

# BYGDEKVINNER NYT(T)ER MATEN



## INNLEDNING

---

«Bygdekvinner nyt(t)er maten» er det 3. prosjektet Rogaland bygdekvinnelag gjennomfører på 5 år. I 2019 hadde vi ett forprosjekt for å undersøke om lokallaga i Rogaland hadde lyst til å samarbeide med distriktslaget på en ny måte. Det hadde 10 lokallag. Dermed blei «Bygdekvinner deler matgleder» skapt av mange i fellesskap og gjennomført i løpet av årene 2020 – 2022. Det siste prosjektet, som varte i ett år, «Bygdekvinner nyt(t)er maten» involverte 7 lokallag i 2023.

I årets prosjekt har igjen laga gjort en flott innsats. Med driv og energi har lokale tillitsvalgte gjort jobben. Det er flere som har evnet å gjøre mer enn hva som lå i den opprinnelige planen, men innenfor samme beløpsgrense.

«Bygdekvinner nyt(t)er maten» har for distriktslaget vært svært enkelt å gjennomføre. Årsaken ligger i at prosjektets arbeidsdeling og organisering er det samme som vi benyttet oss av i «Bygdekvinner deler matgleder». Arbeidsutvalget har bestått av de samme personene som deltok i foregående prosjekt: Astrid Lund Folkvord, Gro Mabel Anda, Marianne M Jøsang og Heidi Netland Berge. 3 av de 7 lokallaga har deltatt på begge prosjektene og disse var derfor godt trent i måten å samarbeide med oss i Arbeidsutvalget.

Målet til «Bygdekvinner nyt(t)er maten» er i kortversjon å inspirere og utvikle lokal matkunnskap og håndverk. Inspirere til å klare oss med færre ressurser og øke bevissthet på gjenbruk og bærekraft. Vi har mange medlemmer som har mye kunnskap fra sin oppvekst knytta til primærnæringene. Denne kunnskapen er viktig å dele med yngre generasjoner før det er for seint. Bygdekvinnelagene har mange dyktige medlemmer som er mye brukt som dyktige kursholdere. I dette prosjektet har vi kunnet i tillegg til disse, hyre inn kursholdere med annen erfaringsbakgrunn/mer teoretisk kunnskap som ett godt supplement til det som finns lokalt. Dette har gitt ett faglig løft og gitt økt oppslutning og Pr om kurstilbudene som er blitt holdt i regi av prosjektet.

Bygde Norge blir utfordret til å ta imot nye trender og nye innbyggere. Her ligger mulighetene, men også utfordringene. Aktive bygdekvinnelag er viktige i dette arbeidet for å lykkes!

Prosjektene har fornyet, vitalisert og markedsført bygdekvinnelaget både lokalt og på distriktsnivå. De samme prosjektene har også sveiset Rogaland bygdekvinnelag bedre sammen og gitt organisasjonen selvtillit og ett mer synlig ståsted.

Prosjektarbeid er å forsøke noe nytt. Prøve nye arbeidsmetoder, inngå avtaler med nye samarbeidsparter og tørre å utføre nye, ukjente arbeidsoppgaver. Prosjektarbeid er tidsavgrenset. Det krever og utfordrer – men du verden så mye moro og kjekt vi har hatt sammen underveis i prosessen!

For å gjøre denne jobben trengte vi drahjelp. Vi fikk den av Gjensidigestiftelsen.

Vi fikk penger, vi fikk gode råd på vegen og vi fikk tillit til å forvalte verdier. Tusen takk.

# Arrangementsplan

## **Time Bygdekvinne lag: Enkel sjølberging**

Beskjæring av bærbusker og frukttre. Planting i pallegarmer

Ville vekster som kan brukas i mat

Safting& Sylting

Helse&mat

## **Hjelmeland Bygdekvinne lag: Dagens matlaging-på gamal kunnskap**

Skulekjøkkenet: mat frå andre kulturer

Familiedag: Ville vekster hos Janniche

Surdeig og suppe skulekjøkkenet

## **Imsland Bygdekvinne lag: Hagen vår**

Grønnsakshage, urter barneskulen

Introduksjonsmøte

Kurs: Hagen vår

Såkurs skule

Dugnad i skulehagen

Vi og ungene lager mat med grønnsaker fra skulehagen

Krotekakekurs

Potetkakekurs

## **Sandnes Bygdekvinne lag: Liker du mat- liker du oss- heimsleg og godt**

Grønt, poteter

Husmorhelg Horve

Fagdag vår

Farmers dag. Potetkonkurranse, potetkakebaking, antikvitettstilling

Julebakstkurs 2023. Poteter

Tapaskurs med lokale smaker

## **Bjerkreim Bygdekvinne lag: Forny:bart og Be:lært**

Turgruppe helse i hvert steg hver mnd

Helse i hvert steg

Den store klesbyttedagen

Grønnsakkurs/vegetar

Bakst, surdeig, syrekaker "bake selv"

Sykurs, redesign

## **Nærbø Bygdekvinne lag: Sjølberging**

Spiselig hage

Mat på stormkjøkken

Psykisk helse

Surdeig

Reperasjon og gjenbruk

## **Skjold Bygdekvinne lag: Havets spiskammers. Bærekraft**

Unge kokker i skulen.

Ettermiddag generasjonstreff

Ung lokal kokk og grilling med sjøen

Fest på bygdahuset

### **DUGNAD!**

er viktig i Bygdekvinnelaget

I Bygdekvinner nyt(t)er maten  
2023 har rundt 200 personar  
brukt 1750 timar med frivillig  
innsats utan lønn

### **NY og GAMAL KUNNSKAP**

Me har brukt ein kombinasjon av eigne  
krefter og innleigde ressursar som  
kurshaldarar. Fordi me tenker det er godt å få  
fram noko av alt den kunnskapen som ligg sjå  
medlemmane saman med nye impulsar utanfrå

### **INNVERKNAD I LAGA**

- meir engasjement internt
- auka kunnskap i laget
- meir synlege utanom laget
- samarbeid med andre bygdekvinnelag
- samarbeid med andre lag og organisasjonar
- nye medlemmar



## Time Bygdekvinnelag

### Enkel sjølberging

4 kurs innanfor temaet

Beskjæring av bærbusker og frukttre. Planting i pallekarmer

Ville vekster som kan brukas i mat

Safting & sylting

Helse & mat

Alle kursa vart vel gjennomførte med flinke kurshaldarar og rundt 20 deltakarar på kvart kurs der halvdelen ikkje var medlemmar. Ein god måte å få ut informasjon om laget og verva fleire medlemmar!

Støtta frå Gjensidigestiftelsen har gjort det mogleg for oss å formidla ny kunnskap gjennom kurs for ein rimeleg penge. Me har kunna kjøpa inn nødvendig utstyr.

Veldig lærerrikt, kjekt og sosialt 😊👍

## Hjelmeland Bygdekvinnelag

### Dagens matlaging - på gamal kunnskap

Skulekjøkkenet: mat frå andre kulturer

Familiedag: Ville vekster hos Janniche

Surdeig og suppe skulekjøkkenet

3 arrangement som alle har blitt gjennomført etter planen, og med mellom 20 -45 deltakarar

I dei to første hadde me spesielt fokus på kvinner som har flytta til kommunen frå andre land og kulturar.

Surdeigskurset samla mange yngre kvinner. Pågangen var stor, mange fekk ikkje plass. Det førte til at 7 nye kvinner meldte seg inn i laget.

Prosjektet førte til 3 ulike og andre sortar tilstelningar enn me hadde fått til om me ikkje hadde fått pengar frå Gjensidigestiftelsen. Det er viktig å visa fornying!





## **Imsland Bygdekvinnelag**

### **Hagen vår**

Grønnsak og urtehage med barneskulen

Krotekake og potetkakekurs

Været spilte ikke helt på lag i starten, men det snudde og vi kunne høste mye godt som vi laget mat sammen med på avslutningen

Neste generasjon fikk lære mye, fra frø til ferdig mat, og de synes at det smakte mye bedre en butikk kjøpt mat. Vår generasjon fikk gitt kunnskapen videre.

Helhetlig var medlemmene kjempe fornøyd og jeg tror vi har tatt ett stort skritt for å beholde laget i bygda. I fjor ble vi nesten lagt ned, men nå ser framtiden lyst ut.

Vi fikk en medlem til og vi fikk opp interessen hos noen av de unge jentene i bygda som vi håper vil melde seg inn i Bygdekvinnelaget

## **Sandnes Bygdekvinnelag**

### **Liker du mat- liker du oss – heimsleg og godt**

Husmorhelg Horve

Fagdag vår 2023

Farmers dag.

Julebakstkurs med poteter

Ekstra matkurs! Tapas

Alle kursa vel gjennomførte som planlagt, pluss et ekstra. God oppslutning på arrangementene og veldig gode tilbakemeldinger fra deltakere. Veldig kjekt og lærerikt, både for oss i gruppen, men også for deltakerne.

Vi har nok fått noen nye medlemmer

Vi har alle fått mange nye bekjentskap, på tvers av aldersgruppene, som er veldig positivt. Har hatt samarbeid med flere andre organisasjoner som også har vært positivt.



## Bjerkreim bygdekvinne­lag

### Forny:bart og Be:lært

Sykurs, redesign med Olaug

Helse i hvert steg, komme over dørstokkmila med Magni

Matkurs med tanke på selvforsyning og utnytte kortreist og lokalt

Støtten fra Gjensidigestiftelsen har gitt oss mulighet til å kjøpe inn 8 stk symaskiner som ungdommen og de som mangler utstyr kan låne av Bygdekvinne­laget. Deltakerne var i alder 25 til 70 og det var stor variabel på kunnskapsnivå. Finalen på sygleden ble en weekend på Obrestad Fyr

Det er gjennomført 2 stk kurs med fokus på matlaging.

Vegetarisk og Hjemmebakst, to kurs som var veldig lærerike og innovative.

Vi kan konkludere med at sygleden i Bjerkreim er større enn da vi startet. Vi har maskiner til de som ønsker å teste ut sygleden. Vi har kommet oss ut på turer og vært sosiale.



## Nærbø Bygdekvinne­lag

### Sjølberging

Mål for prosjektet var å lære meir om det å klare seg sjølv i vanskelege tider.. Me ville søke meir kunnskap om det å klare seg sjølv.

Oppsatt plan:

- Spiselig hage
- Psykisk helse
- Surdeig og fermentering
- Reparasjon og gjenbruk av klede

Me fekk med eit ekstra i planen, Mat på bål. Mens reparasjon og gjenbruk av klede gjekk ut.

I planen har me fått med viktige tema om det å "klare" seg sjølv. Det har vore kjempe lærerikt!

At me har kunne ha desse møta, meiner me at "laget" har fått vist seg i bygda med fleire kjekke "tema" som har vore i vinden. Det har vore spennande, kjekt, lærerikt og nokon nye medlemmer i laget! Det tyder på at me har hatt mykje bra i programmet.

## Skjold bygdekvinnelag

### Havets spiskammers. Bærekraft

Unge kokker i skulen. Ettermiddag generasjonstreff. Ung lokal kokk, grilling med sjøen. Fest på bygdauset

Utruleg lærerikt! Svært god respons på arrangementa me har hatt. Me reknar med at nærare 400 personar har blitt involvert i prosjektet,. Heile spekteret av innbyggjarar i bygda(og nabobygder), og både barn, ungdom, foreldre med småbarn, unge vaksne, einslege og eldre langt opp i 90-åra har vore saman om kjekke aktivitetar og gode, sunne måltidsfellesskap.

Etter arrangement har me blitt kontakta av skulen og ein vgs for mogeleg nye samarbeid, Me har fått 5 nye medlemmer denne hausten, derav to tidlegare utmelde medlemmer som er kome tilbake. Det er me svært glade for.



## MÅLGRUPPER

Me har nådd alle aldrar og kjønn, nye landskvinner, medlemmar og ikkje medlemmar

Med så mykje variert på programmet rundt sjå alle laga har me klart å nå alle aldersgrupper, frå 0 til 100. Det er me nøgde med og særst nøgde er me med at me har nådd ein heil del av den yngre garden.

Me har hatt deltakarar av ulike kjønn, det er interessant at også ein del menn deltek på kurs og aktivitetar i regi av bygdekvinnelaga.

Nokre av laga har hatt ekstra fokus på involvering av nye landskvinner, fleire med kurs der ein kan læra av kvarandre.

Kursa og aktivitetane har vore opne for alle, både medlemmar og ikkje-medlemmar, noko som har resultert i fleire nye medlemmar.

Rundt rekna har det vore 1100 deltakarar på aktivitetar i Bygdekvinner nyt(t)er maten



## UTFORDRINGAR

Me har sjølvsagt møtt på nokre utfordringar i prosjekta og gjort oss nokre erfaringar frå det

- God planlegging er utruleg viktig for å kunna gjennomføra prosjektet på ein god måte
- Lag ein god prosjektplan med budsjett og bruk denne undervegs
- Passe på tidsfrister kan være utfordrande
- Gjer avtaler og sjekk alle kostnader på førehand
- Involver fleire i laget for god forankring og arbeidsfordeling
- Gjennomføring av mange kurs er krevende, beregne godt med timer
- Skifte av styre og sentrale personer i laget kan være utfordrande om ikkje alt er skriftleg dokumentert
- Utanforliggende ting kan spele inn, til dømes veret eller anna

## TILRETTELEGGING

Prosjekta og arrangementa har så godt som råd vore universelt tilrettelagte for at alle skulle kunne delta uavhengig av fysiske eller psykiske utfordringar



## BEREKRAFT OG MILJØ

Er to viktige ord me har med oss som grunnleggjande i prosjekta våre.

Det er nettopp det det handlar om: å utnytte ressursane best mogleg, bruke naturen, kaste mindre mat og klede.

Me håper at me gjennom prosjektet har inspirert fleire til å ha berekraft og miljø med seg i kvardagen

## Arbeidsutvalet

Har i dette prosjektet vore det same som i «Bygdekvinne deler matglede» og det har vore ei stor styrke i gjennomføringa når alle har erfaring med prosjekt som dette.

Oppgavene oss i mellom har vore fordelt på same måte som sist med Astrid som prosjektleiar, Gro Mabel økonomiansvarleg, Heidi med aktivitetsplan og Marianne som representant frå Rogaland bygdekvinnelag

AU har hatt fleire gode møter, ofte med Marianne med oss på teams

I kvart møte har me kosa oss med å følgja med på framdrifta i dei ulike prosjekta og me har hatt det jillt i lag.



## Fylkestyret

Målet var å inspirere lokallaga til å bruke nære ressursar, og auka kunnskapen om gjenbruk og bærekraft.

Erfaringane me sit igjen med er at arbeidet innad i organisasjonen og ut til lokallaga, og andre organisasjoner, vart styrka.

Prosjekt fornyar, vitaliserar og markedsfører bygdekvinnelaget både lokalt og på distriktsnivå.

Me var spente på om alle fristar vart haldne, sidan det gjaldt å få prosjektet ferdig i løpet av eit år, og det har gått bra!

Prosjektarbeidet har gitt ny giv, auka aktivitet, auka medlemstal, moglegheiter i form av innkjøp, og sist men ikkje minst; sosialt samvær.

<b>REGNSKAP/BUDSJETT 2023 "Bygdekvinne nyt(t)er maten"</b>		
<b>INNTEKTER</b>		
<b>Tekst</b>	<b>Regnskap</b>	<b>BUDSJETT</b>
Tilskudd Gjensidigestiftelsen	600 000,00	600 000,00
Kundeutbytte Jæren Sparebank	683,00	-
<b>Sum inntekter</b>	<b>600 683,00</b>	<b>600 000,00</b>
<b>UTGIFTER</b>		
<b>Tekst</b>	<b>Regnskap 2020</b>	<b>BUDSJETT</b>
Leie lokaler	14 660,00	56 400
Utstyr/driftsmateriell	216 532,66	138 570
Kjøp av konsulentteneste	121 502,00	204 855
Bilgodtgjørelse/reise	24 014,45	41 700
Reklamekostnad/annonse	1 828,35	34 000
Kurs/opplæring/kompetanseheving	171 483,41	124 475
Bank- og kortgebyr	772,50	-
<b>Sum driftskostnader</b>	<b>550 793,37</b>	<b>600 000</b>
<b>Rest prosjektmidler</b>	<b>49 889,63</b>	<b>-</b>

Revidert:  
20.12.2023

# TUSEN TAKK TIL ALLE!

---

Bygdekvinner

Deltakere

Kursholdere

Og ikkje minst Gjensidigestiftelsen som har gjort dette mulig!



Foto: Facebooksidene til bygdekvinnelaga

Oppsett: Heidi Netland Berge