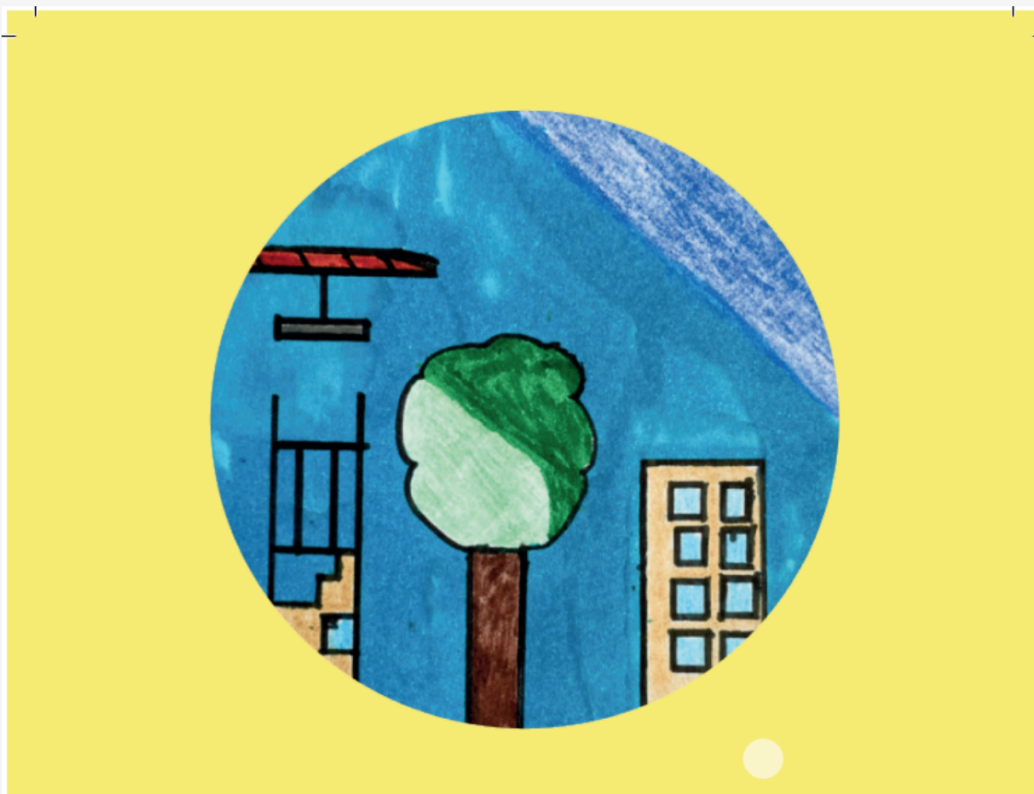




BARNAS NÆRMILJØ 2022-2025

ANALYSE, TILTAK OG EFFEKTER FRA
OMRÅDESATSINGEN TEMPE-SORGENFRI

Utarbeidet av Elin Østgaard
Prosjektleder Barnas nærmiljø

Oppdragsgiver: Trondheim kommune/Tråanten tjelte

Innholdsfortegnelse

1. Forord	3
2. Prosjektet Barnas nærmiljø Tempe-Sorgenfri	3
2.1 Barnehager og skoler	4
2.2 Kunnskapsgrunnlag	5
3. Årsrapporter	6
3.1 Årsrapport 2022	7
3.1.1 Krokusprosjektet	7
3.1.2 Tegnsangkoret	8
3.1.3 Julegrantenning	8
3.1.4 Generasjonstreff	9
3.1.5 Resultat høsten 2022	9
3.2 Årsrapport 2023	10
3.2.1 Etablering av strukturer	10
3.3 Årsrapport 2024	11
3.3.1 Utvidet Samarbeid	11
3.4 Årsrapport 2025	12
3.4.1 Forankring og åpning av Tempeparken i 2025	12
3.5 Effekter årsmeldingene 2022- 2025	12
4. Råd for videreutvikling etter prosjektperioden	13
4.1 Samarbeid og fellesskap er suksessfaktorer for å lykkes	13
4.2 Innbyggerinvolvering og mobilisering av lokale ressurser	13
4.3 Kulturelt fellesskap, mangfold for alle	14
4.4 Fysiske tiltak, møteplasser	15
4.4.1 Tempeparken	16
5. Prosjektets effekter	16
5.1 Brukermedvirkning fra barn og unge	17
5.2 Prosjektforum	17
5.3 Generasjonstreff	18
5.4 Tempesangen	18
5.5 Tempefestivalen	18
5.6 Tempeparken	19
6. Effekter og sammendrag	19
7. Tabeller	21
7.1 Årsrapport 2023	21
7.2 Årsrapport 2024	24
7.3 Årsrapport 2025	30
8. Avslutning, Tempesangen	33

Prosjektet “Barnas Nærmiljø Tempe-Sorgenfri” 2022-2025 var del av programmet Områdesatsingene i Trondheim i Trondheim kommune. Prosjektet var ledet fra Nardo skole. Dette er en prosjektrapport skrevet av prosjektleder, med refleksjon fra rektor som prosjektansvarlig.

1. Forord

Refleksjon om å være en del av prosjektet for Nardo skole.

Den tidlige fasen av Nardo skoles deltakelse i prosjektet var nok preget av at det var enkelt å teoretisk identifisere mange barrierer i sammenhengen Nardo skole og Tempe-området som en perifer geografisk del av skolekretsen. Også forståelsen av hva vi som nærscole kan involveres i og bidra med, var tema som vi brukte tid på å både forstå og finne innganger til.

Vi bestemte oss i denne fasen å ha stort fokus på det vi kan gjøre noe med, da det er mange faktorer i bydelen vi ikke styrer, eller som ligger på helt andre nivå enn det mandatet skole skal oppfylle.

Fokuset på deltakelsen i prosjektet fra skolens side, har vært å kunne bidra til at våre elever bosatt på Tempe har opplevd en stolthet i forhold til området de er bosatt i, at de har opplevd at bydelen er en integrert del av skolekretsen, og at alle våre elever og foresatte har fått oppleve de kvalitetene som finnes i området. Skolen har også deltatt aktivt i en del av det mangfoldet som finnes og som har kommet til i bydelen gjennom prosjektet, og bydelen har hatt en stor økning i aktivitet i løpet av prosjektperioden.

Skolen har hatt godt utbytte av sin deltakelse, og avstanden til Tempe har blitt kortere enn den var, i overført betydning.

Januar 2026

Bjørn Jacobsen, rektor Nardo skole

2. Prosjektet Barnas nærmiljø Tempe-Sorgenfri

Bydelen Tempe- Sorgenfri i Trondheim kommune er inne i en områdesatsing som skal bedre miljø, boforhold og levekår i kommende tiårsperiode. Samarbeidsmøter med beboerne i bydelen (“Tempesnakk” våren 2022) viser høy grad av trivsel og tilhørighet, mange har bodd på samme sted i en årrekke og viser til gode kvaliteter ved området. En innbyggerundersøkelse pekte på at barn og unge har få aktivitetstilbud og sosiale møteplasser i nærområdet.

Prosjektet Barnas nærmiljø ble etablert høsten 2022 med mål om at barn og deres familier skal oppleve tilhørighet og deltakelse i aktiviteter i nærmiljøet. Lokale ressurser skal mobiliseres og iverksettes og barn fra andre deler av Nardo skolekrets skal bli bedre kjent med området. Kommunens oppvekststrategi *Stein, saks, papir* understreker voksnes ansvar for å trygge barnas oppvekst.

2.1 Barnehager og skoler

Bydelen har to barnehager, private Tempe barnehage (lokalisert mellom blokkene på Tempe) og kommunale Lerkendal (Festningen) barnehage. Begge har barn fra Tempe-området, Tempe barnehage skiller seg ut med et betydelig språklig mangfold.

Elever i barneskolealder fra Tempe-Sorgenfri sogner til Nardo skole. Ingen av elevene bor på Sorgenfri, analyser, tiltak og effekter er derfor knyttet til Tempe i denne rapporten.

Barna bor primært i høyblokkene på Tempe og utgjorde i 2022 15 % av skolens elevmasse. Familienes bakgrunn er preget av et stort kulturelt mangfold, med mange innbyggere fra land som Somalia og Eritrea. Andelen er høy på de yngste trinnene, der barn fra Tempe-Sorgenfri utgjør 25 % av elevene på 1. og 2. trinn. Sunnland er elevenes ungdomsskole, andelen elever fra Tempe er lav (i underkant av 4 %), familiene flytter ofte ut av området når barna blir eldre og noen velger private skoler.

Skolevegen for elevene som bor på Tempe og tilhører Nardo skole er forholdsvis lang.

Undergangen var i 2022 mørk, uoversiktlig og utrygg, og gangstien fra Lerkendal opp til Nardoplatået opplevdes også som lite trygg. Alternativ rute er Bakkehellet, her var det fortau

kun i den nederste delen av bakken og spesielt på vinteren utfordringer mht trafikksikkerhet, noen av elevene tok buss eller ble kjørt.

2.2 Kunnskapsgrunnlag

Den innledende prosjektfasen høsten 2022 ble brukt til kunnskapsinnhenting fra private og frivillige aktører. Målet var å etablere et helhetlig bilde av situasjonen, sikre bred deltakelse og legge til rette for felles møteplasser. Dette har lagt grunnlag for å etablere møteplasser for alle generasjoner, og fremme arrangementer og tiltak innen kultur og generasjonstreff for å styrke tilhørighet og deltakelse i nærmiljøet.

Frost Eiendom er en privat aktør som eier alle leilighetene i blokkene i Ola Frost veg, kjenner området godt etter å ha drevet utleie over en 20-årsperiode, og er en viktig samarbeidspartner. Byggingen av en ny blokk på 17 etg. som stod ferdig i -25, medførte høy byggeaktivitet over en 3-årsperiode og utfordringer i nærmiljøet, spesielt for barna. Parken over parkeringskjelleren og mellom blokkene ble prioritert først, med lekeområder, ballbane, treningsapparater, sittegrupper, gangveier og beplantning.

Nidelv IL er et breddeidrettslag med hovedanlegg ved Nidelven, og tilbyr et bredt spekter av aktiviteter; Allidrett, fotball, friidrett, håndball, innebandy, ski, vektløfting og trim for barn, ungdom og voksne. Det er etablert en ordning for barn fra Tempe, hvor Frost Eiendom yter økonomisk støtte til deltakelse i idrettslagets aktiviteter. Til tross for denne støtten er det få barn fra Tempe-området som melder seg på tilbud som f.eks. Allidrett for de yngste. Familiene oppgir at dårlig belysning og framkommelighet på veien ned til anlegget utgjør en barriere for deltakelse.

Tempe kirke/Nidelven menighet har god kjennskap til området. Samarbeid om barn, ungdom og deres familier er et felles anliggende for å nå familiene og iverksetting av relevante tiltak for å ivareta det kulturelle mangfoldet innenfor fellesskapet.

Nardo og omegn Frivilligsentral har base på Risvollan og dekker områdene Tempe, Nardo og Bratsberg. I områdesatsingen har de fokus på hvordan frivilligheten kan integreres i de planlagte nærmiljøtiltakene på Tempe, spesielt innenfor områdene skole, barnehage og kultur.

Kunnskapsinnhentingene bekreftet betydningen av å ha et helhetlig bilde av situasjonen. Samarbeidet mellom aktørene la et godt grunnlag for det videre arbeidet med å etablere felles møteplasser for alle generasjoner med fokus på arrangementer og tiltak innenfor kultur og generasjonsmøter for å øke tilhørigheten og deltakelsen i nærmiljøet.

2.3 Samarbeid og fellesskap

Frost Eiendom er en viktig samarbeidspartner ikke bare som eier av et betydelig antall leiligheter i Ola Frost veg, men som en aktiv medspiller i områdesatsingen. Over 20 år på stedet gir en unik innsikt i beboernes behov. Til tross for utfordringene knyttet til byggeperioden av den nye 17-etasjers blokken, har Frost Eiendom prioritert ferdigstillingen av Frostparken og skapt en sentral møteplass som fremmer fysisk aktivitet og sosialt fellesskap. Gjennom økonomisk støtte til Nidelv IL bidrar de til å senke den økonomiske barrieren for barn og unges deltakelse i fritidsaktiviteter. Nidelv IL har med sitt brede spekter av idrettstilbud mye kontakt med barn og unge og samarbeidet med Frost Eiendom om støtteordningen for deltakeravgifter er et godt eksempel på sosialt ansvar.

Tempe kirke fungerer som en viktig sosial institusjon med godt kjennskap til lokalområdet. Deres rolle i samarbeidet er å sikre at tiltakene er relevante for hele nabolaget, med et særlig fokus på å ivareta og inkludere det kulturelle mangfoldet. Samarbeidet sikrer at strategiene for å nå barn, unge og familier er forankret både i sosiale og kulturelle aspekter, noe som er avgjørende for å bygge fellesskap der alle føler tilhørighet.

Frivilligsentralen har med sine mange frivillige stor betydning for skole, barnehage og kultur. Samarbeidet mobiliserer lokale ressurser og skaper eierskap til tiltakene.

3. Årsrapporter

Siden oppstart av prosjektet høsten 2022, foreligger det årsrapporter som dokumenterer aktiviteter, deltakere og samarbeidspartnerne. Årsrapportene er utformet som en sammenhengende tekst, og for årene 2023, 2024 og 2025 ligger rapportene presentert i tabellformat i siste del av rapporten. Formålet med rapportene er å synliggjøre prosjektets fremdrift, tiltak og samarbeidspartnere på en oversiktlig måte.

3.1 Årsrapport 2022

Hovedmålet var å øke elevenes kjennskap til Tempe-området og skape fellesskap mellom generasjonene. Skolens rutiner er at elevene på 1.trinn skal besøke nærmiljøet til alle elever i første klasse, og det ble derfor arrangert et treff mellom barna og de eldre i bydelskafeen. Barna fikk et tilbakeblikk av en historieforteller om skolehverdagen før og under andre verdenskrig. Praten i etterkant der barn og eldre satt sammen på småbord, handlet om hvordan det var å være barn før i tiden og å være førsteklasing i dagens skole.



3.1.1 Krokusprosjektet

I oktober ble 7000 krokus plantet ved Nardo skole, langs skoleveien/stien og i området rundt Tempe Helse- og Velferdssenter. Arrangementet samlet et bredt spekter av deltakere til felles innsats; elever på 6. og 7. trinn, førskolebarna i Tempe barnehage, beboere og eldre og ble åpnet av kommunedirektøren.



3.1.2 Tegnsangkoret

Tegnsangkoret i SFO, som består av cirka 60 barn primært fra 1-4. trinn, bidro med konsert på høstens første beboermøte, noe som også økte foreldrenes kjennskap til området. Koret fikk stor applaus og ble takket av med grilling av marshmallows sammen med foreldre i og utenfor kafeen.



Tegnsangkoret holdt også en konsert for de eldre i Bydelskafeen, etterfulgt av at barna sammen med kunstneren på senteret tegnet forslag til "Drømmelekeplassen". En ny lekeplass planlegges i nærmiljøet, og tegningene vil senere bli brukt i en medvirkningsprosess. Lekeplassen skal inspirere til barns lek og mestring, være en møteplass for alle generasjoner og tilrettelegges for funksjonshemmede.

3.1.3 Julegrantenning

Første søndag i advent ble det arrangert julegrantenning utenfor hovedinngangen til sykehjemmet. Frost Eiendom var en av samarbeidspartnerne, og Nardo skolekorps og Strindheim Janitsjar stod for det kunstneriske innslaget. Arrangementet samlet alle aldersgrupper – fra den yngste på 2 år til den eldste på 100 år - til gang rundt juletreet, en fin opplevelse.



3.1.4 Generasjonstreff

Mange samarbeidsprosjekter startet opp den første høsten, et av dem som har vært stabilt i hele prosjektperioden er *Generasjonstreff*, et møte mellom 6. og 7.trinn, sykehjemmet, Aktivitetstilbudet, BOA og tilbudet for hjemmeboende. Treffet har blitt en suksess som er berikende for både barn og eldre. Barna trenger voksenkontakt, de eldre koser seg med besøk og det er positivt for alle å oppleve at rommet fylles med energi.

Et fargerikt bilde som de yngste elvene laget med ønsker for fremtidens Tempe, fikk en sentral plass i kafeen.



3.1.5 Resultat høsten 2022

Kunnskapsinnhentingene bekreftet betydningen av å få et helhetlig bilde av situasjonen,

Samarbeidet mellom de ulike aktørene i en tidlig fase av prosjektet la grunnlag for det videre arbeidet med å etablere tiltak som øker tilhørighet og deltakelse i nærmiljøet.

Fellesskapet mellom aldersgruppene skapte engasjement og tilhørighet.

Barn og foreldre fra andre deler av skolekretsen fikk også en mulighet til å bli bedre kjent med området.

3.2 Årsrapport 2023

3.2.1 Etablering av strukturer

Året 2023 ble det laget faste strukturer for Generasjonstreff. Treffene ble en positiv møteplass der 6. trinn fra Nardo skole møtte eldre fra Tempe Helse- og Velferdssenter samt brukere av aktivitetstilbudet, tilbudet til hjemmeboende og BOA. med faste tema på agendaen. For elevene inngikk treffene som en del av undervisningen, og de fikk en kort orientering i starten om positiv og lyttende kommunikasjon. Temaplan som fulgte årstidene ble utarbeidet, og innholdet hadde en fast agenda, sang og musikk og formingsoppgaver som fulgte årstidene der kunstneren på senteret bidro med kunstnerisk utforming sammen med elevene. Lett servering og den viktige småpraten ved bordene avsluttet det hele.

Prosjekt *Uterom og aktivitet* igangsatt fra kommunale samarbeidspartnere der innspill til utforming av den nye Tempeparken ble samlet inn fra elevene. Et annet viktig tiltak i arbeidet med nærmiljøet denne høsten var også plantningen av krokus langs stien /skoleveien fra Nardoplatået og ned til Lerkendal. 7000 krokus ble satt i jorda, også rundt Nardo skole og i området rundt Helse-og Velferdssenteret, et arrangement som samlet alle generasjoner for planting i samarbeid med Bydrift. Alle elevene på Nardo skole kom med forslag til navn, elevrådet valgte Krokusstien..

Årets største arrangement var gjennomføringen av den første Tempefestivalen. Dette ble en suksess, egen rapport ble utarbeidet om Tempefestivalen, se årsrapporten for 2023 i tabellformat i siste del av rapporten. Festivalens hovedmål var å skape en inkluderende møteplass på tvers av generasjoner, med fokus på lek, fysisk aktivitet, kultur og mat, forankret i prinsippet om at "alle skal med". Festivalen integrerte Nardo skoles årlige Kulturdag, som har et fokus på miljø og bærekraftig utvikling (Grønt Flagg).

Et sentralt element for fellesskapsfølelsen var produksjonen av Tempesangen, inkludert en musikkvideo. Sangen, produsert i samarbeid med lokale krefter, fikk stor spredning og bidro til positivt engasjement. Sceneprogrammet var variert og inkluderte åpning ved ledelsen i Trondheim kommune og et kulturprogram. Matsserveringen, inkludert mat fra Midtøsten, bidro til å skape en helhetlig opplevelse.

Nardo og Omegn frivilligsentral mobiliserte frivillige som la ned totalt 203 frivilligtimer. Dette inkluderte også ungdommer fra Sunnland skole og deltakere fra Kvinnegruppa ved Kvalifiseringssenteret for Innvandrere og som var avgjørende for den praktiske gjennomføringen. Festivalen har bekreftet at prosjektet er på riktig vei med å etablere gode møteplasser og bruke Tempes kvaliteter for å styrke fellesskapet.

Mot slutten av året ble det utekino i samarbeid med Kosmorama i 10 minusgrader med ca. 100 deltakere og avsluttet med varm kakao i kafeen. Plan for advent/juleprogrammet se årsrapport).

3.3 Årsrapport 2024

3.3.1 Utvidet Samarbeid

I etableringsfasen av Tempeparken ble det lagt til rette for aktiv elevmedvirkning fra Nardo og Sunnland skoler samt Ungdommens Bystyre. Litteraturprosjektet i samarbeid med Litteraturhuset, hvor forfatterne Asieh Amini og Nina Elisabeth Grøntvedt utarbeidet tekster sammen med elever til bruk i Tempeparken.

Gjennom året ble samarbeidet med private og frivillige aktører styrket blant annet med Frost Eiendom om fellesareal, Nidelv IL om folkehelse, Røde Kors for å starte et ukentlig tilbud for barn (BARK) og deltakelse i workshop på Sunnland skole om Ungt Entreprenørskap.

I juni ble Tempefestivalen nok en gang en suksess og ble åpnet av Kommunedirektøren. Barn fra barnehagene, eldre, naboer og gjester deltok i første del, med Tempesangen i felles kor. Åpning av paviljongen fra Pstereofestivalen ble en fin seanse, en trubadur sang, og serveringen til de eldre var spesiell. Ettermiddagen åpnet med Tempesangen i et felles kor med alle elever, foreldre og de mange andre deltakerne som stemte i sangen med stor entusiasme. En rekke aktiviteter foregikk deretter rundt hele senteret, flere samarbeidspartnere fra frivillige organisasjoner deltok også med sine tilbud. Som avslutning på programmet viste barn fra Ukrainsk barneteater en vakker forestilling

På høsten ble det i samarbeid med Frost Eiendom etablert et aktivitetstilbud for ungdom (WePlay). Masterstudenter fra NTNU hadde som en del av sine studier et

innovasjonsprosjektet om “*Tempesnakk*” . Arbeidet med samfunnsbygging ble vektlagt gjennom fokus på mangfold på Nardo skole, i nettverk med Kirkens Bymisjon og Nidelven menighet for tiltak rettet mot barn og ungdom.

Strukturen for innhold, gjennomføring og tidsplan av Generasjonstreff var utarbeidet de to foregående årene. 6 trinn som ble 7. trinn på høsten, deltok sammen med de eldre på treff både på våren og høsten.

3.4 Årsrapport 2025

3.4.1 Forankring og åpning av Tempeparken i 2025

Planene for 2025 har vært en videreføring og forankring av etablerte suksesser samt offisielle markeringer av de fysiske prosjektene. Året starter med et *Nyttårskick* og planlegging av årshjul for Lademoen, Møllenberg og Tempe-Sorgenfri.

I februar ble det arrangert et generasjonstreff med VM-tema i festsalen, og i mars og april var fokus på beboermedvirkning gjennom *Tempesnakk* samt deltakelse i Workshop på 9. trinn Sunnland skole i Ungt Entreprenørskap. Gjennom faste generasjonstreff, den årlige Tempefestivalen, og de konkrete prosjektene for utvikling av Tempeparken, er det lagt strukturer for et involverende og aldersvennlig fellesskap i bydelen.

Etter år med planlegging og arbeid ble det store høydepunktet i juni den offisielle åpningen av *Tempeparken*. Åpningen inkluderte utsmykningen som har vært en del av elevmedvirkningen i *Litteraturprosjektet*.

Beboermøte i de nye lokalene til *Skattkammeret* sammen med to forfattere gav innspill til Bydelsguiden for Tempe-Sorgenfri , hvilket sikrer at lokalt kunnskap blir dokumentert og brukt i videre utvikling.

3.5 Effekter årsmeldingene 2022- 2025

Områdesatsingen i Tempe- Sorgenfri har i perioden 2022 - 2025 etablert og videreutviklet strukturer for medvirkning, generasjonsmøter og fysisk nærmiljøutvikling gjennom samarbeid med kommunale, private og frivillige aktører.

Etablering av faste, månedlige Generasjonstreff og økt sosial tilhørighet mellom ulike aldersgrupper (elever, barnehagebarn, eldre/sykehjem) har bidratt til et bedre og mer inkluderende lokalmiljø gjennom felles samhandling.

To vellykkede Tempefestivalen er gjennomført der fellesskap og lokal identitet i bydelen er synliggjort gjennom fellesopptredener.

Økt aktivitet i nærområdet med etablering av Krokusstien (2023) og åpningen av Tempeparken (2025) øker livskvaliteten med grønne, attraktive møteplasser og aktivitetsarenaer.

Etablering av Temperunden og tilrettelegging for fysisk aktivitet i nærmiljøet i samarbeid med idrettslag (Nidelv IL) og kommunale aktører bidrar til positiv effekt for folkehelse.

Styrket samarbeidsnettverk, kommunale, private og frivillige aktører samt involvering i Bydelsguiden.

Samarbeid med Frost Eiendom, Røde Kors og Kirkens Bymisjon har bidratt til nye tilbud (BARK, WePlay, Skattkammeret) Prosjektene er forankret i lokale behov, der utvikling sikres gjennom bred forankring.

4. Råd for videreutvikling etter prosjektperioden

4.1 Samarbeid og fellesskap er suksessfaktorer for å lykkes

Samarbeidet mellom aktørene i 2022 la grunnlag for videre arbeid med å etablere tiltak som øker tilhørigheten og deltakelsen i nærmiljøet og betydningen av fellesskapet mellom aldersgruppene. Lokale fortellinger og kulturprosjekter er med på å skape felles identitet og stolthet i nabolaget og til de "positive fortellingene" som styrker relasjoner og tilhørighet.

4.2 Innbyggerinvolvering og mobilisering av lokale ressurser

For å mobilisere lokale ressurser er det viktig at beboerne føler seg sett og opplever at deres bidrag er verdsatt, dette kan gjøres gjennom små, uformelle arrangementer som en strikkekafé eller en nabolagskaffe. Videre bør de positive felles fortellingene trekkes fram for

å skape stolthet og tilhørighet, hvor uttrykket fra Tempe barnehage, “Tempebra”, favner det meste.

Et fast punkt på agendaen i lokale møter bør inneholde en presentasjon av nabolagets særpreg, som nærhet til naturen og de historiske elementene. En tur på Temperunden, hvor informasjonstavlene gir gode oversikter, er et fint utgangspunkt for å oppleve Tempes fine natur, Nidelva som slynger seg, det rike fuglelivet og Nidelv sitt grønne anlegg ved elvebredden. Følelsen av stolthet vil trolig forsterkes i løpet av 2025, når Forlaget “Hei” gir ut en ny og spennende Bydelsguide og der naboene uttrykker i guiden “Æ e Tempvænn”.

4.3 Kulturelt fellesskap, mangfold for alle

Tempefestivalen, Basert på suksessen i 2023 og 2024, er det skapt et solid grunnlag for å videreføre og videreutvikle Tempefestivalen som en årlig begivenhet. Festivalen har etablert seg som en viktig arena for å bygge kulturelle fellesskap, både på selve festivalen og gjennom de positive ringvirkningene dette har gitt i lokalsamfunnet.

Gjennom å fremheve det kulturelle mangfoldet som en felles ressurs for bydelens innbyggere uavhengig av bakgrunn og opprinnelse, kan alle oppleve at deres kultur og identitet har betydning. På den første Tempefestivalen var det kvinnenettverket i Midtøsten som laget og serverte mat fra hjemlandet sitt og fortalte om historien bak. På den andre festivalen serverte en av beboerne indisk mat fra sin matvogn og delte sine tradisjoner.

For å ivareta disse incitamentene eller andre tilsvarende, kan det etableres språk- og kulturkafeer hvor man deler tradisjoner, historier, sanger og leker. Videre bør det fremheves at ulike kulturer beriker matlagingen som på Tempefestivalen, og det kan også legges opp til tematreff der nyttige perspektiver på barneoppdragelse, naboskap og problemløsning tas opp.

Gjennom dette kan Tempefestivalen og andre arrangement støtte opp om nye lokale initiativ til beboere med bedriftsideer. Det er viktig å ivareta og utvikle en positiv felles fortelling om Tempe, hva som er unikt og fint med stedet og dele suksesshistorier. Tempefestivalen har som arrangement nådd mange i alle aldersgrupper med ca 1200 deltakere, og det er gitt mange positive tilbakemeldinger på at festivalen bør være en fast årlig tradisjon. Mangfoldet av bidragsytere og besøkende kan utvides, og sikre at flere kulturer og grupper føler eierskap til

arrangementet med mattradisjoner fra andre land, som Kvinnenettverket og den indiske matvognen. Ved å bygge videre på suksessen fra de to første årene, kan Tempefestivalen fortsette å være en viktig plattform for inkludering og fellesskap. Fokus bør være på programbredde og sikre at mangfoldet i bydelen fortsetter å være en sentral ressurs.

Generasjonstreff, som har vært gjennomført to til tre ganger per halvår siden høsten 2022 bør videreføres. Arrangementet har oppnådd effekt ved at det skaper livsglede og et sosialt løft for de eldre, samtidig som det bidrar til at elever på 6. og 7. trinn får praktisk erfaring med livsmestring i tråd med kompetansemål i lærerplanen.

Tempesangen er et av de kulturelle tiltakene som har vist seg å ha meget god effekt og en rekkevidde langt utover Tempe, noe som understreker potensialet sangen har som et brobyggende og kulturelt tiltak. Effekten handler om forankring, identitetsbygging, inkludering, en felles stolthet og fungerer som en musikalsk fortelling. Den gir et eierskap, synges på mange sosiale arrangement og er med på å binde sammen generasjoner. Gjennom teksten identifiseres stedsnavn som Nidelva og Nidelvstien som skaper stedsidentitet og understreker Tempes kvaliteter som et godt og grønt boligområde.

Ved å bruke sangen for læring og identitet, sikres stor rekkevidde. Sangen med koreografi brukes i skolen og i barnehagene, på en rekke arrangementer, og kan inngå i skolekorpssets repertoar og i Kulturskolen for å øke den kulturelle verdien.

4.4 Fysiske tiltak, møteplasser

I løpet av prosjektperioden er det etablert en rekke fysiske tiltak som har skapt gode møteplasser for alle generasjoner. Disse stedene gir mulighet for fellesaktiviteter, sosiale sammenkomster og er en arena for å fremheve positive fortellinger. Nabolagskaffen kan inntas ute på møteplasser hvor beboere på tvers av språk og kultur kan dele historier og tradisjoner fra sine hjemland. Dette synliggjør mangfold og bidrar aktivt til å bygge relasjoner. Tiltakene vil forankre de positive initiativene, styrke den kollektive stoltheten over å bo på Tempe, og samtidig sikre at innbyggerne føler ansvar.

Skattkammeret Et fantastisk nytt tilbud er Skattkammeret, som Kirkens Bymisjon etablerte høsten 2025. Her kan barn og unge låne gratis utstyr tilpasset alle årstider, utstyr som kan

brukes i Frostparken, Tempeparken, Temperunden, i grøntområdene i nærmiljøet, på turer i skog og mark og i Vassfjellet Skisenter. Utover utlånet fungerer Skattkammeret som en naturlig møteplass for fellesaktiviteter, og ved å integrere utlånet med nærmiljøet bidrar tilbudet aktivt med å skape lokal tilhørighet og styrke stoltheten.

4.4.1 Tempeparken

Et høydepunkt var åpningen av Tempeparken i juni 2025. Programmet inkluderte taler både fra byråden for kultur, idrett og friluftsliv og lederen for programgruppen i Områdesatsingen, kulturelle innslag fra Tegnsangkoret og Nardo skolekorps og endte med at et flerstemt kor fremførte Tempesangen og endelig kunne Tempeparken inntas. Parken har siden vært en stor suksess og som tiltrekker seg mange besøkende, noe som bekrefter at den fysiske investeringen har skapt en verdifull møteplass. Her kan nabolagskaffen inntas, og beboere på tvers av språk og kultur kan dele historier, noe som synliggjør mangfold og bygger sterke fellesskap. Det faktum at skoler og barnehager aktivt bruker parken til lek, aktiviteter og som en variert læringsarena, er et tydelig tegn på parkens funksjonelle utforming og store bidrag til lokalsamfunnet.

5. Prosjektets effekter

Videreutvikling etter prosjektperioden

Prosjektet har lykket med å skape positive effekter på Tempe. Ved å etablere de nye fysiske møteplassene som Tempeparken, er det sikret at nabolaget har funksjonelle og attraktive arenaer for alle generasjoner og kulturer. Gjennom vellykket brukermedvirkning – synliggjort i form av kunst i undergangen og litterære uttrykk på lekeapparatene skapes eierskap og kollektiv stolthet. Nabolaget har med alle satsinger som er foretatt gode muligheter for å tiltrekke seg flere barnefamilier der de positive fortellingene kan styrke relasjoner og tilhørighet og at Tempe utvikler seg som et inkluderende og engasjert lokalsamfunn for fremtiden. Arbeidet med å sikre strategisk plassering av funksjoner og tjenester, samt fokus på byrom, grøntområder og bedre bo- og nærmiljø, er viktig for familier med tilgjengelige møteplasser i nærheten av de de bor, noe som er sentralt for å bygge relasjoner og tilhørighet.

5.1 Brukermedvirkning fra barn og unge

Brukermedvirkning fra barn og unge har vært viktig i prosjektet. Deres perspektiver har bidratt i utformingen av de nye møteplassene, og har sikret at områdene er relevante og funksjonelle for alle aldersgrupper. Gjennom flere kreative verksteder har barn og unge bidratt med sine kunstuttrykk som pynter opp i lokalmiljøet. Medvirkning er konkret synliggjort i undergangen, som endret fra en mørk undergang til en fargerik utstilling takket være bidrag fra barna. Her henger nå et utvalg av barnas tegninger fra Generasjonstreff, innrammet og beskyttet av pleksiglass.

Eierskap og stolthet over fellesområdet samtidig som det gjør det fysiske miljøet mer innbydende og trygt. Gjennom litteraturprosjektet har elevene blitt oppfordret til å utforske og formulere positive fortellinger om Tempe, noe som har styrket deres tilhørighet og gitt dem en viktig stemme i nabolagets utvikling. Det er viktig at barn og unge føler seg sett og opplever at deres bidrag er verdsatt i fortellingene som uttrykket fra Tempe barnehage, “Tempebra” uttrykker så fint.

Tempeparken er et resultat av aktiv medvirkning. Gjennom et samarbeid med to forfattere i litteraturprosjektet, har elevene på 5 trinn deltatt i to workshops som har resultert i kreative tekster og sitater. Disse er montert som strimler på lekeapparatene i parken. I tillegg har både elevrådet på Nardo og Sunnland skole og representanter fra Ungdommens Bystyre deltatt i et kreativt verksted som har kommet med gode innspill til utformingen og innholdet i parken. Dette synlige eierskapet gjør det fysiske miljøet mer innbydende og trygt. Som en av deltakerne uttrykte det: «Tempe er ikke bare der vi bor, det er der historien vår blir til.»

Stoltheten vil ytterligere forsterkes når Forlaget Hei utgir en ny Bydelsguide om Tempe-Sorgenfri, en bok som inneholder flere positive uttrykk som “Æ e Tempevenn”.

5.2 Prosjektforum

Prosjektforum ble etablert i 2023 og involverer kommunale, private og frivillige aktører. Forumet har fungert som en viktig støttespiller for prosjektleder, både ved å sikre god kommunikasjon og informasjonsflyt og som et drøftingsforum i større aktuelle temaer, som

planleggingen av Tempefestivalen i 2023 og 2024. Festivalen har i tillegg hatt en egen tverrfaglig, operasjonell arbeidsgruppe.

Prosjektforum bør videreutvikles som et bydelsteam der beboere i området inkluderes for å sikre reell innflytelse og lokal forankring. Den lokale forankringen innebærer at aktiviteter og utvikling eies, støttes og drives frem av de som bor i området og sikrer at beboerne har mulighet til å delta aktivt i aktuelle saker som angår nabolaget. All informasjon om aktiviteter bør samles på ett sted (både digitalt og via fysisk oppslagstavle/nettsted) og ha en lav terskel for deltakelse. Bydelssteamet med representanter fra beboerforeninger, organisasjoner, skoler og barnehager bør lage en strategi for å nå ut til alle.

5.3 Generasjonstreff

Generasjonstreffene har oppnådd effekt ved å skape livsglede og et sosialt treffsted for de eldre, og livsmestring for elevene gjennom praktisk erfaring og positivt samspill med de eldre. Med et innhold som inkluderer kunnskapsdeling, formingsaktiviteter, sang, musikk og fysisk aktivitet, representerer generasjonstreffet en meningsfull modell for samarbeid. Å videreføre treffene vil sikre kontinuitet i fellesskap og samarbeid.

5.4 Tempesangen

Tempesangen har oppnådd en god effekt for forankring, identitetsbygging, inkludering og felles stolthet, synges på mange sosiale arrangement og er et kulturelt tiltak med stor rekkevidde, og synges på mange sosiale arrangementer. Teksten identifiserer stedsnavn (Nidelva, Nidelvstien) og bidrar til å skape stedsidentitet.

5.5 Tempefestivalen

Tempefestivalen har skapt grunnlag for å bli en årlig begivenhet. Etablert som en viktig arena for å bygge kulturelle fellesskap og har vist at kulturelt mangfold er en ressurs som gjennom deling av mattradisjoner fra Midtøsten og India.

5.6 Tempeparken

Tempeparken har blitt en stor suksess som brukes av skoler og barnehager til lek, aktiviteter, som en variert læringsarena, har en samlende effekt i nabolaget og et nærmiljø som bidrar til god helse.

6. Effekter og sammendrag

Etablering av Tempeparken og andre fysiske møteplasser har sikret funksjonelle og attraktive arenaer for alle generasjoner og kulturer. Parken fungerer som en suksessfull, samlende arena for lek, læring og helsefremmende aktiviteter.

Strategisk plassering av funksjoner, byrom og grøntområder har gjort nabolaget mer attraktivt, spesielt for barnefamilier.

Brukermedvirkning fra barn og unge har vært sentralt i utformingen av møteplassene, noe som har sikret relevans og funksjonalitet for alle aldersgrupper.

Litteraturprosjektet med 5. trinn har resultert i kreative tekster og sitater montert på lekeapparatene i Tempeparken, noe som skaper synlig eierskap.

Samarbeid om aktivitet og kulturbidrag som bidrar til å skape en felles identitet og stolthet i nabolaget. Lokale sanger og musikkvideoer gir god effekt, bygger lokal forankring og felles referanser.

Fokuset på positive fortellinger (f.eks. "Tempebra", "Æ e Tempevenn") og kulturelle tiltak som Tempesangen har styrket relasjoner, identitetsbygging, inkludering og felles stolthet.

Generasjonstreff har skapt livsglede og sosiale møtesteder for eldre, samtidig som de har gitt elevene verdifull livsmestring gjennom praktisk erfaring. Dette er en meningsfull modell for samarbeid.

Tempefestivalen har etablert seg som en viktig arena for å bygge kulturelle fellesskap og synliggjøre kulturelt mangfold som en ressurs.

Prosjektet har i sum bidratt til at Tempe utvikler seg som et inkluderende og engasjert lokalsamfunn med god tilhørighet og stolthet.

[Samarbeid om aktivitet og fellesskap på Tempe, innspill fra Marte Grønseth](#)

[Barnas Røde Kors](#)

[Velkommen til åpningen av Tempeparken 3.juni.25](#)

[En julefortelling fra Tempe av Martin Palmer](#)

7. Tabeller

Rapporter i tabellformat for årene 2023, 2024 og 2025

7.1 Årsrapport 2023

2023	AKTIVITET	DELTAKERE
Januar	Generasjonstreff 6.trinn Bli kjent <u>Generasjonstreff</u>	6.trinn Nardo skole/ Eldre Tempe Helse-og Velferdssenter Aktivitetssenteret
	Prosjektet Uterom og aktivitet Innlegg om lekens betydning	Prosjektgruppe Uterom og aktivitet
Februar	Fellestid Nardo skole Tema Tempefestivalen	Lærere, miljøpersonalet
	Generasjonstreff 6. trinn Fastelavn	6.trinn Nardo skole/barn fra Tempe bhg Eldre Tempe Helse-og Velferdssenter Aktivitetssenteret, kunstner
Mars	Første samarbeidsmøte Tempefestivalen	Prosjektgruppe
	Innovasjonscamp Bærekraftig utvikling	8. trinn Sunnland skole
	Generasjonstreff 6. trinn Formingsaktiviteter	6.trinn Nardo skole/barn fra Tempe bhg Eldre Tempe Helse-og Velferdssenter Aktivitetssenteret, kunstner
	Lekeareal, strategi, verksted Innspill til prosessen fra barn og eldre,	Prosjektgruppe Uterom- og aktivitet

	tegninger/kommentarer om ønsker for lekeplassen	
	Samarbeidsmøte Tempefestivalen	Prosjektgruppe festival
April	Tempesangen	Tekst, lærer, Nardo skole, musikk, beboer og musiker, produksjon, video Klipp og Lim
	Generasjonstreff 6. trinn Påskedekorasjoner Generasjonstreff	6.trinn Nardo skole/barn fra Tempe bhg eldre Tempe Helse-og Velferdssenter Aktivitetssenteret Kunstner
Mai, juni	Planlegging og gjennomføring av Tempefestivalen Rapport om Tempefestivalen 08.06.23	Prosjektgruppe, Nardo skole, Frivilligsentralen
Juni	Statsrådbesøk Barne- og familiedepartementet	Orientering om Områdesatsingen og Barnas nærmiljø
September	Generasjonstreff 7. trinn Formingsaktiviteter høstblad	7.trinn Nardo skole/barn fra Tempe bhg Eldre Tempe Helse-og Velferdssenter Aktivitetssenteret,kunstner
Oktober	Åpning av Krokusstien Planting av krokus langs stien, Nardo skole Planting av krokus 18.10	Elever alle trinn Nardo skole Barn fra Tempe barnehage Eldre Tempe Helse-og Velferdssenter Samarbeid med Bydrift
November	Tegnsangkoret Nardo Sfo Konsert med 50 barn	Barn fra Tempe bhg Eldre fra Tempe Helse-og Velferdssenter, Aktivitetstilbudet

	Generasjonstreff 7.trinn Halloween Velkommen til Generasjonstreff på Tempe	7.trinn Nardo skole/barn fra Tempe bhg Eldre Tempe Helse-og Velferdssenter, Aktivitetstilbudet
	Utekino https://kosmorama.no/kalender/utekino-pa-tempe	Samarbeid med Kosmorama Åpen invitasjon til bhg., skole, alle i nærmiljøet
Desember	Plan for advent/julearrangement https://1drv.ms/p/s!Aor71m68cnT1ln9dY382YSmbVETg	For alle i nærmiljøet, barnehager og skoler
	Lucia	6.trinn Nardo skole/barn fra Tempe bhg Eldre Tempe Helse-og Velferdssenter Aktivitetssenteret

7.2 Årsrapport 2024

2024	AKTIVITET	DELTAKERE
Januar Oppstart prosjektgruppe Tempefestivalen	Planlegging av rammer for Tempefestivalen	Prosjektgruppe, kommunale, private og frivillige aktører
Prosjektgruppe Uterom og aktivitet	Oppgradering friområde i Alfred Larsens vei Tempeparken Elevmedvirkning, innspill til innhold, utforming, aktiviteter, utstyr	Repr. for elevråd Nardo/Sunnland/ Ungdommens Bystyre
Deltakelse i Workshop Utredning ungt utenforskap	Dialog om og innspill til utfordringsbildet i Trondheim kommune knyttet til Ungt utenforskap. (Ungt Løft)	Forskere fra NTNU, Sintef og NTNU Tr.heim kommune
Ildsjelmøte med Frost Eiendom	Orientering om fellesareal for beboere, andre samarbeidspartnere	Frost Eiendom, beboere
Møte med styret i Nidelv IL	Orientering om status og planer, samarbeid	Styret Nidelv

Februar Nardo skole	Tempefestivalen Rammer/organisering, idemyldring	Lærere
Oppstart samarbeid AktiVM og Nidelv IL	Folkehelse/fysisk aktivitet i nærmiljøet på Tempe/Sorgenfri /bedrifter i nærområdet Møte med VM-strikk	AktiVM/Nidelv IL
Bøker og Bylab Konsert med Jonsvatnet sangkor	Samarbeid og idemyldring med andre bydeler om festivaler Kulturformidling, kjente sanger for allsang	Sykehjemmet, Aktivitetstilbudet, BOA, naboer
Mars Åpning av undergangen	Invitasjon til åpning av undergangen på Tempe	Naboer, brukere av undergangen Dokumentasjon Klipp og Lim
Generasjonstreff	Generasjonstreff Fastelavnspynt	6.trinn Nardo skole/barn fra Tempe bhg, eldre sykehjemmet, Aktivitetstilbudet/ BOA

April Oppstart Litteraturprosjektet Oppstart Barnas Røde Kors Tempe	Forfatterne Asieh Amini og Nina Elisabeth Grøntvedt utarbeidet tekster til Tempeparken i samarbeid med elever på 5. trinn Et gratis ukentlig aktivitetstilbud BARK for barn i barneskolealder startet opp i Frost sitt fellesareal	Samarbeid med Litteraturhuset Dokumentasjon Klipp og Lim Samarbeid Røde Kors og Nardo skole
Offisiell åpning Nidarvoll og Sunnland barne-og ungdomsskole	Deltakelse på åpningen Trondheim kommune mottok den nasjonale prisen for skoleutbyggingen Årets prosjekt 2023	Ansatte, elever, gjester,samarbeidspartnere
Mai Planlegging festival Åpning av Temperunden/VM løypa	Opptopping planlegging festival Elever på 6. trinn, sang - Å det er langt å gå og Tempesangen Testing av Temperunden	Møter prosjektgruppe operativ gruppe Samarbeid med Kulturguider Kommunedirektøren,VM-sjefen Naboer og samarbeidspartnere

Juni Tempefestivalen	Oppstart av egen løype på Tempe, fra høsten en del av Early Birds i byen. Program Tempe Festival 2024.pdf Tempefestivalen 13.juni ble nok en gang en suksess! Barn fra barnehagene, eldre, naboer og gjester deltok i første del, Tempesangen i storkor! Åpning av paviljongen fra Ps stereofestivalen ble en vakker seanse, en trubadur sang, og serveringen til de eldre var spesiell denne dagen. Ettermiddagen åpnet med Tempesangen felles kor med alle elevene fra skolen, fantastisk lydnivå og stor glede Barn fra Ukrainsk barneteater viste en nydelig forestilling. En rekke aktiviteter rundt hele senteret med et yrende liv Advents og juleprogram	Kommunedirektør, ordfører Samarbeid prosjektgruppe festivalen, Nardo skole, Frivilligsentralen, Kulturguidene
---	--	---

September Oppstart WePlay på Nardo skole Oppstart studenter NTNU Møte om Aldersvennlig by	WePlay er et aktivitetstilbud som gjennomføres rett etter skoletid en dag i uka for barn på 5. - 7. trinn Masterstudenter, innovasjonprosjekt Tempesnakk Informasjon om fremdriftsplan på Tempe for den korte Temperunden	Samarbeid med Frost Eiendom/ WePlay Innspill fra studentene til endringer i markedsføring, informasjon på ulike språk, endring sted, mer fokus på medvirkning
Oktober Pådriververksted Mangfoldsfestivalen	Samarbeidsforum og støttespiller til oppstart av prosjekter Tema, hvordan ta vare på demokratiet vårt	
November Samarbeid med Kirkens Bymisjon Samarbeid med Nidelven Menighet Generasjonstreff	Planlegge felles utviklingsområder, samarbeid tiltak for barn og ungdom. Deltakelse i dialogmøte Ungdom/utenforskap, 16-22 år Deltakelse i Ungdomsfaglig nettverksmøte Fokus på fred og frihet, samarbeid,	Kirkens Bymisjon/Ung i Trondheim, et samskapingsprosjekt mellom Trondheim kommune og Den norske Kirke 7.trinn Nardo skole/barn fra Tempe

	håp og handlekraft, en mer fredelig verden er mulig - hva gjør FN	bhg,eldre sykehjemmet, Aktivitetstilbudet/BOA
Desember Generasjonstreff Lucia	Generasjonstreff, lage julepynt,gløgg, sang, gang rundt juletreet inne En julefortelling fra Tempe av Martin Palmer Konsert i festsalen	7.trinn Nardo skole/barn fra Tempe bhg,eldre sykehjemmet, Aktivitetstilbudet/BOA 7.trinn Nardo skole/barn fra Tempe bhg,eldre sykehjemmet, Aktivitetstilbudet/BOA

7.3 Årsrapport 2025

2025	AKTIVITET	DELTAKERE
Jan	Nyttårskick med Områdesatsingen Årshjul for prosjekter i -25 Generasjonstreff med VM- tema Mange fine antrekk også fra OL på Lillehammer	Tempe,Lademoen og Møllenberg Områdesatsing 6 .trinn Nardo skole, eldre fra Helse-og Velferdssenteret, Aktivitetstilbudet/BOA
Feb	Ressursgruppe Trondheim Leaders, møte i ressursgruppa Planleggingsmøte Generasjonslekene	Bymisjonen/Batteriet Nardo og omegn Frivilligsentral Aktivitetstilbudet Sykehjemmet

Mars	<u>Tempesnakk møte mars-25</u> Beboermøte Orientering fra Kulturskolen om Kulturdag på Nardo	Beboere, kommunale/ private aktører Kulturskolen, Nardo skole
April	Generasjonstreff Møllenbergsnakk oppstartsmøte informasjon Idemyldring i grupper -fremtidens Møllenberg Innovasjonscamp/ juryering 9.trinn	Områdesatsingen Sunnland skole
Mai	Innbyggernes modell, samarbeidsmøter	Samarbeidsgruppe 0-24 modellen Tempe-Sorgdenfri

Juni	Litteraturprosjektet, initiert av leder Litteraturhuset høsten-24 Åpning av Tempeparken 3.juni Velkommen til åpningen av Tempeparken 3.juni.25	Samarbeid med forfatterne Aaieh Amani og Nina Elisabeth Grøntvedt og 5.trinnet på Nardo skole Elevmedvirkning, kunst/utsmykning i Tempeparken Samarbeid mellom kommunale aktører
Okt	Prosjektforum, tema - innspill til rapport Barnas nærmiljø Beboermøte, kveldstid på Skattekammeret - presentasjon og innspill til tema i Bydelsguiden om Tempe-Sorgenfri	Kommunale, private, frivillige aktører To forfattere fra forlaget Hei, Nina Vennevold og Bodil Mogstad Olsen

8. Avslutning, *Tempesangen*

Tempesangen har bidratt til god effekt for forankring, identitetsbygging, inkludering og felles stolthet, synges på mange sosiale arrangement og er et kulturelt tiltak med stor rekkevidde. Teksten identifiserer stedsnavn (Nidelva, Nidelvstien) og bidrar til å skape stedsidentitet.

TEMPESANGEN

Laget av Marit Kristiansen 2023

Kom ned på Tempe - ta turen å se
Ved Nidelva der ligg det et sted
Med høye blokker og mye å se
En sjelden utsikt hvis du kikke ned

Nidelvstien den innbyr te tur
Sykle gå sitt på en benk ta en lur
Her møtes både gammel og ung
Så snart det blir riktig sesong

Pre chorus:

Vi e best på samhold - for her e det mangfold

Refreng:

Vi ska løfte Tempe. - Vi kan ikke vente
Vi ska løfte Tempe. Ta med venna og kjente
Det her ska bli et bedre sted
For no ska alle stemma med
Vi ska løfte tempe. Her bli det bra.

Et velferdssenter med bydelskafè
Kunst og frisør kan vi også se
En hage fin og en liten bekk
Det yrer av liv så snart snøen e vekk

Søte små på barnehagen går
Skoleelever - krokus dem sår
Aktiv bli vi når Nidelv e med
ja, da bli det idrettsglede

PRE:

Vi e best på samhold - for her e det mangfold

REF :

Vi ska løfte Tempe. - Vi kan ikke vente
Vi ska løfte Tempe. Ta med venna og kjente
Det her ska bli et bedre sted
For no ska alle stemma med
Vi ska løfte Tempe. Her bli det bra.

Vi ska løfte Tempe

Vi ska løfte Tempe

REF:

Vi ska løfte Tempe vi kan ikke vente
Vi ska løfte Tempe. Ta med venna og kjente
Det her ska bli et bedre sted
For no ska alle stemma med
Vi ska løfte Tempe. Her bli det bra

[Tempesangen - musikkvideo](#)