



ÅRGANG 84
Januar
Februar
Mars

2024

Våler kommune



VÅLER OG SVINNDAL MENIGHETSBLAD



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



BESØKSADRESSE

Bergskrenten 12

SOKNEPREST

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

KIRKEVERGE / DAGLIG LEDER

VAKANT

MENIGHETSSEKRETÆR

Tlf.: 69 28 88 30
kirkekontoret@vpgo.net

KANTOR

VAKANT

KATEKET

Anne Sigrid Hjortland Kristiansen
kateket@vpgo.net
Mob: 958 34 583

KIRKETJENER VÅLER OG SVINNDAL

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

VÅLER KIRKELIGE FELLESRÅD

LEDER: *Christina Welten*
NESTLEDER: *Lars Otto Hammer* Mob: 917 99 721

VÅLER OG SVINNDAL MENIGHETSRAÐ

LEDER: *Inger Johanne Grimsrud* Mob: 456 30 066
NESTLEDER: *Lars Otto Hammer* Mob: 917 99 721

UTGIVELSER OG INNLEVERINGSFRISTER FOR VÅLER OG SVINNDAL MENIGHETSBLAD 2024

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	10.januar
april/mai/juni	1.april
juli/august/september	1.juli
oktober/november/ desember	15.oktober

VÅLER OG SVINNDAL
MENIGHETSBLAD

Årgang 84

Januar
Februar
Mars

2024

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: 3200
Sats-Layout: FTN Studio
Trykk: 07-gruppen

Redaksjonen:
e-post:
mblad@vpgo.net

Distributør:
POSTEN

Kasserer:
Kirkevergen

Gaver til bladet:
Bankgiro: 1503.49.88754

Redaktøren har ordet

Hvem er min neste?

Mange av oss er opptatt av å være et godt medmenneske eller en god kristen. Og det høres jo fint ut. Men det er en fare at hvis vi med det tenker om oss selv at vi er de gode som gir hjelp og de andre er de som trenger hjelp. Og så fokuserer vi kanskje særlig på dem som bor på andre siden av kloden. Dem er det synd på.

Men sannheten er at vi alle trenger hverandre i løpet av livet. Noen ganger er det jeg som trenger hjelp fra deg, andre ganger er det du som trenger hjelp fra meg. Vi er ikke bare mottakere eller bare hjelpere. Det handler om at mennesker rundt oss lever helt ordinære liv. Og noen ganger trenger vi et par ekstra hender for å komme over en kneik. Kanskje noe uforutsett har skjedd. Sykdom, endringer i familiesituasjon eller annet kan ha gjort at overskuddet er borte og lunta blir kort. Da kan det være godt å få hjelp en periode for å få hodet over vannet. Det er ingen skam å be om hjelp, det er et tegn på ansvar og sunnhet.

Og så er det også slik at vi lever i en verden med strukturer som skaper urettferdighet. Fastetiden er en tid til ettertanke. Vi kan spørre oss selv: Hva er det med måten vi lever på som gjør at andre mennesker må leve i utrygghet, skam eller fattigdom? Vi er jo bare en bit av et stort globalt maskineri, er det noe som helst vi kan gjøre? Og hvem har ansvar?

Jeg tenker at vi alle har ansvar for hvordan vi lever vårt eget liv, og vi må ikke bidra til å sementere strukturene i verdenssamfunnet. Vi kan derimot bidra til å sette mennesker fri slik at de *kan* ta ansvar for eget liv. Etter å ha vært i Malawi og sett hvordan Kirkens Nødhjelp jobber der, så vet jeg at det vi bidrar med gjennom fasteaksjonen her i Norge, det kommer mennesker til gode, det gir mennesker mulighet til å ta ansvar for seg selv. Men det viktigste, tenker jeg, er å formidle de gode verdiene som kjærlighet, frihet og ansvar til våre nærmeste gjennom ord, handlinger og fellesskap slik at disse verdiene kan vokse og bytte plass med frykt, skam og hat.

Bent Erik Hodnebrog

Gaver til menighetsblad.

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 2023

vpops

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



GIRO
1503.49.88754

Gaver mottatt fra:

01.11.23. t.o.m. 31.12.23:

Totalt kr. 13.914,50

Tusen takk for gavene!



Pusterom

i en hektisk familiehverdag

Tekst og foto: Bent Erik Hodnebrog

Hei, det er soknepresten i Våler som ringer. I forrige uke hørte jeg to ganger hvor godt arbeid Home-Start Familiekontakten driver, så nå er jeg litt nysgjerrig på hva det er for noe. Kan dere komme en tur til Våler og fortelle litt til menighetsbladet om hvordan dere jobber?

Mette-Gro Karlsen og Anita Andresen jobber som koordinatører i Home-Start Familiekontakten og har Moss, Råde og Våler som arbeidsområde. De har sunket ned i hver sin stressless på kontoret til soknepresten og er ivrige etter å fortelle om arbeidet sitt.

- Hva er Home-Start?

- Home-Start er en mulighet for småbarnsfamilier som i en periode har utfordringer med å få det til å gå rundt i hverdagen, til å få hjelp av en likeperson noen timer i uka. Tilbudet er gratis og lavterskel. Og det er lite byråkratisk, forteller Anita.

- Hva betyr lite byråkratisk?

- Den som ønsker tilbudet ringer selv. Og det er slik at hvis du er i målgruppen, det vil si om du har minst et barn som er under 6 år, og ber om hjelp kan du i beste fall få en familiekontakt uka etter, fortsetter Anita.

- Oi, det var raskt, svarer Bent Erik imponert.

- Ja, det er jo ikke alltid vi får det til så fort, men ofte. Vi er jo ikke en del av det offentlige hjelpeapparatet, vi er litt på siden. Også har vi familiekontakter som sitter klar. Dette er vanlige mennesker med familieerfaring som ønsker å gi litt av sin tid hver uke for å bistå andre. Vi trenger stadig nye familiekontakter, slik at vi kan hjelpe flere, sier Mette-Gro.

- Hva er typiske situasjoner der man kan få hjelp gjennom Home-Start?



Mette-Gro Karlsen og Anita Andresen er koordinatører i Home-Start Familiekontakten

- Det kan være at et av barna i familien er syk og krever mye tid og oppmerksomhet. Det går kanskje på bekostning av de andre barna. Da kan en familiekontakt bidra til å gi et pusterom ved å ta seg av det syke barnet noen timer hver uke, for at foreldrene får tid til å gjøre noe hyggelig med de andre barna, sier Mette-Gro. Anita tilføyer: Noen ganger kan det rett å slett dreie seg om å få litt tid til å ta en dusj, sove litt eller løpe seg en tur. Alle som har hatt et barn med kolikk vet hva dette betyr. Eller det kan være motsatt, at familiekontakten bruker tid med de andre barna slik at de kan få utfolde seg og få litt opplevelser.

- Er det som en barnevakt?

- Nei, det er det ikke. Det skal være et reelt behov, en hverdagskrise, og hvor nettverket ikke strekker til, sier Anita. Mette-Gro fortsetter: - Kanskje har det vært et samlivsbrudd eller at samlivspartner er død. Da må den som er igjen kanskje ta dobbelt ansvar, og det kan være vanskelig å

finne gode rutiner. Også har man kanskje ikke tid til sin egen sorg oppi alt sammen. På den måten kan familiekontakten gi et rom for å slippe følelsene fri. Kanskje har man møtt veggen i jobbsammenheng og har fått en ny hverdag å forholde seg til, og trenger litt hjelp for å sette nye rutiner og få hodet over vann.

- Du sa at dere trenger flere familiekontakter. Hvordan blir man det og hva slags kompetanse trenger man?

- Hvis du tar kontakt med oss så vil vi først spørre deg hvorfor du er interessert i dette, forklarer Anita. Så ønsker vi å bli litt bedre kjent. Du får bli med på et omfattende kurs. Og gjennom dette kurset finner vi ut om det er noe for deg eller ikke. Den kompetansen vi etterspør er at du selv har foreldreerfaring. Hvis du har hatt nær kontakt med nevøer og nieser eller andre barn så kan det være bra nok. Og både menn og kvinner kan være familiekontakter. Men hvis du skal inn i en familie med



et spebarn, så bør du helst ha født et barn selv.

- Anita og jeg som er koordinatorene har helse- og sosialfaglig bakgrunn, og det er viktig for oss å matche familie med rett familiekontakt, fastslår Mette-Gro. Og dette er på familiens premisser. Vi som koordinatorene har samtaler med familiene underveis for å høre hvordan det går. Familiekontaktene får også veiledning og oppfølging av oss. Og vi pleier dem så godt vi kan med tilbud om fagkvelder og sosiale sammenhenger. Reiseutgiftene for familiekontakten kan vi også dekke.

- Hvordan går dette i hop økonomisk?

- Vi får økonomisk støtte fra kommunene vi jobber i til å dekke våre stillinger. Ved siden av dette søker vi støtte og får gavemidler fra ulike frivillige organisasjoner, stiftelser, næringslivet og privatpersoner. På den måten kan vi hjelpe familier som har behov til å delta på ulike aktiviteter i nærrområde.

- Jeg er imponert over hva dere får til og håper mange vil benytte seg av tilbudet og at flere vil vurdere å selv bli familiekontakt! avslutter Bent Erik.

Faktaboks



Home-Start Familiekontakten er et gratis frivillig lavterskeltilbud til småbarnsfamilier med minst ett barn under skolealder. Vi tilbyr støtte/hjelp med barna, og veiledning til foreldre som selv ønsker det. Støtten gis av frivillige familiekontakter som besøker familiens hjem én gang pr uke i 2-4 timer, over en periode på ca. 6 mnd.

En sann familievenn

Tekst: Bent Erik Hodnebrog

Bente-Cathrine Hannestad er en av familiekontaktene som holder til i Våler. I 2011 tok hun kontakt med Home-Start og ble familiekontakt. Det har hun ikke angret på. Bare les her:

- Hva gjorde at du ble familiekontakt?

- Mine egne barn var blitt ungdommer og jeg fikk noe mer fritid. Jeg hadde tenkt mye på hvor privilegert jeg hadde vært både som barn og voksen, og ønsket nå å kunne gi noe tilbake. Hjelp andre. Jeg lette derfor etter en forening eller tilsvarende der jeg på ett eller annet vis hadde med barn å gjøre. Aller helst en organisasjon der jeg kunne gi direkte hjelp, og ikke bare gjennom medlemsmøter og innsamlingsaksjoner. I tillegg var jeg avhengig av fleksibilitet, fordi jeg hadde jobb i Oslo og flere andre fritidsaktiviteter som bandt opp tiden min. Så det var i grunnen tre årsaker: Jeg er glad i barn, det er fint å kunne hjelpe noen i nøet, oppleve at jeg bidrar til å gjøre en forskjell her og nå, og det måtte være så pass fleksibelt at det kunne tilpasses min jobbsituasjon.

- Hvordan ble du forberedt på å bli familiekontakt?

- Først måtte jeg gå på kurs over åtte uker. Og for et kurs! Camilla, som var familiekoordinator den gangen, var meget inspirerende som kursholder. Kursdeltagerne ble en sammensveiset gjeng som senere skulle dele erfaringer, og bare kurset i seg selv, uavhengig om vi fortsatte som familiekontakt eller ikke, var gull verdt. Vi fikk innblikk i det offentlige hjelpeapparatet og hva som tilbys der, utfordringer med kronisk syke barn, barn



Bente-Cathrine Hannestad.

med nedsatt funksjonsevne og minoritetsfamilier, vi var på besøk på krisesenteret, deltok på førstehjelpskurs, vi diskuterte verdier, grensesetting, bare for å nevne noe.

- Hvordan forbereder du deg til å møte en ny familie?

- Ja, det er jo ikke så mye å forberede seg på. Jeg får lite informasjon om familien i forkant, da er det mer fokus på hva selve oppdraget går ut på. Familiekoordinatorne



En kasse med kosedyr er nyttig å ha på loftet.
Foto: Bent Erik Hodnebrog.

har jo vært hos familien og blitt kjent og på bakgrunn av det har de matchet meg med dem, og de har fått vite hvem jeg er slik at de, om de skulle ønske det, kan si nei. Men når jeg først er der, på første møtet, da er jeg raskt ned på gulvet for å få kontakt med barna og bli kjent med dem. En annen ting som er viktig er at jeg må bli enig med familien om hva vi sier hvis noen ser oss sammen i lokalmiljøet og lurur på hvordan jeg kjenner dem. Det er jo taushetsbelagt dette, men ofte blir vi enige om at vi sier at jeg er en venn av familien eller barnevakt. Noen synes også det er helt greit å si at vi har fått kontakt gjennom Home Start.

- Du nevnte at du ble matchet med familien, hva betyr det?
- Familier er forskjellige og vi som er familiekontakter er forskjellige. Familiekoordinatorene bruker tid på å bli kjent med oss og å bli kjent med familiene slik at det blir et så godt samspill som mulig. Det handler blant om interesser, ønsker, behov og erfaringer. Anita og Gro-Mette er gode på å matche.

- Hva er det du gjør sammen med barna?
- Jeg har akkurat startet nytt oppdrag i en familie og denne

gangen har jeg funnet frem de gamle kosedyrene til barna mine fra loftet. Og dem leker vi med. Ellers liker jeg veldig godt å bake, og det synes ofte barna er gøy. Så da er det de som baker og jeg som er assistenten, men jeg har vært med på mye. Én ting er hva som står i kontrakten med familien, - for eksempel lekselesing med barna, - en annen ting er alt jeg har hatt muligheten til å bidra med i familien utover dette. Det er de meste hverdagslige hendelser. I en av familiene jeg var hos var oppdraget å gjøre hyggelige aktiviteter med barna, med eller uten alenemammaen.

Datteren på 10 år kom hjem og var ulykkelig fordi klassen neste uke skulle på tur til skøytebanen. Hun hadde aldri stått på skøyter, og selvfølgelig hadde hun ingen heller. Hun var vant med at hun ikke kunne eller hadde noe slik som de andre i klassen og visste at hun igjen ville være den som sto på sidelinjen og se på de andre ha det gøy. Hun og jeg inngikk en deal, og da klassen hadde skoledag på skøytebanen uken etter, var hun langt fra den dårligste på skøyter. Vi hadde trent hele uken.

- Det hørtes ut som en god opplevelse for deg, og ikke minst for jenta.
- Ja, når jeg tenker på alt jeg har fått oppleve med barna; hva de har gitt meg, og hvilke fantastiske foreldre de har hatt som har åpnet sine hjem for meg og innviet meg i deres hverdag. Alle har tatt meg inn som en naturlig del av familien og jeg må stadig minne meg selv på at jeg tross alt bare er en gjest og må oppføre meg deretter. Det er ikke alltid lett når foreldrene tar

for gitt at jeg tar over styringen på kjøkkenet eller på barnerommet.

- Så du anbefaler andre også å bli familiekontakter?
- Absolutt! To timer én gang i uken har vært litt annerledes enn hverdagen min ellers; hva jeg har fått være med på! Vi har hoppet på trampoline, lekt med vannballonger, spilt kort og brettspill, bakt kaker - masse kaker, - og laget middager, holdt teselskap for bamsene, utført noen uskyldige rampestreker, vi har akk, gått på ski, hatt snøballkrig, stått på skøyter, vi har lest lekser, lekt gjemsel, jeg har vært fast tilskuer på håndballtrening, ryddet, rotet og ryddet igjen, vært med på skoleavslutninger, vært på kino- og gårdsbesøk, klippet, limt, tegnet, klatret i lekestativ, pugget gloser, lekt sisten - for å nevne noe. Ikke rart jeg har det gøy!

Alle som er glad i barn og har ekstra tid til overs burde prøve seg som Home-Start familiekontakt, - jeg gir mine sterkeste anbefalinger.



En dag i Malawi

Av: Anne Sigrud Kristiansen og Bent Erik Hodnebrog

I oktober var sokneprest Bent Erik Hodnebrog og Kateket Anne Sigrud Kristiansen på tur med Kirkens Nødhjelp til Malawi. Her besøkte vi flere av kirkens nødhjelp sine prosjekter. Vi fikk se at det faktisk hjelper å gi, pengene kommer frem dit de skal.

I Norge tar vi mye for gitt, og vi har det stort sett veldig bra. Å ha tilgang til rent vann er ikke en selvfølge for alle, noe vi fikk se og oppleve på nært hold.

En av de første dagene vi var i Malawi besøkte vi en barnehage som Kirkens Nødhjelp var med å støtte: «Transform early childhood development, opplæringscenteret Nkhomboli ECD centre».



Håndvask er viktig. Rutinene må innarbeides tidlig. Foto: Kirkens Nødhjelp/Karoline Thyri

Målet her var blant annet å kunne bidra til bærekraftig jordbruk, matsikkerhet blant bøndene og bedre kvaliteten på førskoleopplæringen for barn i alderen 3 – 6 år. De hadde fokus både på næringsrik mat, hygiene og opplæring. Senteret hadde en egen hage hvor de benyttet seg av dryppsystem for å gi flere og bedre avlinger. Ved å gjøre det på denne måten fikk flere frigjort tid til andre



Overalt hvor vi kom ble vi tatt imot med sang og dans Foto Kirkens Nødhjelp Karoline Thyri.

oppgaver og barna som var tilknyttet senteret fikk stabil tilgang til næringsrik mat.

Vi kunne se at det var læring overalt hvor vi gikk, inn i klasserom var det store og fargerike bokstaver, dette fant vi også igjen for eksempel på toalettene. Dette var for å at de kunne øve og kjenne igjen bokstavene i hele senteret.

Som vi vet er tilgangen til rent vann livsviktig. På senteret var det boret ned til en grunnvannskilde som de hentet opp vann fra. Vannet blir pumpet opp via solceller til en vanntank som rommer 2700L. Det er satt opp fire tappekraner i tilknytning til vanntanken. Disse er plassert rundt på strategiske steder, for eksempel i tilknytning til kjøkken og til do. Det er også 15 husstander som forsynes med vann fra dette senteret. Tidligere måtte de hente vann fra en bekk i området, dette førte til mye sykdom. Lokalbefolkningen har fått opplæring i bruk av tankene, rensing og vedlikehold. Andre sentre i lokalområdet lærer av det som blir gjort her.

Som del av prosjektet var det også opprettet noe de kaller Care Groups. Dette er kvinnegrupper som får en slags veiledningsoppgave. Gruppene oppsøker familier i området og å gi informasjon om ernæring og helse er deres viktigste oppgave. De reiser rundt i landsbyene og lærer om hvordan de kan tilføre maten mer næringsstoffer. Grunnlaget for kostholdet i Malawi er mais. Men det blir ensidig ernæringsmessig.



Førskolesenteret i Nkhomboli. Som dere ser helt til høyre i bildet er både Kirkens Nødhjelp og NMBU sponsorer for dette senteret. Foto: Kirkens Nødhjelp/Karoline Thyri



Nærings sirkelen Foto: Kirkens Nødhjelp/Anne Sigrud Kristiansen.



Undervisning på førskolen Foto: Kirkens Nødhjelp/Anne Sigrud Kristiansen.

Disse veilederne viser hvordan man kan berike maisgrøten ved å tilsette soyamel og da få mer fullverdig protein. De har også kokkekurs hvor de lærer bort nye oppskrifter og gir kunnskap om å bruke vekster i nærmiljøet som inneholder nyttige mineraler og vitaminer. Når disse gruppene oppdager at det er gravide kvinner i hjemmene, tar de kontakt for å gi kunnskap om næringsbevissthet og hygiene, både for seg selv og for barnet. De gravide blir fulgt opp og når barnet blir født anbefales det fullamming fram til barnet er 6 måneder gammelt.

Prosjektet slik det er nå, med støtte fra blant annet Kirkens Nødhjelp og Norges Miljø- og biovitenskapelige universitet på Ås, vil avsluttes i 2025. Men det jobbes sammen med myndighetene for at det skal videreføres.

Barnas side

Ved kateket Anne Sigirid Kristiansen



**HER FINNES DET MANGE ORD,
BÅDE PÅ KRYSS OG TVERS**
Hvor mange klarer du å finne?

L	A	B	I	T	S	K	Y
S	K	O	L	E	T	U	R
O	L	K	U	R	R	R	A
V	A	N	N	T	Å	R	N
E	S	E	L	E	T	E	S
O	S	T	E	K	A	K	E
H	E	T	V	Å	K	U	L
K	U	M	Ø	K	K	E	N

Karneval

Vil du være med å være en superhelt i fastetiden??

Det er mange måter å være superhelt på. Å være superhelt i fastetiden handler om å hjelpe andre som ikke har det så godt som oss. Men hva er fastetiden, det er det jo ikke alle som vet? Men de fleste har jo hørt om hva karneval er, og karneval og fastetiden henger sammen.

Karneval er festen før vi starter på fastetiden. Når vi deler opp ordet karne-vale betyr det: kjøtt-farvel. Vi sier farvel til kjøttet, vi har en fest og spiser godt før fastetiden. Når fastetiden starter så skal vi kutte ut noe, for å kunne gi noe til andre som trenger det. Dette har Kirkens Nødhjelp tenkt på og de har laget en aksjon for hele Norge. Og på den måten får alle muligheten til å være med å samle inn penger slik at flere kan få tilgang til rent vann, og annen hjelp.

Karneval er gøy, vi kler oss ut, vi kan bli noen andre, vi kan leke og gjøre noe vi ikke gjør hver dag. Å kle seg ut skal ikke koste så mye, se i skuffer og skap hjemme, gå på jakt i skapene, du finner garantert noe du kan bruke. Det er mye moro i å gjøre noe med det man har hjemme, eller du kan lage din egen maske.

Karnevalsgudstjeneste

Våler og Svinndal menigheter inviterer til karnevalsgudstjeneste i **Svinndal kirke 11.feb kl.11:00** Vil du være med så er det bare å kle seg ut og komme, store og små. Barn som fyller 5 år i år er spesielt invitert, men alle er hjertelig velkomne. Og alle barn vil få et superheltheft og fasteaksjonsbøsse mec seg hjem. Svinndal Soul Kids og Soul Children deltar. Etter gudstjenesten blir det Piñata.

Superhelt i fastetiden

Har du noen gang tenkt over at du bare kan gå til springen for å hente deg et glass vann – er ikke det godt?? Vi er kjempeheldige her i Norge som kan gjøre nettopp det, det kan ikke alle barn.

Men hvis du vil være en superhelt i fastetiden, så kan du være med å samle inn penger slik at flere kan få drikke rent vann hver dag. Superhelter er vanlige barn som har lyst til å være med og forandre verden. Ekte superhelter stiller opp for andre – familien, vennegjengen eller andre som bor langt unna. – du kan nemlig være med å gjøre en forskjell!

Kirkens Nødhjelp har fasteaksjon i fastetiden. De har laget et superheltheft med flere oppgaver som du kan gjøre:

Her er noen forslag:

- Samle pant for å pante i butikken
- Være vannsjef for en dag hjemme (hvor mye vann bruker vi egentlig)
- Gjøre noe for noen andre: handle, måke snø, smile og inkludere noen i leken.

Vil du vite mer om det å være superhelt i fastetiden?

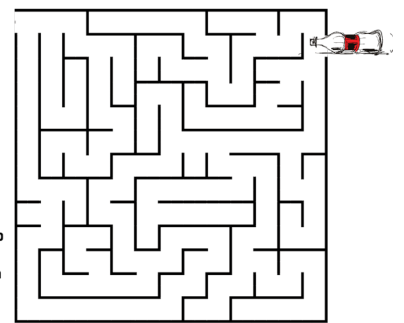
Da kan du komme på karnevalsgudstjenesten i Svinndal kirke eller gå inn på Kirkens Nødhjelp sin hjemmeside og lese mer der.

Håper vi ser DEG på karnevalsgudstjenesten!

Her er noen oppgaver du kan løse så lenge:



INN PANTEN
Jelp Thea og Jacob finne veien ennem labyrinten .panteflasken.



Vi møtes fredager kl.10:30. Etter sangen koser vi oss med felles lunsj, ferdig ca kl.12:00. Babysang er gratis. Påmelding dagen før via sms eller FB

Datoer:

02. feb. Helsestasjonen, åpen barnehage
16. feb. Helse- og sossialsenteret
Generasjonssang

01. mars Fredheim i Svinndal
15. mars Helse- og sossialsenteret
Generasjonssang

05. april Fredheim i Svinndal
19. april Helsestasjonen, åpen barnehage

03. mai Helsestasjonen, åpen barnehage
24. mai Fredheim i Svinndal



Ung i Våler Konfirmanter

Nye konfirmanter i Våler og Svinndal

Nå er konfirmantåret i gang, og vi har hatt noen treff med konfirmanter. I år er det 14 konfirmanter i Svinndal og 27 konfirmanter i Våler. Det er helt fantastisk og vi gleder oss veldig til å bli enda bedre kjent med konfirmanter.



Konfirmanter leker
Foto: Anne Sigrud Kristiansen.

Før jul hadde vi samtaler med den enkelte konfirmant, slik vi har hatt de siste årene. Vi tok også opp tradisjonene med grøttfest i adventstiden som det første treffet med konfirmanter. Grøtten gikk ned på høykant og det ble tid til å gå gjennom juleevangeliet og leke litt. Vi kjente at dette blir et bra kull, for noen fine ungdommer. Etter jul startet vi opp for fullt og hadde en fantastisk flott helg med konfirmanter andre helgen i januar. Her traff vi alle sammen på en gang. Mesteparten av tiden var vi på Fredheim. Fredag kveld var det, tradisjonen tro, tacofredag på Fredheim. Det ble mye lek og moro. Her hadde vi med oss fire flotte ungdomsledere, som satte i gang leker, og annet gøy. For en lykke å ha med seg så fine ungdommer!

Vi var også noe inne i Svinndal kirke. Vi hadde en fin kveldsavslutning, med bønnevandring og bruk av kirkerommet.

Lørdag startet vi undervisningen i Svinndal kirke. Her lærte konfirmanter om det å være

ministrant på gudstjeneste og om symbolikk i kirkerommet. Vi ønsker at konfirmanter skal bli kjent i begge kirkene som vi har i vår kommune.

Veien videre sammen med konfirmanter når, blir jevnlig undervisningssamlinger og ministranttjeneste i kirkene våre.

Ta en ekstra titt neste gang du er i kirken, det er mye symbolikk som du kanskje ikke har tenkt over at er der. Vi fant flere enn vi hadde tenkt over at var i kirkerommet. Å gå på en slik skattejakt i kirken er spennende.



Vålerkonfirmanter. Svinndalkonfirmanter er avbildet på forsiden.



KIRKENS NØDHJELP
actalliance

Fasteaksjonen 2024

Alle som er konfirmanter i Den Norske kirke er hvert år med på fasteaksjonen. Konfirmanter har i oppdrag å samle inn penger til Kirkens Nødhjelps arbeid. I år er det flere forskjellige oppgaver, og de må selv være kreative på hvordan de skal samle inn penger.

Som nevnt et annet sted i dette bladet, så blir det en gjenbruksdag på Søndre Haugen gård den 16.mars. Mange av konfirmanter

vil ha sine oppgaver knyttet til dette arrangementet. Her vil konfirmanter informere om hva fasteaksjonen er og hva inntektene går til. De vil stille med stand og kafé. Mange av konfirmanter vil også løpe sponsorløp. Vær gjerne med å sponse konfirmanter ved å gi et beløp per runde. På den måten inspirerer du dem til å løpe mange runder. Kom veldig gjerne å heie på dem og for å gi din støtte til fasteaksjonen.



Søndag 17.mars skal konfirmanter være med å ha ansvar for fasteaksjonsgudstjenesten i Våler kirke. Får du spørsmål om å støtte en konfirmant eller kjenner en konfirmant, spør gjerne hva de skal gjøre og hvordan akkurat du kan støtte, slik at de kan være med å hjelpe flere som trenger det gjennom Kirkens Nødhjelp sitt arbeid.

FÅSTEFESTIVAL

i Våler og Svinndal

Fastetid og fasteaksjon

Fra askeonsdag og frem til påske er det fastetid i den verdensvide kirke.

Ikke alle har et forhold til faste. Ikke alle har et forhold til kirken, men jeg tror mange kan identifisere seg med budskapet som formidles i fastetiden: Rettferdig, frihet og ansvar.

Hvert år har kirkens konfirmanter rundt om i hele Norge bidratt med å samle inn penger til Kirkens Nødhjelp gjennom fasteaksjonen.

I høst fikk kateket Anne Sigrid Kristiansen og sokneprest Bent Erik Hodnebrog være med Kirkens Nødhjelp til Malawi for å

se om pengene konfirmantene samler inn kommer frem og blir brukt på en god måte. Og vi fikk se hvordan FN's bærekraftsmål ligger til grunn for hvordan de arbeider.

Men det er jo ikke bare Den Norske Kirke og Kirkens Nødhjelp som er opptatt av rettferdighet og FN's bærekraftsmål. Det er mange organisasjoner, lag og foreninger som jobber for å nå disse målene også i vår kommune.

Derfor vil vi i denne fastetiden ha temakvelder og arrangementer i samarbeid med lokale lag, foreninger og bedrifter for å rette fokus nettopp mot FN's bærekraftsmål og en rettferdig verden.

«Er dette den fasten jeg har valgt, en dag da mennesket plager seg selv, bøyer hodet som et siv og legger seg i sekk og aske? Kaller du dette for faste og en dag etter Herrens vilje?»

Nei, dette er fasten jeg har valgt: å løse urettferdige lenker, sprengte båndene i åket, sette undertrykte fri og bryte hvert åk i stykker, å dele ditt brød med sultne og la hjelpeløse og hjemløse komme i hus.

Du skal se til den nakne og kle ham, du skal ikke snu ryggen til dine egne.»

Jesaja 58



FNs BÆREKRAFTSMÅL



Program

Søndag 11. feb kl 11:00

Karnevalsgudstjeneste i Svinndal kirke
Svinndal Soul Kids og Soul Children deltar
5-åringer er spesielt invitert og får en bok
Kirkekaffe og piñata

Tirsdag 27. feb kl 19:00

Temakveld på Østre Kjærnes gård - Alpakkgården
Østre Kjærnesvei 4-6, 1591 Sperrebotn



Tema:

Speiderbevegelsen i Afrika

v/Vidar Østbye og 1.Våler St. Georgs gilde

Lions arbeid i Afrika

v/Svein J. Lie og Våler Lions

Glimt fra mobiliseringstur til Malawi

Kirkens Nødhjelps bevisstgjøring og holdningsarbeid v/
Bent Erik Hodnebrog, sokneprest

Beverting og loddsalg
til inntekt for fasteaksjonen og
speiderbevegelsens og Lions arbeid i Afrika

Torsdag 7. mars kl 18:00

Temakveld på Bøndenenes hus i Svinndal
Sæbyveien 1, 1593 Svinndal



Tema:

"Bønder hjelper bønder"

v/ Våler og Svinndal bondelag

Permakultur og bærekraft

v/Cosima Pettersen, Vansjø Permakulturlag

Glimt fra mobiliseringstur til Malawi

Kirkens Nødhjelp jordbruksprosjekter
v/Bent Erik Hodnebrog,
sokneprest Våler og Svinndal menigheter

Medarrangør: Hageselskapet Våler og Svinndal

Beverting og loddsalg
til inntekt for fasteaksjonen
og "Bønder hjelper bønder"



DEN NORSKE KIRKE



Lørdag 16. mars kl 12:00-15:00

Gjenbruksdag på Søndre Haugen gård
Svinndallinna 190, 1593 Svinndal

Gode tips, ideer, lek og moro med fokus på bærekraft



Trenger du hjelp til å stoppe sokker eller skifte glidelås
for at klærne dine skal vare lengre?

Svinndal bygdekvinnelag stiller med kunnskap,
symaskin, gode tips og ideer.

Øvrige stands:

1.Våler speidergruppe, Design/redesign ved Våler
ungdomsskole, utstilling av redesignede festdrakter,
Smykker av brukte kaffekapsler, PopUp bruktbuikk,
Våler og Svinndal menigheters konfirmanter, med mer

Kiosk/Kafé

Inntektene denne dagen går til Kirkens Nødhjelps
fasteaksjon og Svinndal bygdekvinnelag.

Temasamlinger:

kl 12:00 Våler og Svinndal kirkers konfirmanter
forteller om fasteaksjon og hva pengene går til
Kateket Anne Sigrid Kristiansen forteller om Kirkens
Nødhjelps arbeid mot kjønnsbasert vold i Malawi

kl 12:30 Vevstua på klokkergården i Svinndal.
Ellen Sandem fra bygdekvinnelaget forteller

Kl 13:00 Sofies mat. Catering ved Vestre Kjærnes Gård
Stein Paulsen forteller om filosofien bak

kl 13:30 Fretex - Hva skjer med tekstilene våre?

Kl 14:00 Einar Kiserud forteller om nødvendigheten
av å leve nøysomt i gamle dager

Søndag 17. mars kl 11:00 i Våler Kirke

Fasteaksjonsgudstjeneste med band og forsangere
Konfirmanter deltar

Kafe etter gudstjenesten til inntekt for fasteaksjonen

Livets gang

1. juli til 31. desember 2023

Vigde Våler:

Linda Johannessen & Daniel Kubberød
Kjell Aanerød & Mona Paulsen
Reino Robert Trolltun & Siv Randi Edwardsen
Madeleine Meldre Bekkåsen & Glenn Harald Dahlmann
Johansen
Viggo Bjørnholdt Horni & Simona-Daniela Bjørnholdt Mindra

Vigde Svinndal:

Bjørn Andre Berntsen Romstad & Linn Therese Stensen
Jan Kevin-André Svartås & Nathalie Syversen
Cecilie Øra Rosnes & Henrik Kristoffer Gundersen



Døpte Våler:

Lily Pettersen Lundmo
Isak Amadeus Peterson Bjørnseth
Milan Skjærvik Syversen
Ask Jentoftsen Myhrvold
Eik Gunerius Strøm-Andersson

Døpte Svinndal:

Leonora Kristin Deliu-
Skovdahl
Hans-Petter Ellingsen
Siri Elise Ellingsen
Nyariek-Sofie Both Wuol
Ragnhild Synnøve Sætran
Jensen
Gunnhild Grimsrud
Oline Sofie Søybye
Kynningsrud
Lucas Severin Olsen Norborg



Døde Våler:

Hilde Anita Flesjø
Bernt Kolbjørn Sanderød
Kari Galstad
Lars Petter Paulshus
Anders Frode Lia
Anita Andersen
Else Johanne Annie Stensrud
Hanne Karin Kiserud
Frank Nilsen
Ann-Britt Marita Bergmann

Døde Svinndal:

Dagmar Alvilde Nilsen
Elinor Lundem
Arne Leif Bjerketvedt

Pappagruppe

Våler helsestasjonen skal starte «Pappagrupper» for pappaer som er hjemme i permisjon med barn. Det er i første omgang planlagt 3 treff med første treff tirsdag 15. februar kl. 11.00 med oppmøte på helsestasjonen. Planen er å være ute, kanskje grille/spise på Bergtunet – slik at pappaer og barn må kle seg etter været. Pappagrappa er helt nyoppstartet og vi ønsker at pappaene skal være med å forme tilbudet videre. Mer informasjon om pappagrupper finner man på hjemmesiden til Våler kommune.



Hallo!?! Vi lever tross alt i 2024!?!

Credo in unum deum Vi tror på èn Gud

Tekst: Bent Erik Hodnebrog

Midt i gudstjenesten leser menigheten trosbekjennelsen sammen. Dette er oppsummeringen av hva kristen tro er for noe.

Etter at Jesus for opp til himmelen, og ikke lenger var sammen med disiplene sine, var det disiplene som hadde oppgaven å formidle videre hva troen på Jesus betyr.

Bevegelsen som først ble kalt «veien» ble til i en jødisk setting. «Alle» visste hvem den gammeltestamentlige skaperguden var, det som var viktig nå var å få frem hvem Jesus var i forhold til Gud. Derfor lyder den aller første trosbekjennelsen slik: «Jesus Kristus er Herre.» Jf Fil 2.11 «Herren» er et uttrykk som brukes om Gud selv i det gamle testamentet, ved å si at Jesus er Herre, så trekkes linjer mellom Gud og Jesus.

Etter hvert ble den kristne tro spredt utover i det store Romerriket. Men det var ikke risikofritt å kalle seg kristen på den tiden. Alle som åpent bekjente seg til troen på Jesus, risikerte å bli drept. Hvordan kunne man da vite hvem som var kristne og hvem som ikke var det? De kristne fant en løsning på utfordringen. Når de kom i prat med noen de ikke kjente, kunne den ene tegne en diskre halvsirkel i sanden med foten. Dersom den andre tegnet en halvsirkel sammen med den første slik at det ble en fisk, så visste de at de hadde samme tro.

Fisken ble også en trosbekjennelse. På gresk heter fisk ΙΧΘΥΣ (ichtys) og hver bokstav sto for hvert sitt ord:



Ι - Ἰησοῦς = Jesus
X - Χριστός = Kristus
Θ - Θεοῦ = Guds
Υ - Υἱός = Sønn
Σ - Σωτήρ = Frelser

Den kristne tro spredde seg videre, og etter hvert var det Jesus-troende over store deler

av Nord-Afrika, Midtøsten, Lilleasia og Sør-Europa. Og nå var det ikke bare blant jøder at troen spredde seg, men også i mange andre kulturer. Det fantes ulike religioner og filosofiske retninger som alle påvirket innholdet i troen på Jesus. Derfor var ikke alle helt enig om hva som var en sann kristen tro. Den korte trosbekjennelsen var ikke nok ettersom så mange ikke hadde den samme jødiske bakgrunn og forståelseshorison. Det ble laget noen lokale trosbekjennelser utviklet fra bibeltekster, ikke minst fra Paulus sine brev; f.eks Kol 1,15-20; Fil 2,6-11.

På trehundre-tallet var kristendommen blitt den favoriserte religion i det romerske rike. Og for den romerske keiser Konstantin var det viktig å ha en felles forståelse av hva kristen tro var for noe. På den tiden fantes det en retning som kalles for arianere. De stilte spørsmålsteget ved Jesu guddommelighet. Denne gruppen opplevdes som en trussel mot sann kristen lære.

Keiser Konstantin sammenkalte til et økumenisk kirkemøte i Nikea i år 325 for å drøfte disse tingene og for å komme til enighet om kristen tro. At den var økumenisk betyr at det kom representanter fra de ulike kirkene i Afrika, Asia og Europa for sammen å komme til enighet.

Med utgangspunkt i en av disse mer eller mindre lokale trosbekjennelsene, ble det i løpet av kirkemøtet drøftet og vedtatt hvordan vi skal forstå Gud Fader, hvordan vi skal forstå Jesus og hans forhold til Gud Fader, men også hvordan vi skal forstå den Hellige ånd. Et stille og samtykkende kirkemøte ble det ikke. Men Den nikenske trosbekjennelsen, «Nikenum», ble vedtatt. Det ble et nytt kirkemøte i Konstantinopel i år 381 hvor flere ting ble presisert. Den nikenske trosbekjennelsen, er en økumenisk trosbekjennelse som de fleste kirkesamfunn i dag kan stille seg bak. Dessverre begynte vestkirken etter hvert og sette inn en liten formulering inn i tredje trosartikkel: Filioque – «og sønnen», og det ble utløsende årsak til at det ble brudd mellom vestkirken og østkirken. Det kan vi ta en annen gang.

Men er det da slik, at kristentroen først ble oppfunnet i år 325, siden det var da denne trosbekjennelsen ble vedtatt? Nei, for

arbeidet i kirkemøtet baserte seg på praksis og på allerede mer eller mindre formulerte bekjennelser med utgangspunkt i sitater fra bibelen. Arbeidet fremstår mer som presiseringer enn som nye definisjoner.

Den nikenske trosbekjennelsen hører hjemme i gudstjenesten både i Katolske, Ortodokse, lutherske og anglikanske kirker med fler. Men hos oss, i Den norske kirke, så bruker vi nikenum mest knyttet til høytidsdagene. Av praktiske grunner, kanskje, bruker vi den apostoliske trosbekjennelsen til vanlig. Den kalles også for dåpsbekjennelsen, fordi denne brukes i forbindelse med dåp. Historien til denne bekjennelsen strekker seg tilbake til 150-tallet, så den er også gammel.

Vi tror på én Gud, den allmechtige Far, som har skapt himmel og jord, alt synlig og usynlig.

Vi tror på én Herre, Jesus Kristus, Guds enbårne Sønn, født av Faderen før alle tider, Gud av Gud, lys av lys, sann Gud av sann Gud, født, ikke skapt, av samme vesen som Faderen. Ved ham er alt blitt skapt. For oss mennesker og til vår frelse steg han ned fra himmelen, og ved Den hellige ånd og av jomfru Maria ble han menneske av kjøtt og blod. Han ble korsfestet for oss under Pontius Pilatus, led og ble begravet, oppstod den tredje dag etter Skriftene og fór opp til himmelen, sitter ved Faderens høyre hånd, skal komme igjen i herlighet for å dømme levende og døde, og hans rike skal være uten ende.

Vi tror på Den hellige ånd, som er Herre og gjør levende, som utgår fra Faderen og Sønnen, tilbes og æres sammen med Faderen og Sønnen, og som har talt gjennom profetene. Vi tror på én hellig, allmenn og apostolisk kirke. Vi bekjenner én dåp til syndenes forlatelse og venter de dødes oppstandelse og et liv i den kommende verden. Amen.

MØTEPlassen



VANSJØ/SVINNDAL IL

Leder **Grethe Guttulsrud**
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 Robert Dahl Seielstad:
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 innom de tilbudene V/S har - som håndball, fotball, friidrett, vintersport i Middagsåsen samt mye mer
Kontaktperson Gøran Willassen:
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 Kristoffer Skolt:
alpint@vs-il.no

INNEBANDY - «Svinndal Flyers»

Vi har akkurat startet opp med innebandy for senior. De skal spille serie neste sesong!
Kontaktperson Kent Harestad:
post@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



Barnekoret SVINNDAL SOUL KIDS

Vi øver på Fredheim torsdager kl. 17.30 - 18.30 i ulike uke. Vi har mange gøyale sanger og prosjekter. Her lærer barna sangglede, heie på hverandre og de lærer bibelhistorier. Lik oss på FACEBOOK!
Der finner du all informasjon om koret, øvelser, osv. Velkommen!
Kontaktperson:
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!

Barneidrett Svinndal

Barneidrett for barn i barnehagealder hver mandag kl. 1700-1800 i gymsalen på Svinndal skole. Gratis deltakelse, foreldre må være med.

Følg oss gjerne på vår Facebook-gruppe, Barneidrett Svinndal.

Kontaktperson
Ingrid Nordli, tlf 41200892.

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



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



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 2024.

Torsdag 15. februar kl 12.00
Torsdag 21. mars kl 12.00
Torsdag 18. april 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

Tirsdag 19. mars
kl 18:00 Fellesrådet
kl 19:00 Menighetsrådet

Søndag 14. april
Menighetens årsmøte i Våler kirke etter gudstjenesten kl 11:00

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:
Erik Listerud, tel. 908 43 424
eller via e-post: elister@online.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>

22. februar kl 19.00 Klokkergården

16. mars er det Gjenbruksdag i samarbeid med Kirken og Tine på Søndre Haugen. Sett av datoen.

25. april håper vi å kunne ta en tur til gartneriet, men det er ennå ikke avtalt og fastsatt. Blir det ikke dit blir det samling på Klokkergården

Våler og Svinndal Pensjonistforening

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

I 2024 så markerer vi at vi fyller 60 år!

Entré vil variere fra gang til gang, også for dem som har betalt kontingent til pensjonistforbundet.

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 Erik Listerud,
Mob: 908 43 424

Eller kasserer Evy Kraft
Mob: 41 52 42 86



Våler og Svinndal Pensjonistforening har følgende arrangement i nærmeste fremtid. Alle arrangement starter kl 17:00.

13.03. - Oppvokst i Våler, Norgesmester i fotball, advokat og adm. direktør i bank, Ivar Listerud forteller om sitt innholdsrike liv.

Underholdning Furtebandet
Servering Snitter, julekake samt drikke

10.04. Tema Per Anders Nordengen - foredrag:
«Å eldes med ynde»
Nordengen har røtter fra Våler
Underholdning Einar Buerengen
Servering Snitter, julekake samt drikke

08.05 Tema. Kåseri/bilder ved Stig Lande - Kaptein og områdesjef for Moss HV-område. Da denne hyggeligheten er på 8. mai vil vi i år markere frigjøringsdagen.
Underholdning Konsert - Musikkorpset Ljom, Svinndal
Servering Varmmat samt drikke



ÅRSMØTE.

Våler Frivilligsentral avholder årsmøte torsdag 18.april kl. 18.30. Saker som ønskes behandlet må være styret i hende senest 18.mars. Saksliste med alle dokumenter fås fra torsdag 11.april ved henvendelse på telefon 936 22 761 eller på e-post:

post@vaaler-of.frivilligsentral.no

Påmelding til årsmøtet via

<https://vaaler-of.frivilligsentral.no>

under nyheter eller i kalenderen.

Styret i Frivilligsentralen

DEN STORE KLESBYTTEDAGEN!

Nå kan du bli med på vårens hyggeligste arrangement.

Vi oppfordrer alle i Våler i Østfold til å bli med på **Den store Klesbyttedag lørdag 27. april**. I år prøver vi å få til et reparasjonsverksted, hvor publikum kan få utført små reparasjoner. Klesbytting og reparasjon er bærekraftig. Naturvernforbundet er med som medarrangør. Oppslag og program kommer snart 😊 Ta kontakt på 936 22 761.

Ha du lyst å bidra som frivillig så er det mange muligheter på en av våre møteplasser:

- «Cafe Kroken» på Helse- og sosialsenteret.
- «Spis sammen» på Våler Frivilligsentral som ligger i sentrum av Svinndal.
- Frivillige til møteplassen for Seniornett.
- «Sjakkhjørnet» torsdag lik uke på Frivilligsentralen.
- Frivillige til matutkjøring
- Frivillige til å ta ansvar for en turgruppe på mandager formiddag.
- Møteplass for ungdom
- Natteravn/Dagravn

Ta kontakt med

Karen Margrethe Hansen,
daglig leder

på mobil 936 22 761 eller e-post:

post@vaaler-of.frivilligsentrale.no

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

Møteplassen holder til i foajéen på Helse- og sosialsenteret.

Foreningsportalen Våler i Østfold.

Frivilligsentralen vil være en bidragsyter når det gjelder å få en samlet oversikt over hva som finnes av lag- og foreninger, organisasjoner, velforeninger, idrettslag og politiske partier i kommunen.

Vi har investert i en foreningsportal for å synliggjøre de aktiviteter og tilbud som finnes i vår kommune.

Hva er Foreningsportalen?

Foreningsportalen er Vålers nettjeneste for å legge inn informasjon om, og synliggjøre lag og foreninger, interesseorganisasjoner, grendelag, idrettslag og politiske partier i kommunen. Portalen er også klar for registrering av bedrifter.

Ved å registrere deg får du tilgang til å:

- legge inn informasjon og bilder
- Legge inn de aktivitetene dere ønsker å registrere i kalenderen.

Vi har et abonnement som gjør at lag/organisasjoner etc. i kommunen kan benytte tjenesten kostnadsfritt.

Registrer deg her:

<https://vaaler-of.foreningsportal.no/>



UTLÅSENTRALEN!

Mangler du utstyr til en tur eller aktivitet?

Så finnes det muligheter hos oss. Utlånsentralen holder åpent hver onsdag kl. 15.00 – 17.00.

Det er også mulighet for å avtale andre tidspunkter for utlevering.

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

Ta kontakt på mobil 936 22 761 eller e-post:

post@vaaler-of.frivilligsentral.no

Møte mellom mennesker

Møteplassen «spis sammen»

annenhver tirsdag kl. 12.30 – 14.30

Nyt et velsmakende måltid i hyggelig omgivelser, og i selskap med andre.

Vi vil være med på å redusere matsvinn samtidig som vi bidrar til et mer bærekraftig forbruk.

Meny offentliggjøres fredag.

Se vår hjemmeside. Du kan også følge oss på Facebook eller Instagram.

Påmeldingsfrist søndag kl. 21.00.

Bowls

Vi spiller på klubbhuset til Moss og Våler Skytterklubb hver onsdag fra kl. 11.30 - 14.00. Møteplass med sosialt fellesskap og hygge!

Hver deltager betaler kr. 25,- pr oppmøte. Vi har vipps.

Det er enkelt bevertning

Velkommen!

Bingo på Frivilligsentralen

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

Hukommelsen er det første som stimuleres når du spiller bingo.

Aktiviteten er sosial og en møteplass hvor du kan småprate med de andre som er møtt opp.

Vi spiller mandager i partallsuker fra kl. 17.30.

Enkel bevertning.



SENIORNETT
VÅLER OG SVINNDAL

Trenger du hjelp til ditt digitale verktøy?

Møteplassen på Frivilligsentralen hver onsdag fra kl. 11.30 -13.30

Vi tilbyr også hjelp og veiledning over telefon.

Timebestilling, ring

Frivilligsentralen, mobil 936 22 761

Lasse, mobil 920 20 561

Tilbudet kan benyttes av alle, uavhengig av alder.

Strikke kafè

Fredag i partallsuker fra kl. 10.30 – 12.00 låner vi lokaler på Helse- og sosialsenteret. Ta med kopp!

Strikke kafe på Frivilligsentralen

hver torsdag fra 11:30 – 13:30.

Velkommen!

Brettspill på Frivilligsentralen

hver torsdag fra 11:30- 13:30.



MØTER VÅREN 2024

Våler Misjonssamband og Svinndal Normisjon

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



Våler Misjonssamband

Leder: Kay Armann Ellefsæter

Mobil: 901 87 426

e-post: kay.armann.ellefsaeter@kniftrygghet.no

Annonsesponsor:



Svinndal Normisjon

Søk oss opp på facebook!

Kontaktperson: Inger-Johanne Sælid Grimsrud

Mobil: 945 42 287

e-post: post@fredheim-svinndal.no

Ons.	21.02	kl. 19:30	Våk misjonshus	Bibelsamling
Tirs.	27.02	kl. 19:00	Fredheim	Tirsdagsmøte MAF
Ons.	06.03	kl. 19:30:	Våk misjonshus	Bønnemøte
Lør.	09.03	kl. 14:00	Fredheim	Basar
Sønd.	17.03	kl. 17:00	Fredheim	Søndagsmøte Familiemøte
			Fokus: Thailand	Tale ved Birgitte Bugaard Ørnes fra NMS
Ons.	20.03	kl. 19:30	Våk misjonshus	Bibelsamling
Fred.	22.03	kl. 17:00	Fredheim	Film: Prinsen av Egypt
Ons.	03.04	kl. 19:30	Våk misjonshus	Bønnemøte
Tirsd.	09.04	kl. 19:30	Fredheim	Stille stund
Ons.	17.04	kl. 19:30	Våk misjonshus	Bibelsamling
Fred.	26.04	kl. 19:00	Fredheim	Damenes aften
Tirsd.	30.04	kl. 19:30	Fredheim	Stille stund
Ons.	01.05	kl. 19:30	Våk misjonshus	Bønnemøte
Ons.	15.05	kl. 19:30	Våk misjonshus	Bibelsamling

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.

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

Diakoniutvalget i Svinndal

Velkommen til Formiddagstreff på Klokkergården Våren 2024

Torsdag 15.februar kl 12.00

Torsdag 21.mars kl 12.00

Torsdag 18.april kl 12.00

DIAKONI ER:

- nestekjærighet
- inkl fellesskap
- vern om skaperverket
- kamp for rettferdighet

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

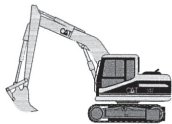
VÅLER GRAVESERVICE AS

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 renseanlegg



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!

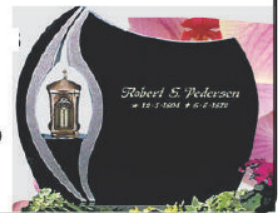
Tlf: 69 28 75 05 · Våkveien 24, 1591 Sperrebotn · post@ebsbibelskole.no · www.ebsbibelskole.no

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



I 2012 satte styret i V/S ned en komité som skulle skrive en bok om idrettslagets historie gjennom 100 år. En anseelig mengde med dokumenter, protokoller, avisutklipp og referater er lest igjennom og mange intervjuer er gjennomført siden da. Og resultatet er en flott bok på 380 sidersom kom ut rett før jul 2021!

V/S er og blir en breddeklubb, men har også gjennom årene hatt utøvere som med sine prestasjoner har hevdet seg både nasjonalt og internasjonalt. Det er fascinerende hvor mange mennesker som må være involvert for at et idrettslag skal kunne drive sin aktivitet. Utøverne er selvfølgelig kjernen i aktiviteten, men vi klarer ikke å gi et godt tilbud uten ildsjelene. De er navet - som bidrar i styreverv, som trenere, lagledere, sjåfører, kioskvakter, dommere også videre.

Tiden med pandemi og nedstengning har ikke gitt V/S noen mulighet til å feire våre 100 år. Men den har gitt oss tid til å kjenne på hvor viktig idretten er for oss alle. Hvor viktig idrettslaget er for utøverne som ønsker å trene og føle mestring i sin idrett, som ønsker å være sammen med venner, og for de som heier fra sidelinjen.

Boken er en sann fornøyelse å lese! Erkjennelsen av en 100 år lang historie med aktivitet for barn, unge og voksne, alt det idretten og felleskapet betyr i et lokalsamfunn. Så mange navn, så mange prestasjoner, så mange vennskap, minner og dugnadstimer.

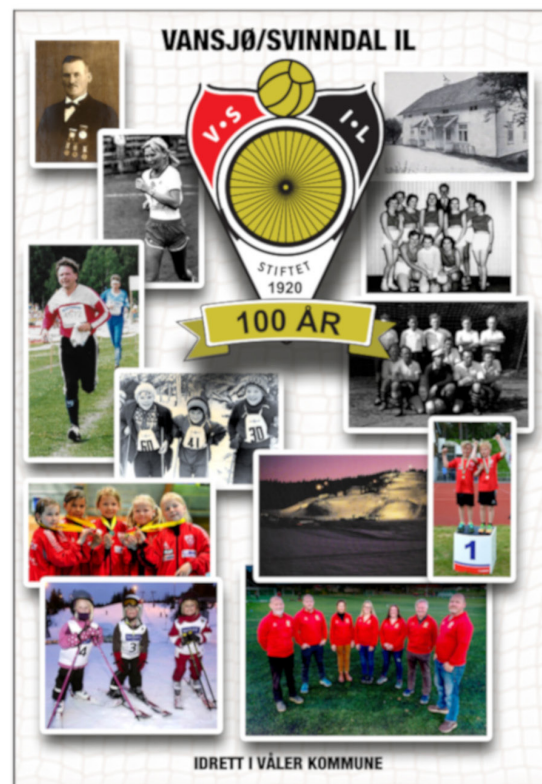
Forfatterne har lagt ned en formidabel innsats i å samle historien til Vansjø/Svinndal Idrettslag - en unik bokskatt er resultatet! En hyllest til alle våre medlemmer gjennom 100 år!

Leder i V/S IL Grethe Guttulsrud

Bestill ved å sende en mail til post@vs-il.no

Pris 295 kr (+evt porto)

**Boken er også i salg hos alle
dagligvarebutikkene i Våler!**



Boken er skrevet av;
Einar Pedersen, Erik Listerud, Ivar
Christoffersen og Arnfinn Flakstad.



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

Våler Hårstudio

Tlf. 69 28 81 00

Vålerveien 927,
1591 Sperrebotn

Dame og herrefrisør



SPERREBOTN NATURMEDISINSKE

Naturterapeut/Kvantemedisin

Ellen Solberg

Tlf. 90 62 67 87

1591 Sperrebotn

Mva 983 543 049 NO



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

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

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

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

Søndre Lundem Gård
Lunderveien 429
1593 Svinndal

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

**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: frisklivscentralen@valer-of.kommune.no

Telefon: 69 28 91 00/941 59 346

Besøksadresse:
Helse og sosialsenteret
Bergskrenten 12 1592 Våler

KJÆNSRØD
Gartneri as

Planter fra hjertet av Østfold

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



Finn Hunstad as

Telefon: 69 28 60 32

**BYGGMESTER THOR-ARNE
MOSLATT**

1593 SVINNDAL
Mob.: 900 94 852



JOHANSEN
MONUMENTHUGGERI AS
Skjebervg. 206, 1743 Klavestadhaugen.

Tlf. 69 16 36 33
www.johansenmonument.no



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

Bentzen
MOSS BEGRAVELSESBYRÅ AS
Solgaard Skog 4 1599 Moss

Tlf. 69 25 11 15
www.bentzengravferd.no




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 døgnåpent
116 123
mentalhelse.no

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



KLATRE-PARKEN



VÅLER KICKOFF SENTER

**Bursdager, firmafester
utdrikningslag, julebord
festligheter**

Tlf 69 28 60 00

Svinndal bygdeservice AS

Trenger du en hjelpende hånd?
Vi tar små og store jobber,
ta kontakt med oss for en hyggelig prat!

Salg av ved • Vaktmestertjenester • Gravearbeid • Landbrukstjenester

Telefon 48913833

Epost: Svinndal.bygdeservice@gmail.com

Salong Klippy

Svinndalveien 14, 1593 svinndal

 Bodil Mingeødegård

Tlf 69286140 

Etabl. 1976

 **Byggmester** 

**Byggmester
Ulf Johannessen a/s**

TØMRER - ASBEST - BETONGARBEIDE

Tlf. dir.: 907 29 616
P.B. 581 HØYDEN Tlf.: 6924 1468 - Fax: 6924 1469
1522 MOSS post@bmuj.no - www.bmuj.no

BØNDENES HUS, SVINNDAL

Et godt alternativ ved
store og små arrangementer.

Bordsetning opp til 150 personer.

Ring 69 28 60 66 for bestilling



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.



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

Februar

- 11.02.2024 11:00 Svinndal kirke
Familiegudstjeneste med karneval
Svinndal Soul Kids deltar
- 18.02.2024 11:00 Våler kirke Gudstjeneste
- 25.02.2024 18:00 Svinndal kirke Gudstjeneste
Tomasmesse

Mars

- 03.03.2024 11:00 Våler kirke Gudstjeneste
- 10.03.2024 11:00 Svinndal kirke Gudstjeneste
- 17.03.2024 11:00 Våler kirke
Bandgudstjeneste og Fasteaksjon
Konfirmantene deltar
- 24.03.2024 11:00 Svinndal kirke Gudstjeneste
Palmesøndag
- 28.03.2024 18:00 Våler kirke Gudstjeneste
Skjærtorsdag
- 29.03.2024 11:00 Våler kirke Gudstjeneste
Langfredag
- 30.03.2024 23:00 Våler kirke Påskenaattsmesse
Påskenaatt
- 31.03.2024 11:00 Svinndal kirke Gudstjeneste
1.påskedag

April

- 01.04.2024 18:00 Våler kirke Gudstjeneste
Syng Påske
- 07.04.2024 11:00 Svinndal kirke Gudstjeneste
- 14.04.2024 11:00 Våler kirke
Bandgudstjeneste Tårnagenter
Årsmøte
- 21.04.2024 11:00 Svinndal kirke Gudstjeneste
- 28.04.2024 11:00 Våler kirke Gudstjeneste

Mai

- 05.05.2024 11:00 Svinndal kirke Gudstjeneste
- 09.05.2024 11:00 Våler kirke Gudstjeneste
Kristi himmelfart
- 12.05.2024 11:00 Svinndal kirke Gudstjeneste

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