

# Frie Fugle

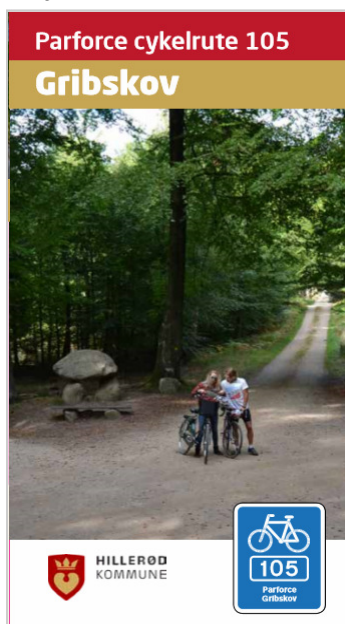
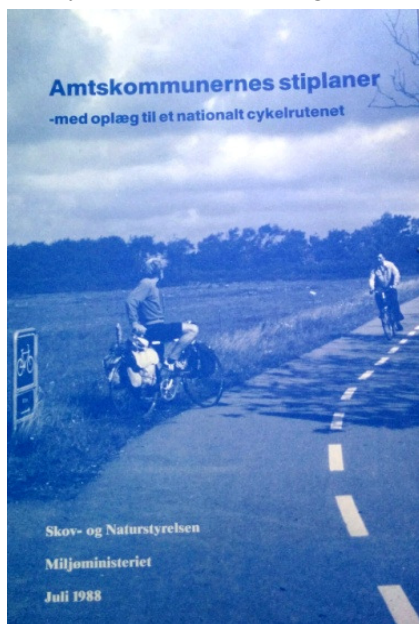
Nyhedsbrev 4

December 2016

## I denne søde cykeltid

I denne travle cykeltid, hvor året 2016 lakker mod enden, har vi ikke haft tid til at klippe julehjerter endnu. Men da der pludselig blev udmeldt en ny cykelpulje på 7,7 mio. kr. og denne gang med 100% finansiering og kun til nationale cykelruter ...så blev vi nødt til at sende et par projekter ind til Vejdirektoratet.

Det var jo i sin tid her på Frie Fugle at konceptet Nationale Cykelruter blev skabt. Første gang blev det omtalt i rapporten "Planlægning for cyklistler, hverdag og fritid", Miljøministeriet 1985 og efterfølgende konkretiseret i rapporten "Amtskommunernes stiplaner – med oplæg til et nationalt cykelrutenet" Skov- og Naturstyrelsen juli 1988.



Samtidig har vi lagt sidste hånd på to nye cykelruter for Hillerød Kommune, Parforce cykelrute 105 Gribskov og 110 Store Dyrehave. Skiltene skal være oppe inden nytårsaften og folderne, som vi har lavet sammen med Paramedia, er ved at blive trykt. Selve indvielsen med Hillerøds borgmester Dorthe Melgaard er fastsat til 6. april 2017 kl. 16.00.

Efteråret har også budt på en fin tur til vores teltpladsgrund på Møn, hvor vi sammen med naboerne fik beskåret, fældet og ordnet grunden samt høstet æbler.

Næste år byder forhåbentlig på mange nye projekter for os og fine friluftsmuligheder for dig, som er medlem af vores forening. Vi har bl.a. søgt penge til at udarbejde et friluftskort for Arresø.

*Jens Erik*



## Indkaldelse til ordinær generalforsamling i Foreningen Frie Fugle

**Generalforsamlingen afholdes  
tirsdag den 21. marts 2017 kl. 17.00  
på Nordre Fasanvej 199 1.th., 2000  
Frederiksberg**

1. Valg af dirigent og referent
2. Fremlæggelse og godkendelse af bestyrelsens beretning
3. Fremlæggelse af det reviderede regnskab til orientering
4. Fremlæggelse og godkendelse af evt. vedtægtsændringer
5. Fremlæggelse og godkendelse af handlingsplan for indeværende regnskabsår
6. Fremlæggelse og godkendelse af budget for det indeværende regnskabsår og fastsættelse af kontingent.
7. Valg til bestyrelsen, bestyrelsen ønsker genvalg.
8. Valg af 2 kritiske revisorer
9. Indkomne forslag
10. Eventuelt

Forslag, der ønskes behandlet på den ordinære generalforsamling, skal indsendes til Foreningen 2 uger før generalforsamlingen afholdes. Forslagene lægges ud til gennemsyn på foreningens hjemmeside senest 7 dage før.

På bestyrelsens vegne  
*Solveig Ellegaard Poulsen*

**Vi håber meget at du vil forny dit medlemskab, hvilket du gør nu eller senest 10. januar ved at indbetale minimum 150 kr. til vores konto 8411-4094039 mærket kontingent 2017. Hvis du skulle ønske at melde dig ud bedes du give os besked inden nytår.**

**Vi ønsker dig en rigtig god jul og et spændende nytår  
Alice, Solveig, Arne, Michael og  
Jens Erik**

## Kalenderen

### 25. november

Cykelkonference i Riga

### 2. december kl. 19.30

Julekoncert i Casa Latinoamericana

[www.casalatinoamericana.dk](http://www.casalatinoamericana.dk)

### 18. december

Jagt- og Skovbrugsmuseet i Hørsholm lukker

[www.jagtskov.dk](http://www.jagtskov.dk)

### 21. marts 2017 kl. 17.00

Generalforsamling i Foreningen Frie Fugle Nordre Fasanvej 199 1.th. 2000 F

### 6. april 2017 kl. 16.00

Indvielse af Parforce cykelruter i Hillerød

### Cykelsafari 2017

Der planlægges to guidede cykelture i 2017. Den første går til Duero floden i nordlige Portugal, med strømmen mod Porto med ca. 50 km om dagen og god tid til vinsmagning og god mad undervejs. Det bliver 22.-30. april, hvor dagstemperaturen er ca. 23 grader.



I september planlægges en lidt mere krævende tur i Katalonien ud fra Girona på Pirinexus ruten med et smut over Pyrenæerne ind i Frankrig. Her cykles vi 60-80 km om dagen. Se mere på

[www.pirinexus.cat](http://www.pirinexus.cat)

Der er 12 pladser på hver tur, og du kan forhåndsreservere plads ved at sende en mail til [JE@cykelsafari.dk](mailto:JE@cykelsafari.dk) Så kan du tage endelig stilling, når program foreligger.

PS. Vi har også mange gode tilbud om "Gør det selv cykelpakker" – se på

[www.cykelsafari.dk](http://www.cykelsafari.dk)

## Regnskabsfører i modvind

Turen mellem Viborg og Thisted, skulle afvikles efter en plan, der måtte ændres som følge af hærgende vind, der på den tid af året var usædvanlig hård, en stiv kuling i tre hele dage. Leif og jeg måtte søge at komme fri af kastevinde på cykelruter og valgte at cykle ud ad den lige vej mod Løgstør, hvorved vi kom til at bruge tid på unyttig strid modvind i et relativt åbent, men også meget kuperet landskab. Det var en kamp med halvlukkede øjne, ind i mellem med lidt sol og megen støvregn vekslende på måder, som ikke gav positive tanker. Vi slingrede op ad en bakke i modvind for til sidst at opgive og stå af for at trække. Vi var trætte, da vi omsider kunne rulle ind på pladsen foran herberget, en fin B&B i Lovns.

Virkningen var dog den samme dagen efter, hvor vi uden større besvær og udhvilede var i stand til at gøre det samme igen en hel dag. De følgende dages cykling kom til at forme sig ligeså, men fælles for den samlede oplevelse var de små lysglimt i vor indkvartering på B&B fire nætter på tre steder, Lovns, Elsø ved Nykøbing Mors og Vandet lidt nord for Thisted, alle af høj standard med en tilgift af "lidt mere for pengene" end det kunne forventes. Hver dag vi satte os i sadlen for den videre færd, mødte vi samme modstander, vinden!

Vi nærmede os overfartsstedet fra Salling til Mors, i dag en bro og desværre ikke mere en færge fra Glyngøre til Nykøbing, der kunne have sparet os for det opgør, som knytter sig til den lokale geografi, nemlig litteraturens Jantelov – her med vinden som Jante. Ti bud kom til at kværne rundt i mit hoved under en ualmindeligt krævende cykeltur på en kilometer over det forblæste sund:

1. Du skal ikke tro, du er noget.
2. Det er mig, vinden, der er noget og jeg kan trykke dig tilbage, hvor du kommer fra.
3. Du skal ikke tro, at du er smartere end mig.
4. Du kan ikke overvinde mig. Det er mig, der er overvinden.
5. Du må indse, at vi er flere end dig og vi blæser i alle retninger.
6. Du skal ikke tro, at du er mere end os.
7. Du skal heller ikke i tro, at du dur til noget på de veje, vi blæser langs med.
8. Det gør du nemlig ikke og vi blæser på dig som det passer os.
9. Du skal ikke tro, at vi bryder os om dig.
10. Det gør vi nemlig ikke og medvind findes ikke, så vi falder dig ikke i ryggen.

Nu besluttede vi så vidt muligt at passere øen lige over uden svinkeærinder til Vildsundbroen, en lille lav ting med oplukke i midten mellem brobuer. De er bygget i 30'erne og en kro på den anden side ved broen fik os som gæster. Vi bad om at få en kop varm chokolade, da vi så menuens tilbud og lige netop dette "pit-stop" ønsker jeg at omtale ved at riste en rune over kromutter, en af den samlede turs mange, personrelaterede og gode oplevelser, der fik os til at glemme alt om vind: "I skal få den bedste kop, I nogen sinde har fået", sagde hun, og gik til sit køkken, hvor hun riggede an med en omgang flydende chokolade, klassisk stil, ikke noget med kakaomælk opvarmet i en kasserolle. Hun betog os med sit muntre og positive væsen, og det føltes vemodigt at skulle derfra efter den korte tid, det tager at drikke en kop varm chokolade.

Nu måtte vi atter i sadlen mod sidste nat i herberget lidt uden for Thisted, som vi nåede efter et måltid mad på en af byens smarte caféer. Modvind ud af byen med forventning om det modsatte næste dag, der var hjemrejse dag. Nu gav vi os tid til lang morgenmad, arrangeret som høflig selvbetjening, da toget fra Thisted først afgik 11:25, så der ville være tid nok til at køre de 10 km med vind i ryggen. Der rørte sig ikke en vind – den faldt os ganske rigtigt ikke i ryggen, som det er udtrykt i dens egen jantelov.

Selve cyklingen har ikke været hovedsagen, fordi det mere var noget, der skulle overstås; men vi har fået noget andet med os, nemlig de sekundære oplevelser af turen, mødet med søde og sjove mennesker. Kromutter står funkende i midten, men der må også nævnes Laila i Lovns, de cyklende søstre samme sted, der havde samme trakasserier med vinden, de var 77 og 80, den kinesiske værtinde på restaurant i Nykøbing, Tove i Elsø, cykelsmeden i Nykøbing og cykelsmedeparret med en forretning på bøhlandet kort før Vildsund mm. Et gensyn med disse personer kunne give anledning til at køre turen igen, blot i modsat retning, fra Thisted til Viborg for at udfordre Vindjantes tiende bud.

Michael Skjoldø





## Cykling i vinens Veneto

Efter flyveturen til Milano Bergamo køres til Desenzano på sydbredden af Gardasøen i strålende vejr, som viser sig at holde hele ugen. Vi når at bade i søen og spise frokost, før Simonetta og Elisa kommer med cyklerne.

Da de er passet til, triller vi lidt op i bakkerne til det lille vinslot Zuliani - et familieforetagede fra 1589. Lucia, den nuværende ejer, er enebarn og uden børn selv, så over 400 års familiehistorie slutter med hende. Vi nyder atmosfæren på den museumsagtige vingård med pressede og let gærede drueskaller, lagringen i egetræsfade og de salgsklare flasker indenfor de 400 år gamle mure. Omgivet

af gamle redskaber ophængt på vægge mellem familieportrætter smager vi på hvide og røde vine, mens vi gnasker lidt flutes i os.

Næste morgen cykler vi først forbi den langarmede halvø Sirmione og dernæst sydpå mod Mantova. Det er søndag, og der er simpelthen så mange cyklister ude på cykelstien langs med Mincio, en biflod til Po. Sådan går turen med ca. 60 km om dagen i roligt tempo, dog må vi op på 85 km for at nå Montagnana, der ligger på en forhøjning i landskabet, omgivet af en intakt bymur fra 1242 med 24 tårne. Montagnana bliver en af turens højdepunkter, fordi byen er så lille, stille og velbevaret. Hotellet hedder Aldo Moro efter bedstefaderen, som byggede det og datteren (3. generation) tager imod os med frugt og snack, da vi ankommer. Middagen bliver indtaget i en lille riddersal ved et ovalt bord, mens familien fortæller om stedet.

Turen næste dag går bl.a. gennem Maróstica, som er kendt for, at pladsen midt i byen er et skakspil, og man opfører spil med levende mennesker og heste. Baggrunden var en splid mellem 2 mænd om en kvinde, som de så afgjorde med et spil skak i stedet for at slå hinanden ihjel. Vi nøjes med en god frokost omgivet af lokale kvinder på Osteria Madonnetta.

Næste højdepunkt, også i fysisk forstand, er Bassano del Grappa, som ligger lige op til Alpernes fod. Udsigten til bjergene fra små snørklede veje gennem landsbyer, er en fornøjelse. Fremme i Bassano bruser floden Brenta gennem byen og har revet den gamle bro (Ponte Vecchio) ned nogle gange. Man har fundet ud af, at kun en træbro kan holde. Den overdækkede bro er byens hjertekammer, hvor blodets brusen høres og så ligger Poli Grappamuseum lige ved siden af. Her nyder vi rundvisning og prøvesmagning af 5 forskellige af disse italienske snapse, der ligesom vores fås i klare farver og mere gyldne og med forskellig smag. Det var Laura med italiensk glød og dansklingende navn, som viste rundt og fortalte om grappaen og skænkede op, og vi diskuterede om byens navn kom af det vi drak, eller fra bjerget Monte Grappa nord for byen.



Endelig når vi ad snedige stier langs vandløb gennem flot natur frem mod Venedig. Vi afleverer cyklerne og tager det sidste stykke nærmest flyvende med en vandtaxa, idet vi skal bo ude på Lidoen. Her forvandler vi os til almindelige turister og lærer at bruge Vaporettaen, vandbussen ind til Marcus pladsens mylder og rundt mellem øerne. Den sidste aften når lydtrykket uanede højder under middagen på Trattoria Andri. Vi siger arrivederci til hinanden og til Veneto.

*Jens Erik*

## Far og søn til tops i Europa



Europas største cykeludfordring, har nogen kaldt Pico Veleta i Sierra Nevada. Det er nemlig det højeste punkt, man kan cykle op til i Europa med sine 3396 moh. Jeg var med børnene i Frigiliana i Andalusien i efterårsferien, og tænkte at det kunne være spændende at gøre et forsøg på at nå toppen sammen med min cykelglade søn.

Efter et par dage tog vi så til Granada (400 moh) og hentede de bestilte cykler. Vi lejede cykler hos Albert fra Holland, som har slået sig ned i byen Cajar 3 km fra Granada se [www.rent-a-bici.com](http://www.rent-a-bici.com).

Klokken var blevet over 10 før vi kom afsted. Først gik det ud af byen mod nord, for at finde den smukkeste vej op. Snart startede serpentine, og jeg kunne godt have brugt et par lavere gear.

Det gælder om at sætte sig nogle delmål. Første var vel 1000 moh mærket og en hel del pauser senere efter at have ledt efter åbne beværtninger, tog vi en god frokostpause ved Universitetscaféen, ca. 2500 moh, hvor vi sad ude i solskin og så op på den sneklædte top.

En time senere var der desværre nogle vandrere, som ledte os på vildspor, så vi måtte bruge nogle ekstra benmuskler. Nu ændrede vejret sig til blæst og tåge og nærved 0 grader. Det var bare om at holde pause i læ for vinden, her oppe i den tynde luft. Vi fandt en lille ruin med noget læ, hvor vi kravlede ind, før den sidste etape. Nu blev det svært at cykle på grund af sne og store sten, så cyklerne blev trukket til sidst, før vi skyndte os ned til ruinen og skiftede til en tør T-shirt inderst og vintervanter for at kunne bremse nedad.

Det var en flot oplevelse sammen med sønnike. Vi brugte godt 8 timer på opturen og 1 time på nedturen med max hast 71 km/t, samlet 101 km og nåede lige ned til Granada, da det blev mørkt. To gange tidligere har jeg været der med et par cykelsafari deltagere. Men det er 15 og 20 år siden. Ret vildt projekt, skulle jeg hilse og sige.

*Jens Erik*

## Frederiksberg Fødevarerfællesskab

Lokalafdelingen på Frederiksberg under Københavns Fødevarerfællesskab genåbnede for et par måneder siden i nye, dejlige lokaler på Søndre Fasanvej 16. Afdelingen er nu oppe på mere end 50 aktive medlemmer, og deriblandt denne notes forfatter. Vi vil meget gerne være flere endnu.

Københavns Fødevarerfællesskab (KBHFF) er et alternativ til almindelige supermarkeder. Kunderne er både medlemmer, medarbejdere og medejere. Som medlem kan du en gang om ugen – hver onsdag - købe en pose med årstidens, lokalt producerede økologiske grøntsager for 100 kr. Derudover er der forskellige varer i løssalg. Det grønne fællesskab er baseret på 100 pct. frivillig arbejdskraft. Som medlem er du forpligtet til at arbejde 3 timer om måneden, fx med at pakke poser eller at sidde ved kassen. Du vælger selv aktivitet. Du kan finde mere information om KBHFF på link [www.kbhff.dk](http://www.kbhff.dk). Om arbejdsgangen i KBHFF se: <https://vimeo.com/84031934>



Frederiksbergafdelingen har til huse i en smuk gammel villa lige over for Frederiksberg Have. Villaen huser til daglig Solbjergghjemmet, et hus for nyankomne flygtninge, hvor der foregår en række aktiviteter, fx torsdagskaffe, cykelværksteder mv. Solbjergs brugere og beboere er meget velkomne til at deltage i Fødevarerfællesskabets aktiviteter, fx at bistå med at pakke poser og deltage i fællesspisning.

Fødevarerfællesskabet på Frederiksberg er åbent hver onsdag kl. 17-19. Der er intromøder den første onsdag hver måned, næste gang er 7. december kl. 17:30. Læs mere om Fødevarerfællesskabet på Frederiksberg, og hvordan du tilmelder dig på <http://kbhff.wikispaces.com/Frederiksberg>. Nye medlemmer er naturligvis også meget velkomne i de øvrige lokalafdelinger under KBHFF.

*Ulla Vestergaard Rasmussen*

## Klima tiltag med afledning af regnvand



På en cykeltur i forsommeren besøgte jeg Tim og Ingerlise i Gladsaxe nær Utterslev Mose. Her var jeg imponeret over så flot Tim havde fjernet alt regnvands afløb fra kloak ved at lede det til en lille sø i haven og med græsplænen forment, så overskudsvand kunne være der.

Det gælder for Gladsaxe Kommune, at man får udbetalt et engangsbeløb herfor, så kommunen sparer behandling af regnvandet. Andre kommuner har tilsvarende ordninger, så tjek i din kommune om det ikke var noget med en personlig klima indsats her.

Nærmere bestemt er reglerne:

Gladsaxe: "Du kan få op til 40 procent af tilslutningsbidraget tilbagebetalt som et engangsbeløb, hvis du håndterer mellem 50 og 100 procent af tag- og overfladevandet selv. I 2016 svarer 100 procent afkobling til 23.795,95 kr.

Gribskov Kommune: Spildevandsplanen fastsætter, at alle ejendomme, der er kloakeret for regnvand, kan udtræde af kloakforsyningen for regnvand. Ønsker en grundejer at udtræde af Forsyningens Spildevandsanlæg for regnvand, kan Forsyningen efter en konkret vurdering tilbagebetale det på udtrædelsestidspunktet gældende tilslutningsbidrag til den pågældende grundejer, dog maksimalt 40 %. Det er en betingelse, at ejendommens udtræden anses for at indebære en økonomisk fordel for Forsyningen.

*Jens Erik*

## Foreningen Frie Fugle

**Foreningen Frie Fugle** er et tværfagligt rådgivnings- og formidlingscenter med mere end 30 års erfaring indenfor jordbrug, økologi, miljø, friluftsliv m.v.

Vi arbejder som konsulenter, freelancere og projektmagere og tilbyder professionelle løsninger. Desuden hjælper vi med at planlægge cykelferier i ind- og udland.

**Foreningen Frie Fugles nyhedsbrev** udkommer 3-4 gange årligt og udsendes til Foreningen Frie Fugles medlemmer. Medlemskab indbefatter foruden nyhedsbrevet tilbud om forskellige arrangementer. Det gælder bl.a. benyttelse af vores 4 kajaker. Medlemskab koster minimum 150 kr. om året og indbetales på kontonummer: **8411-4094039 i Fællesskassen.**

**Redaktion:** Jens Erik Larsen

**Layout:** Solveig Ellegaard Poulsen

**Tekster:** Jens Erik Larsen, Solveig Ellegaard Poulsen og Ulla Vestergaard Rasmussen

**Fotos:** Jens Erik Larsen, Jon Roslyng Larsen og Frederiksberg Fødevarerfællesskab.

**Ansvarshavende redaktør:** Alice Olsen

**Foreningen Frie Fugle**  
Nordre Fasanvej 199, 1.th.  
2000 Frederiksberg  
Telefon: 33 11 11 75  
forening@friefugle.dk  
www.friefugle.dk  
CVR 29268843

