



LYGNANYTT

Informasjon fra Hægebostad kommune



FRIVILLIGSENTRALEN

APRIL/MAI 2025



SYNG SAMMEN

Demenskoeret Hægebostad



Har du lyst til å synge sammen med oss?

Er du pårørende, har demens eller er bare glad i sang og musikk? BLI MED! Vi legger ekstra godt til rette for personer som har utfordring med demenssykdom.

MANDAGER 13.15-14.15

kafeen, Eiken bu- og omsorgssenter

7.apri / 5.mai / 19.mai / 2.juni

Vi tror på ***trivsel, mestring og glede*** når vi synger sammen!

Vil du være med som frivillig?

Kontakt Katrine på 90024094



Samarbeid mellom pleie/omsorg, Dagsenter,
Hukommelsesteam og Frivilligsentralen i Hægebostad



SPRÅK - KAFÈ VÅREN 2025



ÅPEN MØTEPLASS på tvers av kultur og språk I BIBLIOTEKENE MANDAG/ONSDAG 17-18.30

Onsdag	15.jan	Kollemo	<i>Lister Friluftsråd/BUA</i>
Mandag	27.jan	Eiken	<i>Psykisk helse</i>
Onsdag	12.feb	Kollemo	<i>Åpning av Frøbiblioteket</i>
Mandag	24.feb	Eiken	<i>Spill og prat</i>
Onsdag	12.mars	Kollemo	<i>Lister Kompetanse</i>
Mandag	24.mars	Eiken	<i>Ta Lappen AS</i>
Onsdag	09.april	Kollemo	<i>Joker Tingvatn, lokal bedrift</i>
TORSDAG 1.mai		Dagsturhytta Hekkfjell	#friluftslivetsår2025
Mandag	19.mai	Eiken	<i>Tingvatns Venner</i>
Onsdag	04.juni	Eiken	<i>Bålmiddag Sammen</i>

Velkommen innom til trivelige og lærerike samlinger –
med mulighet for **gode #møtemellommennesker**

*Vil du være med som **frivillig hjelper?***
Kontakt oss på 90024094



BABY&SMÅBARNSTREFF

KAFEEN PÅ EIKEN BU- & OMSORGSSENTER



TIRSDAGER 9.30-11.30

4.febr // 1.april // 27.mai

Er du hjemme med små barn? Ta de med deg!

Vi synger med barna, prater med hverandre - og ofte blir det **gode møter** mellom de yngste og de eldste! Salg av lunsj i kafeen.

VARMT VELKOMMEN

Arr: Baby- og småbarnstreff Hægebostad menighet, Aktivitør Eiken bu- og omsorgssenter + Hægebostad Frivilligsentral



DEN NORSKE KIRKE
Hægebostad og Eiken menigheter



TUR SAMMEN 2025

*Fine naturopplevelser
SAMMEN med andre
til naturperler i
Listerområdet*



Turene er **GRATIS**. På **DAGTID** 9-15

For innbyggere i **HÆGEBOSTAD**. Inkl. **LUNSJ & TRANSPORT**
15 plasser pr tur. *Førstemann til mølla!*

29.april **Spangereid, Lindesnes**

10.juni **Rossevatn** via Heddan, Hægebostad

Hva kreves av fysiske ferdigheter?

2-3 km gange på turstier.

Turledere: Frisklivsentralen og Frivilligsentralen i Hægebostad

Påmelding **INNEN TORSDAGEN FØR** til:

Janne Ås 97644844 / Katrine Raen Vatne 90024094



Arr:

Lister Friluftsråd, Hægebostad Frisklivsentral og Frivilligsentral – med forbehold om midler fra
Miljødirektoratet/Tilskudd til friluftslivsaktiviteter 2025

ÅPEN KAFE

SNARTEMO AKTIVITETSSENTER

TIRSDAG 13.mai



11.00 KUBBESPILL

11.45 GRATIS LUNSJ

12.30 UTEBINGO



Servering fra Jan`s UTEPIZZERIA

Vi SPILLER & SPISER UTE #friluftslivetsår

Har du behov for skyss eller ønsker noen å gå sammen med? Kontakt oss på 90024094 – vi finner en løsning!

Velkommen til en trivelig formiddag – åpent for ALLE!

Arr:

Snartemo Aktivitetssenter, HJELPA,
Frisklivsentralen og Frivilligsentralen i Hægebostad,
Hægebostad Menighet, Lister Friluftsråd – med midler fra
Gjensidigestiftelsen/Friluftslivets år



MIDDAG SAMMEN

I KAFEEN PÅ EIKEN BU- OG OMSORGSSENTER

TORSDAGER 13.30-15



Livet er for kort til å spise alene!

Middag, dessert & kaffe for 100,-

Ring og bestill (38349212) **INNEN ONSDAGER kl 15**

17.apr IKKE MIDDAG

24.apr FILM & MIDDAG ***Snartemosverdet kl 12.00***

1.mai IKKE MIDDAG

8.mai MIDDAG

15.mai KONSERTFORESTILLING ***Frigjøringsjubileet***
m/skuespillere og musikere fra **Kilden Teater** kl 12.30

2 frivillige hver gang dekker bordet, bidrar til god atmosfære og
hjelper til med rydding etterpå ***Har du lyst til å være med som
frivillig?*** Kontakt oss på 90024094



BÅLMIDDAG SAMMEN



Frivillige bidrar til et *gratis, sosialt friluftstilbud* midt i hverdagen

– familievennlig og *åpent for alle!*

Vi drømmer om at dette kan bidra til å *utvikle ferdigheter og inspirere til mer friluftsliv* for både barn, unge og voksne!

BÅLET ER VARMT ONSDAGER 16-17

23.april Gapahuken, Kollemo

14.mai Kyrkjeodden, Eiken

4.juni Aktivitetsparken, Skeie

- ✓ Påmelding til **Katrine (90024094)** innen mandag samme uka
- ✓ Barn **under 10 år** kommer i følge med en voksen
- ✓ Vi oppfordrer til **samkjøring**, men mulighet for **transport v/behov**
- ✓ Ta med eget **bestikk**, kopp, tallerken/suppeskål
- ✓ Vi legger til rette for **fremkommelighet** for personer med funksjonsnedsettelse



ORDFØREREN'S TUR

Dagsturhytta, Hekkfjell

Ordfører Jan Petter Gysland inviterer **ALLE i Hægebostad Kommune** til å bli med på **TUR!** Han oppfordrer til å **invitere** med seg **nye innbyggere** og håper vi blir **mange nasjonaliteter «på toppen»!**



Ta på deg tursko, klær etter vær og nistemat/drikke + et **flagg** fra ditt fødeland i sekken!

Vi oppfordrer til **samkjøring**, men trenger du skyss blir det **gratis buss** fra Snartemo kl 09.30. Påmelding til Geir Andreassen (94527202) INNEN TIRSDAG 29.april

Oppmøte Eiken kyrkje TORSDAG 1.MAI kl 10

Herfra kan du velge den ruta som passer best:

- Breiaskår. Via Eiken boligfelt, deretter gårdsvei/skogssti, før en henter raske høydemeter i stein og fjellterreng. Deretter går stien langs fjellkanten med fantastisk utsikt! 2,5 km en vei, med ca 450 høydemeter. Bratt sti. Krevende. Vi beregner ca 1,5 time på denne turen (en vei)
- Kjøre opp til merka parkering øverst i Hekkfjellveien. Herfra er det 1,2 km å gå på traktorvei/sti. Vi beregner ca 45 minutter på denne turen (en vei)

Vi møtes på toppen og satser på å spise **nistepakke felles i 12-tida!** Etterpå blir det **gratis utlodning** for alle som er med +++!
Bussen drar fra parkeringa ca 13.30



AGDER
fylkeskommune

Språkkafe/Integreringstjenesten og Frivilligsentralen i Hægebostad, Eiken Idrettslag, Lister Friluftsråd – m/ midler fra Agder Fylkeskommune, Friluftslivets år 2025

FILM&MIDDAG

KAFEEN EIKEN BU- & OMSORGSSENTER

TORSDAG 24.APRIL 12.00



*Har du lyst til å se filmen om **Snartemosverdet** før den kommer på NRK?*

Filmen hadde verdenspremiere 29.mars og formidler spennende, verdifull historie med lokale skuespillere!

Katja Regevik fra Tingvatn

Fornminnepark kommer med

film og er åpen for prat etterpå.

Velkommen til åpen filmvisning!

Vil du være med på **MIDDAG SAMMEN** etterpå?

Middag/dessert/kaffe for 100,- **kl 13.30**

Bestill hos kjøkkenet 38349212

INNEN ONSDAG kl 15

Trenger du **skyss** eller **noen å gå sammen med?**

Kontakt oss på 90024094 – vi finner løsninger!

Arr:

Tingvatn Fornminnepark

og Frivilligsentralen i Hægebostad



FORFATTERBESØK AV ØYSTEIN ANTONSEN

**MANDAG 5. MAI KL. 18.00
PÅ EIKEN BIBLIOTEK**

Øystein Antonsen vil denne kvelden fortelle om serielitteratur, egne serier, livet som forfatter og hvordan han arbeider.



Inspirasjon til seriene sine kan han finne overalt, han liker å drive research, og leser mye historie, bøkene han skriver må være troverdige.

Han har tidligere gitt ut seriene «Rederiet» og «Hotell Arendal». Denne kvelden vil han også snakke om sin nye serie som har bokslipp i mai, «Lina barnevandreren».

«Lina barnevandreren» er en opprivende og sterk historie om den dype fattigdommen i Agder gjennom 1800-tallet, som tvang foreldre til å sende barna sine ut på en lang vandring for å arbeide på de rike gårdene i øst. En gripende serie om fattigdom, tap og samhold – og om å våge å velge kjærligheten.

Til denne serien har han også drevet research i og rundt barnevandrerstien som går gjennom Hægebostad.

Alle som kommer, får første bok av «Lina barnevandreren» gratis.

Enkel servering!

Velkommen til en kveld som garantert gir leselyst!

Arr. Biblioteket i Hægebostad



Eiken og Hægebostad menigheter

April (Mai) 2025

Tirsdag 8. april: Fasteaksjonen. Bøsseinnsamling for Kirkens Nødhjelp

Onsdag 9.april: kl. 17.30 Felleskirkelig PÅSKEFEST i Sarons dal

13. april Palmesøndag kl. 11: Påskespel i Eiken kyrkje. Vi opplever påskehendelsene gjennom dramatisering, sang og musikk. Emmanuel Waldron. Nina Iren Orthe Eikeland.

17. april Skjærtorsdag kl. 11: Gudstjeneste i Hægebostad kirke. Nattverd. Bernt Rune Sandrib. Musiker: Emmanuel Waldron. Takkoffer: Stefanusalliansen.

17. april Skjærtorsdag kl. 19: Gudsteneste i Eiken kyrkje. Nattverd. Bernt Rune Sandrib. Musiker: Emmanuel Waldron

20.april 1.Påskedag kl .11: Høytidsgudstjeneste i Hægebostad kirke. Bernt Rune Sandrib. Musiker: Emmanuel Waldron. Takkoffer: Misjonsprosjektet Malinkéfolket

21. april 2. Påskedag kl. 11: Høgtidsgudsteneste i Eiken kyrkje. Bernt Rune Sandrib. Musiker: Emmanuel Waldron. Dåp. Takkoffer: Israelsmisjonen

23. april kl. 19.30: ALLSANGKVELD I EIKEN KYRKJE! Emmanuel spiller! *I forlengelsen av sangkvelden inviteres alle som er interessert, til PROSJEKTKOR!*

27. april kl. 11: Gudstjeneste i Hægebostad kirke. Bernt Rune Sandrib og konfirmantene. Musiker: Emmanuel Waldron. Takkoffer: Menigheten. Konfirmantfest i Kirkestova etter gudstjenesten.

4. mai kl. 11: Gudstjeneste i Eiken kyrkje. Rolf Martin Synnes. Nattverd. Takkoffer: Kyrkjelyden. Kirkekaffe.

Onsdag 7.mai kl. 19.30: Onsdagskveld: «En smak av Alpha». Alle velkommen!

11. mai kl. 11: Konfirmasjonsgudstjeneste i Hægebostad kirke. Bernt Rune Sandrib. Musiker: Emmanuel Waldron. Kirkebandet.

Gudstjenestestreaming på  *Hægebostad menighet eller :*  *Eiken kirke*

Nettside: haegebostad.kirken.no

 *Kirka i Hægebostad og Eiken*

Velkommen til Betesda Eiken

Uke 15

tor. 10.04 19:00 I Guds Nærhet
tor. 10.04 20:00 Bønnemøte
søn. 13.04 17:00 Søndag 17. **Ingvild Forgard taler**

Uke 16

tor. 17.04 19:00 I Guds Nærhet
tor. 17.04 20:00 Bønnemøte
fre. 18.04 19:30 Langfredagsmøte. **Terje Govertsen taler**

Uke 17

tor. 24.04 19:00 I Guds Nærhet
tor. 24.04 20:00 Bønnemøte
søn. 27.04 19:00 Søndag 19. **Ingvild Forgard taler**

Uke 18

ons. 30.04 10:00 Lek&Lunsj
ons. 30.04 17:30 Junior Vårfest
tor. 01.05 19:00 I Guds Nærhet
tor. 01.05 20:00 Bønnemøte
fre. 02.05 19:30 Fredagsmøte. **Karl Eiken taler**
fre. 02.05 21:00 Between

Uke 19

tor. 08.05 19:00 I Guds Nærhet
tor. 08.05 20:00 Bønnemøte
lør. 10.05 20:00 One80 Celebration
søn. 11.05 17:00 Søndag 17. **Tomas Natvig taler**



LYS OVER LAND

MØTE HELG

FREDAG 9. MAI | KL 19:30

LØRDAG 10. MAI | KL 19:30

EIKEN BEDEHUS

Eiken Bedehus

Velkommen til møter på Eiken Bedehus.

Vårdugnaden på bedehuset 2. mai er flytta fram til **onsdag 23. april kl. 17.00.**

Kan gjerne møte kl. 16.00.

Søndag 27. april kl. 11.00. Familiemøte.

Frank Rott. Sang.

Nattverd, Kollekt. Kaffi etter møte.

Onsdag 14.mai kl. 19.30. Finnmarks møte

ved Edvard Foss. Sang.

Kollekt til Finnmarksarbeidet.

Kaffi og kake etter møte.

Det blir ikkje møte skjertorsdag på Hekkfjellet.

Eiken Imf.

Naturlostur søndag 18. mai 2025

80 års krigsminnemarkering på Verdal i Eiken.

Den kviterussiske krigsfangen Stephan Zdorovets låg i dekning i 2 måneder under Tjuvhelleren på Verdal våren 1945 fram til freden kom. Dei fastbuande på garden skaffa mat og klede til han. Han hadde røymt frå tvangsarbeidet på Knaben Gruva. Gjekk på skaresnøen utan ski over Hekkfjellet til Verdal. Utpå ettersommeren måtte han reisa heim til Kviterussland. Han lova og koma attende. Men sonen Aleksej kom på vitjing i 2008.

Vi møter opp på Verdal Skianlegg kl. 13.00 der vi parkerer bilane. Derifra går vi på sti og veg fram til Austre Verdal, og vidare opp til Tjuvhelleren.

Undervegs vil det bli orientert om gardane på Vestre Verdal, Telhaug og Austre Verdal. Geir S. Toskedal fra den kviterussiske foreininga vil halda foredrag. Krigshistoriker Magne Haugland vil også delta. Arnfinn Hobbesland vil fortella om då Aleksej kom på besøk. Det blir steving av Emilie Frøitland. Enkelt matsalg ved skianlegget både før og etter turen.

Lengde: 2,5 km. ein veg på sti og veg.

Område: Verdalsområde i Eiken.

Møtestad: Verdal Skianlegg Kl. 13.00.

Naturlos: Magne Haugland, Arnfinn Hobbesland og John Fidjeland

Arrangør: Eiken Sogelag. Telefon: 92494704.



Åpent hus

Torsdager kl. 10:00 til 14:00

Vi serverer kaffe og te!

NB! Åpent hus er stengt disse dagene:
17. April
1. Mai
29. Mai



**Røde Kors
Hægebostad**

Frister for Lygnanytt vinter/vår 2025

Stoff sendes til lygnanytt@haegebostad.kommune.no innen fristen

INNLEVERING	TRYKKING	UTKJØRING	Kommentar
Tirsdag 21.jan	Mandag 27.jan	Torsdag 30.jan	
Tirsdag 25.feb	Mandag 3.mars	Torsdag 6.mars	
Tirsdag 1.april	Mandag 7.april	Torsdag 10.april	
Tirsdag 29.april	Mandag 5.mai	Torsdag 8.mai	
Tirsdag 27.mai	Mandag 2.juni	Torsdag 5.juni	Dekker juni/juli/aug

Utgivelsen av Lygnanytt i papirutgave er et samarbeid:

Tjenestetorget trykker bladet

Snartemo Aktivitetssenter kjører ut bladet til lokale butikker, EBO og bibliotekene

Hægebostad Frivilligsentral v/frivillig redaktør, George William Sykes

Har du spørsmål – kontakt oss på mail eller mobil 90024094

