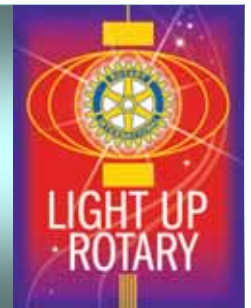




KJELLERPOSTEN

Kjellerposten Oktober 2014
TVEDESTRAND ROTARYKLUBB

Chartret 31. juli 1950



Presidenten har ordet:



Kjære alle sammen

Vi har hatt en ny mnd. med et fantastisk program Når været ute er så gufsete som det er for tiden, er det godt å komme sammen med hjertevarme og humor. Foredraget til Thorstein Gundersen må vel være av stor interesse for alle. Jeg hadde invitert meg min Mor som hadde stor glede av det. Og ikke bare er Thorstein en av landets aller beste hjerteleger, han er også den legen jeg har møtt med størst hjerte. Morten Eriksens kjærlighet for fugler var heller ikke vanskelig å få innsyn i. Om ikke alle er interessert i fugl, så falt nok dette foredraget i smak uansett godt pepret med humor og lokale begreper. Det er godt å komme opp på sykehjemmet å se hvor folk koser seg, vi har jo selv medlemmer som bor der til tider. Takk alle sammen for flott oppmøte og innsats. Jeg har også vært på et lengre besøk hos Karl Ragnar, som jeg for øvrig hadde en flott livsbeaktende samtale med. Han er veldig dårlig til bens og sliter litt til tider med å få ordene frem men han spilte orgel for meg og viser livsglede. Jeg vil fortsette å oppfordre dere til å ta med venner på passende foredrag og så vil jeg minne oss på at vi må se hverandre og ta litt ansvar, for at alle trives i klubben vår.

Sven Inge

ROTARYMØTE 06.10.

Møtested: Rotarykjelleren

Møteleder: Past president Oddvar Pedersen

Fremmøte: 68%

Sang: « I natt jag drømde »

Program: Kameratskapsaften

Først litt informasjon. Bjørn informerte om opplegget for Strannafesten 20. oktober og julebordet 14. november.

3 min: Olaf Jørg informerte om medlemsutvikling fra et seminar han hadde deltatt på. Der kom det fram at det er en tilbakegang i medlemsmassen i Rotary og at bare 1 av 8 medlemmer var under 50 år. Rotaryklubbene må lage plan og mål for hvordan medlemsutviklingen skal bli positiv i klubbene. Han viste til Grimstad Rotary der man har klubbaften med middag en gang i måneden for å inspirere medlemmene, og at Mandal Rotary har opptak av nye medlemmer kun en gang per år med stor festivitas i klubben den kvelden. Det ble også pekt på at det var viktig at hvert enkelt medlem viste engasjement i klubben som ville virke inspirerende på alle.

Deretter gjennomgikk Olaf Jørg regnskapet for år 13/14 og budsjettet for år 14/15 som begge ble godkjent.

Det ble så gitt referater fra klubbens peisaften som var hos følgende verter: Brita T, Arne B, Trygve E og Olaf Jørg H.

Der kom det fram at man burde starte dette møtet tidligere en vanlig møtetid kl. 1/2 8, da en slik hyggelig kveld går alt for fort, - og mange følte de får for dårlig tid. Alle gode forslag som kom inn denne kvelden blir oversendt programkomité og president. Alle referentene takket også vertene for god servering og en hyggelig aften.

Ref: Bjørn W.

ROTARYMØTE 13.10.

Møtested: Rotarykjelleren

Møteleder: Presidenten.

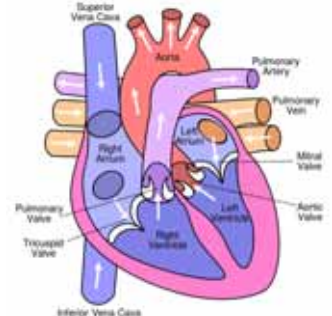
Fremmøte: 74%

Program: Hjerte problemer hos eldre ved Torstein Gundersen.

Presidenten ønsket velkommen og ga så raskt ordet til kveldens foredragsholder, **hertespesialist Torstein Gundersen**. Gundersen takket for invitasjonen, og viste til at han hadde en Paul Harris utmerkelse ved Arendal Rotary, og

at han derved hadde gleden og muligheten til å kunne møte på rotarymøter over hele verden.

Gundersen har jobbet med hjerteproblematikk i hele sitt liv. Hjertestarter kom først til sykehuset på 80 tallet, og det å få hjerteinfarkt på den tiden var svært farlig og dessverre dødelig i mange tilfeller. På 90 tallet økte overlevelsesgraden betraktelig. Da man også begynte å blokke ut tette årer ble overlevelsesprosenten radikalt forbedret. For alle mennesker er økning i blodet tiltakende med



økende alder. Det skjer langsomt over mange år, og det skal mange forkalkninger til i årene før man kan få et eventuelt infarkt. **Den største risikoen for hjerteinfarkt er arv. Deretter er røyking en stor risikofaktor. Kolesterol og høyt blodtrykk er også betydelige risikofaktorer. Likeledes er overvekt, inaktivitet, diabetes og negativt stress faktorer som gir økt risiko for hjerte og karsykdommer.**

Når man blokker ut en åre trekker man en wire fra pulsåra i armen helt til hjertet og blåser der opp en ballong som presser forkalkningen ut av åreveggen slik at åra igjen blir fullt åpen.

2600 pasienter blir undersøkt for hjerte og karsykdommer hvert år ved sykehuset i Arendal. Pasientene kommer fra Vest-Agder, Aust-Agder og Telemark fylker. Kosthold er en livsstil og ikke noe du gjør der og da. Hjerteinfarkt er en sprekk i blodåra. Hvis blodet da koagulerer og stenger for hele åpningen får man et hjerteinfarkt. Jo fortere man får åpnet den blokkerte blodåra jo større blir overlevelsesgraden.

Presidenten takket for et svært interessant foredrag som angår oss alle. Ref. Bjørn W.

I dette nummeret kan du lese om:

06.10.: Klubbaftenen.

13.10.: Hjerte problemer hos eldre ved Torstein Gundersen.

20.10.: HYGGEKVELD PÅ STRANNASENTERET

27.10.: « Fugler i farta.» ved Morten Erichen

Programmer framover:

03.11. Klubbaften. Nominasjon. 3 min.

14.11. Julebord på Rådhuset. Grønne sal. (Møt opp.)

17.11. Fremtidens biler ved Magnar Hovden. 3 min.

24.11. Intercitymøte med Kragerø, Risør og

Tvedestrand, på Cinderella, Broklandsheia.

Fremmøte denne måned: 63 %

100 %: Ole J. D., Reidar K., Ole J. T., Egil V., Helge N., Tor Erik N., Arne B., Oddvar P., Ragnar L., Line A., Bjørn W., Helge N.,

Møtt i andre klubber:

Leif Fage. Møtt i Nesodden Rotaryklubb 13.10

ROTARYMØTE 20.10. ROTARYKLUBBEN MED HYGGEKVELD PÅ STRAN- NASENTERET

Det var knapt en stol ledig i spisesalen på Strandaseret mandag kveld, da den lokale rotaryklubben inviterte til hyggekveld for stedets beboere. Dette har blitt en tradisjon som de eldre helt tydelig setter meget stor pris på.



Klubbens president, Sven I. Marcusen, ønsket velkommen og overlot deretter roret til **kveldens "festgeneral" Bjørn Walle**, som ledet resten av kvelden.

Det er klubbens egne medlemmer som er verter og servitører og som vanlig var det kaffe og kake som stod på menyen.



Kveldsmaten var inntatt litt tidligere denne dagen og en dame "godt oppe i årene" kunne fortelle at hun ikke hadde spist siden middag for hun måtte sørge for å ha god plass til alle de deilige kaken. Og appetitten var stor og praten gikk livlig rundt bordene, her vanket det både bløtkaker av ulike slag, ostekake og "verdens beste".



Underholdning ble det også.

Det er alltid stas når de unge jentene i Tvedestrand Barnegospel kommer på besøk. De er blitt riktig flinke og fremførte flere sanger under ledelse av sin **dirigent Tonje Olsen**.

Som avslutningspost på kvelden stod det store gratislotteriet, også dette et høydepunkt. Rotaryklubben hadde skaffet masse gevinster og om ikke alle vant, så var det ikke mye om å gjøre.



Det var i alle fall mange fornøyde ansikter å se. Etter drøye 1 ½ time var det ubønnhørlig slutt. **Bjørn Walle** takket alle de fremmøtte og kunne med sikkerhet garantere at klubben ville stille i stand en ny hyggekveld neste høst.

Oddvar P.

ROTARYMØTE 27.10.2014

Møtested: Rotarykjelleren

Møteleder: Presidenten.

Fremmøte: 60%

Presidenten ønsket velkommen og gratulerte Helge med vel overstått 60 års dag.

Neste nummer kommer i



Morten Erichsen

Kveldens foredragsholder Morten Erichsen,

viste bilder og fortalte om vår fantastiske fuglefauna. **Han er for tiden spesielt opptatt av ugler.** De 2 store uglene våre Hubro og Snøugla er han spesielt glad i. De er for store til å komme inn i hule trær og må derfor selv bygge reir i trær og andre steder. Markmus er delikatess for ugler, og i år er det mye smågnagere som gir stor hekk av ugler.

Han er med på et prosjekt i Hedmark der de har laget reir til de store uglene. Der kan de følge egglegging, klekking og oppfostring av ugleunger. Morten viste her et flott bilde av en stor lappugle som han holdt godt da de biter hardt hvis de kommer til. Han mener den klokskapen vi mennesker har tillagt ugla nok er overdrevet. Det er nok heller dens kloke utseende som gjør at vi tillegger den egenskaper den ikke har i så stort monn vi liker å tro.

I nærområdet vårt har han funnet lappugle.

En flott ugle å få i kameralinsa. Den karakteristiske tutingen vi hører nå på høsten kommer fra denne ugla. Likeledes er kattugla en ugleart vi finner i vårt distrikt, og som også tuter litt trolsk nå om høsten.



Lappugle

Vi har også mange spennende og flott småfugler i vårt område. Morten trakk spesielt fram løvsanger og nattergal som 2 småfugler man kanskje ikke ser så ofte rundt husene, men som vi lett kan finne ved å være ute i naturen. Selveste havørna har dukket opp i vårt distrikt etter nærmere 100 års fravær. Får bare håpe den slår seg til ro her og at vi får beholde den i vårt nærrområde.

Og et råd hadde Morten til oss hvis vi ønsket å oppleve våre flotte småfugler. Gå ut i naturen, ta det med ro, sett deg ned og la naturen komme til deg.

Ref. Bjørn W.

Tvedestrand Rotary Klubb

Hotellkleiva 2, 4900 Tvedestrand.

e-post: tvedestrand@rotary.no

Internett: www.tvedestrand.rotary.no

President 2013- 2014: Svein Inge Marcussen

Margrethes vei 4, 4900 Tvedestrand.

Mobil: 915 36 444

e-post: Sveninge@solbygg.net

Sekretær: Tanja Høiseith,

Furulyveien 4, 4900 Tvedestrand

Mobil: 99539953 epost: tanjh@online.no

IT- ansvarlig: Helge Nilsen, Gjevinggården,

4912 Gjeving. e-post: admin@sentralvaskeri.no

KJELLERPOSTEN, **Redaktør:** Tore L. Dalen,

Høyheiveien 6, 4900 Tvedestrand.

E-post: tore.l.dalen@kabeltv.as

Fødselsdager :

Geir Nylén 01.10

Cecilie Granerud 14.10

Ole J. Devold 30.10

