

SKJOLDNES: Daglig leder på Villa Skjoldnes, Lene Stien åpner gjerne opp dørene for lokalbefolkningen. Onsdag var det coachingkveld i kjelleren.

Vin, kos og ettertanke

i ærverdige Villa Skjoldnes



VENNINNEGIENG: Mai Liz Wilson (f.v), Elisabeth Manum og Nina Håvik Pettersen fulgte interessert med under foredragene.



FOREDRAG: Randi Dyrstad holdt et lengre innlegg om stress i hverdagen, trening og kosthold.



KOSELUG: I det en kommer ned i kjelleren blir en raskt møtt av denne statuett. Levende lys og fint interiør var også med på å sette den riktige stemningen.



MINDS: Lene Stien skjenker litt ekstra drikk i glasset til Divert Lahn - Johannessen. - Jeg liker meg her. Atmosfæren i lokalene er fin, sier Johannessen. (Alle foto: Jan Erik Storebø)



SANG: Helga Knardal spilte lett akustisk pop. Her med «Water balloon» som hun har skrevet selv.



FOKUSOMT: Den intime kjelleren var fylt til randen onsdag kveld. Kjelleren ble i likhet med resten av huset pusset opp i 2010.

Av Jan Erik Storebø
janerik@fanaposten.no

Fanaposten treffer Stien i baren i den ærverdige villaen. Hun er i ferd med å skjenke noe godt i glasset til Divert Lahn - Johannessen i det undertegnede kommer inn.

- Jeg liker å komme hit. Lene lager til mange flotte aktiviteter her. I tillegg er det en fin atmosfære i lokalen, sier Johannessen som bor på Wergeland.

Lene Stien er glad for å høre dette. Hun forteller om

arrangementer høst, vinter og vår. Nå oppfordrer hun folk i nærområdet til å bruke huset oftere.

- Jeg ønsker at folk i lokalområdet skal kunne bruke kjelleren til sine egne uformelle aktiviteter. Hvis folk har en god ide er vi i alle fall villig til å hjelpe dem. Det kan være en kunstutstilling, kurskvelder eller andre ting. Vi setter ingen begrensninger utover at det må godkjennes av oss, sier Stien.

Coaching

Onsdag holdt Anita Monsen

coaching-kveld i kjelleren. Konseptet har hun kalt «Gylne øyeblikk».

- Meningen med denne kvelden er å formidle hva coaching er for noe. Jeg vil at folk skal stoppe litt opp i hverdagen og finne ut mer om sitt potensial og mulighetene sine. Jeg stiller masse spørsmål som er ment som doråpnere, sier Monsen.

Hun mener omgivelsene er viktig for kvelder som denne.

- Det er utrolig vakre omgivelser her på Skjoldnes. Det er viktig for oss.

Settingen betyr mye, sier Monsen.

Foruten eget foredrag tok hun inn livsstils- og ærneringsfysiologen Randi Dyrstad som snakket om stress, trening og kosthold.

Helga Knardal sto for underholdningen med to egenkomponerte låter.

Anita Monsen var så fornøyd med kvelden at hun så for seg å komme tilbake en annen gang.

- Jeg er ganske sikker på at dette ikke blir siste gang her. Men det blir gjerne med andre tema og nye

foredragsholdere, sier hun.

Power nap

Venninnene Elisabeth Manum, Nina Håvik Pettersen og Mai Liz Wilson fulgte alle spent med når Anita Monsen og Randi Dyrstad holdt sine foredrag.

De oppsummerte kvelden som vellykket.

- Det er ikke nødvendigvis nye tanker de kommer med, men det er greit å bli påminnet ting. I tillegg liker jeg å se hvordan folk reagerer på det som blir

sagt. Jeg skal la alle inntrykkene synke inn og tenke over det som er blitt sagt, sier Nina Håvik Pettersen, og legger til:

- Det jeg er mest fornøyd med er at jeg fikk forsvart min daglige power nap under det siste foredraget. Det er helt nødvendig for meg, sier hun med en lett latter.

Håvik Pettersen mener de fleste kan ha behov for å dele tankene med en utenforstående innimellom.

- Det som Anita og Randi har snakket om her i

kveld er noe de fleste kan relatere seg til. En coacher eller samtalepartner er noe vi alle kunne trenge. Jeg synes i hvert fall det er veldig interessant å få satt tankene i sving, avslutter hun.

helg
i Fana

fakta» Villa Skjoldnes

- Ligger i fredfylte og landlige omgivelser på Nesttun.
- Fikk en solid ansiktsløftning i 2010, men har likevel beholdt sin ærverdige 1920-tallsstil.
- Villa Skjoldnes passer til bryllup, konfirmasjon, jubileum og andre store dager. Villaen er velegnet for kurs og konferanser.
- Den største spisesalen tar opp til 80 personer, det er også salonger tilpasset mindre selskap.
- I de nyoppussede stuen kan man ha kaffegjester og mindre selskaper. Bygningen har også en vinkjeller som kan benyttes til selskap og bar.