



HERSTAD VEL



INFORMERER:



Nr. 2 – Mai 2007

Årgang 11

LEDERS HJØRNE

En ny vår er i anmarsj og mange i vårt nærmiljø er travelt opptatt med hage, hjem og kanskje båtpuss. Alt for at vi skal forberede oss til de gode sommerdager vi håper på. Nyte god mat og drikke, kanskje fra en varm grill en sen kveld i lag med gode venner og naboer.

Ja, det er nå vi Nøttlendinger våkner fra vinterdvalen og kommer ut fra hjemmene våre og igjen oppdager at vi fortsatt har naboer. Hvor er de i de mørke månedene? Vi bør vel tenke på at dette, så naturlige samholdet gjennom vår og sommer, kan være en god ting også en mørk vinterkveld.

Velfesten første lørdag i september er ikke ment som en avslutning på det hyggelige samhold, men en inspirasjon til å videreutvikle dette fremover.

Derfor spør jeg hva kan du gjøre for at vi skal få det ennå bedre sammen fremover?

Ha en god grill- og båtsesong og en fortreffelig 17. mai feiring!

*Runar Bekkhus
Leder*



HVA FINNES I HERSTAD VEL'S OMRÅDE

I denne utgaven presenterer vi 3 ulike aktiviteter som alle har tilholdssted i de røde murbygningene sør for Herstad Skole.

Det er

- Herstad Senter som er et interkommunalt psykiatrisk dagsenter for Tønsberg- og Nøtterøy kommune.
- Hjerterommet Herstad som har et allsidig tilbud til barn og foreldre. Dette drives av helsesøstrene på Nøtterøy.
- Nøtterøy Røde Kors har tilbud både til barn og eldre.
- I tillegg presenterer vi et innovativt selskap som har utmerket seg også utenfor landegrensene

Du kan lese mer på sidene 4, 5 og 6 og 7. Vi håper du setter pris på å få nærmere informasjon om hva som finnes i nærmiljøet ditt.

ELEVRÅDETS HJØRNE

Elevrådet har hatt elevrådsmøte en gang i måneden, og elevrådet består av:

Leder:	Kristin Brønne Dybesland,	7. trinn
Nestleder:	Jonatan Bratteli Terjesen,	5. trinn
Sekretær:	Guro Vigmo Larsen,	6. trinn
Vara(Sekretær):	Magnus Falkenberg Nordvik,	6. trinn
Representanter:	Julie Kobro Drangevåg,	3. trinn
	Marius Nygaard Elind,	3. trinn
	Oda Stadsnes Madsen,	4. trinn
	Sondre Andresen,	4. trinn
	Kenneth Røyset Andresen,	7. trinn



Elevrådets saker Høsten 06/Våren 07:

Elevrådet har skrevet brev til vaktmesteren, og spurt om han kan merke opp banene(håndball, basket), og det skjer så snart vi er sikre på at all snøen er borte så han kan koste vekk løv og merke opp. Vi har også fått elevstipend på 10.000 kroner fra Sparebankstiftelsen DnBNor. Vi sendte søknaden i midten av september 06, og fristen var 1. november. Vi fikk innfridd søknaden, og brukte de 10.000 kronene på Basketkurver/Basketballer og Ake matter. Etter at dette var gjort, var vi rimelig fornøyde. Vi sendte i tillegg et brev til FAU med ønsker om håndballer til hver klasse,

smashballer og tau til smashballene. Vi i elevrådet sier på vegne av hele skolen: **«Tusen takk for bidraget!»**

Vi har også jobbet en del for å forbedre miljøet på skolen, hvor elevene har kommet inn med forslag til hvordan vi kan gjøre skolen til et bedre sted å være.

25. mai skal vi, takket være alle elvene på Herstad skole, nok en gang ha «Herstad Melodi Grand Prix.» Det var flertall for at den store suksessen skulle fortsette i 2007, så vi gleder oss alle til 25. mai.

Kristin Brønne Dybesland
Elevrådsleder

VELFEST LØRDAG 1. SEPTEMBER

Også i år blir det Velfest første lørdag i september i Herstad Skoles nærmiljøanlegg. Opplegget blir stort sett som i fjor, men vi kommer til å starte opp litt tidligere med barneaktiviteter.

Vi vil aktivisere både store og små, gi festdeltakerne mulighet til å grille medbrakt mat, ha salgsboder hvor vi vil selge kaker, vafler, drikke og kanskje is.

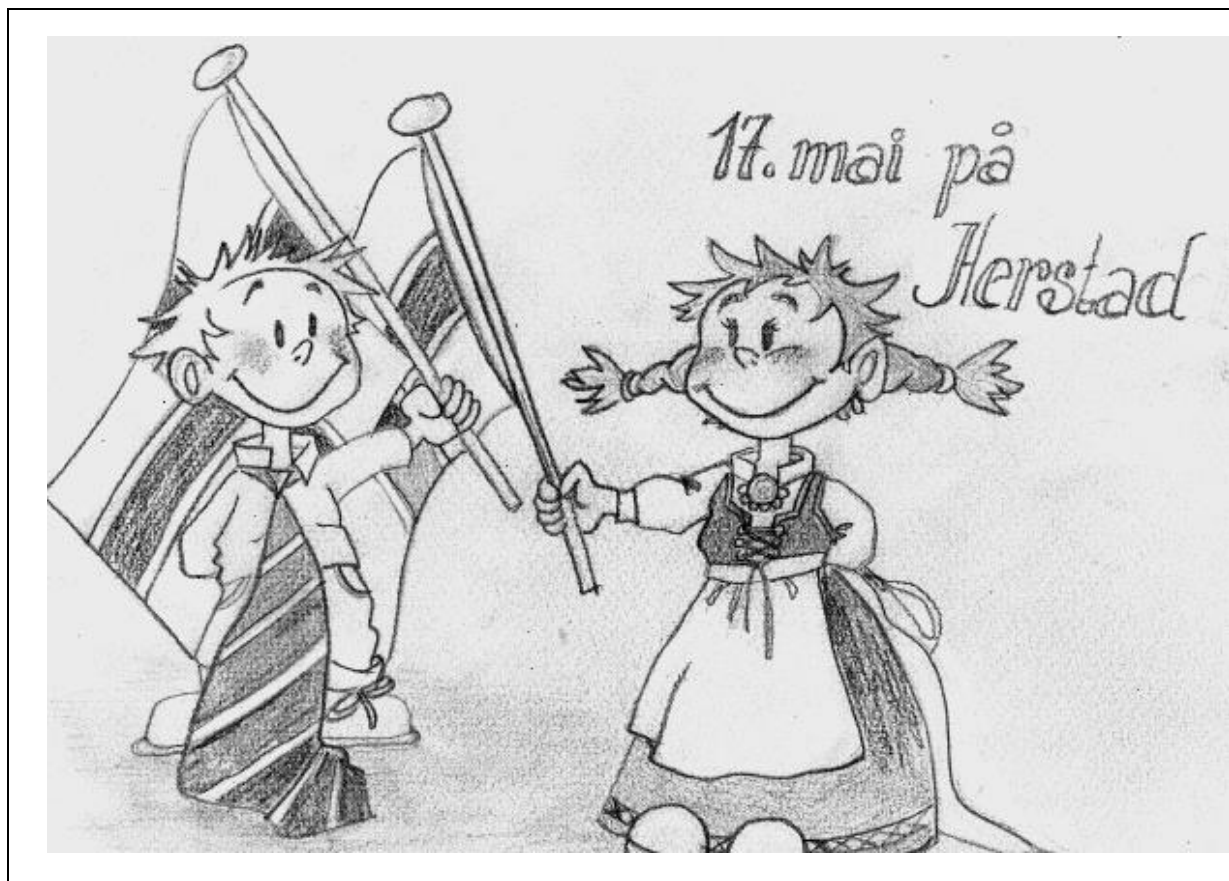


Fjorårets Velfest var meget vellykket. Så sett av datoen allerede nå. Vi håper å se enda flere på årets fest.

Har du lyst til å være med i Festkomitéen, ta kontakt med Stig Gjermundsen på telefon 976 01 929 eller på mail: stagjer@online.no



Velkommen!



Tegning: Anne Ottestad

Herstad skole inviterer alle – absolutt alle ☺ – som ønsker seg en hyggelig 17. mai-opplevelse til å komme innom skolegården vår!

Kl 09:00 **Gla'boden åpner**
Og Gla'boden er en salgsbod som vil være plassert på vestsiden av skolebygningen, mot Kirkeveien – og rett ved barnetoget. Der vil vi selge kaffe, vafler, kaker og brus, samt flotte heliumballonger. Vi håper å se mange av dere her! ☺

Kl 10:00 **Kafeteriaen åpner**
Kafeteriaen står som vanlig langs sydveggen av skolen – ved hovedinngangen og scenen. Det er satt op stoler og bord. I kafeteriaen er utvalget større enn i Gla'boden, med bl.a. pølser, is og godteri. M-m-m...

HUSK LODDSALGET! Mange flotte premier å vinne!

Program for dagen:

Kl 12:30 17. mai-arrangementet starter

Kl 12:45 Åpning

Kl 13:00 Barnetog fra Herstadveien og rundt skolen. Mutters og Fatters spiller. Så vil det fortløpende være leker og underholdning, og etter hvert kommer NØTTERØY MUSIKKORPS til Herstad. For første gang på veldig mange år kan vi ønske ”voksenkorpsen” velkommen til oss. De vil holde en mini-konsert i skolegården.

Kl 15:15 (ca) Premietrekning

Kl 15:45 Avslutning

Velkommen!

☺ Hilsen 6. klasse ☺

HERSTAD SENTER

Herstad Senter er et samarbeidsprosjekt mellom Nøtterøy- og Tønsberg kommune. Senteret gir et dagtilbud til mennesker med psykiske lidelser, som bor i Tønsberg, Nøtterøy, Tjøme og Re kommune.

Målsettingen for senteret er at brukerne skal kunne oppleve tilhørighet og en meningsfull og trygg hverdag. Senteret er et værested for personer som trenger hjelp til å forebygge isolasjon og ensomhet som har sitt utspring i en psykisk lidelse.

For å oppnå denne målsettingen tilbys det mange former for aktiviteter. Senteret har bl.a. en stor hobbystue der brukerne kan utfolde seg med malerpenselen, forme i keramikk, snekkerverksted og sømavdeling. Ved kjøkkenet arbeides det aktivt med kostveiledning og hjelp til selvhjelp for å kunne klare egen husholdning.



Senteret har også egen gymnastikk-sal og eget treningsrom med allsidige

treningsapparater.

Når det gjelder fysisk trening kan man delta i gågruppe, ballspill, avspenning, bordtennis, svømming og biljard. Fysisk trening vektlegges, men for de som ønsker det, kan man også komme innom senteret bare for en kopp kaffe og en god samtale.

*Daglig leder: Arne Wikstøl
Herstad Senter, Herstadvn. 51
Postboks 250,
3163 Nøtterøy
www.herstadsenter.no*



Brukerne ved senteret er også mye ute og farer. Til turbruk har senteret egen minibuss som tar brukerne med på spennende turer i nærmiljøet, men også på noen lengre turer med overnatting. På forsommeren er det fast med en ukes ferietur til Danmark.

En annen aktivitet ved senteret er at brukerne hjelper til å holde hus, hage og buss i orden. Vaktmester kalles bare inn når det blir for store oppgaver.

Herstad Senter er et åpent senter der brukerne selv velger hvor mye de vil benytte senteret.

Senteret har fast åpningstid på hverdager mellom kl.08.00 og 15.00.

Har du selv et behov, eller kjenner du noen som kunne ha behov for å benytte tilbudene ved senteret, kan du ringe 33 40 34 40 for avtale, eller du kan ta en tur innom for en titt.





Helsestasjonen på Nøtterøy har et godt egnet undervisningslokale tilrettelagt for ulike program helsesøster underviser i. Vi har kalt rommet for "Hjerterommet". Det ligger i Herstadv. 52, Herstad senter, kjelleren, inngang syd. Her er hva vi driver med i disse lokalene:

Digstiva- et kost og fordøyelses program.

Vi har 5 åringer i gruppe med 10 barn. De lærer hvordan vi ser ut inni, hva som skjer med maten fra den kommer i munnen til ut igjen.

De blir kjent med fordøyelseskanalen gjennom en sydd "dukke" av stoff. De lærer om hvorfor vi må spise forskjellig mat, og hvordan mat deles i grupper i kostsirkelen. Det er også viktig å snakke om hva som skal til for å ha det bra; kos, søvn, gå på do, aktivitet osv.

Pubertetsundervisning, 6.trinn.

Et undervisningsopplegg for barneskolen med powerpoint, gruppearbeid, vurderingsøvelser.

Barna får noe undervisning i samlet gruppe og noe i kjønnsinndelt gruppe.

Tobakksprogram- for 7.trinn.

Hva er tobakk, hvor og hvordan dyrkes det? Hvilke konsekvenser får industrien for miljøet og menneskene på tobakksplantasjen? Hvilke former for tobakk fins? Hva koster tobakk? Hvilke skader gir tobakk; kortsiktige og langsiktige? Hva gjør at noen likevel begynner å snuse og røyke? Mål: å gi barna kunnskap til å avstå fra å begynne, ha gode grunner og være forberedt på presset. Vurdringsøvelser.

Sex og samlivsprogram.

9.-10.trinn. Hva er verdier jeg velger etter når jeg skal ha en partner? Hva ser jeg etter når jeg vil ha en far/mor til mitt barn? Hva gjør at folk ikke klarer å leve sammen lenger? Gruppeoppgaver; gutter for seg og jenter for seg. De presenterer dette i plenum for hverandre. Fokus på at alle må vite hva de vil, hvilke grenser de har og at vi skylder å respektere hverandres grenser.

Vi presenterer statistikk på når unge debuterer seksuelt. Vi informerer om kjønns sykdommer og prevensjon.

De får prøve seg på å tre på kondom på en isopor modell.

Faren med å debutere under alkorus og risiko for å komme i uønskede situasjoner blir belyst (dagen derpå, usikker sex, hva alkohol gjør med oss). Vurderingsøvelser/å ta standpunkt øvelser.

"De utrolige årene"- et veiledningsprogram for foreldre.

3 - 8 åringer. Gruppeveiledning med to veiledere fra helsestasjon - og barnevern.

De er utdannet i metoden og får selv veiledning. Mål: å øke kompetansen til foreldre som strever med urolige barn til å mestere foreldrerollen best mulig. Går over 12-14 uker på ettermiddagstid.

Godt samliv.

Parkurs for førstegangsførelde. Kurset er på 8 timer over 2 kvelder. Tema som blir belyst:

Forandringen: fra 2 til 3.

Kommunikasjon: strategier, fremmere og hemmere.

Konflikt: håndtering og løsningsfokus.

Glede og glød; hvordan ta vare på parforholdet.

Mål: å gi verktøy og kunnskap å ha med seg når hverdagen butter. Vite hva som er normalt for å kunne kjenne igjen og lettere håndtere det.

Jeg er bl.a. helsesøster på Herstad skole og ser at vi er svært heldige som har fått oss et slikt undervisningslokale. Det gjør at vi kommer lettere i kontakt i formidling av til dels vanskelige tema. Med å endre lysforhold, bruke gode puter eller stoler har vi muligheter til å endre interiør og kan skape akkurat de rammene vi ønsker oss.

**NØTTERØY RØDE KORS OG INNBYGGERNE PÅ ØYA!**

- vi trenger deg!

- som har tid og lyst til å gi en time eller mer av din fritid –

**Alle er velkomne til å delta på de aktivitetene vi allerede har
- og vi ønsker gode ideer og engasjement slik at vi i fellesskap kan utvikle oss videre.**

Vi er engasjert i utenlandsarbeid – i Litauen og Karelen. Vi bidrar med bøsseinnsamlinger og arrangerer åpent hus når det oppstår kriser og det er behov for mennesker å komme sammen. Vi bistår i arbeidet med å styrke tilbudet til flyktninger og innvandrere. Vi tilrettelegger for selvhjelpsgruppe. Vi arrangerer loppemarkeder, førstehjelpskurs, temakvelder..... – **og** vi har fire avdelinger som alle har et bredt spekter av aktiviteter:

Barnehjelpen: Leder Torild Wivestad Johansen. tlf. 959 34 406

Målgruppen vår er psykisk utviklingshemmede, sosialt vanskeligstilte barn og andre som har store utfordringer. Vi arrangerer sommerleire, hytteturer, hyggetreff for psykisk utviklingshemmede. Vi er engasjert i et barnehjem i Litauen og samarbeider med det lokale Røde Kors der. Vi har også fjernadopsjon.

Barnas Røde Kors og Røde Kors Ungdom: Leder Thor-Anders Larsen tlf. 458 81 730

Våre medlemmer er i aldersgruppen 6-12 år (Barnas Røde Kors) og ungdom i aldersgruppen 13-30 år (Røde Kors Ungdom).

I Barnas Røde Kors driver vi bl.a. med: førstehjelp, friluftsliv og hobbyaktiviteter.

I Røde Kors Ungdom driver vi bl.a. med: førstehjelp, IHR - Internasjonal Humanitær Rett og drar på turer.

Besøkstjenesten: Leder Torunn Handeland, tlf. 909 69 361

Vi er en aktiv gruppe som har mange ”jern i ilden”. Vi besøker mennesker som har behov for besøk enten hjemme eller på institusjon. Vi følger til lege, tannlege og sykehus. Bingo på Gipø og Østergaard får hjelp av oss, og kiosktrolle på Gipø er vårt ansvar. Vi har medlemmer som er visitorer. Og vi arrangerer temamøter, hyggekvalder og medlemspleie.

Eldretreffet: Leder Aashild Jacobsen. tlf. 33 38 37 36

Vi er en hygge- og aktivitetsklubb for eldre som kommer sammen til helt uforpliktende samvær hvor praten går høylydt. Noen driver med håndarbeid, vi synger, har bingo og reiser på turer., Vi har egne vertinner som hjelper oss med arrangementene. I dag er brukerne mellom 74 og 94 år.

Vi holder til i Røde Kors-huset på Herstad, i Lysakerveien.

Vi håper du tar kontakt med oss dersom du har spørsmål og kanskje ønsker å engasjere deg i arbeidet vårt!

Vennlig hilsen

Stine Margrethe S. Jacobsen

Leder Nøtterøy Røde Kors

tlf. 473 35 104

Her i kretsen vår har vi Norges største produsent av hjertesalat. De leverer faktisk til hele landet.

Bjertnæs Salat as satser på et godt arbeidsmiljø. De har benyttet seg av utenlandsk arbeidskraft i mer enn 25 år - med stort hell. Arbeiderne kommer igjen år etter år - og nå har de også 2. generasjon i arbeid.

I sesongen arbeider det ca. 30 mennesker på gården. Arbeidskraft fra ulike kulturer gjør arbeidsmiljøet svært spennende.

Målsettingen til Bjertnæs Salat as er at de skal dyrke, videreforedle og markedsføre grønnsaker av en kvalitet som kan måle seg med det beste i Europa.

Fakta om Hjertesalaten

Hjertesalat er en mini romanosalat. Den danner et kompakt, avlangt lite salathode som bare er 12 – 16 cm langt. Det har sprø og saftige blader rundt en kraftig stengel. Meget delikat og mye smak. Absolutt å anbefale.

Produksjon av salat

Fra salaten blir sådd til den er høstklar tar det ca. 8 uker.

Såing

To ganger i uken såes det salat for å opprettholde en jevn produksjon gjennom hele sesongen.

Planting

Etter ca. 2 ukers opphold i drivhus er plantene ca. 5 cm høye og klare for utplanting.

Salaten plantes ut ved hjelp av en halvautomatisk plantemaskin.

Stell/vedlikehold

Det er utfordrende å dyrke salat. Det skal vannes, gjødsles og ugras og sykdommer må bekjempes for å oppnå suksess. Det



luftige og gode klimaet ved kysten, hjelper å bekjempe sykdommer og insekter. Bjertnæs Salat as bruker i liten grad plantevernmidler. Bekjempelse av ugras gjøres manuelt med hakke og mekanisk radrensing.

Høsting

Salaten høstes manuelt med kniv. Høstevogn brukes for å effektivisere høstingen og for at salaten skal komme raskest mulig i skyggen.

Nedkjøling

Det kreves rask nedkjøling for å hindre bakterieutviklingen og redusere aldringsprosessen. Ved hjelp av vakuumpkjøling økes holdbarheten med 30 – 50%.

Varelevering

6 dager i uken leveres salaten til Bama som distribuerer over hele landet.

Her i distriktet finner du hjertesalaten hos Meny, Spar, Kiwi og Rema.

Vi anbefaler absolutt at du prøver hjerte-salat fra Br. Bjertnæs neste gang du skal kjøpe salat!

Den er utsøkt god - og i tillegg støtter du opp om en av kretsens bedrifter.

ADRESSELISTE STYRET I HERSTAD VELFORENING 2007/2008

Navn/funksjon	Adresse	Telefon/fax	e-mail
Runar Bekkhus <i>leder</i>	Skarphagaveien 11 3120 Nøtterøy	Priv.: 33 32 39 38 Mob.: 98 28 35 09 Fax pr.: 33 32 12 69 Fax arb. 33 33 47 12	runar@panoramabygg.no rbekkhuss@online.no
Stig Gjermundsen <i>Nestleder</i>	Hagaveien 19 3140 Nøtterøy	Mob.: 97 60 19 29	stagjer@online.no
Ellen Wold Evensen <i>Sekretær</i>	Lysakerveien 2 3140 Nøtterøy	Priv.: 33 32 22 20 Mob.: 91 16 36 76	elwoev@online.no
Terje Varpe <i>Kasserer</i>	Skarphagaveien 42 3120 Nøtterøy	Priv.: 33 32 32 85 Mob.: 90 89 43 10 Arb.: 33 32 08 56	terje@notteroynaturmedisinske.no
Ingunn Fitje Selim <i>Styremedlem</i>	Herstadveien 25 3140 Nøtterøy	Priv.: 33 38 21 61 Mob.: 40 45 55 65	a.selim@c2i.net
Marta Skjeldal Grytnes <i>Vara</i>	Øvre Smidsrødvei 81 3140 Nøtterøy	Priv.: 33 40 75 55 Mob.: 93 45 58 85	marta.magne@c2i.net
Christina Kjærgaard <i>Vara</i>	Skarphagaveien 54 3140 Nøtterøy	Priv.: 33 32 37 20 Mob.: 91 59 84 59	christina73@c2i.net

Kontingent for 2007

Vi trenger sårt ditt bidrag slik at vi kan realisere ønsket om bord og stoler til partyteltene vi kjøpte inn i fjor. Partyteltene ble innviet til Velfesten og skal brukes av skolen på 17. mai. Kanskje vi får råd til stoler og benker til årets Velfest? Men da er vi avhengig av at flere støtter opp om Velforeningen og betaler kontingenten!

Takk til alle dere som har betalt årets kontingent. Vi trenger pengene i vårt arbeid for et hyggelig bomiljø.

Vi oppfordrer dere som ennå ikke har betalt til snarest å overføre 100 kroner i medlemskontingent. Pengene skal til:

**Herstad Vel, v/Terje Varpe,
Bankkonto: 2470.14.24855**

Vennligst oppgi ditt navn og adresse når du betaler.

Tusen takk for at du støtter Velforeningens arbeid.

Annonsepriser

Vi vil gjerne ha noen annonser i Hegrastadir.

Har du lyst til å annonsere i Velavisa vår, ta kontakt med Ellen Wold Evensen på mail elwoev@online.no eller på mobil 911 63 676.

1/2 sides annonse koster kr. 500,-.

1/4 sides annonse koster kr. 300,-.

Private annonser under salg, bytte, ønskes kjøpt er gratis.

