



**Syklar mot smertene**  
Johnny Stausholm var i ei bil-  
ulukke i 2001. No skal han sykla  
4800 kilometer i USA. **SIDE 8-9**



**Spiller krigshelt fra Figgjo**  
På søndag inntar Eirik Evjen rollen som  
Kasper Idland i NRK-serien «Kampen  
om Tungtvannet.» **SIDE 10-11**

# GJESDALBUEN

8. JANUAR 2015

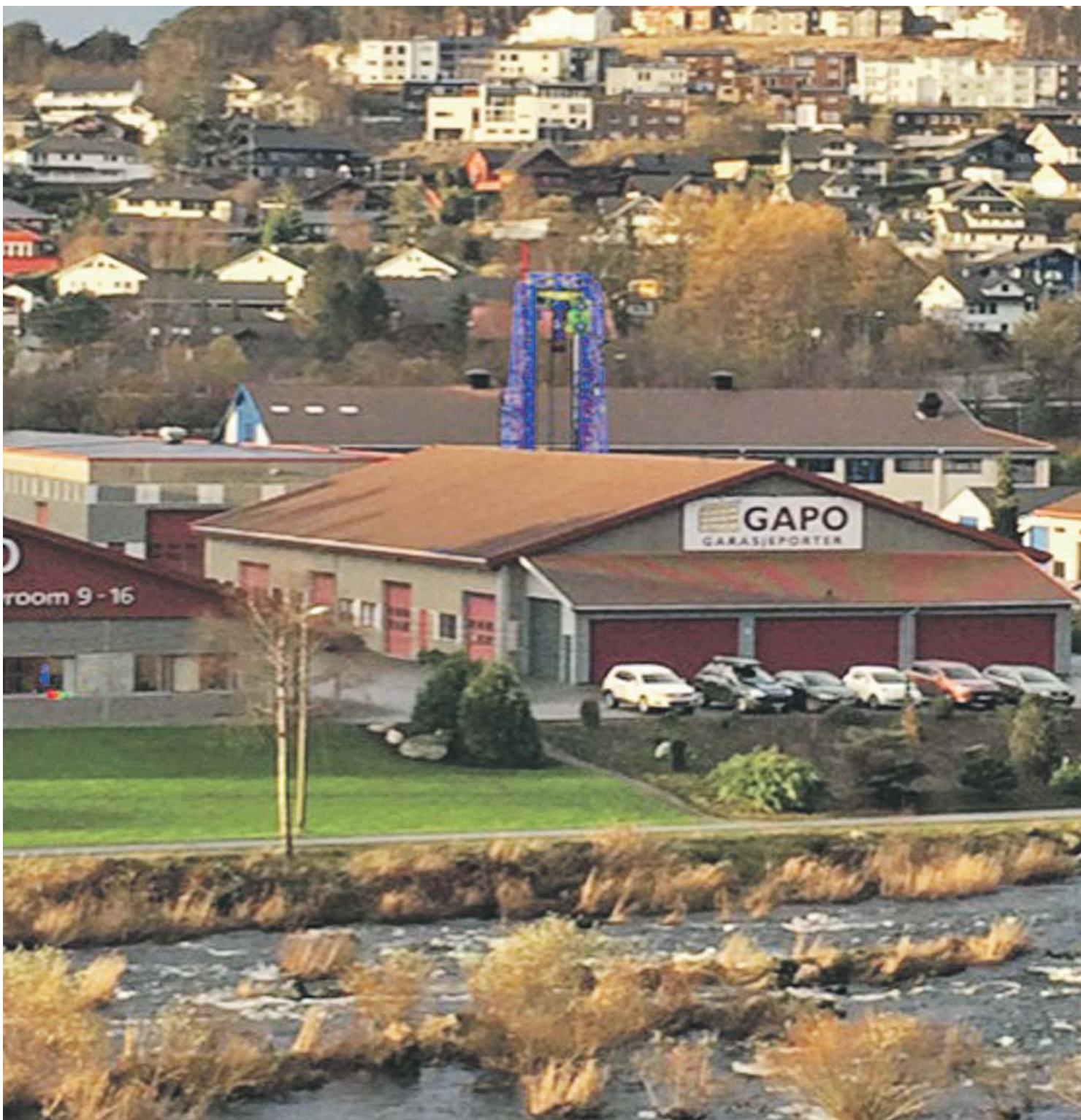
ÅRGANG 25  
LØSSALG KR 25,-

UKE 2 · NR 1

**GBnett.no**

## Monsterrigg på Opstad

Får Stig Bakke det som han vil ruver snart en 23,5 meter høy borerigg på Ålgård. **SIDE 2-3**



Denne illustrasjonen viser hvordan boreriggen vil se ut når den er ferdigmontert.



### Raud og ung

Synne Mari Thomassen Vestvik kjem frå ein ganske raud familie. Ho representerer SVs framtid i Gjesdal.

**SIDE 14-15**

### Grøt på skolen

På Bærland skole møter elevene opp før skolestart for å få havregrøt til frokost. **SIDE 4-5**

### Flere promilletatt

Antallet promillekjørere som ble tatt i Gjesdal økte med 220 prosent fra 2013 til 2014. **SIDE 6**

### Liten gutt i stor musikalrolle

Håvard Sømme (11) spiller sjarmtrollen Chip i musikalen Skjønnheten og udyret. **BAKSIDA**



### ÅLGÅRD THAI TAKE AWAY

Fredag 9. januar, første åpningsdag i 2015.

**Åpent hver fre, lør og søn 15-20**

Tlf 46 38 60 24, Emmausveien 2.



Følg oss på [www.aalgaardtakeaway.no](http://www.aalgaardtakeaway.no)

### sinus ELEKTRO AS

[www.sinus-elektro.no](http://www.sinus-elektro.no)

51 61 18 40



# Førebur seg til verdas tøffaste sykkeløp

KRISTINE M. STENSLAND - TEKST

kristine@gjesdalbuen.no

**Etter ei bilulukke i 2001 har Johnny Stausholm levd med konstante smerter. Han tyr til ekstrem sykling for å tenka på noko anna.**

**MEISTRING:** – Ein dag møtte eg ein tilfeldig mann som ville låna meg ein sykkel. Nokon år seinare går eg inn for å delta i verdas hardaste sykkeløp, seier Johnny Stausholm.

Løpet han siktar til, er Race Across America (RAAM). På tolv dagar skal deltakarane sykla 4800 kilometer fordelt på 50.000 høgdemeter, frå California i vest til Maryland i aust. Løpet går mellom anna gjennom Nevada-ørkenen og Rocky Mountains. I ørkenen kan temperaturen bli 50 grader, medan ein i fjella kan koma ned til null.

– Kvar syklist må ha med seg 8-12 personar som støtte på ferda. Ein må ha med seg lege eller sjukepleiar i tilfelle noko skjer. Nokon sykklar saman med andre, men eg skal sykla solo. I år blei det 33. løpet arrangert, og så langt har berre 350 klart å gjennomføra løpet som solosyklist, fortel Stausholm.

I 2015 skal han gjennom den tøffe kvalifiseringa.

– Eg skal sykla eit 24-timars sololøp i Danmark. På det døgnet må eg leggja bak meg minst 645 kilometer.

Om han klarer kvalifiseringa og får skaffa seg nok sponsorar, er Stausholm klar til start i 2016.

– Når eg bestemmer meg for å gjera noko ekstremt, seier eg det fort til mange andre. Dess fleire som veit om det, dess dummare blir det om eg trekker meg.

Vegen fram til denne startstreken er tøff for alle syklistar. Men få vil truleg kunna visa til ein like krevjande veg som den Stausholm har lagt bak seg.

## SMELLEN

Den vintersolbrune dansken ser både frisk og rask ut. Kjapp er han, i alle fall om beina er festa på pedalane. Men frisk er han ikkje, om «frisk» då er synonymt med «fri frå smerte».

I 2001 blei bilen Stausholm sat i, påkøyrd bakfrå. Farten var ikkje særleg høg. Men samanstøyten var kraftig nok til å gje Stausholm nakkeskade.

– I åra etter ulykka var tilværet elendig. Eg var isolert på grunn av sterke smerter. Sønnen blei redusert til ein til fire timar kvar natt.

Stausholm såg seg sjølv ligga på sofaen og forfalla. Ein dag i 2008 bestemte han seg

for å gjera noko med det.

– Eg lånte sykkelen til sonen min og sykla rundt Limavatnet. Undervegs måtte eg ta fleire pausar, og eg følte at eg var døden nær.

Likevel let han det ikkje bli med den eine turen. Etter kvart blei rundane stadig lengre, men ikkje mindre smertefulle.

– Syklinga fekk meg ut av det mentale fengselet som smertene hadde sperra meg inne i.

## «PITTER»

Gjennom ein slektning fekk Johnny høyra om ein lokal sykkelentusiast som blei kalla for «Pitter».

– Ein dag kontakta Johnny meg fordi han hadde lyst til å sykla. Eg lurar på kvar han hadde vore i dag om han ikkje hadde gjort det, seier Pitter, som har det fulle namnet Per Reidar Olufsen.

– Han kjende meg ikkje i det heile. Likevel lånte han meg racer-sykkelen sin, seier Stausholm.

Dermed var ein syklist fødd. Stausholm deltok i Gilderunden i august 2009. Olufsen oppmoda han straks etter rittet til å melda seg på Lysebotn-Bryne.

– Eg sa nei, seier Stausholm.

Men så, tre dagar seinare, ringde han Pitter og sa ja.

– På veg til løpet merka nok Pitter at eg var nervøs. Han sa til meg at eg måtte ta det me ro og la folk sykla forbi meg. Eg gjorde som han sa, og under løpet kom eg nesten inn i ein transe. Frå Oltedal til Bryne gjorde det så vondt at eg hadde tårer i auga.

Neste milepåle var «Styrkeprøva» som går mellom Trondheim og Oslo. Også denne gongen var det Pitter som overtalte han. Stausholm fullførte 540 kilometer på 15 timar og 33 minutt.

– Når eg sykklar, har eg fokus på noko anna enn smertene. Etterpå kan eg ha det vondt veldig lenge, men eg blir likevel glad og oppstemt. Syklinga gjev meistringskjensle, og då betyr det ikkje så mykje om eg må ligga i senga ein dag eller to. Legane seier at så lenge eg ikkje øydelegg kroppen, kan eg halda fram med dette.

## TILBAKE I JOBB

Stausholm hadde prøvd å koma seg tilbake i jobb i 2007. Men den gongen måtte han gje opp.

– For meg er det betre å bruka kroppen fysisk enn å bruka hovudet. Det er vanskeleg å konsentrera seg når ein søv lite og har mykje vondt.

Etter å ha drive med sykling ei stund, prøvde han seg ein gong til. No jobbar han femti prosent som ingeniør hjå Aibel.

– Eg må leggja meg ned kvar dag etter jobb. Eg er omtrent i koma, og ingen får kontakt med meg.



May-Brit Kristiansen og Johnny Stausholm har installert proffe treningssyklar på soverommet.

Før han starta med syklinga var han avhengig av sterke medisinar.

– Eg bestemte meg for å slutta med dei i 2009. Fyrst kasta eg halvparten. Dersom det gjekk godt, ville eg kvitta meg med resten. Eg sveitta og grein medisiane ut. Etter ein måned var det greit. Legen blei overraska då eg sa at eg hadde slutta. Ho hadde hatt pasientar som gjekk på mindre medisinar enn meg som hadde hatt behov for hjelp med å slutta på grunn av abstinensane.

## SYKLA FOR Å OPPLEVA

Stausholm blei spinninginstruktør på Frisk. Gjennom denne jobben møtte han Ibrahim Shabi frå Kosovo.

– Han sa han hadde ein galen idé om å sykla heim til landet han kom frå. Då han spurde meg om å bli med, sa eg ja.

Dermed la dei ut på ei lang ferd gjennom Europa. 340 mil blei tilbakelagd på 22 dagar med aktiv sykling.

– Albania gjorde sterkast inntrykk. Det var mykje fattigdom der. Men då barna såg oss, kom dei springande, og dei hadde utruleg mykje liv i auga sine.

Turen endra korleis Stausholm såg på syklinga.

– Frå no av skulle eg ikkje berre sykla rundt på små vegar heime. Eg ville ut og oppleva ting, og eg ville utfordra meg med noko nytt og ekstremt.

## ULTRASYKLING

Det neste ideen kom til han då han las ein reportasje om Jens Glad Bachen som hadde sykla Race Across America.

– Eg blei så imponert at eg måtte kontakta han. I januar 2013 begynte eg med ultrasykling saman med han. Målet for ein ultrasyklist er å sykla Paris-Brest-Paris. Det skal me gjera neste år. Løpet er på 1200 kilometer, og me skal gjera det på under 60 timar, inkludert overnatting. I fjor sykla me Super Brevet Scandinavia. Det er like langt, og me klarte det på 86 timar.

Sjølv om han sykklar og sykklar, har han framleis så sterke smertar at det hender at han må stoppa opp og leggja seg ned. Kva er det som driv han til å setja seg stadig nye mål?

– Eg gjer ekstreme ting for å oppleva





Johnny fekk sykkelen til 50-årsdagen i fjor. May-Brit støttar sykkellentusiasmen til mannen fullt ut. (Foto: Kristine M. Stensland)



«Norge-Kosovo 2012 - 1/8, Dag 22 - Montenegro, På vei til Ulcinj. Selv om deler av James Bond filmen "Casino Royale" ble innspillet på øyen i bakgrunnen må jeg poengtere at det ikke er James Bond himself, men jeg som står i forgrunnen», skriv Johnny Stausholm på Facebook. (Foto: Privat)

meistring. Dessutan har eg fått tilbakemeldingar frå andre som slit med smerter. Dei fortel at det eg gjer, har vore motiverande for dei. I 2013 blei eg invitert for å snakka på

eit kurs i meistring av smerte. Då eg starta å snakka, såg eg på blikka at dei lurte på kvifor dei skulle høyra om turar til Kosovo når dei sjølve sleit med å koma seg til butik-



«Paris-Haderslev, 4. etappe: Skål alle sammen. Så har denne dansk/norske galningen syklet 1188 km for å komme til Paris og få seg en kald øl. Gal mann, spør du meg ...», skriv Johnny Stausholm på Facebook. (Foto: Privat)

ken. Eg fekk overbevist dei om at eg ikkje ville at dei skulle sykla lange avstandar, men at dei skulle prøva å overskrida egne grenser. Om ei smerte er der fordi ein er i ferd med



Per Reidar Olufsen, eller «Pitter» som han insisterer på å bli kalla, lånte bort racer-sykkelen sin til Johnny. – Før han fekk låna min, sykla han rundt på ein juniorsykkel som var alt for liten for han, seier Pitter. (Foto: Kristine M. Stensland)

å skada seg, må ein sjølvsgd vera forsiktig. Men om det er ei smerte som berre er der, kan ein prøva å overvinna ho og bli ven med ho. Eg vil prøva å sjå kor langt eg kan gå.



FISK **KJAPT, SUNT OG**

**billig**

**HOS KIWI**

Nye oppskrifter:  
**KJAPPE SUNNE FISKERETTER**  
Du finner dem i butikkene, på kiwi.no og i vår app: "KIWI huskeliste"

**99<sup>00</sup>**



**TORSKEFILET NATURELL**  
Ca 400 g Lerøy, pr. kg

**79<sup>00</sup>**



**LETTSALTET TORSK**  
Ca 400 g Lerøy, pr. kg

**NYHET**

**59<sup>90</sup>**



**PANKOPANERT TORSKEFILET**  
350 g Lerøy, pr. kg 171,14

**NYHET**

**49<sup>90</sup>**



**PANKOPANERT SEI**  
350 g Lerøy, pr. kg 142,57

**49<sup>90</sup>**



**ØRRETFILET NATURELL**  
420 g Lerøy, pr. kg 118,80

**57<sup>90</sup>**



**LAKSEFILET NATURELL**  
4x125 g Lerøy, pr. kg 115,80

**NYHET**

**39<sup>90</sup>**



**PANKOPANERT TORSK NUGGETS**  
275 g Lerøy, pr. kg 145,09



Torsdag 8. januar  
**TRIPPEL-TRUMF**  
3% BONUS PÅ DAGLIGVARER



**KIWI mini pris**

Kjøp kjapt, trygt og billig