



81. årgang - nr. 4. 2025. Tryggheim skular

Tryggheimhelsing



**Fest og basar
på Tryggheim s. 6**

**Vg2-tur
til Barcelona s. 8**

**Vinnarane av skuleårets første
skrivekonkurranse s. 12**



Rektor har ordet

TRYGGHEIMELEVAR HEIA FRAM FRISKULEDAGEN

Friskuledagen blei igjen markert første onsdag i november. Markeringane over store delar av landet var synlege i media og sosiale media, og endåtil stortingsrepresentantar blei utfordra på kva rolle og plass friskulane bør ha i landet vårt.

Gjermund Viste // Rektor

Friskuledagen

Vi kan indirekte takke regjeringa for at vi har ein eigen friskuledag i Noreg. For to år sidan foreslo myndigheitene å stramme inn finansieringa urimeleg mykje, utan forvarsel. Det gjaldt spesielt grunnskulane (kombinerte skular). Kuttet på over 500 millionar var så dramatisk at det skapte ein folkebevegelse som gav klar melding i mange byar. Dei katolske skulane og Montessori- og Steiner-skulane var også aktive. Også elevar og tilsette frå Tryggheim gjekk i demonstrasjonstog i Stavanger. Dette blei såpass massivt at myndigheitene tok signala og måtte gå noko tilbake på forslaget. Alt dette engasjementet løfta fram friskulane, sette dei på dagsorden, og som ein bonus eit godt grunnlag for ein eigen friskuledag. Friskulane ser ut til å trenge ein slik dag kor alt

det positive rundt desse kjem fram.

Vi likar ikkje underfinansiering og litt skjult innstramming her og der, for det betyr at skulepengane over tid blir høgare. Det er ikkje rettferdig. Foreldre til friskuleelevar betaler like mykje skatt som andre for skule og opplæring. I tillegg er friskulealternativa positivt med på å berike skule-Noreg. Friskulane er framifrå alternativ og er med på å gjere alle skulane til betre læringsarenaer.

Menneskerettar

«Foreldra har førsteretten til å velje kva slag opplæring barna deira skal få», står det i FN's verdserklæring for menneskerettar av 1948, art. 26.3. Dette er som ei naturleg følge inkorporert i norsk lov gjennom menneskerettslova av 1999. Når norske myndigheiter legg til rette for Tryggheim og andre friskular, både kristne og andre typar,

oppfyller dei samtidig både norsk lov og internasjonale menneskerettar.

Menneskeverd for alle

Kva er greia med å vere jøde? Det er tema ein av skuledagane for elevar på vår friskule i haust. Med rette! For kvifor stod det i grunnlova frå 1814-1851 at jødar ikkje hadde tilgang til Noreg? Og kvifor blei 7-800 norske jødar i 1942 arresterte og deporterte til dødsleirane til nazistane? Kvifor er antisemittismen enorm også i moderne tid? Vi får besøk av Henrik Beckheim, ein norsk jøde som ikkje var veldig bevisst den jødiske identiteten sin før 7. oktober 2023. Men Hamas sitt vondskapsfulle angrep vekte interessa hans for eigen bakgrunn, historie og identitet. Det er vårt ansvar å fortelje vidare, for å ikkje gløyme det som har hendt. Det er vårt ansvar å protestere når urett skjer mot jødane, våre medmenneske.



 Tryggheimhelsing

Forsidebildet:

Sivert Richardsen og Johan Leon Gundersen har fått hver sin «friskulebolle» i anledning Friskolens dag 5. november.
Foto Henrik Foss

Redaksjonskomité:

Anne-Berit Gomo Aanestad (redaktør)
Bjørge Topnes
Henrik Foss
Henrik Siqveland
Knut Handeland
Mari Ask Helland
Kjersti Skjæveland (ungdomsskolen)

E-post Tryggheim skular:

post@tryggheim.no

Bladet koster kr 150,- pr år.

Kontonr.: 3000.23.29626

VIPPS: 104908

Layout og trykk:

Synkron Media AS, Birkeland



Barnet i krybben – starten på fornedrelsen

Kristian Birkeland // lærer vgs



Når jeg tenker på jul, ser jeg fort for meg vakre julekort av stallen hvor Jesus ble født, krybben han ligger i, stjerneklar himmel, hyrder, engler, rolige dyr og de vise menn. På julekortene ser det så harmonisk og ukomplisert ut, men hvordan var det egentlig for Jesus? Er det ikke slik at barnet som lå i krybben også er Gud, jordens skaper som alltid har eksistert?

Mange av personene og hendelsene vi leser om i Det gamle testamentet forteller oss noe om Jesus. Mange ser paralleller mellom hendelser i livet til Josef, sønn av Jakob, og det som skjer med Jesus.

Prøv å forestille deg hvordan det må ha vært for Jakobs favorittsønn at hans egne brødre river i stykker den flotte kjortelen han hadde fått i gave av far, kaster ham i en brønn, selger ham som slave, og

det at han i Egypt havner i fengsel beskyldt for voldtektsforsøk han ikke hadde gjort. Han fikk virkelig oppleve hvordan livet kunne gå fra å være bekymringsløst, sorgfritt og enkelt til det stikk motsatte på kort tid, en virkelig fornedrelse. I Filipperbrevet skriver Paulus følgende om Jesus: Han var i Guds skikkelse og så det ikke som et rov å være Gud lik, men ga avkall på sitt eget, tok på seg tjenerskikkelse og ble mennesker lik. Da han sto fram som menneske, **fornedret** han seg selv og ble lydig til døden, ja, døden på korset. *Fil. 2,6-8.*

Selv om verset inneholder noen vanskelige ord og formuleringer, kan vi forstå hoved-essensen: Jesus ga fra seg privilegiene han hadde som Gud og ble et menneske. Han dør til og med for menneskeheten. Å bli fornedret handler om å bli nedverdiget, noe ydmykende og skamfullt.

Det er lett å tenke seg at den delen av Jesu liv som må ha kostet, må ha vært de siste døgnene av hans liv. Faktum er hele hans liv her på jorden, fra og med dagen han legges i krybben er noe Jesus, Gud, skulle sluppet å gjennomgå. På samme måte som Josef gikk fra å ha et «fantastisk» liv til trasige tider, slik må det også ha vært for Jesus å komme hit til jorden. Bibelen viser oss likevel at Jesus gjorde dette frivillig – med glede – fordi han elsker oss mennesker så høyt.

Takk, Jesus for at du ble menneske og døde for å kunne gi tilgivelse til oss mennesker!

Denne andakten stod også på trykk i nr. 4/2020.



SKULEDAG FOR ELEVAR OG FORELDRE

Den årlege temadagen på vidaregåande samla 1200 elevar og foreldre laurdag 8. november.

Tekst og foto: Henrik Foss

Kvar haust inviterer Tryggheim elevar og foreldre til laurdagsskule. På årets program stod ei undervisningsøkt i møtesalen, foreldremøte i klasseromma – og fest og

russebasar i storstova. Ungdomsbedriftene stilte ut i gymsalen, der foreldre fekk kjenne på kjøpepresset og jurymedlemmar vurderte arbeidet til elevane.



20 ungdomsbedrifter stilte ut i gymsalen under årets temadag.



Jurymedlemmane og dei tidlegare Tryggheim-elevane Markus Ravnås og Jonas Grude kåra ungdomsbedrifta Bench Buddy i Vg2 elenergi og ekom til vinnar i kategorien beste produkt/prototype. Bedrifta utviklar eit produkt som skal hindre at fotballspelarar blir kalde og sjuke mens dei sit på benken og ventar på å kome på banen.



Ungdomsbedrifta Royal Design frå Vg2 tømrar vann designprisen under årets temadag. Bedrifta lagar runde, eksklusive sidebord.



Ungdomsbedrifta FaithKeeping frå Vg1 studiespesialisering vann prisen for beste utstilling under temadagen. Bedrifta lagar mapper til å legge Bibelen i. F.v.: Hannah Riveland, Wenche Cakir og Synnøve Svendsen.



Jesper Dirdal i Vg2 studiespesialisering prøvde gravemaskinsimulatoren på standen til Jonas Gundersen i ungdomsbedrifta Maskinlaget frå Vg2 anleggsteknikk.



Alex Haus var solist då russekoret framførte «Oh, Happy Day» under festkvelden.



Miljøarbeidarane Håkon Edland (t.v.) og Daniel Kvamme gav foreldra eit innblikk i aktivitetane miljøteamet arrangerer etter skuletid.



Pastor, forfattar og samfunnsdebattant Daniel Sæbjørnsen frå Bergen heldt foredrag om temaet «frimodig tru» under foreldredagen 8. november.



Elevane i Vg3 selde lodd for 270.000 kroner før og under årets russebasar.

Fest og basar på Tryggheim!



Tekst: Mari Ask Helland

Foto: Henrik Foss

Det er nå tredje hausten med Huslydkveld og basar her på Tryggheim, og me gler oss over denne festkvelden som nå har blitt ein tradisjon!

Og tradisjonstru kunne kvelden by på spanande innslag med ord for kvelden av Ketil Jensen rundt temaet «Han som ser», og song og musikk av Hilde Svela og Torfinn Thorsen.

Ekstra stas i år var at me fekk feira ungdomsskulen som fyller 20 år i år! Dette vart markert med sofasamtale med

mimring og gode historier, jubileumskake, mat og god stemning!

Kvelden vart avslutta med basar med både kveldstrekning og hovudtrekning der det kom inn om lag 238.000.

Tusen takk til alle som ville vera med å gjera dette til ein skikkeleg festkveld, og som ville koma og feira 20 år med Tryggheim ungdomsskule.

Neste Huslydkveld vert 25. mars, og me håpar å sjå deg igjen då! Velkommen!



Lærer Bjørghild Serina Baksaa leia oss gjennom kvelden.



Ketil Jensen hadde ord for kvelden over temaet «Han som ser».



Nydeleg song av Hilde Svela.



Torfinn Thorsen bidrog med stemningsfylt gitarspel!



I haustens sofasamtale kunne me høyra Ane Haddeland og Jarle Lilleland fortelja om korleis det var å vera det fyrste elevkullet på Tryggheim ungdomsskule. Sofasamtalen vart leia av avdelingsleiar Jacob Z. Grastveit.



Administrasjonsleiar på TUS, Morten Nord-Varhaug, deler ut basargevinst til ein heldig vinnar.

Tryggheim ungdomsskule 20 år

Tekst: Kjersti Skjæveland

Hausten 2005 såg Tryggheim ungdomsskule dagens lys. Retting: Lyset var nok oppdaga lenge før, men i august 2005 starta det første kullet. Dei var 14 elevar, klare for 8. trinn på TUS. Då skuleåret var ferdig, hadde klassen auka til 25 stk.

Ungdomsskulen heldt i byrjinga til i kjellaren på internatbygget Skogheim. Året etter starta 37 nye 8.-klassingar opp, og skulen hadde no to trinn. Fleire rom trengtest, så i tillegg til Skogheim-kjellaren flytta me inn i «gamle barnehagen», der no tilrettelagd avdeling (TA) held til. Skuleåret 2007/08 stod ungdomsskulen sitt eige bygg ferdig. Då var alle tre trinna på plass. Stor pågang førte til at me snart trengde meir plass. Me fekk utvida elevtalet, og planane om å bygga på ungdomsskulen var snart eit faktum. Del to stod ferdig hausten 2016.

Skulen har no fire parallelle klassar på kvart trinn. At skulen er 20 år, måtte sjølvsagt feirast. Feiringa blei m.a. lagd til Tryggheim skular sin huslydskveld for inneverande semester. Der vart det sofasamtale med to tidlegare elevar, og intervju med leiar for ungdomsskulen gjennom alle desse åra, Tron Arild Grødem. Etterpå vart det servert flotte festkaker. I forkant for dette vart elevane frå det første kullet inviterte på «klassefest» med thaimat til ungdomsskulen. Der var dei i lag med Tron Arild Grødem og Jostein Husveg – dei to lærarane som saman med no avdøde Kristin Helland, utgjorde personalet det første året.

Utover dette måtte me jo sjølvsagt feira i lag med dei noverande elevane, og hadde bursdagsselskap midt i skuletida for alle. Det vart laga film, der elevtypar og lærar vart parodierte, kombinert med historiske fakta, om det kan kallast så. Etterpå fekk elevane ein tilsvarende spesiallaga Kahoot, før det vart servert pølser og is. Sidan skule er skule og me no først har bragd parodien på bane, høver det med å slutta som følger: «Og alle var einige om at det hadde vore ein fin dag».



Ungdomsskulen fyller 20 år. Leiar Trond Arild Grødem fortalde om to spanande tiår. Avdelingsleiar Kristin Dyngeland t.v.



Parodiar på lærarar og elevtypar er god underhaldning.



På huslydskvelden på Tryggheim vgs vart det servert jubileumskake.

VG2-TUR TIL

BARCELONA

For første gang kunne vi tilby Vg2-tur til Barcelona dette skoleåret. 40 elever og 4 lærere ble med på dette «prøveprosjektet» som resulterte i ei fantastisk uke i Spania fra 19. – 26. september. Vi bodde i Santa Susanna som ligger ved sjøen, en times kjøretur nord for Barcelona. Selv om hotellet til tider kunne minne om danskebåten (gamle menn i singlet og karaoke i baren på kveldene), så hadde vi det svært godt og kunne spise oss stappmette til både frokost og kvelds av en nydelig og variert buffet.



Spansklærer Kristian Birkeland var turleder.

Tekst og foto: Kristian Birkeland

Unike severdigheter

I løpet av uken besøkte vi mange interessante steder. Noen av høydepunktene i Barcelona var «La Sagrada Familia», Olympiastadion, Gaudí-bygninger og restene av det som fram til inkvisisjonen i 1391 hadde vært en jødisk synagoge. En dag reiste vi til Frankrike for å besøke Carcassone, en av Europas best bevarte byer fra middelalderen. På tross av seks timer i buss denne dagen var mange fornøyde med å ha sett en UNESCO-skatt med egne øyne.

Utsatt for jordras

Turen til Montserrat, pilegrimsstedet med kloster og «den sorte jomfruen», Catalonias skytsengel, ble ikke helt som forventet. Mange hadde gledet seg til å gå opp på toppen Sant Jeroni (1236 m).

Gruppen gikk i over en time, men hadde ingen utsikt på toppen. Rett før vi kom ned startet et styrtregn med torden og lyn de færreste av oss hadde sett før. Vi kom oss etter hvert i bussen, men etter å ha kjørt i ti minutter, ble vi stående flere timer på grunn av et jordras. Hendelsen ble omtalt i norske medier, og kunne nok se svært dramatisk ut. Det var ubeskrivelig deilig å komme tilbake på hotellet til middag denne kvelden, våte, slitne og lei av ventingen.

Læring for livet

Læring skjer på mange plan på denne type turer. Noen elever må for første gang sjekke inn bagasjen på egenhånd, finne fram i ukjent storby ved hjelp av kart på mobilen, bestille mat på engelsk og forholde seg til ukjent valuta. Det er viktig

læring for livet. Som spansklærer gledes mitt lærerhjerter når elevene (selvsagt i altfor liten grad) bruker ord og fraser de har lært i møte med selgere, hotellansatte og lokalbefolkning.

Flotte elever

Et av høydepunktet for meg som turleder er å se hvordan elevene blir bedre kjent på tvers av klasser og får nye vennskap for livet. Noe annet jeg ser tilbake på med takknemlighet, er en av kveldssamlingene der elevene på eget initiativ ba om at vi kunne ha lovsang og vitnesbyrd, og der de delte ærlig og personlig fra livet med Jesus. Turen ble bedre enn jeg hadde håpet. Elevene oppførte seg eksemplarisk, vi hadde det morsomt sammen, fikk åndelig påfyll, gode samtaler, samhold og opplevelser.



Engasjerte tidlegare Tryggheim-elevar

Politisk engasjement er det mykje av på Tryggheim. Dette engasjementet tek elevane med seg vidare, og Tryggheimhelsing har høyrte med to engasjerte politikarar som begge har gått på Tryggheim. Under skulevalet på Tryggheim i 2025 måtte partia deira nøya seg med andre- og tredjeplassen. Me har stilt fylgjande spørsmål til vararepresentant til Stortinget frå Rogaland FrP, Kristin Lode, og leiar for Senterungdommen i Rogaland, Magnus Nedrebø:

- 1) Kva skapte det politiske engasjementet?
- 2) Kvifor er du engasjert?
- 3) Kva tek du med deg frå tida på Tryggheim når det kjem til det politiske engasjementet?
- 4) Har du eit minne frå Tryggheim du vil trekkja fram?
- 5) Kor ser du deg sjølv om fem-ti år? Altså kva er ambisjonen framover?



Magnus Nedrebø (SP)

- 1) For meg handla det om å ta vare på lokalsamfunnet. Då eg var liten, opplevde eg at skulen eg gjekk på, blei nedlagt. Det gjorde sterkt inntrykk, og eg fekk tidleg sjå korleis politiske avgjerder faktisk påverkar kvardagen til folk.
- 2) Eg ønskjer å gjera ein forskjell i kvardagen til folk, spesielt for dei som er meir sårbare i samfunnet. Politikk handlar for meg om å sjå dei som ikkje alltid blir høyrde, og å finne løysingar som gjer at fleire får det litt betre.
- 3) Eg lærte mykje på Tryggheim – både fagleg og menneskeleg. Der fekk eg erfaring med samarbeid, ansvar og det å stå for noko. Som ungdomslagsleiar på bedehuset på Fotland fekk eg kjenne på korleis det er å drive organisasjonsarbeid, og det har eg hatt mykje igjen for i politikken.
- 4) Eg hugsar spesielt turen vi fekk til Israel – det var ei oppleving som gjorde sterkt inntrykk. Å sjå historia og kulturen der på nært hald var noko heilt spesielt.
- 5) Eg har fleire ambisjonar eg gjerne vil oppnå. I politikken prøver eg å vere open for dei moglegheitene som dukkar opp. Eg kjem nok til å halde fram i lokalpolitikken, og så får vi sjå – kanskje det blir ein stortingsperiode ein gong dei neste ti åra.



Kristin Lode (FrP)

- 1) Det var en kombinasjon av et samfunnsengasjement og nysgjerrighet. Jeg var veldig opptatt av å finne ut av hvordan samfunnet hang sammen og hvorfor ting var som de var, ikke minst hvem som bestemte det. Jeg leste meg opp på ideologi, samfunnsøkonomi og verdenshistorie. I tillegg stilte jeg også en hel del spørsmål, gjerne i samfunnsfagtimene på Tryggheim. Svarene jeg fant og fikk var det som ble starten på det politiske engasjementet mitt.
- 2) Jeg engasjerer meg i bunn og grunn fordi jeg mener at min stemme er viktig i den offentlige samfunnsdebatten. Jeg har alltid hatt et ønske om å bidra til gjennomtenkte løsninger og gode debatter. Det aller viktigste for meg har vært å stå opp for frihet, frihet til å skape den fremtiden man selv ønsker, frihet fra statlig kontroll og økonomisk frihet. Frihet var det som først appellerte til meg, og i dag ser jeg hvor viktig frihetskampen er for samfunnet vårt og verden ellers.
- 3) Det var først og fremst på ungdomsskolen på Tryggheim mitt engasjement startet, det var her jeg stilte de viktige spørsmålene som først skapte veien min inn i politikken. Jeg hadde gode lærere som gav gode svar og som oppfordret til å tenke selv, og ikke minst klassekamerater som ofte var med på debatt. Engasjementet mitt fikk virkelig grobunn, og det var helt nødvendig for at det skulle utvikle seg videre.
- 4) Jeg husker særlig når vi skulle høre på en skoledebatt for første gang. Jeg fikk stille et spørsmål til skoledebattantene, og endte opp med å holde en lang tale med flere stikk til venstresiden. Sett i retrospekt var det egentlig ikke et spørsmål jeg stilte, jeg var mer som en utenforstående debattant som bidro inn i selve debatten. I 2023 stilte jeg selv som debattant til skoledebatt på Tryggheim og fikk oppfylt ønsket om å faktisk bidra i debatten. Det var en kul opplevelse å komme tilbake der alt startet.
- 5) Jeg studerer juss og har hatt et stort ønske om å bli advokat. Det ønsket har jeg planer om å oppfylle. Å argumentere er en naturlig del av min personlighet, derfor er jeg rimelig sikker på at om fem-ti år så argumenterer jeg nok fortsatt – om det er i retten eller i politikken, det vet jeg ikke. Jeg liker å la mulighetene stå åpne, men jeg vil gjerne ende opp et sted hvor jeg kan gjøre mest nytte for samfunnet.

Vinnarane av skuleårets første skrivekonkurranse



Med nytt skuleår i gang er det klart for nye skrivekonkurransar. Som åra før kjem det til å vera fire skrivekonkurransar gjennom skuleåret, alle med kvar sin sjanger.

Først ut var debattinnlegg, og tre elevar vart plukka ut som vinnarar.

- Ingeborg Mæland (1STc) med «Små handlingar, stor betydning».
- Brede Krogedal Lindefjeld (2STc) med «Er det folkemord i Gaza og på Vestbredden?».
- Daniel Andreas Winnem (2STa) med «Norge trenger kjernekraft».

Me gratulerer dei tre vinnarane som alle vann gåvekort i russekiosken!

Vinnartekstane kan du lesa her.

Små handlingar, stor betydning

Av Ingeborg Mæland, 1STc

Det er ein varm sommardag, du går nedover gata og ser ein person koma imot deg. Kva gjer du? Festar du blikket i telefonen? Går ein liten omveg? Eller ser du opp, smiler og seier hei? Ei lita handling kan ha ei enormt stor betydning for personen det går utover.

Heilt ærleg: Eit smil, eit hei eller eit varmt blikk, det kostar deg ingenting. Det er så lite som skal til, men resultatet kan vera kjempestort. Det kan løfta humøret, gjera dagen lysare og gje trøyst.

Forsking viser at alle treng å bli sett. Då kan ein dra konklusjonen at alle set pris på eit hei og eit smil. I tillegg, smil og glede smitter. Prøv det ut! Kanskje merkar du ein forskjell. Kanskje vert du den folk lengtar etter å vera ilag med. Ikkje fordi du har dei rette kleda og den høge statusen, men fordi du ser dei rundt deg.

Noreg har eit rykte for å vera eit lukka land, der folk er reserverte, private og med lite fellesskapskjensle i kvardagen. Kva om vi utfordrar dei oppfatningane og blir eit land folk

lengtar etter å reisa til. Eit land, eit nabolag, ein skule folk ser opp til, når det gjeld å sjå dei rundt seg. Då skapar me eit samfunn der me kjenner oss velkomne og ønskte.

Det beste av alt er at alle kan klara det. Det handlar ikkje om å setta av 10 000 timar for å bli verdsmeister i ein sport, men om kjærleik til medmenneska rundt deg. Det handlar om å spreia glede, tryggleik og smil.

Viss det berre er eit smil som skal til, kvifor gjer me det ikkje? Kanskje fordi det er lettare å gøyma seg bak ein skjerm eller ta omvegen for å sleppa å ta stilling til om ein skal helsa. Kanskje du tenkjer nei, dette er ikkje noko for meg. Men prøv då vel. Det skadar aldri å spreia glede og varme til kvarandre. Folk kjem til å setja pris på det.

La meg spørja deg: Hadde du sett pris på å få eit varmt og kjærleg smil, ein gong du går heilt aleine ein kald, våt haustdag? Så neste gong du møter nokon på gata, prøv å sjå opp, smil og sei hei. Kanskje er det smilet ditt som gjer dagen lysare for nokon.



Frå venstre: Lærar Stein Erik Hauge, Ingeborg Mæland, Brede Krogedal Lindefjeld og Daniel Andreas Winnem (Foto: Henrik Foss)

Er det folkemord i Gaza og på Vestbredden?

Av Brede K. Lindefjeld, 2STc

Siden oktober 2023 har verden diskutert om Israels krigføring i Gaza kan kalles folkemord. Men folkemord betyr mer enn mange døde – ifølge FN må det være en bevisst intensjon om å utrydde en folkegruppe. Holocaust og Rwanda var det. Spørsmålet er om Gaza kan sammenlignes.

At spørsmålet stilles, er forståelig. Over 60 000 palestinere er drept, sykehus og hjem er ødelagt, og mange sulter. Amnesty og Human Rights Watch mener dette ligner “exterminering”. Men høye dødstall alene viser ikke nødvendigvis at Israel prøver å utslette palestinerne. Blokaden og bosettingene tolkes som kollektiv straff, men Israel begrunner dem med sikkerhet. Når israelske ledere kaller palestinere “dyr”, er det grov dehumanisering – men ikke automatisk bevis på en planlagt utryddelse.

Hamas’ rolle gjør bildet enda mer komplisert. Organisasjonen har et charter som sier at Israel skal ødelegges gjennom jihad, og i utdanning og media på Gaza spres ofte hat mot jøder. Når Hamas plasserer våpen og kommandosentre i boligområder, øker de sivile tapene dramatisk. Tall tyder på at rundt 80 % av ofrene i Gaza er sivile, men mange av dødsfallene skjer nettopp fordi Hamas skjuler seg blant dem.

Den internasjonale domstolen (ICJ) har sagt at folkemordsanklagene er “plausible”, men det betyr bare at de må undersøkes videre. En endelig dom kommer trolig først i 2026.

Israel på sin side sier krigen handler om selvforsvar, og at den stopper dersom Hamas legger ned våpnene og frigrigislene. At 21 % av Israels befolkning er arabere med statsborgerskap og rettigheter, taler også mot at målet er å utrydde palestinerne som gruppe.

Så er det folkemord? Etter min mening er svaret nei – men lidelsene er enorme, og Israel må ta ansvar for uforholdsmessig maktbruk. Samtidig må Hamas slutte å bruke jihad som strategi, for den gjør fred nesten umulig. Hvis man virkelig vil ha en fredelig løsning, må begge sider presses: Israel til å følge humanitærrett, og Hamas til å gi opp sin ideologi om utryddelse. Først da finnes det håp om en tostatsløsning og et liv uten krig for både israelere og palestinere.

Bibliografi

Danbolt, I. (2024, 7. oktober). Ett år siden angrepet mot Israel og starten på krigen i Gaza: Hva er utsiktene? Hentet fra FN. <https://fn.no/nyheter/denne-uka-i-fn-ett-%C3%A5r-siden-angrepet-mot-israel-og-starten-p%C3%A5-krigen-i-gaza-hva-er-utsiktene>

FN-SAMBANDET. (2025, 18. mars). Folkemord. Hentet fra FN. <https://fn.no/tema/konflikt-og-fred/folkemord>
Mikkelsen, S. (2025, 28. juli). Hvor lenge kan dette fortsette? Hentet fra NRK. https://www.nrk.no/ytring/beskyldningene-om-at-israel-begar-folkemord-kommer-fra-flere-hold._hvor-lenge-kan-dette-fortsette_-1.17508123

Norge trenger kjernekraft

Av Daniel Andreas Winnem, 2STa

I Norge har vi mange kriser, to av de er klimakrisa og energikrisa. Kjernekraft er løsninga på begge. Sverige bygger kjernekraft. Polen bygger kjernekraft. Finland bygger kjernekraft. Og for å nevne noen flere land, så bygger også Frankrike og USA kjernekraft. Så hvorfor skal ikke vi i Norge?

FNs klimapanel sier sammen med verdens fremste klimaforskere at vi må kutte i fossile brensler og ta alle gode krefter i bruk for å nå FNs klimamål (FN, 2025). I tillegg krever levestandarden til oss nordmenn langt mer energi enn det vi produserer fra fornybare energikilder. Vi har ikke mulighet til å bygge ut mer vannkraft, solceller tar mye plass, og nesten hele Norge er imot vindmøller man kan se hjemmefra. Da må vi ty til nye rene energikilder, med andre ord kjernekraft!

Kjernekraft er arbeidshesten som jobber dag og natt, uansett vær, uten stopp. I motsetning til energikilder som vann, vind og sol er ikke kjernekraft avhengig av været eller en spesiell tid på døgnet for å produsere energi. Med andre ord er kjernekraft den mest pålitelige energikilden vi har, ved siden av olje og gass. Derfor kan kjernekraft sørge for en sikker og billig tilgang på strøm for alle i hele Norge.

Det store argumentet mot kjernekraft er «Det går veldig dårlig når det først går dårlig» og så tenker de på Tsjernobyl. Imidlertid så er det viktig å huske at ulykken i Tsjernobyl skjedde for 40 år sida i en falleferdig Sovjetunion som hadde brukt opp hele statskassa på kald krig. I dag er teknologien helt annerledes og mye bedre, bare se på Sverige, Finland og USA. I tillegg er Norge et av verdens rikeste land, så vi kan med stor sikkerhet si at kjernekraft er trygt. Ifølge tall fra Our World in Data så dør det faktisk 43 ganger flere mennesker per terawatttime fra vannkraft enn fra kjernekraft. Og i olja, en næring som vi tenker er helt nødvendig, dør det hele 613 ganger flere mennesker per terawatttime! Dette er energikilder som vi regner om trygge og nødvendige, så hva er det som er galt med kjernekraft?

Skal vi møte dagens utfordringer på en god måte, trenger vi realistiske og effektive løsninger. Kjernekraft er akkurat det: en stabil og pålitelig energikilde som kan produsere enorme mengder strøm uten å slippe ut klimagasser. Skal vi nå klimamålene og sørge for at Norge ikke går i kraftunderskudd, må vi ha kjernekraft.

Bibliografi

FN-sambandet. (2025, 28. mai). Stoppe klimaendringene. Hentet fra FN-sambandet. <https://fn.no/om-fn/fns-baerekraftsmaal/stoppe-klimaendringene>
Ritchie, H., Rosado, P. (2024, april). Nuclear Energi. Hentet fra Our World in Data: <https://ourworldindata.org/nuclear-energy>



BILDER FRA HØSTEN



250 elever har meldt seg på bibelgrupper i år.

Foto: Henrik Foss, Anne-Berit G Aanestad og Geir Tjeltveit



Mathias Heskestad i 2ATa og resten av Vg2-klassen lærer anleggsteknikk-faget gjennom å løse reelle oppgaver. Tømrar-elevar skal vere med og bygge om Skogheim-kjellaren til moderne undervisningsrom for tilrettelagt avdeling.



Elevane på Kveikheim har hatt ein travel produksjonshaust. Amalie Noraberg og kollegaane hennar i ungdomsbedrifta har laga varer til tre ulike utstillingar og levert produkt til fem bokhandlarar.

Kanosjef Geir Tjeltveit var som vanlig ekspedisjonsleder.



Ein flott septemberdag arrangerte friluftsgruppa kanopadling for elevane.



Klart for naturfagforsøk i 1STC.



Kjemiforsøk - Benjamin Salvesen og Erling Askvig i dyp konsentrasjon.



På initiativ frå president Linda Eike og Tryggheimrussen 2026 gjekk elevsar saman i bønn for skulen frå onsdag 22. oktober klokka 16.00 og dei neste 24 timane. I eit klasserom kom nye elevsar inn kvar time for å be og løfte fram Tryggheim-relaterte bønneemne i 24 timar i strekk.



Elise Stene valde cowboy-kostyme og Mathias Heskestad imiterte Kjell Elvis under Hallovenn-arrangementet.

Vg3-elev Alexander Berntsen kledde seg ut som Napoleon då miljøarbeidarane og russen stelte i stand Hallovenn-feiring i møtesalen 28. oktober.



Ida Sofie Hovland (t.v.) og Marilen Eikemo Knutsen dukka opp som Karius og Baktus på årets Hallovenn-arrangement.



Helene Svela (t.v.) og Alina Marvik-Johansen vann prisen for beste utkledding under Hallovenn.



Da russen arrangerte «kleskodedager» i oktober, stilte 1ST-elevene Morten Jensen og Amen Aikpitanyi i fullt arbeidsantrekk i klasserommet.



Markus Ravnås leia Noregs beste yrkesfaglege ungdomsbedrift 2025 då han gjekk Vg2 elenergi og ekom på Tryggheim. Tysdag 4. november fekk han vere toppleiar for ein dag då han skugga administrerende direktør i Eikmaskin, Trond Kjempekjenn, på hovudkontoret på Kjeller i Akershus.



Vg2-elev Martin Johannes Vistvik spelte «Nordmannen» av Ivar Aasen då Jæren Mållag hadde stand under torsdagslunsjen 13. november.



Sixpence-trendar på Sørlandet. Elias Hobbesland frå Lyngdal besøkte standen til Kveikheim og lærar Knut Handeland då ungdomsbedrifta stilte ut på haustmarknaden på Betesda bedehus på Kollevoll mellom Lyngdal og Farsund.

Topp tre

Tekst: Silje Hegelstad Undheim

Survivals for tradwives med arbeid utanfor heimen

1

Lag vekeplan

Start søndag kveld, rask i hop informasjon frå alle appane og gruppene, sjølv om det kjennest tappande. Mos familiemedlemmer for informasjon om alt anna mellom linjene. Sjå med avmakt på veka før ho startar. Det går seg ofte til når alt berre sveivar i gang. Ta ein runde i fryseboks og kjøll, lag middagsplan ut i frå det. Gløym for all del ikkje allergiane, verken i heimen eller hos potensielle gjestar. Mot slutten av veka vil du erfara at ting ikkje gjekk som planlagt, men du hadde i alle fall det skriftlege i orden.



2

Lag tomat saus i stor stil

Hermetiserte tomatar, lauk, selleristong, gulrot, kvitlauk, buljong, krydder (blant anna chili og kajenne) og honning. Oppkutta materie fresast i gryta, kok i mange timar. Stavmiks for å skjula alle spor av alt som ingen et. Frys i beger. Vipps så kan du trylla fram heimelaga pizza, lasagne og kjøtsausar* til ris og pasta dei dagane du kjem heim frå jobb med ein halvtimes margin før fotballkampen – for å ikkje nemna når helga set inn med all si kraft.

**Dersom du tilset fløte (Jersey/Tine), når tomatbasen nye høgder.*



3

Prøv å unngå utvikling av eigne interesser

Med jobb på fleire banar er det særdeles viktig å fokusera på det du må og skal. Allslags dyrking av interesser og hobbyar vil berre føra deg vill og stela tida di. Blir du hekta på noko, om det så skulle vera surdeig, saum eller kanskje ein musikk-app, går timane vekk frå det du eigentleg skal her i livet.



Feststemning for friskular

Tekst og foto: Henrik Foss

Friskular over heile landet feira seg sjølv onsdag 5. november. Bakgrunnen var at friskuleorganisasjonane i Noreg har gått saman om å markere den nasjonale Friskuledagen den første onsdagen i november kvart år.

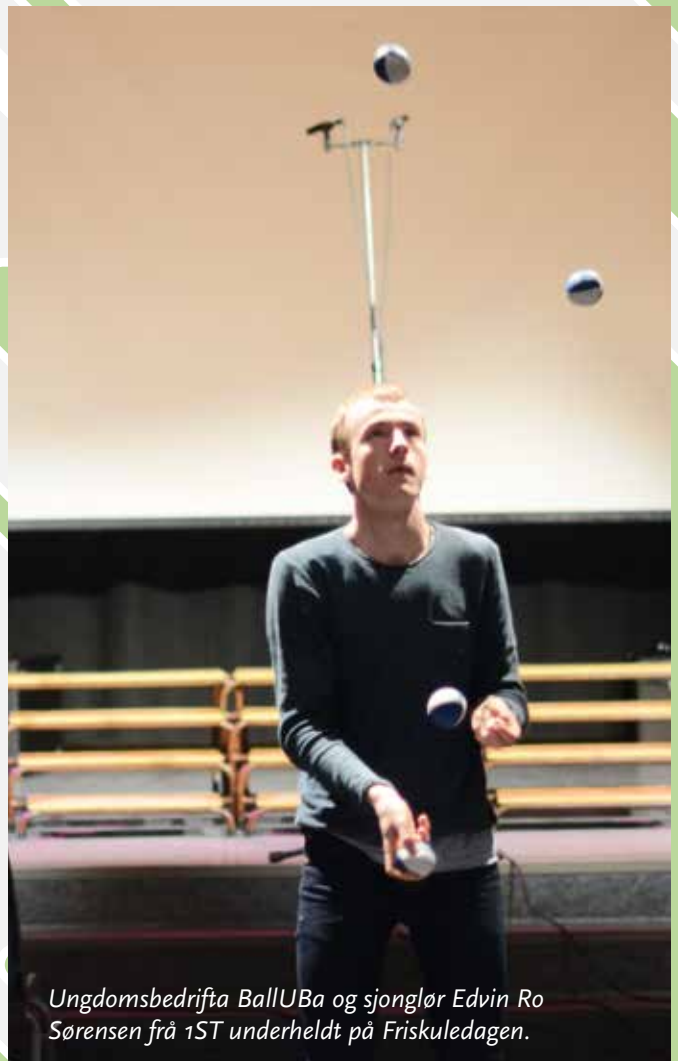
I storstova blei dagen markert med sjongleringskunst på NM-nivå frå ungdomsbedrifta BallUBa, song frå russekoret og ei digital helsing frå KrF-leiar Dag Inge Ulstein. Deretter var det utdeling av kanelbollar levert av den lokale bakaren til alle.

Tryggheim har vore ein del av friskulelandskapet sidan 1919, då skulen starta som «Kinamisjonsforbundets ungdomsskule i Rogaland» med tre lærarar, rundt 50 elevar og ei husmor som stod for matlaginga. Hausten 2025 samlar Tryggheim rekordmange 577 elevar på vidaregåande og 288 på den 20 år gamle ungdomsskulen.

Russekoret deltok på feiringa av Friskuledagen.



Vg3-elev Johannes Indrebø var begeistra for friskulebollen.



Ungdomsbedrifta BallUBa og sjonglør Edvin Ro Sørensen frå 1ST underheldt på Friskuledagen.

Invitasjon til elevstemnet

laurdag 20. juni 2026 – nå også for 5-årsjubilantar!

Programmet med omvising, samling, festmiddag og gruppesamlingar startar ca. kl. 11:30 og varer utover til kvelden.

Frå folkehøgskuletida:

- 70-årsjubilantar, dei som gjekk på Tryggheim 1955-56
- 60-årsjubilantar, dei som gjekk på Tryggheim 1965-66
- 50-årsjubilantar, dei som gjekk på Tryggheim 1975-76

Desse får skriftleg innbyding i februar.

Frå vidaregåande:

- 40-årsjubilantar, avgangselevar 1986 og dei som gjekk saman med desse i to år, men slutta i 1985
- 30-årsjubilantar, avgangselevar 1996 og dei som gjekk saman med desse i to år, men slutta i 1995
- 20-årsjubilantar, avgangselevar 2006 og dei som gjekk saman med desse i to år, men slutta i 2005
- 10-årsjubilantar, avgangselevar 2016 og dei som gjekk saman med desse i to år, men slutta i 2015
- 5-årsjubilantar – NB: nytt i år, avgangselevar 2021 og dei som gjekk saman med desse i to år, men slutta i 2020

Desse får ikkje skriftleg innbyding, men me ber eldsjeler blant dykk ta initiativ via Facebook etc. for å oppmode medelevar til å kome på elevstemnet.

Ta gjerne kontakt med Tryggheim for å få hjelp til namnelister.

Vi håper å sjå deg på Tryggheim denne dagen. Elevstemnet er gratis, men det blir høve til å gje ei gåve til skulen. Vi kan dessverre ikkje tilby overnatting på Tryggheim.

Ver venleg å spreie denne informasjonen om elevstemnet, i tilfelle nokon ikkje får invitasjon.

Helsing komiteen

Tryggheimkalender

DESEMBER

Tor. 18. Julefest

Fre. 19. Siste skoledag før jul (halv dag)

JANUAR

Man. 5. Første skoledag etter jul

Fre. 16. Slutt 1. halvår

Man. 19. Start 2. halvår

FEBRUAR

Tirs. 17. – fre. 20. Leirskole Vg1

Man. 23. – fre. 27. Vinterferie

MARS

Tirs. 3. - fre. 6. Leirskole Vg1

Visste du at...

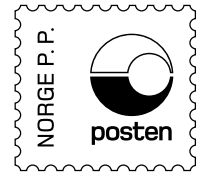
Marie Mæstad (ST 17-20) og
Christian Aronsen giftet seg 9. august

Silje Frafjord (ST 16-18) og
Andreas Breivik giftet seg 4. oktober

Narve Gilje Nordås (ST 14-17) og
Oda Andersen Lundebj giftet seg 12. oktober

Vi gratulerer, og ber dere fortsette å tipse oss om folk som bør være med på denne listen. Send e-post til aaanestad@tryggheim.no eller ring eller skriv til skolen (husk årstall og gjerne klasse!)

Returadresse:
Tryggheimhelsing
Tryggheimveien 13
4365 Nærbø

A watercolor illustration of a Christmas card. The background is a light blue and white wash. The card is framed by green pine branches, red ornaments, and brown pinecones. The text "Gledelig jul & Godt nytt år" is written in a red, stylized font in the center.

Gledelig jul
&
Godt
nytt år