**Opplev Trondheim**

**Alle som deltek på inspirasjonsseminaret får tilbod om å delta på ei vandring/omvising/besøk med guide. Du melder deg på den du vil delta på i påmeldingsskjemaet til inspirasjonsseminaret. Dei fleste vert utandørs, så kle deg etter veir og føre.**

**Veitevandring**Bli med på ei vandring på veitene i Trondheim by**.** Veitene i trondheim er ein viktig del av Middelalderhistoria til byen, og pregar bybildet i stor grad. Veitene gjer at ein kan bevege seg i byen med mange små snarvegar. I dag er det over 40 veiter som alle har ei viktig historie.

**Tid:** Oppstart 15. 30

**Varigheit:** 1 time og 30 min

**Vandring på Kalvskinnet med dei sosiale institusjonane**Bli med på en vandring på Kalvskinnet i Trondheim – bydelen i den sørvestre delen av Trondheim sentrum som er kjenneteikna av gammal institusjonsarkitektur. Kalvskinnet er gjennom historia kjent som staden der slaget mellom kong Sverre og Erlings Skakke sto i 1170, og her finst ei rekke institusjonar, blant annet i tilknyting til NTNU, HiST og helsevesenet.  Blant desse er Tukthuset, som var tilhaldsstad for heimlause kvinner som ein del av fattigvesenet sitt omsorgsarbeid, og som seinare vart fengsel og eit spesialsjukehus for skinnsjuke.

**Tid:** Oppstart 15. 30

**Varigheit:** 1 time og 30 min

**Vandring mot Bakklandet/Solsiden/Lademoen med verfts-/arbeiderhistorie**Bli med på ei temavandring langs Nidelven si munning gjennom dei gamle industri- og arbeiderområdene Bakklandet, Nedre Elvehavn og Lademoen. Bakklandet var Trondheim sin første forstad, og den første bebyggelsen på Bakklandet kom midt på 1600-tallet. Bakklandet har gjennom mykje av Trondheim si historie vore eit industriområde. Alt i middelalderen lå det eit teglverk her. Nedre Elvehavn var tidligere eit industriområde med Ørens Mekaniske Værksted og Trondhjems Mekaniske Værksted, men som fra rundt 2000 huser bustader, kjøpesenter og næringslokaler.

**Tid:** Oppstart 15. 30

**Varigheit:** 1 time og 30 min

**Nidarosdomen**Bli med inn i Nidarosdomen. Nidarosdomen er Noreg si opprinnelege erkebiskopkyrkje, og er ei av Norden si største middelalderkyrkje. Det er eit fantastisk bygg der menneska i snart tusen år har kome med sine liv, lengslar og håp. Nidarosdomen vart oppført på den staden der Olav den hellige sitt lik vart gravlagd, og har ei lang historie med endringar og restaureringar.

**Tid:** 15.30

**Varigheit:** 1 time   
  
**Besøk og foredrag på Liantunet restaurant med kokk og dagleg leiar Inge Johnsen**

Bli med å ta Gråkallbana, som er verdas nordlegaste trikkelinje frå Trondheim sentrum og opp til Lian i Bymarka. På Lian restaurant får vi ein matbit og møte med dagleg leiar og kokk Inge Johnsen. Inge Johnsen har eit unikt engasjement for lokalmat og arbeider både gjennom Lian restaurant og LianTunet. Han mottok i 2017 Ingrid Espelid Hovig sin matkulturpris, der juryen la vekt på Johnsen si formidlingsevne når det gjeld norske råvarer, matvaner og kultur, i tillegg til korleis denne arva vert formidla til born. Sjølv har LianTunet og Lian restaurant blant anna oppretta «årets kokarkjerring» for å hedre dei gamle damene som har laga mat til dåpar, konfirmasjonar og på i heile landet.

**Tid:** 15.30

**Varigheit:** Om lag 2 timar