



BEDRIFTSORGAN FOR
HUNSFOS FABRIKKER

Nr. 10

November 1953

5. årg.

HUNSFOSPOSTEN

AGENTENE VÅRE

John W. White, Glasgow.

Firmaet ble etablert av avdøde *John W. White* i begynnelsen av 1900-tallet.

Mr. John W. White fikk sin første praksis i papirbransjen hos *Spicers Bros.*, Glasgow. Han startet sin forretning med to agenturer, begge for hollandske fabriker, et for skråkartong og et for finpapir. Firmaet innehar fremdeles begge disse agenturer. I tiden mellom de to verdenskriger steg etter hvert antallet av agenturer, og firmaet fikk også agenturet for Hunsfos Fabrikker. I dag representerer det papirfabrikker i Norge, Sverige, Finland og Holland.

Firmaets nåværende leder, *Mr. Ronald G. White*, ble opptatt i sin fars forretning i 1937. Etter å ha tilbragt et års tid på kontoret, besøkte han forskjellige papirfabrikker, blant annet *Buskerud Papirfabrikk* i Drammen, hvor han i 1938 oppholdt seg i flere måneder. I 1939 ble han innkaldt til militærtjeneste. — Han trådte inn i arméen, hvor han tjenestegjorde i det Kgl. Artilleri, fra august 1939 til juni 1946. I 1940 var han stasjonert i Frankrike, og det var i januar dette år at *Mr. John W. White* døde. På denne tid kom *Mr. A. Jack* med i firmaet, og han bestyrte forretningen inntil *Mr. White jr.* kom tilbake i 1946. Fem år av krigstiden tjenestegjorde *Mr. Ronald G. White* i Det Fjerne Østen, Burma og Ceylon.

Siden 1946 er forretningen betydelig utvidet, og den driver salgsvirksomhet i Skottland, Nord-Irland og Eire for alle de papirfabrikker som den representerer.



Mr. Ronald G. White

Foruten *Mr. A. Jack*, som nå er kompanjong i firmaet, ble *Mr. N. Trail* for en stund siden knyttet til forretningen.

I oktober måned i år ble *Mr.*

White valgt til formann i Papiragentenes Forening i The United Kingdom, og han er den første skotte som noensinne har innehatt denne stilling. — Han har også hatt den ære i dette kroningsår å kommandere æresvakten for dronning *Elizabeth*, da hun sjøsatte den nye Kgl. Yacht ved *Clyde*.

Hunsfos' navn er blitt vel kjent og godt likt i både Skottland og Irland, og *Mr. White* ber oss nevne at alle ved fabrikken har hjulpet til å bygge opp det gode renommé som Hunsfos har fått som papirfabrikk. Han forsikrer at det er en stor fornøyelse for ham og hans firma å selge Hunsfos' papir.

Enhver som har sitt arbeid på Hunsfos er velkommen til Glasgow, og kan være sikker på en hjertelig mottagelse hvis de noen gang vil avlegge firmaet et besøk. I mellomtiden sender hele *John W. White's* stab alle på Hunsfos de beste ønsker og hilsener.

PAPIRMASKIN NR. V

Jeg har på følelsen at mange av våre folk, heri iberegnet både arbeidere og funksjonærer, tror at *Papirmaskin V* er et mislykket foretagende, og kanskje har også mange, både av de som arbeider ved maskinen og verkstedet av og til gått trett av alle de eksperimenter som drives. I den anledning finner jeg det er på sin plass å gi noen opplysninger for at alle skal vite hvor de står når de skal bedømme hvad som foregår i denne avdeling. Det er kanskje min skyld

at opplysninger ikke er kommet ut, hvorfor jeg nu vil rette på dette.

Efter krigen hadde jeg på følelsen at det ville bli en langvarig høikonjunktur, og da det var om å gjøre å utnytte denne til å skape noe som kunne bli av varig verdi både for bedriften og for alle de som skal leve av den, besluttet styret å gå inn for en ny avdeling. Valget sto mellom forskjellige ting, men både styret og representantskapet i Hunsfos besluttet seg for å anskaffe en papirmaskin som

skulle ligge et godt stykke foran det som var bygget i Europa på det tidspunkt. Valget falt på en maskin som skulle arbeide papirer fra 19/20 gr. og opp til 50 gr., m. a. o. de dyreste papirer, og samtidig skulle den ha en hastighet som for mange år fremover skulle sikre den en rekord.

De diskusjoner som blev ført i Amerika resulterte i maskinen som den der ble satt opp til å begynne med. Allerede ved bestillingen var vi oppmerksom på at den kvalitet maskinen kom til å lage blev en amerikansk kvalitet og ikke en som kunne konkurrere på det europeiske marked, resp. som kunne konkurrere med en toppkvalitet. Forandringene ved maskinen besluttet vi å uteksperimentere selv.

De som har fulgt nøie med vil ha lagt merke til at maskinen blev montert nokså langt frem på gulvet med en stor gang mellom møllene og maskinen. Dette gjorde vi fordi vi visste at vi med tiden kom til å forlenge viren. Dette er nu gjort med det resultat at virepartiet nu er sådan som vi trodde det måtte være, og som det viser seg at det må være.

Det blev også i sin tid diskutert meget med amerikanerne om pressene, og her forelå det ingenting i Amerika eller andre land som kunne gi oss en pekepinn om hvorledes pressene skulle være. Vi måtte altså her også eksperimentere oss frem, og er kommet til det nuværende resultat med to sugepresser som viser sig å være det riktige.

Videre er det eksperimentert svært meget med innløpet og her har vi den glede at amerikanerne ga opp, og at de nu begynner å etterligne vår konstruksjon for sitt trykkinnløp.

Disse forsøk har selvfølgelig kostet både penger og arbeid, men hvis man vil frem til noe som ligger utenfor det vanlige, må man finne sig i det, og det må jo være en glede for alle som følger med i arbeidet å vite at vi f. eks. på vår kvalitet Manifold, som nu er blitt god og som selges lett, har absolutt europeisk rekord i hastighet, det vil si at det er et langt stykke mellom oss og neste maskin.

På samme måte må vi også arbeide oss frem i de andre kvaliteter, og når alle disse ting en gang er

løst, vil de som har fulgt med i maskinen kunne være stolte av å ha vært med på å bringe frem et godt produkt med topphastighet.

Man kan så til slutt spørre sig selv om dette har lønnet sig, og da vil jeg bare få minne om en ting, og det er at maskinen er kjøpt med gamle dollar og kom igang før høikonjunkturen brast, og at den det første året, hvor vi kunne selge hvad som helst, gjorde det riktig godt økonomisk, hvilket vil fremgå av det offentlige regnskap som blev fremlagt for dette års drift. Vi valgte å tjene penger først og ta eksperimentene etterpå, og for oss i ledelsen og de som arbeider ved maskinen blir det for hver dag tydeligere at vi nærmer oss målet.

Det som skal til i et tilfelle hvor en fabrikk setter sig et høit mål er, at alle sammen som får med dette å gjøre viser et ærlig samarbeide. Med ærlighet mener jeg her at alle først gjør sin plikt, og at de derefter gjør ledelsen oppmerksom på ting som de måtte finne er feil. Det er kun gjennom et intimt samarbeid at store resultater kan nåes, og hvis de som har med denne avdeling å gjøre, og de som kommer i forbindelse med den gjennom verkstedet, vil innse den sport det ligger i å få noe utenom det vanlige, så vil de også skjønne hvorfor vi går inn for et så høit mål som denne maskin har vært.

Nu da vi øiner slutten på våre eksperimenter finner vi i ledelsen at det har vært et både lærerikt og interessant kapittel, og det samme burde også de føle som har vært med på det. Jeg ber derfor om at man ikke går trett når det settes i gang ting som skal bestemme vår fremtids eksistens, enten dette er som nu ved Maskin V, eller i andre deler av fabrikk. Utviklingen går stadig videre, og den som står stille går tilbake, derfor er det om å gjøre å kunne se litt inn i fremtiden, resp. ikke bare leve for dagen.

Hunfos, 20. november 1953.

Johs. B. Knobel.

Det finnes intet vitamin som stimulerer som ros.



Løgn og sannhet

En har sagt: Den første synd driver et menneske til å lyve. Den første nåden hjelper oss til å tale sannhet.

Vi trenger ikke være meget orientert i Bibelen, og vi trenger ikke å ha megen livserfaring for å se at dette er riktig. Etter det første syndefall fulgte den første løgn. Det ene dro det andre med. Synderen drages mot usannhet som den druknende hogger etter halmstrået. Synd setter oss i knipe, både i forhold til Gud og mennesker. Det gjelder å komme ut av knipen, og så byr løgnen seg fram som den letteste og smarteste utvei.

Faktum er imidlertid noe helt annet. Løgnen fører oss opp i nye vanskeligheter. Vi må gripe til nye løgner. Og slik driver Satan sitt spill med den ulykkelige synder, liksom alkoholen gjør det med drankeren. Løgn avler løgn. Nettet snøres fastere og fastere om oss.

Hva kan frigjøre? Det kan bare sannheten. Ikke først og fremst dette at synderen begynner å tale sannhet. Det er da nettopp det han ikke makter. Det første er at han vil høre sannheten. Og den store, frigjørende sannhet er dette at Kristus Jesus kom til verden for å sette fanger i frihet.

Vi husker hvordan det foregikk da bedrageren Sakkeus ble en frigjort kristen. Det første var ikke dette at han gikk til den ene etter den andre og sa som det var, at han hadde gjort dem urett. Det første var at han tok imot Jesus i sitt hus og i sitt hjerte. Dette er nemlig nåden, at Jesus går inn til synderen mens han ennå sitter der i sin synd. Han venter ikke til huset er feiet og pyntet. Sakkeus fikk den dag en stor opplevelse av at han var elsket av Jesus just som han var. Og tolderer gikk med på denne urimelige ordning. Han tok imot Jesus. Han lot seg elske.

Men så var også den frigjørende kraft der med ett. Og han utnyttet den kraft. Det kan vi være forvissnet om. Han begynte å være

HUNSFOSPOSTEN

utgitt av:

Hunfos Fabrikker
Hunfos Arbeiderforening
Hunfos BedriftsidrettslagRedaktør:
Edv. Tobiassen

Trykt hos

Edgar Høgfeldt A.s, Kristiansand S.
på Hunfos' Satinert trefritt trykk 110 gr.

Personalia

Vi gratulerer:

60 år:

Fru Alise Voreland, 14. des.

50 år:

Alf Berntsen, smører, 3. des.

Kongens fortjenstmedalje.

Som det allerede vil være kjent fra dagspressen er 3 av våre eldste og skattede medarbeidere påskjønet med Kongens fortjenstmedalje for 50 års tjeneste ved Hunfos Fabrikker. Vi sender foreløpig Hassel Beurling, Karl Viktor Beurling og Kristian Fossheim våre hjerteligste gratulasjoner.



En av våre eldre pensjonister, Johan Holberg, døde den 19. november. Han var født på Vikeland den 17/2 1876 og begynte å arbeide på Hunfos allerede den 20/4 1892. I over 50 år hadde han sitt virke i papirfabrikken, hvor han i en årrekke arbeidet som maskingutt og siden i mange år som tørker ved Maskin I. En kortere tid var han også reserve-maskinfører. De siste par årene før han sluttet, var han på gården. Han fratrådte den 12/7 1946, og for sin lange og trofaste

sann, og han gjorde opp med sine medmennesker.

Dersom vi vandrer i lyset, liksom han er i lyset, da har vi samfunn med hverandre, og Jesu, Guds sønns blod renser oss fra all synd, 1. Joh. 1, 9.

H. Norgaard.

tjeneste fikk han i 1939 Norges Vel's medalje og i 1946 Kongens fortjenstmedalje.

Johan Holberg var en påpasselig arbeidsmann, kvikk og kjapp i vendingen. Han hadde et godt humor, og var derfor godt likt av sine arbeidskamerater. Han levde ellers et stillferdig liv, men gledet mange syke og gamle ved sine flittige besøk.

Vi lyser fred over hans minne.

Byggmester Gunnar Frigstad

overtar ansvaret for vedlikeholdet av fabrikkens hus.



Som bekjent har Hunfos Fabrikker bygget endel nye hus i den senere tid, og antall leiligheter er derved sterkt forøket. Fabrikkens har nå 44 boliger med i alt 90 leiligheter. Ved siden av alt annet arbeid på Hunfos er ettersynet med alle disse leilighetene blitt uoverkommelig for en enkelt mann. Fabrikkens har derfor fra 15. okt. overlatt ansvaret for vedlikeholdet av boligene til byggmester Gunnar Frigstad. Han har arbeidet som privatmann for Hunfos i flere år, kjenner til alle husene og skulle være godt skikket til å overta dette nye arbeidsområdet.

Byggmester Frigstad skal med jevne mellomrom foreta inspeksjoner og se etter at alt er i orden vedrørende husene. Hvis noen av leieboerne ønsker å få utført reparasjoner, eller forandringer av enhver art, skal disse ønskes uten unntagelse forelegges byggmester Frigstad. Dette gjelder alt som har med boligene å gjøre, også elektriker-, rørlegger- og blikkenslagerarbeid.

Frigstad kommer til å rekvirere

folk fra fabrikkens til å utføre arbeidene så langt som våre folk har tid. Kan ikke fabrikkens avse folk, skal han benytte sine egne eller andre håndverkere.

Er det reparasjoner som må utføres øyeblikkelig, som når det for eksempel springer et vannrør, kan dette som tidligere rapporteres til ingeniør Skjenneberg. Men denne ordning må ikke misbrukes. Så sant reparasjonen kan utsettes litt, skal det meldes av til byggmester Frigstad.

Er leieboeren misfornøyd med Frigstads avgjørelse kan han henvende seg til arkitekt Fonahn, som er neste instans, og finner heller ikke arkitekten å kunne imøtekomme leieboeren, forelegger han saken for direktøren eller overingeniøren til avgjørelse.

Byggmester Frigstad kan treffes på hans telefonnummer 2159. Om dagen kan han være vanskelig å treffe, men en kan bare gi beskjed til den som tar telefonen. Om han ikke nettopp står til tjeneste «natt som dag», for å sitere en kjent original i Kristiansand, så går det an å ringe til ham fra kl. 7 om morgenen til kl. 10 om kvelden.

Hunfos Arbeiderforening arrangerer fest på Hunfosheimen.

Festen skal bli en årlig tradisjon.

Søndag 1. nov. hadde Hunfos Arbeiderforening fest på Hunfosheimen. Da tegningslisten ble inn-dradd, hadde 30—35 personer meldt seg. Det var ikke mange, men festen ble likevel meget vellykket.

Deltakerne kom til heimen med toget kl. 9,30. Stemningen kom snart på toppen, da der var flere som var flinke til å underholde med selskapsleker, mens vi ventet på middagen. Kl. 13 kom maten på bordet. Det var pølser og erter, øl og brus. Ingulf Reinhartsen ønsket samtlige velkommen, og spesielt ønsket han overingeniør Knobel og frue hjertelig velkommen. Som vanlig på Hunfosheimen smakte maten riktig godt, og det ble spist over en lav sko, som det heter på ekte bygdespråk. «Junior» takket så for maten og for at han og fruen fikk lov å bli med.

Utover ettermiddagen fortsatte

DEN GAMLE GARDE

Når en går avsted en kveldsstund for å hilse på en 80-åring, venter en gjerne å finne mannen hjemme. Men da vi kom til Kvarstein for å slå av en prat med Anders Kristensen, var «fuglen fløyet», og ingen visste hvor. — «Ungdommen — eller rettere sagt alderdommen nå for tiden,» tenkte vi og lurte på om ikke denne spalten burde omdøpes til «Den unge garde». Den ene 80-åringen blir «yngre» enn den andre.

Vi ønsket ikke å gå forgjeves mer enn en gang, og slo derfor på tråden og forvissnet oss om at Anders Kristensen var hjemme før vi neste gang satte kursen for Kvarstein.

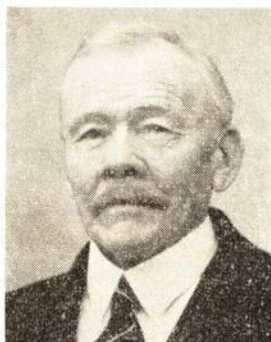
Som nevnt i forrige nummer av Hunsfosposten fylte han 80 år den 15. oktober. Tross fødselsdagen ikke var gjort kjent i avisen, hadde stuene hos svigersønnen, skolebestyrer Rosenberg, som Kristensen deler hus med, vært fulle av gratulanter, og det bugnet ennå av blomster da vi kom på visitt. Gamle Anders var visst bare glad det ikke kom fler folk. Ellers hadde han måttet gå på bygda og låne stoler.

underholdningen med solosang og flere selskapsleker. Ester Beurling og Gustav Årstad sang et par sanger hver. Forskjellige små kunststykker, som ble utført, og selskapslekene vakte stor begeistring og skapte mye moro.

Kl. 16 var det mat igjen — kaffe og alle slags deilige smørbrød og kaker. Dessuten flere taler. Småstubber og vitser manglet det heller ikke på. Tiden går fort når en sitter og koser seg og har det hyggelig, og det ble snart tid for oppbrudd. Reinhartsen takket for maten og for den hyggelige festen. Han håpet at de som ikke hadde vært på Hunsfosheimen før, hadde følt seg heime, og at de snart ville komme igjen. Videre nevnte han at denne festen skulle bli en årlig tradisjon.

Så bar det nedover til bygda igjen med toget kl. 18.30 med et hyggelig minne rikere. Og til slutt: Hjertelig takk til komiteen for den deilige maten dere hadde stelt til og for alt arbeide ellers med festen.

A. B.



Anders Kristensen.

En spiss på det hele satte det da yngste sønnen kom med fly fra Amerika for å feire farens fødselsdag hjemme.

Anders Kristensen er født på Hemmesaugland i Greipstad. På skolen begynte han ikke før han var 10 år gammel. Skolen ble holdt på 3 forskjellige steder. Det var ikke omgangsskole, men en overgangsordning fra omgangsskole og til den vi har nå. På tross av at han hadde bare 4 års skolegang bak seg, ble han den flinkeste av konfirmantene. Dette har vi ikke fra hans egen munn, men det skal nå være tilfelle. Med konfirmasjonen var det slutt på den boklige utdannelsen. Han burde nok ha fortsatt på skole, men for ham var det ikke anledning til den slags. Fra han var 12 år hadde han måttet være med og gjete, og etter konfirmasjonen måtte han ut som gårdsgutt. Han kom blant annet til Ravnås. Her traff han en ung og vakker jente som het Gunhilde Tellefsen. Henne giftet han seg med i Øvrebø i 1894.

Senere kom han til Vennesla og begynte på Hunsfos Fabrikker den 15. april 1898.

— Hvor i fabrikken var det du begynte å arbeide?

— Jeg begynte på gården under formann G. A. Wennesland, men kom nokså snart over i hollenderiet, hvor jeg arbeidet i 8—9 år.

— Lønningen var vel ikke rar det første?

— Den var kr. 2.50 om dagen på gården. Det var samme lønnen på hollendersalen, men vi hadde 1 øre i tillegg for hver hollender som ble sluppet. Hollenderne var jo ikke store den gangen, så det kunne bli nokså mange 1-ører ekstra når produksjonen var stor.

Fra hollendersalen flyttet han over til snekkerverkstedet og arbeidet som snekker og tømmermann til han gikk av på pensjon den 30. mai 1936. Da han hadde drevet med endel snekring før han begynte på Hunsfos, var dette nye arbeidet ikke uvant for ham.

— Hvor mange snekkere var dere da du begynte på snekkerverkstedet?

— Vi var fire mann. Foruten meg var det Tønnes Askedal, Olav Birkeland og Karl Rakkestad. Birkeland var også modellsnekker.

— Og lønnen for snekkerne?

— Den var 3 kr. den første tiden.

— Hadde dere meget å gjøre?

— Mange ting i fabrikken som nå er utført i metall, måtte lages av tre, så der var nok å gjøre. Vi hadde også en god del overtidsarbeid med reparasjoner.

— Arbeidet dere om søndagen?

— Det traff, men vi tok arbeidet helst natt til søndag for å være fri om søndagen.

— Trivdes du på fabrikken?

— Ja, det var greit på Hunsfos.

Det kunne nok være stritt når en skulle arbeide fra kl. 6 til kl. 6, og dessuten hadde lang vei. Vi som bodde på Kvarstein, måtte gjerne opp klokken halv fem om morgenen. Var jeg 25 år i dag og ikke 80, så ville jeg begynne på Hunsfos igjen.

I 1938 fikk Kristensen Norges Vel's medalje for 38 års tjeneste ved Hunsfos.

Anders Kristensen har bodd på Kvarstein i snart 50 år. Huset han bor i kjøpte han av Karl Rakkestad i 1904. Den gang var det bare halvferdig, men han fullførte det selv, og dessuten opparbeidet han jorden omkring. Jordsmonnet var fattig. Det var bare grusjord og lyngmark, men Kristensen fikk skikk på det hele. Han anla hage og plantet frukttrær.

Tross sine 80 år har han ikke gitt opp å stelle med hus og hage. For ikke lenge siden innredet han bad selv, og spisestuen har han nettopp malt og pusset opp. Ingen skulle tro at det ikke var en dreven maler som har gjort det, så flott er det utført.

Anders Kristensen er en nybrottsmann både i åndelig og ma-

Idrett i Vennesla i gamle dager.

Vi fortsetter denne gang med et skirenn som ble arrangert av Vennesla Skiklubb søndag 13. februar 1910 i Askedalen. Dette er det første skirenn som ble holdt i den nye Askedalsbakken. Bakken ble i løpet av sommeren ryddet og planert ved frivillig arbeid av en del av klubbens medlemmer.

Det regnet under hele rennet, men resultatene ble likevel meget gode. Lengste hopp ble levert av Herman Bakken på 24,4 meter. For øvrig var det mange gode hopp på 19–24 meter. Resultatlisten ble:

Kl. Over 20 år:

1. Verner Vennerberg.
2. Gabriel Moseid
3. Nils Vennesland
4. Hans Salvesen

Kl. 15–20 år.

1. Herman M. Bakken
2. Oskar Hansen
3. Amund Strandberg
4. Andreas Hansen

Kl. 12–15 år.

1. Sigurd Olsen (Amundsen)
2. Sigurd Jortveit
3. Adolf Berntsen
4. Bård Kile

Kl. Under 12 år.

1. Ludvig Andersen
2. Lorang Olsen (Amundsen)
3. Sverre Askedalen
4. Anders Askedalen
5. Olav Almedal
6. Sigurd Bjørløw
7. Knut Røllænd
8. Torleiv Jortveit
9. Olav Jortveit
10. Torbjørn Neset (Vigsnes)

M. S.

*Kunsten er ikke
at få en idé,
enhver kan med
letthet få to.
Kunsten er
mellem to eller fler
ganske almindelige
hverdagsidéer
at finne den
der er god.*

(Kumbel, i Politiken).

teriell henseende. Hans liv er et lysende eksempel på hvordan en skal «hogge vekk alt som gjør skummelt og tungt.» Måtte han ennå i mange år få være med å spre lys og glede i bygda.

t.

Regelmessige måltider hindrer mavesår og fordøyelsesbesværigheter.

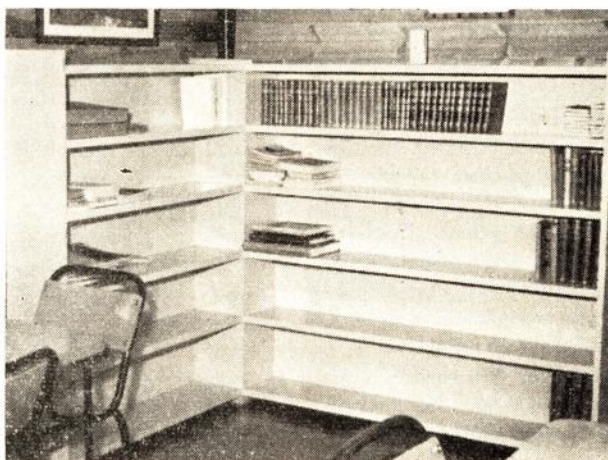
Bedriftslegen har anmodet oss om å gjengi følgende artikkel fra «Sunnhetsbladet»:

I de senere årene har man litt etter hvert kommet til en klarere forståelse av at de fleste prosesser i menneskekroppen som har med fordøyelsen å gjøre, går for seg i en bestemt rytme. Rytmen dirigeres av

ytte foreteelser som veksling mellom lys og mørke, men også av måltidsvaner, som blir innarbeidet gjennom lange tider. En regner dessuten med et sentrum i mellomhjernen, som kontrollerer fordøyelsesrytmen.

Hele naturen synes for en stor del å være underkastet en viss rytme. Vi kan

«Bokrulling» til Hunsfosheimen



Styret i Hunsfosheimen vil gjerne minne om innsamlingen av bøker til leseværelset på heimen. Som fotografiet av bokreolen viser er det plass til en masse bøker. For å få litt fart i innsamlingen ble det på siste styremøte besluttet å gå i gang med en bokrulling i likhet med en kronerulling. Altså den som gir en bok utfordrer en eller flere til å gjøre det samme. Men den som blir utfordret, må på ingen måte føle seg tvunget til å gi. Det skal selvfølgelig fremdeles være en helt frivillig sak. Det som er hensikten er bare å gi oss som har tenkt å ofre en bok til heimen, et lite puff.

Det er selvfølgelig full anledning til å gi mer enn en bok. Styret i Hunsfosheimen er takknemlig for å få så mange som mulig. Bøkene behøver ikke være nye, men de bør være gode og gjerne lettleste og i god stand. Synes noen de ikke har noen bok de vil skille seg med, finnes det jo rimelige bøker i handelen. Små pocket-bøker kan også være gode, og en hvilken som helst god bok vil bli tatt i mot med takk.

Liste over bøkene som kommer

inn, vil bli slått opp i vaktene. Vær så snill og kikk på listen før du bestemmer deg, så det ikke skal bli flere bøker av samme slag. Bøkene må gjerne være forsynt med en hilsen fra giveren. Bøkene kan leveres i vaktene eller til formannen i heimen, Anders Myhrstad.

Så lar vi bøkene «rulle» Anders Myhrstad har gitt en bok og utfordrer Otto Heiseldal og Nils Voreland.

Gustav Andersen en bok. Utfordrer Olav Jortveit, Ingulf Reinhartsen og Anders Egeland.

Waldemar Sagen har gitt en bok.

Arnold Beurling det samme og utfordrer Olav Homme og Georg Johnsen.

Ruth Homme har gitt en bok og utfordrer Gerd Berntsen, Edit Jørgensen og Margot Kjeåsen.

Karl Kruse også en bok. Utfordrer Erling Lund og Salve Ås.

Oddleiv Askedal en bok. Utfordrer Gerhard Lundevold og Sverre Gundersen.

Ivar Vestby har gitt og utfordrer Georg Pettersen.

Edv. Tobiassen en bok. Utfordrer Tønnes Brufjell og Nils Engh.

Ole Grundetjern en bok. Utfordrer Rolf Hildebrandt til å gjøre det samme.

bare tenke på vekslingen mellom sommer og vinter, høst og vår, dag og natt. I en rytmisk rekkefølge fødes og dør også den ene slekt etter den andre.

Studier angående kroppens rytmiske funksjoner har vært drevet av flere forskere. På den måten har man funnet at leverrytmen er særskilt stabil og blir i høy grad påvirket av andre faktorer enn fordøyelsessenteret i mellomhjernen. Dette blir likevel påvirket av ytre irritasjoner, særlig av lyspåvirkning. Hos rotter har man funnet at døgnrytmen i leveren kan forandres i løpet av en ukes tid ved belysning ved nattetid og ved mørke om dagen. Hollandske forskere har lagt merke til at kroppstemperaturens døgnvariasjoner blir forandret ved dagslysets forskyvninger fra dag til dag under en reise fra Holland til Java.

Dersom en ser bort fra disse forandringer i leverrytmen som skriver seg fra lyspåvirkningen, finner man at galleavsondringen er størst ved middagstid og minst ved midnattstid. Denne rytmiske avsondringen viser at fordøyelsen av maten skjer best når hovedmåltidene blir forlagt til midt på dagen og ikke til sent på kvelden, da galleavsondringen, som har særskilt betydning for bearbeidingen av fett, er liten. Gjennom disse fakta får man en naturlig forklaring på hvorfor sene og tunge måltider gir mavebesværsligheter.

Mellom leverens og mavesekkens rytme finnes det en viss sammenheng. Hungerfølelsen, som gjør at vi spiser når den melder seg, dersom vi da ikke er forhindret av arbeid eller noe annet, blir i det minste i en viss grad påvirket av leverens funksjon og dens rytme. Når leveren noen timer etter måltidet tømmer sitt innhold, minsker den i volum i høy grad, blir liten og slapp og kan da sammen med den tomme mavesekken øke tomhetsfølelsen under brystet og gjøre sitt til at hungeren melder seg. Forbrenningen av lever-sukkeret med den påfølgende minskning av blodsukkeret er også en årsak til at hungerfølelsen oppstår. Denne minskingen av blodsukkeret opptrer særlig hos sukkersyke og viser en lav blodprosent ved middagstid. Dette taler også for det heldige i å legge hovedmåltidet til midt på dagen.

Også avsondringen av mavesaften viser døgnrytmiske variasjoner. Et mer eller mindre fullstendig opphør av mavesaftavsondringen har man kunnet konstatere om natten hos friske mennesker. Også etter et prøvemåltid kan saltsyreavsondringen utebli om natten, om kvelden eller om morgenen, alt etter mavesekkens rytmeinnstilling, selv om man midt på dagen kan få rikelig med syreverdier. Alt dette taler mot de sene måltidene. Ofte kan

man høre ellers friske personer klage over at de ikke kan spise noe tidlig om morgenen fordi de ikke har matlyst.

Gjentatte mavepumper hos friske mennesker har vist at mavesyreavsondringen er avhengig av de tilvante spisetidene, fordi mavesyren stiger betydelig selv om maten ikke blir spist til den vanlige tid. Dette innebærer en alvorlig fare, særlig for mennesker som har anlegg for mavesår og en følsom maveslimhinne, for den økte mavesyren som ikke har noen næringsstoffer å angripe, angriper da lett maveslimhinnen og forårsaker litt etter litt enten en betennelse i slimhinnen eller i verste fall et mavesår. Dette gjelder først og fremst sår i selve mavesekken. Men enda alminneligere enn disse er sår i tarmens øverste del, dels i tolvfingertarmen. Dersom mavesaften på grunn av uheldige vaner, uheldig mat eller andre årsaker blir avsondret om natten, angriper den lett slimhinnen i tolvfingertarmen og gjør at det oppstår sår mens, som tidligere nevnt, galleavsondringen da er minsket og gallens nøytraliserende evne er nedsatt.

Vi blader i gamle papirer.

Nedenstående skole-innberetning, som vi har funnet blant gamle arkivsaker, vil kanskje være av interesse for «Hunfosposten»s lesere, særlig for dem som i 1890 var «skolebørn» på Hunfos skole.

*Til Bestyreren ved Hunfos Fabrikker.
Kort indberetning om Hunfos skole 1890.*

I 1890 er skolen holdt i 40 uger. De skolepligtige børns antal er 39. Skoledagenes antal er ialt 4990.

Derav er forsomt af lovlig grund 1156 — eller 23,2 %

Grunden til denne store forsummelse er dels den, at skolen et par gange er bleven lukket paa grund af difteri dels at adgangen til skolen er bleven nægtet fra et eller flere huse i længere tid paa grund af samme sygdom og dels af en mer end almindelig sygelighed blandt børnene forresten.

Forsommelser af ulovlig grund er derimod forsvindende lidet — nemlig 20 dage ialt. Dette skyldes for en væsentlig del den støtte læreren i dette stykke har faaet hos hr. fabrikkbestyrer Asker, der altid har vist megen interesse for skolen.

Hunfos, 21-de januar 1891.

Aksel Røskeland.

Rett avskrift bevitnes av

T. A. K.

Dette viser at uheldige og uregelmessige spisevaner som ikke tar hensyn til galleavsondringsrytmen, kan lede til alvorlige skader i mavesekken og tolvfingertarmen. For å unngå mavesykdommer er det derfor av stor betydning å spise til bestemte tider, slik at harmonien mellom leverens og mavesekkens rytme ikke blir forstyrret.

Det skadeligste ved uregelmessigheten i forbindelse med måltidene er uten tvil mellommåltider som består av kaffe med søte kaker og dessuten knask, for på den måten blir tomningen av mavesekken i høy grad forsinket. På samme tid får man en alvorlig forstyrrelse ikke bare i mavesekkens rytmiske funksjon, men en enda alvorligere forstyrrelse i leverens rytmiske sukkeromsetning. Den førstnevnte leder lett til mavekatarr og eventuelt til mavesår, den sistnevnte medvirker til at det oppstår sukkersyke hos mennesker som er disponert for den. Kunne man ved opplysning og på frivillighetens vei komme bort fra kaffe mellom måltidene og fra all knaskingen, ville det sikkert ha stor betydning for forebyggingen av forstyrrelser og sukkersyke, og på den måten være til stor hjelp for fremme av folkehelsen. I tidligere tider var måltidene sikkert mer regelmessige enn nå, og tiden for hovedmåltidet var fastsatt til kl. 12. Ennå kan vi blant bondebefolkningen finne at de har middag midt på dagen, og ikke om kvelden. Det er ikke en hastig lunsj som de avvikler på noen minutter, men det er virkelig dagens store måltid, som blir etterfulgt av en middagshvil. Kveldsmåltidet derimot er et mindre måltid hos bøndene. Men hvor ganske annerledes er ikke forholdene blant industri- og kontorarbeidere. Hos dem blir gjerne hovedmåltidet spart til kl. 18 eller 19. En slik ordning av måltidene følger ikke fordøyelsesorganenes naturlige rytme, men fører med seg disharmoni med fare for fordøyelsesbesværsligheter og mavesår. Enda verre blir forholdene for dem som har skift- og nattarbeid. Undersøkelser har vist at mavesår forekommer åtte ganger så hyppig hos mennesker med tungt nattarbeid som hos personer med regelmessig dagarbeid. Man har til og med påstått at sår i tolvfingertarmen hos fiskere, som ofte har sitt arbeid forlagt til natten, skulle være en yrkessykdom.

Natt- og skiftarbeid kan ikke alltid unngås, men en burde til slikt arbeid velge ut kraftige personer som har et nervesystem som ikke er overfølsomt, men stabilt. Svakere og mer følsomme personer burde settes til regelmessig dagarbeid slik at de kunne få hovedmåltidene på den tiden som er angitt ovenfor. Skolearbeid, som angår barn som burde utvikle matvaner som passer for den na-

turlige rytmen, burde også innrettes etter disse synspunkter, for barnas organisme er mer følsom overfor forstyrrelser i rytmen enn de fullvoksnes, og skulle det komme disharmoni hos dem, kan det bli vanskelig å gjøre noe med senere.

— Med de lange avstandene som nå for tiden finnes mellom hjemmet og arbeidsstedet, ville det være heldig om det både ved skoler, fabrikker og kontorer var spisesaler der det ble servert fullgode hovedmåltider. På den måten ville det bli mulig å gjøre kveldsmåltidene mindre og lettere.

For et friskt og sunt menneske er det enkleste måltid en fest, enten det nå gjelder det enkle frokostmåltidet om morgenen eller hovedmåltidet ved toltiden eller det lette kveldsmåltidet med frukt og grønnsaker etter vel utført arbeid når en kommer hjem fra arbeidsplassen.

Lykkelig er det menneske som i alle retninger kan følge livets rytme, enten det nå gjelder måltider eller variasjon mellom arbeid og hvile eller mellom lek og alvor. Jo mer vi kan følge rytmen i hele naturen, desto mer kan vi glede oss over en sprudlende og overflødig livskraft.

TANKEFØDE

Den mest ulykkelige følelse — er frykt.

Den beste dagen — er i dag.

Den største toskan — er gutten som ikke vil gå på skole.

Den mest behagelige ledsager — er den som ikke vil ha deg annerledes enn du er.

Den beste venn — er den som forteller deg om dine feil.

Den største tåpe — er den som aldri kommer til pointet.

Den enda større tåpen — er den som fortsetter å snakke etter at han har nådd pointet.

Den største bedrager — er den som bedrar seg selv.

Den største produksjonshemmelighet — er å unngå ødselhet.

Den største ødselhet — er krig.

Det beste arbeid — er det du liker.

Den beste underholdning — er arbeid.

Den største tilfredsstillelse — er bevisstheten om at du har gjort ditt arbeid godt.

Det største misgrep — er å gi opp.

Julen nærmer seg!

Send en god bok, julehefte, Norgeshefte eller kalender til familie eller venner i utlandet.



Telefon 6811

Vi pakker og sender

BILLIGSALG

Skotøy, gummifottøy, gardiner, undertøy, kraftige vindjakker (for kr. 65, nå kr. 60).

VENNESLA SAMVIRKELAG

Telefon 6725

Noe nytt til jul

Hos oss finner De stort utvalg i lysekroner, lampetter, golvlamper og bordlamper

EIVIND EIVINDSON

Telef. 6802

ELEKTRISK FORRETNING

Vennesla



Telefon 6758.

Det er ikke nødvendig å fryse på hendene når du sykler, for vi har gode, varme håndtakluffer fra kr. 10,70 til kr. 15,—.

God og varm på føttene blir du ved å bruke skinnsokker i gummi-støvlene dine. Alle størrelser på lager.

De tre mest kostbare former for selvtilfredsstillelse — er selvmødigheten, hat og sinne.

Den billigste, dumme og letteste ting å gjøre — er å finne feil.

Den største vrøvlekkopp — er den som snakker for meget.

Den største bøyg — er egoisme.

Den mest latterlige egenskap — er hovenhet.

Den største fallitt — har den gjort som har mistet sin begeistring.

Den dyktigste mann — er han som alltid gjør hva han tror er riktig.

Den farligste person — er løgneren.

Den beste lærer — er den som får deg til å ønske å lære.

Den simpleste følelse et menneske kan ha — er misunnelse over andres suksess.

Det største behov — er sunn sans.

Det største puslespill — er livet.

Det største mysterium — er døden.

Den største lykke — er å hjelpe andre.

Den største ting i verden uten unntagelse — er kjærligheten.

Fra «The Lipton Link».





To fámælte gårdbrukere hadde kjent hverandre så lenge de hadde levet, men når de møttes ble det som regel ikke sagt mer enn «Godmorgen» eller «Fint vær i dag». En eftermiddag de traff hverandre ble den ene imidlertid litt mer pratsom. «Du Johan,» sa han til vennen sin, «hva ga du hesten din da den hadde kolikk?» «Terpentin,» svarte Johan.

«Takk,» sa den andre.
To uker senere møttes de igjen. «Fortalte ikke du meg at du ga hesten din terpentin da den hadde kolikk?»

«Jo,» svarte Johan.
«Jeg ga min også terpentin og den kreperte.»

«Det gjorde min også,» sa Johan.

*

— Nå, Erik, hvordan står det til, bra?
— Bra? Nei, men det er bedre.
— Det er da bra at du er bedre.
— Ja, men det hadde jo vært bedre om det var bra.

*

— Min far tjener sine penger på de feil som andre gjør.

— Nei, jasanya, er din far advokat?
— Å langt ifra. Han fabrikerer viskelær.

*

— Det gjør meg ondt, Jensen, å høre at kona di er reist fra deg.

— Å, hun kunne da gjøre det som verre var.

— Hva da, Jensen?
— Hun kunne komme tilbake vel, toskent!

Mahognicellulose på Fillippinene.

Utnyttelse av tropiske treslag til råstoff for papir- og kunstsilkeindustrien er blitt en idé som har fått tilhengere fra alle kanter av verden.

Det viser seg at det knapt er et treslag som ikke kan brukes til cellulosefabrikasjon etter en eller annen av de metoder som i dag er kjente. Det siste på dette område er at det på Fillippinene er satt i gang arbeid for å få bygd en cellulosefabrikk i Surigao på Mindanao-øya. Fabrikken skal som råstoff benytte sagbruksavfall av en mahognisort, det såkalte lauan-tre, fra nærliggende sagbruk.

(Teknisk Ukeblad).

Husk

Kort leveringstid.

at vi fører LAKSEVÅGS, JØTUL og ULEFOS' ovner, kaminer og vaskegrøter.

Peder **BERNTSEN**
VIKELAND
JERNVARE- & FARGEHANDEL

Telefon 6719

OLAV A. SKISLAND

SLAKTERFORRETNING

Alltid godt utvalg i KJØTT
og PØLSEVARER

Telefon 6718

Ring og vi bringer varene.

BILSENTRALEN

DROSJEVAKT — TURBUSS

Vakt hele døgnet. Telefon 6777

Alt i Bygningsartikler

SEPTIKTANKER — KLOAKKRØR

OVNER: Jøtul og Ulefoss skaffes omgående.

MOSEIDMOEN SAMVIRKELAG

Vi bringer.

Telefon 6780.

GODT UTVALG I

Herre- og barnesko - Gummistøvler - Manufaktur

ALT I KOLONIAL

VENNESLA LANDHANDEL

Telefon 6740

En fiks, rimelig kjole
til jul

finder De hos oss



Min

Herrefrisørsalong
anbefales.

Hårklipp - hårvask - massasje
barbering og føhnbølging.

Central Herrefrisørsalong

Inneh. Odd Fredriksen
Telefon 6802