

# HBK NYTT MARS 2025



**Anne M.W.Kalfoss**  
Nestleder



**Oddrun Merete R Sagevik**  
Distriktsleder



**SOME - Ansvarlig**  
Veslemøy Tvetter Alm



**Lokallagskontakt**  
Irene Kaupang Tangen



**Skriver**  
Mette. T. Midtdal



**UNG 40 SJÆF**  
Ingunn Kleven



**Lokallagskontakt**  
Ingjerd Haagenrud Johnsen  
2. vara



**Astrid Stramrud Torsæter**  
Kurs  
1. vara



**HBU Kontakt og Beredskap**  
Maren Krog  
3. vara



# ÅRSMØTE 2025 - ALVDAL

**HBK takker Alvdal  
Bygdekvinnelag for meget  
godt gjennomført Årsmøte  
- tusen hjertelig takk - dere  
er gode.**

Årsmøte 2025 gikk av stabelen i Alvdal. God stemning, glade og stolte Bygdekvinner var gjennomgangstonen. God generaldebatt med ulike temaer, viser bredden i hva vi Bygdekvinner bryr oss om. Styret - fikk mange nye temaer å jobbe med fremover og dette blir spennende.

Lokallagene stilte godt forberedt på saken om hvor langt og hva slags Årsmøte HBK skal ha i fremtiden, slik det er men mulig bytte til lørdag og søndag - uansett 2 dager skal de ha.

Vårt nye styre er presentert på førstesiden av HBK NYTT.

Søberg Gård var en fantastisk ramme rundt festmiddagen til Årsmøte med nydelig underholdning og servering av lokale delikatesser.

HBK hadde to kåringer denne kvelden.

Årets Ildsjel 2024 ble Heidi Feragen Meldieseth, Åmot Bygdekvinnelag og Årets lag 2024 ble VANG BYGDEKVINNELAG - vi gratulerer.



# NØYSOM MØTER MØYSØM



HEDMARK  
BYGDEKVINNELAG  
INVITERER TIL EN HEL  
HELG MED  
HÅNDTVERK OG HYGGE PÅ  
INGELSRUD GÅRD

26-27 APRIL

## Nøysom med Møysøm



Hedmark

## HVA SKJER PROGRAM

INGELSRUD GÅRD, EIDSKOG

### LØRDAG

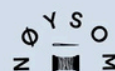
26. april 2025

11.00 - OPPSTART  
ALLE KURS  
13.00 - LUNSJ  
14.00 - KURS  
FORTSETTER  
17.00 - AVSLUTTER  
DAG 1

### SØNDAG

27. april 2025

10.00 - OPPSTART  
ALLE KURS  
14.00 - TUR TIL  
LOMTJERN  
16.30 - AVSLUTT



## FÆBSKJORTA

kursholder, MØYSØM



26-27

april 2025

lørdag 11.00 - 17.00

søndag 10.00-14.00

LØRDAG  
11.00  
-  
17.00

Innføring i print pfd mønster og valg av stoff. Tilpassning skjotens lengde, fasong, innsnitt mm. Oppsart søm

SØNDAG  
10.00  
-  
14.00

Vi fortsetter syingen sammen.



Fæbskjorte sykurs over to dager inkludert mønster, tilbehør og 8 timers sømveiledning. Enkel lunsjservering lørdag og søndag. Medlemspris kr 700,- ikke medlem kr 1000,-

Ta med eget stoff til din skjorte, eller kjøp av Møysøm når du ankommer.

## BYGDEKVINNEHALSEN

VEILEDER; Oddrun Merete Rosvoll  
Sagevik og Line Rønning



26-27

APRIL 2025

LØRDAG 11.00-17.00

SØNDAG 10.00-14.00

Lær deg å strikke BYGDEKVINNEHALSEN. Denne lekre halsen designet av Aud Kjarseng Sæthern, gikk helt til topps i Norges Bygdekvinnelag sin strikkekonkurranse i Åpen klasse.

På strikkeabburet på Ingelsrud finner du garnpakker og mønster til å kunne strikke din egen Bygdekvinnehals.

Veiledere og samstrikkere er Oddrun Merete og Line Rønning. Pågår hele helgen med dropin muligheter.

## STRIKKESTABBURET OG HEKLESTUA

*Hygge og håndverk*

*Veiledere*

*Gerd Janne Storli Simensen og Elin Solbakken*

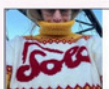
**26-27** LØRDAG 11.00-17.00  
APRIL 2025 SØNDAG 10.00-14.00



Lær deg å hekle de tradisjonelle oldemorrutene og sett de sammen til et putetrekk, skjert eller jakke om du vil.



Strikk skjert og sjal med varme og omtanke. Lær deg grunnleggende strikking, med innføring i garn, pinner og hvordan du legger opp masker og feller av.



**SAMSTRIKK**  
Ta med deg ditt eget strikkeprosjekt og møt likesinnede. Kanskje du har noe å lære bort eller du møter noen du kan lære noe av?

## NYBEGYNNERSTALLEN

GRUNNLEGGENDE OPPLÆRING MED ENKLE PROSJEKTER  
Veileder Ingerd Haagenrud Johnsen  
Åse Trøter yllterdahl og Selma Sandnes Tjukan

**26-27** LØRDAG 11.00-17.00  
APRIL 2025 SØNDAG 10.00-14.00

11.00 - 13.00 GRUNNLEGGENDE INNFØRING AV SYMASKIN  
Nybegynnerkurs med symaskin

14.00 - UT DAGEN BRUK RESTEBITER OG REDESIGN TIL Å  
SY DEG HANDLENETT, PENAL ELLER  
PROSJEKTTMAPPER

12.00 - UT DAGEN ISIPISIPANTS SYKURS FOR BARN OG UNGDOM  
Kursholder Åse og Selma

## PRISER

### DAGSPASS 26 APRIL:

Dagspass med fri tilgang til alle kurs i nybegynnerstallen, heklestua, og strikkestabburet inkludert enkel lunsjservering  
Medlemmer og barn/ungdom inntil 14 år kr 250,-  
Ikke medlem Kr 400,-

### HELGEPASS 26 OG 27 APRIL:

Helgepass med fri tilgang til alle kurs i nybegynnerstallen, heklestua, og strikkestabburet (untatt Fæbskjorte) inkludert enkel lunsjservering  
Medlemmer og barn/ungdom inntil 14 år kr 400,-  
Ikke medlem kr 650,-

### FÆBSKJORTA SYKURS 2 DAGER

Fæbskjorte sykurs over to dager inkludert mønster, tilbehør og 8 timers sømveiledning.  
Inkludert enkel lunsjservering lørdag og søndag  
Medlemspris kr 700,-  
Ikke medlem kr 1000,-

Med kjøp av fæbskjorte kurs har du automatisk fri tilgang til alle andre kurs som pågår denne helgen i nybegynnerstallen, heklestua og strikkestabburet.

### TUR MED LUNSJ OG HYGGE:

Tur til Lomtjern med bålkos, hengekøyer og lunsj  
Kr 50,-

### Overnatting på Ingelsrud Gård

Alle gjester må ha med dyne og putetrekk selv.  
Frokost er inkludert i prisen og vil bli servert i hovedhusets storstue begge dager.  
kr 350,- pr pers. pr natt  
OBS begrenset antall plasser og ingen enkeltrom tilgjengelig denne helgen. Forespørsel sendes direkte til Ingelsrud Gård.

## MELD DEG PÅ NÅ

**18**  
APRIL

### PÅMELDINGSFRIST

Kontakt Veslemøy  
95132925

[POST@INGELSRUD.NO](mailto:POST@INGELSRUD.NO)

INGELSRUD  
MØYSØM

NORGES  
BYGDEKVINNELAG  
Hedmark

N Ø Y S Ø M

# FRILUFTSLIVETS ÅR BLI MED OSS UT PÅ TUR

## LOMTJERN

27  
APRIL 2025

SØNDAG

14.00-16.00



2025 er friluftslivets år, og vi bygdekvinner blir selvfølgelig med UT



Legg deg i en hengekøye mens du ser opp mot himmelen og tar inn skogens ro.



Nydelig hjemmelaget mat på bål



## VERDENS KULESTE DAG MED VERDENS KULESTE DAMER 30.08.2025

Styret minner om fristen for å søke om å bli med på eventyret  
Verdens Kuleste dag 2025.

Lokallagene skal søke om å bli med oss - vi skal være 20 damer fra  
Hedmark og vi skal samarbeidet med Akershus Bygdekvinnelag.  
Dette er en dag men det må påregnes rigging fredag - og ned rigg,  
umiddelbart etter slutt.

VERDENS KULESTE DAG ÅPNER KL 11:00 OG STENGER 16:00 -  
STEDET ER AKERSHUS FESTNING.

Dere må derfor påregne at hele helgen til sosialt, gøy og innholdsrikt  
arrangement sammen med STOLTE BYGDEKVINNER.  
SØK INNEN 15.04.2025 TIL: [OM-HBK@OUTLOOK.COM](mailto:OM-HBK@OUTLOOK.COM)

BLI MED - HJERTENS VELKOMMEN.



# VELKOMMEN DIGITALT MØTE I REGI AV STUDIEFORBUNDET KULTUR OG TRADISJON

Velkommen til digitalt møte om Åpent for alle

Onsdag 2.april 2025 kl. 18.00-19.00

Vi er i mål med de tre første årene av prosjektet Åpent for alle, og det forlenges nå med ytterligere tre år. Vi har fått påfyll av midler fra Sparebankstiftelsen. Det betyr at dere som holder Åpent for alle-kurs kan fortsette det gode og viktige arbeidet dere gjør.

Sakliste på møtet:

- Hva slags aktiviteter driver de ulike laga med der ute?
- Hva går bra, og hvorfor går det bra? Hva bør vi fortsette med?  
Hva er utfordrende?
- Hva er årsaken til at det er utfordrende, og hva kan vi evt endre på så det blir bedre?
- Andre ting?

Dette blir et åpent forum der dere har mulighet til å diskutere det som opptar dere i forbindelse med kursvirksomheten. Håper du vil delta!

Møtet gjelder i hovedsak dere som er involvert i Åpent for alle-kurs, ildsjeler, ressurspersoner og lærere.

**Påmelding til [kristin@kulturogtradisjon.no](mailto:kristin@kulturogtradisjon.no) innen 31.mars**



**Sjekk ut lokallagets muligheter til å søke midler på;  
Studieforbundet Kultur og Tradisjon**



**Poteta - ei nøysam råvare med uendelege moglegheiter**  
Norges Bygdekvinnelag inviterer til eit spennande digitalt seminar med  
kokk og kokebokforfattar Ann Kristin Møsth Wang tysdag 8. april klokka  
18.00–19.00.

**Alle er hjarteleg velkomne!**

Trykk her for å bli med: [https://teams.microsoft.com/join/19%3ameeting\\_ZmQ1ZGZkNjktNjNjOC00NmEyLTg5MTktMzZjNmQ0NGY1N2Uy%40thread.v2/0?context=%7b%22Tid%22%3a%22465b05a8-92a2-4ebe-bcc5-1f345cd20a47%22%2c%22Oid%22%3a%222ee43967-338b-40ac-9af6-aedd46a8c88f%22%7d](https://teams.microsoft.com/join/19%3ameeting_ZmQ1ZGZkNjktNjNjOC00NmEyLTg5MTktMzZjNmQ0NGY1N2Uy%40thread.v2/0?context=%7b%22Tid%22%3a%22465b05a8-92a2-4ebe-bcc5-1f345cd20a47%22%2c%22Oid%22%3a%222ee43967-338b-40ac-9af6-aedd46a8c88f%22%7d)

**Bli med på det digitale seminaret frå stova di eller samle laget til ei  
hyggeleg stund der de kan delta saman!**

**Temaet er «Poteta – ei nøysam råvare med uendelege moglegheiter»  
På livesendinga får du praktiske tips til korleis bruke poteta på nye og  
kreative måtar i matlaginga.**

**Dette lærer du meir om:**

**Inspirasjon og kunnskap om korleis du kan bruke poteta på smakfulle  
og kreative måtar i kvardagen.**

**Ein djupare forståing av poteta som ei nøysam og berekraftig råvare.  
Moglegheit til å stille spørsmål om bruk av potet i matlaginga.**

**Vi sender direkte frå Matvalget sitt kjøkken denne kvelden, og håpar  
mange kan vere med oss. På slutten av sendinga opnar vi for spørsmål  
frå deltakarane.**

**Seminaret er ein del av Norges Bygdekvinnelaget sitt prosjekt Nøysom.**



# FLERE KURSMULIGHETER FRA NORGES BYGDEKVINNELAG

April

Tema: Bruk av medlemsregisteret

Tid: Tirsdag 8. april klokken 19.00-20.00

Sted: Digitalt

Lenke: [https://teams.microsoft.com/join/19%3ameeting\\_Nzk3MjhmZTgtY2lwOC00YzVjLTlkZDUtYTMwNTA3NTEwMDNm%40thread.v2/0?](https://teams.microsoft.com/join/19%3ameeting_Nzk3MjhmZTgtY2lwOC00YzVjLTlkZDUtYTMwNTA3NTEwMDNm%40thread.v2/0?context=%7b%22Tid%22%3a%22465b05a8-92a2-4ebe-bcc5-1f345cd20a47%22%2c%22Oid%22%3a%222b8fc0f7-bd55-40a6-957e-65739b2dc90c%22%7d)

context=%7b%22Tid%22%3a%22465b05a8-92a2-4ebe-bcc5-1f345cd20a47%22%2c%22Oid%22%3a%222b8fc0f7-bd55-40a6-957e-65739b2dc90c%22%7d

Arrangør: Norges Bygdekvinnelag

Tema: Introduksjonskurs for nye tillitsvalgte i distriktsstyret

Tid: Tirsdag 22. april klokken 19.00-20.00

Sted: Digitalt

Lenke: [https://teams.microsoft.com/join/19%3ameeting\\_MTdlYjEwZjUtNDVIYy00Mjg1LTk0ZGEtM2Y5ZGI0N TU1ZWY1%40thread.v2/0?context=%7b%22Tid%22%3a%22465b05a8-](https://teams.microsoft.com/join/19%3ameeting_MTdlYjEwZjUtNDVIYy00Mjg1LTk0ZGEtM2Y5ZGI0N TU1ZWY1%40thread.v2/0?context=%7b%22Tid%22%3a%22465b05a8-92a2-4ebe-bcc5-1f345cd20a47%22%2c%22Oid%22%3a%222b8fc0f7-bd55-40a6-957e-65739b2dc90c%22%7d)

92a2-4ebe-bcc5-1f345cd20a47%22%2c%22Oid%22%3a%222b8fc0f7-bd55-40a6-957e-65739b2dc90c%22%7d

Arrangør: Norges Bygdekvinnelag

**BLI MED PÅ KURS -  
SITT GJERNE SAMLET!  
KUNNSKAP HELT  
GRATIS.**

Foto: Veslemøy Tvetter Alm



# MEDLEMS KONTINGENT 2025

Nå har man kunne betale MEDLEMSKONTINGENTEN på vipps/ giro og nettbank, siste frist for betaling var **27.03.2025.**

Pr i dag har 9000 betalt sin kontingent til vår fantastiske organisasjon.

Årsmøte i Hedmark Bygdekvinnelag ble informert om at de som IKKE har betalt sin medlemskontingent innen 15.04.2025 blir slettet som medlem i sitt lokallag. Medlemslister skal stemme med innbetalt kontingent.

Vi ser at noen lokallag pr i dag 28.03.2025 ha en del utestående kontingenter og vi ber - BER - styrene ta kontakt med de det gjelder.

Pr 28.03.2025 h ar vi i HBK 76% innbetalte kontingenter.

Det står Igjen 24 % før vi er på 100. DIT SKAL VI!!!  
LYKKE TIL.



Hedmark

