



ÅRGANG 82
Januar
Februar
Mars
2022

VÅLER OG SVINNDAL MENIGHETSBLAD

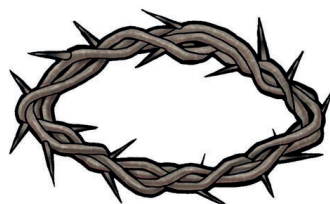
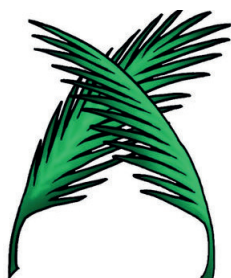
Våler kommune



Fra ungdomskjærester
til Herr og Fru



Påskens 2022



VÅLER OG SVINNDAL

MENIGHETER - VÅLER KIRKEKONTOR

Post og besøksadresse:

Helse- og sosialsenteret, Bergskrenten 12,
1592 Våler

Tlf. sentralbord: 69 28 88 30

Internettadresse: www.kirken.no/vaaler-svinndal



Midlertidig besøksadresse

Kjosveien 4, «Stallen» ved siden av Våler kirke.

Vi regner med å flytte tilbake til Bergskrenten 12 før påske.

SOKNEPREST

Bent Erik Hodnebrog
sokneprest@vpgo.net
Mob: 958 12 058

KIRKEVERGE / DAGLIG LEDER

Eva Marie Pedersen
kirkeverge@vpgo.net
mobil: 976 89 722

SEKRETÆR

Lillian Neset Tlf.: 69 28 88 30
kirkekontoret@vpgo.net
Kontortid: Tirsdager kl.08.00-15.30,
onsdager kl.08.00-15.30 og
fredager kl.08.00-15.30.
Mobil priv: 907 69 380

KANTOR

Kalina Dimitrova-Kristiansen
organist@vpgo.net
Mob: 984 76 846

MENIGHETSPEDAGOG

Vakant

KIRKETJENER VÅLER

Tore Storm-Hexeberg
kirketjener@vpgo.net
Mob 975 62 009

KIRKETJENER SVINNDAL

Elisabeth Sælid Kjærnsrød. Mobil: 915 18 236

VÅLER KIRKELIGE FELLESRÅD VÅLER OG SVINNDAL MENIGHETSRAÐ

LEDER: Odd Kjærnsrød Mob: 995 76 176

NESTLEDER: Kari Antonsen Mob: 906 95 653

UTGIVELSER OG INNLEVERINGSFRISTER FOR VÅLER OG SVINNDAL MENIGHETSBLAD 2022

Har du et arrangement du vil at flere skal vite om?
send en mail - så lager vi en kunngjøring eller en
annonse på det.

Vi minner om at stoff til bladet må være
OSS I HENDE - SENEST
den angitte dato.
bruk helst epost: mblad@vpgo.net

**Bladet kommer ut 3-4 uker etter
innleveringsfristene.**

Utgave	Innleveringsfrist
januar/februar/mars	1.februar
april/mai/juni	1.april
juli/august/september	1.juli
oktober/november/ desember	15.oktober

Forsidebildet: Victoria og Mikael Åman Hermansen, prest: Christian Dag Nielsen
Foto: Kaja Ludwin

VÅLER OG SVINNDAL
MENIGHETSBLAD

Årgang 82

Januar
Februar
Mars

2022

www.kirken.no/vaaler-svinndal

FACEBOOK:

Våler og Svinndal kirke &
Ungdomsarbeid i Våler og
Svinndal menighet
Barnas side Våler
og Svinndal menighet

Utgis av Våler og Svinndal
menighetsråd.

Opplag: 2250
Sats-Layout: FTN Studio
Trykk: 07-gruppen

Redaksjonen:
e-post:
mblad@vpgo.net

Distributør:
POSTEN

Kasserer:
Kirkevergen
Tlf. arb. 976 89 722

Gaver til bladet:
Bankgiro: 1503.49.88754

Gaver til
Menighetsbladet
mottatt fra
01.11.21
t.o.m. 28.02.22
takk!

**Totalt mottatt
10.625kr,-
i gaver!**



**GIRO
1503.49.88754**

vipps

Kirkekontoret informerer:

Du kan få SKATTEFRITAK for gaver du gir til menighetene og menighetsbladet dersom du oppgir navn, adresse og personnr (11 siffer i forbindelse med gaven du gir. Minste beløp som utløser fradrag er gaver på 500,-. Maksimalt fradrag for gaver er tilsammen 25.000,- for inntektsåret 2022

Kontonr. for gave til Våler og Svinndal menighetsblad: 1503.49.88754
VIPPS nr. 25228

Kontonr. for gave til Våler og Svinndal menigheter: 1503.49.06677
VIPPS nr. 22579

Redaktøren har ordet

I disse tider er det så mange tanker og følelser som svirrer rundt i hode og kropp. Jeg synes det er vanskelig å skrive noe nå. For hvordan kan jeg sammenfatte dette bladets temaer: påske og ekteskap, med situasjonen i Ukraina som bakteppe? I stedet skriver jeg ned noen ord, så får dere bygge videre på dette selv:

Kjærlighet	Likegyldighet		
Fred	Folkets tjener	Tørst	
Aggresjon	Hat	Ensomhet	
	Frykt	Håp	
Selvhevdelse	Kamp	Flukt	
	Påske	Ydmykelse	Samhold
Ekteskap	Omsorg	Sult	
Glede	Penger	Trygghet	Barn
	Makt	Råskap	Menneske
	Gud	Kjærlighet	
	Kyrie Eleison		

*Gaver mottatt fra 01.11.21. t.o.m. 28.02.22:

Olav og Eva Belgen 500,- Anne Nordli 600, Åshild Bakke 500,- Torunn M. Hafnor 300,- Anne Marie Sandem Sollien 500,- Fam. Skjager 200,- Lina Johanne Gunnerød 300,- Else og Reidar Andersen 500,- Elin Bakkerud Hesla 100,- Aslaug og Oddvar 500,- Oddveig Sanderød 200,- Mimmi i Askim 300,- May og Erik Listerud 500,- Aase og Terje Nybråten 350,- Randi og Jon G. Rønning 500,- Aud Margareth Åsheim 375,- Grethe Dyhre 400,- May J. H. Olsen 500,- Våler og Svinndal pensjonistforening 2.500,- NN 1.000,-

Totalt kr. 10.625,-
Tusen takk for gavene!

Påsken

Tekst: Bent Erik Hodnebrog

Vi nærmer oss nå kirkens viktigste høytid. Dette er uken som definerer kristen tro.

Palmesøndag: Hipp hurra for kongen

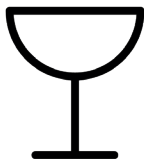
En leder drar inn for å innta hovedstaden. Han snakker om et eget rike, et himmelrike, et fredsrrike. Men han kommer ikke med en stor hær, med tanks og fly i ly av nattens mørke. Han rir inn på et esel, midt på dagen uten våpenføre menn eller kvinner. Folket hyller ham som konge, som frigjører, som den som bringer fred!



Jesus forbereder seg på kamp, mot mørkets rike, mot det ondes herredømme i verden. Våpnene hans er kjærlighet, sannhet og fred.

Skjærtorsdag: Føtter, fest og felleskap

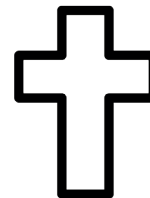
Denne kvelden samler Jesus vennene sine til et stort måltid. Jødene feiret påskemåltidet til minne om at Gud førte folket ut av slaveri i Egypt. Påskemåltidet er kultur. Rettene som blir servert er ladet med mening. Bitre urter minner om folkets lidelser. Saltvann minner om folkets tårer. Usyret brød minner om et folk som er forberedt på å reise. Lammekjøttet minner om lammet som ble slaktet og blodet som ble smurt på dørkarmene. Vinglassene som drikkes minner om livet, frelsen, velsignelsen og håpet. Denne dagen skal påskemåltidet få en ny mening.



Jesus er en klar leder, likevel vasker han disiplenes føtter for å vise at det han nå skal igjennom er for vår skyld. Og med dette gir han et forbilde om at vi også skal tjene hverandre. Brødet skal minne om Jesu kropp og vinen skal minne om Jesu blod. Måltidet definerer et nytt fellesskap. Et fellesskap av mennesker som hører Jesus til. Dåpen gir oss del i dette fellesskapet, og hver gang vi feirer nattverden blir vi minnet på at vi er alle like for Gud. Ingen er større eller mindre og ingen er viktigere enn andre. Vi inviteres til å snakke sant om vårt eget liv, innrømme feiltrinn, be hverandre om tilgivelse og gi hverandre tilgivelse. Måltidet er også en smakebit på den evige festen.

Langfredag: Dagen da Gud dør

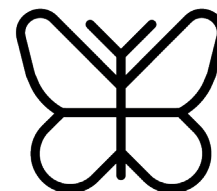
Etter festen tar Jesus med seg noen av disiplene ut i Getsemanehagen. Her får Jesus del i det mange mennesker erfarer: Ensomhet, angst og skam. Han blir sveket av sine venner, han blir kasteball i systemet, han blir dømt av folket, folkets ledere og romernes ledere uten en rettferdig rettsak. Han opplever mobbing og fysisk smerte; tornekrone, piskeslag og korsfestelse. Tilslutt dør Jesus.



Kirken tror at Jesus er Gud selv som ble mennesket. Det er Gud selv som, gjennom Jesus, bar alle disse menneskelige erfaringene. Og da Jesus døde, så var det Gud selv som døde. Kristendommen er på denne måten en annerledes religion, en religion som sier at dets gud både kan lide og dø. Kristen tro sier også at det var til menneskets frelse at Gud ble menneske. Det var for å gi mennesket frihet at Jesus ikke brukte sin makt og myndighet til å unnsnippe denne verdens ondskap, men lydige og tålmodige lot alt dette skje med seg. Gjennom hele Jesu liv og ikke minst hans død, har Gud kjent på kroppen hvordan det er å være menneske og å leve under menneskets vilkår med døden som en nødvendig konsekvens.

1. påskedag: En ny begynnelse

Døden kunne ikke holde på Jesus. Den første dagen i uken, kommer noen av Jesu venner til graven og finner den tom. Jesus har stått opp. Jesus viste seg så for disiplene men også for flere andre.



Jesu oppstandelse blir definisjonen på det som etter hvert utvikler seg til kristendommen. Helligdagen flyttes fra jødernes sabbat, den syvende dagen i uken, til søndagen, den første dagen i uken. Hver søndag feirer kirken Jesu oppstandelse. Ondskaper og mørkets krefter blir overvunnet av en kjærlighet som tror alt, håper alt og tåler alt. Troens vei, sannhetens vei og kjærlighetens vei går gjennom smerten, ikke utenom, men på andre siden finnes det en ny begynnelse. Og på samme måte som Jesus ble reist opp fra de døde, har vi også et håp om at vi også skal få et evig fellesskap med Gud uten sorg, gråt eller smerte.

Påsken i kirkene våre

Vi anbefaler påskens gudstjenester i kirkene våre.

Palmesøndag, 10. april kl 11:00 inviterer vi til familiegudstjeneste i Svinndal kirke. Svinndal Soul Kids deltar.

Skjærtorsdag, 14. april kl 11:00 blir det nattverd-gudstjeneste i Våler kirke.

I gudstjenesten på

Langfredag, 15. april kl 11:00 i Våler kirke, får Jesu lidelseshistorie god plass. Dette gir rom for undring og ettertanke. Våler Vokal og Vilde Toverød på bratsj deltar. Meditasjonsmusikk fra kl 10:40.

Påskennatt, 16. april, kl 23:15 i Våler kirke er en annerledes gudstjeneste. Vi starter med å tenne lys i en mørklagt kirke og i løpet av gudstjenesten fyller vi rommet med lys, musikk og glede for å feire Jesu oppstandelse. Våler Vokal deltar.

Selve høytidsgudstjenesten **1. påskedag, 17. april kl 11:00** blir i år i Svinndal kirke. Jens Solbakken spiller trompet.

2. påskedag, 18. april kl 18:00 i Våler kirke vil vi syng oss igjennom noen av påskens salmer. Syng påske! Trollskap deltar.

Fra orgelkrakken



De lånte en krybbe

Tekst: kantor Kalina Dimitrova-Kristiansen

En av mine yndlingssalmer, som jeg lærte å kjenne i studietiden i Oslo er "De lånte en krybbe" nr 139 i Norsk Salmebok. Denne salmen har veldig innholdsrik og sterk tekst og synges gjerne i pasjonstiden.

Forfatter til salmen var svensken Nils Bolander (1902-1959), som var biskop i Lund, dikter og sønnesønn til Karl den XV. Teksten følger hele Jesu Kristi liv fra fødsel og korsfestelse i løpet av fem vers og er bygget på en 600 år gammel pasjonssalme.

Biskop Bolander legger stor vekt på ordet låne: krybben var lånt, eslet, de fem brødene, fiskene, båten... Alt, som engang Jesus eide på jorden var ikke hans eiendom, han levde ikke som en rikmann. Det var likevel en ting som tilhørte Jesus ifølge teksten ved versenes avslutning- "men korset han bar, og den blodige krans var hans".

Med denne avslutningen påpekes veldig klart rollen til Jesus som Frelser for verden med noen få ord! Og enda sterkere står det i vers fem, som endelig avslører hvem som måtte bære korset i stedet for Jesus. Kan dere gjette? Jo, det er vi, hver enkelt av oss - det korset min Frelser har båret som sitt var mitt. Men vi ble spart for alle verdens lidelser takket være vår Herres offer.

Trond Kverno (1945-), en av de fremste norske kirkemusikalske komponister og som var min og Bent Erik sin professor i liturgisk orgelspill, har skrevet melodien. Den er folkemusikkinspirert, med tredelt metrikk og oppleves mer som en vise. Men melodiens preg bare utfyller teksten på en fabelaktig måte med rolig nostalgi, som smelter til slutt i en seierrik akkord i D-dur.

Vi håper at salmen blir godt likt i våre menigheter.

Hilsen
Kalina kantor

De lånte en krybbe

T: Nils Bolander
etter engelsk tekst fra 1400-tallet
O: Evelyn Wenaas/Alfred Hauge
M: Trond Kverno

De lånte en krybbe å legge ham i.
Han hvilte på halm og strå.
Et esel ble lånt da han skulle ri
hvor palmer for foten lå.
Men korset han bar,
og den blodige krans var hans.

Han lånte fem brød til en sultende flokk
på åsdragets øde skrent.
To fisker ble lånt, og fem tusen fikk nok
da rettene rundt var sendt.
Men korset han bar,
og den blodige krans var hans.

Han lånte en båt ved Gennesarets strand
og talte til folk fra den.
Et lån var Getsemane lund hvor han
ble sviktet av hver en venn.
Men korset han bar,
og den blodige krans var hans.

Han lånte en sal da hans dag var forbi,
og dekket ett nattverdbord.
Ja, endog den grav som de la ham i,
var lån på en annens jord.
Men korset han bar,
og den blodige krans var hans.

Ja, nevner du kors eller tornekrans,
om lån eller eie de var.
Da vet jeg at klunger og kors var hans,
og min var den bør han bar.
Det korset min Frelser
har båret som sitt, var mitt.

Velkommen til årsmøte!

Det avholdes årsmøte for Våler og Svinndal menigheter søndag den 24. april i Våler kirke, rett etter gudstjenesten. Vi går igjennom årsrapportene for 2021. Leif Odd Feragen vil blant annet holde et «MOT»-foredrag for oss.

Enkel servering. **Velkommen!**

Våler og Svinndal menighetsråd

Fra ungdomskjærester til Herr og Fru

Victoria og Mikael Åman Hermansen
giftet seg i Våler kirke 15.aug 2020.
Historien deres handler om en trygg oppvekst,
gode valg og en spennende fremtid sammen i Våler.

Tekst: Bent Erik Hodnebrog Foto: Kaja Ludwin

- Hvordan ble dere kjærester?

- Vi har alltid kjent hverandre, siden vi gikk på skole sammen i mange år. Jeg er vokst opp i Vassbygda og Mikael på Folkestad. Men så etter ungdomskolen flyttet Mikael til Sarpsborg, sier Victoria.

- Ja, fortsetter Mikael. Også var jeg på facebook en dag, og så sendte jeg en venneforespørsel til Victoria. Og da sendte hun meg en melding hvor hun spurte om ikke vi skulle møtes.

- Og siden den dagen har vi i grunnen møttes hver dag, sier Victoria. Og etter en stund flyttet vi sammen, først på jenterommet hjemme hos mamma.

- Og så etter en stund til en kjellerleilighet hos pappa, fullfører Mikael.

- Dere ble sammen som 16-åringer og forholdet har vart gjennom ungdomstid og studietid og nå er dere gift og har fått lille Sander.

Hvordan har dere klart det?

- Vi er jo på mange måter ikke de samme som vi var da vi var 16 år, men vi har nok vokst sammen. Noen vokser fra hverandre, men vi har vokst sammen. Jeg tok lærerstudier i Oslo, sier Victoria. Da flyttet vi til Moss. Det var kort vei til toget og en rask tur inn til Oslo, og så, etter endt studiedag, så var det greit å komme hjem igjen og tilbringe kvelden med Mikael og hunden vår.

- Etter det fikk Victoria jobb på Våk skole og vi kjøpte hus på Folkestad. Og da var det naturlige skrittet videre å gifte seg, fortsetter Mikael.

- Ja, vi forlovet oss julaften i 2018 og var enige om at 2020, ville være et godt år å gifte seg i. Vi hadde sett oss ut juni, men da juni 2020 kom, så var det jo nedstenginger og begrensninger. Derfor utsatte vi bryllupet til 15. august, og da var det en liten periode med litt mer muligheter.

- Hvor viktig var det å gifte dere og hvorfor i kirken?

- Det var liksom neste skritt på veien, sier Victoria. Det føltes helt naturlig å gifte seg, og vi ville helst gifte oss før vi fikk barn. Vi hadde jo bodd sammen lenge, men det å gifte seg var som å spleise oss sammen enda mer. Også kunne vi samordne etternavn. Det var riktig.

- Det å gifte seg i kirken føltes også veldig naturlig for oss, sier Mikael. Det var ingen diskusjon hjemme om vi skulle gjøre det i kirken eller noe annet sted. Kirkerommet pyntet til fest og musikken skaper en flott ramme. Kirken er jo også et rom vi kjenner. Vi føler oss hjemme der. Vi er begge døpt der, og Victoria var aktiv i speideren og var noen ganger i kirken i den sammenheng. Hun er også konfirmert der. Jeg konfirmerte meg riktignok borgerlig. Men det er noe med tradisjonen og med de kristne verdiene som er viktig å ta med seg videre.



Mikael og Victoria Åman Hermansen har akkurat gitt hverandre løftene og blitt mann og kone.

Hvordan var bryllupet?

- Vielsen var veldig fin, men også litt kort, innrømmer Victoria. «Å, er vi ferdig allerede?» sa vi til hverandre på vei ned kirkegulvet. Vi måtte forresten stjele til oss et kyss på vei ned også, for presten glemte å si: «Nå kan du kysse bruden». Det kjentes vel litt ekstra kort siden vi satt der med nerver og alt det der, men det hadde kanskje vært rom for litt mer musikk. Vi valgte salmer som vi hadde et forhold til og som vi tenkte gjestene ville være med å synge på. Også ønsket vi oss en Beatles låt til inngang og det fikk vi: «Here comes the sun». Selskapet hadde vi i Vassbygda på Fjell gård. Det var vakre omgivelser og vi var heldig med dagen. Vi hadde lagt merke til at treskinga hadde begynt helga før, og vi var jo en smule engstelige for at de skulle treske utenfor akkurat den dagen vi hadde selskap, men det hadde vi ikke behøvd å bekymre oss for. Det ble en nydelig stille dag med pent vær, hverandre og flotte gjester.

- Og nå har familien vokst?

- Ja, Sander ble født i begynnelsen av 2021. Og det er stas. Og da var det også naturlig for oss å bære Sander til dåp. Vi giftet oss jo 15.aug og 15.aug året etter hadde vi dåp for Sander i Våler kirke. Sander ble døpt i en egen dåpsgudstjeneste fordi det var restriksjoner på antallet i kirken. Og det ble fint.

- Ja, nå er dere godt etablert her i Våler.

- Ja, vi kommer nok til å bli boende her i Våler, sier Mikael. Vi hadde en trygg og god oppvekst her, og det ønsker vi også for Sander. Også er det jo flere av våre venner som flytter tilbake hit, så vi har jo et nettverk her av både venner og familie.

Til Våler, with love

Helene Larsen og Eivind Karlsen møtte hverandre da de studerte sammen i Volda. Eivind kom fra Bømlo og hadde studert et par år allerede da Helene, fra Oslo, startet på lærerutdanning. De jobbet begge frivillig i studentfelleskapet og der ble de fort kjent. Så flyttet de sammen.

Tekst: Bent Erik Hodnebrog
Foto: Wilhelm Palomäki Johansen



Helene og Eivind på vei ut av kirken og inn i kjærlighetens hverdag. Prest: Sture Jenssen

De bodde i Volda i 4 år, mens de fullførte sine studier. Så sto jobbsøking for tur. Det var lærerjobb som førte dem til denne delen av landet. Først bodde paret noen år i Moss, men i desember i 2019 flyttet de til et rekkehus på Folkestad. Det var enkelt for familien til Helene å huske hvor de hadde flyttet, for mormor bodde i Våler i Solør. Så da var det bare å huske at det var to forskjellige Våler. Familien til Eivind på Vestlandet kaller alt sammen Oslo-området. I juni 2020 giftet de seg i Våler kirke.

- Dere har bodd sammen i mange år, hvorfor ville dere gifte dere?

- Et ekteskap er på en måte litt mer definitivt, fastslår Eivind. Man lover å være med hverandre resten av livet.
- Også er det noe med symbolikken i en vielse som betyr mye for meg, mener Helene. Og tradisjonen.

- Men hvorfor gifte seg i kirken, og hvorfor Våler kirke?

- Igjen har det med tradisjon å gjøre, fortsetter Helene. Det ville bli feil for oss å gifte seg et annet sted. Også er vi begge opptatt av historie. Vi ville gifte oss i en kirke som var litt spesiell.

- Vi snakket om Moster kirke, sier Eivind. Moster, i Bømlo, er stedet hvor kristendommen først kom til landet vårt, og kirken er den eldste kirken i Norge. Men så er jo Våler kirke også spesiell, en kirke med historie.

- Hvordan var vielsen?

- Den var kjempefin, mener Helene. Det var jo i koronasituasjonen, så det var jo mye som var usikkert. Jeg spurte mormor hva hun tenkte, ville hun komme i bryllup under disse omstendighetene? Hun svarte at det viktigste vi måtte tenke på, det var å svare ja til hverandre. Så ville hun komme.
- Det ble intimt og vielsen hadde en god atmosfære, synes Eivind. Presten var fin. Han var med å skape en løs stemning. Og vi hadde en solist som sang sanger som var viktige for oss.

- Og etter bryllupet, hvordan har det gått?

- Nå er vi tre, sier Helene. Odin ble født i midten av desember. Og vi har bestilt dåp og det gleder vi oss til. Det er hyggelig å ha dåp i samme kirke som vi giftet oss.
- Så nå er vi godt etablert i Våler, vi har også hund, påpeker Eivind. Og vi stortrives med å bo så nær naturen, og komme oss raskt ut i marka.

Ønsker du å gifte deg i Våler eller Svinndal?

Noen spørsmål og svar:

- Koster det noe?

Vielse i kirkene våre er gratis dersom brud eller brudgom er medlem av den norske kirke og bosatt i kommunen. Da er organist og kirketjener inkludert.

- Kan vi sette vårt eget preg på vielsen?

Ja, innenfor rammen av vigselsturgien er det rom for å sette personlig preg for vielsen. Tekster skal godkjennes av presten og musikken skal godkjennes av organisten, men vi er ganske åpne.

- Kan homofile og lesbiske par gifte seg i Våler og Svinndal kirker?

Ja, soknepresten vier likekjønnede par.

- Hva hvis vi ønsker oss bare å bli gift og kanskje ha festen senere?

Det er mulig å ha en liten, intim vielse med bare brudepar og forlovere tilstede. I kirkerommet eller i sakristiet.

- Vi ønsker oss utebryllup, kan presten vie oss da?

Ja, det finnes noen steder i kommunen som er permanent godkjent av biskopen for kirkelig vigsel, det er også muligheter for å søke om midlertidig godkjenning. Da er det viktig å være ute i god tid. Verd å merke seg: Presten deltar, men musikk og tilrettelegging må paret ordne selv.

Andre spørsmål ta kontakt med kirkekontoret:
kirkekontoret@vpgo.net eller telefon **69 28 88 30**

UNG I VÅLER



KIRKENS NØDHJELP actalliance

Konfirmantene 2022 inviterer til **FASTEAKSJONSAUKSJON**

utenfor Svinndal kirke søndag 3. april kl 16:00

Her er eksempler på hva du kan by på:
Kunst, produkter fra det lokale næringsliv, opplevelser med lokale aktører,
to timers arbeidskraft som barnevakt, vaskehjelp eller med hagearbeid,
et syngende telegram til noen som feirer med mer.

Det blir også noen kulturelle innslag og du kan kjøpe kaffe og noe å spise.
Legg ettermiddagsturen til Svinndal denne dagen!

Auksjonarius: Thomas Hagen

Kl 18:00 er det bandgudstjeneste i Svinndal kirke
Konfirmantene deltar

Konfirmantene vil også stå med bøsser utenfor matbutikkene
i kommunen lørdag 2. april fra kl 11:00 - 15:00
Gi en gave til fasteaksjonen 2022!



Fire av årets konfirmanter: Linus Åkersten, Sander Matheo Simonsen, Erik Meyer Helgedagsrud og Christian Haugland (foran) er klar for å samle inn penger til årets fasteaksjon.

Les mer om hva innsamlingen
går til!



Gi flere barn som Alefa rent vann og en fremtid

VIPPS til 2426

eller gi til konto 1594 22 87493

Kirkens Nødhjelps fasteaksjon 2022

KIRKENS NØDHJELP
actalliance

En dråpe vann gir håp i tørken



Tenner håp: Takondwa Phanga er agronom og bruker yrket sitt til å få bønder i Malawi ut av fattigdom.

Alt Takondwa Phanga (26) tar i spirer og gror, og det går gjetord om den flinke agronomen i mils omkrets. Selv har han bare et mål og det er å dele raust med kunnskapen sin, slik at småbønder kan komme seg ut av fattigdom og sult.

Av: Anette Torjusen Foto: Håvard Bjelland

Tørke skaper akutt sultkrise for millioner av mennesker hver eneste dag.

Et håp kan begynne med en dråpe vann. Det kan gi en fremtid uten sult, fattigdom og konflikt. Vann kan endre et liv, en landsby og et land. Vann er livsviktig. En av dem som ser det hver eneste dag er agronom Takondwa Phanga.

Vi er i landsbyen Chingagwe i Malawi, der tolv småbønder får opplæring i moderne jordbruk.

– Her hjelper jeg småbønder med å høyne kvaliteten på avlingene slik at de kan høste mer og samtidig øke inntektene sine, forteller han.

Prosjektet startet i desember 2020, og allerede et år senere har bøndene tredoblet inntektene sine. Selv gir han opplæring i 17 områder.

Målet er å få småbønder ut av fattigdom og sult, samtidig som de utvikler seg som bønder. I Malawi lever 80 prosent av landbruk, og så mange som fire millioner mennesker mangler tilgang til vann.

De tolv bøndene vi møter i dag, har investert i et sett med kvalitetsfrø, et vanningsystem og gjødsel. I tillegg lærer de seg gode metoder for å utvikle jordbruket sitt.

– Jobben min er perfekt for meg. Min lidenskap er å hjelpe bønder til å utvikle seg slik at de kan få bedre resultater. Gjennom jobben min kan jeg være med på å gjøre en forskjell.

Det tradisjonelle jordbruket skaper stort press på både jorda og vannressursene. De moderne jordbruksmetodene, som gir større og sikrere avlinger på mindre areal og bruker mindre vann, er utilgjengelige for småbønder

i verdens fattigste land. Både irrigasjonsutstyr, frø og kunstgjødsel selges kun i store kvanta. Bøndene mangler utdanning og de færreste har råd til å investere.

Bønder som benytter seg av moderne jordbruksteknologi, slipper å hente vann i brønner og elver. I stedet fyller de en bøtte med vann, som er koblet til to slanger. Slangene har små hull, slik at vannet pipler ut og gir en jevn vanning av grønnsakene. Bøndene kjøper seg en startpakke som består av kvalitetsfrø, et irrigasjonssett og gjødsel. Et slikt sett koster rundt 100 kroner. Før måtte de hente vann flere ganger om dagen slik at plantene fikk nok vann. Takket være irrigasjonssystemet, får plantene vannet de trenger.

Ofta kan det være trangt om plassen i landsbyer og hager, derfor er også plassutnyttelse et viktig tema Phanga lærer bort. I stedet for å plante en rad med tomater, bruker de samme plassen til å dyrke to rader. I tillegg får bøndene en innføring i hvilke grønnsaker som egner seg best å dyrke og hvordan de best bør oppbevares slik at de kan øke inntektene sine.

– Bøndene som er med i prosjektet har tjent nok til å kjøpe seg en hønsegård, skoleuniformer eller sende barna på skole. De har også nok mat til hele familien. I tillegg kan vi se at de kjøper mer land og dermed utvider jordbruksarealet sitt, forklarer han.

Etter at bøndene ble med i prosjektet, kan agronomen se stor forskjell i folks liv.

– Bøndene og familiene deres har nå enkel og forutsigbar tilgang til grønnsaker. De har økt inntektene sine og de investerer videre. Før hadde de kanskje ingen eller lite penger. Nå har de en stabil inntekt, som sørger for næringsrik mat på bordet hver eneste dag. Denne endringen gjør at han har tro på fremtiden.

– Målet mitt er å få andre til å se hvordan de selv kan endre sine liv. Som nyutdannet håpet jeg at jeg skulle få oppfylt min drøm om å jobbe i Kirkens Nødhjelp. Nå gjør jeg det, og det gjør meg glad og takknemlig. Måten Kirkens Nødhjelp jobber med lokalsamfunn på, er riktig og viktig. Jeg er veldig stolt over at jeg får være med på å forandre verden.



Nye metoder: Agronomen har ansvar for 17 områder med 12 bønder i hvert område. Han lærer dem om nye metoder og hvordan en får mest ut av grønnsaksakeren sin.

Hallo!?! Vi lever tross alt i 2021!?

1. Du skal ikke ha andre guder enn meg
2. Du skal ikke misbruke Guds navn
3. Du skal holde hviledagen hellig

Bud nr 6

«Nå skal kirken komme med denne moralske pekefingeren igjen»

Tekst: Bent Erik Hodnebrog

4. Du skal ære din far og din mor
5. Du skal ikke slå ihjel
6. Du skal ikke bryte ekteskapet
7. Du skal ikke bryte
8. Du skal ikke stjele om din neste
9. Du skal ikke tale usant nestes eiendom
10. Du skal ikke begjære din nestes ektefelle, eller hans arbeidsfolk eller andre som hører til hos din neste

Du skal ikke bryte ekteskapet

I min tidligere jobb ble konfirmantene spurt hvilket av de ti bud som var minst viktig. Mange av dem svarte at bud nr 6 ikke var så viktig lenger fordi det var så mange av konfirmantene selv som hadde opplevd at foreldrene hadde gått fra hverandre. Og det er jo helt riktig at rundt 50 % av ekteskapene som er inngått blir oppløst.

Det 6. budet er blitt brukt til å påføre folk skam. Jeg har selv opplevd hvordan mennesker har brukt en såkalt bibelsk ekteskapsforståelse som argument for at jeg burde leve enslig. Og det er uenighet i kirken om hvordan vi skal forstå ekteskapet i vår tid. Jeg har lyst til å invitere til en refleksjon rundt dette.

I bibelen beskrives ulike typer ekteskap: Abraham, Israelfolkets stamfar, hadde en kone, Sara, men fikk barn med trellekvinnen Hagar. Jakob, Abrahams sønn, hadde to koner, Rakel og Lea, men fikk også barn med deres tjenestekvinner. Også kong David hadde mange koner, og kong Salomo hadde drøssevis. Men de aller fleste ekteskap var mellom en mann og en kvinne, og det var vel stort sett arrangerte ekteskap.

Og i vår tid? Er et ekteskap i Norge i vår tid det samme som et ekteskap for hundre år siden? Var ikke et ekteskap før i tiden i stor grad et arbeidsfelleskap, et avhengighetsforhold, en dyd av nødvendighet i kampen for å overleve? Og ekteskapet spilte en viktigere rolle i storfamilien. Tradisjonelt har mannen hatt sitt arbeid utenfor hjemmet, mens kvinnen har hatt sitt arbeid i hjemmet. Og arbeidet i hjemmet kunne være vel så krevende, både fysisk og mentalt, som mannens arbeid ute. Det var nødvendig å få barn for å ha noen som kunne forsørge dem når de blir gamle og ikke selv kunne arbeide.

Etter hvert kom hjelpemidlene i hjemmet; vaskemaskin, støvsuger, elektrisk komfyr og oppvaskmaskin. Og dermed kunne også kvinnen gå ut i arbeidslivet og tjene sine egne penger. I tillegg har vi utviklingen av et velferdssamfunn, hvor staten tar mer ansvar for sine innbyggere, også når vi blir gamle. Nå er ikke ektefellene avhengig av hverandre på samme måte, og innstillingen til ekteskapet, forventningene til hva et ekteskap skal inneholde har endret seg. Er det da så farlig?

I følge 1.mosebok, ved skapelsen, sier Gud: «Det er ikke godt for mannen å være alene.» Så ble kvinnen skapt og Gud sier: «Derfor skal mannen forlate sin far og sin mor og holde fast ved sin kvinne, og de to skal være én kropp.»

Jeg tenker at ekteskapet er til for menneskenes skyld og ikke menneskene for ekteskapets skyld. Det er ikke godt

for mannen, eller kvinnen, å være alene. Det er godt å leve i et forhold med gjensidig kjærlighet og respekt. Derfor tenker jeg at det er naturlig at forståelsen av ekteskapet endrer seg når samfunnet endrer seg. Men hele tiden må det jo være hva som er bra for mennesket som kommer i sentrum. Men enkeltmennesket lever i et fellesskap, derfor er det også i fellesskapets interesse å sette rammene.

Jeg har hørt det har vært sagt at det er blitt for enkelt å skille seg i våre dager. Jeg tror ikke det er sant. Jeg tror det er vanskelig å skille seg, og at for mange mennesker så sitter det langt inne. Og flere år etter et samlivsbrudd opplever noen at sårene fortsatt er åpne. Nei, jeg tror kanskje det noen ganger kan være litt for enkelt å flytte sammen. Kanskje flytter man sammen av praktiske hensyn. Man er forelsket og så blir det billigere og enklere å flytte sammen enn at begge skal ha hver sin bolig. Og så ser man hvordan det går. Men så går tiden, og det ene tar det andre. Man blir mer involvert i hverandres liv, så kommer det barn, kanskje planlagt, kanskje ikke. Og så kommer det en ny hverdag, med nye utfordringer og til slutt så gjør hverdagen det for krevende å bo sammen og paret går fra hverandre. For man har kanskje ikke valgt hverandre, det har blitt sånn. Men dette handler jo om samboerskap og ikke ekteskap, kan du tenke. Ja, men konsekvensene for de involverte er de samme; omsorgen i hverdagen, økonomi, det sosiale livet, venner, rutiner, kosthold(!). Og konsekvensene for barna er de samme om foreldrene er gift eller samboere. Og det fører til konsekvenser for øvrig familie, vennepar og omgivelsene.

Men var det ikke også slik at rundt halvparten av inngåtte ekteskap ble oppløst, da er vel også ekteskapet som institusjon utdatert? Hva er det ekteskapet har som gjør det annerledes enn et samboerskap?

Jeg tenker at et ekteskap også er en praktisk innretning. Et ekteskap ivaretar de involverte på en annen måte, både juridisk og økonomisk. Men noe av det viktigste er at det å gifte seg oppleves som et større steg. Det krever at man har tenkt igjennom, det er ikke bare basert på følelser her og nå, men det er også en tanke om at denne kjærligheten skal vare, et ønske om å leve sammen med denne personen resten av livet, en alderdom sammen, en vilje til å kjempe for forholdet, for familien. For jeg tenker at kjærligheten er ikke en flyktig følelse eller flammende begjær. Kjærligheten er aktiv handling og gjensidig respekt! Og så er selve bryllupet en dag, en markering, som man kan se tilbake på, når det røyner på. Og dersom ekteskapet inngås med en prest, da blir løftene avgitt foran Guds ansikt. Ekteskapet blir løftet frem for Gud i bønn og brudeparet får Guds velsignelse på vei ut i gode og onde hverdager.



LIVETS GANG

1.7.2021 - 31.12.2021

DØPTE I VÅLER

Leander Lyng Saltermark
(døpt i Drøbak kirke)
Leiv Herman Ellefsæter-Espås
Viktoria Eriksen
Aleksander Eriksen
Mimmi Alette Bjørn-Nygård
Andreas Hørvel Folkenborg
Oline Skibrek Larsen
Elmer Stensen Romstad
Sander Åman Hermansen
Elias Hovland-Bakke
Timian Ellingsen Fles
Nora Tran Johnsrød
Elvin Peter Bergman
Ylva Bråtet Gulbrandsen
Linnea Fagerland
Allan Holter
Jorunn Aurora Peterson Bjørnseth
Phillip Tutvedt
Markus Skavhaug Viken



DØPTE I SVINNDAL

Sjur Sebastian Markov Berge
(døpt i Moss kirke)
Kristine Sofie Stene
Leo Emilian Holmgren Eikeland
Julie Børud Mosæther
Matheo Kesina Johannessen
Martin Nordli Wolff
Elvira Gundersen Øra
Cornelia Andersen
Gabriel Sakarias Brännstrøm

VIGDE I VÅLER

Gry Naima Margarethe Ekstrøm
og Arne Kristian Rinden
Anniken Hagen Uleberg og
Tormod Jansen Thorp



DØDE I VÅLER

Leif Maruis Syverød
Bjarne Holter
Jan Petter Sørli
Ingebjørg Wang
Berit Birkeland
Solveig Thalberg
Gjertrud Fjellvang
Inger Marie Krokhaug
Ove Sørli
Lars Johan Gloppen
Inger Lisbeth Hammer
Marie-Louise Hammersborg
Synnøve Sunby Thalberg
Bjarne Wirum
Bjørg Lisbeth Hornsletten-Hennum
Rolf Erling Thoresen
Vera Johansen
Ivar Ødegårdstuen



DØDE I SVINNDAL

Liv Sukkehagen
Margareth Helene Vildskog

Kirkekontoret informerer:

Skjeve gravstøtter på kirkegårdene - festers ansvar å rette opp!

Våren er her til alles glede! Men våren fører med seg mere enn glede, nemlig utfordringer som bl.a. TELEHIV. Noen gravstøtter blir alltid skjeve og må rettes opp på vårparten. Det er festers ansvar at gravminnet ikke er til forfall, sjenanse eller til fare for dem som ferdes på gravplassen. Dersom fester ikke selv har mulighet til å rette opp en skjev gravstøtte må fester ta kontakt med et firma som kan rette opp steinen mot betaling. De som leverer gravstøtter tilbyr normalt disse tjenestene. Vi oppfordrer derfor alle som har en skjev gravstøtte til å sørge for at støtten blir rettet opp. Den må stå støtt.

Takk for at dere tar festeansvaret på alvor!

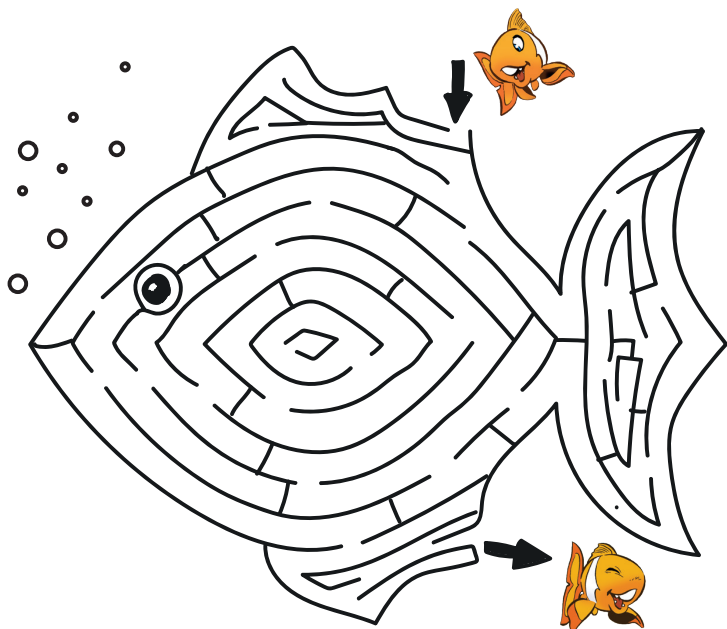




BARNAS

Labyrint

Kan du hjelpe Gulliver gjennom labyrinten?



Gi barnebladet Barnas til et barn du er glad i!

Disse oppgavene er hentet fra bladet.

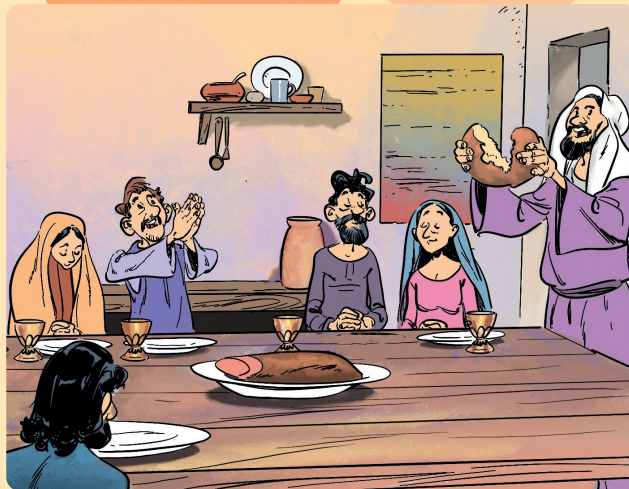
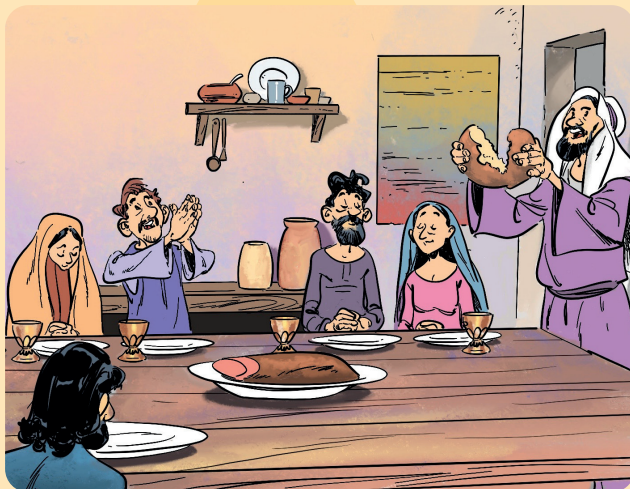
Bestill abonnement på sondagsskolen.no eller **22 08 71 00**



- Greier du å tegne en rett strek med en linjal?
- Selvfølgelig!
- Godt gjort! Jeg greier det ikke uten blyant.

Finn fem feil!

Her feirer de første kristne nattverd. De to bildene er nesten like. Finner du de fem feilene på bildet til høyre?
Tegning: Asbjørn Tønnesen



Vitser

- Pass deg for trappa!
- Hvilken trapp-app-app-app ...
- Et egg fikk se seg selv i et speil.
- Å nei, jeg har blitt et speilegg!



Lise-Kristin inviterer til søndagsskole
Søndagsskolen i Våler er som regel i Våler kirke de søndagene det ikke er gudstjeneste:
fra kl 11.00 -12.00

Datoer for våren: 20.mars, 3.apr



MØTEPLASSEN



Åpen barnehage!

Er et gratis, pedagogisk tilbud for barn sammen med sine foresatte. Her kan barna leke og nye vennskap dannes.

Ta med matpakke og drikk. Kaffe og te fås kjøpt.

Åpen barnehage holder til i lokalene ved siden av helsestasjonen.

Åpningstider: tirsdag og torsdag Kl. 10:00 - 14:00

VELKOMMEN!

Pedagogisk leder: Silje Fagerlie Hansen. For spørsmål, ta kontakt med Helsestasjonen, tlf.: 69289175



MOSS OG VÅLER SKYTTERLAG

Ønsker alle over 9 år velkommen til trening på Fjellbanen. Du får låne utstyr av laget og vi trener tirs- og torsdager fra kl. 18.00. Du finner mer på våre nettsider: <http://moss-våler.skytterlag.no>

Home-Start Familiekontakten

Moss Råde Våler

Et gratis lavterskeltilbud til foreldre med barn i alder 0-16 år. Home-Start tilbyr støtte/hjelp til familier som ønsker det selv. Varighet er 2-4 timer hver uke i 6 mnd. Støtte og hjelp gis av familiekontakter som har gjennomført 20 timers forberedelseskurs, levert politiattest og signert taushetserklæring. Familiekontaktene har foreldreerfaring og/eller har arbeidet med barn/unge.

Ta kontakt dersom du ønsker støtte/hjelp fra en familiekontakt. Vi hører gjerne også fra deg som ønsker å bli familiekontakt.

Anita Andresen, koordinator
Tlf; 40 76 78 70
E-post; Homestart.Moss@bymisjon.no

Barnekoret SVINNDAL SOUL KIDS

Vi øver på Fredheim torsdager i ulike uke. Barn i barnehagealder fra 17:30 - 18:15, skolebarn fra 18:15-19:00. Fellesøvelser av og til, da fra 17:30-19:00 og med kveldsmat. Vi har mange gøyale sanger og prosjekter. Her lærer barna sangglede, heie på hverandre og de lærer bibelhistorier. Lik FACEBOOK-siden vår «Svinndal Soul Kids». Her finner du all informasjon om koret, øvelser, osv. Velkommen!
Kontaktpersoner:
Anne Kari Moslått: Mob.: 97770050
Inger-Johanne Sælid Grimsrud:
Mob.: 94542287

Våler Soul kidz

Vi er et kor for barn fra barnehagealder. Øvelsene er nå på mandager i Våler kirke fra kl. 17:30 til 18:30. Har du spørsmål, ta kontakt med leder Lise-Kristin Aaberg-Ljunggren for mer informasjon.
Mob 924 23 861

Våler sangkor

Vi har øvelse i Aulaen på Våk skole hver torsdag fra kl. 18.30 - 21.00. Er du tenor eller bass er du hjertelig velkommen, da koret trenger flere herrestemmer. Ta gjerne kontakt med leder: Frigg Mosseros tlf. 992 28 686, epost: frigg@mosseros.no eller møt opp på neste øvelse!

Musikkorpset LJOM

er et brassband med en gjeng glade korpsamatører. Vi har øvinger hver torsdag kl. 18.30-21.30 på Våk Misjonshus. Nye og gamle musikanter er hjertelig velkommen på øvingene. For mer informasjon: www.ljom.no eller: post@ljom.no



VANSJØ/SVINNDAL IL

post@vs-il.no

HÅNDBALL

I Vålerhallen er det nå et aktivt håndballmiljø med lag i alle aldre. Kontaktperson Espen Wold: vansvindal@ronhandball.no

FOTBALL

V/S Fotball er en aktiv gruppe med spillere i alderen 6 - 40 år! Vi trener vanligvis på Kirkebygden kunstgressbane, men kan også benytte gressbanen i Svinndal. Kontaktperson Grethe Guttulsrud: fotball@vs-il.no

ALLIDRETT

Allidrett er et tilbud til alle barn som går siste året i barnehagen og 1.-klassingene. I allidretten har vi fokus på at barna skal få prøve ulike idretter gjennom variasjon og lek. Gjennom et år er vi bl.a. innom de tilbudene V/S har - som håndball, fotball, friidrett, samt vintersport i Middagsåsen.

Kontaktperson Jon Andersen: post@vs-il.no

ALPIN/SNOWBOARD/TWINTIP

Kurs og trening i slalom og snowboard/twintip. Følg med på facebook «V/S alpin» og «VS/IL Øst brettklubb» trening for startdatoer. Vår arena er klubbens eget anlegg Middagsåsen Sportssenter AS. Kontaktperson Espen Wold: alpint@vs-il.no

TURN OG LEK

Lek og sang for barn i barnehagealder hver mandag i Vålerhallen fra kl. 17-18. Kontaktperson Renata Orban Kereki turnoglek@vs-il.no



RESPEKT – SAMHOLD – GLEDE

Møte mellom mennesker



Seniordans

Hver mandag kl. 14.00 - 16.00 på VÅK MISJONSHUS.
Er du glad i å bevege deg til musikk og vil ha en trivelig aktivitet som er bra for både hode og kropp, er dette trimmen for deg.

Seniordans er et helseforebyggende tiltak for de som er godt voksne, og byr på mye fysisk aktivitet. Gruppen har i dag over 20 deltagere, og tar gjerne i mot flere. Vi tilbyr et godt og trivelig miljø hvor alle blir tatt godt vare på.

Kontaktpersoner:
Grethe Gjølstad, tlf. 482 72 176
Willy Hansen tlf. 901 40 946

Diakoniutvalget i Svinndal

Inviterer deg til Formiddagstreff på Klokkergården VÅREN 2022



Torsdag 17.mars kl 12.00
Torsdag 21.april kl 12.00
Torsdag 19.mai kl 12.00

Alle er hjertelig velkommen!
Hilsen oss i Diakoniutvalget

Bli kjent i Våler

Liker du å gå i skogen for å plukke sopp, bær eller bare gå en tur. Vet du at det finnes kart over ca 40 turer du kan velge mellom? Kartene finner du på internett ved å søke på enten: Våler kommune turstier eller Terje Lauritzen turstier. I tillegg til 12 kart finner du beskrivelse av turene. Alle turene på kart 1, 2, 3 og 4, med unntak av tur 9 på kart 1, er merket med DNT's blåfarge. På de andre kartene er det mer umerkede stier, men de fleste av disse er også greie å finne fram på om du leser beskrivelsen.

I stiene er det sjelden du finner sopp og bær, men om du går noen meter bort fra stien kan du kanskje finne masse. Gå så tilbake til stien og du finner greit hjem igjen. Hvilken tur du liker best, vet bare du. Jeg vil derfor ikke foreslå noen spesiell tur. Om du ikke er vant til å ferdes i skogen, vil jeg anbefale at du går på merkede stier og tar med deg kart. Det er etterhvert blitt ganske mange som går en skogtur, men det er plass til enda flere. Jeg vil også benytte anledningen til å takke turgåerne for at de ikke kaster søppel og lager skogbranner!
GOD TUR! Terje (DNT)

Fellesråds- og menighetsrådsmøter:

for Våler og Svinndal:
(Starter med fellesråd og har påfølgende menighetsråd)
Onsdag 16.03. kl 18:00 i herredsstyresalen på Herredshuset.
Årsmøte for Våler og Svinndal menigheter søndag 24.4 rett etter gudstjenesten i Våler kirke.

Våler og Svinndal historielag

Vi arbeider for å ta vare på historie og tradisjoner i bygdene våre. Laget har gitt ut en årbok hvert år siden 2002. Og vi arrangerer 6 medlemsmøter i året inklusive julemøte i månedsskiftet november/desember.

Ansvarlig for oppsetting av skilt på kommunens mange husmannsplasser.

Vi tar gjerne imot nye medlemmer!
Henvend deg til nåværende kasserer Unni Bruer Evensen tel. 928 53 451 eller via e-post: unnievensen@live.no

Hageselskapet

Følg med på våre Facebooksider «Hageselskapet Våler og Svinndal» for arrangementer i vår

Kulturgruppa "Fiin gammel"

Møteplassen er på Helse og sosialsenteret i Våler på dagsenteret onsdager i liker uker fra kl 10.30 - 12.30. Musikk og sang. Bevertning Alle velkommen!

Svinndal bygdekvinnelag

Følg oss på Facebook og <http://bygdekvinnelaget.no/lokallag/svinndal-bygdekvinnelag> for mer informasjon.



Våler og Svinndal Pensjonistforening

Våre møter starter kl 17:00 på Bøndenes hus i Svinndal

Entré
Kr. 50,- for dem som har betalt kontingent til pensjonistforbundet.
Kr 100,- for andre

Det serveres kaffe og noe å bite i.

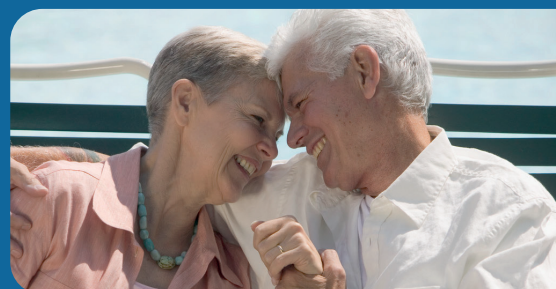
Vi har underholdning på alle møtene, med sang og musikk.

Er du innflytter og ny i bygda? Kom og besøk oss, dere skal bli godt mottatt! Ingen skal behøve å være ensomme så lenge det er en pensjonistforening i bygda!

Har du spørsmål?
Ring leder Harald Nordli
Mob: 922 91 666

Nestleder Astrid Bandgren
tlf.: 69 28 76 62
Mob: 95 17 14 39

Eller kasserer Evy Kraft
Mob: 41 52 42 86



Kommende møter:

13.04.22 Tema: Eldre i trafikken v/Egil Nordengen, tidligere leder for Statens vegvesen, Biltilsynet.

Musikk og sang v/Einar Buerengen
Minnenes melodier fra 1940 og fremover.

11.05.22 Tema: Eldrebølgen i Våler – Kommunens forberedelser
Kommunalsjef Wenke Aannerød og Trine Bråten. Anne Grønsløth informerer om prosjektet *Leve Hele Livet*
Magre Skrotter synger og spiller

Det planlegges også for en busstur gjennom kommunen, med bespisning på ett av spisestedene som holder hus i kommunen.

Følg med på Våler og Svinndal Pensjonistforenings Facebook-side



ÅRSMØTE.

Våler Frivilligsentral avholder årsmøte torsdag 7.april kl. 18.30. Saker som ønskes behandlet må være styret i hende innen 21.mars. Sakspapirer til årsmøtet ta kontakt på telefon 936 22 761 eller på e-post:

post@vaaler-of.frivilligsentral.no

Styret i Frivilligsentralen

Frivillighetens år



21. mai er alle frivilligsentralers «Vår dag» hvor vi skal feire Frivillighetens år.

I Østfold har alle frivilligsentralene gått sammen om å arrangere en konsert som en gave til våres frivillige. Det blir konsert lørdag 21. mai i Kulåsparken i Sarpsborg. Det blir mange forskjellige artister og innslag. Blant annet Sanne Kvitnes og Trio De ment.

Det blir satt opp buss som kommer innom Svinndal, Sperrebotn og Kirkebygden. Mer info kommer.

Sett av dagen nå!

Nyhet:



Frivilligsentralen inviterer til oppstart av møteplass for jenter/damer i alle aldre. Vi samles til sosialt treff. Du kan ta med strikkesøyet eller håndarbeidet ditt, men du er også velkommen uten 😊 Kom innom en tur annenhver torsdag (oddetalls uker) fra 11.30 – 14.00.

Første gang blir 3. mars 2022.

Eva Arntzen ønsker velkommen!

UTLÅNSSENTRAL, Frivilligsentralen. Gratis utlån av utstyr til tur og fritidsaktiviteter.



Mangler du utstyr til en tur eller aktivitet?

Så finnes det muligheter hos oss.

Utlånsentralen holder åpent

mandag kl. 14.00 – 17.00

onsdag kl. 15.00 – 17.00.

Sjekk gjerne med oss om vi har det du har tenkt å låne, før du kommer.

Ta kontakt på mobil 936 22 761 😊



Møteplassen «spis sammen» på tirsdager kl. 12.00 – 14.00.

Nyt et velsmakende måltid i hyggelig omgivelser, og i selskap med andre. Menyen offentliggjøres hver torsdag på frivilligsentralens hjemmeside og Facebook side.

Påmelding, da vi ønsker å være med til å redusere matsvinn og bidra til et mer bærekraftig matforbruk.

Møteplassen Bygdekafèen er åpen

Tirsdag kl. 11.00 – 14.00

Torsdag kl. 11.00 – 14.00

«lunsj» kl. 12.00 – 13.30

Du får kjøpt karbonadesmørbrød, vafler, kaffe og kakao. Velkommen! Med forbehold om endringer.

Bingo på Frivilligsentralen.

Bingo er et enkelt og engasjerende spill. Vi må faktisk konstatere at det er skikkelig god hjernetrim..

Aktiviteten er sosial og en møteplass hvor du kan bli kjent med andre. Vi spiller mandager i partallsuker fra kl. 18.30. Enkelt bevertning.

Bowls

Vi spiller på klubbhuset til Moss og

Våler Skytterklubb hver onsdag fra

kl. 11.30 - 14.30. Møteplass med

sosialt fellesskap og hygge!

Hver deltager betaler kr. 20,- pr

oppmøte. Vi har vipps.

Det blir servert kaffe og frukt.

Velkommen!



SENIORNETT
VÅLER OG SVINNDAL

Trenger du hjelp til ditt digitale verktøy?

Møteplassen på Frivilligsentralen åpner onsdag 16.mars kl. 12 – 14 og vil deretter være åpen hver onsdag.

Vi tilbyr også hjelp og veiledning over telefon.

Ta kontakt for avtale:

Frivilligsentralen, mobil 936 22 761

Lasse, mobil 920 20 561

Tilbudet kan benyttes av alle, uavhengig av alder.



«Cafe Kroken» har åpent mandag - torsdag fra kl. 09.30 –13.00.

Du finner møteplassen i foajéen på Helse- og sosialsenteret

Våler Frivilligsentral organiserer

Telefonvenn/besøksvenn

Ønsker du deg en telefonvenn /besøksvenn – eller kjenner noen som trenger det?

Ta kontakt på tlf. 936 22 761 eller

post@vaaler-of.frivilligsentral.no

«Strikke kafè» på Helse- og sosialsenteret.

Her treffer man alltid en som er ivrig på å utveksle idéer, eller som kan hjelpe deg om du trenger hjelp med et strikkeproblem. Vårens datoer 11/3, 25/3, 8/4, 22/4 og 6/5.

Ta med garn, pinner, kreativiteten din og kom en tur! Møteplassen er åpen for alle, i alle aldre og nasjonaliteter. Velkommen.



Gå sammen med andre!

Påmelding via Facebook til Gå-Gjengen Våler i Viken.

Er du ikke på nett, så melder du deg på via SMS til mobil 936 22 761.

Møte mellom mennesker



MØTER Våren 2022

Våler Misjonssamband og Svinndal Normisjon

Vi ønsker alle hjertelig velkommen til våre møter, middagssamvær og andre arrangementer!



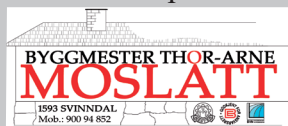
Våler Misjonssamband

Leder: Magnar Naustvik

Mobil: 99096113

e-post: mnaustvik@gmail.com

Annonsesponsor:



Svinndal Normisjon

Fredheim's hjemmeside:

www.fredheim-svinndal.no

Kontaktperson: Bjørn Grimsrud, mob. 950 47 818

e-post: post@fredheim-svinndal.no

Tirs 15.03	kl 19:30	Våk misjonshus	Bibelsamling
Lør 26.03	kl 14:00	Fredheim	BASAR
Tirs 29.03	kl 19:30	Fredheim	«Stille stund» Bibellesning og bønn
Ons 06.04	kl 19:00	Fredheim	Onsdagsmøte
Ons 06.04	kl 19:30	Våk misjonshus	Bønnemøte
Tirs 19.04	kl 19:30	Våk misjonshus	Bibelsamling
Fre 22.04	kl 19:00	Fredheim	«Damenes aften»
Tirs 26.04	kl 19:00	Fredheim	«Stille stund» Bibellesning og bønn
Ons 04.05	kl 19:30	Våk misjonshus	Bønnemøte
Tirs 10.05	kl 19:30	Våke misjonshus	Bibelsamling
Ons 11.05	kl 19:00	Fredheim	Onsdagsmøte
Tirs 17.05	kl 17:00	Fredheim	17.mai-arrangement for hele familien
Tirs 30.05	kl 19:30	Fredheim	«Stille stund» Bibellesning og bønn
Ons 01.06	kl 19:30	Våk misjonshus	Bønnemøte
Tirs 14.06	kl 19:30	Våk misjonshus	Bibelsamling

Utleie av Fredheim

Lag, foreninger og privatpersoner er velkomne til å leie Fredheim for arrangementer.

Vi har følgende priser:

Storesal - kr. 1000,-

Lillesal + kjøkken- kr.1000,-

Henting av nøkkel dagen før: kr 250

Hele huset kr. 2000,-

Helgeleie (fra fredag kl 16:00 til søn kl 12:00): kr 2500

Ta kontakt med Elisabeth eller Odd Kjærnsrød, tlf. 99 57 61 76 eller 91 51 82 36

Utleie av Våk Misjonshus

Lag, foreninger og privatpersoner er velkomne til å leie Våk Misjonshus.

Pris kr. 1500,- / Kr. 2000,- hvis man vil inkludere dagen før arrangementet.

Kontakt Inger-Johanne Ellefsæter på tlf 913 16 829.

Stab og menighetsråd ønsker alle:

GOD PÅSKE



KJÆNSRØD

Gartneri as

Planter fra hjertet av Østfold

Følg oss gjerne på Facebook, Instagram og hjemmesiden vår: hedera.no

Hageselskapet Våler og Svinndal

*Vi ønsker alle velkommen til
våre arrangementer!*

*Kontakt Anne Marie, tlf. 990 19 526
e-post: vshagelag@gmail.com*

GUTTULSRUD MASKIN

Kantklipping - Krattknusing - Beitepussing
Snøbrøyting - Strøing - Feiing - Veiskraping

957 28 679 guttulsrud@live.no

INNBOLAGRING I VÅLER

Boder fra 10 - 55 m³

Alt er oppvarmet - Lett adkomst

Vålerveien 1830 - 1592 VÅLER

gå gjerne inn på vår hjemmeside og les mer:

www.innbolagring.net

Tlf.: 69 28 99 19 - Mob.: 918 39 400



Vålerveien 925, 1591 Sperrebotn Tlf. 69 28 93 00

- Hudpleie • Fotpleie • Makeup
- Massasje • Aromamassasje
- Voksbehandlinger
- Permanent påtegning av bryn
- Permanent vippebøy • Hudpleie produkter
- GAVEKORT

Åpningstider

For våre åpningstider besøk vår nettside:
www.thereseshudpleie.no



www.thereseshudpleie.no



Evangeliesenterets Bibelskole

Din lokale Bibelskole som ligger på Varna
Evangeliesenter. Skolen er åpen for alle som
ønsker å lære Jesus og kjenne gjennom Bibelen.
Vi har oppstart i januar og august.

Ring: 924 84 237 for mer informasjon
eller gå inn på vår hjemmeside: ebsbibelskole.no

Velkommen til et spennende miljø med Jesus i sentrum!

Tlf: 69 28 75 05 - Våkveien 24, 1591 Sperrebotn - post@ebsbibelskole.no - www.ebsbibelskole.no

Velkommen til

MOSS STENHUGGERI

Vi er Østfolds billigste på gravminner.
Åpent 08-16.30 (09-14) eller etter avtale.

Gravering av nye navn på gamle steiner.
Rensing og oppfriskning av gammel skrift.
Rask levering.

Tlf: 69 25 73 72

Mob: 995 94 723

moss-stenhuggeri@hotmail.no

www.moss-stenhuggeri.no



SPERREBOTN NATURMEDISINSKE



Naturterapeut/Kvantemedisin

Ellen Solberg

Tlf. 90 62 67 87

1591 Sperrebotn

Mva 983 543 049 NO



Bach Foundation
REGIO ERBU PRACTITIONER

Våler Hårstudio

Tlf. 69 28 81 00

Vålerveien 927,
1591 Sperrebotn

Dame og herrefrisør

FOLKEBADET - KIRKEBYGDEN SKOLE

ÅPENT: Hver onsdag kl. 17.00 – 21.00

Bassengtid: Barn/voksne: 17.00 – 18.30

Voksne: 19.00 – 20.30

Barn under 12 år må være i følge med voksne.

Priser: Barn kr. 40,- Voksne kr. 70,-

Badet er stengt i skolens ferier.



Her blir alle ivaretatt på beste måte
Velkommen til to- og firbente!

Søndre Lundem Gård
Lunderveien 429
1593 Svinndal

Veterinærklinikk Maria Nilsson

SJV offentlig godkjent spesialist i
hund- og kattesykdommer

Poliklinikk
Allmennmedisin
Hudsykdommer
Kirurgi
Tannbehandling

Reproduksjon
Røntgen
Laboratorium
Blodprøver
Fiberoptikk

Oppstalling av syke dyr

tlf.: 45 01 51 85

vet.maria.nilsson@gmail.com
www.sondrelundem.com



NORGES TAKSERINGSFORBUND

Takstmann/ Byggmester: **John Egil Måleng**

Folkestadhøgda 12, 1592 Våler

Telefon: **95 73 49 10**

E-post: **takst.maaleng@live.no**

Sertifisert for:

- Verditakst
- Boligsalgsrapport
- Tilstandsrapport
- Skadetakster

Kan også bistå med:

- Prosjektering
- Byggesøknader
- Byggoppfølging

BØNDENES HUS, SVINNDAL

- Et godt alternativ ved store og små arrangementer.

Bordsetning opp til 150 personer.

Ring 69 28 60 66 for bestilling



STEINAR ENDERØD A/S

MASKINENTREPRENØR



MASSETRANSPORT - GRAVING OG PLANERING
1591 SPERREBOTN - tlf 69 28 81 45 - Mobil 917 30 142

Bestemor Lillys



kjøkken

Fra vårt kjøkken i Våler leverer vi catering til bedrifter
og private i Østfold – store og små arrangementer!

Hjemmelaget mat
-med produkter fra egen gård

www.bestemorlilly.no

Booking: 926 13 169



VANADIS VELFERD SOLITUN



EN GOD MÅTE Å BO PÅ

Solitun seniorpensjonat i Moss har nå ledige leiligheter.

Her får du

- Bofellesskap med andre pensjonister, felles arrangementer og hyggeaftener
- Ferdige måltider med god hjemmelaget mat
- Slippe vedlikehold og vask av hus, hagestell og snømåking
- Bo som hjemme og innrede slik du vil
- Frisør og fotpleie i huset
- Hyggelige fellesarealer

Du kan leie fast eller komme på korttidsopphold. Ring oss gjerne for mer informasjon eller avtal et besøk for å se på leiligheter og stedet.

Du kan også lese mer på solitun.no eller be om å få tilsendt vår brosjyre.

Solitun AS, Fredrik Solies vei 44, 1523 Moss
E-post: post@solitun.no • www.solitun.no • Tel 959 96 005



Vi leverer alt av knuste steinvarer som:

Pukk, singel, subbus, stensand m.fl.
Jord og naturstein
Knust betong og knust asfalt

Vi mottar rene gravmasser, asfaltflak og rivningsbetong

www.skolt-pukkverk.no - www.skolt-miljopark.no - 69 24 78 00 - post@skolt.no

Langsiktig, utviklingsorientert, tar samfunnsansvar



Aktiva Revisjon AS, er et lite revisjonsselskap med høy kompetanse innen revisjon, regnskap og skatt. Vår portefølje består av et vidt spekter av små og mellomstore bedrifter.

Vi satser på at våre kunder skal føle seg i sentrum og at dets firma skal ivaretas på best mulig måte.

Tlf: 97 51 55 55

Epost ah@aktiva-revisjon.no

AKTIVA REVISJON AS

Statsautorisert revisor Atle Helgedagsrud
Medlem av Den norske Revisorforening



Din Interiør-leverandør

Tlf.: 69 28 73 20 Fax: 69 28 75 43 1592 Våler i Østfold




Våler Velværesenter

- ♥ Hudpleie
- ♥ Massasje
- ♥ Lavastensmassasje
- ♥ Lymfedrenasje med vakum
- ♥ Healing

Vi har gavekort!

Tlf.: 69 28 80 40

Våler Velværesenter
Vestlia 1, 1592 Våler i Østfold

 Finn oss på Facebook og vår hjemmeside:
www.123hjemmeside.no/valervelværesenter



Føtter & Tær AS

Vestlia 1, 1592 Våler i Østfold

Eva Græsberg, Fotterapeut
med Diabetesfordypning



BESTILL TIME TLF 922 96 837

Velvære, pleie og terapi for dine føtter!



mail:eva.grasberg@hotmail.com

Velvære, pleie og terapi for dine føtter!

Fotbehandling, voksbad, fotmassasje, shellac

GAVEKORT

Sko fra Arcopedico og Varomed

Salg av Utroligsalven,
Hælbalsam og Naturligsalven

Tlf.: 922 96 837



Timebestilling og drop in

TLF 69 28 77 00

- | | |
|----------------------|---------------------|
| ◆ Dame og Herreklipp | ◆ Hairextensions |
| ◆ Farge | ◆ Vippeextensions |
| ◆ Bryn | ◆ Negldesign |
| ◆ Permanent | ◆ Hårpleieprodukter |
| ◆ Håroppsetning | ◆ Smykker |
| ◆ Brud | ◆ Gavekort |

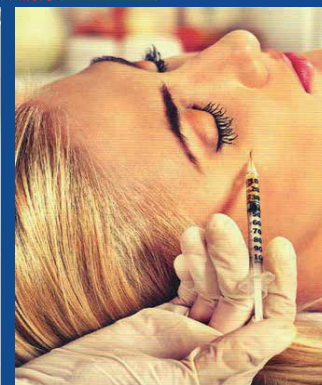


Vestlia 1, 1592 Våler

Hjemmeside: www.saksenfrisor.no

VELKOMMEN

Estetisk
Våler Botox & Fillers Klinikkk



**ESTETISKE
BEHANDLINGER**

Dr. Ibrahim Ahmed
Estetisk Tannlege

VÅLER
TANNKLINIKK AS

**GRATIS
KONSULTASJON**

BEHANDLING:

- ◆ Rottfylling
- ◆ Protese
- ◆ Krone
- ◆ Trekking
- ◆ Fasade
- ◆ Bropillar
- ◆ Perio
- ◆ Karies

10% rabatt

på våre
allerede
lave priser

VESTLIA 1, 1592 VÅLER

Tlf: 69 28 60 28

e-post: post@vaaler-tannklinikk.com

web: vaaler-tannklinikk.com

**Små skritt
- store forbedringer**

Kommunal helsetjeneste og lavterskeltilbud for livsstilsendring
- snakk med din fastlege eller ta direkte kontakt selv

- Individuell oppfølging
- Kostholdskurs - Bra mat for bedre helse
- Røykesluttkurs - Røykfri sammen
- Trening i gruppe både ute og inne

KONTAKTINFORMASJON:

Epost: frisklivssentralen@valer-of.kommune.no

Telefon: 69 28 91 00/941 59 346

Besøksadresse:
Helse og sosialsenteret
Bergskrenten 12 1592 Våler

VÅLER GRAVESERVICE AS

GRAVING - SPRENGNING
TRANSPORT

Sentralgodkjent firma

Mobil 90 99 43 90 - 90 08 92 80

Fax 69 27 32 14

E-post: firmapost@valer-graveservice.no

Vi har godkjenning for montering
av renseslegg




Kirkens SOS

I KRISE?
Snakk med noen!

Kirkens SOS 815 33 300

Døgnåpent
Fra www.kirkens-sos.no
kan du også sende SOS-meldinger.

Krisesenteret i Moss
Tlf. **69 25 05 50**
Alltid åpent!

Mental Helse
HJELPETELEFON
landsdekkende døgnåpen
116 123
mentalhelse.no



Finn Hunstad as

Telefon: 69 28 60 32

JM JOHANSEN Tlf. 69 16 36 33
MONUMENTHUGGERI AS www.johansenmonument.no

Skjobergv. 206, 1743 Klavestadhaugen.

GRAVMONUMENTER - INSKRIPSJON - OPPUSSING
Besøk våre innendørs utstillinger. Ring oss - vi kan sende katalog

Bentzen Tlf. 69 25 11 15
MOSS BEGRAVELSESBYRÅ AS www.bentzengravferd.no
Solgaard Skog 4 1599 Moss

Bentzen
MOSS BEGRAVELSESBYRÅ AS

Ring 69 25 11 15 - hele døgnet
www.bentzengravferd.no
Solgaard Skog 4, 1599 Moss

Gravmonumenter salg - inskripsjon - oppussing
ET NORSKEID FAMILIEBYRÅ MED LANGE TRADISJONER



Granittveien 10, 1592 Våler

epost:firmapost@knutbjerke.no

tlf: 69 28 99 33

Vi er et maskinentreprenørfirma med 50 ansatte, som omsetter for ca 100 mil i året. Det utføres oppdrag med hovedvekt på grunnarbeider til kommunaltekniske anlegg, næringsbygg, offentlige bygg, VVA arbeider på nærings- og boligområder.



SALONG
KLIPPY

Solarium
Svinndal
Tlf.: 69 28 61 40



Bursdager, firmafester
utdrikningslag, julebord
festligheter

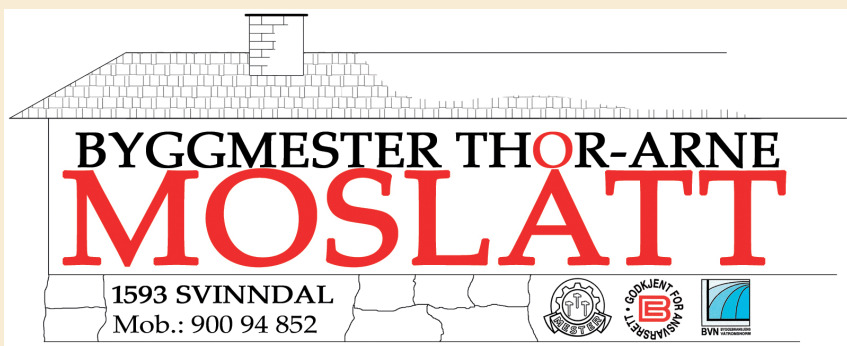
Tlf 69 28 60 00

VI HJELPER DEG MED VEIEN!
- Fresing av asfalt
- Fresemasse til gårdsveier

Asfalt Remix AS

Vadbakken 6, 1592 Våler

Tlf.: 69289901 Faks: 69289902 Epost: post@asfaltremix.no
www.asfaltremix.no



Etabl. 1976

Byggmester



TØMRER - ASBEST - BETONGARBEIDE

P.B. 581 HØYDEN
1522 MOSS

Tlf. dir.: 907 29 616
Tlf.: 6924 1468 - Fax: 6924 1469

post@bmuj.no - www.bmuj.no

SPAR



- du kjenner oss

Spar Sperrebotn

Vi lager snitter, spekemat, koldtbord.

Mandag – fredag 08.00 – 21.00

Lørdag 09.00 – 20.00

Tlf. nr. 69 28 84 10



Telefax 69 28 80 51

E-post spar.sperrebotn@ngbutikk.net

Gudstjenester


Følg med på hjemmesider, facebook og Moss
Avis for evt endringer



Mars

- 20.mars kl 11:00  Svinndal kirke
Våler Sangkor deltar
- 27.mars kl 11:00  Våler kirke
Maria Budskapsdag
Stine Marie Svartdahl synger

April

- 3.apr kl 18:00  Svinndal kirke
Fasteaksjonsgudstjeneste
Bandgudstjeneste
Konfirmantene deltar
- 10.apr kl 11:00  Svinndal kirke
Palmesøndag
Familiegudstjeneste
Svinndal soul kids deltar
- 14.apr kl 11:00  Våler kirke
Skjærtorsdag
- 15.apr kl 11:00  Våler kirke
Langfredag
Våler vokal deltar
- 16.apr kl 23:15  Våler kirke
Påskentatt
Våler Vokal deltar

- 17.apr kl 11:00  Svinndal kirke
1. påskedag
Jens Solbakken, trompet

- 18.apr kl 18:00  Våler kirke
Syng påske
- 23.apr kl 12:30  Våler kirke
Dåpsgudstjeneste

- 24.apr kl 11:00  Våler kirke Årsmøte

Mai

- 01.mai kl 11:00  Svinndal kirke
- 08.mai kl 11:00  Våler kirke
Bandgudstjeneste
- 15.mai kl 11:00  Svinndal kirke
Familiegudstjeneste
- 17.mai kl 09:30  Svinndal kirke
17.mai
Svinndal soul kids deltar
- 17.mai kl 10:45  Våler kirke
17.mai Våler barne- og
ungdomskor deltar

Vi ønsker vår nye biskop
Kari Mangrud Alvsvåg
velkommen til Borg!

Atle Sommerfeldt, som var i Våler både ved presteordinasjon og bispevisitas i fjor, har gått av med pensjon. Takk for din innsats!
I hans sted er det nå kommet en ny biskop.
Kari innsettes i Fredrikstad Domkirke 24.april.

Foto: Erling Omvik

