



Møtereferat uke 24, 11.06.2025

Det var 20 personer til stede da Eva ønsket velkommen til møte på hotellet, medregnet 2 foredragsholdere og en gjest. I tillegg kom to medlemmer halvveis inn i møtet.

Bursdager

Eva opplyste at Inge feirer rundt tall i morgen. Inge skapte munterhet ved å protestere, han mente med glimt i øyet at 75 ikke er et rundt tall. Uansett fikk han overrakt en oppmerksomhet, to flasker vin. Eva fulgte opp med en beskrivelse av Inge som rolig, trygg og en som viser kontinuitet, ikke minst i Rotary. Han er en god og inkluderende veileder, noe Eva opplevde i sin første jobb som nyutdannet og under Inges ledelse.

Yngvar har også bursdag i morgen, men ikke noe rundt tall.

Informasjon

Rotaryklubbene i Sandefjord øst, Grimstad, Årnes, Langesund og en klubb i Østfold får i august besøk av et ungdomsorkester fra Kharkiv.

Se Berits informasjon og oppfordring til slutt i referatet.

Foredrag

I dag var det besøk fra Bamble anleggsgård der tema var urtene vi har rundt oss. Eva beskriver at vi har besøk av 2 særs flinke damer med spesialkompetanse innen dyrkning og bruk av urter. Iren Elisabeth Lundvall jobber innen feltet akupunktur og ernæringsterapi og bruker urter i sitt arbeid med å holde folk friske. Hanne S. Kjær er blant annet utdannet som kostholdsveileder og har lang erfaring med dyrking og bruk av urter i hverdagen.

Urter er allmennkunnskap, for eksempel i Tyskland og England. Det er naturlig for legene der å nevne urter som muligheter i en behandling av sykdom eller plager. Men i Norge er det ikke lov å uttrykke i behandlingssammenheng at urter kan benyttes som medisin. Det er imidlertid selvsagt lov å søke opp informasjon på egen hånd og både dyrke og benytte



urter som en selv vil. Dagligvarebutikker i Norge tar dessuten mer og mer inn urter for både kulinarisk og medisinsk effekt.

Hvorfor urter er så lite kjent i Norge er vanskelig å si, men noe kan kanskje henge sammen med at klosterhagene forsvant etter reformasjonen på 1500-tallet, og trylleeliksir ble sterkt motarbeidet av kirken.

Ugress er urter. Det er gjerne planter som ikke har bark, men så har vi kanel, da, som er bark, så det er ingen klar definisjon på hva som er urter.

Urter kan brukes som komplementærmedisin til det legen gjør og foreskriver.

Mange medisiner er basert på urter, og det kan være mange hundre virkestoffer i en urt. Vær forsiktig med å blande urter da de kan interagere.

Vi fikk se mange plansjer med beskrivelser av urter som er mye brukt og godt anerkjent. Urter de har sådd på andelsgården er kamille, timian, salvie, estragon, mynte, sitronmelisse og solhatt. Noen av de viktigste virkestoffene i urter er eteriske oljer, flavonoider, vitaminer, bitterstoffer m.fl. Funksjonene kan for eksempel være betennelseshemmende, smertelindrende, antibakterielle, fordøyelsesfremmende.

Urter kan oppbevares f.eks. ved frysing og tørking. Det er foretatt studier av forskjellige urter, men virkningen kan ikke garanteres.

Hanne og Iren fikk som takk et interessant foredrag hver sin kvedegele (en type fruktgele laget av frukten kvede).

<><><>

Eva sa til slutt at klubben vår skal ha et par utetreff, det ene blir på Andelsgården, der 60 familier dyrker urtene sammen.

Se bilder og "slides" til slutt

Ref: Perry

<><><>



Berit informerer om ungdomsorkesteret fra Kharkiv:

Ungdomsorkesteret som skal besøke oss i august, består av 16 elever fra en musikksskole i Kharkiv. De er i alderen 13 til 22 år, en gutt er bare 8 år. De fleste er mellom 13 og 17 år. Det hevdes at de er svært gode musikanter alderen tatt i betraktning. Hensikten er å gi ungdommene et pusterom fra krigens herjinger.

Deres leder/dirigent/lærer var deltaker i bandura-orkesteret som var her i april i 2024. Hun snakket varmt om elevene på denne musikksskolen til flere av de som var med på å arrangere den touren rundt i Norge. Ut fra disse samtaler har så ideen kommet om å gi ungdommene denne «pausen» fra krigen.

Det arbeides med å få dem fløyet gratis med Widerø fra Krakow i Polen til Torp Sandefjord. Det blir buss/tog fra Kharkiv til Polen. Om ikke Widerø stiller med gratis fly, har man en utfordring mht transport. Det må det jobbes videre med dersom Widerø ikke kan stille fly og mannskap. Det blir avklart i nærmeste fremtid.

Planen er at orkesteret skal besøke Rotaryklubbene i Sandefjord øst, Grimstad, Årnes, Langesund og en klubb i Østfold. Kanskje en klubb til i Vestfold. Lengden på oppholdet i hver klubb er fra 2 til 4 døgn slik planen er nå. Men det er noe som blir fastsatt underveis. Jeg har bedt om at de blir 2 døgn/netter hos oss. Det er meningen at de skal ha en konsert her i kultursalen på Bamble ungdomsskole. Om det blir i skoletiden, eller på kvelden er ikke klart ennå.

Jeg håper på velvilje fra Langesund Rotaryklubbs medlemmer om innkvartering i 2 døgn i slutten av august.

Hilsen Berit

Hanne S. Kjær og
Iren Elisabeth Lundvall





Timian

Thymus vulgaris



- Flerårig. Opprinnelig fra Middelhavsområdet
- Trives godt i skrin jord. Kan såes og planten kan deles
- Urten har en behagelig duft som tiltrekker bier. Kan høstes hele året
- Tørker lett uten å mugne
- Oppbevares på tett glass eller i papirpose
- Det er mye timian i bedet rett ved siden av salamander dammen og i urtespiralen

Sitronmelisse

Melissa officinalis



- Flerårig. Stammer fra Orienten, dyrkes som ettårig plante i Norge
- Kan såes, deles, stiklinger
- Blader og stilk kan brukes
- Liker fuktig god jord med god drenering
- Må såes nye for sesongen på Andelsgården