

KONTAKTPOSTEN

Nr5/2010

Medlemsblad for Møre og Romsdal Døveforening

Årgang 40

Møre og Romsdal

Døveforening.

Storevågen 75, 6020 Ålesund.

Org. nr: 971 572 159

Teksttelefon 70 14 62 64

Vanlig telefon: 70 14 04 35

Telefaks: 70 15 41 69

E-post: post@mrdf.no

Hjemmeside: www.mrdf.no

Leder:

Vibeke O. Larsen

Skusethmarka 34

6006 Ålesund.

Teksttelefon:

SMS: 926 19 730

Deltidsansatte:

Daglig leder:

Leif Gunnar Kvernberg

SMS: 970 15 044

Velferdsekretær:

Elisabeth Kolvik

E-post: velfsekr@mrdf.no

Underavdelinger:

Ålesund Døves Aktivitetsklubb

Leder: Jo Arve Furland

Janbakkane

6230 Sykkylven

SMS: 906 91 312

Ålesund Døves Bridgeklubb

Leif Gunnar Kvernberg,

Myrdalsveien 16,

6011 Ålesund.

SMS: 970 15 044

Fritidsklubben for døve og hørende barn

Leder: Erlend Holsen

Solstranda 1 i

6035 Fiskarstrand

SMS: 917 95 805

Romsdal Døvbliksesjon

Leder: Bjørg Halås,

Mikkellivegen 18

6429 Molde

Teksttelefon: 71 25 34 42

Grupper/Uvalg:

Seniorgruppa

Leder: Lorents Ness

Røsslungveien 2 C,

6011 Ålesund.

Teksttelefon: 70 14 31 84

Andre:

Døves Menighet

Leder: Tone R. Elvenes

Skjong

6050 Valderøy

SMS: 995 97 668



Slik ser det ut fra kontorvinduet mitt i Storevågen 75 der Døvesenteret holder til akkurat nå.

Snøen lavet ned i natt og skapte flott vinterstemning ute. Det er vel slik de fleste vil ha det på juleaften også.

Møre og Romsdal Døveforening ønsker alle medlemmer, forbindelser og andre en riktig god jul og et godt nyttår!

VI GRATULERER

Odd Gunnar Sæther
som fyller 50 år
15. januar



Vi har mottatt kr. 30 000 i prosjektilskudd fra Møre og Romsdal fylke ved kulturavdelinga til Døves Kulturdager i Molde.

Vi takker så mye for tilskuddet !

4. oktober har vår daglige leder Leif Gunnar vært ansatt i døveforeningen i 20 år. Han ble overrakt en liten gave på et møte i november.

Zumba på Døvesenteret. ÅDAK starter med trim for damene til latinamerikanske danserytmer. Det skal kjøpes inn en video som alle danser etter via musikk på storskjerm. Hva er så zumba?

På internett fant jeg:

Det siste året har danseformen Zumba blitt en sterkt voksende trend internasjonalt. En dans som har utgangspunkt i latinamerikanske rytmer.

En av grunnene til den enorme populariteten skyldes et enkelt program de fleste kan mestre, og dermed ha det gøy med, skriver treningsentrene om Zumba.

Første møtekveld blir tirsdag 11. januar kl. 18.00.

Lørdag 8.januar, kl.15-19

er det klart for den tradisjonsrike **julefesten** i Volsdalen menighetshus.

Det er Døves menighet i Møre som står for arrangementet. Den inneholder middag med dessert, tradisjonelt program for små og store, tombola.

Pris: kr.150,- for voksne (over 18 år), barn er gratis.

Påmelding til døveprest Nordbrønd innen 4.januar

på mobil 950 78 362, eller e-post: odd.erling.nordbrond@dovekirken.no

eller tekstitlf: 70 16 53 27.



Bildene er fra festen i januar i år

Ålesund Døves Aktivitetsklubb har sitt årsmøte på Døvesenteret fredag 18. februar.

MOT JUL

Ved Velferdssekretæren

Å lage pepperkakehus er en koselig ting å gjøre nå før jul. Gjerne sammen med barna. Ellers har alle sine egne tradisjoner på hva som er koselig å gjøre i adventstiden. Å brenne kongerøke gir en spesielt god lukt i huset !

Jeg har en bok som ble mye brukt da barna var små ; "Jul i vårt hus" den er ganske slitt i kantene i dag. Den inneholdt både oppskrifter og koselige fortellinger. Dessverre har denne boken gått ut av salg.

Men jeg kan komme med et julegavetips: Familiekokeboken, som inneholder både enkle og mer krevende oppskrifter. Den er på tilbud på Ark bokhandel nå.

Ha en fin førjulstid !



VINTERHELG på Fjellsetra blir det i 2011 også. Vi har fått reservert stedet 11.-13. mars. Så håper vi på mange vil være med denne gang også. Det vil komme mer info i neste nummer av bladet.



Bilder er fra Vinterhelgen i 2010.



Vi ønsker alle leserne en riktig God Jul og et Godt Nyttår.
Vi takker for samarbeidet i året som snart er slutt.
Hilsen Elisabeth og Leif Gunnar

[Sakset fra Døves Menighet Møre sin hjemmeside:](#)

Det finnes mange julesanger - og det kommer stadig nye.

Her er en adventssalme som [Svein Ellingsen](#) har skrevet. Det er en vakker salme om høytidens innhold.

Mens frost og vintermørke rår,
begynner kirkens nye år,
og våre sinn skal være vendt
mot lyset som på jord er tent.

I mørket ved vår side står
han som steg inn i våre kår.
Hvert adventslys skal minne om
at Jesus, lysets Herre, kom.

Han kommer stadig til oss inn
og lar oss se Guds milde sinn.
Vårt ønske ved den tente krans
er at vårt liv må være hans.

Når verden og dens tid forgår,
gryr evighetens kirkeår.
O Herre, la oss finne vei
til lys og evig liv hos deg.



JULEBOWLING

Ålesund Døves Aktivitetsklubb skal også i år ha julebowling. Dette skjer ved hotell Baronen i Spjelkavik tirsdag 28. desember kl. 18.00. Etterpå skal vi spise pizza. Hvor blir bestemt på stedet ut fra antall som melder seg på. Pris kr. 70 per person som inkluderer 1 serie og to stk pizza og brus.

Frist for påmelding: 27. desember. Til Harald Oppigård

Bildet viser Johan Solheim fra julebowlingen i 2009



JULEBORD

Årets siste samling var julebordet lørdag 11. desember. Dette ble holdt på Døvesenteret og 39 deltakere var med. Hvorav 5 var utenbys fra. Nytt denne gnag var koldtbord i tillegg til den vanlige julemiddagen.

Lokalet var nydelig pyntet og nytt juletre var også innkjøpt.

Vibeke ønsket alle velkommen. Senere på kvelden ble Anna Oppigård bedt om å komme frem for å motta gaver for sin innsats som "Årets hjelper" Hun har stilt opp frivillig når det har vært behov for hjelp i foreningen og hos ÅDAK.

Også daglig leder fikk en gavesjekk fra ÅDAK som takk for samarbeidet i dette året.

BB-gjengen fikk også en oppmerksomhet for innsatsen med skuespillet under Kulturdagene.

Siden fortsatte festen til langt på natt og det så som alle hadde det trivelig.



Julaften 24.desember, kl.16.00:

Gudstjeneste i Volsdalen kirke, Ålesund,
ved døveprest Odd Erling Vik Nordbrønd,
organist Oddgeir Nossen
og Volsdalen barnekor!
Oftring til Døvekirken
misjonsarbeid på
Madagaskar.
Møt fram og hils hver-
andre god jul på kirke-
trappa!



GUDSTJENESTER I DISTRIKTENE

Odd Erling forteller i en mail til oss om at det blir gudstjenester i distriktene på følgende søndager:

20. februar

3. april

15. mai.

Vi får vite senere hvor og hvilken kirke det blir.

Helgen 19.-21. november hadde vi vårt årlige tillitsmannskurs. Denne gang var det lagt til Ulstein hotell. 13 deltakere fra styret og underavdelinger var med.

Tema var ført plangalt til å dreie seg om "media" men det oppsto uenighet med de som skulle forelese om honoraret så vi måtte endre opplegg i siste liten. Men vi fikk likevel et godt gjennomført kurs.

Bl a var Eilin Reinaas innom og snakket om Likestillings- og diskrimineringsloven. Et veldig aktuelt tema nå. Hun var tidligere leder i Handicapforbundet og vært sentral når denne loven ble laget. Etterpå tok vi en diskusjon på hvordan vi oppfattet dette og hva som kunne være diskriminering og ikke ut fra selvpoplevde ting. Alle gruppene våre informerte også om sine visjoner. Vi satte også opp terminliste for 2011. Her hadde alle levert inn forslag på forhånd til daglig leder.

Daglig leder gikk også gjennom alle tilskuddsordningene som Norges Døveforbund har.



Eilin Reinaas tolket av Irene



Kursdeltakerne



Lørdag kveld var det julebord

DØVESENTERET har fått nye møbler. Dette er en prosess som har tatt noe tid. Vi har kresne medlemmer og til slutt fant vi bord og stoler alle likte. De kommer fra Vad fabrikk i Stordal.

Dette kom i stand takket vare gavemidler fra vår bankforbindelse [Sparebanken Møre](#) Ålesund Døves Aktivitetsklubb har også bidratt med tilskudd. Vi er dem begge takknemlig for dette.

Det er også kommet opp nye gardiner som er i samme farge som stolene. Så nå er det blitt skikkelig fint på Døvesenteret.

Det skal etter hvert kjøpes inn nye veggglamper og andre småting.



Søndag 5. desember var det igjen

tid for et møte med PuttiPlutti Pott som måtte lete etter julenissens skjegg sammen med onkel Per og gjengen! Forestillingen fenger både barn og voksne like mye hvert eneste år ☺



Fra Møre og Romsdal Døveforening var vi 26 små og store som troppa opp for å komme i god, gammel-dags julestemning! Flike skuespillere, fengende sanger og fullt kjøør på scenen holdt både barn og voksne i sjakk i over en time – og vi var skjønnt enige om (som i alle år før) at dette måtte vi få med oss neste år også ☺

Dette tiltaket mottok tilskudd fra FRIFOND.

Etter forestillingen gikk flesteparten av oss til Peppes Pizza for å kose oss med pizzabuffet og brus. Skravla gikk og vi storkoste oss allemann. Dette ble en flott adventssøndag der vi alle kjentejulestemninga gradvis komme krypende under huden – så nå kunne jula bare komme ☺

Barneklubben v/Tove Glomset

Ål folkehøyskole og kurscenter for døve tilbyr følgende kurs i vinter:

- 1: Har du en revmatisk sykdom eller psoriasis? Ønsker du livskvalitet? 21.-23. januar 2011
- 2: Samlivskurs. Her tas det et lite forbehold. 11.-13. februar 2011
- 3: Kunst og håndverksuke 27. februar- 4. mars.
- 4: Bli bedre til å lese og skrive. 20.- 25. februar
Dette er et tilbud som går over 7 uker over 2 år. Det er mulig å følge enkelte uker eller alle 7 ukene.

Mer info på www.deafnet.no eller www.al.fhs.no/

Barneklubbens tur til Molde.

barn og 9 voksne hadde lørdag den 13. november tatt en fin tur til Molde Badet og fått noen timers bading inkludert bespising. Vi kunne velge og vrake de forskjellige bassenger å bade i ulike størrelser. Å ta sklier, bade i virvler i vannet + boblebad var populært. En fin avslutning for dette året.

Tiltaket ble støttet med midler fra FRIFOND.

En stor takk til barneklubbens ansvarlige Erlend som var med på den turen +Tove og Jørn Erik.

En av deltakere Kirsti Fylling.

Årsmøtet i Møre og Romsdal Døveforening holdes lørdag 5. mars kl. 12 på Døvesenteret.

Vi minner om § 3 i vedtektene:

Innkommne saker (forslag og lovforslag) må være lederen i hende senest 4 uker før årsmøtet. (5. februar)

Årsmeldingen vil bli sendt ut i uke 7.

Her viste vi med Tones' ørevarmebånd med rike farger og vi manglet Anna, som tok bildet av oss. En liten historie om "hobbyglede", som ble holdt for først gang søndag d. 14 nov. kl. 13 på Døvesenteret. Før vi startet, kom der diskusjon om lær å strikke sokker, treng litt hjelp eller tips i forbindelse med håndarbeider.. Noen savnet å være sammen og jeg har også lyst å ha tips/hjelp selv. Jeg syntes at alle damer er hjertelig velkommen og den søndag kom 8 glade damer med diverse prosjekter. Meningen var, at alle fikk bestemme selv hva de ville lage den dagen. Strikke, hekle, sy, brodere eller scrappe. Siden ikke alle har den samme interessene. Anna lærte Britt og Kirsti å strikke hæl (sokk), vi var heldige å få en ørevarmebånd fra Tone, som har strikket så mange forskjellige farger. Nå har vi fått varme ører. Cecilie drev med scrapbooking og vi hadde det koselig med prat og utvekslet råd. Det skal bli flere ganger for "hobbyglede-dager" etter nyttåret. Hvis du (dame) har lyst å være med, KOMJ Bare følg med på terminlisten om når - neste gang blir det lørdag d. 15. januar. Håper å se deg den dagen. Skrevet av Helle Christiansen



Velferdssekretæren tok initiativ til årets juleverksted for voksne mandag 6. desember. Det var 5 som ble med. Det ble innkjøpt materiell og vi var 5 ivrige damer som stod på i flere timer og tryllet fram fine dekorasjoner til jul. (vi brukte ferske roser, så de må utskiftes til jul) Vi ble fornøyd med resultatet. Vi ga bort noen til pynt på bordene til julebordet lørdag 11. desember. Kaffepause med brødmatt og pepperkaker, tok vi etter vi hadde ryddet bort rester av greiner og diverse pynt. Vi ble enige om å gjenta dette også neste år.



DØDSFALL

Mary Lillestøl sin mann Sverre, er død. Han ble 86 år gammel. Han jobbet i Ellingsøy Vassverk i mange år som rørlegger. Opprinnelig var han fra Hellesylt.

Mary var tidligere aktivt med døvblitt-gruppa i Døveforeningen, gruppa ble lagt ned på grunn av få medlemmer. Begravelsen fant sted onsdag 8. desember. Mary hadde skrive-tolk. Velferdssekretæren var tilstede.



Mary Lillestøl

KIRKENS SOS- Nytt tilbud til døve

Kirkens SOS har erstattet teksttelefonen med SOS-melding og SOS-chat. Når en døv eller hørselshemmet skriver SOS-melding vil meldingen bli prioritert når man skriver "døv" som en del av brukernavnet.

SOS-chat fungerer på samme måte som andre chattetjenester og man får svar med en gang. Begge deler nås via www.kirkens-sos.no

Hva er Kirkens SOS?

Kirkens SOS er et selvmordsforebyggende tiltak. Norges døgnåpne krisetjeneste på telefon og internett. Kirkens SOS ønsker å fremme livsmot og håp. Mange opplever det er lettere å bære sin motgang når en har noen å dele sine følelser og tanker med. Hos oss møter man frivillige medarbeidere med taushetsplikt som har erfaring i støtte og lytte til andre.

Alle som kontakter Kirkens SOS er sikret 100% anonymitet

Returadresse: Møre og Romsdal Døveforening, Storevågen 75, 6020 Ålesund

JANUAR

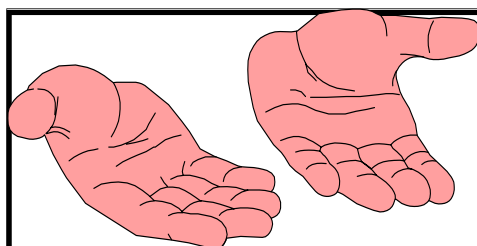
- 8 **lør** Julefest i Volsdalen kl.15-19. Arr Døves Menighet
11 **tir** Zumba kl. 18.00 Dametrim. Arr: ÅDAK
12 **ons** Seniorgruppa kl. 11-14 på Døvesenteret
13 **tor** Døvesenteret åpent kl. 19.00
15 **lør** "hobbyglade" damer har treff på Døvesenteret kl.13.00
18 **tir** Zumba kl. 18.00 Dametrim. Arr: ÅDAK
18 **tir** Åpen kirke. Domkirken i Molde 17-20
20 **tor** Romsdal Døvbliitsekasjon har møte på Frivillighetssentralen i Vestnes kl. 18
20 **tor** Døvesenteret åpent kl. 19.00 TOMBOLA
25 **tir** Zumba kl. 18.00 Dametrim. Arr: ÅDAK
26 **ons** Åpen kirke i Volsdalen
27 **tor** Døvesenteret åpent kl. 19.00
30 **søn** Gudstjeneste i Volsdalen kirke

FEBRUAR

- 1 **tir** Zumba kl. 18.00 Dametrim. Arr: ÅDAK
3 **tor** Døvesenteret åpent kl. 19.00
8 **tir** Zumba kl. 18.00 Dametrim. Arr: ÅDAK
9 **ons** Seniorgruppa kl. 11-14 på Døvesenteret
10 **tor** Døvesenteret åpent kl. 19.00
15 **tir** Zumba kl. 18.00 Dametrim. Arr: ÅDAK
15 **tir** Åpen kirke. Domkirken i Molde 17-20
17 **tor** Romsdal Døvbliitsekasjon har møte på Frivillighetssentralen i Vestnes kl. 18
18 **fre** ÅRSMØTE i ÅDAK
22 **tir** Zumba kl. 18.00 Dametrim. Arr: ÅDAK
23 **ons** Åpen kirke i Volsdalen
24 **tor** Døvesenteret åpent kl. 19.00 TOMBOLA
26 **lør** Lørdagskafe 13.00-16.00
27 **søn** Gudstjeneste i Volsdalen kirke. Årsmøte i Døves Menighet

MARS

- 5 **lør** ÅRSMØTE I Møre og Romsdal Døveforening
9 **ons** Seniorgruppa ÅRSMØTE kl. 11-14 på Døvesenteret
11-13 **fre-søn** Vinterhelg på Fjellsetra



SERVERINGSLISTE

- | | |
|-------------------------------|-------------------|
| 13. jan: Lone Ramstad | -Jørn Erik Løvsjø |
| 20. jan: Thu Farstad | -Jo Arve Furland |
| 27. jan: Elisabeth Kolvik | -Harald Oppigård |
| 3.febr: Helle Christiansen | -Vidar Farstad |
| 10.febr: Solfrid Lid | -Adolf Standal |
| 24.febr: Tove Glomset Iversen | -Erling Fylling |
| 17.mars: Mette Standal | -Martin Stavaas |

Dersom det ikke passer å servere den dagen du er oppsatt med, ta kontakt med noen andre på listen for å bytte dag.