



# Fløværingen

Informasjon for Flå kommune

Nr 88 – Juni 2023



God sommer!



Foto: Bente D. Tollefsen

Flå kommune, 3539 Flå

Telefon: 3205 3600 – [postmottak@flaa.kommune.no](mailto:postmottak@flaa.kommune.no) – [www.flaa.kommune.no](http://www.flaa.kommune.no)



ODD-EGIL STAVN  
Kommunedirektør

Årsmelding og regnskap for 2022 er behandlet i formannskap og kommunestyret. Økonomisk fikk vi et positivt netto driftsresultat på kr. 869.000,-. Resultatet er lavere en ønsket, men godkjent som følge av ekstraordinære kostnader.

Året 2022 var spesielt med pandemi og akuttmottak for ukrainske flyktninger. Akuttmottaket og måten det ble håndtert på med ansatte, frivilligheten og alle som var med på dugnaden

har vist at vi får til det «umulige» hvis vi vil. En stor takk til ansatte, frivillige og de som ellers var med. Arbeidet har satt Flå kommune på kartet på en svært positiv måte.

**Med ønske om en riktig god sommer!**

*Odd Egil Stavn*  
Kommunedirektør



MERETE H. GANDRUD  
Ordfører

## Hei alle sammen!

Samfunnet er mer digitalt enn noen gang, og jeg ser med undring hvor vanskelig det er å nå ut med informasjon til våre innbyggere. Vi har plattformer som kommunens nettside, Facebook, TV-skjermer med informasjon som er plassert på strategiske plasser rundt om i Flå. Vi har også vår kjære analoge blekke, Fløværingen, som legges i postkassen til alle folkeregistrerte innbyggere i denne kommunen. Stadig vekk får jeg høre fra folk som slår av en prat at de savner mer informasjon fra kommunen og det som skjer i Flå. Informasjonsarbeidet får en stadig større rolle og krav og forventinger er store. Med ressursknapphet i det kommunale systemet har vi en begrenset mulighet her. Vi behandler alle likt med tanke på informasjon som legges ut og det er kanskje der vår feilvurdering er. Samfunnet er i en brytning med generasjoner som ikke ønsker å være digitale, og en generasjon som kun er digitale. Utfordringen er å nå alle generasjoner. Nettsiden til kommunen kan leses på nesten alle språk, men vet våre nye landsmenn det? Har du noen gode forslag, så er jeg lutler øre.

Utrolig nok har det siste halve året i denne kommunen vært såkalt normal periode uten de store hendelsene. Det har vært en interessant erfaring for min del for nå har jeg hatt anledning til å delta i en del prosjekter og aktiviteter som handler kun om kommunale tjenester. Det jeg ser er at vi har det godt i Flå, ingen tvil om det i forhold til større kommuner som jeg har erfaring fra. Lite ventetid

på hjelp, rask med tilsyn og tiltak, kort vei til de som gir tjenesten og politikere som er lett tilgjengelige for innspill fra innbyggerne. En kan ikke gjøre alle til lags såpass har jeg lært, og vi kan selvfølgelig alltid bli bedre. Jeg gjentar det så gjerne; jevnt over folkens, har vi det godt i Flå!

Jeg var med på åpen dag på Flåheimen med presentasjon av en mengde ulike tjenester som tilbys til alle som har et eller annet behov, og det var godt besøkt. Håper dette tilbudet vil bli en tradisjon i Flå. Kommunestyret fikk besøke barnehagen i mai. Et underholdende møte, kanskje mest for barna å se på oss som tittet både høyt og lavt og i alle rom. En flott barnehage til å være stolt av, synd det ikke er flere som vil jobbe der i et så fint miljø.

Jeg er stolt over at så mange unge har sagt seg villige til å ta et større samfunnsansvar ved å stå på valg til kommende kommunevalg høsten 2023. Ta godt imot dem som politikere, still spørsmål og løft dem frem til det beste for Flå. Det å være lokalpolitiker er lagarbeid på så mange nivåer.

**Alle gode ønsker for en flott sommer!**

*Beste hilsen*  
Merete Gandrud, Ordfører



**Informasjonsblad for Flå kommune**  
Sendes til alle husstander og kan bestilles av andre interesserte.

**Utkommer med 4 nr i året 2023**

Mars	05. mars
Juni	10. juni
September	28. september
November	29. november

**Stoff til bladet**

Sendes som e-post til:  
turid.rokkum@flaa.kommune.no

**I redaksjonen**

Odd-Egil Stavn, kommunedirektør (redaktør)  
Merete H. Gandrud, ordfører  
Turid Helen Aas Røkkum, konsulent,  
web og Fløværingen

**Grafisk produksjon**

Kreator, 3570 Ål - www.kreator.no







# 17. mai i Flå 2023







## BILPARADEN

Takk til dere som stilte opp i bilparaden og lagde litt show gjennom sentrum. Var ikke så mange med i år, men vi velger å tro at det hadde noe med langfri og bortreiste Fløværinger. Vi håper selvfølgelig på at paraden/kortesjen 17. mai har kommet for å bli. Kanskje man bør endre tidspunktet på dagen? Alle innspill tas imot med takk.



*Brannmannskap var også på plass for å sikre trygt og godt 17. mai tog.*



*Bilparaden - Glade vinnere i kjøretøyparaden.*





Begge foto: Tor Nøbben

## Offisiell åpning

*Austvold bru åpnes offisielt med markering og taler den 14. juni kl 10.00*

Dere er hjertelig velkommen til å delta. Fylkesråd Olav Skinnnes og Regionrådet kommer til åpningen. Kr 170 mill. er investert fra Viken fylke i Flå på denne brua, og hele Hallingdalsregionen har satt andre prosjekter til side for at dette skulle være fylkets førsteprioritet.

Så denne brua er et godt regionalt samarbeidsprosjekt. En savnet bru for alle som bor i nærheten, og en

savnet bru for alternativ omkjøring ved uhell på RV 7.

I anledning åpningen av ny Austvold bru, ønsker vi å invitere alle i Flå til en fest på lokalet i Stavn. Både ansatte og innbyggere. Ta med deg godt humør og danseskoa på, så blir dette en fin markering av en etterlengtet bru, sommeravslutning og en flott mulighet til å samles litt igjen.



# Stavn Ungdomslag

## INVITERER TIL BRUFEST

**Hurra!!! Austvoll bru er ferdig!!!!**

*Stavn ungdomslag og Flå kommune har gleden av å invitere Deg/Dere til brufest på lokalet på Stavn. Håper på en livat fest...*

**musikk av: Thomas Bjerke**

**Sted: Folkvang, Stavn**

**Tid: Fredag, 16. juni, klokken 18.00.**

*Først på kvelden serveres det småmat<sup>m</sup> tilbehør. Så blir det dans ut i de små timer.....*

*Aldersgrense er 18 år. Drikke må medbringes i slike mengder, og av slik styrke, at kommunikasjon med andre er mulig.*

**Påmelding innen 12. juni til  
Gry Brunnes: tlf/sms - 41315750**

*Velkommen!*

# Kommunestyrevalget 2023

## GODKJENTE VALGLISTER

Flå valgstyre har i møte den 25. mai godkjent disse listeforslagene som offisielle valglister til kommunestyrevalget 2023 i Flå kommune:

- Arbeiderpartiet
- Bygdelista for Flå
- Senterpartiet

De godkjente listene ligger til gjennomsyn på servicekontoret, Flå Veksthus, og på [www.flaa.kommune.no](http://www.flaa.kommune.no)

## KOMMUNESTYREVALGET OG FYLKESTINGSVALGET 2023

Hvor og når kan du forhåndsstemme? Du kan forhåndsstemme i perioden fra og med 10. august 2023 til og med 8. september 2023 på servicekontoret, Veksthuset i åpningstiden mandag-fredag 09.00-15.00.

Hvis din forhåndsstemme skal sendes til annen kommune, vær oppmerksom på at du selv er ansvarlig for å avgi stemme så tidlig at stemmegivningen når frem til det valgstyret der du er manntallsført innen tirsdag 12. september kl 17.00.

## FORHÅNDSSTEMMEGIVNING PÅ INSTITUSJON - FLÅHEIMEN

Det kan også mottas forhåndsstemmer hjemme hos personer som oppholder seg i trygde- og omsorgsboligene med umiddelbar tilknytning til Flåheimen. Tidspunkt for forhåndsstemmegivningen ved Flåheimen blir onsdag 6. september kl 10.00- 14.00.

## AMBULERENDE STEMMEGIVNING

Dersom du på grunn av sykdom eller uferhet ikke kan avgi stemme på valgdagen eller forhåndsstemme på annen måte, kan du avgi forhåndsstemme til ambulerende stemmemottaker der du oppholder deg. Søknad om å få avgi slik forhåndsstemme må være kommet inn til valgstyret innen tirsdag 5. september 2023.

## VALGDAGENE 10. OG 11. SEPTEMBER

Stemmested på valgdagene er Flå skole, kultursalen.

## ÅPNINGSTIDER PÅ VALGDAGENE ER;

Søndag 10. september 2023: Flå skole, kultursalen – åpningstid kl 14.00-18.00

Mandag 11. september 2023: Flå skole, kultursalen - åpningstid kl 09.00-20.00

Ta med valgkort

# Invitasjon

## *Velkomstmiddag for nye innbyggere*

Har du meldt flytting til Flå kommune i 2022 eller 2023? Flå kommune ønsker å invitere alle nye Flåværingene til velkomstmiddag.

**Tidspunkt: Tirsdag 20. juni kl. 18:30**

Sted: Flå veksthus – kommunestyresalen

Det blir blant annet middag og kake, info ved Flå kommune og Frivilligsentralen og virtuell omvisning i Flå. Kvelden avsluttes med en runde Freesbee-golf.

Påmelding til Servicekontoret på [postmottak@flaa.kommune.no](mailto:postmottak@flaa.kommune.no) eller telefon 32053600 **innen 16. juni.**

Gi beskjed om eventuelle allergier.



## Flå Historielag



*Flå Historielag arbeider for å holde minnene fra fortiden levende blant folk!*

Lagets turer og medlemsmøter har temaer som viser hva tidligere tiders innbyggere i Flå arbeidet med - hvordan arbeidet foregikk, hvilke redskaper som ble anvendt, og hvilken historisk sammenheng vi står i. Vi ser på slektshistorien, skogbrukshistorie, landbruks-historie, krigshistorien og vikingtiden - samt mye mer! Alle er velkomne som medlemmer.

For å bli medlem av Flå Historielag må man betale en årskontingent på NOK 150,00. Historielaget har VIPPS nr. 803911 og bankkonto nr. 2351.67.52009. Når noen melder seg på et arrangement eller en tur, betales det på samme måte.

I løpet av de siste par årene har Flå Historielag hatt turer til Rimestampen i Flå, Gulsvik Stasjon, Fløtningsanlegget Buvatn-Frisvatn i Gulsvik og krigsskueplassen på Haglebu. Neste tur blir til Veien Kulturminnesenter og

Hardraade Vikingskipforening på Ringerike. Denne gangen er det vikingtiden som er i fokus! Hvordan levde folk, hvordan kledte de seg, hvordan ble skipene bygd og mye mer. Turen går 17. juni.

På eftersommeren 2023 planlegger vi nok en tur med referanse til krigshistorien og regner med å besøke bl.a. en modell av en hjemme-frontcelle på Ringerike, samt avlegge et besøk på Kartverket.

Det er noen tanker rundt temaer for medlemsmøter i Flå, også. Vi vil ha et bildeforedrag om dagliglivet i Flå for en generasjon eller mer siden. Vi tenker oss å besøke Flå kirke og få en orientering om kirkens historie og arkitektur. Der er det er flere historiske gjenstander å få vite mer om!

Ellers er vi åpne for innspill fra medlemmer og andre om temaer som kan være av interesse for laget.

## FLÅ PENSJONISTFORENING

*Vi ønsker å informere om foreningens aktiviteter og planer for høsten 2023.*

Møter avholdes første torsdag i måneden kl 17.00 på Veksthuset. Unntak er feriemånedene juli og august.

Møtene skal være hyggelige samvær, derfor er kaffe og noe å bite i viktige ingredienser, og quiz og loddsalg faste innslag. Nå forsøker vi også å gjeninnføre en tradisjon med allsang ved møtets start og avslutning.

Hver gang har vi i tillegg innslag med et aktuelt tema, og iblant informasjon fra kommunale etater og Pensjonistforbundet på fylkesplan og sentralt.

Pensjonister skal også holde seg i form fysisk. Hver mandag og onsdag fra 10.30 til 12.00 møtes vi derfor på Ursus for å trimme, og tilbudet er helt gratis for medlemmer.

Vi har erfart at turer skaper fellesskap og glede blant deltakerne. Hvert år arrangerer vi derfor to dagsturer og en lengre tur med

overnatting. I år blir det en 4 dagers tur med buss til Karlstad. Tidspunkt er 29. august til 1. september, og foreningen sponser medlemmene med et anseelig beløp. Vi skal overnatte på Scandic Winn, et moderne hotell i sentrum av byen.

En dag er satt av til båttur på Gøtakana-len, og det er også tatt høyde for en dag til egen disposisjon. Hjemturen går om Strømstad med ferje over til Sandefjord. Derfra frakter bussen oss vel hjem.

I år blir foreningen vår 50 år, og det skal feires den 30. november. Dette jubileet blir det informert nærmere om til høsten.

Vi håper at dette som her er beskrevet, kan motivere dere som ikke er medlemmer til å melde dere inn.

Vår forening, som alle andre lokale pensjonistforeninger, er også en viktig brikke i arbeidet som Pensjonistforbundet på sentralt hold gjør. Der jobbes det aktivt for at pensjonistene skal ha en viktig og synlig plass i samfunnet, og ikke minst gjennom forhandlingsrett få del i lønnsveksten.





## Åpen dag på Flåheimen

*Tusen takk til alle som stilte opp og bidro til en vellykket dag! Vi håper dagen var både nyttig og sosial. Her var det mulig å få mer informasjon kommunens tjenester, velferdsordninger og annet som er aktuelt for pårørende og pensjonister i Flå kommune.*



## Dagsenteret for hjemmeboende demente

Dagsenteret for hjemmeboende demente er stengt i uke 29, 30 og 31.

## Kreftkontaktene

Kreftkontaktene i Flå inviterer til uformelle treff på Veksthuset for deg som har, eller har hatt kreft 31.8 og 23.11 kl 12.30- 14.15.

Mari B Stenersen og  
Tonje M Austheim  
Telefon 919 13 194  
eller 934 29 151



## Gjennomgang av treningsapparater på Ursus for pensjonistforeningen med fysioterapeut

Flå fysio- og ergoterapi har satt av mandag 11 september 2023 fra kl. 10.30-11.30 for å komme på Ursus å snakke litt om trening og gå igjennom treningsøvelser/viser teknikk på apparater.

Påmelding til dette skjer over telefon.

Send en melding til Tonje, fysioterapeut på dette nr: 95 01 68 76 om du vil delta.

Svarfrist innen onsdag 6. september.

*Mvh. Oss i Flå fysio- og ergoterapi*



# Flåpakka

*Dette er et fellesprosjekt mellom næringsliv og kommunen i Flå til det beste for Fløværingene. Fokuset er trivsel, møteplasser og folkehelse. Det er tilbud til aktiviteter som skal gjøre godt for helsa og være et sted hvor man treffer flere Fløværingene på tvers av alder og kjønn. For å benytte disse tilbudene må du være bostedsadresse i Flå kommune.*

## URSUS

Treningscenteret på Flå som ligger i Thonhallen. Det koster 1000 kr. i året, eller 100 kr i måneden i 10 mnd. Det er noen enkle krav til oppførsel, følger du dem blir dette et bra sted å være. Denne avtalen får du ved å henvende deg til servicekontoret på Veksthuset.

## GRATIS TRENING FOR PENSJONISTER

Hver mandag og onsdag fra 10.30 – 12.00 er det gratis for pensjonister å trene på Ursus. Trim for eldre der du trener ut fra eget nivå.

## ALPINBAKKENE

Høgevarde og Turufjell gir ut gratis sesongkort til alle fra 0-17 år, mens de fra 18 år og oppover får halv pris. Du regnes som voksen fra det året du fyller 18 (dvs at de som er født i 2004 regnes som voksne for kommende sesong).

**For å bruke dette tilbudet må du være medlem i IL Flåværingen og du må ha bostedsadresse i Flå kommune.**

NB! Det er ulike tilbud og praksis for hvordan man henter ut og kjøper kort på de forskjellige stedene. På Turufjell må man gjøre dette digitalt innen 15. desember og tilbudet gjelder kun sesongkort, ikke dagskort. Alle sesongkort til voksne som ble kjøpt i fjor fungerer også kommende sesong. Kort til barn/ungdom må bestilles på nytt. Dette gjøres via hjemmesiden til Turufjell innen 15. desember. Alle medlemmer har fått tilsendt en promokode på epost som benyttes ved bestilling av kort. På Høgevarde kan man benytte seg av tilbudet ved å vise frem medlemskort der man kjøper kort. Her gjelder tilbudet både sesongkort og dagskort, men de som er der ofte bør hente ut eller kjøpe sesongkort.

Se mer detaljert info om disse tilbudene på [flaavaeringen.no](http://flaavaeringen.no) – her kan du også melde deg inn i idrettslaget dersom du ønsker det.

## BJØRNEPARKEN

Bjørneparken skal ha en åpen dag for alle innbyggere i Flå i løpet av våren.

## BOLIGSTØTTE

Det kan søkes inntil 200.000 kr i tilskudd pr. bolig, tilskuddet er 5% av byggekostand/kjøpskostnad. Tilskuddet blir gitt til førstegangs etablerere, til og med det kalenderåret søkeren fyller 35 år. I tilfeller hvor et par går til anskaffelse av bolig, er det nok at den som søker tilskuddet er førstegangsboligetablerer.

Den/de som mottar tilskuddet må bosette seg i boligen. Hvis boligen selges eller fraflyttes innen 5 år etter dato for mottak av tilskudd, må tilskuddet tilbakebetales.

## Energi- og klimatilskuffond

*Flå kommune har siden 2012 hatt et energi og klimatilskuffond. Kommunestyret er i ferd med å revidere bestemmelsene og størrelsen på tilskuddsbeløpene, men har du allerede gjort investeringer i forhold til energiløsninger i bolig eller bedrift, er det bare å søke.*

### RETNINGSLINJER FOR ENERGI OG KLIMATILSKUFFOND I FLÅ KOMMUNE:

#### 1. FORMÅL

Tilskudd fra Energi og klimatilskuffondet skal brukes til spesifikke tiltak i bygninger i Flå kommune.

#### 2. MÅLGRUPPE – HVEM KAN SØKE

Privatpersoner og næringsdrivende med bolig eller næringsseiendom i Flå kommune kan søke. Det gis ikke tilskudd til fritidseiendom.

#### 3. STØTTEVILKÅR

- A. Fyringsanlegg flis/ved/pellets/jordvarme og tilsvarende: 20% av investert beløp – maksimalt kr 10.000,-
- B. Pelletsovn: 20% av investert beløp – maksimalt kr.3.000,-
- C. Rentbrennende ovn/peis: 20% av investert beløp – maksimalt kr. 3.000,-

D. Varmepumper: luft til vann: 20% av investert beløp – maksimalt kr. 3.000,-

Det gis ikke tilskudd til rene luft til luft varmpumper (som i ENOVA sine retningslinjer for støtte)

Den årlige utbetalingen fra Energi og klimatilskuffondet begrenses til det beløp som står på fondet. Dersom det kommer inn søknader som tilsier større utbetaling enn fondets størrelse, etter retningslinjene over, reduseres alle tilskudd forholdsmessig.

#### 4. SØKNADSRIST

Tilskudd gis etterskuddsvis etter at investering er foretatt. **Søknad må være innkommet til Flå kommune innen 1. desember. Kopi av kvitteringer må vedlegges søknaden.**



# Lokaler til utleie i Flå kommune

## KOMMUNESTYRESAL OG KANTINE FLÅ VEKSTHUS

Kontakt : Servicekontoret 32053600

## KLUBBLOKALET THONHALLEN

Kontakt : Servicekontoret 32053600

## THONHALLEN 1,2 OG 3 DELER

Kontakt : Servicekontoret 32053600

## KULTURSALEN FLÅ SKOLE

Kontakt : Servicekontoret 32053600

## MENIGHETSHUSET

Kontakt : Servicekontoret 32053600

## GRØNVOLD

Kontakt : Servicekontoret 32053600

## MØTEROM 5 STK. VEKSTHuset

Kontakt : Servicekontoret 32053600

## DAGS/UKEUTLEIE KONTOR-HOTELL VEKSTHuset

Kontakt : Servicekontoret 32053600

## FOLKEVANG UNGDOMSHUS STAVN

Kontakt : Gry L. Brunes 41315750

## FOLKETS HUS GULSVIK

Kontakt : Marte Sundqvist 93497441

## JAKT OG FISKEENTERET

Kontakt : Thon hotell Bjørneparken 32053570

*For booking og priser, ring kontakt.*

## Kommunalt tilskudd til unge boligsøkende

Flå kommune gir tilskudd til ungdom som ønsker å kjøpe/bygge bolig i Flå kommune. Tilskuddet er 5% av byggekostnad/kjøpskostnader, maksimalt kr 200.000,- pr bolig. Tilskuddet blir gitt til førstegangsetablerere til og med det kalenderåret søkeren fyller 35 år. I tilfelle hvor et par går til anskaffelse av bolig, er det nok at den som søker tilskuddet er førstegangsboligetablerer.

Reglementet er tilgjengelig på [www.flaa.kommune.no](http://www.flaa.kommune.no)

## Svømmehallen

Svømmebassenget i Flå er en integrert del av Flå skole med inngang fra skoleplassen på baksiden av bygget. Svømmehallen er åpen i tidsrommet 1. oktober til 1. april. Svømmehallen er stengt i skolens ferier.

### Åpningstider:

Tirsdager og fredager:

0-12 år	kl 17.45-18.45
13-16 år	kl 18.45-19.45
Voksne	kl 19.45-20.45

Badstua disponeres av damer tirsdager og av menn fredager.

### Priser:

Voksne pr gang	40,-
Voksne årskort	kr 1.040,-
Voksne halvårskort	520,-
Barn pr gang	30,-
Barn årskort	780,-
Barn halvårskort	390,-

Det er nå mulig å betale med **VIPPS**



## Informasjon fra NAV Hallingdal

Med virkning fra 22. mai endres åpningstiden for kontoret på Flå for henvendelser uten timeavtale. Ny åpningstid er onsdager fra kl. 10.00 – 14.00.

## Servicekontoret

... er stengt uke 28 og 29 (10. juli-21. juli)



Her kan du låne masse fint utstyr til hele familien **HELT GRATIS.**

Utstyrskroken er åpen hver tirsdag fra klokken 14 – 18.

NB! Vi har også fylt opp gratis-hylla med masse fine gratis klær. Her kan du også levere pent brukte og rene klær dersom du ønsker å gi bort.

**Velkommen innom!**



# Psykisk helse-hjørnet

*Vi alle har behov for fysisk mosjon, og ta vare på vår psykiske helse. Mye av det vi ser på som bra for vår fysiske helse, er også gunstig for psyken vår.*

Det å være aktiv i hverdagen, om det er å gå en tur, spille fotball eller gå på langrenn, er dette ofte aktiviteter som knytter mennesker sammen. Vi alle er avhengig av noen mennesker i livet vi føler oss trygge og vel med. Noen å dele tanker og følelser, opp- og nedture med. Noen trenger få mennesker og andre trenger mange. Vi møter på ulike utfordringer i hverdagen enten om det er i jobbsammenheng eller på fritiden, som bidrar til læring og nye erfaringer. Dette er med på å «booste» psyka vår. Vi anerkjenne personer rundt oss og viser at vi setter pris på andre. Dette føles meningsfylt og godt.

Tenk deg at du opplever en personlig livskrise. Livet blir snudd opp ned og hverdagen blir brått helt annerledes enn den var. Det blir kanskje vanskelig å gå på jobb, holde på sosiale kontakter og være aktiv i hverdagen. Du lokker deg kanskje mer og mer inn i ditt eget skall og blir alene om de vanskelige følelsene og tankene. Til slutt har du kanskje mistet deg selv helt.

Våre vaner påvirker helsa vår og det er viktig å ta vare på livskvaliteten. Hva er det som får deg til å føle deg glad, at du mestrer noe og at du har en mening? Jeg skal nå presentere «fem råd for bedre psykisk helse». Dette er små grep, men viktige, som kan styrke den psykiske helsa vår:

## 1. KNYTTE SOSIALE BÅND

Hør om noen vil være med å ta en gåtur eller ring en venn istedenfor å sende melding.

## 2. VÆRE AKTIV

Lag deg noen faste avtaler, enten med deg selv

eller andre. Dette kan være fritidsaktiviteter, eller å gå/sykle til jobben.

## 3. VÆRE OPPMERKSOM

Øv deg på å være oppmerksom og se det som er rundt deg. Ved å bruke øynene, hørselen og luktesansen kan man legge merke til noe vakkert eller uvanlig, som kan gi glede og en følelse av å være mer tilstede i livet.

## 4. FORTSETTE Å LÆRE

Å lære seg noe nytt gir selvtillit og glede. Lær deg det språket du har tenkt lenge at du ønsker å lære deg.

## 5. GI TIL ANDRE

Å gi handler om å gjøre noe for andre. Det kan være frivillig arbeid eller gi en hyggelig kommentar. Prøv å smil til en ukjent person eller hjelp noen med en tjeneste uten at de har bedt om det.

*Anna Svartås  
Sykepleier rus- og psykisk helsetjeneste*



Foto: Unsplash

Info fra



## Småjobbsentralen

Vi tar på oss mindre jobber som plenklipp, snømåking, lettere vask, hagearbeid, skifte lyspærer og batteri i røykvarsler, handling og mye mer for en timepris på kr. 200,- fra den frivillige reiser hjemmefra.

Småjobbsentralen er kun beregnet på eldre og uføre og oppdraget kan ikke vare mer enn 4 timer.

Trenger du hjelp? Ta kontakt med småjobbsentralen på telefon 90625022. Telefonen er åpen mandag – onsdag mellom 10.00 – 14.00.



Foto: Unsplash

## BLI MED PÅ LAVTERSKEGÅTUR MED Turgruppa

Hver mandag klokken 10.30 går vi felles tur på ca 1 time. Oppmøte er utenfor Esso eller annet avtalt sted. Følg med i aktivitetskalenderen til Frivilligsentralen for å se hvor ukens tur går og hvor det er oppmøte.

## Aktivitetskalender

Følg med i aktivitetskalenderen på flaa.frivilligsentral.no for å se hva som skjer på Frivilligsentralen og blant lag og foreninger i Flå kommune. Relevante aktiviteter fra Flå kommune blir også lagt inn i denne kalenderen.







## Gjeddefiskekonkurranse

*Gjeddefiske blir i år 24. juni som før fra Gulsvik brygge.*

Påmelding fra kl 09:00, startskudd går kl 10:00 med fellesstart fra brygga.  
Innveiing fra kl 17:00 - 18:00

Premieutdeling umiddelbart etter veiing.  
Båtmotor i premie til største fisk også i år.

Håper vi ser dere!

## Oppfordring til hundeeiere

Vis hensyn og plukk opp møkk etter hunden din når du lufter hunden i sentrum av Flå og på gangveiene.

Og når du først har plukket opp: Ta posen med til avfallsdunk og ikke la den ligge igjen i vegkanten!



**JØLSTAD**  
Hallingdal gravferdsbyrå

**FLÅ VEKSTHUS**

[www.hallingdalgravferd.no](http://www.hallingdalgravferd.no)

Tlf. 32082300

Terje Nordal og Steinar Aa



Foto: Unsplash

## Informasjon fra biblioteket!

*Nå kan du lettvinnt bestille bøker fra biblioteket på pc/telefonen din.*

Gå inn på:

Startside - Biblioteksøk ([bibsok.no](http://bibsok.no))

- Logg inn med nasjonalt lånekort og pinkode  
Mangler du nasjonalt lånekort ta kontakt med biblioteket så ordner vi det raskt
- Søk på boken du ønsker
- Bestill og velg hentested
- Du vil få melding når boken er klar på hentestedet du valgte

**VI VIL OGSÅ I ÅR**

**GJENNOMFØRE «SOMMERLES»**

Sommerles.no er en digital lesekampanje for 1-7.klasse fra 1.juni-31.august. Dette går ut på å øke lesegledden hos barna. Gå inn på [Sommerles.no](http://Sommerles.no) for info om kampanjen, registrering, boktips og artige oppgaver.

Vi har fått inn flere typer magasiner og nye bøker.

**BIBLIOTEKET VIL VÆRE STENGT**  
i uke 28 og 29 (10-21 juni)

**ÅPNINGSTIDER**

Mandag onsdag torsdag og fredag:  
0900-1500  
Tirsdag: 0900-1700

Vi ønsker alle velkommen innom biblioteket!



Bra oppmøte av folk!  
Foto Olaf E. Strømsodd



Klovnene Silja var populære blant barna.  
Foto Steinar Andre Steinarsson

## Vassfarfjellet Løypelag 10 år

*Skjærtorsdag 6. april feiret Vassfarfjellet Løypelag 10 års jubileum.  
Varaordfører var så heldig å få åpne arrangementet.*

Jubileet foregikk ved gapahuken ved Olastjern. Til tross for noe skiftende vær ble arrangementet en suksess og hadde nærmere 300 besøkende. Klovnene Silja var et populært innslag blant barna og det var også konsert av Skaurock med Dagfin Kolberg. Vassfarfjellet Løypelag stilte med gratis pølser og drikke til alle som kom innom. Løypelaget hadde egen smørestand som ble flittig brukt. Røde Kors var også representert med egen stand. Dialogen gikk godt mellom hytteflåværingene og lokale sambygdingene. Vassfarfjellet løypelag har blitt en viktig ressurs i Flå, og kjører flest kilometer av alle løypelag i kommunen. Det er et privat løypelag startet av noe flinke ildsjeler, og er tuftet på god dugnadsånd. Flå kommune gratulerer så mye med jubileet!



## Håndball til høsten

*Håndballen på Flå vil få et litt annerledes fokus fra høsten av. Da det var vanskelig å stille lag til kamp forrige sesong blir det den neste sesongen 2023/2024 mer fokus på trening og spill på trening.*

Hvis det er slik at vi kan stille et lag eller at noen ønsker å spille med andre lag så skjer påmelding fra måned til måned.

Guro Elde er den som tar over ansvaret for barnehåndballen på Flå. Hun ønsker å ha trening med alle fra 6-12 år. De fra 13-15 år er også velkomne til å delta!

Fordi det samles barn på tvers av klasser er det ikke slik at vi alltid må spille håndball. Planen er at den avsatte tiden i hallen kan brukes som et samlingssted med utgangspunkt i fysisk aktivitet.

Håndballen starter opp i oktober og varer til april. Mer informasjon vil komme mot skolestart!

Hvis noen ønsker å prøve seg som trener eller hjelpe til på trening er det bare å ta kontakt med Guro når treningene starter opp.

Håper så mange som mulig ønsker å delta, håndball for 15+ vil fortsette.





## Flå Husflidslag

*Flå Husflidslag er blitt reaktivert etter den stille perioden de siste to årene, med mange arrangementer og god medlemsvekst hittil i år. Nå tar vi sommerferie!*

Til høsten er det på'n igjen. Alle er velkommen på våre aktiviteter, men vi ser gjerne at du melder deg inn i Flå Husflidslag. Flaa.husflidslag@gmail.com

Styret: Jeanette Kaspersen (leder), Anne Aavestrud, Mette Seterstøen, Gro Plassen og Liv-Hege Bratli.

Aktiviteter hittil i år: Flå Husflidslag har gjennomført 20 timers kurs i skinnfellsøm og trykking i perioden 13. februar til 20.mars. Kursholder var Gro Plassen og 7 personer deltok på kurset som ble holdt i håndarbeids-salen på Flå skole. Flå Det ble laget skinnfeller, votter, luer, pulsvarmere, puter, sitteunderlag m.m.

Sykvelder og kniplekvelder på Grønvold har vært dårlig besøkt i vinter, men vi fortsetter med det til høsten. Møt opp! Siste annonserte sykveld før sommeren er 12.juni på Grønvold.

Strikkekafe på Thon hotell har vært arrangert to kvelder pr måned med godt besøk. Det er en trivelig, sosial samling av håndarbeidsinteresserte damer – og noen herrer.

### **VI FORTSETTER MED DETTE TIL HØSTEN!**

Klesbyttedag med fiksefest arrangert i samarbeid med Flå Frivilligsentral og Flå Folkebibliotek 15.april ble en suksess. Godt samarbeid, og mange fornøyde kunder byttet til seg «nye» klesplagg og fikk reparert plagg som så kan brukes litt lenger.

Klesbyttedag blir det helt sikkert igjen, kanskje i løpet av høsten, men i hvert fall til våren. Holdbart-arrangement og Fikselaug kombineres med de andre arrangementene vi har. Dette er et tiltak for å få klesplagg til å vare lenger, slik at vi slipper å kjøpe nytt. Det er jo nemlig det du IKKE kjøper som sparer miljøet!

Nye kurs og aktiviteter – vi tar med glede imot forslag! Det er håndverk og tradisjoner som er vårt hovedfokus. Har du et ønske, så bare kom med det! Etterspørsel bestemmer kurstema.

Har du lyst til å være med på Kurs i Skinnfellsøm og trykking til høsten? Gi beskjed til Flå Husflidslag!

Kurs i takkebakst har vi intensjon om å arrangere igjen. Det blir en lørdag senhøstes, og lærer blir Tone Gunnarsdatter Bråten. Noen har allerede meldt interesse. Si fra hvis du har lyst å være med – nybegynner eller dreven baker er like velkommen.

Dersom noen ønsker det, prøver vi å få til et kurs i bunadssøm og montering.

## Flå kommune: Utdrag fra årsmelding 2022

*Første halvdel av 2022 var krevende med pandemi og akuttmottak for ukrainske flyktninger.*

For en liten kommune som Flå er det å få 200 flyktninger på akuttmottak en krevende situasjon. Dette ble løst på en utmerket måte. Akuttmottaket og jobben med det gikk fra å være en stor utfordring til å bli en berikelse både for ansatte og innbyggere som var med på dugnaden.

Folketallet har økt med 40 personer fra 2021 til 1097 innbyggere. Fødselsunderskuddet var på 2 (9 fødte og 11 døde) og netto innflytting var på 42.

Det har vært stor aktivitet på fritidsboligmarkedet i 2022. Det er behandlet 230

byggesøknader på fritidsboliger til tross for at aktiviteten gikk noe ned i andre halvår.

Planavdelingen har jobbet med kommuneplanens samfunnsdel, som ble sluttbehandlet av kommunestyret i desembermøtet. Kommunedelplan for Flå tettsted ble også lagt ut på høring i 2022.

Det er lagt frem 109 saker til avgjørelse i kommunestyret, 17 saker i formannskapet, 16 saker til fast utvalg for plansaker og det er referert 723 delegerte saker for kommunestyre.



Flå Vekst SA er destinasjons- og næringsutviklingselskapet i Flå. Vi er et spleiselag mellom kommune og næringsliv og skal jobbe for å utvikle, koordinere og synliggjøre næringsliv, reiselivstilbud og øvrige næringsaktiviteter for medlemmene i Flå kommune, og derigjennom fremme medlemmenes interesser. Medlemmene bestemmer selv hvor mye de ønsker å bidra med i årlig bidrag. Vi kan også hjelpe deg i gang hvis du har lyst til å starte egen bedrift. Vårt nyeste medlem er «Bil og Mirakel AS», som består av Magdalena og Krzysztof Mrowinska. Han driver med bilimport og -eksport, mens hun driver firmaet «Mirakelfabrikken» som lager flotte ballongdekorasjoner. Du la kanskje merke til det flotte ballongflagget og -portalen på 17.mai? Det var det Magdalena som laget.



Vi har alltid plass til flere medlemmer, så hvis du ønsker mer informasjon om Flå Vekst eller ønsker å melde deg inn tar du kontakt med daglig leder Kristian Akervold på mail (kristian@flavekst.no) så tar vi en prat. Hjertelig velkommen med i laget!

### INDUSTRIBYGG FLÅ

Forprosjektet «Industribygg Flå» er nå i innspurtsfasen. Dette er et prosjekt, støttet av «Sats på Hallingdal» og Flå kommune, med Flå Vekst som prosjekteier og Tor Egil Buøen som innleid prosjektleder. Fokuset for prosjektet var å se på muligheten til å få etablert et industribygg for mindre produksjonsbedrifter og oppstartsfirmas, et slags «Flå Veksthus for produksjonsbedrifter». I arbeidet med prosjektet så vi at det første som må gjøres er å få etablert en større næringspark så det er jobbet med dette parallelt med å se på forskjellige typer industribygg og finansiering av denne.

Området som er valgt ut er en sammenslåing av Roppemoen og Gulsvikskogen, noe som vil gi et totalt område på 5-600 dekar industri- og næringsareal, først i Hallingdal med god tilknytning til vei, strøm og vann, og har potensial for jernbanetilkobling. Nå hogges skogen på deler av dette området og vi jobber nå med å ta prosjektet over i et hovedprosjekt for videre arbeid.

### STOLPEJAKTEN

Vi gjentar suksessen fra i fjor med Stolpejakt i Flå sentrum. Noen av stolpene blir stående mens andre blir flyttet og jaktåpning blir i første halvdel av juni. Registrer deg på stolpejakt.no, så er du klar til jakt sesongen starter.

### FLÅ DISCGOLFBANE

Alle kurv sponsorene på Flå discgolfbane har fornyet sine sponsoravtaler og banen er klar

for spilling. Hvis du trenger frisbeer så får du kjøpt dette i sportsbutikkene våre og Flå Vekst har også en del profileringsartikler, blant annet egne logo-frisbeer som er både gode å spille med og kan fungere som en god gave til noen som har lyst til å prøve.

### FLÅ – FERDIG LEVERT!

Forprosjektet «Flå – ferdig levert!» er nå avsluttet. Målet med prosjektet var å se på muligheten til å etablere en leveringsløsning for varer og tjenester fra sentrum til hyttefeltene våre. Vi har gjennomført spørreundersøkelse med hytteeiere som viser interesse og betalingsvilje. Vi har også gjennomført en spørreundersøkelse og innovasjonslab med næringslivet som viste en viss interesse, selv om flere av butikkene ønsker primært å få kundene inn i butikken. De største utfordringene for en slik løsning er transportør og teknisk løsning. Begge transportørene som vi jobbet med trakk seg fra pilotfasen rett før den startet eller ved avslutningen. Derfor vil ikke



prosjektet bli videreført, men hvis noen ønsker å etablere seg med en løsning for varer og tjenester fra sentrum til hyttefeltene, står vi klare til å hjelpe til med etableringen. I så fall er det bare å ta kontakt med Flå Vekst.

## Årsmøte i Flå Vekst

Onsdag 24.mai var det årsmøte for Flå Vekst i Kommunestyresalen på Veksthuset. Vi gikk gjennom vanlige årsmøtesaker og daglig leder redegjorde for driften i 2022 og planene for 2023. Styret ble utvidet med Cathrine Østdahl, direktør ved Thon Hotel Bjørneparken.

Så det nye styret i Flå Vekst består nå av følgende personer:

- Kees Ekeli (Bjørneparken), Styreleder
- Trond Gunnerud (Høgevarde)
- Martine Vee (Turufjell)
- Geir Vidme (Olav Thon-gruppen)
- Merete H. Gandrud (Ordfører)
- Anders Storm Nilsestuen (Jakt- og Fiskesenteret)
- Karen Johanne Storm Gulsvik (Besøkscenter Rovdyr Flå)
- Tor Egil Buøen (Flå Spareforening)
- Cathrine Østdahl (Thon Hotel Bjørneparken)

Vi gleder oss 2023 med full fart, vekst og godt samarbeid med alle medlemmene våre!





## Skyting

*Flå skytterlag og Flå jeger og fiskerforening sommer 2023*

100 meter torsdager kl 18.00-20.00

Løpende elg torsdager (startes når kvalifisert skyteleder er tilgjengelig)

Skyting følgende dager:

25.mai  
1. juni  
8. juni  
15. juni  
22. juni  
29. juni  
3. august  
10. august  
17. august  
24. august

31. august  
7. september

I tillegg er det skyting  
lørdag 19. august kl 12.00-15.00

DET ER SKYTING PÅ LEDRDUE-  
BANEN DE SAMME DAGENE  
SOM DET ER SKYTING PÅ  
RIFLEBANEN

## Jegerprøven og skytekurs på Jakt- og Fiskesenteret

### Jegerprøvecamp 25. – 30. JUNI

Bruk ferien til noe lærerikt! I løpet av bare ei snau uke på vår jegerprøvecamp blir du sertifisert for å delta på jakt. På Flå tilbyr vi et komplett jegerprøvecurs. I løpet av kurset benyttes alle fasilitetene på senteret, med blant annet viltslakteri, felleløype, skytebane og skytesimulator. Alle samlinger blir gjennomført i sin helhet i løpet av kurset. Eksamen gjennomføres som siste del av fredagen i regi av Flå kommune.

Kurset er åpent for alle, campdelen er forbeholdt deg under 26 år.

Dato: 25. – 30. juni 2023.

Bli med på en lærerik og morsom jegeruke. For påmelding på kursene se vår hjemmeside: [www.jaktogfiskesenteret.no](http://www.jaktogfiskesenteret.no)

### SKYTEKURS RIFLE OG HAGLE

Gjennom grunnkursene i rifle- og hagle-skyting lærer du hva som skal til for å bli en god skytter. Vi går igjennom våpentilpasning, ulike skyteteknikker og skytestillinger, vedlikehold av våpen, ammunisjonstyper, kikkertsikter og mye mer. Skytekurs hagle og/eller rifle er tilpasset nybegynnere, samt de av dere som ønsker å forbedre skyteteknikken. Her får du muligheten til å skyte deg varm i god tid før årets jakt. Trenger du våpen har vi også dette til utlån.

Dato riflekurs: 16. – 17. juni

Dato haglekurs: 17. – 18. juni

For påmelding på kursene se vår hjemmeside: [www.jaktogfiskesenteret.no](http://www.jaktogfiskesenteret.no)







## NMKs Landsfinale i bilcross veteran

*Kjære Flåværing, lørdag den 10. juni MÅ dere møte opp på Roppemoen Motorsportsenter og heie på våre lokale helter. Vi i NMK Nedre Hallingdal arrangerer nemlig NMKs Landsfinale i bilcross veteran denne lørdagen.*

Her kommer alle de beste førerne fra hele landet som har passert 50 år. Vi har full startliste med ca 120 førere. Det blir en folkefest både på Roppemoen og i hele Flå denne helga. Uten tvil vårt største arrangement så langt.

Dette blir bilcross på et annet nivå enn vi tidligere har sett her i Flå. Flere legender har børstet støv av hjelmen og stiller til start. Det blir også en duell på publikums plass, så vi håper

dere vil møte opp med kubjeller, lufthorn eller annet supporterutstyr og heier på våre lokale håp. Thomas Holmen som jobber som kommentator på tv sendingene til Rallycross VM kommer og underholder som speaker sammen med Mats Bjerknes. Det blir naturligvis åpen kiosk med mye snadder også.

Inngang koster kr 200,- og barn under 16 år er gratis. Det vil bli mulig å kjøpe inngangsbånd

på kjøpesenteret fra fredag. Da unngår dere noe kø på lørdagsmorgen.

Vi håper på 700-1000 publikummere denne dagen så møt opp tidlig. Dette blir Flås største idrettsarrangement på en del år.

### FØRERE FRA NMK NEDRE HALLINGDAL

Jack Sundqvist  
Vidar Endrerud  
Runar Maribo  
Audun Ekra  
Roger Haugen  
Helge Aasen  
Rune Plassen  
Bjørn Vidar Bråten  
Ole Johnny Bråten  
Svein Olav Bråten

Sjekk startliste og mer info på [www.veteranlandsfinalen.no](http://www.veteranlandsfinalen.no)

### OM PREMIEBANKETT

Etter løpet blir det en storslått bankett i Thonhallen. Alle Flåværing er hjertelig velkommen til å melde seg på og bli med på feiringen.

Nils Værstad fra blant annet Walkabout og Nils & Ronny på NRK kommer som konferansier. Han er kjent for morsomme historier og jovial stemning. Det vil også bli servert gryterett fra Flø Heimelaga og kake til kaffen. Etterfulgt av premieutdeling til finalistene fra løpet. Bandet Lucky Bastards fra Østfold kommer for å spille nye og gamle coverlåter. Senere på kvelden kommer DJ Stebre for å spille musikk utover natta. Det blir salg av mineralvann, øl, cider, rusbrus, rød - og hvitvin. 18 års aldersgrense.

For påmelding og info: sjekk [www.veteranlandsfinalen.no](http://www.veteranlandsfinalen.no)







## MOT for dagen

*Nå har ungdommer hatt og har eksamenstid rundt om i verden. Legger press på seg selv, jobber hardt og streber etter å få best mulig karakterer og et flott vitnemål. Enten om det er fra ungdomsskole, videregående eller høyskole? Karakterer må man ha i hopetall for å komme inn på det man skal og videre i livet for å få den utdanningen man ønsker, alt dreier seg om fag, og ja, fag er viktig. Men glemmer man litt den egentlige viktige karakteren?*

Alt så karakteren/verdien av en selv? Hvem man er som person? Hvordan man ønsker å være som menneske? Hvordan man opptrår i fellesskap med andre? Og hvordan man behandler seg selv ikke minst? Er man den man vil være?

Det er viktig og ikke glemme seg selv og hva man vil stå for og hvordan man vil at andre skal oppfatte oss? Vi er alle viktige for andre, og vi er viktige for oss selv. Midt opp i alt man jobber og strever med og karakterer og alt annet, så husk at det å være menneske og respektere andre og være bevisst på egne handlinger er det viktigste. Legger man egentlig for stort press på seg selv? Ungdommer i dag blir oversvømt av press fra media. Media er overalt nå i den digitale verden vi er i dag.

Vil dele en reportasje fra ei som er ung MOT-leder, Ronja Varpestuen fra ungdomspoolen i MOT Norge. Hun har skrevet noen kloke ord som er verdt å lese:

### UOPPNÅELIGE IDEALER

*Mange prøver iherdig å oppnå det uoppnåelige ved å bli hva samfunnet og mediene ønsker. Ikke*

*nødvendigvis det man ønsker selv, skriver Ronja Varpestuen.*

*Dagens ungdom opplever store mengder press. Mye fra sosiale medier, der uoppnåelige "idealer" blir vist frem. Realiteten derimot er en helt annen når man kommer inn bak fasaden. Uansett er det mange som iherdig prøver å oppnå det uoppnåelige ved å bli hva samfunnet og mediene ønsker. Ikke nødvendigvis det man ønsker selv. Dagens ungdom må derfor bli flinkere til å trække et steg tilbake og se på seg selv i realiteten. "Hva er det som gjør MEG lykkelig?"*

*Presset kommer ikke bare fra mediene. Jeg ble sjokkert da jeg skulle søke høyskole og så antall studiepoeng for å komme inn på studiene. Den gjennomsnittlige eleven i dag har ett snitt mellom tre og fire. Derfor er det skremmende hvor begrensede muligheter man har etter videregående hvis man ikke stiller som såkalt femmer- og sekserkandidat. Er det rart at vi utvikler generasjon prestasjon, når ens beste ikke lenger er godt nok?*

*Alt i alt så er det ikke tallene på vitnemålet som sier hva slags menneskelige egenskaper man har.*

Du har begrenset med tid. Ikke kast den bort på å leve noen andres liv.

- Steve Jobs



Å ønske å være noen andre er å kaste bort den du er

- Kurt Cobain



*Jeg vil tørre å påstå at menneskelige kvaliteter er viktigere i arbeidslivet enn hvilke standpunkt jeg gikk ut med i samfunnsfag første året på VG1. Vi må ha mennesker som er gode til å samarbeide, se andre, tenke nytt, skape engasjement og bidra til positivitet på arbeidsplassene. Selvsagt må man ha grunnleggende kunnskap innenfor fagfeltet man skal studere, men jeg vil tørre å påstå at jeg ikke trenger seksere i tysk og samfunnsfag for å kunne studere medisin.*

*Vi mister så utrolig mange dyktige kandidater, gode menneskekjennere og samarbeidspartnere i flere yrker når karakterene skal bestemme hvem som er "god nok" til å komme inn eller ikke. Mange elever studerer og tar opp fag fra videregående i årevis kun for å få høyt nok snitt, og fagene de tar opp er ikke nødvendigvis fag som er nødvendige for deres yrkesvei.*

*Jeg har sterk medfølelse med dagens ungdom som må leve med dette presset hver dag, om å oppnå det uoppnåelige, og jeg synes synd i alle som mister fantastiske menneskekjennere og gode samarbeidspartnere i flere yrker. Jeg mener vi burde skape et større fokus på menneskelige*

*egenskaper i norsk skole der ikke alle inntak baseres kun på karakterene du fikk i løpet av videregående.*

*Vi er bare mennesker.*

(hentet fra mot.no)

*Masse kloke og reflekterte ord fra en ung MOT-leder som er en tankevekker for alle. Med dette vil vi ønske alle en riktig god sommer! Og husk: Det er bedre å være et verdifullt menneske, enn et vellykket individ.*

**- Vær deg selv, for alle andre er opptatt!**

Hilsen fra MOT i Flå



### SOMMEREN ER HER OG VI HAR FLERE NYHETER Å BY PÅ:

- Aktivitetsområde på Istjern
- Flysti til sykkel
- Badebrygge
- Nye turstier

### AKTIVITETSOMRÅDE PÅ ISTJERN

Ved Istjern kommer årets store nyhet. Her blir det et stort område dere både store og små kan slå i hjel mange timer. Her kommer det klatrestativer, husker, slakkline, tuftepark i naturelementer, hinderløype, zipline,

grillplass, lavvo og mer! Vi regner med å ha dette området klart en gang tidlig i sommer.

### NY FLYSTI

Vi fortsetter å utvikle familievennlige sykkeltilbud. Til sommerferien står en blågradert flysti på en snau kilometer klar. Denne tar utgangspunkt i dagens nedfarer ved tallerkenheisen og ender ved pumptracken. Dette øker sykkeltilbudet med utgangspunkt i baseområdet og alt ligger i nærheten av Turufjell Kafe.



### BADEBRYGGE

Ved Øvre Vesleåtjern har vi fått på plass brygge med landgang og badestige. Her kan du både prøve fiskelykken og ikke minst kjøle deg ned på varme sommerdager.

### NYE TURSTIER

Vi merker opp og rydder flere stier i år. Noen korte og nære og noen lengre unna. I tillegg jobber vi med flere turforslag som vil dukke

opp i ut.no så ta en tur innom der og se om du finner nye steder og turer du kan oppdage i sommer.

### TURUFJELL KAFE

Turufjell kafe holder åpent hver helg utover sommeren.

Åpningstider:

Lørdag 11 – 18

Søndag 11 – 16

I tillegg er det sommeråpent hver dag fra 8. juli til 6. august fra kl 12 – 18

I tillegg har vi fra før hopplinjer og ferdighetsløyper på sykkel samt en av landets største pumptracken å by på. Vi setter også ut nye poster til årets stolpejakt.

Husk å følge med på instagram og facebook for oppdateringer og nyheter.





Foto: Jon Hunnålvatn Tøn



Blueberry Jam som skal gå fra Heimseter og hele veien ned til Gulsviktjern like ved avkjøringen fra riksvei 7 mot Høgevarde. Etappen som blir åpnet i år blir ca 13 km lang. Dette gir nesten 900 høydemeter med moro fordelt på til sammen 17 kilometer sti, dersom man starter helt fra toppen av det sammenhengende stinettverket!

I 2023 videreføres arbeidet med det som skal bli et av Europas største nettverk av spesialbygde sykkelstier i Gulsvikfjellet. I år planlegger vi å åpne vi ca 20 km ny sti, som lar deg sykle på sammenhengende sti fra toppen av Fjellheisen (1000moh) helt ned til Gulsviktjern (133 moh).

I skrivende stund er det fortsatt full vinter på Høgevarde, men planleggingen av årets sykkel-sesong er selvsagt i full gang. Vi kjører på for fullt, og regner med at vi klarer å ferdigstille og åpne alle stiene som ble gravd i 2022 i løpet av årets sommersesong. Totalt er det i sommer ca 15 stibyggere fra selskapene World Trail og Høgevarde AS i arbeid med prosjektet, som innbefatter stier for alle ferdighetsnivåer.

#### NYE STIER I 2023

Årets hovedprosjekt blir den lange flytstien

Ambisjonene for denne stien er skyhøye: Dette skal bli en sti som skal by både på lekne utfordringer og vakre naturopplevelser, og levere et helt nytt perspektiv på hva en sykkelsti kan være.

Det gjenstår ca 2 km gravearbeider, som blir påbegynt så snart snøen har smeltet. Planlagt åpning for publikum i juli 2023.

Deretter går det slag i slag med nye stier. I området mellom Lavvoen/Høgevarde Fjellpark og toppen av Fjellheisen arbeides det på til fire nye stier, i alle kategorier:

Lynx (1,5 km): Blå nedoversti (passer for lett øvede sykklister)

Daggerline (1,5 km): Rød nedoversti (for øvede sykklister)

Bear Claw (2 km): Svart nedoversti



(vanskelig- experts only!)

Summit Surge (2,9 km, E-Bike Uphill Flow Trail): En morsom, grønnklassifisert klatresti, som går fra Lavvoen tilbake til toppen av Fjellheisen. Denne passer for alle kategorier sykklister, men pga stigningen er denne først og fremst bygd for elsykklister.

Ferdigstillelse av disse stiene vil pågå gjennom sommeren, følg med i våre kanaler for informasjon om eksakte åpningsdatoer!

Shuttlebuss- NYTT TILBUD! Fra Gulsvik vil det bli satt opp egne shuttlebusser, som tar deg og

sykkelen din trygt tilbake til Høgevarde Fjellpark for mer moro! Bussen vil gå i helger samt i sommerferien, og det blir mulig å kjøpe både enkeltbilletter og dagskort.

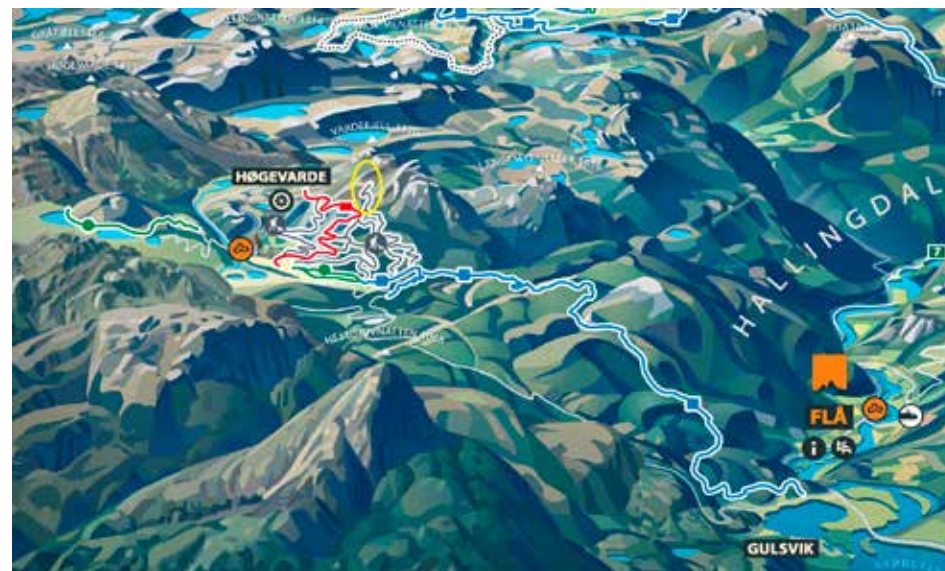
OBS: Fram til stien Blueberry Jam åpner, vil shuttlebussen gå på ruten Heimseter-Høgevarde Fjellpark- toppen av Fjellheisen (mer informasjon og billetter lanseres senere).

FØLG VÅRE KANALER FOR OPPDATERT INFORMASJON OM NÅR DE ULIKE STIENE ÅPNES!

Stiene i Høgevarde Trail Centre eies av Flå Sti og Sykkel AS, et selskap eid av Flå Kommune, IL Flåværingen og Flå Vekst SA.

Utviklingen støttes finansielt av Sparebankstiftelsen Hallingdal, spillemiddelordningen samt Flå Kommune.

Høgevarde Trail Centre er en del av Hallingdal Rides, et samarbeid mellom sykkelkommunene i Hallingdal.





# Informasjon fra Flå menighet

## FLÅ MENIGHET

### Kirkeverge, daglig leder:

Martha Kristin Gaptjern  
Tlf: 91 13 43 27  
Kirkekontoret: 32 05 36 00/  
Direkte: 32 05 36 49  
Mail: flaa.kirke@flaa.kommune.no eller  
martha.gaptjern@flaa.kommune.no

### STABSINFO:

#### Sokneprest:

Vetle Styve Sæbø  
Tlf: 995 93 831  
Mail: vetle.styve.saebo@  
flaa.kommune.no

### Organist/konfirmantmedarbeider

Marianne Gandrud Skinnes  
Tlf: 917 96 377  
Kontoret: 32 05 36 00/  
Direkte: 32 05 36 44  
Mail: marianne.gandrud.skinnes@  
flaa.kommune.no

### Trosopplærer/klokker/kirketjener

Lydia Sønsteby  
Tlf: 403 29 621  
Mail: lydia.sonsteby@flaa.kommune.no

### Renholder

Reidun Marie Reiersgård  
Tlf: 941 61 650

### Kirkegårdsarbeider

Rino Johansen  
Tlf: 950 82 508  
Mail: rino.chrl.johansen@  
flaa.kommune.no

### Planting Flå Kirkegård:

Øyvind Riggengholt  
Tlf: 971 49 938

## INFO FRA FLÅ KIRKE

*Endelig kommer sommeren etter en lang og snøfylt vinter. Sjelden har vi sett så mye snø på kirkegården, og det har ikke vært like enkelt å besøke våre kjære, men nå er det grønt og det blomstrer.*

Årets konfirmasjon er avviklet og vi gratulerer alle konfirmanter med familie. Søndag 3. september ønsker vi nye konfirmanter velkommen samtidig med 50 års konfirmanter. Det vil foregå mye utover. Blant annet maling av kirken og forhåpentligvis slutføring av navnet minnelund og alternativ gravplass. Det blir også gjort forsøk på å få rettet opp alle gravminner som trenger det. Litt mer info om ulike ting finner du videre.

### 50 ÅRS KONFIRMANTER

Sjekk om du er blant årets 50 års konfirmanter. Det blir markering av dette samme dag som det er konfirmantpresentasjon av nytt kull. Datoen er søndag 3. september. Det er tradisjon for at en til to fra kullet tar ansvar for å invitere til lag i etterkant av kirken. Kirkekontoret er behjelpelig med å lage adresseliste. Liste over de som ble konfirmert i 1973 er i egen rubrikk. Av erfaring vet vi at det har vært en hyggelig dag for de som har vært samlet, først i kirken og deretter middag på et avtalt sted. Mye mimring en slik dag, og de vi ikke har blant oss lenger har man brukt å minnes med å tenne lys. Det å markere de som ble konfirmert for 50 år siden har vært en tradisjon i alle år, til og med under koronatiden.

### LEDIG STILLING SOM ORGANIST

I slutten av april fikk vi den triste beskjeden fra vår organist og konfirmantmedarbeider Marianne at hun valgte å si opp jobben sin hos oss. En stor ressurs for Flå kirke og en god kollega



som vi kommer til å savne i teamet vårt. Vi er takknemlig for alt hun har gjort og engasjementet hun har hatt med både orgelsskole og det å engasjere de unge med sang og musikk i kirken. Hun har sagt hun etter hvert kan være litt vikar og stille opp, men fra august vil hun være å finne i en helt annen jobb på Nesbyen som reiselivsmedarbeider hos Nesbyen turistservice. Det handlet ikke om trivsel i jobben hos oss, men det å ha fri i helger og høytider og kunne følge opp familie på en helt annen måte. Også det å jobbe mer administrativt. Å jobbe i og med kirke er ingen A4 arbeidstid og kan kreve mye til tider. Det var ikke enkelt valg for henne, men vi er veldig glad for at vi kan spørre henne innimellom. Stillingen blir lyst ut, og er det noen som kjenner noen som er glad i å spille og kanskje synge, og som mestrer kirkeorgel mm, og som også kanskje ønsker å kombinere dette med barnekor eller annet arbeide i Flå, så er det fint om ordet spres. Ta kontakt ved spørsmål.



Fra august vil i hovedsak pensjonert kantor Audun Frode Ringkjøb fra Hønefoss hjelpe oss så mye han kan til ny organist er på plass.

### DUGNADEN

Vi vil takke de som deltok på dugnaden. Det det var ikke mange, og vi savnet fler. Vi håper at flere har mulighet neste år. Kanskje vi må tenke annerledes på dag og tidspunkt. TUSEN HJERTELIG TAKK til dere som kom og til ansatte også som fikk mulighet til å være med. Dere gjorde en super innsats

### STELLAVTALER

Øyvind Riggengholt har nå plantet vårplanter, og skal snart i gang med sommerplanter. Hvis det er noen som ønsker stellavtale så er det fortsatt mulighet til å henge seg på for dette året. Ta kontakt med Øyvind, Kirkegårdsarbeider Rino, eller oss på kirkekontoret så ordner vi det. Årlig stellavtale er i utgangspunktet



med planting vår, sommer og høst, og pass gjennom sesongen koster kr 1300,-. Regning sendes ut på slutten av året. For de som ønsker stellavtale, så er det også pålagt med selvvanningskasse/plante-kasse. Dette koster kr 1100,- inkludert montering.

#### FERIEAVVIKLING

Det vil også i år bli avvirket en del ferier i juli/august måned, så kontoret vil kun være delvis betjent. Kirken er alltid tilgjengelig på vakttelefon, og messer og begravelser blir gjennomført uavhengig av ferietid.

#### KIRKEVALG

Se egen info om kirkevalget og nominasjonskomiteens liste. Vi har fått mange gode kandidater på listen til menighetsrådsvalget, så vi håper alle bruker stemmeretten sin. Vi følger samme tidspunkt som kommunevalget, men på kirkevalget blir det også mulighet for å stemme digitalt.

#### OPPRETTING AV GRAVMINNER

Telen og snøen har gjort litt arbeid på egenhånd i vinter. Det er hver enkelt fester som har ansvar for gravminne og sikkerhet. Noen retter opp selv, men de aller fleste ønsker at denne jobben gjøres av oss. Er det gravminner som er i ferd med å velte og som bør boltes opp igjen, så blir disse lagt ned på bakken til jobben er gjort. Dette av sikkerhetsmessige hensyn. Vi kommer til å ha en gjennomgang på og rette opp flere gravminner nå, så hvis du/dere vet at det må gjøres, så er det fint om man tar kontakt med kirkegårdsarbeider eller kirkekontoret om dere ønsker å gjøre jobben selv.

#### PÅSKRIFT GRAVMINNER

For dere som gjerne skulle ha pusset opp skrift på gravminner eller påskrift og ikke fikk gjort det nå i vår, så er det ny mulighet til høsten. Eventuelt om dere tar kontakt med vår gravstellansvarlig. Øyvind kan «pusse opp» i forhold til å rense for mose o.l eller gjøre skrift tydeligere hvis han har kapasitet. Ta kontakt med han direkte eller så kan dere ta kontakt via begravelsesbyrået for å bestille jobb fra Melbye som kommer til høsten.



Ønsker alle sammen en riktig god og fin sommer!

*Med vennlig hilsen  
Flå kirkekontor, Martha Kristin Gaptjern  
Kirkeverge, daglig leder*

#### PRESTENS PENN

## Kirken har bursdag!!

*I slutten av mai feiret vi pinse, og enten du markerte med kaker, ballonger, boller og brus, eller du gikk glipp av at det i hele tatt var noe å feire, har de tre pinse-dagene bidratt til enda noen flere fridager i mai. Men hva er pinse og hvorfor har vi fri?*

Pinse kalles ofte kirkens bursdag fordi den markerer starten på de første kristne menighetene i verden. De første kristne fikk beskjed om å gå ut i hele verden å fortelle de gode nyhetene om Gud. Men de hadde vært 12 disipler, og så ble de 11. De hadde ikke utdanning, penger eller myndighet. Men Jesus lovet de noe. Han sa: «Men dere skal få kraft når Den hellige ånd kommer over dere.» Apg.1,8

For oss kan alt av og til se håpløst ut. Vi er små og problemene store. Og av og til kjennes kraften, motet og gleden ut som den er langt borte fra oss, andre ganger brenner det som en ild inni oss. Guds hellige ånd er en kraft til å ikke bli overveldet av håpløshet, men å kunne be: «Kom hellig ånd, og gi meg kraft til å få gjøre den forskjellen som jeg er satt til, og i stand til å gjøre. Men hvordan vet du om det du skal i dag vil lykkes eller ikke? Helt sikker på det kan vi ikke være, men vi kan alle gjøre en ting; vi kan be om å få være fylt av og ledet av Guds Hellige ånd i det vi gjør.

Men kanskje du tenker at «det vil ikke jeg.» Jeg tar avstand fra det åndelige, og står utenfor alt som har med Gud og kirken å gjøre. Jeg vil ikke være med på bursdagsfeiringen.» Eller kanskje du går å venter på en invitasjon som ikke kommer. Du har lyst til å bli med på feiringen, men du vet ikke om du er god nok eller velkommen til å bli med. Slik var det også på Jesu tid. Den gangen var det alle slags folk, fra alle slags steder samlet i Jerusalem. Mange av dem var ikke i nærheten av å vere "godkjent" til passende religiøs standard. Men så står det i bibelen: «Da ble de alle fylt av Den hellige ånd.» Apg.2,4 Og det forandret alt. Alle mennesker kan fylles av Guds hellige ånd. Vi trenger fortsatt hverandre, Men du trenger ikke lenger å stå på utsiden og kikke inn. Du må ikke lenger være på et bestemt sted hos bestemte mennesker. Gud har kommet til alle som vil.

Den første pinse fikk alle, de gode nyhetene om Gud. Selv om alle snakket ulike språk, hørte de Guds budskap slik at de kunne forstå det. De som var der, spurte: «Hvordan kan da hver enkelt av oss høre sitt eget morsmål?» Pinse fyller oss alle med den samme Ånd. Og vi ser dermed at vi er ett folk, på tross av alt som skiller. Og er det noe vår verden trenger mer av for tiden, så er det pinse. La oss minne oss selv, og andre, på mangfoldet vi har; men at vi på tross av våre ulikheter, alle er mennesker og like mye verdt. Og at vi har kraften i Guds hellige ånd med oss, i dag og alle dager.

*«Men dere skal få kraft  
når Den hellige ånd kom-  
mer over dere.»*

*Apg.1,8*



## Kari Heie eller Vis-Kari

*Det er skrevet om Kari Pederdatter i mange avisartikler og bøker opp gjennom tidene. Ofte er disse fortellingene basert på hverandre, så feil er kommet igjen gang på gang. Dette gjelder også min egen artikkel utgitt i Dølaminne fra 1969. Der har jeg dessverre gitt henne helt feil familiebakgrunn.*

Så det er på tide at jeg retter opp feilene, med eksperthjelp av Terje Østro, side 573-581 i Gards og Slekthistorie i Flå Foreldrene til (vår) Kari var Guri Jørgensdatter (1789-1838) fra Jørnbråten i Gol og Peder Knudsen (1784-1867) fra Svingen. De giftet seg i 1813, og som de fleste av andre småkårsfolk så flyttet de flere ganger fra en husmannsplass til en annen. Familie bodde lengst på Kvieie og Heieie Kari var deres femte barn, født 9. november 1825. Hun ble oppkalt etter sin Mormor Kari Nilsdatter fra Ballanby.

Som alle barn på den tiden måtte hun tidlig ut å gjete. Som tiåring gjette hun

på Kviesetrene buskpen til Kvie-Engen. Kolbjørn Akervold skriver: «Mens vesle Kari en sommerkveld skulle se etter noen kyr som manglet i buskpen, kom hun ved Dyre-myran opp i et bjørnefølge på tre stykker. Den ene av bjørnene hadde da gått til angrep på en ku og hadde omtrent revet juret av henne, så dyret måtte senere avlives. Men Kari gikk ved dette høve mot bjørnen med bare en liten kjepp hun hadde i hånden er det fortalt, og bamsen fryste og freste mot henne.»

Etter konfirmasjonen var Kari som alle andre i samme alder ansett som voksen og i stand til å klare seg selv. Hvor hun

arbeidet vet vi ikke, men hun var oppvakt og kunne både lese og skrive. At hun også kunne arbeide viste hun i ettertid.

I 1851 da hun var 26 år var Kari Heie en erfaren tjenestejente på Nordre Heie. Dette skal være hennes egen fortelling om den første gangen hun besvimte og så inn i himmel og helvete:

«Jeg sto opp fredag morgen frisk og sunn, og gikk i mitt vandige arbeide inntil om aftenen klokken 6. Da begynte det med en skjelven i mitt legeme, så jeg ikke formådde å styre meg selv, og ble av min husbond og hustruen ledsaget til sengen. Da lå jeg i en besvimelse aldeles stiv og kald, liksom jeg var død, og dette varte omtrent en times tid, så alle folk i huset falt i stor forskrekkelse over dette syn og visste ikke hva dette skulle bety.

Da jeg kom til meg selv igjen, begynte jeg å tale med folket og advare dem for bannen og svergen og til like mot alle syndige ord og gjerninger

En liten stund etter at jeg hadde disse ord, bortfalt jeg i den samme besvimelse og var borte i to timer, i hvilken tid jeg ble av engelen forevist stor glede i himmelen, som viste seg således for meg: Der kom en sjel inn i den store og evige glede, som ble så overmåte vennlig mottatt. Det kom en stor skare av hellige engler og møtte sjelen, og de innkom med jubel og sang og med palmegrener i sine hender som de ofret til sjelen og ønsket den velkommen og himmelens klokker ringte. Den innkomne sjel ble så overmåte glad av den lyd og stemme som den hørte, og av det lys og glans den så, at den av glede falt i besvimelse. Den ble fornyet og innført i den store engleskare som lovet og priste Gud. Og videre så jeg så mange herligheter i det riket at ikke jeg eller noe menneske på jorden er i stand til

å utsi eller beskrive dem som de er.

Og som jeg vente meg om, ble jeg var en sort port, og dernest fikk jeg se en stor mengde hofferdig og stolte mennesker som kom farende etter den brede vei, de var stolte av sin klededrakt og i sitt sinn, og de var lystige og glade på veien, men de forsto ikke hvilken vei de gikk. Men som de kom nær den mørke port, ble døren åpnet for dem og så kom det opp av avgrunnen en der var i et menneskets lignelse, men hans hår var idel ormer, han rykket dem alle ned i svovelsjøen så de forsvant i røk og damp.

Deretter så jeg en stor svovelsjø som brente av ild og svovel, det var for meg som jeg så like ned i en dyp avgrunn- der nede lå de i en stor ynke og jammer og skrek i en gruelig pine.»

Dette er bare en smakebit av historiene om synene til Vis-Kari. Den aktive perioden med omreisende forkynnelse som startet etter hendelsen på Heie varte bare til høsten 1853.

Det er skrevet to små hefter om Vis-Karis liv, «Syner fra Himmelrike og Helvete» og «Vis-Kari eller Kari Pedersdatters mærkværdige Levnetsløp», begge to av H. Asbjørnsen. Her har han skrevet at hun var «en meget vakker, blomstrende Pige, rød og hvid som en Rose, saa hun blev kaldt for en stor Skjønhed».

Men så møtte hun den to år eldre bondesønnen Erlend Sønsteby om sommeren og likte ham. Kari skal ha vært i stor tvil da Erlend fridde til henne. Hun trodde at kanskje det var Guds vilje at hun «som en hjemløs Fugl skulle dra aa saa den himmelske Sandhets Frø. Men så en dag fikk hun en tryk Fred i den Vilje, at hun vilde have Erlend»







Kari Pedersdatter Heieie, som ung dame.

Kari giftet seg i september 1853 med Erland Kolbjørnsen fra Nordre Sønsteby i Flå, han var født i 1827. Foreldrene var Kolbjørn Mikkelsen Medbøen og Mari Olsdatter Trommald

De flyttet til Sigdal i oktober samme året. Gården Eidal var på 82 mål og fødte en hest, 7 kyr og 8 småfe. De hadde seter, skog til «husbruk» og 11 tylfter til hogst årlig, for den tiden mer enn nok til å leve godt.

De fikk mange barn i rask rekkefølge:

Kolbjørn Erlandsen (1854 – 1908) gift med Kari Engebretsdatter Rustand, Nore

Mari Erlandsdatter, (1855 – 1934) gift med Engebret Rustand fra Nore/Thomas Backe, Oslo

Peder Erlandsen (1856 – 1932) gift med Kristi Pedersdatter Heie, Flå/ Ingeborg Ålton, Nes

Mikkel Erlandsen (1858 – 1943) gift med Ingeborg Andrine Christensen, Skoger

Guri Erlandsdatter (1859 – 1924) gift med Gudbrand Hansen Modalen, Soknedalen

Margit Erlandsdatter (1863 – 1950) gift med Erik Hansen Modalen, Soknedalen

Erland drev garden og trelasthandel, i tillegg drev de krambu i Eidal. Han satt i herredstyret i 1858 -62, ellers er veldig lite er sagt om ham. Han døde allerede i 1864. Kari overtok drifta av Eidal og krambua etter mannens død. Hun satt også i styrelsen for fløtingen i Eidalselva en tid.

Kari hadde mange søsken, flere av dem flyttet til Sigdal for kortere eller lengre tid.

Jørgen Pedersen (1813 - 1850) gift med enka Kari Torsdatter Heieie og bodde på Kneiken under Nordre Heie. Hadde ingen barn.

Margit Pedersdatter (1816 -?) gift i 1848 med Nils Nilsen nedre Breivik (Ringneseie) i Krødsherad. De bodde i flere steder i Flå fra 1851 til dro til Amerika med alle de 4 barna i 1867. Datteren Guri flyttet til Sigdal i 1863, trolig til tante Kari for å jobbe.

Ragnhild Pedersdatter (1822 -?) gift 1854 med Torstein Tomassen Viskop. De flytta til Grasvik i Sigdal i 1860 og i 1877 til Amerika.

Guri Pedersdatter (1827 - 1874) 1853 flyttet Guri til tante Kari i Sigdal hvor hun giftet seg i 1856 med Per Persen Jokstadseie og senere Løkka. Hadde en datter Guri f 1866 som også vokste opp på Eidal hos Kari.

Knut Pedersen (1831 – 1929) til Sigdal 1864

der arbeidet han for søstera Kari på Eidal til også han dro til Amerika i 1866. Han giftet seg i Amerika, men fikk ingen barn. Han glemte derimot ikke sine slektninger Norge. Da han døde testamenterte han alle pengene sine til sin gjenlevende slekt i hjemlandet.

Det er trolig at Kari som sitter trygt og vel forsørget på garden Eidal har samlet de fleste av søsknene sine og deres barn rundt seg. Mange av dem har nok arbeidet for henne. Trolig har hun også sørget for at de har fått steder å bo i Sigdal og sørget for at de hadde penger til Amerikareisen.

Da Guri Jørgensdatter døde i 1838 giftet Peder Knutsen seg igjen i 1844 med Mari Halgrimsdatter Heieie. Noen av barna var fremdeles små, og løsningen var et nytt ekteskap. Han ble enkemann for andre gang i 1860. Da flyttet han til datteren Kari Pedersdatter i Sigdal med Knut, den yngste av barn.

Da gården i 1866 ble solgt til eldstesønnen Kolbjørn fikk hun en god kårkontrakt i tillegg til salgssummen. Det må ha vært en lettelse. Hun hadde født 6 barn på 10 år og arbeidet hardt hele livet. I tillegg hadde hun hatt sin gamle far boende hos seg fra 1861 til 67.

I 1865 skriver hun til Fattigkassa for understøttelse for faren og sier at hun har blitt enke og hadde «i lang Tid været sykelig er fremdeles svag og har flere Børn at forsørge». Hun fikk 6 spesiedaler for året for faren.

Det er tydelig at hun selv med en god kårkontrakt og en høy salgssum for gården har problemer med økonomien.

Sønnen Kolbjørn og familien han drog til Amerika allerede i 1876. Han solgte da

gården til brødrene Peder og Mikkel, men Mikkel solgte sin del til broren og Peder solgte videre og ut av slekta i 1891.

Kari hadde fortsatt kår på Eidal. Hun var liten og spebygd, men et blidt ansikt. Hun likte å gå på visitt hos syke for å oppmuntre dem. «Ho var liksom så mild i målet og hadde så lett for å snakke, og slik som hun kunne synge! Men ho for aldri med å gjøre sjuke folk friske», som en Sigdølning sa. For Sigdølingene ble hun aldri annet enn Kari Eidal.

Kari oppholdt seg ofte i senere år hos sønnen Peder som hadde kjøpt garden Solheim i Gulsvik. Da var hun også i nærheten av sønnen Mikkel som bodde i Torehus med familien. En av barnebarna husker at hun var med i slåtten med riva, liten og tynn og kledd i lang stakk med rød bord



Kari Pedersdatter Eidal, som gammel dame.

nederst. For dem var hun bare Bestemor. De var nok en stund før de ble klar over hva hun hadde gjort i ungdommen.

Kari flyttet på slutten av sitt liv til datteren Mari som da bodde med ektemannen Thomas Backe på gården Lie på Åssiden i Drammen.

Han skriver i et brev til sognepresten Djuvik i Nes etter hennes død: «Fra den tid hun var i mitt hjem, har jeg bare lyse og gode minner etter henne. Sine gamle sanger og salmer sang hun, ikke bare om dagen, men det hendte også at vi hørte henne synge om natten. Bibelen var hennes daglige lesning. Men hun fulgte interessert med også i det praktiske liv. – Hun

fikk en stille død, og vi som sto om henne visste med takk til Gud at hun gikk inn til sin Herres glede.»

Hun døde 4 juli 1913. Hun ble nesten 88 år.

Vis-Kari ligger begravet på Bragernes kirkegård, men den marmorplaten som engang stod på graven hennes er blitt borte i årenes løp. I dag vet ingen nøyaktig hvor hun ligger begravet.

Følg med, kanskje kommer det mer om henne senere utgaver.

*Skrevet av:  
Aud Eidal Berg  
Leder i menighetsrådet*

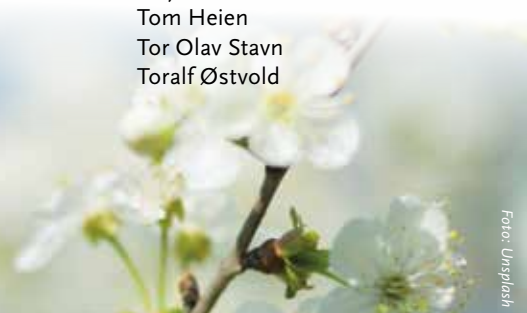
## Markering 50-års-konfirmanter søndag 3. september

*Disse ble konfirmert 6. mai 1973 i Flå kirke.*

*(Beklager hvis det er skrivefeil. Er ikke alltid like enkelt å tyde løkkeskrift i kirkebok)*

Astrid Elstad  
Berthe Dokken  
Gerd Ingeborg Bråten  
Helga Marie Tollefsrud  
Kirsten Berg  
Laila Beate Sætra  
Marit Ødegård  
Oddlaug Synnøve Løken  
Randi Ingvild Opsahl  
Tone Finstad

Amund Johnsrud  
Arne Plassen  
Frode Sundqvist  
Ivar Hilde  
Karsten Ekeren  
Ole Erik Johansen  
Terje Moen  
Tom Heien  
Tor Olav Stavn  
Toralf Østvold



## Info fra trosopplæringen

*Sommeren er her snart, og som i skolen blir det en liten pause med oppleggene til barna i soknet. Jeg vil gjerne takke for godt oppmøte på våre faste arrangementer for barn gjennom året.*

Når jeg sender invitasjoner ut fra listen jeg har over døpte barn, dukker det stadig opp noen flere som vil være med. Dette tror jeg er med å gi et bidrag til positiv oppvekst her i Flå. Det har vært fint at vi kan møtes på tvers av tvil og tro, i undring over store tanker og trostradisjoner som jeg tror er viktig for den norske folkekirken, like mye barn som voksne. Det tar litt tid å bli kjent med dere alle og hva som er behovet her utenom de faste arrangementene. Jeg har fått noen tilbakemeldinger som jeg prøver å ta med videre, deriblant ønsket om mer sang og musikk. Så siden sist utgave av Fløværingen har jeg kjørt noen ettermiddager med «Superhelter i fastetiden» og «Kraft til å bære», som ble en måte å lodde stemningen for disse tilbakemeldingene. Etter påske ble det «ukulele grunnkurs» for skolebarna og «Syng med Kirkerottene» for barnehagebarna og småskolen.

I min 20 % stilling er det bare litt tid tilgjengelig utover de faste tiltakene. Det er derfor kjempefint med alle frivillige som bidrar. I «Frivillighetens år» (2022) hørte jeg noen si at kirka er den eldste «frivilligsentralen», og at den alltid har vært bygget på mye frivillig arbeid. Så til alle dere som ønsker at kirken skal gjøre noe mer i den ene eller andre retningen for barn og ungdom, meld dere gjerne til tjeneste. Jeg skal gjøre mitt beste for å lede oss som et team. Trosopplæringsutvalget har også plass til flere.



### TÅRNAGENT

Tårnagenter ble arrangert i kirken den 6. juni for 2., 3. og 4. klasse. Normalt arrangeres dette for 8-åringer i hele Norge, men på grunn av koronatiden ble det i år invitert flere klassetrinn for å ta igjen det tapte. Det var en god gjeng som var påmeldt.

### FØRSTEKLASSES GÅRDSBESØK

12. mai var dagen for årets sauebondebesøk der historien om «Den gode hyrde» er sentral. Denne vakre bibelhistorien går som en rød tråd gjennom mange av de faste oppleggene. På babysang er maskoten vår







«Krølle», som er et lite lam. Når barna som 2-åringer blir invitert til kirken for å tenne dåpslyset sitt får de med hjem dåpsengelen som vi ved hver dåp henger opp på et dåpstre som står ved døpefonten i kirken. På denne «krølle-gudstjenesten» skal de også få med seg en liten «Krølle-bamse» hjem, og i 1. klasse får de lov å hilse på ekte lam. Vi sender en stor takk til sauebonden Laila Sævre som stiller opp år etter år og tar oss hjertelig imot på gården sin. Hvert eneste år er vi så heldige at vi får sett et lam blir født. Stor stas for både voksne og barn.

#### BABYSANG

På siste babysang 10 mai fikk vi besøk av fysioterapeut Tonje som gav oss nyttige demonstrasjoner av baby-massasje. Babysangens fremtid er oppe til vurdering, etter som kullet er mindre enn noen gang dette året. Materiale til slike samlinger kan vi på

kirkekontoret gjerne låne bort om noen ønsker å ta på seg å lede slike samlinger i året som kommer. Eller om vi får til et samarbeid med helsestasjonen, slik at jeg kan ta turen innom på barseltreff og ha litt babysang der et par ganger i halvåret. Dette kommer jeg eventuelt tilbake til.

#### BETWEEN

Siste Between, klubb for mellomtrinnet, blir onsdag den 14. juni, kl 14.15 til 16.15. I år har vi vært så heldige å få låne klubben som sted for disse samlingene og det har vært stort fremmøte. Vi er helt avhengig av også her å få med frivillige til å bidra. Takk til dere foreldre som hjelper til og til MOT v/Alexander som stiller opp når han kan.

#### SYNG MED KIRKEROTTENE

Tirsdag 23. mai fra kl 15.30 til 16.30 var det igjen sangsamling for de minste på

Frivilligsentralen. Det blir både kjente barnesanger, barnesalmer og sanger fra filmene om «Kirkerottene». Velkommen til småbarnstrall og lek. Målgruppen er de store i barnehagen og de minste på barneskolen. Det er ikke veldig nøye med alderen, kom om du tror dette blir gøy for barnet ditt.

## Første- klasser

Til høsten blir det første som skjer EN FØRSTEKLASSES GUDSTJENESTE. Dette er en markering for de nye førsteklassingene våre. Dette er søndag 20. august kl 11.00.

Om du er medlem eller ikke medlem i den norske kirke så er alle like velkommen. Vi ønsker å være et sted der alle føler seg inkludert og kan være sammen om å gjøre hyggelige ting. Hvis barnet ditt ikke er døpt eller ikke har fått invitasjon, så si gjerne

ifra så setter vi barnet opp på liste med de andre som blir invitert. Hvis barnet ikke er døpt og dere ønsker det, så er man aldri for gammel til det.

Ønsker alle en riktig god sommer. Håper jeg ser noen på de siste samlingene før ferien, også er det pån igjen med nytt og spennende skoleår med kirken fra høsten.

Hilsen fra  
Lydia, menighetspedagog



Ukulelekurs med Lydia.

#### Lik oss på Facebook

«Trosopplæringen i Flå»  
for å alltid være oppdatert.

#### SPØRSMÅL RUNDT TROSOPPLÆRING?

Kontakt menighetspedagog  
Lydia Sønsteby Tlf: 403 29 621  
Mail: [lydia.sonsteby@flaa.kommune.no](mailto:lydia.sonsteby@flaa.kommune.no)

## Fasteaksjonen

Vi har en sporty prest det er helt sikkert. Soknepresten vår Vetle utfordret konfirmantene på å gjøre en ekstra innsats for å samle inn penger til fasteaksjonen. Hvis de klarte å samle inn over kr 20 000,- så skulle han ta skjegget og farge barten. Selvfølgelig klarte konfirmantene det. De samlet inn hele kr 24 923 og det ble ny rekord!

Dette gir rent vann til 100 personer.

Takk til alle som bidro!



## Konfirmasjon 2023

Lørdag 6. mai kunne disse sju flotte konfirmantene stråle om kapp med sola på sin store dag:

1. fra venstre: Viola Isabell Fjellstad Bråten, Oda Marie Lysne Kolsrud, Emilie Sønsteby
  2. fra venstre: Elias Gaptjern, Jakob Hjelmaas Lien, prest Vetle Styve Sæbø, Trym Vivelid Nilssen, Ola Alexander Heie
- Fotograf: Marit Skredegård, Gol







Spente konfirmanter i gangen samtalegudstjenesten.



Spente konfirmanter rett før konfirmasjonsgudstjeneste startet.

Nok et konfirmasjonsår er over og konfirmanterne leverte både på samtalegudstjenesten og i konfirmasjonen. En flott bukett med konfirmanter. Fin preken og

tale av Vetle, alltid godt levert orgelspill av Marianne, og fin sang under konfirmasjonsgudstjenesten av Signe Marie Wold.



Marianne delte ut roser til hver enkelt konfirquant etter bønn til den enkelte konfirquant.



Signe Marie Wold sang Floden i konfirmasjonsgudstjenesten.



Hoppende glade konfirmanter og prest etter samtalegudstjenesten.

# Info om konfirmasjon i Flå 2023-2024

*Vi i kirken i Flå ønsker alle neste års 9.-klassinger velkommen som konfirmant i Den norske kirke!*

## HVA VIL DET SI Å VÆRE KONFIRMANT I KIRKEN?

Alle ungdommer er velkomne som konfirmanter i kirken! Både du som tror, tviler, er usikker, ikke tror, ikke har tenkt på sånt før eller er nysgjerrig er velkommen som konfirmant. I konfirmasjonstiden får du muligheten til å utforske mange viktige spørsmål sammen med andre. Som konfirmant får du mange nye opplevelser og du blir mer kjent med både kirken og deg selv. Og menigheten gjør sitt aller beste for at du skal få en god konfirmasjonstid. Som konfirmant i kirken blir du en del av et åpent fellesskap hvor det er rom for vanskelige eksistensielle spørsmål og hverdagslige situasjoner og mye lek og moro.

## HVA SKAL VI GJØRE I LØPET AV KONFIRMANT-TIDEN?

I løpet av konfirmanttiden arrangeres det lokale samlinger med spennende tema om alt fra våre egne fordommer til religion og tro, kirken som fellesskap, livets ulike faser, og hvem er jeg, for å nevne noe.

I tillegg til tema-samlingene, blir det arrangert leirer både lokalt/regionalt eller nasjonalt. Konfirmanter får delta på ulike aktiviteter, og være en del av et større fellesskap sammen med andre ungdommer på samme alder.

Inntrykket vi ønsker at konfirmanter skal sitte igjen med, er at samlingene og de kirkelige aktivitetene ikke er noe som presten eller hver enkelt gjør alene, men at det er noe vi gjør sammen. Like viktig som de ulike trospraksisene, er fellesskapet vi alle får være en del av når vi møtes i kirken og er sammen. Du er aldri helt alene, uansett hva som skjer. Selv om du gjør feil, eller ting ikke går som de skal, er du god nok som du er.

## REGISTRERING: VIKTIG!

1. Gå inn på [www.flaaikirke.no](http://www.flaaikirke.no) («Påmelding til konfirmasjon 2023/2024») og registrer deg som konfirmant.

2. Bli medlem av Facebook-siden vår: (Lukket gruppe kun for konfirmanter og foresatte) Søk opp «Konfirmanter Flå 2024» og be om medlemskap.

På denne siden blir det utvekslet mye info fra vi starter opp og hele konfirmasjonstiden, og det er en flott arena å kommunisere med alle på.

Medlemskapet må godkjennes av administrator, og gjelder kun konfirmant og foresatte.

Ps: Viktig at foresatte også er med i denne gruppen.

Er det noen som ikke har Facebook, sendes det ut mail til de som har bedt om det.

Konfirmantavgiften de siste årene har vært kr. 1000.- Denne kan variere noe i henhold til hvilke type leir vi velger å arrangere, og kostnadene knyttet til dette. Men vi ønsker ikke at personlig økonomi skal være et hinder for å bli med som konfirmant, og jobber med å holde avgiften så lav som mulig.

Det vil bli kalt inn til et møte før oppstart til høsten, og skulle noen være usikre på om de ønsker å konfirmere seg kirkelig, er dette møtet også en fin måte å ta et standpunkt til dette. Alle er velkommen!

Vi gleder oss til å møte dere!

*Mvh  
Vetle Styve Sæbø, sokneprest  
Staben i Flå menighet*



## Menighetens årsmøte

*Tirsdag 25 april var det menighetens årsmøte på menighetshuset.*

Årsmeldingen til Flå menighetsråd ble gjennomgått og det ble også delt ut årsmelding for kirkelig fellesråd sammen med regnskapet for de som ønsket det. Staben fikk gode tilbakemeldinger på alt man driver med og får til med kirken i Flå.

Etter årsmøte var det kake og kaffe, og nestleder Jon Roar Strandenes viste bilder og fortalte om sin tid som valgobservatør i Ukraina. Spennende tider.

Takk til dere som møtte. Ble en hyggelig kveld på menighetshuset.

For de som ønsker årsmelding mm som ikke fikk vært på årsmøte, de kan henvende seg til kirkekontoret så kan man få det tilsendt eller få det i papirutgave.







## Dugnad kirkegården

Onsdag 3. mai var det dugnad på kirkegården, noen få ivrige kom på dugnad og gjorde en super innsats. Det ble også en hyggelig kaffepause med vaffel på menighetshuset hvor Karin alltid stiller opp med vaffelsteking. Noen av de ansatte gjorde også en dugnadsinnsats, men vi savnet flere av bygdefolket. Kanskje man bør vurdere annen dag og annet tidspunkt på dagen for at flere har mulighet til å være med?

Tusen takk til dere som stilte opp. Vi er veldig takknemlig.



## Kirkevalget 2023

MENIGHETSRAÐSVALGET I FLÅ 2023

### Godkjent listeforslag og info om valget

Aud Marianne Eidal Berg, pensjonist	1949
Sigrud Ingeborg Gislerud, helsesekretær	1962
Tone Gunnarsdatter Bråten, pedagogisk leder	1968
Sara Johnsen Østdahl, bunadstilvirker	1991
Karin Reiersgård, pensjonist	1949
Øyvind Riggengholt, pensjonist	1948
Sylvia Hilde Klinge, psykiatrisk hjelpepleier	1976
Olaug Kristin Sørli, pensjonist	1957
Ellinor Frisenberg, helsefagarbeider	1962

Det velges fire faste medlemmer og fem varamedlemmer. I tillegg til dette sitter sokneprest som fast medlem i både menighetsrådet og fellesrådet. I fellesrådet har vi også kommunal representant som i Flå bruker å være ordfører som fast medlem og varaordfører som varamedlem. Kirkeverge er sekretær og saksbehandler i samarbeid med leder i rådet og sokneprest.

#### ÅPNINGSTIDER PÅ VALGDAGENE ER:

- Søndag 10. september 2023: Flå skole, kultursalen – åpningstid kl 14.00-18.00
- Mandag 11. september 2023: Flå skole, kultursalen – åpningstid kl 09.00-20.00

Forhåndsstemming vil foregå i perioden 10. august til og med 8. september. Forhåndsstemming på Flåheimen blir 7. september kl 10.00-14.00.

31. august er det åpent for forhåndsstemming på Flå veksthus fra kl 15.00-20.00.

I tillegg blir det mulighet for digital stemming – kun frem til 6. september. Dette er nytt i år.

Husk å bruke stemmeretten din.  
Velkommen til kirkevalget 2023!



## 17. mai i kirken

Det ble en flott 17. mai gudstjeneste med både flaggborg og tog fra kirken til veksthuset. I tillegg holdt vår sokneprest Vetle Styve Sænbø dagens 17. mai tale. En fin tale med hyggelige ord tilbake til Flå-samfunnet som han har vært en del av det siste året. Vi er heldige som har fått Vetle som sokneprest i bygda.



Soknepresten vår holdt også dagens tale på 17. mai feiringen.



Kransenedleggelse ved minnestein ved kirken underveis i 17. mai toget.



Kranspåleggelse uten for kirken etter gudstjeneste.



Oppstilling flaggborg fra kirke til veksthuset.



Flaggborgen med ungdommer som tok imot folket til 17. mai gudstjeneste.





# Gudstjenester i Flå juni-november

**Søndag 11. juni**  
Kl. 11.00 Flå kirke

**Søndag 18. juni**  
Kl. 11:00 Flå Kirke

**Søndag 16. juli**  
(salmesangkveld)  
Kl. 19:00 Flå kirke

**Søndag 6. august**  
(musikkandakt)  
Kl. 19.00 Flå kirke

**Søndag 20. august**  
Førsteklasses skolestartgudstjeneste,  
6-åringene  
Kl. 11:00 Flå kirke

**Søndag 3. september**  
Konfirmantpresentasjon og  
50 års konfirmanter  
Kl. 11:00 Flå kirke

**Søndag 17. september**  
Høsttakkefest  
Kl. 11:00 Flå kirke

**Søndag 1. oktober, Fjellets dag**  
Følg med på eget oppslag.  
Prøver å få til andakt og  
aktivitet på Turufjell

**Søndag 15. oktober 4-års bok**  
Kl. 11:00 Flå kirke

**Søndag 5. november Allehelgensdag**  
Kl. 18:00 Flå kirke minnegudstjeneste

**Søndag 19. november**  
Kl. 11:00 Flå kirke



Barnedåp Veanna.



Barnedåp Bjørn Ole.

## Døpte

Veanna Skadi Aavestrud  
Bjørn Ole Aavestrud

*Vi ønsker våre dåpsbarn velkommen til menigheten og tillykke med dagen og alt godt for framtida*

## Døde

Georg Gulsvik  
Birger Østdahl  
Arne Gandrubbakken  
Gunvor Seterstøen  
Kristen E. Stillingen

*Vi minnes dere alle. Varme tanker til familie og venner*



NMK NEDRE HALLINGDAL

FLÅ - ROPPEMOEN  
MOTORSPORTSENTER



10. JUNI  
KL 09.00

# LANDSFINALE BILCROSS VETERAN

NORGES RÅESTE FØRERE OVER 50ÅR - UNDERHOLDNING - KIOSK - KVALL TIL SENIOR LANDS

INNGANG: 200KR, U/16ÅR: GRATIS GRATIS PARKERING

VETERANLANDSFINALEN.NO