

# God påske



**Varme hjarte**

*Side 22-23 ▶*



**Strikkedilla**

*Side 24 ▶*



**Høgsesong**

*Side 30 ▶*



**Snøbryllupet**

*Side 32-33 ▶*



# Held hovudet kaldt

**I år kan Kirkens SOS feire 50 år. Dei feirer også at dei har fått ti nye frivillige medarbeidarar på Gvarv, men drøymer om enda fleire.**

*Marie Olderkjær*

redaksjon@boblad.no

– Me ønsker å satse vidare på Gvarv. I haust hadde me kurs der me utdanna ti nye frivillige her, men no håpar me på ti nye igjen, seier Audun Haga, leiar av Kirkens SOS Telemark.

Kirkens SOS har ei landsdekkande hjelppelinje på telefon og chat, og har totalt 1100 frivillige på landsbasis.

#### – Fint å vera der for andre

No har dei rundt 20 frivillige på Gvarv. Helene og Bente er blant dei nye frivillige som var på kurs i haust. Etternamnet er fjerna, då både dei som ringer inn og dei frivillige skal vera anonyme. Dei fortel om ein givande frivillig teneste.

– Det er fint å vere der for andre som har det vanskeleg og å hjelpe dei med å komme gjennom natta eller dagen. Det betyr så mykje, seier Bente.

Ho valde å bli frivillig då ho gjekk inn i pensjonisttilværet.

– Eg hadde litt tid til overs, og eg har lyst til å gjøre noko nyttig. Eg vil fortsatt bidra og vere ein del av samfunnet.

Helene har ein travel kvardag, men fann tid til å bli frivillig då ungane begynte å bli litt større.

– Eg melde meg til teneste i lag med ei venninne. Eg er veldig glad i å snakke med folk, så det passa meg eigentleg veldig bra, seier ho og fortel at ho er veldig glad for at ho tok det valet.

#### Styrke i fellesskapet

Dei frivillige har to vakter i månaden. På vaktrommet på Gvarv er dei aldri aleine. Det skal alltid vere minst to der, og det er eit stort fellesskap i dette, ifølgje dei sjølv. I tillegg har dei heile tida tett kontakt med organisasjonen.

– Vaktene er på rundt fem timer. Men tida går veldig fort på vakt, og det kjenst ikkje ut som det er så lenge. Me har moglegheit for å ta pausar, og me har tett kontakt med kvarandre og med organisasjonen, seier Helene, og legg til:

– Det er ein veldig sosial jobb, og me føler oss som del av eit



FRIVILLIGE: Frivillig i Kirkens SOS. F.v. Helene, leiar Audun Haga og frivillig Bente.

stort fellesskap.

Haga seier at det er behov for at fleire skal bli med i dette fellesskapet.

#### Organisasjonen i ryggen

Som frivillig så må ein vere førbudd på veldig mykje. Ein kan rekne med å komme borti litt av kvart. Derfor er det grundig opplæring og oppfølging av dei frivillige.

– Eg var veldig nervøs i starten, særleg rundt sjølvmordsproblematikk. Eg er glad for at me er blitt så godt drilla på dette. Så når eg har komt borti slike situasjonar og eg klarer å hjelpe, så er det ei enorm mestring ved å klare det. Men ein veit aldri heilt kva ein møter. Me har vanskelege samtalar, men me er aldri heilt aleine

melde seg på.

– Me har lært å halde hovudet kaldt og hjartet varmt. Organisasjonen er veldig flink. Me har kurs og faddarar og medvakt. Me kan snakke om alt det me måtte oppleve. Det er ein tryggheit i at me svarer på vegner av Kirkens SOS og ikkje som enkeltperson, seier Helene.

– Det er veldig greitt å ha heile organisasjonen bak seg. Me som frivillige får veldig masse omsorg her. Og eg merker at for kvar samtale eg har med innringarane, så blir eg tryggare. Alle samtalane er unike, og ein kjerner på ei enorm mestring ved å klare det. Men ein veit aldri heilt kva ein møter. Me har vanskelege samtalar, men me er aldri heilt aleine

i det. Så det kjennest veldig trygt, seier Bente.

– Eg var i byrjinga litt redd for å ta med meg nokre av opplevingane heim, men det har gått heilt fint, seier Helene.

#### Kan passe for mange

Dei fortel om eit program med kurs og praksis med fadder, for å førebu nye frivillige på oppgåvene.

– Nye frivillige må søke gjennom heimesidene til Kirkens SOS, og søkerane blir inviterte til samtale før eventuell kursstart, seier Haga, og legg til:

– Det er nok mange fleire som passar til dette enn det ein kanskje trur. Men det er også slik at dersom ein står midt i ei

krise sjølv, så kan ein ikkje jobbe her. Har ein derimot tidlegare gått gjennom ei krise, så er det berre ein nyttig livserfaring, og då kan ein sjølv sagt vere med. Aldersgrensa er mellom 20 og 80 år for å vere frivillig, seier Haga.

Ifølgje Haga er det viktigaste for dei frivillige at dei er villige til å bety noko og bruke empatien sin på andre. Dei er ikkje der for å gi råd eller svar, men for å lytte, støtte og anerkjenne.

– Dette er så nyttig, særleg for dei unge. Eg skulle sjølv ha meldt meg på for lenge sidan, seier Bente.

Nytt med frivillig arbeid i Kirkens SOS er at det no er mogleg å få studiepoeng for det,



# t og hjartet varmt



Foto: Marie Olderkjær



**GIVANDE ARBEID:** Dei frivillige fortel at kvar samtale er unik, og at dei heile tida lærer.

FOTO: Marie Olderkjær



**FRIVILLIGE:** Bente og Helene trivst med fellesskapet dei får av å vera frivillig.

FOTO: Marie Olderkjær

**KIRKENS SOS TELEMARK:** Leiar Audun Haga.

FOTO: Marie Olderkjær

og bruk det som ein del av utdanningsløpet.

– Det er for oss ei viktig anerkjenning av kva kurset betyr. Det er ei fin mengdetrening for arbeidslivet og livet generelt. Det er nyttig i veldig mange utdanningsløp, seier Haga.

## Reddar liv

Haga fortel at organisasjonen har fått mange tilbakemeldingar om at dei reddar liv og gir livshåp.

– Me er samfunnet si førstelinjeteneste, og ein viktig aktør innanfor sjølvmordsførebygging. Derfor er det viktig at folk veit om oss og om tilbodet. Me er der når nokon treng nokon å snakke med. Det er mange som har behov for arbeidet me gjer, og

mange treng ein anonym samtale, seier han.

Dei frivillige er einige i at dette er viktig arbeid. Og at det er viktig å snakke om vanskelege ting.

– Det handlar om kommunikasjon og om det å tote å spørje. Det er altfor mange som lar frykta stoppe dei, men ingen ting gale kan kome av å spørre nokon om vanskelege tankar, seier dei.

– Som frivillig får ein trygghet til å gå inn og snakke om slike. Dette er noko eg er takknemleg for, og som eg tar med meg i andre samanhengar. Det er ei frykt som stoppar altfor mange i å spørje, seier Helene.

## Nyttig lærdom

Dei frivillige er begge einige i at

det er mykje lærdom i denne jobben. Dette er lærdom som dei også tar med seg på privaten.

– Ein føler at det betyr noko. Det er veldig givande. Me får innringarar i alle kjønn og aldrar, og med mange ulike vanskelege ting dei vil snakke om. Kvar einaste samtale er unik. Nokre må berre få ut det dei har på hjartet. Det er mange som kjenner på einsemd og berre ønsker nokon å snakke med. Me er uansett her for å støtte, styrke og lytte.

– Det er nesten slik at eg gler meg til kvar vakt og samtale, det er så kjekt å kunne hjelpe. Det er alltid kjekt når samtalane går bra. Det hender

at det ikkje blir heilt klaff mellom den frivillige og innringaren, men då får dei tilbod om å ringe på nytt for å snakke med nokon andre, seier Bente.

## Fleksible kurs

Kursa for å bli frivillig er nasjonale og digitale, og finst som både dag- og kveldskurs. Det kan såleis bli tatt frå kor som helst. Det er ny oppstart kvar månad, og no ønsker leiaren i organisasjonen at fleire skal bli frivillige på Gvarv.

– Me prøver å gjere både kurset og vaktene så fleksible som mogleg. Det må alltid vere fleire på vakt samtidig, så me må alltid få det til å passe med fleire i lag, seier Haga.

På Gvarv er dei frivillige stort sett på telefon. Men det er også moglegheit for å jobbe i chattestenesta, eit tilbod som er nytta av særleg yngre. Dei frivillige må då ha ein ekstra kurskveld.

## Betre medmenneske

Dei frivillige avsluttar med desse orda:

– Me har lært mykje her om kor viktig kommunikasjon er. Det er mykje psykisk uhelse og einsemd i samfunnet, og det er viktig at me kan snakke om det. Som frivillig så kan ein bli betre kollega, betre forelder, betre venn og rett og slett eit betre medmenneske. Samtalemetodane me lærer er noko som me kan ta med oss.



**STRIKKEDILLA:** Monica Sønstebo Bergan fortel at strikking blir stadig meir populært.

FOTO: Marie Olderkjær

# Den store høgtida for handarbeid

**Strikking er i vinden som aldri før, og påska er høgsesong for slike kreative prosjekt. Det er i alle fall det drivarenne av lokale butikkar seier.**

*Marie Olderkjær*

redaksjon@boblad.no

– Folk skal gjerne ha eit påskeprosjekt. Noko å kose seg med i påska, seier Monica Sønstebo Bergan.

Ho driv butikken Strikkeverden på Sønstebotunet, og fortel at ein i tida opp mot påske gjerne ser auka pågang av dei som handlar garn og strikkeutstyr.

## Mindre prosjekt først

– Det er ofte ein del mindre prosjekt som folk brukar tid på i påska. Før påske er det mange som ønsker å strikke påskeegg og påskehavar og slike kreative prosjekt. Men i sjølve påska er det nok mange som strikkar generas. Det gjer i alle fall eg sjølv, seier ho.

Butiksjeften fortel vidare at det ikkje berre er lokale folk som

kjem innom i påska.

– Eg ser at det gjerne kjem hytteturistar hit. Det er ofte folk som har gløymd strikkekinnar eller strikketøy og må innom og kjøpe nytt. Det er eit jamnt over bra trykk i påsketider, seier Sønstebo Bergan.

## Ungdommar også

Strikking er absolutt i vinden, også blant den yngre garde.

– Det som er så kjekt å sjå no er kor mange unge som kjem innom, og som skal strikke sin første generasjon. Det er gjerne unge jenter som er heilt nybegynnare og som skal ha sitt første prosjekt, seier Sønstebo Bergan.

Ho er ikkje den einaste som opplever denne trenden. Også Wenche Kleiva, som driv butik-

ken Kreative Hjerter saman med dottera, seier at butikken er populær blant dei unge.

– Særleg studentar kjem innom butikken. Dei er veldig flinke til å strikke og sy. I tillegg kjem dei innom fordi dei har planar om å fikse ting, som til dømes glidelåsar, seier Kleiva.

– Det ikkje berre jenter som kjem innom, men også ein del gutter.

## Påskeprosjekt

Kleiva fortel at i butikken går det generelt mykje garn, men at det er ein oppsving i tida mot påska.

– I høgtida er det mange som ønsker å ha garn til småprosjekt som sokkar og luver, og sjølv sagt litt generas.

Men påskeegg og påskehavar er ikkje det einaste kreative strikkeprosjekts som høyrer påska til.

– Det er populært med slike gøyale småting som vinhøner og vinposar også, seier Kleiva.

Sjefen for hobbybutikken fortel òg at det er andre ting enn garn som folk likar rundt påske-

tider.

– Det er populært med den type prosjekt som kan sysselsette borna litt. Slik som til dømes å lage påskekyllingar eller fargelegge egg, seier ho.

## Populært med kreativitet

Kreative prosjekt blir stadig meir populært, ifølgje Sønstebo Bergan.

– Det er ei klar auka interesse

for hekling, i tillegg til strikking. No er det til dømes mange som ønsker å nyte moglegheit til å hekle si eiga veske. Det er lurt å lage noko ein sjølv har lyst på, fordi då blir ein i alle fall ferdig, seier ho.

– Me er heilt overveldt over responsen me har fått frå kunder sidan me opna her. Det er ei glede å sjå, seier butikkjefen på Sønstebotunet.



**KREATIVE HJERTER:** Dagleg leiar Wenche Kleiva.

FOTO: Marie Olderkjær



Vi forhandler **ideHUS**

Ta gjerne en tur innom på vår hjemmeside [tbeas.no](http://tbeas.no) eller på [idehus.no](http://idehus.no) der du finner et rikholdig utvalg av boliger, hytter eller garasjer.

Du kan også kontakte Kristian Eika på 45213 811 eller på [kristian@tbeas.no](mailto:kristian@tbeas.no)

# TBE

Telemark ByggEntreprenør AS

Din lokale  
byggentreprenør

Telemark ByggEntreprenør AS er entreprenør-  
og boligleverandør med kontoradresse  
Torshølvegen 8, 3810 Gvarv.

Vi har i dag 35 fast ansatte og har vårt  
nedslagsfelt i hele Telemark.



**ALLSIDIG JOBB:** Dagleg leiar Olav Sunde trivst i jobben på Jønnbu fjellkyrkje.

FOTO: Marie Olderkjær

# Driv kyrkja aleine

**I januar i fjor tok Olav Sunde over som leiar av Jønnbu fjellkyrkje. Han fortel om ein meiningsfull jobb der han føler at han kan bidra.**

*Marie Olderkjær  
redaksjon@boblad.no*

– For meg er det spennande med ein så variert jobb. Eg har ein veldig allsidig bakgrunn, og ser på meg sjølv som ein som er flink til mykje forskjellig, seier Olav Sunde.

Han kjem frå Nordagutu, men er busett i Heddal i Notodden kommune. No er det han som har ansvaret for å føre kyrkja på Jønnbu og leirstaden vidare.

## Påske i fjellet

Ein årleg tradisjon i fjellkyrkja er å ha gudsteneste andre påske-dag.

– Det kjem som regel litt hyttefolk på gudstenesta, men også ein del lokale. Heile kyrkjelyden flyttar da opp til fjells, så der som du skal gå på gudstenesta den dagen er det her du bør vere. Det er ikkje så mange stadar ein kan gå på gudstenesta andre påskedag. Dei fleste arrangerer påskegudstenesta første påskedag, seier Sunde.

I år blir det også arrangert barnedåp. Sunde håpar at mange tek turen, både dei fra Midt-Tenmark og dei som er på påsketur

og kjem langvegsfrå.

## Tilbyr utleige

– I påska leiger me også ut fasilitetane til grupper. Det er noko me tilbyr heile året, og ofte er det lag og foreiningar som ønskjer å leige seg inn her. Då tilbyr me både internatet og kontorbygget, samt tilgang til kyrkjebygget, seier Sunde.

Det er mange som kjenner til kyrkja og leirskulen. Området blir brukt til både leirskule, speidarleir og konfirmasjon. Totalt er det om lag 70 sengeplassar på området.

– Det blir fort ein stad der mange ungdommar og unge samlast, seier Sunde.

## Aitmoglemannen

Dersom det er lag og foreiningar som ønskjer å leige, er det Sunde sjølv som tar seg av dei.

– Det varierer litt kor ofte eg må reise opp her, men når det er gjestar her så møter eg dei når dei kjem opp. Eg er også her når dei reiser. I tillegg kjem eg opp ved behov. Eg gjer ein del ting som snikring og vasking, og mykje andre ting. I vinter har det blitt ein

del snømoking. Når det er leirskule er det veldig lange dagar. Då står eg for kost og losji, og det må alltid vere ei nattevakten her. Då har eg heldigvis fleire på jobb, seier Sunde.

I tillegg til å ta seg av gjestene, gjer han det meste av anna arbeid i kyrkja.

– Eg gjer alt frå vasking til snømoking til kontorarbeid. Eg er jo den einaste faste tilsette, og har ansvar for heile drifta.

Sunde har ein allsidig bakgrunn som kjem godt med i jobben no.

– Eg er utdanna lærar, men eg har drive med alt mogleg forskjellig – utanom å vere lærar, ler han.

Før han tok over som leiar i fjellkyrkja dreiv han sitt eige selskap.

– Eg dreiv med litt ulike ting, som vaktmesterenester og kjøkkenmontering. Eg tek fortsatt ein del småjobbar ved sida av å drive kyrkja, seier han.

## Føler seg heime i kyrkja

– Eg ønskete denne stillinga, både fordi det er ein allsidig jobb, men også fordi det kjennest som ein meiningsfull jobb. Eg vokste opp med tilknytning til kyrkja, og den er noko som står meg nær, seier Sunde, som sjølv var på konfirmantleir på Jønnbu fjellkyrkje.

– Det var nesten ei nostalgisk kjensle å komme opp her. Det er kjekt å føle at eg har ein jobb der

eg kan bidra med ned noko meiningsfullt, seier han.

Sunde har tidlegare jobba i fellesrådet i Notodden kyrkje, og er såleis ikkje heilt uerfaren med kyrkjejobb.

– Eg kjenner til det å vere tilsett i kyrkja, men i fjellkyrkja så er eg kyrkjetenar pluss, pluss, pluss. Her har eg ansvar for alt det som har med drifta å gjøre, både administrativt og vedlikehald.

## Trivst med mykje å gjøre

– Der er veldig spennande at det er så mykje å gjøre her, seier Sunde, og legg til at i ein slik jobb kan ein forvente på komme borti litt av kvart.

– Eg har møtt ein del utfordringer sidan eg starta. Det er mykje å lære, og det er stadig nye ting ein kjem borti, men eg håpar at eg har

fått relativt god kontroll på ting.

## Utvídar eigedommen

Sunde fortel at stiftinga som eig fjellkyrkja har fleire planar.

– Me har kjøpt den gamle Røde Kors-hytta som ligg like ved kyrkja. Planen er å bruke ho til utleie, og til å utvide leirstaden. Her er det 16 sengeplassar og eigne fasilitetar. Hytta kan me leige ut anten saman med det andre, eller for seg sjølv, seier Sunde.

Han fortel at det også er andre prosjekt på gang.

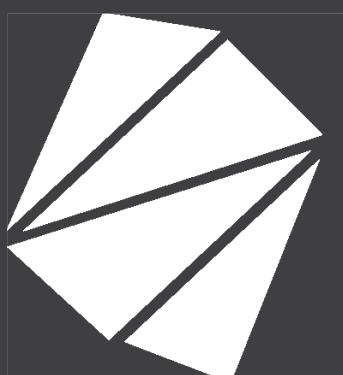
– Me har fått skifertak på internatbygget no i januar. Eg har tankar om å pusse opp litt innvendig også, seier han, og fortel om lange dagar, særleg når det er leirskule.

– Det er masse å gjøre her, døger rundt.



**INTERNAT:** Jønnbu fjellkyrkje har eit ganske stort internat.

FOTO: Marie Olderkjær



# NYHET!

**fra kr 2290,-**

# LOTUS GRILL

## STEINSENTERET

Stilig og rask grill fra LotusGrill, passer perfekt til stranda, campingvogn, bobil eller hytta.

Grillen bringer frem den velkjente kullgrillsmaken samtidig som den er kompakt og lett å ta med seg. Grillen blir ikke varm utvendig og kan settes rett på bordet hvor alle kan grille sin egen mat.

Denne enkle, sikre og rene kullgrillen kommer i flere størrelser og forskjellige livlige farger, med fantastisk tilbehør for mer grill-moro.

For fisk, kjøtt, grønnsaker og mer rett fra grillen - den typiske, deilige kullaromaen uten å bruke evigheter på opptenning, og med nesten ingen irriterende røyk.



Perfect Biff  
med Lotusgrill



**PÅ HYTTA:** Elin Slåttedalen treng ikkje reise langt for å få ein fullverdig hyttetur.

FOTO: Marie Olderkjær

# Har kortreist hytte

**Det er ikkje alle som ser det som nødvendig å reise langt for å dra på hyttetur. Ti minutt unna heimen finn Elin Slåttedalen roa på familiehytta.**

*Marie Olderkjær*

redaksjon@boblad.no

På ein gammal husmannsplass til Uvdal gard, rett ved Uvdalstjønna, står det ei hytte som høyrer til Elin og Terje Slåttedalen. Sjølve hytta vart bygd på 90-talet, men eigedomen har vore i familien i generasjonar.

For ekteparet tar det berre ti minutt å køre frå heimen til hytta, men den blir likevel brukt som ei fullverdig hytte.

– Det er så fint å kunne komme seg vekk. Det blir eit miljøskifte. For oss er det ein plass der me berre kan kose oss, og kjenne at tida går litt seinare. Eg kjenner ofte på kjensla av å berre ville flytte meg opp her, seier Elin.

## Meir og meir brukt

Paret tok over hytta frå foreldra til Terje i 2019, og sjølv om dei hadde brukt ho litt før det, har dei etter dette berre brukt hytta oftare og oftare. Dei eig også litt av skogen, og driv med arbeider, men dei bruker hytta mest til å slappe av.

– No har me utvikla stadig meir her. Det er så kjekt å ha hytta så nærmee. Likevel er me på skikkelig hyttetur når me er her. Det er sjølv sagt greitt at det er kort veg til butikken dersom me skulle ha gløymd noko, men eg handlar inn alt på førehånd. Eg planlegg hytteturen like mykje som dei som har hytte på fjellet og kører skuter opp, seier Elin.



**UTSIKT:** Hytta ligg ute i naturen, mellom skogen og vatnet.

FOTO: Marie Olderkjær

Det å ha tilgang på hytte nær heimen er veldig positivt synest eikjabygningen.

## Nærme heime

– Det betyr utruleg mykje. Og dess meir eg er her, dess meir betyr det. Det er rekreasjon og glede og kjensla av å plutsle seg ha tid. Rett og slett det å komme seg vekk frå kvardagsstresset, seier Elin, og fortel at dei også har tilgang til ei hytte på fjellet, to timer unna. Men den bruker dei ikkje like ofte som nærhytta.

– Det er noko med det at det er så lettint. Eg pleide å tenke at det var rart at folk hadde hytte så nær heimen, men det er ei gentleg litt som når ein er liten

og bygger hytte i skogen. Det minnar meg litt om det, ler Elin.

## Sosialt

Elin fortel at det er mykje å gjere på på hytta, særleg om sommaren.

– Den ligg rett ved vatnet, og me har tilgang på båt. Det er moglegeheiter både for å bade og fiske. I tillegg er det masse fine stiar her med rikeleg høve til mange fine rusleturar i området, seier Elin.

Ho fortel at ho merkar at dei også er mykje meir sosiale når dei er på hyttetur.

– Me samlast rundt middagsbordet for å ete, og sit gjerne ute rundt bålpanna. Det er noko med

det å berre vere her og føle på det å ha tid til å slappe av, seier ho.

## Sommarhytte

Elin fortel at hytta blir brukt heile året, men aller mest om sommaren. Påska blir også tilbrakt på hytta.

– Me står ikkje noko særleg på ski, men det blir turar og samling rundt bålpanna, seier ho.

Hytta ligg skjerma i flott natur, med skogen og vatnet i umiddelbar nærleik.

– Det er veldig fint å ha moglegheita til å berre sitte og sjå på naturen. Det er ingen andre hytter i nærleiken, og det er veldig fredeleg her, seier Slåttedalen.



**HYTTA:** Hytta er bygd på ein gammal husmannsplass.

FOTO: Marie Olderkjær



# DRISKUTT PÅ PÅSKEFAVORITTER

29<sup>90</sup>

**RØDE DRUER**  
BAMA, 500g, 59,80 pr. kg

29<sup>90</sup>

**TOMAT MINIPLOMME R**  
BAMA, 59,80 pr. kg

14<sup>90</sup>

**APPELSIN**  
BAMA, 14,90 pr. kg

399<sup>00</sup>

**REKER 70/90**  
Royal greenland, 5 kg, 79,80 pr. kg

59<sup>90</sup>

**DEIG AV SVIN & STORFE**  
Nordfjord, 650 g, 92,15 pr. kg

269<sup>00</sup>  
PR. KG

**MØRBRADBIFV AV STORFE**  
Gilde, 269,00 pr. kg

49<sup>90</sup>  
+ PANT

**SOLO SUPER 1,5 4PK**  
Ringnes, 4 pk, 8,32 pr. l



FØR 39,90

24<sup>90</sup>

**FREIA STORPLATER**  
Freia, 150-200, 124,50-166,00 pr. kg

59<sup>90</sup>  
PR. KOPP

**CANDYKING SMÅGODT**  
Candyking, 59,90 pr. kopp

REMA 1000



**LIFJELLSTUA:** Dagleg leiar Gunhild Grav har høgsesong i bedrifta når det er påske.

FOTO: Marie Olderkjær

# Ein travel sesong

**På Lifjellstua er det påska som er årets høgdepunkt. Her kjem det mange påsketuristar innom restauranten og overnattinga kvart år.**

*Marie Olderkjær*

redaksjon@boblad.no

– Me forventar fint vær i påska, seier Gunhild Grav.

Ho er drivar på Lifjellstua, der påska er den travlaste tida i året. Fjellstova samarbeider med skisenteret like ved, og har førebudd ei rekke aktivitetar.

– Det er ei super tid for oss, med masse hyttefolk som kjem innom restauranten. Me har også gode bookingtal på overnatting, og det er masse som

skjer i påskehelga, seier Grav.

I påskehelga blir det arrangert både quiz, afterski og påskeeg gjakt på Lifjell.

– Og så har me påskebad. Då lagar me hòl i tjernet slik at folk kan hoppe uti. Det pleier å vere veldig populært, seier Grav.

## Tradisjonsrik stad

Lifjellstua er ein populær stad, både for overnattings- og restaura-

rantgester.

– Folk frå store delar av regionen kjem innom i påska. Mange har hytte i området og fleire kjem innom på skiferie. Det er stort sett nordmenn og danskar her, seier Grav.

– Det hender at det er travelt her på sommaren, men det er ingen ting som slår påska. Då er det mange som har fri samtidig.

Lifjellstua vart bygd som turisthytte i 1957, og er ein tradisjonsrik stad. Det er ein stad som mange har eit forhold til, ifølgje dagens eigar.

## Mykje å gjere

Grav tok over Lifjellstua i 2017. Til vanleg er det ope i helger og feriar, og det hender at det vert

arrangert kurs og konferansar på kvardagane.

– Eg vil kalle oss ein restaurant, som i tillegg har moglegheit for overnatting. Men det er restauranten som er hovudfokus. Her held me open for både hyttefolk og böheringar, seier Grav, som har veldig mykje av ansvar sjølv.

– Eg driv mykje av plassen her, og har mange roller. I tillegg til å vere leiar er eg både vaktmeister, servitør og reinhaldar. Heldigvis får eg hjelp i påska, seier Grav.

## Skryt av maten

Rundt bordet på Lifjellstua, sit ein gjeng med gamle vennar og et lunsj. Dei kjem frå ulike

stadar i landet, men karane gjekk saman på Telemark ingeniørskule for 43 år sidan. No er dei på tur med sine «betrre halvdelar».

– Det er veldig god mat her. Me blir så godt motteke når me kjem inn frå kulda, kjem det frå gjengen.

Det er ikkje første gong dei er her, og no håpar dei å gjere det til fast tradisjon.

– Det er bra å ha ein slik stad. Det er viktig at me brukar den, slik at drifta kan halde fram.

Dei har vore på tur med truger og ski, og er innom for forfriskningar og lunsj. Dei gir mykje skryt til Lifjellstua og Gunhild Grav.



**PÅ OVERNATTING:** Birk Rønvig (12) frå Lillesand spelar brettspel saman med farmor Bodil Erichsen. Dei er her for tredje gong. FOTO: Marie Olderkjær



**VENNETUR:** F.v. Anita Kalleklev, Åge Frisak, Mari Sand, Kai Mykkeltveit Jacobsen, Kari Frisak og Trond Liane. FOTO: Marie Olderkjær



ANNONSE



# Nyt tilværelsen på hytta

**Vi nordmenn elsker å reise på hytta, sommer som vinter. Etter dager med flotte gåturer i fjellet er det deilig å "lande" på uteplassen og nyte kveldssolen. Vi i Bohus har det du trenger for å lage det koselig og lunt på uteområdet.**

Her kan man velge å gå for det tradisjonelle eller man kan velge en strammere stil, valgene er mange. Husk at vi også har flere hagemøbler med puter som tåler vær og vind, det kan være kjekt med tanke på at været ofte skifter raskt.

#### Uteplassen

Vi har stort utvalg av både lamper, utepeiser, lykter og bålpanner. Og nydelige myke og varme saueskinn er et must for lange kvelder ute. Se vårt store utvalg, her har vi noe for enhver smak!

#### Få et lunt og koselig soverom

Den rustikke stilen er kanskje den som passer aller best på fjellhytta. Treverket

skal gjerne ha et litt værbitt preg, jordfargene dominerer og naturmaterialer som lin, bomull, skinn og hamp skaper rolige og harmoniske rom. Linjene og formene er enkle og grove, og gir derfor den rustikke følelsen. Varme tekstiler på soverommet skaper den lune følelsen. Soverommene på hytta er ofte trange, som gjør at køyesenger blir ofte brukt for å få flest mulig sengeplasser. Velg gjerne en køyeseng med dobbel madrass nederst for en ekstra overnattingsmulighet.

Husk at vi også kan frakte møbler og montere for deg!



**Bohus NOTODDEN TLF. 35 02 94 40**



# Trassa vêret og gif

**Dei planla bryllaup i Glikse, men vêret laurdag føremiddag spelte ikkje på lag med paret.**

*Marie Olderkjær*

redaksjon@boblad.no

Planen var å halde vigsla lengre opp i fjellet, men sterkt vind gjorde at dei valde ein lågare stad, nærmere Lifjelltunet. Vêret skulle i alle fall ikkje stoppe planane for det spreke paret om å ha eit fjellbryllaup.

Under eit Røde Kors-telt på Lifjell gav Kristine Tørnes og Jonas Stourup kvarandre sitt ja.

## Vande med heftig vêr

Men sjølv om vêret ikkje vart det brudeparet først hadde håpa på, var dei godt rusta. Dei er begge aktive i Røde Kors, og såleis godt førebudde på krevjande vêrforhold.

– Me hadde så mange folk der som er vande med denne type vêr, både frå Røde Kors og andre stader, seier Stourup.

Røde Kors var med og ordna alt som skulle til for å gjennomføre bryllaupet. Dei køyrdet telt og utstyr bort med snøskutarane sine, og i kolonne med weasalar køyrdet dei gjestene som ikkje stod på ski sjølve til vigselstaden.

## Ingen sure miner

I dress og Vest-Telemarkbunad var paret klar for den store dagen. Ordførar i Midt-Telemark, Siri Blichfeldt-Dyrland, stod for vigsla.

Paret takka alle som hadde trassa stormen for å møte opp i bryllaupet, og fint var det uansett.

– Det vart eit veldig fint bryllaup. Gjestene syntest det var veldig fint og veldig gøy, seier Tørnes.

Det var ingen sure miner for vêret, og breie smil og kjærleik gav varme i vinterstormen.

## – Typisk oss

– Me ønskete å introdusere gjestane til fjellverda som me er så glad i. Det fekk me gjere ved å gjennomføre bryllaupet i stormen. Som aktive i hjelpekorpset er dette noko me er vande med. På ein dag der mange ikkje hadde vore ute til vanleg, så var det bra å kunne vise denne delen av «våren» fram, seier Stourup.

– Dette er litt typisk oss, og sånn me likar det. Me er veldig



**SNØBRYLLAUP:** Brudeparet lot ikkje vêret sette ein stoppar for den store dagen.

glad i å vere ute, og me trivst også i slikt vêr, seier Tørnes.

Etter vigsla vart det servert varm suppe på Røde Kors-hytta, og gjestane fekk varme seg.

Både brudeparet og gjestane var veldig nøgde med korleis bryllaupet vart gjennomført. Det er nok i alle fall ikkje ein dag som blir gløymd så fort for nokon av dei involverte.

Bø blad gratulerer dei nygifte.



**ANKOMST:** Her kjem paret i Vest-Telemarksbunad og dress, på ski.

FOTO: Marie Olderkjær



# ta seg i snøstormen



Foto: Marie Olderkjær



GODT OPPMØTE: Vêret satte ingen stoppar for dei som ville delta i bryllaupet.

FOTO: Marie

VESTLENDING I VINTERLAND: Journalist Marie Olderkjær (i framgrunnen).  
Foto: Simon Jeppesen

## Journalist i hardt vêr

**Laurdag 16. mars var det kraftig vind og snøvêr i fjellet. Då var underteikna journalist på jobb for å lage saker til påska. Det blei ein heilt spesiell arbeidsdag.**

*Marie Olderkjær*

redaksjon@boblad.no

Å vere journalist kan by på mange utfordringar. Og det å vere ny i Midt-Telemark, kombinert med å vere vestlending med manglane retningssans, kan by på enda fleire.

Helga før palmehelga fekk eg personleg oppleve desse utfordringane, då eg skulle opp til Lifjell for å lage reportasjar.

Optimistisk køyrdie eg frå Bø i min kjære Opel Corsa. Litt opp i bakkane kom eg etter kvart til der det var snø i vegen. Med ein bil som knapt kjem seg opp bakkar på tørre vegar, var dette kanskje litt vel optimistisk frå mi side. For snøen kom, og bilen klarte ikkje meir.

Heldigvis kom Røde Kors ned frå fjellet og henta meg, så eg kom meg trygt opp medan bilen min blei parkert og nedsnøa litt lenger ned.

### Ut i stormen

Dersom ein spolar fram nokre timer, så var det på tide å forflytta meg frå Røde Kors-hytta til Lifjellstua. Bilen stod sjølv sagt igjen nede, så då gjaldt det å ta beina fatt på toppen.

Ut i snøstormen utan retningssans. Og det gjekk jo som det måtte. Eg hadde ingen indikasjon på kva som var rett veg, og med snø frå alle retningar visste eg knapt kva som var opp og ned. Eg gjekk meg vill i stormen. Eg klarte å finne fram til parke-

ringsplassen på Jønnbu, der eg fann litt ly ved parkeringsautomaten. Då fekk eg fram Google Maps, som igjen sendte meg på ville vegar. Heldigvis kom det ein bil køyrande, og eg vart peika i rett retning.

Etter mykje om og men kom eg meg endeleg fram til Lifjellstua. Gjennomfrosen og full av svære isklumper fekk eg varma meg framfor peisen med litt kakao, før eg skulle fortsette arbeidsdagen.

### Redninga

Så var det på tide å komme seg heim igjen. Det viste seg å vere nok ei utfordring. Bilen min var jo parkert langt nede i bakkane. Korleis skulle eg komme meg dit?

Eg tok kontakt med min kollega Øystein og hørde om han kunne hente meg. Då eg endeleg fekk svar etter ei god stund, kunne han fortelje at han ikkje kunne køre denne laurdagen. Eg sat fast på fjellet.

Til slutt måtte Røde Kors nok ein gong komme meg til unnsettning. Redningsfolka reise opp att til fjells for å hente meg, og eg må seie tusen takk til Håkon i Røde Kors for å stille opp for meg.

I karriera mi vil denne dagen bli hugsa som dagen der eg gjekk meg vill i snøstormen, sat fast til fjells og måtte bli redda av Røde Kors – to gonger. Og skoa mine – dei stod visst igjen oppe i fjellet.



## **SENTRUMSRINGEN**

Handelsstanden i Bø  
sentrumsringen-bo.no

Påskekrim, påskeegg, påskespill, påskelam, påskepynt,  
påskeklær, påskeservietter, påskeblomst, påskekake...

**I Bø får du alt  
du trenger til påske!**

handle lokalt - også i påsken



**God påske!  
Hilsen fra alle medlemmene  
i Sentrumsringen i Bø**

Husk! De fleste butikkene holder stengt skjærtorsdag, langfredag, 1. og 2. påskedag.  
Noen av spisestedene holder åpent hele påsken - sjekk Facebook og nettsidene.



**FOR STORE OG SMÅ:** Ingvild Skoe har utstyr for små og store, som denne slalåmstøvelen i storleik 49.

FOTO: Gro B. Røiland

# Med utstyr til låns

**Prosjektleiar Ingvild Skoe har vinterutstyr i alle storleikar til utlån i BUA. Ordninga er populær, og etter at BUA flytta opp i sentrum har utlånet gått rett til vêrs.**

Gro Birgitte Røiland

gro@boblad.no - tlf. 930 22 398

Midt i januar i år flytta utstyrssordninga BUA frå Valenvegen 2 til Gymnasbakken 6, inn i butikklokala der Mæland fotosenter tidlegare heldt til. Målet var å bli meir synleg og meir tilgjengelig for folk i Midt-Telemark. Det har vore ein stor suksess.

Prosjektleiar for BUA og koordinator på Bø frivilligsentral, Ingvild Skoe, fortel at utlånsordninga blir brukt av alle; barn og vaksne, unge og eldre, fastbuande og studentar.

– Hittil i år har me 670 utlån. I 2023 hadde me til saman 780 utlån. Det vil seie at me på to månadar nesten har tatt igjen heile fjaråret, seier Skoe.

## Store og små sko

I BUA kan kven som helst låne utstyr til vinteraktivitetar, og det kostar ikkje ei krone. Utvalet er bra. I BUA finn ein langrennsski, fjellski, slalåmski, twintip, snowboard og skøyter. Det er også rikeleg med stav, sko og

hjelmar til utlån. I hylla finn ein slalåmstølvar opp i storleik 49.

– Me har over 200 par med skisko til langrenn, frå storleik 26 til 46, og me har 150 par langrennsski. Dei fleste skia må smørast, men me har også nokre få felleski. Neste år vil me kjøpe inn fleire felleski, for det er det mange vil ha, seier Skoe.

Akematter og akebrett finst også til utlån, samt sitteunderlag, skinnfellar og spade til å ha i tursekken. Skoe har også førstehjelpsutstyr og søkerang.

## Vil kjøpe sommarutstyr

Tursekks må ein foreløpig ha sjølv, men også det kjem snart i sortimentet. BUA vil skaffe meir turutstyr til bruk i sommarhalvåret.

– Det er mest trøkk om vinteren, og me har mest vinterutstyr. Men me ønsker at BUA skal bli brukt heile året, og da må me ha meir sommarutstyr, seier Skoe, og fortel at det skal bli kjøpt inn dagstursekkar og store sekkar

for lengre overnattingsturar, samt kokeapparat, telt, soveposar og fiskeutstyr.

## 22 frivillige

Det er pengar frå stiftingar og Barne-, ungdoms- og familierektoratet (Bufdir) som finansierer BUA. Ein del av jobben til Skoe er å söke støtte.

– Nå har me nok midlar til å drive ut 2025, men me jobbar kontinuerleg med å söke støtte. Eg håper det kan bli lettare når det er så tydeleg at tilboder blir bruka, seier Skoe og viser til den store veksten i utlån.

BUA blir drifta av Bø frivilligsentral, der Skoe er tilsett.

Frivillige er avgjerande for å halde tilboden opent, og nå er det 22 frivillige som jobbar i BUA. Mange av dei, 18 av 22, er studenter.

## Langdagar før påske

BUA har vanlegvis opent onsdag ettermiddag/kveld og heile torsdagen. Nå før påske er det langdag begge dagane. Skoe reknar med ekstra pågang før påskeferien.

– Før vinterferien var det kjempestort trøkk, fortel Skoe.

Vanlegvis kan ein ha det ein lånar i ei veke. I påska kan ein ha utstyret i to veker, på grunn av at BUA er stengt i påskeveka.

## FAKTA!

## Kva er BUA?

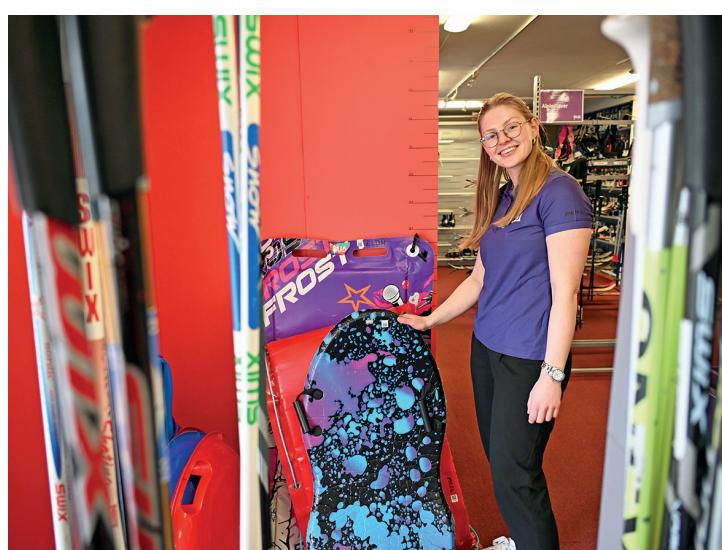
**BUA står for BARN-UNGE-AKTIVITET.**

BUA er ein nasjonal ideell organisasjon som skal gjera det enklare for barn og unge å prøve fleire og meir varierte aktivitetar utan å auke forbruket. BUA fungerer som utstyrssbibliotek med sport- og fritidsutstyr. Alle kan låne, sjølv om tilbudet først og fremst er retta mot barn og unge.

Stiftinga BUA sitt føremål er å bidra til inkludering og auka deltaking i helsefremjande aktivitetar for barn og unge, uavhengig av sosioøkonomisk status, gjennom å styrke og synleggjere nye og eksisterende utstyrssordinningar for sport- og friluftsliv.

BUA i Bø er ein av 260 utstyrssentralar i BUA-nettverket, fordelt på 194 kommunar.

Kjelde: Bua.no



**AKEUTSTYR:** Får ein barnebarn på besøk, er det akeutstyr å få lånt i BUA.  
Foto: Gro B. Røiland



**UTLEIGEHYTTE:** Hytta til Gravklev-familien på ein flott vinterdag.

FOTO: Privat

# Lykke med utleige

**Tom Ivar Gravklev og broren bygde hytta på Lifjell sjølv. No blir ho flittig brukt både av dei sjølv og andre.**

*Marie Olderkjær*

redaksjon@boblad.no

– Me brukar vanlegvis hytta sjølv i vinterferien og påskeferien, og nokre helger. Når me ikkje brukar ho, har me den ute for utleige. Me leiger ut når me kan, men me stortrivst og brukar hytta ganske mykje sjølv, seier Tom Ivar Gravklev som synest det er greitt å ha nærytte.

Hytta stod klar i 2020, og har fått namnet Gunvorbu.

– Namnet er etter mamma Gunvor, som ikkje er med oss lenger. Ho fekk dessverre aldri sjå hytta medan ho levde, så det kjennest veldig naturleg å kalle opp hytta etter ho, seier Gravklev.

## Finansiert av utleige

Gravklev bygde hytta sjølv saman med bror sin. No finansierer dei prosjektet ved å leige ut ved hjelp av tenesta Airbnb.

– Eg meiner at i om lag to tredjedelar av tida som hytta er i bruk er det gjestar som leiger. Totalt har me sikkert hatt rundt 50-60 bookingar her sidan me starta å leige ut, seier han. Han fortel at det stort sett er

nordmenn som kjem og vil leige, men dei har også hatt besøk av tyskarar, danskar, nederlenderar og amerikanarar.

Det er ei stor hytte med plass til mange gjestar om gongen. Gravklev leiger ut med tolv sengeplassar, men kan få plass til så mange som 16 overnattingsgjestar.

– Det er såpass god plass her at me gjerne tar imot to eller tre familiar samtidig. Det er to komplette bad, og fire soverom, pluss hems. Det er også ei veldig

godt utstyrt hytte, og betre enn me har det heime, ler han.

## Leiger ut til familiar

Gravklev seier at dei berre har hatt positive opplevelingar med å leige ut.

– Men eg vurderer dei som me skal leige ut til før eg seier ja. Det er mellom anna lurt å sjå på tilbakkemeldingane dei har fått på utleigenesta. Men stort sett er det ikkje eit problem. Det er kanskje berre tre eller fire førespurnader eg har valt bort, seier Gravklev, som også er klar på kven han helst ikkje vil leige ut til.

– Me leiger ut til familiar. Dersom eg mistenker at nokon har lyst til å bruke hytta til ein skikkeleg festetur seier eg nei. Dette er ei familiehytte.

Han bur på Akkerhaugen og har dermed kort veg til hytta. Då har han moglegheit til å vere i tett kontakt med gjestane.

– Eg reiser alltid opp og tar dei imot ved ankomst og utsjekking. Og sjølv om me er oppteken av at det er nokolunde reint når gjestane forlet plassen, er det me sjølv som tar oss av utvasken, seier han.

## Valde seg Lifjell

Både Gravklev og broren er handverkarar, og valde derfor å bygge hytta sjølv. Det tok dei seks månader med kvelds- og helgejobbing, og våren 2020 stod Gunvorbu klar.

– Det passa eigentleg bra med tanke på pandemien. Det var veldig gunstig å ha hytte i same

commune då, slik at me ikkje vart råka av hytteforbodet. Hytta er midt i blinken, både for utleige og eigen bruk. Der er veldig lettvint å ta ein tur opp til fjells for oss, seier Gravklev, men understrekar at bakgrunnen for at han ville ha hytte akkurat på Lifjell er at han synest det er den finaste plassen.

– Eg har vore i så og seie alle store hytteområde sør for Dovre, og det er ingen stader som slår Lifjell. Det er heilt fantastisk her, seier Gravklev.

Han har bruk området sidan han var liten, og er svært nøgd med plasseringa av hytta.

– Det er veldig fin utsikt herfrå. Me ser Skagerak og lysa på bruhaugen. Og me ser Norsjø. På godvårsdagene har me sol her heile dagen.



**SOL:** På godvårsdagar er det sol på hytta heile dagen.

FOTO: Marie Olderkjær



**NÆRHYTTE:** Tom Ivar Gravklev ved hytta Gunvorbu på Lifjell.

FOTO: Marie Olderkjær



# Få full kontroll over strømforbruket



Smart Charging muliggjør raskere ladehastighet, balanserer lading mot boligens totale forbruk og reduserer strømregningen med opptil 30 %.



Les mer på  
[elfag.no](http://elfag.no)

Ta kontakt i dag!  
Tlf. 35 10 24 00  
[post@mitek-as.no](mailto:post@mitek-as.no)

**MITEK**  
MIDT-TELEMARK ELEKTRO

**elfag**

- Vi setter verdi på Midt-Telemark



**Aarnes**  
Bygg og Takst



Tlf. 907 84 247

E-post: [post@byggogtakst.no](mailto:post@byggogtakst.no) • [www.byggogtakst.no](http://www.byggogtakst.no)

## Våre tjenester:

TILSTANDSRAPPORT  
FOR BOLIG  
VERDITAKST  
NÆRINGSTAKST

LANDBRUKSTAKSERING

ANDRE OPPDRAG

Denne trenger du ved salg av bolig (tekn. rapport)  
Her kommer også teknisk verdi frem  
Forretninger, næringsbygg  
Ved generasjonsskifte eller salg i åpent marked  
Rapporter ved skade, tvistesaker, inneklimalvurdering, bruk av måleinstrumenter for dokumentasjon



Vi har de nødvendige godkjenninger.

## Vi kan levere alt av:

pukk

grus

stein

betong

over hele  
Midt-Telemark  
kommune.

**HELLESTAD**  
SANDTAK

Hegnunvegen 131, 3804 Bø  
tlf. 35 95 01 49  
[www.helle-h.no](http://www.helle-h.no)





**Delta Adventure Original fra Brunstad**  
Fåreskinn / eik  
Stol m/skammel  
**TILBUD kr 20.900,-**  
Veil. Kr 30.810,-  
Vi fører alle Delta-modellene til Brunstad

**Lounge stol i sedertre**  
**TILBUD 3.490,-**  
Ord. Kr 3.990,-

Den originale kraftigste modellen.



## Møbler til hus og hytte

Besök vår store utstilling eller vår hjemmeside: Bo-Senteret.no 3840 Seljord // Tlf. 35 06 53 33

# BoSenteret as



**Stort utvalg**  
tepper, lamper og interiør:  
Halvor Bakke, Denina,  
HC Tæpper, Børscampagniet,  
Scan-Light, Lama m.m.

**Karma Lux overmådrass**  
**BESTSELGER** med hele  
60mm latex.



**Bø kino og  
Gullbringbadet  
har ope alle påskedagar**

Gullbring  
KULTURHUS



**Opningstider billettsalg/kafé:**  
kl. 13 - 21 alle dagar

**Opningstider badet:**  
Kl. 13 - 17:30 alle dagar

Billettar: [gullbring.no](http://gullbring.no)

**Nye filmar i påska:**



Sushi & Wok  
**Dattebayo**®

**Vi holder åpent  
hver dag i påsken!**

alle helligdagene:

**kl. 14-21**



Folkestadvegen 1, Bø

**35 95 2000**



**FJELLVETT:** Andre Horgen meiner fjellvettreglane burde vore tydelegare.

FOTO: Marie Olderkjær

# – For lite om skred

## I 2016 oppdaterte DNT og Røde Kors fjellvettreglane. – Ikkje godt nok, meiner Andre Horgen, dosent i friluftsliv.

**Marie Olderkjær**

redaksjon@boblad.no

Fram til 2016 hadde dei velkjende fjellvettreglane vore uendra sidan 1952. Då Røde Kors og Den Norske Turistforening (DNT) gjekk saman om å oppdatere dei, var dei ikkje tydelege nok, ifølgje Andre Horgen. Han er dosent i friluftsliv ved Universitetet i Sørøst-Noreg, campus Bø.

### Skred er den store faren

– Det er skred som er den store faren. Dersom ein skal ta tak i noko når ein lagar fjellvettreglar, så er det nettopp dette ein bør ta tak i.

Det var to av fjellvettreglane som vart fjerna med oppdateringa. Slik var dei:

- Gå ikkje aleine.
- Lytt til erfarte fjellfolk.

Dei andre reglane vart litt omskrivne, og det kom i tillegg to nye reglar:

- Ta omsyn til vær- og skredvarsle.
- Ta trygge vegval. Kjenn att skredfarleg terren og usikker is.

### Seier ikkje nok

Horgen meiner at sjølv om fjell-

vettreglane er gode råd å følgje når ein skal på tur, så seier dei ikkje nok om skredberedskap.

– Eg er kritisk til korleis dei formulerer regelen om å vise omsyn til vær- og skredvarsle. Det kan vere eit litt vanskeleg punkt å skjonne.

Horgen fortel at skredvarslinga er eit system der farevarselet går frå 1 til 5, og der 5 er det høgaste.

– Gjennom mesteparten av vinteren, så lenge det er lagdelt snø, vil det vere varsel om skredfare. Mange tenker at faregrad 2, og til og med 3, ikkje betyr så stor fare. Men det er akkurat på desse nivåa at dei aller fleste dødelege skredulukker skjer, seier han.

– I tillegg kan det gjere nokon bekymra dersom dei slit med å forstå kva faregradane betyr. Det kan vere vanskeleg å vite kva det betyr, og korleis ein skal forholde seg til det.

– I tillegg kan det gjere nokon bekymra dersom dei slit med å forstå kva faregradane betyr. Det kan vere vanskeleg å vite kva det betyr, og korleis ein skal forholde seg til det.

### Burde sagt meir

Horgen meiner reglane burde vore tydelegare, og han føreslår

at det heller burde vore ein regel som sa:

– Unngå terren brattare enn 30 grader så lenge det er lagdelt snø. Der vil det vere skredfare.

– Folk bør kunne lære seg å kjenne igjen terren brattare enn dette. Då vil ein stort sett kunne ferdast trygt. Dette gjeld også rett nedanfor terren der det er så bratt, seier han.

Horgen seier at det er lett å lære seg å kjenne igjen slike terren, og at det dermed burde vore meir fokus på det.

– Ein tommelfingerregel ein kan nytte er at ein kan sjå på eit kart med målestokk 1:50.000. Dersom det er tettare enn éin millimeter mellom høgdekurve ne er det snakk om eit skredfarleg terren.

– Det er også lurt å sjekke skredkart, til dømes Norges vassdrags- og enregidirektorat (NVE) sine, og bli kjend med området ein går på tur i. Det finst òg andre teknikkar ein kan bruke ute i terrenget, til dømes kompass med hellingsmålar. Men kart er eit godt utgangspunkt, seier Horgen.

### Lite formanande

– Det er litt utdatert å kalle det for reglar, sjølv om det er eit veletablert omgrep. Det burde heller ha blitt kalla gode fjellråd. Då kunne dei nok ha vore litt

meir tydelege. Dei fjerna regelen om å gå aleine. Det er meir risiko med å gå aleine, men det er jo mange som likar å gå aleine, og då er det litt spesielt å ha reglar mot det, seier Horgen.

Han meiner at dette i seg sjølv kan vere ei avgrensing som gjer at dei ikkje kan tydeleggjere kva eit skredfarleg terren er.

– Det er nokon som gjerne vil køyre ski i terren brattare enn 30 grader. Ei slik formaning mot dette kan fort bli veldig strengt, og det er kanskje grunnen til at dei ikkje har teke det med, seier Horgen.

Han meiner at det likevel burde vere rom for å ha med kva eit skredfarleg terren er.

### Lite dødsfall

– Praktisk talt alle som dør på vinterturar, dør i skredulukker. Det store fleirtalet av dødelege skredulukker er på grunn av skred. Då har folk sjølv oppsøkt terren som er skredfarleg. Det er derfor det er så viktig å få klare råd mot å oppsøke dette. Store aktørar som DNT og Røde Kors burde gå mykje tydelegare ut og åtvare om det, seier Horgen.

– Det må likevel seiast at det som regel går bra. Det skjer veldig sjeldan alvorlege ulukker, og det er nesten ingen som frys i hel i fjellet.

### FAKTA!

#### Dette er fjellvettreglane:

1. Planlegg turen og meld frå kvar du går
2. Tilpass turen etter evne og forhold
3. Ta omsyn til vær- og skredvarsle
4. Ver førebudd på uvær og kulde, også på korte turar
5. Ta med nødvendig utstyr for å kunne hjelpe deg sjølv og andre
6. Ta trygge vegval. Kjenn att skredfarleg terren og usikker is
7. Bruk kart og kompass. Vit alltid kvar du er
8. Vend i tide, det er inga skam å snu
9. Spar på kreftene og søk ly om nødvendig

**KJELDE:** Røde Kors og Den Norske Turistforening



**HJELPEMANN:** Nestleiar i Bø og Sauherad Røde Kors, Håkon Juven Munkejord.

FOTO: Marie Olderkjær

# Klar til å rykke ut

**Ein viktig del av ei trygg påske i fjellet er Røde Kors sitt hjelpekorps. Mannskapet står klare til å rykke ut dersom noko skulle skje.**

*Marie Olderkjær*

redaksjon@boblad.no

– Forventningane til påska kjem veldig an på våret. Det er vesentleg fleire oppdrag når det er sol og fint vær. Heldigvis er Lifjell eit snilt fjell. Det er ikkje her det vanlegvis skjer mest, seier Håkon Juven Munkejord.

Han er nestleiar i Bø og Sauherad Røde Kors.

## Oppdragsmengde varierer

Hjelpekorpsset reiser ut på oppdrag frå Akuttmedisinsk kommunikasjonssentral (AMK), og bistår ambulansen viss det skjer noko langt unna veg.

Mannskap sit vakt på hytta, vanlegvis annakvar helg mellom januar og påske. Dei er også på heimevakt. Då reiser dei ut ved behov. I påska skal hjelpekorpsset vere til stades heile påskehelga.

– Det går veldig opp og ned

kor mykje oppdrag me får, men det er vanlegvis ikkje altfor hektisk. Det er som regel relativt rolig i Telemark, seier Munkejord.

Han har inntrykk av at folk vanlegvis er flinke til å førebu seg før dei reiser ut på tur.

– Stort sett er det fallskader me reiser ut på. Det gjeld folk som går på ski, og er slikt som kan skje den beste. Det hender at det blir nokre brot eller nokon som blir forslått. Ofte kan det vere skade i rygg eller bein, seier han.

## Drive av frivillige

Hjelpekorpsset er drive av frivillige. Bø og Sauherad Røde Kors har om lag 30 aktive frivillige i hjelpekorpsset, og ein del fleire på alarmlista. Vanlegvis er det seks til ti personar på vakt samtidig.

– Dersom frivillige har lyst til å reise opp på hytta utanom helgene med vakt er det sjølv sagt ikkje noko i vegen for det, men akkurat nå er det ein overgang for oss. Hjelpekorpsset i Nome selde nyleg Røde Kors-hytta si, og da er ikkje alle helger bemannta av redningsmannskap. Men dette held me på med å finne ut av, seier Munkejord.

– Det er veldig sosialt og hyggeleg å vere frivillig. Det er viktig, for då kjenner me kvarandre betre i skarpe situasjonar. Me tar gjerne imot nye folk, for det er alltid nødvendig med fleire frivillige, legg han til.

## På vakt i påska

– Det viktigaste i påska er at folk kosar seg. Me fryktar eigentleg ikkje så mykje i påska, men det er viktig at folk er forsiktige. Me vil sjølv sagt ikkje at folk skal skade seg. Skulle det skje noko, står hjelpekorpsset klar til å bistå, seier Munkejord, som synest det gir ei god kjensle å kunne vere der og hjelpe til når noko skjer.

Det er gøy å føle at ein kan bidra, seier han.

Nestlearen har inntrykk av at

folk stort sett er flinke til å passe på når dei er på tur, men seier det er viktig å rette seg etter fjellvet-treglane.

## Må ha nok klede og mat

– Det viktigaste er at folk har kledd seg etter været når dei går på tur, og at dei har med seg mat. Det er også viktig å ikkje vere redd for å snu. Me håpar sjølv sagt at dei som vel å gå innover i fjellet også er obs på skredfare, seier Munkejord.

Han fortel at sjølv om dei får oppdraga sine frå AMK, er det ingen ting i vegen for at folk kan komme innom hytta deira på Jønnbu dersom dei treng hjelp.

– Dersom nokon treng hjelp til ein liten skade eller treng å få litt varme, så er hjelpekorpsset der. Me er også ute ein tur rundt ein gong om dagen for å sjå korleis det ser ut rundtomkring. Det hender at me plukkar opp nokon også. Særleg folk som ønsker å sitte på i dei brattaste bakkane.



**PÅ VAKT:** Hjelpekorpsset er klare til å rykke ut dersom noko skjer.

FOTO: Marie Olderkjær



## Åpningstider i påsken

Skjærtorsdag: stengt

Langfredag: 14-21

Påskeaften: 12-21

Første påskedag: 14-21

Andre påskedag: 2:14-21

Alle disse dagene har vi påskebuffé  
fra kl. 15:00-19:30



Skal du på fjellet i påska?  
Hugs panneband!

kr. 100,-

Haffer bli inne  
- det skjer ute!

Håkken e du?

FOTO: Jalte Bakker Dybø

Bøblad  
Lokalavis for Midt-Telemark



Trenger du hjelp til kjøp  
og salg av bolig?

&LOKALMEGLEREN  
PARTNERS

Våre meglere  
hjelper deg gjerne.  
Kontakt oss på  
35954111