



INFORMASJON

Kyrkjebod

MENIGHETSBLAD FOR RJUKAN OG TINNBYGDENE

Nr.3 - 66. årgang

Høsten 2021



Stavkirken Dal med tømmerkip fra 1775 og middelalderkor,
tegnet av Wedselt Rørbye 1830

se side 4

GOD HØST!

Følg kirkeniTinn på



**DU ER ALLTID VELKOMMEN TIL GUDSTJENESTE
- SØNDAG ER KIRKEDAG**





Ætt skal følgja ætterad

TINN SOKN

Hovin

Døpte:

Adam André Lars Wångdahl

Døde:

Kjell Bjørnskås

Austbygde

Døpte:

Nora Bjålid

Knut Hjølland Eggerud

Døde:

26.05.21: Birgit Berg

Atrå

Døde:

22.06.21: Halvor Flatland

Mæl

Døpte:

Thomine Krosskei Thirud

Døde:

11.07.21: Svanhild Dahle Ravnås

22.07.21: Birgit Dahle

RJUKAN SOKN

Døde:

19.05.21: Bjørn Veåsen

25.05.21: Agnes Christiansen

28.05.21: Eva Gulli

27.06.21: Anne Lise Ødegård

02.07.21: Finn Engen

03.07.21: Aslaug Berge

20.07.21: Anna Laurine Fossmo

02.08.21: Synnøve Bergby

Skirva fjellkyrkje

Leirsted - Selskapslokale - Rimelig overnatting

Leter du etter et fint selskaplokale i spesielt vakre omgivelser?
Trenger du rimelig overnatting for gjestene og lekerom for barna?

Eller leter du etter et leirsted for barne- eller ungdomsgruppa du leder?

Skirva fjellkyrkje har alt du trenger og leier ut til rimelige priser.

Kontakt 95 77 74 89 - www.skirva.no

KYRKJESKYSS I TINN

Treng du skyss til gudstenester eller arrangement i kyrkja, så ver ikkje redd for å ringja eit av nummera nedanfor:

Austbygde: Tollheim 91 77 37 63 / 47 67 49 16

Atrå: Hvalen 48 00 88 24 / 90 95 71 24

Mæl: Øvsterud 47 04 61 70

«Kirkekakebakeliste»

Er du glad i å bake - til kirken trenger vi kake.

Når klokkene ringer, til kirken vi springer.

Litt kirkesaft og kirkekaffe må vi ha, men hvor kommer kakene fra?

Vil du hjelpe oss å bake, eller vil du bare komme og smake?

Vi trenger deg, så bare ring i vei.

Ring eller SMS til: Edel 95 24 19 32 eller Grete 90 56 23 16
Sokneråd/kirkering

«Skirvas Venner»

takker for gaver og minner om

kto.nr. 2620.42.57034

**Stoff til Kyrkjebod
mottas med takk!**

Siste frist til nr. 4 - 2021:

26. OKTOBER

**Skriv og send det til:
terje@markedspartner-tp.no**

**Tinn kirkelige
fellesråd**

Rjukan kirke, 3660 Rjukan

Tel: 35 08 28 60

post@kirken.tinn.no

En tretvinnet tråd ryker ikke så fort



EN TRETVINNET TRÅD
RYKER IKKE SÅ FORT.
FORKYNNEREN 4.12

Organist Britt Elin og jeg hadde en flott opplevelse på Hardangervidda Nasjonalparksenter, Skinnarbu forleden. Vi sørget for at et par ble viet i ganske så fantastiske omgivelser.

For mange par har pandemien satt alle bryllupsplaner på vent, men endelig ser det ut til at disse familiefestdagene igjen kan feires.

Før et bryllup kan finne sted, må det et frieri til. Noen må ta motet til seg, sige ned på kne og spørre: «Vil du gifte deg med meg?» Og helst skal vi få et «ja» tilbake.

Det har alltid fascinert meg at vi bruker ordet «fri», når vi skal spørre om noen vil binde seg tettere til oss. Hvor fri blir du egentlig, om du frir eller blir fridd til? Blir du ikke bare mere ufri av å fri?

«En tretvinnet tråd ryker ikke så fort» (For. 4,12b), står det i Forkynneren i Det gamle testamentet. At en tråd er tretvinnet betyr at den er flettet sammen av mange tråder. Det som er sammenflettet, tåler mer. Samhold gir styrke.

Det er kanskje derfor vi frir til hverandre og søker sammen i fagforeninger, idrettslag, vennskap og ekteskap? For din svakhet er ikke bare din svakhet, men det kan også være et område hvor jeg kan vise min styrke. Det du er dårlig på, er jeg kanskje god på.

Sammen, med alle våre svakheter, er vi ganske sterke.

Det å være avhengig av andre, handler både om å se egen begrensning og andres mulighet. Der noe tar slutt, er det alltid noe nytt som begynner. En grense er ikke bare slutten på noe, men også starten på noe nytt.

Å si «ja» til noen og ville binde seg, handler om å forene de gode kreftene.

Det gjelder i alle relasjoner.

Vi knytter oss til noe annet, til andre mennesker, til naturen og til

Gud, i gjensidig tillit og respekt. I den forpliktelsen og i den relasjonen ligger en frihet gjemt. Friheten til å være en del av noe som er sterkere, større og viktigere enn meg selv.

Jeg tror det var Kåre Willoch som engang sa - ikke uten ironi:

«Mine meninger har nok endret seg, men ikke det faktum at jeg har rett».

Kanskje ikke i ekteskapet. Kanskje ikke om en skal ta kjærlighet, ulike felleskap av mennesker på alvor og være en del av noe større.

Der alle har noe å bidra med.

Og nøye seg med sin plass, sitt bidrag og oppdage hvordan helhet og ulikhet hos hverandre gjør sterk.

Morten Arnesen

Kyrkjebod

Redaktør:

Medarbeiderar:

Terje Paulsen, mobil 93 23 71 20 - e-mail: terje@markedspartner-tp.no

Hans Kr. Langeland, Grete Ingeborg Vestby, sokneprest Morten Arnesen, sokneprest Toralv Frøysaa Lie og Gunnar Erling Undersrud.

Dalz kirkio j Dalssockn à Tinni

eller Dal kirke i Dal sogn i Tinn

Sent på høsten 2020 kom det ut en liten bok om Dal kirkes over 800-årige historie skrevet av Torbjørn Utklev Myhre. Myhre har latt seg fascinere av det lille kirkebygget i Vestfjorddalen og har brukt 18 år på å lete i historiske, dokumenterbare kilder for å finne ut mer om kirkens historie.

Myhres interesse for det lille kirkebygget startet i 1977 på vei til en hyttetur i Hjerdalen. Kirken hadde jeg aldri sett før, forteller han. Men det var «lik som noe» ved denne kirken som fascinerte meg. Eller som biskop Kåre Støylen sa i sin tale da Dal ble åpnet etter restaureringen i 1962;

«Det er ingen kirke som i all sin enkelhet har grepet meg så sterkt som denne fordi den i direkte linje kan føres tilbake til 1100-1200-tallet» En god beskrivelse mener Myhre for sin interesse.

I 1995 flyttet han og familien inn på nedre Dale gård i Dalsgrende der også kirken ligger. Da hadde jeg allerede lest om kirken i H.H.Einungs Tinn saga som gir et vell av tråder å nøste opp i. Blant annet nevnes Dalmadonnaen. Madonnaen er faktisk en av to som Norge i dag bruker ved store anledninger når vår middelalderhistorie skal presenteres. At Madonnaen fikk stå i kirken etter reformasjonen og frem til 1848 mener Myhre er spesielt. Det hadde nok sine grunner noe jeg forteller mer om i boken, forteller han.

Arbeidet med å samle inn aktuelt stoff startet i 2002. Det har blitt mye leting i jungelen av sagn, historier



Dronefoto: Odd Arvid Dalen.

"Dals kirke i Vestfjorddalen, som den ligger der under Gaustakolossens brystværn. Modsætningen vil slaa dig, modsætningen mellem disse to Guds huse: Dalekirken, det forsvindende lille værk af menneskehaand, og fjeld-domen, Guds egen vældige bygning, hvor han selv har lagt sten paa sten."

(Elisa Kiellands beskrivelse av Dal kirke fra 1880-årene)

og ikke minst motstridende opplysninger. Jeg visste jo egentlig ikke hvor jeg skulle lete og det ble langt mellom opplysningene om Dal. For å si det slik, det har blitt mye unødvendig lesing, forteller Myhre.

Men etter hvert som jeg leste gjennom tilgjengelig materiale fra norske og utenlandske arkiver, biblioteker og fagbøker forsto jeg at kirken var langt mer spesiell enn man skulle tro. Stikkord og navn er oldbrevne i Diplomatarium Norvegicum, Oslobispene Jens Nilsson og Nils Simonsen Glostrup, Tinn sogneprester, kong Karl Johan, slottsarkitekt Franciscus von Lindstow og tidligere Riksantikvar Stephan Tchudi-Madsen. Og sist, men ikke minst, kirkevergene til Dal opp igjennom århundrene.

Om det var etter pavelige forordninger fra Roma at kirken ble bygget rundt år 1200, eller om den ble bygget av private som en votivkirke - eller gavekirke - er også noe jeg har grepet fatt i, fortsetter Myhre. Dal må ha hatt en høy status i den katolske middelal-

der og var faktisk et pilegrimsmål frem til så sent som slutten på 1700-tallet.

At Førnesbrunnen gikk til Dal kirke og ikke til Rauland kirke mener han også å vite. Sognegrensene for Dal ble endret i 1856. Før det tilhørte gårdene på Møsstrand inn til Argehovd Dal sogn. Slik jeg ser det var sognegrensene ikke noe man rokket ved i middelalderen og derfor var det bare en vei hesten måtte gå med sin dystre last, avslutter han.



Attskaping av eit forsvunne alterteppe

I dei siste halvanna åra har eg arbeidd med å attskape Bildentekstilet for Stiftelsen Steinhuset på Gran. Det oppdraget fekk eg etter at oppdraget vart offentleg utlyst, og eg konkurrerte med andre kunsthåndverkarar om å få prosjektet.

Bildentekstilet var eit alterteppe frå 1100-talet som hang i ei stavkyrkje, som no er riven, på Hadeland. I 1627 vart alterteppet oppdaga av lagmann Peder Alfsson som samla gamle ting til eit museum i København. Han sende teppet saman med ein akvarell av alterteppet og ein kort rapport til muséet. Alterteppet forsvann i København, men akvarellen og rapporten er i eit arkiv ved København Universitet.

Oppdraget mitt var å attskape alterteppet på grunnlag av akvarellen og rapporten til Alfsson. Det var ikkje berre å teikne av og lage eit mønster av ein liten akvarell i ein rapportbok. Me veit at alterteppet var brodert med ullgarn på eit blått ullstoff i raudt, gult, grønt, kvitt og svart. Det hadde vore om lag 190 x 82 cm stort. Kva broderiteknikk saumaren hadde nytta visste eg ingenting om. Akvarellen vart måla i 1627 og bar preg av den tida, korleis figurane var



Det gjenskapte tekstilet. Foto: EHJ

framstilt. I samarbeid med oppdragsgjevar nytta eg kunnskaper om mellomalderen for å teikne ut ei arbeidsteikning og planleggje korleis eg skulle saume teppet. Alterteppet skulle framstå som eit romansk kunstuttrykk frå mellomalderen. Då avgjorde eg å nytte enkel og dobbel leggsaum. I Noreg finns to delar av teppe frå same tid, Høylandsteppet og Røntekstilet, som er sauma i den teknikken.

Eg hadde mange gode folk kring meg i arbeidsprosessen. Stiftelsen Steinhuset utnemnde ei styringsgruppe og ei referansegruppe for prosjektet. Gro Lyngstad ved Grinakervev vov botntekstilet i blått vaidfarga spelsaugarn i ei lerretsbinding. Guri Snellingen spant ullgarn frå hadelandske sauer - gamal norsk spel - med handtein. Hege Dagestad farga alt garnet med plantefargar. Ho valde å nytte fargar som me veit dei hadde tilgjengelege på Hadeland på 1100-talet og som toler godt ljøs: vaidplanten ga blåfargen, reseda ga gult og raudt fekk me frå krapprot. Eg har òg fått hjelp av Mette Hygen frå Hovin til å veve eit lerretsband som bakgrunn for teksten med runer. Arne Olesrud i Atrå snekra eit fint arbeidsbord til meg.

Alterteppet var ferdig i vår og vart avduka av biskop Solveig Fiske, Hamar bispedømme 12. juni. Alterteppet heng i Steinhuset på Granavollen, i nærleiken av «Søsterkirkene». Steinhuset er eit bygg frå 1200-talet. Der skal det hengje. Steinhuset har aldri vore ei kyrkje, men har vore knytta til kyrkjeleg aktivitet, kan hende del av eit kloster. I dag fungerer huset som eit kulturhus. Om sommaren er det ope for turistar.

Tekstiler er forgjengelege. Det er ikkje mange tekstiler frå mellomalderen eller seinare som er tatt vare på. Mange er forsvunne for alltid. Eit forsvunne teppe er det sentrale i boka «Hekneveven» av Lars Mytting frå 2020. Me har faktisk eit forsvunne tekstil knytta til Atrå kyrkje! Olav Andreas Hvalen fann ut då han arbeidde med artikkelen om rosemålinga i Atrå kyrkje at det skulle vera ein lerretsrull på loftet i kyrkja då Riksantikvaren vitja ho i 1950. Det vil me freista å finne ut av.

Olaug Salthe



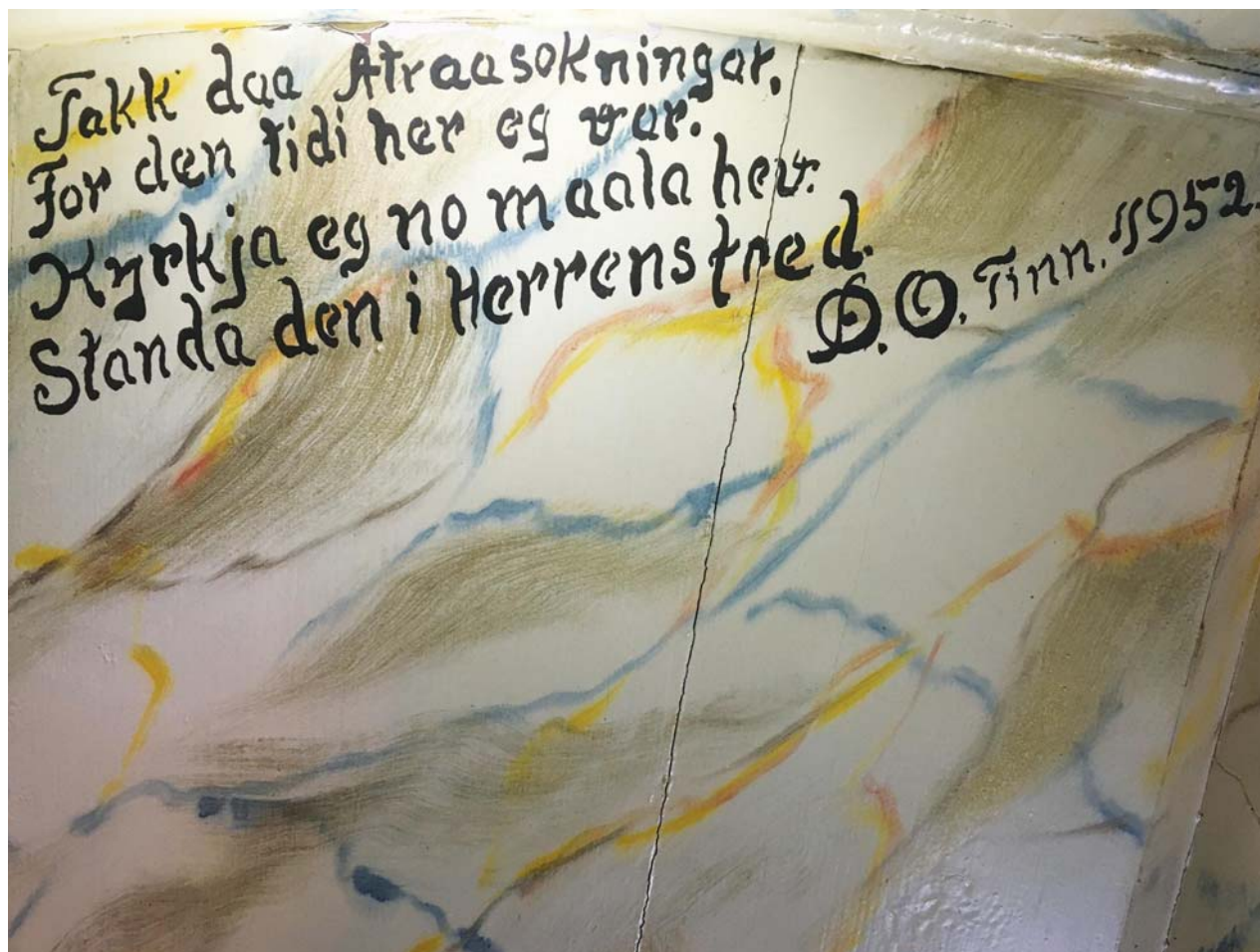
Akantusranke under som i arbeidsbordet. Foto EHJ



Montasje. Utvikling av lovebode. Fra venstre det første prøvebode, et britisk inspirert lovebode, Saksbaugloven, bode inspirert av Saksbaugloven og det endelige lovebode. Foto EHJ



Historia rundt rosemålinga i Atrå kyrkje



Teksten på bilde er skrive av Øystein Orekås og står på undersida av preikestolen.

Atrå kyrkje stod ferdig og vart høgtideleg vigsla i 1836. Arkitekt var H. F. Lindstow og stilarten empire. I 1908 vart kyrkja pussa opp. Galleri, preikestol og søyler kvitmåla med gyldne lister, veg-gane svak grønfarge.

I 1950 vart det bevilga pengar til restaurering og soknerådet ba om råd frå riksantikvaren. Forslaget hans var å få tilbake fargene frå 1836: grållilla veggjar, elfenbeins-gule søyler og dører. Taket skulle ha breie, glattkanta bord med kvit farge.

Soknerådet syntest ikkje om for-slaget og ba Øystein Orekås ut-arbeide eit nytt fargeforslag. Dette

vart så sendt inn til departementet for godkjenning. I den samanheng får soknerådet brev frå stiftsdirek-sjonen der dei understrekar at «re-staurering av kirker og kirkeinn-ventar ikke må finne sted uten samtykke fra kirke departementet.» Både stiftsdireksjon og departe-ment går inn for riksantikvarens fargeforslag og ikkje det lokale utarbeida av Øysten Orekås. I april 1951 tar soknerådet på ny kontakt med departementet og ber om å få bruke Øystein Orekås sitt forslag, men med negativt resultat.

Soknerådet vender seg så til Øysten Orekås med eit nytt spørs-mål: Kan du ta på deg å rosemåle

Atrå kyrkje? Det blir ikkje tatt kontakt med riksantikvar, stifts-direksjon eller departement. Øystein Orekås seier ja til arbeidet mot å få frie hender. Kyrkja blir heilt stengt frå hausten 1951 til våren 1952. Det blir sett opp stort stilas inne i kyrkja og Øystein Orekås lagar seg ein liggestol slik at han kan få dekorert taket. Arbeidet blir avslutta med fest-gudsteneste 13. april 1952. Stappfull kyrkje og mange godord om arbeidet til kunstnaren. Etter messa får Øystein Orekås ordet for å orientere om arbeidet han har gjort. Iflg. referat frå avisa Varden sa han dette: «Det er jamnast so at slike arbeid skal

gjeraast etter visse planar og forskrifter frå arkitektar og konsulentar på området. Det kan vera vel og bra i mange høve, ikkje alltid. Det låg føre noko slikt også for Atrå kyrkje, men eg lika det ikkje. Skall ein vera bunden i ei lei, er det vanskeleg å få nokon harmoni i det heile. Til slutt vart det slik at soknerådet tok på seg alt ansvar og gav meg frie hender. Og so vart da kyrkja slik som de ser ho i dag.»

Så er det slutt på godorda. Riksantikvaren hadde fått avisutklippet frå Varden og melde frå til departementet. Stiftsdireksjonen ber soknepresten koma med ei utgreiing om det som er gjort. Her står det m. a.:» Menighetsrådet fant at det ikke fantes noe av antikvarisk verdi i kirkemalingen, det sikreste var å la kunstmaler Øysten Orekås få nytte sine kunstneriske evner og male kirken i en stil som folket her på stedet virkelig ville sette pris på. Og det har han også gjort. Han har skapt et kunstverk som bare en stor kunstner kan skape.» Riksantikvaren kjem med nytt brev til departementet same haust:» Redegjørelsen frå soknepresten bekrefter at det ikke er tatt det ringeste hensyn til den plan

som er utarbeidet herfra og godkjent av departementet. - som det forstås deler ikke de antikvariske myndigheter menighetsrådets syn, liksom man heller ikke kan dele sokneprestens begeistring for moderne rosemaling.»

Departementet ber riksantikvaren besiktige Atrå kirke og i brev av 11. november vurderer han arbeidet som er utført. Han meiner framleis at rosemålinga ikkje høyrer heime i ei kyrkje med utprega empireinteriør. Han innrømer likevel at målinga på preikestolen i og for seg er dyktig utført, men «helt malplassert på dette sted.»

Saka blir avslutta i 1954 der departementet m. a. skriv: »Man kan ikke påby noen forandring. Stemningen var så oppagittert at det ville være utelukket å få menighetsråd og kommunestyre til å rette seg etter et slikt påbud. Hvis riksantikvarens folk skulle gjøre arbeidet, ville de ikke få lokal hjelp og eller risikere både personlig overlast og hærverk på kirken. Man kunne derfor ikke gjøre annet enn å gi prest og menighetsråd en reprimande.»

I svarbrevet frå Atrå sokneråd av 22. mai 1954 skriv sokneprest Hognestad på vegne av soknerådet:

«Det har vært interessant å legge merke til hvor anerkjennende de mange kunstinteresserte har uttalt seg om det arbeidet som er gjort i Atrå kirke. Det er en alminnelig mening at saken vil stille seg slik: Når noen år er gått, vil det av de ansvarlige myndigheter bli gitt påbud om at intet må røres av det verdifulle arbeide som er gjort i kirken.»

Kunstnaren Øystein Orekås døydde i 1980, 88 år gamal. Me som brukar Atrå kyrkje er takksame for det store og verdifulle arbeidet han utførde. Takken går også til prest og sokneråd for det motet dei viste.

Olav Andreas Hvalen

Kjelder:

Soknerådsprotokoll for Atrå sokn
Kopi av brev frå Riksarkivet.



Teksten er på fronten av galleriet - ser den når ein går ut av kyrkja.



Foredrag og omvisning i Atrå kyrkje ved Olav Andreas Hvalen



Line Vettestad fra KN og diakon Silje Sjøtveit



1. juni - Kirkerådsleder Kristin Gunleiksrud deltok på et prosjektmøter på Kyrkjekontoret i Atrå ad. «Omsorg for døende». Hun fortalte om kirkerådets satsning på diakoni og ble imponert over prosjektets fremgang sålangt. Filmproduksjonsselskapet FENOMEN var med digitalt via Zoom, og prosjektet er helt i rute.



Vandring mot Dal kirke



Bø gamle kirke



På vei fra Atrå til Mæl kyrkje

Markering av verdensdagen
for flyktninger i Bø

Diakoner og prester i øvre Telemark
vandret til Bø gamle kirke



Vi hadde en kjempefin pilegrimsvandring

søndag 15.august fra Gransherad - til Hovin kyrkje. Pilegrimene var heldige med været og det var flere "nye pilegrimer" som var med denne gangen. Det synes vi er veldig stas.

Vi vil gjerne takke alle som var med på turen og alle som bidro til at den ble en suksess.

Turen begynte med en kort vandring fra Gransherad kyrkje til Nisi Gård, der vi var invitert til friluftsgudstjeneste med påfølgende kirkekaffe. Grete Vestby registrerte alle pilegrimene og tok i mot betaling. Turen gikk videre til Tinnoset båthavn, der blant annet Jon Ivar Finnekåsa ventet med 2 båter som tok pilegrimsflokken over Tinnsjøen til Sandviken/Hovin.

På Sandvikens ble vi tatt godt imot av grunneieren og gjengen som disponerer stedet for jakt. Vi fikk høre

noen spennende historier om stedet, mens vi nød varm rabarbrasuppe, som ble servert i kopper med motiver av norrøn mytologi. Koppene tok vi med oss som et minne fra et flott opphold.

Etter lunchen gikk ferden videre mot Hovin kyrkje, med enda mer informasjon om gamle dager og noen spontane og noen planlagte musikalske innslag. Harald Nasset og Knut Nyheim både spilte og sang til stor glede for pilegrimene.

Vi avsluttet dagens pilegrimsvandring med gudstjeneste og kjøttsuppe ved Hovin kyrkje.

Takk for en fin tur og håper vi sees igjen august 2022, da vil pilegrimsvandringen fortsette fra Hovin kyrkje til gamle Heie Skole.

Ingrid Wiens



Ingrid Wiens og Silje Sjøtveit ble invitert til Pålerud for å se på overnattingsmulighet og kapell langs pilegrimsleden - Kvite Kyrkje. Et nytt og flott tilbud for pilegrimer!



Møte med Johan Varen Ugland i Atrå

Frå 1970 til 1973 var Johan Varen Ugland organist i Tinn prestegjeld. Då han kom hit til Tinn, sommaren 1970, var han akkurat ferdig med grunnutdanninga som organist ved musikkonservatoriet i Agder. I 1973 reiste han vidare til Bærum, der han var organist i Haslum kyrkje og seinare Bryn kyrkje. Samstundes tok han vidareutdanning ved den då nye Norges Musikkhøgskole.

Johan er fødd i Kristiansand i 1946 men familien budde ei tid i Oslo og han hadde difor mange år av oppveksten sin der. Bestemor hans var konsertpianist, ho spela mellom anna mykje Chopin, minnest han og han vart svært oppteken av dette som liten. Han minnest sitt fyrste møte med orgelmusikk var i ein film på Røa kino, der den kjende Toccata og fuge i d-moll av Bach vart spela. Han var og innom korps og han spela horn i Garden.



Johan Varen Ugland ved orgelet i Atrå kyrkje

Johan Varen Ugland er godt kjent for sitt arbeid som komponist. Han har komponert ei rekkje verk for både orgel og kor, liturgi og salmar. Mellom ei rekkje av melodiar, kan me slå opp i den nye salmeboka på nr 179 og finne hans melodi til Petter Dass sin tekst, Velsignet vær, o Jesus Krist, som Johan fortel han komponerte i husværet han leigde i Røyskattlia i Austbygde.

Johan minnest tida i Tinn med glede og har nokre muntre historier: I Austbygde kyrkje var orgelet i dårleg stand fortel han. Lufta lakk ut i frå sprekkar i treverket. Dette kom av uttørking vinters-tid. Ein vinter kom det nesten ikkje ein lyd i frå orgelet fortel han. Men Johan visste råd. I mangel på effekt frå luftfuk-taranlegget, tok han like godt å sette opp ei hylle rett under luft-inntaket til orgelvifta, der sette han ei kokeplate med ein stor kjele som ellest vart bruka til desinfisering av nattverdiskalkar. Han fyllte kjelen med vatn og sette kokeplata på full styrke, så dampen stod. Han let motoren gå. Vidare sette han på alle stemmene på orgelet, fant fram salmebøker til å få trykkt ned alle tangentar, så snudde han orgelkrakken og la den på pedalane så også dei vart trykkt ned, alle som ein. Men det var berre susing og blåsing frå orgelet. Etter ei stund byrja det å pipe litt. Men Johan lot det stå slik over natta og gjekk heim. Om morgonen etterpå var kjelen koka tørr og det brøla skikkeleg frå orgelet. Treet hadde trutna og orgelet heldt heilt til våren att. Seinare fekk Johan høyre at det hadde gjenge ein kar forbi kyrkja i Austbygde om natta, som ikkje var heilt edrueleg, han hadde visst blive noko skremt av dette kraftige orgelbruset. Dette gamle orgelet står no i baptistkyrkja på Rjukan og det fungerer mykje betre i eit slikt murbygg seier han. På det gamle orgelet i Mæl kyrkje fekk Johan ein "hyler" under ei

KRIK

KRISTEN IDRETTSKONTAKT

Gutter og jenter i alderen 13 - 26 år

Innebandy, fotball, stikkboll m.m
- andakt og pause -

Mulighet til å bli med på sommerleirer som ARENA og
ACTION med flere hundre andre ungdommer
www.KRIK.no

**Første trening høsten 2021:
Fredag 3.september kl 16:00**

Eget styre bestående av ungdommer

Voksenledere:
Lars Kristian Norenes
Cathrine Løvgren
Knut Rune Hagen
Oddgeir Sjøtveit

gudsteneste. Det vil seia ei orgelpipe som ikkje vil stoppe å låte. Han forsøkte å få nappa ut pipa, men det var så trangt inne i orgelet at det let seg vanskeleg gjera utan større demontering. Så han såg ingen annan utveg enn å riva av seg slipset og stappe det i kjeften på pipa. Då stoppa lyden. Dette var under kyrkjebøna, og seinare vart det til med denne historia som med fjæra som blir til ti høns: organisten hadde sett fast slipset inni orgelet og inne i frå orgelet høyrdest: Herre, høyr vår bøn.

Johan Varen Ugland arbeidde for å skaffe Mæl og Austbygde kyrkjer nye orgel i den tida han var her. Det gjekk i orden og begge instrumenta vart bygd av den tyske orgelfabrikken Paul Ott. Paul Ott har og bygd det store orgelet i Oslo konserthus.

Etter tida i Bærum har Johan virka mest på sørlandet. Han har vore



Johan Varen Ugland og Knut Arne Snøås

lærer og rektor ved Agder musikkonservatorium, han var organist i Vestre Moland og Lillesand kyrkjer i 12 år og i Lund kyrkje i Kristiansand i 24 år til han gjekk av med pensjon i 2014. Han trivest

som pensjonist fortel han og kosar seg med mellom anna vedhogst og anna arbeid på småbruket sitt i Kristiansand.

Knut Arne Snøås



DEN NORSKE KIRKE
Tinn kirkelige fellesråd

Bli konfirmant i Kirken i Tinn



Mer himmel på jord

Årsprogram:

Oppstart med presentasjon av konfirmanter i kirkene i begynnelsen av Desember 2021.
Deretter en konfirmantsamling pr mnd i tiden Desember 2021-Mai 2022
Konfirmantleir for Rjukan og Tinn på Skirva 22-24 april
Konfirmantleir med mellom 200 og 300 konfirmanter fra mange steder i Telemark på Gjønnestad Videregående skole i Stokke 7-11 August 2022
Konfirmasjon i Rjukan kirke 28 august 22
Hovin kirke 28 august 22
Austbygde kyrkje 4. september 22
Atrå kyrkje 11. september 22
Mæl kyrkje 18. september 22

Temaer vi skal utforske sammen er:

- Hva skal jeg bruke livet til?
- Finnes Gud?
- Vennskap og menneskeverd.
- Sorg og glede.
- Mote og mobbing.
- Kjærlighet, seksualitet og samliv.
- Miljø og rettferdighet.
- Hvordan kan jeg bety noe for andre?
- Hvem er Jesus?

Se egen gruppe på Facebook:
Konfirmanter i Kirken i Tinn 2021 – 2022 for mer informasjon.

HER MELDER DU DEG PÅ SOM KONFIRMANT:
www.kirken.tinn.no

Påmelding innen 1 august.
Vi gleder oss til å bli kjent med deg!

Med vennlig hilsen,
Toralf Frøysaa Lie, Sogneprest Tinn mob 926 28 337
Morten Arnesen, Sogneprest på Rjukan mob 901 48 143

Inntrykk fra Konfirmantleir på Gjennestad videregående man. 9. til fre. 13. aug.



Da er Konfirmantleir leir på Gjennestad tilbake. Vi har gledet oss over nydelig vær og god stemning. Alvor og skjemt, undervisning (i dag om selvbylde, mobbing og hvordan alle er unike) og aktiviteter (nå nettopp vann-krig i parken.)

Stolt av Rjukan konfirmantene. De er best







Gudstjenester i Tinn

DATO:	DAG:	KL.:	GUDSTJENESTE:	STED:
12.09.2021	16. søndag i treenighetstiden	11.00	Gudstjeneste med konfirmasjon	Rjukan kirke
12.09.2021	16. søndag i treenighetstiden	11.00	Konfirmasjonsgudstjeneste	Hovin kyrkje
12.09.2021	16. søndag i treenighetstiden	17.00	Høgmesse	Atrå kyrkje
19.09.2021	17. søndag i treenighetstiden	11.00	Gudstjeneste med konfirmasjon	Rjukan kirke
26.09.2021	18. søndag i treenighetstiden	11.00	Høsttakkefest	Austbygde kyrkje
26.09.2021	18. søndag i treenighetstiden	19.00	Taizé-gudstjeneste	Mæl kyrkje
03.10.2021	19. søndag i treenighetstiden	11.00	Gudstjeneste med nattverd	Dal kirke
10.10.2021	20. søndag i treenighetstiden	11.00	Familiegudstjeneste	Atrå kyrkje
10.10.2021	20. søndag i treenighetstiden	17.00	Familiegudstjeneste	Hovin kyrkje
17.10.2021	21. søndag i treenighetstiden	11.00	Diakonal Gudstjeneste	Dal kirke
21.10.2021		18.00	Kveldsbøn	Hovin kyrkje
24.10.2021	22. søndag i treenighetstiden	11.00	Familiegudstjeneste	Mæl kyrkje
24.10.2021	22. søndag i treenighetstiden	17.00	Familiegudstjeneste	Austbygde kyrkje
31.10.2021	Reformasjonsdagen	11.00	Gudstjeneste med nattverd	Dal kirke
07.11.2021	Helgemesse	11.00	Helgemesse	Hovin kyrkje
07.11.2021	Helgemesse	17.00	Helgemesse	Atrå kyrkje
14.11.2021	25. søndag i treenighetstiden	11.00	Gudstjeneste	Dal kirke
21.11.2021	Domssundag / Kristi kongedag	11.00	Høgmesse	Austbygde kyrkje
21.11.2021	Domssundag / Kristi kongedag	19.00	Taizé-gudstjeneste	Mæl kyrkje
28.11.2021	1. søndag i adventstiden	11.00	Gudstjeneste med nattverd	Dal kirke
28.11.2021	1. søndag i adventstiden	18.00	Kveldsbøn i Adventstida	Hovin kyrkje
05.12.2021	2. søndag i adventstida	17.00	Lysmesse med konfirmantane	Atrå kyrkje
12.12.2021	3. søndag i adventstida	18.00	Adventskonsert	Austbygde kyrkje

Gudstjenestelista: Det kan skje endringer med lista som Kyrkjebod ikke fanger opp tidsnok før trykking. Vi minner derfor om at gudstjenester også kunngjøres i RA



Sommeravslutning med ansatte i Tinn kirkelige fellelsråd samt soknerådsledere i Tinn og Rjukan på Sjøtveit Gård.



Tinn Soul Children

øver på Kirkekontoret
i Atrå, Marum Ullern,
annenhver mandag
kl 14:40 - 16:00

Første øvelse høsten
2021 er mandag
23.august.

**Alle gutter og jenter
mellom 10 - 16 år
er velkommen!**



www.tinnenergibredband.no

din lokale leverandør av internettjenester

Leverandør av tjenester for:

- Internett
- TV - Film - Radio
- Bedriftsløsninger
- Hytte-pakker

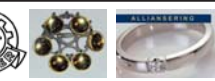
Kontaktinformasjon:
Tinn Energi AS
Storgata 4, Postboks 94
3660 Rjukan. Telefon 35 08 09 00
E-post: tinnbynett@tinnenergi.no

**På
oppfordring...**

Vipps oss gjerne:

Kyrkjebod, 3656 Atrå

2620.66.80813

 SANDVIKEN CAMPING 3650 Tinn Austbygd - Tlf. 952 38 817 BÅTUTLEIE - SAUNA - HYTTER - CAMPING - MINIGOLF	 assistCo Rjukan Næringspark - 3660 Rjukan Telefon 35 49 90 00	 Vekstra Sam Eydesgt 93, Rjukan, tlf 35 08 10 00
RJUKAN VVS & ELEKTRO AS RØRLEGGER & ELEKTRIKER Telefon 35 08 00 80		 Frisør Benny Ofstad Sam Eydesgt 57, 3660 Rjukan Atråvegen 426, 3656 Atrå Telefon 35 09 19 01
OPPBYGDE HANDELSLAG 3652 HOVIN - TELEFON 350 99230	 tet På lag med din bedrift Rådgivning Økonomi System Ring 09712 tet.no	
 Kirkens SOS TILBYR		
Byggmester Magne Olesrud tlf. 97 11 05 11 3650 Tinn Austbygd	A til Å Entreprenør AS Svaddeveien 149 3660 Rjukan Telefon: 350 82450 E-post: post@atilaa-as.no Web: www.atilaa-as.no 	
 ALMINOR Postboks 14 - 3650 Tinn Austbygd Telefon 35 08 11 11 - Telefax 35 08 11 00		
RJUKAN BIL AS Noe galt med bilen? <i>Vi utfører service og reparasjoner etter bilprodusentenes krav og bruker reservedeler med originalkvalitet. Alle bilmerker - alle årsmodeller</i> Ring oss for time i dag! Tlf. 35 09 90 90 Mælandsgata 13, 3660 Rjukan post@rjukanbil.no www.rjukanbil.no	 Visste du at menighetsrådene i Rjukan og Tinn er samlet i et menighetsblad! Dette betyr at Kyrkjebod går til ALLE husstander i Tinn!	
<i>Mer enn bare merkevarer</i>   ARTE GULLSMED SANDO Bunadssølv fra nettbutikk www.sando.no	 Elektrokontakten AS Storgata 4, Rjukan - tlf. 35 09 47 77	



Bjørn Berge AS

Sam Eydesgt 55, Rjukan, tlf. 35 09 04 86

PROSJEKTFORM AS

Takst og eiendomsrådgivning www.prosjektform.no

Tlf: 35081500 / 97110535



Selskap
heile året.

Tlf. 95 05 97 25
3650 Tinn Aubbbbbgd

post@seterliv.no - www.seterliv.no

GODE TILBUD KVAR VEKE HJÅ



Tinn as

STORGATA 17
3660 RJUKAN
TLF 35 09 21 75
FAX 35 09 21 48

**TINN
TAXI**
90 96 77 77



Atrå Handelslag
www.atra-handelslag.no

Bygg - jernvare - kjøkkenutstyr - gaver - garn
Spar-supermarked med egen ferskvareldisk



**Olaisen
Transport**

**Maskindrift og
Kranbiler**

Geir 41 41 60 04
35 09 82 17



**TINN
SPAREBANK**

«lokalkunnskap – til det beste for våre kunder»

tlf. 35 08 08 00

post@tinnbank.no
www.tinnbank.no

Visste du at...

...menighetsrådene
i Rjukan og Tinn
er samlet i et menighetsblad!
Dette betyr at
Kyrkjebod går til
ALLE husstander i Tinn!



Rjukan og Vest-Telemark
BEGRAVELSESBYRÅ

TORE VARNES

Telefon
35091578

*Ordner alt vedrørende begravelser,
kremasjoner og transporter*



**TINN
ENERGI
& FIBER**



Vakttelefon 35 08 09 00 - Storgata 4
660 Rjukan www.tinnenergi.no
- en trygg kontakt

Å sove gjør oss godt!

Søvnvansker kan være ett av symptomene ved depresjon, men forskning viser at søvnvansker også kan utvikle seg før den psykiske lidelsen.

Om søvn og kvile
Vanklok mann
vakar all natti
tenkjer både opp og ut
Han er trøyt og mod
når morgonen kjem
og alt er flokut som før
Fra Håvamål

Beskrivelsen i Håvamål ovenfor kan mange av oss nikke gjenkjennende til fra tid til annen. Ved psykiske lidelser er søvn og søvnvansker en stadig kilde til uro og bekymring. Så mange som mellom 50 og 80 prosent av pasienter med psykiske lidelser rapporterer om vansker med søvn. Søvnvansker kan være ett av symptomene ved depresjon, men forskning viser at søvnvansker også kan utvikle seg før den psykiske lidelsen.

Søvnvansker

Etter at den psykiske lidelsen har bedret seg kan søvnvanskene likevel bestå. På den måten en de en risikofaktor for senere depressive episoder. Det går altså begge veier; vi sover dårligere når vi er deprimerte, og vi blir oftere deprimerte når vi sover dårlig. Når vi også vet at for lite, eller på en eller annen måte forstyrret søvn, har negative konsekvenser som hormonell ubalanse, hjerte- og kar-sykdommer, overvekt og diabetes 2, blir søvn et viktig element i behandlingsopplegget, og i behandlingsplanen for den enkelte.

“Vi sover dårligere når vi er deprimerte, og vi blir oftere deprimerte når vi sover dårlig”

Behandling

Sammen med pasienten har vi som målsetting å rette oppmerksomheten mot og se på søvnmonster, -hygiene, -vaner, -vansker, og behandlingsmetoder. Søvnmonsteret registreres ved at pasienten fører søvndagbok over et par uker, og vi tar fortløpende temaet opp i samtaler og undervisning.

Uheldige søvnvaner

Noen har uheldige søvnvaner; de stjeler verdifull søvntid fra seg selv ved å



Gode råd om søvnhygiene kan hjelpe den som sliter med å få sove.

legge seg for sent, ta seg en blund i løpet av dagen og/eller stå opp og legge seg til forskjellige tidspunkt fra dag til dag. Da kan det være nyttig å se på ulike søvnhygieneråd; stå opp til samme tid hver dag, unngå kaffe, te, cola fra ettermiddag/kveld, unngå tv, mobil, pc, nettbrett i sengen, sørg for ro og moderat temperatur, regelmessig mosjon, avspenning osv.

“Hensikten er å samle søvnen i én bolk og “tvinge” hjernen inn i et nytt søvnmonster”

«Tvinge» hjernen

Men søvnhygieneråd har i seg selv ingen effekt, det vil si at det holder ikke bare å avstå fra kaffedrikking om kvelden. Ulike behandlingstiltak vurderes i tillegg. Ved akutte søvnproblemer har sovemidler få bivirkninger når de gis over kort tid, og kan snu en mulig vond trend, men gjør ikke noe med selve årsaken. Om pasienten har motivasjon og vilje til egeninnsats kan søvnrestriksjonsbehandling være

effektivt. Hensikten er å samle søvnen i én bolk og “tvinge” hjernen inn i et nytt søvnmonster. Kort fortalt fungerer denne metoden ved at hjernen assosierer seng med søvn, når du strikt etter hvert endrer tiden du ligger i sengen til den tiden du faktisk sover.

“I løpet av en god natts søvn skjer det en “oppdrydding” i hjernen”

Kilde til energi

Søvnen er kroppens kilde til ny energi og er viktig for immunforsvaret vårt. I løpet av en god natts søvn skjer det en “oppdrydding” i hjernen og det settes i gang en lang rekke prosesser i kroppen. Dette gjør oss opplagte og klare til å ta fatt på en ny dag. Vi trenger altså nok søvn om vi skal kunne restituere både hjernen vår og kroppen vår.– Målet er å sove. For å sove gjør oss godt!

Råd for god søvnhygiene

- Stå opp til samme tid hver dag
- Unngå å sove på dagtid (eventuelt under 20 min)
- Unngå kaffe, te, cola, energidrikk, nikotin fra ettermiddag/kveld
- Unngå tv, mobil, pc, nettbrett i sengen
- Sørg for ro og moderat temperatur på soverom
- Ta deg en tur ut av soverommet om du ikke får sove i løpet av 15 – 30 min
- Unngå sterkt lys om du må opp om natten
- Sørg for regelmessig mosjon og avspenning, men ikke mosjon rett før sengetid
- Sett av en «problemtime» til grubling (skriv ned?) på ettermiddag
- Et varmt bad før sengetid kan virke beroligende
- Unngå å være sulten eller innta et tungt måltid før legging
- Unngå alkohol som sovemiddel

Av Anita Sjøvik, psykiatrisk sykepleier ved Avdeling for depressive lidelser, Modum Bad.

Artikkelen er hentet fra magasinet **Badeliv nr 1/2019**.



Tinn kirkelige fellesråd

Prestar:	Sokneprest Toralv Frøysaa Lie, mobil 926 28 337 E-post: toralv.lie@kirken.tinn.no Sokneprest Morten Arnesen, mobil 901 48 143 E-post: morten.arnesen@kirken.tinn.no
Trosopplærer:	Karin Sørhagen Gaustad, mobil: 958 09 397, E-post: karinmsg@hotmail.com
Organistar:	Britt Elin Myrene, mobil 920 46 146, E-post: britt.elin@kirken.tinn.no Knut Arne Snøås, mobil 959 60 307, E-post: knutarnesnoas@hotmail.no
Kyrkjeverje:	Susann Myhra Styrvold, mobil 413 31 093 E-post: susann.myhra.styrvold@kirken.tinn.no
Kyrkjegårds- arbeidar:	Kirkegårdsleder Christian Skårdal, mobil 952 56 099, E-post: christian.skaardal@kirken.tinn.no Knut Rune Hagen, tlf. 35 09 87 65, mobil 957 77 489 E-post: knut.hagen@kirken.tinn.no Jørgen Eide Kittelsen, mobil 984 22 172, E-post: jorgen.eide@kirken.tinn.no
Kyrkjetenarar:	Knut Rune Hagen, tlf. 35 09 87 65, mobil 957 77 489 E-post: knut.hagen@kirken.tinn.no Nina Helene Jarstad, mobil 986 74 962, E-post: njarstad71@gmail.com Jørgen Eide Kittelsen, mobil 984 22 172, E-post: jorgen.eide@kirken.tinn.no
Klokkarar:	Annette Fagerberg, mobil 95 23 88 17, E-post: annettefagerberg@gmail.com Karin Sørhagen Gaustad, mobil: 958 09 397, E-post: karin.sorhagen@kirken.tinn.no Nina Helen Haugan Hansen, mobil 416 90 871, E-post: ninahelen@live.no Oddvar Øvsterud, mobil 470 46 170, E-post: oddvarovsterud@hotmail.com
Kontorfullmektig:	Astrid Håvardsrud, telefon 35 08 28 60, E-post: astrid.havardsrud@kirken.tinn.no
Tinn kirkelige fellesråd:	Karin Ødegård, leder, mobil 976 65 736 Gunnar Undersrud Henry Gunleiksrud Morten Arnesen (geistlig representant) Magne Jenbergesen Jan Birger Oland
Tinn sokneråd:	Grete Ingeborg Vestby, Fossheimvn. 5, 3656 Atrå Mobil 905 62 316 - E-post: g-vestby@online.no
Rjukan Menighetsråd:	Karin Ødegård, mobil 976 65 736, E-post: beste_karin@yahoo.com
Skirva Fjellkyrkje:	(Se Tinn sokneråd) www.skirva.no
Tilsynsansvarleg:	Ingrid Wiens, mobil 941 75 272, E-post: ingrid.wiens@icloud.com

www.kirken.tinn.no

Returadresse:

Kyrkjebod c/o
Grete Ingeborg Vestby
Fossheimveien 5
3656 Atrå

Vil du la barnet ditt bli døpt? Eller vil du bli døpt selv?



Foto: Bo Mathisen

Barn, unge og voksne er like velkomne til dåp. Den som døpes blir medlem i Den norske kirke. Velkommen til å ta kontakt med din menighet hvis du vil bli døpt, eller du ønsker å la barnet ditt døpes. I dåpen blir vi møtt av Guds kjærlighet. Den er et virkekraftig tegn som gir oss del i Guds frelse, og en gave som det bare er å ta imot, uansett når i livet vi døpes.

Seks gode grunner til dåp

Hvert år døpes mange tusen barn, ungdommer og voksne. I hvert enkelt tilfelle ligger det mange samtaler og tanker om hvorfor vi skal velge dåp.

1. Dåp er tradisjon

Tradisjoner uttrykker det som er viktig for mennesker. Tradisjon er ikke uttrykk for likegyldighet eller ubevissthet. Tradisjon er en del av vår identitet som vi kan velge å videreføre.

2. Dåp er å bli ønsket velkommen

Rundt den som døpes er foreldre, faddere, familie og venner. Dåpen fører oss inn i menigheten, hele Den norske kirke og den verdensvide kirke. I dåpen knyttes vi sammen med kristne søsken over hele jorden.

3. Dåp er å ta imot Guds kjærlighet

Dåpens vann og dåpens løfter formidler Guds nåde og kjærlighet. Det å være døpt er å leve omsluttet av Guds kjærlighet.

4. Dåp inviterer til det store mysteriet

Tro er et møte med det vi ikke forstår. Dåpen er en invitasjon til undring i møte med livets mysterium og tillitsfull mottakelse av troen.

5. Dåpen lar oss leve og vokse i troen

Ingen vokser opp i et nøytralt rom. De kristne verdiene er et godt livsgrunnlag. Gjennom dåp og innføring i troen får barnet et grunnlag for å gjøre selvstendige valg. Menighet og hjem står sammen om å utforske dåpens gave.

6. Dåpen gir håp

Dåpen bærer gjennom livet og har et håp som bærer utover dette livet. Jesus kaller alle til dåp. Vi døpes til å leve et liv med Jesus. Dåpen gir oss del i Jesu oppstandelse. Dåpens løfter setter våre liv inn i Guds evige perspektiv



- Grunn- og fundamenteringsarbeid
- Vei, vann og avløpsanlegg
- Masseflytting og sprengning
- Prosjektering og totalentrepriser



Brødrene Alseth A.s

ENTREPRENØRFORRETNING
MÅRVIK 3656 ATRÅ
TELEFON 35 08 17 00 FAX 35 09 72 80