

A thick black L-shaped frame is positioned on the left and bottom sides of the page, framing the central text.

# LALM SAMFUNNSHUS

Veien til gode lydforhold for brukerne

# LALM

...en god plass å bo!



Foto: Kristoffer Mæle Thuestad

**Lalm** er et tettsted i Vågå kommune i Innlandet. Tettstedet har 315 innbyggere per 1. januar 2023, og ligger ved sørenden av Lalmsvatnet. Hovedveien gjennom Lalm er riksvei 15, som går gjennom Ottadalen. Dette er bygda der flere av de gamle folkeeventyrene stammer fra, slik som Askeladden og de gode hjelperne, Veslefrikk med fela, Goddag mann - økseskaft, Mestertyven, Gutten som ville bli handelskar, Gullfuglen og Gutten som tjente tre år uten lønn. Kilden til folkeeventyrene som Peter Christen Asbjørnsen hadde på Lalm var Hans Hansen Pillarviken.

**Historie:** Fra tidlig i middelalderen ble Lalm etablert som en industriarbeiderplass.

**Kvernsteinsproduksjon:** Drift på 1400-tallet til slutten av 1870, men det er mulig at det ble produsert kvernsteiner allerede i vikingtiden. Fra Kvernberget ble det levert steiner både i Norge og til Europa. Kvernberget ble fredet som kulturminne i 1987.

**Klebersteinsproduksjon:** På første halvparten av 1900 tallet startet kleberindustrien på Bårstad. Dette ble en stor arbeidsplass for grenda, og driften varte i bortimot hundre år, til den drivverdige kleberen tok slutt. Lalm er fortsatt en arbeiderbygd med noen gårdsbruk, små bedrifter og nærbutikk. I tillegg kraftproduksjon. AS Eidefoss som har produsert strøm siden 1917.

**Kultur:** Lalm Samfunnshus, Lalm musikkforening, Lalm vel og grendeutvikling, Lalm pensjonistforening, Lalmsdagen m.fl.

**Idrett og friluftsliv:** Lalm idrettslag. Lalm Ishockeyklubb. Mange turløyper og flott fjellterreng.

**Kilde:** Wikipedia.

# LALM SAMFUNNSHUS SA



1958



2023



# En rapport om endringene fra april 2017 til april 2020.

Kilde: Innlandet musikkråd

- Høsten 2020 var det 62 år siden Lalm samfunnshus i Vågå kommune stod ferdig, et hus som har vært selve navet i grenda. Det har vært møteplass der folk har vært samlet til 1.- og 17. mai-feiring, til fest og moro, til bryllup og konfirmasjoner, til etterpålåg når noen har gått bort, til musikkøving og trening, konserter, film, revy og teater.
- På Lalm samfunnshus har folk i alle generasjoner hatt noe til felles.

- Huset har Storsal, Veslesal, kjøkken, møterom og garderober til utleie, og framstår som meget godt vedlikeholdt. Det gikk gjennom en større oppgradering i 2013-16.
- Storsalen brukes ukentlig til øvingsrom for Lalm musikkforening og til trening i regi av Lalm idrettslag. Fram til juni 2023 ble salen brukt av skolen til ulike aktiviteter og gymundervisning. Skolen er nå nedlagt. Lalm barnehage bruker storsalen ved behov.

- Trond Eklund Johansen fra Innlandet musikkråd målte akustikken i storsalen på Lalm samfunnshus våren 2017. Utgangspunktet for målingen var at både korpset og skolen meldte om høyt lydnivå under øving og undervisning, og salen trengte derfor rehabilitering med mål om å forbedre akustikken.
- Målingene gjort i 2017 og viste klanglige og balansemessige utfordringer for akustisk musikk. Dersom salen skulle fungere til korpsøving, måtte den dempes vesentlig. En slik demping ville i tillegg være positiv for salens egnethet for idretts- og undervisningsformål og som selskapslokale.
- Scenen ble også vurdert som for liten og med for lav takhøyde til at den ville fungere til mer enn enkeltutøvere eller små ensembler.

## I mulighetsvurderingen som fulgte akustikkrapporten, ble det gitt disse rådene:

- Etterklangstiden er mye lengre enn ønskelig, og sammen med et relativt lite romvolum, gir det høye lydtryknivåer som over tid kan være skadelig for hørselen.  
Rommet bør derfor dempes, spesielt i lyse frekvenser.
- Romvolumet er tilstrekkelig for øving med rundt 20 musikere, og til konsert vil akustikken påvirkes merkbart om det er mer enn 100 personer i rommet. Til øving med korps bør scenen unngås. Det anbefales også å øve på tvers av salen, for å få tilstrekkelig avstand mellom utøverne.
- Samfunnshuset fikk råd om å kontakte akustiker med fagkompetanse innen romakustikk for å prosjektere avbøtende tiltak, og om å tilpasse salen til øving med lydsterk akustisk musikk (korps/storband). Det vil også være gunstig for alle aktuelle bruksformål ved at lydnivåer dempes og taletydigheten vil økes.



## Målrettet tiltaksforslag fra fagakustiker

- Akustikerne Kjell Bijsterbosch og Bård Støfringsdal i COWI AS, leverte et notat med detaljerte anvisninger for forbedring av akustikken, slik at den ble optimalisert for musikkformål som korpsøving og konsert med forsterket musikk. En slik optimalisering «vil gi akseptable forhold for idretts- og undervisningsformål», var deres anbefaling.

**Tiltakene som ble foreslått var en blanding av fastmonterte elementer og tepper for finjustering etter behov.**

- Absorberende plater i salshimlingen, fordelt etter anvisning.
- Stående spilepaneler på langveggene opp til 2,4 m høyde, og med spesifiserte mellomrom og lektedimensjoner.
- Lydabsorberende gardiner som parkeres i nisjer, i spesifisert vekt og avstand fra vegg.

Med disse tiltakene kan salen tilpasses ulike bruk, og det ble også gitt konkrete råd for plassering under korpsøving, og for å teste ut ulike grader av bruk av gardinene ved behov for ytterligere demping.

Scenerommet vurderes i NS 8178 som for lite til øvingsformål.

I etterkant av rapporten er det montert absorbenter og skjørt i taket på scenen, samt nytt sceneteppe og bakteppe.



Utgangspunktet fra 2017 fra scenen



Utgangspunktet fra 2017 mot scenen



Viser konstruksjonen bak spilene



Spilepaneler og takabsorbenter





Dempende gardiner foran vinduene.  
Foto: Rune Borgan Isaksen



Salen, sett fra scenen, slik den er i dag.  
Foto: Rune Borgan Isaksen



Dempende/brannsikkert sceneteppe.  
Foto: Rune Borgan Isaksen



Dempende bakteppe og dempende plater/skjørt i taket.  
Foto: Rune Borgan Isaksen



Dette er fra en artikkel i lokalavisa Fjuken:

## Som natt og dag

- Det tok ikke lang tid før effektene ble tydelige: «Etter hvert som vi skrudde opp platene i taket, så hørte vi hvordan lyden endra seg underveis. Det er som natt og dag! Det har gått med mye timer og arbeid, men absolutt verdt det, når vi får oppleve lyden. Både korpset, skolen og de som leier lokalene til arrangement er storfornøyd», uttalte leder for samfunnshuset, Rune Borgan Isaksen, til avisa Fjuken tidligere i år.



Korpset trives i «ny sal» - her er det god plass til å holde avstand.

Foto: Arve Danielsen/Fjuken

Brukernes opplevelser etter tiltakene?

## Uttalelser fra dirigentene i Lalm musikkforening de siste årene:

Odd Ivar Svelstad, trombonist og dirigent for Lalm musikkforening fram til 2019 uttaler:

*«Eg har vore med som dirigent sidan laget øvde på scena, da slagverket og tuba dominerte balansen, og resten av korpset vart borte. Vi flytta så ut i salen, og det vart noko betre, men likevel var det en udefinert vegg av lyd som kom mot meg», forteller han.*

Odd Ivar Svelstad sier også at det er som natt og dag etter at utbedringene ble gjort:

*«Den største forskjellen etter at platene og spilene vart montert, er at ein nå kan høyre detaljene i musikken. Musikanane er også nøgde, og seier det er mykje lettare å høyre kvarandre. Etter at vi snudde korpset 90 grader vart det enda betre, og nå er det enklare å jobbe med dynamikk og balanse, og klangen i korpset vert mykje tettare».*

Freddy Bagge. Dirigent Lalm MF 2020-2023, profesjonell musiker.

*«Er i det store og hele fullt enig i uttalelsen til Odd Ivar Svelstad. Tiltakene som er gjort på Lalm samfunnshus virker etter hensikten, og det er et godt lokale å øve i».*

Freddy Bagge er også dirigent for Vågå musikkforening som øver på kommunesenterets kulturhusscene, og er ikke i tvil om at lyd og akkustikk kvalitetene på Lalm samfunnshus er vesentlig bedre.

*Hubertus Huijs, dirigent for Lalm musikkforening fra 2023:*

*«Jeg opplever øvingslokalet som veldig behagelig mtp lydnivå og etterklang. Det å jobbe med korpset på en vanlig øving, eller på seminar går utmerket. Aldri fått hodepine etter øvinger/seminar».*

## ***Medlemmer i Lalm MF uttaler:***

Kari Olstad. Principal kornettist i Lalm mf og musikkterapeut av yrke:

*«Dette er eit lokal det utan tvil er godt å øve i»*

*Anne-Grethe Furuheim, leder og solohornist i Lalm MF:*

*«Etter at vi fekk lyddempende plater i taket vart eg mindre kjei etter øving. Eg slit med migrene og før platene kom i taket, måtte eg ofte ty til migrene medisiner under øving. Etter at dei kom i taket har dette vorte burte, eg kan gjennomføre ei heil øving utan medisiner».*

## *Andre brukere/publikum uttaler:*

- Lalm idrettslag har innebandy, allidrett for barn og annen trening flere ganger pr. uke. Brukerne uttaler at det har blitt bedre å trene og lyden er ikke så «hard».
- Lalm skule har uttalt at det er bedre å ha kroppsøving på samfunnshuset etter lyddempingen.
- Publikum har gitt mange positive tilbakemeldinger etter konserter, tilstelninger og andre aktiviteter, at lyden er bedre og at det er en bedre lytteropplevelse. Ikke så «støyende» å være i rommet.



## *Oppsummering:*

Det er enkle, men allikevel avgjørende og viktige utbedringer som har blitt gjort i storsalen på Lalm samfunnshus.

Det viser at det ikke skal mye til for å endre et roms kvalitet til det bedre for alle.