



BYGDEBLAD FOR MALVIK

Nr. 11

NOVEMBER 1977

7. årg.

Informasjon om statstilskott til bomiljøtiltak i utbygde boligområder 1978

MED UTBYGDE BOLIGOMRÅDER MENES OMRÅDER SOM REGNES SOM FERDIG UTBYGD.

Tilskottsberettigede tiltak:

- a) anlegg av trafikksikre leke- og rekreasjonsarealer.
- b) kjøp og/eller ominnredning av bygg til servicesentra for eldre, bygninger/ungdomslokaler eller mindre forsamlingshus (grendehus).

Det gis ikke tilskott til tiltak som forutsettes finansiert ved andre etablerte finansieringsordninger. (dag-hjem, idrettsanlegg, gang/sykkelveger og sceneanlegg).

Hva gjelder trafikksikre leke- og rekreasjonsarealer, gis tilskott til opparbeiding, trafikksikring og inngjerdning og til lekeutstyr. Lekeplassene bør ha trafikksikker adkomst.

Borettslag, velforeninger og andre organisasjoner og sammenslutninger kan søke. De som søker må ha kompetanse og kapasitet til å gjennomføre planene og stå for driften av det aktuelle prosjekt.

Tilskottet vil normalt bare dekke en del av kostnadene. Det blir utmålt i hvert enkelt tilfelle. Noe maksimumstilskott er ikke fastsatt.

Søknaden skal inneholde: (Det er

ikke fastsatt søknadsskjema for ordningen.)

1. Navn og nøyaktig adresse, evt. telefonnummer.
2. Opplysninger om tiltaket – hvilke formål det skal tjene.
3. Oppgave over det arbeid som skal utføres, det utstyr som skal anskaffes.
4. Spesifisert kostnadsoverslag.
5. Spesifisert finansieringsplan.
Verdien av eventuell egeninnsats/dugnad bør gå fram av finansieringsplanen. Opplysning gis om hvorledes en mulig nedskjæring av det tilskott det søkes om, kan finansieres.
6. Anslag over driftsutgifter og – inntekter i kommende periode. (kan sløyfes ved mindre prosjekt)
7. Feste-/leieavtale må vedlegges, dersom søkeren ikke eier grunnen/bygningen. For at tilskott skal kunne gis, må slike avtaler være av en viss varighet.
8. For anlegg av trafikksikre lekeplasser, bør det vedlegges kart som viser plassering i forhold til gater og boliger.

Plantegninger eller foto vedlegges, dersom søknaden gjelder kjøp eller ominnredning av bygg. Det må også gis opplysninger om hvilke oppland f.eks. et samlingslokale skal dekke, evt. befolkningsunderlaget.

Eventuelle spørsmål rettes til sosialkontoret tlf. nr. 78303, linje 89 eller 99.

Søknader sendes sosialkontoret innen 21. november d.å.

Sosialsjefen.

Melding fra distriktstannlegen

Vi har fått et statstilskudd til innkjøp av fluortabletter, og har tenkt å fordele disse slik at alle barn fra 0 til 6 år i Malvik får tabletter for ca. ett års forbruk. Tanken bak tiltaket er å få flest mulig til å begynne med fluor. En stor del av barna tar fluor-tabletter allerede, men de skal jo også få av gratisutdelingen.

Tablettene kan hentes hos distriktstannlegen, eller hos en av helsesøstrene i kommunen.

Tablettene kan også sendes hvis

det er ønskelig, gi oss bare beskjed i telefon eller pr. brev. Vi håper flest mulig vil benytte seg av tilbudet.

Om vi kan få penger til innkjøp av flere tabletter, vet vi ikke. Så husk å kjøpe til igjen selv, fluor-tabletter er å få uten resept, og selges utenom apotekene også i medisinsalgene på butikkene.

**Med hilsen
distriktstannlegen i Malvik**

PENSJONISTER

Malvik Musikkorps vil med dette innby bygdas pensjonister til gratis konsert onsdag den 23. november kl. 19.00 i Samfunnshuset, Vikhamar.

Blandet underholdning med sang, musikk og opptredener av ulike karakterer. Kaffeservering. Vi håper på full oppslutning og lover å legge alt til rette for en hyggelig kveld.

For de som måtte ønske bilskysse ring nr. 76338 - 76371 - 76510 så blir dere hentet.

HOMMELVIK IDRETTSLAG

minner sine medlemmer som årsmøtet, tirsdag 15.11.1977 kl. 18.00 på Ungdomsskolen.

Idrettslaget går nå til en verveaksjon og vi har sendt ut en giroblankett til alle husstander i Hommelvik. Vi ber om at dere ikke kaster giroblanketten, men støtter opp om det verdifulle arbeid Idrettslaget gjør her i Hommelvik.

Som en nyordning har vi i år innført familiekontingent.

Vi ønsker deg velkommen som medlem i Hommelvik Idrettslag.
B.F.

«ETTERLYSNING»

Hjemmesykepleien savner diverse utlånte artikler, blant annet bekken. Vi trenger disse til nye pasienter.

De som har kjennskap til dette, kontakter hjemmesykepleien.

På forhånd takk for hjelpen.

Malvik sosialkontor, Hommelvik.

BESØKSTJENESTEN

Norges Røde Kors, Sør-Trøndelag Distrikt, har fått 2 nye avdelinger. Disse er Ytre Malvik Besøks-tjeneste, med 10 pasientvenner og form. Paul Dybsland. Og Mostadmark Besøks-tjeneste med 8 pasientvenner og form. Inger Tømmervik.

Malviks oppgave er besøk i institusjonene og private heimer.

Mostadmark har også besøksordning i private hjem. Jeg håper dette tilbudet som besøks-tjenesten yder, vil skape glede blant de som har behov for deres tjeneste.

Jeg vil også nytte anledningen til å ønske de 2 nye avdelingene til lykke med arbeidet.

*Sør-Trøndelag Distriktsråd
Emmy Kringhaug*

HITTEGODS

I forbindelse med en notis i et tidligere nummer av bladet vedr. en funnet gjenstand, har vi fra lensmannskontoret fått denne påminnelse som vi ber våre lesere merke seg:

«Under henvisning til lov om hittegods av 29.5.53 § 2 plikter finneren å varsle funnet til politiet (lensmannen) dersom han ikke innen en kortere frist selv finner fram til eieren.»

Red.

HJERTEGODS TAKK

for oppmerksomheten i anledning vårt gullbryllup.

Reidun og Karl Sneisen

VIKHAMAR SKOLES MUSIKKORPS

Det blir tradisjonell julemesse på Vikhamar Skole søndag 20. november kl. 16.00.

Håndarbeider, julepynt og andre nyttige smågjenstander. Aftenutlodning. – Kaffesalg.

NB! Korpsset spiller fra kl. 15.45 til 16.00.

Julemesse-komiteén.

Fra formannskapet

GATELYS

22 oppsittere i Danielstrøa ved Homla elv har søkt om høyere plassering på prioritetslista for gatelysanlegg. Danielstrøa er plassert som nr. 20 av 32 prioriterte anlegg.

Det er elverkstyret som har satt opp lista, og den er godkjent av formannskapet. Elverkstyret har tidligere i år avslått en søknad om endring av denne lista.

Formannskapet har antydnet at det skulle være muligheter for å øke de kommunale bevilgninger, slik at anleggene som er ført på prioritetslista kan bli utført i løpet av et par år.
Vedtak:

En finner ikke at elverkstyrets prioritetsliste kan endres, men at det må gjøres fortløpende med framføring av gatelysanleggene i den utstrekning det er mulig. Nødvendige bevilgninger til dette bør tas opp som egen sak så snart som mulig.

ARBEIDSUHELL

I Duevegen 2 i Ytre Malvik har renovasjonskarene tatt med seg en plastpose i søppelvogna, som de egentlig burde latt stå i fred.

Hva posen inneholdt vet vi ikke, men eieren har forlangt kr. 305,- i erstatning, noe formannskapet fant å måtte innvilge.

«Trondos» til Vikhammeråsen?

Trondheim og Omegn Samvirke-lag har søkt om kjøp av forretnings-tomt på Vikhammeråsen for etablering av dagligvareforretning. I søknaden er det oppgitt at de kan være behjelpelig med lån til kjøp av tomtearealene som inngår i reguleringsplanen dersom det er interesse for det.

Kommunen har solgt tomte-området på Vikhammeråsen til A/S Malvik Tomteselskap og salg av forretningstomt må avgjøres av tomteselskapet. Hvorvidt salg av forretningstomten bør kunngjøres slik at interesserte kjøpere stilles likt, bør overlates til tomteselskapet å avgjøre.

Vedtak:

Tomteselskapet kunngjør tomte til salgs og sender saken tilbake med innstilling til formannskapet.

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

Dukken Elin:

C 68 Ingrid Berg

Dukken søster Ines:

G 90 Ivar Løvaas

Dukken Rita:

T 48 Marianne Fevåg

Dukken Siv:

H 16 Signe Overland

Dukken Veronika:

U 79 Grete Moen

Dukken Per:

U 35 Odd Solli

Dukken Brit:

G 54 Mona Fossum

Tipping av erter: På flasken var det 1238½ erter.

Ola Håkon Sivertsen tippet 1234 og han vant dermed dukken som var satt opp i premie.

Ukekomitéen 1977.

Rettsak mot kommunen

Bostyret i Ungdommens Egen Heim Boligbyggelag ¹/₅ har saksøkt Malvik kommune, og krever erstatning for det tap boligbyggelaget er påført ved at deres boligområde på Storsand er nektet utbygd. Det er satt fram påstand om at kommunen v/ ordføreren dømmes til å betale erstatning til UEH's konkursbo etter rettens skjønn, begrenset oppad til 3 mill. kroner.

Formannskapet er tidligere orientert om at det muligens ville bli reist søksmål mot kommunen i denne sak. Ut fra kommunestyrets vedtak om å avvise reguleringsplanen, må kommunen forsvare sitt standpunkt overfor retten.

Formannskapet vedtok å be høyesterettsadvokat Johan Lutdal om å ta saken for kommunen, og utarbeide tilsvaret for retten med påstand om frifinnelse.

Røde Kors Uka 1977

Røde Kors Uka 1977 er nå over og vil med dette få takke følgende bedrifter og enkeltpersoner som ga gaver til vårt arrangement: Synnøve Furan, Marie og Alf Skauge, Birger Bjørnstad, Hommelvik Samvirke-lag, Rigmor Haldberg, Urmaker Hagen, Anne Kjøsnes, Nora Næss, Tonni Økstad, Gerd Bye, Karen Bonaunet, Sigrids ¹/₅, Jorunn Hansen, Ella Person, Alma Lundberg, Solvor og Lars, Corner Matsenter, Olaug Dahle, Sandmark Gartneri, Arne Sandmark og Sigrid Risan.

Vi vil også rette en hjertelig takk til publikum som støttet oss med loddkjøp.

Trekningsliste for dukkeutlodningen:

Dukken Trude:

C 23 Nina Haugen

Dukken Trude:

S 32 Aslaug Hilanmo

Dukken Rødhette:

R 2 Gerhard Stokbak

Dukken Gro:

Z 76 Tulla Sæther

Innsamling av materiale om matklokker i Malvik

Fylkeskonservatoren i Sør-Trøndelag har henvendt seg til Malvik kultur-styre og bedt om hjelp i arbeidet med innsamling av materiale om matklokker («supklokker») i kommunen.

Kulturstyret lar med dette oppfordring gå videre til personer i Malvik kommune. I brevet fra Fylkeskonservatoren heter det bl.a. «Det er tilstrekkelig med en fortegnelse over gårdsnavn med g.nr. og br.nr. der det i dag finnes slike matklokker. Dersom der finnes gamle fotografier hvor slike matklokker er synlig, så er en også takknemlig for å få en liste over disse».

En ber med dette om at fortegnelse over evt. eksisterende matklokker, samt opplysninger om fotografier som viser matklokker, blir sendt til Malvik kulturstyre, 7550 Hommelvik, innen årets utgang.

Malvik kulturstyre

Registrering av foreninger, lag og organisasjoner i Malvik

For noen år tilbake ble det foretatt en registrering av samtlige foreninger, lag og organisasjoner innen kommunen. En ønsker å ajourføre nevnte liste over sådanne, og ber med dette om at samtlige foreninger, lag og organisasjoner i Malvik kommune, så snart som mulig og seinest innen 31.12.1977, sender melding til Malvik kulturstyre, 7550 Hommelvik. Meldingen bør inneholde opplysninger om foreningens navn, antall medlemmer, samt om mulig navn på formann, sekretær og kasserer.

En understreker at dette gjelder lag og foreninger av alle slags (politiske foreninger, humanitære, kristelige, samt idrettslag, musikkorps, kor etc.). Kulturstyret ser positivt på dette å ha god kontakt med det organiserte kulturarbeid innen kommunens grenser, og i dette arbeidet vil nevnte opplysninger være til god støtte.

Malvik kulturstyre

MALVIK IDRETTSLAG

Resultater fra stevnet 27. august på Øya stadion.

JENTER

60 m hekk

1966:

1. Grete Fuglem, Ranheim 11.5
2. Hildegunn Stoum, Skauga 11.8
3. Randi Berg, BIL 12.0

1965:

1. Tove Johnsen, BIL 11.9
2. Siri Darell, Ranheim 12.6
3. Kirsti Myklestad, BIL 12.6
3. Ingun Alseth, Nybrott 12.6

80 m hekk

1964:

1. Kirsti Hesselberg, BIL 13.3
2. Bente Fosli, BIL 13.4
3. Solfrid Forbord, Fram 15.0

1963:

1. Ann Dagrøn Løkken, Lundamo 12.9
2. Karin Vennatrø, Nybrott 13.8
3. Hanne Johnsen, BIL 14.2

200 m

1962:

1. Janne Buan, Hegra 27.5
2. Kirsti Alseth, Fram 28.3
3. Annikken Gilde, BIL 28.5

1961:

1. Merete Hagen, Malvik 27.6
2. Kristin Laug, Str.heim 27.7
3. Turid Vongraven, BIL 28.7

1500 m

1964:

1. Marthe Bjørnå, BIL 5.35.0

1963:

1. Kristin Benum, BIL 4.56.4

Kule:

1966:

1. Guri Løkken, Lundamo 6.20
2. Lisbeth Hagen, Str.heim 6.08
3. Grete Fuglem, Ranheim 5.62

1965:

1. Gro Warnes, Malvik 6.85
2. Mona Ekenes, Flå 6.87
3. Liv Salberg, Fram 6.82

Diskos:

1963:

1. Ann Dagrøn Løkken, Lundamo 25.04
2. Aud Blekesmark, Melhus 20.74

Spyd:

1962:

1. Karin Løkken, Lundamo 32.56
2. Edle Keiserås, Melhus 27.86
3. Gerd Vennatrø, Nybrott 19.94

1961:

1. Astrid Hesselberg, BIL 23.30

Høyde:

1966:

1. Hildegunn Stoum, Skauga 125
2. Guri Løkken, Lundamo 125
3. Randi Berg, BIL 122

1965:

1. Liv Salberg, Fram 131
2. Tove Johnsen, BIL 131
3. Mona Ekenes, Flå 117

1964:

1. Solfrid Forbord, Fram 135

1963:

1. Ann Dagrøn Løkken, Lundamo 145
2. Karin Vennatrø, Nybrott 140

1962:

1. Mette Kr. Alstad, Fram 145
2. Karin Løkken, Lundamo 140

1961:

1. Marianne Otterdal Jensen, Str.heim 145
2. Turid Vongraven, BIL 135
- Astrid Hesselberg, BIL -

GUTTER

Diskos:

1964:

1. Gunnar Berg, BIL 26.88
2. Ivar M. Fuglem, Ranheim 25.78

1963:

1. Bertil Steinvikaune, Nidelv .. 35.60
2. Per Kr. Løvlie, Ranheim 31.94
3. Mads Bjørggård, Hegra 29.76

Spyd:

1962:

1. Vidar Høvik, Melhus 43.92
2. Einar Hesselberg, BIL 42.94
3. Tor Brannås, BIL 42.48

1961:

1. Eirik Spets, Hommelvik 48.68
2. Geir Hansen, Hommelvik ... 35.90

1960:

1. John Solem, Hegra 59.08

Høyde:

1966:

1. Terje Nygård, Hommelvik 91
2. Erik Knain, Hommelvik 91

1965:

1. Arne Dahl, Malvik 137
2. Trond Kosberg, Malvik 135
3. Torgeir Kvidal, Malvik 132

60 m hekk:

1966:

1. Martin Myhr, Flå 12.9

1965:

1. Lars Hoff, Ranheim 10.8
2. Trond Kosberg, Malvik 11.9

80 m hekk:

1964:

1. Ivar Morten Fuglem, Ranheim 12.8

1963:

1. Helge Myrenget, Malvik 12.8
2. Torkel Knudsen, Malvik 14.0

200 m:

1962:

1. Bjarne Kosberg, Malvik 24.5
2. Anders Aursand, BIL 26.6

1959:

1. Tore Buan, Hegra 24.4

1500 m:

1963:

1. Jan Elverhaug, Malvik 5.02,3
2. Claes Holm, Malvik 5.08,2

1962:

1. Mikael Bjørnå, BIL 4.35,3

1961:

1. Rune Kristoffersen, BIL 4.38,5
2. Eirik Spets, Hommelvik 4.38,7

Tresteg:

1964:

1. Kjell Arne Melhus, BIL 9.59

1963:

1. Helge Myrenget, Malvik 10.90

1961:

1. Ketil Knudsen, Malvik 11.19

1960:

1. John Solem, Hegra 11.05

1959:

1. Tore Buan, Hegra 12.38

Kule:

1966:

1. Martin Myhr, Flå 8.80
2. Magne Helgemo, Lundamo .. 5.61
3. Håkon Kvidal, Malvik 3.18

1965:

1. Trond Kosberg, Malvik 8.75
2. Lars Hoff, Ranheim 7.75
3. Arne Dahl, Malvik 7.69

Det gamle bildet



Fra en utflyttet hommelviking har vi fått tilsendt dette bildet, og vi lar henne selv kommentere det:

«Det gamle bildet» eller «Et sted å være» for ca. 40 år siden.

I mine gjemmer fant jeg forleden kveld dette gamle bildet som kanskje kunne være av interesse for bladet. Jeg synes i hvert fall det er tidstypisk. Et litt bittert minne om 30-årenes ungdomsproblemer. «Rampa» var jo stedet å være den gangen for svært mange.

Heldigvis er det historie, men kanskje ikke så dumt å bli minnet om det allikevel. Og selvfølgelig vanskelig å forstå for våre dagers ungdommer som har sin svømmehall, sin idrettsbane og sine biler – og bevares – helt andre problemer, som kanskje er like vanskelige å takle.

Ellers vil jeg takke for den hilsen fra hjembygda som Bygdebladet representerer – og ønsker dere lykke til når dere nå er i ferd med å utvide virksomheten.

Vennlig hilsen
Gunvor Skjøsby.

Utkjøring av renovasjonssekkene

I dag blir renovasjonssekkene kjørt ut 2 ganger pr. år, en gang vinters tid og en gang i slutten av juni.

Heretter vil 54 sekker bli kjørt ut en gang pr. år og utkjøringen av sekkene for hele året 1978 vil begynne i desember 1977.

Årsaken til denne omleggingen er at ingeniørvesenet har større kapasitet til slikt vinterstid, fordi da slipper en å bruke mannskap på slikt midt i anleggssesongen.

Utkjøring en gang pr. år vil også medføre en besparelse på kr. 6–7.000 i kjøreutgifter.

Vi håper på abonnentenes forståelse for omleggingen.

Kommuneingeniøren

MALVIK TRAVLAG

har årsmøte fredag 2. desember kl. 19.00 i Ytre Malvik Samfunnshus sal 2. Medlemmer og hesteinteresserte er velkommen.

En dag i februar vil den årlige kjøringen på Hestsjøen bli avholdt.

Styret

TAKK

Hjertelig takk for all deltagelse ved Martha Buaas's begravelse. En spesiell takk til bestyrerinne og betjening ved Malvik Sykehjem, for god pleie.

Hennes pårørende

DYRERE STRØM

Grunnen til at Elverket ser seg nødt til å forhøye strømtariffene skyldes i første rekke prisøkning fra kraftleverandørene. Våre leverandører, Selbu Komm. Elverk og Sør-Trøndelag Kraftselskap, har tidligere varslet økning fra 1. oktober eller fra den dato prisstoppen opphører. Kraftprisen fra Selbu er bestemt av prisen fra Statskraftverkene og Sør-Trøndelag Kraftselskap. Når en av disse priser endres vil det få konsekvenser for vår kraftpris. I år er forholdet at både Statskraftverkene og Sør-Trøndelag Kraftselskap har vedtatt prisøkning for sine kraftleveranser.

Ved siden av dette er det også nødvendig med en viss kompensasjon for den årlige prisøkning.

FØLGENDE TARIFFER BLIR GJORT GJELDENDE FRA DEN DATO PRISSTOPPEN OPPHEVES.

H. Tariffer for husholdningsformål:

Tariffene kan nyttes for familieboliger, hybelleiligheter, hybler, gårdsbruk, hytter, fritidsboliger, ferieheim, aldersheim, barneheim m.v.

Tariffene er ikke beregnet for institusjoner som omfatter andre funksjoner eller annen virksomhet enn husholdningsformål og landbruk.

Tariffene kan brukes for alle typer husholdningsapparater og varmeapparater.

Motorer inntil 3 kW påstemplet ytelse kan tilknyttes uten tilleggsavgift. Større motorer tilknyttes over C 2 eller T.tariff.

H 2. Overforbrukstariff.

Effektavgift kr. 800,- pr. kw/år. Overforbruk ut over det faste abonnement 26,5 øre pr. kwh. Tariffen gjelder bare for bestående abonnement. Nye tilknytninger og endringer kan ikke foretas.

H 3. Effektgrensetariff.

Blandet tariff.

Tariffapparat:

Måler med 2 telleverk (Subtraksjonsmåler). Det ene telleverket registrerer det totale forbruk over abonnert effekt.

For store anstalthusholdninger kan nyttes maksimalmåler. Maksimaleffekten avleses hvert kvartal og oppgjørseffekten beregnes som middel av de fire kvartalsavlesningene i året.

Effektavgift:

kr. 255,- pr. kw og år.

Energipris:

5,5 øre pr. kwh for totalforbruket.

Tilleggspris:

26,5 øre pr. kwh for forbruk som skyldes belastninger høyere enn effektgrensa (overforbruk).

Minsteabonnement: 1 kw. med trinn på 500 watt. For 1-fase anlegg inntil 6 kw.

H 4. *Energitariff med grunnavgift (kilowatt-timetariff).*

Effektbegrensing: Anleggets hovedsikring må ikke være større enn 63 amp.

Tariffapparat: Kilowatt-timemåler med 1 telleverk.

Grunnavgift: Kr. 250,- pr. år og anlegg.

Energipris: 9,8 øre pr. kwh for alt forbruk.

H 6. Går ut. Hytteabonnement overføres til H 4 eventuelt H3.

T. *Tariffer for næringsvirksomhet.*

Tariffene forutsettes nyttet for håndverk, industri, kontorer, forretninger, hoteller, skoler, andre private og offentlige administrasjons- og institusjonsbygninger og andre anlegg som ikke forutsettes dekket av H-tariffene.

Lys, apparater og motorer kan tilkobles over ett abonnement.

T 1. *Effektgrensetariff (blandet tariff).*

Tariffapparat for uttak opptil 20 kw: Måler med 2 telleverk (subtraksjonsmåler). Det ene telleverket registrerer det totale forbruket, det andre registrerer forbruket over abonnert effekt.

Minsteabonnement: 2 kw.

Abonnement kan tegnes i trinn på 1 kw opptil 20 kw og etter avtale med elverket over 20 kw.

Effektavgift: Kr. 255,- pr. kw og år.
Energipris: 5,5 øre pr. kwh for totalforbruket.

Overforbrukspris: 53 øre pr. kwh.

T 3.

Effektavgift: kr. 255,- pr. kw og år.
Energipris: 5,5 øre pr. kwh.

Maksimalbelastningen beregnes som middel av de 3 høyeste avlesninger i året og måles med kilowatt-timemåler med maksimalviser med 15 min. registreringsperiode. Avlesning hver måned.

T 4. *Energitariff med grunnavgift (kilowatt-timetariff)*

Effektbegrensing: Anleggets hovedsikring må ikke være større enn 63 amp.

Tariffapparat: Kilowatt-timemåler med 1 telleverk.

Grunnavgift: Kr. 360,- pr. år og anlegg.

Energipris: 11,5 øre pr. kwh.

Tariffer for Særformål.

Drivhus.

C 2. *Jordbruksmotorer, korn- og høytørkeanlegg.*

Tariffapparat: Kilowatt-timemåler med 1 telleverk.

Energipris: 13 øre pr. kwh.

Dersom linjenettet må forsterkes for å kunne koble til korn- og høytørkeanlegg må abonnenten yte et tilskudd som avgjøres av Elverkets styre i hvert enkelt tilfelle.

D. *Drivhus og lign.*

Går ut. Abonnementene overføres til tariff C 2.

S 5. *Provisoriske anlegg.*

Grunnavg. og abonnementsavgift: Kr. 60,- pr. måned eller del av måned.

Energipris: 11,5 øre pr. kwh.

For større anlegg kan det kreves tariff T 1 eller T 3. For montering og demontering av anleggsskap kr. 60.

Dersom det kreves provisorisk montering av linje m.v. blir abonnenten belastet for dette.

Særavtaler.

I tilfeller hvor det dreier seg om store kraftmengder eller leveranser til særlige formål, kan det opprettes særavtaler. Elverket fastsetter priser og betingelser i hvert enkelt tilfelle.

Fellesbestemmelser.

Dersom anleggets effektfaktor er mindre enn 0,9, kan Elverket kreve at effekt og energiavgift forhøyes i forholdet 0,9 dividert med anleggets effektfaktor hvor anleggets effektfaktor måles ved normal belastning, eller at effektfaktoren bedres.

Sveisetransformatorer må ikke tilknyttes uten Elverkets tillatelse, som i hvert enkelt tilfelle forbeholder seg å fastsette bestemmelser om tilleggsavgift, anleggsbidrag og innskrenkninger i brukstida. Til samtlige tariffer kommer de til en hver tid gjeldende avgifter til staten.

Abonnementsavgift.

For tariffene H 2, H 3, H 4, T 4, C 2.

Kr. 150,- pr. år.

For tariffene T 1 og T 3.

Kr. 300,- pr. år.

NÅR VI BLIR GAMLE

FORDØYELSEN

Fordøyelsen begynner i munnhulen, og i løpet av et langt liv utsettes tennene for adskillig slitasje. Mange eldre har dårlige tenner, andre er helt tannløse, og hos dem som har gebiss er dette ofte dårlig tilpasset. Alt dette gjør at det blir vanskelig å tygge maten, noe som igjen går utover fordøyelsen. Dårlige tenner vil dessuten føre til at man velger matvarer som er bløte og ikke krever tygging, og på den måten kan mange verdifulle matsorter forsvinne fra kosten. Det er behov for

en bedre tannrøkt også hos eldre. Tannproteser bør renses etter hvert måltid, og hvor de ikke passer, må de korrigeres av tannlegen. Tannpleie hos eldre kan imidlertid falle dyrt, og det er ikke lett for en eldre som kanskje bare har grunnpensjonen å leve av å avse penger til god tannpleie. Vi kan vel slå fast at eldres tannpleie er et stort økonomisk problem og at de offentlige myndigheter ennå ikke har våget å ta det opp.

Både av helsemessige og økonomiske grunner bør en helst foreta

større tannreparasjoner før det får konsekvenser for kostholdet, og gjerne før inntektene reduseres ved pensjoneringen.

Den mest alminnelige fordøyelsesplagen i eldre år er treg mave, noe som henger sammen med at de eldre lever et roligere liv, spiser mindre og dertil ofte en kost som inneholder lite slaggprodukter. Treg avføring kan motarbeides ved endring i kosten, bl.a. ved bruk av surmelk og grønnsaker som vi allerede har nevnt. Grønnsaker, frukt og de fleste bærsorter virker også avførende. Det samme gjør kokte svsker, aprikoser og epler. Et stort glass lunkent vann om morgenen er også til god hjelp for maven. Det er viktig at man ikke går og holder på tarmluften, og likedan at man lærer seg å gå på toalettet på riktig måte. Ofte passer det å gjøre dette etter et måltid, f.eks. frokosten. Man må gi seg god tid, og toalettet bør derfor være oppvarmet og tiltalende. Man skal presse på med jevne mellomrom og ikke til stadighet.

Treg avføring kan være et symptom på sykdom, og derfor er det ikke klokt av noen å klusse for mye med maven på egenhånd. Man bør rådføre seg med legen, og særlig viktig er dette når en tidligere har hatt normal avføring.

Det er alminnelig at fordøyelsesorganene blir mindre robuste med årene. Det kan bli mindre utskillelse av fordøyelses-safter og slim, slik at det blir vanskeligere å tåle all slags mat. Særlig hyppig er det at mavesaften mangler eller inneholder lite saltsyre. I alminnelighet regner vi med at sterkt saltet, røkt og stekt mat skaffer maven ekstra besvær. Kraftig steking gjør også maten tyngre fordøyelig. Svært varm eller svært kald mat, fet og kraftig kost, og for store måltider bør man holde seg borte fra. Det er imidlertid stor forskjell på hva den enkelte tåler, og her kan man ganske enkelt prøve seg fram.

Den største faren ligger oftest ikke i at de eldre overbelaster sin fordøyelse, men i at de er for forsiktige og sjalter ut mange matvarer, slik at kosten blir ensidig. Tåler man ikke kål, fristes man kanskje til å sløyfe den helt, og ofte følger da andre grønnsaker med. Tåler man ikke stekt sild, så hender det at man helt

sløyfer både sild og fisk for øvrig. Istedet for å stryke en matvare fra spisesesddelen, bør man forsøke å finne andre måter å tilberede den på. Kokt mat er i alminnelighet lettere å tåle enn stekt mat. Salt mat blir lettere å tåle om den vannes ut. Kokte og mosede grønnsaker er mer skånende for maven enn rå grønnsaker. Er det vanskeligheter med tyggingen, kan man skjære skorpene av grovbrødet i stedet for å spise bare fint brød.

Grønnsaker og frukt kan man også skaffe seg som grønnsak- og frukt-supper eller man kan bruke dem kokt, i rå raspet, moset eller fint oppskåret form. Kjøttet kan man hakke eller banke for å få det fint fordelt og mørt. Man må være så elastisk at man kan legge om kosten slik at den passer for de forskjellige situasjoner og allikevel inneholder det den skal. Det kan være vanskelig å endre vaner som man kanskje har hatt i mange år, men den elastisitet og omtanke man viser her, har man rikelig igjen i form av god helse i årene framover.

Middagsmåltidet er et vanskelig måltid som mange eldre har vanskelig for å klare. For å hjelpe de eldre til å skaffe seg skikkelig middagsmat har man flere steder gått til salg av rimelig, ferdiglaget middagsmat. Ved de helse- og velferdssentraler som Nasjonalforeningen og andre frivillige helseorganisasjoner har opprettet i Oslo og en del andre byer, er dette et meget populært tiltak.

NYTELSESMIDLER

Det spørres ofte om hvordan det forholder seg med bruk av alkohol og tobakk hos eldre. Det gjelder her som tidligere i livet å vise måtehold. En liten mengde alkohol om kvelden kan være et brukbart sovemiddel, men hvis en drikker større væskemengder (pølter, øl) kan søvnen forstyrres fordi en må stå opp og late vannet. Alkohol virker utvidende på blodkarene, men har mindre betydning som medisin ved forsnevring i disse (f.eks. ved åreforkalkning). Nikotin virker derimot sammen-snevrende på blodkarene, og det kan være nødvendig med tobakksforbud ved en del hjerte/kar-sykdommer. Overdreven sigarettøking dispo-

nerer utvilsomt for lungekreft, men for den som vil røke som pensjonist er dette ekstra faremomentet neppe særlig stort.

Rikelig med kaffe eller te om kvelden kan virke urindrivende og forstyrre søvnen. Kaffens innvirkning på nattesøvnen er preget av individuell forskjell, og noen synes faktisk å ha nytte av kaffe som et lett sovemiddel. Her må en prøve seg fram. Mange synes at en kopp kaffe fremmer fordøyelsen, te virker derimot stoppende. Hos dem som har fordøyelsesbesvær kan kaffe og te som har stått og trukket lenge, øke besværet. Som konklusjon kan man si at brukt på den rette måten kan vi trygt drikke både kaffe og te og se på disse som gode stimulanser og venner.

MENIGHETSRAÐS- VALG 1977

Til menighetsrådsvalget for Malvik, som skal foregå på menighetsmøte i Malvik kirke etter gudstjenesten, og frem til kl. 13.00. søndag den 27. november, foreligger liste, fremmet av følgende

Forslagsstillere:

Nils Rotabakk - Sigurd Vaseljen -
Marta Nilsskog - Elfrid Nilsen -
Steinar Nilsen - Liv Fosse - Kjell
Fosse - Lill-Karin Anundsen - Karl
Anundsen - Paul Hyldmo.

Listeforslag: Oppsatt alfabetisk.

Alfnes Ingrid, Hundhammeren
Anundsen Lill-Karin, Sjølyst
Hammer Kjerstine, Midtsandan
Hamran Ola, Malvik
Hølmo Oddmund, Vikhamar
Melvold Solveig, Forbord
Nilsen Steinar, Malvik
Nilsskog Marta, Hundhammeren
Rotabakk Knut, Vikhamar
Valding Inger, Malvik
Varslot Kirsten, Saksvik
Ørsjødal Inger, Malvik

Det skal velges 6 medlemmer, øvrige blir varamedlemmer.

Menighetsrådsvalg i Hommelvik

Søndag 4. desember skal det holdes valg på nytt menighetsråd i Hommelvik for de 4 neste år. Valget foregår i Hommelvik kirke umiddelbart etter gudstjenesten.

Det skal velges 6 medlemmer til menighetsrådet. Hommelvik menighetsråd, supplert av andre fra menigheten, har satt opp denne kandidatlisten, ordnet alfabetisk:

Bonaunet, Ruth
Bratvold, Thorleif
Glørstad, Edel
Hammer, Torbjørn
Haugen, Ragna Skaaren
Kvam, Ole B.
Lundberg, Laila
Muruvik, Dagmar
Pedersen, Frøydis
Rykkvin, Oddmund
Røsæg, Henry
Sommervold, Leif
Viken, Johan
Wenn, Ragnhild
Østvang, Oddrun



MALVIK KIRKE

Søndag 4. desember kl. 19 blir det lysmesse. Også i år har vi den glede å ha speiderne med oss og likeså Tor Østang som vil delta med solosang.

Den tradisjonelle adventkonsernten blir onsdag 7. desember kl. 19.

Ved den deltar samtlige kor og musikk-korps i Ytre Malvik.

Velkommen til disse samvær.

K. F.

50-ÅRSKONFIRMANTJUBILEET I HOMMELVIK

Til gudstjenesten i Hommelvik kirke søndag 11. desember er 50-årskonfirmantene spesielt innbudt. Hommelvik korforening deltar.

Etter gudstjenesten arrangerer Hommelvik menighetsråd samvær for jublantene i Losjen.

Hjertelig velkommen.

PRESTEKONTORENE

En vil minne om følgende:

Sokneprestens kontor:

Tirsdag kl. 13.00–14.00.

Torsdag kl. 17.00–19.00.

Res.kap.'s kontor i Hommelvik:

Tirsdag kl. 10.30–11.30.

Fredag kl. 17.00–19.00.

UTDELING AV «MIN KIRKEBOK» TIL 4-ÅRINGER I YTRE MALVIK

Søndag den 20. november kl. 11 blir det familiegudstjeneste i Malvik kirke. Da vil alle barn i Ytre Malvik som er født i 1973 få utlevert «Min Kirkebok».

Dette er en bok som bl.a. har mange fine og gode barnesalmer, barnesanger og bønner m.m.

I gudstjenesten blir det sang av søndagsskolebarn.

Kjære foreldre: La det bli en riktig stor familiesamling i Malvik kirke den søndagen.

K. F.

MENIGHETSRAÐSVALGENE I MALVIK PRESTEGJELD

Menighetsrådsvalget for Hommelvik sokn som i forrige nr. av Bygdebladet ble kunngjort å foregå søndag 13. november blir utsatt til søndag den 4. desember ved høymessen kl. 11 i Hommelvik kirke.

Menighetsrådsvalget for Malvik sokn holdes som tidligere nevnt ved høymessen kl. 11 søndag den 27. november i Malvik kirke.

K. F.

ØVELSESKVELDER –

Den nye høymesseliturgien

I anledning den nye høymesseliturgien og innøving av denne kunngjøres følgende samvær: Fredag 18. november kl. 19 i Malvik kirke og onsdag 23. november kl. 20 i Hommelvik bedehus.

Det var å håpe at så mange som mulig ville komme til disse øvelseskvelder.

Den nye liturgien vil bli tatt i bruk ved høymessen i Malvik kirke søndag 27. november og ved høymessen i Hommelvik kirke søndag 4. desember.

K. F.

SLEKT SKAL FØLGE

SLEKTERS GANG

Døpte – Malvik

- 25/9: Ragnhild Dahl
2/10: Ann Renée Ophaug
Lars Jørgen Hell
9/10: Mads Eriksen

Vigde – Malvik

- 15/10: Harald Sneisen
og Torunn Thoresen

Begravd – Malvik

- 23/9 : Sivert Tulluan
29/9: Margit Lucy Vasseljen



VELKOMMEN TIL KIRKE

Søndag 13. november:

- Hommelvik bedehus kl. 11.00: Høymesse ved sokneprest Fosse. Nattverd.

Søndag 20. november:

- Malvik kirke kl. 11.00: Familiegudstjeneste ved sokneprest Fosse. Utdeling av «Min Kirkebok» til 4-åringer. Sang av søndagsskolebarn. Oftring til Trøndelag søndagsskolekrets.

Søndag 27. november:

- Malvik kirke kl. 11.00: Høymesse ved sokneprest Fosse. Oftring til Menighetsseminaret i Trondheim. Menighetsrådsvalg.
- Mostadmark samfunnshus kl. 16.00: Gudstjenestlig møte ved sokneprest Fosse. Kollekt til Mostadmark kapell.

Søndag 4. desember:

- Hommelvik kirke kl. 11.00: Høymesse ved sokneprest Fosse. Oftring til Menighetsseminaret i Trondheim. Menighetsrådsvalg.
- Malvik kirke kl. 19.00: Lysmesse ved sokneprest Fosse. Speiderne deltar. Solosang av Tor Østang.

Onsdag 7. desember:

- Malvik kirke kl. 19.00: Adventskonsernten.

Søndag 11. desember:

- Hommelvik kirke kl. 11.00: Høymesse ved sokneprest Fosse. 50-årskonfirmantene spesielt innbudt. Hommelvik korforening deltar. Oftring til Mostadmark kapell.

Rett til forandring i prekenlisten.