



ÅRGANG 82
April
Mai
Juni
2022

Våler kommune



VÅLER OG SVINNDAL MENIGHETSBLAD

Frivillighet og idrettsglede



**17.mai-programmet i
Våler og Svinndal**



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

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

VÅLER OG SVINNDAL
MENIGHETSBLAD

Årgang 82

April
Mai
Juni

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
01.03.22
t.o.m. 25.04.22

takk!

Totalt mottatt

3.550,-

i gaver!



Revers

GIRO
1503.49.88754

vipps

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

Frivillighetens år

Når jeg ser på kommunens hjemmeside hvor mange lag og foreninger som finnes i lille Våler, så blir jeg imponert. Bak hver og en av disse lagene så er det noen, som helt frivillig, stiller opp for å gjøre en innsats for sine medlemmer og for lokalsamfunnet.

Noen foreninger driver sin virksomhet blant barn og unge. Andre er rettet mot syke og eldre. Noen foreninger driver med kultur som musikk, speidervirksomhet, idrett eller historie. Andre er opptatt av sosiale utfordringer. I tillegg kommer velforeninger, FAU, politiske partier og kirke. I alle samfunnslag og innenfor alle interesseområder kreves det at mennesker stiller sin tid og sin kompetanse til disposisjon, helt frivillig, for å bidra til et levende lokalsamfunn og for livskvalitet og glede.

Noen av foreningene har lange tradisjoner i kommunen, og noen er relativt nye. Det er krevende for dem som har brukt mye av sitt voksenliv og engasjement for å bidra til fellesskapet, og så, når de selv ikke har helse eller overskudd til å fortsette, er det ingen som står klar til å ta over stafettpinnen.

Mange har en travel hverdag. For barnefamilier er det mye som skal følges opp, og det er naturlig at foreldrene retter sin innsats mot det barna deres er engasjert i. Den gammeldagse frivilligheten er kanskje på vei ut. Det må man ta inn over seg. Tidligere var man trofast mot sin organisasjon gjennom store deler av livet, til glede for fellesskapet og for andre. Nå er tiden annerledes. Vi mennesker er annerledes. Kommunen er annerledes.

Gaver til menighetsblad.

Til info så er dette det siste menighetsbladet vi utgir hvor vi har med hvem som har gitt pengegave til bladet vårt. Fra neste blad vil vi kun sette inn totalsummen vi har mottatt i den aktuelle perioden. De som ønsker skattefradrag for gave på over kr. 500,- får selvfølgelig det fortsatt, dersom det opplyses om dette på betalingen og det oppgis fullt fødselsnummer.

*Gaver mottatt fra 01.03.22. t.o.m. 25.04.22: Sissel og Olav Leine 500,- Åse S. Skolt 500,- Andreas Gjøvran 250,- Svein Hamran 400,- T. Madsen 600,- Petra O. A. Mellegaard 300,- Lill og Ola Mindrebøe 1.000,-

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

Det er økt tilflytting, ikke bare av unge familier som flytter tilbake til sin barndoms Våler, men også av mennesker uten noen tidligere tilknytning til kommunen. Dette får naturligvis konsekvenser for frivilligheten. Det gir store muligheter! Samtidig er det utfordrende å skulle ta imot nye medlemmer i styrer og stell som ikke kjenner historien, men kanskje har helt andre forventninger til hva som skal skje og hvordan ting skal gjøres.

Noen har store ambisjoner og mye engasjement, og kanskje erfaring og kompetanse fra andre lokallag og styrevirksomhet. Det er ingenting som dreper engasjement slik som: «Dette har vi prøvd før!» og «I gamle dager, da stilte hele kommunen opp på dette. Da var det fullt.»

Vi må ta utgangspunkt i den tiden vi har nå. Vi må se fremover med de mulighetene og utfordringene som kommer. Kanskje skal noen lag legges ned for å gi plass til en ny type engasjement. Kanskje skal man samarbeide i enda større grad. Mange av foreningene og lagene driver jo samme målgruppe og samme formål. Jeg tror vi trenger et møtepunkt for frivilligheten hvor vi kan løfte utfordringer og muligheter slik at vi sammen kan ta vare på de frivillige ressursene og snakke pent om hverandre. Hvilke muligheter har vi til samarbeid? Byggedagen er selvsagt et sted hvor vi møtes, og det er hyggelig. Men å drøfte mulighetene trenger et annet forum. Vi trenger å stå sammen for å skape et trygt og godt lokalmiljø, gode oppvekstforhold, en sunn holdning til kropp og en verdig alderdom. Var det MONA hun het?

Frivillighet og idrettsglede



Grethe Guttulsrud på kontoret sitt i idrettsbygningen ved stadion Foto: Bent Erik Hodnebrog

Grethe Guttulsrud har fått oppleve mye det siste året. Hun fikk være med på mottakelse med kronprinsen i Fredrikstad, så fikk hun frivillighetsprisen i kommunen og så ble hun utnevnt til Æresmedlem i V/S. - Det er vel noen som setter pris på ditt engasjement da, Grethe!

Tekst: Bent Erik Hodnebrog

I 2016 stilte hun seg til disposisjon for Vansjø/Svinndal idrettslag og ble valgt inn som styremedlem i hovedstyret. I 2018 ble hun leder, og det er hun fortsatt.

- Hva var det som fikk deg til å melde deg til tjeneste som frivillig?

- Det er viktig for meg å skape et godt nærmiljø i Våler, at barn og unge har noe å drive med. Jeg tenker at hvis vi vil at ting skal skje, så må vi engasjere oss. Hvis ingen bidrar, blir det heller ingen ting. Og så synes jeg det er veldig gøy og så får jeg treffe mange ulike mennesker.

- Du er vel veldig sportsinteressert siden du meldte deg som leder til hovedstyre i et idrettslag?

- Da jeg vokste opp her i Våler drev jeg med hest. Jeg var ikke med i lagidrett. Så da jeg begynte i V/S var det en bratt læringskurve. Jeg visste ikke at det var ulik størrelse på ballene, forskjellige baner, og at det var ulikt antall spillere i ulike aldersklasser. Men også innenfor det organisatoriske har det vært mye å lære. Men jeg elsker å lære!

- Familien din er vel også engasjert i idretten, da?

- Jeg har tre barn fra 3 til 16 år, og for tiden er ingen av dem med i noen av V/S sine aktiviteter, så det er jeg som er med her nå. Yngstemann vil nok være med på Turn og Lek etter hvert.

- Men når du har full jobb, som også er en lederjobb, og så driver frivillig ved siden av, hvordan får du tid til familieliv da?

- Jeg har en snill og tålmodig mann. Han tar mange av skiftene hjemme. Han er for øvrig også frivillig. Han er vara til kommunestyret, sitter i planutvalget og sitter i styret i V/S Holding og Middagsåsen Sportsenter. Men han tar som sagt sin tørn hjemme. Og fredagstacoen er hellig for oss. Da sitter vi alle fem rundt bordet og har kvalitetstid sammen. Og lørdagspizzaen!

- Hvordan står det til med frivilligheten i V/S?

- Vi har mange frivillige. Noen av dem sitter i gruppestyrer eller hovedstyret. Men så er det alle trenerne våre. De gjør det også frivillig. Det er det mange som ikke vet. Disse trenerne bruker gjerne to til tre dager i uka sammen med barna, de forbereder treningene og rydder opp i etterkant.

- Men får ikke trenerne noe betalt?

- A-lagstreneren og keepertreneren får en liten sum i året, men de andre trenerne gjør dette gratis. Det er godt over 80 frivillige under V/S-paraplyen. Også blir foreldrene satt opp til dugnadsjobbing med å stå i kiosken og sånn. Det kommer i tillegg.

- Hvordan er medlemsmassen hos dere? Hvilke lag finnes og hvordan er det med ulike aldersgrupper?

- For de aller minste er det Allidrett og Turn og Lek, så har vi ulike grupper i håndball, fotball, alpint og brett. Nytt av året er også innebandy! Det er en utfordring å holde på ungdommene. Det er det flere årsaker til: Det er for det første ganske få ungdommer å rekruttere fra, Våler er en liten kommune. Og jo eldre de blir jo flere personer kreves det for å kunne stille lag, få riktig trening, riktige utfordringer og utvikling. Derfor samarbeider vi med EIKA FK om fotball og Son HK om håndball i noen aldersklasser. Også handler det om å



legge til rette for at ungdommer kan være med på flere ting, flere idretter og flere aktiviteter i uka. Det betyr at ulike lag og foreninger må snakke sammen og ta hensyn til hverandres aktivitet med tanke på dager og tider. Og som det tredje tenker jeg at det handler om å skape gode minner med idretten, ha en gulrot og gi mulighet for gode opplevelser for eksempel på cuper i inn- og utland. For eksempel Dana-cup når de blir eldre

- Men blir ikke idretten veldig kostbar hvis det er snakk om turer til Dana-cup og slikt?

- Det er en medlemsavgift å være med i V/S, men vi har god økonomi og vi dekker mange av aktivitetene. Men fordi vi opplever at idretten er en viktig inkluderings- og integreringsarena, så står det på alle våre fakturaer at dersom noen har utfordringer med å dekke treningsavgiften, så må de ta kontakt. Vi har et fond for å hjelpe slik at ikke økonomi skal være årsaken til at barn ikke kan delta i idretten. Vi samarbeider med kommunen om dette fondet og for å få informasjonen ut om tilbudet. Også finnes det ulike midler for oss i idretten å søke på. Nå har vi akkurat fått 635 000 kr fra stiftelsen Kirkebygden. Dette skal brukes til nye mål, sporsetter



V/S Fotballs trener og EKA FKs trener side om side. Foto: V/S arkiv

Faktaboks

E-sport er elektronisk konkurransespilling der utøverne konkurrerer mot hverandre i ulike dataspill på datamaskiner eller spillkonsoller. Noen konkurranser har pengepremier til de beste utøverne.

Oppslutningen rundt e-sport har vokst voldsomt de siste årene. I dag kan profesjonelle turneringer følges av flere millioner mennesker verden over. I flere land sendes e-sport på nasjonale TV-kanaler, deriblant i Norge.

Store Norske Leksikon

og snøfreser. Noe går også til Middagsåsen. Men en stor del, og dette gleder vi oss veldig til, går til å starte opp og utvikle et tilbud innen E-sport. På sikt håper vi å kunne få på plass et sted å være, det savner vi virkelig. Tenk om vi kunne få til et ungdommens hus her i kommunen.

- Dere har over 80 frivillige. Trenger dere flere?

- Ja, det er alltid behov for frivillige. Jo flere som er med å dra lasset, jo mindre blir det på hver. Folk bør ta sin tørn. Vi trenger mennesker til å sitte i styrer og til å være trenere. Vi har mange drømmer, det er mye vi skulle ha gjort.

- Det kan jo være at folk er litt usikre på om de har noe å bidra med om de rett og slett har kompetansen. Også er det en travel hverdag for mange.

- Tid er det viktigste bidraget vi kan få, mennesker som er tilgjengelige. Det finnes mange kurs både for de som skal sitte i styrer og de som er trenere gjennom Norges Idrettsforbund, så kompetanse kan vi hjelpe med.

- Takk for denne utfordringen, Grethe, og lykke til med gode idrettsopplevelser i tiden fremover!

Bilder fra V/S aktiviteter Foto: V/S arkiv



UNG I VÅLER



FØLG OSS PÅ FACEBOOK:
ungdomsarbeid i våler og
svinndal menighet

OG INSTAGRAM:
vaalerogsvinndalmenighet

VI TREFFES PÅ FACEBOOK!



KIRKENS NØDHJELP actalliance

FASTEAKSJONEN 2022

Takk til alle som har bidratt til fasteaksjonen i år!

Foreløpige tall for Svinndal menighet er 18.557,-

For Våler menighet 19.358,-

Mange av bidragen fra næringslivsdugnaden er ennå ikke blitt registrert, så vi forventer at tallene øker.

Følg med på fasteaksjonen.no for å se utviklingen.

Uansett: det er mer enn de to siste årene tilsammen!

Bra jobbet, konfirmanter og foreldre!

Bøsseinnsamling ved butikkene i kommunen

Noen konfirmanter hadde i oppgave å stå med bøsser utenfor Joker Svinndal, Joker Folkestad, Spar Sperrebotn og Kiwi Augerød. Takk til butikkene for at vi fikk stå der!

Næringslivsdugnad

Tirsdag 5.april var noen konfirmanter med foreldre på plass i Våler kirke. Renate Holm hadde fått utskrift av en liste med alle næringsdrivende i kommunen. Lister ble fordelt og foreldre ringte rundt for å samle inn penger til fasteaksjonen. Konfirmantene førte lister på hva som ble gitt og serverte frukt, kjeks og boblevann. Hver gang noen gav 5000 kr ble det spilt en fanfare fra orgelet.



HÅP
i en dråpe vann



Fasteaksjonsauksjon



Reidar Kaabel gjorde en strålende jobb som auksjonarius ved fasteaksjonsauksjonen utenfor Svinndal kirke 3.april. Som dere ser var det mye forskjellig å by på. Takk til konfirmanter og foreldre for innsatsen på dagen, for kaker og boller og for innhenting av objekter! Takk til dere i lokalmiljøet som bidro med objekter!

Fra orgelkrakken



I all sin glans nu stråler solen

T: N.F.S. Grundtvig 1843, 1853

O: Oversatt 1979

M: Henrik Rung 1859

I all sin glans nu stråler solen,
livslyset over nådestolen,
nu er det pinselilje-tid,
nu har vi sommer lys og blid,
nu spår oss mer enn englerøst
i Jesu navn en gyllen høst!

Den korte natt som jorden svaler,
er fylt med sang av nattergaler,
og alt hva Herren kaller sitt,
kan slumre søtt og våkne blidt,
kan drømme skjønt om paradiset
og våkne til vår Herres pris.

Det ånder himmelsk over støvet,
det vifter hjemlig gjennom løvet,
det lufter liflig under sky.
Nu åpnes paradiset på ny,
og yndig risler ved vår fot
en bekk av livets klare flod.

Alt skapes av den Ånd som daler,
alt virkes av den Ånd som taler,
den Ånd som skjenker lys og trøst
av kjærlighet med sannhets røst
i Ordets navn som kom til jord
og seierrik til himlen fór.

Våkn opp, all jordens dype toner,
til pris for menneskets forsoner!
Kom sammen, alle tungemål,
i takkesangens offerskål!
Og jubel her ved Herrens bord
nu, menighetens glade kor!

I Jesu navn da tungen gløder
hos hedninger så vel som jøder;
i Jesu-navnets offerskål
forenes alle tungemål.
I Jesu navn skal tone da
det evige Halleluja!

I all sin glans nu stråler solen

Tekst: kantor Kalina Dimitrova-Kristiansen

“I all sin glans nu stråler solen” er en dansk pinsesalme, som er skrevet av den danske dikterpresten, politikeren, filosofen og folkeopplyseren Nikolai Frederik Severin Grundtvig (1783 – 1872).

Salmen er en typisk pinsesalme og omhandler himmelriket, som nå blir virkelig gjennom pinseunderet. Den har to varianter, men vi kjenner best denne fra 1853, som er mer fokusert på pinsen og virkeliggjør Guds rike her og nå.

De første tre vers av salmen er rike på naturbilder/natursymboler: sol, sommer, nattergaler, løv, sky og bekk; de kan tolkes som en skildring av den danske våren ifølge Bjørnson, som kalte salmen for “den skjønneste danske dikt”. Men de viser også en dypere realitet. Solen er bilde på Jesus Kristus, som er livslyset som fornyer naturen, løvet er menigheten (i v.3). “Hverken i livet eller i diktningen har naturen noen egenverdi for Grundtvig. Den er ramme og avspeiler en åndelig verden. Grundtvig låner bilder av naturen for å lovprise Gud for hans store gjerninger. Slik ble han den som mer enn noen annen i den dansk-norske salmetradisjon løfter oss inn i den hymniske bevegelse og levendegjør selve pinseunderet” skriver biskop Finn Waagle i en pinsepreken.

Vers 4 kommer tettere på Pinsen og Åndens gjerning samt den kristne trosbekjennelsen, Skapelsen, inkarnasjonen og himmelfarten. Ingen Grundtvig-salme er mer fylt av pinsejubel enn i denne!

De siste to versene har karakter av en vekkelse til lovsang. Menneskespråkene skal samles i lovprisningen, motsatt Babelforvirringen. Lovprisningen er den eneste offergave mennesket kan tilby Gud og vers 6 avslutter med “det evige Halleluja”.

Salmen har et vers til på dansk, som ikke blir brukt i den norske oversettelsen, og der innfører Grundtvig rosen som symbol på det fullkomne i Guds evige rike:

Vor Gud og Fader uden lige!
Da blomstrer rosen i dit rige,
som sole vi går op og ned
i din Enbårnes herlighed;
thi du for hjertet, vi gav dig,
gav os med ham til Himmerig.

Melodien til teksten er komponert av den danske komponisten, sangpedagogen og dirigenten Henrik Rung (1807 – 1871). Han studerte i Danmark og Italia og stiftet i 1851 kormusikkforeningen “Cæciliaforeningen”. Henrik Rung var flittig komponist som skrev operaer, syngespill og flere hundre sanger og romanser. Kanskje det er derfor salmen har blitt en av de mest populære å synge i pinsen med sin friske opptakt med fanfare- intonasjoner og harmoniske utsving. Opptakten kan være litt av en utfordring for hver organist-nybegynner, men det går an å lære. Har personlig bare hyggelige erfaringer med den salmen: spesielt i opptaksprøven for master i kirkemusikk.

Ha en velsignet og nydelig pinsetid alle sammen!

Kirke, kirkegård og menighetsliv

Gladsak og honnør til Våler kommune – utbedringer på Våler kirkegård!

Som mange har observert så jobbes det nå på prosesjonsveiene på kirkegården i Våler. Det er kommunen som ordner med en ny kabelgrøft til ny vann-, strøm- og lyspost på den nyeste delen av kirkegården. Samtidig tas alle hellene opp, det rettes av mot gresset og masseutskiftes før hellene legges pent og rett på plass igjen.

Dette blir så bra! Vi gleder oss veldig til å se det endelige resultatet og til å få en tiltrengt vann- strøm- og lyspost på det nyeste gravfeltet vårt.



Tusen takk til diakoniutvalget i Svinndal!

Svinndal kirke og menighet takker så mye for den fine og nyttige gaven de fikk overrakt fra Svinndal Diakoniutvalg på årsmøtet til menighetene: en ekstra kanne til nattverdsvin. Den kommer godt med! Tusen hjertelig takk!



Dåpspåmelding på nett

Fra generasjon til generasjon har vi båret barna til dåpen. Har du et barn som er nyfødt, et barn som er litt eldre, en tenåring, eller er du en voksen som ønsker å bli døpt, så er du velkommen til dåp i en av våre kirker! Du kan velge mellom dåp i Våler kirke eller Svinndal kirke, og påmeldingen kan gjøres akkurat når det passer for deg, på PC, nettbrett eller mobil.

Gå inn på vår hjemmeside:

<https://kirken.no/nb-NO/fellesrad/vaaler-svinndal/dap/>

Velg deretter dåpspåmelding og start registreringen.

Dåpskjoler til utlån

Vi har kjøpt inn 2 dåpskjoler, i str. 0 til ca. 1 år, med bånd og luer som vi låner ut gratis.

Ved spørsmål, ta gjerne kontakt med kirkekontoret på mail: kirkekontoret@vpgo.net eller på tlf. 69 28 88 30.



Velkommen til dåp i våre kirker!

Hjelp oss å gjøre en forskjell!

Tekst: Bent Erik Hodnebrog Foto: Lions Club Våler

- Vi trenger flere medlemmer i organisasjonen vår. Kan menighetsbladet hjelpe oss? Det var naboen, Tom Christiansen, en av de åtte aktive medlemmene i Lions Club Våler, som spurte meg en gang vi møttes på dagens luftetur med hunden.
- Ja, kanskje det. I neste utgave av menighetsbladet så kommer hovedtema til å være frivillighet, kanskje jeg kunne intervju dere som et eksempel på frivillige lag og foreninger i kommunen.
- Så flott! Da kan du intervju Helge Aronsen som er presidenten vår. Han bor nedi gata her.



Mange kjenner Lions gjennom nissene som går rundt ved julegran-tenningene og deler ut godteposer til barna. Men arbeidet deres er

betydelig større. Helge Aronsen har vært president i flere omganger, første gang i år 2000. Nå har han sittet som president siden 2019.

- Hva er egentlig Lions?
- Lions er en organisasjon som driver med frivillighet. Vi engasjerer oss for lokalsamfunnet, for landet vårt og også internasjonalt.
- Hvilket arbeid gjør dere lokalt her i Våler?
- Nisseposene, som du nevnte, gir oss inntekter som vi deler ut igjen til gode formål. Det er Unil som sponser deler av godteriet, derfor får vi et lite overskudd. Også gir vi ut en kalender hvert år. Her selger vi annonser til næringslivet og det følger med en frivillig giro slik at folk kan støtte arbeidet vårt. På den måten får vi inn penger, og så kan foreninger og lag søke om midler til ulike prosjekter.
- Hvilke prosjekter har dere gitt støtte til?
- Vi kan blant annet nevne sikringsgjerdene ved MX banen og støtte til å oppgradere kiosken der. Vi har bidratt til håndballdrakter og fotballdrakter for V/S og et bålhus for 4H. Vi har bidratt, ikke bare økonomisk, men også med arbeidskraft, til å legge hellegang på baksiden av Helse- og Sosialsenteret og til å bygge tre utsiktsvarde i kommunen. To år gav vi støtte til HomeStart slik at de kunne få en aktivitetsdag i Middagsåsen skisenter. Da slo vi to fluer i en smekk. Både HomeStart og indirekte Middagsåsen fikk støtte.



Også arrangerer vi, sammen med andre Lions klubber i Mosseregionen, en dansekveld for funksjonshemmede.



President i Lions Club Våler, Helge Aronsen, omkranset av ungdommer på aktivitetsdagen i Vansjø i forbindelse med Youth Camp, internasjonal ungdomsleir.

- Hvor ofte har dere møter, og hva gjør dere da?
- Vi møtes den andre onsdagen i måneden, og da er møtene tredelt. Først starter vi med Lionssakene – det vil si søknader om midler og å planlegge og forberede tiltakene våre. Så er det foredrag eller bedriftsbesøk slik at vi medlemmer også kan få litt egenutvikling. Og så til slutt legger vi vekt på det sosiale.
- Er det bare en gutteklubb dette, eller?
- Neida. Vi er en blanda klubb. Her er det åpent for både menn og kvinner. Jeg husker første gang jeg var president. Da var det bare for mennfolk. Da mente jeg at det var rart at vi skulle utelukke halvparten av Vålers befolkning fra klubben. Så vi åpnet for kvinner og fikk noen nye medlemmer. Det var litt motstand i klubben, men etter ett år sier en av karene: - Det er vel ingen hemmelighet at jeg har vært skeptisk til å tillate kvinner i klubben, men jeg må si at jeg tok skammelig feil.
- Hva bidrar dere med nasjonalt og internasjonalt?
- Nasjonalt har vi blant annet en førerhundskole og vi har tilbud til skolene med holdningsskapende undervisningsopplegg tilpasset ulike alderstrinn kalt «Mitt Valg». Inntekter fra Tulipanaksjonen går til «Mitt Valg» og lokalt ungdomsarbeid. Internasjonalt har vi prosjekter i Uganda, Malawi og Zambia. I samarbeid med Norad har vi støttet øyehelseklinikker i disse landene. Og så har vi fortsatt med brønnboringsprosjekter, landbruksprosjekter og skolebygg. Røde Fjær aksjonen, ca. hvert 5. år, går til prosjekter bestemt på våre landsmøter. Vi har også en internasjonal fredsplakatkonkurranse, ungdomsutveksling og internasjonale ungdomsleirer.
- Det hørtes spennende ut. Det må du fortelle mer om.
- Disse leirene finner sted i ulike deler av verden og også her i området. Vi har en aktivitetsdag i Vansjø for ungdomsleiren. Her har vi også samarbeid med de andre Lions klubbene i Mosseregionen og legger opp til en spennende og begivenhetsrik dag for ungdommer fra hele verden. Det er årets høydepunkt for oss i Lions Club Våler. Å være medlem av Lions Club Våler gir en meningsfull fritid, som kan være viktig i en ellers travel hverdag! Bli medlem hos oss!
- Takk for praten, Helge, og lykke til med medlemsverving og deres gode arbeid!



FRIVILLIGHET – EN KILDE TIL DET GODE LIV

Tekst: Inger Thinn

I år er det Frivillighetens år. Det betyr at de mange frivilligsentraler rundt om i det ganske land ser både bakover og fremover – er fenomenet fremdeles liv laga? Her i Våler er frivilligarbeidet, slik det ble utarbeidet og videreutviklet fra 1996 til dags dato, så absolutt i live. Men la oss ta et grovt historisk tilbakeblikk på frivilligheten i kommunen vår:

Det startet med folkehelseprosjektet fra 1996 til 2000, hvor Østfold fikk status som nasjonalt prøveprosjekt og hvor MONA satte folkehelsearbeid på dagsordenen. Hvem var så denne MONA? Bokstavene stod for planens fire strategiområder: Miljø, Oppvekst, Næring og Aldring – altså nokså livsfavnende. "Denne planen avstedkom tre prosjekter, hvorav hverdagssamfunnet var ett av dem", går det frem av fylkesplanen. Her ble nærmiljøarbeid i Svinndal en viktig faktor, og med sin miljøgate og sin bygdesentral (senere Frivilligentral) ble dette et lokalt kraftsenter, med aktiviteter på mange områder.

Et aktivt bygdekvinnelag, men også andre lag og foreninger, ble viktige faktorer her. Rektor Lasse Edelsten var en utrettelig ambassadør for prosjektet, sentralen og dens aktiviteter, og den første daglige leder ble Jorunn Tinglum Omberg, som ikke var mindre engasjert.

Snart sprudlet det frem ivrige bygdefolk, og om høsten ble kvinnene i Bygdekvinnelaget trivelig blikkfang i sine røde caper og sorte hatter med tyttebærklaser på, for Svinndal var jo tyttebærbygda fremfor noen! De tryllet frem tyttebærfrosasj og tyttebærsmør, tyttebærbrød og tyttebærlikør, og det ble sogar strikket sokker med tyttebærmotiv. Det var Svinndaldager og åpen kafé, det ble rimelige middager, leksehjelp, samling for innvandrerkvinner fra asylmottaket, det var kurs og sosialt samvær for store og små og unge og gamle, og frivilligsentralenes formål ble så avgjort oppfylt: Å få utfelt "positive verdier og ressurser som eksisterer i Våler kommune, samordne aktiviteter og arbeide for å utvikle nærmiljøene i Våler til et godt sted å bo", som det står i vedtektenes § 2.

Nå ble det ikke helt slik. Svinndal hadde så avgjort et forsprang gjennom miljøgatearbeidet og kontakten med MONA-prosjektet, selv om sentralen var for hele bygda. Men det er ofte slik i en bygd at noen områder har en tettere tilknytning til nærmiljøet enn sentrale deler, der ulike kommunale bygg utgjør et sentrum for administrasjon og hvor en større del av innbyggerne utgjør nyetablerte utenfra, uten noen spesiell tilknytning til bygdemiljøet

som sådant. For mange av dem tok det lang tid å assosiere seg med et bygdemiljø, særlig i nedre del av kommunen, hvor Moss var atskillig nærmere enn Svinndal.

Men sentralen blomstret. Det var Svinndaldager og Svinndalolympiader, det var middagsservering for en billig penge på tirsdager, det var strikkecafé og ymse håndverk og etterhvert leksehjelp og kulturinnslag og ... ja, det var nesten ingen ende på aktivitetene. David Grimsøens gamle butikk ble bygdesentral og et lokalt kraftsenter, gjort i stand av entusiastiske bygdefolk, et trivelig bygg hvor noen av de samme entusiastene til og med hadde sin stol med eget navn på ryggen. (Men den var fullt lovlig å bruke for andre alminnelig dødelige, også!)

I 2007 fikk sentralen en ny leder. Danske Karen Margrethe Hansen kastet seg entusiastisk inn i sentralens mangehånde aktiviteter, og hun hadde fra første stund en agenda om å høvle ned Skjønnerødtoppen. For den som er ny her i Våler, så er Skjønnerødtoppen det geografiske skillet mellom Svinndal og Våler, og fra gammel tid har det vært litt kniving mellom de to bygdelagene. Vi kjenner det igjen, vi som kommer fra småkommunene i Østfold – vi skal ikke lenger enn til Hobøl for å finne at Hobøl er Hobøl og hovedbøle, mens Tomter er anneks, akkurat som Svinndal er det i Våler. Dette skillet ville Karen Margrethe prøve å jevne ut, og litt lavere har den nok blitt etter hvert, den lille toppen. Helt borte er den ikke.

Imidlertid har Karen Margrethe og nye styrer utviklet og fornyet sentralens liv og aktiviteter, i tråd med endringer i tiden. Datakurs for unge og gamle og muligheten for å bruke sentralens mange tilbud innen nye medier har utviklet seg i tråd med samfunnet forøvrig. Dette har gjort sitt til at både yngre og eldre har glede av både nye og gamle tilbud, noe som gjør den til et levende sentrum for frivillighet på så mange plan, for hele Våler. Se ellers informasjonssidene her i MB, de gir blant annet en oversikt over en god del av sentralens aktiviteter.

Trenger du forresten sportsutstyr til deg selv eller barna dine? Det kan du også få låne på sentralen!

Derfor: Er du ny her i Våler og lurer på hvordan du kan bli bedre kjent med bygda og menneskene her, ta kontakt med Frivilligsentralen! Har du idéer og lyst til å gjøre noe i ditt nærmiljø, så alliéer deg med noen andre, ta kontakt med sentralen og du skal se at det som nå heter Våler Frivilligsentral kan gi deg en pangstart for å føle deg hjemme i den flotte bygda vår.

Velkommen til bygdedag/frivillighetsdag i Våler søndag den 12. juni 2022.

Bygdedag i Våler arrangeres annet hvert år på bygdetunet; Bergtunet vis a vis Helse og sosialsenteret. I år er det 3 år siden sist, grunnet covid 19.

Dagen starter med friluftgudstjeneste ute på tunet kl 11:00. Den offisielle åpningen er kl. 12:00 og dagen avsluttes ca. kl. 17:00.

På bygdedagen vil det være stands med lokale lag og foreninger, aktiviteter, konkurranser, matservering; rømmegrøt, kaffe, vafler etc.

Underholdning med diverse fra scenen starter kl. 15:00. Det blir tildeling av byggeskikkpris, innsatspriser innen kultur og idrett v/ ordfører.

Publikum bes ta med egne campingstoler.

Parkering ved Herredshuset, Helse- og sosialsenteret samt Kirkebygden skole.

Nærmere program vil komme på kommunens hjemmeside.

Vel møtt til en hyggelig dag !



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 sider som 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, sjåførere, 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 fellesskapet betyr i et lokalsamfunn. Så mange navn, så mange prestasjoner, så mange vennskap, minner og dugnadstimer.

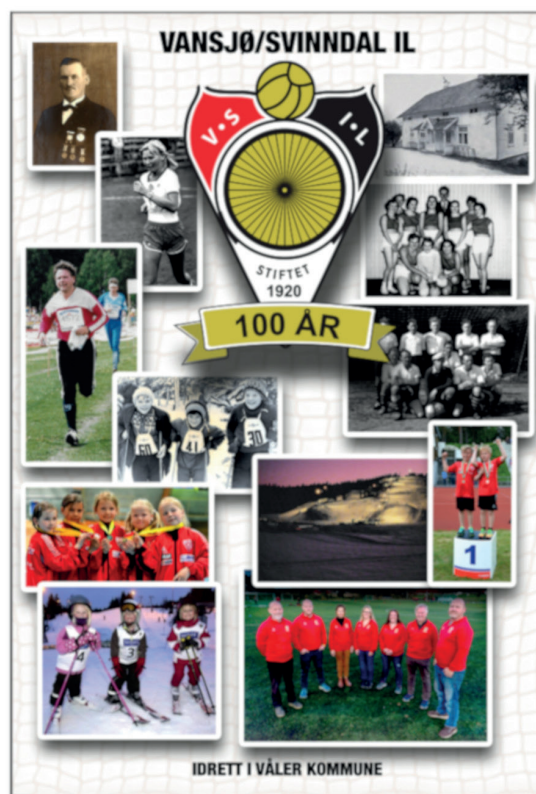
Forfatterne har lagt ned en formidabel innsats i å samle historien til Vansjø/Svinndal Idrettslag - en unik bokskatt er resultatet! En hyllest til alle våre medlemmer gjennom 100 år!

Leder i V/S IL Grethe Guttulsrud

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

Pris 350 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.

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 drikke. 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: Gina Sneve 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

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 innom de tilbudene V/S har - som håndball, fotball, friidrett, vintersport i Middagsåsen samt mye mer. 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 «V/S/IL Øst brettklubb» trening for startdatoer. Vår arena er klubbens eget anlegg Middagsåsen Sportscenter 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



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 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:

Vi starter med fellesråd kl 18:00 og har påfølgende menighetsråd kl 19:00. Neste møte er onsdag 4.juni på kirkekontoret i helse- og sosialsenteret.

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.

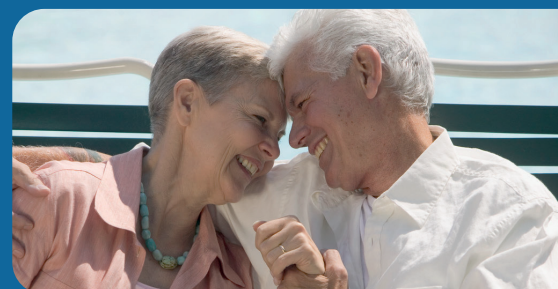
Vi har underholdning på alle møtene, med sang og musikk.

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:

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

08.06.22 Tema: Biloppfølger'n i Svinndal, Bjørn Lundem forteller om artige episoder på hugginget, samt om mange av de *hyss* som han og kamerater gjennomførte.
Underholdning: Konsert med Panflytist Roar Engelberg.

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

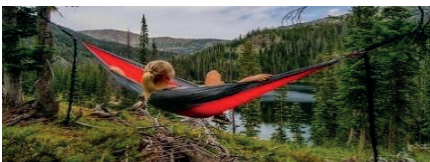
INFO: Følg med på Våler og Svinndal Pensjonistforenings sin Facebook-side

VÅLER FRIVILLIG SENTRAL

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 😊 Her kan vi ta opp forskjellige temaer. Kom innom annenhver torsdag (oddetalls uker) fra 11.30 – 14.00. Eva Arntzen er ansvarlig frivillige og gleder seg til å se dere! Velkommen!



UTLÅNSENTRAL, 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. 15.00 – 17.00

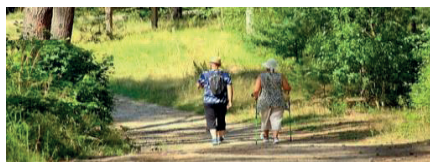
onsdag kl. 15.00 – 17.00.

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

Ta kontakt på mobil 936 22 761 😊

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. Det blir servert kaffe og frukt. 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.

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.

ØSTFOLD
FRIVILLIG
SENTRALER

MAI
21.
2022

Sammen feirer vi
Frivillighetsåret
2022
Norges viktigste lagarbeid

GRATIS KONSERT
FOR FRIVILLIGE I
KULÅSPARKEN,
SARPSBORG

PARKEN ER ÅPEN KL. 16-21
UNDERHOLDNING FRA KL. 17
MAT OG DRIKKE KAN KJØPES

ERIK-ANDRE HVIDTSTEN
ELLEN MARIE CARLSEN
SANNE KVITNES
ATLE RAKVÅG
TRIO DE MENT
ANN HELEN HJEMLI
RUBEN GRYTEN
DANIEL SANDVIK
ELVIRA NIKOLAISEN

Østfold Frivilligsentraler feirer i fellesskap Frivillighetsåret 2022 med konsert, lørdag 21. mai i Kulåsparken Sarpsborg. Det blir satt opp buss med oppsamling fra Svinndal, Sperrebotn og Kirkebygden. Konsert og buss er gratis for våre frivillige og samarbeidspartnere.

Parken er åpen fra kl. 16 - 21
Åpning fra scenen fra kl. 17. Det blir mulighet for å kjøpe mat og drikke på plassen.

Artistlisten: Erik - Andre Hvidsten, Ellen Marie Carlsen, Sanne Kvitnes, Atle Rakvåg, Trio de Ment, Ann Helen Hjemli, Ruben Grytten, Daniel Sandvik og Elvira Nikolaisen.

Påmelding via vår hjemmeside eller til Karen Margrethe Hansen daglig leder på mobil 936 22 761.

Styret i Våler Frivilligsentral gleder seg til å være verter for dere denne dagen.

Meld deg/dere på!



Møteplassen har åpent mandag - torsdag fra kl. 09.30 – 13.00.

Møte mellom mennesker

«Strikkekafe» på Helse- og sossialsenteret.

Her treffer man alltid en som er ivrig på å utveksle idéer, eller som kan hjelpe deg med et strikkedilemma. Vi møtes fredager i partallsuker fra 10.30-12.00. Ta med garn, pinner, kreativiteten din og kom en tur! Møteplassen er åpen for alle, i alle aldre og nasjonaliteter. Velkommen!



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 via hjemmesiden eller SMS 936 22 761, da vi ønsker å være med på å redusere matsvinn samt bidra til et mer bærekraftig matforbruk. **Med forbehold om endringer.**



SENIORNETT
VÅLER OG SVINNDAL

Møteplassen på Frivilligsentralen vil være åpen hver onsdag kl. 12 – 14

Tilbudet kan benyttes av alle, uavhengig av alder.

Bestill gjerne time hos Lasse, mobil 920 20 561.



Våler Frivilligsentral treffes på stand i forbindelse med makingen av Frivillighetens år og Bygdedagen i Våler søndag 12. juni på Bergtunet. Vi oppfordre voksne og barn til å besøke vår stand. Ta med en venn og lag et vennskapsbånd



Vi ønsker dere alle i Våler en flott 17. mai feiring



MØTER Våren 2022

Våler Misjonssamband og Svinndal Normisjon

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



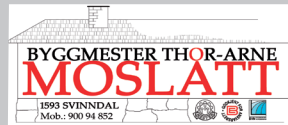
Våler Misjonssamband

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

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.

Velkommen til konsert

Onsdag 15. juni kl 18:30.

Andrea Maini spiller barokkmusikk på det gamle kisteorgelet i Våler kirke.

Gratis inngang



Andrea Maini (født 8. mars 1979 i Bologna, Italia) er kantor i Fjære kirke fra 2004. Han har hovedfag fra Università degli Studi di Bologna (1998-2003) med en avhandling om forholdet mellom nordtyske folketoner og den eldre Edda. Han har studert orgel, orgelimprovisasjon og hymnologi, deltatt i masterclass med Jon Laukvik og Hans Fagius og tatt kurs hos Ian Richards og Trond Kverno. Han spiller også cembalo og har holdt konserter både rundt om i Norge og i Europa. I 2006 startet han Fjærefestspillene med barokk i møte med norske folketoner. Disse stod han for fra 2005 til 2007, sidan har de blitt profilert som St. Ragnvaldsdagene. 25. februar 2020 var han gjest i *Postludium* på Valle Radio.



KJÆRNSRØD

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.

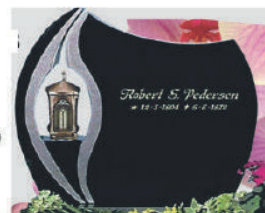
Gravering av nye navn på gamle steiner.
Rensing og oppfriskning av gammel skrift.
Rask levering.

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 fribente!

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/valervelvaresenter



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 |

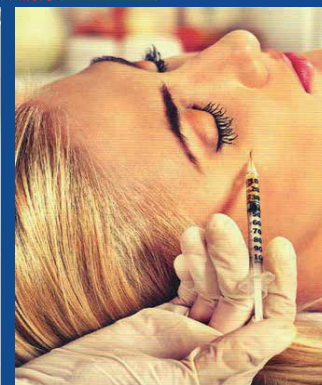


Vestlia 1, 1592 Våler

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




**Finn
Hunstad as**

Telefon: 69 28 60 32

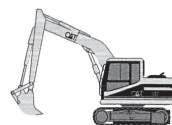
VÅLER GRAVESERVICE AS

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 rensesanlegg




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



Tlf. 69 16 36 33
www.johansenmonument.no
Skjobergv. 206, 1743 Klavestadhaugen.

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



Tlf. 69 25 11 15
www.bentzengravferd.no
Solgaard Skog 4 1599 Moss



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

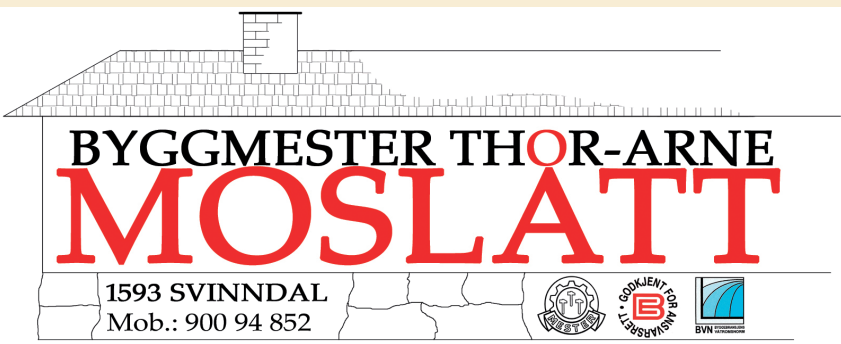
Tlf **69 28 60 00**

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

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

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

Mai

- 15.mai kl 11:00  Svinndal kirke
- 17.mai kl 09:30  Svinndal kirke - 17.mai
Svinndal soul kids deltar
- 17.mai kl 10:45  Våler kirke - 17.mai
Stine Marie Svartdal synger
- 22.mai kl 11:00  Våler kirke
- 26.mai kl 11:00  Svinndal kirke
Kr. himmelfart
Konfirmantjubiläum
- 29.mai 11:00  Våler kirke

Juni

- 05.juni 11:00  Svinndal kirke 1.pinsedag
Jens Solbakken, Trompet
- 12.juni 11:00  Bygdedag. Fellesgudstjeneste på
Bergtunet - felles barnekor,
band, forsangere, Trollskap
- 19.juni kl 11:00  Friluftsgudstjeneste ved
Rødsund bru. Trollskap spiller
- 26.juni kl 11:00  Svinndal kirke

Juli

- 03.juli kl 11:00  Våler kirke
- 10.juli kl 11:00  Svinndal kirke
17. juli  Ingen gudstjeneste
- 24.juli  Ingen gudstjeneste
- 31.juli kl 11:00  Helse- og sosisenterets
kantine

August

- 07.aug kl 11:00  Svinndal kirke
- 14.aug kl 11:00  Våler kirke
- 21.aug kl 11:00  Svinndal kirke
Bandgudstjeneste
Konfirmantene deltar
- 28.aug kl 11:00  Svinndal kirke Konfirmasjon
- 03.sept kl 11:00  Våler kirke Konfirmasjon
- 03.sept kl 13:00  Våler kirke Konfirmasjon
- 04.sept kl 11:00  Våler kirke Konfirmasjon

*Stab og menighetsråd i Våler og Svinndal
ønsker dere alle en fin 17.mai,
en sprek Kristi himmelfart,
en velsignet pinse
og en god sommer!*