

Fot-bla'e

INFORMASJONSBLAD FOR MEDLEMMENE I TRONDHEIM TURMARSJFORENING

NR. 2 – Juni 2021 – 38. ÅRGANG



Kjære turmarsjvenner – utmattet ja, men kom igjen – HOLD UT!



Ja hva skal jeg skrive om denne gangen? Ja det lurar jeg på; fordi jeg er trett og lei av Korona og det er nok dere også. Men jeg kommer vel ikke utenom, fordi Korona påvirker deg, meg og alle de andre. I mars var jeg optimistisk fordi både Utleira skole og Lohove barnehage var positive til å la oss komme tilbake igjen. Kaffe og vafler (å jeg savner lukten, smaken og praten rundt bordet). Rømmegrøten var i boks igjen – å så herlig det skulle bli. Men nok en gang er våre arrangementer avlyste. Vi har et håp enda på å få gjennomført de to siste marsjene før sommeren. Spesielt håper vi på å gå og få spist rømmegrøten på St. Hanskvelden.

Oslo er åpnet igjen etter å ha vært nedstengt i mer enn 6 måneder, mens Midt-Norge er stengt ned – Norgeslekene er avlyste – OL IVV 21 er utsatt til oktober 2022 osv.....

Hvem skulle ha trodd det skulle bli verre enn for et år siden- da alle fikk hytteforbud i påska. Eller det er kanskje ikke så strengt nå, og vi er kanskje ikke så redde lenger fordi vi vet mye mer om selve smitten og viruset. Og en stor fordel har vi fleste i Turmarsjforeningen vår – vi er vaksinerte. Men så har vi fått desto flere anbefalinger hengende over oss, slik som minst mulig kryssing over kommunegrensene, bare 2 gjester innendørs og 5 gjester utendørs.

Å trøste og bære; når skal vi kunne komme i gang med å klemme hverandre igjen! Jeg går og tenker på at det er så lenge siden jeg har gitt et annet menneske enn Bjørnen min en varm klem, at hvordan var det nå igjen å gi noen en godklem– hva med deg – føler du også det slik?

Så snart vi får lov til å klemme igjen så stemmer jeg for en KLEMMEMARSJ – Enig!

Hvem har hytte innenfor Trondheim Kommunes grenser? Eller er jeg blitt litt surrete av all informasjonen vi får. Først de generelle nasjonale reglene vi må forholde oss til, og så i tillegg kommer de kommunale reglene. Her må vi følge med skal alt bli riktig.

– Får vi ikke lov til noe? Joda, heldigvis fordi vi har en aktivitet vi turmarsjere – det er å bruke beina og vi liker å være ute. Og etter en lang vinter med ovnsvarme, stearinlys, pasta og noe godt i glasset – så er vi nå godt i gang igjen med å gå i små grupper på Rundvandring og Permanente Vandring, Stolpejakt, Turorientering og Til Topps (10 turmål i marka). Dette er aktiviteter som er IVV-godkjente og gir oss stempler i våre kort både for deltakelse og km.

Stå på folkens! Vi gir aldri opp – jeg sier som vår «alles» Jorun sa: Det gikk da bra!

Da hun hadde gått lengre enn langt – ja flere mil, og drikke eller matstasjoner ikke fantes.

Jeg ønsker dere alle medlemmene i TTMF en god turmarsjsommer. Og hold avstand, bruk håndsprit og munnbind, gjerne med slagord: «lett på tå - med maska på»

Brit

Så godt å se deg igjen!

Har du kjent hvor godt det er å si de ordene og å høre dem? Vi var jo ikke forberedt på at det skulle ta så lang tid før vi kunne møtes igjen. Kanskje oppleves det å møtes ansikt til ansikt sterkere enn noen gang! Det kjente jeg den dagen min datter og jeg møttes ute ca. 8 uker etter det første koronautbruddet i 2020. Det var som om sola varmet litt ekstra. Vi kjente varmen i ord og blick. På trygg avstand utendørs, men likevel ansikt til ansikt. Et år har gått siden da, og vi er nå i midten av 2021.

Jeg er i koronakamp! En kamp som har vart lenge og som fortsatt må kjempes. Vi er under press av ord vi for kort tid siden ikke ante hverken innholdet eller rekkevidden av. Koronaangst, koronaøving, koronalei, koronastengt, koronaavlyst mm.....

Noe av det verste med denne krisen er at vi ikke innså hva vi hadde før alt ble annerledes. Da tenker jeg på hverdagen. Hverdagen som så mange blir lei av. Nå føler kanskje mange på at den hadde vært fin å få tilbake, og den skal vi aldri klage på igjen.

Ting vi tok for gitt og som vi kunne gjøre på automatikk ble forbudt. Fulle busser, en klem fra barnebarnet, håndhilse på en venn. Jeg håper vi kan snu de negative følelsene rundt denne krisen til noe positivt. Takknemlighet for det vi har, takknemlighet for hverandre, takknemlighet for at vi lever i et samfunn som står stødig i kriser. Takknemlighet er en mektig følelse som gjør de vonde følelsene mindre, og som kan gi oss lyst til å gi noe videre til de rundt oss, de som har hatt det ekstra vanskelig under denne krisen. For som filosofen Heraklit sa: Elven flyter bestandig, og mennesket forandrer seg bestandig. Derfor, når vi sakte men sikkert skal tilbake til den hverdagen vi før kjente, så skal vi jo ikke tilbake, for vi er ikke de samme, og verden er ikke den samme. Vi skal aldri tilbake, vi skal fremover. Det kommer bedre tider! Urgleden skal smitte og ikke korona. Drømmen om en bedre hverdag uten pandemien fortsetter å vokse. Vi må gripe våren mens vi kan, ta sommeren på strak arm, og glede oss over en innholdsrik turmarsj-høst. Jeg holder på positiviteten og ser virkelig frem til en blomstrende aktivitet utover 2021.

En optimistisk avstandsklem fra

Reidun Moe Reitan. 😊

En turmarsjveteran har forlatt oss



Bjørg Hybertsen vokste opp på Ramsøya i Trøndelag. Med båt som eneste korrespon-danse til fastlandet, og uten andre fremkomstmidler på øya, ble Bjørg tidlig vant til å gå.

Interessen for turmarsj ble vekket på slutten av 80-tallet/begynnelsen av 90-tallet, da hun besøkte sin søster på Stjørdal. Der så hun noen flotte medaljer av forskjellige Riksdagsbygninger i Norden, og hun lurte på hvor søsteren hadde fått dem ifra.

Søsteren fortalte om turmarsjforeningen, og Bjørg meldte seg inn der like etterpå.

Bjørg ble ivrig medlem i Trondheim Turmarsjforening. Hun var årlig med på marsjer som Ormen lange, Trondheims marsjen og tine/melkemarsjen i regi av TTMF i perioden 1990-2000. På disse 3 marsjene, sto hun på startstreken hele 48 ganger. Hun deltok også på de andre arrangementene som TTMF hadde. Hun var med i forpleiningskomitén i mange år, hvor hun bl.a. annet ordnet med kaffe, vafler og andre godsaker som ble servert i forbindelse med arrangementene.

Hun har deltatt på turmarsjer fra Stavanger i sør, til Kirkenes i nord, og også deltatt flere ganger i internasjonale marsjer, både folkesportsolympiader og IML-marsjer. Hun har også deltatt på Grete Waitz-løpet 7 ganger, jentespranget 2 ganger og jentebølgen 11 ganger.

Mens hun var på vei til og fra turmarsjer, både nasjonalt og internasjonalt, hadde hun alltid strikketøyet med seg, og strikket klær til både nær familie og venner. På veien til og fra sine 8 turmarsjer i Vasa i Finland, ble det ofte stopp hos sønnen Åge med familie på Myre i Vesterålen. Der var det alltid noen kystdrakter som skulle tilpasses, eller strikkaplagg som skulle leveres. Enkelte ganger passet det med turmarsjer der også.

Det er ikke tvil om at Bjørg var flink i sitt fag som syerske og retterske. Hun har nok også i sitt virke tilpasset klær til mange spreke vandrere i TTMF.

Den siste internasjonale marsjen gikk Bjørg sammen med Rudolf og barnebarnet Sara, i Vasa, Finland, før Norge ble stengt ned. IML-marsjen i Finland var en av marsjene Bjørg likte ekstra godt, og hun syntes det finske språket var så "artig". At dette skulle bli den siste internasjonale marsjen, hadde ingen av oss trodd.

Bjørg ble i dårlig form og fikk plager med magen i vinter. Hun ble henvist til gastroskopi på St. Olavs Hospital, og fikk time der 16.Mars.

Bare noen uker før, så hadde hun vært ute og gått sin faste tur sammen med sine turvenninner. Litt magetrøbbel stoppet henne ikke, godt selskap, trim og frisk luft kunne jo også hjelpe på.

Björg møtte opp til sin time på gastroavdelingen 16. mars. Dagen etter, onsdag 17. mars, fikk Björg beskjeden om at hun hadde fått kreft. Kreften startet i bukspyttkjertelen, med spredning til lever og tarmer. Kreften tappet fort Björg for krefter, og ingen annen behandling enn smertelindring var mulig.

8. april sovnet Björg stille inn, 23 dager etter hun møtte opp på St. Olav for en gastroskopi.

En turmarsjveteran forlot oss så altfor tidlig. Hun hadde fortsatt så mange veier, turer og marsjer hun skulle gå, sammen med familie, venner og øvrige vandrere. Så mange opplevelser, og så mange minner som skulle skapes.

Björg sitt siste ønske var å få hvile sammen med sin sønn Frank, som familien mistet i påsken 1985. Dette ønsket er innfridd ved kremasjon, og urnen vil bli satt ned i løpet av sommeren.

Vi lyser fred over Björg sitt minne. ❤️

-Familien

Kom mai, du skjønnne milde

I april, da det var riktig så hustrig, skrev jeg en epistel om den begredelige, sene våren vi opplevde. Det var uforståelig at Bjørnstjerne Bjørnson hevdet at han valgte seg april. Da er heller mai min måned. Vinteren er definitivt over, i alle fall her i Midt-Norge, uansett hvordan været måtte være. Det tidlige grønnsværet med hvitveis, bjørkas musører, snøflekker innimellom granene og enslige humler som sveiper rundt på leting etter blomster med nektar. Lett bris som gir vimpler og flagg et lite løft. Det er vår det.

Den 22. mai er jeg på Rønningen, og vårens farger og lukter kan nytes i fulle drag. Vel, jeg kunne ha ønsket mindre røyk fra grillen nedenfor verandaen. Men folk koser seg, så da så. Og flere er på vei oppover, med barnevogner, hunder og dagstursekker. Her kommer flere grupper som ser ut til å romme tre generasjoner; sannelig der kommer en dame i bestemorsalder i elektrisk rullestol. Hurra for veien som lar oss alle nyte en tur i marka!

Jeg gjør meg ferdig med kaffen og skal følge veien ned, etter å ha sjekket «Til topps-koden». Turistforeningens toppliste er enda en motivasjon til å komme seg ut. Andre hiver seg også på stolpejakt, PV fri, turorientering og hva vet jeg. Samme det, bare noen av tiltakene får en til å forlate heimen til fordel for frisk luft og mosjon, uten bruk av munnbind til og med.

Elis Fremstad



Velkommen til 3-dagers fra Utleira skole i Trondheim 24. – 26. sept. 2021



Fredag 24. september arrangeres

Tine-marsjen

for 31. gang.

5 og 10 km: start kl. 18:00 – 20:00

Lørdag 25. september arrangeres

Ormen Lange

for 31. gang.

5 og 13 km: start kl. 08:00 – 12:00

60 og 100 km: start kl. 07:00

Søndag 26. september arrangeres

Trondheimsmarsjen

for 38. gang.

5 og 13 km: start kl. 09:00 – 12:00

23 km: start kl. 09:00 – 10:00

IKKE muligheter for bruk av gymsalen / overnatting på skolen.

Kafeteria på startstedet. Bra med parkeringsplasser.

For ytterligere informasjon, ring Brit Solli Isachsen: 900 63 521 eller Anne Mette Hybertsen: 992 94 317.

Velkommen!

Trondheim Turmarsjforening

Førte vandringer

Førte vandringer har vært et lyspunkt denne vinteren. Per Sæbø har invitert, på vegne av Støren Turmarsjforening ved Magne Skindervoll. Vi har gått i byen på diverse føre, og årets siste Førte Vandring gikk den 20. mars fra Tyholttårnet. Mange har meldt seg på, og mange har vært med på pizza-lunsj etterpå. Den 20 mars møtte det ca 30 ihuga marsjere. Alle hadde skifta ut piggskoa, det begynte å bli vårlig på fortau og sideveier, som Per er en kløpper i å finne fram til. Også denne gangen gikk vi forholdsvis tørrskodd første del av løypa. Men Per er Per, sannelig greidde han å finne et par snarveier, hvor det ble ganske utfordrende å karre seg opp. Riktignok stod det et skilt med privat veg, ingen gjennomgang, men dette ble glatt oversett. Bokstavelig talt. Heldigvis var det et gelender som vi kunne holde oss fast i, mens vi forserte is-stien. Alle kom seg opp, uten fall eller andre fortredeligheter. Ellers var turen helt ypperlig, passe lang, men været slo om underveis, det regna og blåste, og vi var sjeleglad da vi kunne entre Tyholttårnet, hvor det var bestilt pizza. Vi var godt ivaretatt, hadde egne bord, og vi følte oss som en egen kohort. Pizzaen ble plassert på bordene, rikelig, og vi fikk forsyne oss til vi var mer enn mett. Takk til Per og til Magne. Vi hadde en snill liten stund i Tårnet. Det var koselig å se folk, og å snakke med flere enn i den hjemlige kohorten.

Aud Mirjam

En liten historie fra barnehagen

Viltre småtasser henger huiende i luftige klatrestativ, andre har flyttet legoklossene ut i solskinnet, og noen svinger seg i dissestativet. Andre igjen springer fort rundt omkring og er "Supermann." For en energi det er i disse små kroppene! Fort, fort hele dagen. Det er stor forskjell på barna i dag og fra da jeg var lita jente. Den gangen var omkvedet "pappa'n min er sterkere enn pappa'n din." Den som hadde en pappa som var enten politi eller brannmann, - den så vi opp til. Barskere kunne ingen bli! I dag er det annerledes. I dag er det fart som gjelder. Turbogenerasjonen vokser opp no. Jeg blir sittende ved siden av tre gutter som kjører fort med biler i sandkassen. "Pappa'n min er lokfører og kjører toget fra Oslo til Trondheim på 5 timer", sier den ene. "Er det noe å skryte av da? Pappa'n min er flykaptein og flyr fra Oslo til Trondheim på 50 minutt," sier den andre. "Enn du, hva gjør pappa'n din?" spør de tredjemann. Han svarer: "Pappa'n min jobber i Trondheim kommune, han slutter halv fire og er hjemme kvart på tre."

Reidun Moe Reitan

Turmarsjvenner er godt å ha



To av våre ungdommelige PV-vandrere fylte 80 år i mai. Gerhard den 8. mai – flaggdag til og med, Sissel den 14 mai. Begge er ivrige turmarsjere. Vi går på faste dager, tirsdager, fredager og søndager. Og seriemarsjene går onsdager. Etter hvert har vi blitt en gjeng som avtaler å starte fra hotell Augustin kl. 11, går de PV-løypene, enten 7 km eller 13 km, og møtes for kaffe enten på Soknedal bakeri, eller på Michaelsens bakeri i Ila. Der var møteplassen da Lille Skansen var vinterstengt, men nå er favorittstedet åpnet igjen.

Alltid utrettelige Anne Lysholm er kreativ, hun varslet PV-gjengen og lurte på om vi skulle ta en fredagslunsj på Lille Skansen nær opptil 80 årsdagene. 16 stykker ble vi den 7. mai, rekesmørbrødene var bestilt på forhånd, de hyggelige damene som serverte oss var rause med kaffen, og rekesmørbrødene kom kjapt på bordene. Anne sørget for bursdagssang, og de to jubilentene var rørt og takket for initiativet. En hyggelig gest i et merkelig år.

Tusen takk til samtlige PV-venner.

Aud Mirjam



Anne holder tale for jubilentene

14 april – første sommerdag

Ja, på primstaven står det at det er første sommerdag i dag. Jeg kikker ut av vinduet, og ser at det snør, og at det ligg kvitt på bakken.

På primstaven står det å lese:

Hvis det er varmt i dag, blir det en varm vår.

Fryser vannet i natt, blir det uår.

Snør det i dag, kan man vente at det snør 9 ganger til før sommeren.

Så tett som snøen faller sommerdagen, vil fluer og klegg fly i sommervarmen.

Husk å snu primstaven.

Ja, hva kan en si om dette, det snør altså, ergo vil det snø 9 ganger til før sommeren.

Og fluer og klegg vil fly like tett som snøen faller nå.

Jeg vet ikke om dette er noe å satse på, men det er artig å lese hva disse gamle værtegnene sier.

Ellers må jeg bare si at jeg er møge lei snø og vinter. Nå har vi gått noen turmarsjer i nye joggesko, og det er herlig. Piggskoene er forhåpentlig ikke nødvendig å bruke mer denne sesongen. De bør vel ettersees og settes i bua i påvente av flere sesonger. Men i kveld er det turmarsj fra Rosten, det er vel i høyereliggende strøk, og jeg frykter det kan være vinterføre der fortsatt.

Men altså, 1 sommerdag og det er meldt sol og fint vær til helga.

Aud Mirjam

Hva er det som går og går?

Tiden, selvsagt, det vet alle. Det rare er at den synes å gå raskere og raskere for hvert bidige år. Samtidig virker det som om en får gjort mindre og mindre etter som årene svinner hen. Apropos verbet å gå. Det kan brukes til så mangt. Av og til blir det erstattet av misvisende uttrykk. For eksempel heter gruppen vår «turmarsjforening». Vi marsjerer aldeles ikke, vi går. I vår sammenheng er marsjering et nokså fjollete ord. Marsjering hører andre grupperinger til, som militærgrupper og parader med stort markeringsbehov.

Som sagt; vi går og går og begynner etter hvert å bli glade for at vi fremdeles er i stand til å holde det gående. Av og til kan det gå i stå, andre ganger går det unna. Går det, så går det. Om man må senke farten, går det over i spasing, dvs. langsom gange. NSSG (Nordenfjeldske Sang- og Spacérgruppe) har også laget seg et misvisende navn, iallfall hva ganglaget og hastigheten angår. Der i gården er det ikke mange som spaserer. Jeg har aldri hørt dem synge, men hvis de er like flinke til å synge som til å arrangere turer for også andre gående, da lyder de sikkert bra. På vegne av oss gående som gjerne blir med på Spacértourene deres, vel jeg bringe NSSG en aldri så liten takk for invitasjonene til å delta. Turene bidrar til at vi holder oss gående. Det er vi som går og går, må vite.

Elí Fremstad

Tiden går – og det meste endres

I min oppvekst var det et sjeldent syn om en barnevogn ble ført av en mann. Fedrene gikk gjerne ved siden av eller litt foran, gjerne med hendene på ryggen, som min far gjorde ifølge svart-hvitt-bilder fra årene etter frigjøringen i 1945. Mor var den som dyttet barnevogna opp kneiker og over dørstokker. En del tiår senere invaderer unge kvinner med mødrepermisjon og ruvende barnevogner kaféer rundt om i byen. Jeg har ofte irritert meg over plassbehovet til grupper av barnevogner, barnestoler og mammaer, samt skarpe hyl og hvin fra de ellers så søte små. Men jeg skjønner jo at mødrene kan ha behov for å komme seg ut og drøfte alvorlige ting med likesinnede på nøytral grunn.

Her om dagen nøt jeg som så ofte ellers min kaffe latte i en kjøpesenterkafé – og ble nesten himmelfallen over en ny konstellasjon av barn, forelder og barnevogn. Et fenomen som for de innvidde vel ikke er helt nytt, men nytt iallfall for meg. To unge menn med hver sin ruvende barnevogn og hver sin lille pjøkk hadde benket seg rundt kafébordet. Fedrene kommuniserte lavmælt, hele tiden avbrutt av de små som uttrykte alle mulige meninger og behov. Kafébordet var fylt opp av tåteflasker, grøtglass, små plastskjeer og kluter, kaffekopper og fat. Det hele foregikk i en kombinasjon av samtale og smårydding og kontroll av småbarnas veiving og fikling. Omtrent som de har det hjemme, skulle jeg tro. Underlig nok ble jeg både rørt og glad for det jeg så. Her har vi et eksempel på at noe går i en likere retning i rolleforståelse og -fordeling mellom kjønnene. De unge fedrene så slett ikke ut til å mistrives der de balet med sine små. Godt, tenkte jeg. Alt var ikke bedre før.

Eli Fremstad



Pensjonister / turmarsjere har lunch på byen under korona-pandemien.

Og vi gikk og vi gikk

Tirsdager bruker en PV-gjeng å samles for en felles tur. I vinter/kald vår har vi gått 7 km i retning av Ila, og har funnet ett par kafeer for kaffe og noe godt å bite i, og for å kunne prate med flere enn i hjemmekohorten. Flere er enslige, og da er det ekstra kjekt å se og prate med andre.

I 2020 var gjengen på en dagstur til Kristiansund med hurtigbåt. Damene gikk i butikker, gubbene satt på kafe. Dette var så vellykket, at de bestemte seg for en oppfølging neste år.



Og neste år er nå, i 2021. Gjengen hadde planlagt en dagstur til Steinkjer, med tog. 2 timer hver veg, men tiden går fort når en sitter i samme kupe og kan prate underveis. Nå er de fleste ferdig vaksinert, samtlige startet turen med munnbind, men vi hadde en hyggelig konduktør som informerte at vi behøvde ikke sitte med munnbind, selv om han måtte ha. Ester, Erling og John hadde avtalt med Kjell Solberg som bor i Steinkjer, og som var godt kjent i Trondheim Turmarsjmarsjforening.

Leder for PV ble selvoppnevnt Eli Fremstad, ho går 4 PV i Steinkjer i året, og var godt kjent i løypene. Det ble noe diskusjon om vi skulle gå 7 km, 10 eller 13. For egen del tenkte jeg 7 km, gubben og jeg har

vært på hytta i 14 dager og vi har gjort helt annet enn å gå. Og vi gikk og vi gikk, det var fine løyper, men etter hvert ble det nok for mitt kne, og en gruppe på 4 valgte en kortere vei tilbake til utgangspunktet. Startstedet ligger i 2 etasje på Dampsaga, og ett par av oss valgte skam å si å ta heisen opp. Totalt ble det 15 km for oss. Vi gikk fra Lilleby og hjem også. For å si det slik, det merkes det på skankan i dag.

Men en kjempefin dag ble det, nydelig vær og trivelig reisefølge. Tusen takk for turen.

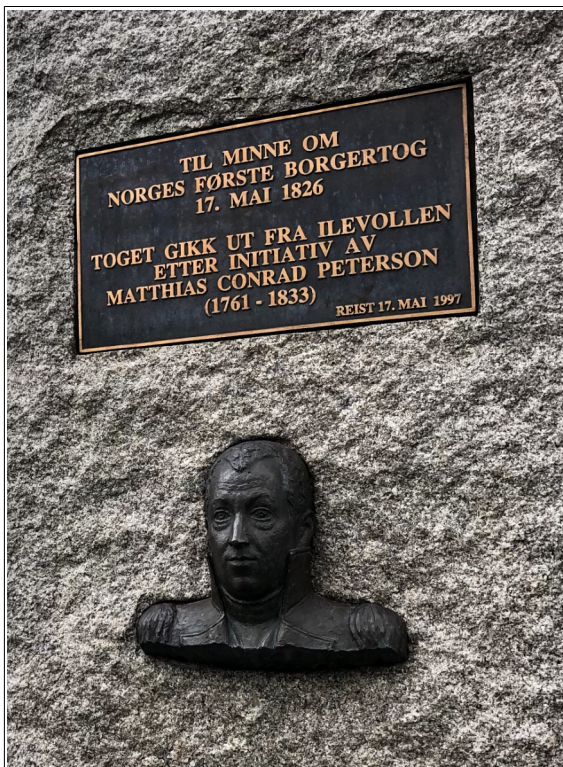
Aud Mirjam

Visste du at landets første 17. mai-tog gikk i Trondheim?

17. mai i år blir utvilsomt like annerledes som den ble i fjor.

Den klassiske grunnlovsfeiringen er i alle henseender det verst tenkelige vi kan gjennomføre under en pandemi som denne: Lange frokoster med slekt og venner, skåling og sang, borgertog og barnetog, et fullstappet sentrum og full rulle på tivoli, utesteder og restauranter. Men utendørs kan vi i det minste bevege oss, og utendørs i Trondheim befinner det seg et noe oversett, men høyst aktuelt kunstverk – til minne om landets første 17. mai, som gikk av stabelen lenge før det første barnetoget, som ble gjennomført i Christiania den 17. mai 1870. Få er kanskje klar over at Norges første 17. maitog gikk fra Ilevollen og inn til Trondheim sentrum i 1826.

Minne over Matthias Conrad Pettersen, Bronse på bautastein, 1997/98



Matthias Conrad Peterson (1761-1833) var en journalistikkens og trykkefrihetens mann. Hans engasjement i Thronhjemske Tidende og senere Adresseavisen gjør dette tydelig. Pressefrihet ble slått endelig fast i grunnloven av 1814, og nettopp grunnlovsdagen 17. mai og en årlig markering av denne ble for Peterson en hjertesak. På bautasteinen over ham i den vestre enden av Ilaparken er det innfelt en plakett med påskriften: «Til minne om Norges første borgertog 17. mai 1826. Toget gikk ut fra Ilevollen etter initiativ av Matthias Conrad Peterson (1761-1833). Reist 17. mai 1997».

Under denne plaketten ble det året etter, i 1998, innfelt et relieffportrett av Peterson, laget av Kristofer Leirdal (1915-2010). Dette arbeidet skulle bli den siste i rekken av mange kunstneriske utsmykninger Leirdal gjorde i offentlig rom i Trondheim. Peterson er gjengitt med sitt karakteristisk markerte, nesten Mikke Mus-aktige hårfeste, med stiv krage opp langs halsen og epåletter på skuldrene. Relieffet er tydelig inspirert av et portrettmaleri av Peterson. Bautaen står litt bortgjemt i enden av Ilaparken, men det legges blomster ved foten av den hver 17. mai, som en markering av det første 17. maitoget ikke bare i Trondheim, men i Norge, da tusenvis av mennesker, på Petersons oppfordring, gikk i tog fra Ilevollen og inn til byen. Først året etter, i 1827, kastet flere norske byer seg med og markerte grunnlovsdagen med et borgertog.

Gustav Borgersen

kunsthistoriker og kritiker.

Foto privat. Brit

Kne kan fikses?

Alle er vi utstyrt med kne, som regel har vi to, og de slites parallelt skulle en tro, de brukes jo like mye.

Jeg har brukt begge knærne i drøyt 75 år. Turmarsj har jeg gått siden 1990 tallet. Som Romsdaling har jeg gått mange fjellturer oppi fjella rundt Isfjorden, på beina og på ski. Knærne begynte å plage meg, og etter noen år med betenkeligheter, noen runder med fastlege og ortopeder på St. Olavs Hospital, fikk jeg time til utskifting av venstre kne den 7. oktober 2020. Jeg skulle egentlig blitt operert i mai/juni samme år, men coronaen har ført til utsettelse og endring av mye. Men altså, 7 oktober. Etter at bedøvelsen var ute av kroppen, måtte jeg opp og stå på beina, det fungerte, og etter 2 dager ble jeg henta av gubben. Da var jeg utstyrt med krykker, toalettforhøyer i heimen, smertestillende piller, og ordre om å bestille time hos fysioterapeut. Jeg kom hjem en fredag, og påfølgende mandag hadde jeg min første time på Leangen treningssenter. To dagers trening pr uke, etter 5 måneder var jeg «ferdig rehabilitert», dvs jeg kunne strekke og bøye beinet, jeg gikk trapper opp og ned, og jeg gikk turmarsjer igjen. Folk har vært interessert og spurt hvordan det går med kneet, og jeg må bare si at det har vært en vellykket affære. Flere i miljøet er i samme situasjon med kneplager, og jeg må bare anbefale å gjøre det samme. Først som sist. Imidlertid har jeg vært utålmodig og syntes det har tatt lang tid å bli smertefri. Det er jeg enda ikke, jeg bruker å si at det går 2 skritt fram, og 1 tilbake. Jeg kjenner det tar lengre tid å gå en 5 kilometer enn tidligere, men det går bra. Ifølge fysioterapeuten kan det gå ett års tid før jeg glemmer at jeg har nytt kne. Så jeg er optimist. Nå satser jeg på at det går an å besøke familien i Frankrike i løpet av sommeren, jeg må nok finne meg i å bli stoppet i scanneren på flyplassen, titan i kneet vil nok gi utslag. Men skitt au, det får jeg tåle. Så takk for omtanke til folket som har lurt på hvordan det går med meg og kneet.

Aud Mirjam

Krokusen skjebne



Krokus 19.april, fem dager etter første sommerdag.



Samme motiv 8. mai med nysnø.

Redaksjonens side.

«Du skal ikke bekymre deg for helsen, den forsvinner av seg selv» siterte jeg sist. Vi er langt fra ferdig med den saken. Ordet korona er i bruk hele døgnet, ikke minst i nyheter og kommentarer, men også i våre aktiviteter og påvirker vår hverdag mer enn vi setter pris på. Selv om vi ikke har kunnet arrangere alle de planlagte turmarsjene så er det tydelig at mange er svært så aktive som turgåere og det er bra for helsen og velværet.

Noen gir riktignok uttrykk for bekymringer over slitasjen på naturen av alt folket som vimler rundt i hele marka. Den vil de ha for seg selv til rulleskiløyper og sykkelveier. Brukes vanlig folkeskikk og sunn fornuft så har jeg troen på at det går bra både med oss, marka og dens fauna.

Den terminlisten som er på motstående side er hva som kan bli dersom det åpnes opp for bruk av skoler mm.

Følg med på meldingen som sendes ut til mobiltelefon. Får du ikke melding så ta kontakt med leder.

Tví tví! La oss leve í hápet!

Bjarne

Redaksjonen i Fotbla'e består av:

Redaktør	Bjarne Stangnes bhstang@online.no	950 82 143
Journalist	Aud Mirjam Tokle Fjellhaug audtokle@gmail.com	909 44 210
Journalist	Eli Fremstad fremstadel@gmail.com	905 36 443

Neste utgave av, Fotbla'e , kommer ut ca 10.09.2021. Bruk kamera flittig på tur og del opplevelsene med oss andre. Siste frist er 1. september. Har du noe på hjertet så la oss få høre om det.

Foreningen har egen internettside med informasjon om foreningens aktiviteter, linker til andre turmarsj-foreninger og Fotbla'e fra 4-2004 og til 2-2021.

<http://www.trondheim-turmarsjforening.org>

Minner også om at Trondheim Turmarsjforening har egen profil på Facebook. Skriv Trondheim Turmarsjforening i søkefeltet så dukker sidene opp. Lykke til!

Trondheim Turmarsjforening

Ti-trimmen og litt til 2021

Dag/ nr	Dato	Startsted	Merknad
Onsdag 7	16. juni	Myra, Byåsen	Ti-trimmen (Byåsen)
Onsdag 8	23. juni	Lohove barnehage	Ti-trim og rømmegrøt
		Sommerferie	
Onsdag 9	11. august	Rosten skole	Ti-trimmen
Onsdag 10	18. august	Ferista friluftsbarnhage	Ti-trimmen (Byåsen)
Onsdag 11	25. august	Equinor Rotvoll	Ti-trimmen
Onsdag 12	01. sept.	Skogly Skisenter	Ti-trimmen
Onsdag 13	08. sept	Granåsen	Ti-trimmen
Marsjhelga	24. - 26. sept.	Utleira skole	Marsjhelga
Onsdag	15. sept.	Rosten skole	Høstvandring
Tirsdag 14	21. sept.	Ugla skole	Ti-trimmen tirsdag
Onsdag 15	29. sept.	Utleira skole	Ti-trimmen
Onsdag 16	06. oktober	Rosten skole	Ti-trimmen
Tirsdag 17	12. oktober	Ugla skole	Ti-trimmen tirsdag
Søndag	24. oktober	Utleira skole	TV-aksjonsmarsj
Onsdag 18	20. oktober	Charlottenlund ba. skole	Ti-trimmen
Onsdag	27. oktober	Risvold*	Avslutning

*Adminbygget Risvollan Borettslag, Asbjørn Øveråsveg 1, 2. etg.

Starttid ti-trim: 18: Distanser 5 og 10 km

Startkontingent: kr. 20,-

Ti-trimmedalje i henholdsvis sølv/gull kan kjøpes etter 6/10 serieturer.

Kontaktpersoner er:

Brit Solli Isachsen: 900 63 521

Anne Mette Hybertsen: 992 94 317

Vår internettadresse: www.trondheim-turmarsjforening.org

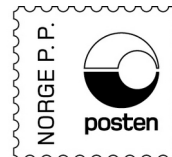
Ferista friluftsbarnhage, Fjellseterveien 24, ovenfor Byåsen Butikksenter.

Trondheim Rundvandring - Prisendring

Fra 1.1.2021 er prisen endret fra 70 til 120 kr. Dette er i samsvar med Turmarsjforbundets praksis. Dvs. at det på samme måte som for andre marsjer koster kr. 20 pr. dagsstempel.

Styret i TTMF

Mottaker:



Avsender:

Trondheim Turmarsjforening

Postboks 5469

7442 Trondheim



TRONDHEIM TURMARSJFORENING

Tilsluttet

Norges Turmarsjforbund



Postboks 5469, 7442 TRONDHEIM

Telefon: 900 63 521

Redaktør: Bjarne Stangnes

Trykking:

NYE OFFSET • GRAFISK PRODUKSJON • REPRO • KOPIERING
Heimdal Trykkerias

