



Godt VOKSEN

Et aktivitet- og aktualitetsmagasin
PORSGRUNN utgave 02/19





PORSGRUNN KOMMUNE

Vi feirer nytt idrettsanlegg i Kjølnesparken!

JULEKAMPANJE

Årskort til svømmehallene

Årskort familie

3.600,-

før 3.900,-

Årskort voksen

2.850,-

før 3.150,-

Årskort barn / student / honnør

1.360,-

før 1.660,-

Kjøpes på:
Servicekontoret (dagtid)
Porsgrunnshallen og
Stridsklevhallen (i åpningstiden)

Kampanjen gjelder fra 23.11 til 24.12.19
Årskortet kan brukes i Kjølnesbadet
og Stridsklevbadet.
Gjelder fra kjøpsdato til 31/12-2020.



KARJOLEN PUB

- STEDET FOR DEN GODE SAMTALE

Porsgrunn Kommunes kulturpris for 2018 ble tildelt Karjolen Pub. I begrunnelsen heter det blant annet: "Byen trenger møteplasser for alle deler av befolkningen og prisvinneren er et godt eksempel på det. Stedet er et tilgjengelig sted med lav terskel og med besøkende i alle aldre og fra alle samfunnslag. Dette er en tradisjonsrik såkalt «brun» pub hvor det tilrettelegges for møter på tvers av generasjoner og for gode samtaler. Karjolen har gjennom årene arrangert både konserter, quiz og litteraturaktiviteter i egen regi eller i samarbeid med flere ulike arrangører."



"En upretensjøs pub med sjel!"

- ✓ Alle rettigheter ✓ Stort uteområde med biljardbord
- ✓ Quiz hver mandag ✓ Mulighet for bordbestilling
- ✓ Reserverer gjerne bord til bursdager, julebord, firmafester og lignende
- ✓ Åpent alle dager! ✓ Vi sees på Karjolen, plassen for de gode samtaler!

**Karjolen
Pub**

Åpningstider: Mandag - torsdag kl 14.00 - 01.30 • Fredag kl 14.00 - 02.30
Lørdag kl. 12.00 - 02.30 • Søndag kl. 12.00 - 01.30

Sverresgate 19, 3921 Porsgrunn (Folkets Hus). Tlf: 46 50 22 59

Lysbilder
Papirbilder
Negativer
Smalfilm
Video



DIGITALISERING AV
BILDER OG FILM

Ta vare på minnene dine!

94522325 / 35516300

grepgrenland.no



Godt VOKSEN

Et aktivitet- og aktualitetsmagasin

Innhold:

Leder	3
Hva er viktig for folks lykke?	4
Europa på skinner	5
Fare og muligheter	7
Det gode liv	8
Østre Porsgrunn kirke	9
Hvordan vil vi bo i vår "tredje alder"	10
En litt annerledes boform	11
Vi valgte Nabolaget!	11
Porsgrunnshistorier: Truls Nordby	12
Møt eterens superhelter	13
Stille flyter	14
Ankerplassen kafe i Brevik	16
Min ferieform: Frihet med bobilferie	17
Med hjerte for trebåt g kystkultur	18
Dand med glede, trim for livet	19
Seniorhjelp i skolen	21
Reza i farta; En historie med lykkelig slutt	23
Snakkas; Karjolen	23
Hest og folk til glede for hverandre i alle tider	25
Ælvespeilet-byens fantastiske kulturarena	26
Biblioteket i Porsgrunn - Folkets eget litteraturhus	27
Aktivitetsvenn på sykehjem	28
Med hjerte for bøker og byen	29
Slektsforskning - en hobby for alle	30

Denne utgaven av GODT VOKSEN distribueres til alle 17 480 husstandene i Porsgrunn.

Utgave:

02/19, 22. november 2019

Forside:

Foto: Erik Engnæs

Utgiver:

Ansvarlige for magasinet er en gruppe frivillige seniorer som utgjør en redaksjonskomite i samarbeid med Eldrerådet og Porsgrunn Frivilligsentral.

Kontaktpersoner:

Hans Martin Gullhaug tlf. 907 66 670
mail: hans-mg@online.no

Merethe Solstad tlf 404 11 873
mail: mersol63@gmail.com

Utforming og produksjon

IBamble AS
gunnar@ibamble.no
Tlf. 90 10 72 22

Trykking:

Erik Tanche Nilsen AS

Distribusjon

Telemark Distribusjon

Ord for høsten

Vi, de godt voksne i samfunnet, er som enkeltindivider ulike som snøkrystaller! Det som gjør oss mest forskjellige, er vår bevegelige og søkende bevissthet. I lys av våre erfaringer, vet vi mye om hva som gjør oss fornøyde, lykkelige, rolige, glade, tolerante. Vårt kjennskap til menneskers kår, gir oss også kunnskap om hindringer for et godt liv.

Jeg kaller min tid for vemodets tidsalder. Mange hendelser og muligheter er passert. Noe er vi glad for «å være ferdig med». Noe har etterlatt seg savn, kanskje sorg. Jeg kjenner meg mer ømskinnet enn før; jeg ser mine omgivelser med større følsomhet, jeg gråter lettere.

Jeg kaller min tid for forsoningens tidsalder. Vår godt voksne posisjon gir mulighet for refleksjon over levd tid, tiden nå og tiden slik vi kan se den framover. Det kan være situasjoner det er klokt å legge bak seg, mennesker og forhold vi trenger å søke forsoning med og vurdere hva/hvem man vil ha med seg på livsreisen videre.

Jeg kaller min tid for toleransens tidsalder. Vi godt voksne vet at menneskers rammebetingelser er ytterst forskjellige. Vi vet at mange klassifiseringer etter sosial- og helsemessig status, hudfarge, religiøs, kulturell og seksuell tilhørighet, etc. er moden for skraphaugen. Vi kan fritt koste på oss å se ethvert levende vesen som en unik, fantastisk skapelse, like verdifulle for helheten på vår etter hvert mishandlede klode. Og vise at vi setter pris på det.

Jeg kaller min tid for mulighetenes tidsalder. Godt voksnes muligheter er mange som havets sand: Vi kan plukke opp en interesse vi la fra oss tidligere, lære noe helt nytt, delta i frivillige arbeid, politikk og samfunnsliv. Utfordringen er kun å finne de oppgavene som gir akkurat deg mening, struktur, innhold og tilfredshet, og å GÅ i GANG!

Det magasinet du nå leser, Godt VOKSEN, er laga for å hjelpe deg med noen ideer:

Åshild Thune



Redaksjonskomiteen

Hva er viktig for folks lykke?

Livet er en blanding av glede og sorg. Det er normalt at det svinger i perioder.

Vi lever i det landet som 13 år på rad er kåret til verdens beste land å leve i, i tillegg til at vi også ligger på toppen som verdens lykkeligste befolkning. Målekriteriene som benyttes er omsorg, frihet, sjenerøsitet, ærlighet, helse, inntekt og godt styresett.

Alle skandinaviske landa ligger på topp. Forskere mener årsaken er opplevelsen av fellesskap og forståelse av hva som er vårt felles beste. Rapporten konkluderer med at vi eldre har det klart bedre i vår del av verden. Det gode liv er imidlertid ikke ensbetydende med det lettvinde og perfekte liv.

Hver og en av oss har ansvar for hvordan vi lever våre liv. Ikke alle er heldige med helsa fra naturens side, men likevel kan vi strekke oss for å ta ansvar for egen velvære og helse. Vi vet mye om at fysisk aktivitet og kosthold, røyking og alkoholbruk påvirker helsa. Dette er områder myndighetene har hatt fokus på i årevis.

Vi lever nå så lenge at stadig flere vil oppleve at pensjonsalderen er like lang som, eller til og med lengre, enn tiden som yrkesaktiv. Vi blir etter hvert svært mange flere eldre med god helse, arbeidsfri, grei økonomi og mange innholdsrike friske år foran seg.

Fordelen ved å bli eldre avtar med årene, blir det sagt.

Alderen behøver ikke begrense, vi har fortsatt masse ressurser å bidra med! Å være til nytte og bety noe for andre skaper trivsel. Mennesker som trives i hverdagen viser seg også å ville bidra mer aktivt til fellesskapet. Aktivitet og trivsel er selvfosterkende faktorer.

Aristoteles mente at lykke er knyttet til hva vi gjør – hva vi driver med og hvordan vi lever sammen med andre mennesker. Dette vil nok mange kjenne seg igjen i.

Med dette som bakteppe kan det gode liv oppsummeres slik: Knytt bånd - vær aktiv - vær oppmerksom – fortsett å lære – gi og bidra til andre!

Heidi Hamadi
 Folkehelserådgiver, team folkehelse,
 idrett og friluftsliv,
 Telemark fylkeskommune



Europa på skinner

Tekst og foto: Berit Brenden Elseth

Østover i Europa, disse landene vi husker som temmelig lukket og utilgjengelig for vestlige turister. Nå begynner dette å bli lenge siden og det er blitt enkelt å ta seg fram på egenhånd med tog, og noen ganger buss for tog, akkurat som i Norge. I stedet for å kjøpe Interrailbillett valgte vi å kjøpe billetter underveis. Det fungerte bra og ble atskillig billigere.

Vår reise starta i Budapest. Byen forteller om blodige møter, handel og allianser mellom øst og vest, romersk provins, erobret av magyarene, mongolene, innlemmet i Habsburgerriket, okkupert av Nazi-Tyskland, kontrollert av Sovjet, forfølgelse av jøder.

Fra Jernbanestasjonen, Keleti Pályaudvar, en arkitektonisk perle i Budapest, gikk første etappe til Beograd, hovedstaden i Serbia. Ikke direkte tog, grensene mellom landa er fortsatt strenge og vi måtte bytte tog i grensebyen,

Kelebla og derfra til Novi Sad. Så to timer med buss til Beograd. En flott by med et stort og vakkert festningsområde, Kalemegdan, med utsikt over elvene Donau og Sava som møtes her.

Fra Serbia reiste vi videre til Bosnia. På denne strekningen gikk det ikke tog, åtte timer i buss til Sarajevo. Her levde og virket muslimer og kristne side om side.

Den gamle ottomanske kulturen var tydelig med kaffehus og handel. Med under overflata var såra fra krigen i 1992-1995 fortsatt der. Denne konflikten fikk vi grundig innføring i av en lokal guide.

Fra Sarajevo gikk toget til Mostar, en av de vakreste togstrekningene, på bare to timer. Byen, som kanskje ble råka hardest under krigen med sprenging av den gamle brua, Stari Most over elva Neretva. Ruinene i Stari Grad, gamlebyen var fortsatt godt synlig selv om mye var bygd opp igjen.



Neste land var Kroatia. Reisen gikk med buss langs den vakre Dalmatiakysten til Split. Videre til Zagreb med tog. Vakkert landskap i 500 meters høyde. Zagreb er en moderne storby med sterke historiske minner.

Videre en dagsreise med tog gikk ferden til Slovakia og hovedstaden Bratislava. En hyggelig by som blant annet var et viktig maktsentrum i Habsburgerriket.

Fra Bratislava gikk siste togtur til Praha og derfra var det fly hjem.

Berit Brenden Elseth
 brenden.elseth@gmail.com

Bryns Blomster



Velkommen til en blomstrende handel!



Tlf. 35 51 11 00 www.bryns.no

**Åpningstider Stridsklev:
8-19, lørdag 9-17 søndag 13-17**

**Åpn.tider avd. Sentrum, Storg. 85:
10-17, lørdag 10-16**

Lik og følg oss på facebook

危机

betyr fare og mulighet

Overgangsriter er seremonier som blir utført når et menneske går fra en status til en annen. I vårt samfunn er det tradisjon for å markere dåp, konfirmasjon, bryllup og død. I de seinere åra har også russetida fått en sentral plass. Men hva med overgangen til pensjonisttilværelsen?

Tekst: Gro Lorentzen

Overgangen fra arbeid til pensjonisttilværelse er ikke forbundet med spesielle ritualer. Riktignok har mange arbeidsplasser avslutning med bløtkake, takketaler og blomster. Andre tusler ut bakkdøra.

Dette er en av de virkelig store endringene i livet – på godt og vondt. Noen skal realisere alt de har hatt lyst til i årevis. Andre mister fotfestet, blir passive og mister sosiale nettverk. Overgangen til pensjonisttilværelsen er en form for krise. På kinesisk består ordet krise av to tegn. Det ene står for fare, og det andre for muligheter. Sagt på en annen måte; vi kan se på overgangen som et gravøl eller et utdrikkingslag.

Jeg velger å se på det som et utdrikkingslag – på vei mot noe nytt og spennende. Vi går inn i det som kalles den tredje alder. Og da trenger vi en skikkelig feiring!

Men - det er åpenbart noen praktiske problemer her. Når skal denne markeringen foregå? For når er man egentlig pensjonist? 67 år blir fremdeles sett på som den vanlige pensjonsalderen, men mange går av tidligere, og noen seinere. Andre igjen har av ulike grunner ikke



Fra Peder Severin Kreyers kjente maleri: Hipp Hurra, utstilt på Skagen Museum. vært i arbeid. Men alle fortjener en fest! Og det bør være en felles feiring!

Skal det være en enkeltmarkering, eller skal vi innføre en ny russetid? Sølvruss med egen seksjon i borgertoget, russe-luer, knuteregler og russekort?

Hva med russeturer? Egen russebusstrenger vi ikke – vi har jo farte.no – til halv pris.

Jeg inviterer med dette til en idemyldring fra alle som har noen tanker om hvordan denne overgangen kan markeres.

Send gjerne noen ord, vær kreative, så kommer vi tilbake til saken i neste nummer av Godt VOKSEN.

Gro Lorentzen; gro.lorentzen@usn.no

Det gode liv



Jeg våkner tidlig, spiser frokost og setter meg med kaffen og avisene. Utafor vinduet kan det være at rådyra mesker seg med det grønne i hagen, klør seg mot epletreet og skuer vaksomt mot stuevinduet.



Jeg gjør meg klar til turorientering i skauen. Porsgrunn Orienteringslag har satt ut poster og jeg velger et lett område ved Kjørholt gruver. POL gjør en formidabel innsats for oss som gleder oss over en tur i skog og mark.

Hver mandag er vi en gjeng frivillige som møter flyktninger og innvandrere i

Røde Kors. Samtalene handler om livet og historia i Norge og i hjemlandet. Utfluktene kan være til nærområder som Olavsberget, Mule Varde, Krogshavn eller hvor som helst en kan dra med hele familien uten at det koster skjorta.

På tirsdagene er det fotball. Jeg er ikke noen svær fotballfan, men gleder meg over de sprelske guttane på parketten.

Nå har vi møtt hverandre til dyst i 35 år i GLAK, Grenland Leddbånd- og Achillesklubb. Vi er like yre som før, sjøl om tempoet er lavere. Alle skårer og alle jubler for alle skåringane. I garderoben går det i politikk og kvinnfolk. Det er temaer som alltid slår an.

Den andre onsdag i hver måned møter jeg mine sigarerende venner i Grenland Sigarselskap av 1998. Det er ingenting så beroligende som å nyte en cubaner i

godt selskap. Vi nyter sigarene en av gangen. Praten går om jobb, vennskap, familieliv eller erfaringer fra yngre dager. Møtene har vi oftest på en pub, av og til hjemme hos et medlem.

Hver lørdag og en kveld i måneden møtes gode venner til voksenprat. Grappa er rundt 70 år og den første halvtimen går gjerne til helse. «Våkner du om morran uten plager, er 'u dau.»

De siste gangene har helse vært fraværende. Vi lever med våre plager og gleder vårs over samværet.

Dette handla mye om aktiviteter. For meg handler det gode liv om å være aktiv og å treffe venner. Et godt vennskap gir et godt liv, spør du meg.

Inge Jørgensen
Privilegert pensjonist

Østre Porsgrunn kirke

Porsgrunns nye kirke «Reis Opp» erstatter den gamle Østre Porsgrunn kirke som gikk tapt i brann i 2011. Den nye kirken er en «oppstandelseskirke» som har vendt tilbake til byen og søker optimisme og framtidstro.

Tekst og foto: Espen Surnevik

Med bakgrunn i Porsgrunns industrihistorie er den nye kirken bygget i rent porselen som knytter den til byens lokalhistorie. Kirkens geometrier søker det universelle, tidløse, evige og å skape dialog med den gamle kirkegårdens gravstøtter utformet som obelisker.

Bygget er strukturert av tette hovedvolumer som fremstår som lukkede massiver. Volumene er trukket fra hverandre, og mellom dem kommer dagslys inn i kirken. Kirken fremhever sine konstruktive takbjelker som en synliggjøring av det jordiske og fysiske. Dagslyset sprer seg over de massive flatene og konstruksjonene som uttrykk for det åndelige.

Kirkens korparti er utsmykket med et porselensrelieff av en engel som trer inn i kirkerommet. Et overlys over utsmykkingen belyser korpartiet og setter de hellige handlingene i fokus i kirkerommet.



Byggingen av Østre Porsgrunn kirke representerer en flere år lang, og unik prosess. Utført av Hovedarkitekt - Espen Surnevik / Samarbeidende arkitekt - Trodahl Arkitekter.

Kunstnerne Espen Dietrichson og Marie Buskov har laget kirkens unike altertavle bestående av 208 emaljerte

steintøy-deler som til sammen former et samlet relieff. Entreprenør og håndverkere har evnet å bygge arbeidstegningene for prosjektet med millimeterpresisjon på en måte som er uvanlig i Norge i dag.

Østre Porsgrunn kirke søker å forene kirkens tusenårige arkitekturhistorie med den moderne samfunnsrettede arbeidskirken. På samme måte som den gamle kirken var et uttrykk for tiden den ble bygget i, er den nye kirken også ment å representere et tydelig uttrykk for vår tid til kommende generasjoner. Den nye kirken er utformet med tanke på både å være høytidelig, for livets store markeringer, og anvendelig i det daglige til samfunnsrettede formål. Prosjektet søker å utforske hva kirkebygget bør være for mennesket i vår tid og samfunn.

Hovedarkitekt for Østre Porsgrunn kirke, og Professor ved Arkitekthøgskolen i Oslo: Espen Surnevik
www.espensurnevik.no



Hvordan vil vi bo i vår “tredje alder”?

Tekst: Merethe Solstad

Foto: Erik Engnæs

Godt VOKSEN vil fremover presentere ulike boformer. I forrige nummer av magasinet presenterte vi hvordan Arnold hadde valgt å tilrettelegge boligen der han har bodd i mange år:

I dette nummeret vil vi presentere en boform med et tettere bofellesskap; Nabolaget i Porsgrunn.

Noen av mulighetene vi vil presentere er:

- o å bli boende der du bor, ikke foreta deg noe spesielt, og håpe det beste
- o å bli boende der du bor, planlegge tiltak for å forberede for «dårligere tider» (Godt VOKSEN nr. 1/19)
- o å flytte til mer lettstelt leilighet eller hus (Godt VOKSEN nr. 1/20)

- o å flytte til en eller annen form for tettere fellesskap, for eksempel
 - o med jevnaldrende (Godt VOKSEN nr. 2/19)
 - o generasjonsbolig (Godt VOKSEN nr. 2/20)
 - o omsorgsbolig

Nabolaget er et borettslag der 14 leiligheter er bygget rundt et tun, der et stort felleshus ligger som midtpunkt. For å kjøpe bolig her må minst en i husstanden være over 50 år og en må være innstilt på en tettere kontakt med naboene enn det som kanskje er vanlig i de fleste borettslag.

Nabolaget ligger på Hovet, men det arbeides også med å få etablert et borettslag etter samme modell på Herøya.



En litt annerledes boform

Tekst: Jørn Romberg Larsen

Vi lette etter en boform som passet for oss, da vi etter hvert som årene gikk, fikk nok av å klatre i husvegger og å stelle i stor hage.

Da boligbyggelaget (PBBL) presenterte boformen Nabolaget skjønte vi at her var det noe for oss. Et felles hus til sammenkomster og 14 boenheter var svært forlokkende.

Alderssammensetningen var fra 50 år til rett over 70, litt under halvparten pensjonister. Kontakten oss imellom var der med en gang, bare noen få kjente hverandre fra tidligere.

Vi besluttet å møtes månedlig til sosialisering, og til å forme bofellesskapet, ikke minst innholdet i felleshuset. Samtlige holder god kontakt med vennene fra tidligere.

Felleshuset benyttes til ukentlige formiddagstreff, strikkemøter, sporadiske kinokvelder, fotballkamper, og interessante TV program vi ønsker å se sammen.

Middag lager vi sammen noen ganger i året, eller griller ute og markerer små og store begivenheter.

Vi har felles dugnad når det trengs, og ALLE deltar dersom de er hjemme, etterpå er det prat med vafler og kaffe.

Vårt øverste organ er det månedlige Beboermøtet, der vi tar beslutninger om ting vi vil ha eller gjøre. Styret passer på at vi holder oss innenfor rammene vi har, både økonomisk og juridisk.

Deltagelsen i styret går på omgang mellom oss etter en turnus som sikrer at alle blir med.

Vi valgte å flytte hit fordi vi ønsket et trygt nabolag, der vi kan lukke dørene og være for oss selv, og å gå ut i fellesarealene når vi ønsker det.

Dette fungerer utmerket for samtlige og er for oss en utmerket måte å bo på.



Vi valgte Nabolaget!

Tekst: Tone og Guttorm Hardli

Det er mange grunner til at vi valgte Nabolaget, et tettere bofellesskap, i 2016. Vi vil nevne noen.

Vi kom til Porsgrunn, som lærere, i 1976. Vi ble glade i Porsgrunn, i våre skoler, i naturen og mulighetene her.

Vi var lykkelige da vi fikk leilighet i 4-mannsbolig, så rekkehus, deretter enebolig. Da sønnene flyttet ut, ble huset for stort og vi flyttet til rekkehus på Eidanger.

Helsa gjorde etterhvert sitt til at vi

måtte finne en bedre egnet boform og da ble Nabolaget det vi kunne ønske oss.

Det var positivt at vi fikk muligheter til å arbeide oss sammen med de andre beboerne før vi flyttet inn. Vi fikk nye venner og beholdt våre gamle!

Utslagsgivende for vårt valg var at vi ville bo på bakken med egen inngangsdør, liten hage, soverom og bad i begge etasjer og god plass.

Det viktigste er at vi har Felleshuset som møtested for oss alle. Der samles vi til møter, kaffe, middag, filmkvelder, valgvake og private arrangement. Vi ser

lyst på alderdommen med den boform som vi har valgt.

Vi «ser etter hverandre» i Nabolaget, og hjelper hverandre når det er behov for det.

Bussen stopper rett på utsiden av Nabolaget. Nærområdet på Stridsklev har dagligvarebutikk, apotek, frisør og hagesenter, legesenter, fysioterapeut og kirke.

Vi har et ønske om at det bygges flere boområder av denne typen så flere får oppleve denne gode boformen.

Porsgrunnshistorier: Truls Nordby

La oss gå 72 år tilbake da vårt dannelsesliv begynte med oppstart i skolen. Vår klasse fikk som vår første lærer Ingebjørg Brekke som ble svært gammel og bare ønsket å dø de siste ti årene jeg møtte henne på gaten.

I motsetning til en del andre lærere gjorde hun ikke forskjell på elever, hun var ikke sosialt urettferdig og var følgelig elsket av alle guttene i klassen vår.

Hun var gift med lektor Henrik Brekke. Han drev gymnastikkundervisning i frakk og hatt og slips og interesserte seg for de elevene som kunne løpe fortest. Blant dem var ikke jeg – og følgelig fikk jeg Tf i gymnastikk selv om jeg var god både i spyd og diskos. Den tredje læreren som kom til å prege kullet fra 1947, var Ingebret Øvrum.

Da 1947-kullet startet for alvor på livets vandring, var Porsgrunn en smule annerledes enn nå. Det var et pulserende liv i Storgata. Ikke fantes det mengder av banker og eiendomsmeglere og treningsinstitutter der, ikke var det kebabsjapper og ikke var det tiggere fra Romania.

Vi løp fra Osebakken til Roligheten da vi hørte at det var en mørkhudet om bord på en båt ved kaia der, men det var så sent på kvelden at mørket trolig ga ham nødvendig kamuflasje. Hjemveien ble lang og skuffende.

Gutteklassen fra 1947 var en sosiologisk sett underlig klasse, idet ikke en eneste av klassens pappaer arbeidet på Hydro.

Slik var det visst også på Vestsiden. En av guttene derfra forteller at det bare var to av klassens pappaer som ikke var på PP eller Verkstedet. Disse to gutteklassene er altså helt enestående i Porsgrunns sosiologiske historie, men desto mer alminnelig i den religiøse der



Foto: Porsgrunns Dagblad

svært mange har havnet i menighetsarbeid.

Uansett ble de fleste konfirmert av hjelpeprest Finn Holmqvist som nok kunne virke litt blek og blass, men som på fotballbanen ble det reneste råskinn som så det som sin oppgave å legge flat flest mulig konfirmanter før han scoret. Med slike egenskaper ble han fort populær.

Annerledes var det på Vestsiden der den residerende kapellan personlig drev konfirmantovervåkning slik at ingen av hans kull skulle gå på kino og se filmen «Line». Der var det nemlig noen nakenscener som den residerende trodde ville forderve hans konfirmanter rett inn i helvete som han hadde en sterk tro på og åpenbart inngående kjenskap til.

Noen av guttene i 47-kullet har holdt sammen hele livet i forskjellige miljøer. Rolf Ditlefsen, Ole Braarud og jeg utgjorde en slik troika. Av oss er det bare meg igjen, hvilket forteller at elevene i de nye klassene i 1947 nå for alvor nærmer seg avgangsklassen.

For de som bor utenfor Porsgrunn og får tilsendt «Godt Voksen» av velvillige venner, kan det berettes at den gamle by er blitt et kultursentrum.

Det er med andre ord skjedd mye siden 47-kullet sto i kinokø for å se Helan og Halvan eller fikk seksualundervisning på Folkeakademiet ved at en tannlege fra Gjøvik viste tiurleik i 16 mm film.

Men Berit med leppa er borte, det samme er Chaplin, Tomas på Klyve, Pøhner, Bernhard og alle de andre som enten sjarmerte eller skremte vettet av byens borgerskap og unger.

Og kanskje var lykken vel så stor den gangen årets opplevelse var Misjonsutstillingen på IOGT der det var både utstoppede krokodiller og bilder av mørke barn med fluer i øyekroken.

Kanskje var borgerne vel så fornøyde når de selv tråkket løyper til Jarseng eller stelte i stand til juletreffest på Sanitetshuset. Ble kanskje noe borte for 47-kullet også?

Men egentlig har vi det vel grusomt snålt her i Porsgrunn. Ikke sant?

Møt eterens superhelter



Bildet viser noe av det tekniske utstyret på radiatorommet hjemme hos Arne Ellingsen

Høye antenner på taket er det første som møter Godt Voksen-redaksjonen når vi besøker Grenlandgruppen av Norsk Radio Relæ Liga, i dagligtale kalt Radioamatørene.

Tekst: Åshild Thune Foto: Erik Engnæs

Vel innenfor dørene ser vi noe som for en utenforstående virker som en «skog» av teknisk utstyr for sending og mottak og hva det ellers kan være som brukes i denne sammenheng. Vi blir tatt imot av en gjeng mannfolk som gjerne vil fortelle om sin mer eller mindre alt-opplukkende interesse for å kommunisere med all verdens folk via radioteknologi.

De er en del av et verdensomspennende nettverk. Grenlandgruppen ble etablert i 1947 og har nå en aktiv



kjerne på cirka 50 personer med alle typer yrkesbakgrunn og erfaring. De opererer fra tre stasjoner: Croftholmen, Geiteryggen og Vealøs. I tillegg har de samarbeid med Skogmo VGS, kalt Makerspace. En av karene forteller at ungdom som tidligere ikke ville være på skolen, nå ikke vil gå hjem kl. 22 fordi det de driver med er så interessant.

Felles for deltakerne er interessen for teknologi, kommunikasjon og gleden ved eksperimentering, læring og prat om løst og fast. Det sosiale samværet er viktig.

Radioteknologien er en del av det offentlige beredskaps- og nødnettverket i Norge. Om annen kommunikasjonsteknologi av grunner som for eksempel terror, sabotasje, naturkatastrofer blir slått ut, vil radiosambandet fungere. Det gjelder også på steder i verden hvor annet nettverk ikke er tilgjengelig. Uansett vil signalene kunne bli

fanget opp av en radioamatør. Som eksempel forteller karene om en organisasjon langt inne i Paraguay som var i akutt medisinsk krise. Signaler fra denne ble tatt inn av en radioamatør i Norge som satte seg i kontakt med et medisinsdepot i USA, og hjelpen var straks på vei til Paraguay. Og hvordan skulle Thor Heyerdahl klart seg på en balsaflåte over Stillehavet uten sin 7 watts batterisender som eneste kontakt med omverdenen?

Så til Godt Voksen-lesere: Her er det plass til flere. Du trenger ikke å være ekspert på noe som helst i utgangspunktet. Nysgjerrighet og lærelyst holder. I NRRL vil du treffe de beste, mest engasjerte og hyggeligste læremestrene!

Kontaktinformasjon

www.la1g.no
 Kai Vidar Dohme, t. 91 63 03 08,
 mail: dohme@online.no
 Arne Ellingsen, t. 92 08 08 73

Stille flyter...

Tekst og foto Hans-Petter Teigen

Stille flyter den.
Slynger seg, gynger deg,
på sin vei mot havet.

Flytende hjem for noen.
Ender, svaner, skrikende måker,
vann i bevegelse, frostrøyk, morgentåke.

Langs den, i den – bygges det.
Ei øy har blitt formet av kvinner og menn,
hjelmer, maskiner, byggekraner.

Mot nord, en badstue ved en strand.
En solnedgang farger vannspeil,
forelskede par vandrer hånd i hånd.

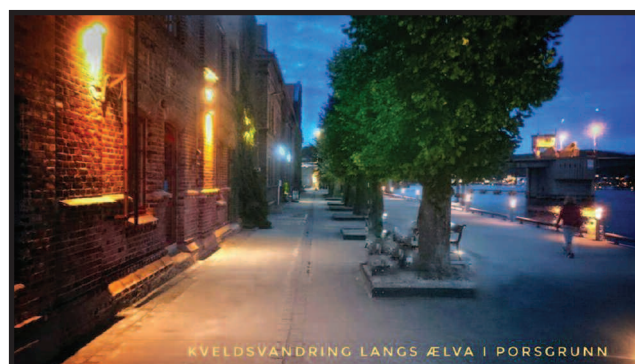
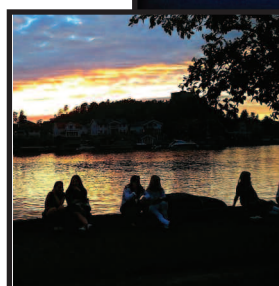
Promenade og kafeer gir liv til dens bredd.
To broer, kanskje tre, - går over den,
skipsfart, industri, boliger og næring.

En rådhustrapp går fra makt og mot rennende vann.
En vannvei gjennom alle tider,
for skuter, yachter, seilere og skip.

Et hus langs ei ælv, vårt kjære Ælvespeil.
Musikk, teater, kunst og kultur,
gir liv og næring til sinnets natur.

Du bor her i en by, med ei ælv,
men den er også så mye mer.
Den er deg, den er meg,
den er ælva vår, - den er OSS.

Stille flyter den, - Porsgrunnsælva.





SNEKKERÅSEN TERRASSE



EN SJELDEN MULIGHET PÅ EIDANGER ALLEREDE 5 SOLGTE - NÅ STARTER BYGGINGEN



Sol, luft og utsikt - Snekkeråsen Terrasse består av 9 eneboligere i rekke, organisert som et lite og hyggelig borettslag tilknyttet PBBL.

Innskudd fra kr 2.100.000,- til 2.250.000,-
Fellesgjeld fra kr 2.100.000,- til 2.250.000,-
Totalpris fra kr 4.200.000,- til 4.500.000,-
Felleskostnad per måned fra kr 7.160,- til 7.610,-
Størrelser fra 112,6 til 120,8 m² BRA
P-Rom fra 102,8 til 107,6 m²

Prosjektmeidler

Bjørn Johnson

Eiendomsmegler MNEF
35 54 20 00 • 909 59 525
bjorn@bestmegler.no



PANCOM



AMUNDSEN-BYGG AS

best
EIENDOMSMEGLER

PBBL

snekkerasenterrasse.no

Ankerplassen kafé i Brevik - et prima ankerfeste for et godt liv

Tekst: Ragni/Åshild Foto: Erik Engnæs

Et lite steinkast opp ei sidegate fra torget i Brevik, ligger Ankerplassen kafe, drevet av Kirkens Bymisjon. Når Godt Voksen besøker stedet, er det et yrende liv i det hjemmetrivelige lokalet. Folk spiser, prater og ser ut til å kose seg.

Vi treffer daglig leder Marit Sandtangen og et par av de frivillige hjelperne og slår oss ned med en kopp kaffe. Marit, utdannet kokk, forteller at stedet, i ut-



gangspunkt et sosialt tiltak, har eksistert i to år. Kafeen har 10 -12 frivillige som bidrar til driften etter en vaktliste. Her lages hjemmelaget, sunn mat, både varm og kald, det serveres kaffe, te, saft og selvsagt verdens beste kaker (også glutenfritt). Alt til rimelige priser.

Kafegjestene er like mangfoldig som breviksbefolkningen for øvrig. Turister kommer også innom, og tre turgrupper har sitt faste treff på Ankerplassen.

Marit sier med et smil at det kunne gjerne ha vært flere mannfolk med. Åpenbart er det damene som fører an når det gjelder «opp av sofaen og ut i naturen» og her kunne likestillingen tatt et steg framover.

En av stamgjestene, Thea, kommer bort til bordet og sier at både maten og de frivillige her er helt fantastiske. Alltid har de tid til en god prat, en oppmuntring og en klem til de som ønsker det. Og så går jo inntekten til en god sak, avslutter Thea.

En ung stamgjest har kafeen også, Elias, 9 år. Han kommer innom etter skoletid, får et glass saft og tar gjerne et slag

stigespill med venninne Elsa på 80.

Kafeen er åpen året rundt tirsdag og onsdag 10-15 samt torsdag 11-20 med kveldsbuffet kl. 18-20. 17. mai og julaften er det invitert til lukket selskap.

Vil du være gjest, frivillig, turkamerat eller bidra med kunst og underholdning? Ta kontakt med Marit eller bare stikk innom Ankerplassen kafe, Curt Adeler stredet 3.

Kontaktinformasjon

Marit Sandtangen, telefon 415 63 281,
 mail: sandtangen@hotmail.com
 Facebook: Ankerplassen
 Kafe@ankerplassenbrevik



Min ferieform: Frihet med bobilferie

Seiling var vår ferieform i mange år, men alder og helse krever sitt, så båten ble solgt. Hva skulle vi velge i stedet?

Tekst/Foto: Brit Bjørndal

Fire års utprøving med bobil har gitt mersmak, for bobilferie viste seg å ha mange av de samme kvalitetene som seilingen:

- Den deilige frihetsfølelsen. Huset er med, - vi kan hver dag velge hva vi gjør videre.
- Som i båt lever vi enkelt og trangt, men deilig oversiktlig. Vi har med alt vi trenger for det gode liv.
- Vi kan velge ulike «havn», - campingplass, friplasser eller vennebesøk.
- Lengden på turene kan variere fra en liten tur i nabolaget til lengre turer i inn- og utland.
- Fantastisk natur venter på å bli oppdaget!
- Farkosten kan velges etter lommeboka. Bobiler kan fås fra et par hundre tusen over millionen.

Vi valgte en eldre bobil til overkommelig pris. I tillegg har vi investert i elsykler og stativ som tåler vekta av disse. Det gir økt mulighet for bevegelse, naturopplevelser og fremkommelighet på steder hvor bobilen må gi tapt.



En sommer oppsøkte vi havnene vi hadde vært med seilbåt i Gøta kanal. Havnene er godt tilrettelagt for bobil og det er fantastisk lett og vakkert å sykle langs kanalene. Gotland og Fårø bød også på fine muligheter for camping og sykling.

I år har vi utforsket vårt eget land nordover langs Helgelandskysten til Lofoten. Ved å lese, søke på nettet og snakke med folk, har vi kommet til utrolig mange flotte steder i det vakre landet vårt. Veien blir til mens vi kjører.

Vi har vekslet mellom campingplasser, friplasser og vennebesøk. Friplasser

med toalett er favoritten, selv om dusj og andre fasiliteter på campingplassen er godt å veksle med. I kaldt og vått vær kan vi kose oss inne med varmeapparatet på, - i varmt vær nyter vi uteliv, sykling, vandreturer og bading.



Og så var det klart for ankerdrammen

Vi tenker allerede på reiseplaner for neste år. Ikke for lange etapper, ikke for mye på motorvei og med mulighet for trygg sykling. Kanskje vi prøver oss lengre sydover?

Fint å tenke på i vintermørket.



Med hjerte for trebåt og kystkultur - møt Trebåtens venner

I en rød, fredet bygning ved havna i Brevik finner vi Trebåtens Venner, gjengen som brenner for en av Norges viktigste sjøfartsbyer for «noen små år siden», Brevik.

Tekst: Åshild Tunes

Foreningen er en del av Brevik historielag, knyttet til Telemark museum, og ble startet i 2017. Medlemstallet er i dag 55, hvorav 10 % kvinner.

Torkel, som vi møter ved et solid trebord sammen med et par andre trebåtkarere, forteller at her er det et fargerikt fellesskap av folk i alle aldre og samfunnslag. Her kan trebåteiere og andre som vil slå av en prat komme innom. «Høyt under taket» er mottoet for samværet.

I verkstedet står gamle trebåter som trenger ei hand og litt til for å framstå som den blanke, nylakkerte skjønnhet-

en ved siden av. Her er også gamle båt-motorer, issager, verktøy og mye annet utstyr.

Båtene eies av foreningen eller medlemmene. De fleste, alt fra store skøyter til smekre robåter, ligger sommerstid i havna og gjør seg lekke for eiere og publikum.

Foreningen får nå og da eldre båter i gave. Disse blir restaurert, pusset opp, beholdt, solgt eller auksjonert bort. Det meste av restaureringsarbeidet foregår om vinteren. Foreningen har nært samarbeid med distriktets mekaniske verksteder, marinaer og andre relevante fagmiljø.



At Trebåtens Venners farkoster gjør det godt i konkurranser, gir Trebåtfestivalen i Risør klar beskjed om. To medlemmer ble i år premiert med henholdsvis 1. og 3. plass i seilskøyteregattaen.

Foreningen er ung og i stadig utvikling. De arrangerer kurs i båt- og sjøfartsrelaterte tema og vil utvide dette. Samarbeid med ungdomsklubber og skoler står også på planen.

Trebåtens Venner deler gjerne sin mangfoldige kunnskap om mekanikk, trearbeid, sjømannskap og livet for øvrig. Og ikke minst lokalpolitikk, særlig knyttet til trebåtkulturens plass i Brevik havn.

Også du, leser av Godt VOKSEN, er hjertelig velkommen, enten du har trebåt, plastbåt eller ingen båt. Det holder å like lukta av sjø, treverk og båtlakk, ta en kaffe og diskutere råd og dåd om båter og alt som følger med.

Kontaktinformasjon

Facebook: Trebåtens Venner Brevik.
 Mail: torkel.breien@gmail.com
 Telefon: 91 30 90 50.



Dans med glede, trim for livet



Dansen er en del av et nasjonalt prosjekt som i sin tid ble startet av Helsedepartementet. Målet er å forebygge ensomhet, tilby spennende fysisk aktivitet som stimulerer hjerte, hjerne, helse og humør og å gi tilbud til danseglade eldre og seniordansere som ikke lengre kan danse.

Tekst: Ragni Hjelmtvedt

Foto: Erik Engnæs

Porsgrunn har i to år vært med i prosjektet. Siden har man stått for arrangementet selv. Godt VOKSEN besøker Vestsiden Aktivitetssenter hvor Sitte-dans arrangeres hver tirsdag klokken 12.

- Jeg er alltid med, for her får vi god trim og har det festlig, sier 87-åringe

Ingrid Rugtvedt spontant. Tidligere var jeg både turner og danser, men etter en operasjon er dette blitt som en fest for meg.

Erna Kortner har vært danseleder siden starten i 2016. Til fengende rytmer inspirerer hennes blide stemme og elegante bevegelser alle til å følge med så langt de har evne og lyst. Hun er populær, blid og engasjerende.

- Programmet må fornyes jevnlig og jeg samarbeider med helsepersonell for å være trygg på at øvelsene er hensiktsmessige og forsvarlige, sier Erna.

Praten sitter løst når alle har samlet seg rundt dekkede bord og nyter kaffe og vafler. Den eneste hanen i kurven forlater, som en av de siste, lokalet med et smil og sier han ser fram til neste dans!

Timen flyr så altfor fort hviskes det når slutt-dansen er i gang.

Deltakerne betaler kr 50,- for transport, en dansetime og det sosiale samværet etter dansen.

Her er det plass til flere glade dansere, ikke minst flere menn!



Kontaktinformasjon

Det er bare å møte opp tirsdager kl. 12 til 14. Du kan også kontakte Erna Kortner på tlf 901 25 964.

4X4 DAGER

Suzuki har firehjulstrekk inkludert i prisen for god fremkommelighet og sikker kjøring

HVORFOR VELGE SUZUKI?

- 4x4 4-mode AllGrip med Lock Mode
- Høy bakkeklaring og enkel innstigning
- Automat og manuell tilgjengelig
- Rimelige eiekostnader og lavt verditap

- Høyt utstyrsnivå og et reelt lavt forbruk
- Verdensledende sikkerhetssystemer
- Japansk driftsikkerhet og kvalitet
- Firehjulstrekk inkludert i prisen
- Biler på lager for rask levering



SPAR
64.000,-

Vitara SUV 4x4
fra 344.900,-
Automatgir + 15.000,-

Leasing: **2.901,-** inkl mva pr mnd+
*Vitara SUV 4x4 140HK m/automat, Norgespakke, vinterhjul og met. lakk
36mnd/30.000km. Startleie: kr. 62.500,- inkl.mva Etableringsgebyr: 5.363 inkl.mva Totalpris 172.587,- I tillegg kommer frakt, årsavgift og forsikring. 3 års bindingstid.

SPAR
54.000,-

S-Cross SUV 4x4
fra 359.900,-
Automatgir + 15.000,-

Leasing: **2.827,-** inkl mva pr mnd+
*S-Cross SUV 4x4 140HK med automat, SkyTechpakke, vinterhjul og met. lakk.
36mnd/30.000km. Startleie: kr. 62.500,- inkl.mva. Etableringsgebyr: 5.363 inkl.mva. Totalpris 169.637,- I tillegg kommer frakt, årsavgift og forsikring. 3 års bindingstid.



SPAR
35.600,-

Ignis 4x4 Hybrid
fra 224.900,-

Leasing: **1.834,-** inkl mva pr mnd+
*Ignis 4x4 Hybrid med SafeTech+, vinterhjul og met. lakk
36mnd/30.000km. Startleie: 37.500,- Etabl.geb.5.363,- 3 års bindingstid. Totalpris 198.857,- I tillegg kommer frakt, årsavgift og forsikring.

SPAR
49.100,-

Swift 4x4 Hybrid
fra 234.900,-

Leasing: **1.848,-** inkl mva pr mnd+
*Swift 4x4 Hybrid med SafeTech+, vinterhjul og met. lakk.
36mnd/30.000km. Startleie: 37.500,- Etabl.geb.5.363,- 3 års bindingstid. Totalpris 109.388,- I tillegg kommer frakt, årsavgift og forsikring.



Verkstedet for alle bilmerker

I løpet av kort tid har vi våre nye el-biler på plass.



Åge Myrland



Øyvind Myrland



Frank Ødegaarden



Leif Åge Nilsen

Mekonomen

Myrland auto

SUZUKI ISUZU



Europaveien 447 • 3960 Stathelle • Tlf. 35 96 86 00 • e-post: post@myrlandauto.no

Seniorhjelp i skolen

- Stridsklev trenger flere flotte seniorer

Seniorhjelp i skolen er et godt eksempel på hvordan vi kan skape en arena for gode menneskemøter mellom folk med ulik alder og erfaring.

Tekst: Turid Berntsen – rektor

Elever, foresatte og ansatte ved Stridsklev ungdomsskole har et ønske om å komme i kontakt med frivillige ressurspersoner til ulike typer bidrag i skolen. Vi ønsker å komme i kontakt med personer som for eksempel har gått av med pensjon, men som kan tenke seg å bruke ressurser inn i skolen. Et slikt bidrag vil være av stor verdi for elevene og de ansatte - og forhåpentligvis for senioren selv.

Dette skoleåret har vi vært så heldige å få seniorhjelp i valgfaget Levende kulturarv. «Jeg gleder meg til fredagene, det er moro å dele kunnskap og erfaringer fra eget liv, og jeg blir glad når elevene mestrer. Det gir meg mye», sier Marit Sørli Røed. Lærer i valgfaget, Elisabeth Fossheim Grave, sier at Marit får til andre samtaler enn læreren gjør. De kaller begge tiltaket med seniorhjelp for vinn-vinn.

Hva har skolen behov for at senioren bidrar med? Her er mulighetene mange, og dialog med de frivillige blir viktig.



Eksempel på oppdrag kan være:

1. Hjelp i forbindelse med aktiviteter i pauser (spill, håndverk, sjakk, kantine mm.)
2. Hjelp i grunnleggende ferdigheter i lesing, skriving og regning
3. Hjelp i praktiske fag som kunst & håndverk, mat & helse, gym og valgfag
4. Hjelp til lekser etter skoletid

Omfang må seniorhjelperen si noe om selv. Skolen vil i dialog med den enkelte lage avtaler. Alle bidrag store eller små, er viktige! Seniorhjelp i skolen er en frivillig ulønnet aktivitet som ikke kan sidestilles med lønnet arbeid.

Kunne du tenke deg å være med på å gi elevene på Stridsklev ungdomsskole en enda mer mangfoldig skoledag? Kunne du tenke deg å bli med på å gjøre Stridsklev ungdomsskole til «den beste skolen i verden»? Da vil vi gjerne høre fra deg!



Kontaktinformasjon SUS:

Stridsklev ungdomsskole
 Tlf: 35 56 52 40
 Mail: stridsklev.u.skole@porsgrunn.kommune.no
<https://www.porsgrunn.kommune.no>
 Søk:
 Stridsklev ungdomsskole - les mer om oss der.

Å selge eller kjøpe bolig er en
av de viktigste beslutninger du tar.
Da bør du velge dyktige og erfarne meglere!



Jørn Amlie
Daglig leder/
Eiendomsmegler MNEF
Tlf. 96 500 550 Mail: ja@aktiv.no

Simen Dippner Bakke
Eiendomsmegler MNEF
Tlf. 909 22 227 Mail: sdb@aktiv.no

Barbro Trotland
Eiendomsmeglerfullmektig
Tlf. 954 85 113 Mail: bt@aktiv.no

Ådne Lien
Eiendomsmeglerfullmektig
Tlf. 478 62 786 Mail: lien@aktiv.no

aktiv.
EIENDOMSMEGLING

Ring oss i dag og få et svært godt høsttilbud.
Bamble/Porsgrunn 35 96 26 55

En historie med en lykkelig slutt

Dere husker historien i vårens GodtVoksen om det unike vennskapet mellom Nils og Reza? Hvordan gikk det med Reza, maskin/data ingeniøren fra Iran som så inderlig ønsket å jobbe i Norge?

Han fikk etter oppslaget i Godt VOKSEN en-dag i uka- jobb hos Kristian Liland, hvor han steller hage, reparerer maskiner og gjør annet forefallende arbeid. Via dette har han fått andre småjobber.

Reza sier: «Jeg har visst at noen folk i verden er snille, men dere i Norge er best av dem. Jeg er stolt av dere og lærer mye av dere. Vi vokser sammen og bidrar sammen til et godt samfunn for Norge og verden. Derfor vil jeg gjøre alle oppgaver jeg får på min aller beste måte».



Snakkas

Tekst: Åshild Thune. Foto: Erik Engnæs

På Porsgrunns mangfoldige kafeer, fra gatekjøkkenet til kjøpesenterkafeene og restaurantene, samles folk, spiser og drikker, snakkas og har det trivelig. Ingen tvil om at slike treffsteder har en viktig sosial og helsemessig funksjon, ikke minst for godt voksne. Men hva med han eller hun som sitter alene, er fremmed i byen eller ikke har en nabo-familie- kollegagjeng å sitte sammen med? Inviterer vi dem inn i «vår» gruppe? Oftest ikke.

Vi nordmenn holder oss vanligvis til kjente så sant ikke utenforliggende årsaker bringer oss i kontakt med fremmede. Hva om vi tok en sjanse og sa: Hei, har du lyst til å sitte sammen med oss? Selv husker jeg en situasjon i Tromsø: Alene, kikka prøvende rundt i kafeen og forsøkte å ikke se trist ut. Da vinka ei dame fra nabobordet: «Sett ikke der åleina, kom hit og slå deg ned!» Gjett hvem som var takknemlig og reiste seg! Er sånt mulig bare i Tromsø?

Uansett, kos deg på kafe i samtale med de du kjenner og trives med, men tenk også på «den fremmede» eller den som sitter hjemme og ikke kommer seg ut. Gi ham/henne et lite vink. Det vil du ikke angre på.



Godt VOKSEN skal framover presentere noen utvalgte møtesteder:

Først: KARJOLEN Pub

Karjolen, en tradisjonell, flott kulturarena, ble tildelt kulturpris for 2018. Redaksjonen besøkte puben en mandag hvor Quiz står på programmet. Vi meldte oss som aktører og ble nr. 4 av 5 deltakende lag. Som ferskinger var vi kjempeformyede. Men aller mest hadde vi det moro!

Karjolen har ellers mer enn mandagsquiz å by på: Tirsdag: Biljardklubb. Torsdag: Dagens middag & Damenes biljard. Hver første fredag i måneden: Live

Musikk. Program eller ikke, puben er et trivelig samlingssted for alle, god stemning, høyt under taket, og et personale som alltid gjør sitt beste for at du skal ha det fint!

Så Godt VOKSEN-lesere: Ta gjerne en tur til Karjolen. Bli med på quiz, nyt musikk, spis, drikk og kos deg i samvær med kjente, litt kjente og fremmede. Adresse: Sverresgate 19. Facebook: Karjolen Pub.

Åpningstider:
Mandag, tirsdag, onsdag, torsdag: kl. 15.00 til kl. 02.00. Fredag: 15.00 til 02.30. Lørdag: 12.00 til 02.30. Søndag: 12.00 til 02.00

Bli med oss på tur!



Julefeiring Geilo
23. - 26. des. - 4 dager
Kr 6.990,- i dobbeltrom
Tillegg for enkeltr. kr 950,-

- Bussreisen fra Grenlandsområdet/Vestfold
- 3 netter på Bardøla høyfjellshotell med helpensjon (frokost, lunsj og middag)
- 2 lunsj på tur og retur



Nyttårscruise med Fjordline til København 29. desember - 1. januar
Kr 4.300,- i dobbel innvendig lugar. Tillegg for enkellugar kr 800,-

- Båtreisen t/r København • 3 frokoster ombord • Nyttårsbuffet med drikke
- Middagsbuffet 29/12 inkludert drikke



Julemarked Røros 4.-6.12
Kr 4.200,-. Enkeltr. +1.290,-

- 2 netter på Bergstaden hotell med frokost og middag
- 2 lunsj på tur og retur

Dagsturer til Strømstad og Nordbyen med Color Line
onsdager 13. - 20. - 27.
nov., 4. og 11. des.

Bussavganger fra Langesund
- Skien - Porsgrunn - Larvik

Kr 490,- inkl. bussreisen og
Color Line med
formiddagsbuffet



Bli med oss på Dansegalla
18. januar! Buss tur/retur
og inngangsbillett
kun kr. 1 000,-.



Telefon 35 97 33 00 - www.magnusreiser.no

Hest og folk - til nytte og glede for hverandre i alle tider



Tekst: Åshild Thune Foto: Erik Engnæs

Kallands ridesenter på Borgestad er en aktiv rideskole. I tillegg er det mange som deltar i grupper med ridefysioterapi, kjent som terapiriding. Else Christine Nygård har ansvaret for denne avdelingen og er rytter, fysioterapeut og autorisert ridefysioterapeut.

Når Godt VOKSEN besøker sentret, blir vi møtt av stall-lukt, flotte hester, entusiastiske ungdommer og voksne frivillige samt Else Christine selv.

Det er tid for terapiriding. Etter hvert kommer rytterne: Barn, ungdommer og voksne, de fleste med ledsagere.

Ledsagerne kan være familiemedlemmer og profesjonelle helsearbeidere. Her deltar også frivillige hjelpere, både unge og godt voksne. Disse er med på å utstyre hestene, leie dem under riding og gi støtte til brukerne.

Hestene er forskjellige i størrelse. Utfordringene for rytterne er mangfoldige: Bevegelsesproblemer, psykisk utviklingshemming, sansetap, autisme, psykiske utfordringer. På hesteryggen får de trent koordinasjon, balanse, bevegelse og styrke. Økt selvtillit, mestingsfølelse og godt humør er bonusen som følger med.

Vi snakker med noen av de frivillige.

«Jeg har vokst opp med hest, og det er en stor glede å kunne bruke erfaringen til nytte for funksjonshemmede», sier han.

En annen uttaler at gleden hun ser i et barns ansikt når han/hun kommer på hesteryggen, er ubeskrivelig. «I tillegg får jeg sjøl mosjon, kommer meg ut og får kontakt med hyggelige folk. Jeg har blomstra opp etter at jeg ble frivillig her».

Noe de også poengterer, er forholdet mellom unge og eldre. «Vi lærer så mye av hverandre», sier ei ung jente. Den cirka 50 år eldre smiler og nikker.

Else Christine kan ikke få fullrost sine dyktige hjelpere. «De gir mye av seg selv. Uten dem ville ikke dette tilbudet kunne gjennomføres. Mange har vært med i årevis. Vi har behov for flere frivillige. Man trenger ikke være spesielt hestekyndig, det holder med lærevillighet og interesse for å hjelpe andre mennesker. Men glad i dyr må man være», sier hun.

Vil du være med i et rikt og utviklende miljø for hest og folk? Kontakt Else Christine. Arbeidsoppgaver og tiden du vil bruke, avtaler dere.

Kontaktinformasjon

www.kallandridesenter.no
 Facebook: Terapiridning Telemark
 Else Christine Nygård:
 Telefon: 977 45 942
 Mail: else_chr@hotmail.com



Ælvespeilet - byens fantastiske kulturarena

Ælvespeilet er i vinden som aldri før med et stort publikum som kan oppleve et bredt spekter av forestillinger. Vi tilbyr forhåndssalg av billetter også til Lørdagsspeilet som har blitt svært populært.

Produsent Kristine Eldorsen forteller til Godt Voksen:

- Vi liker at vi nå kan tilby publikum å kunne forhåndskjøpe billetter også til Lørdagsspeilet, sier Kristine. Vi har godt besøk på disse konsertene og med forhåndskjøp er du sikret plass.

- På vår hjemmeside elvespeilet.no finner du først det arrangementet du vil bestille billett til, deretter klikker du på: Kjøp billett, velger antall billetter og blir da ført fram til siden som gjelder betaling. Her kan du betale med kort eller Vipps.

Ælvespeilets venner

- Da vi åpnet huset i 2013, var det flere personer som meldte seg på som frivillig. Etter hvert ble de frivillige bedre organisert i en venneforening. De økte i antall og i dag har vi rundt 60 registrerte frivillige som hjelper oss med arrangementene.

- Ælvespeilets venner er Kulturhusets trofaste og entusiastiske venneforening. Foreningens mål er å støtte kulturhusets virksomhet og arbeide og høyne interessen for kulturhuset og dets funksjon. De frivillige 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 vil gjerne ha flere med på laget, sier Kristine. De som er interessert kan sende meg en mail; Kristine@elvespeilet.no

Lørdagsspeilet

- Vi fortsetter med Lørdagsspeilet som fortsatt er et meget populært arrange-



ment. Vi har to arrangementer igjen før jul; 16. november har vi Det Nedsablede Compagnie og Anne Gravir Klykken som har en julespesial 7. desember.

- I midten av november kommer vinterprogrammet for Lørdagsspeilet fram til 1. mars neste år. Billettprisen er 150 kroner og starter kl 15, bortsett fra forestillingen 7. desember som starter kl 14.

Julebord

- Både privatpersoner og bedrifter kan bestille julebord, enten i forbindelse med en av forestillingen eller som en eget tilstelning.

- Vi selger julebordpakker som har blitt populære. Folk synes det er hyggelig å komme hit og kombinere spiseopplevelsen med en forestillingsopplevelse, sier Kristine.

- Det er fullt trøkk i huset fram til jul med forestillinger; mange gjester og godt besøkt kafe utenom arrangementene.

Forestillinger

- Vi har god spredning i arrangementene resten av året. Marinemusikken kommer, Hanne Sørvaag har konsert og Silya fra Stjernekamp kommer.

Vi må selvfølgelig også nevne juleshowet med Øyvind Blunk, Bettan, Trond Nagell Dahl og Reidun Sæther. Det blir en artig opplevelse.

Andre forestillinger før nyttår:

Anne Marit Jacobsen 15. november kl. 19.00

Rita Eriksen & Dag Vagle – vinterlys 7. desember kl. 20.00

For de aller minste er jul med Prøysen en fin juleforestilling å ta med barnebarna på, 7. desember kl. 12.00

Biblioteket i Porsgrunn - Folkets eget litteraturhus

Nytt interiør og ny sjef, møt Maria Guribye



Tekst: Åshild Thune Foto: Erik Engnæs

Åpent og lyst er det første som slår oss når vi fra GodtVOKSEN kommer inn døra til Porsgrunn Bibliotek. Opp-pussing pågår for fullt, og vi ser en ny, stor og trivelig barneavdeling. I den foreløpig ikke ferdigmøblerte «storstua» treffer vi Maria Guribye.

Maria startet opp som ny biblioteksjef i juni. Hun kom fra Voksenopplæringen hvor hun har fungert som teamleder og lærer. Hun er utdannet bibliotekar og lærer med norsk språk som hovedfag

– Jeg har et særlig hjerte for de fremmedspråklige i byen, sier hun. Biblio-



teket skal være et godt sted å komme til, også for dem.

Maria er glødende opptatt av bibliotekets utvikling. Hun forteller:
 - Som på det klassiske folkebiblioteket vil litteraturformidling fortsatt være kjerneoppgaven.

- Men tema og formidlingsplattformer utvikler seg. Kulturelle, historiske- og samfunnsaktuelle områder blir stadig viktigere for biblioteket. Vi ønsker debatt og allsidige kulturarrangementer velkommen.

Som før vil avislesere, studenter og elever, folk med interesse for historie, slektsforskning, lesing, skriving, og det meste ellers, finne sitteplass på biblioteket. Og som før, vil de blide, flotte ansatte bidra med sin vide kunnskap om det meste i litteraturens vidunderlige verden.

Området litteratur og kultur for barn i alle aldre skal styrkes. Maria tenker her spesielt på eldre barn, de som lett faller

fra vanlig lesing og «henger på» smarttelefonene sine. Arrangementer som kan fenge denne gruppa vil bli viktige.

Biblioteket gjennomgår for tiden en stor bygningsmessig og teknisk utvikling. Inngangspartiet skal bygges ut med en flott glassfasade, veggene mot parken skal åpnes med terrassedør. Åpningstidene skal utvides til kl. 23 hver dag i uka, lånerutinene blir digitalisert på en publikumsvennlig måte.

Og det viktigste, mener GodtVOKSEN-representantene på vegne av hele Porsgrunns befolkning: Biblioteket er GRATIS å bruke. Bortsett fra arrangementer med innleide forfattere og annen ekspertise, er det bare ti kroner til en kopp kaffe eller sjokolade du trenger penger til. Snakk om at vi er heldige i Norge som har et slikt tilbud! Så folkens: Bruk biblioteket ditt!

Kontaktinformasjon

Adresse: Rådhusgt. 3.
 Telefon: 35 54 71 70. Mail:
biblioteket@porsgrunn.kommune.no
 Facebook: Porsgrunn bibliotek.

Aktivitetsvenn på sykehjem

Hvordan kan noe hyggelig bli enda hyggeligere? Å være aktivitetsvenn er enkelt. Du trenger bare å gjøre noe du liker, sammen med en som bor på sykehjem.

Tekst: Brit Robertsen

Ordningen med frivillig aktivitetsvenn for demente er et samarbeid mellom Nasjonalforeningen for folkehelse og Porsgrunn kommune.

Ut på tur med besøkshunden Mira.
 Vi har til sammen rundt 50 frivillige aktivitetsvenner på Brevik-, Mule-, Frednes- og Vestsiden sykehjem.

Aktivitetsvennene har gått på kurs, utarbeidet av Nasjonalforeningen for folkehelse, hvor målet er at den frivillige vil få en større trygghet i sin rolle som aktivitetsvenn. Gjennom kunnskap, informasjon og erfaringsutveksling får kursdeltakerne forståelse av hva aktivitets-



vennposisjonen innebærer, hvilken betydning og mening denne innsatsen har for beboere.

På kurset bruker vi blant annet mye tid på tema kommunikasjon med demente.

Etter kurset skal kursdeltakerne føle seg trygge i rollen som aktivitetsvenn og kunne bidra til gode opplevelser i hverdagen for personer med demens.

Aktivitetsvennen har bare en ansatt ved sykehjemmet å forholde seg til. Det er aktivtør som koordinerer mellom sykehjemmet og aktivitetsvennen, og som kobler aktivitetsvenn med beboere og andre aktivitetsvenner.

Aktiviteter som gjøres i dag

Våre aktivitetsvenner er med på å gjøre en hyggelig hverdag, med ulike aktiviteter som lesing, kaffeprat, bingo, rusletur i hagen, spille musikk, sykkelpilot, besøkshund, være følge til: andakt, konserter og utstillinger.

Noen aktivitetsvenner jobber sammen i grupper og andre en til en, alt etter eget ønske. Noen kommer fra organisasjoner og menigheter andre som naboer i gata. Felles er at de ønsker å gjøre noe hyggelig sammen med andre.

Det blir holdt samlinger for aktivitetsvennene både på det enkelte sykehjem og felles for alle. Her er det mulighet for å utveksle erfaringer og få litt faglig påfyll.

Vi har fint plass til flere aktivitetsvenner

Som frivillig aktivitetsvenn får du dobbel glede av å gjøre noe du likevel skulle gjøre. Det er ikke vanskelig eller veldig krevende å være aktivitetsvenn, du trenger bare å være deg selv. Hvis du har en interesse eller noe du syntes er hyggelig å gjøre, så er det et godt utgangspunkt.

Kontaktinformasjon:

Aktivtør og kulturkontakt
 Brit Robertsen
 Brit.robertsen@porsgrunn.kommune.no
 Tlf. 971 77 440



Med hjerte for bøker og byen

Du har kanskje sett dem på scenen i Ælvespeilet. På Blåfredager, «Folkemeninga» eller bokbad med forfattere. Astrid Borchgrevink-Lund og Per Erik Buchanan Andersen driver Litteratur-garasjen, har en forkjærlighet for bøker og skriving, og for Porsgrunn.

Tekst: Astrid Borchgrevink-Lund og Per Erik Buchanan Andersen

- Astrid har bakgrunn fra aviser og media, og jeg fra byggebransjen sier Per Erik.

- For noen år siden fant vi ut at vi sammen ville holde på med det vi liker best, skriving og bøker.

- Lese- og skrive lyst for folk i alle aldre. Det er mottoet vårt, sier Astrid.

- I tillegg til mange arrangementer, holder vi jevnlig kurs for skriveglade folk. Der får de tilbakemeldinger på egne dikt og tekster. Vi har deltagere fra femten til nitti. Det er veldig gøy.

- Litteraturgarasjen arrangerer hvert år krimfestivalen «Døden på Høyers» i Skien, stedet hvor krimforfatteren Stein Riverton døde i 1934.

Björg Vik-dagene

- Porsgrunn litteraturfestival er likevel årets høydepunkt. Vi er glade i Pors-



grunn, og hadde lyst til å starte en litteraturfestival i byen, sier Per Erik.

- I år ble festivalen arrangert for femte gang med Litteraturgarasjen som primus motor. Det er mange dyktige forfattere på programmet, i år var det hele femten arrangementer og konserter fra torsdag til lørdag.

-Hvert år deler vi ut Björg Vik-prisen på kr 30.000 i samarbeid med Sparebanken Sør, sier Astrid.

Barnebokfestival i byen

- I år hadde vi en nysatsing, Bombasta! Barnebokfestival, smiler Astrid.

Bok og konsert om Storgata

- Før jul i fjor leide vi et lokalt i Stor-

gata og lagde popup-bokhandel hvor vi solgte vår egen diktsamling som heter nettopp «Storgata – langs fortuet i en småby».

- Vi fikk så mye besøk, sier Per Erik. - Det gikk unna på kaffe, vafler og bøker. Boka handler om steder og folk fra Porsgrunn og Bamble. Guttorm Guttormsen har satt musikk til en del av tekstene og i november blir det Storgata-konsert med Nina Gromstad på vokal.

- Og så holder vi på med et annet prosjekt som vi gleder oss til blir gitt ut. Det er ikke så lenge til nå: Spenningsbøker for aldersgruppen 9-13 med handling fra Porsgrunn.



Slektsforskning - en hobby for alle

De fleste av oss har vel en eller annen gang vært litt nysgjerrige på hvor vi kommer fra, hva er egentlig opphavet vårt? Alle familier har sine historier om forfedre og slektninger, amerikafarere, sjøfolk, skipsforlis og kanskje en adelig, eller to.

Tekst og bilder: Svein Solstad

Historiene overleveres muntlig fra generasjon til generasjon, blir gjerne pyntet på, men bare litt, og etter en tid har kjeltringen blitt helt. Hva er egentlig sannheten, hva skjedde med og rundt alle disse menneskene som levde for lenge siden. Hvor kom de fra, hva levde de av og hvor ble de av?

Alle disse spørsmålene og flere til prøver slektsforskningen å gi svar på. Slektsforskning er en spennende hobby som passer for alle og som verken krever forkunnskaper eller utstyr ut over hva de fleste allerede har hjemme.

Mens man tidligere måtte reise rundt, både her i landet og utenlands for å lete i kirkebøker, arkiver og annet, ligger det meste nå tilgjengelig på nett. Slektsforskning har blitt utrolig populært og facebook-gruppen «Vi som driver slektsforskning» har omtrent 15.000 medlemmer.

Å komme i gang med slektsforskning er enklere enn du tror. Begynn med å skrive ned alt du vet om forfedrene dine, finn fram gamle fotografier og noter alle opplysninger om personer, steder og anledninger på bildene. Gjerne på baksiden så du har det tilgjengelig.



Svein Solstad

Snakk med eldre familiemedlemmer så kanskje de har noe å tilføye. Notér hvor du har fått tak i opplysningene, hvem som er kilden. Nå har du allerede en del data og ganske sikkert mange navn på blokka. Det er på tide å ta noen valg!

Husk at for hvert navn er det to foreldre og fire besteforeldre, i tillegg til deres søsken og barn. Dette blir på kort tid ganske mange personer å holde styr på. Etter noen få generasjoner er det fort å miste oversikten og sette feil person på feil plass, eller som Øystein Sunde sang for noen år siden; «Jeg blir min egen bestefar».

Ønsker du mer informasjon, ta kontakt med Slekt og Data Telemark. De har møter på Vestsiden Helse og Aktivitets-senter en gang i måneden. Der får du både gode innspill og hjelp til å komme i gang.

<https://slektogdata.no/nb/slekt-og-data-der-du-bor/telemark>



Slekta fra Brevik

Jan-Erik Olsen

Vi selger kjøkken og glass - enkelt og greit!

Hos oss finner du et rikelig utvalg innen kjøkkeninnredninger, bad, garderobe, glass, plast, speil, uterom, glassrekkverk, samt vinduer og dører. Besøk oss for en hyggelig prat i trivelige Brevik.



DUSJ & INTERIØRGLASS



GLASSREKKVERK






KJØKKEN



UTEROM



FØLG OSS PÅ SOSIALE MEDIER

 **HAVNEGATA 2, 3950 BREVIK**
 **35 57 04 47**
 **POST@KJOKKENOGLASS.NO**



FACEBOOK
www.facebook.com/kjokkenogglass



INSTAGRAM
[@kjokkenogglass](https://www.instagram.com/kjokkenogglass)



HJEMMESIDE
www.kjokkenogglass.no

GRENLANDS ELDSTE TRENINGSSENTER feirer 25 år og har et **MEGATILBUD** for godt voksne!



BLI MEDLEM NÅ ***FOR KUN***

Kr. 299,- pr. mnd.

**(gjelder for de 50 første
som tegner medlemskap)**

- kr. 0,- innmeldingsavgift. (Spar kr. 1000,-)
- Gratis leie av TGS nøkkelen
- Gratis frokost alle virkedager
- Gratis parkeringsplasser
- Ingen bomavgifter for husstander i:

Bamble - Brevik - Heistad - Herøya - Stridsklev
Eidanger - Langangen

Garanti: ingen parkeringsbøter!

Totalverdi: 3.000,- kroner

Administrasjonsgebyr: kr. 499,- tilkommer. Bet. ved innmelding. 16 års aldersgrense.
Tilbudet gjelder 12 mnd. privat medlemskap, og kan ikke kombineres med andre tilbud.

OASEN ***FRITID***

post@oasenfritid.no - www.oasenfritid.no
Fjordgløttveien 27 - Heistadtangen

Tlf. 35 51 22 00

TGS-nøkkelen
(Din personlige trener)