

# BYGDEBLAD FOR MALVIK

Nr. 3

MARS 1977

7. årg.



## ET STORT, FRISKT TRE

med et kronediameter på 14 meter, har en total bladoverflate på 1600 m<sup>2</sup>  
og dekker en markflate på ca. 150 m<sup>2</sup>

Treet gir oss renere luft å puste i: Det bryter ned svovelholdige gasser.

Det tar opp kuldiksyd fra luften og omformer det til surstoff.

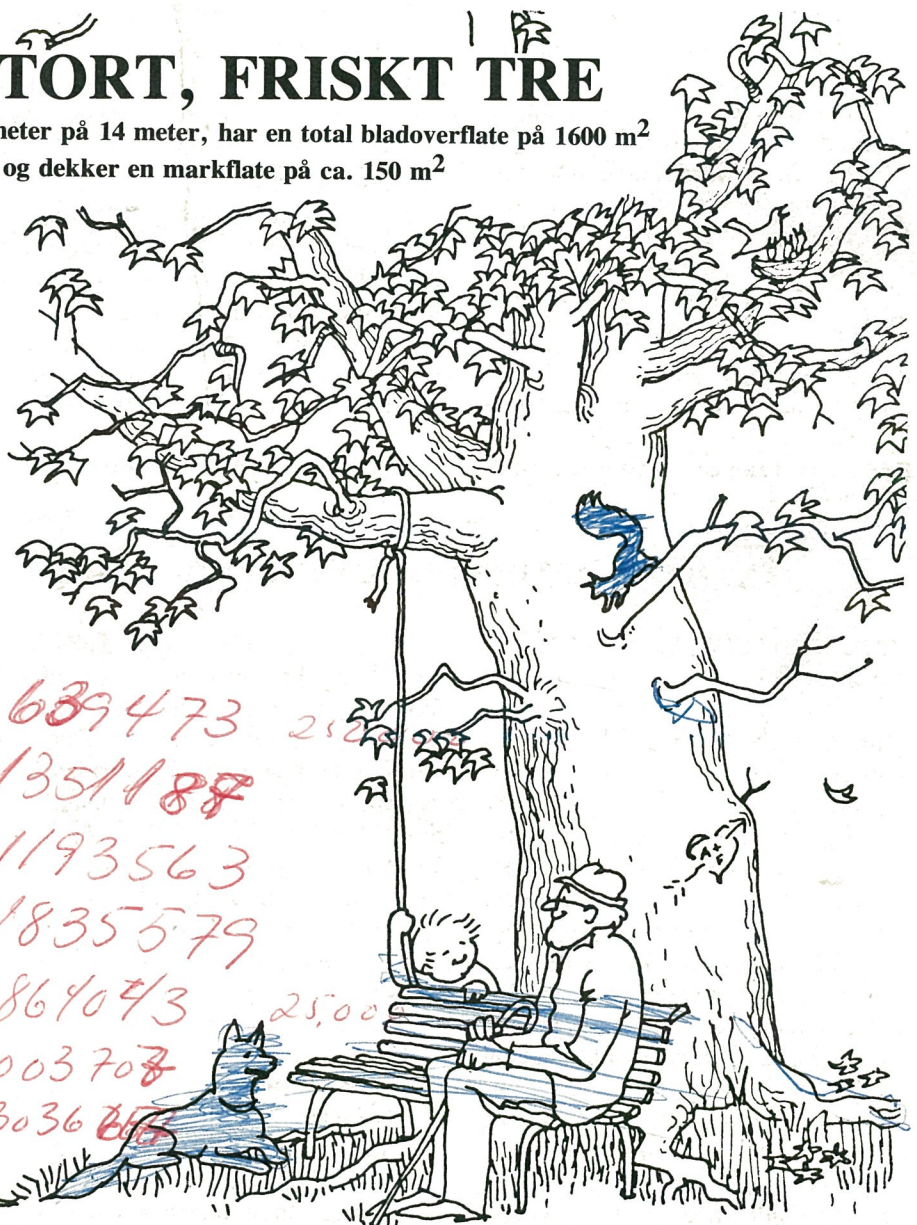
Treet produserer i løpet av ett døgn nok surstoff til 65 menneskers daglige behov.

Luften som passerer gjennom treet blir filtrert. Støvet fanges opp av bladene og skylles ned med regnet. Et stort tre kan rense luften for opptil 1 tonn støv om året og binder samtidig bakterier, sot og andre små partikler.

Trær skjerner mot trafikken og kan til en viss grad redusere støynivået. Men like viktig er det at vegetasjonen skjuler trafikken, slik at vi ikke ser støykilden.

Treet gir ly mot vind. Vegetasjonsbelter kan redusere vindstyrken med opp til 50% og har stor betydning for lokalklimaet. I vindfulle strøk vil leplanting gi bedre vekstvilkår og dermed større avlinger, samtidig som vegetasjonen gjør det triveligere for mennesker og dyr.

En het sommerdag finner du skygge og svalhet under trekronen. Løvverket sørger for et høyere fuktighetsinnhold i luften under treet enn utenfor og gjør det behagelig å oppholde seg der.



689473 250  
1351188  
1193563  
1835579  
864043 25,00  
1003708  
13036856

Les om Hagelagets virksomhet.

Et stort, friskt og vakkert tre er uerstattelig. Et nyplantet tre vil bruke mellom 50 og 100 år på å nå den samme størrelse som det treet vi felte på 10 minutter.

**PLANT ET NYTT I TIDE**

100 1847952  
86 308 784 974 / 566  
134 423 790  
250 604 310



## Fra formannskapet

### Mostadmark kapell

Hommelvik menighetsråd har i møte 13. januar valgt sokneprest Fosse, Mary Sneisen og Olaf O. Venn som medlemmer av en ny plan- og byggekomite for oppføring av kapell i Mostadmark. Menighetsrådet ber formannskapet velge 2 medlemmer til i komiteen og gi denne dette oppdraget:

- 1.a. Få overført den gamle kapelltomta til tidligere eier Jakob Sneisen, og formelt få overtatt/ervert tomte på hans eiendom vis-a-vis samfunnshuset i Mostadmark, og
- b. samtidig få undersøkt om det er hindringer for å få bebygge den nye tomte.
2. Få utarbeid utkast til et kapell med kostnadsoverslag. Legge dette fram for menighetsrådet og kommunale myndigheter til godkjenning. Når det er skjedd og finansieringen er klarlagt å
3. Få byggearbeidet i gang og fullført.

Formannskapet vedtok menighetsrådets forslag til oppdrag for komi-

teen, og valgte John Mauritzen og Bjarne Kyllø til medlemmer av komiteen.

### Igjenlegging av Mobekken

I budsjettet for 1977 er det oppført kr. 225.000,- til igjenlegging av Mobekken i Hommelvik. Det er innhentet tilbud på «kurrugerte» stålrør, og arbeidet som egner seg som vinterarbeide, kan settes igang straks.

Teknisk utvalg foreslår tilbud fra A/S E. A. Smith på kr. 232,25 pr. løp. meter for rørdim. 1 meter godtatt. Prisen er ekskl. moms.

Rørkjøp for 300 meter vil da koste ca. kr. 83.000,-.

Teknisk utvalgs forslag ble vedtatt.

### Gatelys i Solbakken

Formannskapet har gitt Solbakken Vel anledning til å forskottere kr. 8.000,- til gatelys i nedre delen av Solbakken.

Kommunen refunderer beløpet når anlegget skulle kommet til utførelse i henhold til prioritetslisten.

kvadratmeter, og er bebygd med et bolighus i 1 1/2 etasje, og uthus.

Kommunestyret besluttet å kjøpe eiendommen for kr. 130.000,- + omkostninger.

### Kommunen overtar Vikhammer vannverk

Helt siden A/L Vikhammer vannverk kom igang i 1950-åra har det vært forutsetningen at vassverket med tida skulle bli kommunalt. I alle år har da også kommunen gitt tilskott til drifta, foruten at det ble bevilget store tilskott da vassverket ble utbygd.

Vassavgiftene for Vikhammer vannverk er de samme som for det kommunale vassverk.

Dette vedtak ble gjort:

1. A/L Vikhammer vannverk overtas av Malvik kommune fra 1.7. 1977. Kommunen overtar alle anlegg, ledningsnett og rettigheter vederlagsfritt. Lagets aktiva og passiva med abonnementskartotek og registreringskart overtas fra samme dato.
2. Andelseierne har ikke krav på å få utbetalt andelsinnskuddet ved overtakelsen eller senere dersom annen vannforsyning kommer istand.
3. Tilsynsmannen gis tilbud om ansettelse som vedlikeholdsmann på vanlige vilkår.

## Kommunestyrevedtak

### Egen herredsagronom for Malvik?

Jordstyret har på nytt bedt kommunen henstille til landbruksmyndighetene om å få egen herredsagronom.

I dag deles herredsagronomstillingen med Trondheim kommune, og herredsagronomen har en fast kontordag pr. uke i Malvik. Han er her saksbehandler for jordstyret, (jordlovssaker, byggesaker etc.) for driftsplanlegging, jordstyremøter, bygningsrådsmøter, for planlegging av kulturtiltak, (dyrking, grøfting, veger etc.) og veileder med administrativt ansvar på forskjellige områder. Til bare møter vil det medgå ca. 150 timer i året.

I følge herredsagronomen er det nødvendig med en sterk prioritering, og ventetiden for å få utført oppdrag er for lang.

I herredsagronomens instruks er veiledning hans viktigste arbeidsfelt, men dette arbeidsfelt blir sterkt forsvømt på grunn av tidsnød. Det er derfor meget viktig for jordbruket at kommunen får egen herredsagronom snarest.

### Vedtak:

Malvik kommune søker om at det snarest blir opprettet helstilling for herredsagronom i kommunen, og at stillingen gis full lønnsrefusjon fra staten.

### Kjøp av eiendom

Fra Jørgine Sollihaug har kommunen fått tilbud om kjøp av hennes eiendom «Fredheim» for kr. 130.000.

Eiendommen ligger ved Losjelokalet i Hommelvik, og stadfestet reguleringsplan forutsetter at eiendommen saneres for framføring av ny gate. Tomta er på ca. 350

### Malvik Arbeiderparti

På årsmøte 15. februar ble dette styre valgt:

Formann: Otto Kvidahl, Vikhamar. – Nestformann: Jan Bestvold, Vikhamar. – Sekretær: Jan Stokdahl, Malvik. – Kasserer: Odd Gullseth, Hommelvik. – Studieleder: Ellen Persson, Hommelvik. – Styremedlemmer: Ragnar Rossbach, Hommelvik – Edith Olufsen, Hommelvik – Dag Dybvad, Hommelvik – Kjellrun Li Kosberg, Hundhamaren.

### Malvik Sykepleieforening

Vi har årsmøte på Vikhammer Motell torsdag 31. mars kl. 19.00. Alle hjertelig velkommen.

Styret.



Redaktør for bladet:

EGIL O. SVINGEN, 7550 Hommelvik — Telefon 78 250

Bestilling av abonnement til utenbygds- og utenlandsboende sendes Malvik kommunekasse, 7550 Hommelvik, hvor også kontingenten, kr. 20,- pr. år, innbetales forskuddsvis.

Formann i bladstyret:

JOHAN FJESETH, 7550 Hommelvik

Trykk: J. Christiansens Boktrykkeri, 7000 Trondheim - Tlf. 26 960

## Frī spalte

### Det gamle bildet

Når jeg ser på «Det gamle bildet» i nyttårsnummeret av Bygdebladet kan jeg huske fra min barndom oppi «Løvåsen» at tre karer fra Selbu bygde ei jordkoie og en stall oppe ved Stavsjøen. De lå der hele vinteren, og dreiv fram tømmer fra Kindseth-marka. Koiene lå inni skogen, rett bak 400 meter-skiva til Hommelvik Skytterlag. Laget hadde skytebane ved Stavsjøen i den tiden, og hvis man er lokalkjent kan en enda se to forhøyninger i terrenget der «tomta» var.

Husker også at vi bragte aviser til karene noen ganger om vinteren – synes ennå å kjenne den særegne lukta det blir i ei slik jordkoie.

De tre karene hadde alle kjente selbunavn: En het Engan, en Solem og en Grøtte (Nilstrø). – Det var sikkert andre steder skogsarbeiderne lå i jordkoier den tiden – dette var i 1908/09, men bildet synes å stemme med det terrenget rundt koia som en ser, og med det en har i erindringer.

Mannen på bildet er derimot ukjent – noen skogsarbeider er det nok ikke, skal en dømme etter påkledningen i alle fall.

A. W.

### Trafikken i Selbuvegen

I Fri Spalte i bygdebladets januarnummer var det inntatt et innlegg om trafikken i Selbuveien.

Vi vil helt ut slutte oss til alt som sto i dette innlegget med hensyn til trafikforholdene, og vi er helt enige i at det har tatt alt for lang tid å få rettet på dette.

Imidlertid må vi få protestere når «daglig trafikant» savner reaksjon fra vår Vel-forening. Våre møteprotokoller og brevarkiver viser at det nettopp er denne saken fremfor noen som har opptatt foreningen helt siden starten, og den er fortsatt en av våre merkesaker.

Vår tidligere formann Lorentz Svingen fortjener all honnør for sitt arbeide med dette. Det er blant annet arrangert medlemsmøter hvor utbedringen av Selbuveien har vært hovedpost, og hvor representanter fra kommunen har vært til stede. Vi ønsker «daglig trafikant» og andre

trafikanter velkommen til våre møter, hvor de vil få langt fyldigere svar både på dette og andre spørsmål enn det som er mulig i dette innlegget.

Selbuvegen Vel-forening

### Honnør til Malvik Gammeldansklubb

Dette er en forholdsvis nystartet klubb som har sitt utspring i friidrettsavdelingen i Malvik Idrettslag. Oppslutningen tyder på at dette er et tiltak som folk i Malvik setter pris på.

Stort sett er det en forsamling i fred og fordragelighet, og etter som kvelden blir eldre og eldre blir folket yngre og yngre. Kanskje dukker gamle minner opp for de som har kommet litt opp i årene – om dansen på lokalet i gamle dager. For mange var nok lørdagskvelden 29. desember et av høydepunktene i denne sesongen. Da var det det populære

«Jan Borseths Gammeldansorkester» fra Selbu som besørget musikk.

Allerede ved de første smektende toner kl. 20 var den store salen i Ytre Malvik Samfunnshus fylt. Dette med gammeldans og Selbu er da også noe som hører sammen. Spørsmålet om gammeldansens Mekka er vår nabobygd i sør-øst er nærliggende.

Jeg kan i tillegg til forannevnte orkester nevne «Tømmerdalens», samt at bygda har fostret et orkester som ble norgesmester i gammeldans, i tillegg en rekke orkestre som ikke satser like stort.

Beveger en seg litt lenger opp i Neadalen treffer en på noen trivelige karer som går under navnet «Ole Bjarnes», et orkester som gjestet vårt samfunnshus siste høst. Til slutt bør en nevne et orkester som har meget stor popularitet i Malvik, og hvor lederen er selbygg, men hvor de øvrige er ekte malvikinger. De fleste har vel klart for seg at det er «Arnsteins». Disse glade spillemenn besørget gammeldansmusikken siste lørdag, og jeg tror at mange som var på heimvei denne vakre lørdagskvelden, med en blank måne som skinte over Malvik-bygda spurte seg selv – når blir neste gang?

– Eoll –

\*\*\*\*\*

### Hommelvik Røde Kors Barnehjelp

På vårt årsmøte ble dette styre valgt:

Formann: Gunhild Brobak.  
Nestformann: Siri Jensen.  
Kasserer: Kari Smiseth.  
Sekretær: Anne Slind.  
Styremedlem: Iris Smiseth.

Av beretningen går det fram at foreningen i 1976 har bevilget penger til Barnehjelpens katastrofefond, fjernadopsjon, Senja-ulykken, fremmedarbeideres barn, og til Guatemala.

Inntektskildene har som før vært Hommelvikdagene, Røde Korsuka, salg av nøkkelringen og julemesse. Julemessa ble avholdt samme søndag som juletreet tentes på Torvet, og vi vil gjerne få takke alle som støttet opp om messa.

Styret.



## Vi presenterer Malvik Hagelag



Vår første bibliotekar i full stilling, biblioteksjef Karen Elisabeth Hagen, er født 1951 i Trondheim. Hun tok examen artium ved Trondhjems Katedralskole i 1970, og begynte ved Statens Bibliotekskole i 1972, etter praksis ved Trondheim Folkebibliotek.

Etter avsluttende eksamen ved Bibliotekskolen i 1974, vikarierte hun som bibliotekar i lesesalen ved folkebiblioteket i Trondheim, og var der inntil hun begynte som biblioteksjef her 1. januar i fjor. Hun har ellers deltatt i endel kurs med tilknytning til yrket, etter endt utdannelse.

På spørsmål om hobbies sjokkerer jenta oss med å svare seilflyging. Hun er faktisk medlem av NTH Flyklubb, og redigerer også klubbens organ «Joki-posten».

Ellers kan vi fortelle at hun spiller tennis, og er glad i å gå turer i fjellet, både sommer og vinter. Hverken Rondane, Trollheimen eller Jotunheimen er ukjent for henne.

Det er vel kanskje unødvendig å si at hun er temmelig allsidig når det gjelder litteratur – det hører vel med til yrket å holde seg a jour med det som kommer ut på bokmarkedet til enhver tid.

Hvis hun skal fremheve en bok hun er særlig glad i, så må det bli «Fuglane» av Tarjei Vesaas – han har så ypperlige menneskeskildringer, synes hun.

Vi ønsker den unge biblioteksjefen lykke til i stillingen. Det vil sikkert glede noen når vi forteller at Karen Elisabeth Hagen er ugift.

På årsmøtet i Malvik Hagelag fredag den 18. februar d.å. la styret fram en fyldig og allsidig årsmelding som viste at laget er meget aktivt.

Årsmeldingen viste bl.a. at styret har tatt opp med kommunen spørsmålet om å ansette herredsgartner for kommunen, det arbeides med å skaffe best mulig faglig hjelp til medlemmene ved planlegging av hager i nye byggefelt, og ved å skape en bedre utforming og utnyttelse av hagen rundt eldre boliger. Det er også lagt stor vekt på å gi medlemmene orienterende og opplysende informasjon gjennom faglige kåserier, ofte ledsaget av lysbilder, på medlemsmøtene, og ved kurser.

Styret la også fram forslag til en meget aktiv og allsidig arbeidsplan for 1977, som ble vedtatt å offentliggjøres i Bygdeblad for Malvik.

Laget har nå 124 medlemmer, en økning fra forrige år med 25 stk., men det er plass for mange flere. I det store og hele er laget blitt en kulturfaktor i bygda, og går aktivt inn for å skape et pent og godt miljø, både innad og utad.

Etter valgene har laget følgende styre og aktive nemnder: Thorleif Ofstad, formann – Karen Agnethe Jenssen, Gerd Rekkebo, Torid Moen og Hartvik Maaø.

Kursnemnd: Hartvik Maaø, Kirsti Øfsti og Arnfinn Bjørnhaug.

Turnemnd: Aasmund Søråa, Bjørg Rekkebo og Jan Arne Malvik.

Redaksjonsnemnd:

Gunnar Rekkebo, Thorleif Ofstad og sekretæren.

ref.

### Hagelagets arbeidsplan 1977

**Februar:**

18. Årsmøte. «Kryddervekster og smågrønnsaker i hagen» v/Gerd Søråa.

**Mars:**

24. Medlemsmøte. «Beskjæring av busker og trær». Umiddelbart etter dette møte blir det arrangert beskjæringskurser.

**April:**

Medlemsmøte. «Hardføre trær og busker» v/Ivar Amdal.

**Mai:**

Medlemsmøte. «Vårarbeide i hagen» v/lokale krefter. I mai forutsettes også å arrangere kurser i blomsteroppsetting.

**Juni:**

18. Tur til Alf Heggnes planteskole på Snåsa og gartneravdelingen ved Finsås Skogbruksskole.

**Juli:**

Ferietid.

**August:**

Hagevandring. Ringve og eventuell andre hager.

**September:**

Medlemsmøte. «Sopp som mat» v/Agnar Hansen.

**Oktober:**

«Høstplanting i hagen». I oktober forsøkes arrangert kurs i arrangement og dekorasjoner av naturvirke fra skog og mark.

**November:**

14. Medlemsmøte. «Trøndelag i bilder, ord og toner» v/Aasm. Søråa. Møtet holdes på Walsetbakken skole sammen med Jonsvannet og Nardo/Stubban hagelag.

Det er foreløpig bare et fåtall av arrangementene som er datobestemt. Alle arrangement vil derfor bli annonsert gjennom Bygdeblad for Malvik etter hvert som datoene blir fastsatt. De arrangement som er fastlagt vil bli avholdt etter planen. Følg derfor godt med i «bladet».

### Hommelvik Hobbyklubb

Vår utlodning ble vunnet av følgende:

En fruktkurv:

Camilla Høvik, Hommelvik, Erling Kjølshø, Hommelvik.

Vi takker alle som støttet oss ved å kjøpe lodder.



## Fester i Folkets Hus

På grunn av dårlig oppmøte på de gammeldansfestene som er blitt arrangert i løpet av vinteren har vi sett oss nødt til å redusere antallet på disse.

Det kan være så mangt som er årsak til det – å skaffe seg barnevakt kan være en av grunnene. Vi kunn- gjør derfor nå lista over festene vi holder i vårsesongen, så de interesserte kan få innrette seg på forhånd.

### Fredag 25. mars:

Medlemsfest for gamle og nye medlemmer av Hommelvik Idrettslag, med bekjente. På programmet har vi bl.a. underholdning av A.U.L. som framfører gamle revyviser.

Det blir en enkel servering.

Utlodning.

18-årsgrense, legitimasjon kan forlanges.

Musikk: «Granmos Gammeldansorkester».

### Lørdag 26. mars:

Ungdomsfest v/ «Missing Links».

### Lørdag 16. april:

Gammeldans

v/ «Asmund Bjørken».

### Lørdag 23. april:

Ungdomsfest ved «Åge Aleksandersen» m/Sambandet.

### Lørdag 30. april:

Ungdomsfest v/ «Tellus».

### Lørdag 7. mai:

Gammeldans ved «Jahn Borseths».

### Tirsdag 17. mai:

Ungdomsfest ved «West Company».

### Lørdag 21. mai:

Ungdomsfest v/ «Åge Aleksandersen» m/Sambandet.

H.I.L.s fotballavdeling,  
Festkomiteen.

## SKIRENN – LANGÅSEN

Langåsen Vel-forening avholdt skirenn for barn lørdag 5. februar. Rennet fikk stor deltakelse og ble vellykket.

### Klasse 3 år og under:

1. Britt Teigen ..... 8.55

### Klasse 4 og 5 år:

1. Rolf Inge Nevermo ..... 3.20

2. Hans Jørgen Renå ..... 3.24

3. Frank Teigen ..... 3.34

4. Anne Rossbach ..... 4.13

5. Hilde Sneisen ..... 6.38

### Klasse 6 år:

1. Jan Petter Selliseth ..... 5.12

2. Sissel Nevermo ..... 5.24

3. Arild Jørgensen ..... 6.10

4. Jan Erik Foss ..... 6.13

5. Terje Fremstad ..... 6.23

6. Rune Wikmark ..... 6.44

7. Per Erik Heia ..... 7.02

8. Randi Sjørgård ..... 7.59

9. Evi Teigen ..... 8.00

### Klasse 7 og 8 år:

1. John Thomas Renå ..... 4.51

2. Kjell Fremstad ..... 5.04

3. Oddbjørn Sæther ..... 5.43

4. Kristin Nørkow ..... 6.31

5. Kristin Berg ..... 6.50

6. Arny Martinsen ..... 7.13

### Klasse 9 år:

1. Tom Selliseth ..... 9.28

2. Terje Nygård ..... 10.54

3. Erik Knain ..... 11.20

4. Rannveig Sæther ..... 11.31

5. Paul Bertin Pettersen .... 11.36

6. Lars Larsen ..... 15.09

### Klasse 10 år – gutter:

1. Per Andre Spets ..... 10.36

2. Jan Lorvik ..... 11.27

### Klasse 10 – jenter:

1. Tove Nevermo ..... 11.09

2. Unni Rossbach ..... 11.44

3. Sissel Halseth ..... 12.15

### Klasse 11 år – gutter:

1. Frode Kvello ..... 13.40

2. Geir Rossbach ..... 13.49

3. Jon Harald Pettersen ..... 16.45

### Klasse 11 år – jenter:

1. Lise Nygård ..... 15.34

2. Heidi Nevermo ..... 16.21

3. Wenche Heia ..... 16.34

4. Monica Martinsen ..... 17.33

5. Rita Jørgensen ..... 17.36

6. Sigrid Fremstad ..... 18.11

7. Anita Sjørgård ..... 21.57

## Det gamle bildet



Dette bildet ble tatt på Fossilvolden i 1938, og viser kjente jeger- og friluftsfolk fra Hommelvik. Bortsett fra Thorvald Svedahl er de alle døde. Fra venstre: Peder Sæther, (som har fortalt gamle bjørnehistorier vi har gjengitt i bladet) John Aasberg, (vognmann) Thorvald Svedahl, John Sæther, Ivar Svedahl og Gustav Granaas, populært kalt G. (Han var radioreparatør, og var god å finne under okkupasjonen.)



## Hommelvik Skolekor gjestet Østersund

Hommelvik Skolekor sammen med kor fra Åsvang og Byåsen skoler gjestet Østersund den 19. og 20. februar. Medvirkende var også musikere fra Hommelvik, Stjørdal og Trondheim, samt vokale solister fra Trøndelag Musikkonservatorium. Organist var Rolleiv Heggli og dirigent Tor Haldberg.

Øivind Østvang har stått for opplegget.

På programmet sto Ludvig Nilsens verk «Under Kirkehvelv» som ble fremført i Lits kyrka og i Østersunds stora kyrka. De 150 medvirkende gjorde stor lykke, hvilket bekreftes av flere svenske aviser. Det er brukt uttrykk som «unikt», «fascinerande», og «det var många som med interesse og förtjusning åhörde den». Avisene berømmer også «deras disiplinierande upptredande». Over ett tusen tilhørere overvar konsertene.



Tor Haldberg dirigerer.

Den svenske kontaktmann skriver i et takkebrev:

«Var säker om att Ni blev mycket uppskattade. Jag har i dag fått trevliga telefonsamtal med tack för arrangementet. Tanken leker med möiligheten att ordna ett nytt ännu större arrangement i 1978 i forbindelse med Nordivalen.»

Odd Gullseth.

mangelfull belysning i kjeller og loftstrapper og overmøblering.

Slike «feller» kan bl.a. sikres på følgende måter:

Løse ryer glir mindre hvis man fester litt skumgummi på undersiden.

Dørterskler kan fjernes.

Over badekar og klosett kan man feste et håndtak eller gelender.

Dårlige gardintrapper må byttes ut med nye.

Kjeller- og loftstrapper bør ha tilfredsstillende belysning og gelender, og gjerne ha hvitmalte kanter på de nederste trinn. Unngå glatte gulv!

### HVIS UHELLET ER UTE –

Ikke sjelden fører sykdom eller skade til at man må legge seg til sengs, eventuelt innlegges på sykehus. Sengeleiet er en viktig behandlingsform. Likevel har de fleste opplevd hvor svak en kan bli etter bare noen få dager i sengen, og ved mer langvarig sengeleie kan det oppstå en rekke uønskede forandringer i organismen: leddene stivner, knoklene svekkes, muskulaturen sviner, blodsirkulasjon og eggehvite-stoffskiftet forstyrres. Nyresykdommer, lungebetennelse o.a. kan også oppstå. Sengeleiet nedsetter også vanligvis individets mentale aktivitet, noe som kan ha alvorlige følger i alle aldre. En opprinnelig enkel lidelse kan altså – under uheldige omstendigheter – lede til store komplikasjoner. Derfor er psykisk og fysisk aktivitet et meget viktig ledd i behandlingen både under og etter sengeleiet.

Altfor ofte ser man imidlertid at rekonvalesenstiden preges av passivitet og inaktivitet, og når tiden er inne for å komme i vanlig gjenge, så er man ikke i stand til det. Det er derfor viktig at treningsbehandling og aktivisering også fortsetter i rekonvalesenstiden. Gymnastiske øvelser og jevn trening må gjennomføres i overensstemmelse med den fysiske framgang.

\*\*\*\*\*

## Når vi blir gamle

### FOREBYGGELSE AV ULYKKER

Mange av de aldersforandringer som er nevnt, gjør eldre mer utsatt for uhell og ulykker enn yngre personer. Som et ledd i forberedelse til pensjonsalderen bør man derfor også forsøke å fjerne mulige årsaker til ulykker.

I 1968 døde 695 personer i Norge som resultat av ulykker i og ved hjemmet; av disse var 474 personer over 70 år. Hjemmet er altså et «farlig» sted å være, særlig for eldre mennesker.

Selvsagt er de fleste ulykker av lettere slag – skrubbsår, blemmer, forbrenninger o.l., men brudd, ofte lårbensbrudd og leddskader, er heller ikke sjelden. 50% av alle skadene rammer hender og armer.

Inne i huset er kjøkkenet den farligste arbeidsplass, men mange ulykker skjer også i stue og bad, og i de ytre rom som kjellertrapp og loft.

### FJERN ÅRSAKENE TIL ULYKKENE

De fleste ulykker blant eldre skyldes fall, som med litt omtanke kunne vært unngått. Det er sagt at 90% av alle ulykker skyldes ubetenksomhet, et uhyggelig tall når vi tenker på hvor meget sorg og lidelse de fører med seg.

Det er viktig å være oppmerksom på at alderen etter hvert nedsetter reaksjonsevne, syn og kroppsbeherkelse, slik at det stilles stadig større krav til en leilighet om den skal være trygg. Det er derfor viktig at man i god tid før pensjoneringen gjør de nødvendige forandringer i leiligheten, og ikke venter til ulykken er ute. Fallulykkene er som nevnt de hyppigste blant eldre. Av de «feller» som lettest forårsaker uhell kan vi her nevne følgende: glatte gulv, løse ryer, dørterskler, badekar, dårlige gardintrapper,



## Malvik Sparebanks gavefordeling 1977

Malvik Sykehjems	
Støtteforening . . . . .	kr. 300
Hommelvik Helselag . . . . .	» 500
Hommelvik Kirkefor. . . . .	» 400
Hommelvik Sjømanns-	
misjonsforening . . . . .	» 300
Hommelvik Skoles	
Foreldrerråd . . . . .	» 300
Hundhammeren 1.gruppe	
av Norges K.F.U.K.	
speidere . . . . .	» 200
Malvik Sykepleiefor. . . . .	» 500
Hommelvik Sykepleie-	
forening . . . . .	» 500
Vikhamar Skoles	
Musikkorps . . . . .	» 800
Hommelvik Røde Kors	
besøktjeneste . . . . .	» 500
Hommelvik Korfor. . . . .	» 300
Hommelvik Skolekor . . . . .	» 200
Malvik Blandakor . . . . .	» 300
Malvik Pensjonist-	
forening . . . . .	» 300
Hommelvik Røde Kors	
helsereiser . . . . .	» 300
2. Vikhamar	
Speidertropp . . . . .	» 200
Malvik Kirkeforening . . . . .	» 400
Hommelvik jun.korps . . . . .	» 800
Hommelvik	
Musikkorps . . . . .	» 500
Malvik Helselag . . . . .	» 500
Malvik Musikkorps . . . . .	» 500
Hommelvik krets	
av N.S.S.R. . . . .	» 400
Vikhamar skole,	
Foreldrelaget . . . . .	» 300
Hommelvik Husmorlags	
arbeidsstuer . . . . .	» 200
Malvik Mannskor . . . . .	» 200
Saksvik skoles	
foreldrerråd . . . . .	» 300
Til sammen:	kr. 10.000

## Vikhammeråsen Vel

Årsmøte ble holdt i samfunns-  
huset 1. februar.

Styret har i siste sesong hatt 6  
møter, derav 2 med representant fra  
arrangementskomiteen. 47 større og  
mindre saker har vært til behandling  
i styret, hvorav kan nevnes:

Lekeplassen, som nå er offentlig  
godkjent.

Uttalelse om barnehageutbyg-  
gingen i Malvik.

Uttalelse om betjening v/Vik-  
hamar stasjon.

Vegbelysning, avkjøring E 6/  
Vikhammeråsen, skilting o.l.

Lysløype, som etter iherdig inn-  
sats allerede er i bruk.

Juletreffest.

Arrangementskomiteen har holdt 2  
fester for voksne. For barn og  
ungdom gikk skirennet først av  
stabelen, deretter «Barnas Dag» på  
Løkka. På høsten var det så ung-  
domsfest på samfunns huset. Samt-  
lige arrangement hadde stor oppslut-  
ning og var prikkfritt arrangert.

Styret i 1977 består av:

Formann: Bjarne Eggen.

Nestformann: Gyda Hestnes.

Sekretær: Gunvor Amundsen

Kasserer: Johan Bekvik.

Styremedlem: Bjørn Frost.

Varamann: Inger Kaspersen.

Til arrangementskomiteen ble valgt:

Ekteparene Jensen – Granum –

Hjørnnes – Frisk – Sneisen og

Forbord.

Det nye styret ønsker alle medlem-  
mer velkommen med ideer og for-  
slag som de mener styret bør arbeide  
med.

Styret.

### Malvik Hagelag

innbyr til medlemsmøte torsdag  
24. mars på Vikhammer Motell.  
Møtet tar til kl. 19.30.

Program:

Beskjæring av busker og trær.

Forkultur av grønnsaker og blom-  
ster.

Musikk. Bevertning.

Alle er hjertelig velkommen.

Styret.

## Statlige og kommunale midler til kultur-, idrett- og ungdomsarbeid 1977

I likhet med tidligere år skal det for 1977 fordeles statlige og kommunale  
midler til kultur-, idrett- og ungdomsarbeid. Midlene vil bli fordelt under  
ett og det er nok med en søknad.

Søknaden med opplysninger om virksomheten i 1976 (årsmelding og  
regnskap) samt plan (budsjett) for inneværende år (helst som egne vedlegg),  
sendes MALVIK KOMMUNE, v/KULTURSEKRETÆREN, 7550 HOM-  
MELVIK, innen 15. april 1977. Navn og adresse på formann og kasserer  
bes oppgitt.

Søknad om tilskott til barnearbeid sendes BARNEVERNENEMNDA  
v/SOSIALKONTORET innen samme frist.

### Malvik Pensjonistforening

Vår- og sommerprogram.

Onsdag 23. mars:

Jeg minnes v/Marit Buaas.

Onsdag 20. april:

Jeg minnes v/Arne T. Wullum.

Onsdag 18. mai:

Jeg minnes v/Martha Buaas.

Onsdag 25. mai:

Vårtur til Markabygda.

Fredag 10. juni:

Rundtur til Namsos.

### Gauken gæl på Kvejærsmyra

Pangsjonistan har Treff på Vidarhall  
onsdag den 13. april klokka 10.30.

Han Olaf oppi Trøa, spelle «Livet på  
Jervskojen». Han Tostin fortæle  
sannferdie historia frå Gammeltin.  
Ta med matpakke: Maulakak med  
sirop. Beiningsskørja e' foll tå vara!  
Ta med mytjy pæng.

A. H.

### NYTT SKOLEKORPS

Arbeidsutvalget ved Saksvik skole  
har planer om å starte et musikk-  
korps ved skolen, og dette pris-  
verdige tiltaket ser ut til å lykkes. Til  
kjøp av instrumenter er det søkt  
kommunen om garanti for et lån på  
30.000,- kroner.

Etter innstilling av kulturstyret  
har kommunestyret besluttet å gi  
denne garantien.

Så får bygda altså sitt tredje  
juniorcorps. Vel blåst.



## Fasteaksjonen: BRØD FOR VERDEN

Kirkens Nødhjelp setter også i år i fasten i gang aksjonen om å hjelpe vår sultne bror ute i den vide verden.

La appellen om hjelp som ligger i fasteaksjonen få den gode respons ved å legge en daglig gave på fastebøssene. Bøssene blir som tidligere utlagt i kirkene. Innleveringen av bøssene vil foregå ved høymessen i Malvik kirke og i Hommelvik kirke Palmesøndag 3. april. Ellers kan de innleveres på prestekontorene. Sender en pengene direkte til Kirkens Nødhjelp på postgiroblankett, skal det stå følgende på denne:

Brød for Verden  
Kirkens Nødhjelp, Underhaugsvn. 15, Oslo 3.  
Postgiro nr.: 140.



K. F.

### Fra administrasjonsutvalget Hjelpepleiere/assistenter.

Stillinger som hjelpepleiere/assistenter ved Malvik Sykehjem har vært utlyst ledig, og det har meldt seg 19 søkere. Etter innstilling fra sosialstyret foretok administrasjonsutvalget denne ansettelse:

Hjelpepleier i full stilling – dag,  
Jorunn Lundemo.

Hjelpepleier i halv stilling – natt,  
Kari Myran.

Assistent i full stilling,  
Inger Ingstad.

Inger Ingstad går da ut av den 1/2 assistentstilling hun tidligere hadde, og i hennes sted ble ansatt Aud Lilly Hammer.

### ANONYME BREV

Vi får nå og da tilsendt innlegg til bladet hvor senderens navn mangler. Slike innlegg går direkte i papirkorga. De som ikke ønsker det slipper å få sitt navn i bladet, men til redaksjonen må navnet oppgis.

Red.

### SLEKT SKAL FØLGE SLEKTERS GANG

#### Døpte – Malvik

6/2: Torkell Stav

#### Døpte – Hommelvik

20/2: Lisbeth Brandslet  
Veronica Jensen

#### Vigde – Malvik

19/2: Stein Bjørnar Hansen og  
Tone Lisbet Rande

#### Begravd – Malvik

27/1: Oddvar Bueng  
8/2: Einar Wiik

#### Begravd – Hommelvik

28/1: Magnhild Berg  
11/2: Ragna Pauline Lorntzen  
18/2: Gunda Sivertsen

### Velkommen til kirke

#### Onsdag 16. mars:

- Malvik kirke kl. 19: Fastegudstjeneste ved kallskap. Kleivane.
- Hommelvik kirke kl. 19.30: Faste-gudstjeneste ved sokneprest Fosse.

#### Søndag 20. mars:

- Hommelvik kirke kl. 11.00: Høymesse ved sokneprest Fosse. Oftring til Barnevernsinstituttet Dronning Mauds Minne. Nattverd.

#### Mandag 21. mars:

- Bakken bedehus kl. 15.00: Fastemøte ved kallskap. Kleivane.

#### Onsdag 23. mars:

- «Kirkosalen», Betania kl. 19.00: Fastemøte ved sokneprest Fosse. Malvik musikklag deltar.

#### Søndag 27. mars:

- Malvik kirke kl. 11.00: Høymesse ved sokneprest Fosse og cand.theol John Arne Lund. Oftring til Menighetsfakultetet.
- Hommelvik kirke kl. 11.00: Høymesse ved kallskap. Kleivane og cand.theol Arnold Skaatan. Oftring til Menighetsfakultetet.
- Hommelvik kirke kl. 17.30: Sang- og musikkandakt.
- Malvik kirke kl. 19.00: Sang- og musikkandakt.

#### Palmesøndag 3. april.

- Malvik kirke kl. 11.00: Høymesse ved sokneprest Fosse. Innlevering av fastebøssene. Oftring til Kirkens Nødhjelp.
- Hommelvik kirke kl. 11.00: Høymesse ved kallskap. Kleivane. Innlevering av fastebøssene. Oftring til Kirkens Nødhjelp.

#### Skjærtorsdag – 7. april.

- Malvik kirke kl. 11.00: Høymesse ved kallskap. Kleivane. Nattverd.
- Hommelvik kirke kl. 11.00: Høymesse ved sokneprest Fosse. Nattverd.

#### Langfredag – 8. april.

- Hommelvik kirke kl. 11.00: Høymesse ved kallskap. Kleivane.

#### 1. Påskedag – 10. april.

- Malvik kirke kl. 11.00: Høytidsgudstjeneste ved sokneprest Fosse. Oftring til Santalmisjonen.
- Hommelvik kirke kl. 11.00: Høytidsgudstjeneste ved kallskap. Kleivane. Oftring til Santalmisjonen.

#### 2. Påskedag – 11. april.

- Malvik sykehjem kl. 11.00: Gudstjeneste ved sokneprest Fosse.
- Mostadmark samfunnshus kl. 11.00: Gudstjenestlig møte ved kallskap. Kleivane. Kollekt til kapellet.

#### Søndag 17. april.

- Malvik kirke kl. 11.00: Familiegudstjeneste ved sokneprest Fosse. Sang av barn.
- Hommelvik kirke kl. 11.00: Familiegudstjeneste ved kallskap. Kleivane. Barn deltar. Oftring til Kristent arbeide blant blinde. Etter gudstjenesten: Kirkekafe/brus.

Rett til forandring i prekenlisten.