

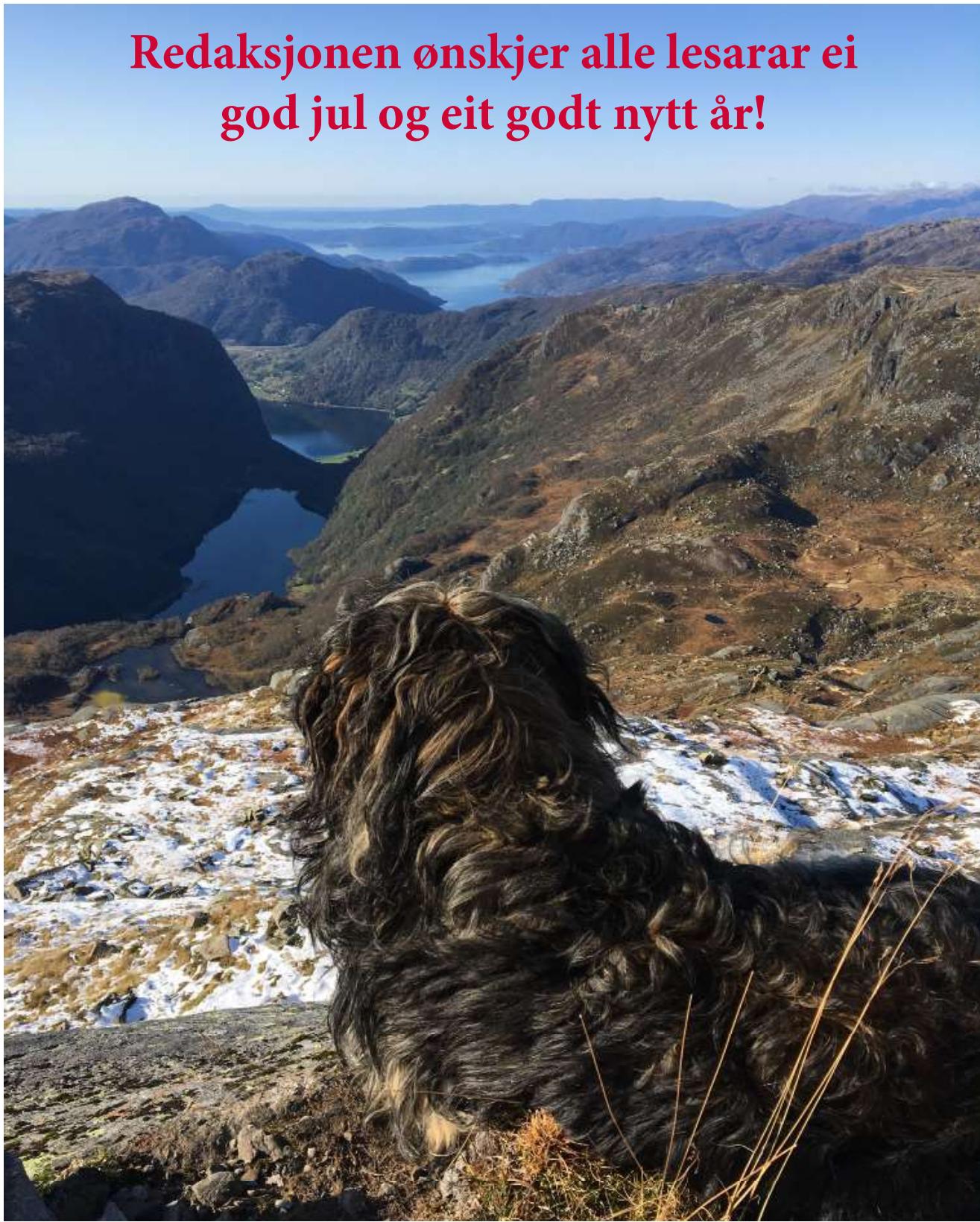
# *Klypeposten*

Nr. 2 - 2019

Årgang 36

Laussal kr. 40,-

**Redaksjonen ønskjer alle lesarar ei  
god jul og eit godt nytt år!**



Frå Nore Holsnanuten: Utsikt over Hellaug, Stordalen, Åkrafjorden og Sunnhordland. Foto: Ingunn Frette

# IF Klypetussen 2019

## Styre og utval

### HOVUDSTYRET

Leiar: Gisle Sellevold

Nestleiar: Tor Arne Sandvik

Kasserar: Elin Samland

Styremedlem: Ørjan Løhaugen

1. Varamedlem Skjalg Duesund

2. Varamedlem Oliv Enge



### Friidrettsgruppa (2 år)

*Friidrettsgruppa er teke inn i hovudstyret*

### Ski & Fjellgruppa (2 år)

Gunnbjørg Ljusnes

Magne Berge

Terje Håland

### Sykkelgruppa (2 år)

Oliv Enge

Ole Eirik Mæland

Nils Saltnes

### Revisorar\*

Harald Lindevik

Sigrid Løvereide

### Postvegnemnda

Harald Måge

### Etne Idrettsråd

Einar Gisle Sellevold

Ørjan Løhaugen

### Langs Åkrafjorden (2 år)

Olav Samland, Leiar

I tillegg stiller hovudstyret

### Valnemd:

*Valnemda er ikkje klar*

### Klypeposten:

Gunnbjørg Ljusnes

Sigrid Løvereide

Mona Norheim

Arild Jensen



# Tenn lys

Tenn lys!

Eit lys skal brenne, for denne vesle jord,  
den blanke himmelstjerna , der vi og alle bor.

Må alle dele håpet, at gode ting kan skje.  
Må jord og himmel møtes, eit lys er tent for det.

Tenn lys!

To lys skal skinne, for kjærlighet og tro,  
for dem som viser omsorg, og alltid bygger bro..

Må fanger få sin frihet, og flyktninger sitt hjem.

Tenn lys for dem som gråter, og dem som trøster dem

Tenn lys!

Tre lys skal flamme for alle som må slåss  
for rettferd og for fridom og trenger hjelp fra oss.

Må ingen miste motet før alle folk er ett.

Tenn lys for dem som kjemper for frihet og for rett!

Tenn lys!

Nå stråler alle de fire lys for han  
som elsker alt som lever, hver løve og hvert lam.  
Tenn lys for himmelkongen som gjeterflokkenså.

Nå møtes jord og himmel i barnet lagt på strå



# Hageglade tanter før og nå.

Av Leif Arne Løvereide

Tante Barbru og tante Oline, to totalt forskjellige hageglade tanter i Sunnhordland, som på seksti- og syttitalet påverka ein liten, lettpåvirkelige gutonje (underteikna) te å lika blomar og buskar, i heile oppveksten. Interessa for hage og planter held seg godt. Brukar dagens hageglade tanter og onklar denne unike muligheten te å påverka framtida te familiens småtasar tru? Hageselskapet sitt føremål er å fremja hageglede og hagekultur, landskapspleie og nærmiljøsaker til besta for det enkelte menneske, familien og samfunnet.

Tante Barbru var oppteken av gamle mørkeraude pioner, gamle stauder med fortryllande blomar og allslags vakre liljer. Gule bringebær og kvite rips var det mest eksotiska i hagen. Snøklokken og lupinene kom stort sett opp der dei fann det for godt og der fekk dei stå. Ripsbuskane fekk mange år med masse gjødsel mellom kvar gong dei måtte klyppast ned. God tid var det og i den tio. Likavel fekk løvetannane stå i fred. Det va kun NRK Dagsnytt på radio som var tidstjuven å den tida. Det vart tid i hagen, til å nyta roselukt og sjasmin, som det var viktig å gi ein 7-åring avleggjar av. Gir dagens hageglade tanter sjasminavleggjerar til 7-åringar? Ja, kanskje, men altfor få. Likavel kan sikkert fleire gjere det, mange fleire. Eg vågar påstå at det er fleire tanter i dag som gjev etter for kjøpepress av et nytt krigsspel te småtasen sin data, enn der er som gir planteavleggjerar. Et grønt spørsmål kan vera kva som er sunnast og skapar mest kreativ grobotn for desse små og unge. Stå på hagefolk, i trygg forvissing om at noken timar i hagen med dei små, der dei får planta, lukta, sjå, hausta og smaka, gir grunnlag for kunnskapsutvikling og innhaldsrike, trivelege dagar.



Tante Oline, var strengt oppteken av misjon, kyrkjeleg deltaking og servering av perfekt tillaga fersk laks. Stikka fram ein Freias Kvikklunsj akkorat når det passa best var ho òg god på. Det var likevel ingen dag utan blomar og planter. Ute og inne. Landets beste stikkelsbær, løne og på størrelse med ei store morella. Stolt var ho, når ein kjenning hadde meddelt at hu var sikker på at Oline hadde Sunnhordlands frodigaste asalea. Den stod i ståvo i ei utsleten raue plastbøtta med hyllepapir rundt og nytte solstrålene gjennom et punktert

termopanvindu. I bøtta var det matjord, bokstaveleg talt. Ute på berget, ned mot sjøkanten, vaks det meste i bergskårane, poteter, frodige bringebær, roser, frukttre og brennesla. Det var meste litt meir stas med et bringebær når ein hadde lurt brennesla frå å komma borti plukkehanda. Tare vart dregen opp til buskane. God gjødsel det, sa ho, medan ho påta nedi nokre velvaksne påskalil-jeløkar ho hadde fått av ei gjeve arbeidsvenninda. I dag hører me av og til at me har ikkje tid til å ha hage. Er me meir viktige i dag en for 40 år sidan tru? Og for kven? Tante Oline sa at det store klatreroisetreet med små rosa roser så ho hadde utover et berg, ikkje tålte fullgjødsel. Samtidig hadde ho klar ein avleggjar av treet til meg, slik at eg kunne prøva ut det med gjødsel. 11 år trur eg, den gongen, med eit lite rosetre som måtte plantast og stellast, for eg ville jo ikkje skuffa den snilla tanto. Håpar eg hugsa å takka. Treet var med på å skapa interessa for roser og roseopplevelingar.

Et fellestrek med desse tantene var at dei var inderleg klar over at desse kvardagane og helgedagane og det ein valde å bruka dagane til, det var sjølve livet. Når dei skulle visa fram ei fin plante som dei var kry av, så var det den planta dei fortalte om. Kor planta kom ifrå og ein triveleg historie om det. Ugraset vart berre nemnt i ørsmå bisetningar. Hagen var og ein fin arena og ei varm og velluktande ramme for tantene til å vera interessert i oss barn og unge. Når tantene hadde tid til å vera interesserte i det me heldt på med og det me elles var opptekne av, vart tantene interessante for oss. Så enkelt var det. Så enkelt kan me gjera det nå og. Berre det atte nå er det mørkje meir nødvendigt!

(Dette stykket var første gong på trykk i Hordaland Hagelag sin årskalender ein gong på 90-talet)



# HÅLANDSHOVDA

→ Mona Norheim

654 moh.

KONGE AV HÅLANDSHOVDA 2019:

**Geir Bakke!**

26 nutteringar



454 PERSONAR

549 NUTERINGAR

Oppsummering: Gunnbjørg Ljusnes

8 nutteringar: Tone Elin Elde Stensrud

7 nutteringar: Anita Molnes

19/11-18 Skodda ligg på tredje dagen nede i Stordalen.  
Godt å få komma seg på ein topp  
Og få kjenna solstrålar mot sin kropp  
Elin Udstuen

21.11. kl.14.15 Strålande sol. Anne Mari Harper

21/11 Nydeleg ver.  
Astrid T. Sørheim 9/30

9. desember. Frost på myro og 5 stk. klatra seg til topps! Vilde og Eirills første tur heilt opp, me kjøre dobbel Kvikk Lunch-belønning. Vilde Varne Øvernes 7 år, Eirill V. Ø. 4 år, Sigrid V. Ø. 10 mndr., Åsta og Daniel Varne Øvernes



18/12 Aldri så lett å gå som på barfrost! Karen Johanne Baalsrud

30/12-18 Minusgrader, nysnø (veldig lite), overskya. Fint å gå. Sveinung & Hera

09.01.19 Første tur frå Kyrping.  
Sola kom endeleg fram på toppen ☺  
Ånen Tjelflåt, Synnøve Sævareid

03.02.19 Masse snø opp !!  
Vindstille og nydelig sol.  
Arnfinn og Tone E. Stensrud

25.02.19 Håkon Løvik Tandberg, Buhunden Ulf,  
Eurasieren Lexi, YouTube: Freedom in Nature ☺



10. april. Nydelig soldag, frisk vårluft. Jan Christian H. Lysne og Birgitte Hansen

14/4-19 Nydelig solnedgang på Hålandshovda!  
Karsten S. Hatteland, Idun Øvernes + Airo

# HÅLANDSHOVDA forts.

17.4.19 Endelig Påskeferie!  
King + Jorunn W Løhaugen

21.04.19 GOD PÅSKE! Olav S.

21/04/19 Eskil, Andreas Sævareid. GOD PÅSKE!

22/4-19 Flotte avslutning på påsken  
m/kveldstur til Hålandshovda.  
Kristin og Kåre Grønstad + Mira

29/4-19 kl.18.10. 22 min. opp i dag,  
blir ikke raskare med åra!  
Nydeleg ver! Nils Rullestad



30-04-19 Heilt fantastisk vårver,  
Opp og ned i T-skjorte !!  
Me è heldige. Tone E. Stensrud

1/5 -19 Kaldt og tåka!  
Elisabeth og Kristoffer Vae Haaland  
Trygve Haaland og Jagg

1/5 Dårleg med utsikt i dag. Hege Windsand, Sveinung Aalvik

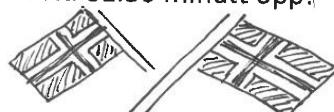
2. mai. Snøbyger rundt fjella. Bles godt, men flott.  
Kjem frå Skredkollen og Ljusneshovda. Grethe Hilt



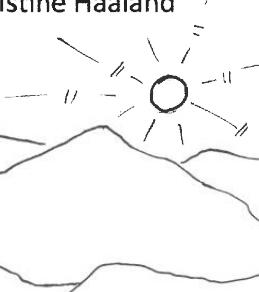
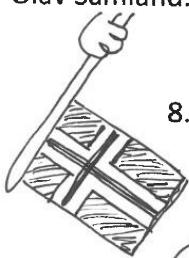
13/5 Ein gong må vera den fyrste, og det blei i dag... gått frå Lauareid gard.  
Slapp å bli blaut på føttno òg... Elin Udstuen



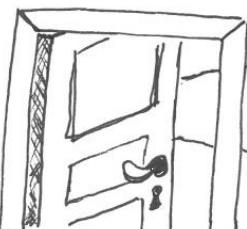
17.5. Magne Berge. GRATULERER MED DAGEN! Gisle Sellevold 61.30 minutt opp!!  
Olav Samland. NB 15. juni: Tur til Mikkjelstre kl. 10.00



8. juli ☺ fra Danmark: Søren Emil Lund, Jette Haaland og Kristine Haaland



30. juli. Før-vakt-tur ☺ Idun Øvernes + Fant



DET ER KJEKT MED ALLE SOM SKRIV SKILDRINGAR/HENDINGAR/STEMNINGAR  
FRÅ TUREN I FJELLOPPBØKENE VÅRE TIL INSPIRASJON FOR ANDRE SOM SLIT  
MED DØRSTOKKMILA!

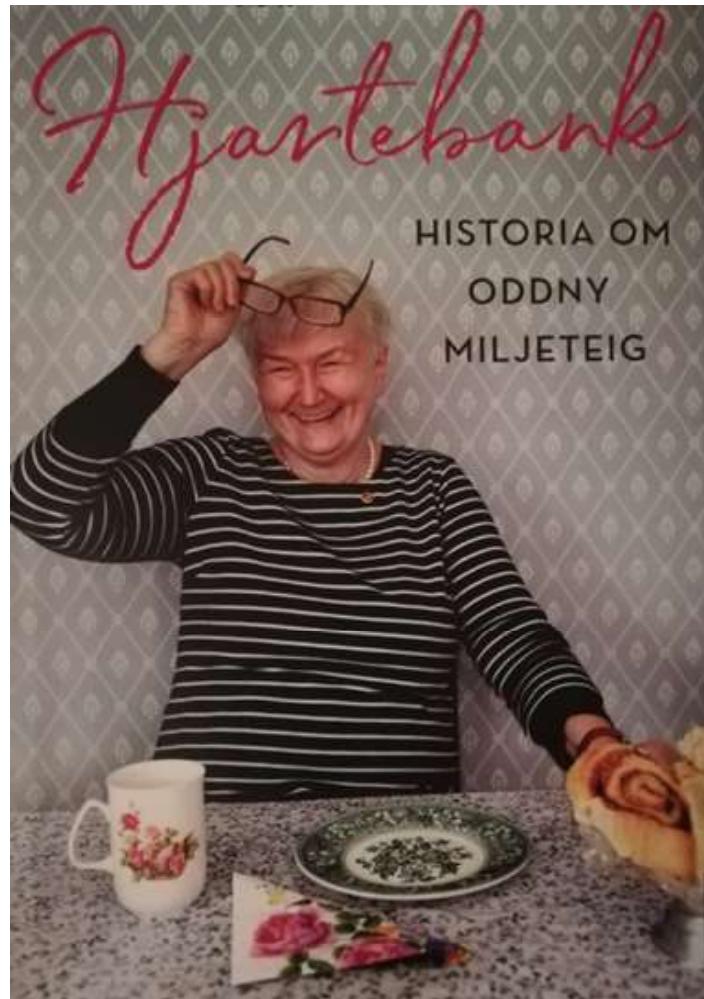
# *Bokbad med Oddny Irene Miljeteig*

Fredag 28. oktober var det invitert til bokbad på Åkrafjordtunet i høve at boka om Oddny Irene Miljeteig kom ut. Den er ført i pennen av journalist i BT, Kjersti Mjør.

Her var fullt hus og koseleg stemning. Etter eit godt kveldsmåltid var det tid for bokbad, og me fekk ei interessant og hyggjeleg stund. Oddny og journalisten tok plass på podiet og samtala om barndom og oppvekst på Tøsse, ungdomstid ute på skule i Odda, studier i Oslo og Bergen. Her slo ho seg ned, stifta familie og kom inn i politikken for SV. Ho har sete 14 år i bystyret der ho etter kvart vart kjend for sitt brennande engasjement for dei svakaste i samfunnet.

Med si klare nynorsk dialekt var ho ikkje redd for å seia ifrå! Vart kalla «rabiat kjerring», raudstrømpe og liknande, men vart respektert som den dyktige dama ho var. Ho har og alltid vore svært engasjert i målsaka, har rekorden i å verva medlemmer til Noregs Mållag! I 2015 vart ho på landsmøtet til SV vald til nestleiar . Men vart råka av kreftsjukdom og kampen dei to neste åra vart i staden ein kamp for livet!

No har ho trekt seg frå politikken, er friskmeld og har nok mange planar. Kanskje tilbringe meir tid på sitt kjære Tøsse? Boka er å anbefale ,og blir sikkert å finna under mange juletre i år!



# *Ein fin dag i Mikkjelstre*

## **Frådeling og historiske eigarforhold.**

Mikkjelstre vart oppretta som husmannsplass under nedre Sævareid.

Første husmannen, Ola Torbjørnsson Vika, fekk festesetel i 1831. Til vederlag skulle han halda vedlike steingjerde kring Mikkjelstre og slå høy for husbonden i 4 veker kvart år.

Året 1875 fekk så Peder Torsson Sævareid kjøpekontrakt på plassen, fekk skyldsett i 1880 og tinglyst 16. mai 1881. Han budde her nokre år og reiste så til Amerika.

I 1885 skreiv han ei fullmakt til Endre Haugen som gav han tillatelse til å selja Mikkjelstre til Knud Larsson Årtun frå Sauda. (Han tok etternavnet Sævareid). Det vart ikkje skreve skøyte på denne handelen før 1. mai 1894, kjøpesum kr. 400.

I 1896 kom Ivar og Brita Brekke frå Brekke i Åkra hit og kjøpte staden, kjøpesum kr. 1460.

Han var skomakar, seinare landpostbod. Dei hadde 11 born, 2 døydde som små, 2 sønner drukna i Åkrafjorden 7. mai 1949. Sonen Johannes, som var gift med Edith og hadde hus omtrent der undergangen på gamlevegen er på Tjelmeland, kjenner vel mange til som foreldra til Ingvard og Tordis Brekke.

I 1951 kjøpte Arne og Jette Svendsen bruket som nå hadde fått gnr. 86 brn.6 i Skånevik herad. Kjøpesum kr. 6500 etter takst.

År 1957 vart Mikkjelstre sold til Torstein Hildal, han var den første som ikkje dreiv plassen, men brukte den som feriestad.

I 1967 selde enkja etter Torstein Hildal, Gjøa, plassen til Hans Otto Ludvigsen.

Aslaug Ludvigsen vart sitjande i uskifta bu etter Otto Ludvigsen, og selde plassen i 1984 til dottera og svigerson Lillian og Jostein Akse som no har dette som sitt ferieparadis



# *Vandring på gamle vegar*

Laurdag 15.juni skipa Gisle Sellevold til tur inn til Mikkjelstre. Veret var flott, ja nesten for varmt! Ein stor flokk møtte opp på Kroa , dei som ikkje kunne gå heile turen, fekk kjøre inn. Me hadde med fleire frå familien Svendsen, og Olav var los nedover Kyrpingsvegen. Første stopp var ved gamle skulehuset. Bygninga er vel ivaretatt av eigaren av garden det står på, og inne er alt som det var før. Her fekk me høyra litt historie og artige episodar frå skuletida. Leikeplassen var område rundt, så det gav høve til å lura seg ned til bekken og «ikkje høyra» når læraren ropa inn etter friminutta.

## **Fotballmyra**

Så bar det opp gjennom tunet på Tono, dette var den gamle skulevegen for dei i Mikkjelstre. Nå fekk me sjå og høyra om fotballbanen oppe på myra . Her måtte Mårten slå graset tidlig så gutane frå Kyrping, ja også frå Håland og Frette, kunne drive med fotballtrening. Dette var på 60-talet og Olav minnest godt då dei drog til Skånevik på kamp. Stillinga var 11-0 til Skånevik og målmannen deira hadde så lite å gjera i Skåneviksmålet at han likegodt gjekk inn i skogen og skifta klede. Då var det Olav fekk foten på ballen og kunne skyte den i mål!!

11-1 vart så resultatet!

## **Det spøkjer ved Haualøo!**

På haugen ovanfor myra låg ei gamal utløe. Her var det litt skummelt å passera i mørke. Ein gong hadde far Arne og Svend vore i byen og kjøpt ny kvit komfyr. Denne måtte dei så bera heim denne vegen. Søstera Aslaug hadde vore nede i Kyrping og kom og heimover i måneskinnet. Karane med komfyren kvilte ved løa, børa var tung og dei hadde kasta jakkene og stod der i kvitskjorter. Då Aslaug såg desse kvite skapningane vart ho så redd at ho tok ut til Kyrping att!

## **Farefull skuleveg**

På vegen vidare kjem me no til ein bekk, her var ingen bru, berre nokon sviller å gå på. Det var ikkje alltid heilt farefri gange over bekken når den var flaumstor. Ikkje så lett skuleveg for ungane, men slik var det i den tida.

Olav fortel om den gongen familien skulle gå til juletrefest, og søstera Aslaug datt uti bekken, i finkjolen sjølvsgåt. Men mora visste råd: ho sende dei andre vidare medan ho tok Aslaug med heim, tørka kjolen med strykejernet og kom så etter på festen!

## Tunet i dag

Vel framme i Mikkjelstre vart me møtte av eit smilande og velvillig ektepar som ønskte oss velkommen. Tunet ligg så lunt og fint mellom knausane. Og det er så velstelt, nyslegne bakkar, ryddig og fint rundt hus og løe!

Det var alt samla mykje folk på tunet. Stein Gunnar Sandvik hadde tatt fram trekkspelen og gav oss fine tonar. Verten tok så ein runde rundt på eigedomen med dei som ønskte det. Bort til utsynet mot Åkrabygda og opp haugen der ein ser utover fjorden og ned i Kyrping

Grillen var fyrt opp og kaffikjelen på kok over bålet, så snart vart det pølser og kaffi å få. Folk kosa seg rundt borda som var sett ut på tunet.



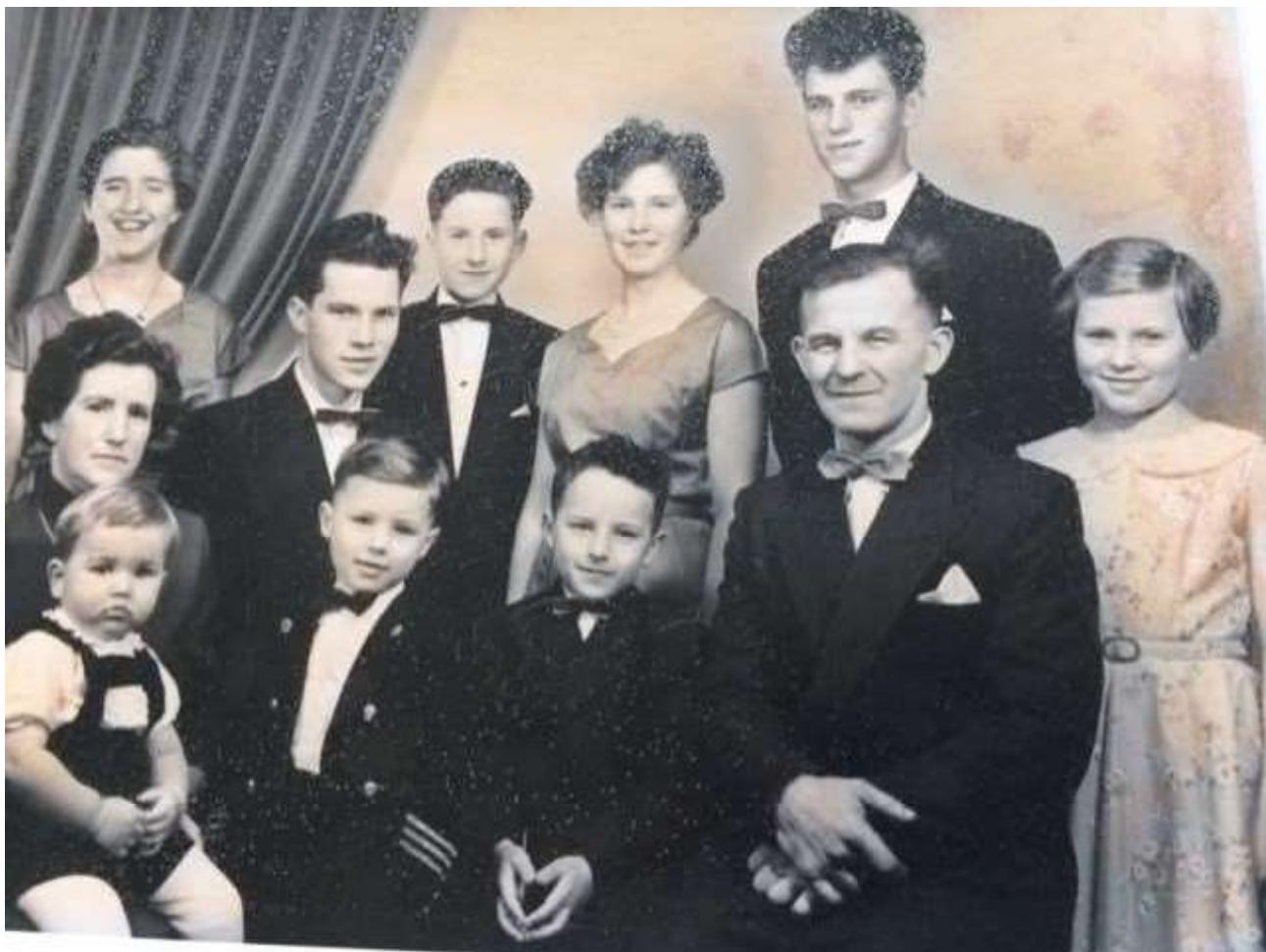
## Barndom og oppvekst i Mikkjelstre.

No fekk me høyra meir om korleis det var å veksa opp i Mikkjelstre på 50 -talet, Olav fortalte frå livet her. Dei kom hit frå Rafdal, faren Arne arbeidde som vegvaktar på vegen mellom Rafdal og Tjelmeland

Sjølv om dei var ein stor flokk og huset her ikkje så stort, synes dei at dette var som eit «paradis» å komma til. Huset hadde eit mindre soverom oppe som foreldra låg på med dei minste ungane.

I tillegg eit større rom der det sto fire doble senger som resten av flokken delte! Skomakarkammerset nede laga dei om til ei ekstra stove, den kom nok òg vel med.

Det året «asiasykja» herja minnes Olav at dei låg sjuke alle ungane. Sidan faren var vegvaktar var dei heldige å ha telefon og kunne ringe doktor. Etter lang venting kom doktor Molland med båten frå Skånevik. Han samla opp sykebesøkja og tok så fjorden for seg innover. Då vart det hostesaft og Globoid å få og alle kom seg godt gjennom sjukdomen!



Huset hadde ikkje innlagt vatn, så det måtte bærast inn frå brønnen nedanfor huset. Og klesvasken gjekk føre seg ved bekken som rann ikkje langt frå huset. Så ein kan tenkje seg at Jette hadde fulle arbeidsdagar, men òg god hjelp av ungane. Dei måtte gå ned i Kyrping og handla, vegen heim kunne vera tung med full ryggsekk! At handelsmannen var ein spøkefugl og ein gong la ekstra stein oppi sekken til Aslaug gjorde det ikkje bedre!

Dei reiste ut på arbeid etter kvart som dei vaks til. Hadde ein onkel på HSD- båtane, så det var ofte starten å få jobb der. Då sende dei skitnekleda inn til kaien i Kyrping og mora ordna klesvasken! Fleire av gutane for vidare ut i utanriksfart.

I løa hadde dei ei ku som dei fekk leige beite til. Leverte til og med litt mjølk til meieriet, då måtte ungane ta spannet med på skulevegen. Så hadde dei ein gris, nokre sauер og høns. Dyrka poteter, grønsaker, frukt og bær. Så dei var sjølvforsynte med mykje, som dei fleste på den tida.

Johannes Svendsen fortel om epletrea som ennå står nede på flaten. Her var det slett ikkje lov å plukka i tid og utide,- dei skulle haustast inn og vara utover vinteren. Men epla som fall ned kunne dei ta. Så det var viktig å vera først til å kikka ut soveromsglaset om morgenon for å sjå om det låg nokon eple under treet og så vera førstemann å få plukka dei!

Sterkt minne var det og då dei mista ei lita søster på 5 mnd. Ho var fødd med hjartefeil, og døydde på sjukehuset. Olav hugsar godt då faren kom heim med den vesle kista i armane. Han trøysta dei med at det kunne jo hende at det kom fleire små sysken. Og det gjorde det, i 1957 kom broren Magne som sistemann i flokken.

Familien var glade i song og musikk, dei hadde trekkspel og gitar og kosa seg ofte med dette i heimen. I 1958 bygde dei så hus på Tjelmeland og flytta dit. Dei var dei siste som budde fast i Mikkjelstre.

## Takk for fin dag!

Me takkar Olav og resten av familien Svendsen som delte sine minne med oss.

Stor takk til ekteparet Akse som tok så godt i mot og let oss få sjå og oppleva denne fine plassen!

Og ikkje minst takk til Gisle som fekk turen i stand og slik gav oss ein flott, minnerik dag!

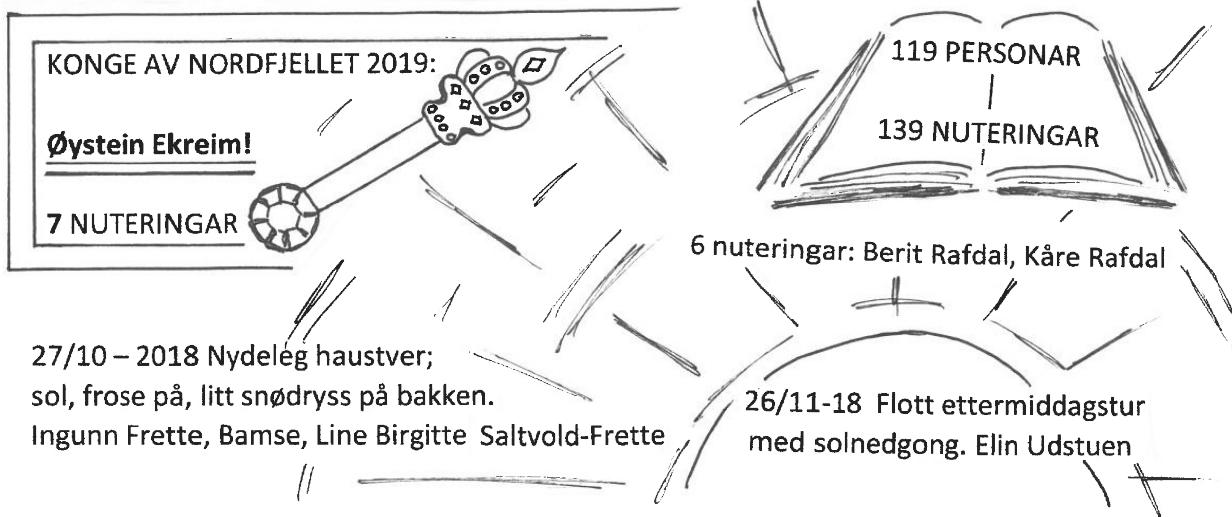


# NORDFJELLET

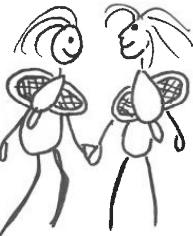
867 moh

→ Mona Norheim

Oppsummering:  
Gunnbjørg Ljusnes



30.12.18 Ein fantastisk dag, sol vindstilt og det var 5 minusgrader på Kvamstølen.  
Fint å gå! Berit og Kåre Rafdal



24/2 Me går til fots med truger  
i sekken. Fint ver. Sol og varme-  
grader. Berit og Kåre Rafdal

19.04.19 Langfredag påsken 2019  
Nydeleg vèr, litt kald trekk, men sol.  
Arnfinn Stensrud, Tone E E Stensrud

24.04. 1.Påskedag. Det blei tur på beina i dag, ikkje snø. Tur over Djupaheiane,  
rundt Mjåvatn til Håheimstølen og opp i nuten. Fint og varmt. Berit og Kåre Rafdal

23.04.2019 kl.16.10 (51 min). Ein lika flott dag som påskedagane! Olav Samland

04/05-19 Fin tur, har gått frå Håfoss, Hodlestadnuten, Smørnut, Flokkatveitnuten  
og her til Nordfjellet. Bra temp, litt sure vind. Vidare mot Hellaug.  
Bjørn Tore Grønstad



Mai. Flott turver, flott utsikt.  
Sveinung Steine og Hera

22/5-19 kl.12.20 Tjukk skodde heilt frå  
Håheim! Skimta eit par og høyrd fleire  
Rypesteggar på vegen. Nils Rullestad + Kompis

30/5 -19 Surt, men flott i fjellet allikavel.  
Kristin H Straumstein, Hilmar Straumstein

7/7Litt skodda rundt fjella. Bles  
godt på toppen her. Grethe Milje

26/9 kl.12.45 16°C på Håheim. Sol, vind. Fikk lyst på en joggesko-tur til fjells  
i finværet, og kom meg til topps tørrskodd. Leska meg med deilige tyytterbær  
underveis. Her blåser det kuling! Ingen sauer å se. Mona Norheim



# Gro's muntre hjørne

Samtale mellom to svensker:

-Hva synes du om 2.akt av teaterstykket?

-Den så jeg ikke. I programmet sto det»2 akt, to år senere» - og så lenge hadde ikke jeg tid å vente!



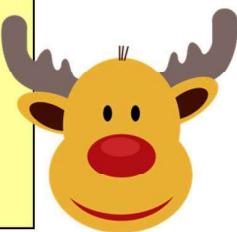
Likheten mellom en katt og en tenåring?

Begge forsvinner når du tar frem støvsugeren!

Politiet hadde fartskontroll, men ingen kjørte for fort.  
Politimennene kjedet seg helt til de stanset en bil som kom i stor fart.

-Vi har ventet på deg i hele dag sa politimannen-

-Ja, svarte sjåfören, -jeg kom jo så fort jeg kunne!



Ingen ting er umulig for den som ikke er nødt til å gjøre det selv!



Personalsjef til arbeidssøker:-  
Har du noen anbefaling fra din tidligere sjef?

-Ja, det var faktisk han som anbefalte meg å finne meg en annen jobb!

 **GRØN PREST**  
Det var gudsteneste med utdeling av 4 års bok. Presten, iført grøn messehagel med gyldne kornaks på kvar side, deler ut bøkene til 4-åringane framme ved altarringen. Han minner om Jesus som den trygge og gode venen gjennom livet. Ein dei alltid kan stola på og setja lit til, for han er vegen, sanninga og livet. Til slutt spør han om nokon har eitkvert dei vil spørja presten om? Det vert heilt stille. Både i barneflokkene og ikkje mindre i kyrkjelyden. Brått rekkjer ein gut handa i veret, peikar på presten og messehagelen og spør: «Du presten, arbeider du på Felleskjøpet?»

## **Ingunn Frette med Team Rynkeby frå Oslo til Paris 2019**

Syklinga mi begynte eigentlig i 2012, då eg blei utfordra av søster mi til å delta i Nordsjørørtet. Etter 25 år utan sykling, kjøpte eg terrengsykkel og begynte å trena til påske. Me sykla «ilag», det vil sei ho starta i ei pulje ei god stund før meg, og eg kava på for å ta henne igjen. Eg syns 9 mil var veldig langt, men det var ei flott løype, spesielt langs strandene, sjøen og gamle Kongeveien. I mål hadde me brukt omtrent like lang tid. Etter dette blei det litt småsykling, til eg blei spurt i 2017 om å bli med frå Nordkapp til Lindesnes. Dermed var det gjort. Sykling er kjekt, men det er vanskelig å motivera seg når ein stort sett trenar aleine.



Så til Team Rynkeby: Ein tilsett hos juiceprodusenten Rynkeby i Danmark ville gjera noko for helsa. Ideen om å sykla til Paris for å sjå innkomsten av Tour de France kom i 2001. Første turen gjekk i 2002. Han fekk med seg 9 arbeidskameratar pluss ein sjåfør i følgjebil. Etter turen hadde dei 42 000 kr til overs som dei gav til barnekreftavdelinga på universitetssjukehuset i Odense. Neste år vart fleire med, og det auka for kvart år. Nå er dette blitt Europas største veldedighetsaksjon, ein kjempedugnad! Lag frå Danmark, Norge, Sverige, Finland, Island, Færøyane, Tyskland og Sveits er med. 57 lag, 2100 syklistar og 550 medhjelparar. Det er heilt vanlige folk som er med. Damer og menn i ulike aldrar, yrke og bakgrunn. Nokon har opplevd kreft på nært hold. Andre er med fordi dei har sykla eller trenat tidlegare og syns det er verdifullt å bidra til ei god sak samtidig som dei held seg sjølv i form. Team Rynkeby sitt motto er som eit Kinderegg. Ein gjer tre gode ting på ein gong: Ein gjer noko godt for seg sjølv ved å trena og ta vare på si eiga helse, me gjer det ilag med andre, og; me gjer det for andre ☺

Sjølv fekk eg høyra om Team Rynkeby for fire år sidan, då ei venninne kom med på Bergenslaget. Det høyrdest ut som eit flott prosjekt, men Bergen var litt langt vekke, så eg gjorde ikkje noko meir med det. Mot slutten av august i fjor (2018) såg eg ein liten notis i Haugesunds Avis om at Hordaland skulle få eige Team Rynkeby-lag. Frist for søknad var dagen etter, eg stod på reisetof, så eg sendte ein provisorisk søknad i full fart. Hadde ikkje tid verken til å formulera meg særleg godt, eller lufta det i heimen. Etter eit par veker ringte telefonen med beskjed om at eg var plukka ut til å vera med. Det var veldig kjekt, men skummelt. Berre ukjende folk skulle vera med, lange etappar, racersykkel, kikkasko. Det var mange utfordringar underveis.

Dermed var reisa i gang: Eg starta treningsa med ein gong, og ville bygga meg gradvis opp. Eg sykla tre gonger i veka frå august og til nyttår; 1 time eller omtrent to mil kvar gong, litt lenger i helgene. Hadde eg bestemt at eg skulle trenat, så blei det trenat, uansett ver. Alle treningsane mine var utandørs på sykkel, eg har ikkje sykla på rulle eller spinningsykkel, slik mange andre gjer. Og ver blei det. Eg sykla i sol og regn, vind og stille, snø, hagl, storm og is. Mange gonger var eg gjennomblaut og kald når eg kom heim. Då var det bare å ronga av seg, ta ein varm dusj og få på tørre klede. I verste veret, med ull og tre-fire lag med klede, drøymde eg om sol, varme og å få sykla med berre kortbukse og kortarma trøye. (Kven kunne drøymt om at me skulle oppleva hetebølge på turen!) Nyttårsafta passerte eg 1000 km og var storfornøyd. Me må sykla 2500 km siste halvåret før me startar mot Paris, så då syns eg at eg låg godt an.

Etter nyttår planla eg opptrapping, fleire økter i veka og lengre turar. Det fungerte fint fram til påske, men då blei det så travelt på jobben at eg måtte trappa ned igjen. Frå våren av blei eg med laget på

fellesturar i helgene. Og laget, det var omrent 30 syklistar frå heile Haugalandet. Yngstemann var 23, eldste var 68 år. Det var stor spreying i form og erfaring. Nokon hadde sykla både Birken og Trondheim – Oslo og trena jamt i fleire år, andre lærte seg omrent å sykla for anledningen og var nybegynnalar når det gjaldt trening. Det blei ein del velt på nokon, og bratt læringskurve for mange av oss. Til påske blei me tatt for ein gjeng påskekyllingar ute på Nedstrand ;-) Ut over våren blei det treningsamlingar og sykkelløp. Kvar helg var opptatt, turane blei lengre og lengre, til slutt måtte me rekna med turar som tok nesten heile dagen. Alt for å vera førebudd på dei 8 dagane til Paris. Men du for ein flotte gjeng! Me har hatt ei kjempefin tid saman. Mange har vore flinke å delta på dugnad i tillegg til sjølve treninga.

Plutselig var dagen der, me pakka utstyr i bilane og reiste til Oslo. Turen starta med eit arrangement på Rådhusplassen, deretter ein kort prolog, før me tok ferje til København og fortsette derifrå.

**Ein typisk sykkeldag** var å stå opp halv 6. Det var å gjera klar seg sjølv og sykkelen, fylla opp flasker, smøra alt som skulle smørast, frukost og utpakking. Når me kom fram om kvelden var det viktig å vaska og stella sykkelen før me ordna oss sjølve. Me skulle helst starta før 7 om morgonen, for å



komma lengst mulig før varmen begynte for alvor. Og me hadde tre dagar med 40 grader, så dette var veldig viktig! Me blei organiserte i par kvar dag, med tre par syklistar framme i trekklag, medan andre hadde ansvar for å sykla fram og dirigera trafikken gjennom kryss og rundkjøringar. Me hadde følgjebil bak pluss følgemannskap som kjørte i førevegen og førebudde pausane våre. Me sykla oftast 2 timer eller omrent 5 mil mellom kvar pause, men på det varmaste måtte me stoppa kvar time for drikking og påfyll av flasker. Midt på dagen hadde me eit varmt lunsjmåltid. I kortare pausar på for- og ettermiddag var det sott og salt snacks, brødskiver og drikke.

Me sykla gjennom Danmark, ferje til Tyskland, vidare gjennom Tyskland, Nederland og Belgia til Frankrike. På turen nedover følgde eg med på naturen, blomster- og dyreliv og landbruket. Det var interessant å sjå kva som blei dyrka og kva dyr dei dreiv med. Me såg blant anna stork fleire plasser. Elles var det viktig å følgja med på gruppa og ikkje minst bakhjulet til den som sykla framom deg. Det var krevjande å passa på heile tida! Eine dagen i Tyskland sykla me i sterk sidevind og motvind store deler av dagen. Plutselig kom det ei kraftig vindflage rett mot trekklaget og det blei bråstopp for bakroppen. Eg kjørte i bakhjulet på han eg hadde føre, fleire rundt meg velta. Me blei litt skjelvne heile gjengen. Bortsett frå eit skada framhjul, gjekk det heldigvis bra.

Her er eit klipp frå dagboka, nest siste etappe, gjennom Frankrike:

Fredag 5.juli 2019:

*Dagen blei knalltøff! Den slitne kroppen min streika for fullt. Det starta allerede på første økta med krampe framme i eine låret kombinert med vondt i kneet. Det sinka syklinga mi, og gjorde spesielt motbakkane vanskelige å henga med i.*

*Rekna med at eg måtte over i følgjebilen. I første pausen heiv eg inn på salttablettar og drikke. Uttoying hjalp litt, så eg valde å prøva eit stykke til. Etterkvart kom ryggvondt, nakke/skuldrar, handledd/hender og ville ha eit ord med i koret av «vondter». Temperaturen steig utover dagen til 40 grader igjen.*

*Sånn gjekk det, mil etter mil, krampen trua i begge bein heile første del av dagen. Men pausar hjelper, då får ein fylt på med vått og tørt. Spesielt salt gjorde godt i varmen. Utstrekking, lea på musklar som ikkje likar sykkelstillinga med lite variasjon. Siste seks mila blei eg plassert bakerst og hadde ei hand på ryggen opp bakkane innimellom. Takk ❤️😊*

*Når dette er sagt: dagens løype var heilt fantastisk! Var eigentleg ganske lett sykla (når ein ser vekk*

første del av dette innlegget). Turen gjekk frå Sedan til Meaux i Frankrike. Frå korn- og maisåkrar først på dagen til drueranker gjennom heile Champagne. Nydelig landskap, ein plass sykla me eit stykke tett innpå ein kanal. Me såg fleire påkjørde revar, ekorn, piggsvin og diverse fuglar.

Akkurat denne løypa kan anbefalast ☺

Då me kom fram, etter 24 mil i varmen (ny lengdepers igjen), kom tårene. Hadde vore langt nede i kjellaren for å henta krefter. Og eg var ikkje aleine om det.

MEN: nå følte eg at målet var nådd! Det mest krevjande var unnagjort ☺✿

#### OPPSUMMERING:

Året med Team Rynkeby var ei fantastisk reise på mange måtar.

Det å reisa tett på naturen gjennom fleire årstider og i allslags ver var ei flott oppleveling. Det var treningsturar om hausten med flotte fargar, snøkledde fjell og islagd sjø om vinteren, konsert frå oppknust is i bølgene då det tinte, vårblomane som dukka opp etter kvart. Det var synsinstrykk, lydar, det var lukt av furu, ramsløk, sjø og sol, det var vind i fjeset.

Det var ei reise fysisk for kroppen, der ein bygde seg opp til å tåla meir og bli stadig sterkare og sprekare.

Det var ei reise mentalt, der ein trena seg psykisk til å «tåla slit og tåla sludd og tåla frost og varme». Og eg manna meg opp til å halda 17.mai-tale. Ein strekker seg lenger enn ein trudde var mulig, men på ein positiv måte.

Ikkje minst var det ei reise sosialt; eg trefte mange nye menneske og fekk «40 nye venner», som det blei sagt av ein på laget.

Og alt dette i visse om at me bidreg for å hjelpa i ei veldig viktig sak <3

Takk for turen!

**PS:** Viss nokon har lyst å bidra, er det lov. Eg har meldt meg på eit år til, og me treng all støtte me kan få.

Du kan VIPPSA til meg på 47 41 93 64 eller gi penger til My Collection på <https://intranet.team-ryankeby.com/mycollection/889>

På forhånd takk ☺



## *Dette skjer i grenlene*

### **Stordalen & Sævareid Grendahus:**

Det er planar om ein kvelds m/quiz i januar. Basaren vert i februar, og ein bingo blir det nok også i løpet av vinteren/våren. Annonsering kjem seinare.

### **Stordalen & Sævareid ungdomslag:**

Det vert laga til julekvelds i veke 51.

Elles har dei hatt meir renovering på huset. Bordkledning er skifta på inngangssida, her skal også nye glas inn. På planen er og få ordna kjellartrappa.

### **Frette bedehus:**

Gudsteneste julaftan, 24. desember kl. 13.00

I god tradisjon vert det juletrefest 4.juledag, 28.desember. Plakatar kjem.

Bedehuset har og hatt noko vedlikehaldsarbeid i haust. Det er malt veggger og tak i matsal og kjøken i kjellaren, og nå vert det lagt nytt golv her.

## *Det spører og gror i grenlene....*



Denne vesle sjarmøren heiter  
Nikolai Tjelmeland Åkra og bur på Kyrping.

Han vart fødd 23. juli 2019. Foreldre er  
Evy Anne Tjelmeland og Svein Inge Åkra



# Postvegmarsjen 2019



Den gamle postvegen over fjellet mellom Etne og Skånevik kjenner vel dei fleste til. Også at det har vore arrangert ein turmarsj her årleg i 30 år. No vart det av ulike årsaker ikkje noko av marsjen i 2018, men ein kom sterkt tilbake med 30 års jubileumsmarsj i 2019!



Det er idrettslaga i Etne og Skånevik, IF Klypetussen og Etne sogelag som samarbeider om arrangementet gjennom ei nemnd med 1-2 personar frå kvart lag. Ein startar anna kvart år frå Etne,

Skånevik, dette året var starten i Skånevik. Det var sett opp buss frå Etne kl. 10, og ein god gjeng nytta seg av det tilbodet.

Sidan det var jubileum, hadde nemnda lyst å gjera litt ekstra ut av dette. Ein tok ein runde til lokalt næringsliv som var positive og støtta opp med sponsormidlar til annonsering, gavepremie samt ein del ting til trekkepremiar. Så takk til Vigor, Tungesvik bygg, Brødrene Mæland, Etne Sparebank, Etne sogelag, IFK, Sport 1 og div. butikkar i Skånevik.



Ein ynskte å få med heile familien på tur, difor kom også Barnas turlag med. Dei stilte opp med maskoten Turbo som delte ut aktivitetsbok og Knerten rosiner ved start og ein liten sjokoladepremie i mål. Dette var populært for ungane!



Det var også opning av den nye Gapahuken på Varleite denne dagen, så turgåarane kunne få dette med seg og. Gapahuken er bygd i regi av Frivilligsentralen med midlar frå Gjensidigestiftelsen, Sparebankstiftelsen SRbank og Tungesvik bygg.

Det vart servert frukt og saft her, og ein kunne nyte nista i litt ly og varme. Det kom godt med for veret vart litt surt utover. Men nå fekk ein kveik og ny energi til

å fullføre turen ned Kambelia til mål! Målgang var i Etne IL sine nye fine lokale i underetasjen på Skakke. Her fekk deltakarane gratis kaffi, saft og jubileumskake, og kunne få kjøpe vaflar og pølser.

Og sjølv sagt var det utdeling av medaljar for 1,3 5, 10,15, 20 25 og 30 års deltaking. Det var 3 stk som hadde 30 år, dette var Frida

Larsen, Olav Samland og Arnold Solheim. Gratulerer til dei, flott prestasjon å ha fått med seg alle åra oppover!

Trekking av premiar på startnummer, mellom anna hovudpremien på ryggsekk med gåvekort på kr. 3000. Den heldige her var Amalie Kaldheim, Sandeid.

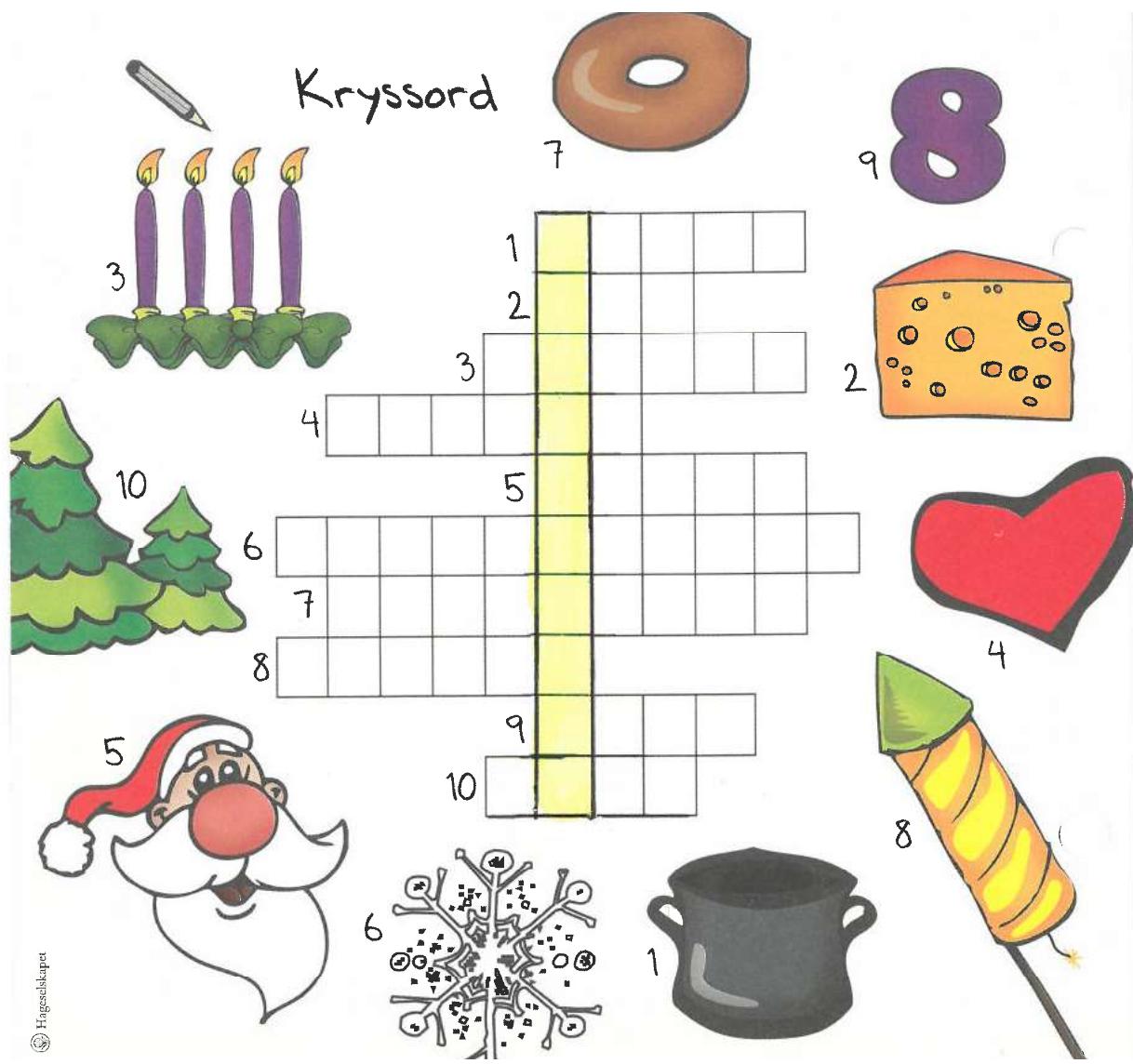
Me håpar og trur at dei fleste synes dei hadde hatt ein fin tur trass litt vekslande ver og at mange møter opp til ny postvegmarsj 2020! Vel møtt til det!

Postvegnemnda.

PS: Litt forseinka vart det søkt om midlar frå BKK AS der me fekk kr 8000 som skal nyttast ved neste marsj. Kjempefrott!



1. Kva er det som har bein men ikkje kan gå, og har mat men ikkje kan ete?
2. Kven er det som er son av mine foreldre men likevel ikkje min bror?
3. Kva er det som er både inne og ute og finnes i kvart einaste hus?
4. kva for et dyr kan hoppa høgare enn et hus?
5. Kva gjer hanen når han står på eitt bein?
6. Eg er ikkje ein lampe, men gjev frå meg ljós, eg er ikkje ei nål men kan likevel stikke. Kven er eg?
7. Kvifor regnar det aldri to dagar i strekk?
8. Når går det an å bæra vatn i ein sil?
9. Kva har ein alltid på høgre handa når ein går søndagstur?
10. Kor er havet utan bølgjer, elvane utan vatn, skogen utan tre, byane utan hus og fjella heilt flate?



(svar på anna side i bladet)



## Kakao på pinne

Når det er kaldt ute, er det godt å komma inn i varmen  
å få ein god kopp kakao.

Her er et forslag på korleis ein kan gjera den litt ekstra  
for dei minste.

Smelt 250 gr kokosjokolade i vannbad (obs, pass på å  
ikkje få vatn opp i sjokoladen og ikkje rør rundt før all  
sjokoladen er flytande).

Hell den opp i isbitformer, pynt med kakepynt, hakka  
marshmallows, nøtter eller andre søte ting. Sett ein ispinne oppi og la det  
stivne heilt i kjøleskapet.

Når ein så vil nyte kakao, får alle ein slik pinne som dei så rører ut i eit krus  
varm mjølk.



# **DU KAN VERA DEN BESTE AV DEG SJØL**

Arne Torget frå Kvinnherad deltok i Norske talenter 2019 og fekk ein flott 3dje plass i ein av semifinalane! Og det med å lesa sjølvskrivne dikt, ikledd bunad! Men så er han nå knakande god til å rima, ofte på sparket.

Nokon kjenner han kanskje frå Facebook der han har mange tilhengjarar. Han er og ofte å sjå på revyseinar saman med andre artistar.

Klypeposten har fått lov å bruka diktet han framførte. Les det både ein, to, og tre gonger, du finn nok noko å ta med deg i kvardagen du og!

Har du tenkt på at du er heilt unik?  
Du har all grunn til å kjenna deg rik!  
Akkurat du er heilt spesiell  
Ha tru på deg sjølv, du kan flytta fjell.

Du treng ikkje tenkja på truslar i det  
fjerne  
I ditt liv er det du som er stjerne!  
Det er ingen ting som kjem rekande på  
ei fjøl  
Men du kan vera den beste av deg sjøl.

Vaknar du med usikkerhet og tvil  
Stå opp og møt dagen med eit smil.  
Snu deg sjølv til kjensla av lykke  
Tenk at livet er ein fest og du er eit  
smykke!

Ikkje gå ut i dagen og ver redd  
Ikkje tenk at du er det svakaste ledd.  
Gå ut i kvardagen og ta initiativ  
Det er du som er sjefen i ditt liv.

Ikkje la dumme tankar vinna  
Gjer dei små, og la dei forsvinna.  
Du må ikkje vere redd for å feile  
Husk at sjefen, han ser du i speilet.

Gjer små ting som gjer deg meistring  
Tillat deg sjølv å skapa begeistring.  
Våg å vera sterkt, våg å kjenn glede  
Våg å ver våken og til stede!

Gå ut med ditt gode humør  
Og gjer ting du aldri har gjort før.  
Spre glede og la folk få sjå  
Gå gjerne ut i kvardagen med bunaden  
på.

Ver den beste av deg sjølv, gå med  
ryggen rak  
Den beskjedne deg kan du trygt leggja  
bak.  
Gå ut i kvardagen med sjøltillit og tru  
-den beste til å vera deg, er du!



## **Juleevangeliet**

Det var rett før jul og læreren leste ifra juleevangeliet for 1.klassingene. De satt helt stille og fulgte nøye med. "Siden det ikke var plass til dem i herberget, måtte Josef og Maria ta inn i en stall og legge Jesus i krybba der, forklarte læreren.

– Det der var Josef sin skyld, ropte lille Stine. – Han burde gått inn på nettet og bestilt på forhånd!

# SKREDKOLLEN

Oppsummering:  
Gunnbjørg Ljusnes  
→ Mona Norheim

KONGE AV SKREDKOLLEN 2019:

Vidar Tjelmeland!



27 nuteringar REKORD!

908 m.o.h.

26/11-18 Fantastisk høstvær ☀  
Linda Giersch, Siv Hersvik, Hailey

3 nuteringar: Åse Hustoft, Birgitte Hansen  
10/3-19  
Vidar Tjelmeland, Tim. Flott ver i dag. Lette snø



5 nuteringar: Odd Eirik Prestegård

7/4 Vidar Tjelmeland , Tim kl. 7.30. Super flott dag, klarvær og sol.

7/4-19 Enig med Vidar, rett og slett nydelig !! Arnfinn og Tone E. Stensrud

14/4-19 Siv-Turid Lundal, Larsemann,  
Alf Audun & Alexander Lauritsen i nydelig vær.

14/4-19 Fantastisk tur i strålende sol.  
Vibeke Sævareid & Mina,  
Tone E Stensrud & Teddy

17/4-19 Strålende tur, kjekt med nymerka sti! Åsta og Daniel Varne Øvernes

17/4 Sur austavind, men utsikt til verdens ende. Sveinung Steine & Hera



19.04.19 Fin tur frå Verdalen. Anne Jorunn L., Harald André Hansen,  
Margret Lindevik Arnestad, Gerd Toril L. Arnestad

22/4 Flott dag og fin tur. Torstein har vore snill og fått mammo med på tur.  
Verdalens og Ljusneshovda neste. Hassi. Hadde mamma med på ein flott tur.  
Hadde tenkt oss til Verdalen, men måtte ein tur oppom. Torstein Kristiansen

2. mai kl. 9.00. Snøbyger, men fint og friskt. Grethe Milje



6/6-19 kl.09.40. Svært sterk vind og eg fekk ein tordenbyge  
på meg – men varmt. Kompis og Nils Rullestad

15/6-19 Maia R. Haugland – første gang på Kyrping.

15-6-19 Vegard Sævareid. God sommer!

26/7 kl.6.45. Vidar Tjelmeland, Tim.  
-Ø- Blir ein strålende dag.

3. august Nydelig dag -Ø- Birgitte Hansen  
23. sept. Nydelig sol og varmt -Ø- Birgitte Hansen

# Menneskekroppen og sjukdommar. (II)

(OVERTRU) Dialektnamn.

Ved Reinert Frette

Jorddunst	= jordgust. Å bli sjuk av å liggja på marka tidleg om våren.
Kalvabeint	= kneledda svingar innover. ( Hjulbeint = utsvinga kneled).
Kjasen	= sjukleg.
Kjeiner	= små blemer/ blemmer, kviser.
Kjembeie	= kjake, kinn.
Kjøvast	= får ikkje pusta. Blir kvelt.
Knesboto	= hommelsboto, knehasene. Baksida av kneet.
Kneskål	= kneskjel.
Kola vippen	= å døy.
Kregdo	= meslingar.
Krim	= snott / snue.
Krimsjuka	= forkjøling.
Kruno	= oppå hovudet.
Kyle, kjyle	= ein kul.- Ein utvekst.
Leverhogg	= hald ( sting ) i sida.
Liv	= mage.
Livsykja	= magesjuka.
Loven	= innsida av handa. Handflaten.
Midja, midjen	= livet, beltestaden.
Mige	= penis.
Mjødm	= hofte.
Nasarot	= byrjinga på nasen, mellom augo.
Nedfallsjuka	= epilepsi, Fallesjuka.
Neve	= hand.
Nue / nuane	= knokane / fingerknokane.

Omled	= handled.
Rigl	= slim i halsen og for brystet.
Rist / vrist	= fotbogen. Oppsida av fotbogen.
Ryggtavla	= heile ryggen.
Røyret	= urinvegane.
Sanselaus	= i svima. Medvitslaus. I koma.
Senadrått	= muskelkrampe.
Sete	= baken, bakenden.
Sidebein	= ribbein.
Skallen	= panna.
Skolten	= issen, hovudskallen.
Sott	= alvorlege sjukdommar som tuberkulose og kreft.
Spøto/spøtefantens= penis.	
Stein	= testikkels.
Stekablema	= stegablema. Ubehagelege sår kring augene. Sti, stig.
Svong, svongane	= lyske, også kalla røyrane på menneske. (Tynnsida frå ribbeina til låra).
Tråte	= opphovna. Truten.
Tæring	= tuberkulose.
Tåputa	= tåballen.
Ulven	= drøvelen / drøpelen.
Veikryggen	= krossryggen.
Vom, vomb	= buk, mage.
Økla	= ankel, okla.
Ørmektast	= veikna, mista kreftene og visna vekk. Bli avmekting.
Øyreflipp	= øyresnipp. Øyrnaflipp.
Åbrøsta	= angst for noko. Omsut, redsle. Åbrøsta.
Årvaken	= er trøytt fordi ein sov for lite om natta. Også brukt om «gløgg og oppmerksam» person.

# SMØRNUT

Oppsummering: Gunnbjørg Ljusnes

725 moh.

Mona Norheim



25. september 2018 kl.13.15. 1 t 18 min frå Berge.

Farande Fant 2019 på plass takka vera Harald Måge. Gisle Sellevold, Harald Måge

7. okt. Snart 40 år og første tur hit til Smørnut ☀ Det var på tide ☺

15. okt. Så vakkert i Etne !! Birgitte Hansen 16/10 Flott. Audhild Aasheim

\* \* \* \* \* \* \* \*  
24. okt. Snø i lufto !! Friskt og fint !! Birgitte Hansen \* \* \* \* \* \* \* \*

\* \* \* \* \* \* \* \*  
30. okt. Fint, men kjølig luft !! 2. nov. -18 Grått, yr. Ingunn Frette,  
Birgitte Hansen Line Birgitte Saltvold-Frette, Bamse

14. nov. 14.45 opplett, 17/11 Heilt vindstille og 18.11. Nydeligt  
mildt !! Birgitte Hansen skodda i dalane. Lars Hovda Audhild Aasheim

21/11-18 Nydelig haustvær ☁ 22/11 kl.14.15 Strålend sol. Vakkert.  
Siv Hersvik, Hailey, Linda Giersch Anne Mari Harper, Audun Hustoft

8/12 Lars Hovda 11. des. Nydelig dag ☁ 13/12 Flott  
Frisk og klar morgen skyfritt. Birgitte Hansen Audhild Aasheim

18. des. Flott dag, 0 grader 30/12 Lars Hovda 17. jan. kl.16.30 Nydelig ☺  
overskya. Birgitte Hansen Fantastisk flott !! Birgitte Hansen

10. feb. Morsdag !! Nydelig flott !! 26. feb. -19 Nydelig morning med  
Birgitte Hansen vårluft og vårtemp.! Birgitte Hansen

# FARAÅNDE FANT forts.



26.02.19. Flott rundtur – inn Tesdalsljo til Sørheim, og vidare på toppane til Smørnut. Så går turen om Hodlestadnuten og til Tesdal igjen. Sofie Anine Tesdal, Grethe Tesdal og den super spreke Chihuahua voffsen Linus!

10.03 Nydelig rundtur frå Solheim, litt snø, sol og vindstille. Grethe Tesdal

16. mars. Nysnø til kne, vindstille, overskya med glimt av sol !! Birgitte Hansen

4. april. Fint på tur i Etne.  
Gleder oss fremdeles  
til boller på bakeriet.  
Vh. KNM Steen?Stord?

13/4 Nydelig dag!  
Elisabeth Vae Haaland  
Trygve Haaland og Japp

14/4 Første gong  
på Smørnut! !!  
Nina Straumsøy

19/4 Nydelig tur. Sommertemp. Siv Helen Lunde Aastvedt, Lars Kristian Aastvedt.

24/4 Heilt fantastisk ☀  
Lars Hovda + Tyra

11. mai. Flott dag, lettskya og ☀  
Birgitte Hansen

20/5 -19 kl.18.00. Nydeleg ver og dette er 4. nuten i dag! Nils Rullestad

21. mai. Endeleg fann eg Faraånde Fant.  
Var i Øyskard i helga, der var han visst i fjar.  
Sveinung Steine & Hera

28. mai. Fint, men ser  
snøbyger og ☃  
Birgitte Hansen

2. juni ☀ lett yr, overskya,  
friskt og fint! Birgitte Hansen

10. juni 21.35. Nydelig kveld  
Birgitte Hansen

6. juli. Friskt og fint  
Birgitte Hansen

11.07. Nydeligt  
Audhild Aasheim

11/7 Herrligt  
Helge Askeland

26.07.19 - 22.05. Knallkveld – varmt og fint  
sola går akkurat ned. Olav Samland

8. aug. Fin morning !!  
Birgitte Hansen

11. aug. Skodda, men fin temp.  
Birgitte Hansen

17. aug. Fin dag, varmt, vind og byger.  
Birgitte Hansen

18. sept. Skodda letta her, fint !! Birgitte Hansen

23/9 Nydeligt  
Audhild Aasheim

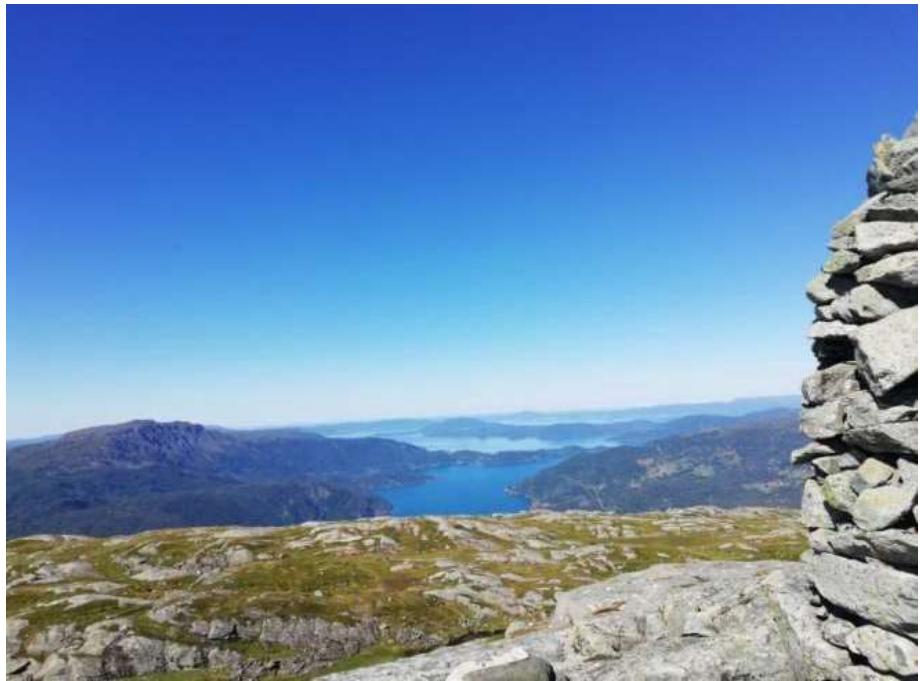
# Litt tal frå fjelltoppnuteringane dei siste åra

Totalt på IFK sine 9 turmål:

2018: 1680 personar.  
2504 nuteringar

2017: 1727 personar.  
2578 nuteringar

2016: 1891 personar.  
2762 nuteringar



**Skredkollen**

Flott at så mange kjem seg ut i vår fine natur, helsefremjande og gode opplevingar for både store og små, gamal og ung !!

## ETNE TURLAG UTVIDAR KONSEPTET «ALLE 30»

Etne Turlag vil gjerne ha endå fleire ut på tur og opp på våre flotte fjell og nutar. Vi utvidar derfor konseptet "Alle 30" med "10 nutar" og "20 nutar". I 10- og 20 nutar vel ein blandt nutane som er med i Alle 30 og registerar anten via appen SjekkUT og lista for Alle 30 eller med nuteringsskjemaet. Sesongen går frå 1. oktober til 30. september kvart år.

- 10 nutar: besøk 10 nutar av "Alle 30" der du minst besøker 2 nutar frå kvart av dei 4 idrettslaga.
- 20 nutar: besøk 20 nutar av "Alle 30" der du besøker minst 4 nutar frå kvar av dei 4 idrettslaga.
- 30 nutar: besøk alle 30 nutane.

Det blir sjølv sagt ei utmerking for å nå målet anten det er 10, 20 eller 30 nutar, men kva dette blir er ikkje bestemt endå.

Ynskjer alle gamle og særleg alle nye nutafantar god tur og håper dette kan vere noko å strekke seg etter for nokon og einkvar.

\*\*\*\*\*

**Svar på gåtene på barnesida:** 1. Bordet 2. Meg sjølv 3. Døra 4. Alle, fordi et hus kan ikkje hoppe 5. Løftar på det andre 6. Sola 7. Fordi natta kjem imellom 8. Når det er frose til is 9. Fingrane 10. På eit kart.

Frå gamle KP-årgangar

# Korken Hårvakkis spalte

HEI! HEI!!

Spørsmåla strøymer på,-sakte men sikkert. Det er likevel plass for fleire skribentar. Som de ser har eg fått på meg finpussem (pussa nasen har eg òg), og gjort eit forsøk på å verta forevig. Ja, var eg ikkje fin,-smilet er jo så naturleg at.....  
.....iallefall meir enn kva det nye kommunevåpenet er,-firkanta boks splitta av ein duestjert i sølv og blått. For å gjera det litt meir attraktivt har eg på eige initiativ planta ein "duefjert" i det blå feltet, som skal forestilla ei av dei populære øyane me nar i distriktet. Det sølvfarga feltet tyder trulegvis rikdom. Difor har eg plaserte ein fiskekrok der, slik at ingen skal gløyma laksen i Etneelva. Kanskje det nye kommunevåpenet kan brettast saman, og brukast som fiskeagn???



Dagens Filosofiske:

Ein doktor behandler sjukdomar han kjenner lite til, ved å gi medisiner han kjenner endå mindre til i menneske han absolutt ikkje kjenner.

—○—○—○—

Kjære Korken Hårvakk  
Eg lurer på kvifor grisene har så tjukk hud?

Helsing Peggy

Peggy  
Fordi at grisene er så store og tunge må dei ha så tjukk hud for at dei skal hanga ihop.

—○—○—○—

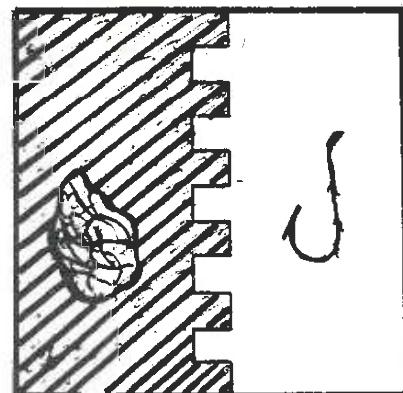
Korken Hårvakk  
Kvífor legg hønene runde egg?  
Helsing Rune

Rune  
For at dei skal passa i egge-glassa!

—○—○—○—

Hei  
Eg er så lei på mor. Ho seier alltid at eg må lata att døra fordi det er så kaldt ute.  
Helsing Tove

Tove  
Ja, kanskje det vert varmare ute då??



Hei på deg!

Kvífor klarar ikkje far stå med eitt  
bein på ein stol og seia KYKELIKY??

Helsing Halvor

Halvor  
Har far din hanekam då?????

—○—○—○—

Hei! Hei!!  
Troppsjefen min seier alltid at me  
ikkje må missa hovudet under kamp.  
Kva tyder det?

Helsing Korp. Samland

Korp. Samland  
Det seier han nok for at du skal  
ha noko å ha hjelmen på.

—○—○—○—

Korken Hårvakk  
Eg har alltid så vondt i beina når  
eg spring. Det same har far min.  
Helsing Fantomjoggern

Fantomjoggern  
Kanskje det er noko som går???

# *IF Klypetussen sesongen 2019*

Det har vore ein sesong prega av sportsleg framgong på friidretts-sekto-ren.

Me har hatt heile fem tilskipingar med barneløp. Det eine 21. september på Skånevik stadion i samarbeid med Skånevik IL vart ein braksuksess når det galdt deltaking. Heile 70 små og store! Desse var med på i alt 147 deltakingar på 60 m, lengde og kula; og 100 m og den uvanlege distansen 2000 m for vaksne frå 15 år og oppover.

Trongjo Opp og Bjørkeklubben Over hadde stor deltaking. Trongjo Ned var også bra, men der var det absolutt plass til fleire ungar og vaksne. På Bjørkeklubben Over var det heile 30 deltakar under 15 år. Ny rekord! 24. august vart den rekorden slått under barneløpet i Langs Åkrafjorden. Der var det rundt 40 under 15 år! For så å avslutta den lokale sesongen med Barneløp på Skånevik stadion med ca. 55 deltakar under 15 år!



Langs Åkrafjor-den auka for tredje år på rad. I 2019 i alt med syklande, gåande og løparar ca 245. Ei kraftig auke frå ifjor!

Mange, mange gode resultat i utanbygds stem-ne:

Fyrst og fremst Maryna med sølvmedalje i hovud-NM på maraton med den glitrande tida. 2.53.02. Ingen mannlege har klart så god tid! LN-M-løypa i Stavanger var i tillegg særskrevjande ifylgje ekspert me har snakka med. Han meinte dette var ein særskilt god prestasjon!

Maryna har også prestert det beste ein klypetuss har gjort i NM, nemleg 5. plass på 10000 m i hovud-NM på bane. I tillegg 7. plass på 5000 m. I Karmøy maraton nyleg persa ho seg på halvmaraton til klubrekord på

1.19.08.

Magne Berg har debutert i godt vaksen alder på maraton med fine 3.49.34. i Karmøy maraton. Torbjørn Tveita Reiso klarte flotte 1.31.10 på den halve distansen. Dette var heile fem minutt betre enn han hadde klart før.



Foto: Ida Marie Skeie

Maryna Novik i lett driv i den heller kuperte løypa under Karmøy Maraton. Ho både vann og sette løyperekord.

### Maryna Noviks resultater i 2019

Løp	Tid	Plass
1. Solastrandens halvmaraton	1.22.30	2. plass
2. Bergen halvmaraton	1.20.16	1. plass
3. Barcelona maraton	2.54.10	3. plass klasse 35-39 år
4. Tronjo opp	8.01	1. plass
5. Skjold på tvers	2.23.10	1. plass
6. Trongjo ned	6.57	1. plass
7. Sabbaløpet	30.23	1. plass
8. Hydro rundt	17.22	1. plass
9. 3000 m	9.50.08	7. plass
10. Saudaløpet	21.38	1. plass
11. Haugesund halvmaraton	1.20.18	1. plass
12. Ølmedal rundt	24.40	1. plass
13. Tysværtrimen	18.35	1. plass
14. Midtfjellet halvmaraton	1.20.51	1. plass
15. Ulviklekene 3000 m	9.55	1. plass
16. NM 5000 m	17.22.99	7. plass
17. NM 10 000 m	36.05.22	5. plass
18. Langs Åkrafjorden	41.23	1. plass
19. NM maraton	2.53.02	2. plass
20. Sluseløpet	16.49	1. plass
21. Djupadalten	35.03	2. plass
22. Karmøy halvmaraton	1.19.08	1. plass

# Løhaugen

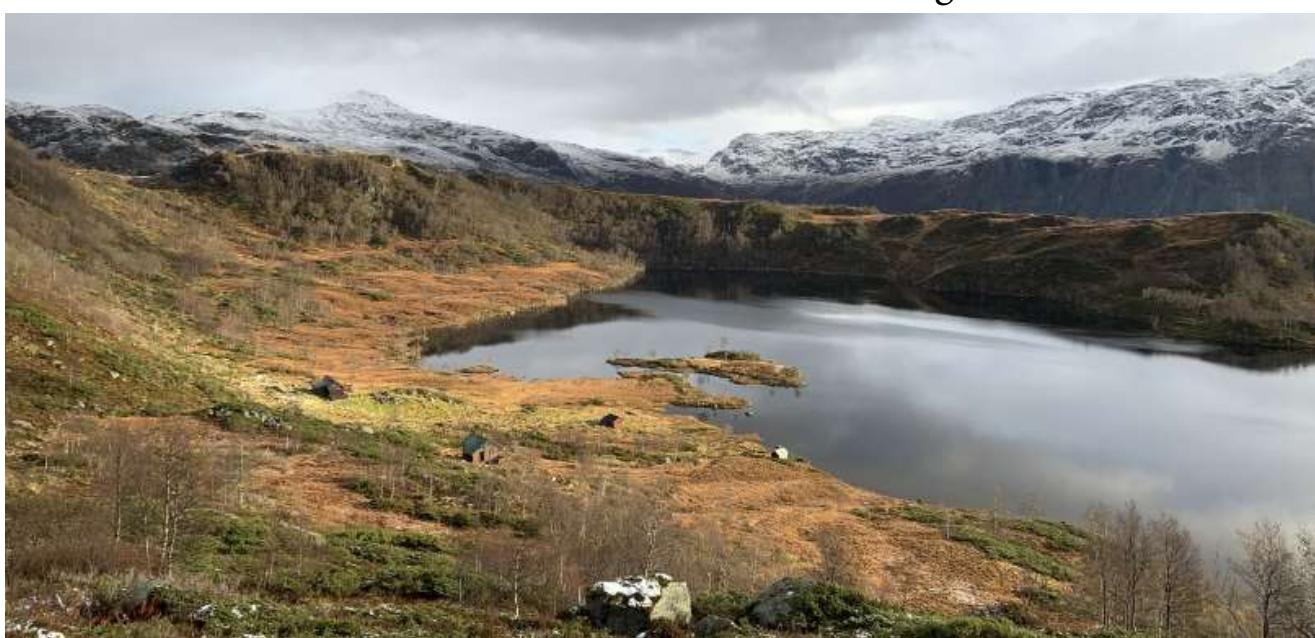
Farande Fant i 2020 for IF Klypetussen er Løhaugen. Toppen befinner seg til høyre for T merka sti like etter en har passert Verdalen på veg fra Tjelmeland til Blomstølen.

Ein kan greit ta denne nuten på same tur som Skredkollen og Ljusneshovda. Mellom Løhaugen og Skredkollen går ein relativt enkelt via to forskjellige ruter.

Den første er å følge T-stien videre inn i Skreddalen som ligger aust for Løhaugen. Fra Skreddalen går ein rett

opp skråninga i retning vest/nord-vest og treffer da rett på Skredkollen.

Alternativ to er å gå tilbake til hyttene i Verdalen og følge sti opp lia langs austsida av bekken som renner mellom hyttene. På høyden bak hyttene kjem ein til Smørgrøvene og går derfra til toppen i halvsirkel opp åsen på nordaustsida av Smørgrøvene.



# Langs Åkrafjorden

Langs Åkrafjorden vart i år arrangert for 17. gang, arrangementet fant stad laurdag den 24.august. Dagen ga flotte tur og løps forhold, noko som også førte til mange personlege rekordar. Det var også eit nytt år med oppgang i deltakartalet, det tredje på rad. Heile 66 deltarar stilte til start i hovudløpet, å totalt med hovudløp, barneløp, syklistar og gåarar var det 221 deltarar.

I dameklassen stakk Maryna Novik av med sigeren og ho brukte ikkje meir en 41.23 på dei 11 kuperte kilometrane frå bensinstasjonen på Tjelmeland og til Åkrafjordtunet. Dette var den tredje beste tida i dameklassen i løpets historie og blei en av Maryna's mange sigrar denne sesongen.



For herrane blei det ein overlegen siger til Lars Lunde frå Stord med

tida 33.49 var han nesten 1 minutt forran neste mann Ørjan Grønnevig frå Spirit Stavanger. Med den tida for Lars ble det også i herreklassen sprunge på den tredje beste tida i løpets historie. Ser vi Lars tilbake i 2020 for eit forsøk på løyperekorden? Med bare 30 sekund opp til løyperekorden burde denne være innanfor rekkevidde.

Sterkt gledeleg var det også å sjå at blant dei 66 løparane stilte det heile 19 deltarar frå arrangøren.



Denne dagen feira i tillegg Åkrafjordtunet 20 år og i den samanheng arrangerte Åkrafjordtunet ein liten marknad. Det var i målområdet rigga opp fleire salsboder kor det blei seld mat og andre varer. I tillegg som seg hør og bør når ein kjem i mål like ved fabrikken til spekematprodusenten Lundal fekk ein smake på produkta deira.



Kombinasjonen av løp og «marknadsdag» gir virkelig en flott atmosfære i målområdet.



# Ryfastløpet

Den 5.oktober gjekk eit heller spesielt løp av stabelen, verdas første og einaste undersjøiske halvmaraton. I forbindelse med at Ryfast sambandet i haust tar over for ferga mellom Stavanger og Tau blei det arrangert løp igjennom tunellane.



Løpet starta ved tunell innløpet på Gamlingen ved Våland i Stavanger og gjekk først gjennom den 5,5 km lange Hundvåg tunnelen. På Hundvåg fekk ein dra inn frisk sjøluft nokre meter før løpet fortsette gjennom den 14 km lange Solbakktunnelen til Strand (Solbakk) midt mellom Tau og Jørpeland.

Et løp i en undersjøisk tunell gir en litt spesiell løypeprofil, den første tunellen var bare ei lita «dump» på -96m. Starten på tunell nummer 2, Solbakktunnelen var en lek med en 10km lang nedoverbakke. Men har en sprunge nedover i 10 km så må en også opp igjen. Avsluttinga på halvmaratonen var derfor av den meir røffe arten, en 5 km lang oppoverbakke med en høgdeskilnad på 292 meter. Tenkjer det var nokon å ein kvar som fekk kjenne på melkesyra i den bakken.

En så spesiell sjanse ga mye gratis publisitet i forkant, dette viste seg også



igjen på deltakertallet. Med heile 5330 stykkar som sprang halvmaraton var det relativt folksamt i tunellen og løpet må kallas en folkefest. Her stilte alt frå dei som var topptrente til dei som så på det som underhaldning. Under løpet kunne ein difor sjå både løpar kyr, og bestemor med skaut og perlehalsband.



Klypetussen stilte med 6 løparar på startstreken, av disse sprang Tor Arne Sandvik raskast. Med tida 1:29:54 gjekk det rimeleg radig unna, vertfall med tanke på den tunge avslutninga på løpet. Mogeleg det er dei bratte liene på Nordstranda som kom til god nytte her. 11 plass i klasse M40-44 og 110 av 5330 er bra utført.

Alle bilder Statens Vegvesen



# KVANNEGRØNUTEN (1223 MOH)

Kvannegrønuten (1223 moh) vart «Farande Fant» for Fjæra og Rullestad IL sitt opplegg i 2020.

Toppen nåes enklest fra Skromme, opp Tømmerdalens via Mjelkestølen og så videre til Simlebu.



Foto og løypeillustasjon av Nils Rullestad

Toppen ligger cirka 1 til 1,5 times gange i sørvestlig retning fra Simlebu. Det blir ikkje merka løype til toppen så den er nok tryggest å ta ein dag det ikkje er skodde. Toppen er synlig fra Simlebu og passer i kombinasjon med Alle30 toppene Simlenuten og Mjelkestølen.



I Etne		Strøm Kommune	Traktor Odde		Slå ei	Grunn- stoff Tettstad	Gruppe	Navn	Bil	Enhet	Gabriel
Blekke				Farande- fant				Lyriker Lærestad			
Snop				Hytte Gass					Fersk		
	Laks					Forbund Stoff		Ordne			Kryp
		Bygg ↑ Lokalnytt									

## Bli medlem i IF Klypetussen

**Betal medlemskapet til konto 3543.27.19365**

Følgende kategorier medlemskap har IF Klypetussen:

- Medlemsskap: kr 100,-
- Aktive sykkel & løp: kr 200,-
- Treningsavgift Sævareid: kr 300,-
- Familie: kr 400,-

For at IF Klypetussen skal få stønad fra Norges Idrettsforbund treng vi litt innformasjon fra deg.

På innbetalinga skrives namn, fødselsår, e-post og/ eller adresse på samtlege innbetalinga gjeld for!

## Grasrotandelen

Registrer deg ved å gå til t.d. Kyrrping Kro og Bensin, eller Åkrafjordtunet og ha med deg tippekortet ditt.

Seie at du vil registrera tippekortet ditt for IF Klypetussen.

Organisasjonsnummer finn dei der, men det er: 984.388.357



**Er det noko med bilen??  
Ring oss først**



**ETNE LAKK**

**Vi står til tjeneste for deg!**

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

**Din leverandør av  
VARMEPUMPER**

**LAUAREID**  
*Service as*

(Me har overtatt Vika Varmepumpeservice as)

tlf. 976 05 432/ 965 00 707 • epost: [bjarte@lauareid.no](mailto:bjarte@lauareid.no)

**Panasonic**  
varmepumper

**TOSHIBA**

**MITSUBISHI  
ELECTRIC**  
VARMEPUMPER





SKÅNEVIKSTRAND  
MASKINSTASJON A/S



HALLDOR EBNE · 5593 Skånevik · Tlf. 53 75 41 00  
Tlf. kontor 53 75 41 02 · Fax 53 75 41 01 · Mobil 975 97 555



ETNE SPAREBANK  
*- med heile vegen*



Kyrrping Kro &  
Bensinstasjon AS

Tlf 53 75 44 62



WWW.FACEBOOK.COM/  
KYRPINGKROOGBENSINSTASJON/





ETNE BLOMSTER  
**JORUNN OG JOANAS**  
**BLOMSTERVERKSTED**  
ETNE SENTER, TLF 53756990

KVALITET OG KRATIVITET SIDAN 1994

**ALFEE**  
DAME & HERRE KLÆR

# Grannar



Prøv Grannar sin eigen app!



**BergeSag**®

**HELGEVOLD**  
gruppen

elektro - telecom - automasjon

# BYGGEPLANER?

Ta kontakt med oss!

Vi tar jobben fra grunnmur til ferdig bygg!



**BRØDRENE  
MÆLAND**

Tlf: 417 80 450  
909 66 711  
[post@br-meland.no](mailto:post@br-meland.no)