



BERGEN  
KOMMUNE

NR. 8 / OKTOBER 2019

24. ÅRGANG

# info posten



**Optimisten**



**Landsturnering**



## Kjære leser!

Jeg håper du koser deg og har en fin høst, med gøy fritidsaktiviteter og gode venner!

I kulturlivet skjer mye gøy om høsten - kulturdager, konserter, dansekvelder og idrettstevner.

Følg med i Infoposten, så vet du hva som skjer.

## Vil du vil ha ditt bilde og din historie i Infoposten?

Send e-post til [birthe.stenhjem@bergen.kommune.no](mailto:birthe.stenhjem@bergen.kommune.no) eller ring **tlf.: 408 18 157. OBS! Nytt nummer!**

Spør gjerne en ansatt i bofellesskapet, klubben, koret eller bandet ditt om hjelp til å skrive og sende bilder, eller inviter meg på besøk! På Lesernes side kan du denne gangen lese om den store tegnekonkurransen - kanskje er det du som vinner den fine premien?

Se bildene fra Nykronen på side 16 - og bli inspirert!

Hilsen Birthe

## Har du forslag til noe vi kan skrive om?

Vi kan informere om fritidstilbud og arrangementer. Innsendingsfrist er den 10. i hver måned.

NB! Send tekst og bilder hver for seg (helst ikke pdf). Bildene må være store, min. 1 MB og helst jpg.

Infoposten skal være lett å lese og forstå. Derfor vil redaksjonen av og til endre litt på tekster og bilder som folk sender inn.

### Har du flyttet? Husk å gi beskjed!

Ønsker du ikke lenger å motta Infoposten eller har du fått ny adresse?

Gi beskjed til Forvaltningsenheten din:

**Bor du i Arna, Bergenhus eller Åsane** ring tlf. 55 56 70 70 eller send e-post: [forvaltningsenhet.sonenord@bergen.kommune.no](mailto:forvaltningsenhet.sonenord@bergen.kommune.no)

**Bor du i Fana, Ytrebygda eller Årstad** ring tlf. 55 56 51 90 eller send e-post: [forvaltningsenhet.sonesor@bergen.kommune.no](mailto:forvaltningsenhet.sonesor@bergen.kommune.no)

**Bor du i Fyllingsdalen eller Laksevåg** ring tlf. 55 56 54 40 eller send e-post til: [forvaltningsenhet.sonevest@bergen.kommune.no](mailto:forvaltningsenhet.sonevest@bergen.kommune.no)

Støttekontakter og besøkshjem må kontakte sin kontaktperson i Botjeneste, Avlastningsenhet, eller Etat for tjenester til utviklingshemmede på tlf. 53 03 30 40

# Tilgjengelighet

- hva betyr det for deg?



**Hva skal til for at du får tilgang på informasjon du trenger?**

**Hva trenger du for å kunne leve livet slik du ønsker?**

Dette ønsker forskerne Aud Elisabeth Witsø og Lisbeth Kvam å finne ut av. Derfor ønsker de kontakt med voksne (over 18 år) som har lett grad av utviklingshemming. De vil vite hva du synes er viktig å gjøre i livet? Hva er det viktig å ha i ditt liv? Hva skal til for at du du kan leve slik du ønsker?

Vil du hjelpe forskerne med å finne svar på disse spørsmålene? Ta kontakt på telefon 413 05 442 eller e-post: [aud.e.witso@ntnu.no](mailto:aud.e.witso@ntnu.no)

Prosjektet er et samarbeid mellom NTNU (universitet i Trondheim) og Trinity University (universitet i Dublin i Irland)

# Rett og urett

## SOR-konferansen

Tekst og foto: Stiftelsen SOR



**Stiftelsen SOR inviterer til konferanse i Oslo 24. og 25. oktober**

**"Rettsikkerhet og tjenestekvalitet for mennesker med utviklingshemming"**

Konferansen er interessant for alle som arbeider med personer med utviklingshemming - ledere, politikere, tillitsvalgte, pårørende, tjenestebrukere og andre med interesse for temaet.

Konferansen finner sted i Oslo kongressenter, Youngs gate 21.

Se hele programmet og meld deg på: [www.stiftelsensor.no](http://www.stiftelsensor.no)

De som ønsker kan i tillegg velge å delta på konferansemiddag med underholdning ved Moddi.

Påmelding er også mulig via G Travel Farsund: Tlf: 38 39 59 99, e-post: [astrid.pedersen@ctravel.no](mailto:astrid.pedersen@ctravel.no)

# Fra Lillebjørn til Beatles

# Superfin konsert

Tekst: Ida Gjul Foto: Ida Gjul/Pixabay

**Torsdag 24. oktober kl. 18.00 inviterer Tveiterås ungdomskor til konsert i Småsalen på Fana kulturhus.**

**Billett kr 150 selges i døren. Ledsagere kommer inn gratis.**

Velkommen til konsert med oss i koret!  
I år skal vi syngje viser av Lillebjørn og Beatles.  
Du kjenner nok mange av sangene fra før, og det blir fine refreng å syngje med på.

Petter i koret liker å syngje «Obladi», og han gleder seg til at pappa Ketil skal være med i bandet. Simen liker «Hei Knut». Den er kul, sier han. «Hei Knut» er en Beatles-sang som er oversatt til norsk av Lillebjørn Nilsen.

Sturla liker mange sanger, som for eksempel «Honey pie», eller som vi syngjer: «Sukkerklump». Den sangen har Ida oversatt til norsk.

Alle vi i koret ser «lyst på livet!», og som Simen sier: Koret er ukens høydepunkt! Og vet du? Det er vi sikker på at konserten vår også blir - ta med deg noen og kom!

I år har koret fått to nye medlemmer: Juliane, som også vil tolke noen av sangene med tegnspråk, og Ingvild som elsker å være med i koret, og som deltar på tromme og med godt humør.

På konserten får dere møte vårt nystartede jenteband der Ingvild, Juliane, Agathe og Rønnaug trakterer trommer, egg og tamburin. Gjett om det svinger!

I tillegg har vi med:  
Mikael Chauvet Jørgensen på slagverk,  
Sigmund Vik på bass, Ketil Nesse på gitar og Ida Margrete Gjul som spiller el-piano og er musikalsk ansvarlig.

Kom på korkonsert  
under Kulturdagene  
i Fana og Ytrebygda!







Velkommen!  
hilsen Simen, Sturla, Gæir, Petter, Ingvild,  
Agathe, Juliane, Rønnaug og Ida



Tveiteås ungdomkor på øving

# Åsane

## fritidsklubb

Tekst og foto: Synneve Espedal

### Tirsdag 3. september var det kreativt verksted med Synneve og Alma

Med sjablonger, svamper, pensler og q-tips laget vi trykk i flotte farger. Noen av dem kan du se på bildene. Se så flotte de ble!



Se så mange fine trykk!







# Bli med på KulTur!

Tekst og foto: Synneve Espedal/Trude Kraft Solbue

**Bli med på tilrettelagte søndagsturer med kulturelle innslag.  
Vi arrangerer seks turer i året - tre om høsten og tre om våren.**

Kulturene går på grusveier/gangveier i lett terreng og har en lengde på 2-4 km. Deltakerne får utdelt motivasjonskort med premiering etter et visst antall turer.

Om du er så kul at du blir med på alle turene, får du premie. Turene passer folk i alle aldre.

Tid: Søndager fra kl. 11.00 til ca. 13.00

Sted: Ulike steder i Bergensområdet

## Neste KulTur:

- **Søndag 27. oktober kl. 11.00**
- **Turen går rundt Storavatnet i Krohnegården, og er på ca. 3,5 kilometer på asfalt og gruslagt sti**
- **Turen er ikke helt ideell for rullestoler - det er litt bratt og steinete noen steder**
- **Musikalsk kulturinnslag ved Svein Steindal**
- **Møt opp på P-plassen til Rema 1000 i Øvre Fyllingsveien (nr 77, over gaten for busstoppet)**
- **Påmelding via deltager.no/BK innen torsdag den uken det er KulTur**
- **Hvordan komme dit med buss: Ta buss nummer 19 og gå av på stoppet Klauvsteinen**

Husk matpakke, drikke og sitteunderlag.

Husk at det er høst, og vi kan få allslags vær - sjekk gjerne værmeldingen før du kler på deg.

Vi snakkes!

Har du spørsmål om KulTur? Ring turlleder Synneve på telefon 408 19 120. Telefonen blir besvart turdagen kl. 9.00-13.00. Du kan også sende e-post til: [synneve.kultur@gmail.com](mailto:synneve.kultur@gmail.com)

Det blir KulTur også søndag 24. november

Finn din tur og meld deg på her: [deltager.no/bk](http://deltager.no/bk) (skriv inn turdato)





Synneve er turlleder

Bli med på KulTur  
 - du får masse frisk  
 luft og trim  
 - og det er koselig  
 og sosialt!



Turen går på asfalt og gruslagt sti





# Optimisten på Nesttun

**Optimisten er en klubb som drives av Birkeland menighet og Nesttun bedehus**

Tekst: Linda Bårdsen Foto: Tone Totland, Linda Bårdsen og Lisbeth Småland Søvik

Vi en flott gjeng på ca. 60 personer som møtes i Nesttun bedehus første onsdag i måneden.

På klubbkveldene er det alltid andakt, sang og musikk og servering av kaffe og te med noe godt til. Noen ganger har vi pizza eller grøt. I klubben har vi ofte besøk av musikere, korps, kor og andaktsholdere. De fleste gangene har vi åpen mikrofon, slik at de som vil kan synge. Vi har også mye allsang, og dét er veldig populært.

I januar arrangerer vi julefest og går rundt juletreet, og i mai er det gudstjeneste i Øvsttun kapell. I juni arrangerer vi sommerfest med middag.

Til neste år fyller klubben 20 år, og stadig flere glade mennesker finner veien hit. Vi har det veldig kjekt sammen!







Vi du vite mer om Optimisten?  
Ring diakon Linda Bårdsen  
på telefon 55 36 22 85





# I Stjørdal på Lands- turnering

Tekst og foto: Camilla Rødberg

**En SPORTY gjeng fra Bergen deltok på årets  
Landsturnering 30. august – 1. september.**

Lagene fra Bergen og nabokommunene gjorde en kjempeinnsats på og utenfor banen. Noen vant, andre tapte, men alle var like blide og gjorde sitt beste.

**Vi gleder oss allerede til neste år og ny Landsturnering!**







Se, så gøy med  
håndball og fotball!







Flere bilder fra  
Landsturnering  
i Stjørdal







# Alle gleder seg til tegnekonkurranse!

Tekst : Solveig Trædal Foto: Trude Kraft Solbue

**Liker du å tegne, male eller fotografere?  
Send oss ditt kunstverk!  
Send til: [kulturinfo@bergen.kommune.no](mailto:kulturinfo@bergen.kommune.no)**

Kanskje er du like kreativ som den fine gjengen på bildene her? Da håper vi at du vil sende oss ditt kunstverk - trykk, tegning, maleri eller noe annet du har laget som kan pryde medlemskortene vi skal bruke i klubbene våre våren 2020.

Send innen onsdag 1. januar 2020. Er det du som skal designe våre nye medlemskort? Vinneren får 2 kinobilletter i posten!  
Vi gleder oss til å se ditt bidrag!



Bilder fra kreativt verksted på Nykronen









# Stordans i Åsatun

Tekst: Morten Jørgensen

Foto: Grete Reimers

Aldersgrense 15 år  
Billett kr 100  
(kontant eller Vipps)  
Gratis for ledsager

**Gjør deg klar til dansekveld i Åsatun!**

**Torsdag 31. oktober kl. 18.00-21.00**

Kom på Stordans  
under  
Kulturfest Åsane!



## Lübeck spiller!

Gjengen i Åsane Ungdomslag inviterer til fest!

Orkesteret Lübeck spiller variert dansemusikk, og er et godt gammelt bergensband som har gledet danseglade Vestlendinger i mange tiår.

Salg av enkel mat og drikke i kiosken. Alkoholritt.

Hvordan melde seg på: Bofellesskap sender mail med antall beboere og antall ledsagere. Privatpersoner sender mail med navn + eventuell ledsager.

Bindende påmelding til [stordans@aatun.no](mailto:stordans@aatun.no) innen 28. oktober.

Bandet består av: Lars Fauske (gitar og vokal), Stig Skauge (bass og vokal), Reidar Thyholdt (keyboard og vokal), Tom Nilsen (trommer og hovedvokal)

# Rock 'n' roll

## og dans på Elgen

Tekst: Cathrine Nordkvist Foto: Odd Geir Kvam

### Rockeklubben Elgen

*Velkommen til live musikk, diskotek og kafé!*

**Fredag 18. oktober kl. 18.00-21.00**

Du finner oss på Linken i underetasjen på Fana kulturhus  
Aldersgrense: 15 år. Billett kr 50 kjøper du på TicketCo.no  
eller i døren. Gratis inngang for ledsager med ledsagerbevis.

Spørsmål? Ring Cathrine Nordkvist, tlf. 408 18 157

Neste datoer: 8. november og 13. desember  
8. november spiller Jubelgjengen og Verdens Superband!

Arrangør: Bergen kommune



# Kino

Tekst : Anne Marit Holsen

Foto: Quisten Animation og Nordisk Film Distribusjon AS

## med høytlesning

**Filmene med høytlesning begynner alltid kl. 18.00**

**Det er loddtrekning hver gang, og du kan vinne gøye premier (filmstasj)!**

**Billett kr 50.**



I Konsertpaléet, KP 4

### **Tirsdag 15. og torsdag 17. oktober: Kaptein Sabeltann og den magiske diamant**

En sulten guttunge på flukt, en livsfarlig jungelfyrste og selveste Kaptein Sabeltann er på havet i et eventyrlig kappløp om få tak i den magiske diamant. Dette blir spennende!

Den livsfarlige jungelfyrsten Maga Kahn og den onde dronning Sirikit har endelig fått tak i den magiske diamant. De har hørt at den kan oppfylle ønsker ved fullmåne, og Maga Kahn trenger magi for å kunne tåle sol...

Men: Diamanten blir stjålet av guttungen Marco. Maga Kahn blir rasende, og sender apesoldater ut i jungelen for å jakte på guttungen.

Pinky og Sunniva drømmer om eventyr - det får de når Kaptein Sabeltann og hans menn dukker opp: Plutselig er både Pinky og Sunniva om bord på Den Sorte Dame og med på et vanvittig kappløp for å finne den magiske diamant.

**- Vil du bestille billett på forhånd? Ring 55 56 90 50 (hverdager kl. 08.00-14.00)**

**- Er det en annen film du har lyst til å se? Send ditt filmforslag til [andreas@bergenkino.no](mailto:andreas@bergenkino.no)**

Neste film: 12. og 14. november: Den vesle bygda som glømt at det var jul

# Dans

## til levende musikk

Foto: Trude Kraft



### Club Darling Point

i Grieghallen (Peer Gynt sal)

**Onsdag 30. oktober kl. 18.30 - 21.30**  
**Klubbtreff for voksne med dans og middag.**

Inngangsbillett kr 200, ikke-medlemmer kr 300. Salg av drikke og kake/kaffe

Medlemskontingent: kr 500. Vi aksepterer ikke ledsagerbevis. Kun kontant betaling

Datoer: 27. november. Julebord: 18. desember

### Tirsdagstreffet

i Ljoshall, Indre Arna

**Tirsdag 8. oktober kl. 18.00 -20.30**  
**Dans og servering av brødmat, kaffe og brus**

Aldersgrense: 18 år. Inngangsbillett kr 120. God parkering og tilkomst til huset for rullestolbrukere

Edru Livsstil Arna/Bergen inviterer til Tirsdagstreff også 12. november (juleavslutning)

Spørsmål? Ring Sissel T. Haugsgjerd, tlf. 980 67 970



# Billedkunst på Elvetun

Tekst og foto: Shadi Doroudian

Så er vi i full gang på Elvetun etter sommerferien!

Denne gangen malte alle flotte bilder med akrylmaling på lerret. Det ble mange fine kunstverk - det ene ser du på bildet under. Flott bilde, ikke sant? Takk for innsatsen, og velkommen neste gang!



# Scenedrøm

## -noe helt nytt i Bergen!

Tekst og foto: : Cathrine Nordkvist

Fana Kulturhus, Østre Nesttunvei 18

**Kom og se en forestilling med musikk, dans, teater og sang der utøvere både med og uten utviklingshemming står på scenen!**

**Premiere i Fana kulturhus:  
Lørdag 9. november kl. 15.00**

**Neste forestilling:  
Søndag 10. november kl. 18.00**

Her opptrer Musikalløvene, Dansedrøm og Scenedrømkoret sammen med elever fra Bergen kulturskoles senter for musikkterapi og fordypningsprogram innen musikk, dans og teater. I tillegg deltar profesjonelle musikere.

Kjøp billett: [bergenkultur.ticketco.no](http://bergenkultur.ticketco.no)







### **Team aktivitet**

Enhet for kulturformidling og deltakelse

**Cathrine Akse Nordkvist**

**Telefon:** 408 18 157

E-post: [cathrine.nordkvist@bergen.kommune.no](mailto:cathrine.nordkvist@bergen.kommune.no)

Adresse: Neumanns gate 1, 5015 Bergen



### **Team aktivitet**

Enhet for kulturformidling og deltakelse

**Solveig Trædal**

**Telefon:** 408 18 157

E-post: [solveig.traedal@bergen.kommune.no](mailto:solveig.traedal@bergen.kommune.no)



### **Team kommunikasjon og markedsføring**

Enhet for kulturformidling og deltakelse

**Birthe Stenhjem**

**Telefon:** 408 18 157

E-post: [birthe.stenhjem@bergen.kommune.no](mailto:birthe.stenhjem@bergen.kommune.no)

Adresse: Neumanns gate 1, 5015 Bergen



### **Aktivitetsavdelingen**

Idrettsservice

**Marte Jespersen Brunborg**

**Telefon:** 55 56 24 93

E-post: [marte.brunborg@bergen.kommune.no](mailto:marte.brunborg@bergen.kommune.no)

Adresse: Nygårdsgaten 114, 5008 Bergen



Følg Infoposten på nett:  
[www.bergen.kommune.no/kultur](http://www.bergen.kommune.no/kultur)  
eller på **Facebook**



BERGEN  
KOMMUNE

*Kontakt oss gjerne!*