

ASFALT

2026

NR.05

100,-
HALVPARTEN
GÅR TIL SELGER

NÅ OGSÅ PÅ
SØRLANDET

ENSOMHET:

VI HAR SNAKKET
MED UNGDOMMEN,
ENKEMANNEN,
INNVANDREREN,
GRÜNDEREN OG
FORSKEREN

NY BISKOP
TOR MAGNE NESVIK:

- TROR IKKE
PÅ HELVETE

SELGERPORTRETET:
DEN HELT VILLE
HISTORIEN TIL
GUNNAR TOMMY



42

EN INDRE JUSTIS

Det svenske gatemagasinet Faktum har besøkt ulike småsteder som er preget av egne regler

INNHOOLD

4 SELGERPORTRETET

Er det noe livet til Gunnar Tommy Petersen ikke har vært, så er det kjedelig.

8 KAFFIDRØSET

Kulturdronning, profesjonell danser, forfatter og regissør. Bli bedre kjent med Karin Moe Hennie.

12 DETTE ER STAVANGERS NYE BISKOP

Tor Magne Nesvik snakker om fotball, nær-døden-opplevelsen som 15-åring, tro og tvil.

18 RUNE BJERGA

En hyllest av byen over alle byer - i hvert fall ifølge Bjerga.

20 EN BØLGE AV ENSOMHET

Vi har snakket med forskjellige mennesker med ulike perspektiver på og opplevelser av ensomhet.

30 ASFALT-SELGERE OM ...

Selgerne forteller hva de liker å gjøre alene og når de har følt seg ensomme.

32 STAYEREN

Thomas Solgård Svendsen har forsket på hva som gjør at de som greier å bli rusfrie lykkes. En av dem er Jan Roger Nordnes.

38 HØST FØR I TIÅ

Hardt gårdsarbeid og en orkan som «truet alt menneskeverk på sjø og land». Sjekk disse gamle høstbildene.

42 GATEMAGASIN I VERDEN

Noen kaller det en skrothaug, andre mener det er et paradys. Bli med til noen steder utenom det vanlige.

48 BILDEREPORTASJE

Den 18 år gamle naturfotografen Liva Lende viser noen av sine blinkskudd, som da hun ventet i timevis på at en grevling skulle komme ut av hiet sitt.

52 GATEJURISTEN

For all del ikke la vær å møte opp dersom du blir innkalt til forliksrådet. Gatejuristen forklarer hvorfor.

53 JABBEHJØRNA

Da Finn Anton Mollan skulle ta en kort kjøretur i bokseren, hadde han ikke regnet med å gå tom for bensin ...

54 GATEPRAT

Siste nytt om stort og smått.

56 LÅTT & LØYE

Kryssord, quiz, sudoku og tegneserie.

ORGANISASJONEN



Torhild Skårnes
Daglig leder
torhild@gatemagasinetasfalt.no



Ine Garvik
Redaktør
ine@gatemagasinetasfalt.no



Marius Handegard Økland
Journalist
marius@gatemagasinetasfalt.no

BIDRAGSYTERE

Ine Garvik, forsidefoto
Anders Leon Andersen, journalist
Rune Bjerga, spaltist
Julie Bergsli Ramsey, Gatejuristen
Liva Lende, bildereportasje
Hanne Sigbjørnsen, tegneserie
Kryo Media, kryssord, sudoku og quiz

Har du innspill eller tips?

Send til post@gatemagasinetasfalt.no

Kontakt:

Stiftelsen Gatemagasinet i Rogaland

Kongsgata 48,

4005 Stavanger

www.gatemagasinetasfalt.no

Org.nummer 993 510 092

Layout: Impress Publiserings AS

Trykk: Kai Hansen Trykkeri

ISSN nummer: 2703-6839

Stiftelsen Gatemagasinet i Rogaland gir ut
Gatemagasinet ASFALT for å tilby arbeid til mennesker
med ruserfaring eller som er i en vanskelig livssituasjon.
Magasinet selges i Rogaland.
Magasinet redigeres i henhold til Redaktørplakaten
og Vær Varsom-plakaten
Gavekonto: 3201.43.87993
Vipps: 107420
Grasrotandel:
993510092/Stiftelsen Gatemagasinet i Rogaland

© Gatemagasinet Asfalt 2026



SANNSYNLIGVIS KJENNER DU FLERE SOM GÅR EN ENSOM HØST I MØTE

Ensomhet er kanskje en av vår tids største helseutfordringer. Én av fem nordmenn bor alene, noe som utgjør 40 prosent av norske husholdninger. Og en undersøkelse fra i fjor viste at mer enn hver tiende nordmann hadde følt på stor grad av ensomhet de siste to ukene. Det betyr at du sannsynligvis kjenner opptil flere som er veldig ensomme. Og som forsker Thomas Hansen sier til Asfalt i dette nummeret, så går det også an å føle seg ensom i et ekteskap, i lunsjen på jobben eller i en sosial tilstelning.

I dette magasinet har vi snakket med forskjellige folk som har opplevd ensomhet på ulike måter. Hvordan får man seg venner i et nytt land med helt nye kulturelle koder? Hvordan er det å gå videre når den du har delt livet med i over 60 år dør fra deg? Og hvordan skjedde det at en 17-åring nå satser alt på et prosjekt som skal skape møter mellom den eldre og den yngre generasjon?

Også Asfalt-selgerne bidrar hver dag til et litt mindre ensomt samfunn. Én ting er at de selv får en hverdag hvor de er ute og treffer kunder istedenfor å sitte hjemme. Men det gjelder også andre veien. Selgere forteller om kunder som blir stående lenge og prate, både om trivielle ting og mer dype samtaleemner. Fakta er at for mange er praten med Asfalt-selgeren den eneste sosiale kontakten de har den dagen. Som Gunnar Tommy sier i selgerportrettet, så har han blitt et sosialt bindeledd i bygda, og han var stort savnet mens han var borte.

Kanskje tenker du på noen du kjenner mens du leser dette, noen som ikke har så stort nettverk, eller som står alene i en vanskelig situasjon? Spør om de vil treffes en dag, eller slå på tråden. Det kan bety mer enn du tror.

Tusen takk for at du kjøper Asfalt! Vi ønsker deg en flott høst og god lesning.

FRA VENNESLA TIL VERDEN OG TILBAKE IGJEN

Han er en ekspert på datamaskiner og har levd tett på et meksikansk narkokartell i USA. Nå har Gunnar Tommy Petersen (62) kommet hjem til Vennesla for å bli.

TEKST OG FOTO: INE GARVIK



Mange selgere ville nok bare tenkt at slaget var tapt, da det en stund så ut til at Asphalt ikke fikk salgskontor på Sørlandet. Men ikke Gunnar Tommy. Han tok like gjerne direkte kontakt med daglig leder Torhild Skårnes på Messenger, og spurte om han ikke kunne få tilsendt en eske med magasiner. Gjennom Feltsykepleien i Vennesla kommune fikk vi til en spesialordning, og vipps så kunne venndølene få et gledelig gjensyn med gatemagasinselgeren sin. Ikke lenge etter fikk vi landet en avtale med Stiftelsen Shalam i Kristiansand (les mer om dette på side 55). På en måte kan vi kalle Gunnar Tommy for en pionér.

FØDT PÅ MORMORS REGNFRAKK

Det hele startet en maidag i 1964, i en drosje på vei fra Vennesla til Kristiansand Sentralsykehus. Gunnar Tommys morfar ville egentlig at datteren skulle føde hjemme på gården. Mormoren derimot, som faktisk visste hva en fødsel innebar, insisterte på at det måtte skje på sykehus og ringte til drosje. Det viste seg imidlertid at den lille gutten hadde dårlig tid.

– Jeg ble født på regnfrakken til mormor, på vei mellom Augland og Mosby, forteller 62-åringen, som vokste opp i en søskenflokk på fem på en liten gård noen kilometer utenfor Vennesla sentrum. Faren var stort sett ute av bildet, men han hadde moren, søsknene, besteforeldre og onkler.

– Du vil ikke tro hvordan bygda har forandret seg. Det var ingen butikker, bare noen få hus og én vei, forteller han. Det var et klassisk bygdemiljø, hvor man som ungdom søkte mening med livet enten på bedehuset eller med fest og fyll. Gunnar Tommy gikk for sistnevnte.

– Jeg begynte å røyke da jeg var syv år gammel, og drikke da jeg var åtte-ni. Da jeg var 12, begynte jeg å røyke hasj, forteller han. Gjennom sin eldre bror ble han med i den såkalte parkgjengen. Som 13-åring måtte han flytte på ungdomshjem på grunn av alkoholproblemer.

Gunnar Tommy blir intervjuet av Vennesla Tidende, hvor han forteller at venndølene er glade for å ha ham tilbake som gatemagasinselger. Han har nærmest blitt et sosialt bindeledd her i bygda.

JEG TAR SALGET VELDIG SERIØST. DET ER JO JOB BEN MIN, OG JEG OPPFØRER MEG DERETTER.



HELL I UHELL

Uflaks har Gunnar Tommy hatt sin porsjon av. Da han var tre–fire år, var det et par eldre gutter som ville kaste den lille pjokken for å se hvor langt han fløy. Han landet i en steinrøys, hvor han slo siden på hodet så hardt at det ene øyet «skvatt til sides». Det andre øyet skadet han som 14-åring, da han hadde et uhell med en gitarstreng. Derfor er han blind på det ene øyet og har 20 prosent syn på det andre.

– Etter hvert fant de ut at jeg skulle prøve meg på Huseby utdannings-senter for synshemmede, forteller Gunnar Tommy. Der skulle han opp-dage sin store lidenskap og karriere-vei, nemlig datamaskiner. Dette var på slutten av 1970-tallet, i den digitale verdens spede barndom. På Huseby traff han en lærer som var spesialist på data, som skulle bety mye for ham videre. Og han har heller ikke falt av lasset, selv om mye har skjedd på datafronten de siste 40 år.

– Jeg bygger datamaskiner, og gjorde det i natt. Jeg hjalp onkelen min med

å sette opp hans nye, og fikk den gamle som jeg bygger om igjen. Den skal jeg bruke til å spille inn musikk, forteller Gunnar Tommy, som også har stor lidenskap for dette.

– Jeg har fire gitarer. Data og musikk, det har vært mesteparten av livet mitt, kan du si, forteller han, og legger til at broren, John Magnar Petersen, er en kjent, syngende pinsepredikant. Og at faren kunne spille gitar med den ene hånda og piano med den andre.

FRA DATAEKSPERT TIL TIGGER

Etter utdanningen fikk Gunnar Tommy seg diverse jobber innen IT, og han ble etter hvert IT-ingeniør og nettverksadministrator. Dette førte ham rundt millenniumsskiftet til USA, hvor han ble ansatt i transport-selskapet FedEx. Her ble han en nøkkelperson for alt som har med data å gjøre, og fra kontoret i Austin svarte han på telefoner fra hele verden. Mye skal gå på skinner når pakker skal hentes, spores, fraktes og leveres over hele verden. Ifølge Gunnar Tommy var han blant de

ti beste i verden på brukerstøtte og nettverksadministrering.

Lenge levde han et relativt normalt liv. En del drikking, ja, men sånn passe under kontroll. Men da han begynte å prøve sterkere saker, lot det seg vanskelig kombinere med en ansvarsfylt jobb.

– Jeg sa opp selv, jeg ville heller slutte før jeg kom til å få sparken. Da ville jeg aldri kunne fått jobb der igjen, sier 62-åringen. En periode bodde han hos en meksikansk familie tilknyttet et narkokartell.

– Jeg var veldig inne i familien, kalte dem brødrene og søstrene mine. Jeg fikk trygd fra Norge, og det syns jo de var veldig greit, da.

– Ble du utnyttet?

– Å ja, ja!

Men da de hadde besøk av slekt fra Mexico, måtte Gunnar Tommy ut. – Det var mye rasisme mot meg som hvit. Da sov jeg på gata, forteller han. Noen dager var han ute fra fem om morgenen til ti på kvelden for å tigge etter penger. Så han hadde råd til mat i magen og heroin i blodet.



Det var stort for Asphalt-staben å se magasinet bli solgt i Vennesla, og få hilse på den første sørlandsselgeren.

Fra venstre: Redaktør Ine Garvik, selger Gunnar Tommy Petersen og daglig leder Torhild Skårnes.

Foto: Andreas Iveland, Vennesla Tidende

Relasjonen til kartellfamilien er ikke den beste i dag.

– De sa at hvis jeg forsvant skulle de finne meg og ta blodhevn og sånn. Det er regelen til ethvert kartell, den eneste måten å forlate familien på er i en kiste, forteller han. (La oss håpe de ikke leser Asphalt.)

«GET YOUR DAMN TRUCK OFF MY FOOT!»

Det 20 år lange USA-oppholdet fikk en brå slutt for sørlendingen. Da han skulle over et fotgjengerfelt, kom det plutselig en svær camper-pickup og kjørte over foten hans, og stoppet.

– Sjåføren stakk hodet ut og spurte ‘What’s going on?’, hvor jeg svarte ‘Get your damn truck off my foot!’ Så rettet han opp hjulene for å rygge, med beinet mitt under der. Det gjorde ikke helt godt, underdriver han på typisk sørlendingvis. Foten kunne ikke reddes, og han har siden vært lam i det ene beinet. På sykehuset ble han møtt av et «Addiction team», hvor han

fikk substituttmedisin og nødvendig helsehjelp. For å få oppfølgingen han trengte, så han seg nødt til å flytte hjem til Norge. Dette var i 2020, og nå seks år senere er han i Vennesla for å bli. Han er rusfri, spiller gitar og fikser datamaskiner. Han jobber også en del som frivillig hos Feltsykepleien, et lavterskeltilbud kommunen har for rusmiddelavhengige. Der bidrar han blant annet med utdeling av brukerstyr.

– Da jeg kom hjem fra USA, bestemte jeg meg for at jeg ville hjelpe til i lokal-samfunnet. Og det har jeg jo gjort, da, sier Gunnar Tommy. Han er en sosial og smilende fyr, som mange i bygda er på hils med. De siste to årene solgte han Gatemagasinet MOT, og det var en stor sorg da de måtte legge ned fra nyttår. Når vi treffer ham viser kalenderen mai, og det har vært en tøff vinter.

– Jeg satt nesten bare hjemme og begynte å bli asosial, forteller den ellers prateglade sørlendingen.

Han er utrolig glad for muligheten til å kunne selge gatemagasiner igjen.

– Jeg er så takknemlig for Asphalt, for at dere hørte på oss. Jeg tar det veldig seriøst, det er jo jobben min, og jeg oppfører meg deretter, understreker han.

Han er populær denne dagen, gatemagasinselgeren i Vennesla. Samtidig som Asphalt har blitt med Gunnar Tommy til Meny, hvor han pleier å selge, har vi også selskap av en journalist fra Vennesla Tidende.

– Hvilken forskjell gjør det i hver-dagen din, å selge magasiner, spør lokaljournalisten.

– Det gjør alt. Jeg er veldig, veldig glad for at jeg nå kan selge igjen. Jeg har jo blitt et sånt sosialt bindeledd her, kan du si. Jeg prater med nesten alle. Jeg tror venndølene har skjont det med gatemagasiner. At det ikke bare er for å tjene penger, men det har litt å si for lokalsamfunnet å ha et sånt bindeledd. Kundene sier de er veldig glade for at jeg er tilbake igjen.



Hun skriver barnebøker om en ninja i Setesdalbunad, lager scenekunst med personer i utenforskap i hovedrollene og elsker utedo. Karin Moe Hennie (50) brenner for alt som har med kultur å gjøre.

~~SLÅR ET SLAG~~
SPENNER ET SPARK
FOR KULTUREN

TEKST OG FOTO: INE GARVIK

Jeg setter meg alltid veldig hårete mål, og det er jeg ikke redd for å si.

Vi møter henne på kontoret i Grim Kulturbryggeri, i de gamle administrasjons-lokalene til bryggeriet

CB. Her er et kontorfellesskap for kultur næringsdrivende.

– Dette minner litt om *Tou Scene*, bemerker Asfalts utsendte.

– Ja, vi hentet faktisk inspirasjon derfra da kulturbryggeriet ble etablert, kan Karin Moe Hennie røpe. På vei inn til kontoret hennes går vi forbi en utedo-replika, en lensmann-dukke og en trefigur av en bunadskledd jente, med et «fotohull» i ansiktet. Mer om dette senere.

– *Aller først, hvor tar du dagens første kaffe?*

– Den tar jeg hjemme i stua, i en fast godstol, gjerne med to bikkjer som hopper opp og ned på fanget mitt, febrilske i morgenrushet. Helt siden barna var små har jeg stått opp en halvtime før resten av huset, så jeg får litt fred. Nå er de jo store, men jeg har holdt på rutinen, sier hun. Barna er nå 16, 18 og 21. Eldstedatteren har allerede forlatt redet, og de to andre er snart på vei ut i verden de også.

– De er på vei ut, ja. Så deilig! Det siste hvisker hun. Det er liksom ikke helt lov å si.

– Altså, det var selvfølgelig vemodig å si ha det da datteren min flyttet til Bergen for å studere, jeg skal ikke være tøff og si noe annet. Men man får liksom en del tid tilbake, sier 50-åringen fra Vågsbygd.

KULTUR TIL BARNEHAGEN

Som ung var hun danser i verdens-

klasse, og stod på store scener i Oslo og i utlandet. Det kunne være 70 forestillinger på rappen.

– Det var supergøy, men det er jo tøft for kroppen. Så giftet jeg meg og begynte å tenke på barn. For meg var ikke det helt forenlig med å gjøre

forestillinger hver ettermiddag, sier hun. Derfor søkte hun mot sin andre lidenskap, nemlig skriving.

– Helt fra jeg var liten har jeg skrevet masse historier. På tentamen var jeg den som alltid valgte «plankeoppgaven», altså den der du kunne velge fritekst.

Det er den kreativiteten jeg alltid har støttet meg til, sier hun. Som 25-åring begynte hun å studere på tekstforfatterlinjen på Westerdals School of Communication.

Blanding av dans og skriving har åpnet mange muligheter, blant annet å skrive egne forestillinger og bøker. Å gi kulturelle opplevelser til barn og unge er noe hun er særlig opptatt av.

– Jeg vil gjerne gå inn så tidlig som i barnehagen for å bygge dem som et publikum. Jeg syns de aller minste har blitt litt nedprioritert de siste årene, det er trist at stadig færre leser høyt for barna sine, sier hun.

MODIGE MENNESKER OG LEVD LIV

Å jobbe med mennesker har vært kjernen i mye av karrieren hennes, og det var det som førte henne inn i Kulturalliansen Maskefall. Gjennom dette prosjektet får personer med problemer knyttet til rus og psykisk helse spille hovedrollen i både scene forestilling og kunstutstilling. Moe Hennie har

vært med siden starten, først som koreograf og de siste tre årene som daglig leder. Her kommer hun tett på deltakernes personlige historier.

– Det er så utrolig modige mennesker som snakker åpent om levde liv. De gir mye av seg selv, og det krever mye av både dem selv og oss rundt, forteller hun. Mens de tidligere år har brukt deltakernes direkte historier, har de i år gjort det litt annerledes. Ledet av dramaturg Birgitte Feddersen har de hatt dialogverksteder med brukere, pårørende, politikere og helsearbeidere for å finne ut hva som rører seg. Alt har blitt gjort opptak av, og skal sys sammen til et manus av profesjonelle, for deretter å fremføres av deltakerne.

– Vi har fått tilgang til en kjempestor skattekasse. Det har vært utrolig givende og ekstremt tøft. Altså, det å sitte på en sånn pårørendekafé, det er så mye smerte. En hjelpeløshet som er vondt å høre på. Men mest av alt så har det vært fint, sier Moe Hennie. Alt skal ende i en forestilling på Kilden Teater i oktober. Noe av det

som er aller mest givende, syns hun er å se den reisen de medvirkende har, fra å knapt våge å stå på scenen, til å synge en sang eller levere en lang monolog foran et publikum.

– Den mestringsfølelsen gir en ballast man kan ta med seg videre. Det er mange ting som ikke blir like skummelt etterpå, sier hun.

BUNADNINJA

Mens stillingen i Maskefall (egentlig) er bare 20 prosent, er det barnebokprosjektet *Ninjana* som tar det meste av tiden til Karin Moe Hennie.

Til nå har det kommet tre bøker, og i skrivende stund holder hun på med den fjerde. Bøkene handler om Anna fra Setesdal som på dagtid er en helt vanlig jente, mens på natta tar hun på seg Setesdalbunaden og blir til Ninjana.

– Det finnes jo mange superhelter, men det som er unikt her er at hun har folkedrakt. Og hun er en jente som ikke spiller på kropp og nakenhet, tvert imot, hun må være fullt påkledd, forteller forfatteren. Våpnene bærer hun på seg som en ekte ninja, forkledd som knapper og sølje på bunaden.

Idéen fikk hun på 17. mai, da hun var ikledd sin egen Setesdalbunad.

– Jeg løp og skulle rekke barnetoget. Da jeg kom fram, var skautet sklidd ned og jeg så ut som en ninja. En Setesdal-ninja. Hvor kult er ikke det? spør hun.

– *Hvorfor Setesdal?*

– Både besteforeldrene og foreldrene mine hadde hytte der i alle år, så jeg er vokst opp der i så å si alle feriene mine. Ikke hadde vi strøm og ikke hadde vi vann, så jeg og tvillingbroren min var ute og lekte absolutt hele dagen, mimrer hun. Mye av universet er hentet fra egne erfaringer. På skolen er ikke Ninjana den kuleste

jenta, det er det lensmannens datter som er.

– *Er det noe som er inspirert av eget liv?*

– Masse! Vi hadde jo den enkle hytta uten strøm og vann, mens mange av venninnene mine hadde hytte på Hovden. Jeg syntes det var kjempeflaut, men mamma og pappa hadde ikke lyst på hytte noe annet sted. De ville ha det ordentlige hyttelivet hvor man gikk rundt etter en uke og hadde så fett hår at det glinset. Og nå setter jeg pris på det, men ikke da jeg var tolv, forteller hun.

Utedo er for eksempel en sentral del av historien.

– Ninjana hater utedoen, og det gjorde jeg også. Da jeg var liten kunne jeg holde meg en hel uke for å slippe å gå inn der. Det kalde gufset opp i ræva og spindelvev overalt, sier hun. Nå er imidlertid utedoen på hytta hennes blitt en severdighet, og hun har gjort det mer koselig der inne.

– *Så nå hater du den ikke lenger?*

– Nei, nå elsker jeg utedo.

PENSUM I JAPAN

I fjor var et høydepunkt i forfatter-

karrieren, da reiste hun til Tokyo for å forelese. Der har de nemlig *Ninjana* på pensumlisten i nordiske studier.

KULTURALLIANSEN MASKEFALL

• Et samarbeid mellom kunstnere og mennesker med problemer knyttet til rus og/eller psykisk helse.

• Har eksistert siden 2012.

• Scene forestilling med deltakernes egne opplevelser som grunnlag for manus.

• Et samarbeid mellom Kristiansand kommune, Kilden Dialog, A-larm, Blå Kors, Mental Helse og LHH (Landsforeningen for pårørende innen psykisk helse).

• Finansiert av Sparebankstiftelsen Sparebanken Norge, Bergesenstiftelsen og Helsedirektoratet.

– Det var helt uvirkelig! De er letteste, samtidig som du får et innblikk i norsk kultur og hytteliv, sier hun. Nå har hun fått tilskudd for å skrive manus til spillefilmen. Med seg på laget har hun mannen sin, Kalle Hennie, som har erfaring fra filmbransjen. Og hans mer kjente søskenbarn, Aksel Hennie.

– Jeg setter meg alltid veldig hårete mål, det er jeg ikke redd for å si. Det må man jo ha, sier hun.

– *Hva er den største drømmen?*

– Ninjanaland, kommer det kjapt – Kanskje kunne det vært en egen del i Dyreparken, eller aller helst skulle det vært i Valle. Men først må vi få filmen i havn.

– *Helt til slutt: Hva tenker du om at Asfalt har kommet til Sørlandet?*

– Det syns jeg er helt fantastisk. Jeg tenker det gir mange veldig mye å ha denne jobben. Og så er det utrolig viktige historier som blir fortalt. Så jeg er veldig glad for at Asfalt kommer til Sørlandet. Hjertelig velkommen, sier jeg!

FRA VIKING TIL VIGSEL

Tor Magne Nesvik er Stavangers nye biskop. Han er også ektemann, far og styreleder i Brodd Fotball. 20. september blir han vigslet i Domkirken. Og kanskje kommer Kongen.

TEKST: ANDERS LEON ANDERSEN

FOTO: INE GARVIK

Dagen Asfalt besøker vår kommende biskop er litt spesiell. Til natten spiller Norge sin viktigste VM-kamp på 28 år. Senegal står på motsatt banehalvdel klokken 02.00. – Selvfølgelig skal jeg få med meg denne kampen, men jeg er litt usikker på om jeg skal se den hjemme i stua eller sammen med venner i Brodd. Jeg vet at klubben har reservert bord ved en storskjerm her på Storhaug under hele VM. Forhåpentligvis er det plass til meg der, smiler han.

Nesvik har vært aktiv i Brodd i flere år. Først som trener for sønnen, senere som styreleder i klubben. Et verv han har hatt til nå, men som avsluttes når han blir biskop.

– Jeg er opptatt av møteplasser for folk. Brodd er en viktig møteplass for unge mennesker i bydelen vår,

spesielt i en tid der de opplever et stort press om å leve perfekte liv. Det er viktig å fortelle dem at det perfekte er umulig, og at det alminnelige er mer enn godt nok.

– Kan det å være idrettsleder gjøre det lettere for deg å få oppmerksomhet og godvilje fra de menneskene som vanligvis ikke er så opptatt av kirke og kristentro?

– Det har jeg ikke tenkt så mye på, men i så fall er jo det bare kjekt.

KIRKE FOR ALLE OG NÆR DØDEN-OPPLEVELSE

– Du overtar biskopjobben etter Anne Lise Ådnøy i høst. Hvordan vil folk merke at vi har fått ny biskop?

– Jeg synes Ådnøy har stått for mange av de samme tingene i kirken som jeg ønsker å videreføre. Å opprette en åpen og inkluderende kirke som er





KANSKJE HADDE DET VÆRT LETTERE Å BRUKE ORDET HÅP ISTEDENFOR TRO. ALLE KLARER Å HÅPE, DET KAN VÆRE VANSKELIGERE Å TRO.

relevant for alle. Jeg ønsker å være en vaktbikkje og passe på å løfte fram mennesker som faller utenfor fellesskapet, sier Nesvik.

Han syns kirken er på god vei allerede, og trekker fram fjorårets 900-årsjubileum som eksempel. Da ble alle slags kirkesamfunn invitert til en stor nabolagsfest.

– 30 prosent av menneskene som bor i Stavanger har foreldre som kommer fra et annet land. Det er viktig at alle får et tilbud om å bli med i fellesskapet og vise at vi bryr oss om hverandre. Å lage møteplasser er flott, det kan like gjerne være i kirken som i Brodd, mener han.

– Du har vokst opp på Tasta med kristne foreldre og du var aktiv i KFUM-miljøet i Ynglingen. Har du også hatt et ungdomsopprør der du stilte spørsmål om Guds eksistens?

– Da jeg var 15–16 år gammel fikk jeg influensa som førte til alvorlige komplikasjoner. Jeg lå i kunstig koma i tre døgn og situasjonen var kritisk. Da jeg våknet følte jeg at Gud var

sterkt til stede i livet mitt. Jeg kunne føle hans kjærlighet gjennom alle menneskene som hadde passet på meg i denne vanskelige situasjonen. Denne hendelsen gjorde et veldig sterkt inntrykk på meg og ble avgjørende for min beslutning om å bli prest, forteller han.

LETTERE Å HÅPE ENN Å TRO

At alle mennesker er skapt av Gud, og at Jesus døde på korset for oss, er det essensielle i biskopens gudstro. – Gud er god og vil alle mennesker vel, selv om det ikke alltid er så lett å se. Vi må prøve å være så gode mennesker vi kan og bare erkjenne at vi ofte kommer til kort. Kanskje kunne vi brukt ordet håp mer i stedet for tro. Det hadde vært lettere, alle klarer å håpe, det kan være vanskeligere å tro, sier han.

Nesvik tror ikke på et helvete for dem som ikke klarer å tilpasse seg. – Å snakke om et helvete på den måten passer ikke inn i mitt bilde av hvordan Bibelen beskriver en god og omsorgsfull Gud. Helvete klarer

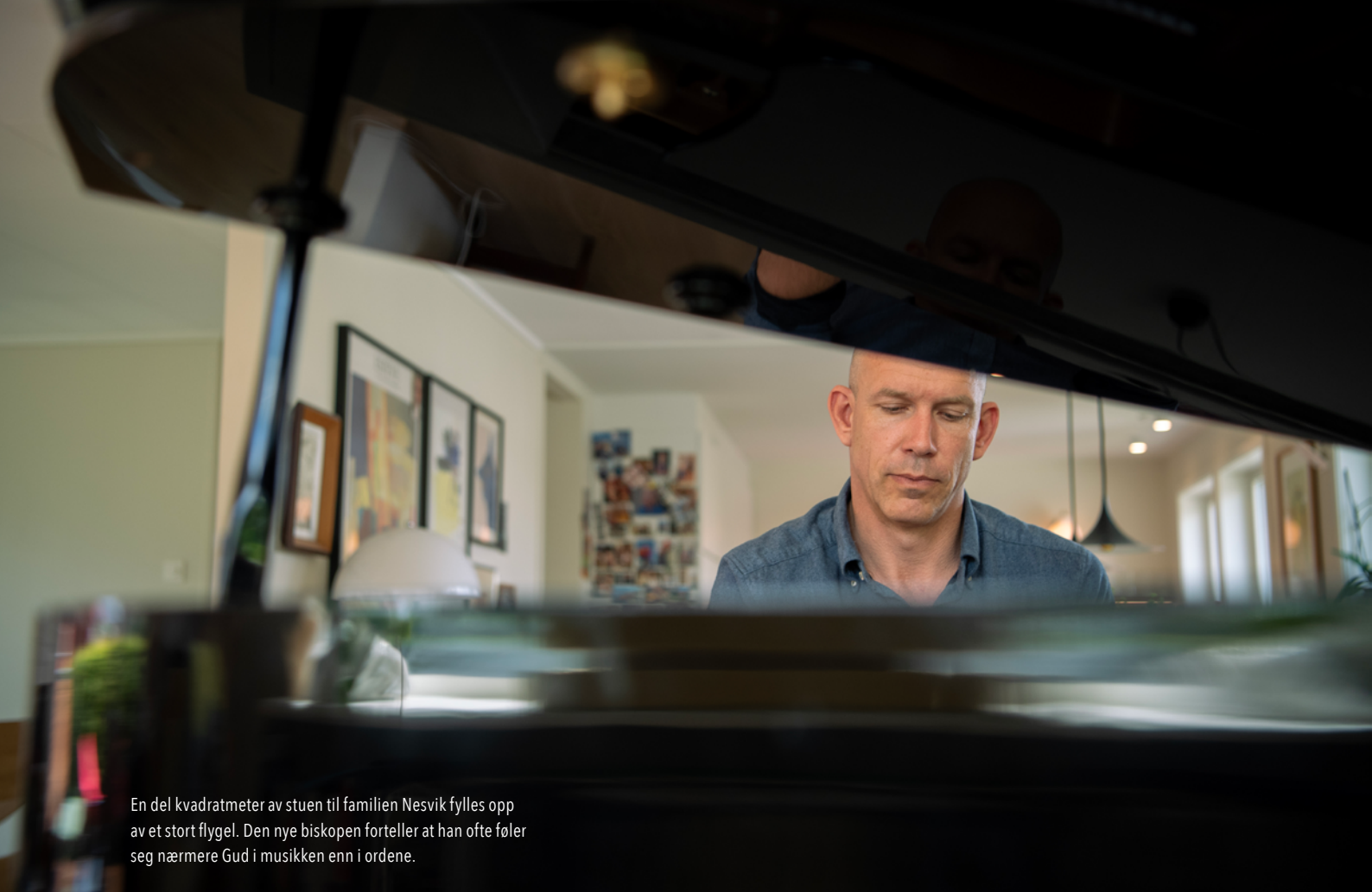
vi mennesker fint å skape selv her på jorden. Det er ikke vår jobb å dømme, men vi har likevel en plikt til å gjøre vårt beste mot hverandre. Det er langt på vei meningen med livet, tror han.

TOR MAGNE NESVIK

- Bosted: Stavanger.
- Alder: 48 år.
- Sivilstand: Gift, tre barn på 12, 17 og 19 år.
- Aktuell: Blir Stavangers nye biskop fra 20. september.
- Han har tidligere vært sokneprest i St. Petri menighet og prest og daglig leder i KFUK-KFUM Ynglingen. Nesvik har vært prost siden 2020. Først i Ytre-Stavanger prosti, og fra januar 2026 har han vært konstituert domprost i Stavanger.

Tor Magne Nesvik ønsker seg en åpen og inkluderende kirke som er relevant for alle.





En del kvadratmeter av stuen til familien Nesvik fylles opp av et stort flygel. Den nye biskopen forteller at han ofte føler seg nærmere Gud i musikken enn i ordene.



Unge Nesvik var en lovende keeper, og spilte en periode for Viking.

– Får du ofte bøttesvar?
– Ja. Mange ganger har jeg fått bøttesvar gjennom andre menneskers gode gjerninger. Men jeg skjønner av hvordan vi fordeler godene mellom oss. Jeg kan kjøpe på Gud og fortvile over hvordan bøtter om rettferdighet tilsynelatende ikke blir besvart når jeg ser utviklingen i verden. Forskjellene øker, polariseringen øker. Det bekymrer meg. Vi mennesker burde rigget oss bedre ut fra de forutsetningene vi har fått tildelt, mener han.

– Da Jesus gikk på jorden, gjorde han masse gode gjerninger og under som gjorde det lettere å tro. Hvorfor viser han seg ikke mer for oss i dag?
– Tja, jeg kan se Gud i enhver kjærlig handling vi gjør mot hverandre, i kulturen og i naturen. Slik viser Gud seg hver dag, tenker jeg. Samtidig skulle jeg jo gjerne ønske at Gud viste seg slik at all smerte forsvant og vi ikke trengte å tvile.

Men jeg liker tanken om at selv om vi kan tvile på Gud, tviler Gud aldri på oss! Hver dag har vi mennesker et enormt potensial til å spre kjærlighet i verden, slik Jesus gjorde.

– Hvem ville Jesus besøkt hvis han skulle tatt en tur til Stavanger en dag?
– Jeg tror han ville besøkt de som faller utenfor samfunnet, de syke, de redde, de fattige, alle dem som sliter, sier han.

– Og hvis det tilfeldigvis var stortingsvalg denne dagen, hvilket parti ville fått stemmeseddelen hans?
– Gud er større enn politikken. Jeg tror han er glad for hver politiker som tar ansvar for fellesskapet og for alle de som faller utenfor.

KONGEN KOMMER KANSKJE
20. september blir Tor Magne Nesvik vigset til biskop i Domkirken. Kong Harald deltar ofte på slike vigslinger.

– Det er naturligvis stas at Kongen er opptatt av å være til stede på biskop-innsettelsen. Så får vi se hva helsa og kalenderen hans tillater i september, smiler han.

Musikk har alltid betydd mye for 48-åringen, og han er en dyktig hobbypianist. Sentralt i stua står et gammelt flygel som blir flittig brukt. Den nye biskopen setter seg ved flygelet og lar fingrene løpe over tangentene mens fotografen utfolder seg.
– Jeg prøver å spille litt hver dag. Jeg kan føle jeg har en privat gudstjeneste når jeg spiller piano og er ofte nærmere Gud i musikken enn i ordene, mener han.

– Du bor i gata til avholdshøvdingen Asbjørn Kloster. Hvordan er ditt eget forhold til alkohol?
– Jeg har stor sympati for avholds-saken, selv om jeg ikke er en konsekvent avholdsmann. Da jeg var sokneprest i St. Petri menighet, jobbet jeg

DEN NYE BISKOPEN, BESKREVET AV FOLK SOM KJENNER HAM:

KYRRE SANDVEN:
DAGLIG LEDER I BRODD FOTBALL
Tor Magne har i flere år vært en solid og god styreleder i Brodd Fotball. I en travel hverdag er han godt oppdatert på det som skjer i klubben, og han er stadig innom for å ta del i aktivitetene våre.

Han er strukturert, nøyaktig og tydelig – alt med stor omsorg og oppmerksomhet for de rundt seg.

Tor Magne har et stort hjerte for alle – noe som er selve grunnsteinen i Brodd fotball.

HELGE TORGENSEN: KAMERAT
Tor Magne er en positiv mann som blir med på det meste; fjelltur, løpetur, seiltur, sykling, bading, langrenn og slalåm, fotball (selvsagt!), kajakk (ikke nå – vond skulder), konserter, teater og pub. Veldig allsidig. Mest av alt har vi en «greie» med jogging rundt Stokkavatnet.

Tor Magne er redd for kattene våre, likevel vil de alltid hoppe opp på fanget hans. Alltid like gøy med den store mannen som skvetter.

Han har et stort musikalsk gehør, og kan spille hva som helst. Det er like lett for ham å synge som å spille. Hvis vi har fest (alt fra konfirmasjon til 50-årsdag) så akkompagnerer han alt fra pop, rock og jazz til viser og salmer.

tett på Kirkens Bymisjon og så hvor mange som sliter med rusen. Jeg har imidlertid stor sans for alle slags møteplasser, ikke minst den engelske pubkulturen, sier han.

FOTBALLTALENT
Tor Magne Nesvik var en ung og lovende målvakt i KFUM-kameratene. Så god at han fikk plass i A-troppen til Viking og ble registrert med åtte kamper for førstelaget. Senere dro han til Oslo og ble trener for KFUM sitt juniorlag.
Nå har vonde knær satt en stopper for fotballspillingen, men han holder formen ved like med jogging to–tre ganger i uken.

– Ådnøy var biskop i sju år. Hvilket tidsperspektiv har du for jobben?
– Det får vi se etter hvert. Kanskje ti år, sier han.



Det spiller ingen rolle om Rune Bjerga er på solferie med familien eller på en inspirerende jobbtur. Uansett så er borte bra, men hjemme aller best.

TEKST: RUNE BJERGA

For en skamdeilig by Stavanger faktisk er! I år tok vi ferien på samme sted som vi har dratt til de siste ørten årene, i Spania. Love it.

Samme resort, flokken som koser seg, samme opplegget, samme restaurantene og samme lyder og lukter. Det er nesten som om vi driver hermeleken med oss selv, men vi elsker det.

Jeg gruer meg faktisk sykt til resten av Norge oppdager Spania som feriemål, men enn så lenge har vi det helt for oss selv. Herlig.

Men i år så kjente jeg på noe i magen. Følelsen kom etter kun to uker i sol, sus og dus. Det var ikke tvil om hva magefølelsen fortalte meg.

«Jeg lengter hjem til Stavanger igjen». Skikkelig hjemlengsel.

Og da slo det meg: Jeg er en skikkelig stavangerdalt! Borte bra, men hjemme best.

Vi mennesker drar jo på ferie for å glemme livet rundt oss. Få det vanlige på avstand. Kjenne på frihet, andre lukter, annen luft, annen varme og bytte stue. Men tydeligvis ikke denne karen. Kun for en kortere tid, i hvert fall.

Midt i spaniaferien slår det meg altså: Nå vil jeg hjem til byen min igjen! Men hjem til hva? Ustabilt vær, mer mas, høye priser og pågående argurknyheter? Ja, alt dette savner jeg.

«Tidligere eliteseriespiller sikret drømmebolig til 15 millioner i Ragnhilds gate»

«Rådyr observert i Vålandskogen»

«Mann veltet på sparkesykkel. Var edru.»

Jeg elsker det.

Idet vi stiger ut fra spaniaflyet, blir jeg oppriktig glad. Fra nærmest ekstremvarme til nesten høstlukt, og det midt i juli. Herlig. Det går ikke an å ikke digge dette.

Dagen etter at jeg kom hjem fra Spania tok jeg meg en liten tur til Norges flotteste sentrum. Alt var som før jeg dro. Cruiseskipene fyller Vågen. Cruiseturistene fyller gatene. Trollfigurer, elg-klistremerker og annet vas selges som varmt hvetebrød på torget. Noen dråper fra himmelen. Hilser på de samme fjesene, stikker innom den samme kaféen. Elsker



det. Noe som er veldig spesielt, for de samme tingene kan virkelig irritere meg rett før jeg stikker på ferie.

Jeg har kjent på dette før, men i år kom stavangerdalt-følelsen veldig tidlig. Og det til tross for at jeg, familien og resten av flokken storkoste oss i Spania. Dette er sikkert en diagnose. Jeg vet bare ikke hvilken. Sikkert ikke så alvorlig. Ville ikke tatt piller for det, liksom, men tenker jeg er litt i særklasse her. Alle andre i nettverket mitt gruer seg til å forlate feriestedet og sette snuten i retning hjemstedet sitt. Mange av dem kjenner på umiddelbar, sterk og på grensen til alvorlig feriesorg i sekundet de står foran inngangsdøren sin mens de klør seg til blods av myggstikkene sine. Men altså ikke jeg. Jeg får umiddelbart takk-for-sist-jeg-har-savnet-deg-byen-min-og-jeg-elsker-deg-faktisk-ekstremt-følelsen.

Jeg merker dette i jobben også. Elsker å underholde i Oslo, Bergen og i Lofoten, men jeg er enda gladere når jeg er på vei hjem igjen. Undertegnede er også den personen som kan klappe når flyet lander på Sola. Ikke for at vi har overlevd flyturen, men for at jeg er hjemme igjen.

Det å bo på hotell i andre byer i forbindelse med jobben har jeg ofte tenkt at er dørgende kjedelig. Derfor tar jeg meg en løpetur for å få tiden til å gå.

Da må jeg ha lokal musikk på øret. Jeg må lytte til stavangerfolk i podkaster og løpe i merch jeg har fått fra Energistafetten. Da kjenner jeg nemlig på den imaginære lukten av Stavanger, og livet glir litt enklere. Er dette normalt? Nei. Innrømmer jeg det? Ja.

Så hva er det med Stavanger som gjør at jeg har det så enormt godt?

Det klarer jeg faktisk ikke å sette noen gode ord på. Men skal jeg forsøke, så er det vel som et slags kjærlighetsforhold som aldri tar slutt. Det er gode dager, fantastiske dager, dårlige dager og forferdelige dager, men til syvende og sist er det oss to. Vi legger oss aldri til å sove før vi har sagt unnskyld, god natt og glad i deg etter at vi har vært litt uenige om noe. Det er enkelt og greit oss to i tykt og tynt. For alltid.

I skrivende stund sitter jeg på Matmagasinet i Stavanger og forfatter disse ordene med digitalt blekk. Her sitter jeg ofte og henter frem det kreative. Ute er det regn og litt vind

i luften. På et bord noen meter fra mitt sitter to damer i ubestemmelig alder og snakker kjempehøyt om mennene sine. Jeg kan rope at det virker som hun ene vil skifte ut mannen sin. «Eg e dridlei alt nå», sies det altfor høyt. To eldre karer i vi-lager-høy-lyd-når-vi-setter-oss-og-enda-høyere-når-vi-reiser-oss-alder har satt seg på nabobordet, nesten skulder til skulder med meg, og snakker ustanselig om venner, familie, maling av hytter, vonde hofter, godartet svulst, Trump (eller Trumfen, som de konsekvent kaller ham) og en hund som ble bitt av en hoggorm i Ryfylke. Det gikk bra med hunden, men «de tar seg jævla godt betalt de overbetalte dyrlegene!» freser den eldste av dem mens blåskjellene skulper inni munnen hans.

Det er altså regn, vind, mas og alt som før, stavangerdialekt i alle varianter og RA Stavanger har i skrivende stund en romslig sak ganske så langt oppe på nettsiden om Tom og datteren som fikk problemer med å sove da det viste seg at huset de bodde i var skamdårlig isolert.

Stavanger, jeg elsker deg!

Kanskje dere lesere fra andre byer følger det på samme måte der dere bor?

EN BØLGE AV ENSOMHET

Mer enn hver tiende nordmann kjenner i stor grad på savn etter sosial kontakt. Hva vil det si å være ensom, og hva er det som hjelper?

TEKST OG FOTO: INE GARVIK



Thomas Hansen, seniorforsker ved Folkehelseinstituttet, har forsket mye på ensomhet. Foto: Privat

Ensomhet har blitt satt høyt på dagsorden de siste årene. Det har blitt omtalt som et stort folkehelseproblem og som en epidemi. Ifølge SSBs Livskvalitetsundersøkelse fra 2025 oppgir 14,5 prosent av nordmenn over 18 år at de har følt seg ganske mye, eller veldig mye plaget av ensomhet de siste to ukene. Tar vi med dem som har vært litt plaget, er vi oppe i nesten halve befolkningen. Men hva er egentlig ensomhet? – Blant oss forskere så definerer vi det vanligvis som at du har for lite eller for dårlig sosial kontakt i forhold til hva du ønsker, sier Thomas Hansen, seniorforsker ved Folkehelseinstituttet. Det handler altså ikke nødvendigvis

om at man er mye alene, men er mer en subjektiv opplevelse. – Man kan være ensom selv om man har folk rundt seg. Du kan være ensom i et ekteskap, i lunsjen på jobben eller i et selskap, dersom du ikke føler seg inkludert eller sett, forklarer Hansen.

DE UNGE ER MEST ENSOMME

I mange år har det vært de eldre som har vært mest ensomme, mens de siste 20 årene har det blitt et stadig økende problem hos den yngre generasjonen. Til og med fotballhelt og VM-stjerne Antonio Nusa (21) fortalte i sommer til Aftenposten at han har strevd med altoppslukende ensomhet. Forskeren tror ikke det er tilfeldig

at økende ensomhet hos yngre sammenfaller med framveksten av sosiale medier.

– Ofte får man veldig urealistiske forventninger og et urealistisk bilde av hva som er vanlig blant alle andre. Det kan også forstyrre alenetiden og føre til at man føler uro, når man egentlig kunne kost seg med en god bok, sier Hansen. Etter de yngste, er det de aller eldste (over 85 år), som topper statistikken. Ifølge Hansen handler det om at folk lever lengre, og blir syke senere. Dermed har problemene forskjøvet seg aldersmessig. SSBs undersøkelse viser blant annet også at ensomhetsfølelsen øker dersom man er utenfor arbeid eller har dårlig råd.

SOSIAL RESEPT

Det finnes mange lavterskeltilbud enten du er ung, gammel, liker å sitte i ro, trene eller drive med hobbyer, enten det er hest, hage eller håndarbeid. Likevel blir ofte de som hadde trenget det mest, sittende igjen hjemme. – Mange som har alvorlig og kronisk ensomhet, har andre tilleggssproblemer som angst, utrygghet og traumer. Har du lav selvfølelse og har falt utenfor lenge, er det ikke så enkelt å bare møte opp, sier Hansen. Derfor er han tilhenger av såkalt sosial resept, som har hatt gode resultater i andre land, blant annet England. Kort fortalt går det ut på at fastlegen kan henvise pasienter som sliter med ensomhet til organisasjoner

som for eksempel Røde Kors eller en frivillighetssentral. Der blir man koblet sammen med noen som hjelper deg å finne en meningsfull og skreddersydd aktivitet. Ikke alle vil synge i kor, og ikke alle ønsker å gå på strikkekafe. Hansen mener også at det aller beste er å få folk inn i frivilligheten, ikke som mottaker av hjelp, men som bidragsyter. – Det er en bedre måte å hjelpe seg selv på, gjennom å hjelpe andre, sier han. – Hvis noen leser dette og er ensomme, hva vil du råde dem til? – Prøv å ta små grep i de bekjentskapene du har, enten det er naboer, familie eller venner. Våg å strekke ut en hånd og signaliser at du ønsker mer kontakt, sier han.

På de neste sidene har Asfalt snakket med Andreas (18), Irfan (39), Preeti (48), og Tor (88) om ensomhet og betydningen av sosial kontakt.

ANDREAS (18) VIL SKAPE GENERASJONSMØTER

Hva gjør en 17-åring som kjeder seg på familieferie? Lager en forretningsplan som skal skape møter på tvers av generasjoner, så klart.

Det var da farmoren til Andreas Gilje Stensland (18) døde i fjor, at han begynte å besøke farfaren oftere. Han hadde en anelse om at det var ensomt å plutselig bo alene, etter mange års ekteskap og familieliv. De to snakket om alt mulig, fra skole til hverdagslige ting og ukjente historier fra gamle dager.

– Jeg så at hele ansiktet hans lyste opp da han så at det var jeg som kom på besøk. Da begynte jeg å tenke på om dette var noe andre også burde gjøre mer av, gjerne folk som ikke kjente hverandre fra før, forteller 18-åringen når vi møter ham i loftstuen i barndomshjemmet på Vardeneset. Det er en varm søndagskveld i slutten av juni, han har nettopp fullført andre videregående og i morgen reiser han på kompietur til Split i Kroatia. Men først: Intervju med Asfalt.

I EN CAMPINGBUSS I SVERIGE

Vi spoler tilbake en sommer. I fjor var han, som så mange andre somre, på tur med familiens campingbuss. De er en stor gjeng, noen år har de vært opp mot 40 busser, som har dette som hobby og reiser sammen

år etter år. Dette året kjente Stensland på at han havnet litt mellom barken og veden, verken voksen eller barn. Lekeplassen fristet ikke 17-åringen. Derfor ble han sittende inne i bussen, på en campingplass i Sverige, og kverne på denne idéen han hadde fått: *Hvis du lager et opplegg hvor unge som trenger arbeidserfaring besøker ensomme eldre, så løser du jo to store samfunnsproblemer!*

– Jeg søkte mye rundt og brukte flere dager på å lese om disse tingene. Jeg havnet i en egen boble, det var det eneste jeg tenkte på, forteller han. Det var bare noen måneder etter at farmoren døde, og det hadde vært en tøff periode for hele familien. – Da sommeren kom, var det som en tåke som endelig lettet. Det var da idéen ble mer klar, sier Stensland. Ettersom farmoren døde av kreft, var hans første tanke at hans mål med livet skulle være å finne den store kreftkuren.

– Men da må du jo være god på kjemi og sånne ting, og det er ikke mitt sterkeste felt. Så da tenkte jeg på noe som kunne passe meg og mine sterke sider, forteller han. Og slik ble prosjektet Hjertebank født.

«HVORFOR TAR INGEN KONTAKT?»

Etter en god del research og fakta innabords, sendte 17-åringen en e-post til Stavanger kommune. De henviste ham til Stavanger Unlimited, som hjelper ildsjeler med idéer om hvordan man kan løse sosiale utfordringer, og som ønsker å starte en virksomhet. Der fikk han et tilskudd på 10 000 kroner for å jobbe videre med idéen.

– Først tenkte jeg at ingen vil betale for å få noen på besøk, og at det skulle være frivillig. Men det var vanskelig å rekruttere unge til frivillig arbeid, sier Stensland. Han forhørte seg med sine jevnaldrende om hva som engasjerer og motiverer dem til å gjøre en jobb. – Da var det penger som var det store, sier han med en latter. Derfor endret han idéen til å være at de unge får en deltidsjobb, mens de eldre eller pårørende betaler en liten sum for et besøk i uka. Per nå har de tre faste besøkspar. Det mangler ikke på interesserte ungdommer, men de godt voksne er det vanskeligere å finne. For han kaller dem ikke lenger eldre, men godt voksne.

– I starten gikk vi ut og sa at Hjertebank skulle være for ensomme og oppegående eldre. Da fikk vi ingen



Da farmoren (på bildet) til Andreas døde, begynte han å besøke farfaren oftere. Det syns han var så hyggelig, at han ville andre ungdommer også skulle oppleve gleden av eldres selskap. Foto: Privat



Det var på tur med familiens campingbuss (i bakgrunnen, nå parkert i hagen) at Andreas Gilje Stensland begynte å planlegge Hjertebank-konseptet.

svar. Jeg forstod ikke dette, jeg tenkte jo ‘Her har vi et stort problem, jeg har lest masse artikler om det, og jeg har vært masse i media. Hvorfor tar ingen kontakt?’, sier han. Det gikk opp for ham at «ensom» og «eldre» var to ord som mange ikke ville vedkjenne seg. Nå søker han heller etter godt voksne som ønsker å utvide nettverket. De tilbyr også hjelp til små, praktiske ting. Som å handle eller å bli med på gudstjeneste i kirken.

– Det skal være mer innbydende og lavterskel, sier han, og håper at høsten vil føre med seg flere nye henvendelser. Planen er å starte et ideelt AS.

– Så du gjør ikke dette for å bli rik?

– Nei, det er ikke det som er målet mitt. Det er å kunne skape sånne gode og nyttige relasjoner som jeg og farfar har hatt, sier han. Og det mangler ikke på ambisjoner. Nå har han tatt fag innen markedsføring, økonomi og ledelse på skolen, som han får brukt i praksis.

– Hva gjør du neste år når du er ferdig på videregående?

– Da vurderer jeg å ta et friår hvor jeg har en deltidsjobb og samtidig satser på Hjertebank. Får jeg bygget

det opp stort nok, kan jeg flytte til Bergen og studere noe fornuftig på NHH, og forhåpentligvis starte opp en avdeling der også.

TROR RUSSETIDEN GJØR UNGE MER ENSOMME

– Mens vi først har en ungdom i tale, hvorfor tror du det er slik at unge er de som kjenner mest på ensomhet?

– Jeg tror russetiden spiller en stor rolle. Allerede på ungdomsskolen begynner jo folk å danne grupper som definerer hvem du henger med hele tiden. Har du ingen gruppe,

er det vanskeligere å bli inkludert. Da er det lett å kjenne på ensomhet, sier Stensland. Selv er han i en russegruppe, men som såkalt «vandreruss», altså uten noe kjøretøy. Det er ingen busser på St. Olav, skolen han går på. Han forteller at på fester inviteres det ofte gruppevis, og ikke enkeltpersoner.

– Min russegruppe har ofte invitert folk som ikke er med i gruppa, fordi vi vet de ikke er på noen gruppe, og at de gjerne sitter hjemme og ikke har noen å være med akkurat nå. Men jeg tror ikke flertallet tenker på sånt, sier han.

IRFAN (39) KNAKK DEN NORSKE VENNEKODEN

Han hadde en familie som betydde alt for ham og et studie han elsket. Likevel følte Irfan Zia (39) seg ensom i mangelen på fellesskap og tilhørighet.

I en studentbolig i Bjergsted bor en pakistansk familie på fire. Irfan Zia har nettopp fullført en mastergrad innen internasjonal ledelse. Nå har han ett år på seg for å skaffe seg fulltidsjobb, før visumet går ut. Han stresser ikke av den grunn. – Jeg må bare stole på at ting kommer til deg når du trenger det. Hvis jeg stresser for mye, blir jeg bare en dårligere jobbsøker og begynner å overforklare ting, sier 39-åringen. Han og familien har funnet seg godt til rette her nå, men det kom ikke av seg selv. I starten følte han seg veldig annerledes. – Jeg hadde den beste tiden med familien, vi så flott natur og alt. Likevel manglet jeg en form for tilhørighet. Du er fra en fremmed kultur, maten din er annerledes, parfymen din er annerledes, klærne dine er annerledes. Jeg merket at folk forholdt seg til meg med en form for distanse, forteller han om den første tiden i Stavanger.

VILLE OPPRUSTE BARNÅ TIL Å BLI GODE VERDENSBORGERE

Zia vokste opp i Bahawalpur i Punjab-distriktet i Pakistan, en by på størrelse med Oslo. Etter hvert tok han utdanning innen IT og webdesign, og

fikk seg jobb i Lahore, Pakistans nest største by. Han hadde lenge ønsket å ta en internasjonal mastergrad. – Vi ønsket å flytte utenlands for at barna skulle lære i et internasjonalt miljø. Lære fra forskjellige kulturer, se ulike religioner, få et åpent sinn og en god karriere. At de skulle bli godt rustet til å sette et positivt avtrykk i verden. Så det var tanken bak det hele, forteller familiefaren. Valget falt på Norge, etter tips fra en slektning som hadde vært der på sommerferie. Høsten 2023 tok han med seg kone, datter (4) og sønn (6), og satte seg på flyet til Stavanger. – Humøret mitt steg til topps idet vi gikk av flyet og så den frodige naturen og kjente den kjølige vinden, forteller han. Der og da visste han ikke at det ikke bare er det norske klimaet som er kjølig, også nordmennene selv kan oppleves kjølige før man blir kjent. Han lærte fort at han måtte ta initiativ til samtaler selv. – Jeg kunne sitte et sted en hel dag uten at noen snakket til meg. Men hvis jeg prøvde å snakke til dem, da ville jo alle prate, forteller han. Han prøvde å få med seg det han kunne av fadderuka, men gikk også glipp av en del, på grunn av småbarnsliv og flyttekaos.

– Hvis jeg skal gi et råd til andre: Vær med så mye du kan den uka. Ikke tenk på bolig, at du må finne deg en jobb eller noe. Det kan komme etterpå. Den ene uka bør du dedikere alt til fadderuka, sier han.

MISFORSTÅELSER OG KULTURKRÆSJ

Noe av det første han lærte var at nordmenn liker å planlegge. God tid i forveien. – I mitt land er det annerledes. Der er det sånn ‘I dag føler jeg meg glad, så da sjekker jeg om vennene mine vil bli med og finne på noe’. Hvis du sier ja til en fest som er om en måned, så vet du jo ikke nå om du føler for å gå på den festen den dagen, sier han. Og i gruppearbeid ble det misforståelser. Mens han var vant til at man leste seg opp sammen, var det her forventet at han allerede hadde lest da de skulle møtes. – Ingen sa dette til meg, da hadde jeg jo forberedt meg bedre. Istedenfor var det kanskje folk som dømte meg og tenkte at jeg ikke tok det seriøst, sier han. Eller da han spurte om noen ville bli med og spise etter forelesning, og de bare sa nei uten noen forklaring. – I Pakistan er det uhøflig, da er det sånn ‘Okei, han liker meg ikke’.



I starten syntes Irfan Zia at nordmenn var vanskelige å komme innpå, og det var mange kulturforskjeller å finne ut av.

Og humoren var annerledes, mens jeg er vant med at man kan slå av en spøk med for eksempel folk som jobber i serviceyrker, må man jobbe mer for å havne under overflaten her, sier han. En annen ting han lærte var at i Norge skal man helst takke og anerkjenne det når noen gir deg et kompliment. – I Pakistan må du helst nekte en stund først. Hvis ikke blir det sett på som arrogant. Mens her skal du bare si takk, hvis ikke tviler folk på om du er god til det, dersom du selv gjør det. Det har jeg lært videre til min kone også, sier han.

REDDET AV RAVE

Hele det første semesteret gikk med til å lære seg alle de kulturelle kodene, som det var mange av. Samtidig som han satt alene på biblioteket eller hjemme og funderte på hvordan han skulle få seg sin gjeng. Han begynte å gå på nettverksarrangementer hos steder som Næringsforeningen og Terran, som har karriere og internasjonale relasjoner i fokus. Endelig begynte det å løsne, og følelsen av fellesskap kom sigende.

For eksempel har han blitt med i en gruppe som kaller seg Rogaland Ravers, som møtes på techno-eventer, danser sammen og har det gøy. – Hvis ikke jeg er med, så er det noen som spør hvor jeg ble av. Det føles godt. Jeg virkelig elsker det. Med techno og rave kan du være deg selv og må ikke følge bestemte dansetrinn, som med kizomba og bachata (andre dansestiler, journ. anm.), forteller han entusiastisk.

KJENNER DU DEG ENSOM?

- Sjekk hva din kommune tilbyr av psykiske helsetjenester
- Bli medlem av Facebook-grupper for der du bor, eller for de som deler interesser og hobbyer med deg
- Tør å ta initiativ overfor dem du ønsker å tilbringe mer tid med
- Ta kontakt med fastlegen eller for eksempel Mental Helse: www.mentalhelse.no/fa-hjelp



Zia (nummer fem fra venstre) sammen med en gjeng han møtte via gruppen «New Friends Stavanger».

Også familien har funnet seg til rette i den nye byen. Sønnen spiller fotball, datteren går i barnehage, kona jobber på SFO og har fått sine egne venner. De bruker naturen mye og treffer andre familier som de lager mat sammen med. – Kona gjør det hun elsker, jeg gjør det jeg elsker og ungene gjør det de elsker. Alt i alt, det siste året har blitt så fint som jeg aldri kunne forestilt meg, sier 39-åringen.

PREETI (48) TRENGTE NOEN SOM SA HEI

Å unnslippe ensomhet handler mye om å ta ansvar for egen helse og ikke vente på alle andre, mener Preeti Agarwal (48).

Som gründer og aleneboende, ble Preeti Agarwal fort lei av å sitte på hjemmekontor og ikke ha noen å treffe ved kaffemaskinen og prate med i lunsjen. Derfor har hun foreslått å møtes på arbeidsfellesskapet Innoasis, som har betydd mye for henne, og hvor hun nå har fast kontorplass.

– Jeg kom hit fordi jeg var ensom og trengte noen som sa hei til meg. Det er helt grunnleggende, sier 48-åringen, som slår av en prat med alle vi møter på. Deriblant Tore Granstrøm, som har tittelen Community & Event Manager i Nordic Edge, som driver Innoasis. – Bygget er designet slik at enten du skal ha kaffe, gå på do eller dra hjem så går du forbi fellesarealene. Det tvinger folk til tilfeldige møter og samtaler, sier han. Dette faller i god jord hos Agarwal, som savnet en mer sosial arbeidsplass. – Miljøet her er veldig bra, jeg ser på det som en investering i egen helse. Du blir kjent med folk og invitert på ting vi som driver for oss selv ellers ville stått på sidelinjen og sett på at andre har, som julebord og sommerfester. Sitter du alene ved lunsjbordet, så kommer folk og setter seg ned, skryter hun, før hun bestiller seg sin faste kaffe i kaféen og viser vei til et møterom hun har booket.

LISTE MOT ENSOMHET

I mange år har Agarwal jobbet som fysioterapeut, og for syv år siden

startet hun selskapet Positival, som skal hjelpe langtidssykemeldte tilbake i jobb. Det er drøye tre år siden hun kom til Stavanger. Opprinnelig er hun fra Oslo, men har bodd flere steder enn de fleste: Nederland, Australia, Sør-Afrika, Finnmark, Hedmark, Trondheim og Bergen for å nevne noen. Første gang hun husker å ha kjent på ensomhet var da hun var 21, og gikk gjennom et samlivsbrudd. Da bestemte hun seg for å lage en liste over ting hun måtte gjøre.

– Det ble en «braindump» av ting, og da hadde jeg ikke tid til å være ensom, fordi jeg hadde så mye å gjøre. Skrive ferdig den oppgaven, ringe den personen og rydde i skapet, for å nevne noe, sier hun. Agarwal er opptatt av at man må ta ansvar for sin egen mentale helse, og ta initiativ selv. Da hun flyttet til Stavanger, inviterte hun til åpent hus på julaften i en Facebook-gruppe med 25 000 medlemmer. Det kom to stykker. – Den ene måtte se om det var sant, hva slags menneske det var som åpnet huset sitt for så mange. Hun andre var ei som gikk gjennom en skilsmisse og hadde det litt tungt, forteller hun. Agarwal mener det er viktig å gjøre det man ønsker uavhengig av om man gjør det alene eller sammen med noen, enten det er å åpne en flaske med bobler, gå på fin restaurant eller en konsert.

– Jeg treffer alltid noen jeg kan snakke med, forteller den utadvendte fysioterapeuten. Noen ganger går



På Innoasis fikk Preeti Agarwal de sosiale møtene hun savnet da hun jobbet på hjemmekontor.



hun på singeltreff, men det er ikke for å «fylle et hull som mangler». – Jeg søker ikke etter noen som skal «gjøre meg hel», det blir helt feil utgangspunkt, sier hun.

FOLK TAR IKKE ANSVAR FOR HVERANDRE

Noen dager er verre å være alene på enn andre. For Agarwal er 17. mai og nyttårsaften sånne dager, når «alle» har planer med vennegjengen. Hun husker en maidag da hun tok master, og hadde praksisplass på en klinikk med 13 andre fysioterapeuter. Det var i en by hun nettopp hadde flyttet til, og hun kjente ingen.

– Rundt lunsjbordet snakket alle om hva de skulle på 17. mai, og jeg var ganske tydelig på at jeg ikke hadde noen planer. Likevel var det ingen av kollegaene mine som inviterte meg på noen som helst måte. Det syns jeg er litt rart, ikke trist akkurat, men jeg ble litt forundret. De kunne jo sagt at de hadde noe familiegreier

på morgenen, men møt oss gjerne i byen etterpå, eller noe sånn. Folk tar ikke det ansvaret for hverandre, sier hun. Istedenfor å gi opp og bli hjemme, forhørte hun seg videre, og ble med en bekjent på et arrangement for internasjonale innflyttere. Der traff hun flere hun ble venn med. – Noen har jeg kontakt med ennå, flere år senere, legger hun til.

HISTORIER FRA FREMMEDE

På spørsmål om det er noe mer hun vil fortelle, vil Agarwal gjerne fortelle en historie fra da hun bodde i Brisbane, Australia. – Vi var tre venner som var ute og spiste på en fullpakket restaurant. Ved siden av oss sitter det en som er alene. Plutselig spør han ene vennen min, uten å høre med oss andre, om han ønsker selskap og vil sette seg ned med oss. Han bare tok det initiativet helt spontant, jeg syns det var helt fantastisk. Han satte seg ned med oss, vi ble kjent og fant ut

at han jobbet med medisinsk utstyr ved Gold Coast og sånn, forteller hun. Dette har inspirert henne flere ganger senere i livet. Som da hun bodde på Røros og kom i snakk med en dame som viste seg å være en amerikansk filmprodusent, og som hun fortsatt har kontakt med på Facebook. Eller da hun bodde i Nordland og spurte en eldre mann på et bakeri om han ville sitte med henne.

– Han fortalte at han ventet på ferja hjem til Lofoten, og jeg fikk høre om da han var en liten guttunge under krigen. Moren hans pleide å gi mat til den stakkars ene tyskersoldaten som var plassert på øya der de bodde, forteller hun ivrig. Hun er takknemlig for kameraten sin i Brisbane, som ga henne et nytt perspektiv på hvordan man møter menneskene rundt oss.

– Vi er så innmari sånn at vi overtenker. Hvor skumle kan folk være, liksom?



TOR (88) SYNS DET GJØR GODT Å SNAKKE OM FØLELSER

Det har gått halvannet år siden Tor Fjelde ble enke-mann. Fortsatt er det vanskelig å fatte at kona aldri kommer tilbake.

TEKST: ANDERS LEON ANDERSEN

Tor Fjelde (88) åpner døra til leiligheten i Gjerdebakken på Tasta og inviterer Asfalts utsendte inn. Fra stuevinduet i fjerde etasje har pensjonisten flott utsikt mot Stokkavatnet, og fra den romslige terrassen kan han nyte ettermiddagssolen sammen med store blomstrende potteplanter.

På et lite bord står brudebildet av Tor og Elsa, og et eget bilde av Elsa. Et stearinlys brenner mellom bildene. Hver morgen tenner Tor Fjelde lyset på nytt, et fint rituale som gir ro i sjelen og får fram de gode minnene.

FRA ENEBOLIG TIL LEILIGHET

Fjelde vokste opp i en leilighet i Norges Bank i Stavanger sentrum der faren var vaktmester, som eldst i en søskenflokk på tre. Han husker godt at faren fyrte i ovnen med makulerte pengesedler.

Han traff Elsa på Økonoms kafé, «Økkasen», første gang i mai 1959. De ble forlovet i desember samme år. 1. desember 1962 giftet de seg og fikk 62 gode år sammen.

Det er fire år siden han og kona bestemte seg for å flytte fra huset på Madlatuå, der de hadde bodd i 60 år. – Vi hadde det fantastisk kjekt på Madlatuå, men etter hvert syntes vi huset var litt for stort for oss to. At de tre døtrene våre også oppfordret oss til å selge, var en medvirkende årsak til at vi valgte å flytte, sier Fjelde.

Ikke lenge etter innflyttingen begynte helsa til Elsa å svikte. Beinskjørhet, kreft i ryggmargen og en begynnende demens gjorde dagene tunge og vanskelige. Hun var tre måneder på Haugåstun sykehjem før hun etter hvert fikk fast plass på Tasta sykehjem.

– Jeg besøkte henne hver dag, noen ganger et par ganger til dagen. Jeg fikk beskjed om å ta det mer med ro. De ville ikke ha to pasienter på sykehjemmet, forteller han.

SAVNER NABOSKAPET

Tiden i den nye leiligheten har ikke bare vært positiv.

– Jeg angrer litt på at vi flyttet. Jeg savner hagen og kontakten

med naboene våre. Vi hadde ikke så mye kontakt, men det ble ofte en prat over hagegjerdet. Her er det mye vanskeligere å treffe folk, det kan bli et nikk nede i garasjen, eller et hei i oppgangen, forteller han.

Tor Fjelde har tre døtre, barnebarn og oldebarn. De inviterer ofte både på middag og hytteturer. I tillegg har han øvrig slekt og gode venner. Han har mange faste, kjekke gjøremål i løpet av uken, så han vil ikke kalle seg ensom. – Det gikk fort med Elsa på slutten, og hun døde for halvannet år siden. Det kan fortsatt føles uforståelig at hun er borte, sier han.

Det er ikke ofte det ringer på døra nå, bortsett fra unger som vil ha tomflasker til en eller annen foreningsaktivitet. I begynnelsen var det mange som ringte. «Koss går det», var det vanlige spørsmålet. – Jo, det går greit. Men det hadde vært kjekt om enda flere hadde tatt kontakt.

Naturligvis var det en stor overgang fra å være to til å bli alene,



Tor og Elsa fikk 62 gode år sammen. Nå tenner han hver morgen et lys for henne.



Ikke isoler deg og ikke vær redd for å treffe nye mennesker, er 88-åringens råd til de som er ensomme.

men Fjelde fikk en myk overgang i og med at Elsa var på sykehjem den siste tiden. – Jeg var vant til husarbeid og matlaging, men hadde mer utfordringer med klesvasken, ler han.

SNAKKET MED SEG SELV

– Hva har vært det vanskeligste etter at du ble alene?

– Den enorme tomheten. Jeg klarte ikke å lese og samle tankene i begynnelsen. Det var ingen å snakke med, så jeg begynte å snakke med meg selv. Jeg kunne si: Elsa, hvor er raspejernet? men kom plutselig på at hun ikke var der lenger. Men jeg fant det jo til slutt, sier han.

Å være aktiv og komme seg ut blant folk har vært Tors måte å takle sorgen og savnet på.

Han trener i trimgruppen Sterk og Stødig en gang i uken. Hver fredag er han på Tasta Bydelshus og synger i «Syng med oss», der ulike stavangerartister har med sanghefter og leder allsangen. Han går jevnlig i pensjonistgruppene til Stavanger Aftenblad, der han var ansatt i over 47 år, og i Grafisk Klubb. I sommer var han på Kreta med svigerforeldrene til den ene datteren, og i høst drar han til Solgården i Spania. Tre ganger i uken spiser han middag i kafeen på Tasta sykehjem. Her har han funnet mange nye, gode venner. I mange år hadde Tor og Elsa hytte på Kvinesheia. Her var det godt å tilbringe helger og ferier.

Oldebarnet Ingrid fikk et spesielt forhold til Elsa den siste tiden. Hun var ofte på besøk og fikk oppleve alle de rare tingene som oldemor gjorde

på grunn av demenssykdommen. Det ble så mange gode og sterke historier at Ingrids pappa Fredrik Fornes skrev boka «Superoldemor drar til stjernene», en bok som har blitt godt mottatt av publikum. Det er for øvrig barnebarnet Fredrik som nå har overtatt familiehytta i Kvinesheia.

- IKKE ISOLER DEG

Tor Fjelde er en sosial og utadvendt mann som liker å snakke med folk. Han har vært toastmaster i hundrevis av bryllup og åremålsdager.

– Har du noen råd til eldre som føler seg ensomme og alene?

– Ikke isoler deg og ikke vær redd for å treffe nye mennesker. Du må selv ta initiativ for å få til et godt og meningsfylt liv. Jeg tar gjerne bussen til byen uten mål og mening. Ofte treffer jeg noen kjente og får en positiv opplevelse, forteller han.

– Hva med ny kjæreste i livets høst?

– Den tanken har ikke streift meg i det hele tatt. På restauranten Al Forno på Tasta er det noen damer jeg er på fornavn med, men jeg har aldri spurt om jeg skulle følge dem hjem, som vi gjorde før i tiden. Det som skjer, det skjer, smiler han.

– Når var den kjekkeste tiden i livet når du ser tilbake?

– Da barna var små, før de begynte på skolen. Da gjorde vi mye gøy sammen som familie, sier han.

– Hvordan tror du det er for menn i din alder å snakke om følelser og andre vanskelige ting?

– Jeg kan bare snakke for meg selv og jeg synes det er godt å snakke om følelser, ofte med fremmede mennesker. Jeg får av og til besøk av sykepleiere som hjelper meg med medisinen. Disse er gode samtalepartnere og vi snakker ikke bare om Elsa, jeg har ofte behov for å snakke om meg selv også, sier han. – Hva tenker du om døden?

– Det eneste sikre i livet er at vi skal dø, men jeg tenker ikke så mye på det. Jeg har ikke tro på et liv etter døden, men når den tid kommer, håper jeg det går fint uten for mye smerter og styr, sier han.

ASFALT-SELGERE

HVA LIKER DU Å GJØRE NÅR DU ER ALENE,
OG NÅR HAR DU FØLT DEG ENSOM?

OM



SIV MERETHE OUSLATI, HAUGESUND

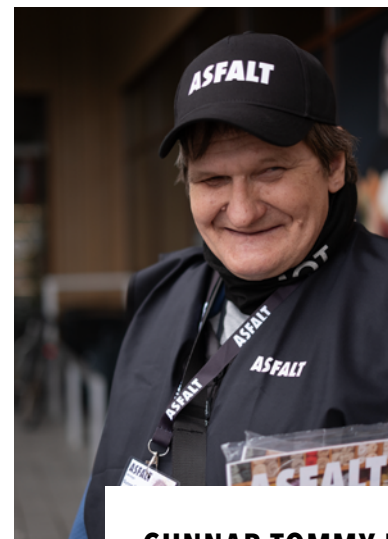
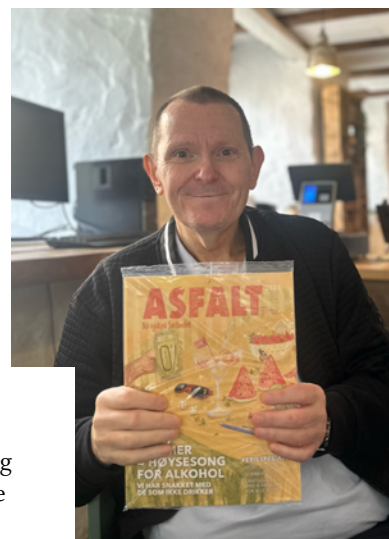
Jeg er veldig glad i å lese bøker når jeg er alene. Alt fra drama til Jo Nesbø. Og så liker jeg å gå turer.

Jeg følte meg mye ensom etter at min mor døde. Vi var som erteris. Derfor prøver jeg dette med Asphalt, det har fått meg litt forbi den snikende ensomheten. Men dagene varierer, søndagene er ekstra ensomme. Da finner jeg fram en god bok og prøver å tenke på noe annet.

WILLIAM HANSEN, STAVANGER

Jeg liker å gå tur, lage god mat og se serier når jeg er alene. Elsker spicy thaimat og husmannskost. Av serier så liker jeg å se gamle krimserier, serier der jeg må tenke litt selv og bruke hjernen.

Jeg føler en del på ensomhet på grunn av sykdommen. Jeg lider av hjertesvikt, og da greier du ikke å gjøre alt du har lyst til. I går måtte jeg bare være hjemme, for jeg klarte ikke å gjøre noe annet. Har heldigvis gode venner som forstår meg og hvorfor jeg ikke kan være med på alt, det har hjulpet å være åpen om sykdommen. Hvis ikke hadde de jo bare tenkt «åh, nå avlyser han igjen ...»



GUNNAR TOMMY PETERSEN, VENNESLA

Jeg liker å spille gitar når jeg er alene.

Jeg kjente en del på ensomhet da Gatemagasinet MOT la ned, og jeg ikke lenger kunne være ute blant folk og selge magasiner.

STEIN EGIL KNUTSVIK, STAVANGER

Når jeg er alene liker jeg å høre på musikk, gjerne rolige ballader fra 80- og 90-tallet.

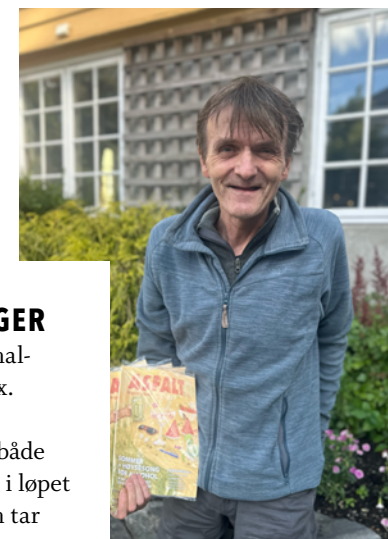
Jeg følte meg mye ensom før, men ikke så mye nå lenger. Etter at jeg begynte å selge Asphalt så forandret det seg litt. Før ble det mye dødtid, nå får jeg fylt dagene mer, får litt mer input. Det er kunder som setter et hjerte i meldingen sin når de vippser, det var ei som spurte om å få en klem også. Det betydde veldig mye. Det varmer.



FRED INGE IVEBAKK, STAVANGER

Jeg ser mye film når jeg er alene. Kriminalfilmer, action og sånne som er på Netflix.

Jeg var nokså ensom da jeg nylig mistet både faren min, søsteren min og hunden min i løpet av kort tid. Men jeg har noen nieser som tar meg opp igjen, de betyr mye for meg.



ENSOMHET



«PÅ TROSS AV» – FORTELLINGEN OM JAN ROGER

Etter 24 år som rusmiddelavhengig har Jan Roger Nordnes (45) tatt utdanning og fått fast jobb. – Vi må forstå at ting tar tid, sier forsker Thomas Solgård Svendsen.

Det startet helt tilfeldig da han var tolv. En kompis hadde en eldre storesøster som hadde noe stoff. De prøvde det. Og så ballet det på seg. I 24 år levde Jan Roger Nordnes et liv preget av rus. Til slutt ble han dømt til rusbehandling. Han hadde prøvd å bli rusfri flere ganger tidligere. Men denne gangen var noe annerledes.

STRENGT OPPLEGG

Asfalt møter Nordnes på Stavanger golfklubb. Her har han jobbet som greenkeeper i åtte år. I dag arrangeres to forskjellige turneringer på banen. – Så nå sitter han der Rune Bjerga i en liten kommentatorboks på det ene utslagsstedet og blåser i horn og mobber de som slår, humrer Nordnes.

I høysesongen er de elleve stykker som jobber som banemestre på regionens eldste golfbane, som markerer 70-årsjubileum i år. – Hva betyr jobben for deg? – Den betyr veldig mye. Hadde ikke disse folkene gitt meg en sjanse, så kunne jeg fort havnet utpå igjen

Vi spoler tilbake. Da Nordnes ble dømt til rusbehandling, hadde han egentlig ikke så stor tro på at den skulle gi resultater. Men da han kom til Veksthuset, skjedde det noe. Behandlingsopplegget var strengt. Ifølge 45-åringen fikk man ikke ha telefon, og ikke lov å være på rommet, som måtte vaskes hver morgen. – Var det bra at det var slik, eller ble det for strengt?

– For meg var det bra. Det er det eneste som har hjulpet meg. Jeg hadde jo prøvd å bli rusfri før, men dette er første gang jeg har klart å holde meg rusfri i åtte-ni år.

Noe av det som skilte dette opplegget fra tidligere behandlinger, var at det handlet mye om å bygge nettverk. Tidligere har han klart å slutte med rus og han har fått seg jobb. Men da har dette blitt hele livet: Først jobb, så hjem.

RUSFRI – HVA NÅ?

Vi drar til Lagårdsveien for å møte rusforsker Thomas Solgård Svendsen, som kjenner Nordnes godt. Han er PhD og forsker ved KORFOR, Regionalt kompetanse-senter for rusmiddelforskning i Helse Vest. Hans doktorgradsavhandling er en del av den store Stayer-studien, hvor man har fulgt mennesker med rusavhengighet gjennom ti år. Svendsens forskning har handlet om noen av dem det har gått bra med. Om hvordan de selv beskriver endringsprosessene de har gjennomgått, og hva som skal til for å klare å holde seg rusfri over lengre tid.

JEG HAR PRØVD Å BLI RUSFRI FØR, MEN DETTE ER FØRSTE GANG JEG HAR VÆRT TOTALT RUSFRI I ÅTTE-NI ÅR.

Jan Roger Nordnes

– Man sier jo det, at det er lett å holde seg rusfri i behandling. Men hva skjer i årene etterpå? Mange har med seg en ganske stor pakke med komplekse ting, som må ryddes opp i over tid, sier forskeren.

En av deltakerne i Stayer-studien var nettopp Jan Roger Nordnes: – På Veksthuset var de veldig opptatt av å få orden på økonomien og å bygge nettverk. For min del har fellesskapene i ettervernstilbudene til A-larm og Kirkens Bymisjon vært viktige.

Særlig fremhever han relasjonene til dem i A-larm. De holder fortsatt kontakt, og reiser på turer sammen

annet hvert år. De har blant annet gått opp Kilimanjaro i Tanzania og i fjellene i Nepal. Neste års mål er Sør-Amerika og Machu Picchu, og øyhopping på Galapagosøyene. – Er det noen konkrete personer som ble ekstra viktige for deg i prosessen med å bli rusfri?

– Ja, Torill fra OBS-teamet (oppsøkende behandlingsteam, journ. anm). Hun presset på for å få meg inn på Veksthuset og fulgte meg opp de siste åtte-ni årene før jeg ble rusfri også. Og Thomas. Hele Stayer-studien har gitt meg en trygghet på at de kognitive tingene i hodet mitt blir bedre etter hvert, hvis jeg bare klarer å holde meg rusfri.

EKSISTENSIELL SORG

Noe av det Svendsen er opptatt av, er å fortelle «på tross av»-fortellingene. Altså fortellingene der det går bra – tross alt. Han skryter av opplegget på Veksthuset, hvor Jan Roger var. Både at de var gode på ansvarliggjøring, og at de ikke så på menneskene som primært syke, men mennesker med et potensial for endring.

– Ansvarliggjøring har jeg selv vært opptatt av i mine studier. Jeg sa til de 140 som jeg fulgte, at 'jeg er nødt til å ha folk med over tid. Så hvis du bare gir f når du har en dårlig dag, vil jeg ikke ha deg med.' Og det funket. Folk setter pris på det.

Snittalderen for når deltakerne i Stayer-studien begynte å ruse seg var 13 år. Et av funnene forskerne ved KORFOR og samarbeidspartnere har gjort, er at det ofte er forbundet en sorg med det å forlate et rusmiljø. – Mange av dem det har gått bra med forteller at det var trist å forlate miljøet. Vi spurte ikke om det, men mange snakket om det. Fordi man mister – ikke bare venner og sosialt nettverk – men også hele identiteten sin. Dette er en eksistensiell sorg for mange.

VI KAN FÅ FOLK RUSFRIE
SÅ MYE VI VIL. MEN
HAR MAN IKKE «BASIC»
TRYGGHET I LIVET, SÅ
ER MAN KJØRT. DET MÅ
MYNDIGHETENE SKJØNNE
OG BRUKE RESSURSER PÅ.

Thomas Solgård Svendsen



Rusforsker Thomas Solgård Svendsen har blitt godt kjent med Jan Roger gjennom Stayerstudien. Foto: Svein Lunde Gabrielsen, SUS



Jan Roger skryter av Stavanger Golfklubb som arbeidsplass, og viser oss banens signaturhull.



– Vil du prøve å kjøre den? spør Jan Roger. Asfalts utsendte. Svaret var ja!

– HVORDAN POKKER FÅR MAN EGENTLIG NYE VENNER?

Det som har overrasket forskeren mest, er de nevnte «på tross av»-fortellingene. I Stayer-studien kom det frem at de fleste av deltakerne har potensielle traumer i løpet av barndom eller voksenliv. Det er bevist at slike opplevelser øker sjansen for å få rusmiddelvansker, og at en fjerdedel av dem har vansker med PTSD. Mange startet tidlig med rus, og var oppvokst i ustabile familieforhold. – På tross av det, klarer de å ta utdanning og få seg jobb. De klarer ting som ‘vanlige’ folk hadde slitt med å få til. Hvordan pokker får man egentlig nye venner? Kanskje har du aldri betalt en strømgjeld, så skal du plutselig få orden på økonomien. Jeg synes folk er skamgode, som får til dette her, sier Svendsen.

Det som kjennetegner dem som klarer å leve et liv uten rus, er at de

klarer å finne nye måter å leve på. De lærer seg å ta en ting om gangen, og at ting tar tid. Mange av dem jobber mye med nettverk og å få orden på de sosiale delene av livet.

– *Hva er et godt liv for de du har snakket med?*

– Det er veldig forskjellig. Mange snakker om A4-livet. Samtidig opplever en del at de må være et slags supermenneske. At de må overkompensere for alt de opplever å ha gjort galt før. Det blir en veldig krevende måte å leve på. Men det gjelder ikke alle. Jeg tror for eksempel ikke Jan Roger har det slik. Han har funnet sine greier. Han har fått – og tatt – ansvar.

DETTE BØR MYNDIGHETENE GJØRE

Svendsen forteller at informantene har ulik tilnærming til alkohol etter at de har blitt rusfrie. Én rører ikke alkohol, selv om han har vært rusfri

i ti år, fordi han har en sårbarhet knyttet til dette. Andre drikker vin til maten og har det bra med det.

– Da jeg begynte i denne jobben for 14 år siden, tenkte jeg på rusmiddelavhengighet som en kronisk sykdom. Nå tenker jeg mer på det som en sårbarhet. Og for noen er det en tilbakelagt sårbarhet, sier forskeren.

Han opplever at dette er et ord som fungerer bedre enn betegnelser som kronisk sykdom, eller hjernesykdom, fordi vi vet at både biologiske, psykologiske og sosiale faktorer spiller en rolle. Svendsen mener at vi trenger en økt forståelse for at ting tar tid. Mange rusmiddelavhengige har gjort mye galt og såret andre, noe de selv er veldig klar over. Derfor må de få tid til å ordne dette. Med tid mener han år, ikke bare noen måneder.

– *Hvis du kunne fått endret noe innen rusfeltet og rusbehandling, hva ville du gjort?*

– Vi må tenke helhet. Vi kan få folk rusfrie så mye vi vil. Men har man ikke basic trygghet i livet, ingen rundt seg, og ingenting å gjøre, så er man kjørt. Det må myndighetene skjønne og bruke ressurser på. Hvis man går rundt hver dag og er redd, så kan man ikke fungere normalt.

VAR NERVØS – NÅ VIL HAN STUDERE MER

Tilbake på golfbanen kan greenkeeperen knapt få skrytt nok av arbeidsgiveren sin. De tilbød skolegang i Skottland for å ta utdanning innen greenkeeper-faget, og fast ansettelse etter endt skolegang.

– *Hvordan var det å få disse tilbudene fra golfklubben?*

– Med en gang ble jeg veldig glad. Men så ble jeg nervøs, for jeg har

aldri hatt så godt forhold til skolen. Men det gikk veldig bra og jeg endte med toppkarakter i alle fag. ‘Graduated with distinction’, smiler greenkeeperen, som nå vurderer å fortsette utdanningen ved å ta faget bærekraftig golfbanedrift.

I dag sitter 45-åringen i styret til Funkishuset i Sandnes og går frivillig Natteravn i Stavanger sentrum. Den siste tiden har det vært ekstra mye å gjøre på jobb. Klubben bygger ny 6-hulls kort-hullsbane. Antallet golfspillere økte nemlig kraftig under pandemien. Selv er Nordnes en habil golfspiller med omtrent 15 i handicap.

– *Hvordan er livet ditt i dag?*

– Det er helt fantastisk. For første gang har jeg fast jobb. Jeg har kjøpt meg leilighet. Jeg har et godt forhold til familien og gode venner. Jeg har aldri hatt det så bra som jeg har det nå.

STAYER-STUDIEN

- 208 personer med avhengighet deltok.
- Deltakerne er fulgt i ti år, noe som er unikt i norsk og internasjonal sammenheng.
- Studien undersøker ikke bare endringer i rusbruk, men også kognitiv fungering, psykologiske områder, bolig, arbeid, relasjoner, helse og livskvalitet.
- Et viktig funn er at endringer handler om mer enn rusfrihet, som tilhørighet, mening og deltakelse i samfunnet.
- Mer enn 30 artikler er så langt publisert, og seks forskere har skrevet doktorgrad basert på data fra studien.

20 ÅR MED GODE VALG

I to tiår har Stavanger Oilers-prosjektet «Behold korken på» møtt flere tusen niendeklassinger med den enkle, men viktige appellen: Ta vare på deg selv.

TEKST: SIGMUND JENSEN

FOTO: ANN CATHRIN SANDSMARK



KISSA NISSEMANN

Det hele startet sesongen 2006/2007. Initiativtakere var daværende markedsansvarlig Bjørn Ims og de tidligere Oilers-spillerne Lars Peder Nagel og Tommy Edlund. Med fra første stund var også komikeren og artisten Kristian Arntsen, som i alle år har stilt opp på mye forskjellig for klubben.

– «Behold korken på» berører ulike ting, som livsstil, livsvalg og livsmestring, sier informasjons- og samfunnskontakt i Oilers Kjetil Garvik. Han ble tilsatt i klubben i 2012 og har vært engasjert i prosjektet siden. Halve årsverket hans er spesifikt avsatt til å jobbe med samfunnsnyttige prosjekter.

MIDT I BRYTNINGSTIDEN

Gjennom «Behold korken på» møter Oilers hver høst rundt 1000 ungdommer, enten ved å dra på skolebesøk eller ved at elevene

kommer på besøk til klubben. Etter første møte med motivasjonsforedrag inviteres elevene selvsagt også på kamp i DNB Arena.

Målgruppen har i alle år vært niendeklassinger. For åttende-klassinger er det kanskje litt for tidlig, og tiendeklassingene har ofte allerede kommet seg over en kneik. – Men for niendeklassingene i konfirmasjonsåret er det mye som står på spill, sier Garvik, som selv har vært lærer i mange år. – Niendeklassingene er midt i en veldig viktig og potensielt livsendrende fase av livet, på godt og vondt.

Gjennom en kombinasjon av foredrag og forestilling inviteres ungdommene til å reflektere over valgene de står overfor. Siden både samfunnet og ungdommene endrer seg, er manuset nytt for hver sesong. Kristian Arntsen og Kjetil Garvik er manusforfattere sammen med spillerne som deltar, og de øver

det godt inn, sånn at det passer sånn cirka innenfor en skoletime. Håpet er hver gang at ungdommene går hjem med større tro på seg selv, lyst til å sette seg konkrete mål og en vilje til å være en god lagkamerat på alle arenaer i livet.

FOKUS PÅ GODE VALG

Rusforebygging er fortsatt en sentral del av budskapet, men innholdet har vokst i takt med samfunnsutviklingen. Dagens ungdom møter en langt mer kompleks virkelighet enn elevene gjorde da prosjektet startet opp. – For tjue år siden snakket vi mest om alkohol. I dag lever ungdom i et multirus-samfunn med høyt tempo, voldsomt trykk og et enormt press gjennom sosiale medier, sier Garvik.

«Behold korken på» inviterer derfor til en forestilling om gode verdier, holdninger, vaner og livsvalg. Det handler om å sove godt og spise sunt og å sette seg mål. Det handler



Oilersspillerne Lotte Pedersen, André Strandborg og Ingrid Holstad Berge, for ikke å glemme en sprelsk Kristian «Kissa Nissemann» Arntsen, på besøk hos 9. klasse ved Kristianlyst skole høsten 2024. Nærmere 25 000 elever har deltatt på «Behold korken på» de siste 20 årene.

om å ha respekt for matteprøven som kommer om tre dager, ikke bare forberede seg ti minutter før. Om å stå støtt når presset melder seg. Og om å ta vare på seg selv og hverandre. – Det kanskje aller viktigste vi formidler, er appellen om å være en kamerat og lagspiller, å være en støtte for sidemannen og heie på de andre, sier Garvik.

ET STØRRE OPPDRAG

Stavanger Oilers har i en årrekke vært blant landets mest suksessrike ishockeyklubber. Men parallelt med medaljer og pokaler har klubben bygget opp en annen identitet. Helt siden etableringen har samfunnsengasjementet vært en del av klubbkulturen og organisasjonen, ikke minst takket være styreleder og majoritetsseier Tore Christiansens investering i klubbens verdigrunnlag. – Betydningen Tore og hans konsern SFF har hatt for Oilers kan neppe fullroses, ikke minst når det kommer til klubbens samfunnsengasjement, sier Garvik.

Klubbens veldedige engasjement skapes også nedenfra i organisasjonen. Lenge før Oilers vant noe som helst, etablerte spillerne et eget veldedighetsfond for å samle inn

penger til gode formål. – Vi er veldig stolte av fondet og spillernes engasjement. Det er limet i vårt samfunnsengasjement, det binder sammen mange ulike prosjekter, forteller Garvik.

I dag teller klubbens aktive samfunnsprosjekter hele tretten satsinger. Det er neppe mange andre idrettsklubber i landet som kan vise til noe tilsvarende.

AKER BP SOM SPONSOR

Nå i jubileumssesongen har Garvik og Oilers fått enda større muskler og drahjelp med seg. Tungvekten Aker BP har gått inn som en betydelig samarbeidspartner og bidragsyter i flere av prosjektene, og som hovedsponsor i «Behold korken på». – Det betyr utrolig mye at Aker BP er med, sier Kjetil Garvik. – Vi liker jo å kalle oss hele regionens lag, og i det ligger det mer enn bare Tjensvollkrysset. Det er lett nok for Gosen skole bare å gå ned bakken, men vi ønsker også å nå ut til skolene som ligger lengst unna. Det handler selvfølgelig mye om penger. Mange skoler har trange budsjetter, og vi må tilpasse tilbudet til de ressursene vi har tilgjengelige. Så det at vi har fått Aker BP med på laget, er helt

BEHOLD KORKEN PÅ

- Startet sesongen 2006/2007 av Stavanger Oilers
- Utviklet seg raskt til et prosjekt om gode livsvalg, rusforebygging og livsmestring
- Retter seg mot elever på niende trinn
- Omfatter hvert år rundt 1000 elever
- Nærmere 25 000 ungdommer har deltatt i prosjektets første 20 år
- Langvarig samarbeids-partner: SFF
- Ny hovedsponsor i jubileums-sesongen: Aker BP

avgjørende for arbeidet vårt, og gjør at vi kan lage en super jubileumssesong.

BLIKKET MOT FRAMTIDEN

Gjennom disse tjue årene har nærmere 25 000 ungdommer deltatt i «Behold korken på». – Vi har ingen parametere som kan bevise effekten, sier Garvik. – Men hvis vi har inspirert noen ungdommer til å ta gode livsvalg, har det absolutt vært verdt det.

Jubileumsåret skal ikke gå upåaktet hen, lover han. Hvordan det konkret vil bli, har de ikke landet ennå, det ligger foreløpig i den kreative støpeskjeen. Prosjektet kjører som normalt i høst, men til våren er planen å invitere til en festforestilling i tillegg, der det virkelig slås på stortrommen og Oilers-spillere, artister og samarbeidspartnere feirer 20-årsjubileet.

Det blir ikke bare en fin anledning til å se bakover og oppsummere to tiår med et godt og viktig arbeid. Det er også en anledning til å rette blikket framover, mot fortsettelsen. For selv om verden har endret seg mye siden den første niendeklassen fikk besøk i 2006, er budskapet fortsatt det samme: Ta vare på deg selv. Og ta vare på hverandre.

HØST FØR I TIÅ

Hestedrosjer har blitt til snart selvkjørende, elektriske biler. Tobakk- og aviskiosker har blitt til boder med trollsuvenirer. Bønder har nok færre ryggskader enn tidligere, og de aller fleste menn har lagt flosshatten på hylla. Mye har endret seg på 100 år, men det som er sikkert er at høsten kommer tilbake igjen og igjen. Her har du noen høstglimt fra Rogaland og Agder i en svunnen tid.

TEKST: INE GARVIK



3.



1. I 1937 kom det en stor orkan som førte med seg mange ødeleggelser og ifølge Stavanger Aftenblad «truet alt menneskeverk på sjø og land». Her ved Stavanger Kiselguhr Co sitt anlegg i Fløysvik. Foto: Hans Henriksen
2. Før het det «potetferie» og ikke høstferie, slik at skoleelevene kunne hjelpe til på gården under potetopptaket. Her hos gårdbruker Torvald Frafjord på Jåtten i 1978. Foto: Hans P. Jacobsen
3. I 1991 flommet det over i Sandvigå i Sandnes, og førte til store ødeleggelser på veien. Et spennende syn for barna. Foto: Wenche Solberg-Hansen
4. Å sanke korn var hardt fysisk arbeid før. Her fra skuronn på Jæren på slutten av 1940-tallet. Foto: Mittet & Co
5. Springflo fikk i 1983 vannstanden i Vågen til å gå helt inntil husene. Foto: Ukjent, Rogalands Avis



2.



1.



4.



5.

6.



7.



6. Regnvær er vi vant med i Rogaland. Heldigvis har denne moren og barna kledd seg godt. Her fra Barnas Dag på Hundvåg, 1985. Foto: Ernst S. Knudsen
7. Under et treff på Sola for entusiaster av Tempomotorsykler i 1994, blir showet stjålet av EU-motstander Gustav Rege. Foto: Roy Storvik
8. Det hjelper lite med paraply når det blåser så mye som det gjorde denne dagen i Vågen, 1986. Foto: Ukjent, Rogalands Avis
9. Kristiansand sannsynligvis helt på slutten av 1800-tallet. Hestedrosjer står klare og venter på passasjerer, med Hotel Ernst til høyre. Foto: Mittet & Co
10. Alleen i Lyngdal, sannsynligvis en gang på 1950-tallet. Foto: Mittet & Co

8.



9.



10.



PARADIS MED EGNE REGLER

Skraphauger på tomte, krav om dyrehold eller politiattest. Rundt om i Sverige finnes det flere områder som er formet av menneskene som bor der og av tidens tann. Gatemagasinet Faktum har besøkt to steder som er preget av en indre justis.

TEKST: LOTTA ENGELBREKTSON
FOTO: NIKLAS MAUPOIX

FARGERIKT FORFALL

Store hauger av skrot, fargerike vernede trehus og fantastisk nabosamhold er noe av det som kjennetegner «Koko Hill».



Tony Carlsson er på vei til butikken for å pante 58 sekker med pant han har samlet inn fra naboene.



Mia Fält skryter av samholdet her, og sier hun «driter i skrotet».

Ikke alle setter pris på skrotbilene. Eller den rustne traktoren, som ingen har turt å starte på mange år fordi den går på parafin. Og stadig kommer det flere bilvrak og rustne sykkelrammer til. Noen mener skraphaugen har fått bre seg ukontrollert. Andre bryr seg ikke.

VILLE VESTEN

Eieren av skrotet er ikke hjemme, men leieboeren hans står på trappa til rekkehuset. Tony Carlsson har bodd på Gökhöjden utenfor Karlstad i fire

år. I dag er han på vei til butikken for å pante bokser. Han har klart å samle inn 58 sekker med tomme bokser fra naboene, og nå skal de bli til penger på konto. Siden han ikke får med seg alle på sykkel samtidig, frakter han én søppelsekk av gangen.

Sola skinner, og han har god tid. – Det hender folk klager over at det er rotete, men da flytter vi noen av syklene og bilene litt lenger bort, forklarer han.

Også Mia Fält og vennene hennes har fri denne dagen. Høy

latter strømmer ut gjennom det åpne vinduet. Mia skal ha middagsselskap senere på kvelden, og gjengen har startet vorspielet i god tid. – Det er fantastisk å bo på Gökhöjden. Samholdet mellom naboene er utrolig, alle hjelper hverandre, sier hun.

Hun bare trekker på skuldrene av skrotbilene. Hun «driter i dem». At området på folkemunne kalles «Koko Hill», synes hun mest er morsomt.

– Hvis du tar taxi fra byen, er det ingen som vet hvor Gökhöjden ligger.



Lokalpolitiker Peter Sörensen mener forfallet har gått for langt, og at kommunen må skjerpe seg på tilsyn og vedlikehold.

Inspirerende og kreativt, eller falleferdig slum? Det kommer an på øyet som ser.

DET HENDER FOLK KLAGER OVER AT DET ER ROTETE, MEN DA FLYTTER VI NOEN AV SYKLENE OG BILENE LITT Lenger BORT.

Tony Carlsson



Men sier du «Koko Hill», finner sjåføren fram med én gang, sier hun. De fargerike trehusene med de store pipene har ligget på høyden siden 1948. Da ble det bygget 104 rekkehusleiligheter for arbeiderne ved Rayon-fabrikken i Älvenäs. I dag er området vernet og inngår i kommunens bevaringsprogram. Lokalpolitikeren Peter Sörensen fra Karlstadspartiet Livskvalitet er imidlertid ikke fornøyd. Han mener kommunens tilsyn og vedlikehold av Gökhöjden er langt fra godt nok. Nå viser han oss rundt i området,

som han omtaler som «Karlstads ville vesten». – Se på veggen der. Det er hull rett inn, og fuglene har bygd reir, sier han og peker på en trevegg der den røde malingen flasser av. Noen av husene er nymalte og velstelte, med blomstrende hager. Andre har sett sine beste dager. Fasadene er slitte og preget av tidens tann, og ugresset har fått vokse fritt. Peter Sörensen mener forskjellen skyldes hvem som eier boligene. – De velholdte husene eies trolig av privatpersoner eller kommunen.

De fleste av de andre er kjøpt opp av private utleiere som ikke bryr seg. Mange av husene står tomme i påvente av at sosialtjenesten skal bosette noen som akutt trenger et sted å bo. Det skjer ikke like ofte lenger. Slik var det ikke på 1980-tallet, da kommunen for første gang overtok alle leilighetene fra fabrikken. Flertallet ble senere solgt videre til private aktører. – Da begynte problemene. I lange perioder har området vært preget av sosial nød, sier Peter Sörensen.

I SJÖBERGEN MÅ ALLE HA MINST TRE DYR AV SAMME ART

I tillegg til mennesker, bor det både kaniner, bier, brevduer, høner og ender i denne naturrepublikken.

Utenfor hos Jimmy Olsson vaier Sjöbergens eget flagg, som de fikk etter uavhengighetsseremonien i 2015.

Naturrepublikken Sjöbergen har sitt eget flagg. Helt siden uavhengighetsseremonien i 2015 har det valet rundt omkring i hagene. Flagget oppsto da kommunen ville bygge 2000 boliger i området, og kolonihageeierne gikk mann av huse i protest. Den samme ånden lever videre den dag i dag, blant lappede trehytter og dyrkingsparseller. I dette brokete lille samfunnet ved foten av Älvsborgsbroen i Göteborg verner innbyggerne kompromissløst om nærmiljøet sitt og områdets særegne karakter. Ingen kan si at det ikke har vært gjort forsøk på utbygging. I snart hundre år har kommunen hatt et godt øye til det attraktive grøntområdet vest i byen.

Akkurat nå finnes det imidlertid ingen planer om å rokke ved idyllen i Sjöbergens republikk. Mennesker og dyr har fått et etterlengtet pusterom.

KANIN SOM LIVSSTIL

Anders Johansson og Katalina Nagy Johansson åpner porten og ønsker oss velkommen inn til kaninene. Rundt seksti bur står stablet i to rom, alle med hver sin myke beboer. Her finnes rasene Liten chinchilla, Værlam og den mer nervøse Engelsk broket. Dyrene krever daglig stell, og derfor må paret innom hytta hver eneste dag.



– Kaniner er hobbyen vår. Vi reiser rundt i hele landet og deltar på utstillinger og konkurranser med dem, forteller Katalina. Det er ikke mye igjen av den opprinnelige hytta paret kjøpte for 33 år siden. Anders har bygd på i flere retninger på den 135 kvadratmeter store tomten. Mange av hytteeierne har gjort det samme. De har brukt materialene de har fått tak i og bygd på med et ekstra rom, en veranda eller et hønsehus.

Göteborg kommune lot lenge de kreative byggeløsningene passere, men for noen år siden ble regelverket strammet inn. Nå er det tillatt med maksimalt tre bygninger, med et samlet areal på 25 kvadratmeter. Katinka Randin, leder for dyreforeningen i Sjöbergen, forklarer: – Da vi reforhandlet festeavtalen for sju-åtte år siden, kom de nye reglene. Men ingen trenger å rive hus som allerede er bygget, sier hun. Resultatet er blitt en fargerik liten hytteby der ingen hus er like. Noen av



FAKTUM

- Sveriges største gatemagasin
- Startet i 2001
- Selges i blant annet Gøteborg, Malmö, Lund, Helsingborg, Kristianstad, Jönköping, Växjö og Karlstad
- Selgerne er mennesker som opplever hjemløshet, fattigdom, ensomhet, utenforskap, minstepensjonister/uføre og andre som kjennerbehovet



Her lever mennesker og dyr om hverandre, og hvor enn du går stikker det nebb og snuter fram fra hjemmelsnekrede innhegninger.

inspisere bikubene. Det er oppdaget yngelråde blant biene hans, og når man har nærmere 400 000 bier, kan man ikke være forsiktig nok. – Da jeg kom hit i 1996, begynte jeg med brevduer. Nå holder jeg bier, høner og løpeender, sier han mens han skynder seg å få endene inn i huset.

Området er blitt sammenlignet med Christiania, og omtales både som en idyll og et fristed. Et sted som ligger midt i populære Majorna, men samtidig lever sitt eget liv oppe i høyden. Siden de første hyttene ble reist på 1930-tallet, har området hatt et nesten mytisk preg.

Journalist Anna-Lena Ringarp har nylig gitt ut en bok om Sjöbergen og menneskene som holder til der. Hun har selv en dyrkingsparsell i området og forteller at hun alltid har vært fascinert av den spesielle atmosfæren. – Det er fantastisk at dette fortsatt får eksistere, og at det ikke trenger å være striglet og perfekt. Her er alle slags mennesker velkomne, sier hun.

Oversatt fra svensk og gjengitt med tillatelse fra Gatemagasinet Faktum / INSP (International Network of Street Papers)

et lite eventyr. De smale stiene slynger seg mellom hyttene, og av og til ender de blindt ved en port. Overalt stikker nebb og snuter fram fra hjemmelagde innhegninger.

De fleste holder høner og kaniner, men noen satser også på ender, bier og brevduer. Det hender at länsstyrelsen kommer på kontroll for å forsikre seg om at dyrene har det godt og får den omsorgen de trenger året rundt. – De mente kaninburene våre var for små. Derfor har vi bygd dem om, både i bredden og høyden, forteller Katalina Nagy Johansson.

Per-Ola Hansson har det travelt. Selv om det er søndag, skal han ut og

hyttene er omhyggelig vedlikeholdt, mens andre ser ut til å kunne blåse over ende i neste høststorm.

BREVDUER OG BIER

Det som gjør kolonihageområdet spesielt – i tillegg til det sterke naboskapet – er kravet om dyrehold for å kunne kjøpe en av de seksti kolonihyttene. Ifølge vedtektene må hver hytte ha minst tre dyr av samme art.

– Har du høner, må du også ha en hane, sier Katinka Randin, som selv driver oppdrett av vaktler ved hytta.

Å bevege seg gjennom kolonihageområdet i Sjöbergen er



Foto: Line Owen

ASFALT

+ SANDWICHER =

6. november kommer årets julebok! I år har vi samarbeidet med kokken Christophe Samijn, som blant annet driver den populære Sam's Sandwich Bar. Boken byr på mange deilige oppskrifter på sandwicher med tilbehør.

For mange av selgerne er juleboksalget årets store høydepunkt. En ekstra inntekt og møter med mennesker i førjulstiden, gjør en stor forskjell for mange som ellers syns julen kan være vanskelig.

Driver du en bedrift, og ønsker å gi boken i julegave til dine ansatte? Ta gjerne kontakt med daglig leder Torhild Skårnes allerede nå, på e-post torhild@gatemagasinetasfalt.no.

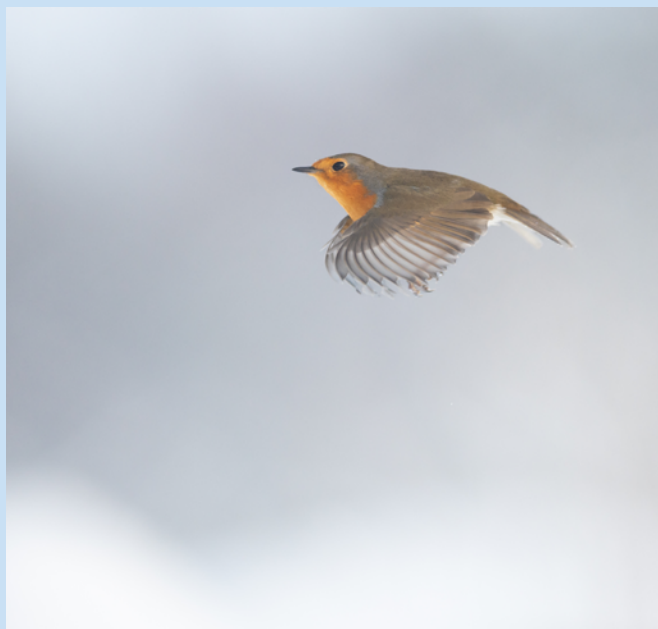
MEIR ENN EIT BILDE

Eit bilde kan formidle meir enn tusen ord, men bak kvart bilde ligg det òg ei opplevelse. Med bileta mine ønskjer eg å vekke dei samme kjenslene i andre som oppstår i meg idet eg opplever øyeblikka.

TEKST OG FOTO: LIVA LENDE



Hubro, Norges største ugle.



Rødstrupe i flukt: For å fotografere småfugl, må ein ofte sitje så nær at fuglane av og til set seg på kameraet.

Morgonstemning. Tatt før soloppgang på vinterstid.



LIVA LENDE:

Liva Lende er 18 år og bur på Klepp. Ho byrja å fotografere i 2021. I vår gjekk ho til topps i kategorien Årets unge nordiske naturfotograf i «Nordic Nature Photo Contest» (NNPC). I fjor kom ho på andreplass i same kategori. Bileta i denne biletserien (med unntak av spurveugle og hubro) er tekne i nærområdet hennar. Ho ønskjer ikkje å bli profesjonell fotograf, men vil halde fram med å ta bilete som ein hobby.



Musvåk inn for landing.

Utan skjul, og med berre hovudlykta som lyskjelde, fekk eg møte ei kattugla på nært hald.



Huleboeren. Etter fleire timar kom grevlingen ut av hiet.

Spurveugle, Norges minste ugle.



IKKE LA EN TOM STOL I FORLIKSRADET AVGJØRE SAKEN DIN



Møter du ikke i forliksrådet, kan det få store konsekvenser. Her får du vite hva forliksrådet er, og hvorfor det kan være viktig å møte opp.

TEKST: JULIE BERGSLI RAMSEY
FOTO: GATEJURISTEN

NÅR BREVET FRA FORLIKS- RÅDET KOMMER

Mange får en klump i magen når de mottar en innkalling fra forliksrådet. Enkelte lar brevet bli liggende uåpnet eller legger det bort, mens andre møter ikke opp fordi de er usikre på prosessen eller tror de trenger juridisk hjelp. Konsekvensene av å ikke møte kan være større enn mange er klar over.

HVA GJØR FORLIKSRADET?

Forliksrådet behandler tvister mellom privatpersoner og bedrifter, eller mellom to privatpersoner. Det kan handle om alt fra ubetalte regninger og lån, til erstatningskrav, kjøp og salg eller andre pengekrav.

Målet er å hjelpe partene med å finne en løsning uten at saken må videre til tingretten. I mange saker forsøker forliksrådet først å få partene til å bli enige. Hvis det ikke lykkes, kan forliksrådet i enkelte tilfeller avsi dom som blir bindende for partene.

DU TRENGER IKKE VÆRE JURIST

Mange tror at de må kunne mye juss for å møte i forliksrådet – det

stemmer ikke. De fleste møter ene og alene, uten advokat.

Det viktigste er at du forklarer saken slik du ser den. Har du dokumenter som kan være viktige – for eksempel kvitteringer, kontrakter, meldinger eller brev – bør du ta dem med.

Mange gruer seg til møtet, men forliksrådet er laget for å løse uenigheter mellom vanlige folk, og er ikke et meklingsinstitutt for juridiske eksperter.

HVORFOR ER DET VIKTIG Å MØTE?

Du har som hovedregel personlig møteplikt i saker du blir kalt inn til. Hvis du uteblir uten gyldig grunn (som må meldes fra om i god tid før møtet), kan du tape saken selv om du mener du har rett. Forliksrådet kan da avsi en såkalt fraværdom. Det betyr at motparten får medhold i sitt syn fordi du ikke møtte opp og ikke fikk forklart din side av saken.

Konsekvensene kan være alvorlige. Du kan bli dømt til å betale kravet og eventuelle sakskostnader. Dersom kravet ikke blir betalt, kan saken senere sendes til namsmannen for tvangsinnkreving.

Det motsatte kan også skje. Hvis du møter opp, men motparten uteblir uten gyldig grunn, kan forliksrådet avsi uteblivelsesdom til din fordel. Da kan du få medhold i kravet ditt fordi den andre parten ikke møtte. Det betyr ikke nødvendigvis at du automatisk får rett, men at manglende oppmøte kan få betydning for utfallet av saken. Derfor er det viktig å møte, enten du har reist krav eller er blitt saksøkt.

FORLIKSRADET ELLER KONFLIKTRÅDET?

Forliksrådet og konfliktrådet blir ofte forvekslet med hverandre.

Forliksrådet behandler tvister om penger og andre private krav, og kan avsi dom. Konfliktrådet hjelper partene med å finne løsninger gjennom dialog, men avgjør ikke saken.

KORT SAGT

Får du en innkalling til forliksrådet, er det viktigste at du møter opp. Du trenger ikke å være ekspert, og du trenger ikke å ha den perfekte forklaringen. En tom stol kan i verste fall avgjøre saken for deg.

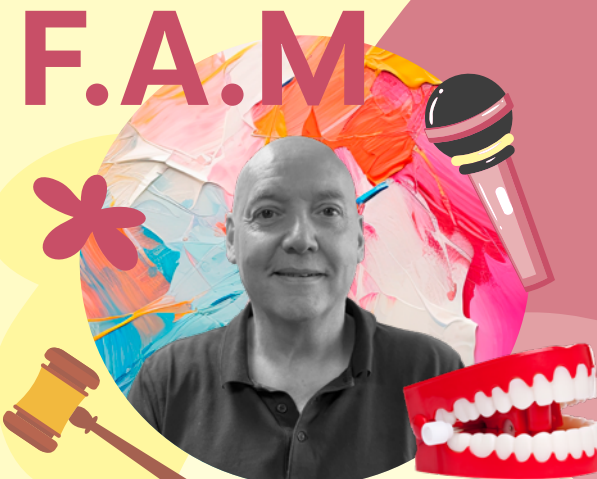
I denne jabbe-stafetten svarer forskjellige mennesker på de samme spørsmålene. De vi snakker med, sender utfordringen videre til absolutt hvem som helst.

JABBEHJØRNA: FINN ANTON MOLLAN

Han er lettrørt og synger i kor. Og har opplevd en flause en filmscene verdig.

TEKST OG FOTO: MARIUS HANDEGARD ØKLAND

JABBESTAFETTEN: REIDAR JOA – LEIF ARNE MOI NILSEN – TINA BRU – TORE CHRISTIANSEN



NAVN: FINN ANTON MOLLAN
YRKE: INNKJØPER INTERSTIL
ALDER: 59 ÅR
SIVILSTATUS: GIFT
KOMMER FRA: VAULEN

HVA SPISER DU TIL FROKOST?

Skjeva, egg, og frukt med tyrkisk yoghurt.

HVILKEN PERSON HAR HATT MEST BETYDNING FOR DEG GJENNOM DITT LIV, OG HVORFOR?

Jeg må nok si foreldrene mine. Både far og mor, på hver sin måte. De lærte meg å være tolerant og å ha et åpent sinn.

SYNGER DU I DUSJEN?

Det kan vel skje, ja. Jeg synger i kor, så før en konsert synger jeg litt på det vi skal fremføre. Vi heter «Song og spelekorlaget». I januar skal Tone Damli bli med oss på konsert. Vi trenger folk forresten, det må du få med.

HVA IRRITERER DEG?

Flisespikkeri og kverulering. Og at det er så mye politikerforakt. Jeg skjønner jo hvorfor, men jeg tror de fleste har et grunnleggende ønske om å gjøre samfunnet bedre, uansett hvilket parti de tilhører.

HVIS DU FÅR VELGE HVEM SOM HELST, HVEM VILLE DU VÆRT OG HVA VILLE DU GJORT?

Det hadde vært «løye» å være i hodet til Donald Trump. Og gått til psykolog. Eller gått av som president.

NÅR VAR DU ORDENTLIG REDD SIST?

En gang jeg var på reise, ringte min far og sa at «nå er jeg helt alene». Foreldrene mine er 95 år, så da trodde jeg at det verste hadde skjedd. Men så var det en sykebil som hadde hentet moren min etter et fall, og hun skulle på legevakten. Det var noe med måten han sa det på. Da frøs jeg skikkelig til.

HVIS DU VAR 18 ÅR IGJEN OG SKULLE VALGT YRKE PÅ NY, HVA VILLE DU VALGT?

Da hadde jeg prøvd å bli advokat. Kona er det, og da hun leste til eksamen for mange år siden, øvde vi sammen, og jeg syntes det var veldig interessant.

NÅR GRÅT DU SIST?

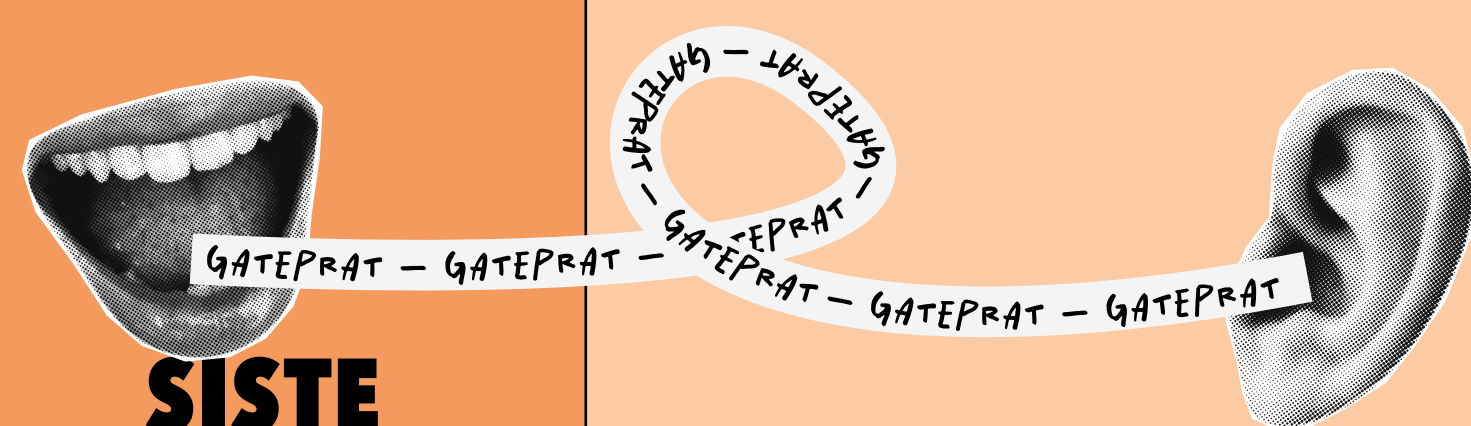
Jeg får fort tårer i øynene av de rette filmene.

FORTELL EN FLAUSE.

Det var en varm sommerdag, så jeg satt ute i hagen i underbuksen. Så skulle jeg kjøre og hente noe, rett nede i gaten. Så jeg kjørte, og så begynte bilen å hoste og harke. Det var tomt for bensin. Det stod en dame utenfor huset der bilen stoppet, så jeg tenkte at jeg venter til hun går inn. Men det skjedde jo ikke. Så da måtte jeg bare forklare situasjonen. Så gikk jeg ut av bilen og begynte å jogge hjem. Da kom min bror kjørende med sin nye kjæreste. Og jeg fikk sitte på med dem. Heldigvis kjente jeg henne fra før av ...

HVEM SENDER DU STAFETTPINNEN VIDERE TIL?

Byrge Hodne. Tidligere kollega, som i dag driver Eureka.



SISTE NYTT ... I NORGE

STOR KONFERANSE FOR EKS-AVHENGIGE

Stavanger var i juli vertskap for den europeiske konferansen til Anonyme Narkomane (ECCNA). Rundt 2000 mennesker fra en rekke land møttes for å dele erfaringer, bygge fellesskap og feire et liv uten rus. Konferansen ble arrangert av frivillige i NA. NA er en global, ideell organisasjon som tilbyr gratis og uforpliktende hjelp til mennesker som vil bort fra rusavhengighet.

Kilde: NA Norge

HJELP TIL IDEELLE ORGANISASJONER

Kirkens Bymisjon etablerer Batteriet Stavanger, et nytt ressurscenter for grupper og organisasjoner som jobber mot fattigdom og sosial ekskludering. Etableringen er gjort mulig med en gave fra Sparebankstiftelsen. Batteriet driver allerede i fem byer i Norge.

Kilde: Kirkens Bymisjon

I VERDEN

GATEMAGASIN FIKK MØTE PAVEN

Tidligere i år fikk en delegasjon fra det italienske gatemagasinet Scarp de' tennis møte pave Leo XIV i Vatikanet. Direktør Stefano Lampertico overrakte paven et spesialeksemplar av magasinet utgave nummer 300. Direktøren benyttet også anledningen til å løfte frem magasinet mangeårige medlemskap i INSP (International Network of Street Papers)



Kilde: INSP
Foto: Vatican Media

LYTT TIL ASFALTPODDEN!

Har du sjekket ut podkasten vår? I Asfaltpodden snakker vi med kjente og ukjente mennesker om livet, utenforskap og rus. Skann QR-koden for å høre samtaler med Stian Nedrejord, Karsten Blomvik, Kristoffer Jøner, Asfalt-selger Roy Øgreid og mange flere.



«VANSKELIG Å AKSEPTERE»

Sindre Heggland er fast leser av Asfalt. Når livet går ham imot, finner han terapi i kunsten. Med denne illustrasjonen vil han fortelle at han store deler av livet har hatt vansker med å akseptere sitt kjønn, seksualitet og identitet.



ASFALT DEN GANG DA ...

15 ÅR SIDEN (2011)

I det tidligere kalte Ungkarshjemmet på Våland dro Asfalt på besøk. En av beboerne som ble intervjuet var Thomas Sunde. Han roset hvordan han ble møtt da han en gang ikke fulgte reglene.

– Jeg drakk altfor mye og ble bortvist. Samtidig ble jeg tilbudt rehabilitering ved Lagård dagsenter. Dette ble vendepunktet for meg. Jeg ble ikke avvist. Jeg fikk hjelp til å komme tilbake og ble oppmuntret til å begynne i Anonyme alkoholikere. Nå er det tre år siden sist jeg smakte alkohol, sa Sunde.

Foto: Signe Christine Urdal



10 ÅR SIDEN (2016)

Dette nummeret av Asfalt hadde fremtiden som rød tråd. En av dem som ble intervjuet om temaet var 21 år gamle Robin Ingebretsen, som var valgt ut til å delta i Mars One-ferden. 100 utvalgte personer skulle sendes med enveisbillett til Mars i løpet av 2020-tallet, og etablere en bosetning der. Prosjektet mislyktes imidlertid, og ble aldri noe av.

– Jeg tenker ikke på at det kan bli skummelt å flytte til Mars. Men for alt jeg vet, kan det hende jeg finner ut at det blir det idet jeg eventuelt sitter på vei opp dit. Jeg er egentlig bare veldig giret, og ser fram til det. Enten går det bra, eller ikke. Hvis det ikke går bra, håper jeg at andre kan lære av det til senere ferder til verdensrommet, sa Ingebretsen til Asfalt.

Foto: Carina Johansen



SALGSSTART I KRISTIANSAND

Fra forrige magasin åpnet vi salgskontor i Kristiansand, i samarbeid med Stiftelsen Shalam. De har jobbet med mennesker i rusmiljøet i Kristiansand helt siden 1980, og kjenner derfor målgruppen veldig godt. De har både lavterskeltilbud, overgangsboliger, krisesenter og eget

tilbud for kvinner i rus, og driver bruktbutikker som tilbyr arbeidstrening. For å nevne noe.

– Vi gleder oss til å ha Asfalt-salg som en del av tilbudet vårt, og føler det passer godt til både formålsparagrafen og det vi driver med til daglig, sier administrasjonsleder Sølvi Endresen.

Den aller første selgeren som skrev seg opp var Frank (71), som skal selge magasiner i Søgne. Han hadde akkurat begynt å selge MOT der før de måtte legge ned, og nå ser han fram til en ny sjanse.

5 ÅR SIDEN (2021)

Asfalt fortalte historien til Sara (29), som på tross av sin unge alder allerede i 14 år hadde kjempet for at broren skulle bli rusfri. Hun fortalte om kampen mot systemet, manglende ettervern og medavhengighet. Hennes beste råd til pårørende var å se mennesket bak rusen. De fleste bærer på mye skam over alt de har utsatt andre for, spesielt de nærmeste. Sara mente derfor at det er viktig for de nærmeste å ikke minne dem på alle feilene deres, men heller motivere dem med å løfte frem positive ting. Feilene deres plager dem nok på egenhånd.

– Jeg forteller broren min at jeg er glad i ham, og at han er verdifull for meg. Broren min er så mye mer enn sin avhengighet og den kriminelle livsstilen. Han er egentlig en god person som er sjarmerende, morsom og smart. I tillegg er han musikalsk, og kunne sikkert solgt sand i Sahara. Han hadde nok vært artist om han ikke hadde havnet der han er nå, tror Sara.

Foto: Jorunn Busk



KRYSSORD



XORD .no		LAGET	DUB-LINER	GJØN STJELE	↓	BEIST	OMGANG	SMYGER	BIBELSK FARKOST	↓	DRILSKE	EN GRETE	SLEKT- NINGENE	BELEGG	
		FINISH									STRAFFE				
		PLAPRE- FUGL				FOLKE- STYRE					VERDENS- DEL				
		ANGRIPES				TYKT PAPIR									
		KJØLIGE									ANSER				
											SURT				
BAKHODE	↓	RÅD (fl.)	RØKTET	↓	SENIOR			KARTO- GRAF						TRE- STYKKE	
FRØ- KLASE					PEKER					TILDELE	PULVER				
SMÅFISK					AVDELING			REIPENE					LUKTE VONDT		
SKALL					ALLE- HÅNDE			... INN					SPISS		
													GAMP		
													BESKUE		
					RIKKE			FIKK I STAND							
					VOKSTE			ÅPEN							
STROPP	SPISES							SOPP- SYKDOM				VESEN		BLODKAR	
	GRETT- ENT							SNAKKE				FAGRE			
SØLV			KAN WHISKY VÆRE GRUNNE							NARR			KROK		
										KASSEBIL					
FLENGER						KRØTTER- STI					ART.		OPP- FØRER		
						VIL SI					EIM		TIDS- MÅLER		
REKK- VERK								GASS				BYGD			
TILLIT					OM- GANG- ENE					STRIPE- HESTER					

KRYSSORD, QUIZ OG SUDOKU **HJERNETRIM.NO**

NAVN: _____ TLF: _____

ADRESSE: _____

POSTNR: _____ STED: _____

Løs kryssordet og bli med i trekningen av to billetter til Rogaland Teater. Premien blir tilsendt. Send inn løsningsordet innen 1. november 2026. Adresse Kongsgata 48, 4005 Stavanger eller til e-post post@gatemagasinetasfalt.no. Merk konvolutt/e-post med «kryssord».

KRYSSORDLØSNING NR 4-26: NOEN TALENTER TRENGER TID FOR Å MODNES

			4				
			1		7	6	4
	2			9			
	1		3				
		7		2			8
9	8						
		5		3	6	8	
		4	7			1	3

QUIZ

- Hvilket land var det første som opphevet slaveriet i koloniene?
- Hva er Norges minste kommune i folketall?
- Melodien til den britiske nasjonalsangen brukes også til et annet lands nasjonalsang. Hvilket land?
- Hva kalte Leiv Eiriksson det landet i Nord-Amerika hvor han bygget hus og bodde et år før han dro tilbake til Grønland?
- Verkene til hvilken komponist benevnes vanligvis med KV før verkstittelen?
- Hva er det som har «gull i munnen»?
- Flere av de eldste trykte bøker er ikke trykket på papir, men på ...?
- Hva kalles en elev ved offiserskole?
- Hva heter det tyske forbundet av byer som dominerte handelen i Nord-Europa på slutten av 1200-tallet?
- Hva ble Norge medlem av da vi undertegnet Atlanterhavspakten?
- Hvilken farge får en når en blander rød og blå?
- Hvor mange liter er et fat olje?

12	159 liter (nøyaktig 158,987 liter)
11	Lilla
10	NATO
9	Hansaforbundet
8	Kadett
7	Pergament
6	Morgenstund
5	Mozart
4	Vinland
3	Liechtenstein
2	Ustira
1	Danmark

SVAR PÅ QUIZ:

7	5	1	4	6	2	3	8	9
8	3	9	1	5	7	6	2	4
4	2	6	8	9	3	7	1	5
5	1	2	7	8	4	9	6	6
6	4	7	9	2	1	5	3	8
9	8	3	6	4	5	2	7	1
1	9	5	2	3	6	8	4	7
3	7	8	5	1	4	9	6	2
2	6	4	7	8	9	1	5	3

SVAR PÅ QUIZ:

2	6	9	4	7	8	6	1	5	3
3	7	8	5	1	4	9	2	6	8
1	9	5	2	3	6	8	4	7	1
6	8	3	2	4	5	2	7	1	9
6	4	7	9	2	1	5	3	8	6
5	1	2	3	7	8	4	6	9	1
4	2	6	8	9	7	1	5	3	8
4	3	1	5	7	6	9	2	8	6
7	5	1	4	6	2	3	8	9	1

SVAR PÅ SUDOKU:

TEGNEHANNE

BURSDAG



Tegnehanne heter egentlig Hanne Sigbjørnsen. Hun er født og oppvokst på Kverneland, har bodd mange år i Oslo, men flyttet tilbake til Rogaland for noen få år siden. Hun er utdannet sykepleier,

men har i flere år vært Tegnehanne på fulltid. Flere bokutgivelser og faste spalter i blant annet Aftenposten har gjort henne til en av landets mest kjente tegneserieskapere.

VI SATSER PÅ BEDRIFTSSAMARBEID!

Gjennom samarbeid med lokale bedrifter kan Asfalt få til enda mer. Flere goder til selgerne, økt synlighet på nye flater og ikke minst enda flere møter mellom mennesker som ellers ikke ville møtt hverandre.

Tusen takk til våre bedriftspartnere, som bidrar til at vi kan fortsette å gi arbeid og inntekt til mennesker i en vanskelig livssituasjon:

SFF | Scandinavian
Fittings & Flanges

Kabal

VIL DU OGSÅ VÆRE MED PÅ LAGET?

Ta kontakt med daglig leder Torhild Skårnes for en uforpliktende samtale:
E-post: torhild@gatemagasinetasfalt.no
Telefon: 452 65 262

TAKK TIL VÅRE LOKALE BEDRIFTER SOM BIDRAR MED STØTTEANNONSE!

Archer



Selmer



KRON TAKST AS
— Din takstpartner i Rogaland —



**ALLTID LEDIG
PARKERING**

2500
P-plasser
fordelt på
8 P-hus
i sentrum



ØNSKER DU Å ANNONSERE I ASFALT? Kontakt Jorunn på tlf 451 91 149 / e-post: jorunn@salgs-forum.no

TAKK TIL VÅRE LOKALE BEDRIFTER SOM BIDRAR MED STØTTEANNONSE!



ØNSKER DU Å ANNONSERE I ASFALT? Kontakt Jorunn på tlf 451 91 149 / e-post: jorunn@salgs-forum.no

TAKK TIL VÅRE LOKALE BEDRIFTER SOM BIDRAR MED STØTTEANNONSE!

CATERING TIL ALLE ANLEDNINGER

Kokkene kommer med maten!
Bestill på nett:
matboden.no

Matboden AS: Timoteiveien 22, 4017 Stavanger - Telefon: 51 81 68 60

ØNSKER DU Å ANNONSERE I ASFALT? Kontakt Jorunn på tlf 451 91 149 / e-post: jorunn@salgs-forum.no

TAKK TIL VÅRE LOKALE BEDRIFTER SOM BIDRAR MED STØTTEANNONSE!

	 DISTRIKT ROGALAND Lagårdsveien 124, 4011 Stavanger Tlf. 51 84 04 90 Faks: 51 84 04 80 E-post: elogit.rogaland@rele.no FORBUNDET FOR DEG SOM JOBBER INNEN IT, IKT, INSTALLASJON & ELVERK	<i>Hinna Lakkering AS</i> BOGANESVEIEN 40 4020 STAVANGER, TLF: 51 88 15 42 <i>Hinna Lakkering AS</i>
		
		
 Økonomi i sentrum Telefon 51 68 62 00 www.hgregnskap.no		
		
KOMPETANSESENTERVEST AS HAUGESUND <i>Vi støtter Asfalt!</i>		

ØNSKER DU Å ANNONSERE I ASFALT? Kontakt Jorunn på tlf 451 91 149 / e-post: jorunn@salgs-forum.no

TAKK TIL VÅRE LOKALE BEDRIFTER SOM BIDRAR MED STØTTEANNONSE!

		
		
		
		
 LO i Stavanger og omegn Jens Zetlitzgate 21, 6. etg. 4008 Stavanger. Tlf. 48950277		
	 Utvendig og innvendig renhold. Gasellebedrift 2021. www.orstadgr.no e-post: post@orstadgr.no	

ØNSKER DU Å ANNONSERE I ASFALT? Kontakt Jorunn på tlf 451 91 149 / e-post: jorunn@salgs-forum.no

TAKK TIL VÅRE LOKALE BEDRIFTER SOM BIDRAR MED STØTTEANNONSE!

 Sola bredbånd www.solabredband.no	 SKAPE for etablerere i Rogaland Vil du starte bedrift i Rogaland? Skape tilbyr rådgivning og opplæring til gründere oppstartsprosessen!	
		
		 RSA Rekefjord Stone AS
		
		
		 Stavanger kommune

ØNSKER DU Å ANNONSERE I ASFALT? Kontakt Jorunn på tlf 451 91 149 / e-post: jorunn@salgs-forum.no

TAKK TIL VÅRE LOKALE BEDRIFTER SOM BIDRAR MED STØTTEANNONSE!

 Hauge videregående skole	 	
For elever som har falt ut av skole og arbeidsliv grunnet utfordringer.		
Ligger på Torvastad i Karmøy kommune.		
Kristen friskole.		
Gratis skole, utstyr, arbeidsklær og frokost.		Vg1 Bygg og anleggsteknikk Vg1 Salg, service og reiseliv Vg1 Restaurant og matfag Vg2 Kokk og servitør Vg2 Anleggsgartner Vg2 Salg og reiseliv Vg2 Tømrer Vg3 Påbygg Vg4 Påbygg
Små klasser og tett oppfølging.		
Vi tar inn elever fra hele landet.		
www.hauge-vgs.no		

ØNSKER DU Å ANNONSERE I ASFALT? Kontakt Jorunn på tlf 451 91 149 / e-post: jorunn@salgs-forum.no

TAKK TIL VÅRE LOKALE BEDRIFTER SOM BIDRAR MED STØTTEANNONSE!



BUCHELE
DØRER · PORTER · TEKNIKK

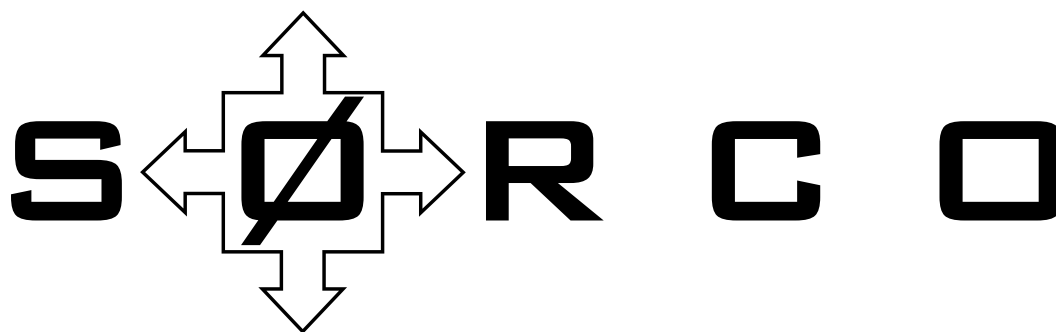


P-Hus Vest AS

Viégo



Agder Transportarbeiderforening
Henrik Wergelandsgate 56
4614 Kristiansand



Stolt sponsor av Asfalt

Kan du nok om alderdom og alkohol?



Eldre er generelt mer følsomme for alkoholens virkninger og bivirkninger enn yngre. Pga biologiske forandringer i kroppen har eldre en betydelig lavere toleranse for alkohol, og man kan reagere annerledes på alkoholinntak enn man tidligere har gjort. Andelen eldre øker, dette er et viktig tema for helsearbeidere, pårørende og befolkningen generelt.

Ønsker du mer info om dette temaet, ta gjerne kontakt! Vi tilbyr foredrag for store og små grupper, i hele landet, og kommer mer enn gjerne på besøk!

Kontaktinfo: lin-merethe@edru.no
Tlf: 947 83 242



Mjåvann
DEKKSENTER



KAI HANSEN
TRYKKERI

KIWI mini
pris

Kjøp kjapt, trygt og billig



JAN ROGER ER EN STAYER

Stayerstudien har fulgt 208 personer med avhengighet i 10 år. Én av dem er Jan Roger Nordnes.



KAFFIDRØSET

Karin Moe Hennie står bak barnebøkene om Ninjana, og skaper kulturelle opplevelser sammen med mennesker i utenforskap.



GRASROTANDEL

Visste du at du kan støtte oss med din grasrotandel?

Send «grasrotandelen 993510092» til 6000 (gratis tjeneste)

Takk!

Asfalt bidrar til møter mennesker imellom, til dialog og forståelse på tvers. Samtidig gir magasinet inntekt til mennesker i en vanskelig livssituasjon. Vi er stolt støttespiller.

varenergi.no

 **vår energi**

ASFALT



FØLG «GATEMAGASINET ASFALT»