



**OPPLAND
BYGDEKVINNELAG**

ÅRSMELDING

2019

INNHOLDSFORTEGNELSE

	Side
Lederen har ordet	3
Styret, æresmedlem	4
Årsmøtet 2019	5
Positivprisen	10
Årets lokallag	10
Møter og arrangement som styret har deltatt på	12
Styrets virksomhet	13
NBK`s Inspirasjonsseminar	14
Fylkesledersamling	16
Regionmøter	19
Bygg	20
Mat i skole og barnehage	21
Hjernerudgnad om Folkehelsa	23
Adventskalender	23
Krafttak mot kreft	24
Arbeidet i lokallagene	25
Kontoret	34
Ledere i lokale bygdekvinnelag	36
Medlemstall	37
Regnskap	39
NBK-sangen	43

Støtt våre annonsører!

2019 – EI HELSING FRÅ LEIAREN I OPPLAND BYGDEKVINNELAG

Eg er imponert – eg bøyer meg audmjukt i støvet – eg er svært stolt over å få vere fylkesleiar for alle dykk kreative, arbeidssame, trufaste, engasjerte kvinner i by og bygd i Oppland sine bygdekvinnelag! Takk for eit særst innhaldsrikt år. Nettsider, annonseringar og Facebook boblar av møter og arrangement til nytte og hygge for oss sjølve, og til all lykke; til inspirasjon og interesse for mange nye medlemmar. Det er så flott!

Då eg vart valt til leiar på årsmøtet 2019, var det mange tankar som fòr gjennom hovudet mitt; regionreform, informasjon, fylkesstyret sin plass i organisasjonen, arbeidet med folkehelsepunktet på arbeidsplanen, oppgåvefordeling og samarbeid i styret, reiseverksemd og kontakt med sentralt styre og sekretæriat, og mykje meir. Det er skilnad på å ha 7 år i lokalt styre på CV'n og det å skulle leie eit fylkesstyre.

Mangt er delt frå mi hand gjennom medlemsbrev frå fylkesstyremøta. Eg og styret vonar dette er med på å oppfylle noko av behovet for informasjon. Det er og eit spørsmål om organisasjonsstrukturen i Norges bygdekvinnelag skal eller må vere tredelt. Utan å flagge noko standpunkt her og no for eller imot fylkeslag/ fylkesstyre vil eg berre kome med nokre faktaopplysningar. Vi er om lag 14.000 medlemmar organisert i ca 450 lokallag, administrasjonen i NBK teller 5 tilsette, i tillegg er det 1 -2 prosjektansvarlege. Sentralstyret teller 7 medlemmar der alle har sine oppgåver i eigen landsdel.

I haust var det inspirasjonsseminar i Trondheim – ei udelt positiv oppleving for dei 270 som deltok der. Vi var ei stor gruppe frå Oppland, og vona er at slike opplevingar gjev ringverknader i laga. Heile sentralstyret og administrasjonen var til stades og stilte seg til disposisjon for spørsmål, innspel, diskusjonar og var framifrå ambassadørar for vår flotte organisasjon!

Vi er gode på friviljug innsats og arbeid her i Noreg, i Oppland og i alle lokallag. Ta vare på denne tradisjonen, la den vidareførast til nye generasjonar slik at dette lever vidare. Felles innsats mot felles mål er eit fint merke å bere framom seg!

Takk for eit svært godt år! Lykke til i det nye året!

Godt årsmøte!

Helsing til alle frå

Marit Tordhol

Marit Tordhol
Leiar Oppland bygdekvinnelag



OPPLAND BYGDEKVINNELAG ble stiftet 18. mars i 1937.

Da hadde det vært lokallag i arbeid siden 1923 da det første lokallaget i Oppland, Lunner Bondekvinnelag ble stiftet. Før 1930 var det lokallag i Brandbu, Ulnes, Ø. Toten, Fåvang og Brekkom, Lesja, Dovre, Skeivoll og Follebu. Stadig flere lag ble stiftet og behovet for et bindeledd på fylkesnivå meldte seg. Det møtte 24 utsendinger fra 14 lag på stiftelsesmøtet. I dag har vi 31 lag i aktivitet og 849 medlemmer. Oppland Bygdekvinnelag er tilsluttet Norges Bygdekvinnelag.

NORGES BYGDEKVINNELAG er en partipolitisk nøytral organisasjon som skal ivareta kvinnes og bygdefolkets kulturelle, sosiale og økonomiske interesser og bygge på likeverd, demokrati og kristen kulturarv. Organisasjonen har 11.229 medlemmer fordelt på lokallag over hele landet.

ÆRESMEDLEMMER.

Oddbjørg Blakar, Lom, 1997

Ruth Marie Røn, Røn, 2012

STYRET

Styret i Oppland Bygdekvinnelag har i 2019 bestått av:

Verv	Navn	Adresse	Telefonnr	E-post
Leder	Marit Tordhol	2666 Lora	991 63 420	Marit.tordhol@hvks.no
Nestleder	Helga Rørholt Moe	2636 Øyer	928 62 657	helga@bbnett.no
Styremedlem	Borgny S. Sletten	2640 Vinstra	905 68 205	lysaakergaard@gmail.com
Styremedlem	Kari Gaarder Hubred	2847 Kolbu	970 11 232	karihubred@gmail.com
Styremedlem	Mari Marthe Graff Ulsrud	2750 Gran	976 06 079	marthegul@gmail.no
Styremedlem	Nanna Ringen	2918 Ulnes	905 71 082	Nanna.ringen@outlook.com
Fra OB	Bjørnhild Kihle	2848 Skreia	480 38 536	jewikih@online.no
Fra OBU	Kristine Grimstad Veseth	2825 Gjøvik	917 20 291	Kristinegv_94@hotmail.com
1. vara	Anne Grete Moen	2910 Aurdal	970 90 062	annegretemoen@gmail.com
2. vara	Astrid Stubrud	2636 Øyer	476 25 629	a-stub@hotmail.com
3. vara	Kari Tromsnes	2634 Fåvang	951 51 894	kari-troms@hotmail.no

ÅRSMØTE I OPPLAND BYGDEKVINNELAG ble holdt 16. – 17. mars 2019 på Gomobu Fjellstue

Fra NBK deltok Jorun Henriksen. Hun gikk bl.a. gjennom:

Unesco akkreditert
400 arrangement gjennom KvinnerUt
Byggaksjon
Medlemsverving og prosjekt ung 30
Tradisjonsmatskolen
Guatemala, arbeidet for kvinner i Guatemala
Det nye KvinnerUt-prosjektet
Bygg
Valg 2019

Leders tale: Laila gjennomgikk følgende:

Aktive kvinner og levende bygder
Fylkesledersamling
Hvordan bygge hverandre opp / tørre å gå utenfor komfortsona
KvinnerUt prosjektet
Forum for kvinner og utviklingsspørsmål
Medlemsfordeler
Verving
Landsmøtet til Norges Bygdekvinnelag
Ny politisk plattform
Samling for lokallagsledere på Lauvåsen
Forskjellige lokallagsarrangementer
NM i potetskrelling
Organisasjonskurs
Prosjekt i Guatemala
Ledersamling

Noen momenter fra generaldebatten:

Helse. Får vi det inn i arbeidsplanen, så kanskje vi kan være bedre rustet når vi skal snakke om mat i skolen.

Vi i bondelaget er opptatt av forbrukerne. Stolt av jobben bygdekvinnene gjør. Veldig bra med prosjektet om byggryn.

Plastinnsamling.
Sammenslåing av fylker.
Nyt Norge og svanemerket.

Prosjekter bør vare mer enn ett år. At KvinnerUt fortsetter er veldig bra.

Ønsker at noen lokallag legger frem hva de har gjort, så andre får høre og at andre evt. kan stille spørsmål.

Oppfordring til valgkomiteen i OBK: Tenk på oss yngre. De eldre er gull verdt, men vi yngre trengs for å lære av de eldre.

Helsebegrepet har vi prøvd å dytte på, men det skjer ikke noe. Ikke kommet inn i grunnlagsmaterialet. Det er viktig. Mat i skolen er viktig. Vi fortsetter å dytte på, men det stopper.

Kanskje vi skal endre litt på årsmøtet og kutte ut en foredragsholder og ha mer for lokallagene. De kan fortelle litt om hva de jobber med. Fortelle fra sitt område.

Synliggjøre lokallaga. Gi hvert lokallag ei side i årsmeldingen der de skriver selv.

Arbeidsplan 2019-2020 (vedtatt på årsmøtet 2019)

Kommunikasjon

OBK vil oppmuntre lokallagene til å samarbeide med andre lag.

OBK skal bruke media aktivt for å synliggjøre og markedsføre aktivitet.

OBK skal bruke Facebook, hjemmeside og Instagram aktivt, som en inspirator for medlemmer og andre.

Organisasjon

OBK skal bruke NBK sitt nye strategidokument aktivt i sitt arbeid; inkludert å være en tøff og bevist forbrukerorganisasjon.

OBK skal oppmuntre lokallagene til å verve flere medlemmer.

OBK skal oppmuntre til kurs/studiearbeid med fokus på organisasjonsskolen og trivselstiltak.

OBK skal fortsette samarbeidet med andre tilhørende organisasjoner.

OBK skal invitere til ledersamling/regionmøter for lokallagene.

Regionkontaktene innkaller sin region til møte en gang i året

OBK skal jobbe med lokallaga for å forankre ny regionstruktur i hele fylket.

Klima, miljø og folkehelse

OBK vil fokusere på miljøet og oppfordre til å tenke globalt og handle lokalt.

OBK vil ha fokus retta mot bruk- og kast mentalitet, spesielt av mat og plast

OBK vil oppfordre til bruk av norske råvarer.

OBK skal være en inspirator for god norsk mat i skole og institusjon.

OBK skal fokusere på folkehelse, sosialt, psykisk og fysisk.

Kultur

OBK vil oppmuntre til at lokallagene skal gjennomføre gode tradisjonsmatkurs i sine lokalmiljøer. Dette er spesielt viktig da NBK er akkreditert i UNESCO.

OBK vil oppmuntre lokallagene som føler de trenger det, til å følge kursopplegget til «Organisasjonsskolen».

OBK skal også i 2019 som i 2018 fortsette å fremme råvareaksjonen BYGG.

OBK ønsker at lokallagene skal være en møteplass for aktive kvinner og at møter og arrangementer er åpne for alle.

OBK vil oppmuntre medlemmene til å sende inn oppskrifter til norsktradisjonsmat.no

OBK ønsker at boka "Barndomsminne frå Oppland" markedsføres og selges.

Saker på årsmøtet:

Sak fra Lom Bygdekvinnelag:

Atter ein gong tek eg opp dette med plassering, stad for årsmøte. I år er eit godt eksempel på kor håplaus vi finn det. I og med at Valdresflyet er stengt vil det medføre reisetid på bortimot 5 timar. Hvis det er godt føre. Og det er langt, beklagelegvis (slik saka er i skrivande stund) FOR langt å reise frå Lom og Skjåk. Eg veit eg hadde innsendt sak på det på forrige årsmøte og, men eg føler likedan. Dessverre.

Eg skulle veldig gjerne vore på årsmøte for eg veit kor lærerikt det er og kor viktig det er å treffe damer frå andre BK-lag.

Eg ser den at folk vil gjerne vise fram sin region, men det utelukker fort nokre lag frå deltagelse.

Eg meiner hundre prosent at ei meir rettferdig løysning ville vore og hatt årsmøtet fast i

Øyer/Lillehammer- regionen. Dette vil bli meir jevnt fordelt reisetid for alle i utkantane av fylket.

Og eg avstår gjerne frå å ha årsmøtet på heimebane i mi bygd berre plassering av årsmøtet kunne vore forandra.

Hvis det ikkje kan forandrast noko på dette på årsmøtet: kva med å sende det ut til høyring til alle lag, så alle kunne sagt si meining? Berre ein tanke frå meg altså.

Eit spørsmål har eg, ei undring; kvifor må årsmøtet vera så tidleg på året, midt på vinteren? Eit forskyvning ein mnd fram ville og vore til hjelp.

Eg har prata med Svanhild Geilo i Skjåk bygdekvinnelag og, og skriv dette på vegne både av laget i Lom og Skjåk.

Vedtak: Forslaget er vedtatt med 1 stemme imot.

Sak fra Tretten Bygdekvinnelag:

Tretten Bygdekvinnelag ønsker at det tas en gjennomgang av organiseringen av Norges Bygdekvinnelag, og at diskusjonen startes under årsmøtet 2019 i Oppland Bygdekvinnelag.

Er en treleddet organisasjonsmodell framtidsrettet?

Det er lang tradisjon for en treleddet organisasjonsmodell, med sentralledd, fylkeslag og lokallag. Imidlertid mener vi det kan være tid for å se om dette er funksjonelt i dagens og framtidens Bygdekvinnelag. Fylkeslaget, Oppland Bygdekvinnelag for vår del, er et bindeledd mellom sentralledd og lokallagene, men er det nødvendig?

Det er kort vei til toppen i vår organisasjon, noe vi mener er bra. Mye av informasjonen kommer direkte fra Norges Bygdekvinnelag. Blant annet går lokallagssendingene direkte fra sentralledd til lokallagene. Dette mener vi er både effektivt og nyttig. Dagens kommunikasjonssystemer gjør samhandling enkelt både opp til sentralledd og på tvers med andre lokallag i eget fylke og i landet for øvrig. Leder i NBK Ellen Krageberg hilser i vårens lokallagssending blant annet med: «Vi i styret og administrasjonen vil fortsette å gi inspirasjon og støtte til alle dere i lokallaga. Kontakt oss gjerne om det er noe dere lurer på.»

Sentralledd jobber kvinnepolitisk

Norges Bygdekvinnelag sentralt ivaretar de store sakene, hovedlinjene for organisasjonen. De jobber politisk for damer på bygda, damers rettigheter, både nasjonalt og internasjonalt. Dette er en medlemsfordel vi mener kan utnyttes bedre i arbeidet med medlemsverving.

Vi ser at fylkeslaget har sine funksjoner, blant annet kan et verv på fylkesnivå være et springbrett til sentrale verv. Men vi opplever også at det er vanskelig å få folk til å sitte i lokallagsstyrene og tilsvarende vanskelig å få folk i fylkesstyret.

Aktiviteten skjer lokalt

Det er i lokallagene medlemsaktiviteten foregår og skal foregå. Vi mener vi ikke trenger et mellomledd for å skape aktivitet. Det bør ses på ordninger der regioner av lokallag innad i fylket ruller på å arrangere noe for hele fylket, gjerne i samarbeid med sentralledet, eller initiert av sentralledet. Ledersamlingene kan rullere på regioner og organisasjonsskolen kan de enkelte lokallag gjennomføre selv etter behov.

Vi mener at både menneskelige og økonomiske ressurser bør brukes sentralt og lokalt, og at de ressursene som i dag brukes på fylkesleddet bør gå tilbake til lokallagene.

Til sist et spørsmål vedrørende regionreformen: Hva skjer med Oppland Bygdekvinnelag og Hedmark Bygdekvinnelag når vi neste år blir Innlandet?

Vedtak: Årsmøtet vedtok at sak fra Tretten Bygdekvinnelag går inn i fylkestyrets saksbehandling av regionreformen. Høringen sendes ut til lokallaga for behandling.



**PULLMED
Fagerholt**

Tradisjonsgaver til dåp, konfirmasjon, bryllup og jubileer.

Klassiske mønstre og ny design.

Vi reparerer og steller sølv og gull, på vårt eget verbsted.

Velkommen innom!
Storgata 15, 2750 Gran
924 53 683

1: Torpa Bilruter

Feriespesialisten

OPPLAND ARRANGEMENT AS



- Bussturer i inn- og utland
- Turproduksjon
- Utleie av turbusser

Tlf. 611 12 600 • 611 20 600 • 474 63 979
www.opplarr.no
www.torpabilruter.no

***Overnatting, restaurant,
selskap, kurs /konferanse.***



Tel: 61 28 55 50

www.hafjellhotell.no



Oppland Bygdekvinne­lags positivpris

Vi i Vestre Toten Bygdekvinne­lag nominerer Anne Mari Amlien til Positivprisen 2019. Den har hun fortjent!

Vi tar med litt av Anne Maris meritter:

Kokk i 50 år, bl. a. på Paulsrud rekonvalesent­hjem og på Ditlevines Utsikt.

Etterspurt kokk på konfirmasjoner og andre selskaper utover i bygda.

Har arrangert utallige matkurs for store og små, gamle og unge. Alltid positiv og engasjert, noe som smitter over på deltakerne. Positiv for hele bygda og hele kommunen.

Anne Mari var leder for «matkomiteen» under det store landsstevne «Barneleker» på Gjøvik 1995. De hadde hatt møter hele vinteren og laget/servert mat til mange tusen unger ei hel uke! Meget vellykket.

Dommer i diverse matkurs og arrangementer, bl.a. på stort BUL-stevne på Jørstadmoen juli 2017.

Viser til den svære artikkelen om henne i DN (Dagens Næringsliv)

Stor reportasje i Aftenpostens «Mat fra Norge» der hun tilberedte bjørnesteik for redaktør Per Arne Borglund

Hun var medforfatter i den flotte boka «Ammanninnen og hennes døtre» fra Stenberg. Hun hadde testet alle oppskriftene i boka (og bl.a. funnet ut at eggene var bare halvparten så store tidlig på 1800-tallet)!

Hun har ofte stått fram i media og fremmet norsk tradisjonsmat på en fremragende måte

Deltok i graut-tevlinga i Seljord, også som dommer

Vært leder i Oppland BK og er nå igjen leder i Vestre Toten Bygdekvinne­lag.

Med sin allsidige erfaring og store faglige dyktighet er hun en etterspurt «vikar» bl.a. på Ditlevines Utsikt og andre serveringssteder. Hun er til å stole på og sier alltid ja! Stepper inn på kort varsel der hun trengs!

Hun er Totens Ingrid Espelid: Faglig dyktig og alltid godt forberedt, alltid med et smil. Hun var også med i Ingrid Espelid-program på NRK der hun bakte Totenkringler. Det var god Totenreklame! Dette var bare en liten del av alle hennes meritter! Hun fyller alle «krav» i statuttene med flere hundre prosent!

Hun gjør mye for hele bygda og Bygdekvinne­laget i særdeleshet. Vi er mektig stolt av henne, og håper på positiv behandling av «nominasjonen» til positivprisen for 2019!

Årets lokallag

De er opptatt av å ta vare på tradisjoner og kulturer. De arrangerer temakvelder med bl.a. folkemusikk, lefsebaking, småkaker m.m. De har grønnsak- og bærprosjekt i bygdas tre barnehager.

De er involvert i arrangementet Grønvold Sag og Mølle. Leverer tradisjonsmat og da med spesielt fokus på bygg.

De deltar på arrangementer i bygda med mat og servering. Deltar på skolens nissedag før jul med servering av nissegrøt.

Årets lokallag er Torpa Bygdekvinne­lag.

BARNDOMSMINNER FRÅ OPPLAND

OBK ønsker at boka Barndomsminner frå Oppland markedsføres og selges.

Vi har 50 ulike Råndastakker!



Rutaliv



Faconnéliv



Stakkestoff



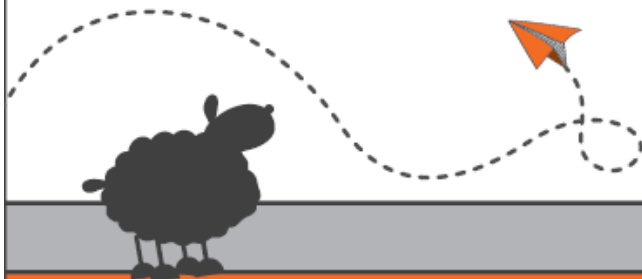
HUSFLÅDEN LILLEHAMMER

Storgata 47 | Åpent 9-18 (10-18)

Profil Grafisk er totalleverandør innen skilt,
dekor, profileringsartikler og grafiske tjenester.
Hos oss får du hjelp med alt fra design, foto og
layout til produksjon og montering.

 **PROFIL
GRAFISK**

Besøk oss gjerne på:
www.profilgrafisk.no



**VI GJØR
MER!**

611 65 800 | post@profilgrafisk.no |   [profilgrafisk](https://www.instagram.com/profilgrafisk)

MØTER OG ARRANGEMENT som styremedlemmer har deltatt på:

Marit Tordhol

Årsmøte i Oppland Bygdekvinne­lag på Gomobu
Fylkesledersamling NBK
Styremøter i OBK
Regionmøte Hundorp
NBK`s Inspirasjonsseminar Trondheim
Regionmøte Toten

Helga Rørholt Moe

Årsmøte i Oppland Bygdekvinne­lag på Gomobu Fjellstue
Styremøter i OBK
Styremøter i Oppland Bygdeungdomslag – møtt på 5 møter.
Regionmøter på Hundorp og på Toten.
NBK`s inspirasjonsseminar i Trondheim
Jubileumsfest - Venabygd Bygdekvinne­lag 85 år.
Årsmøte i Øyer Bygdekvinne­lag.
Årsmøte i Studieforbundet Næring og Samfunn, avd. Hedmark/Oppland

Kari Gaarder Hubred

Styremøter i OBK
Ekstraordinært årsmøte i Eina Bygdekvinne­lag
Årsmøte i Oppland Bondelag
Årsmøte i Oppland Bygdekvinne­lag på Gomobu
Utdeling av Kreftforeningens forskningspris i Oslo
Lokalt regionmøte for Gjøvik/Toten – lagene
Årsmøte Kolbu Bygdekvinne­lag
Regionmøte på Toten.

Borgny Skansen Sletten

Årsmøte i Oppland Bygdekvinne­lag på Gomobu
Styremøter i OBK
Konferansa Levande tradisjon
Regionmøte på Hundorp
NBK`s Inspirasjonsseminar i Trondheim
Styremøter Oppland Bondelag
Ledermøte / årsmøte Oppland Bondelag
Styretur m/Oppland Bondelag

Mari Marthe Graff Ulsrud

Styremøter i OBK
Regionmøte på Toten

STYRETS VIRKSOMHET

Styret si verksemd i 2019

Sidan årsmøtet på Gomobu i mars 2019 har vi hatt 6 styremøter, alle på Bondelagets kontor på Lillehammer.

Både Oppland Bondelag og Oppland Bygdeungdomslag har utsendingar til vårt styre. Dei får alltid innkalling og referat. OBK har også utsendingar til deira styrer og møter ved innkalling på styremøter og på årsmøta.

Regionreform og høyring var det fyrste vi måtte ta tak i, og etter innsamla høyringssvar der 50 % av laga i fylket leverte si uttale, vart det klart at laga Oppland bygdekvinnelag ynskjer å halde fram som eige einheit uavhengig av samanslåinga mellom Hedmark og Oppland. Uttala er sendt til NBK, og då blir det opp til Landsmøtet og avgjere organisasjonen sin struktur i framtida.

Når dette arbeidet var godt i gang reiste leiar Marit på fylkesleiarssamling på hovudkontoret i Oslo; ei lærerik helg der ho vart betre kjent med den overordna delen av organisasjonen, prosjekter, arbeidsmåtar, dei andre fylkesleiarane og kunne lufte ulike problemstillingar.

Det var etterlyst meir informasjon om arbeidet i fylkesstyret. Dette har vi tatt tak i. I forkant av styremøta har regionkontaktane i oppgåve å kontakte lokallagsleiarane for å høyre korleis stoda er, og etter kvart styremøte kjem det no ut eit samandrag frå styremøta. Dette blir formidla frå regionkontakten i dei 5 regionane våre, og eg vonar alle i laga får tilgang på dette. I tillegg ligg fullstendig protokoll ute på Oppland bygdekvinnelag si heimeside.

Eina, Vestre Gran og Nordre Ål bygdekvinnelag er oppløyst. Vanskar med å få til eit styre, manglande rekruttering og høg alder er nokre av årsakane til at laga går til oppløysing. Alle medlemne i dei oppløyte laga har fått eit personleg handskreve brev der vi uttrykkjer forståing og håp om at enkeltmedlemar veljer å stå i NBK eller vil melde seg inn som støttemedlemar. Kolbu har fusjonert med Østre Toten og fristilt medlemne om dei vil stå og Østre, Vestre eller eit anna lag. Alle oppløysingar og fusjonen har gått slik som vedtektene tilseier.

Styret har gjeve merksemd til årets jubilarar; Skjåk BKL 80 år og Venabygd BKL 85 år fekk blomster , og ei av oss var tilstades på jubileumsfesten, og Hedmark BKL som var 80 og feira under "Midt i matfatet" fekk ei helsing. Og etter søknad vart Torpa BKL tildelt eit tilskudd til nytrykk av boka "Mat med bygg".

I november hadde vi to fine og innhaldsrike regionmøter, eitt på Dale-Gudbrands gard og eitt på Toten hotell Sillongen. Einar Risvik doserte om bygg og kornsortens fortreftelegheit for kroppen vår. Og han hadde med seg eit inspirerende foredrag om skulemat som både støtta vårt syn og hadde ei meir vitenskapeleg vinkling på dette temaet. Det var ei runde der laga fekk presentere ein aktivitet som dei hadde lukkast svært godt med, og det vart organisert ein hjernedugnad på temaet "folkehelse" som resulterte i ei lang liste med aktivitetar og inspirasjon til møter osv som kan favne temaet.

Mellom regionmøta reiste 3 av styrets medlemmer til Trondheim på inspirasjonsseminar saman med fleire bygdekvinne frå Oppland. 270 damer sette kvarandre i stemne under dette seminaret og fekk både påfyll og inspirasjon, nye bekjente og helse på gamle bekjente frå Nordkapp til Lindesnes.

NBK`s INSPIRASJONSSEMINAR 8. -10. november 2019.

Scandic Nidelven Hotell i Trondheim.

13 glade bygdekvinne fra Oppland, hvorav 3 fra styret i OBK, deltok på seminaret. I alt 270 damer fra hele landet kunne glede seg over en helg med gode og inspirerende foredrag, deilig mat og ikke minst hyggelig samvær.

Seminaret ble åpnet av NBK`s leder Ellen Krageberg fredag ettermiddag.

Programmet startet med en samtale på scenen mellom næringslivsleder og forfatter Anita Krohn Traaseth og forfatter og programleder i NRK, Hans Olav Brenner. De har sammen kjøpt den gamle prestegården i Snertingdal. Vi fikk høre om historien bak kjøpet og om tankene og planene de har for å gjøre stedet til et kulturhus i Snertingdal.

Deretter ble Karoline Sunde Storflor fra Stjørdal tildelt bygdekvinneprisen «Kjerringa mot strømmen» for 2019. Sammen med mannen, driver hun Kilnes gård med svært mange aktiviteter.

Dagen ble avrundet med konsert med Sigrid Moldestad med band og en bedre middagsbuffet.

Ellen Krageberg ønsket god morgen lørdag, før forsker, sosiolog og forfatter Annechen Bahr Bugge fortalte om boka si «Fattigmenn, tilslørte bondepiker og arme riddere.» Boka er en matkulturell fortelling og Bahr Bugge ønsker med den å gi oss et innblikk i det norske kjøkkens tilblivelse og utvikling. NBK mener boka hennes er viktig.

Siri Helle fra Sogn og Fjordane var neste foredragsholder. Hun er utdannet agronom i økologisk landbruk og har skrevet bøkene «Handle rett» og «Matmakt på butikken.» Hovedtemaene i bøkene er alle valg vi må ta i matvarebutikken og hvordan valgene våre styres av de mektige matkjedene. Hun gav råd om hvordan vi kan påvirke og snu kjedenes styring. Rekoringene og det å handle lokale produkter ble fremhevet.

Kari Frank er spesialist i samfunnspsykologi. Hun hadde et flott innlegg om livsglede, frivillighet, mestring og lykkefølelse. Hun understreket betydningen av å drive med noe man liker, dele det med andre, skape noe sammen og å løfte i flokk. Frank jobber til daglig med forebyggende arbeid for barn og unge og driver sammen med mannen «Inn på tunet»-virksomhet. Hun har skrevet boka «Du ser jo så godt ut! Kronisk sykdom bak fasaden.»

Jan Thomas Odegard, leder for Utviklingsfondet, fortalte om samarbeidet mellom fondet og NBK i Guatemala. Han snakket om politikk, likestilling og urfolkkvinnene i dette landet.

Heddal Bygdekvinnelag ble deretter utnevnt til årets lokallag.

Lørdag ettermiddag ble det arrangert turer rundt om i Trondheim for dem som ønsket det. Noen var på omvisning i Nidarosdomen, noen valgte vandretur i Bakklandet, Veitene eller andre områder.

Lørdag kveld var det festmiddag. Den startet med aperitiffen «Kvinner og øl». Hege Ramseng fra Bryggeriforeningen fortalte om ølets historie og om kvinnelige ølprodusenter. Smaksprøver på 3 ølsorter innledet en deilig middag, før «Igor Dunderovic med Fettere» avsluttet en livlig kveld.

Cesilie Aurbakken, NBK`s generalsekretær, ønsket god morgen søndag.

Anne Sverdrup-Thygeson startet foredragene denne dagen. Hun er professor i bevaringsbiologi ved NMBU og underviser i naturforvaltning og biologisk mangfold i skogen. Sverdrup-Thygeson har forsket på insekter i mange år. Våren 2018 gav hun ut boka «Insektenes planet». Her skriver hun om alle de rare, fasinerende og nyttige insektene vi ikke kan leve uten. Foredraget gav oss ny innsikt i hvorfor vi må ta godt vare på disse skapningene. Uten insekter, nesten ingen mat for verken folk eller dyr!

Styremedlem i NBK, Jorun Henriksen, hadde deretter et inspirerende innlegg om hvordan få flere med i bygdekvinnelaget.

Siste foredragsholder var forfatter og journalist i VG, Shazia Majid. Hun er datter av pakistanske arbeidsinnvandrere som kom til Norge først på 1970-tallet. Våren 2019 gav hun ut boka «Ut av skyggen-den lange vegen mot likestilling for innvandrerkvinner.» Det er en fortelling om hennes mor som kommer til et fremmed land, Norge. Situasjonen var spesielt vanskelig for kvinner som arbeidet i hjemmet. Det var bl.a. ingen obligatorisk norskopplæring den gangen. Dette forverret muligheten for hjemmeværende til å tilpasse seg det norske samfunnet og til etter hvert å komme ut i lønnet arbeid.

Så var det lunsj--- og dermed var et fantastisk inspirasjonsseminar over!

Tusen takk til NBK for en flott helg! NBK`s inspirasjonsseminar anbefales på det varmeste!



Ligger i Røykenvik på Hadeland og produserer eplemost, geleer og kaker. Vi har også selskapslokaler og servering av god kortreist mat. På høsten kan du komme med dine epler til press hos oss, da får du tilbake dine egne epler på kartong.



Åpningstider i butikken : fredag kl. 11.00 – 17.00, lørdag 11.0 -15.00 eller etter avtale.
906 46 463 - 920 68 680

FYLKESLEDERSAMLING NORGES BYGDEKVINNELAG v/Marit

En orientering fra fylkesledesamlingen.

1. Kvinner ut – mestring og kompetanse.

Sosan Asgari Mollestad tok oss med på en reise gjennom prosjektet Kvinner UT. Gjennom to år er det laget mange vellykkede møter og møteplasser rundt om i lokallagene, og det er tid for å ta dette et steg videre. Få kvinner fra andre nasjoner og kulturer med på kurs for å øke deres kompetanse og mestringsevne. Kursene skal være kompetansegivende, gå over en viss periode, inneholde undervisning og gi et kursbevis til å sette på CV'n. Kmoduler/ kurs over 4 økter/dager, aktivitet over 6 mnd, dokumentasjon, avsluttende oppgave, kursbevis. Er dette på plass, kan laget søke støtte før 31.12.2019, og aktiviteten må være planlagt gjennomført innen 2.juni 2020.

Mat, matkultur, organisasjonsopplæring, kjøkkenhage, håndarbeid, språk er noen eksempler. Samarbeid med andre organisasjoner kan være et suksesskriterie. Sjekk opp behovet med flyktningkoordinator, frivilligsentral, NAV, bondelaget, idrettslaget, voksenopplæringa.

2. Informasjon fra Gjensidigestiftelsen v/Veslemøy Rue Barknes

Samkjøre, motivere og engasjere, samarbeid og utvikling.

Prioriterer støtte til prosjekter som gir et tryggere, sunnere og mer aktivt samfunn.

Søknadsberettigete må være registrert i frivillighetsregisteret.

Kriterier for prosjekter, kurs osv:

Trygghet: sikkerhet, mestring, læring, sosial inkludering og mangfold

Helse: fysisk aktivitet og kosthold

DVS : matrealterte kurs kan være lurt å søke støtte for.

Søknadsberettigete prosjekter må være forankret i organisasjonen gjennom arbeidsplan. Det må presenteres en gjennomføringsplan , det må være resultatorientert og innarbeidet eierskap i laget.

3. Politisk engasjement og påvirkning v/Kjerstin Lundgård, Ap- politiker i Ringsaker kommune.

NBK sin organisasjon er partipolitisk nøytral slik at samlet påvirkning skjer på sak uten partipolitisk vinkling!

Saker som er viktige iht NBK sin politiske plattform er skolemat, levende bygder, beredskap. Politisk påvirkning i hjertesaker krever mye kunnskap om saken, presenter gjerne en mulig løsning, kjenn en politiker som kan ta imot innspill, øk allianser med andre lag og foreninger med likelydende agendaer.

Avisinnlegg er vel og bra, men gir ikke for mye kreditt til saken, dessverre. Bidrar mest itl å åpne sambygdingenes øyne...

4. Unni Skadsem i politikkgruppa NBK oppfordrer fylkeslag og lokallag til å bruke valgmateriellet og øve politisk påvirkning nå i valgkampen.

Bygdekvinneprisen "Kjerringa mot strømmen" .Bygdekvinneprisen skal anerkjenne, synleggjere og støtte kvinner som gjer ein ekstra innsats for aktive bygdemiljø og levande bygder. Prisen er på 40 000 kroner. Forslag sendes til post@bygdekvinnelaget.no innen 1. september 2019. Vinneren skal kåres på inspirasjonsseminaret i Trondheim 8.-10. november.

5. Tradisjonsmatskolen og UNESCO v/Ingrid Lamark.

Det handler om kunnskapsarven – den immaterielle kulturarven. For NBK betyr det formidlere av mattradisjonen gjennom matproduksjon, matsikkerhet, matglede, matkultur osv. Videreføring av kunnskap om teknikker, råvarer, utnyttelse hånd til hånd.

18.oktober skal det være en stor konferanse i Oslo med Norges husflidslag, Forbundet kysten og Norges Bygdekvinnelag. Unesco og frivilligheten.

6. Valgkomiteen v/Torunn Kvarme Aurstad

Det er 4 personer i valgkomiteen, og arbeidet mot landsmøtet i 2020 starter nå. Fylkeslagene og lokallagene har en oppgave med å finne mulige kandidater til de styrepostene som skal besettes. Kom med forslag, snakk med folket i organisasjonen.

7. Kommunikasjonskanaler i NBK v/Helle Cecilie Berger.

Bruk hjemmesida til fylkeslaget og oppfordre lokallagene til å bruke hjemmesida si! Dette er lagets beste plakat og presentasjon. Det er utrolig mange treff på hjemmesidene. Et eksempel fra Møre og Romsdal på bruk av nettsida. Adventskalender med ei "luke" for hvert lokallag. Klikkbilde på facebook med link til infosida på hjemmesida. Nye medlemmer har kommet til pga denne presentasjonen og lokallagene har blitt bedre kjent med hverandre.

Skal fylkeslaget arrangere hjemmesidkurs i et par regioner? Det har vært skifter i styrene og mange er kanskje ikke oppdatert.

8. UNG 30 og organisasjonsutvikling v/Jorunn Henriksen og Grethe Brundtland.

Lagene må ha et troverdig tilbud til de yngre medlemmene; kanskje også ha egne kurs og møtestedet for denne medlemskategorien. Viktig å presentere laget godt og iøyenfallende og spre dette på facebook, instagram, på helsestasjonen, biblioteket, kafeen osv. Ta de yngre medlemmene med når årsplanen skal legges.

Organisasjonsarbeid. Nå blir det nytt medlemsregister. Der blir det enklere å holde øye med lag som "sliter", å tegne støttemedlemskap.

Vurderer å legge opp til kontingentbetaling for innmeldinger etter 1.oktober, men da betaler man for året etter med en gang.

9. Regionreformen v/Ellen Krageberg

Her ble det stor diskusjon og mange meninger. Også spm om fylkeslagets arbeid og eksistensberettigelse. NBK legger ingen føringer for arbeidet med fylkessammenslåing og hvilken veg fylkes- og lokallagene skal gå.

10. Nytt og nyttig fra NBK v/Cesilie Aurbakken

Frist for å søke momskompensasjon for 2018 er rundt 20.juni, og laget MÅ være registrert i Brønnøysundregistrene.

Byggaksjon ifm jordbruksforhandlingene. Mobilisering 23.mai med mulighet for å involvere bygdekvinnelaget.

Samarbeid med Felleskjøpet og opplysningskontoret for brød og korn – forprosjekt på "hvordan øke omsetningen og forbruket av bygg til mat"

Inspirasjonsseminar 2019: 8.-10. november i Trondheim. Invitasjonene er utsendt og påmeldingen er åpnet. Fylkestyret bør reise og lokallagene bør oppfordres til å sende et par personer hver.

11. Guatemalaprojektet v/Grethe Brundtland

Ei dame som er dedikert til slike prosjekter. Guatemala er et fjelland med store forskjeller på fattig og rik. De bygger ned grøderik jord ved kyststripene med villaer og hoteller for rike utlendinger og jager bøndene opp i fjellene der det er vanskeligere kår. NBK har inngått en 3-årig avtale med Utviklingsfondet og skal støtte Guatemalaprojektet med 150 000 i året.

Lokallag og fylkeslag kan lage arrangementer, selge varer laget i Guatemala eller gi inntekten fra en møteutlodning til prosjektet.

Der etableres nå en frøbank der hardføre plantesorter blir ivaretatt, der bøndene kan låne frø for så å sette tilbake igjen når grøden er god. Kvinnene hjelpes med å etablere microøkonomi, smålån, etablererhjelp osv.

12. Hvordan få fart på organisasjonsskolen? v/Bente Pettersen og Randi Rambjørg

**VI ER I NÆRHETEN
NÅR DU TRENGER OSS**

 Kampenes - BEGRAVELSESBYRÅ - T • 61 36 17 70	 Nettum - BEGRAVELSESBYRÅ - Gjøvik T • 61 18 69 40
 Laeskogen - BEGRAVELSESBYRÅ - T • 61 16 15 75	 Nettum - BEGRAVELSESBYRÅ - Raufoss T • 61 18 69 40

**Begravelsesbyråene for hele Valdres, Gjøvik,
Østre Toten og Vestre Toten**

REGIONMØTE 16.11.2019 PÅ TOTEN HOTELL, SILLONGEN

Leder Marit Tordhol ønsket velkommen til regionmøte.
Møtet ble innledet med 1 minutts stillhet.

29 deltakere fra lokallagene, samt 5 fra OBK's styre og foredragsholder Einar Risvik.

Frammøte kl. 09.30 med registrering, servering av kaffe, byggvaffel, og norsk frukt.
Det kulturelle innslaget måtte dessverre avlyses p.g.a. sykdom

Kari Gaarder Hubred (regionkontakt for Gjøvik/Toten) fortalte om Sillongens historie fra starten i 1934 fram til dags dato. Sillongen har vært en familiebedrift for 3 generasjoner i alle disse årene.
Nytt vertskap fra 01.01.2019.

Deretter ble dagens foredragsholder, Einar Risvik, presentert. Han har doktorgrad i smak og ernæring, og er seniorforsker i Nofima (Matforskningsinstituttet). Han er også styreleder i Skolematens venner.

Tema foredrag 1: BYGG

Tema foredrag 2: SKOLEMAT

Lokallagets time: Hvert lokallag fortalte om sine aktiviteter i.h.t. årsplan/årsmelding.

Det er stor aktivitet, mange har noenlunde samme opplegg mens andre er mer kreative.

Interessant å høre hva de forskjellige lagene driver med i løpet av arbeidsåret.

Hjernedugnad på tema FOLKEHELSE:

Overveiende positive tilbakemeldinger. Dette resulterte i veldig mange gode innspill. De er samlet i et eget skjema, som vil bli bearbeidet og lagt ut på hjemmesida til OBK som en IDE-bank.

Informasjon om valgkomiteens arbeid v/Anne Irene Aaberg.

For første gang brukte vi evalueringsskjema på slutten av samlinga.

Det var gjennomgående svært høye scoringer som forteller oss at deltakerne var strålende fornøyd.

De kommentarene og synspunktene som kom fram fra den enkelte deltaker, har vi merket oss. Det vil bli tatt hensyn til når vi arrangerer de neste regionsamlingene.

AKTIVITETSLISTE

Oppsummering av aktiviteter i lokallagene i OBK 2019.

Oversikten er laget på grunnlag av lagenes innlegg på regionmøtene i november. Den er derfor ikke fullstendig, men gir et bilde av det som har foregått rundt om i fylket. I forkant av regionmøtene var lokallagene oppfordret til å komme med en aktivitet de var fornøyd med.

Oversikten viser et par aktiviteter fra hvert lag. I tillegg er det mange aktiviteter som går igjen i de fleste lagene. Av disse kan nevnes; Matkurs- og kvelder, dette året ofte i forbindelse med byggaksjonen og Tradisjonsmatskolen, bakekurs, planteauksjoner, håndarbeidskvelder, turer i nærmiljøet og turer med litt fjernere mål, samt deltagelse i «Krafttak mot kreft».

De enkelte lagene:

Tretten: Vinkveld for alle kvinner i bygda, årlig deltagelse på Stavsmart`n med «Katta i sekken».

Øyer: Fellesmøte med Tretten om maten vår og matsikkerhet, bokkveld på biblioteket.

Venabygd: Lokalmatmesse i bygda i november, mini-fotokurs(mobil). Feiret at laget var 85 år i 2019.

Ruste: Kokte kål på Sødorp Martnan og grøt til skoleelevene før jul.

Dovre: Frokostservering på alle skolene i bygda, matkurs for elever på Hjerleid.

Lom: Besøk på Lom Bryggeri, bondebryllup i samarbeid med ungdomsskolen.

Skjåk: Bakte til flere arrangementer i bygda mot betaling, hjelp til under kronprinsparets besøk.

Søre Fåvang: Besøk fra NBK med orientering om Guatemalaprojektet. Svømmekveld.

Nordre Fåvang: Temakveld om «Hverdagen på landbrukskontoret». Kafe under Fårikålfestivalen i Ringebu sammen med Søre Fåvang.

Snertingdal: Deltok på flere arrangementer på Præstgården i Snertingdal og på Eiketunet.

Vardal: Dag på Fredheim Barneskole; Stekte pannekaker og laget medisterkaker med brun saus fra bunnen av. Arbeid med innvandregruppe (prosjekt med midler fra kommunen.)

Østre Toten: Legger vekt på å bli ordentlig kjent i bygda; Besøkte bl.a. fjøset på Valle videregående skole.

Kolbu: Laget slås sammen med Østre Toten fra 1. januar 2020. Var aktive sammen med bondelaget under «Helt på jordet» - dagen i Lena-parken.

Vestre Toten: Deltok på friluftsfestivalen på Stenberg. Foredragskveld om Nødmeldingstjenesten i Innlandet.

Brandbu: Potetsuppesalg under NM på ski, deltok under «Førjulshelg på historiske Hadeland».

Gran: «Fra jord til bord» på ungdomsskolen i samarbeid med bondelaget. Elevene var med til gards og plukket poteter. Senere laget de 3-retters festmiddag av lokal mat og poteter, samt dekket festbord med hvite duker og servietter.

Torpa: Gav ut ny-revidert utgave av boka «Mat med bygg». Deltok under byggedag på Grønvold Sag og Mølle.

Åbjør: Var frivillige under Frikars oppføring av «Draumefangeren». Bidrog på hyggekveld m/mannekengoppvisning og klessalg for eldre.

BYGG

I samband med at Bygdekvinnelaget har fokus på bygg og kva for god nytte vi har av det inviterte vi i Oppland Bygdekvinne lag Einar Risvik, seniorforsker i Nofima for å halde foredrag om bygg på regionmøta våre.

Han er kunnskapsrik, ein god formidlar og han brenn virkeleg for at folk skal få opp augene for kva for gode eigenskapar bygg har. Eit korn som har redda mange oppigjennom og som er næringsrikt, billig og godt!

Den gir oss sein energi, som er veldig godt for tarmen, slik at den får nok mat. Veldig mange sjukdommar kjem av for lite riktig mat til tarmbakteriene nederst i tarmen. Bygg inneheld betaglukan. Det binder seg til kolesterol, fett, bakterier og frie radikaler, og tar de med seg ut.

Bygg er sikringskost, og den holder blodsukkeret på jevnt nivå, så vi ikkje blir så fort svoltne att .

Bygdekvinne laget har i eit samarbeid med Nibio forska på kva for bygg sort som egner seg best til mat for oss. Håpar vi får høyre meire om dette i 2020.



Einar Risvik om MAT I SKOLE OG BARNEHAGE - et kort sammendrag fra foredrag på regionsamlingene.

Hva vil Norge oppnå med et skolemåltid?

Risvik nevnte mange positive effekter ved å innføre et skolemåltid, fra individuelle effekter enkelteleven oppnår, til hva skolemiljøet oppnår og til større samfunnsmessige fordeler. Blant annet vil skolemat kunne bidra til sosial utjevning, reduserte helseplager, føre til mindre mobbing, redusert frafall i videregående skole, bedre psykisk helse, bedre matkultur, rekruttering til matfagene, flere arbeidsplasser, å ha en forebyggende effekt i folkehelseperspektiv, fordel for miljøet, bedre læring, bedre karakterer, å gi kunnskap om mattrygghet, bærekraftig utvikling mm.

Mat er et godt pedagogisk verktøy for å nå alle mål i barnehagen.

Mat er egnet til lek og læring, krever ikke forkunnskaper, deles på tvers av religioner og livssyn.

Vi vet at:

Virkningene med foreldrebetalt frukt har mindre effekt enn når ordningen er gratis. Ordningen må gjelde alle. Mange barn lever under fattigdomsgrensa.

Norge har høye kostnader knyttet til sykdom, hvor mat er en av årsakene. Vi mangler ca. 20 000 matfaglige personer i Norge i dag. Helsedirektoratet har beregnet at vi kan spare 154 MRD pr år, hvis vi alle spiser etter kostrådene fra 2016. Skolematen vil ifølge AP koste 2,2 MRD pr år.

Et godt eksempel på at mat har stor betydning i skolen, er Hovedgården ungdomsskole. De gjennomførte en snuoperasjon fra å være en skole med dårlige resultater og mye utfordringer med atferd, til å bli en skole med svært gode resultater og lite atferdsutfordringer. Mat var «bunnlinja» i snuoperasjonen.

I Norge kastes om lag 1/3 av maten i hjemmet. Det viktigste stedet å lære om bærekraft er via mat.

Den fysiske helsa hos barn og unge er ikke så dårlig sammenliknet med andre land, men det står dårligere til med den mentale helsa. Det nevnes kroppspress, karakterer og depresjoner. Selvmord er 6 X trafikkdrepte.

Måltidet som sosial arena er viktig. Fellesskapet, det å spise sammen, vise omsorg, snakke og se hverandre og ta hensyn, er svært viktig. Ikke minst er derfor skolemåltidet spesielt viktig i ungdomsskolen.

Sunn mat gir jevnere humør, bedre konsentrasjon, mer stabilt blodsukker og en blir ikke så fort sulten igjen.

Arv, gener, biologi og miljø. Ønsket om variasjon i smaker, starter allerede i mors liv. Variasjon når man tas av morsmelka er viktig. Neofobi er redsel for det ukjente. Her forskes det mye. Vi har ikke mye kunnskap enda. Det ser ut som fenomenet øker.

Læring skjer gjennom sansene – å endre matkultur er en ferdighetstrening. Det er viktig med variasjon og at ulike smaker og lukter utfordrer sansene våre. Hvis vi er bevisste på å la barna få ulike smaker, vil ønsket om variasjon vare livet ut.

Risvik avsluttet med å anbefale boka si «**KRESNE BARN - få barna dine til å spise variert og god mat**» jan. 2020.

!
Ring oss
på **613 47600**,
eller snakk med din
forsikrings-
rådgiver



Få svar på alle spørsmål du har om forsikring

Vi har langsiktige samarbeidsavtaler med organisasjonene i landbruket. Hele 7 av 10 bønder er forsikret hos oss. Gjennom medlemskap får du betydelige

fordeler – samtidig som du blir medeier i Gjensidige. Ta kontakt så hjelper vi deg med å finne forsikringsløsninger som passer dine behov.



Behov for elektriker?



VALDRES INSTALLASJON

Tlf. 61 36 28 00

www.valdres-installasjon.no

Tyinvegen 6, 2900 Fagernes

elkonor

Hjernedugnad om FOLKEHELSEA

Hensikten med hjernedugnaden var å øke vår egen bevissthet om folkehelse, øke engasjementet ift. temaet, variere aktivitet, samt kanskje også verve flere interesserte damer i alle aldre.

Folkehelseloven definerer folkehelsearbeid som «*samfunnets innsats for å påvirke faktorer som direkte eller indirekte fremmer befolkningens helse og trivsel, forebygger psykisk og somatisk sykdom, skade eller lidelse, eller som beskytter mot helsetrusler, samt arbeid for en jevnere fordeling av faktorer som direkte eller indirekte påvirker helsen*».

Folkehelse er et tema vi møter i stadig flere sammenhenger lokalt, nasjonalt og globalt. I skoleverkets nye læreplaner er nå *Folkehelse og livsmestring* kommet inn som eget tema i Fagfornyelsens overordnede del: «*Folkehelse og livsmestring som tverrfaglig tema i skolen skal gi elevene kompetanse som fremmer god psykisk og fysisk helse, og som gir muligheter til å ta ansvarlige livsvalg. I barne- og ungdomsårene er utvikling av et positivt selvbilde og en trygg identitet særlig avgjørende.*»

Bygdekvinnelag har i mange år stått for mange sunne og positive aktiviteter rundt i bygdene, uten kanskje å tenke over om det har noe å si for folkehelse. Vi ønsket derfor å høyne bevisstheten om folkehelse ved å få svar på 2 spørsmål:

- 1) **Hvilke aktiviteter har lokallaget ditt nå, som du tenker er positivt for folkehelse?**
- 2) **Hva kan du tenke deg at bygdekvinnelaget kan ha for slags aktiviteter, for å sette ekstra fokus på folkehelse videre framover? (store og små innspill er like verdifulle – ikke noe er for dumt eller uinteressant)**

Alle fikk utdelt post it lapper med beskjed om å skrive ett stikkord på hver lapp, og skrive så mange lapper en klarte på 3 minutter.

Totalt tok saken bare ca. 10 minutter, men stor skriveiver resulterte i en imponerende samling av aktiviteter og ideer.

Alle nedskrevne aktiviteter blir samlet i en stor idebank, som blir liggende tilgjengelig for alle på OBK sin hjemmeside. Idebanken bør være et aktivt dokument, slik at nye gode ideer kan legges inn og således spres mellom lokallaga.

ADVENTSKALENDER

Hausten 2019 vart styret enige om at vi skulle lage adventskalender.

Borgny fekk ansvaret, og sendte ut forespørsel til lokallaga om dei ville vera så snille og sende inn frå sitt lag. Eit dikt, bilder og tekst frå lokallaget, eller ein film av medlemmane. Berre kreativiteten skulle sette grenser, alt var opp til laget.

Vi vilde markedsføre Bygdekvinnelaget og skulle lage kvar luke på nettsida til Bygdekvinnelaget, og dele det på Facebook. Vise mangfald.

Responser ute vart. Berre 3 lag hadde sendt inn noko når 1. desember kom. Vi vart litt motlaus, men så slo stayer'n inn og Borgny bestemte seg for å dele det ho hadde fått, og lage mykje sjølv slik at kalenderen vart full.

Etter mange og lange nattetimer kunne ho avslutte 24.12. med 23 luker (2.12. fekk ikkje noko, stayer'n kom 3.12.)

4 damer frå rundt i Oppland stilte med stor glede opp, både Britt i Valdres, Marianne på Toten, Laila i Skjåk og ikkje minst Oddbjørg i Lom bidrog så det vart litt meir å lesa i kalenderen vår.

Anne Terningen frå Nordre Land vil vi og nemne, takk!

Tanken var å vise mangfald, at vi er så mykje, og at vi alle er Bygdekvinner.

Vi gir oss ikke, og håpar at fleire vil bidra i 2020!



KRAFTTAK MOT KREFT

Krafttak mot kreft er Kreftforeningens årlige bøsseaksjon.

Kreftforeningen og Oppland Bygdekvinnelag har i flere år samarbeidet under innsamlingsaksjonen.

Vi har et årsmøtevedtak fra 2006 på at vi skal støtte aksjonen. Kreftforeningen er takknemlige og ydmyke over at bygdekvinne støtter denne aksjonen.

I 2019 ble resultatet for Oppland kr. 500.360,-. Kjempebra! Aksjonsuka var i uke 11.

Tema for 2019 – Krafttak for kreft var: «kreftformer med lav overlevelse og gode tilbud til pasienter og deres pårørende».

Aksjonsleder var Morten Midtby. Han har nå dessverre sluttet i Kreftforeningen Innlandet.



ARBEIDET I LOKALLAGENE

Lokallag	Ang. medl. Møter / åpne møter	Møter /tema / aktiviteter /
Torpa	7 / 8	<p>Bakedag før jul på gamlehjemmet. Julegrantenning i Grønvold (bygdemølla i Torpa). Servering av nissegrøt på barne- og ungdomsskolen. Bygdedagene på Dokka (pynting til høsttakkegudstjeneste, servering og kiosksalg).</p> <p>Kom igang med kjøkkenhagen. Hvordan enkelt lage bed/plantekasser av hva du allerede har tilgjengelig, såing, gjødsling, kompostering og bruk av kompostert jord m.m.</p> <p>Fermentering. Lag din egen kombucha (fermentert te) Fermenterte grønnsaker (f.eks kål og kålrot) lag din egen SCOBY (symbiotisk koloni av bakterier og gjær som man bruker til å lage kombucha), hvordan bake surdeigsbrød, og lage en surdeigstarter.</p> <p>Vi jobber for å bevisstgjøre bruk av bygg, gryn og mjøl hele året, og har gjort det i mange år. Vi selger boka vår "Mat med bygg", lager byggrynsvafler, byggrynskrem og vassgraut når vi har kiosksalg på Grønvoldsdagen. Har smaksprøver på f.eks byggrynskrem og byggrynssalat når vi er med på stands o.l.</p> <p>Vi har i mange år jobbet for at de 3 barnehagene i Torpa skal ha egen kjøkkenhage. De har fått bærbusker, og pallekarmer der barna sår, luker, vannet, plukker, knasker og koser seg gjennom hele sommeren. Høster grønnsaker og koker suppe på høsten, sammen med de ansvarlige kvinnene fra laget vårt. Det har blitt en hyggelig tradisjon som alle gleder seg til. Vi ser viktigheten av å lære barna hvor ting faktisk kommer fra, og hva slags jobb det innebærer å dyrke mat selv.</p> <p>Grønvoldsdagen. Torpas egen bygdedag. Vi samles ved Grønvold Sag- og Mølle. Dagen åpnes med friluftsgudstjeneste, ofte også med barnedåp. Mange stands med lokalt håndarbeid, mat etc. Kiosksalg av oss i bygdekvinnelaget. Salg av byggryn, byggmjøl (fint og spisset) av venneforeningen Grønvolds Venner, som drifter den gamle mølla på frivillig dugnadsbasis. Mellom 400 og 500 er innom hvert år.</p> <p>Dokksfløydagen. Markering av 30-årsdagen for ferdigstilling av damutbyggingen av Dokksfløy. Her hadde vi underholdning med gamle viser og historier skrevet av noen av de som jobbet på damanlegget, både det nye som sto ferdig i 1989, og de som passet den gamle demningen som ble lagt under vann da den nye kom. Historier fra hverdagsslitet til de som hogg tømmer og fløytet nedover elva, og til slutt ut i Randsfjorden. Ordfører Dokken fortalte om de politiske og byråkratiske sidene ved denne utbyggingen, og samarbeidet med nabokommunene Etnedal og Gausdal, da både tilsig fra elver og deler av dammen er i disse kommunene. Vi hadde også en foredragsholder fra Randsfjordsmuséene, som hadde mye info om hvilken inngripen en slik utbygging har å si for det lokale miljø og dyreliv. Og for Dokkadeltaets vekst og utvikling siste 3 tiår.</p> <p>Julegrantenning i Grønvold, sammen med Grønvolds Venner. Grønvoldsdagen, sammen med Grønvolds Venner.</p>

		<p>Dokksfløydagen, sammen med Torpa Skogeierlag, Torpa Bondelag, Torpa og omland Bonde- og Småbrukarlag.</p> <p>Bygdedagene på Dokka, sammen med bl.a Torpa Bondelag, Torpa og omland Bonde- og Småbrukarlag.</p> <p>Vi startet årets vervekampanje med å annonsere på vår Facebook-side at vi ønsket alle hjertelig velkommen til våre møter, og la ut årsplanen vår der. Vi ønsket at alle som ville, kunne komme og besøke oss, se hva vi holder på med, bli litt kjent med nye folk, og etter hvert få bestemme seg i ro og mak om de kunne tenke seg å bli medlemmer i laget vårt. Dette har nå resultert i 5 nye medlemmer, da en av dem gikk inn som ny kasserer ved valget på årsmøtet. De har vært med på ett eller flere møter dette året.</p> <p>Vi har også annonsert bra for våre arrangementer på sosiale medier som Facebook, og kommunens hjemmeside, samt kommunens Kulturkalender. Vi har også benyttet lokalradioens "Oppslagstavle". Da har vi vært mer synlige, og opplevd å få god oppslutning på våre arrangementer. Dette vil vi fortsette med, og håper at det kan gi oss enda flere medlemmer på sikt.</p>
Vågå	7 / 10	<p>1. November: Bokmøte i samarbeid med Mållaget Ivar Kleiven. 2. Desember: Adventsmøte på Lunde med matspleis, pakkebyte og triveleg samvær 3. Januar: Møte på Finntunet med musikk, dans servering og utlodning Rikard Odnes og Hanne Kari Bakke spilte. 4. Februar: Møte hos Astrid Mølmen med tema "Ligesaaavel i Vadmel som i Fløiel" Foredrag av Mette Vårdal si doktorgrads- avhandling. 5. Mars: Omvising i Vågå kyrkje av Martin Kleiven. Vi fekk sjå stolaen Kari Jøndal Bjertnæs broderte etter teikning av Trygve Håkenstad. Etterpå var det kaffe og utlodning på Frivilligsentralen. 6. April: Møte på Lalm samfunnshus med Borgny Sletten frå Oppland Bygdekvinnelag som gjest 7. Mai: Møte i Jutulheimen med avleggjarauksjon. 8. Juni: Tur/Møte - Besøk på Aukrust i Lom med maleritstilling og konsert. 9. September: Møte på Nylykkjesetra hos Kari Hølmo Holen. Servering av rømmegraut, trollkrem og kaffemat. 10. Oktober: Årsmøte på Klones</p> <p>Ved alle arrangement stiller 2 av medlemmene opp som vertinner. Dei har ansvaret for kaffe og traktement. Denne oppgåva går på omgang og gjer møta våre særskilt trivelege.</p> <p>Tradisjonsmat i trår med NBK sitt prosjekt.</p> <p>Bakstekurs i lefsebaking våren 2019 (for vaksne) over to dagar. Hausten 2019 hadde vi bakstekurs for ungar i haustferien.</p> <p>1. Servering av suppe til torsdagsgruppe på Frivilligsentralen. 2. Deltaking i bisettelse til Gunhild Valbjør 3. Deltaking i 8. mars-arrangement i Lom 4. Kokkekampen 5. Oppmøte i bunad under arrangementet Handverk+ på Ullinsvin 6. Steiking av vaflar under Landskappleiken 7. Sal av rømmegraut under Traktorrock 8. Pynting av kyrkja til Haustakkegudstenesta 9. Strikka sokker til nyfødde i bygda 10. Vakter til kafedrifta på Frivilligsentralen.</p>
Ulnes	5	<p>Mat- kurs for elever ved Ulnes Montessoriskule. Grønnsaksuppe med grove rundstykker. Lomper og flatbrød.</p> <p>Aktivitetsdag for barn og unge. Biffaften for medlemmer. Mannekeng oppvisning. Stølstreff. Rakfiskaften. Amanda prosjektet, strikker luer, votter, tepper mm til prematuravd. på Lillehammer sykehus.</p>

		Stikkekaffe for de eldre på omsorgsboligen, med servering av vaffel, kake og kaffe, dette har vi første onsdag hver måned. Vi har arrangert tur til Trondheim for medlemmene, meget vellykket. Teater/Revy, -samarbeid med Solabu Ungdomslag. Servering på årsmøter/ styremøter i Ulnes Sameie. Teater/Revy sammen med Solabu Ungdomslag.
Biri	5 / 10	Julemesse. 4 skiturer i lysløypa og en måneskinnstur. Krafttak mot kreft. Biridag. Aksjon for bekjempelse av kjempespringfrø. Auksjon til inntekt for nytt orgel i Biri kirke. Tur til Hadeland. Lefse- og flatbrødkurs. Pølsekurs.
Åbjør	8 / 13	Alle våre møter er opne. Vi bed med oss fleire på alle møta. Sopptur. Inviterte Internasjonalt kvinneforum i Valdres på soppturen. Sendte inn avisinnlegg til avisa Valdres. Ingen respons. Heldigvis sendte Marit Tordhol inn frå OBK. Juleverkstad. Fleire fellesturar. Innsamling til Kreftaksjonen. Frivillige ved Draumefangaren. Hyggekveld saman med Ranheim og Garli bkl. Deltake på Hyggekveld arr. av Ulnes bkl.
Østre Gran	6 / 5	1) Juletefest. 2) Internasjonal jentefest, 3. Bygdedag/åpen gård 4) Førjulshelg på historiske Hadeland. 5)Foredrag: Kunsten å ikke kaste mat. Kurs i takkebakst. Stand i sentrum på verdens matvaredag 16/10-18. Utdeling av smaksprøver på grynsodd, og byggprodukter fra COOP. Medlemsmøte med bygg som tema. I samarbeid med Hadeland husflidslag. Inviterte kommunestyret til omvisning på Granavollen og i Kommunehuset. Lagene har søkt midler og stått for oppgradering av møterommet i huset i sommer. Lagene har gratis lokaler av kommunen i huset, mot at de står for renhold og tilsyn. Styret deltok på informasjonsmøte i Brandbu BK med Ellen Krageberg. Kreftaksjonen. Teaterturer til Oslo: Svanesjøen og Sound of Music. Vaskedugnad i Kommunehuset (møterommet). Lunsj og omvisning på Torbjørnrud Hotell. Strikkeutstilling på Hadeland Glassverk. Sommertur til Lillehammer/Maihaugen og Fåberg. Vandreturer i grendene. Prosjektdag på Gran Ungdomskole: Fra jord til bord. Turistverter på Granavollen i sommer. Juletefest i samarbeid med NAF Hadeland og Gran Frivillig. Bygdedag/ Åpen gård i samarbeid med kommunen, Gran BL, Gran/Brandbu BU, gårdbruker m/flere Foredrag: Kunsten å ikke kaste mat. I samarbeid med Seniorforum Hadeland. Oppgradering av møterommet. Div. dugnader sammen med husflidslaget og fotoklubben. Førjulshelg på historiske Hadeland. Delta sammen med mange aktører på Granavollen. NM på ski, del 2. Lage potetsuppe for arrangør til å selge i kiosken. Direkte kontakt. Vaffel-kort og e-mail. Invitasjon til møter og turer. Facebook.
Søre Fåvang	5 / 1	Guatemala prosjektet. Grethe Brundtland fra NBK fortalte om arbeidet der. Lesering. Kvinner bedt på medlemsmøte. Laget mat på et medlemsmøte. Vevgruppa, som er underlagt laget, har holdt utstilling og tombola. Servert kaffe ved Fårikalfestivalen i Ringebu. Dette er en festival basert på sau.

Brandbu	8 / 13	<p>Takkebakst. Tradisjonsmat for barn. Byggrøt på julemesse. Bygg i årsmøteserveringen. Smaksprøver: byggrøt m. eple på Oktoberfestivalen. Sendt ut pressemeldinger ang. skolemat. Åpent møte med foredrag av Ellen Krageberg. Servering av guatemalsk gryte, bidrag til prosjektet 5000 kroner.</p> <p>Mange store arrangementer med sterkt dugnadspreget: NM på ski, Elvelangs Vigga, Oktoberfestival, Jul på Historiske Hadeland, juletreffest. Invitasjon gjennom Facebook, delt ut vervebrosjyrer.</p>
Venabygd	9 / 3	<p>Fjøs møtet og blomsterauksjon var møter vi ba med oss nye folk. Matmesse arrangerte vi i nov. den ble besøkt av flere hundre. Kurs for unge mødre med tema; mat for små mager. Vi laget ulike byggretter og tok med til et møte. Smakte, utveksla oppskrifter og historie bak der det var mulig.</p> <p>Kurs for unge mødre, praktisk matlaging og litt teori. En tur ut i det blå for medlemmene i juni.</p> <p>Matmesse med lokale matvarer: julebakst, lefse, flatbrød, saft, syltetøy, håndlaga sjokolade, lokale kjøttprodukt av svin og sau, honning mm</p> <p>Feiring av 85 års jubileum for laget vårt med gjester fra våre nabolag i Ringeby kommune.</p> <p>Juleavslutning sammen med de andre 3 laga i kommunen. Vi bor i ei lita bygd og inviterer nye til å være med på møter. Kurs for unge mødre regna vi også som rekrutterings tiltak på sikt.</p>
Skjåk	8 / 6	<p>Møte med LHL om slagamma og pårørende, fermentering av mat, sal av julebakst. Tradisjonsmat og bakst. Kurs om å bruke bygg i ulike matretter, både norske og internasjonale retter. Salg av julebakst, koking av vassgraut på marknad.</p> <p>Tur til Jostedal og Norsk Fjellmuseum i Lom.</p> <p>Servering til markedsdagen Hausttakk i Skjåk, vi laget vassgraut.</p> <p>Vi laget og serverte rømmegrøt til konfirmantbryllup.</p> <p>Vi laget og serverte sveler på ungdomsskolens kokkekamp i Vågå.</p> <p>Ved kronprinsparets besøk i Skjåk stod vi for serveringen til barn og unge.</p> <p>LHL- møte om slagamma. og pensjonistlaget: om helse og omsorg i kommuna.</p> <p>Deltok på 70 -års jubileum for verdensspeiderleir i Bismo. Deltok på jubileet til Skjåk energi 100 år. Busstur sammen med pensjonistlaget. Julebord sammen med pensjonistlaget.</p>
Snertingdal	Fler enn 14 / 7	<p>Strikkekafeer, lokalhistorie. Lefsebaking. Spis norsk bygg, aksjonsdag. Lefsebakekurs, Eiktunetdagen på museum i Gjøvik, smaksprøver av tradisjonsmat.</p> <p>Historielaget med gåtur kombinert med lokalhistorie. Olsokgudstjeneste sammen med menighetsrådet og historielaget.</p> <p>Verve dager på råvareaksjonsdagen spis bygg og aksjon på Facebook. På</p>
N. Fåvang	9	<p>Lesesirkel med boka Søsterklokkene. Det var planlagt et møte der bygdekvinne kunne møte et panel av lokale politikere, men vi fikk det ikke til.</p> <p>Pynting av kirka til høsttakkefesten. Krafttak mot kreft. Salg av "katta i sekken" under Fåvangdågå. Kafedrifa på Fårikålfestivalen er i samarbeid med Søre Fåvang bk.</p>

N. Ål	9 / 1	Hvert år bidrar laget vårt med stort kakebord og kaffe/soft til høsttakkegudstjenesten i Nordre Ål kirke. I 2018 var vi aktive i Spis mer bygg aksjonen. Delte ut melpakker som vi fikk tilsendt, og sendte inn avisinnlegg (forslag fra NBK) til Byavisen. Vi var også på møte med ordføreren som ble oppfordret til å gå videre til helse og omsorgsetaten med vårt budskap. Vi har arrangert medlemsmøte med mat laget etter oppskrift fra Guatemala. Vi har hatt en orienteringskveld på bakstehuset på Fåberg. Lågen Bygdekvinnelag er et forholdsvis nystartet lag etter at Fåberg ble lagt ned for noen år siden. Vi fikk en interessant gjennomgang av alt arbeidet som er lagt ned for at de skal få en trivelig plass å ha møtene sine. Og de holder kurs og har åpne dager hvor alle kan komme og drikke kaffe mm.
Ranheim og Garli	4 / 5	Arrangert juletefest. Søppel plukking. Matsservering på Skrautvål sameiges årsmøte. Deltatt på arrangement i Internasjonalt kvinneforum i Valdres. Fellesmøte med andre bygdekvinnelag. Tema: Kvinners Frivillige beredskap. Invitasjoner til julemøte med basar.
Kolbu	7 / 2	Internasjonal-aften på biblioteket. "Helt på Jordet" arr. sammen med andre lag i kommunen, hvor vi kokte og solgte grønnsaksuppe m/kjøttboller i. Sommertur til Maihaugen og Bjerkebekk, Juletefest for bygda. Besøk på jordbruks-skolen Lena/Valle. Kreft-aksjon, Besøk på Toten Museum med prosjektet bygg arrangert av Vestre Toten BKL. Medlemsmøte med strikke kveld og servering av potetsuppe.
Øyer	11 / 13	Alle møtene har vært åpne. I tillegg Krafttak mot Kreft og Mataukfestival. Utdeling av bygg på aksjonsdag. Planlagt tre kurs, gjennomført to. en avlyst pga. for få påmeldte. Avlyst: Internasjonale potetretter. Gjennomført: Rabarbra for alle, Sylte og rull av lam og storfe. Matsikkerhet lokalt, nasjonalt og globalt. Godt foredrag av Trond Klåpe, leder i Oppland Bonde- og småbrukerlag. Årlige oppgaver 17. mai. Medlemmer i 17. maikomiteen og binde krans til bauta. Pynte kirka til høsttakkemesse. Deltatt på Mataukfestival på Lillehammer sammen med nabolaga Lågen og Tretten. Adventsmøte med Tretten. Matsikkerhet med Lågen og Tretten. Facebookaksjon i regi av Oppland BK.
Ø. Toten	10 / 8	Møter og aktiviteter er det samme hos oss. Tradisjonsmat og bygg. Kurs i grunnskolen, Dessertkurs. Betalt medlemskontingent. Flere bedriftsbesøk i kommunen På Valle videregående på Reinsvoll sammen med Vestre Toten bygdekvinnelag Laget brosjyre med årshjulet og info om lokallaget som er delt ut på forskjellige arrangement.
Sør-Fron	8	Besøk i omsorgsbustad på Sørheim Strikking av babysokkar til alle nyfødte i Sør-Fron Planteauksjon. Verving – snakke med folk.

Vardal	9 / 11	<p>Bruk av rabarbra. Baking av flatbrød og sveler. Kaffe, kaker, sang og musikk ved Nordbyen sykehjem. Høsttakkefest</p> <p>Kunst, mattradisjoner og integrering er et samarbeidsprosjekt mellom Kunst og kulturskolen og læringsenteret. VBKs rolle er som «sponsor», samt holde noen kurs. VBK søkte i samarbeid med Kunst og kulturskolen om tilskudd til frivillig virksomhet i lokalsamfunnet. Prosjektet «Kunst, mattradisjoner og inkludering» gir muligheter og håp til å etablere en fast møteplass og en arena for aktivitetene for innvandrerkvinner. Det er 8 kvinner som deltar. Det er laget en årsplan av ansvarlig lærer (kunst) for prosjektet og 2 lærere står for det pedagogiske. VBKs bidrag er å snakke med dem og være behjelpelig med å gjennomføre arbeidsoppgaver. En viktig del er derfor språktreningen. Møteplassen er Drengestua på Gjøvik gård hver torsdag kl. 11.30-14.00. Hittil har det vært en eller to fra VBK som har møtt.</p> <p>I denne forbindelse har vi fått dem med ut på arrangementer/ møter som VBK har vært delaktig.</p> <p>Utlevering av poser med bygg på to steder en spesiell dag. i forbindelse med medlemsmøte. Foredrag og kun servering av produkter med bygg.</p> <p>Kurs: bygggriskrem. Stand på Eiktunetdagen med bygggriskrem.</p> <p>Kurs: Steke farsekaker, lage brun saus, lære å koke poteter og grønnsaker, lage brygggriskrem og rød saus fra bunnen av (6.trinnselever)</p> <p>Vafler: røre og steking (fokus på innvandrerkvinner)</p> <p>Pannekaker: røre og steking (SFO og 9-åringer)</p> <p>Lefsebaking.</p> <p>I forbindelse med dager som Frivillighetsdag, Eiktunetdagen, dvs dager hvor lag og foreninger i distriktet deltar utlevering av bygggris og rød saus medlemsmøte. Krafttak mot kreft. Tur</p> <p>Høsttakkefest (kirka). Kaffe, kaker, sang . Nordbyen omsorgssenter</p> <p>Prosjektet: Kunst, mattradisjoner og integrering som pågår hver uke.</p> <p>På alle arrangementer som VBK har deltatt på, har det blitt gitt ut materiell om laget, NBK og årsplanen, samt på andre arenaer der kvinner samles, bibliotek, helsestasjonen, losjelokaler etc.</p> <p>Medlemmene oppfordres også til å ha et program/vaffelkort i veska for å gi ut til potensielle medlemmer.</p>
Dovre	8 / 1	<p>Å være medlem i bygdekvinnelaget- "Vervemøte".</p> <p>Hybelmat. Bakst.</p> <p>Vi sto på 2 butikker og delte ut smaksprøver på byggkrem og informasjon om bygg. Kurs i å lage spekepølse av rein. Kurs i bakst av potetlompe og tunnkaku.</p> <p>Skolefrokost ved 2 barneskoler, Kurs i å binde adventskrans, Deltatt på åpen dag i regi av bondelaget, levert babysokker til de nyfødte i kommunen, hatt julebord, vært på dagstur med shopping og konsert, seterbesøk, kafedrift under Hjerleidutstillinga, hatt matlagekveld hvor vi laget opp mange retter, tok bilder og skrev oppskrifter som vi lever til avisa, Krafttak mot kreft, hatt hyggedag på omsorgssenteret, deltatt på St. Hansfeiring på Maihaugen hvor vi demonstrerte takkebakst og ga smaksprøver på disse i tillegg til ost og kjeks samt solgte kaker og syltetøy, vært vertskap for kirkekaffe, stekt vafler og kokt kaffe for salg under åpen beredskapsdag på brannstasjonen, ryddet og vasket kjøkkenet på samfunnshuset, arrangert juletreff</p>

		St. Hans feiring på Maihaugen, åpen dag på brannstasjonen, vervemøte, hyggedag på omsorgssenteret, åpen dag med bondelaget.
Lesja	8 / 6	Vervekampanje, Inn på tunet, krafttak mot kreft, søppelsortering, fugleliv, gründersatsing i Lesja, planteauksjon, fermentering, psykisk helse og tradisjonsbakst. Kurs og frivillig arbeid med bakst på Bygdatunet. Matpakkedag og smøremåltid på skolen, skitur, tur til Brimi Seter, Lesjakveld for integrering, Markens Grøde, servering i forbindelse med Kronprinsparets besøk i Lesja, sokkestrikking til nyfødte, kafedrift, matspalte i lokalavisa. Vervekampanje, krafttak mot kreft, kronprinsparets besøk. Personlig invitasjon i postkassa, vervemøte, invitasjon på facebook, stand på Lesjakveld.
Tretten	6 / 8	Alle møtene våre er åpne. Bli kjent i bygda tur og Blomster- og hagetur. Maten vår – ei lokal og global utfordring sammen med Øyer BK og Lågen BK. «Piker, vin og en god prat om deg og meg og bygda vår.» Alle damer på Tretten var invitert.
N. Land	1 / 5	Juletradisjonsforming, sunt kosthold på Matpakkedag for tre skoleklasser på Dokka Barneskole, redesignmøte med fire informanter om gode tips, bærtur med kaffekos og litt tyttebær, sommertur med mattradisjonskurs og informasjon om seterdrift. Organisasjonsskolen jfr NBK. Bærturen og Sommertur var rettet mot kvinner i forbindelse med Kvinner Ut, så Læringssenteret i kommunen var spesielt invitert. Mange møtte opp på sommerturen, 8 biler i alt og mange hele familier. Servert Byggryns-suppe på arrangement vi deltok på "Elvelangs Folkestien i fakkellys". ellers servert på styremøte for å teste ut samt ha bildedokumentasjon på god og sunn mat. Servering og informasjon på Sommerturen til sætra med "Melkekaker" og "Landsbylefserull". Enkle og lokale råstoff, til bruk hele året til hverdag og fest. Leder i N. Land Bygdekvinne lag er aktivt med i politikken og frontet det meste av det NBK står for. Sendt inn artikkel til OA, men OBK fikk inn sitt, vi hadde valgt samme bilde. Delt ut blomster til Landmo Alders og Sykehjem til jul, hatt "Dugurdscaffe" i mars på samme stad med underholdning, servering og loddsalg, 4 bidrag inn i lokal bygdeavis -Utsiktsposten om laget, salg av boka "Barndomsminner" og blomster til jublanter i laget og de som har mistet noen. Deltatt på Internasjonal juletreffest og cafe, vært med på Landsbydugnad med søppelplukking og stand 14 dager etter på Landsbyfest med stand med salg av "Landsbylefserullen", deltatt på Bondepuber og Familiedag for landbruket . Deltatt i planlegging og avholdelse av Bygdedager over to dager i september ,helg med dyr, aktiviteter og masse folk og serverte god ,tradisjonsmat og rydding/ordning før og etter . Natursti fra Dokka sentrum til Stasjonen og nyordnet "fotovegg" for barn. Mange timer lagt ned+ sekretærfunksjon hele planleggingstiden. Deltatt på SMIL-møter ,2 stk, i kommunen. Info i bygdeavis, bedt med folk på Grendemøter og åpne møter/turer. Invitasjoner på sms og pr. på Fb fra leder.

		Vært på Internasjonal Cafe for å fortelle om hva bygdekvinnelaget stod for, men kontingenten er for høy for denne del av potensielle medlemmer.
Ruste	7 / 1	8. mars arr. var ope og i samarbeid med andre, eller så er alle møta våre ope for alle viss nokon vil sjå kva vi driv med. Det hadde vi i 2018. Vi har prata om å starte opp att i 2020. Kun hatt ein kveld med power point laga av Grethe Brundtland 8.Mars saman med Saniteten og Fron Kvinneforum. Hatt opege møter og prøvd at alle har tatt med nokon. Fått nokre nye medlemmar, så har trua!
V. Toten	12 / 5	Akedag, "KVINNER UT". Suppekurs. Kurs i baking av Totenkringler. Sommeravslutning med foredrag om bygg Julemiddag med servering av byggrynskrem (med rød saus) til dessert Sommeravslutning med foredrag om bygg. Arr. med alle bygdekvinnelaga på Toten. Servering av byggrynskrem på julemiddag for laget. Se årsberetningen fra Vestre Toten Bygdekvinnelag som sendes separat. Selvmordsforebygging, arr. sammen med "LEVE Oppland" 8.-marsarrangement med Frivilligsentralen, Sanitetsforeningene og Fyrverkeries bibliotek og oss i VTBK. Sommeravslutning. Besøksdag i fjøs for gris, krøtter, og sau på Valle videregående skole Kafedrift på Friluftsfestivalen. Servering av rabarbra og rabarbrasuppe til alle barnehagebarn på Barnas dag på Stenberg museum. Hatt med brosjyrer på arrangementene. Tatt personlig kontakt.



Grobakken



LANDMEK AS

LANDBRUKSMEKANISERING

WWW.GROLAND.NO ☎ 47 04 70 70 - 2943 ROGNE



KONTORET

Oppland Bygdekvinnelag har sitt fylkeskontor på Lillehammer. Kontoret er felles for Oppland Bondelag, Oppland Bygdeungdomslag og Oppland Bygdekvinnelag.

Jorunn Løvdal er sekretær for Oppland Bygdekvinnelag.

Kontoret ligger i underetasjen i Kirkegt. 70, 2609 Lillehammer. Tlf: 61 05 18 00

E-post: oppland.nbk@bygdekvinnelaget.no / jorunn.lovdal@bondelaget.no

TAKK

2019 er nå over og vi kan se tilbake på et givende arbeidsår med Bygdekvinnelaget.

Fylkesstyret ønsker å rette en stor takk til tillitsvalgte og samarbeidspartnere gjennom året.

Takk til våre kontakter og vi håper på et fortsatt godt samarbeid i 2019.

Retter også en stor takk til kontoret for god hjelp i 2019.

Lillehammer, 31.12.2019

Hilsen

Styret i Oppland Bygdekvinnelag

Marit Tordhol /s/

Borgny Skansen Sletten /s/

Mari Marthe Graff Ulsrud /s/

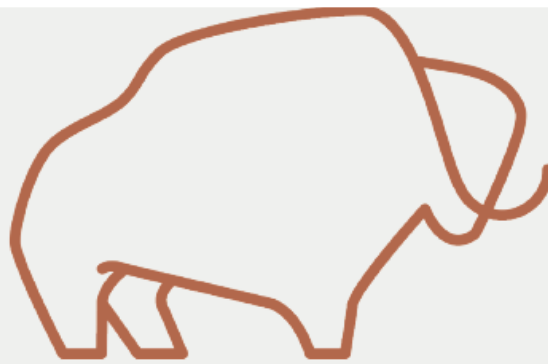
Kristine Grimstad Veseth /s/

Helga Rørholt Moe /s/

Kari Gaarder Hubred /s/

Nanna Ringen /s/

Bjørnhild Kihle /s/



DOMBÅS

HOTEL

Domaasgrendi 1, 2660 Dombås - Tlf: 61 24 10 01
Booking@dombas-hotel.no - www.dombashotel.no



Sparing

KVINNER OG PENSJON

Sjekk hvor mye andre på din alder sparer til pensjon, og se hvor mye en liten sum i måneden utgjør for pensjonen din med vår enkle pensjonskalkulator.

Gå inn og test deg selv i dag på
www.sb1ls.no/pensjonskalkulator

SpareBank 
LOM OG SKJÅK

LEDERE I OPPLAND BYGDEKVINNELAG 2019 - 2020

Lokallag	Navn	Postnr/sted	Mobil	E-post
Dovre	Tove Jenny Qvan	2662 Dovre	920 11 716	tovejennyqvan@hotmail.com
Lesja	Kathrine Holten	2665 Lesja	416 13 161	kathrine.holten@avdem.no
Lesjaskog	Laila Irene Brøste	2669 Bjorli	958 88 458	laila.broste@live.no
Skjåk	Svanhild Gjeilo	2690 Skjåk	994 95 750	fransg@online.no
Lom	Laila Frøise	2686 Lom	909 79 019	lille342@hotmail.com
Vågå	Lene Andersen-Gott	2680 Vågå	452 25 051	leian2@online.no
Ruste	Borgny Skansen Sletten	2640 Vinstra	905 68 205	lysaakergard@gmail.com
Sør-Fron	Hild Grytting	2647 Sør-Fron	936 58 013	post@grytting.com
Ringebu	Ingen medlemmer			-
Venabygd	Siri Korsbøen Haugstad	2632 Venabygd	909 78 037	sikoha@hotmail.com
Brekkom	Aase Mork Borgedal	2634 Fåvang	911 89 200	aas-b@online.no
Nordre Fåvang	Ragnhild Sperstad	2634 Fåvang	479 02 700	ragnsp@online.no
Søre Fåvang	Liv Jorunn Braastad	2634 Fåvang	950 93 733	lorbraa@online.no
Tretten	Hanne Mette Aarnes	2635 Tretten	456 08 231	hannemette.aarnes@online.no
Øyer	Astrid Stubrud	2636 Øyer	476 25 629	a-stub@hotmail.com
Lågen	Ingerid Lyngnes Dahl	2625 Fåberg	915 79 902	ingerid.lyngnes.dahl@sykehuset-innlandet.no
N. Ål	Legges ned i 2020			
Biri	Eli Kongssund Løvstad	2837 Biristrand	958 87 093	eli@aaseth.no
Snertingdal	Annette Strand Normann	2838 Snertingdal	976 99 943	strandnormann@gmail.com
Vardal	Turid Rødningsand	2821 Gjøvik	974 68 097	gtsand@hotmail.com
Ø. Toten	Eva Melbye Gjestrum	2850 Lena	928 15 584	evamegi@gmail.com
Kolbu	Slått sammen med Ø. Toten			
V. Toten	Anne Mari Amlien	2846 Bøverbru	416 55 015	anneamlien@gmail.com
Eina	Nedlagt januar 2019			
Brandbu	Inger J. Stensrud Haug	2760 Brandbu	992 81 445	inger@haug-vestre.no
Ø. Gran	Anne Marie Bjerke Hvattum	2750 Gran	901 87 833	ahvattum@gmail.com
V. Gran	Legges ned i 2020			
Jevnaker	Kate Velo	3520 Jevnaker	61315513	l.velo@online.no
N. Land	Anne Terningen	2870 Dokka	977 91 197	anne.terningen@online.no
Torpa	Monika Korslund	2870 Dokka	915 41 449	monika-korslund@hotmail.com
Ulnes	Kari M. Johansen Follinglo	2918 Ulnes	415 08 415	kari@sekskanten.no
Ranheim og Garli	Liv Sørhus Ulsaker	2900 Fagernes	481 57 854	lulsaker@online.no
Åbjør	Anne Irene Aaberg	2920 Leira i Valdres	99259476	odaaberg@online.no
Røn	Lena Lisjordet	2690 Røn	915 70 418	l.lisjordet@hotmail.com
Ø. Slidre	Marit Jorun Ildstad	2940 Heggenes	990 09 526	thidstad@online.no
Vang	Guro Råheim Kvam	2975 Vang i Valdres	99734284	gurokvam@bbnett.no

MEDLEMSTALL OPPLAND BYGDEKVINNELAG

Lag	Stiftet	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019
Dovre	1927	24	36	27	24	23	25	25	30
Lesja	1928	38	37	40	31	44	40	40	40
Lesjaskog	1937	39	28	33	29	23	23	21	27
Skjåk	1939	27	25	22	22	23	23	23	22
Lom	1947	25	23	23	25	21	19	21	21
Vågå	1938	30	30	31	28	26	27	25	26
Ruste	1930	15	13	13	15	18	17	16	17
Sør-Fron	1938	25	22	23	21	21	22	20	19
Ringebu	1930	19	19	19	5	3	2	1	0
Venabygd	1934	14	10	12	10	13	13	13	16
Brekkom	1927	14	13	11	12	12	12	12	13
N. Fåvang	1926	25	25	27	27	28	30	27	27
S. Fåvang	1926	16	21	23	22	23	22	19	18
Tretten	1939	26	24	25	23	20	21	20	22
Øyer	1933	47	40	34	33	33	33	31	28
Lågen	2013		0	31	27	26	25	24	44
N. Ål	1946	15	16	15	13	13	13	14	11
Biri	1946	40	40	42	38	39	39	38	36
Snertingdal	1948	36	28	25	20	21	20	19	21
Vardal	1936	52	50	53	58	71	69	64	59
Ø.Toten	1927	92	86	85	70	67	69	68	65
Kolbu	1936	62	48	44	35	34	33	29	31
V. Toten	1936	47	46	51	51	50	46	47	47
Eina	1948	39	36	38	38	37	37	31	0
Brandbu	1924	32	30	31	31	28	28	30	28
Ø. Gran	1937	32	31	31	29	36	37	43	49
V. Gran	1947	17	16	15	14	13	14	13	11
Jevnaker	1938	39	39	42	33	33	21	15	10
N. Land	1937	31	32	34	27	26	24	22	19
Torpa	1953	23	21	22	21	20	20	20	18
Ulnes	1925	49	47	42	39	37	36	32	29
Ranheim og Garli	1952	13	12	11	10	8	7	7	6
Åbjør	1952	13	12	9	13	14	12	11	8
Røn	1937	51	47	60	53	44	31	21	17
Øystre Slidre	1954	16	16	20	13	10	11	12	13
Vang	1940	6	6	6	3	2	2	1	1
Sum		1126	1025	1070	963	960	923	875	849

Årets jubilarer: Brandbu 95 år, Venabygd 85 år, Skjåk og Tretten 80 år og Øystre Slidre 65 år

SLIDRE REGNSKAP

Autorisert
regnskapsførerselskap



JØLSTAD

begravelsesbyrå

Hadeland

Tlf 61 33 20 30 (24 timer)

www.jolstad.no

Årsregnskap 2019

Oppland Bygdekvinnelag

	Note	2019	2018
Resultatregnskap			
Driftsinntekter og driftskostnader			
3100	Salgsinntekter, avgiftsfrie, annonser	16 900	18 500
3101	utlodning på årsmøtet	7 090	6 325
3103	Regionmøte 2019	15 750	0
3104	Tradisjonsmat,(deltagere og utlodning 2018)	0	4 750
3181	deltaker årsmøtet	1 350	0
3200	Salgsinntekter, utenfor avgift. Bøker	4 200	5 600
	Salgsinntekter	45 290	35 175
3442	Momskompensasjon 2017	0	20 000
3443	Momskompensasjon 2019	13 215	14 488
3900	Medlemskontingent	101 880	105 000
	Annen driftsinntekt	115 095	139 488
	Sum driftsinntekter	160 385	174 663
4390	Beholdningsendring	5 000	5 000
	Varekostnader	5 000	5 000
5330	Godtgjørelse til styre- og valgkomitt	70 100	85 600
5390	Godtgj. revisorer	1 000	1 000
5501	Telefongodtgj. til styret	3 000	4 500
	Lønnskostnader m.m.	74 100	91 100
6550	Driftsmaterialer	9 489	3 788
6705	Honorar regnskap	6 000	6 000
6810	Data/EDB- kostnad	3 000	0
6820	Støtte til Byggboka til Torpa Bkl	5 000	0
6860	Møte, kurs, oppdatering o.l.	2 500	0
6940	Porto	758	521
7090	Buss og tog	2 213	1 291
7190	Kilometergodtgjørelse	26 598	18 968
7191	Passasjertillegg	1 567	804
7192	Parkering og bomutgifter	4 515	1 722
7201	Andre møtekostnader	2 757	3 659
7202	Årsmøte Oppland Bygdekvinnelag	16 350	22 916
7204	Inspirasjonsseminar	14 853	0
7205	Regionmøter og ledermøter	34 715	12 043
7206	Landsmøte NBK	863	12 403
7207	Tradisjonsmat Lom	0	19 900
7411	Kontingent æresmedlemer	670	670
7430	Gaver	2 620	2 962
7770	Bank- og kortgebyrer	5	10

Årsregnskap 2019

Oppland Bygdekvinnelag

	Note	2019	2018
Annen driftskostnad		134 472	107 656
Sum driftskostnader		213 572	203 756
Driftsresultat		-53 187	-29 093
Finansinntekter og finanskostnader			
8040 Renteinntekt, skattefri		0	3 760
8050 Annen renteinntekt		3 827	0
Annen renteinntekt		3 827	3 760
Resultat av finansposter		3 827	3 760
Resultat før skattekostnad		-49 360	-25 333
Ordinært resultat		-49 360	-25 333
Ekstraordinære inntekter og kostnader			
8490 Annen ekstraordinær kostnad		180	0
Ekstraordinær inntekt		180	0
Resultat av ekstraordinære poster		180	0
Arsoverskudd (Årsunderskudd)		-49 180	-25 333
Overføringer			

Årsregnskap 2019

Oppland Bygdekvinnelag

	Note	31.12.2019	31.12.2018
Balanse			
EIENDELER			
Anleggsmidler			
Omløpsmidler			
Varelager		0	5 000
Lager av varer og annen beholdning		0	5 000
Kundefordringer		2 750	500
Sum fordringer		2 750	500
Bankinnskudd, kontanter o.l.		332 885	381 399
Sum bankinnskudd, kontanter o.l.		332 885	381 399
Sum omløpsmidler		335 635	386 899
SUM EIENDELER		335 635	386 899

Velkommen til
Granavolden Gjestgiveri

*Kurs- og konferanser
selskaper og bryllup
- En helt spesiell atmosfære*



Kontakt oss på mail: post@granavolden.no

Telefon: 61 33 77 00



GRANAVOLDEN
GJÆSTGIVERI

granavolden.no

Norges Bygdekvinnelag

Tekst: Mona Skrede

Mel.: Sov du vesle spire ung

Norges Bygdekvinnelag løfter høgt si fana.
Brukar tida dag for dag alltid er på bana.
Kvinner vil og kvinner kan, byggjer bru, går hand i hand.
For eit trygt og velstelt land vi til kamp vil mana.

Jorda vår med alt som gror, den er fundamentet,
For alt liv og mat på bord, vi frå den må hente.
Bruk den rett – vår bodskap stor; Reint miljø er meir enn ord.
Handling, tæl og kurs og ror, vi kan ikke vente.

Heim, familieliv så visst er vårt mål å freda.
Born som fødest, veks og trivst. Livets største gleda!
Skulen vår og god kultur, arbeidsplassar der vi bur.
Flukta bort frå bygda snur. Kvinner har idêar.

Utan kvinner er det sagt, Bygde-Noreg stansar.
Difor trengst det dagleg vakt, kløkt og opne sansar.
Kvinnens rett vi fram skal stri. Og, vi vil i bygda bli!
Vår ressurs til landet gi. Arbeidskraft og ansvar.