvarlig for det som sannsynligvis er Norges største årlige garasjesalg. Med bortimot 100 salgsboder i sentrum av byen en lørdag i august blir det mye liv og røre. Mange skatter, fra leker til krimskrams og antikviteter, skifter eiere. Hensikten er å inspirere til gjenbruk av brukte ting, som en motvekt til «kjøp og kast» samfunnet.

Ny tid – nye virkemidler

Brevik Historielag er opptatt av å ta i bruk ny teknologi for å nå fram til et bredest mulig publikum. Historielaget har i 2016 laget en digital historisk vandring, «Bli kjent med Øyas historie», ved utplassering av små batteridrevne radiosendere (beacons). Signalene lastes ned ved en «app» på telefonen. Turen starter ved

paviljongen ved Brevik Rådhus, og tar deg rundt til 16 historiske punkter på Øya. Tiltaket har vakt stor interesse hos publikum, som nå på egen hånd, via egen telefon, kan gå den historiske vandringen når det passer dem. Prosjektet har også vekket nasjonal interesse hos Kulturrådet, Riksantikvaren og andre museer.

Nye tiltak for å nå flere i aldersgruppen

Brevik Historielag mener i utgangspunktet at historielaget vanlige aktiviteter og arrangementer er gode tiltak for de fleste aldersgrupper. Det planlegges likevel flere nye tiltak for å nå bedre ut til gruppen 60+. Målsettingen er å få flere i gruppen 60+ til å engasjere seg i og delta i historielagets arbeid og aktiviteter.

Historielaget besitter mange ressurser når det gjelder kompetanse, skriftlig materiale og bilder fra mange tidsepoker i Brevik. Vi har i tillegg utstillinger og en omfattende samling av gjenstander ved Brevik Bymuseum. Rådhuset - byens storstue - inneholder dessuten både bymuseet og møtelokaler, og gir dermed et unikt utgangspunkt for ulike aktiviteter og tilnæringsmåter.

Brevik Historielag har fått støtte av folkehelsemidler for å utvikle nye tiltak rettet mot aldersgruppen 60+. Følgende prosjekter er på trappene eller allerede igangsatt:

Produksjon av digitale bilde-fortellinger

Tanken bak prosjektet er å bruke historielagets bildearkiv til å lage små digitale fortellinger på 5 – 10 minutter. Snuttene skal ha bilde og tale, og skal vise utviklingen av ulike deler av byen, bygningsmiljøer, samlingsplasser, arbeidsplasser, butikkmiljøer, sentrale arrangementer o.l.

Målgruppen er eldre mennesker i Brevik. Hensikten er å stimulere personlige minner og skape glede, gjenkjennelse og trivsel i det sosiale miljøet på Brevik sykehjem, de tilknyttede servise boligene og i andre seniorgrupper. Sykehjemmet har det nødvendige digitale utstyret, og er svært interessert i å få materiale som kan engasjere og aktivisere beboerne. Bilde-fortellingene blir laget slik at de lett kan betjenes av både bruker og hjelper.

Fortellingene kan også brukes i historielagets øvrige virksomhet. De vil være nyttige som innslag på møter for å skape minner, dialog og debatt om historisk utvikling og endring. Produksjon og digitalisering av fortellingene vil innebære at lokal historie systematiseres og bevares for ettertiden.

Historiske formiddager i Brevik Rådhus

Brevik Historielag har tradisjonelt arrangert en årlig «Historiske aften» i rådhuset med ulike historiske tema. Det legges framover opp til å utvide denne typen arrangementer med «Historiske formiddager» rettet mot målgruppen 60+ og andre som har ledig tid på dagen. Opplegget skal fortsatt ha en historisk ramme, men skal ha mer uformell stil, bevertning, og kortere innlegg/innledninger. Det blir mer tid til dialog om dagens tema. og utveksling om Brevik før og nå.

Første historiske formiddag har allerede gått av stabelen 16. november 2016. Det ble en suksess!

Tema var «Vi åpner rådhuset for omvisning og informasjon om rådhusets historie, og for meningsutveksling om rådhusets framtid». Vi brukte på møtet egne krefter som innledere og omvisere. For å dra det hele i gang er de historiske formiddagene inntil videre gratis, takket være støtten fra folkehelsemidlene.

Det planlegges framover flere lignende historiske formiddager. Ideene til tema for møtene er mange og kreativiteten og engasjementet stort.

Vektertur vinterstid

Alle vekterturerne i Brevik har så langt vært lagt til sommersesongen. Erfaringen er at turene tiltrekker seg turister, men også overraskende mange fra nærområdet. Historielaget ønsker ut fra dette å arrangere en vektertur på vinteren, i vintermørke gater, for målgruppen voksne/60+ fra Brevik og omegn.

Turen vil bli arrangert i løpet av vinteren 2016/17, med samling i rådhuset med bevertning etterpå. Vi har tro på at slike vinterturer kan skape stemning og trivsel, og bidra til engasjement, entusiasme og aktivitet.

Spennende utfordring

Brevik Historielag har tatt i mot kommunens invitasjon om å skape mer aktivitet og deltagelse for gruppen 60 + i et folkehelseperspektiv. Vi er opptatt av gruppen 60+ som en ressurs for byen, og håper de nye tiltakene vil skape flere møtepunkter og arenaer for deltagelse og engasjement.

Vi håper dette på sikt fører til at historielaget kan opparbeide en ressursgruppe, eller en liste med interesserte personer, som kan bidra når det trengs hjelp til rydding i samlinger eller praktisk hjelp til diverse arrangementer.

Nettside: www.brevikhistorielag.no
Kontaktperson Turid Berg tlf: 47847526



Brevik Historielag har laget digital historisk vandring på Øya i Brevik. Turid Berg viser stolt skiltet.



Eldrerådet i Porsgrunn kommune med representanter fra pensjonistforeningene i Porsgrunn.

AKTIVT ELDRERÅD

med pensjonistforeningene i Porsgrunn

Foto: Studio Settem | Tekst: Hans Martin Gullhaug

Eldrerådet skal gi råd til politikerne på aktuelle områder. Rådet tar også opp saker på eget initiativ. Vi er derfor interessert i gode råd og ideer fra kommunens innbyggere til sitt arbeid.

Eksempler på saker:

- Kommunens budsjetter og langtidsplaner
- Handlingsplaner for eldreomsorg
- Sykehjem og omsorgsboliger for eldre
- Gi råd i alle saker som vedrører de eldre i kommunen.

Eldrerådet har vanligvis møte 1 gang pr. måned, og alle møtene er åpne slik at interesserte kan møte opp. Møtested og tidspunkt kunngjøres i lokalpressen og finnes også sammen med møtedokumenter på kommunens hjemmeside.

Rådet ønsker å ha kontakt med alle kommunens pensjonistforeninger. Meld inn til kontaktperson, eldreraadet@porsgrunn.kommune.no

Dette er eldrerådet i Porsgrunn:

Leder - Hans Martin Gullhaug
Nestleder - Ellen Ditlefsen
Medlem - Eivind Thorsen
Medlem - Åse Marie Wenaas
Medlem - Rolf Ejme
Medlem - Irene Kragh Eckell
Medlem - Wenche-Berit Hansen



*Leder Hans Martin Gullhaug
Tlf: 907 66 670*

hans.martin.gullhaug@politiker.porsgrunn.kommune.no



Eldrerådets representanter

Perma Reiser

- din reisearrangør

BESTILL NESTE TUR MED PERMA REISER I PORSGRUNN



Vi arrangerer opplevelsesturer for grupper og individuelle, tilbyr skreddersydde turer tilpasset ulike målgrupper. Vår bakgrunn og personlige erfaring, gir trygge og trivelige reisemål. I Italia, Portugal og Spania tilbyr vi gode og sentrale hoteller til gunstig pris.

Spar deg selv for tid og penger, og gjør Perma Reiser til din personlige reiseplanlegger!



Perma Reiser er medlem av Reisegarantifondet RGF

Kunnskap • Service • Engasjement • Gode Opplevelser

Ring oss i dag!

93 02 20 27

Boks 1703 Vestsiden, 3998 Porsgrunn

E-post: permarei@online.no

www.permareiser.no

KJØKKEN OG GLASS - ALT PÅ EN PLESS

Hos oss er det

BLIDHETSGARANTI!



www.kjokkenogglass.no | Følg og lik oss på facebook!

Olsen brødrene holder til lokalt i Brevik og har høyt fokus på service samt gode priser på kjøkken og glass

Vi selger kjøkken og glass - enkelt og greit!

Jan-Erik Olsen Glassmesterforretning AS, Postboks 113, 3991 Brevik

Epost: post@kjokkenogglass.no | Tlf: 35 57 04 47 / 35570008

Hos oss har vi åpent og er klare for å lage mat hver dag, også lørdag og søndag.

Vi tilbyr det meste innen påsmurt, koldtbord, tapas, varme retter og selskapsmat. Du henter eller vi bringer.

Vi leier også ut fine selskapslokaler.

Ring oss for en prat !

**GRENLAND
FOLKEHØGSKOLE**

4747 3615

catering@grenland.fhs.no

www.porsgrunncatering.no

Tveitanvegen 58, 3946 Porsgrunn

Verdikupong

Lapskaus

100,- pr. pers.

**GRENLAND
FOLKEHØGSKOLE**

Klipp ut og ta med kupongen, ved henting av lapskaus.

Catering



Anleggsgartner Nordengen AS



Telefon 909 70 670
Lundedalslia 19, 3940 Porsgrunn
E-post: post@agn.as



www.agn.as





Viktoria-Hus har siden 1965 oppført over 1000 boliger i Telemark. Denne erfaringen håper vi kan komme deg til gode.

I tillegg til oppføring av nye boliger tar vi også oppdrag på eksisterende boliger. Vi utfører takjobber, ombygginger og rehabilitering. Vi kan også hjelpe dere med tegninger og ideer til hvordan deres bolig best kan tilpasses deres ønsker og behov.

Ta kontakt med vårt kontor i Porsgrunn eller Thor Simonsen på tlf. 970 91 007
Bjørnslettvegen 2, 3917 Porsgrunn
Tlf: 35 55 55 90 | Epost: post@viktoriahus.no
www.viktoriahus.no




A multimodal transportation hub

- Effective terminals for all types of goods RoRo, LoLo, RoPax, dry bulk, wet bulk, unit loads
- Operating 24 hours a day, 365 days a year
- We offer floating derricks, escort-class tugs, barges, VTS, pilots, guest moorings
- Frequent liner services to the UK, Germany, the Netherlands and daily to Denmark
- Multimodal junction for transport by sea, air, rail and road
- The port for Norway's largest industry cluster Port of Grenland has been designated national harbour
- Excellent conditions for living, working, research and education
- Proximity to idyllic and user-friendly coastline with numerous islands
- Grenland Havn IKS: a facilitator for users of seagoing transport
- Port of Grenland can offer importers real property close to the sea, with access to good transport-infrastructure



GRENLAND HAVN
SKIEN • PORSGRUNN • BAMBLE

www.grenland-havn.no
ghv@grenland-havn.no
Stramtangeveien 39, 3950 Brevik • Tel: +47 35 93 10 00



Brevik & Bamble TRAFIKKSKOLE

- Oppfrisknings- og kjørekurs for de som har førerkort.
- Vurderingstime for fornyelse av førerkort.
- Gir råd og tips for de som skal opp til Statens vegvesen for vurderings prøve.

Vi underviser i klassene A, A1, A2, AM146, B, BE og B kode 96 og Trafikalt Grunnkurs.
(Påmelding på www.bbts.no)

Tlf: 35 57 01 47 • post@bbts.no • www.bbts.no



LESEOMBUD

- for eldre i Porsgrunn

Foto: Gunnar Thuve | Tekst: Mari Honningdal

Det er ikke alle forunt å kunne lese ei bok, eller en avis for den saks skyld. Det kan du gjøre noe med hvis du blir leseombud. Vi trenger flere leseombud i kommunen vår.

Et leseombud er en som leser høyt for andre. Alle som vil kan bli leseombud. Leseombudene formidler ikke bare litteratur og prosa, men også menneskelig nærhet og varme. Det viktigste er at man kan tenke seg å gi andre en opplevelse og økt livskvalitet gjennom å lese høyt for dem.

Den som melder seg som leseombud vil ikke få betalt for innsatsen. Dette er helt frivillig arbeid basert på lyst til å gi andre en opplevelse - dele den litterære kulturskatten.

Porsgrunn kommune har fått midler fra "Den kulturelle spaserstokken" for gjennomføring av kulturtiltak for eldre. I den forbindelse har Porsgrunn bibliotek og kulturavdelingen i Porsgrunn kommune jobbet med rekruttering av frivillige bla gjennom et oppstartskurs for alle som kan tenke seg å være leseombud.

Vi trenger flere leseombud, så er du interessert ta kontakt med Mari Honningdal, Porsgrunn bibliotek, tlf: 35547172 eller mail mari.honningdal@porsgrunn.kommune.no.

Bokpraten

Frister det med en kopp kaffe eller te mens noen forteller deg om ei god bok? Velkommen til en litterær halvtime der bibliotekets ansatte tar deg med på en reise i bøker som gleder og utfordrer. Hver torsdag fra kl 12.00 -12.30 på biblioteket.



Leseombudene får tilbud om kurs i høytlesing
Under, illustrasjon: Nina Resch.





KULTURENS VENNER

Kulturens Venner er en gruppe mennesker som bidrar under kulturarrangementer, og oppgavene varierer etter eget ønske og evne.

Foto: Dag Jenssen | Tekst: Frode Heggeli Kvisvik

Kunne du tenke deg å jobbe med konserter og arrangementer? Da kan Kulturens Venner være noe for deg. Kulturens Venner er en gruppe mennesker som bidrar under kulturarrangementer, og oppgavene varierer etter eget ønske og evne.

Frode Heggeli Kvisvik har bakgrunn som utøvende musiker, utdannelse fra kulturstudiet i Bø og han er en mangesidig kulturarbeider i Grenlandsregionen. Frode har i dag sitt hovedvirke ved kulturskolen i Porsgrunn samtidig som han også bidrar med smått og stort i andre deler av kulturlivet i Grenlandsregionen. Han har en ide som han gjerne vil ha med seg flere på.

Veldig ofte trenger kulturarrangementer og aktiviteter flere som kan bidra. Det kan dreie seg om en rekke aktiviteter; å være vertskap, hjelpe til med billetter, rigge og losse utstyr, være kjentmann, følge folk til og fra forskjellige steder, være "kaospilot", hjelpe til med markedsføring etc. Hva med å knytte til seg flere mennesker som kunne tenke seg å være med på slike ting? Det er ofte veldig hyggelig og sosialt å gjøre slike ting, man treffer og blir kjent med nye mennesker samtidig som man blir en del av et arrangement som skaper gode

opplevelser for mange. Man lærer også mye underveis og på den måten kan man tilegne seg kunnskap og erfaring som gir nye muligheter.

Her er det mange muligheter, men først og fremst ønsker jeg å komme i kontakt med mennesker som kunne tenke seg å hjelpe til under kulturskolearrangement på Ælvespeilet. På den måten kan vi bli kjent og alle kan lære de forskjellige oppgavene som vi trenger hjelp til. Man trenger ingen forkunnskaper om noe som helst for å være med på dette. Det eneste man trenger er et åpent sinn og godt humør. Det vil bli arrangert samlinger for de som melder sin interesse og ingen ting er forpliktende i første omgang.

Dersom vi kommer i kontakt med mennesker som har ideer og som brenner for disse tingene, er det ikke utenkelig at vi kan bidra også andre steder, for andre arrangører på andre måter i fremtiden. Kanskje det fins mennesker med talenter for det ene og det andre der ute? Det er også naturlig å tenke at Kulturens Venner kan samarbeide eller bli en del av Ælvespeilets Venner. Vil du vite mer om dette kan du ta kontakt med Frode på frode.kvisvik@porsgrunn.kommune.no eller ring tlf: 98822234.

NYBAKTE BUNNER HVER DAG

WWW.PIZZABAKEREN.NO

LUNSIJ KUN 155 KRONER!!

ALLE STORE PIZZA
MELLOM KLOKKEN 11-14



VI LEVERER I HELE SKIEN OG
PORSGRUNN FRA 11:00 HVER DAG!!

PB

PIZZABAKEREN

TELEMARKSVEIEN 355 255 35 LIE 355 99 600 VALLERMYRENE 35 93 40 40 HERØYA 39 49 92 92



Bestill taxi

03536



Bestill med vår app

BESTILL ONLINE

DET ER GODT Å KJØRE MED GRENLAND TAXI

www.grenlandtaxi.no | post@grenlandtaxi.no | Lik og følg oss på facebook: Grenland Taxi

VI HENTER OG BRINGER DER DU VIL, MED ET SMIL!

Seniorkonfekten

- noe for enhver smak



Har du lyst til å engasjere deg som frivillig?

Ta kontakt med Hans-Petter Teigen for mer info.
Telefon: 35 55 71 55 / 417 49 586
hans.petter.teigen@porsgrunn.kommune.no



Lesesirkel våren 2017

Har du lyst til å bli med i en lesesirkel? Diskutere spennende bøker med andre leseglade mennesker? Bli med i vår åpne lesesirkel! Vi møtes en gang i måneden og neste gang er onsdag 18. januar kl. 17.30 - 19.00

Lytt og Strikk

Lytt og strikk er et tilbud til alle som liker strikking og høytlesing. Her møter du andre strikkere mens vi serverer god litteratur.
En gang i måned kl 17.30 - 19.00

For mer info:

www.porsgrunnbib.no

SPASERSTOKKEN

I regi av den kulturelle spaserstokkordningen, arrangeres det kulturtiltak tilrettelagt for seniorer på våre sykehjem og aktivitetssenter.
Se oppslag på insitusjonene.



Vi har honnørkino

annenhver onsdag kl.12.00.
Dette er åpne forestillinger for alle!

Honnørkino på dagtid:
Kr.90,- m/ kaffepause.

**Vi starter opp
onsdag 11. januar i 2017!**

Se mer om våre tilbud
www.charlie.no



ZUMBA[®]

gold

Zumba GOLD er et aktivitets- og treningskonsept hvor enkle dansetrinn og bevegelsesglede står i sentrum.

TID: Tirsdager fra kl. 10:00-10:45.

STED: Helse og aktivitetssenteret på Vestsiden.

Oppstart: 10. januar 2017

For mer informasjon:
Rita Ødegård tlf: 35573545



Kulturskole for voksne

Kursholder Oddvar Lønner. Kurset går over 10 uker med oppstart mandag 6. februar kl. 11-13 på Østsiden skole.

Temaer våren 2017:

Dikter og komponist. Sanger og kantater omkring samarbeid/inspirasjon mellom diktere og komponister. Symfoni nr. 2 av fem forskjellige komponister

For mer informasjon: Kontakt kulturskolen
Tlf: 35 54 72 25

HELSE - OG AKTIVITETSSENTRENE I PORSGRUNN KOMMUNE

MEIERIGÅRDEN: Storgt 115, 3925 Porsgrunn
Åpent mandag - fredag kl. 08.30 - 14.30 Tlf: 35 56 54 50

VESTSIDEN: Zimmermannløkka 1, 3920 Porsgrunn
Åpent mandag - torsdag kl. 08.30 - 14.30 Tlf: 35 57 35 45

HERØYA: Snorresgate 1, Herøya Tlf: 35 51 48 59
Åpent tirsdag og torsdag kl. 08.30 - 14.30

BJØRNTVEDT: Bjørnåsveien 26, 3916 Porsgrunn
Tlf: 35 54 72 22 (NB! Fra 1/1-17, kun åpent tirs og tors.)
Åpent mandag - onsdag kl. 08.30 - 14.30

BREVIK: Storgt 17, 3950 Brevik (Brevik Kulturhus)
Tlf: 48 30 51 84
Åpent tirsdag og torsdag kl. 08.30 - 14.30

LANGANGEN: Lysåsveien 7, 947 Porsgrunn
(Langangen skole) Tlf: 35 56 81 03
Åpent annenhver onsdag kl. 08.30 - 14.30

BORGEHAVEN: Borgehaven 1, 3911 Porsgrunn
Tlf: 35 56 25 24
Åpent mandag - fredag kl. 08.30 - 14.30

Helse- og aktivitetssentrene har et bredt utvalgt av tilbud og aktiviteter. Her kan du få kjøpt deg noe godt å spise, pleie hår og føtter, nyte underholdning samt delta på kurs, klubb og trim. Se eget program for hvert senter på Porsgrunn kommunes hjemmeside, ta kontakt via telefon eller kom innom.

STRIDSKLEV I.L.

Stridsklev IL har ingen tilbud som kun er for de over 60, men vi har en utetreningsgruppe som er åpen for alle, som også 60+ er med på.

Kontaktperson er Gyrid Sandvik
Tlf: 93243902 www.stridsklevil.no

PENSJONISTTRIMMEN

Foregår en gang i uken, hver onsdag formiddag. Etter trimmen serveres det rundstykker med kaffe, alt på basis av dugnad.

Sted: Herøyahallen

Fokke F. van der Meer har vært gruppeleder siden år 2000.
E-post: ffm1936@gmail.com

URÆDD HÅNDBALL

Det finnes seniortilbud for herrer i Urædd håndball.
Kontakt Pål Berg Andreassen,
tlf: 95041679

BREVIK IDRETTSLAG

Vi er en gruppe som holder på med trim for eldre, kontaktperson er Tore Fosse, 48054351.

PORS TURN

Herre veteran trening som er felles for Telemark. Kontakt person er Jan Ove Hansen 50+ tlf. 91376386
jao-han@frisurf.no

Pors turn har også felles trening for kvinnelige gymnastikkveteraner i Telemark som danser og har enkle øvelser 55+ Kontaktperson er

Anne Kjerstin Jacobsen
ankjlaporsturn@gmail.com
Tlf. 41226293

ORIENTERING

I våre ukentlige treninger og løp i Porsgrunn/Skien/Bamble så er det tilbud for alle aldre. Vi har lagt til rette for turorientering i både skog og bymiljø. Løypa består av poster som er fargekodet ihht vanskelighetsgrad og tilgjengelighet. Grønn er enkleste og svart de mest krevende.

Kontaktperson Jon Skriubakken
Tlf: 91708120



BREVIK SEILFORENING

I seilforening er det mange ivrige mennesker og et vennlig og trivelig miljø. Foreningen drives på dugnad og dette skaper godt samhold.

Foto: Erik Engnæs og seilforeningens arkiv | Tekst: Øystein Halvdan Lie og Jørn Fougner

Brevik Seilforening holder til på flotte Seivall ved Eidangerfjorden. Der er det stor virksomhet, særlig i perioden fra april til september. Det utføres kontinuerlig aktiviteter for å skape en praktisk, hyggelig og nyttig arena for seilspporten. De som er delaktige forteller om mange fine opplevelser og arbeidsglede i et trivelig sosialt felleskap. Kommunen vil hjelpe til med å skape møteplasser der kommunens innbyggere og frivilligheten kan samhandle.

Øystein Lie i kommunen tok derfor kontakt med leder Jørn Fougner i seilforeningen for å høre om foreningen ønsker å knytte til seg flere frivillige eldre:

Blir du med i en felles mobilisering for å rekruttere flere 60+ til aktiviteter i foreningen?
- Ja, det vil vi gjerne prøve ut. Jeg tror at en aktiv hverdag med meningsfulle aktiviteter har stor betydning for enkelt-mennesket. Aktive seniorer innebærer også mindre risiko for

helsemessige utfordringer. Ensomhet kan også være et problem i alderdommen. En sterkere kobling mellom seniorer og frivillighetsarbeid er spennende å jobbe med, så nå ser vi på hvilke muligheter som ligger her på Seivall.

Hva tenker seilforeningen om denne utfordringen?

- Det er et flott initiativ fra kommunen. Vi har flere oppgaver som jeg tror vil passe ypperlig! Alle oppgavene som drives på dugnad, rulleres det på for å holde hjulene i gang i foreningen. Vi har diskutert mulighetene i styret, og vi ser flere faste oppgaver som vi vil være veldig glad for å få hjelp til. I tillegg er det ingen av disse oppgavene som krever stort annet enn interesse for andre mennesker, og å være blid og omgjengelig. Det å hjelpe til med praktiske gjøremål, vil gjøre at man fort blir inkludert i foreningen.

Hvilke konkrete oppgaver har dere diskutert?

- Typiske oppgaver som vi jevnlig strever med å organisere og løse er blant annet kioskdrift med kaffe, vafler, pølser, brus og is. Eiendommen og grøntanlegget vårt er stort og krever jevn innsats for å holde det pent, ryddig og i orden. Vi har også diverse «vaktmesteroppgaver» på ulike bygg, brygger og forskjellig utstyr, og vi har enkelte sekretariatsoppgaver knyttet til seilaktivitetene. Her trengs hjelp til både å skrive tider, heise ulike flagg og å skyte med startpistolen. Her ser jeg gode muligheter for å inkludere eldre som kan tenke seg en fast møteplass og meningsfulle oppgaver.

Er det en forutsetning å kunne noe om seiling for å ta kontakt med dere?

- Jeg vil tro at det er mange som har et forhold til sjø- og båtliv, ja kanskje også til seiling. Da vil aktivitet hos oss passe godt, og det vil også være fine muligheter til å prøve eller delta. Men det er ingen nødvendighet. For å løse de oppgavene som jeg allerede har nevnt er det andre egenskaper og kompetanse som er vel så betydningsfulle.

Aktiviteten er vel kanskje konsentrert omkring sommersesongen?

- Ja, foreningen har sin hovedaktivitet på Seivall fra begynnelsen av april. Det kommende halve året er det spesielt onsdags ettermiddager som medlemmene samles til dyst. Det konkurreres ute på fjorden. Det er også arrangementer i helger og på andre ukedager, og mange av foreningens medlemmer har båt-plassen sin på foreningens brygge. Det er derfor et yrende liv gjennom hele sommeren og ut september måned. Da tas båter på land og aktivitetene roes betraktelig. Det er allikevel enkelte samlinger i vinterhalvåret, og modellbåtgruppa som består av voksne seilere holder det jevnt gående også i vinterhalvåret med sosiale og gøyale treninger. Vi benytter også lokalet til ulik møtevirksomhet i vinterhalvåret.

Vi er klare til å ta imot henvendelser fra interesserte og vil se på hvordan vi kan tilrettelegge for at folk kan delta og hjelpe til i miljøet vårt. Uansett respons så vil vi følge opp med relevant informasjon og organisering for å ta vare på god energi og velvillig innsats. Dersom du er interessert så ikke vent med å ta kontakt med oss.

Kontaktperson: Jørn Fougner, tlf 48 02 68 24, eller e-post til leder@brevik-seilforening.com
Det er også mye informasjon om Brevik seilforening på våre nettsider og på facebook.



PORSGRUNN BIBLIOTEK

Bokprat med Tor Åge Bringsværd



En av Norges mes produktive forfatter, Tor Åge Bringsværd, var i oktober invitert for å snakke om sitt forfatterskap.

Foto: Gunnar Thuve og Porsgrunn Bibliotek | Tekst: Mari Honningdal

På Porsgrunn bibliotek har vi ukentlige bokprater. Hver torsdag tar en av bibliotekets ansatte deg med på en reise i bøkernes verden. Er du på jobb i nærheten kan du ta med nistepakka, bli servert kaffe og te, og være med på en hyggelig boklunsj.

Torsdag 13. oktober var det imidlertid ikke noen av bibliotekets ansatte som holdt bokpraten. En av Norges mest produktive forfattere, født i Skien, var invitert til å snakke om sitt forfatterskap.

Tor Åge Bringsværd (født 16 november 1939) har utgitt over hundre bøker for barn og voksne, og det finnes knapt en sjanger han ikke har vært innom; romaner, noveller, dramatik, bildebøker, serier og lettlestbøker. Særlig kjent er han for sitt samarbeid med Jon Bing, et samarbeid som ledet til flere science-fictionbøker og tv-produksjoner. I 2010 mottok han Norsk kulturråds ærespris for sitt betydelige forfatterskap, i tillegg har han mottatt en rekke andre priser.

Denne torsdagen var 50 personer samlet på «øvre dekk» for å høre ham fortelle. Tor Åge Bringsværd underholdt forsamlingen med en levende beskrivelse av sin oppvekst i Skien, der foreldrene hver eneste kveld, gjennom en nissemaske i veggen, byttet på å fortelle historier til vesle Tor-Åge. Det var her spiren til å lage fortellinger for andre ble lagt. Eventyrlige, egenlagde og lange historier med foreldrene og seg selv i hovedrollen ble fortalt, og de ble langt fra ferdigfortalt samme kveld. Det var, som i Donaldbladene den gang, «fortsettelse følger». Og føljetongen fortsatte ikke neste dag, for da var det den andre foreldren sin tur.

Denne innsprøytingen av egenlagde fortellinger hver kveld, dannet grunnlaget for en livslang kjærlighet for fantasi og litteratur, og gleden ved å formidle det. Han trakk også frem mormorens høytlesninger fra «Ole Brumm» som en viktig inspirasjon. Tor Åge fortalte at for ham er det er lurt å la ideer ligge i bakhodet og godtgjøre seg, og la underbevisstheten jobbe mens han gjør andre ting. Når tiden er moden kan skrivningen gå veldig fort forteller han.

Det var en ære og ha en så mangslungen forfatter tilstede, og ut fra reaksjonene til tilhørerne og dømme, satt de fleste igjen med en følelse av at de nå ikke bare hadde fått delt tanker fra en bok, men fått et dypdykk inn i en allsidig og kreativ persons livsvisdom og klokskap.



50 personer var samlet for å høre Tor Åge fortelle.



Vår ekspertise bedrer din livskvalitet!

DIN SPESIALFORRETNING

Vi fører hjelpemidler til kronisk syke, samtidig som vi driver opplæring og oppfølging av den enkelte bruker.

Vi ekspederer elektroniske resepter og papirresepter på ernæring, stomi, kateter, inkontinensutstyr og brystprotese.
Gratis hjemkjøring av reseptvarer.

Vi fører også:

- Ortoser / støttebandasjer
- Sko - såler til avlastning - ullsåler
- Ulltøy med angoraull
- TEMPUR puter og madrasser
- Kompresjon - støtte / reisestrømper
- Brystproteser og BHer
- Utleie av brystpumper og sengevæteralarm
- m.m.

Med helsefaglig kompetanse



Foto: Tommy Nikolaisen

HYGEA helse & bandasje a.s
Storgt. 115, Meieritorget 3921 Porsgrunn
God parkering foran butikken.

Tlf: 35 55 01 93
hygea@sageie.nhn.no

Følg oss på Facebook/bandakjeden
Finn din nærmeste butikk på www.banda.no



SE VÅRT STORE UTVALG AV
NERLI OG MØKLEBY BILDER

T. Midgaard & Co.

Kirkebakken 1 • Porsgrunn
35 55 14 50 • post@midgaard.net

Galleri
Osebro

Storgata 174 • Porsgrunn • 35 55 30 66
www.galleriosebro.no • info@galleriosebro.no

SANDØYA

- et innblikk

Folk på Sandøya har vært vant til å klare seg selv, derfor har de også måttet samarbeide for å få til ting.

Foto og tekst: Grete Rokstad

Jeg vet ikke om det er spesielt for Sandøya, men jeg har inntrykk av at det er veldig mange spreke, friske og engasjerte seniorer på denne øya. Det kan ha sin årsak i flere ting. På Sandøya bor det knapt 340 mennesker, så det er et lite sted og folk bor ganske tett. Sannsynligheten er stor for at man kjenner til de fleste. Folk på Sandøya har vært vant til å klare seg selv, derfor har de også måttet samarbeide for å få til ting. En relativt stor andel er politisk aktive. Folk har erfaring med at skal man være med å påvirke, må man engasjere seg. Flere ganger har folk tatt skjeen i egen hånd. I sin tid ble for eksempel gatelys satt opp på dugnad. Førstehjelpslaget og brannkorpset er dugnadsbasert og meget velfungerende. Foreningsliv og kulturelle aktiviteter blomstrer, kanskje fordi det kan føles litt langt å reise til fastlandet når man trenger å underholdes. Ikke er det så lett å komme seg hjem igjen heller hvis siste ferge er gått. Det virker som om folk føler at de både kan delta og at de har lyst til å bidra. Ofte samarbeider folk på tvers av alder og det gjør at samfunnet ikke framtrer som segregert.

Jeg fikk nyss om at Anne Marit Edvardsen og Wenche Eek skulle i gang med lefsebaking, så jeg spurte om jeg kunne få komme og se. Disse damene er særdeles driftige; hvert år før jul baker de på bestilling: Lefser (eller kling som det heter på bakespråket), smultringer og kransekaker. Dette har de holdt på med i mange år. Inntekten lar de gå til et godt formål. Før om årene gikk overskuddet til Bedehuset, i de senere årene har den gått til Montessoriskolen eller til barnehagen. Alt ettersom hvem de synes trenger det mest.

Til tross for at Anne Marit er 67 år, er hun fortsatt aktiv i arbeidslivet. Wenche er bare så vidt fylt 60, så hun kan vel knapt kalles en senior. Sammen har de ansvar for renholdet på

Klokkerholmen leirskole. Når de skal på jobb, går de gjennom skauen i alskens vær og vasser det siste stykket – dersom det ikke er is da... Tøffe damer!



Anne Marit (t.v.) og Wenche i gang med den årlige lefsebaksten i kjøkkenet hos Wenche.

Anne Marit og Wenche har vært primus motor for søndagskafeen på Lyngholmen, den dugnadsdrevne kulturskøyta som ligger i moloen på Sandøya. Med jevne mellomrom har de åpnet dørene i Damesalongen, som det står på skiltet over døra. Det betyr ikke at det er stengt for mannfolk. Nei, dette er et møtested for alle, både stamgjester og de som finner veien dit for første gang. I Damesalongen sitter man tett, for plassen er ikke stor. Alle sitter rundt det samme bordet og det inviterer til samtale. Praten går lett og historier blir fortalt. Anne Marit og Wenche har hjemmebakte kaker og nykokt kaffe å by på, og inntekten donerer de til Lyngholmen.

Nå er det riktignok halvannet år siden det har vært arrangert søndagskafé på skøyta, men det har sin årsak i at Anne Marit har skiftet ut først det ene og så det andre kneet. Siden har hun lagt seg i trening og er snart sprekere enn før. Vi håper at Damesalongen igjen åpnes for turgåere og andre som har lyst til å lytte til eller fortelle historier. En av stamgjestene,

Paul Walter Berntsen, eller bare Walter, er en av de som har mange historier på lager. Tross sin relativt høye alder (87 år), har han en formidabel hukommelse og en humor som krydrer fortellingene. Jeg tok kontakt med han og avtalte å møtes hjemme hos Anne Marit en formiddag for å prate litt om livet på øyene. Walter er født hjemme i stua på Siktesøya, noe som ikke var uvanlig den gangen, men som ofte kunne være dramatisk. Anne Marit, som er tjue år yngre, kom til verden på Brevik sykehus. Anne Marit og Walter kjenner hverandre godt. De har begge i en årrekke vært aktive i Øyene Arbeiderlag og Porsgrunn Arbeiderparti.



Anne Marit og Walter i stua hos Anne Marit.

«Ikke alle skjønnte at man måtte ta det den politiske veien», minnes Walter, «det beste var om Velet kom med ideer og så kunne Arbeiderlaget legge det fram for kommunen. Vi hadde bestandig representanter i kommunen, det var jo den måten vi fikk det til her au. Noen ganger hadde vi såpass mange representanter at vi kunne nesten få hva vi ville her ute. Jeg satt i formannskapet på den tida. De andre partiene har ikke hatt noe særlig betydning, bortsett fra Venstre kanskje, med Einar Matisen. Jeg husker en gang at jeg måtte si til Havstad, som da var gruppeleder i Arbeiderpartiet, *at nå må du godta noen av de sakene som han Einar Matisen kommer med, for det er jo i grunnen noen av de sakene vi arbeider for på Sandøya!* Men siden han kom fra Venstre satte alle tomlene ned for det som kom derfra, uansett sak!»

«Vi hadde gode kontakter oppad i Arbeiderpartiet. Jeg husker at 1. mai et år hadde vi han Einar Førde på besøk på Sandøya. Han var nestformann i Det Norske Arbeiderparti den gangen. Under arrangementet gikk brannalarmen, og da alle mannfolka dro til Oksøya for å slukke brann, hadde Einar Førde alle jentene for seg selv».

«Renovasjon har jo litt av en historie, det var jo ikke noe renovasjon den gangen», fortsetter Walter. «Det var sånne styggedaler som vi kalte det», supplerer Anne Marit. «der heiv vi alt mulig. Det fantes flere steder på Sandøya». «Og den som hadde en liten

jordfleck gravde ned det de kunne. Og så var det ut fra bryggene da, der var det jo veldig lett å hive ting. Jeg husker hu Dagmar Lund. Hu fikk masse aviser og jeg husker hu sto nede på enden av kommunebrygga og heiv ei og ei avis uti vannet», ler Walter. «Men det løste seg jo opp», skyter Anne Marit inn. «Det verste er plasten. Og så hermetikk og glass. Alt annet løser seg vel opp etter hvert. Det var dårlig med renovasjon i Brevik også. På Banken brant de søppel». «De som reiste med ferja mellom Stathelle og Brevik hadde gjerne med seg no bråta som de heiv over rekka midtfjords. Det var normal renovasjon på den tida. Og de pleide å kjøre lastebilen eller traktoren så nærme vannet som mulig og tømte, og mesteparten gikk i vannet, og i evja kom det over til vårs. Derfor kalte vi det drittrand fra Brevik. Ting fløyt med strømmen, og var det full tåke var det bare å følge søpla så kom vi til Brevik», forteller Walter.

«Jeg husker den dunkeferja som vi pleide å kalle den, minnes Anne Marit. «Og så lakk det inn i ferja så vi måtte sitte med paraply», sier Walter. «Og Løvøy va`kke no bedre», sier Anne Marit. «Den aller første ferja, va`kke den elektrisk?» spør Anne Marit. «Det stemmer det, men noen ganger kom den ikke tilbake igjen. Den hadde plutselig ikke mer strøm og så stoppa motoren og ferja dreiv bare videre. Det er til og med dikta en sang om den: *Ferja som stille på fjorden driver*», minnes Walter. «Den blei laga til revyen», sier Anne Marit. «Men så fant de ut at de skøytemotorane, de gikk jo bestandig. Så derfor blei det en sånn dunkemotor, en 24 hesters Rapp», sier Walter. De er enige om at ferjehistorien skulle vært nedskrevet.

«Før ferjenes tid, hadde vi bare koggane. Vinterstid når isen lå på fjorden kom ikke koggane fram, så da brukte man spark og andre hjelpemiddel for å komme seg til fastlandet. Som regel var det ei råk inn til Norcem og ofte var det isflak som fløt i råka, så hvis man tok god fart kunne man hoppe fra isflak til isflak og komme seg tørrskodd til fastlandet», minnes Walter.

Anne Marit og Walter har mange historier på lager. Jeg fikk et lite innblikk og imponeres av at de klarer å minnes så detaljert så langt tilbake.



Kulturskøyta Lyngholmen ligger i Moloen på Sandøya.

EXPRESS

Bil & Båtpleie

GJØR BILEN KLAR FOR VINTEREN!

Hos oss får du nå opptil 30% rabatt på utvalgte pakkepriser.

Pakke 1

Lett utvendig vask med matter og tørking med pusseskinn.

Fra
250,-

Supervask

Utvendig/innvendig vask, støvsuging, vask av dashbord, vinduer, dørkarmer, matter og felgrens.

10%
rabatt

Pakke 6

Utvendig/innvendig vask, støvsuging, polering, lakkrens, vask av dashbord, vinduer, dørkarmer, matter, motorvask, gummiforner og felgrens.

15%
rabatt

Pakke 15

Lakkforsegling med 6 års garanti.

Lakkforsegling er en god investering som opprettholder bilens verdi og beskytter mot sur nedbør, industriavfall, solstråler og andre ting som kan skade lakken.

20%
rabatt

Pakke 8

Komplett utvendig/innvendig vask, lakkrens, polering, innvendig rens, støvsuging, rens av seter, tepper, dørtrekk, vask av dashbord, vinduer, dørkarmer, matter, motorvask*, gummiforner og felgrens

30%
rabatt

Lakkforsegling av bobil

Med 6 års garanti. Kontakt oss for et kjempetilbud!

BILLAKKERING - Lakkering & Oppretning

Vi har spesialrabatt for pensjonister!

Godt grunnarbeid

Med godt og nøye utført grunnarbeid er over 90% av jobben gjort.

Lakkboks

Vi har moderne utstyr som gir et bedre resultat.

Universal lakkering

Vi kan lakkere alle bilmerker og modeller.

Den beste lakken

Når vi bruker Standox er vi garantert det beste resultatet.

Kunden står alltid i første rekke

Vi kan derfor love riktig jobb til rett pris og avtalt tid.

TA KONTAKT FOR ET UFORPLIKTENDE TILBUD!

www.expressbilvask.no

Følg oss på facebook: Express Bil & Båtpleie As

Velkommen til oss!

Avdeling Porsgrunn

Håndverksveien 15

3917 Porsgrunn

Tlf: 35 55 89 00 - 97 08 00 67

Kommer du fra
Skien eller bamble,
får du
BOM-RABATT!

FRIVILLIG

Kwangsu Park

“Jeg liker å glede andre”

Foto og tekst: Hans-Petter Teigen

Kwangsu Park kommer fra Sør Korea nærmere bestemt Seoul og vi treffer han en tirsdag formiddag på Brevik sykehjem hvor han er i gang med å spille piano og underholde beboerne der.

Han er frivillig ved Porsgrunn Frivilligsentral og meldte seg der med et ønske om å kunne bidra med å hjelpe eldre mennesker.

Kwangsu kom til Norge for litt over to år siden og er nettopp ferdig med en master i prosess teknologi ved Høgskolen i Telemark i Porsgrunn. Foreldrene og en yngre søster bor sammen i Seoul i hjemlandet

Vi stilte Kwangsu noen spørsmål om hans bakgrunn og hans frivillige engasjement.

Hvordan trives du i Porsgrunn?

- Jeg trives veldig godt her. Porsgrunn er en trivelig by og bo i. Nå jobber jeg som studentassistent på høgskolen og hjelper første års masterstudenter med ulike oppgaver. I fritiden spiller jeg piano, studerer norsk språk, lett trening, sykler, besøker mine venner eller går på shopping.

Hvorfor ville du bli frivillig?

- Jeg tok en bachelorgrad i Sør-Korea med en kombinasjon av teknologi og psykologi i fagkretsen fordi jeg blant annet var interessert i å studere menneskesinnet. I Sør-Korea engasjerte jeg meg i frivillig arbeid på et sykehus hvor jeg hjalp mennesker i en rehabiliteringssituasjon. Det var en givende opplevelse for meg, og jeg var glad for at jeg kunne hjelpe andre mennesker. Jeg hadde derfor lyst til å fortsette å gjøre frivillig arbeid etter jeg kom til Norge. Kort sagt så liker jeg å glede andre.

Hvordan trives du med å være frivillig og å spille for beboerne her på sykehjemmet?

- Det er veldig hyggelig og jeg er glad for å ha blitt tatt så godt imot ved Porsgrunn Frivilligsentral og at de fant noen oppgaver til meg. Her på sykehjemmet gir beboerne og personalet meg alltid en varm velkomst. Det gjør meg glad å se at de eldre smiler mens de lytter til min musikk. Bortsett fra å spille piano er jeg også villig til å hjelpe eldre med andre oppgaver de trenger en hjelpende hånd til.

Ønsker du å si noe til andre som kunne tenke å engasjere seg?

- Alle lever og samhandler vi med hverandre. Noen ganger trenger vi hjelp og noen ganger kan vi selv bidra med å hjelpe noen.

I mitt liv er det mange som har hjulpet meg med ulike ting og jeg har stilt opp for andre som trenger hjelp. Som medlem av et lokalsamfunn som skal være et bra sted å bo og leve i for alle, er det en veldig viktig faktor dette med å bry seg om andre og hjelpe hverandre.

«Det er stor glede i det å glede andre» avslutter Kwangsu Park før han igjen setter seg til pianoet for å spille noen hyggelige toner for beboerne

ved sykehjemmet.

Brit Robertsen er aktivtør ved Brevik sykehjem og hun uttrykker stor takknemlighet for Kwangsu sitt engasjement for beboerne.

- Det blir veldig god stemning når Kwangsu kommer på besøk å spiller for oss. Det er en uformell og fin atmosfære og hans musikk slår godt an da den er harmonisk og melodisk og treffer godt blant beboerne.

Vi setter veldig pris på at folk kommer innom, vi har alltid behov for noen som har lyst til å bidra med ulike ting. Så det er bare å ta kontakt, alle skal bli tatt godt imot sier Brit Robertsen.



ÆLVESPEILETS VENNER

Ælvespeilets Venner er en viktig støttespiller for Ælvespeilet.

Foto og tekst: Terese Vangstad

Ælvespeilets Venner er Kulturhuset Ælvespeilet sin trofaste og entusiastiske venneforening. Foreningens mål er å støtte kulturhusets virksomhet og arbeide for å høyne interessen for kulturhuset og dets funksjon. Foreningen ønsker å knytte til seg medlemmer over 18 år.

Medlemmer i venneforeningen hjelper oss med arrangementsavvikling. De er blant annet vertskap som ønsker publikum velkommen, sjekker billetter ved inngangen og er ordensvakter inne i salene.

Ælvespeilets Venner gjør en stor innsats, og vi er veldig glad for å ha dem med på laget. Øystein Beyer sier:

- Kulturhuset Ælvespeilet har vist sin berettigelse gjennom de gode opplevelser publikum får, gjennom de aktiviteter som skapes, og gjennom den styrking av kulturfeltet som huset gir. Gjennom tunge politiske og faglige beslutninger ble Ælvespeilet reist. Området er blitt et fyrtårn for byen vår. Vi er mange som heier på Ælvespeilet. For å utvikle seg til glede for oss alle, trenger kulturhuset venner. Jeg vil være en av dem.

Venneforeningen har fire faste treff i året.

Påmelding eller spørsmål, ta kontakt med Terese på Ælvespeilet:
terese@elvespeilet.no / tlf: 95800689



Ælvespeilets Venner er en viktig støttespiller for Ælvespeilet. Her representert ved to gode venner, Øystein Beyer og Per Kåre Mæhlum.

Tak-Consult



Gratis befaring/inspeksjon av Deres tak!



v/ John Fr. Fosse,
Chrystiesgate 4,
3950 Brevik

Tlf: 908 48 277
E-post: post@tak-consult.no

ÆLVE/SPEILET

Ta med barnebarne på lørdagsforestillinger kl. 12.00



21.jan - 28.jan - 11.feb - 18.feb - 4.mar - 11.mar - 18.mar

www.aelvespeilet.no

Din lokale rørleggerbutikk

43 år i
Rørleggerbransjen

VB
VARME & BAD

Porsgrunn
Rørleggerforretning AS

Bjørnslettvegen 2, 3917 Porsgrunn | Tlf: 35 93 09 00 | www.prf.no

HONNØR KINO



Annenhver onsdag kl. 12.00 er det
honnørkino på Filmsentret Charlie.

Vi viser som regel to filmer, slik at man
kan velge den filmen man ønsker å se.
Kinoen har også 20.minutters kaffepause
midtveis i filmen, med kaffe – Te og kjeks
som serveres.

Det er mye folk på disse
honnørforestillingerne. Det er
også unummererte billetter,
så vær tidlig ute.

Se mandagsannonse i avisene for disse
forestillingerne, eller kinoens hjemmeside:
www.charlie.no



Velkommen til en trivelig formiddag!



SKOMVÆR KVARTALET



**10 AV 14 LEILIGHETER
ER SOLGT!**

SNART STARTER BYGGINGEN!



**Fra enebolig
til leilighet**

Drømmer du om en enklere hverdag?

Et nytt og mer lettstelt hjem?

PBBL jobber med mange nye
boligprosjekter i Grenland.

Vil du vite mer?

For mer informasjon:

Prosjektmegler/Eiendomsmegler MNEF Hanne Eriksen Davik

90 54 56 09 - hed@pbbl.no - pbbl.no

FABRIKKUTSALGET
PORSELEN • GLASS • KJØKKEN • GÅRDSMAT • INTERIØR

Porsgrunds Porselænsfabrik

SENSE VÅR STORE HVITE SERIE
Tidløs design

NY INTERIØR AVDELING

STOR KJØKKEN AVDELING

STOR HADELAND GLASSVERK AVDELING

La deg friste i vår avdeling for **GÅRDSMAT OG DRIKKE**

STOR PORSELEN AVDELING

B-VARE OPPTIL 80% RABATT

ÅPNINGSTIDER: man.-fre 9-20, lør. 9-18.
Gratis parkering
www.porsgrund.com

Porsgrunds Porselænsfabrik

Klinikk for Fotterapi

"føtter i sentrum"

Har du uspesifikke smerter i fot, legg, kne, hofter eller rygg?

Da kan Biomekanisk Terapi være behandling for deg!



Velkommen til å bestille time til Fotterapi / Biomekanisk Terapi!

Behandler smertefulle negler, fjerner hard hud og liktørner, behandler vorter osv.

Tilbudet varer ut desember!
50 % Medical Footwear/ Sko fra New Feet

* Denne rabatten gjelder lagervare, og ikke på bestillinger.

Autoriserte Fotterapeuter:

Line: 977 57 986
Maria: 926 63 797
Finn: 488 66 669



Storgata 148, Porsgrunn | www.klinikk-for-fotterapi.com

SALG GRAVERING EGENPRODUKSJON REPARASJONER

**GULLSMEDMESTER
EIVIND TOSKA MED 46 ÅR
I GULLSMEDFAGET**

 **TOSKA GULLSMIE** 

Storgt. 96c, Tegllhuset, 3921 Porsgrunn
Tlf. 35 55 64 50

FÅ PROFESJONELLE OG MINNEVERDIGE BILDER AV DIN BESTE VENN

JULETILBUD FRA 1490,-



+47 416 88 409
jeanetteigen@gmail.com

Fotograf **Jeanett Teigen** jt

KUNSTVERT

I Porsgrunn og Grenland

Har du lyst til å være med som kunstvert i regi av Kunsthallen på kulturhuset Ælvespeilet i Porsgrunn?

Tekst: Andreas Rishovd

Dette var spørsmålet vi høsten 2014 stilte til en rekke sentrale ressurspersoner som på ulikt vis og gjennom en årrekke har støttet opp rundt kunsthallens og kunstforeningens arbeid med formidling av kunst. Noen av de vi tok kontakt med har vært medlemmer i den ærverdige kunstforeningen i en årrekke, andre har deltatt på utstillingsåpninger, fulgt foredragsrekker eller kunstfilmvisninger. Felles for alle har vært en genuin nysgjerrighet til å utfordre seg selv i møte med ny og spennende kunst.

Hva er en kunstvert og hvilke oppgaver skal utføres?

Som kunstvert møter man publikum i utstillingen og inviterer til en samtale med utgangspunkt i kunsten som vises i kunsthallen. Kunstvertene er som oftest i aktivitet avtalte helgedager, hvor også publikumsbesøket er på sitt høyeste.

Kunstvertordningen baserer seg på prinsippet om frivillighet og lekmannssamtalen. Dette innebærer at man ikke har noe ansvar for å formidle utstillingen til grupper eller andre som har bestilt omvisning i utstillingen. Dette tar staben i kunsthallen sag av.

Som kunstvert bestemmer du selv hvilke utstillinger du vil være kunstvert for. Dette er viktig da ordningen baserer seg på å følge lystprinsippet. Man skal ha lyst til å være en samtale partner og man tar selv initiativet til samtale med publikum.

Kunstverter er med på å planlegger samt gjennomfører foredrag, ekskusjoner og sosiale møteplasser. Dette skjer i tett oppfølging med ansatte i kunsthallen eller ressurspersoner i medlemsforeningen. Stort sett dekkes reiser,

lunch etc. av ordningen, slik at det følger ingen kostnader med å være kunstvert.

Det viktigste ved å være kunstvert er likevel at man har en grunnleggende kunstinteresse og at man ønsker å gjøre noe for andre. De fleste kunstvertene er selv pensjonister, men dette er ingen forutsetning. Planleggingsmøter, turer etc. foregår som oftest på dagtid.

Det å bli kunstvert innebærer en mild skoloring av hver enkelt, slik at man blir godt kjent med hvordan en kunsthall fungerer og utgangspunktet for de enkelte utstillingene. Ofte får man møte kunstner eller kurator for de ulike utstillingene under montering, der man kan stille spørsmål og få vite mer som vil være nyttig i rollen som kunstvert.

Anne-Beth (en av kunstvertene) har følgende å fortelle om sitt engasjement som kunstvert:
- Det er så lett for mange å avfeie samtidskunst som noe tull. Men etter møter med kunstnere har jeg bedre forstått hvilke budskap de ønsker å formidle med kunstformen sin. Ofte er det viktige samfunnsspørsmål som blir belyst. Det har vært natur og miljø, media, bruk-og kast mentalitet, religion osv. Kunstuttrykkene kan være utradisjonelle og kreative, men også vakre. Slik er spennende, syns jeg.



KUNSTHALL GRENLAND
STORGATA 164, 3915 PORSGRUNN, NORWAY
+47 993 29 969 / +47 35 55 95 12
WWW.KUNSTHALLGRENLAND.NO



Eyes as Big as Plates # Agnes II (Norway 2011)
Foto: Karoline Hjorth og Riitta Ikonen



1. *Eyes as Big as Plates # Paul (Norway 2011)*
2. *Eyes as Big as Plates # Halvar II (Norway 2011)*
3. *Eyes as Big as Plates # Bob I (US 2013)*
Foto: Karoline Hjorth og Riitta Ikonen

GREENLIGHTDISTRICT

- nasjonal kunstfestival 11. - 14. mai 2017

Kunst-Norge kommer til Grenland

Grenland ble tildelt festivalen med tilhørende årsmøte fra Norsk Kunstforeninger, moderorganisasjonen til alle kunstforeninger og lag i Norge. Den nasjonale kunstfestivalen GREENLIGHTDISTRICT er et samarbeid mellom de fire kunstinstusjonene i Grenland; Skien Kunstforening, Kunsthall Grenland, Spriten Kunsthall og Telemark Kunstnersenter.

Fokus på det grønne Grenland

Kunstfestivalen skal sette søkelyset på Grenland i endring, hvor post-industrielle prosjekter oppstår parallelt med ny industri, teknologi og behovet for bærekraft. Festivalen er bygget rundt høyaktuell samfunnstematikk. Grenland er Norges største industriområde, med et sterkt og internasjonalt næringsliv. Industrien og industrihistorien er en premissleverandør, og er inne i en spennende transformasjon mot mer klima- og miljøvennlig produksjon.

Forskende kunstnere

Festivalens kunstprosjekter er diskuterende

- og flere kunstnere vil samarbeide med aktører i regionen. Et flertall av kunstnere vil arbeide stedsspesifikt opp mot industrielle problemstillinger og utfordringer.

Over femti kunstnere fra en rekke europeiske land som Spania, Italia, Estland, Finland, Danmark, Sverige, Island, Østerrike, Norge og i tillegg USA inngår i det kunstneriske basisprogrammet, og vil på ulikt vis diskutere endringsprosessene i Grenland. Kunstnere arbeider ofte med relasjonelle prosjekter, og er opptatt av omgivelsene våre, ivaretagelse av natur, miljø og alternative strategier og økonomier.

Trenger frivillige

GREENLIGHTDISTRICT trenger frivillige til gjennomføringen av festivalen i perioden 11. - 14.05.2017. Har du lyst til å være med å arrangere kunstfestival?

Ta kontakt med kunsthallen på tlf: 99329969 eller send epost: hanne@kunsthallengrenland.no

INSPIRASJONSDAG

- for Porsgrunns 75-åringar

«Vi ønsker at hver enkelt skal gå fra gruppemøtet med en positiv følelse, inspirert til å ta gode valg for å mestre hverdagen og leve et selvstendig liv.»

Tekst: Sara Lundin

Nå satser kommunen på et nytt konsept for drift av helsefremmende tilbud til 75-åringar uten omfattende omsorgsbehov. Vi inviterer til gruppemøter på helse- og aktivitetssentrene i kommunen. Tidligere har tilbudet bestått av hjemmebesøk, men grunnet ny forskning og egne erfaringer velges nå en ny metode. Muligheten for en individuell samtale finnes likevel fortsatt. Nyansatt og ansvarlig for tilbudet er Sara Lundin, fysioterapeut i Porsgrunn kommune.

Formålet er å motivere til å bevare og styrke funksjonsevne og helse.

Målet er å hindre eller utsette hjelpebehov, slik at fler kan bo hjemme lengre og oppleve flere leveår med god livskvalitet. Slagordet er: «å forebygge mer for å reparere mindre».



Sara Lundin, Fysioterapeut,
i Porsgrunn kommune.

Tenk om jeg kan få være med å bidra til at noen får flere leveår med god livskvalitet. Snakk om en jobb med mening. Gleder meg til å møte dere!

Kontaktinfo: tlf 95076606
sara.lundin@porsgrunn.kommune.no

Inspirasjonsdagen vil ha fokus på *aktivitet, selvstendighet og livskvalitet*. Vi tar utgangspunkt i det *friske*, den enkeltes ressurser og muligheter.

Dagen kommer til å inneholde informasjon, veiledning og dialog om følgende:

- Fysisk aktivitet, kosthold, fallforebygging, brannsikkerhet, boforhold, hjelpemidler, velferdsteknologi med mere.
- Tilbud innen sosial- kulturell- og fysisk aktivitet.
- Tjenester i kommunen dersom behov oppstår.

I tillegg får du møte fagpersoner som du kan kontakte i ettertid. Vi vil gjøre veien inn til kommunens tjenester kortere.

**Invitasjon kommer i januar 2017
– grip sjansen!**



Seniordans er et eksempel på aktiviteter for seniorer

Vanskelig å vite hva slags tv, radio, pc du bør kjøpe?

**Vi har alt du trenger innen lyd og bilde produkter!
Sammen med deg, finner vi ut av hva du trenger, og
hvordan du kan få det installert og klart til bruk.
En av våre flinke ansatte kan komme hjem til deg og
montere produktet og vi kan vise deg hvordan du bruker dem.**

Det er strandberg som er forskjellen

Tlf: 35 51 64 40 | porsgrunn@strandberg.as | www.strandberg.no

strandberg



**ADVOKATFIRMA
SKOMVÆR**

*Vi bistår med fremtidsfullmakter og testamenter, med
rådgivning om generasjonsskifte i bedriften din, og andre
juridiske spørsmål som naturlig kommer sent i livet.
Vi bistår også i skifteoppgjør der det er ønskelig.*

Tlf: 35 93 31 00 | post@skomvar.no | www.skomvar.no



Neste utgave kommer til våren!