



Sport



Super støtte i sporet

Feiret 25-års jubileum

SIDE 17-19

Vestbø klarte to meter

SIDE 24



Tror ikke på kvalik

SIDE 23

PIZZA  
CAPRICCOSA  
ODELSBRØD kr 10

Coop Extra Kongsvinger  
Langeland  
7-23 (8-21)

coop extra

## - Vær medmenneske!



Ung UKM-skribent

SIDE 13



Föreläsningsseminarium  
i  
Suicidprevention

Ett samarbetsprojekt  
mellan

Polisen, Räddningstjänsten, Ambulansen,  
SOS och

Svenska kyrkan i norra Värmland

**SAMARBEID:** Det er nøkkelordet når et lokalsamfunn går sammen om å fange opp unge i risikosonen for å ta sitt eget liv.

■ Nord i Värmland er det området i Sverige der flest unge tar sitt eget liv. På norsk side av grensen er statistikken også dyster.

■ – Vær medmenneske! Det er viktig å våge å si noe til den som man tror er i faresonen og sliter

med tunge tanker, er Johan Bonanders budskap.

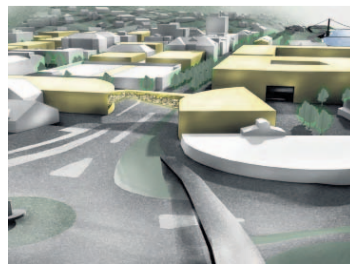
■ Menighetsrådet i Grue fikk søndag ta del i den svenske prestens kunnskap. – Viktig lærdom, som vi må ta innover oss, sa sogneprest Arne Birger Gjestland.

SIDE 34 OG 35



– Hvor er Mame Niang?

SIDE 20 OG 21



Ny byport til Kongsvinger

SIDE 4 OG 5



Folksomt på åpen skole

SIDE 2 OG 3



Fornøyd med nytt studio

SIDE 15

## Radarpar til revy-NM

■ **KONGSVINGER** Hokkåsen-revyens radarpar Øyvind Henriksen og Trond Eng moret mange i helga med Glåmdalsrevyen. Lørdag var det representanter fra revy-NM på Høylandet i Rådhus-Teatret. De lo godt av same-nummeret «Jorvas-Anti og Matti-Jokki». Henriksen og Eng er én av ni innslag som blir kvalifisert direkte til årets NM i revy på Høylandet.



## En mann og en kopimaskin

■ **SØR-ODAL** «Noe var enklere før», mener produsentene av TV2s sat-sing «Farmen». Reklamen viser en forvirret kontorist som ikke får i orden kopimaskinen i det store kontorlandskapet. Uansett hvilke knapper han trykker på, blir det bare feilmeldinger. Den stakkars fortvilte kontoristen spilles av Ole Sverre Spigseth, kjent fra Odalsrevyen og Glåmdalsrevyen.



## JUBILANTER

Jubilantlistene leveres av Norsk Telegrambyrå. De som ikke ønsker å få navnet sitt på trykk i Glåmdalen vedrørende jubileum må på forhånd melde fra om dette til oss.

Tlf. 62 88 25 00.

Postadresse: Glåmdalen, Postboks 757, 2204 Kongsvinger e-post: folk@glomdalen.no

### 90 ÅR

Peder Frid, Årnes

### 85 ÅR

Ragna Hagen, Fenstad  
Ole Herudshagen, Sander

### 70 ÅR

Arnhild Pauline Hansen, Gjesåsen  
Knut Martin Lindberg, Skarnes

### 60 ÅR

Hans Oddvar Flobergundet, Arneberg  
Marianne Borg Mannsåker, Galterud  
Dag Rensmoen, Flisa  
Dag Skedsmo, Kongsvinger

### 50 ÅR

Arne Vidar Gruben, Kongsvinger  
Tor Johansen, Hvam

### 40 ÅR

Berit Oppi, Gardvik  
Gitte Søvik, Hvam

### 30 ÅR

Carina Neergaard, Kongsvinger

### 20 ÅR

Ida Ihlang, Vormsund  
Lars Olav Kvernbråten, Kongsvinger  
Kim Arne Myrvang, Hokkåsen  
Petter Olsson, Roverud

## Stoler på kostråd

■ **STAVANGER:** Langt de fleste i Norge har tillit til rådene de får fra Helsedirektoratet om hvordan de bør sette sammen kostholdet sitt. I mai i fjor ble utkast til nye kostråd presentert, og siden har kritikken haglet mot forslagene fra Nasjonalt råd for ernæring. Over 100 høringsinnspill er gjennomgått før Ernæringsrådet mandag lanserer de endelige rådene til befolkningen. Til tross for kritikken svarer 70 prosent av tusen spurte at de har tillit til myndighetenes anbefalinger.

# Kunnskap kan hindre

**Nord i Värmland er det området i Sverige der flest unge tar sitt eget liv. Tendensen er den samme på vår side av grensen. Prest Johan Bonander har tatt grep, og delte sin kunnskap med menighetsrådet i Grue.**

## GRUE

KARI GJERSTADBERGET  
kg@glomdalen.no – 62 88 25 81

Hva utløser en slik voldsom handling som der selvdrap blir en «løsning» når alt er svart?

### Folkehelseproblem

Bernander og kona, diakon Eva Bernander, har gjennom et tre år langt prosjekt arbeidet med å finne svar på hvem som tar sitt eget liv, og hvorfor. Temaet er fortsatt svært tabu, og det kan kanskje være forklaringen på at få deltok på kirkekaffen og foredraget som Östmark-presten holdt.

Presten kom med svært konkrete innspill til hvordan vi i hvert fall i noen grad kan se signalene, og hva et kriseteam kan gjøre. Prosjektet fokuserer særlig på ungdommers selvdrapstanker og psykisk dårlige helse nettopp i de tre kommunene Torsby, Sunne og Hagfors.

– Ofte kommer en som prest inn i bildet allerede når katastrofen har skjedd. Samfunnet har som tradisjon å tie, og ikke vie selvdrap oppmerksomhet. Men det er jo et paradoks at det brukes milliardsummer på å sikre veier og lage trafikksikre biler, når svært mange flere tar sitt eget liv i løpet av et år, en de som omkommer i ulykker. Dette er et stort folkehelseproblem. I aldersgruppa 16 til 24 år er selvdrap den største dødsårsaken i Sverige, sa Bonander. Og det er ingen grunn til å tro at det er særlig annerledes i Norge.

### Sammensatt team

I prosjektet inngår blant annet foredrag med ressurspersoner til skole- og helsepersonell. Kenneth Gärdestad, bror til musikeren Ted – han som ville ha sin egen måne – har holdt musikkforedrag for elever i Torsby, om broren, musikken og at han valgte å ta sitt liv. Värmlandskommunene har også satt sammen et team med psykiatriske behandlere, politi, prest og redningstjeneste.

– Det er 12 mil til Karlstad og profesjonell hjelp for psykisk syke. Vi har erfart at det er viktig å ha et lokalt sammensatt team som kjenner forholdene og folk flest, og som kan gjøre en bedømmelse



**TIL ETTERTANKE:** Menighetsrådet i Grue var svært lydhøre for presten i Östmark, Johan Bonander, som holdt foredrag Myrvang, Johan Bonander (stående), Aasa Johnsen, Magne Andreassen (organist), Elisabeth Haugeløkken, Marianne

av situasjonen der og da, dersom noen har forsøkt eller truer med å ville ta sitt eget liv. Står noen på ei toglinje eller oppe på ei bru og vil hoppe, da må hjelpen komme der og da, sa Bonander til et lydhørt publikum.

### Mange myter

Hvilke signaler skal vi se etter?



**FOLKEHELSEPROBLEM:** Prest Östmark, Torsby, Johan Bonander, har satt seg godt inn i de dystre tallene for selvdrap blant unge nord i Värmland, og arbeider med forebygging.

Her er det mange myter som må avlives, sa Bonander.

Det er ingen «regel» som sier oss hvem som kan gå til det skrittet, men mange faktorer er som regel til stede. Det er sjelden én årsak. Og ingen selvdrap er like; Adolf Hitler og Karin Boye hadde svært ulike utgangspunkt for å ende livet, sa Bonander.

– Dårlig selvbylde, slutt på kjærlighetsforhold, alvorlig sykdom, og selvsagt depresjoner og psykiske lidelser av ulik art, det forsterker faren for at man i en krisesituasjon i livet velger døden som utgang.

– Det er normalt å tenke på selvmord som en sikkerhetsventil. Det er en mulig utgang som kan streife alle mennesker i løpet av et liv. Det er når mye av tankene våre dreier seg om dette; at det blir et mantra, det kan skje. Det er de faresignalene vi bør være oppmerksomme på, sa presten. Det kan være at noen kommer på besøk, som en i ettertid tenker var en siste hilsen, unge jenter som selvskader seg, unge gutter som blir forlatt av kjæresten, folk som er blitt mobbet på skolen eller på nettet, tidligere selvmord i familien, det er flere faktorer som til sammen gjør at noen føler livet så tungt i ung alder, at de velger den utveien, sa Bonander.

Ved å ha tette og lokale team, og ikke minst våger å være åpen og prate om temaet til ungdom, håper han og prosjektet å kunne hjelpe flere til å orke å leve, og finne glede selv om alt har sett svart ut.

### Styrke selvbylde

Kirken har selv en grumsete his-

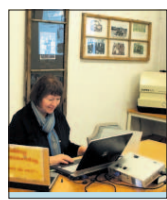
## Rekord for revyen

■ **KONGSVINGER** Var du på Glåmdalsrevyen i helga? Da var du sannsynligvis i veldig godt selskap. De fire forestillingene ble sett av til sammen 1650 glåmdøler, det vil si eidskoginger, odølinger, nesbuer og solunger. – Etter ti år i latterens tjeneste, mener vi bestemt at dette må være rekord, melder en fornøyd Øivind Roos på vegne av revygjengene.



## Vil du vite mer om slekta?

■ **EIDSKOG** I går fant krimforfatter Unni Lindell sin svenske pappas slekt i «Hvem tror du at du er» på NRK. – Vi har fortsatt noen plasser ledig på nybegynnerkurset i slektsforskning lørdag 12. februar i Fagskolebygget på Rasta, forteller Sylvi K. Borge (bildet) og Bjørn Gunnar Lindalen. De sier kurset er gratis for medlemmer, påmeldingsfristen går ut i morgen.



# selvdrap



drag om selvdrap blant unge. Fra venstre sitter Arne H. Andersen, Gudbjør Østmoen, Anne Marit Vangerud og Grue-prest Arne Birger Gjestland.

torie knyttet til selvdrap. Det ble sett på som en dødssynd, på linje med drap, og i tidligere tider ble ikke de som hadde tatt sitt eget liv, fraktet inn gjennom kirkeporten. De måtte bæres over muren, og i muren rundt Grue kirke, er det fortsatt trinn i steinene, til å «lempe over» de som ikke var verdige.

– Det er forferdelig å tenke på at det var slik en gang. Det er det heldigvis slutt på. Men norske

prester kan altfor lite om selvdrap, hvordan vi forholder oss både overfor pårørende og dem vi møter som selv er suicidal. Dette var veldig nyttig. Kanskje vi som kirke ikke har vært flinke nok til å bygge opp folks selvbilde? undret han.

Kunnskapen som Johan Bonander delte med seg, er en bit på veien, både for prester og alle andre, som medmennesker.

## ■ DYR I DRIFT



Søndag den 16. januar dukket det opp en liten frøken på døra, som var fast bestemt på å komme inn. Katten er svart med oransje spetter og vi tror hun er cirka fire måneder. På grunn av to hunder og ei datter som er allergisk, håper vi selsagt at rette eier savner kosedyret sitt. Jeg er å treffe på telefon 979 58 775.



**TIL ELVERUM:** Christina Haga Ommestad og hennes Hildur spiller på Volumfestivalen. FOTO: TURID MARTE BRANDT ÅNERUD

## Hildur til Volumfestivalen

**Hildur med Christina Haga Ommestad topper lista når Volumfestivalen i dag slipper fem av bandene til sommerens festival.**

## ■ ELVERUM

**ANITA KROK**  
ak@glomdalen.no – 62 88 25 84

Hildur vant Glåmdalens demokurransse med sin discorock med psykedeliske elementer. Volumfestivalen sier i forbindelse med artistslippet at den gleder seg til å presentere Hildur for et større publikum, fordi «20-åringen fra Hof har veldig kul scene-personlighet».

Christina Haga Ommestad er kjent fra både Yoko Röd og Roger Græsberg & The Anti-Music Bonanza. Med i Hildur har hun Jo Erik Gjems (bass), Luis Cerrato (synth), Silje Marie Andreassen (piano) og Ole Johnny Johnsrud (trommer).

Uno Møller Christiansen fra Flisa spiller i Team Me. De deltok på Ularm i Kongsvinger i fjor og kommer straks med sin debut-EP.

De tre andre bandene er myllit-lepony, Aristillus og Anne-Lene Hægglund.

Fem kunstnere slippes også i dag: Børje Sundbakken (40) fra

Kongsvinger – bor nå på Hamar og har eget galleri, foruten Øystein Sanne, Tom Kristian Berger, Karen Wilberg Arnesen og Kristine Zipfel.

Volumfestivalen går fra 23. til 26. juni.

## ■ DØDSFALL



Min høyt elskede mamma, kjære svigermor, vår umistelige mormor og oldemor, min søster, vår svigerinne og min tante

**Gunvor Bergljot IIseng**

(født 7. september 1917)

sovnet stille inn på SOAS.

Oppstad, 29. januar 2011.

*Et hjerte av godhet  
har sluttet å slå.  
Vi unner deg hvilen,  
men savner deg så.*

**Marit Johnny**

**Hege og Roger Linn**

**Tommy, Tom Erik, Emilie og Andrea**

**Øvrige familie**

Bisettes fra Oppstad kirke torsdag 3. februar kl. 11.00. Like kjært som blomster er en gave til avd. G, Sør-Odal alders- og sykehjem. Sørgehøytideligheten avsluttes i kirken. Vennligst ikke kondoler.

## ■ TAKK



## Hjertelig takk

for vennlig deltagelse, blomster, kranser og pengegave til Hjemmebasert omsorg ved Elsa Antonia Rundgrens bortgang.

Familien



## Vår varmeste takk

for all deltakelse, blomster, kranser og hilsener ved vår kjære Kjell Henrik Ringstads bortgang. Hjertelig takk også for pengegaven til Langelandshjemmet rød avd.

Kari, Anne, Christine, Tom, Dag og Pål m/familier

## ■ DØDSFALL



Vår omsorgsfulle og snille mamma, mormor og svigermor, vår inderlig kjære søster, svigerinne og tante

**Nelly Oddlaug Hokåsmon**

(født 25. desember 1942)

døde uventet fra oss på Kongsvinger sjukehus i dag, 27. januar.

*Så lukker vi deg  
i våre hjerter inn,  
og gjemmer deg innerst inne.  
Der skal du fredfullt bo  
i våre sinn,  
som et kjært og dyrebart minne.*

**Tone Heidi Sheriffo**

**Jeanette**

**Øvrig familie**

Begraves ved Brandval kirke torsdag 3. februar kl. 10.30. Minnehøytideligheten avsluttes ved graven.



Min kjæreste venn, vår kjære pappa, svigerfar, bestefar og oldefar.

Frismester

**Magne Vestaberg**

(født 13. mars 1936)

sovnet rolig inn på Kongsvinger sjukehus. Skarnes, 28. januar 2011.

Takk for alle gode minner.

**Astrid**

**Hildegunn Solfrid Anneline Thor Magne**

**Inge Adam Kai Omar Heidi**

**Pål, Katrine, Tom Erik, Jonas, Kristoffer, Sindre, Tonje, Didrik.**

**Tim-Lucas, Benjamin.**

Begraves ved Strøm kirke fredag 4. februar kl. 13.00.

I stedet for blomster til hjemmet kan det gis en gave til SOAS. Sørgehøytideligheten avsluttes ved graven.