

fritidsnytt

UTGIS AV LAG OG FORENINGER I SØGNE, GREIPSTAD OG FINSLAND



**Inn på tunet-tilbud,
kafe og treningssenter
på Øvland gård!**

**Bruk kroppen for
det den er verd!**

**Vi besøker Finmland
barnehage**

Vi besøker elevbedriften
SØGNES POTE TIL HOV!

Tangvall Arena **BOLIG**

Leiligheter med utsikt og gode solforhold
- flere med innglasset terrasse!

Se mer på www.tangvallarena-bolig.no



Ta kontakt
med Cato for
visning på tlf:
996 02 144

Lokalbankfondet

**Nå kan lag og foreninger
søke om midler
i bankens Lokalbankfond**

**Søknader sendes inn elektronisk
på sgsparebank.no
Søknadsfrist 28. februar**

Bestill time for GRATIS KONSULTASJON



Saits Medisinske har et helhetlig behandlingstilbud innen kosmetisk, medisinsk og kirurgisk laserbehandling. Vi tilbyr behandling av åreknuter, fettfjerning, overdreven svette, fjerning av hår og tattoo og mye mer.



Eirik Øvensen
Lege / Karkirurg
Åreknuter
Fettfjerning



Pedro Sait
Ansvarlig lege
Spesialist i
allmennmedisin



Lucija Tadic
Hudpleier
Hudspesialist
og negldesigner og pedikyr ++



Fatameh Najafi
Laserterapeut
Tattoo- og hårfjerning
med laser



Anne-lise Steffensen
Sykepleier
Tattoo- og hårfjerning
med laser

Du finner oss her:

Saits Medisinske - Vestre Strandgate 32, 4612 Kristiansand (2. etasje)

Salongen Langenes - Søgne

Zans Hud og Spa - Flekkefjord

Hudpro Selinas Hudpleie - Froland

Balanse Vibekes Dagspa - Tromsø

Bestill time på Tlf. 380 72 044

www.saits.no

Hvilken **hustype** passer for deg?

En småbarnsfamilie med fem energifulle medlemmer eller nylig pensjonert ektepar, har naturlig nok ulike behov. Hva du ser for deg og hva du har behov for kan vi finne ut sammen. **Vi bygger slik du ønsker!**



 **konsmohus**

www.konsmohus.no

Kontakt: Steffen Aarhus | Mobil: 47 02 16 68 | E-post: saa@konsmohus.no

INNHold



16

Tone Marta var landets første kommunale elevombud

- 6 Inn på tunet-tilbud, kafe og treningssenter på Øvland gård
- 10 Bondens Kolonial og 4640 Søgne en suksess!
- 14 Et fryktelig forlis utenfor Langenes i 1954
- 16 Tone Martha var landets første kommunale elevombud
- 20 Barnehagebesøket
- 22 Vi besøker elevbedriften Søgnes pote til hov!
- 26 Hagetips
- 28 Banken gjør en forskjell og dytter på gode prosjekter
- 30 Vintervarme fra kjøkkenet: Prøv disse enkle og næringsrike favotittene!
- 31 Tre i farta
- 32 Boktips
- 34 La Lastad grendehus få leve - i kommunal regi!
- 36 Bruk kroppen for det den er verd!
- 40 Vi bor på Sørlandet takket være Wilhelm Krag!
- 44 Anne Lines grønne hjørne!
- 46 Godt humør, trening og arbeids glede på Songvaar Vekst!
- 50 Anne Lines grønne hjørne
- 52 Søgne Idrettslag var 90 år i 2024!
- 53 Populært arrangement på Sygna kultursenter
- 54 Glitrende nyttårskonsert på Sygna kultursenter
- 55 Forsvarshistorisk forening i Kristiansandsregionen på Helgøya
- 56 Medlemmer i Fritidsnytt
- 60 **Medlemsaktiviteter**



COPYRIGHT: Avtrykk av tekst, foto og kopiering av annonser og illustrasjoner er ikke tillatt uten etter avtale. Fritidsnytt tar ikke ansvar for mulige feil i annonser eller tekst.

fritidsnytt

Postboks 1047, 4682 Søgne
Giro 3090.14.46268 | Vipps 535829
Org. nr 912 098 338

REDAKTØR:

Ragna Marie Henden
Mob. 918 88 829
ragna.marie@fritidsnytt.no

GRAFIKER:

Randi Myklebust
Mob. 454 04 156
randi@mykleledesign.no

ANNONSER:

Johnny Hansen
Mob. 959 94 997 | jh@medie-salg.no
Svein Kristiansen
Mob. 412 45 789 | post@c-commerce.no
annonser@fritidsnytt.no

SKTIBENTER I DETTE NUMMER:

Anita S. Dietrichson
Anne Line Gangså Tørresen
Annelin Skjellerup Kløvimo
Anne Lise Riseng
Arne Lunde
Frank Solås
Ingunn Greibesland
Jostein Andreassen
Marian Blørnes
Ragna Marie Henden
Vibeke Garmann-Johnsen

Trykk: Ålgård Offset

Distribusjon: Polaris Media og Posten

Opplag: 8.000 - ca 18.000 lesere!

Neste utgave: Distribueres 6. mars

Materiellfrist utgave nr. 2, 2025:

Mandag 10. februar

Forsidefoto: Av Ragna Marie Henden



Vi ønsker en entusiastisk og dyktig annonseselger med på laget!

Send en e-post til:
ragna.marie@fritidsnytt.no



Jevnlige oppdateringer på vår nettside!



Facebook



Instagram



LinkedIn

ER DU GLAD FOR Å FÅ FRITIDSNYTT I POSTKASSA?

Støtt oss gjerne med en gave

535829

Du kan benytte kontonummer **3090.14.46268** eller sende med VIPPS, velg "Send" i menyen og skriv **535829**, eller **Fritidsnytt** i søkefeltet.



VI ER GRASROT-MOTTAKER :)

Du kan sende en SMS med **"GRASROTANDELEN 912098338"** til 60000. (Tjenesten er gratis)



G Grasrotandelen

**Bli lagt
merke til
i bygda di!**



**Gjør kunder
oppmerksom
på hvor du holder til.**



**Informert om
bedriften, fortell om
nyheter og tilbud.**



**Digitale annonser
leder kundene til din
kampanje
og nettsted.**

**Benytt deg av
Fritidsnytt's
annonsekanaler for
å gjøre ditt firma synlig
i Søgne, Greipstad
og Finsland.**

**Annonsfrist nr 2 2025
er 17. februar.**

LEDER

Kjære leser av Fritidsnytt!



Nå er det nytt år og nye magasiner fra Fritidsnytt! Det er også ny redaktør, som prøver å finne ut av det meste, og levere et magasin med et mangfold av saker fra Søgne, Greipstad og Finsland. Det er imponerende hvor mye spennende som skjer blant våre 62 medlemmer. Her er det mange interessante personer i bygdene å trekke fram i intervjuer.

Årets første magasin har artikler med reportasjer fra tilbud og gode eksempler på både aktivitet og mat. Mange av våre medlemmer tilbyr også gode helsebringende aktiviteter innen sport og turer, som kan støtte opp om nyttårsforsetter.

Nye spalter i år

Vi introduserer noen nye faste spalter i år. Først ute er en fast hagespalte som skrives vekselvis av Songdalen hagelag og Søgne hagelag. Så har vi også et «grønt hjørne», hvor klima- og miljørådgiver Anne Line Gangså Tørresen gir oss gode tips fremover. Vi har startet en serie med presentasjon av barnehagene i bygdene. Her håper vi det er mange av fremtidens Fritidsnytt-lesere som kommer på trykk. Vi har også fått Marian Børnes ved Tangvall bibliotek til å anbefale både barne- og ungdomsbøker.

Ny bomring gir fordel av vestkanthandel

Jeg er også blitt daglig leder av Fritidsnytt, med de økonomiske utfordringer som følger med det. Fritidsnytt finansieres i hovedsak av annonseinntekter, og her håper vi annonsører i vårt nedslagsfelt, og også i resten av Kristiansand og Mandal, ser en god markeds kanal i Fritidsnytt. Ikke minst når den nye bomringen trer i kraft 1. februar ved Sørlandsparken. Butikker og næringsdrivende i vestdelen av Kristiansand har nå en unik mulighet til å markedsføre sine tilbud og tjenester.

Plass til flere medlemmer

Fritidsnytt gis ut av 62 lag og foreninger i Søgne, Greipstad og Finsland. Det er plass til flere, som ved medlemskap i Fritidsnytt får spredd ønsket informasjon gratis i magasinet, på nettsiden og i sosiale kanaler.

Støtt oss gjerne!

Fritidsnytt er et gratismagasin. Det hadde vært fantastisk om lesere som setter pris på magasinet som kommer i postkassa kan vippe en liten støtte, gi oss grasrotandelen ved tipping, eller kjøpe en annonse. Jeg setter pris på tilbakemeldinger, og tar gjerne imot tips til reportasjer og intervjuobjekter. Supert også om lag og foreninger kan ta bilder og sende en kort tekst fra arrangementer de ønsker å ha omtalt på nettsiden.

Vi slutter med abonnerer

Vi har nå kun 9 betalende abonnenter, og dette tilbudet koster oss en del mer. Fritidsnytt avslutter derfor denne ordningen fra neste nummer for å spare penger på det.

Posten deler ut i Finsland!

Vi har inngått en avtale med posten om distribusjon av magasinet til alle postkasser i Finsland fra dette nummeret! I Søgne og Greipstad er det Polaris som fortsatt deler ut gratismagasinet i postkasser. Du finner også siste magasin på Innbyggertorg/bibliotek på Tangvall og Nodeland, og fortsatt i noen butikker.

En gladnyhet! 50.000 fra banken!

Til slutt en gladsak! Søgne og Greipstad Sparebank ga Fritidsnytt en gave på 50.000 i januar. Det gir oss en sikkerhet for å produsere årets første magasin, hvor vi rundet årsskiftet med underskudd. En fantastisk håndrekning.

Jeg ønsker alle lesere et riktig godt nytt år, et friluftslivets år, med forhåpentligvis et inspirerende Fritidsnytt!

Ragna Marie Henden
redaktør/daglig leder

**Inn på tunet-tilbud,
kafe og treningssenter
på Øvland gård!**



← De fire boergeitene på Øvland gård er glad i godbiter fra Marit. De har en egen innhengning ved låven, og kan stå ute hele året.

→ Marte Øvrevik Øvland i det koselige kjøkkenet på Låven, som kan leies av lag og foreninger.



– Som ung tenkte jeg at jeg aldri skulle bo på landet. Men nå bor jeg på landet godt planta med begge beina, med mann og tre barn og jobber for å skape min egen arbeidsplass på Øvland gård. Det er spennende og vi trives nå veldig godt, forteller Marte Øvrevik Øvland, som er vokst opp på Hornnes.

TEKST OG FOTO: [Ragna Marie Henden](#)

Fritidsnytt har tatt turen til idylliske Øvland gård i Finsland. Her har Marte og mannen Kim tatt over hans barndomsgård fra tidlig 1900-tallet, renovert og bygget ut både hus og låve. Her har familien bygd opp en gårdsbedrift «På Øvland» hvor de har Inn På tunet tilbud for elever i skolen, gårds kafé, trening, og selskaps- og arrangementslokaler.

– Det har vært krevende og ingen såkalt «dans på roser», men så er det veldig tilfredsstillende å jobbe på og se resultater av en enorm arbeidsinnsats av oss alle og leverandører som har bidratt. Det er mange prosjekter igjen som vi ønsker å få realisert fremover, det står ikke på ideer. Men nå er vi veldig fornøyde med å ha renovert huset og bygget på, revet låven og bygd den opp helt på nytt til gode lokaler for flere formål, forteller Marte.

Stort kjøkken og låvelokaler til selskaper og møter

Vi sitter ved et godt brukt kjøkkenbord som er pusset opp, en fin duk med korstingsbroderier, med stearinlys, hjemme-

lagede søte fristelser og kaffe. Det er god fyr i ovnen, hunden Leia ligger på et saueskinn i en gammel stol foran ovnen og koser seg i det nye store kjøkkenet på låven. Her lager Marte mat og serverer gjester som leier i lokalet på låven, og noen fredager inviterer hun til kafé kl. 11-14. Neste kafé er fredag 28. mars.

– Jeg elsker å lage mat og tilbyr her enkle retter for selskaper på låven, alt fra bryllup, burdagsfeiring, dåp, minnestund, firmasammenkomster og møtelokale for lag og foreninger, inviterer Marte, som også har erfaring fra utelivsbransjen.

I kjøkkenet er det flere bord og sittegrupper, og plass til 15 personer som ønsker et koselig møtelokale. I det store låvelokalet er det plass til 50 personer, som har god utsikt gjennom de store vinduene til vakker natur.

– Her kan de også se solnedgangen, forteller Marte med glød i blikket, og viser også til uteområdet med gapahuken på toppen av bakken, hvor de fyrer opp og inviterer barn og voksne til aktiviteter og bål. →

→ Det store låvelokalet kan leies til alle mulige anledninger og rigges for ønsket bruk.
Foto: Marte Øvrevik Øvland



Nylåven bygget opp av materialer fra den gamle låven

Låven er bygget opp med gjenbruk av materialer fra den gamle låven, og tegnet av arkitekt Sigfreds Tegnstue, i dag Juel Linge Arkitektur. Ekteparet Øvland har lagt ned en enorm arbeidsinnsats selv, og satset stort økonomisk, med noe støtte fra Innovasjon Norge til investeringen, kartlegging og arkitekt.

- Du må få med de to snekkerne våre, som la ned et stort engasjement i jobben, Børge Undheim og Vegard Ropstad, sier Marte. - Det unike med vår nye låve er at vi har gjenbrukt mye av materialene fra låven som ble bygd i 1915, og som vi rev selv. Det krever mer av oss i sortering og tilrettelegging av materialer, og også av snekkerne, men de har vært helt fantastiske, skryter Marte, som nå kan invitere inn på en låve med god gammel atmosfære i vegger, tak og gulv.

Selvforsynt med grønnsaker og kjøtt

På utsiden av låven står fire boergeiter som trives ute hele året, også i kulda.

- De er med på å holde kulturlandskapet, gir oss kjøtt etter hvert, og kan også melkes så vi kan produsere ost. I tillegg har vi nå på vinteren to kaniner, to katter og en hund. Planen er å bli selvforsynt med dyrking av grønnsaker og kjøtt fra egen produksjon. Vi har et drivhus og jordlapper som vi dyrker på rundt huset. Flere av gårdens 1000 mål leier vi ut til bønder som dyrker for her, forteller Marte, som legger til at hun nettopp har bestilt en del frø til årets egenproduksjon av grønnsaker.

Læreren som satser alt på å tilby elever praktisk læring

Marte er utdannet lærer, personlig trener, og har jobbet som lærer i flere år før hun sa opp i fjor sommer og satser alt på å bygge egen arbeidsplass på gården.

- Nå vil jeg satse hundre prosent på gården her med tilbudet «Inn på tunet», hvor vi blant annet tar imot skoleelever som får tilbud om praktiske dager hos oss, med uteliv og gårdsarbeid. Vi har hatt flere elever her med gode resultater. Utfordringen er jo penger i kommunen, men nå satser Kristiansand kommune på dette tilbudet til skoleelever, og har satt av 1 million kroner i år. På Øvland er en av tre gårder i Kristiansand som er godkjent som Inn på tunet gård. De fleste politikerne i formannskapet har besøkt oss, og ser hvor viktig det er at elever med utfordringer kan få komme hit og ha praktiske læredager, sier Marte, med stort engasjement for skoleelever.

«Best av alt i hele verden!»

- Ikke alle elever klarer å utnytte tilbudet i skolen og har stor nytte av et gård-skole-tilbud. Som en av elevene sa om dagene på gården «Best av alt i hele verden!» Barna i dag har et enormt press på skolen, aktiviteter utenom og mange bruker mye tid på skjærmer. Jeg ser barna har en enorm glede av å være her på gården, få være ute i naturen, sammen med dyr, leke og lære gjennom praktisk arbeid. Skuldrene senker seg, de føler seg viktige og det er viktig for den psykiske helsa. Høner og hønsehus står på planen fremover, og her ønsker jeg å involvere barna i planlegging og gjennomføring fra starten til vi har høner som legger egg. Det er en god læreprosess, sier læreren.



Som en av elevene sa om dagene på gården «Best av alt i hele verden!» Barna i dag har et enormt press på skolen, aktiviteter utenom og mange bruker mye tid på skjermer.

Tilbyr trening og personlig veiledning

I vinter har Marte også startet opp med treningstilbud og personlig veiledning. Låven rommer også et eget treningsrom, hvor hun tar imot kunder og gir veiledning. – Flere har tatt kontakt og er i gang med trening på «lævetreningssenteret». Jeg er også fleksibel og reiser gjerne hjem til folk, og kan trene andre steder, og ta med folk ut i naturen, sier personlig trener Marte, som med det skaper seg flere bein å stå på inntektsmessig. Fritidsnytt ser også at treningsrommet på låven har inspirerende fin utsikt med store vinduer, og en kan følge med på boergeitene utenfor.

Møteplass i bygda

– Kim og jeg håper å kunne utvikle og tilby På Øvland til å bli en fin møteplass i bygda. Bondelaget skal ha møte her, flere lag og foreninger er velkommen, og kafeen er et fint samlingssted for pensjonister, foreldre i barselpermisjon og folk fra andre steder som ønsker å komme hit for å oppleve

det vi synes er fantastisk her, naturen, dyreliv og en god atmosfære, inviterer Marte.

Finsland er ei trivelig bygd

– Finsland er ei trivelig bygd, folk her heier veldig på oss som satser, skolen på Finsland er veldig bra, her bor vi skikkelig på landet i nærheten til natur, og veien er kort til bysentra, bare 30 min til Tangvall, Kristiansand og Vennesla, og 40 min til Mandal, reklamerer Marte, som flyttet til Finsland med familien i 2016.

– Det er fint å ta vare på familiegården, det betyr også mye for Kim som har hatt gården i familien i flere generasjoner. Og vi ønsker å legge ned en innsats slik at våre barn kan ta over en veldrevet og godt vedlikeholdt gård, sier hun. Kim jobber fullt hos Nye Veier og sikrer familien fast inntekt.

Gården er nå allerede utstyrt med solfangere som gir egen strømproduksjon, og huset varmes opp med vannvarme i gulvene, som produseres av en vedkjele som fyres opp en gang om dagen med ved fra egen skog. Den gir også varme til varmtvannet.

Fritidsnytt har merket seg at det er «gul stripe» på veien nesten helt fram. Fra Jokerbutikken i Finsland er det bare litt smalere vei mot Øvland, hvor det gjerne kan stå et skilt til gården. Vi heier på familien Øvland som satser «På Øvland»!



→ Mer informasjon om På Øvland



↑ Marte er personlig trener og inviterer kunder til "treningscenteret" På Øvland.



↑ Marte viser stolt fram den nybygde låven på Øvland gård.



↑ Far og sønn Pettersen, Terje og Toralv driver butikken Bondens Kolonial sammen. Her selger de et godt utvalg lokale produkter, supplert med varer fra produsenter i regionen. Her foran brus fra Grimstad brusfabrikk og eplemost fra Stauslandstunet gård.

Bondens Kolonial og 4640 Søgne en suksess!

Rett før jul kom det opp et bygg ved Tangvall gård med skiltet Bondens Kolonial. Her har Terje Pettersen og sønnen Toralv startet utsalg av kortreiste og lokale varer fra bønder i Søgne og omegn. Søgnebønder samarbeider om produksjoner og selger varer under felles merke, 4640 Søgne.

TEKST OG FOTO: [Vibeke Garmann-Johnsen](#)

— Utsalget åpnet et par uker før jul og hadde 100 kunder om dagen. Interessen har vært stor, og vi opplever at tilbudet blir tatt godt imot, sier Terje og Toralv.

Bondens Kolonial ligger veldig sentralt på Tangvall, med mange parkeringsplasser. Her er det åpent for salg hver dag.

Til våren blir det et uteområde med salg av grønnsaker.

- Vi har storfe, gris og lam, så da skal vi ha lokalproduisert grillmat til sommeren som kommer fra mine og andre samarbeidspartneres dyr. Vi produserer også saft og eplemost på gårdene som vi selger, og skal nå også i gang med å produsere øl, forteller Terje.



↑ Bondens Kolonial ligger veldig sentralt, og det skal være nok parkeringsplasser der, så det blir nok en populær butikk. Et godt bidrag til andre matbutikker i Søgne.

- Bondens Kolonial leverer også varer til restauranter i byen. Flere og flere er opptatt av å kjøpe fra oss fordi vi kan levere samlet mange av produktene de trenger, og de slipper å kontakte flere leverandører, sier butikkeieren. Han forteller at med et samarbeid på salg og markedsføring, så er det lettere å være leveringsdyktige over tid med mange leverandører å spille på.

Leverandører til utsalget

Per Try har drevet Stauslandstunet gård i en årrekke, og leverer nå eplemost, poteter, grønnsaker og bringebærsaft til butikken.

Slakteren i Søgne er kommet med i 4640 Søgne med videreforedlet kjøtt fra bønder i området. Repstad gård har Høylands storfe og Lars Erik Eikås har griser. Skudenes gård, også kalt vingården, er med, og leverer blant annet honning og vin.

- Vi tar inn produkter også fra andre gårder utenfor Søgne. Det er blant annet syltetøy fra Røyland gård i Iveland og osteprodukter fra Tjamsland gård i Birkenes. Det er oster som har vunnet i verdensmesterskap i sin klasse. Vi tar inn kvalitetsprodukter som ikke produseres i Søgne, og er interessert i flere som kan levere til oss, sier Terje.

Samvirkeprosjektet 4640

Fritidsnytt var hos Terje Pettersen på Tangvall gård i 2014. Han var da i gang med å skape et samvirkeprosjekt, 4640 SØGNE.

- Tanken var å skape et samarbeide mellom matprodusenter i Søgne og satse på kortreist mat. Det har gått veldig bra, forteller Terje Pettersen. Samarbeidet mellom gårdene har blitt intensivert etter utsalgsprosjektet.

Sau- og grisebonde

Selv driver Terje Pettersen med sau og gris. - Vi har økt besetningen av sau fra 65 i 2014 til 150 vinterforede sauer nå i år, forteller han. Det er av rasen gammelnorsk spelsau.



↑ Terje Pettersen blant spelsauene i 2014. Den gamle spelsauen er villere enn vanlig sau. En må få dens tillit for å kunne nærme seg den. Skinnet har bedre kvalitet enn fra vanlig sau. Det er varmere og vannavstøtende og brukes til mye, blant annet babyposer.

Det er den norske ursauen. De fleste vanlige spelsauer ble krysset med islandske sauer på 70-tallet, på grunn av satsing på økt kjøttmengde, mens gammelnorsk spelsau er regnet som den best bevarte originale sauerasen i Norge, forteller sauebonden.

I fjor høst starten han med svineproduksjon, og samarbeider med Slakteren i Søgne om foredling av kjøttet.

- Slakteren produserer skinker, forskjellige typer pølser, ribbe og bacon, som vi også har til salgs hos oss i butikken. Vi hadde lyst å lage langtidsmodne skinker som ble produsert lokalt i Søgne, da måtte de gårdene som har mulighet komme i gang å gjøre det. Vi får produsert lammepølser hos slakteren i Søgne, og her trenger han også svinefett i pølsene, så de ikke blir for tørre, forteller han.

Terje tenker å ta inn frilandsgriser på sensommeren og ha de utover høsten. Noen har kanskje merket lukten av gris. Han har fått noen reaksjoner på lukten, men han har hatt reksjoner på sauene også, og synes at en må regne med lukt fra dyr når en driver gård midt i sentrum, og arealene er regulert til dette formålet.

Bevissthet og trend øker interessen for kortreiste varer

- Det er mer bevissthet i dag, særlig etter korona, om å være selvforsynt. Folk er også mer interessert i kortreist mat med tanke på at det sparer miljøet for forurensing med transport. Måten mange produkter er laget på, med flere tilsetningsstoffer, har med lang reiseavstand og lang holdbarhet å gjøre. Kvalitet har mye med ferskhet å gjøre. Kortreist er en måte å beholde dette på, og vi håper kundene setter pris på vårt kortreiste varetilbud fremover, sier Terje og Toralv Pettersen i Bondens kolonial.

Vi heier på prosjektet og ønsker lykke til.



GRATIS
LEVERING



Foto: Pinelli - Miele - SMEG - BEHA

Snakk med oss når du trenger elektronikk til hjemmet!

Alltid gratis levering av hvitevarer og TV til Søgne, Songdalen og Finsland.
Vi kan også ta med ditt EE-avfall, uten ekstra kostnad.

Rolfs Elektro



Rolfs Elektro AS · Telefon 38 17 92 00 · rolfsselektro.no

Scan kode for å komme til vår nettbutikk.

Strai

KJØKKEN

ETB. 1929

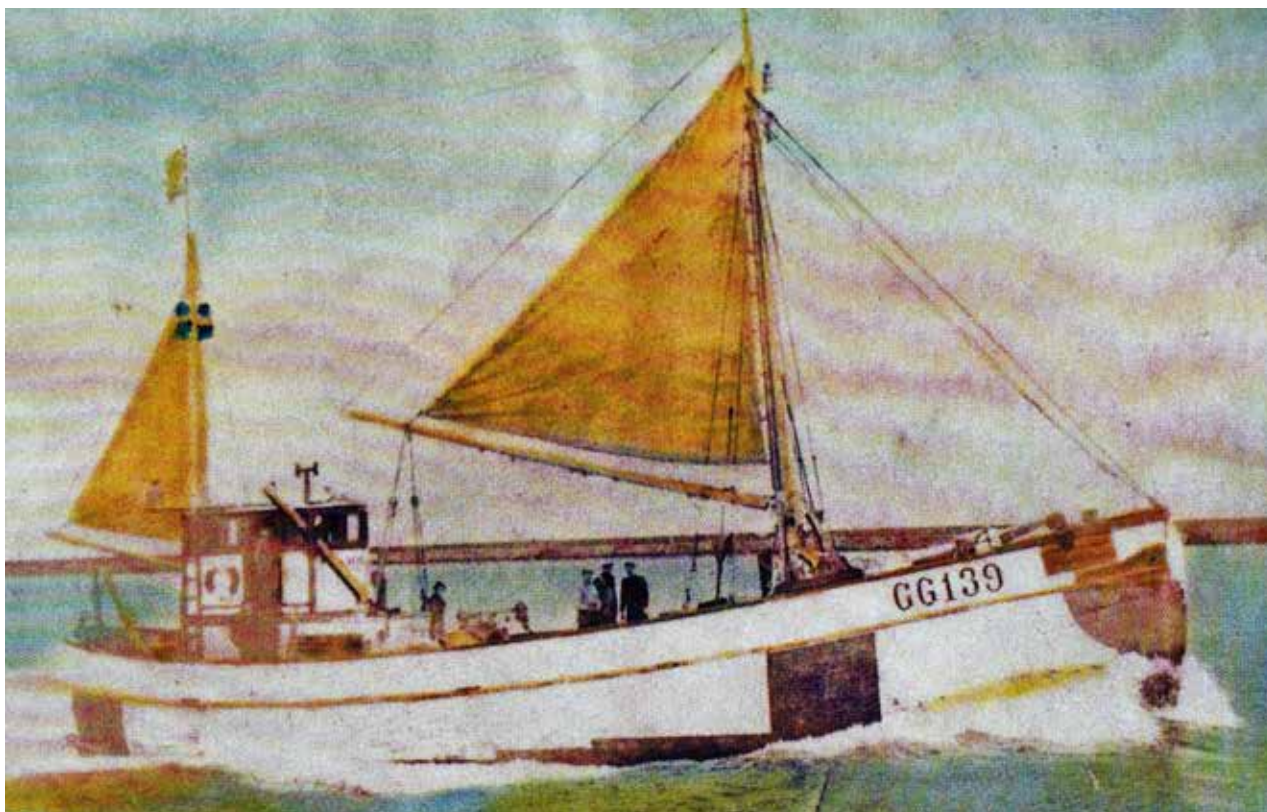
Norsk håndverk siden 1929

I snart 100 år har vi hatt fokus på kvalitet og håndverk. Vi designer kjøkken for alle livets faser, enten du foretrekker det klassiske og elegante eller det moderne og stilrene.

Strai Kjøkken Kristiansand AS • Avenyen 32 • 4636 Kristiansand S • 47 45 20 00 • kristiansand@strai.no

Et fryktelig forlis utenfor Langenes i 1954

TEKST OG FOTO: Jostein Andreassen



↑ Skuta "Miriam GG 139" av Öckerö ved Gøteborg, som forliste ved Mågeskjæret utenfor Langenes i mars 1954. Alle de seks unge mennene om bord omkom, og 10 barn ble farløse.

Klokka er 02 på natta. I tussmørket høres nødrop over Farsund radio: Den svenske skøyta "Miriam GG 139" med seks mann om bord er i havsnød. I nærheten av Oksøy fyr, blir det sagt. Så blir det taust.

Torsdag 4. mars 1954 er nettopp begynt. Siden 23. februar har snøen lavet ned. Når nødropet kommer, er det kuling av nordost, tett snøtjukke og dårlig sikt. Et isbelte volder problemer for skipstrafikken nær kysten.

Leting

Fire skip går raskt ut fra Kristiansand havn for å lete. Det er minesveiperne "Rana" og "Vorma" samt slepebåtene "Alfa" og "Reidar". De undersøker farvannet utenfor Flekkerøya, men på grunn av den dårlige sikten og all isen, må de gi seg etter fire timer, men uten resultat. Noe senere melder imidlertid Flekkerøy-mannen Sigurd Olsen at havaristen ligger for-

list like vest for øya, innenfor Mågeskjæret nær Langenes. Deretter, tidlig på dagen, får så fiskehandler Bernt Johnsen i Isbua på Langenes telefon fra Havnevakta i Kristiansand. En svensk fiskeskøyte med seks mann om bord var savnet. Else Helene Pettersen på kontoret tar telefonen. Hun går på ski hjem til sin far Petter vest på Pålsneset og gir beskjed.

Skøyter drar ut

Han drar da tilbake på ski og henter sin nevø, 15-åringen Ove Pettersen, som dette året er med ham og tråler reker på Songvårfjorden med skøyta "Agder" VA-83-S - denne lå i Paradisbukta vest for Romsviga pga isforholdene. Erling og Marius Pettersen drar også ut med skøyta "Hellevig".

Da de kommer utover mot Mågeskjæret, får de øye på havaristen. Det var et grufullt syn, forteller Ove. Han er en av de få gjenlevende vitnene. Skuta var sunket. Tydeligvis var

den kjørt rett på Brydeskjæret like innenfor og slått et stort hull i baugen. Nå lå den på bunnen, bare de to mastene var synlige over vann. Det var ikke tegn til liv. Det ble søkt etter overlevende og vrakgods fra sjø, holmer og på land. Tomas Trysnes og den 11-årige sønnen Torbjørn gikk siden ut fra Trysnes mye lenger vest og soknet ved Uvær, men de fant bare noen fiskekasser som lå og drev.

Frosset ihjel

Senere på dagen ble tre forulykkede svensker funnet i skjærgården borte ved Tregde. De hadde på seg redningsvest, men trolig hadde frosset ihjel i det kalde vannet. Senere ble lett båten til "Miriam" funnet så langt borte som mellom Karmøya og Utsira! Den var blitt tatt av strømmen som går lange Norskekysten. Det viste seg at den var blitt låret fra skuta, men ikke tatt i bruk, for årene lå fastbundet på sitt rette sted.

Fryktelig ulykke

Dette var en fryktelig ulykke som gjorde sterkt inntrykk. Det ble diskutert og krevd at Redningstjenesten her burde bli mye bedre. "Miriam GG [Göteborg] 139" var hjemmehørende på ei øy like utenfor byen, Öckerö. De tre som ble funnet, ble sendt hjem i kister og gravlagt. De omkomne var: Skipper Gösta Arnold Roland Jansson, 37 år, Göteborg, Yngve Karlsson, 35 år og Ragnar Kristenson, 30 år, Erling Andreasson, 36 år, alle Öckerö, Erik Hermansson 32 år og Leif Steiner, 23 år, begge fra naboøya Hörnö. Alle var gift og hadde 10 mindreårige barn til sammen. Skuta var på vei til Vikingbanken ute i Nordsjøen for å tråle kolmule.

Besøk fra Sverige

I mai 2024 ankom to svensker fra Öckerö til Ove Pettersen



↑ De to besøkende svenskene Stig Utbult (t.v.) og Roland Olausson fra øya Öckerö utenfor Goteborg. De står med kransen som ble lagt vannet utenfor Langenes der forliset skjedde.



↑ Fra "Göteborgsposten" med bilde av de omkomne.

på Langenes, det var Stig Utbult (bror av Roland Utbult, den kjente sangeren, som er fra øya) og Roland Olausson. Disse var i nær slekt eller i nært kjennskap til de forulykkedes familier. Dermed var vi noen som dro ut til skjæret der båten forliste, Brydeskjæret, nå også kalt "Miriam-skjæret", og la en krans i vannet. Det var en gripende opplevelse for oss alle, og hos noen kom tårene. Men samtidig følte vi at nå var ringen sluttet. Dette var en skandinavisk forbrødring på sitt beste! Til våren drar vi noen stykker til Sverige og besøker våre nye hjertevenner.



↑ Kransen til minne om de seks forulykkede med Brydeskjæret i bakgrunnen. Her like innenfor Mågeskjæret fant ulykken sted i mars 1954.



→ Tone Martha Sødal har vært elevombud i 9 år, og trives i en krevende jobb til beste for mange skolebarn og foreldre. Stillingen ble først opprettet av Søgne kommune, som den første i landet i kommunal regi.

Tone Martha var landets første kommunale elevombud

Tone Martha Sødal fikk jobben da Søgne kommune etablerte landets første kommunale elevombud av sitt slag i 2016. Hun jobber i dag i hele Kristiansand kommune, for elever i 1.-10. klasse. Fritidsnytt har tatt en prat med Tone Martha i hennes lyse og trivelige kontor i Innbyggertorget på Tangvall.

TEKST OG FOTO: [Ragna Marie Henden](#)

J a jeg har verdens fineste kontor her på Tangvall, sier Tone Martha. I vinduskarmen blomstrer orkideer som trives veldig godt og kommer igjen med nye blomster. Det er store vinduer med utsikt til deler av Tangvall. Men fra blomsterprat kommer vi raskt inn på mer alvorlige temaer som engasjerer Elevombudet sterkt.

Mer vold i barneskolen

- I løpet av de ni årene jeg har jobbet og bygget opp denne stillingen så ser jeg noen litt skremmende negative trender. Det er mer vold i barneskolen spesielt. Det er også en økning av barn med diagnoser som sliter med å finne sin plass i fellesskapet. I ungdomstrinnet er det tendenser til mer rus og tøffere miljø. Flere barn sliter med økt fravær i skolen, spesielt etter pandemien. De vil på skolen, men får det ikke til. Og mobbetallene går opp over hele landet, forteller Tone Martha.

- Det er flere 5, 6, 7-åringer som utagerer mer, slår og sparker, og sier stygge ting til hverandre og til voksne. Dette handler ikke om barn som er «slemme», men om barn som ikke alltid finner andre måter å uttrykke seg på. Jeg snakker med barn som både slår og blir slått, og de sier at dette ønsker de ikke. Her trengs det mer tidlig innsats, mener Tone Martha.

- Men det er så store økonomiske utfordringer i skolen at det er til å bli gal av. Nasjonale beslutningstakere må snart skjønne at det er helt, helt nødvendig å satse mer på barnehagene og skolene. Alt vi investerer i tidlig barndom får samfunnet tilbake ti ganger, sier et engasjert elevombud, og henviser til forskning fra Nobelprisvinner i økonomi James Heckman.

Lærere må få medalje

- Når det er sagt, så er det mange flotte ansatte i skolen som skulle hatt medalje, både lærere, fagarbeidere og assistenter. Men ressursene strekker ikke til. En lærer har ansvar for

alle sine elevers ve og vel på skolen – med alt det det innebærer, både sosialt og faglig. Vi trenger flere miljøarbeidere og ekstra øyne og hender til de elevene som trenger det. I en stor klasse er det ofte noen elever med ulike diagnoser eller behov som krever ekstra, og som det er umulig for en lærer å følge opp helt alene. Jeg håper snart politikerne våkner og ser dette, og gir elever, lærere, skole og barnehager den støtten de trenger. På sikt blir det veldig dyrt for landet når sårbare barn og ungdom blir voksne og ikke makter å bidra i samfunnet på en positiv måte, mener vårt engasjerte elevombud.

Hva tror du er årsaken til den negative utviklingen?

- Jeg tror for eksempel ikke vi ante hva vi gjorde da skolene ble stengt ned i pandemien i 2020. Jeg var skrekkslagen med tanke på konsekvensene den gangen, og advarte alle som ville høre på. Barn som hadde det dårlig hjemme måtte være hjemme og fikk det verre, de mistet det faste punktet og lyspunktet skolen og venner der ga. De ensomme ble mer ensomme og fikk det verre med å komme seg ut igjen og delta i fellesskapet. Det å være hjemme ble mer vanlig, og noen mista «driven» på å komme seg på skolen, som var mer en selvfølge før, tror hun.

Svarer raskt på egen telefon for Elevombudet

Tone Martha har to telefoner. En privat og en for jobb, der barn og foreldre kan ringe henne, og gjerne sende en SMS om hun er opptatt og ikke kan svare. - I skoleåret 2023-2024 hadde jeg 4157 kontaktpunkter med elever og foresatte i 222 enkeltsaker. I tillegg håndterte jeg 269 andre henvendelser. Jeg samhandler også med en rekke offentlige og frivillige samfunnsaktører, forteller Tone Martha, og viser til fjorårets rapport og statistikker, som ligger på nettsiden til Kristiansand kommune. →



↑ Tone Martha har lyst og trivelig kontor i Innbygger-
torget på Tangvall. Her trives også orkideer som
stadig kommer igjen med nye blomster.



«Hva gjør jeg når
1. klassingen sier til meg:
«Bitch, jeg skal fucke deg?»

Fagarbeider

«Jeg går i 7. klasse.
Det startet i 3. klasse.
Så det har vart litt lenge.»

Jente (13) som blir slått på skolen.

«Du har jo reddet livet
til ungen min. Sånn helt
på ordentlig»

Mamma til gutt (12)

- Det er oftest foreldre som ringer og er fortvilet over hvordan barnet har det på skolen. Noen er sinte, noen har behov for å gråte, noen for råd, og noen ønsker at jeg er med i møte med skolen og barnet. Så inviterer jeg barn til møter, enten her, hjemme, eller det som passer barnet best, det er helt frivillig. Vi prater, spiller gjerne litt spill, jeg forklarer at jeg har taushetsplikt, og det er opp til barnet om de vil fortelle noe. Så er det barnet, sammen med foreldrene, som bestemmer om jeg skal kontakte skolen for tiltak, det må de i tilfelle signere på. Er det snakk om liv og alvorlig helse, så er saken en annen. Jeg samarbeider godt med PP-tjenesten, ABUP og skolene, forteller Elevombudet.

Elevombudet er uavhengig kommunal administrasjon

- Det er viktig å få fram at min jobb er uavhengig, det er det som er et ombud, at jeg ikke er en del av en kommunal avdeling. Jeg har taushetsplikt. Mandatet kommer fra bystyret i Kristiansand. Fra 2016 har jeg bygget opp egne systemer, samt eget arkiv der hverken skole eller oppvekstledelse har innsyn. Det skal være sikkert for barn og foreldre å ta kontakt med meg. Noen barn og ungdom er redde for å bli tatt for å være sladrehanke, såkalte snitchere, og redd for å fortelle hvordan de har det. Her er det viktig for meg å si at jeg har taushetsplikt og jeg tar ikke kontakt med skolen uten at barnet ønsker det, presiserer Elevombudet.

- Vi har en viktig lov i Norge som sier at barn har rett til å ha det trygt og godt på skolen. Mitt mandat er å bidra til tiltak og lytte til barn, foreldre og skole for å bidra her. Mitt mål er å hjelpe så skolene blir et godt sted å være for alle, sier Tone Martha.

Blir ikke sjokkert lenger

- Jeg har snakket med hundrevis av barn og unge gjennom disse ni årene som elevombud. Det er mange triste ting jeg får høre, og mange har det tungt. Men ingenting sjokkerer meg. Det er ingenting jeg ikke tåler å høre. Disse barna, de setter seg fast i hjertet mitt. Jeg blir glad i dem! Og i foreldrene deres også. Jeg er også glad for at jeg er «en voksen dame», for å si det sånn. Det er absolutt ikke alt Elevombudet skal eller kan fikse. En må vite hva en kan gjøre noe med og ikke. Så blir jeg imponert over mange tøffe barn og ungdom, og jeg blir tatt av hvilken kraft de har, og hvordan de klarer seg tross alt i vanskelige situasjoner, sier et engasjert medmenneske for barn og unges beste.

Avreagerer med karate

Tone Martha som hører mye leit fra andre mennesker må også innimellom legge det vekk og avreagere. - Det gjør jeg gjerne med turer, yoga, gå i kirken, treffe venner og ikke minst med karate. Det begynte med at jeg fulgte en av våre tre døtre på karatetrening, og i stedet for å bare passivt sitte der og se på, så begynte jeg også selv. Det er helt suverent. Når jeg kommer inn i dojoen, som vi kaller treningsarenaen i karate, så får jeg fri i hue og tankene slipper taket, forteller karatemesteren, som nå har 2.Dan i svart belte.

Digger Søgne med fin natur og fine folk

- Jeg har en fantastisk jobb, og bor på en fantastisk plass i Søgne. Jeg digger Søgne hvor vi bor etter flere år i London og Oslo. Her er det mange fine folk, vi bor på et nydelig sted i nærheten av Helleviga med havutsikt i en fantastisk natur, sier Tone Martha, som er oppvokst i Kristiansand. Mange har også glede av hennes vakre sangstemme, og hun har blant annet sunget i Kilden Vokalensemble.

Tone Martha står på og gjør en fantastisk jobb som elevombud for våre barn og unge som trenger hennes stemme og innsats. I dag har alle fylker i Norge elev/mobbe/læringsombud, men få kommuner. Tone Martha har drevet kommunalt nybrottsarbeid og har også gitt råd til kommuner som kommer etter.

Tangvall

ARENA

21

SPENNENDE BUTIKKER
VENTER PÅ DEG!

Velkommen til Tangvall Arena!


URBAN PIONEERS
Concept Store

Normal

SKIN
tonic

ELKJOP

POPPIS
BARNETRY

Billy

babybanden
outlet

Deven's
Café

MIX
DAGENS HØYDEPUNKT

DIAMANT
— Huset —

Dressmann

edgars
BAKERI KONDITORI
1906

O'Learys

YELLOW

Blomsterverkstedet

Sport » Outlet

VERO MODA

PRINCESS

SHARP
BARBER SHOP

ROYAL ELEGANCE
BEAUTY CLINIC

nille



Få månedens beste
tilbud og nyheter!

Skann QR-koden og meld deg
på vårt nyhetsbrev i dag.

Åpningstider for senteret:
10 - 20 (10 - 18)

Noen butikker har avvikende åpningstider.
Se mer på www.tangvallarena.no

Finsland barnehage

Finsland barnehage er en av fem kommunale barnehager i Songdalen.

TEKST OG FOTO: [Arne Lunde](#)

Finsland barnehage ble etablert i 1997 og holdt da til i bedehuset. Dagens bygg er fra 2013 og er bygget for formålet, noe som gir oss flotte muligheter og god plass for ulike aktiviteter, forteller Ragnhild Aasen, enhetsleder i barnehagen.

Også utendørs er det mange muligheter for lek og turer

- Vi er ganske unike når det kommer til uteområder, nå som det er snø har vi flere akebakker å velge på, både inne på barnehagens område, og utenfor. Grunneierne er veldig positive til at vi kan få bruke skogen og jordene rundt barnehagen til alle årstider, forteller Aasen som har vært leder i barnehagen i 15 år. Barnehagen har for tiden 46 barn fordelt på tre avdelinger og 13 årsverk fordelt på 15 ansatte.

- Vi har en veldig stabil stab med lite gjennomtrekk, noe som selvsagt er positivt for miljøet i barnehagen. Det er et godt utgangspunkt for å skape trygge rammer for barna. I år skal vi ha fokus på barnas medvirkning, og at de er en del av samfunnet, at vi alle har et ansvar for å skape et godt og trygt miljø. Det er noe alle barn har rett til, understreker hun. Finsland er bygda som troner «på toppen» av Kristiansand og som har lengst vei til sentrum. Det forhindrer ikke at de største barna får være med på bytur.

- Vi var på tur til byen før jul for å oppleve stemningen med julelys og pynt, og så har vi vært på Kunstsilo! Aquarama blir også besøkt, da handler det om tilvenning til vann, opplyser Ragnhild Aasen.

Finsland barnehage er en heldagsbarnehage og kapasiteten er opp til 76 barn.

→ Ragnhild Aasen, enhetsleder i barnehagen.



Årets første besøk gikk til Finstrand barnehage hvor det var full vinter da vi var på besøk i starten av januar. Tema måtte da dreie seg om vinter og lek i barnehagen.



AKSEL ÅSLAND, 5 ÅR



Jeg renner på akebrett i barnehagen, jeg har aldri kræsja. Jeg lager snømann sammen med noen andre, den har kropp og hode. Vi bruker bare snø. Hjemme går jeg på ski. Inne spiller jeg sneglespillet. Sommer er best.



ODA AMALIE SPIKKELAND, 5 ÅR



I barnehagen leker jeg med alle – vi kan leke det vi vil. Jeg leker familie med Emmy og Oliane. Jeg vil helst være mamma. Jeg leker familie hjemme også, med Benjamin, det er min storebror. Mamma kan også være med. Hun vil være tante.



EMMY HAUGEN ØVLAND, 5 ÅR



Jeg aker med snurreakebrett, jeg blir ikke svimmel. På hytta går jeg på ski, jeg sover i køyeseng der. Å gå på ski er det gøyeste, jeg ramler ikke. Det er en kjempestor bakke bak hytta. I dag skal jeg på hytta til bestemor, jeg har ikke vært der før. Hele familien skal gå på ski.



OLIANE MJÅLAND, 5 ÅR



Jeg lager snømann, det er vanskelig å få til runde snøballer. Snømannen får steiner til munn og øyne og gulrot til nese. Jeg lagde snøborg av snøballer, den står ennå. Og så aker vi på brett, jeg er aldri redd, jeg bremser med beina.



LAILA C.L. WINGE, 6 ÅR



Jeg har laget snømann om kvelden, sammen med mamma og storesøster, vi lagde den av snøballer, den ble enorm! I barnehagen aker jeg med rompeakebrett, jeg får veldig god fart. Det er bare supergøy!



SANDER SPIKKELAND, 5 1/2 ÅR



Det er gøy å ake i bakken i barnehagen. Jeg krasja med Noah, men det gikk greit. Vi lager snømann og vi kaster snøball på blink. Vi leker inne også, med biler.



NATANIEL DUTTON, 5 ÅR



Jeg aker på brett i barnehagen og med kjelke hjemme. Når jeg er inne spiller jeg Ninjago på Nitendoen. Jeg lager snøballer og kaster på meg selv. Noen ganger lager jeg snømann, da må jeg få hjelp av noen voksne. Snømannen har gulrot til nese.



SILAS ANDRE C. STALLEMO, 5 ÅR



Jeg aker. Hjemme leker jeg med storebror og storesøster, vi aker hele tiden. Av og til kræsjer jeg og slår meg. Jeg er både barn og storebror for vi har en baby hjemme. Han er 0 år og han heter Solian.



NOAH LØLAND, 5 ÅR



Om vinteren leker vi «Verdens beste konge». En er konge, to er vakter og resten er tyver. Kongen sitter bare i stolen, eller kanskje han ligger i senga, han er alltid forkjølet. Jeg vil helst være vakt som passer på tyvene. Jeg aker med brett i barnehagen, og noen ganger med en presenning, da kan vi være ganske mange. Jeg liker best vinter.



JULIE TISLAND FLØRENES, 5 ÅR



Det gøyeste med vinter er at nissen kommer. Jeg fikk bamse til jul, to stykker. Jeg tror jeg har 20 bamser hjemme. Teddy er favoritten. Jeg renner med brett og med kjelke. Kjelken har ratt sånn at jeg kan svinge. Jeg kræsja med vilje i en snøhaug.



↑ Hesten Leo har gode venner i elevene på Naturbrukslinja ved Søgne videregående skole. De tilbyr blant annet ridetimer i elevbedriften "Søgnes pote til hov".
Fra venstre: Frida Hortveit, Leo, Evelina Dueland, Ingrid A. Lohne, Mira Venheim og Leah Solberg.

Vi besøker elevbedriften Søgnes pote til hov!

Elevbedriften «Søgnes pote til hov» har invitert Fritidsnytt til bedriftsbesøk på Søgne videregående skole ved Prestegården. Vi kommer ilende ved slike invitasjoner!

TEKST OG FOTO: [Ragna Marie Henden](#)

Det er 15 jenter på Naturbrukslinja ved Søgne videregående skole driver «Søgnes pote og hov». Her får hunder kjærlig vask og stell, og barn og voksne kan få ridetimer og turer med hest, og også komme og hilse på smådyrene på skolen.

- Det er mye læring i å starte og drive en bedrift, om økonomi, hvordan vi kan tjene penger og kundebehandling, forteller Sarah Borøy, en av bedriftseierne. De startet bedriften i fjor høst, og har drift fram til sommeren.

Pengene de tjener skal brukes til en felles tur før sommeren som er heste- og hunderelatert. Hvor turen går er ikke bestemt enda.

Jentene går på Naturbrukslinja vg2 ved Søgne vgs, og har både teoretiske og praktiske fag, men det er tydelig at timer med dyr og praksis er veldig gøy.

Gode råd til hundeeiere

Jentene som driver mest med hund gir gode råd til hundeeiere nå i vinter.



↑ Rotta trives godt på skuldra til Mira Venheim.
← Evelina Dueland med en kosete chinchilla.



↑ Elevene viser fram den store fine ridehallen ved skolen.
↓ Frida Hortveit med en av kaninene i smådyrrommet som liker kos.



I Søgnes pote til hov tilbyr de vask og stell av hund, ridetimer, spa dag for hest, stallekurs, hengertrening og turer med hest.

- Det er viktig å vaske potene nå etter hver tur ute. Veiene saltet og potene blir fulle av salt. Det kan skade selve poten, og så slikker gjerne hundene potene, og får i seg mye salt, som er meget uheldig, sier Ingrid A. Lohne, som er en av flere som har hund som spesialie.

Vi får være med å se et kundebesøk i dag. Hunden Sayo får godt stell og vask av flere i bedriften, og ser ut til å nyte behandlingen. Her børstes først hunden fri for mange floker, og så er det opp i badekaret med dusj og sjamporing etter alle kunstens regler. →





← Her er det hunden Sayo som er kunde i elevbedriften "Søgnepote til hov", og nyter godt stell og vask av Sarah Borøy (fv) og Mona Nathalie Rekdal.

Her tilbys også hundelufting, trening, kloklipping, øre-apping og hundebarnehage.

Gode råd til nybegynner hest

Jentene som driver med hester viser oss stallen med mange dyr av ulike raser. Her er skolens hester og noen som leier bås. De får de godt stell, mye kos, og stemningen er trygg og rolig i båsene.

I Søgnepote til hov tilbyr de ridetimer, spa dag for hest, stallekurs, hengertrening og turer med hest.

Mange barn drømmer om å ri på hest, og jentene gir gode råd til foreldre. De mener det er viktig for barn å begynne gradvis å ri, og på en trygg og rolig hest i starten. – Det er mye mer arbeid med hest enn en tror. Alt fra å møkke båsene, børste og trene hesten jevnlig, gi mat og vann hver dag, og se til hesten. Men – det er koselig med dyr, og terapi å være sammen med dyr, sier Mona Nathalie, en av elevene. Alle er tydelig veldig glade i dyr og har satset på det. Noen har også egen hund eller hest.

Besøk hos smådyrene

I et eget rom på skolen får vi se smådyr og fugler. Her er det rotter, marsvin, kaniner og kanarifugler. Jentene viser fram dyrene som er tydelig godt tamme og liker kos. Elevene lærer om smådyr i undervisningen, og kan komme her og kose og stelle med de.

Fremtidsplaner

De 15 jentene har ulike tanker om veien videre etter Søgne vgs, og de fleste vet ikke helt enda. Noen vil fortsette som lærling på skolen, andre vil i militære, noen skal ta på-

bygning med studiekompetanse og noen drømmer om å starte egen bedrift etter hvert.

Vi ønsker lykke til!

Kontaktinformasjon til Søgnepote til hov:

sognespotetilhov@gmail.no / mobil: 92 16 43 12

Instagram med prislister: sognes_pote_til_hov

Naturbruk vg2 Heste- og dyrefaget ved Søgne videregående skole tilbyr elevene:

- Hestehold, treningslære, anatomi, fysiologi, etologi, fôr og fôringslære, hovslaging og dyrevelferd.
- Aktiviteter med hest og drift av stall, HMS, vedlikeholdsarbeid, forebyggende helsearbeid, økonomi og bedrifts-etablering.
- Skolen har egne skolehester av ulike raser og plass til elevenes private hester.
- Gode fasiliteter, som ridehall, ridebane, aktiv stall og rundpaddock, og stor eiendom med flotte turmuligheter.



THE TALL SHIPS RACES
Kristiansand 2025



HELLO
SAILOR!

BLI MED PÅ TALL SHIPS RACES 30. JULI TIL 2. AUGUST 2025!

Igen skal Kristiansand være vertskap for storslåtte seilskuter og unge seilere fra hele verden. Det blir eventyrlige og maritime opplevelser, åpne skip, spennende aktiviteter, konserter og opplevelser for hele familien – og alt er gratis! Det handler først og fremst om inkludering av ungdom, og vi sender hele 150 unge til sjøs!

Her ser du hvem som gjør folkefesten mulig i Kristiansand 30. juli – 2 .august:

Samarbeidspartnere:



SEAFRØNT

JAS

Strømmes 24



OneCo

Dampbageriet | Geheb | HMH | Kristiansand Dyrepark | Ramirent | Maxi Catering | Aquarama | Glencore Nikkelverk | Simpson Spence Young | Govi | Gumpens Auto | Flak Hotel Caledonien | Pizzabakeren | Christiansholm | Ivar Mjåland Eiendom | Norva24 | Tress Design | Fjordline | D3 Dynamic Delicate Details | Aanesland Treindustri | The Event

Gaver/støtte

Agder fylkeskommune | Sparebanken Sør | Sparebankstiftelsen Sparebanken Sør

Medarrangører

Kristiansand havn | Kristiansand gjestehavn

Vil du også bli en lokal helt?

Gå inn på tallshipsraceskristiansand.no/samarbeidspartnere

www.tallshipsraceskristiansand.no

Lyst til å putte noen frø i jorda?

Dagene blir stadig lysere, og for mange hobbybønder klør det i fingrene etter å komme i gang med litt såing. Det gir god energi. Skal du så nå i februar bør du tenke på ekstra lyskilde. Hvis ikke venter du til mars.

TEKST OG FOTO: [Songdalen hagelag ved Anita S. Dietrichson](#)

Riktig jord

Bruk en så- eller kaktusjord. Sørg for at jorden er passe fuktig. Putt noen få frø der du vet du skal ha opp en og en plante (tomat, chili, paprika m fl), og bredså (strø utover flere frø), der hvor du vet det skal mange spirer opp i potta (basilikum, dill, koriander). Dekk potta med jord, tilsvarende høyde som er dobbelt av frøet. (Unntaket er de som skal lysgroes, les på posen). Topp det hele med vermealitt som gjør at du beholder fuktigheten i jorda. Sett pottene i et minidrivhus eller dekk med plast med hull over.

Spiring og lys

Sett pottene et varmt sted (badegulvet eller på ei varme-matte). Og følg med nå - morgen og kveld, og sett de under lys så fort de spirer. Chili og tomat spirer fortere enn f.eks

blodbeger. Gi de fullt lys i 18 timer, og la spirene sove i 8 timer, akkurat som oss mennesker.

Ompotting/priking

Etter 5-6 uker skal plantene skilles fra hverandre, ha ny og næringsrik jord, og gå opp en størrelse i potten. Kjenne-tegn på at de er klare for ompotting er at røttene kommer ut under potta.

En slik ompotting må du ofte gjøre flere ganger, avhengig av hva du sår og hvor sårbare plantene er for temperatur.

Og ikke vann for mye! Gi vann på skåla og la det trekke en time.

Lykke til!



↑ Bruk god såjord når du sår. Strø frøene forsiktig utover.

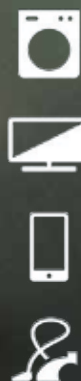


↑ Dette er 6 uker gamle tomatspirer som skal pottes i ny og næringsrik jord.



↑ Gå alltid opp en størrelse i potten for hver gang du potter om. Begynn med små.

elon



Din lokale elektronikkbutikk i Søgne!

GRATIS HJEM-LEVERING*

*Mer info nederst

SPØR OSS GJERNE!

 NORDANRO - Lansering mai 2021!

Hei, vi er Elon!

Elon er Nordens nye, store elektronikkjede. Med over 600 små og mellomstore butikker i Norden, kan vi tilby spennende produkter til konkurransedyktige priser. Samtidig er vi nære og lokale, og har derfor mulighet til å tilby fantastisk service gjennom produktkunnskap og tjenester som gjør hverdagen enklere for våre kunder.

Hos oss i Elon Søgne setter vi kundenes behov i fokus. Vi tilbyr personlig rådgiving og oppfølging, i stedet for å forsøke og selge deg noe du ikke trenger. Vi vet at dette er veien til å bygge tillit mellom oss bak disken og deg som kunde. Hos oss kan du være trygg på at vi er helt oppdatert på alt av elektronikk og teknologi, samtidig som vi gladelig slår av en prat for kosens skyld. Hjertelig velkommen til vår butikk på Tangvall.

Vårt mål er å skape en lokal butikk hvor kundene våre trives!
Det er derfor vi sier...


Velkommen hjem til oss i Elon Tangvall!

Hos oss finner du et stort utvalg kjente merkevarer!



Vi hjelper deg med levering, montering og retur av gammel vare. Kom gjerne innom for en prat eller se vårt utvalg!

 **Elon Tangvall**
Rådhusveien 51 - 4640 Søgne
Tlf: 400 01 824

 **Åpningstider:**
Man - fre: 09 - 18
Lørdag: 09 - 15

 Electrolux  Husqvarna **SAMSUNG** **wilfa** **Miele**  HUAWEI **JBL** **GRUNDIG** **BOSCH**

*Gjelder for kundeklubbmedlemmer kjøring av hvitevarer og TV-er fra 50 tommer og oppover, til gårdsplass og innen en radius på 20 km.

→ Banksjef Vidar Haaland trives godt som leder av Søgne og Greipstad Sparebank i en spennende utvikling. – Vi utvikler oss og konkurrer godt i en byregion i Kristiansand som vokser mye, mener Vidar.



Banken gjør en forskjell og dytter på gode prosjekter

– Søgne og Greipstad Sparebank er en lett tilgjengelig bank med personale til stede for kundene. Vi er tett på det som skjer i bygdene og bidrar med penger til lokale lag og foreninger, sier Vidar Skaaland, administrerende banksjef i snart 11 år.

TEKST OG FOTO: [Ragna Marie Henden](#)

– **B**anken har flest kunder fra Søgne og Greipstad, men også en del ellers i landet som har tilknytning til dette området på en eller annen måte. Mange har sterke følelser til banken i hjembygda, og fortsetter som kunde selv når de flytter ut, forteller han.

Søgne og Greipstad Sparebank har ingen eiere, men har eiermessig en del likhetstrekk med en stiftelse, en selvstendig sparebank med sterk lokal forankring, med opprinnelse helt fra 1863 i Søgne og Greipstad.

Sender overskudd tilbake til lokalsamfunnet

– Vi jobber for å være en god bank på alle måter, og en del av overskuddet sender vi tilbake til bygdene og lokalsamfunnet i form av sponsormidler og støtte til lokale lag og organisasjoner. Det er en del av vårt samfunnsansvar. Vår rolle er å dytte og støtte gode formål, ikke med alt som trengs, men gjerne som en utløsende faktor til videre utvikling. Bankens ansatte gir råd og veiledning til kundene når det gjelder lån og sparing, og vi har egne rådgivere som følger opp lag og

foreninger, forteller Vidar, som inviterer lag og foreninger til å søke støtte i Lokalbankfondet, med frist 28. februar.

- Folk i Søgne, Greipstad og Finsland er veldig stolte av hvor de kommer fra, med sine ulike kulturer knyttet til innland og kyst, og dette ønsker vi å være med å bygge opp om. Fritidsnytt bidrar også på sin måte her, med å formidle nytt fra medlemslagene, mener Vidar.

Fritidsnytt har besøkt banksjefen på hans kontor på nyåret og må høre litt om hvordan han trives i jobben.

- Jeg synes det er en veldig kjekk jobb og føler meg privilegert som får lede banken i en spennende utvikling. Vi vokser stadig og er nå 38 ansatte, med filialer i både Vågsbygd og på Nodeland. Antallet kunder er flere tusen, uten at banksjefen vil oppgi det eksakte antallet.

En god og gunstig posisjon som bank i byregionen

- Som en mindre sparebank mener vi å ha en gunstig og god posisjon i byregionen. Vi utvikler oss og konkurrerer godt i en del av Kristiansand som vokser mye. Her er det god tilgang på boligtomter og infrastrukturen er godt tilrettelagt med vei og bussforbindelser. Tilbudene og fasilitetene her blir bare bedre og bedre, med for eksempel Tangvall arena, mener banksjefen.



Vår rolle er å dytte og støtte gode formål, ikke med alt som trengs, men gjerne som en utløsende faktor til videre utvikling.

Vidar Skaaland er vokst opp i Kristiansand, og har en solid bakgrunn fra jobb i Finansdepartementet, hos Fylkesmannen i Vest-Agder og som rådmann i Songdalen.

- Det å få jobbe som banksjef her er innholdsrikt og givende. Bankene i dag har mange forretningsområder, med sparing, utlån, forsikring, eiendomsmedling og finansiering, og med viktige krav til robuste systemer og god styring av risiko. Vi må hele tiden følge med og være på topp for å levere gode og sikre tjenester for våre kunder, sier Vidar.

Alltid noe godt hos Frk. Lyng

Smakfulle lunsjretter, saftig bakst og herlig kaffe



Velkommen innom!

Telefon: 414 94 141 | Sentrumsveien 30 | Bestilling@frklyng.no

Vintervarme fra kjøkkenet:

Prøv disse enkle og næringsrike favorittene!

TEKST OG FOTO: [Annelin Skjellerup Kløvimo](#)

Vinterkulden biter kanskje fortsatt og selv om vi får lysere og lysere dager er vinteren fortsatt her. Det er lite som slår følelsen av et godt og varmt måltid som både metter og gir energi. Denne måneden deler vi to enkle og deilige oppskrifter som varmer hele kroppen: En myk kremet suppe for de kalde ettermiddagene, og en bakt havregrøt som er perfekt til frokost, lunsj eller kveldsmat. Begge oppskriftene er enkle å lage og har en nydelig smak – akkurat det du trenger for å gjøre februar lysere og lettere!



Bakt havregrøt med deilig topping

(4-6 porsjoner)

Du trenger:

2,5 dl lettkokte havregryn
1 ts bakepulver
1 ts kanel
1/4 ts salt
2,5 dl melk (vanlig eller plantebasert)
2 egg
2 ss honning eller lønnesirup
1 ts vaniljееkstrakt
2 modne bananer, moste
1 dl blåbær (ferske eller frosne)

Fremgangsmåte:

1. Forvarm ovnen til 180 °C og smør en liten ildfast form (ca. 20x20 cm).
2. Bland havregryn, bakepulver, kanel og salt i en bolle.
3. I en annen bolle, visp sammen melk, egg, honning, vanilje og de moste bananene.
4. Hell de våte ingrediensene over de tørre, og rør til alt er godt blandet.
5. Vend inn blåbærene forsiktig.
6. Hell røren i den ildfaste formen og glatt overflaten med en skje.
7. Stek i ovnen i ca. 25-30 minutter, eller til toppen er gyllen og grøten er fast.
8. Avkjøl litt før servering.

Nyt den som den er, eller topp med ekstra blåbær, nøtter, yoghurt eller en klatt med lønnesirup.

Denne bakte havregrøten er enkel å lage og full av næring – en perfekt start på dagen, som en god lunsj eller deilig til kveldsmat etter trening!



Kremet søtpotet suppe med kylling

(4-6 porsjoner)

Du trenger:

1 søtpotet
4-5 store gulrøtter
2 stangselleri
1 gul løk
1/2-1 rød chili
3 hvitløksfedd
olivenolje
1,3 liter vann
1/2-1 boks kokosmelk
3 ts rød curry paste

Fres løk, chili og hvitløk i olje. Tilsett grønnsakene og vann. Kok til grønnsakene er myke. Tilsett 3 ts rød curry paste. Smak til med salt og pepper. Stek kylling ved siden av. Kan også serveres med ris.

NYT!



Hva liker du ved vinteren?

TEKST OG FOTO: [Vibeke Garmann Johnsen](#)



→ **Birgitte Kleivset**

Jeg liker alle årstider, vinter og snø er vakkert, og jeg elsker å være ute i kulde og frostrøyk. Jeg er ikke så glad i å måke snø, men har heldigvis andre i familien som tar ansvar der. Vinteren er solsnu, og det er fint å glede seg til jul og alt det lyse og varme rundt den.



→ **Marianne Ruud Hansen**

Jeg liker godt å tenne lys inne og brenne i peisen. Det er positivt og gøy å se de små leke ute i snøen og kunne ake og leke med dem, men må si at jeg liker våren og sommeren best av årstidene.



→ **Bjørne Jortveit**

Jeg er glad i vinteren. Herlig å gå på ski. Det er en flott måte å komme i form på, i tillegg til fabelaktige naturopplevelser. Jeg har hatt problemer med lungene om sommeren, men om vinteren er det mye bedre å puste og lettere å holde seg frisk.

VOKSNE

Av Ingunn Greibesland



ERIKA FATLAND
Kagge, 2024

Sjøfareren – En reise gjennom Portugals tapte imperium

Erika Fatland har igjen vært på reise. Denne gangen i portugisernes kjølvann, gjennom ørken og regnskog, til fire kontinenter og over tre verdenshav. Gjennom reisen sin viser hun oss portugisernes eventyrlige ekspedisjoner helt fra Henrik Sjøfarerens tid på begynnelsen av 1400-tallet og fram til imperiet smuldret opp. Dette er en dokumentar og en historisk reiseskildring, fortalt på en fortreffelig måte. Det er også en bok full av menneskemøter i Portugals tidligere kolonier. En lærerik, interessant og eventyrlig leseopplevelse.



ARNALDUR INDRIDASON
Cappelen Damm, 2024

Kongen og klokkekemeren

København, 1700-tallet. Den islandske klokkekemeren Jon Sivertsen restaurerer en gammel klokke tilhørende den danske kongen. En kveld får han besøk av monarken selv. Det oppstår et vennskap mellom de to, og Jon forteller den gripende historien om hvordan hans far og stemor ble uskyldig dømt til døden av kongens egen far. God historisk roman om undertrykkelse, maktmisbruk og brutalitet mot islenderne under det danske styret. Også en god historie om vennskapet mellom to menn fra helt forskjellige verdener.



MAJA LUNDE
Aschehoug, 2023

Lukkertid

En dag i juni stopper tiden for menneskene. Ingen vokser, ingen dør og ingen blir født. Det er kun naturen som fortsetter som før. Vi følger seks personer disse ukene. For kreftsyke Jenny er denne tiden en ekstra bonus, mens for Jakob blir det brutalt. Desperasjonen etter å komme tilbake til normalen vokser. Dette er en godt fortalt roman med flere lag. Den er skremmende og tankevekkende, og utforsker de store spørsmålene om liv og død, uendelighet og hva det gjør med oss. En bok verd å lese.

UNGDOM

Av Marian Børnes



JAN TORE NORENG
Gyldendal, 2024

Kill Zone

Emil gamer på høyt nivå, noe han er god til. Å håndtere jenter i den virkelige verden takler han dårlig. Den største utfordringen blir likevel å hjelpe storebror som nettopp har sluppet ut fra fengsel. Han prøver nemlig å unngå den kriminelle gjengen han tidligere var en del av.

Jan Tore Noreng er et fyrverkeri av en forfatter, noe mange elever i området har fått oppleve. Dette er hans 4. bok i Gutta-serien. De kan leses uavhengig av hverandre. Her klarer han å skrive med et veldig driv som fanger mange ungdommer – ikke minst gutter.



E. LOCKHART
Fontini, 2015

We were liars

Vi er Sinclari-familien. Ingen lider. Ingen tar feil. Ingen lager noe oppstyr. Likevel skjønner vi raskt at mye skjuler seg bak fasaden og at det har skjedd noe på denne øya hvor de tilbringer somrene. Dette avsløres etter hvert som hovedpersonen gradvis får hukommelsen tilbake.

Boka er en skikkelig page-turner, det blir brutalt etter hvert som løgner blir avslørt. Som leser bør du unngå å avsløre slutten for andre som vil lese den. Biblioteket har den både på norsk og engelsk.



LINN ISABEL EIELESEN
Egmont, 2024

Alene hjemmefra

Dette er "studiehåndboka for studenter med rotete pulter og store drømmer." Studentbøker handler ofte om studieteknikk og billig mat. Her er boka som handler om flere ting som grunner til å flytte hjemmefra, fest på få kvadratmeter, vanskelige begrep og å utsette ting. Dette blir formidlet gjennom korte tekster, tegneserier og mye humor.

Boka fungerer både som et oppslagsverk og som humoristisk trøst. Det er basert på forfatterens egne erfaringer. Her kommer det fram at å være student er en fin, men merkelig tid i livet hvor du liksom må nyte kaoset.



BOBBIE PEERS
Aschehoug, 2015

Luridiumstyve

William Wenton vet ikke hvorfor hele familien hans har dekknavn og hvorfor bestefaren forsvant sporløst i London. Når han løser det som regnes som verdens vanskeligste kode, blir han sendt til et institutt med roboter og snakkende dører. Her dukker mange spørsmål opp. Hvem kan han stole på? Hva er instituttet? Hvor er bestefar?

Bobbie Peers har skapt et underholdende univers som han beskriver veldig filmatisk slik at du nesten ser det for deg når du leser. De ulike robotene gir boka mye humor og spenning.



MARIA PARR
Samlaget, 2023

Oskar og eg

Ida bor i et rødt hus på toppen av en bakke hvor hun sover i overkøya og dermed kan bestemme det meste over lillebroren Oskar. Hun lurer veldig på hvordan han skal klare seg når han begynner på skolen. Maria Parr klarer å skrive gøy og spennende om nokså vanlige ting for ganske vanlige barn.

Her verdsettes barndommens steder slik som lekehytta og den lille bekken. Kapitlene er akkurat passe lange som ei godnatthistorie eller høytlesingsstund i klasserommet. Lydboken er også flott med forfatteren som innleser.



**JOEY COMEAU
OG OMAR LOZANO**
Cappelen Damm,
2024

Aske-Ninja

I denne letteste tegneserien møter vi en utgave av Askepott som er flink til å brukes verd. Hun vil kalles Aske-Ninja og drømmer om å bli prinsens livvakt. Dette liker selvfølgelig ikke den onde stemoren.

Aske-Ninja tilhører en ny serie, Elleville eventyr. Disse bøkene er glimrende for de som akkurat har lært seg å lese litt selv og som liker tøffe tegninger.

Ny bokanmelder for barne- og ungdomsbøker!

Marian Børnes er vår nye bokanmelder for barne- og ungdomsbøker. Hun er barne- og ungdomsbibliotekar på Tangvall, og har tidligere jobbet som lærer og skolebibliotekar. Marian er fra Søgne og har alltid vært glad i bøker og biblioteket, og brenner for å inspirere barn og unge til å lese bøker.

TEKST OG FOTO: [Ragna Marie Henden](#)



– Jeg er veldig stolt over vårt flotte bibliotek på Tangvall, som ligger lett tilgjengelig her, sier bibliotekaren.

– De fleste bøkene jeg har valgt å anbefale i Fritidsnytt er ikke helt nye. Jeg har valgt bøker som er tilgjengelige her på biblioteket, sier Marian, og ønsker velkommen inn til å låne både hennes tips og mange andre bøker. Vi skjønner at her får en gode råd når en kommer innom.

La Lastad grendehus få leve – i kommunal regi!

Skjebnen til Lastad grendehus i Vestbygda i Søgne, og 16 andre grendehus i Kristiansand kommune, skal avgjøres av politikerne i Kommunalutvalget 4. februar 2025. Administrasjonen foreslår at bare to grendehus (i Randesund og Finsland) fortsatt skal ha kommunal eier, de andre grendehusene foreslås overdratt til forening/lag eller selges.

Vi mener at Lastad grendehus fortsatt skal ha kommunalt eierskap

- Den kulturhistoriske betydningen bygget fra 1878 har (er i SEFRAK-registeret)
- Grendehuset burde være ett av tre kommunale grendehus i kommunen pga geografisk beliggenhet i vestre del av kommunen
- Grendehuset er det eneste samlingsstedet for barn og voksne i Vestbygda i vestre del av Søgne/ Kristiansand kommune
- Vi ønsker at Lastad grendehus fortsatt skal være et samlingssted med aktiviteter flere ganger i uken, som gjør det attraktivt å bo i bygda

I dag er det ikke realistisk for Søgne Vestbygda Vel eller Søgne Kystlag å overta bygget.

Historikk

Lastad grendehus ble bygget som skole i 1878 (147 år i 2025), da het det Ålo skole. På 1950-70 tallet var det i tillegg søndagsskole hver søndag. 4H hadde aktivitet i perioden 1970-2005. Grendehuset var valglokale fram til rundt 2010. Fra midten av 70-tallet ble skolen lagt ned og Søgne Vestbygda vel overtok ansvaret for bruken av huset, og hadde det innvendige vedlikeholdet, mens kommunen tok seg av det utvendige vedlikeholdet. Det er mange år siden huset er malt, og det bærer preg av manglende vedlikehold.

Bruk av bygget

Lastad grendehus brukes i dag som sosialt og faglig samlingspunkt i Vestbygda, og er den eneste åpne møteplassen for innbyggerne mellom Harkmark og Tangvall. I Vestbygda bor det i dag rundt 260 fastboende. Det er ikke bussforbindelse utenom skolebuss to ganger daglig. Hovedbrukerne er Søgne Vestbygda vel og Søgne Kystlag. Det er nært samarbeid om bruken av huset mellom vel-foreningen og kystlaget.



↑ Lastad grendehus med tuntreet, og motorbua til Søgne Kystlag på venstre side.

Søgne Vestbygda Vel står for det innvendige vedlikeholdet og låner ut bygget jevnlig til alt fra barnedåp, konfirmasjoner, Ukulelegruppa, konserter, minnesamvær, fester, julemarked, kurs, quiz og forskjellige møter.

I tillegg til de nevnte aktiviteter blir det arrangert månedlige strikkekafeer for 20-30 mennesker, Kreativ klubb har samling en gang pr måned for 15-20 mennesker, og det arrangeres julemarked for flere hundre mennesker hver november.

Det avholdes dugnad hver vår, da stiller mange fra Vestbygda opp. Vi rydder og vasker inne og ute. Vinduer og dører males.

Søgne Kystlag hadde følgende aktiviteter på grendehuset de siste 7 årene:

Søgne Kystlag har fra 2018 til og med 2024 gjennomført og fått godkjent 56 kurs gjennom Studieforbundet Kultur og Tradisjon, som Forbundet Kysten er tilsluttet. Dette gir et gjennomsnitt på 8 kurs i året.

Det vil si at vi i samme periode har gjennomført 355 kursdager, som gir et gjennomsnitt på 51 kursdager pr år. Søgne Kystlag har pr nå 195 medlemmer og ca 25% av disse er bosatt eller har stor tilknytning til Vestbygda.

Søgne Kystlag har 4 båter på Lastad, hvor grendehuset brukes som base for vedlikehold og periodevis lagring.

Søgne Kystlag fikk "Kystlag Prisen" i 2020 av Forbundet Kysten som det "beste" kystlaget i Norge. Dette skyldes bla stor kursaktivitet, restaurering og eget bygg til Bergen Diesel motoren, samt god restaurering og bruk av tradisjonsbåter.



Søk tilskudd fra Folkets klimadugnad!

Har du en god idé til et stort eller lite prosjekt som bidrar til bedre klima eller miljø i Kristiansand?

Enkelpersoner, ikke-kommersielle organisasjoner, lag og foreninger kan søke om tilskudd fra 5 000 til 50 000 kr.

Søknadsfrist 3.mars

Les mer på:

www.kristiansand.kommune.no/folketsklimadugnad



Kristiansand kommune

Søgne gamle prestegård

FEBRUAR/MARS 2025

Utstillinger

Kunstutstillinger:

02.02. - 16.03

Achenia - Solfrid Elise Lindblom, Annika Linn Verdal Homme, Tedros Getachew Sibhatu og Stian Jacobsen

30.03. - 01.06

Mette Stausland og Robert Wood

Historiske utstillinger:

Soloppgang - de første menneskene i Agder, eldre steinalder.

Plog og Teine, lokalhistorisk utstilling.

Søgne Bygdemuseum, åpent kultursøndager av Søgne Historielag

BIBER - Hitlers hemmelige våpen, ubåt fra 2. verdenskrig. Åpent ved bestilling.

Februar

09.02 kl. 12-16 KULTURSØNDAG

Aktivitetsdag. Vi pynter lykter/vaser og fastelavnsris kl. 13-15 i Stallen.

13.02 kl. 19 PLANTEBONANZA

Foredrag med Anders Røyneberg og Erik Schjerven fra Arctic gardener i kultursalen.

Arr: Søgne Hagelag

16.02 kl. 12-16 KULTURSØNDAG
Kafé og utstillinger.

17-20.02 TEATERSKOLE I

VINTERFERIEN for barn på 2.-5. skoletrinn. I samarbeid med UiA. Påmelding: Checkin.no

23.02 kl. 12-16 KULTURSØNDAG
Kafé og utstillinger.

28.02 kl. 20 KONSERT

- SANDRA BORØY KVINTETT
Servering fra kl. 19.
Bill: Checkin.no

Mars

02.03 kl.12-16 UNG KULTURSØNDAG
Konsert med LILLA GRESS i kaféen kl. 13 og kl.14. De spiller kjente sanger på norsk og engelsk som "Jenter" av De Derre og "Yellow" av Coldplay. Bandet har sitt utspring i Knuden kulturskole og er også kjent fra N247 sin lokal-fest på Tangvall.

05.03 kl. 11 Senioruniversitetet i Søgne. Bestemor er løs! v. Line Baugstø.

09.03 kl. 12-16 KULTURSØNDAG
Kriminalgåte løses! "Arne Odd Torgersen - Forsvinningsmysteriet i Holum i 1955", kl. 13 i kultursalen av privatetterforsker John Skåland. Arr: Søgne Historielag.

Med forbehold om skrivefeil og endring i programmet.



ÅPNINGSTIDER

Ti-fr kl. 10-15 Utstillinger

Sø kl. 12-16 Kafé, utstillinger og kulturprogram | STENGT ma, lø
Utleie alle dager | Kurs & konferanser: dagtid hverdager

www.sognegamleprestegard.no



Kristiansand kommune



Søgne gamle prestegård



↑ De fire fysioterapeutene i Søgne Fysikalske Institutt tar imot folk fra hele Kristiansand og Mandal etter operasjoner, skader og belastningsproblemer. Her kan du komme uten rekvisisjon fra lege og få refusjon. Fra venstre: Alexander Peersen, Trine Larsen, Kristoffer Hvidsten og Ivar Stedjan.

Bruk kroppen for det den er verd!

– Litt aktivitet er bedre enn ingenting. Vær aktiv og tren regelmessig over tid. Det tar aldri slutt! Gå trapper i stedet for å ta heisen. Fritidsnytt får gode råd for kropp og helse i starten av året av fire engasjerte fysioterapeuter med godt humør i Søgne Fysikalske Institutt (SFIN).

TEKST OG FOTO: [Ragna Marie Henden](#)



Folk er mindre aktive og får mer plager. I dag har mange robotgressklipper, robotstøvsuger og andre hjelpemidler i hus og hage som gjør at det blir mindre hverdagsaktiviteter.

Søgne Fysikalske Institutt med sine fire fysioterapeuter holder til i andre etasje av Sentrumsgården på Tangvall. Instituttet ble opprettet for snart 50 år siden, i 1976, av Ingjerd Peersen. I dag er det fire fysioterapeuter her, tre med kommunalt driftstilskudd. Alexander Peersen leder instituttet sammen med Kristoffer Hvidsten, Ivar Stedjan og Trine Larsen.

Det er mange som kommer hit fra hele Kristiansand og nabokommuner for å få hjelp etter skader og operasjoner og med belastningsproblemer. SFIN tilbyr i tillegg til fysioterapi også spesielle tjenester som ultralyd av muskel- og skjelett, akupunktur og injeksjonsbehandling, og har et stort tverrfaglig samarbeid med alt fra leger, kiropraktorer og sykehus.

Unikt tilbud til kvinner

Unikt hos SFIN er også tilbudet fra Trine, som har spesialisert seg på kvinnehelse. Her får kvinner med bekkenbunnlidelser og urinkontinens hjelp og råd. Trine tilbyr også kurs og gruppetrening som forebygger og som hjelper de som allerede har problemer.

- For kvinner er det viktig med styrketrening av bekkenmusklene. Etter en fødsel og i overgangsalderen får kvinner gjerne problemer, og de kan både forebygges og behandles med øvelser, rådgir Trine, og legger til at dette også nå er noe både jordmødre og leger anbefaler.

Råd til nyttårsforsett

- Det som er viktig for folk som gjerne har et nyttårsforsett om trening, er at en har som mål å være litt mer aktive enn før. Ta trappa i stedet for heisen, for eksempel, gå gjerne tur, og finn aktiviteter du trives med. Sett deg realistiske mål som er konkrete. For eksempel å trene to dager i uka, og ikke

hver dag, da går en lei, og hverdagsaktiviteter i hus og hage er viktig. Går du tur, så sett gjerne opp tempoet i bakken så du får puls, og ro ned på flata, da blir det som en intervalltrening. Gå opp og ned på en høy stein og ta noen knebøy underveis, så har du gjort litt styrketrening på turen, tipser fysioterapeutene ved SFIN.

Hjelpemidler gjør oss inaktive

Fysioterapeutene ser en utvikling i samfunnet de siste 10 årene som gir større behov for deres tjenester.

- Folk er mindre aktive og får mer plager. I dag har mange robotgressklipper, robotstøvsuger og andre hjelpemidler i hus og hage som gjør at det blir mindre hverdagsaktiviteter, mener Alexander.

- Folk tar rulletrapp eller rullebånd for å komme fram uten bevegelse, og det passiviserer oss. Hele samfunnet utvikler seg til å bruke kroppen mindre, supplerer Ivar, og Kristoffer legger til om hvorfor vi må bruke kroppen mer: Use it or loose it!

Noen trener for mye

- En annen trend i samfunnet er også de som trener ekstremt mye, for hardt, og får belastningsskader av den grunn. Det har vi sett en oppblomstring av den siste tiden. Folk skal ikke bare løpe maraton, men også ultramaraton og gjerne så mange løp som mulig, og presser kroppen for hardt over tid, som gir skader, mener Ivar.

Hjelp til selvhjelp

- Målet vårt er å gjøre folk i stand til å ta vare på egen helse. Hjelp til selvhjelp, sier Kristoffer, som jobber uten kommunalt tilskudd og tar private kunder. Han er fleksibel på →



**BRUK DIN LOKALE
GULLSMEDBUTIKK**



Morsdag 9.2 Valentine 14.2



Velkommen til oss
på Holleveien
mob: 40 43 33 28



↑ Fysioterapeutene gir råd og veiledning for videre egentrening, det hele levert med en god dose godt humør på kjøpet! Her demonstreres noen øvelser, legg merke til Trine, som har spesialisert seg i kvinnehelse, og har kurs for kvinner med bekkenbunnstrening.

tilgjengelighet for sine kunder, og har også gruppetimer for 60+ og jobber som personlig trener på treningssenteret.

- Hos oss får folk hjelp og behandling, og ikke minst trygghet med gode råd og veiledning for egen trening og øvelser som de kan ta med seg videre. Vi gir faglige råd med vår medisinske kompetanse. Så har vi et godt samarbeid med treningssentre, ikke minst Family Sports Club her på Tangvall, som har et meget godt tilbud. I våre lokaler gir vi veiledning med apparater og øvelser, som de så kan jobbe videre med på et treningssenter eller hjemme, sier Ivar.

- Det er det samme hvor en trener, bare en er aktiv. En kan gjerne trene hjemme, men for noen er det viktig å komme på et senter og treffe andre. Det er sosialt og mange trener best med instruktør og veiledning, mener Ivar.

Med og uten henvisning fra lege

- Noen kommer hit med henvisning fra lege, andre tar direkte kontakt, og vi opplever at det er blitt litt mer lavterskel for folk å ta direkte kontakt med oss for å få hjelp og råd. Og siden vi har kommunalt tilskudd får folk også refusjon selv uten henvisning av lege, forteller Alexander, som har jobbet som fysioterapeut i 25 år.

- Jeg trives veldig godt i jobben. Det å jobbe med mennesker og gi hjelp og råd er givende. Vi som fagfolk



Hos oss får folk hjelp og behandling, og ikke minst trygghet med gode råd og veiledning for egen trening og øvelser som de kan ta med seg videre.

utvikler oss, lærer nye ting og oppdaterer oss for hele tiden å kunne gi gode råd. I vår bransje er det stadig utvikling og de medisinske anbefalingene endres gjerne med ny forskning og erfaring, forteller han.

Fritidsnytt merker seg at råd og tips gis med godt humør, glimt i øyet og oppmuntrende ord.

f Instagram Følg oss på Facebook og Instagram

Bygger du hus eller trenger nytt bad?

- ny varmepumpe eller varmeanlegg?

Vi utfører alle typer rørleggertjenester, og er også totalleverandør av komplette bad og våtrom. La oss hjelpe deg med installasjon av varmepumper, gulvvarme, vanlig utstyrsmontering og serviceoppdrag.



Bademiljø Rørleggermester Steinar Aamodt AS
Mjåvannsvegen 301, 4628 Kristiansand
post@steinaraamodt.no

Ring oss på 920 22 134

Bademiljø

Vi tilbyr nå rørspyling!

Som en av de få rørleggerbedriftene i området har vi eget spyleutstyr og moderne kamera for rørispeksjon.

Dette gir oss muligheten til å effektivt identifisere og åpne tette avløp, og kartlegge tilstanden til rørene dine. Ved å bruke kamera for rørispeksjon kan vi oppdage eventuelle brudd eller skader på rørsystemet ditt, og vi får tatt en mer presis vurdering av hva som trengs for å utbedre problemet.

Vi tilbyr også totalrenovering av bad og alle rørleggertjenester. Ring 38 05 15 06

VB

Aamodt VVS

Åpningstider butikk
Hverdager: 09:00 - 16:00
Lørdag: 09:00 - 14:00

Telefon: 38 05 15 06
post@aamodtvvs.no
Linnegrøvan 16, 4640 Søgne

Facebook:
AamodtVVS
aamodtvvs.no



↑ Jostein Andreassen var første leder i Vilhelm Krag-selskapet som ble opprettet i 1992. I dag er det Ann-Kristin Olsen som har ledervervet. – Vi ønsker at Vilhelm Krag skal bli husket for det han har betydd for Sørlandet i mange generasjoner. Vi ønsker flere yngre med i selskapet, sier de to aktive pensjonistene, som inviterer til oppføring av Krags teaterstykket "Baldevin og bryllupet" på Kilden teater og konserthus 5.-8. mars.

Vi bor på Sørlandet takket være Vilhelm Krag!

Vi kan i dag takke Vilhelm Krag for at vi her helt sør i Norge kan si vi bor på Sørlandet og ikke Vestlandet. I en artikkel i Morgenbladet 16. mars 1902 foreslo Krag å gi Agder navnet Sørlandet, og slik ble det. Det samme med Sørlandsbanen, som før 1913 og Krags engasjement overfor Stortinget het Vestlandsbanen.

TEKST OG FOTO: [Ragna Marie Henden](#)

Vi har samla to ledere av Vilhelm Krag-selskapet til en trivelig prat om Vilhelm Krag og oppsetningen av hans teaterstykket Baldevins bryllup på Kilden teater og konserthus 5.- 8. mars i år. To engasjerte seniorer forteller og supplerer hverandre ivrig om historie, Vilhelm Krag og hans tilknytning til Ny Hellesund.

Jostein Andreassen første styreleder

Jostein Andreassen (75), Søgnes store lokalhistoriker, var første leder av Vilhelm Krag-selskapet som ble stiftet 16. mars 1992.

– Det var Bjørnar Knapstad som tok initiativet til å danne selskapet og jeg ble valgt til første formann, og var det i 5 år.



Hvad der er noksaa paafaldende, er, at medens Folk i alle Landets øvrige Dele har faaet sit Navn, der baade betegner dem geografisk og sprogligt, mangler denne Landsdel ganske en saadan Betegnelse. Normændene bestaar som bekjendt af Østlænderne, Vestlænderne og Nordlænderne; men vi her sørpaad, – vi er ingenting.

Vilhelm Krag

Så startet jeg Kragdagene i 1996 med arrangementer rundt Krag, sammen med blant andre Reidar Sodal. Nye gikk inn i Krag-selskapets styre. Det største arrangementet vårt var «Sørlandet i 100» i 2002 med kronprinsparet, statsminister og stortingsfolk til stede. Da var det 100 år siden Vilhelm Krag brukte begrepet Sørlandet om landsdelen vår, forteller Jostein.

Ann-Kristin Olsen dagens styreleder

Ann-Kristin Olsen (79) er kjent for mange blant annet som tidligere fylkesmann i Vest-Agder, sysselmann på Svalbard og politimester i Halden. Hun er dagens styreleder og kom inn i selskapet og styret under 150 års jubileet for Vilhelm Krag i 2021.

- Det å jobbe for barns rettigheter har vært en rød tråd i mitt liv, og som jeg fortsatt jobber med etter jeg ble pensjonist som 70-åring, blant annet i vervet som styremedlem i Stine Sofies Stiftelse.

- Jobben som leder for Vilhelm Krag-selskapet er i stor kontrast til dette, og et særdeles lystbetont og hyggelig arbeid, forteller dagens styreleder Ann-Kristin Olsen.

Velkommen til nye medlemmer

- Her er det mange veteraner som kan mye, og mange kjekke menn, så det er en hyggelig jobb å lede, forteller Ann-Kristin, med et glimt i øye. - Vi ønsker at Vilhelm Krag skal bli husket for det han har betydd for Sørlandet i mange generasjoner. Han er for god til å bli glemt, og vi jobber med å ta vare på arven. Vi ønsker oss flere yngre krefter med i arbeidet, og trenger fornyelse. Nå håper vi flere blir med oss og støtter opp om historien om en dikter og en kulturpersonlighet som ga oss Sørlandet og mye mer, oppfordrer styrelederen for Krag-selskapet, som i dag har 130 medlemmer, og plass til flere.

Krag elsket å være i Havbukta i Ny Hellesund

- Vilhelm Krag elsket stedet sitt Havbukta i Ny Hellesund, som han fikk i gave av gode venner i 1917. Her satt han og skrev mange av sine bøker, og her døde han sommeren 1933, forteller Jostein. Som en takk for gaven skrev Krag det

kjente diktet Øen. Han var en god venn av Nicolay Langfeldt, som var 20 år eldre enn han, og bodde rett i nærheten i Ny Hellesund. Nicolay foret Vilhelm med mange historier som nok bidro til sørlandskarakterene og sjøulkene Maarten og Silius i Krag's populære fortellinger om disse, mener lokalhistorikeren.

- Vilhelm var alltid kledd i fullt festantrekk, som vi ser på bilder fra den gang. Han var veldig snill, klønete praktisk og fikk hjelp av flere i Søgne til det praktiske og hadde egen husholderske. Folk i Ny-Hellesund var veldig stolte av han, forteller Jostein.

Baldevins bryllup er underholdende og gøy

- Baldevins bryllup er det mest vellykka skuespillet som Krag skrev. Vi skal ikke røpe hele historien her, men den er underholdende og gøy, og med et herlig poeng rundt utsagnet - «det er ikke så farlig om sosen blir svidd», forteller Jostein, og ler godt.

- Urpremieren på Nasjonalteateret for 125 år siden, 26. november 1900, var en dundrende suksess, og i nærmere 30 år stod Vilhelm Krag's sørlandskomedie fast på teaterets repertoar i Oslo og ble spilt nærmest uavlatelig. Her var Krag teatersjef fra 1908-1911, forteller Ann-Kristin.

- Nå er det første gang teaterstykket oppføres i Kilden teater og konserthus, og det hadde nok vært en drøm for han å se skuespillet oppført i dette flotte bygget, mener Jostein. Krag var nemlig også en pådriver for det første teateret i Kristiansand.

Det er Det Dramatiske Selskab i Kristiansand med egne skuespillere som setter opp teaterstykket i Kilden, regissert av Diana Spehar Borøy som bor i Søgne. Det Dramatiske Selskab har også en lang historie som går tilbake til 1787. Det regnes som et av de eldste teaterfelleskapene i Norge. Baldevins Bryllup har stått på repertoaret hos selskapet jevnlig etter første fremførelse i Kristiansand i 1925.

Leste alle Krag's bøker på 24 timer 20 minutter og 48 sekunder

- Et av de beste foredragene jeg har hørt, var av Jostein på Gimle gård, om Vilhelm Krag, forteller Ann-Kristin. →

- Der hadde han med alle Krag's bøker og satte de opp i en stabel, og fortalte blant annet om et lite forskningsprosjekt for å bevise sin påstand om at Krag's bøker er lettlest. Jostein leste alle 43 bøkene som Krag har skrevet, og tok tiden for hver bok, forteller Ann-Kristin og ler godt. - Ja summert ble det 24 timer 20 minutter og 48 sekunder, supplerer Jostein muntert om prosjektet.

Begge forteller ivrig om bøker de har lest av Vilhelm Krag, og er skjønt enige om at barndomserindringene hans, Min barndomshave, er nydelig og god. Her forteller Vilhelm om sin oppvekst i Østre Strandgate i Kristiansand, i et hus som dessverre brant under bybrannen i 1893. - Denne barndomserindringen er den fineste som er skrevet i Norge, mener Jostein.

Hvorfor et eget selskap for Vilhelm Krag?

- Her kan det sies mye, og vi har ikke plass til alt, men det å gi landsdelen navnet Sørlandet har vi nevnt som viktig, sier Jostein og Ann-Kristin. - *Bare ved å tildele området et eget navn, utskilt fra Vestlandet, kunne dets egenverd bli stadfestet*, mente Krag, som også jobbet iherdig i Stortinget korridorer og ellers i Oslo med å fremme Sørlandets sak.

Krag var i 1893 med på å stifte Den norske forfatterforening og var formann i foreningen fra 1906-1908. I 1911 ble han ansatt som Aschehoug forlags første faste litterære konsulent.

Han var initiativtaker til å få opprettet Statsarkivet i Kristiansand og Vest-Agder Fylkesmuseum, og han reddet Christiansholm festning fra å forfalle ved å stå i spissen for et krav om restaurering.

Ved siden av det litterære forfatterskapet, som omfatter 43 bøker, skrev han en rekke avis- og tidsskriftartikler.

Årsmøte i Krag-selskapet 6. mars

- Krag-selskapet skal ha årsmøte på Kilden 6. mars kl. 17, etterfulgt av teaterforestillingen Baldevins bryllup, som også vises 5., 7. og 8. mars. Jostein skal ha førsnakk i foajeen på Kilden før to av forestillingene, og det gleder vi oss til. Årsmøtet er åpent for alle og medlemskap koster kun 200 kroner, inviterer styreleder Olsen.

Jostein har skrevet mange bøker og artikler om Krag

Jostein Andreassen vet «alt» om Vilhelm Krag og har forsket, studert og skrevet en rekke bøker, avisinnlegg og skrifter om sørendingen, og forteller om et nylig innlegg i Fædrelandsvennen. Han kan årstall, datoer og det meste om Vilhelm Krag og har mange spennende historier, som vi dessverre ikke har plass til her. Men vi oppfordrer interesserte til å lese mer i hans mange skrifter.

Jostein Andreassens bøker og artikler om Vilhelm Krag:

- Vilhelm Krag skriver. Avis- og tidsskriftartikler av Vilhelm Krag I (1992)
- Vilhelm Krag skriver. Avis- og tidsskriftartikler av Vilhelm Krag II (1993)
- Vilhelm Krag. Samlede dikt, bind I (1993)
- Vilhelm Krag skriver III (1993)

- Begrepet Sørlandet. En historisk oversikt (1993)
- Vilhelm Krag. Samlede dikt, bind II (1994)
- Sørlandet og Vilhelm Krag (1996)
- Dikteren i Ny-Hellesund (1997)
- Vilhelm Krag hos Maarten og Silius (1997)
- Festskrift til Sørlandets 100-årsdag - 16. mars 2002 (red.; 2002)
- O, du stolte gamle støver! Vilhelm Krag skriver til vennen Nicolay Langfeldt 1913-33 (2017, red.)



↑ Vilhelm Krag i midten på bildet elsket stedet sitt Havbukta i Ny Hellesund, et hus han fikk i gave fra venner i 1917. Fra Nicolay Langfeldt fikk han mange sørlands-historier som nok bidro til karakterer i Krag's bøker. Til venstre Krag's yngste sønn, Preben Krag.

Fakta om Vilhelm Krag

- Vilhelm Andreas Wexels Krag
- Født 24. desember 1871, Kristiansand
- Død 10. juli 1933, Søgne
- Forfatter, journalist, instruktør, forlagskonsulent og teatersjef for Nasjonalteateret.
- En betydningsfull og svært produktiv norsk forfatter.
- Med sine fortellinger, dikt og viser fra Sørlandet regnes han som Sørlandets dikter.
- Bodde store deler av sitt liv etter 1917 i Havbukta i Ny Hellesund
- Giftet seg i 1897 med Beate Kielland, datter av forfatteren Alexander Kielland, fikk fire barn sammen. De ble skilt i 1920.

Overflater som varer - kvalitet som begeistrer.

Vi utfører alt innen

Malerarbeider	Epoxy
Sprøytemaling	Flytsparkling
Tapetsering	Gulvbelegg
Gulvsliping	og tepper

→ Book befaring på malisør.no

 **malisør** Vi skaper gode rom.



antirustvagsbygd 

GRATIS RUSTSJEKK RING 47 67 04 44

VI BEHANDLER MED FLUID FILM

- Løsemiddelfri
- Miljøvennlig naturprodukt
- Fortrenger vann og salt
- Stopper rust
- Spar penger med lengre levetid på bilen

**ANTIRUST
VÅGSBYGD**



Bråvannsløkka 1, Kristiansand ➤ Åpent: Man-fre 07-16
Tlf: 47 67 04 44 ➤ post@antirust-vagsbygd.no ➤ antirust-vagsbygd.no

→ Hvem er Anne Line, vår nye spaltist for et grønt hjørne? Les mer her om Søgnejenta som har vokst opp i sjøkanten på Ålo.



Anne Lines grønne hjørne!

Søgnejenta Anne Line vokste opp på Ålo og bodde her tett på naturen. Det ga inspirasjon til et kraftig engasjement for å ta vare på naturen og gi nye generasjoner muligheten til å oppleve noe av det samme.

TEKST OG FOTO: [Ragna Marie Henden](#)

Fritidsnytt har utfordret Anne Line Gangså Tørresen til å gi våre lesere gode grønne tips fremover i en egen spalte; **Anne Lines grønne hjørne**. Vi har valgt en person til oppdraget med solid faglig kompetanse, og med også tilknytning til Søgne.

Vi møter Anne Line i Rådhuskvartalet på Torvet i Kristiansand kommune. Her jobber hun som klima- og miljørådgiver i Miljøvernenheten, og har selsagt syklet på jobb.

Master i natur, helse og miljøvern

– Etter 18 års trygg og god oppvekst på Ålo, med mye båt, sjø og natur, trivelige naboer og dårlig bussforbindelse, ble det etter hvert studier på UiA, og en bachelor i biologi. Jeg valgte biologi da det alltid har vært det faget jeg synes er mest interessant, forteller Anne Line.

– Min bachelor tok jeg i «kannibalisme hos rumpetroll», forteller hun og ler godt. Det gjør vi også. Men Anne Line

stoppet ikke der. Med mann og en 2 åring i Kristiansand, pendlet hun videre til Bø i Telemark i to år, og tok en master i natur, helse og miljøvern.

– Jeg ønsket å gå videre med studier innen miljø og natur, og Bø er et skikkelig friluft- og natursted. Det het den gang Høyskolen i Bø, nå Universitetet i Sørøst Norge, forteller friluftsentusiasten, som bodde i telt under studiene, utenom på vinteren, da hun fikk låne et glissent stabbur til overnatting.

Anne Line har også bodd 6 uker på Svalbard hvor hun studerte økosystem i isen, og tatt ett år med pedagogikk på UiA. Formidling av klima og miljø krever gode pedagogiske evner og kunnskap. Første jobben etter mange års studier var på Returkraft som bedriftspedagog, hvor hun tok imot grupper til omvisning.

Fra 2020 har hun jobbet som klima- og miljørådgiver i Kristiansand kommune. Vi må også nevne at hun har tre



Sirkulær økonomi handler om å tenke livsløp, om å bruke ting til de er ferdige. Ting skal ha en lengst mulig levetid, og vi skal bort fra bruk og kast.

gutter på 7, 10 og 13 år, som er kommet til verden i løpet av studier.

Hva jobber du med i kommunen?

- Jeg jobber med sirkulær økonomi, med blant annet å redusere matsvinn og marin forsøpling, og øke kildesortering, ombruk og reparasjoner. Vi jobber for å motivere våre innbyggere, organisasjoner og næringsliv til gode vaner som kan bidra til forbedringer, forteller Anne Line.

Her trekker hun fram Søgne Dykkerklubb og Åros undervannsklubb som gode bidragsytere til å fjerne marin forsøpling i havet. Søgne Dykkerklubb fjernet hele 49 tonn søppel fra havets bunn i fjor!

- Vi utfordrer også bedrifter til å redusere bruken av engangsartikler, som vi gjerne ser igjen under strandrydding som søppel på strendene våre. Her er det viktig for oss å støtte opp om lokale organisasjoner og bedrifter som vil bidra i opprydding. I løpet av de fire årene jeg har jobbet i kommunen ser vi at «ryddetallet» stiger, flere bidrar på opprydding både under og over vann, opplyser hun.

- Når det gjelder matsvinn så tar vi stikkprøver via Avfall Sør annet hvert år, for å se utviklingen på det området. Her er det fortsatt et stort potensial til forbedring, sier Anne Line, som er ansatt i en kommune som har som mål å bli best på å redusere matsvinn i Norge.

Sirkulær økonomi, hva er det?

Sirkulær økonomi ble nevnt, som jo er et stort begrep, og Fritidsnytt vil gjerne ha litt mer kjøtt på beinet her.

- Sirkulær økonomi handler om å tenke livsløp, om å bruke ting til de er ferdige. Ting skal ha en lengst mulig levetid, og vi skal bort fra bruk og kast. Vi tar ressurser ut fra naturen og de skal ideelt sett gå inn i et kretsløp hvor de ikke går tapt, forklarer pedagogen, som også er kjent for å unngå engangsartikler.

Hvorfor heter det økonomi?

- Vi har en lineær økonomi i verden, med bruk og kast. Med sirkulær økonomi, så ønsker vi slik ordet sirkulær tilsier, at ressurser skal brukes og brukes om igjen i nye former. I utgangspunktet er det ikke økonomi i form av penger, men

økonomi sett i forhold til verdien av ressurser som tas ut, forklarer klima- og miljørådgiveren.

Lokker med marshmallows

Vi nevnte de tre guttene til Anne Line, og lurte på hvordan mor jobber med egne barn for å gjøre de interessert i å ta vare på naturen.

- Det handler om å komme seg ut, og ikke ha for store ambisjoner, sier mor. -Vi tar korte turer, og gleder oss over meitemarker i jorda, studerer fuglelyder, forskjellig tresorter, og snakker om hvorfor de ulike artene er viktige i naturen. Ja, og så lokker vi med marshmallows på bål da, kommer det med en god latter fra trebarnsmora.

Anne Lines grønne spalte

Anne Line synes det er spennende å få lov til å dele tips og triks for å kunne ta mer miljøvennlige valg i en egen spalte i Fritidsnytt.

- Jeg er ei stolt søgnejente, og ser at samhold og samarbeid mellom lag og foreninger i Søgne, Greipstad og Finstrand gjerne er større enn i urbane strøk. Vi er nok også mer stolte av bygda vår. Men vi må nå jobbe sammen for å ta vare på vår sårbare natur, så våre barn og nye generasjoner kan få oppleve naturen både i skjærgården og i skogen, sier vår nye grønne spaltist, som nå er bosatt i Vågsbygd, og fortsatt tilbringer mye av sommeren i skjærgården på Ålo.



↑ Anne Line trives best i vannet med snorkel og maske. Hun liker å bade og å plukke søppel, som her hun har tatt opp flasker fra bunnen. Foto privat



**Godt humør, trening
og arbeidsglede
på Songvaar Vekst!**

← Vanessa Olsen er en gledesspreder på jobben i Songvaar Vekst. Hun ordner med posten og jobber i butikken, og viser fram tennbriketter du kan få kjøpt her.

→ Daglig leder Kjetil Olsen viser stolt fram produksjonslokalene i Songvaar Vekst. Her trives han meget godt, og forteller om en imponerende produksjon av ulike produkter som lages til privatpersoner og bedrifter.



– Å jobbe som leder for Songvaar Vekst er noe av det mest givende jeg har gjort i hele mitt yrkesaktive liv. Her ser jeg hvor lite det er som skal til for å gjøre livet litt lettere for de som jobber her. På toppen av det hele har jeg aldri ledd så mye sammen med andre mennesker som her, sier daglig leder Kjetil Olsen (57).

TEKST OG FOTO: [Ragna Marie Henden](#)

Sammen med en personalgruppe på syv ansatte tilrettelegger han arbeid for 27 personer innen ulike ordninger for arbeidstrening.

– For tiden er det veldig mye å gjøre, da vi får åtte nye personer fra Blå Kors som legges ned. De kommer 1. mars, og vi må utvide staben til 10 ansatte for å kunne ivareta alle, forteller Olsen.

Fritidsnytt er på besøk i bedriften Songvaar Vekst AS på som holder til på Linnegrøvan på Tangvall, og merker den gode tonen og humøret blant de som jobber her.

Det lukter furu og gran i produksjonslokalene

Det meste av det som produseres her lages av trevirke, mest furu og gran. Mengder av planker blir til de flotteste blomsterkasser, benker, bord, fuglekasser, julestjerner, båt krybber, kubbespill, ølkasser, hagestoler, varmepuuehus og snart også «hus» til robotgressklippere, med mer.

– Vi er opptatt av gjenbruk, og å bruke alt av trevirke, så kapp puttes i vedsekker og selges billig. Masse fra sagspon presses til fine tennbriketter som selges i butikken, forteller en stolt «fabrikksjef».

– Den største kunden vår er Elkem som kjøper standardiserte transportpaller, 4- 5 ulike moduler som sendes over hele verden. Ellers selger vi varene våre til privatmarkedet fra butikken her på Linnegrøvan, og ellers på messer og

stand. Vi tar også imot bestillinger og kan lage produkter etter ønsker og mål til bedrifter og private, inviterer Kjetil.

I tillegg til utallige treprodukter har Songvaar Vekst et eget lite trykkeri, og produserer også læremateriell i regning for barn, som kjøpes av skoler over hele Norge. De jobber også mye med å montere produkter for samarbeidspartner Gyli plast.

Navnet Songvaar Vekst

Bedriften Songvaar Vekst har et navn som ligner veldig på ei fyrlykt i skjærgården her, og vi lurar på sammenhengen.

– Nå er jeg nokså ny her, startet i jobben i fjor sommer, og har ikke hele historien til bedriften som er over 30 år. Men jeg regner med at navnet kommer fra Songvaar fyr, og symbolikken her er nydelig. Vi skal være et holdepunkt i livet for mennesker og vise vei, mener Kjetil.

Songvaar Vekst AS eies 100 prosent av Kristiansand kommune, og har som visjon å få mennesker til å vokse videre. Det primære formålet er å drive opplæring, og vare- og tjenesteproduksjon med ansatte som har behov for en tilrettelagt arbeidsplass. Resultatet av dette skal være at flest mulig får mulighet til å hospitere i andre bedrifter, og få mulighet til en ansettelse utenfor Songvaar Vekst. →



↑ Laila Haugland foran i godt driv og Erlend Høland Torvund i blå t-skjorte.



↑ Vanessa Olsen har god tro på at Songvaar Vekst gjør det godt i Sommerløpet!



↑ Instruktør Christina Alstad Tønnesen ved Family Sports Club på Tangvall leder ansatte ved Songvaar Vekst gjennom treninger to ganger i uka, med godt humør og mange øvelser.



↑ Christina har planken på programmet, en krevende øvelse.

Bedriften tilbyr varig tilrettelagt arbeid (VTA) og Arbeidsforberedende trening (AFT). Her tilbys en trygg arbeidsplass med et inkluderende og godt arbeidsmiljø, med mulighet til personlig utvikling og praktisk læring.

- I dag har vi 21 ansatte som er uføretrygda, og som ved å jobbe her mottar en bonuslønn. I tillegg har vi seks som går på arbeidsledighetstrygd. Vi kan også ta imot lære-kandidater fra videregående skoler som ønsker å jobbe mer praktisk, og som får et kompetansebevis for videre arbeid andre steder, forteller Kjetil, som synes det er flott å se hvordan det å komme på jobb gjør livet lettere for mange. Han inviterer også flere uføretrygda til å ta kontakt. Her er det muligheter til å treffe andre og bli med i et hyggelig arbeidsmiljø.

- Det å jobbe gir rutiner i hverdagen, her får de venner, gjør en verdifull jobb og får lønn, forteller Kjetil, som har erfaring fra en rekke bedrifter innen rekruttering, vært leder og HR-ansvarlig. Han har ikke angra en dag på at han begynte her. Kort vei har han også fra boligen ved Søgne gamle prestegård, forteller han.

Trener til Sommerløpet i Kristiansand!

I butikken møter vi Vanessa Olsen, som jobber med butikk-salg og tar seg av posten.

- Jeg stortrives og har vært her i syv år, forteller Vanessa, kledd i treningstøy, klar for dagens fellestrening på Famili Sports Club på Tangvall. Her trener de to ganger i uka, og har holdt på siden oktober i fjor.

- Målet er å delta på Sommerløpet i Kristiansand, og det tror jeg skal gå fint, sier Vanessa og spretter av gårde på trening.

Kl. 14.00 låses butikken og alle drar på trening. På treningssenteret venter Christina Alstad Tønnesen, som er leid inn for å kjøre en times program for full musikk! Hun følger også opp VTA-ansatte innen kosthold og livsstil. Her er innsatsen stor og svetten pipler etter både kondis- og styrkeprogram. Fritidsnytt er ikke i tvil om at alle kommer i mål på Sommerløpet!

Kjetil røper også overfor Fritidsnytt at et kostholdsprogram er på gang, og at det kanskje kommer noen sunne spiselige tilbud på jobb. Vi er ikke i tvil, her blir det mer energi og spreke og spretne deltakere i Sommerløpet fra Songvaar Vekst! Vi ønsker lykke til!

Åpningstider for butikken på Songvaar Vekst:

Mandag - fredag kl. 8 - 15



Din lokale maskinentreprenør



Med en stor og allsidig maskinpark utfører vi alle typer oppdrag:

Arbeid ifm. tomter og tilbygg / VA-Anlegg / Natursteinsmur Riving / Drenering / Nedsetting av septiktanker, pumpekum og infiltrasjonsanlegg.

Vi leverer masse - løftet på plass om du ønsker!

Vi leverer det meste innen stein, kult, pukk, grus, subbus og selvfølgelig hagejord. Skulle du ønske det, så kraner/løfter vi gjerne massene helt på plass for deg.

 Følg oss på Facebook! post@pertry.no Tlf: 930 97 000

pertry.no



Din lokale anleggsgartner



Vi utfører en rekke arbeid:

Steinlegging / Plenarbeide / Lekeplasser
Vedlikeholdsavtaler for bolig eller fritidbolig
Gartnerarbeider for nyetablering eller stell av hagen

Har du drømmen, så har vi resten...

Vi hjelper gjerne med tips og rådgivning til nyetablering og vedlikehold av hage og gårdsplass.

 Følg oss på Facebook! post@pershage.no Tlf: 480 99 400

pershage.no

Skap vintermagi ute!

2025 er friluftslivets år, og året har som mål at alle skal finne sin friluftsglede. Alle som erfarer positive naturopplevelser, øker sin kjærlighet til naturen, og ønsker å ta vare på den. Min bestemor på Ålo, eller Mor som vi kaller henne, har nok mye skyld i min friluftsglede.

TEKST: [Anne Line Gangså Tørresen](#)
FOTO: [Brita Sørli Jærnes](#)

Som liten dro hun meg med på lange fotturer på fjellet over flere dager, og kortere nærturer i Vestbygda. På tur skulle vi. Alltid med noe god mat i sekken og motiverende humør. Vi fikk oppleve mestring ved å bade i iskalde fjellvann, erobre fjelltopper og utforske huler i skogen i nærområdet. Nysgjerrighet og mestring bidrar stort til å skape friluftsglede.

Hvor bevisst Mor var på dette er usikkert, men hun la i alle fall grunnlaget for friluftsgleden og kjærligheten til naturen. Inn i friluftslivets år er det viktig å ha med seg at friluft og friluftsglede ikke trenger å være på toppen av fjellet. Det kan like gjerne være ved bålpanna i hagen, eller ved et tre i nabolaget.

Friluftslivets år 2025

I friluftslivets år heier jeg på lavterskel friluft og nærnatur. Nærnatur kan være så nært hjemmet ditt som du selv ønsker, og er utrolig viktig for vår mentale og fysiske helse. I nærnaturen kan du koble helt ut, du blir ofte i bedre humør og tiden du tilbringer i nærnaturen og på toppen av fjellet for den saks skyld, gir deg økt livskvalitet. I dag er nærnaturen ofte utsatt for nedbygging, derfor trenger vi at flere får øynene opp for hvor mye naturen gir dem, at vi er en del av naturen, og ser dens verdi.

Lån utstyr på BUA Kristiansand

På denne tiden av året kan muligheten til å brenne bål ute, og benytte kulden til noe positivt være motivasjonen til å komme seg ut. I tillegg til noen velgjørende, men kortvarige solstråler i ansiktet. I periodene som naturen vår her i sør inneholder snø, er akebrett og ski gode aktiviteter i friluft. Hvis du mangler utstyr, er BUA Kristiansand åpen mandag, onsdag og torsdag fra klokka 16-21. Hos BUA låner du sports- og friluftsutstyr helt gratis. Uansett hvilken aktivitet du velger, husk varme klær og sitteunderlag.



Bål som motivasjonsfaktor

Å tenne opp et bål ute, se på flammene, høre knitringen fra veden er meditativt i seg selv. I tillegg er bål en ypperlig motivasjonsfaktor for å få med seg barna ut på tur. Muligheten til å brenne bål er en viktig del av allemannsretten, men den krever at man opptrer ansvarlig.

Husk generelt bålforbud mellom 15. april og 15. september.

- Vær obs på skogbrannfare og bruk sunn fornuft
- Slokk bålet når du forlater bålplassen
- Friluftsløven sier at du skal bruke etablerte bålplasser der det finnes, og unngå bål på bart fjell, som svaberg. Varmen gjør at fjellet sprekker, og gir permanente ødeleggelser.
- Etterlat pauseplassen bedre enn før! Alt avfall du tar med deg på tur, skal du ta med deg hjem igjen. Det er forbudt å brenne søppel på bålet. Mange stoffer avgir giftige gasser når de brennes.

Lavterskel bål og turmat

Noe av det enkleste å ha på bål, utenom de velkjente pølsene og marsmellows, er pinnebrød. Hos oss brukes den allsidige pinnebrøddeigen til alle mulige måltider på bål. Man kan tilføre ost og skinke, eller lage deigen om til en dessert med kanel og sukker.

Matopplevelser ute kan være motiverende også uten bål. Når det er snø tilgjengelig, kan dere forsøke å lage softis. Ved hjelp av den kjemiske reaksjonen mellom snø og salt kan dere lage softis på 20 min.

Tips: Ta saltet i den store posen allerede før du drar, og sukker og vaniljesukker i den lille posen. Melk og fløte tar du med på en flaske/termsos.

Trenger du tips til turer i nærområdet?

Last ned appen UT, eller bruk nettsiden til å finne fine turer.

Vil du ha noen å gå sammen med? Da kan Mor tipse om at Søgne turgruppe er ute på tur onsdager og torsdager hele året. De tilbyr mosjon, naturopplevelser og sosialt samvær.

Uansett hvor turen går, hvem som er med og hvor lang den er, bruk tiden til å skape mestring og magi. Gi deg selv og de du tar med deg på tur, gode vaner for å ferdes ute. God tur ut.

Se også informasjon om turer fra Søgne turgruppe på side 64.

Pinnebrød

(DNT sin oppskrift)

500g mel
2 ts bakepulver
5 ss sukker
1 ts salt
1 dl matolje
Ca 2 dl lunkent vann

Kna sammen til en deig som du tar med deg ut. Ved bålet former du en klump til en tynn pølse, som tvinnes rundt en pinne. Stek over glør mens du vrir sakte på pinnen. Varier gjerne med ulike tilsetninger i deigen, muligheten er mange.

Softis

Du trenger en 2L pose og en 6L pose

I innerposen (2L):

3 dl fløte
2 dl helmelk
100g sukker
3 ss vaniljesukker
Topping/strøssel (kan droppes)

Til ytterposen (6L) trenger du:

300g salt
Snø som du finner på spiseplassen

Fyll den store posen halvveis med salt og snø. Hell fløteblandingen i den lille posen sammen med sukker og vaniljesukker. Knyt godt igjen. Putt den lille posen oppi den store posen, og fyll på litt mer snø før du knytter den store posen. Ta på gode vatter – dette er en kald jobb! Rist og kna på posen i minst 10 minutter, du vil merke at blandingen fryser og blir tykkere underveis. Når du er fornøyd med konsistensen tar du ut den lille posen, klipper et lite hull i et hjørne, og klemmer ut isen i kopper. Ta på strøssel om du har det med, og kos dere med selvlaget softis!



Søgne idrettslag var 90 år i 2024!

Litt forsinket feiret Søgne Idrettslag sitt 90 års jubileum. 21. oktober 1934 var stiftelsesdato for Søgne IL. Feiringen av jubileet ble gjennomført 15. januar 2025 på lagets klubbhus ved stadion på Tangvall.

TEKST: Frank Solås
FOTO: Wenche Solberg



↑ 60 inviterte gjester feiret Søgne idrettslags 90 års jubileum på etterskudd 15. januar i år. Her forteller Søgne sine beste idrettsutøvere gjennom tidene, Kristen Fløgstad, om sin karriere.

Jubileet ble feiret med 60 inviterte gjester, de fleste i godt voksen alder. De fikk oppleve mimring og humørfylte historier fra tidligere tider. I tillegg var klubben så heldig å få den kjente skientusiasten og forfatteren Thor Gotaas som gjest under arrangementet.

De første idrettene

De første årene var det friidrett, ski og fotball som var aktiviteten i idrettslaget. Etter krigen startet idrettslaget også opp med håndball og orientering. I tillegg ble det rundt 1980-tallet startet grupper for volleyball, badminton, bordtennis og trim. På slutten av 1980-tallet valgte Orienteringsgruppa å slå seg sammen med Songdalen Orienteringsklubb for å starte en egen klubb. I løpet av en hektisk periode i 1988 valgte både fotball, håndball og skigruppene å gå ut av Søgne Idrettslag for å starte egne klubber.

Dagens idretter i Søgne IL

Etter «bruddet» med de fire store gruppene var det et noe

ribbet idrettslag som stod tilbake. Men laget har holdt stand og i jubileumsåret 2024 er følgende grupper representert i Søgne IL: Allidrett, badminton, friidrett, trim, volleyball og det nyeste tilskuddet er frisbeegolf. De siste årene er det helt klart friidretten som har hatt flest medlemmer og utøvere. Den siste tiden har en også sett et stadig voksende antall medlemmer i frisbeegolf.

Arrangementer

I årenes løp har Søgne idrettslag vært arrangør eller medarrangør av flere store arrangementer, spesielt innen friidrett. Tradisjonsrike arrangementer som Tjomsevannet rundt og Søgnelekene er velkjente for de fleste i Søgne og arrangeres hvert år av Søgne idrettslag ved friidrettsgruppa.

Kjente utøvere

Opp gjennom årene er det flere utøvere fra Søgne som har hevdet seg på høyt nasjonalt nivå. Dog har noen av våre beste utøvere representert andre klubber når de har vært



↑ Forfatter Thor Gotaas og løperdronninga Vera Nystad.



↑ Bjørn Brunvatne overrekker blomster til Jon Fjeld for nesten 30 år som formann i Søgne Idrettslag.

på topp i karrieren. På toppen av lista er helt klar Kristen Fløgstad, som nok er mest kjent for sitt lengdesprang på 8,02 m i 1973, et resultat som stod som Norgesrekord i hele 46 år.

At Søgne IL også har fostret en av tidenes best lengdehoppere på damesiden er også imponerende. Margrethe Renstrøm representerte Søgne IL fram til 2005. Hun satte Norgesrekord i lengdehopp med 6,68 m i 2010, en rekord som fortsatt står.

Av utøvere som har hevdet seg på høyt nasjonalt er O-løperen Jan Ivar Solås som var landslagsløper i mange sesonger. Av dagens utøvere har vi sprint og hopp-talentet Christian Øydne, som i 2024 ble U-20 Norgesmester i stille lengde med et hopp på hele 3,22 m. Så har vi maraton-dronninga Vera Nystad som aldri slutter å imponere med nye verdensrekorder i veteranklassene.

Viktig for idrettslaget

Som i de fleste lag og foreninger så er en avhengige av ressurspersoner som sørger for å holde hjulene i gang. I Søgne Idrettslag er det en person vi må trekke fram. Han liker ikke skryt, men fortjener det så veldig. Han har vært viktig for laget blant annet som formann i hovedlaget i alle de siste 30 årene. Det er Jon Fjeld, Mr. Friidrett, som nesten alltid på kveldstid er å se rundt og ved Søgne stadion. Idrettsfolket i Søgne skal være glade for at Mr. Friidrett i Søgne fortsatt har motivasjon til å fortsette sitt arbeid for idretten og Søgne idrettslag. Vi takker hjertelig, og Fritidsnytt henger seg på skryt og takk!

Populært arrangement på Sygna kultursenter

152 personer benket seg i Sygna torsdag 16. januar. De fikk valuta for pengene. Thor Gotaas har ordet i sin makt. På innpust og utpust formidlet han om skaukarer og koieliv som engang levde fjernt fra dagens standard. Med humor og fakta, uten manus og med masse verbale krydder trollbandt han forsamlingen.

TEKST OG FOTO: [Anne Lise Riseng](#)

Det var Greipstad Historielag i samarbeid med Songdalen Bondelag og Songdalen skogeigarlag som inviterte til kulturkveld. Velfødde smørbrød, kaker og kaffe hører til på en kulturkveld som denne. Ikke minst god tid rundt dekkede bord, hvor praten gikk mellom kjente og ukjent. Tuntrallen sørget for toner og trall før leder av Greipstad Historielag, Øystein Dybesland, hadde et innslag hvor han blant annet inviterte til medlemskap i historielaget.

Aller sist på programmet stod trekning av inngangsbilletten. Hvem ville vinne motorsaga til en verdi av 6.500 kroner gitt av Skog og Varme i Finsland. Det ble Bjørn Harald Nordkvist, født og oppvokst i Brennåsen som hadde riktig tall på loddet sitt.

Det var ifølge Dybesland første gang historielaget inviterte til Sygna.

- Det blir nok ikke siste gang, sa Dybesland.





↑ Vokalist Bjørø Hildebrandt og den fløytisten Julie Isabel Hodøl ga publikum en flott opplevelse sammen med Agder Symfoniorkester. Foto: Mats Myreng Christiansen

Glitrende nyttårskonsert på Sygna kultursenter

For et publikum, skrøt den alltid opplagte konferansier på Nyttårskonserten, Egil Lunde. Før han overtok ønsket styreleder Ragnar Klami i Songdalen Blues & Rock Klubb publikum velkommen i gullglitrende dressjakke.

TEKST: [Anne Lise Riseng](#)

Det ble også en kveld som stod til gull musikalsk. På programmet stod verk av komponister født i 1825 og i 2011. Johan Strauss II var naturlig nok ikke til stede, men det var Endre Sørhaug (13) fra Hellemyr som fikk høre sitt verk «Kom litt tidlig» framført av Agder Symfoniorkester, og tre Knuden-elever, som ga verket nåtidens digitale avtrykk.

Flotte solister

Vokalist Bjørø Hildebrandt og den unge fløytisten Julie Isabel Hodøl ga publikum en flott opplevelse både med felles opptreden og som kveldens vokalister i godt samspill med dyktige musikere i Agder Symfoniorkester.

– Det er jo moro at det kommer folk når vi arrangerer noe, smilte en fornøyd Klami, mens styremedlem i klubben, Janerik Rislåa kunne meddele et besøkstall på over hundre.



↑ Ragnar Klami, leder av Songdalen Blues & Rock Klubb, ønsket velkommen til en glitrende nyttårskonsert i sin glitrende jakke. Foto: Anne Lise Riseng

Forsvarshistorisk forening i Kristiansands-regionen på Helgøya

TEKST OG FOTO: [Tormod Christiansen, leder FHF](#)



Forsvarshistorisk forening i Kristiansands-regionen (FHF) har lagt bak seg 2024 som har vært preget av flere dugnader og innledende arbeider på kanonprosjektet. To av kanonene på Helgøya er demontert og tatt inn til fastlandet for en fullstendig overhaling.

Transporten har blitt gjort av Torkildsen Sjøtransport og graving AS og deler av arbeidet skal utføres av Kontinental Maskinservice AS i Søgne.

Trenger nye frivillige

FHF leter etter nye frivillige som vil være interessert i å delta på det frivillige arbeidet på Helgøya. Det er et stort spenn i prosjektene som gjør at alle uavhengig av kompetanse og bakgrunn kan være med. Dugnadene skjer primært på lørdager med avreise fra Høllen med rutebåten. Hver dugnad avsluttes med mat og drikke kjøpt inn av foreningen.

FHF har julebord og andre fellesaktiviteter i løpet av året. Ta gjerne kontakt med foreningen på tlf. 900 73 870 eller via [facebook.com/nyhellesund](https://www.facebook.com/nyhellesund) hvor det er mulig å følge aktivitetene til foreningen.

Det er også mulig å støtte FHF økonomisk med å betale den årlige medlemskontingenten på 100,- til kto. **3090.40.85177** eller med Vipps (103,-) til **511381**. Husk å merke betalingene med navn og epostadresse.

SONGVÅR FYRSTASJON



Opplev fyrferie!

Spennende overnatting i havgapet!

Songvaar Fyrstasjon ligger 7 km ut i havgapet rett syd av Høllen i Søgne. Du må ha egen båt for å ta deg ut og inn. Vi kan på forespørsel være behjelpelig med transport ut og inn. Fyret ligger på Hellersøya som er både fugle- og naturreservat. Det er begrenset hvor du kan gå på øya i perioden 15/4 til 15/7. Fyrstasjonen er vinterstengt men er åpen for utleie fra mai til oktober. Vi anbefaler ikke å gå ut dersom det varsles mer enn 10 s/m til 12 s/m vind på utreise- og innreisetidspunktene.

10 soverom
25 sengeplasser
4 kjøkken
Langbord til 25
2 dusjer
Vedfyrt badstue



For bestilling:
post@songvaarfyr.com
Telefon 957 22 806

songvaarfyrstasjon.com



Medlemmer I FRITIDSNYTT

Fritidsnytt gis ut av medlemsorganisasjoner, lag og foreninger i Søgne, Greipstad og Finstrand. Medlemskap i Fritidsnytt koster kun 1700 kroner i året, per 2025. Medlemmer får dele informasjon om sine aktiviteter i magasinet helt gratis. Vi publiserer også nyheter på nettsiden som deles i våre sosiale kanaler på Facebook og Instagram.

Ønsker ditt lag eller forening å bli medlem, kontakt ragna.marie@fritidsnytt.no

Det er 62 medlemmer i Fritidsnytt per desember 2024:

FOR BARN OG UNGE

1. Søgne sjøspeidergruppe
Greipstad ungdomslag
Søgne ungdomslag
Åros ridesenter

FOR SENIORER

Senioruniversitetet i Søgne
Songdalen pensjonistforening
Søgne pensjonistforening
Søgne seniordans gruppe 1 og 2
Søgne seniorsenter

HAGE- OG BONDELAG

Songdalen Hagelag
Søgne Bondelag
Søgne bygdekvinnelag
Søgne hagelag

SPORT OG IDRETT

Karateklubben sør
Søgne & Mandal basketballklubb
Søgne cykleklubb
Søgne dykkerklubb
Søgne fotballklubb
Søgne håndballklubb
Søgne idrettslag
Søgne kajakkklubb
Søgne klatreklubb

Søgne og Songdalen
orienteringsklubb (SSOK)
Søgne seilforening
Søgne skiklubb
Søgne trialklubb
Søgne skytterlag
Søgne tennisklubb
Søgne turnforening

KULTUR

Foreningen Søgnerutas venner
Forsvarshistorisk forening
i Kristiansandsregionen
Greipstad amatørteater
Songdalen blues og rock klubb
Songvaar fyrs venner
Stiftelsen Porsmyr
Søgne Kor
Søgne gamle prestegårds venner
Søgne historielag
Søgne kunstlag
Søgne kystlag
Søgne musikkorps
Søgne mållag
Søgne skolekorps

MENIGHETER

Den evangeliske lutherske frikirke
Songdalen

Greipstad menighet
Søgne Misjonskirke
Søgne Normisjon
Søgne menighet

SKOLER

Agder folkehøgskole

ULIKE INTERESSEFORENINGER

LHL Søgne og Songdalen
LIONS club Søgne
LIONS club Songdalen
Naturvernforbundet i Søgne
Søgne Bridgeklubb
Søgne helselag
Søgne Mediagruppe
Søgne og Songdalen hørselslag
Søgne Røde Kors
Søgne turgruppe

VELFORENINGER

Lunde velforening
Søgne vestbygd vel

Se medlemsaktiviteter
på side 60–65!



Din lokale elektriker!

Ring oss for en hyggelig prat og et godt tilbud.



Vi tilbyr:

- Tradisjonell installasjon
- Smarthus installasjon
- Utelys
- Interiør belysning
- Downlight

Tlf: 381 67 378 Mob: 909 52 652
Mail: Jan@mydlands-elektriske.no Hjemmeside: www.mydlands-elektriske.no



SØRLANDS
ADVOKATENE



Advokat Tore Øydne

Medlem av den norske advokatforening

Strafferett | Familierett/arv | Barnevern
Utlendingsrett | Erstatning/forsikring
Fast eiendom | Fri rettshjelp

Telefon 922 11 778

E-post oydne@sorlandsadvokatene.no

Besøksadresse Østre Strandgt. 29, 4610 Kristiansand S
sorlandsadvokatene.no

Trenger du en elektriker?



Vi tar oppdrag både
til vanns og til lands!

SØGNEelektriske **as**

Telefon 38 05 30 30 | Vakttelefon hele døgnet
Linnegrøvan 24, 4640 Søgne | Man-fre kl. 07.00-15.00
www.sogneelektriske.no



Lys opp tilværelsen med AB Elektrisk!

Vi er elektrikerne som får ting til å skje.

Uansett om det er å fikse en feil, installere ny belysning,
eller montere solcelle anlegg eller billader, eller full installasjon,
er vi eksperter på å håndtere alt med strøm.

La oss få jobben gjort, slik at du kan nyte et strålende resultat.

Velg AB Elektrisk - vi er spenning i hver eneste ledning!



elektrikerkjøperens
norgesalliten

Tlf: 380 500 77 / epost: post@abelektrisk.no



SØGNE OG SONGDALEN BEGRAVELSESBYRÅ

Innehaver: Kjell Dahl
Eikestølveien 154
Telefon: 38 05 01 35

**Vakttelefon
900 44 994**

Vår vakttelefon er
betjent hele døgnet.

Din annonse i Fritidsnytt?

KONTAKT:
annonser@fritidsnytt.no

Om du elsker solsikker, skal du kanskje ikke ha hvite nelliker?

Det er ikke lang tid mellom et dødsfall og en begravelse. På denne korte tiden skal det tas mange valg – om gravsted, type gravferd, seremoni, musikk og minneord. Det kan være vondt å tenke på at vi en dag skal dø, men det er også det eneste sikre vi vet i livet. Derfor er det fint om man våger å snakke sammen om dette. En begravelse med et preg av den personen som har gått bort, blir ofte et sterkt og nært farvel.

Ingen er like. Hvorfor skal begravelser være det?



Reidun Borøy
Rådhusveien 30, 4640 Søgne
Telefon 38 14 87 70
kristiansand@jolstad.no

JØLSTAD

begravelsesbyrå
Begravelsesbyråkjeden Jølstad

www.jolstad.no

ADVOKATENE LIPPENS & OMDAL

Trenger du testament, fremtidsfullmakt eller hjelp med arveoppgjør? Vi holder til i 2. etasje over Søgne konditori på Tangvall.

Vi bistår også innenfor følgende områder:

Fast eiendom | Arv og skifte | Samlivsbrudd | Barnesaker
Barnevern | Kjøps- og kontraktsrett | Håndverkertjenester
Kontrakt, oppgjør og tinglysning ved salg av fast eiendom



Håkon Omdal
Mob. 41 00 78 00
ho@lippensomdal.no



Richard Lippens
Mob. 95 00 70 70
rl@lippensomdal.no

Tlf. 38 16 62 20 | www.lippensomdal.no

EN VERDIG AVSKJED

VELKOMMEN TIL OSS

Samtale med pårørende gjennomføres på dagtid, kveld eller helg. På vårt kontor eller hjemme hos dere. Alt etter hva dere ønsker.



ANNE LINE
BEGRAVELSESBYRÅ

Skippergata 47A, 4611 Kristiansand • Tlf 461 90 056
post@annelinebegravelsesbyraa.no • annelinebegravelsesbyraa.no



Foto: Gunnalf Bækkelø

Søndag 9. februar kl. 19
Søgne Hovedkirke

Markusevangeliet

Fremføring v/Lisbeth Westhagen Jølstad.
Det blir pause m/enkel servering.
Gratis inngang. Kollekt.



DEN NORSKE KIRKE
Søgne menighet

Fredskonsert på Sygna kultursenter

SØNDAG 2. MARS KL. 18:00



Mark Candasamy og Alfred Gammelsæter
fremfører egne komposisjoner ved flygelet.

Billetter ved inngangen: kr. 150
Barn og studenter: fri entré

Velkommen!



Vi er her når du trenger oss.

TLF. 38 17 74 50 · WWW.ANDÅS.NO ·  


ÆDER

ANDÅS
BEGRAVELSESBYRÅ

05.
mars

FOREDRAGSHOLDER
Line Baugstø



Bestemor er løs!

09.
april

FOREDRAGSHOLDER
Finn Gunnar
Nielsen



Energi fra havvind
- er det noe for Norge?

07.
mai

FOREDRAGSHOLDER
Even
Moland



Hvordan kan vi bevare det
sårbare livet i havet?

Kultursalen, Søgne gamle prestegård, **kl 11.00**

SiS Senioruniversitetet
i Søgne

Følg oss på Facebook! • [senioruniversitetetisogne.no](https://www.facebook.com/senioruniversitetetisogne.no)



DEN NORSKE KIRKE

Vårens aktiviteter

Greipstad og Finsland menigheter

Torsdag 6. februar

- Barneklubben Jump og Minikjelleren 5.-7. klasse kl. 17.30. Kjelleren fra 8. klasse og oppover kl. 19.00.
- Tro for livet bibelundervisning v/Arne Tord Sveinall kl. 19.00 på menighetshuset. Tema: Sjelesorg i hverdagen.

Lørdag 8. februar kl. 17.00

Familielkveld med mat og aktiviteter på menighetshuset.

Onsdag 12. februar

- Bønnesamling i kjelleren på menighetshuset kl. 10.00.
- Åpent barnetreff kl. 10.00-12.00
- Korøvelse ungdomskoret (fra 8. klasse) kl.17.00
- Korøvelse Restart Mass Choir kl. 18.30

Torsdag 13. februar

- Formiddagstreff på Greipstad menighetshus kl. 11.00. Vegar B. Jørgensen forteller om sitt møte med Karsten Isachsen.
- Knertekoret (2-8 år) og Joy barnekor (2.-7. klasse) kl. 17.30.

Søndag 16. februar kl. 11.00

Fellesgudstjeneste i Finsland kyrkje. Vegar B. Jørgensen er gudstjenesteleder.

Onsdag 19. februar

- Bønnesamling i kjelleren på menighetshuset kl. 10.00
- Åpent barnetreff kl. 10.00-12.00

Søndag 23. februar kl. 11.00

Gudstjeneste i Greipstad kirke v/ Svein Arve Egeland. Søndagsskole.

Onsdag 26. februar

- Bønnesamling i kjelleren på menighetshuset kl. 10.00.
- Åpent barnetreff kl. 10.00-12.00
- Korøvelse ungdomskoret (fra 8. klasse) kl.17.00
- Korøvelse Restart Mass Choir kl. 18.30

Torsdag 27. februar kl. 17.30

Knertekoret (2-8 år) og Joy barnekor (2.-7. klasse).

Lørdag 1. mars kl. 19.00

Gospelwishes med Restart Mass Choir på Greipstad menighetshus.

Søndag 2. mars

- Kl. 11.00: Gudstjeneste i Finsland kyrkje v/Anne B. Øvensen
- Kl. 17.00: Gudstjeneste i Greipstad menighetshus v/Anne B. Øvensen. Restart Mass Choir deltar.

Tirsdag 4. mars kl. 16.00

Middag for alle på Greipstad menighetshus. Rimelig og godt måltid i hyggelig lag.

Onsdag 5. mars

- Bønnesamling i kjelleren på menighetshuset kl. 10.00
- Åpent barnetreff kl. 10.00-12.00

Torsdag 6. mars

- Barneklubben Jump og Minikjelleren 5.-7. klasse kl. 17.30. Kjelleren fra 8. klasse og oppover kl. 19.00.
- Tro for livet bibelundervisning v/Vegar B. Jørgensen kl. 19.00 på menighetshuset. Tema: Innledning til teksten for 1. søndag i fasten.

Søndag 9. mars kl. 17.00

Supersøndag på menighetshuset. Vi får besøk av Viggo Klausen.



[greipstad.menighet.no](https://www.greipstad.menighet.no)



Vårens aktiviteter Søgne menighet

Torsdag 6. februar

Kl. 17.30 – 18.30: Barneforeningen Ruth på Søgne menighetscenter Torve. Hobbyforening for jenter fra 5 år og oppover.

Kl. 17.30 – 19.00: Legoklubben i Langenes arbeidskirke, kjellerstua. For barn fra 4 år og oppover i følge med voksen.

Kl. 19.30 – 21.30: KorGlede øver i Søgne hovedkirke. Kor for deg som er 40+ år.

Fredag 7. februar

Kl. 10.00 – 11.30: TREFFEN – trening for kvinner, Helsehuset på Tangvall, 3. etasje

Kl. 19.00 – 21.00: Yngres på Søgne menighetscenter Torve. Andakt, spill, leker konkurranser og kiosk. For 7.- og 8.-klassinger.

Søndag 9. februar

Kl. 11.00: Gudstjeneste i Søgne hovedkirke v/Johan Gimse. Familiecoret og 5-årsklubben deltar.

Kl. 19.00: Markusevangeliet – levende formidlet. Vi får besøk av Lisbeth Westhagen Jølstad. Hun har en gave til å formidle og vil denne kvelden presentere Markusevangeliet for oss på en måte så ordet blir nytt og levende. Dette er en kveld du bør få med deg. Enkel servering. Kollekt

Tirsdag 11. februar kl. 9.30:

Morgenbønn i Langenes arbeidskirke

Onsdag 12. februar kl. 17.30 – 19.00:

Soul Children øver i Ungdomsbygget på Søgne menighetscenter Torve. Gospelkor for gutter og jenter fra 4. – 10. klasse.

Torsdag 13. februar

Kl. 17.30 – 18.15: Langenes Familiekor øver i Langenes arbeidskirke. Kveldsmat etterpå.

Kl. 19.30 – 21.30: Søgne KorMix øver i Søgne hovedkirke. Kor for deg mellom 20 og 40 (isj).

Fredag 14. februar

Kl. 19.00 – 21.00: Fredagsklubben i Langenes arbeidskirke. Andakt, spill, lek og aktiviteter. For 5.- og 6.-klassinger. Husk 20 kroner til lodd.

Kl. 19.00 – 21.00: Yngres på Søgne menighetscenter Torve. Andakt, spill, leker konkurranser og kiosk. For 7.- og 8.-klassinger.

Søndag 16. februar

Kl. 11.00: Gudstjeneste i Søgne gamle kirke v/Hans Jørgen Wennesland.

Kl. 19.00: Kveldsmesse i Langenes arbeidskirke v/Hans Jørgen Wennesland. Sang av Søgne KorGlede. Nattverd.

Tirsdag 18. februar kl. 9.30:

Morgenbønn i Langenes arbeidskirke

Torsdag 20. februar

Kl. 17.30 – 18.30: Barneforeningen Ruth på Søgne menighetscenter Torve. Hobbyforening for jenter fra 5 år og oppover

Kl. 17.30 – 19.00: Legoklubben i Langenes arbeidskirke, kjellerstua.

For barn fra 4 år og oppover i følge med voksen.

Kl. 19.30 – 21.30: KorGlede øver i Søgne hovedkirke. Kor for deg som er 40+ år.

Søndag 23. februar kl. 11.00:

Gudstjeneste i Søgne hovedkirke v/Johan Gimse. Søndagsskole.

Tirsdag 25. februar kl. 9.30:

Morgenbønn i Langenes arbeidskirke

Onsdag 26. februar

Kl. 17.00 – 19.00: Kom og spis Tacomidag på Søgne menighetscenter Torve. Pris: kr. 60,- pr. pers. / kr. 150 pr. familie.

Kl. 17.30 – 19.00: Soul Children øver i Ungdomsbygget på Søgne menighetscenter Torve. Gospelkor for gutter og jenter fra 4. – 10. klasse.

Torsdag 27. februar

Kl. 11.00 – 13.00: Hyggetreff på Søgne menighetscenter Torve. For voksne 50 – 100 år sånn ca. Hygge, sosialt, mat, program i form av foredrag, musikk elle annet. Kollekt. Håper vi ser akkurat deg. Velkommen!

Kl. 17.30 – 18.15: Langenes Familiekor øver i Langenes arbeidskirke. Kveldsmat etterpå.

Kl. 19.30 – 21.30: Søgne KorMix øver i Søgne hovedkirke. Kor for deg mellom 20 og 40 (isj).

Fredag 28. februar

Kl. 10.00 – 11.30: TREFFEN – trening for kvinner, Helsehuset på Tangvall, 3. etasje

Kl. 19.00 – 21.00: Fredagsklubben i Langenes arbeidskirke. Andakt, spill, lek og aktiviteter. For 5.- og 6.-klassinger. Husk 20 kroner til lodd.

Kl. 19.00 – 21.00: Yngres på Søgne menighetscenter Torve. Andakt, spill, leker konkurranser og kiosk. For 7.- og 8.-klassinger.

Lørdag 1. mars kl. 19.00 – 23.00:

KRIK Søgne i Tangvallhallen. Fra 8. klasse og oppover.

Søndag 2. mars kl. 11.00:

Gudstjeneste i Langenes arbeidskirke. Sang av Familiecoret

Tirsdag 4. mars kl. 9.30:

Morgenbønn i Langenes arbeidskirke

Onsdag 5. mars kl. 17.30 – 19.00:

Soul Children øver i Ungdomsbygget på Søgne menighetscenter Torve. Gospelkor for gutter og jenter fra 4. – 10. klasse.

Torsdag 6. mars

Kl. 17.30 – 18.30: Barneforeningen Ruth på Søgne menighetscenter Torve. Hobbyforening for jenter fra 5 år og oppover

Kl. 17.30 – 19.00: Legoklubben i Langenes arbeidskirke, kjellerstua. For barn fra 4 år og oppover i følge med voksen.

Kl. 19.30 – 21.30: KorGlede øver i Søgne hovedkirke. Kor for deg som er 40+ år.

Fredag 7. mars

Kl. 10.00 – 11.30: TREFFEN – trening for kvinner, Helsehuset på Tangvall, 3. etasje

Kl. 19.00 – 21.00: Yngres på Søgne menighetscenter Torve. Andakt, spill, leker konkurranser og kiosk. For 7.- og 8.-klassinger.

Søndag 9. mars kl. 11.00:

Tårnagent-Gudstjeneste i Søgne hovedkirke v/Johan Gimse m.fl.





SØGNE MISJONSKIRKE

Gudstjenester i Søgne Misjonskirke:

9. februar	kl. 11.00	Thomas Neteland taler
16. februar	kl. 11.00	Wiggo Skagestad taler
23. februar	kl. 11.00	Oddvin Larsen taler
2. mars	kl. 11.00	Daniel fra Iran taler
9. mars	kl. 11.00	Geir Johannessen taler
16. mars	kl. 11.00	Jens Petter Jørgensen taler

Barne-tweenskirka på alle gudstjenester

Følg gjerne våre daglige Facebook-sendinger



PORSMYR BYGDETUN

Årsmøte i Porsmyrs venner

Tirsdag 11.2 kl. 12.15 i Gjødselkjelleren på Porsmyr

Alle som betaler kontingenten kr. 150 pr. år (kto. 3090.07.13521), er velkommen.

Vanlige årsmøtesaker. Etter årsmøtet vil Stiftelsen Porsmyr orientere om arbeidet med bygdetunet, og om planene fremover.

Porsmyrdagen 2025 avholdes 14. juni kl. 11.00 – 16.00. Mer info kommer på porsmyrbygdetun.com



LASTAD GRENDEHUS

Strikke kafé

Velkommen til strikke kafé på Lastad grendehus våren 2025.

Onsdager fra kl 17.00: 26/2, 26/3, 30/4 og 28/5. Inngang kr 50 som dekker kaffe/te og kaffemat, og et lodd til utlodningen. Velkommen enten du strikker, holder på med et annet håndarbeid eller bare vil møtes.



SØGNE PENSJONISTFORENING

Program for møtene våren 2025:

Sted: Søgne seniorsenter, Kleplandsveien
Tid: Torsdager kl 17.00

Torsdag 30.1:

Musikk: Harald Fjelde og Torstein Andersen

– Syng og vær glad

Snitter, kaffe og åresalg

Kåseri: Ordfører Mathias Bernander

– Aktuelle politiske saker

NB: Denne gangen starter vi med kåseri kl 17.00

Torsdag 27.2:

Musikk: Ellen Frøysaa og Harald Eikeland

– Norsktoppen- Norsk visesang fra 70-tallet

Snitter, kaffe og åresalg

Kåseri : Jostein Andreassen

– Bjørnson i Søgne

Kl 19.00 Årsmøte med valg og vanlige årsmøtesaker

Torsdag 27.3:

Musikk: Elin Nygård og Gjert Werring

– Barnetimen for de eldste

Snitter, kaffe og åresalg

Kåseri: Fylkeseldreombud i Agder Hanne M. Nøding

– Viktige eldresaker

Torsdag 24.4:

Musikk: Christine Leer-Salvesen, Ane Eikemo,

Mattis Johannessen, Per Myrstad Kringen

Gunnar på Mo drar til Zanzibar

Snitter, kaffe og åresalg

Kåseri: Ikke avklart enda

Torsdag 22.5:

Musikk: Trond Akerø-Kleven og Håvard Gryting

– I Sinatras fotspor

Snitter, kaffe og åresalg

Kåseri: Per Martin Steinsvåg i Sparebanken Sør

– Om å forhindre svindel av eldre

Alle er velkommen!



SØGNE IL FRIIDRETT

Trening for barn fra 7 år

Søgne il Friidrett har trening for barn i alderen 7 år og oppover. Vi er i Tangvallhallen i vinterhalvåret, og på Stadion i sommerhalvåret.

Treningstider:

7-9 år tirsdager 18.00-19.00
10-14 år tirsdager 19.00-20.00
og torsdager 18.00-19.30
15 år+ torsdager 18.00

Kontakt via Messenger (Søgne IL Friidrett) eller via hjemmeside sogneil.no

Bli grasrotgiver i dag!

Du kan bli grasrotgiver i alle Norsk Tippings kanaler eller ved å sende SMS: **Grasrotandelen 993733776** til nummer 60000



SØGNE SENIORSENTER

Kultur før middag

Onsdager kl. 14.00, våren 2025.

Søgne seniorsenter, Kleplandsveien 15.
- i samarbeid med KulturRullatoren

05.02: «Norske favoritter»

med Hilmar Stokke Kristoffersen og Martin Wikstøl.

19.02: «Sugartime»

med Rebekka Fjellstad Fredsrud/Jenny Ness
og Yngvild Christine Udjus/The Attitunes.

02.04: «Kvinner i Countrymusikken»

med Harald Eikeland og Gunhild Robstad.

04.04: «Frigjøringsjubileet»

Dikt og sanger med profesjonelle skuespillere
fra Kilden.

07.05: «En grønmalt benk»

med Elin Nygård, Aase Helene Røinaas Aabel,
Inger Sundberg og Torstein Andersen.

25.06: «Svinge oss glad i dansen!»

med Ingvild Sæter og Linda Manuykan.



SØGNE UNGDOMSLAG

Salg av brukt sportsutstyr

Nå er vi godt i gang med salg av brukt sportsutstyr fra kjelleren i Heimklang. Det er allerede bra med fint utstyr, så ta gjerne en tur innom for å se og prøve.

Salget foregår slik: Du leverer inn dine ting som vi selger til den pris du bestemmer + litt fortjeneste til Søgne Ungdomslag. Innlevert utstyr bør være helt og rent.

Nå er det kun lørdagene 1. og 15. februar samt 1. mars fra kl 10.00 – 13.30 som vi har åpent.

Vi tar mot alt av sportsutstyr, sportsklær, sykler og større leketøy.



SØGNE BYGDEKVINNELAG

Bli med på treff!

Vi møtes siste onsdag i mnd. fra kl 18.30 til ca 21.00 i Seniorcenteret på Søgne Omsorgssenter, Kleplandsveien 15.

Alle er hjertelig velkomne, og vi byr på kaffe/te og noe å bite i.

Onsdag 29. januar:

Vi lager og smaker på syrekaker fra Rogaland

Onsdag 26. februar:

Bunadsvedlikehold v/Astri Slottet

Lørdag 15. mars:

Distriktsårsmøte i Marnardal, sammenslåing av Vest-Agder og Aust-Agder til Agder Bygdekvinnelag

Onsdag 26. mars:

Spiselige ville vekster v/Enny Karin Vindheim

Onsdag 30. april:

Foredrag om Vilhelm Krag og Gabriel Scott
v/rådhusforvalter Harde Johannesen

Onsdag 28.mai:

Tema kommer senere

Du kan følge oss på FB eller bygdekvinnelaget.no/
lokallag/sogne-bygdekvinnelag



SONGVAAR FYRS VENNER

Årsmøte

**Fredag 14.2 kl. 17.30 – 19.30 i Stallen
på Søgne gamle prestegård.**

Saker som ønskes behandlet må sendes styret:
post@songvaarfyr.com eller
Daleheia 15 A, 4640 Søgne, innen 1. februar.

Årsmøtedokumenter vil bli lagt ut på vår
hjemmeside: songvaarfyrstasjon.com 5. februar.

Velkommen!

Med støtte fra



TURGRUPPA / SANG- OG HYGGEKVELD

Sang- og hyggekvelder våren 2025

Søgne Turgruppe og Sang- og hyggekveld
samarbeider om å arrangere månedlige sammen-
komster på Heimklang med sang, underholdning
og musikk for sine medlemmer som er i alders-
gruppen 65+ år.

Arrangementene er upolitiske og livssyns-nøytrale.
Arrangementene er åpne for alle (også de som
ikke har betalt kontingent på kr 50,-).

Inngangspenger er kr 100,-. For dette får man enkle
smørbrød og kaffe, underholdning og musikk samt
sangleder.

Følgende dager er planlagt våren 2025:

Fredag 28.2: Old Boys Kwartett spiller

Fredag 28.3: Old Boys Kwartett spiller

Fredag 25.4: Old Boys Kwartett spiller



SØGNE TURGRUPPE

Turprogram våren 2025

Tuslegruppa

(Møtested: Essoen på Tangvall
kl 11:00 på torsdager. Skyss kr 20,-)

- 13.02 Årsmøte i Langenes Arbeidskirke
Møt på Essoen før kl 10:30
- 20.02 Oftenes til Friområdet
- 27.02 Lundeløypa
- 06.03 Hølleheia rundt - Konvalldalen
- 13.03 Krossneset til båthavna
- 20.03 Linnegrøvann fra Tangvall (Kr 0,-)
- 27.03 Grøvansløypa
- 03.04 Tag fra Lohne
- 10.04 Rismyrløypa
- 24.04 Lohne (til Signes hus)

Ruslegruppa

(Møtested: Essoen på Tangvall
kl 10:30 på tirsdager. Skyss kr 20,-)

- 11.02 Ormestadløypa
- 13.02 Årsmøte i Langenes Arbeidskirke
- 18.02 Donevannet - Roligheten
- 25.02 Lohne - Eplehaven
- 04.03 Berge
- 11.03 Håvann
- 18.03 Flekkerøya (Kr 30,-)
- 25.03 Gratjønn - Tunballen
- 01.04 Heiden
- 08.04 Nepstadmyra (Kr 30,-)
- 15.04 Kjosdalen
- 22.04 Knibe
- 29.04 Kjellandsskogen - Svartehei

Turgruppa

(Møtested: Søgne Stadion kl 10:30
onsdager eller torsdager. Skyss kr 20,-)

- 13.02 Årsmøte Langenes Arbeidskirke/
Kvernhusvannet
- 19.02 Flekkerøy (Kr 30,-)
- 27.02 Knibe
- 05.03 Vardeheia Ormestad
- 13.03 Tjomsevannet
- 19.03 Riveneset
- 27.03 Trobbevann
- 02.04 Eidsveden
- 10.04 Kjellandsløypa
- 16.04 Amfenesheia
- 24.04 Harkmark (figurene) (Kr 30,-)
- 30.04 Lundeheia

**Velkommen til mosjon, naturopplevelser
og sosialt samvær!**



Program våren 2025

Torsdag 13.2 kl. 19 i Kultursalen «Plantebonanza»

Besøk av Anders Røyneberg og Erik Schjerven fra @articgardener. (articgardener.com)
Lurer du på hvordan du kan lykkes med grønne planter og hvilke bør du velge?
Hvordan du kan skape et godt hjem gjennom å ta med naturen inn i stua?
Vi får mer kunnskap om plantene, hvordan skal vi stelle dem og gode styling-tips
Pris: 100,- for medlemmer i Søgne Hagelag
150,- for ikke-medlemmer.
Billetter kan kjøpes på Checkin.no og i døren.
Vipps og kontant.

Tirsdag 4.3 kl. 18 Såkurs hos Trygve Aamodt Gartneri

Hvordan lykkes vi med å så egne planter?
Vi får tips og deler erfaringer.
Vi sår blant annet Søgne-tomater, grønnsaker og sommerblomster.
Påmelding og begrenset antall plasser!
Pris: 50,- for medlemmer i Søgne Hagelag
75,- for ikke-medlemmer.
Inkluderer materiell. Mer info kommer.

Tirsdag 8.4 kl. 19 «Pil i hjertet»

Vi får besøk av May Tove Lindås som forteller om prosessen fra pila står på åkeren til den blir kurver og andre produkter i pil.
Hun tar med seg eksemplere på ting det er mulig å lage i pil.
Det blir lotteri, kaffe og kake.
Pris: 50,- for medlemmer i Søgne Hagelag
75,- for ikke-medlemmer.



Program våren 2025

Mandag 24.2 kl. 19-21

Frøkveld med foredrag, inspirasjon og frøbytte

Anne Endresen fra «Annemors hage» kan det meste som er verdt å vite om frø, og er alltid inspirerende å høre på.
Foredrag, informasjon om frøanking, og litt praktiske tips. Frøbytte. Servering og loddsalg.
Sted: Innbyggertorget, Nodeland. Gratis inngang.
Åpent for alle.

Mandag 24.3 kl. 18-21

Såkurs

Såkursene til Anita S. Dietrichsson er alltid populære. Se «Drivhuset mitt» hvis dere ikke kjenner til Anita.
Servering og loddsalg
Sted: Innbyggertorget, Nodeland. Påmelding.
Følg med, nærmere informasjon kommer!

Mandag 28.4 kl. 18-21

Pilefletting

Vi tar turen til Wencke Kjær på Liane Gård i Søgne og fletter ulike ting i pil og andre fine materialer.
Servering og loddsalg.
Sted: Liane Gård, Liane 19, Søgne. Påmelding.
Følg med, nærmere informasjon kommer!

Mandag 26.5 kl 18-20

Plantemarked

Plantesalg med småplanter, stauder, grønnsaksplanter, sommerblomster o.l.
Aktiviteter for barn. Kafeteria.
Sted: Sansehagen på Nodeland
Følg med - nærmere informasjon kommer.
Vi tar imot småplanter og avleggere, stiklinger og annet for salg. Kontakt en av oss i styret.





TRY RØR
- din lokale rørlegger

Nå også med butikk

Telefon 381 69 010 / 907 36 699 - Søgne
www.tryror.no

Betongarbeid
Murarbeid
Peis-/flisarbeid

Verdal & Trysnes

mur og betongarbeid

Birkedalsveien 53 | 4640 Søgne | vtas.no



932 29 133

**BEHOV
FOR EKSTRA
LAGRINGSPASS?**

HØLLEN VEST LAGERHOTELL

leier ut lagringsplasser på 17 m³
i tempererte lokaler. Lokalene har
innvendig laste- og lossepluss utstyrt
med jekk, trykkluft mm.

Birkedalsveien 77, 4640 Søgne | johansafemarin@gmail.com

S/AS

Har du behov for
en elektriker?



38 05 10 12



si-as.no

Songvaar
Finke folk . . .

Vi får mennesker til å vokse videre

Har du uføretrygd og lyst på jobb?

- Leverandør til industri og næringsliv
- Produsent av læremidler til skoleverket
- Produsent av tre-emballasje, merkestikker og opplagsutstyr
- Spesialister på inkludering og tilrettelegging

Verdifulle – Engasjert – Smidig

Kontakt oss

post@songvaar.no telefon: 380 51 430 - www.songvaar.no

MURERFIRMA
Magne Lia

Mobil: 90 10 22 70

E-post: post@magnelia.no

**MUR OG BETONGARBEID
BRYGGER | PEISER | FLISER | BAD**

**Alt innen ventilasjon
og blikkenslagerarbeid!**

Ring 915 77 864

tiP
Pedersen
BLIKKENSLAGER
ALT I BLIKK OG VENTILASJONSARBEID



**Ren bil til
hyggelig pris!**

Vask, polering, lakkrens, keramisk
lakkforsegling og innvendig
vask/rens av bil og båt.

Tlf. 990 21 705



BAKKE polering

Birkedalsveien 37, 4640 Søgne | erlendbakke@outlook.com



GB LOGOPEDI

Logoped sentralt plassert på Tangvall.
Refusjonsavtale med HELFO,
ingen egenandel.

Søgne helsehus, 2. etg.
Rådhusveien 5
4640 Søgne

www.gb-logopedi.no
post@gb-logopedi
Tlf. 907 43 348

 **APOTEK1**

Man-fre: 08.30–18.00 | Lør: 09.00–15.00
Telefon: 38 05 18 40

Rådhusveien 35-37 Sentrumsgården, 4640 SØGNE

Søgne Legesenter

Åpent 08.00–15.00
Telefon 38 05 39 40

KOMMUNAL LEGEVAKT
116117

Rådhusveien 7, 4640 Søgne - 1. etg. Helsehuset, Tangvall

Hølleveien
HÅRSENTER



Åpningstider
Man, tirs, ons, fre 9–16
Tors, klippotek 16–21

Timebestilling:
917 76 429

Velkommen til oss
i Hølleveien 58!

første steg FOTTERAPI



Utfører alle type fotbehandlinger
Hjemmebesøk • Gavekort



*Hilde
Eftestad*

Aut. Fotterapeut
med fordypning
innen diabetes.



Friske føtter - bedre helse!

922 19 922 | Hølleveien 40 | www.forstesteg.no

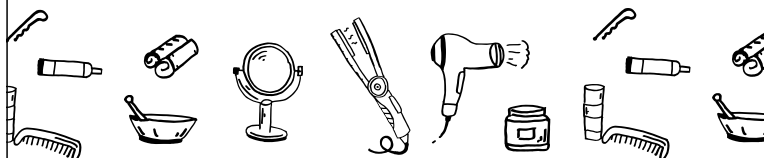
BliFi
HÅRSENTER

Nytt år,
nytt hår?



Solrun ønsker
velkommen til
BliFiX Hårsenter!

Jeg disponerer egen
plass i lokalene til
Din Frisør på Nodeland.



Nodeland Senter, Songdalsveien 65

Tlf. 38 18 23 73

*Hello Søgne...
So we meet again!*



Skagen

**VI GLEDER OSS TIL Å VENDE TILBAKE TIL SØGNE OG VERDENS
BESTE SJØUTSIKT I HØLLEN! VI ÅPNER DØRENE IGJEN I APRIL.**



**2025 BYR PÅ HELT NYTT
MAT-KONSEPT, KUN
TILGJENGELIG HOS
SKAGEN PUB SØGNE!**

www.SkagenPub.no

