



# Nittedal Rotaryklubb



## Månedsbrev for mai 2018



**ROTARY:  
MAKING A  
DIFFERENCE**

*Presidenten har ordet:*

### – making a difference in Nittedal Rotary?

På Klubbrådsmøtet i mai tok vi status på Club Visioning og vi har fått til mye: Vi er i gang med mentorordning for fem flyktninger, vi arrangerte Rotarys Give a Job, vi har fin fart i ungdomsarbeidet med RYLA, Rotarys Realfagpris, utvekslingsstudent ut og inn, bra pressedekning med (nesten) månedlige oppslag i Varingen, oppdatert hjemmeside, kjøring til Solli blant annet.

Skal vi være relevante og vokse, må vi tenke nytt. – Til Klubbrådet kom det et morsomt innspill: La oss prøve å ha et **morgenmøte** en gang i måneden. Motivasjonen er å se hvordan dette virker for om mulig å tiltrekke flere yrkesaktive. Og Klubbrådet sa, ja la oss prøve det! Så nå er utfordringen herved gitt Programkomiteen.  
Rotary making a difference!  
Hilsen president Øivind



### *Redaktørens hjørne:*

Tidens varmeste og mest solrike mai måned har virkelig gitt oss en forsmak på sommeren. Ikke alle tåler så godt så høy varme, og det er utrolig hvor fort vi savner forfriskende regn og den frodigheten som vi uvegerlig får på kjøpet med lavtrykk. Det beste er vel litt av hvert – og muligheter for nyinnkjøpte blomster og nysådde urter og grønnsaker til å vokse og trives. Enda har ikke sola snudd, og dere vil få nok et månedsbrev før jeg og mine takker av dette rotaryåret.

Inntil da – kos dere med referatene og dette diktet av Hans Børli som passer perfekt. Dikteren feires dette året, både hjemme i Eidskog og andre steder i landet. Han ville fylt 100 år i desember 2018.

## Spireabusken

Juni. Disse søvnløst hvite nettene,  
en kjær og samtidig smertelig tid.  
En kamp, en spenning i lufta:  
Lyset holdt på segnende strak arm  
et par åndedrag av evigheten.

Spireabusken ute på bakken  
foran huset vårt står just i sitt fineste  
blomsterflor.  
Skinner magisk hvitt, liksom selvlysende  
i tussmørket.  
Er som en engel skulle ha gått forbi  
og lagt igjen sløret sitt utenfor vårt ringe hus.  
Hans Børli



Hilsen Liv

## Rotarymøte på Solli 3. mai 2018



Det var Øyvind R. som ledet møtet. Han ønsket kveldens foredragsholder velkommen. Det var Hans Jakob Dahl, som har vært prest/pilegrimsprest i 23 år. Nå er han leder ved Pilegrimssenteret på Dovrefjell, men kom til Dovre som prest i 1989. Pilegrimsvandringer er tradisjon i vår og andre religioner. Dette er fremmede mennesker som er ute på lange vandringer – for å komme til sitt mål. Dette er mønster som ligger i

Bibelen – en vei i livet. Alle må ha en reise – inn til seg selv for å finne indre ro. Det er en sammenheng mellom indre reise og den fysiske.

Sigrud Undsets store roman Kristin Lavransdatter handler i hvert bind om slike vandringer – og med ulike mål for dem. Kristin holdt til på Jørundgård i Sel.

H.J. Dahl har vært leder for Pilegrimsleden Otta – Trondheim. Hver sommer går han 3 uker langs pilegrimsleden og følger da en gruppe. Det deles ut en brosjyre for hver kommune de kommer til. Hver kveld er det et foredrag, det er tidebønner og stillhet en time. Flere gårder er satt i stand til overnatting. Budsjord gård er en av disse. Den ligger der stigningen opp mot Dovrefjell starter, og leden følger Kongeveien over Dovre. Ved Allmannrøysa ble det funnet en del av en pilegrimstav fra sent 1100-tallet. Dit tar pilegrimene med steiner som de legger

ned. Fokstugu er stengt og åpnet igjen. Det ligger et kapell på stedet. Der passerer svært mange hvert år. 70% er utlendinger, halvparten av dem er tyske. Hans Jakob har ansvar for tilrettelegging, vedlikehold, klopper o.l. Han jobber med skoleklasser som skal ha gått en del av leden. Eysteinkirken er åpen hele sommeren og har 25-årsjubileum neste år. Det er i alt 5 regionale sentra i Norge. Mange planlegger å komme frem til Nidarosdomen til olsokfeiringen 28. juli. Noen er glade når de kommer frem, mens noen er lei seg. Ingen vet akkurat hvor mange pilegrimer som går, men det synes klart at gruppen 20 – 40 år har økt. Det finnes både guidebøker og nettsider om pilegrimsvandring. Kanskje fikk noen av klubbmedlemmene lyst og tanker om å prøve seg på en vandring? Mange fine bilder viste fin natur og et spesielt interesseområde som virket inspirerende på mange av oss. Refr. Liv



Glassmaleri i Eysteinkirken

## 17. mai i Rotary-ånd 2018

Hilsen fra Bente som har sendt dette familiebildet fra 17.mai med disse ordene: Jeg er mentor for John Mardini. Vi lærer mye av hverandre. 17.mai var han sammen med meg og familien. Vi gikk i barnetog, deltok i leker på skoleplassen og vi andre spiste pølser og is. Siden 17 mai i år var først dag i Ramadan - ble det verken vått eller tørt på John. Han er veldig glad i og flink med barn – og en racer i hesteskokasting. Nå kan han mye om 1814 og 17. mai.



### 17. maihilsen fra Egil og Nailsea:

Jeg pleier å gratulere Nailsea på Charter-datoen, 17. mai, så også i år.

Litt sent i går kveld kom meldingen nedenfor fra Nailsea. I ganske mange år nå har de hatt en golf-turnering der den evige vandrepremien er The Nittedal Trophy. Det ble overrakt etter turneringen i april 2006. Trofeet kjøpte jeg hos et tidligere medlem, Rolf Mørkhagen, for en billig penge. Ulf og jeg deltok i turneringen første gang, men utenfor konkurranse naturlig nok: Ted Potter, who organised the day, is presenting the trophy too. Eleven people took part this year. I'm sure that you played and presented the prize at Tall Pines.

The trophy, which is played for on an annual basis, now has all the names of the people over the years who have won it, and it is a very nice memento of our link to your club.

**Howard**



Rotarymøte på Solli 24. mai 2018

**Vi hadde hyggelig besøk av Odd Magne Lundby, past president i Hunn-Gjøvik Rotaryklubb. Tittelen på foredraget hans var «Alle vil bli eldre, men ingen vil bli gammel»**

Som 70-årig tidligere fysioterapeut vet han hvor viktig det er for eldre å delta i samfunnsnyttig arbeid for å beholde selvspekten. Han belyste dette på en engasjert og humoristisk måte ut fra egne betraktninger, og med faglig forankring i sitt masterstudium i gerontologi. Gerontologi er læren om den friske alderdommen, den medisinske spesialiteten som behandler helse hos gamle mennesker. Han tok fatt på dette studiet etter at han var blitt pensjonist og fortalte med innlevelse fra et pensum, han i likhet med mange av tilhørerne, har kjent på kroppen.

Når det gjelder aldring er vi på topp fysisk når vi er 25 år, psykisk når vi er 60-70 år og sosialt i pensjonsalderen. Alle opplever vi plager av større eller mindre grad og til forskjellig tid opp gjennom livet. Utfordringen er å leve godt både med plagene vi har, og tabbene vi har gjort. Han viste en del tabeller over levealder, befolkningssammensetninger, pleie- og hjelpebehov og levealder relatert til yrker med forskjellig grad av belastninger.

Meget kort oppsummert er 4 % av befolkningen over 80 år og de står for 16 % av sykehusinnleggelsene. Det betyr imidlertid at vi sitter igjen med en stor gruppe friske eldre. Dersom 1 av 4 har problemer av alvorlig art er det fortsatt 3 av 4 av alle eldre som er en stor og viktig ressurs for samfunnet. Gruppen friske eldre blir stadig større og det er presist illustrert med disse morsomme tegningene



SELV FØLGELIG VIL HJELPEMIDLENE KOMPENSERE FOR NÅG:



Det er viktig at gruppen friske eldre vedlikeholder statusen som «friske eldre», og det ønsker Hunn-Gjøvik Rotaryklubb å bidra til. De introduserer eldre til lystbetont aktivitet ved å stille flytemidler og instruktør til disposisjon for et kurs over ti kvelder med vannjogging. Gjøvik frivilligsentral dekker leie av basseng. God dekning i lokalpressen gjorde at 33 eldre møtte til første treningsøkt i 2016, og flere har meldt

interesse for å bli med senere. Odd Magne presiserte at det er viktig at man har en kompetent instruktør med riktig innstilling til måloppnåelse.

Odd Magne er selv deltager på en av de mange frivillige tilbudene til eldre i kommunen: Tennis for dem over 60, påvirker eksplosiv styrke, reaksjon, balanse, kondisjon, fleksibilitet, humør, og generøsitet. Han har erfart hvor viktig sosialt samvær med folk med felles referanser er, både for seg selv og de andre.



Utgangspunkt til forskjellige prosjekter er at eldre hjelper eldre!

I tråd med Rotary`s idealer, skaper det solidaritet og tilhørighet til en gruppe, som igjen fører til en god balanse mellom egoisme og altruisme.

Elisabeth  
referent

### Rotarymøte i kommunestyresalen 31. mai 2018

Kveldens møte ble holdt i kommunestyresalen. Det var viet integrering og mentorprogram. President Øivind orienterte om bakgrunnen for mentorprogrammet som nå er vedtatt av klubben og skal skje i samarbeid med Nittedal kommunes avdeling for bosetting og integrering og NAV i Nittedal. Ganske mange innvandrere var med på møtet der varaordfører Inge Solli uttrykte glede over opplegget og ga en grei oversikt over Nittedal som boområde og kommunens aktiviteter. Han refererte til ca 150 frivillige organisasjoner og nytt kulturhus, bibliotek og kirke som kjerne i sentrum av kommunen.

President Øivind fortalte fra en vellykket «Give a Job» messe på Lillestrøm, der vår klubb hadde deltatt sammen med naboklubber. Thon Hotell og lokalt næringsliv hadde stilt opp kostnadsfritt og noen jobber ble formidlet. Gunnar refererte til Distriktskonferansen i 2009 som vår klubb hadde ledelsen av under guvernør Ulf. Mottoet den gang var «Internasjonal migrasjon – Lokal Integrasjon». Gunnar uttrykte stor glede over at vi endelig hadde kommet i gang med et konkret integrasjonsopplegg.



Marit Liv har vært en pådriver i etableringen av mentorprogrammet. Formålet er bedre integrering, trening i norsk, forståelse av det norske samfunnet og bistand i jobbsøkeprosessen. Her kan vi bruke våre nettverk. Det legges opp til ca 1.5 timers møter hver 2-3 uke på kafe, bibliotek eller lignende, eventuelt hjemme hos mentor. Mentor spanderer kaffe/te til møtene, og deltagerne er velkommen til klubbens møter.

Følgende klubbmedlemmer har meldt seg som mentorer:

Øivind Næssan Bråten

Gunnar Eigeland

Berit Sætersdal

Bente Haukland Næss

Elisabeth Laake

Marit Liv Solbjørg

Kandidater til mentorprogrammet:

Jonas Daboul	Syria
Muzaffer Musa	Syria
Abd Al Naser	Syria
Ayhem Daher	Syria
Tebereh Hadish	Eritrea
John Kal	Syria
Malaz Alkoj	Syria



De aller fleste flyktingene i Nittedal kommer fra Syria. Flere av kandidatene har solid akademisk bakgrunn eller yrkesprofesjon.

Distriktets viseguvernør Jarle Gausen fra Lørenskog Rotaryklubb ønsket oss til slutt lykke til med mentorprogrammet og fortalte om 2-års positive erfaringer fra mentorprogrammet i egen klubb.

Refr. Jarle



Bente i god dialog med noen av «gutta»

